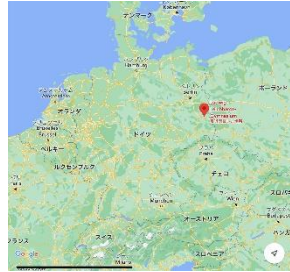


ドイツ NOW 6月号

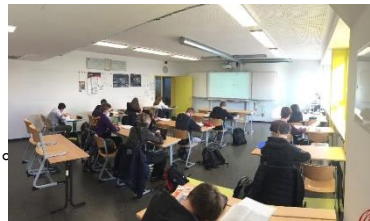
国際交流委員会 2年5組 中嶋 優良 2年6組 伊藤 寅之助

大宮高校の姉妹校 ルドヴィッヒ・ライヒハート中高一貫教育校をご紹介します！



Luvig-leichhardt-Gymnasium (ルドヴィッヒ・ライヒハート中高一貫教育校)

生徒数 840 名、教員 55 名、共学 32 学級編成、13 歳から 19 歳の生徒さんが学んでいます。卒業後は大半が大学へ進学します。ブランデンブルグ州にあり、ベルリンから車で約 1 時間、ポーランドとの国境に近い場所に位置します。今回は 16 歳の Lucia さん、Aanelie さんに英語で取材させて頂きました。



ドイツ高校生の 1 日の食事は・・・？

朝食

この写真は Lucia さんのご家族の朝食です。写真はすべて彼女から送って頂いたものです。

彼女は学校がある時は、コーヒーかココアを飲むだけです。ご家族は、パンにはちみつやジャムを塗るか、またはチーズをトッピングするかでシンプルに済ませるようです。ドイツの朝食って、作るものではなく、並べるものなんだなあと思います。冷蔵庫から火腿やチーズ、バター、ジャムなどを取り出し、食卓に並べる、そして保存ケースから取り出したパンに塗ったり載せたりすれば、ドイツの朝食のできあがり。果物やシリアルとヨーグルトを食べる人も多いです。

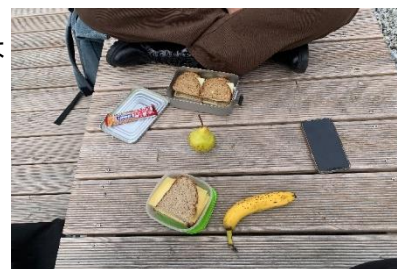


朝からごはんやお味噌汁をつくったり、あじの干物を焼いたりする和朝食とはずいぶんちがいますね。

2回目の朝食

学校の 1 時間目の授業後、友人と屋外の木製ベンチに座って 2 回目の朝食を食べます。日本の高校生の早弁・・・と同じでしょうか。この日は彼女はバナナを、お友達は梨を食べました。梨は皮をむかずに丸ごと食べます。ドイツではリンゴ、梨、桃などは丸ごと 1 個持って行って、豪快にそのままかじりつくそうです。

私の母は、リンゴの皮を剥いて、切って、小さなフルーツボックスに入れて、ピックを刺して準備してくれるので・・・こんなところも文化の違いがあっておもしろいですね。



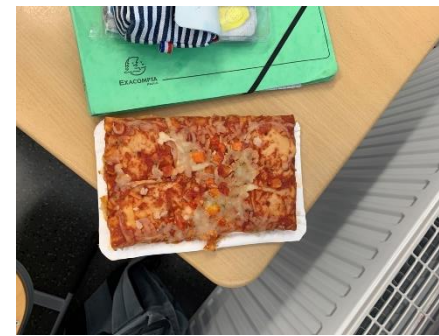
昼食



2 時間目が終わると、40 分間の昼休みです。写真は Lucia さんのサンドイッチと友達の Pasta、サラダ弁当です。この日はお弁当ですが、カフェテリアで食べ物を買うこともあります。フライドポテト、ピザ、パンケーキ(「プリンセ」)、などが人気です。

ドイツでは、1 日の 3 食のうち昼食が最も重要とされています。昔から昼食に温かいものを食べるのが伝統的な食事で、今でもその名残があるそう。日本のように「1 日 3 食 バランスよく」ではなく、朝晩は軽く、昼食は午後の活動に向けてしっかりとエネルギーを補給しようという、なんだかドイツ人らしさを感じる合理的な考え方が根付いているようです。

おやつ

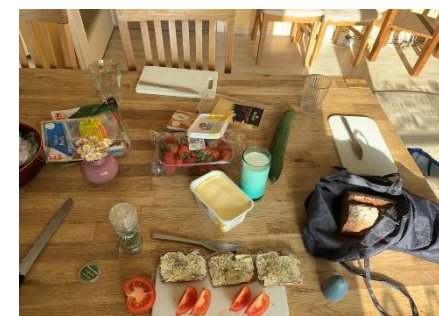


3 時間目が終わると、この日の授業は終了ですが、カフェテリアでピザを買ってきました。

帰宅してからは、ココアやコーヒーで一息つき、チョコレートをつまみます。



夕食



夕食は再びパンです。この日はバターを塗って、トマトも食べました。日本では食事は温かいのが基本ですが、ドイツでは温かい食事は 1 日 1 回、お昼にしかとらないのが伝統です。

現代では少しずつ薄れている文化ではありますが、今でも冷たい食事が中心という人もたくさんいます。

冷たい食事はドイツ語で「カルテスエッセン」と呼ばれ、ソーセージ、チーズ、オリーブ、火腿など、加熱が必要のない食べ物のことです。

最後に

ドイツは地域の特性上、食材が乏しかった歴史があります。寒冷地や条件に恵まれない土地でも栽培可能なことから、スープ、パンケーキ、マッシュポテト、フライドポテトなど、じゃがいものメニューが食卓に多く並びます。

私は、今回の取材を通して、ドイツの食文化は意外と質素で合理的だということを知りました。質素節約を美德とするドイツでは、一般に食事に必要以上にお金をかけることを良しとしないところがあるようです。慎ましい食事をするのが望ましいのです。

食いしん坊な私からは想像できませんでしたが、これも文化の違いなのだと学びました。