

メルティング・ポット 「東南アジアのお正月」



1月号では中国のお正月のお話でしたが、今回は東南アジアのお正月を取り上げます。タイのソンクラン(Songkran)が一番よく知られていますが、基本的に同じ時期にバングラデシュ、カンボジア、ラオス、ミャンマー、スリランカでもお祝いするそうです(Wikipedia)。国によってその

詳細は若干違うようですが、まずお祝いの最初の日に水をかけあいます。これはもともと仏像を水で洗い清めて新年を迎えるという風習から始まったようです。タイでは毎年4月の13-15日の3日間が祝日となっていますが、Laosの古都Luang Prabangなど所によっては1週間お祝いすることもあります。ラオスではピーマイ(Pi Mai)が一般的な呼び名で、最初の日が大晦日でお清めをする日。二日目はどの年にも属さない日。そして三日目が新年初日です。

ヒューストンにも東南アジアからの移民が建てて管理する仏教寺院がいくつかあり、本国で行うようにお正月を祝います。ただし、ヒューストンでのお祝いは寺院によっては本来の日程で行わないことがありますので事前に問い合わせてください。水をかけあう行事は参加希望者が多いため土曜や日曜に予定されることが多いです。お祝いはどこのお寺も週末となりますので日にちが重ならないように1か月くらいの間、毎週末あちこちでお祝するような感じです。

私はここ数年ラオスのお寺で新年のお祝いに参加していますが、今年の日程をご紹介します。ご興味のある方は水をかけられても良い服装で出かけてみてください。過去の様子も写真でご紹介します。

*場所: Wat Phouthasamakhy Lao Temple, 8702 Furay Ave., Houston, TX 77016, (281) 458-6255

*4/15 (土) Traditional Lao dance & music, Beauty Contest (入賞者は翌日のパレードの神輿に乘ります。), Party with live band (夜)

*4/16 (日) 在住ラオス人がいくつかのグループに分かれて踊りながらパレードをして、水をかけあいます。

ヒューストン近辺には下記お寺がありますが残念ながら情報がなく、いつ新年のお祝いをするか分かりませんでした。

Wat Buddhavas Thai Temple, 6007 Spindle Dr., Houston, TX 77088, (281) 820-3255

Wat Buddharangsey Cambodian Temple, 15211 Sellers Rd., Houston, TX 77060, (281) 999-8678

Wat Angkorchum Cambodian Temple, 16720 Kuykendahl Rd., Houston, TX 77090, (281) 880-6226

Wat Pa Buddhayan Thai Temple, 13923 W Belfort St., Sugar Land, TX 77498 (281) 240-2438

Houston Buddhist Vihara Sri Lankan Temple, 8727 Radio Rd., Houston TX 77075, (713) 944-1334

Lone Star Buddhist Meditation Center (Sri Lankan), 11503 Lazy Meadows Dr, Houston, TX 77064 (346) 279-8702

Wat Khmeraram Cambodian Temple, 9919 Deer Trail Dr., Houston, TX 77038, (281) 591-7270

(編集委員 米元錦城)



駐妻のヒューストン日記

第21回 木村恵美 さん

こんにちは! 3月担当の木村です。私は2018年にヒューストンに渡米して、あっという間に約5年が経ちました。当時1歳6ヶ月で幼かった長女も、今では6歳になり元気にキンダーガーデンに通っています。そんな我が家ですが、去年の秋に次女が産まれました。第1子の長女は日本で出産したので、アメリカでの出産は初めての経験でした。そこで日本とアメリカの授乳&ミルク事情の違いについて興味深かったので、シェアしたいと思います。

1) 病院にLactation(授乳)の専門サポートチームがいる

出産した翌日、病室に紫色のユニフォームを着た女性がきて「こんにちは!私は授乳のサポートをしています。早速授乳をしましょう!」と挨拶してくれました。日本で出産した時は助産師さん(ナース)が、血圧のチェックや授乳の仕方、服用する薬の説明など、入院生活全般をケアしてくれました。アメリカの場合、血圧の測定だけする人、授乳をサポートする人、事務手続きをする人、と仕事が細かく分業されているようでした。特に「Lactation(授乳)」の専門スタッフがいるのは、心強かったです。1日に何回か授乳の様子を見にきてくれて、搾乳や授乳の仕方について丁寧に教えてくれました。

2) 入院中のミルクは常温保存ボトルを使う

産後、母乳が足りなくて入院中にミルクをあげました。日本では赤ちゃんが飲める量の粉ミルクを細かく測って、なるべく無駄がないように「必要な時に必要なだけ」調乳していました。アメリカでの出産後では、常温保存の液体ミルクボトル(60ml)と使い捨て乳首が大量に部屋に置いてあり、それを「必要な時にここから使ってね!」という感じでした。産後すぐの赤ちゃんは少量しか飲めないのでも毎回ミルクが余るのですが、その都度「もったいないな」と思いながらボトルごとゴミ箱に破棄していました。こんなところでも、無駄が出ないように細かく管理す

る日本と、合理性を優先して常温ミルクを準備しておくアメリカと文化の違いを感じました。

3) ミルクを調乳する水の温度

日本の粉ミルクには70度以上のお湯で作ることが商品に明記されています。WHO(世界保健機構)も「粉ミルクは無菌製品ではなく感染リスクを防ぐため、70度以上のお湯での調乳すること」を勧めています。しかし、アメリカでは不思議とこの作り方はあまり普及していないようでした。「常温もしくは人肌の水」で調乳する方法が一般的のようで、粉ミルクの缶にもお湯で作ることは明記されていませんでした。確かに、他のアメリカ人ママたちはペットボトルの常温の水でミルクを溶かしている姿をよく見かけました。私も娘の主治医に質問したのですが、「ペットボトルのお水なら、常温の水で作っていいよ」と言われました。(医学的な根拠は分かりません)ミルクの調乳方法も日米で異なっていて驚きました。

4) ミルクは24時間冷蔵保存OK/口をつけた後は1時間まで

日本ではミルクを冷蔵保存するという方法をあまり耳にしなかったのですが、アメリカでは1日分をまとめて作って冷蔵保存して、24時間以内に温めて授乳することも一般的なようです。そのため、Amazonでもミルクをまとめて作って冷蔵するボトルや保冷バッグ、温め直すボトルウォーマーがたくさん売られています。また日本では赤ちゃんが一度口をつけたミルクは20分~30分以内に飲ませて、飲み残しは捨てるように言われましたが、アメリカでは「一度口をつけたミルクは1時間以内に飲ませてね」とドクターに言われました。ミルクの保存方法はアメリカの方が幅があるように感じました。

以上、私が経験した日米のミルク事情の違いでした。日本とアメリカで情報が違うので、最初は困惑して色々調べました。どちらが正しいのかは判断できないのですが、やはり日本の方が衛生管理は厳しいのかな?と思いました。

医学的な根拠はなく一般主婦が経験した情報ですので、もし読んでいる方がミルクを調乳・保存する場合は、ご自身で信頼できる情報源から判断してくださいね。子育て中の皆さん、がんばりましょう!

