



Faculty of Humanities
SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY



東京外国語大学
Tokyo University of Foreign Studies



Cool! Thailand

クール！タイランド



คำนำ

งานเขียนเล่มนี้ เป็นการรวบรวมผลงานของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาวิชาภาษาไทย มหาวิทยาลัยโตเกียวศึกษาต่างประเทศ (TUFS) จำนวน 14 คน กับนิสิต สาขาวิชาภาษาตะวันออก เอกภาษาญี่ปุ่น คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

นักศึกษาจาก TUFS ทั้ง 14 คนเป็นนักศึกษาที่เข้าร่วมโครงการอบรมภาษา และวัฒนธรรมระยะสั้น ณ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (SWU) ในเดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568 ระหว่างโครงการ นักศึกษาแต่ละคนได้กำหนดหัวข้อของตนเอง รวบรวมข้อมูล และได้นำเสนอผลการศึกษาของตนเป็นภาษาไทย ภายใต้หัวข้อ "คุลไทยแลนด์" โดยได้รับการช่วยเหลือ และสนับสนุนอย่างเต็มที่ ทั้งในเรื่องการตรวจสอบภาษาไทย การฝึกนำเสนอ งานเป็นภาษาไทย จากนิสิตชั้นปีที่ 2 สาขาวิชาภาษาญี่ปุ่น มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

จากการร่วมงานกันครั้งนี้ นักศึกษาจาก TUFS และนิสิตของ SWU ที่เข้าร่วมโครงการ ยังได้มีโอกาสสื่อสารระหว่างวัฒนธรรมกันอย่างใกล้ชิด ทำให้ไม่เพียงแต่การพัฒนาทักษะทางภาษาของตนเอง แต่ยังได้เรียนรู้วัฒนธรรมและวิถีคิดของทั้ง 2 ประเทศในมุมมองที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้น

ด้วยความมุ่งมั่น และตั้งใจของนิสิตนักศึกษาทั้ง 2 สถาบัน อีกทั้งความช่วยเหลือในทุกด้านจากคณาจารย์ของ SWU ทำให้หนังสือเล่มนี้มีเนื้อหาที่สมบูรณ์และน่าสนใจ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าผู้อ่านจะสามารถสัมผัสถึงเสน่ห์ของประเทศไทย และสิ่งที่นิสิต นักศึกษาทุกคนได้เรียนรู้จากประสบการณ์นี้ สุดท้ายนี้ ขอแสดงความขอบคุณอย่างจริงใจต่อทุกท่านที่มีส่วนร่วมในโครงการค่ะ

สุนิสา วิทยาปัญญานนท์
มหาวิทยาลัยโตเกียวศึกษาต่างประเทศ

前書き

本書は、東京外国語大学（TUFS）のタイ語専攻 1 年生 14 名が、2025 年 2 月にシーナカリンウィロート大学（SWU）で実施されたショートビジットプログラムの課題の一環として取り組んだ成果をまとめたものです。

本課題のテーマは「クールタイランド」。TUFS の学生たちは、日本にはないタイならではの魅力を探るためにフィールドワークを行い、現地で調査を進めました。プログラム期間中にそれぞれの調査テーマを決定し、情報を収集し、データや意見を整理しながら、最終的にタイ語で発表を行いました。さらに、SWU の日本語専攻 2 年生がチューターとして、タイ語のチェックや意見の提供、調査のサポートをしてくれました。

加えて、本書には、SWU の日本語専攻の学生たちが選んだ「クールタイランド」についての紹介も収録されています。彼らは、日本人学生の視点を取り入れながら、互いに意見を交わし、テーマを深めていきました。

この交流を通じて、TUFS の学生たちはタイ人学生との密なコミュニケーションの機会を得ることができ、タイ語の上達に加え、タイの文化やタイ人の考え方をより深く理解する貴重な経験となり、書籍やインターネットの情報では得られない、生のタイ、タイ人を知ることができたのではと思います。

本書は、そうした学びの成果をまとめたものです。TUFS の学生たちが熱心に課題に取り組み、SWU の学生たちが惜しみない協力を提供してくれたこと、そして SWU の先生方の温かいご指導が合わさり、充実した内容となりました。

本書を手にする皆様に、タイの魅力とそこで学んだことが少しでも伝わることを願っております。この場を借りて、関わってくださったすべての方々に心より感謝申し上げます。

東京外国語大学 スニサー ウィッタヤーパンヤーノン

สารบัญ 目次

อาหารพื้นเมืองของภาคเหนือ : เส้นห่อของข้าวซอย

タイ北部の伝統料理：カオソーイの魅力 1

ร้านแผงลอยในไทย

タイの屋台 3

ห้องน้ำที่มีสไตล์

日本にないもの「おしゃれなトイレ」 4

สุนัขจรจัดหน้าร้านสะดวกซื้อ

コンビニの前の野良犬 6

วันไหว้ครู

先生の日 8

ทะเลหมอกของไทย

タイの雲海 10

โรงพยาบาลในกรุงเทพฯ

バンコクの病院 12

ปลาหมึกอบ

イカのすり身 15

ความเชื่อที่ทำให้ถูกหวย

宝くじに当たる迷信 17

เวลาขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

タイのアルコールの販売時間 19

สีของวันในสัปดาห์

タイにおける曜日の色 21

รถไอศกรีม

アイス移動販売車 24

ที่นั่งพิเศษในรถไฟของไทยที่ “พระสงฆ์” สามารถนั่งได้

タイの電車の優先席に「僧侶」が座れること 26

วิธีเรียกรถแท็กซี่ในประเทศไทย	
タイのタクシーの呼び方.....	28
ยำยำช้างน้อย	
ยามยาม찬โนย.....	31
พวงมาลัย	
「プアンマーライ」.....	33
ข้าวใส่ในถุงพลาสติก	
ビニール袋に入った食品.....	36
วิธีการสั่งก๋วยเตี๋ยว	
クイッティアオの注文方法.....	38
ชาไทย	
タイティー.....	40
มวยไทยสุดเท่	
カッコいいムエタイ.....	42
การนั่งเรือในคลองแสนแสบ	
センスープ運河.....	45
น้ำจิ้มซีฟู้ด	
シーフードソース.....	47
ร่างทรงของไทย	
タイの巫者.....	49
เสื้อยืด	
タイのTシャツ.....	51
บัวลอย	
ブアローイ.....	53
ทับทิมกรอบ	
タブティムクローブ.....	55
“ศาลพระภูมิ” ของไทย: ศาลเจ้าเล็ก ๆ ที่ปกป้องบ้าน	
タイの「サンプラboom」：家を守る小さな祠.....	57

“ตึกตึก”	
トウクトウク.....	60
น้ำดื่มไทย	
タイのお水.....	61
ขนมของประเทศไทยที่ถูกเรียกว่า “โตเกียว”	
「東京」と呼ばれるタイのお菓子.....	63
การแชร์อาหาร	
料理をシェアします.....	65
ยาต้ม	
ヤードム.....	67
น้ำปลา	
ナンプラー.....	68
อุทัยทิพย์	
ウタイティップ.....	70
กล้วยเตี่ยวเรือ	
クイッティアオ・ルア.....	72
วัฒนธรรมผลไม้ของไทย	
タイのフルーツ文化.....	75
ความเชื่อเรื่องสีของคนไทย	
タイ人の色を信じる習慣.....	77
หมูกระทะ	
ムーガタ.....	79
มัลลาลายศาลพระภูมิไทย	
タイの祠のシマウマ.....	81
วินมอเตอร์ไซด์	
バイクタクシー.....	83
ความจริงของวินมอเตอร์ไซด์	
バイクタクシーの本質.....	84

หมอลำ	
モーラム	86
มะม่วงน้ำปลาหวาน	
青マンゴーとナンプラーワン	88
รอยยิ้มของคนไทย	
タイの笑顔	90
แตงกวาของไทย	
タイのキュウリ	93
โรตีสายไหม	
ローティーサイマイ	95
กางเกงช้าง : กางเกงสไตล์ไทยที่ใคร ๆ ก็หลงรัก	
象パンツ : みんなに愛されるタイのパンツ	97
ตลาดริมถนน	
道路沿いの市場（屋台市場）	99
กระเป๋ารถเมล์ในประเทศไทย	
タイのバスの車掌	101
บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของไทย	
タイのインスタントラーメン	103
ปัจฉิมนิเทศมัธยมปลายและวันจบการศึกษามหาวิทยาลัยในประเทศไทย	
タイの高校卒業式と大学卒業の日	105
แมวจรจัดไทย	
タイの野良猫	107
บทส่งท้าย	
おわりに	110
รายชื่อคณะผู้จัดทำ	
作者リスト	114

タイ北部の伝統料理：カオソーイの魅力

タナコーン・ショクンケウタウォーン



タイ北部の伝統料理であるカオソーイは、ココナッツミルク入りのカレースープと卵麺が特徴の一品です。もともとは中国の雲南省から移住したムスリム商人によってタイに伝えられたと言われています。現在では、タイ北部を訪れる旅行者に人気のある郷土料理の一つとなっています。

カオソーイのスープは、ココナッツミルクのまろやかさとスパイスの香りが絶妙に調和しています。一般的に、鶏肉や牛肉を具材として使い、上にはカリカリに揚げた卵麺をトッピングします。さらに、ライム、赤玉ねぎ、漬物を添えて食べることで、味の変化を楽しむことができます。

この料理は、タイ北部の歴史と文化を反映しており、地元の人々にとっても特別な存在です。家庭料理として親しまれるだけでなく、レストランや屋台でも味わうことができます。カオソーイは、単なる一皿の料理ではなく、タイ北部の温かいおもてなしの心を象徴するものでもあります。

タイを訪れた際には、ぜひ本場のカオソーイを味わってみてください。その深い味わいと独特な食感が、忘れられない思い出となるでしょう。

อาหารพื้นเมืองของภาคเหนือ : เส้นห่อข้าวซอย

ธนกร โชคคุ้มแก้วถาวร

ข้าวซอยเป็นอาหารพื้นเมืองของภาคเหนือของไทย มีเอกลักษณ์โดดเด่นที่น้ำซุปรสเข้มข้น ผสมกะทิและเส้นบะหมี่ไข่ เชื่อกันว่ามีต้นกำเนิดจากพ่อค้าชาวมุสลิมที่อพยพมาจากมณฑลยูนนานของจีน และได้นำเข้ามาเผยแพร่ในประเทศไทยปัจจุบัน ข้าวซอยเป็นหนึ่งในอาหารท้องถิ่นที่ได้รับความนิยมจากนักท่องเที่ยวที่มาเยือนภาคเหนือของไทย

น้ำซุปรสของข้าวซอยมีรสชาติกลมกล่อมจากกะทิและมีกลิ่นหอมของเครื่องเทศ มักใช้ไก่หรือเนื้อวัวเป็นส่วนประกอบหลัก และโรยหน้าด้วยบะหมี่ทอดกรอบ นอกจากนี้ มักรับประทานคู่กับมะนาว หอมแดง และผักดองเพื่อเพิ่มรสชาติที่หลากหลาย

อาหารจานนี้สะท้อนถึงประวัติศาสตร์และวัฒนธรรมของภาคเหนือของไทยและเป็นที่รักของชาวท้องถิ่น นอกจากจะเป็นอาหารในครัวเรือนแล้ว ยังสามารถลิ้มลองได้ตามร้านอาหารและแผงลอยริมทาง ข้าวซอยไม่ใช่เพียงแค่อาหารจานหนึ่ง แต่ยังเป็นสัญลักษณ์ของความอบอุ่นและการต้อนรับของชาวเหนือ

หากมีโอกาสมาเยือนไทย อย่าลืมลองชิมข้าวซอยรสชาติต้นตำรับ ความกลมกล่อมและสัมผัสที่เป็นเอกลักษณ์จะทำให้คุณประทับใจไม่รู้ลืม

タイの屋台

アピバーン・チャンコーンゲヤン

タイの屋台は、タイの日常生活に深く根付いている文化の一つです。街のいたるところに屋台があり、市場や大通りなどでたくさんの種類の料理が売られています。屋台は安い価格でおいしい食事を提供するため、地元の人々だけでなく、観光客にも人気があります。タイに来たら、屋台の料理を食べるのは欠かせない体験の一つです。

タイの屋台の最大の魅力は、料理の種類の多さと味の本格さです。代表的な料理には、クイッティアオ、パッタイ、カオマンガイ、ソムタム、ガイヤーン（焼き鳥）、そしてカオニャオ・マムアン（マンゴーもち米）などがあります。

す。それぞれの料理には、甘い、辛い、酸っぱい、しょっぱいというタイ料理特有のバランスの取れた味付けがあり、多くの人々に好まれています。

また、タイの屋台ではほとんどの場合、お客さんが注文してからその場で料理を作ります。そのため、できたての料理を楽しむことができ、香りもよく、食欲がそそられます。さらに、屋台はオープンな雰囲気があり、道の側にテーブルやイスを置いて、友達や家族と気軽に食事を楽しめるのも特徴です。これはタイならではの光景であり、屋台で食事をするだけでなく、人との交流の場ともなっています。

屋台のもう一つの魅力は、その手軽さと便利さです。多くの屋台は朝早くから夜遅くまで営業しており、早朝の朝ごはんから夜食まで、いつでもおいしい料理を手に入れることができます。また、歩きながら食べられるストリートフードも多く、忙しい日常の中でも食事を済ませることができます。

タイに来る機会があるなら、ぜひ屋台での食事を楽しんでみてください。きっと忘れられない美味しい思い出になるはずです。



ร้านแผงลอยในไทย

อภิบาล จันทร์ขอนแก่น

ร้านแผงลอยในประเทศไทยเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันที่ฝังรากลึกอยู่ในสังคมไทย ร้านแผงลอยสามารถพบได้ทุกที่ในเมือง ไม่ว่าจะเป็นตามตลาด ถนนใหญ่ หรือแม้แต่ตามซอยต่าง ๆ โดยมีอาหารหลากหลายชนิดให้เลือกซื้อ เป็นที่นิยมทั้งกับคนในท้องถิ่นและนักท่องเที่ยว ด้วย

รสชาติที่อร่อยและราคาถูก การได้ลองกินอาหารจากร้านแผงลอยจึงเป็นประสบการณ์ที่ไม่ควรพลาดเมื่อมาที่ไทย

จุดเด่นของแผงลอยไทยคือความหลากหลายของเมนูและรสชาติที่เป็นเอกลักษณ์ อาหารที่นิยมมากมีทั้งก๋วยเตี๋ยว ผัดไทย ข้าวมันไก่ ส้มตำ ไก่ย่าง และข้าวเหนียวมะม่วง เป็นต้น อาหารเหล่านี้ล้วนแล้วแต่มีรสชาติที่มีทั้งความหวาน เผ็ด เปรี้ยว และเค็ม ซึ่งเป็นรสชาติที่คนไทยคุ้นเคยและเป็นที่ชื่นชอบของคนทั่วโลก

ร้านแผงลอยไทยมักจะปรุงอาหารสดใหม่ตามทีลูกค้าสั่ง ซึ่งหมายความว่าเราได้กินอาหารที่ปรุงเสร็จใหม่ ๆ ร้อน ๆ กลิ่นหอมของอาหารที่ปรุงสด ๆ นั้นช่วยกระตุ้นความอยากอาหารได้ นอกจากนี้ ร้านแผงลอยยังมักจะตั้งอยู่ตามริมถนน โดยมีโต๊ะและเก้าอี้เล็ก ๆ ให้ผู้คนได้นั่งทานอาหารกันอย่างสบาย ซึ่งสร้างความเป็นกันเองและเป็นสถานที่ที่สามารถพบปะพูดคุยกับเพื่อน ๆ หรือครอบครัวได้เป็นอย่างดี

อีกหนึ่งเสน่ห์ของร้านแผงลอยคือความสะดวกและความรวดเร็ว แผงลอยส่วนใหญ่เปิดตั้งแต่เช้าตรู่ไปจนถึงดึก ทำให้สามารถแวะกินอาหารได้ตลอดทั้งวัน ตั้งแต่มีมือเข้าก่อนออกไปทำงานจนถึงมือดึกหลังเลิกงาน และยังสามารถซื้ออาหารกินระหว่างเดินทางได้อย่างด้วย

ถ้ามีโอกาสมาที่ไทยแล้วละก็ อย่าลืมที่จะลองทานอาหารที่ร้านแผงลอยกันไว้ มันต้องเป็นประสบการณ์ที่ไม่สามารถลืมได้เลยแน่ ๆ

おしゃれなトイレ

長谷川隼乙

今日は、タイのデパートのトイレについて紹介します。僕はタイに来て、デパートのトイレに行くのが楽しくなりました。なぜなら、タイのトイレはとてもおしゃれだからです。たくさんの飾りがあり、見るのが楽しいのです。

今回は、ターミナル 21 を例に見ていこうと思います。ターミナル 21 は僕たちがよく夕飯を食べに行くところです。なので、もちろんトイレのこともよく見ています。このデパートは、空港がコンセプトになっています。各階はローマ、パリ、東京などのように異なるテーマを持っています。それゆえ、

トイレもそれぞれの階のコンセプトに基づいたものになっています。この写真は、東京フロアのもので、松の木があり、それに関連する和歌も飾られています。このような飾りが全フロアにあるので、とても面白いわけです。観光客のウケもいいです。いいマーケティング戦略だと考えます。このようなトイレは日本にはありません。積極的に取り入れると面白いのではないかと思います。



ห้องน้ำที่มีสไตล์

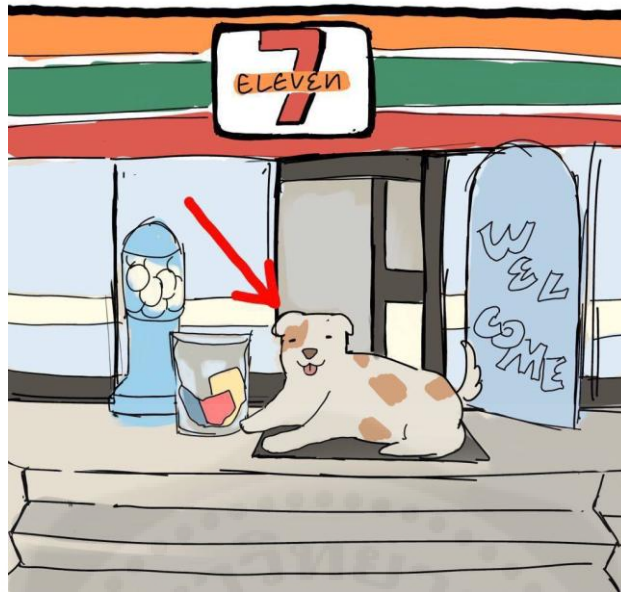
ฮายาโตะ ฮาเซกาวะ

วันนี้ผมจะมาพูดถึงเกี่ยวกับห้องน้ำในห้างของไทย ห้องน้ำเป็นที่สำหรับทำธุระ ผมเข้าห้องน้ำค่อนข้างบ่อย ตอนที่ผมมาประเทศไทย ผมเริ่มสนุกกับการไปห้องน้ำในห้างเพราะว่าห้องน้ำของไทยดูสวยมาก มีของตกแต่งเยอะ ทำให้ดูน่าสนใจ

วันนี้ผมจะพูดถึงตัวอย่างห้องน้ำของ Terminal 21 ซึ่งเป็นที่ที่พวกเราชอบไปกินข้าวเย็นกัน แน่นอนว่าผมก็ได้เข้าห้องน้ำของที่นี่บ่อย ๆ ที่นี่มีคอนเซ็ปต์เป็นสนามบิน แต่ละชั้นมีธีมแตกต่างกัน เช่น โรม ปารีส โตเกียว เป็นต้น เพราะฉะนั้นห้องน้ำก็มีธีมตามแต่ละชั้นด้วย นี่คือรูปห้องน้ำของชั้นโตเกียว มีต้นสนและมีบทกวีญี่ปุ่นที่เกี่ยวข้องกับต้นสนด้วย แต่ละชั้นมีของตกแต่งแบบนี้ ทำให้ห้องน้ำที่นี่น่าสนใจมาก นักท่องเที่ยวก็ชอบห้องน้ำแบบนี้ ผมคิดว่านี่เป็นการตลาดที่ดีมาก ห้องน้ำแบบนี้ไม่มีในญี่ปุ่น ถ้าญี่ปุ่นนำแนวคิดนี้ไปใช้ ก็คงจะน่าสนใจมาก

コンビニの前の野良犬

キッタパース・ラースマラウ



皆さんはコンビニの前で野良犬を見かけたことがありますか？タイは暑い国なので、人だけでなく野良犬も暑さに苦しんでいます。そのため、暑さをしのぐため野良犬たちはコンビニの前で寝ることが多いです。タイのコンビニにはあちこちに野良犬がいます。

タイに野良犬が多い理由の一つは、タイが仏教を信仰する国であり、タイ人が慈悲の心を持っているからです。そのため、タイ人にとって野良犬はすでに社会の一部とみなされています。確かにこれはタイならではのクールな文化のように見えますが、一方で、社会の秩序や衛生管理の問題を示しているとも言えます。

コンビニの前で野良犬を見かけたら、できるだけ避けた方がよいでしょう。多くの人が「かわいい」と思うかもしれませんが、野良犬は危険な存在でもあります。必ずしも清潔とは限らず、狂犬病の予防接種を受けている保証もありません。そのため、むやみに近づくのは避けるべきです。

これはタイならではの面白い光景で、コンビニの前で野良犬がくつろいでいるのはごく普通のことです。タイの人たちは優しく、おおらかな心を持ってい

るので、野良犬と一緒に暮らすことを当たり前のように受け入れています。もちろん、衛生や安全の問題もありますが、それでも野良犬が町の一部になっている様子から、タイのあたたかくのんびりした雰囲気を感じることができるでしょう。

読者の皆さんは、このような野良犬を見かけたことがありますか？ どう思いますか？ もし見かけたら、どうしますか？ また、コンビニの前にいる野良犬の存在について、どのように感じますか？ クールだと思いませんか。

สุนัขจรจัดหน้าร้านสะดวกซื้อ

กฤตภาส เลิศมะเลา

ทุกคนเคยเห็นสุนัขจรจัดอยู่หน้าร้านสะดวกซื้อไหม ? ประเทศไทยเป็นประเทศที่อากาศร้อน ไม่ใช่แค่คนเท่านั้นที่ต้องทนกับความร้อน แต่สุนัขจรจัดเองก็เช่นกัน ดังนั้น พวกมันจึงมักจะนอนอยู่หน้าร้านสะดวกซื้อเพื่อหลบความร้อน เพราะฉะนั้นมันเป็นเรื่องปกติมากที่คุณจะสามารถเห็นสุนัขจรจัดตามร้านสะดวกซื้อในประเทศไทย

หนึ่งในเหตุผลที่ประเทศไทยมีสุนัขจรจัดจำนวนมากก็เพราะว่าประเทศไทยเป็นประเทศที่คนส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ และคนไทยก็มีจิตใจเมตตา ด้วยเหตุนี้ คนไทยจึงมองว่าสุนัขจรจัดเป็นส่วนหนึ่งของสังคมไปแล้ว แม้ว่าสิ่งนี้จะดูเหมือนเป็นวัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์ของไทยและดูเท่ แต่ในอีกด้านหนึ่ง มันก็สะท้อนให้เห็นถึงปัญหาด้านระเบียบสังคมและการจัดการสุขอนามัยด้วยเช่นกัน

หากคุณพบเห็นสุนัขจรจัดอยู่หน้าร้านสะดวกซื้อ คุณควรหลีกเลี่ยงให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ หลายคนอาจมองว่ามันน่ารัก แต่สุนัขจรจัดก็อาจเป็นอันตรายได้เช่นกัน ไม่มีอะไรรับประกันได้เลยว่ามันสะอาดหรือได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคพิษสุนัขบ้าแล้ว ดังนั้นควรหลีกเลี่ยงการเข้าใกล้โดยไม่จำเป็น

นี่เป็นภาพที่พบเห็นได้ทั่วไปในประเทศไทย สุนัขจรจัดที่นอนอยู่หน้าร้านสะดวกซื้อถือเป็นเรื่องปกติ คนไทยมีจิตใจที่โอบอ้อมอารีและมีความเมตตา จึงยอมรับการอยู่ร่วมกับสุนัขจรจัดโดยไม่รู้สึกแปลกใจ แน่นอนว่ามันมีปัญหาเรื่องสุขอนามัยและความปลอดภัย แต่ถึงอย่างนั้นการที่

สุนัขจรจัดกลายเป็นส่วนหนึ่งของเมืองก็ทำให้เราเห็นถึงบรรยากาศที่อบอุ่นและผ่อนคลายของสังคมไทย

แล้วผู้อ่านเคยพบเห็นสุนัขจรจัดที่นอนอยู่หน้าร้านสะดวกซื้อบ้างไหม ? คิดอย่างไรกับเรื่องนี้ ? ถ้าคุณเจอคุณจะทำอย่างไร ? แล้วผู้อ่านรู้สึกอย่างไรกับการที่มีสุนัขจรจัดอยู่หน้าร้านสะดวกซื้อ ? คุณคิดว่ามันเป็นเรื่องที่ดีไหม ?

先生の日

タッサオン・ラオハメイティー



タイには、父の日や母の日だけではなく、もうひとつ重要な日があります。それが「先生の日」です。

先生の日は、タイの学生が自分たちに様々な知識を教えてくれる教師に感謝する日です。この日は毎年6月の第二木曜日に設定されています。

先生の日で一番大切なものは、「パーンワイクル」です。学生はパーンを作ることによって、教師に対してのもつ真剣な気持ちを表します。パーンには、ナスの花、ヤーブレーク、カオトック、そしてサンタンカが含まれており、それぞれの花には異なる意味があります。

- ・ ナスの花は常に下を向いていることから、謙虚さを象徴しています。
- ・ ヤーブレークは成長しやすく広がる草で、知恵の向上を表しています。

- คาอِت็อกเป็น規律を示しており、穀物を弱火で均等に加熱して中身が割れることで作られます。
- サンタンカは尖った先を持つ花で、学生全員が針のように鋭い知恵を持つことを意味しています。

パーンを作る方法は、まずスポンジを土台に置き、その上にフォームや好みの飾りを加え、花で装飾します。学生たちは自由に飾り付けをし、完成したら膝をついて先生に捧げ、感謝と敬意を表します。

先生への敬意を表す儀式は、教師と生徒の関係をより深めるだけでなく、学生の創造性やチームワークを示す活動でもあります。

先生の日、学生と教師が互いの良好な関係を示す重要な日であり、学問への愛情や尊敬を促進する機会です。これは、学びの場に良い雰囲気を生み出すことにつながります。

วันไหว้ครู

ทักษอร เลหาเมธี

ในประเทศไทย นอกจากวันที่สำคัญอย่างวันพ่อ วันแม่แล้ว ยังมีวันสำคัญอีกหนึ่งวัน นั่นก็คือ วันไหว้ครู

วันไหว้ครูเป็นวันที่นักเรียนไทยได้แสดงความเคารพและขอบคุณครูผู้สอนที่ได้สอนวิชาความรู้ต่าง ๆ ให้กับนักเรียน โดยจะจัดขึ้นในวันพฤหัสบดีที่ 2 ของเดือนมิถุนายนของทุกปี

ในวันไหว้ครู สิ่งที่สำคัญที่สุดคือ พานไหว้ครู การทำพานไหว้ครูเป็นการแสดงถึงความตั้งใจที่นักเรียนมีต่อคุณครู โดยในพานจะประกอบไปด้วย ดอกมะเขือ หญ้าแพรก ข้าวตอก ดอกเข็ม ซึ่งดอกไม้แต่ละดอก จะมีความหมายที่แตกต่างกันออกไป

- ดอกมะเขือ กล่าวกันว่าเป็นดอกไม้ที่โน้มต่ำลงมาเสมอ จึงแทนความอ่อนน้อมถ่อมตน
- หญ้าแพรก เป็นหญ้าที่เจริญงอกงามและแพร่กระจายได้รวดเร็ว แทนสติปัญญาที่เจริญงอกงาม

- ข้าวตอก แสดงถึงเรื่องของระเบียบวินัย เนื่องจากข้าวตอกเกิดจากข้าวเปลือกที่คว่ำด้วยไฟ อ่อน ๆ ให้อ่อนเสมอกันจนเนื้อในแตกออก

- ดอกเข็ม เป็นดอกไม้ที่มีปลายแหลม หมายถึงให้ลูกศิษย์ทุกคนมีสติปัญญาอันแหลมคมเหมือนดอกเข็ม

การทำพาน เราจะเริ่มจากนำฟองน้ำมาวางไว้ข้างในพาน จากนั้นก็นำโฟมหรือของที่ยากจะใส่ ใส่ไว้ในพาน และตกแต่งด้วยดอกไม้ สามารถตกแต่งได้ตามใจชอบ จากนั้นพอทำเสร็จก็จะยื่นให้อาจารย์โดยนักเรียนจะทำการบูชาครูด้วยการการคุกเข่า และกราบเพื่อแสดงความขอบคุณและเคารพในตัวครู

พิธีไหว้ครูนอกจากจะทำให้ความสัมพันธ์ของครูและนักเรียนแน่นแฟ้นขึ้นแล้ว ยังเป็นอีกหนึ่งกิจกรรมที่แสดงถึงความคิดสร้างสรรค์ในการทำงานของนักเรียน และการทำงานเป็นทีม ที่ช่วยกันทำพานขึ้นมา

วันไหว้ครูจึงเป็นวันสำคัญที่ทั้งนักเรียนและครูได้แสดงออกถึงความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกัน และยังเป็นการส่งเสริมความรักในการศึกษา และการเคารพในวิชาการ ซึ่งเป็นการสร้างบรรยากาศที่ดีในการศึกษา

タイの雲海

プーリッチ・シャッタウォン

タイには色々な美しい場所がありますが、その中でも山は格別です。特に、早朝に現れる雲海は、人々を魅了してやみません。まだ夜の帳が残る空が、ゆっくりと赤く染まり始めると、まるで魔法のように白い霧が黄金色に輝き出します。山頂から見下ろす景色はまるで別世界のようで、時間が経つのを忘れさせてくれます。雲海が、緑豊かな山々を静かに飲み込み、山頂だけが島々のように浮かび上がる様は、息をのむ美しさです。

特に、タイ北部のチェンマイやチェンライといった山岳地帯では、その壮大な景色を目の当たりにすることができます。ドイ・インタノンでは、その雄大な景色が目の前に広がり、言葉を失うほどの感動を覚えるでしょう。

まだ見たことがないのならぜひ訪れてみてください。太陽が昇ると同時に雲海がゆっくりと姿を変える、まるで動く絵画のような神秘的な風景は、訪れる人の心を奪い、時間が経つのを忘れさせるほどの美しさで、忘れられない思い出となるでしょう。

自然が織りなす壮大な芸術、それがタイの雲海であり、訪れる者を魅了し続けています。五感を研ぎ澄ませて、肌で冷たい空気を感じ、耳で遠くからの鳥の声を聴きながら、この景色を楽しんでみてください。



ทะเลหมอกของไทย

ภูริช จัตุวงศ์

ประเทศไทยมีสถานที่สวยงามมากมาย แต่ภูเขาเป็นสิ่งที่พิเศษอย่างยิ่ง โดยเฉพาะทะเลหมอกที่ปรากฏในตอนเช้าตรู่เป็นสิ่งที่ดึงดูดผู้คนได้ดี เมื่อท้องฟ้าที่ยังมืดเริ่มเปลี่ยนเป็นสีแดงอย่างช้า ๆ หมอกสีขาวจะส่องประกายสีทองราวกับเวทมนตร์ ทิวทัศน์จากยอดเขาที่มองลงมาเป็นโลกอีกใบที่ทำให้ลืมเวลาไปโดยสิ้นเชิง ทะเลหมอกกลืนกินภูเขาเขียวขจีอย่างเงียบ ๆ และมีเพียงยอดเขาที่ลอยขึ้นมาเหมือนเกาะ เป็นความงามที่น่าทึ่งจนแทบลืมหายใจ

โดยเฉพาะอย่างยิ่งในพื้นที่ภูเขาทางภาคเหนือของประเทศไทย เช่น เชียงใหม่และ เชียงราย จะได้เห็นทิวทัศน์อันงดงามนั้นด้วยตาของตัวเอง ที่ดอยอินทนนท์ ทิวทัศน์อันงดงามจะแผ่ขยายออกไปตรงหน้าคุณ และคุณจะรู้สึกประทับใจจนพูดไม่ออก



หากคุณไม่เคยเห็นมาก่อน โปรดไปเยี่ยมชม ทิวทัศน์ ลึกลับนั้นจะขโมยหัวใจของผู้มาเยือน และความงามที่ทำให้คุณลืมเวลาจะกลายเป็นความทรงจำที่ยากจะลืมเลือน การที่ดวงอาทิตย์ขึ้นและทะเลหมอกค่อย ๆ เปลี่ยนรูปร่างนั้นเหมือนกับภาพวาดที่มีชีวิต

ศิลปะอันงดงามที่ธรรมชาติสร้างขึ้น นั่นคือทะเลหมอกของประเทศไทย และยังคงดึงดูดผู้คน อากาศเย็นเฉียบสัมผัสผิวของคุณ และได้ยินเสียงนกร้องจากไกล ๆ โปรดใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้าของคุณเพื่อเพลิดเพลินกับทิวทัศน์นี้

バンコクの病院

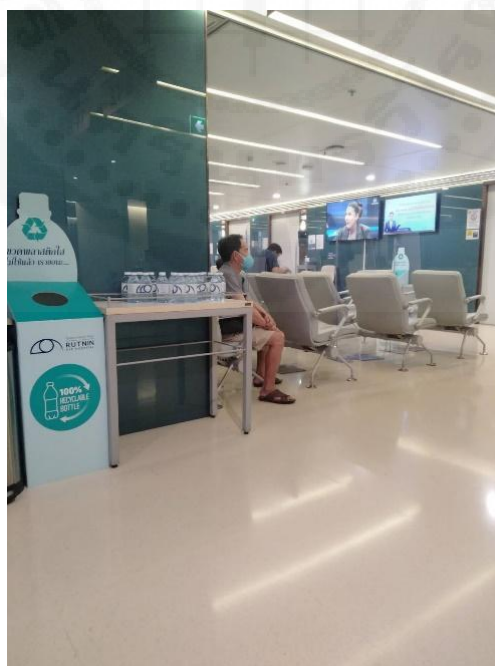
能田浩道

私はタイ語研修プログラム中にバンコクにある病院を受診しました。バンコク内の病院には日本都市部の病院にもないような驚くべき特徴がいくつかあったため、紹介したいと思います。私はタイを訪れる前から、バンコクの病院は、清潔さや医師の言語レベル面における外国人からの評判が非常に高いと聞いていました。実際に受診で訪れた際には予想以上に衝撃を覚えました。

以下に挙げる三点は、特に日本の病院とバンコクの病院との大きな違いだと感じたものです。一点目は病院の清潔さです。もちろん日本の病院も清潔ですが、バンコク内の病院は格別に清潔に保たれていると感じました。壁や床、椅子などすべてが徹底的に管理されており、まるでホテルや高級マンションのように感じました。二点目は言語対応面です。私が受診した際、医師の方は、タイ語を話すことのできない私に非常に流暢な英語で話してくれるなど配慮を

してくださりました。また、病院内では中国語やヒンディー語が話されているのも聞こえました。バンコク病院には外国人専用部門があるように、外国人が多いことにより外国人患者対応が非常に進んでいるように感じました。日本にも英語対応可能な病院はありますが、数は少なく、多言語対応病院はほとんどありません。三点目は患者の受け入れ体制です。私が病院を受診した時間帯は夜であり急な診察であったにも関わらず迅速に受け入れてくれ、次回の診察も突然だったにも関わらず、スムーズに予約することができました。さらに調べていくと、例えばバンコク病院では日本にはないロボットを手術に導入し、ロボット手術センターを開設するなど新たな取り組みが医療分野で次々に行われていることが分かりました。

タイでのこの経験により、私はバンコクの医療水準は世界的に見ても高い位置にあるのだと実感すると同時に、日本も予約システムや病院内の環境整備など、バンコクの医療制度を可能な範囲で導入すると良いのではないかと感じました。



โรงพยาบาลในกรุงเทพฯ

โคโค โนตะ

ระหว่างที่ผมเข้าร่วมโครงการฝึกอบรมภาษาไทย ผมได้เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลในกรุงเทพฯ ซึ่งโรงพยาบาลในกรุงเทพฯ มีสิ่งที่น่าสนใจหลายอย่างที่โรงพยาบาลในญี่ปุ่นไม่มี ดังนั้นผมจึงอยากจะมาแนะนำให้ทราบ

ก่อนผมมาเมืองไทยผมได้ยืมว่าโรงพยาบาลในกรุงเทพฯ ได้รับความนิยมนจากคนต่างชาติ เพราะว่าโรงพยาบาลในกรุงเทพฯ สะอาดมากและมีหมอที่พูดได้หลายภาษา เมื่อผมได้ไปเข้ารับการรักษจริง ๆ ผมตกใจมากในความแตกต่างระหว่างโรงพยาบาลในญี่ปุ่นกับโรงพยาบาลในกรุงเทพฯ โดยข้อแตกต่างมี 3 ข้อ

ข้อที่ 1 คือ ความสะอาดในโรงพยาบาล แน่นอนว่าโรงพยาบาลในญี่ปุ่นดีแต่โรงพยาบาลในกรุงเทพฯ สะอาดมาก ให้ความรู้สึกเหมือนกับเป็นโรงแรมหรือคอนโดหรู เพราะว่าผนัง, พื้น, เก้าอี้ และอื่น ๆ ทุกอย่างได้รับการดูแลอย่างข้้มงวด

ข้อที่ 2 คือ การรองรับภาษาต่างประเทศ เมื่อผมได้รับการตรวจ คุณหมอได้พูดกับผมเป็นภาษาอังกฤษ เพราะว่าผมยังไม่สามารถพูดภาษาไทยได้ แล้วในโรงพยาบาลผมก็ได้ยินภาษาอื่นด้วย เช่น ภาษาจีนและภาษาฮินดี อย่างในโรงพยาบาลกรุงเทพฯ จะมีแผนกสำหรับชาวต่างชาติโดยเฉพาะ ทำให้การดูแลผู้ป่วยชาวต่างชาติมีความก้าวหน้า ในญี่ปุ่นมีโรงพยาบาลที่สามารถใช้ภาษาอังกฤษได้แต่โรงพยาบาลแบบนี้มีไม่มาก และโรงพยาบาลที่สามารถใช้หลายภาษาแทบไม่มีเลย

ข้อที่ 3 คือ ระบบการรับผู้ป่วย เมื่อผมเข้ารับการตรวจที่โรงพยาบาลในตอนกลางคืน แม้ว่าจะเป็นการตรวจฉุกเฉิน แต่ก็ได้รับการรับรองอย่างรวดเร็ว แล้วก็เมื่อพวกเราจองนัดวันถัดไป ก็จองได้ทันทีและราบรื่นมาก เมื่อศึกษาต่อไปผมพบว่าโรงพยาบาลกรุงเทพฯ ได้นำหุ่นยนต์มาใช้ในการผ่าตัด และได้เปิดศูนย์ผ่าตัดด้วยหุ่นยนต์ ซึ่งโรงพยาบาลในญี่ปุ่นไม่มี แสดงให้เห็นว่ามีการริเริ่มใหม่ ๆ ในวงการแพทย์อย่างต่อเนื่อง

จากการสืบค้นครั้งนี้ ผมได้เรียนรู้ว่าการแพทย์ในกรุงเทพฯ อยู่ในระดับสูงและถือว่าเป็นอันดับต้น ๆ ของโลก ญี่ปุ่นก็ควรนำเทคโนโลยีของไทย เช่น ระบบการจองและการปรับปรุงสภาพแวดล้อม มาใช้ในขอบเขตที่ทำได้

イカのすり身

タナキット・スアンマリ

昔からタイには、「プルームック・ボット（イカのすり身）」と呼ばれる食品があります。

プルームック・ボットは、タイのラッタナーコーシン時代から存在し、ラーマ5世の時代に日本と中国の影響を受けました。特に、タイの南部が海に面しているので、原材料となるイカを簡単に探すことができます。日本の「さきいか」や「スルメ」と同じですが、タイのは細かく刻んだタイプと長いシート状に伸ばしたタイプがあります。

元々は、プルームック・ボットはタイの漁師が漁の際に保存食として作っていたものでした。イカを乾燥させた後、炙ることで味を増し、保存期間を伸ばしていました。主にコウイカやアオリイカが使われていました。

その後、タイは中国と日本と貿易をするようになり、イカをプレスする技術を教えてもらいました。手で回すプレス機を使ってイカを平たく伸ばします。その後、炭火で焼くことで、だんだん柔らかくなり、お菓子のように噛みやすくなりました。

プルームック・ボットは急に人気を集め、市場の屋台や寺院祭り、文化イベントなどで見かけます。タイのプルームック・ボットは色々な味がありますが、オリジナルの味は、少し塩気があって甘みもあり、炙った香りが特徴です。タイのシーフードソースと一緒に食べると、さらに味が増して美味しくなります。

しかし現在、昔のプレス機を使ったプルームック・ボットはあまり見かけなくなり、寺院祭りや古い市場の一部でしか見つかりません。その理由は、ここ

数年でタイの中のイカの数が増加して乾燥させたイカの値段も急激に上がったため、多くの店がやめてしまったからです。

代わりに、現在は加工食品として機械で大量生産されたものが主流となり、スーパーやコンビニで売られています。その代表的な例が「ベントー (Bento)」というタイのお菓子で、甘い・辛いなど色々な味があり、現在のタイで人気のお菓子となっています。



ปลาหมึกอบ

ธนกฤต สวณมะลิ

ในประเทศไทยเมื่อนานมาแล้ว เคยมีอาหารกินแล้วแล้วราคาถูกอยู่อย่างหนึ่งที่เรียกว่า ปลาหมึกอบ

ปลาหมึกอบ เป็นอาหารที่มีตั้งแต่สมัยรัตนโกสินทร์แล้วได้รับอิทธิพลจากประเทศญี่ปุ่น และจีนในช่วงรัชกาลที่ 5 อีกทั้งประเทศไทยก็ยังเป็นประเทศที่ติดกับทะเลโดยเฉพาะภาคใต้กับ ตะวันออกเลยหาวัตถุดิบในการทำได้ง่าย โดยญี่ปุ่นจะเหมือนกับ さきいか/スルメ ที่เป็น ปลาหมึกอบเหมือนกันแต่ในประเทศไทยจะมีทั้งแบบบดละเอียดและแบบบดให้เป็นแผ่นยาว

ในตอนแรกยังไม่ได้เป็นปลาหมึกบด แต่เป็นแค่การถนอมอาหารระหว่างการจับปลาของชาวประมงเท่านั้น โดยนำปลาหมึกไปตากแห้ง จากนั้นไปย่างไฟเพื่อเพิ่มให้รสชาติและสามารถเก็บได้นานขึ้นโดยส่วนใหญ่จะใช้ปลาหมึกกล้วยกับปลาหมึกกระดองในการทำ

ต่อมาประเทศไทยมีการติดต่อค้าขายกับจีนและญี่ปุ่น จึงได้รับเทคนิคการบดกับเครื่องบด โดยมีการใช้เครื่องบดมือหมุนเพื่อรีดปลาหมึกให้แบน ก่อนนำไปย่างบนเตาถ่านปลาหมึกมาใช้และทำให้ปลาหมึกมันหนึ่มขึ้นและเคี้ยวง่ายเหมือนขนม

จากนั้นปลาหมึกบดอย่างก็เริ่มมีความนิยมมากขึ้นแล้วก็หากินได้ตามทางในตลาดหรืออาจจะเจอในงานวัดงานวัฒนธรรมได้ด้วย ซึ่งรสชาติของปลาหมึกบดในประเทศไทยมีหลายรสชาติแต่รสชาติต้นตำรับจริงนั้น ๆ จะออกเค็ม ๆ หวาน ๆ หอมกลิ่นควันย่างและกินพร้อมภาน้ำจิ้มซีฟู้ดในสไตล์คนไทยจะอร่อยมากกว่าเดิม

แต่ในปัจจุบัน ปลาหมึกบดอย่างแบบใช้เครื่องบดจริง ๆ นั้นหายากมาก มีเจอแค่งานวัดและในตลาดเก่าบางที่เท่านั้น ซึ่งเหตุผลที่ทำให้ปลาหมึกบดหากินได้ยากเป็นเพราะ ในช่วงหลายปีที่ผ่านมาปลาหมึกตากแห้งราคาเพิ่มสูงขึ้น จำนวนปลาหมึกในไทยก็เริ่มลดลงจึงทำให้ไม่คุ้มกับการขาย จึงเลิกขายไป และส่วนใหญ่ในปัจจุบันจะเป็นแบบแปรรูป ใช้เครื่องจักรช่วยทำ ซึ่งสามารถเห็นได้ในห้างหรือร้านสะดวกซื้อทั่วไป ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดคือ ขนมเบนโตะ Bento ที่มีหลายรสชาติทั้งหวาน เค็ม เผ็ด และเป็นที่ยิยมในปัจจุบันของคนไทย ณ ตอนนี้

宝くじに当たる迷信

スパッサラー・ウォンスワン

「宝くじ」はタイ人にとっても人気があるものです。多くの人々は宝くじを買って大金を得ることを望んでいます。さらに、タイ人は神様が幸運を授けると信じています。そのため、タイにはいろいろな宝くじに当たる迷信があります。

迷信の一つは「祈願」です。祈願の方法は有名なお寺や、祈願すると宝くじに当たると言われるお寺へ行くことです。または、人々が信仰している神様に祈願することや古い木にベイベーパウダーをまいて指でこすることです。タイ人は古い木に神様が宿っていると信じています。木を指でこすると、神様は私たちに数字を授けます。

タイ人は祈願するときや木をこすときに神様に宝くじに当たるように誓うことがあります。宝くじに当たれば、宝くじを当てさせてくれた神様にお礼をしなければなりません。お礼の方法は誓ったときによって異なります。例えば、豚の頭やゆで卵を持ってきて捧げること、タイの舞姫の衣装を買って捧げることや三色の布を結ぶことなどです。

神様に祈願するだけでなく、一部のタイ人は変な迷信を信じています。例えば、事故が起きたら、車のナンバーを見て、この車のナンバーを使って宝くじを買うことや家の中で誰かがなくなったら、その住民票コードや年齢を使って宝くじを買うこと、夢で何かを見たとき、この夢を数字に解釈することなどです。

タイ人は宝くじを買うのがとても好きで、タイには宝くじに当たる迷信がたくさんあります。それから、タイ人は神様を信じすぎるため、宝くじに当たる迷信には、少し変わったものも含まれています。



ความเชื่อที่ทำให้ถูกหวย

สุภัทสร วังสุวรรณ

“หวย” เป็นสิ่งที่นิยมอย่างมากในหมู่คนไทย หลาย ๆ คนหวังได้รับเงินก้อนโตจากการซื้อหวย นอกจากนี้คนไทยยังเชื่อในเรื่องสิ่งศักดิ์สิทธิ์ให้โชคกลาง และมีความเชื่อต่าง ๆ ที่ทำให้ถูกหวย

ความเชื่อที่ทำให้ถูกหวยของคนไทยมีมากมาย ยกตัวอย่างเช่น การไหว้พระขอพร วิธีการคือคนไทยจะไปวัดที่มีชื่อเสียง หรือได้ยินมาว่าถ้ามาขอพรที่วัดนี้แล้วจะถูกหวย หรือการไปขอกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่ผู้คนนับถือ การโรยแป้งที่ต้นไม้ง่าแก่ วิธีการคือคนไทยจะโรยแป้งที่ต้นไม้และใช้นิ้วถูต้นไม้ คนไทยเชื่อว่าในต้นไม้ง่าแก่จะมีสิ่งศักดิ์สิทธิ์สิงสถิตอยู่ หากเราศรัทธาแล้วใช้นิ้วถูต้นไม้สิ่งศักดิ์สิทธิ์จะให้ตัวเลขกับเรา

คนไทยเมื่อมีการไปไหว้พระขอพรหรือตอนที่ถูต้นไม้จะมีการบนบานกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ให้ถูกหวย หากถูกหวยจะต้องมาแก้บนที่สิ่งศักดิ์สิทธิ์ทำให้เราถูกหวย วิธีการแก้บนขึ้นอยู่กับตอนที่เรารบนบาน เช่น การนำห่อหมูหรือไข่ต้มมาถวาย การซื้อชุดนางรำมาถวาย การผูกผ้าสามสี เป็นต้น

นอกจากขอพรจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์แล้ว คนไทยบางคนยังมีความเชื่อแปลก ๆ อีก ยกตัวอย่างเช่น หากมีอุบัติเหตุเกิดขึ้น คนไทยบางคนจะดูเลขป้ายทะเบียนรถ แล้วนำเลขทะเบียนรถนั้นไปซื้อหวย หรือหากบ้านไหนมีคนเสียชีวิต จะนำเลขทะเบียนบ้านหรืออายุของผู้เสียชีวิตไปซื้อหวย หรือเมื่อฝันเห็นอะไรบางอย่างก็จะนำความฝันมาตีเป็นตัวเลข เป็นต้น

คนไทยนั้นชอบซื้อหวยเป็นอย่างมาก ทำให้มีความเชื่อต่าง ๆ ที่ทำให้ถูกหวย อีกอย่างคือเนื่องจากคนไทยมีความเชื่อเรื่องสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ทำให้ความเชื่อที่ทำให้ถูกหวยของคนไทยนั้นแปลกเป็นอย่างมาก

タイのアルコールの販売時間

駒崎結子

今回私が注目した点は「タイのアルコールの販売時間」です。タイにはアルコールを販売できる時間とできない時間があります。このような決まりは日本にはないため、このことを知ったとき、驚きました。

この写真を見つけたのは、休日にバディーと一緒に MBK センターに遊びに行ったときです。そのときにドン・キホーテに入りました。そこで写真のような看板を見つけました。日本では、20 歳以上であればいつでもアルコールを飲むことができます。日本とは違うタイの法律に興味を持ちました。タイでは 11 時から 14 時と 17 時から 24 時の間のみ、アルコールを販売することができます。飲食店も同じです。そして 20 歳未満はアルコールを購入することができません。

もっと知りたいと思い、インターネットでさらに詳しい情報を見つけました。この法律がある理由は、公務員が勤務時間中にお酒を買わないようにするためです。さらに、年に 5 回ある仏教の祝日と選挙の前日の 18 時から当日の深夜 0 時まで、終日お酒を買うことができません。

日本とタイは、アルコールを飲める年齢は 20 歳以上と同じですが、タイはアルコールを購入できる時間が決まっています。興味深かったです。そして、仏教の祝日はアルコールを買うことができないと知り、タイの人々がとても仏教を大切にしていることに気づきました。



เวลาขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ยูอิโกะ โคมาซากิ

วันนี้ฉันจะมานำเสนอเรื่อง “เวลาขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์” ในประเทศไทย มีเวลาที่สามารถขายแอลกอฮอล์ได้ และเวลาที่ไม่สามารถขายได้ กฎแบบนี้ไม่มีในญี่ปุ่นก็เลยทำให้ฉันรู้สึกประหลาดใจ

เมื่อวันหยุด ฉันได้ไปเที่ยวที่ MBK เซ็นเตอร์กับบัดดี้ แล้วก็เข้าไปที่ตึกโกโธเต๋ ที่นั่นมีป้ายแบบนี้ ในญี่ปุ่นคนที่อายุ 20 ปีขึ้นไปสามารถซื้อแอลกอฮอล์ได้ตลอด ฉันสนใจกฎหมายของไทยที่แตกต่างจากญี่ปุ่น ในประเทศไทยสามารถขายแอลกอฮอล์ได้เฉพาะระหว่างเวลา 11 โมงถึงบ่าย 2 โมง และ 5 โมงเย็นถึงเที่ยงคืนเท่านั้น ร้านอาหารก็เหมือนกัน แล้วก็คนที่อายุต่ำกว่า 20 ปีไม่สามารถซื้อแอลกอฮอล์ได้

ฉันเลยหาข้อมูลเพิ่มเติมจากอินเทอร์เน็ต ทำให้รู้ว่าเหตุผลที่มีกฎหมายนี้คือเพื่อไม่ให้ข้าราชการซื้อแอลกอฮอล์ในเวลาทำงาน อีกทั้งในวันหยุดทางพุทธศาสนาใน 1 ปี ที่มีทั้งหมด 5 ครั้งและในช่วงเวลา 6 โมงเย็นของวันก่อนการเลือกตั้งจนถึงเที่ยงคืนของวันเลือกตั้ง จะไม่สามารถซื้อแอลกอฮอล์ได้ตลอดทั้งวัน

ทั้งญี่ปุ่นและไทย อายุที่สามารถดื่มแอลกอฮอล์ได้คือ 20 ปีขึ้นไปเหมือนกัน แต่ในไทยมีการกำหนดเวลาที่สามารถซื้อแอลกอฮอล์ได้ ซึ่งน่าสนใจมาก แล้วก็พอได้รู้ว่าในวันหยุดทางพุทธศาสนาไม่สามารถซื้อแอลกอฮอล์ได้ ฉันเลยรู้สึกว่าคุณคนไทยให้ความสำคัญกับศาสนาพุทธมาก

タイにおける曜日の色

ナッティカーン・タースタム

タイでは曜日ごとに色が決まっています。月曜日になると、黄色い服を着る人がかなり多く見られます。その上、「月曜日の代表の色は何色でしょうか」と全国のタイ人に聞くと、答えは「黄色」と答えます。なぜでしょうか？ まず、歴史から説明します。

曜日を表す色を割り当てるのは、タイの有名な詩人「スントーン・プー」によって書かれ、ラーマ 2 世の治世中の王族向けの教科書に初めて文書の形で登場しました。その教科書によると、日曜は赤、月曜は黄、火曜はピンク、水曜は緑(午後黒)、木曜はオレンジ、金曜は青、土曜は紫と決められています。曜日の色は「テワダーノッパコオ」という惑星の神々の体の色に基づいています。元々タイでは神様たちは人間の命を守っているという信念がありま

す。その上、曜日による色を服装や物などを使うと、その日は運気が上がった
り、物事が円滑に進んだりするかも知れないと信じられています。この伝統
は、戦争に赴かなければならなかった宮廷の役人や将軍たちの間で広まってい
ました。その後、ラーマ6世の治世中に、その日の色に合わせた服装が重要視
されるようになりました。各日の色を使用して、王室の各メンバーを表しま
す。曜日ごとに色が表す理由はまだ不明ですが、この信仰は今でもタイの人々
に大きな影響を与えています。特に、タイで言われる「ムテルー」という信念
に関係したマーケティングがあります。

この信仰の影響で、多くのタイ人が自分の生まれた色に基づいてアイテムを
選んだり、服を買ったりするようになりました。特にタイのムテルー業界で
は、占いや、運気を高めるのもとても人気があります。そのため、7色もの
カラーバリエーションで製品が作られることも珍しくありません。現在では縁
起の良い色は7色だけではありません。しかし、月曜日に赤を着ると富を引き
寄せるなど、さまざまな事柄で運を高めるカラーチャートもあります。これは
タイにしかない話で、まさに「クールなタイ」だと感じました。



สีของวันในสัปดาห์

ณัฐจิกันต์ ทาสุธรรม

ที่ประเทศไทย เมื่อถึงวันจันทร์มีคนจำนวนไม่น้อยที่จะใส่เสื้อผ้าสีเหลือง และถ้าพูดถึงสีที่เป็นภาพลักษณ์ของวันจันทร์คนไทยทั้งประเทศก็คงจะตอบเหมือน ๆ กันว่า สีของวันจันทร์คือสีเหลือง เพราะอะไรถึงเป็นเช่นนั้นก่อนอื่นขอเริ่มจากประวัติความเป็นมา

การกำหนดให้สีเป็นตัวแทนของวันในสัปดาห์ ปรากฏเป็นลายลักษณ์อักษรครั้งแรกในหนังสือเรียนของเชื้อพระวงศ์ในสมัยรัชกาลที่ 2 แต่งโดย “สุนทรภู่” นักกวีผู้มีชื่อเสียงในไทย ในตำราระบุไว้ว่า วันจันทร์แทนด้วยสีเหลือง วันอังคารแทนด้วยสีชมพู วันพุธแทนด้วยสีเขียว วันพฤหัสบดีแทนด้วยสีแสด(สีส้ม) วันศุกร์แทนด้วยสีฟ้า วันเสาร์แทนด้วยสีม่วง และวันอาทิตย์แทนด้วยสีฟ้า สีต่าง ๆ ถูกอ้างอิงจากสีประจำกายของเทพยดานพเคราะห์ สมัยก่อนเชื่อว่าเทพเหล่านี้เป็นเทพครองเรือนชะตาของมนุษย์ และมีความเชื่อการใช้สีของหรือแต่งตัวตามสีประจำวันจะทำให้มีแต่เรื่องดี ๆ ประเพณีนี้แพร่หลายในหมู่คนในพระราชวังและแม่ทัพที่จะต้องไปรบ ต่อมาในสมัยรัชกาลที่ 6 ก็ให้ความสำคัญกับการแต่งตัวตามสีประจำวัน ผ่านการใช้สีประจำวันเป็นตัวแทนของเชื้อพระวงศ์แต่ละพระองค์ ถึงแม้เหตุผลการกำหนดสีในสัปดาห์จะคลุมเครือโดยเฉพาะด้านความเชื่อ หรือที่คนไทยเรียกว่า “มูเตลู”

อิทธิพลของความเชื่อนี้ทำให้คนไทยหลายคนเลือกสีของหรือซื้อเสื้อผ้าตามสีประจำวันเกิดของตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในอุตสาหกรรมมูเตลู ในประเทศไทยการดูดวงและเสริมดวงเป็นที่นิยมอย่างมาก จึงไม่ใช่เรื่องแปลกที่จะเห็นสินค้าผลิตออกมามากถึงเจ็ดสี ในปัจจุบันสีที่ถูกโฉลกไม่ได้มีเพียงแค่ 7 สีเท่านั้น แต่ยังมีตารางสีเพื่อเสริมดวงเรื่องต่าง ๆ ได้ เช่น ถ้าใส่สีแดงในวันจันทร์จะช่วยเรียกทรัพย์

ในปัจจุบันยังไม่มีแหล่งอ้างอิงที่แน่นอนว่าเพราะเหตุใดวันจันทร์ถึงอาทิตย์จึงต้องกำหนดสี แต่ความเข้าใจเรื่องการใช้สีแทนวันในสัปดาห์ จะยังคงถูกสอนในระดับชั้นอนุบาล และเป็นที่เข้าใจว่าสีทั้ง 7 สีสามารถบ่งบอกถึงวันในสัปดาห์ ฉะนั้นว่าคงมีแค่ประเทศไทยที่มีการกำหนดสีของวัน และนี่คือสิ่งที่คิดว่าเป็น “Cool Thailand”

アイス移動販売車

テイタット・チャロエンピアム



皆さん、アイス移動販売車を知っていますか？ 1950 年から 1970 年の間に、アイス移動販売車のデザインや使用方法は進化しました。1980 年から 2000 年にかけて、バンコクではアイス移動販売車が流行し、毎日見かけるほど一般的なものになりました。

アイス移動販売車は、側車付きオートバイ（サイドカー）の中にアイスクリームやアイスコーンを蓄え、さまざまな村を巡りながら子供たちにアイスクリームを販売します。車が村を回ると、アイス移動販売車特有の歌やベルの音が聞こえ、それを合図に「アイスクリームが来た！」と気づきます。そして、家を出てアイスクリームを買うことができるのです。タイは蒸し暑い気候なので、家の近くで手軽にアイスを買えるのはとても便利です。

私が子供の頃は、おばあさんがアイス移動販売車を呼んで、私にアイスクリームを買ってくれました。しかし、近年おばあさんの家を訪ねたとき、アイス移動販売車を全く見かけなくなりました。なぜでしょうか？ どうやら、デリバリーアプリの普及により、アイス移動販売車の人気下がってしまったよう

です。しかし、地方や一部の村では、今でもアイス移動販売車を見かけることができます。

将来、アイス移動販売車は珍しいものになるかもしれませんが、すでにタイ文化に深く根付いています。タイ人に「アイス移動販売車を知っていますか？」と尋ねれば、間違いなく「知っている」と答えるでしょう。あなたの国には、アイス移動販売車はありますか？

รถไอศกรีม

จี๊ดจ๊าด เจริญเปี่ยม

เพื่อน ๆ รู้จักรถไอศกรีมกันไหม ในปี ค.ศ. 1950-1970 ได้มีการสร้างรถไอศกรีมและพัฒนาดีไซน์ขึ้น กระทั่งในปี ค.ศ. 1980-2000 รถไอศกรีมได้รับความนิยมเป็นอย่างมาก ทำให้กลายเป็นสิ่งปกติในชีวิตประจำวันไปแล้ว

รถไอศกรีมคือรถจักรยานยนต์ปรับแต่งให้มีรถพ่วงใส่ตู้เย็นที่มีไอศกรีมเป็นโคนหรือเป็นแท่งเก็บเอาไว้ มีป้ายร้านและราคาของไอติมติดเอาไว้ข้าง ๆ รถ ซึ่งคนขับก็จะขับรถไปตามหมู่บ้านต่าง ๆ เพื่อขายไอศกรีมให้กับเด็ก ๆ โดยทุกครั้งที่รถไอศกรีมขับผ่านเราก็จะได้ยินเสียงเพลงหรือเสียงกระดิ่งที่เป็นเอกลักษณ์ของรถไอศกรีมทำให้เรารู้ว่ารถไอศกรีมมาแล้ว เมื่อได้ยินเสียงเพลงหรือเสียงกระดิ่งแล้วก็ออกไปเรียกคุณลุงรถไอศกรีมแล้วซื้อได้เลย ประเทศไทยเป็นประเทศที่อากาศร้อนดังนั้นการที่มีคนขับรถไอศกรีมมาส่งถึงหน้าบ้านนั้นจึงเป็นอะไรที่สะดวกสบายอย่างมากทำให้รถไอติมเป็นที่นิยมอย่างมากในสมัยก่อน ตอนเด็ก ๆ คุณย่าชอบออกไปเรียกรถไอศกรีมแล้วซื้อไอศกรีมให้บ่อย ๆ จึงคุ้นเคยกับรถไอศกรีมมากแต่ในปัจจุบันนั้นเนื่องจากมีแอปพลิเคชันมากมายที่สามารถกดสั่งของมาส่งถึงหน้าบ้านได้ ทำให้ความนิยมของรถไอศกรีมในปัจจุบันลดลงอย่างมาก ทั้งนี้ในพื้นที่ต่างจังหวัดหรือในบางหมู่บ้านก็ยังคงมีรถไอศกรีมให้พบเห็นกันอยู่ถึงทุกวันนี้

ในอนาคตกการพบเห็นรถไอศกรีมอาจกลายเป็นเรื่องหายาก แต่รถไอศกรีมได้หลอมรวมไปเป็นวัฒนธรรมของไทยไปเสียแล้ว ถ้าเกิดคุณถามคนไทยว่ารู้จักรถไอศกรีมหรือไม่ เขาจะตอบกลับมาว่ารู้จักอย่างแน่นอน ในประเทศของคุณมีรถไอศกรีมหรือเปล่า

タイの電車の優先席に「僧侶」が座れること

反町沙桜



タイの電車には、日本と同じように優先席があります。お年寄りや妊婦さん、体の不自由な人が座ることができます。しかし、日本とは異なる点があります。それは、「僧侶も優先席に座ることができる」ということです。日本の優先席には「お年寄り・妊婦・体の不自由な人・子ども連れの人」のマークがよく使われますが、タイではそこに「僧侶」のマークもあります。では、なぜ僧侶が優先席を使えるのでしょうか？

タイでは、仏教が社会に深く根付いています。国民の約90%が仏教徒であり、多くの人が僧侶を尊敬しています。仏教では、僧侶は世俗を離れた特別な存在とされ、一般の人々とは異なる立場にあります。そのため、僧侶に対して敬意を示すことは、タイの文化においてごく自然なことです。

また、僧侶には「女性と直接触れてはいけない」という決まりがあります。これは、僧侶が煩惱を断ち、修行に専念するための戒律の一つです。電車の中が混雑しているとき、一般の座席に座ると女性と体が触れてしまう可能性があります。そのため、僧侶が安心して座れるように優先席が用意されているのです。

私はまだ、実際に電車で僧侶が優先席に座っているところを見たことはありません。しかし、タイの人にこのことについて尋ねたところ、「僧侶に席を譲るのは当たり前のことだ」と言っていました。タイでは、僧侶に席を譲ることは単なるルールではなく、自然な行動として受け入れられています。これは、仏教がタイの人々の価値観や日常生活に深く根付いていることを示していると感じました。

このように、一つの優先席の違いからも、タイの文化や宗教観が見えてきます。皆さんもタイに行く機会があれば、電車の優先席に注目してみると面白いかもしれません。

ที่นั่งพิเศษในรถไฟของไทยที่ “พระสงฆ์” สามารถนั่งได้

ชาซาระ ไชริมาจิ

ในรถไฟของไทยมีที่นั่งพิเศษเช่นเดียวกับในญี่ปุ่น โดยที่นั่งเหล่านี้สงวนไว้สำหรับผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์ และผู้พิการหรือทุพพลภาพ อย่างไรก็ตาม มีจุดหนึ่งที่แตกต่างจากญี่ปุ่น นั่นคือ “พระสงฆ์ก็สามารถนั่งที่นั่งพิเศษได้” ในญี่ปุ่น สัญลักษณ์ของที่นั่งพิเศษมักจะแสดงรูปผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์ ผู้พิการ และผู้ที่มีเด็กเล็ก แต่ในประเทศไทย สัญลักษณ์ดังกล่าวยังรวมถึง พระสงฆ์ ด้วย ทำไมพระสงฆ์จึงสามารถใช้ที่นั่งพิเศษได้ ?

ในประเทศไทย พุทธศาสนาเป็นส่วนหนึ่งของสังคมที่ยังรากลึก ประชากรไทยประมาณ 90% นับถือศาสนาพุทธ และคนไทยจำนวนมากให้ความเคารพนับถือพระสงฆ์ ตามหลักคำสอนของพุทธศาสนา พระสงฆ์เป็นผู้ที่ละทิ้งทางโลกและถือเป็นบุคคลพิเศษที่แตกต่างจากฆราวาส ดังนั้น การให้ความเคารพต่อพระสงฆ์จึงเป็นเรื่องปกติในวัฒนธรรมไทย

นอกจากนี้ พระสงฆ์ยังมีข้อกำหนดว่า “ไม่สามารถสัมผัสตัวผู้หญิงได้” ข้อนี้เป็นหนึ่งในศีลที่พระสงฆ์ต้องปฏิบัติเพื่อฝึกฝนตนเองและละจากกิเลสทางโลก หากรถไฟมีผู้โดยสารหนาแน่น พระสงฆ์อาจเผลอสัมผัสกับผู้หญิงที่นั่งข้าง ๆ ได้ ด้วยเหตุนี้ การมีที่นั่งพิเศษสำหรับพระสงฆ์จึงช่วยให้ท่านสามารถนั่งได้อย่างสบายใจและไม่ต้องกังวลเรื่องการสัมผัสทางกาย

ส่วนตัวแล้ว ฉันยังไม่เคยเห็นพระสงฆ์ที่นั่งพิเศษในรถไฟไทยมาก่อน แต่เมื่อฉันถามคนไทยเกี่ยวกับเรื่องนี้ พวกเขาบอกว่า “การสละที่นั่งให้พระสงฆ์เป็นเรื่องปกติ” คนไทยไม่ได้มองว่าการให้ที่นั่งแก่พระสงฆ์เป็นเพียงแค่กฎเกณฑ์ แต่เป็นพฤติกรรมที่เป็นธรรมชาติในสังคมไทย ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าพุทธศาสนามีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตและค่านิยมของคนไทยอย่างลึกซึ้ง

จากเรื่องของที่นั่งพิเศษเพียงจุดเดียว เราสามารถมองเห็นถึงวัฒนธรรมและแนวคิดทางศาสนาของประเทศไทยได้อย่างชัดเจน หากมีโอกาสได้ไปเที่ยวประเทศไทย ลองสังเกตที่นั่งพิเศษในรถไฟดูสิ อาจเป็นประสบการณ์ที่น่าสนใจไม่น้อยเลยทีเดียว !

タイのタクシーの呼び方

プラウパン・ウォンサワース



タイではタクシーが一般的な交通手段の一つとして利用されています。特にバンコクやチェンマイ、プーケットのような都市部では、タクシーが多く走っており、24 時間いつでも利用することができます。さらに、カラフルな車体のタクシーは、タイの街並みに独特の雰囲気を与えて、観光客にも印象的な存在となっています。タクシーを利用する方法はいくつかあり、それぞれにメリットと注意点があります。タイでは、特定のタクシー乗り場がない限り、基本的にどこでもタクシーを拾うことができます。手を挙げて合図をすれば、空車のタクシーが停まってくれます。空車であることを示すサインは、フロントガラスにある「ว่าง (空車)」の表示です。

しかし、どこでも自由に乗れるからこそ、安全には十分注意しなければなりません。例えば、交差点やカーブの近くでタクシーを止めると、後ろから来る車に迷惑をかけたり、事故の危険性が高まったりします。そのため、できるだけ広い場所や交通量の少ない場所でタクシーを拾うのが望ましいでしょう。

タイのタクシーは基本的にメーター制ですが、中にはメーターを使わず、料金を交渉しようとする運転手もいます。特に観光地では、通常より高い料金を請求されることがあるため注意が必要です。乗車するときには、「メーターを使ってください」と運転手に確認しましょう。もし運転手が拒否する場合は、そのタクシーには乗らず、別の車を探すのが賢明です。また、一部の運転手はわざと遠回りをして料金を高くしようとする場合があります。目的地への最短ルートを事前に調べておくと、こうしたトラブルを避けることができるでしょう。

Grab を使うことで、自分で道路に出てタクシーを探したり、停めたりする必要がなく、アプリを開いて車を手配するだけで、すぐに車の位置を確認できます。一方、従来の方法でタクシーを呼ぶ場合、時間がかかることがあり、不確実性も高くなります。

また、Grab を利用することで、乗車前にドライバーの情報や車種を確認できるため、より安心して利用できます。さらに、移動中もルートを追跡できるため、安全性が向上し、より安心して乗車できます。

Grab のアプリを使用してタクシーを手配する方法と、従来の方法でタクシーを呼ぶ方法では、利便性、安心感、安全性、スピード、料金など、さまざまな点で違いがあり、それが利用する人の体験に影響を与えます。

วิธีเรียกรถแท็กซี่ในประเทศไทย

พราวนพรรณ วงศ์สาawas

สำหรับในประเทศไทยแล้ว การเดินทางด้วยแท็กซี่เป็นวิธีที่สะดวกและได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย โดยเฉพาะในเมืองใหญ่ เช่น กรุงเทพฯ เชียงใหม่ และภูเก็ต ซึ่งมีแท็กซี่ให้บริการตลอดทั้งวัน การเรียกรถแท็กซี่ในไทยสามารถทำได้หลายวิธีตามความสะดวกและความเหมาะสมของผู้โดยสาร ไม่ว่าจะอยู่ส่วนไหนของถนนก็สามารถเรียกรถแท็กซี่ได้หมดพร้อมกับสีของแท็กซี่ที่มีสีส้มมากมายจนเป็นที่ตื่นตาของชาวต่างชาติ

วิธีการเรียกรถแท็กซี่ในอันดับแรกคือ การโบกรถเรียกรถแท็กซี่ ผู้โดยสารมักจะยืนตามริมถนนแล้วคอยมองหาแท็กซี่ที่เปิดป้ายแสงไฟเป็นสีแดง หรือสีเขียว เขียนคำว่า “ว่าง” เอาไว้ ไม่มีจุดเรียกรถแท็กซี่โดยเฉพาะ จะเรียกรถตรงจุดไหนของถนนก็ได้ แต่ควรระมัดระวังเรื่องความปลอดภัย ในจุดที่เป็นอันตรายอย่างเช่น หัวมุมทางเลี้ยว แยกโค้ง ทางม้าลาย ป้ายรถเมล์ ฯลฯ ในบางสถานที่อย่างห้างสรรพสินค้าและสนามบิน จะมีจุดเรียกรถแท็กซี่ ทำให้ผู้โดยสารขึ้นรถได้อย่างสะดวกมากขึ้น และเป็นระเบียบมากขึ้น

แม้ว่าการเรียกรถแท็กซี่จะเป็นเรื่องที่สะดวกสบาย แต่ก็มีปัญหาเรื่องการโกงค่าโดยสาร โดยปัญหาที่พบบ่อยคือ การไม่กดมิเตอร์ โดยทั่วไปเมื่อขึ้นรถแท็กซี่แล้วคนขับจะกดมิเตอร์เพื่อเป็นการเริ่มขึ้นเงิน แต่จะมีบางกรณีที่บางคนจะคิดมิเตอร์แบบเหมารวมซึ่งทำให้ค่าโดยสารสูงขึ้นกว่าค่าโดยสารธรรมดาอย่างมาก หรือคนขับพาขับไปในเส้นทางที่ให้ไกลกว่าจากเส้นทางธรรมดาเพื่อที่จะทำให้ผู้โดยสารจ่ายมากขึ้น ทั้งนี้มีแนวทางในการป้องกันการโกงค่าโดยสารอยู่นั่นคือ ค่อยๆ เตือนให้คนขับใช้เครื่องมิเตอร์ก่อนเริ่มเดินทางทุกครั้ง หากคนขับปฏิเสธให้หารถแท็กซี่คันอื่นทันที

อีกวิธีการหนึ่งที่สามารถหลีกเลี่ยงการโกงค่าโดยสารได้นั้นคือ การใช้แอปพลิเคชันเรียกรถแท็กซี่ แอปพลิเคชันสำหรับการเรียกรถแท็กซี่ที่มีความนิยมในประเทศไทยนั้นคือ Grab

การใช้บริการแท็กซี่ Grab เป็นหนึ่งในวิธีการเดินทางที่สะดวกและปลอดภัยสำหรับผู้ที่ต้องการเดินทางไปยังสถานที่ต่าง ๆ โดยไม่ต้องกังวลเกี่ยวกับการหาที่จอดรถหรือการขับรถเอง การเรียกรถแท็กซี่ Grab นั้นง่ายและไม่ซับซ้อน โดยไม่ต้องกังวลเรื่องการหารถหรือการต่อรองราคา

ซึ่งผู้ใช้งานสามารถทำได้ด้วยขั้นตอนง่าย ๆ ผ่านแอปพลิเคชันที่ติดตั้งอยู่บนโทรศัพท์มือถือของตน

การใช้ Grab ช่วยให้ผู้ใช้ไม่ต้องออกไปยืนหรือลองหยุดแท็กซี่บนถนนเอง เพียงแค่เปิดแอปพลิเคชันและกดเรียกรถก็สามารถติดตามรถได้ทันที ในขณะที่การเรียกแท็กซี่เองอาจใช้เวลานานและมีความไม่แน่นอนมากกว่า นอกจากนี้ การใช้ Grab ยังเพิ่มความมั่นใจให้กับผู้ใช้ เพราะสามารถตรวจสอบข้อมูลคนขับและรุ่นของรถได้ก่อนขึ้นรถ และยังสามารถติดตามเส้นทางตลอดการเดินทาง ทำให้รู้สึกปลอดภัยมากขึ้น

การเรียกแท็กซี่ด้วยแอปพลิเคชัน Grab และการเรียกแท็กซี่เองมีความแตกต่างกันในหลาย ๆ ด้าน ซึ่งส่งผลต่อประสบการณ์การใช้บริการของผู้ใช้ ทั้งในเรื่องของความสะดวกสบาย ความมั่นใจ ความปลอดภัย ความรวดเร็ว และค่าบริการ

ヤムヤムチャンノイ

スパワディー・マンイム

子供でも大人でも、ほとんどのタイ人はお菓子を食べるのが好きです。「ヤムヤムチャンノイ」はタイの有名なお菓子の一つです。「ヤムヤム」はタイのインスタントラーメンのブランドの名前で、「チャンノイ」とは小さな象、または子象という意味です。

ヤムヤムチャンノイは小さなインスタントラーメンで、コーン味、バーベキュー味、海苔味、トムヤムクン味、スーパーレモン味があります。一番人気がある味はコーン味です。通常、インスタントラーメンは最初にお湯で茹でて食べます。でも、ヤムヤムチャンノイは茹でずにサクサクで食べるのが一般的です。ほとんどの人が食べる方法は、麺を砕いて、調味料の粉末を注ぎ、振ってそのまま食べます。食べやすくて便利なお菓子です。このお菓子は特に子供たちに人気があります。値段も安くて味も美味しいお菓子です。ヤムヤムチャンノイは、タイで40年以上販売されています。当初は1パック2パーツで販売

されていましたが、今では4~5 パーツで販売されています。他のお菓子と比べたら非常に安価です。日本円に換算すると1 パックで22 円です。タイの学校のお菓子屋ではほぼヤムヤムチャンノイが販売されています。そして、デパートやコンビニでも買えます。「ヤムヤムチャンノイ」はワンタイ食品工業株式会社が製造しています。この会社は日本の有名な「味の素」の傘下の会社です。

私も子供の頃から今でもヤムヤムチャンノイを食べ続けています。私にとってヤムヤムチャンノイのインスタントラーメンは茹でるよりサクサクに食べる方が美味しいです。

子どもでも大人でも、ヤムヤムチャンノイが好きで、今でも食べている人も多いと信じています。もし機会があったら、みなさんにもぜひ食べてほしいです。



ยำยำช้างน้อย

สุภาวดี แม้นอิม

ไม่ว่าจะเป็นเด็กหรือว่าผู้ใหญ่ คนไทยส่วนมากก็จะชอบกินขนมกันเป็นประจำ “ยำยำช้างน้อย” เป็นหนึ่งในขนมขบเคี้ยวที่เป็นที่นิยมและมีชื่อเสียงมาอย่างยาวนานในประเทศไทย “ยำยำ” นั้นเป็นชื่อยี่ห้อบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ส่วน “ช้างน้อย” แปลว่า ช้างตัวเล็กหรือว่าลูกช้าง

ยำยำช่างน้อย เป็นบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปขนาดเล็ก มีรสข้าวโพด รสบาร์บีคิว รสโนริสาหร่าย รสต้มยำกุ้ง และรสซุเปอร์เลมอน รสที่ได้รับความนิยมมากที่สุด คือ รสข้าวโพด โดยปกติแล้ว บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปมักจะกินโดยการนำไปต้มในน้ำร้อนก่อน แต่ยำยำช่างน้อยนิยมกินแบบกรอบ ๆ เลย วิธีที่คนส่วนใหญ่กินกันคือ การบีบเส้นบะหมี่ให้แตก นำผงปรุงรสเท เขย่า แล้วกินแบบนั้น เลย ทั้งกินง่ายและสะดวกทำให้ขนมนี้ได้รับความนิยมอย่างมาก ขนมนี้ได้รับความนิยมมากในหมู่ เด็ก ๆ เป็นพิเศษ ขนมนี้มีราคาที่ถูกและรสชาติที่อร่อย “ยำยำช่างน้อย” ขายในประเทศไทย มาแล้วกว่า 40 ปี ในตอนเริ่มต้นราคาเพียงแค่ซองละ 2 บาทเท่านั้น แต่ในปัจจุบันขายกันอยู่ที่ 4-5 บาท ซึ่งถูกมากถ้าเทียบกับขนมอื่น ๆ ถ้าแปลงเป็นเงินเยนก็จะประมาณ ซองละ 22 เยน เท่านั้น ร้านขนมในโรงเรียนในประเทศไทยมักจะมียำยำช่างน้อยขายแทบทุกร้านและยังสามารถ หาซื้อได้ตามห้างสรรพสินค้าและร้านสะดวกซื้อทั่วไป “ยำยำช่างน้อย” ผลิตขึ้นโดยบริษัทวันไทย อุตสาหกรรมการอาหาร ซึ่งเป็นบริษัทในเครือค่าย “อายิโนะโมะโต๊ะ” บริษัทชื่อดังของประเทศ ญี่ปุ่นอีกด้วย

ฉันเองก็กินยำยำช่างน้อยมาตั้งแต่เด็ก ๆ และยังกินอยู่จนถึงปัจจุบัน สำหรับฉันแล้วบะหมี่ กึ่งสำเร็จรูปยำยำช่างน้อยนั้นกินแบบกรอบ ๆ อร่อยกว่ากินแบบนำไปต้ม ฉันเชื่อว่าไม่ว่าจะเป็น เด็กหรือว่าผู้ใหญ่ คงจะมีอีกหลายคนที่ชอบและยังคงกินยำยำช่างน้อยอยู่ ถ้ามีโอกาสก็อยากให้ ทุกคนได้ลองกินกัน

プアンマーライ

オンイン・タッサナニティ

タイ人は様々な伝統を進めています。タイの一つの有名な伝統は「プアンマーライ」です。もし、タイ人にプアンマーライをよく作るかと聞いたら、作ることができないと答える人が多いです。なぜなら、タイ人は作るより、買うほうが簡単です。

プアンマーライはとても大切なことで、金運と尊敬の意味が込められています。タイ人は大切な日に大切な人にプアンマーライをあげます。例えば、結婚

の日、両親と親族は新婚夫婦にプアンマーライをあげます。あるいは、父や母の日にプアンマーライをあげる息子や娘も多くいます。また、教師の日に、学校のクラスで学生たちが一緒に「プアンマーライ」を担当の先生に作って渡します。人に渡すことだけでなく、タイ人もプアンマーライを買い、車内に掛ける人が大勢います。それは、神様に「どうか安全に旅ができるように」と祈っています。

この伝統はスコタイの時代から続いています。歴史によると、元々は貴族や上流階級の女性の趣味でした。その時代では、プアンマーライを作る女性がおしとやかで繊細だとみなされていました。その後、宮殿だけでなく、一般市民の女性にまでプアンマーライを作る習慣が広がりました。

プアンマーライは新鮮の花びらで作ります。好みによって、いろいろな花が使えますが、ジャスミンが一番人気があります。なぜなら、ジャスミンはとてもいい香りで、純粹という意味があるからです。現在、環境を守るためとかお土産にするためとか、材料を代えて作っても、タイ人は本物の花びらを買うほうが好きです。

では、読者の皆さんは「プアンマーライ」についてどう思いますか。あるいは、日本の文化に似ているところがありますか。また、機会があれば大切な人や尊敬している人を買ってあげましょう。



พวงมาลัย

อรอินทร์ วรรณสนธิ

ชาวไทยมีวัฒนธรรมและประเพณีหลายอย่างที่สืบทอดกันมาอย่างยาวนาน หนึ่งในสิ่งที่ยืนชื่อของประเทศไทยคือ “พวงมาลัย” หากถามคนไทยถึงการทำพวงมาลัยเอง จะมีหลายคนที่ตอบว่าทำไม่ได้ เพราะหาซื้อได้ง่ายกว่าทำเอง

ความจริงแล้วพวงมาลัยเป็นสิ่งที่สำคัญมาก เพราะแฝงความหมายของ ความเคารพ โชคลาภ คนไทยให้พวงมาลัยกับคนสำคัญในวันสำคัญของไทย ยกตัวอย่างเช่น พ่อแม่ให้พวงมาลัยกับคู่บ่าวสาวในวันแต่งงาน หรือ ลูกชายลูกสาวให้พวงมาลัยในวันพ่อวันแม่ เป็นต้น นอกจากนั้นในวันครู นักเรียนจะทำ “พานมาลัย” ด้วยกันเพื่อมอบให้กับครูประจำชั้น ไม่ได้มีแค่การให้แก่บุคคลอย่างเดียว จะเห็นได้ว่าคนไทยจำนวนมากยังซื้อพวงมาลัยมาแขวนไว้ในรถ เพื่อขอพรกับเทพให้ตัวเองเดินทางอย่างปลอดภัยอีกด้วย

ประเพณีร้อยพวงมาลัยเป็นสิ่งที่สืบทอดมาตั้งแต่สมัยสุโขทัย ในประวัติศาสตร์ แต่เดิมเป็นสิ่งที่ผู้หญิงในชนชั้นสูงหรือหญิงในวังทำเป็นงานอดิเรก แสดงถึงความอ่อนหวาน ปราณีต และงดงาม ตามค่านิยมของหญิงไทยในสมัยนั้น ถัดมาได้กลายเป็นสิ่งที่คนทั่วไปหรือสามัญชนก็ทำได้

เดิมทีจะร้อยมาลัยด้วยกลีบดอกไม้สด สามารถใช้ดอกไม้ได้ตามใจชอบ แต่ดอกมะลิจะเป็นที่นิยมที่สุด เนื่องจากดอกมะลิมีกลิ่นหอม และมีความหมายถึงความบริสุทธิ์ ปัจจุบันแม้จะมีการเปลี่ยนวัสดุในการทำเพื่อรักษาสิ่งแวดล้อม หรือนำไปเป็นของที่ระลึกก็ตาม คนไทยก็ชอบซื้อพวงมาลัยที่ทำจากกลีบดอกไม้จริง ๆ มากกว่าอยู่ดี

ผู้อ่านทุกท่านคิดยังไงกันบ้างเกี่ยวกับ “พวงมาลัย” มีวัฒนธรรมของญี่ปุ่นที่คล้ายคลึงกันหรือเปล่า ? ถ้ามีโอกาสมาซื้อพวงมาลัยให้กับคนสำคัญหรือคนที่เคารพกันเถอะ

ビニール袋に入った食品

大野楓夏



タイに来て最も印象的だったのは、Grab で注文したスープがビニール袋に入っていたことです。最初、袋の中にスープが入れているのを見たとき、不安定に感じました。しかし、タイではこのスタイルが一般的で、都市部では特によく見かけます。

タイでは、便利で安価であることから食品や飲み物をビニール袋に入れることが多いそうです。実際に、ほとんどのレストランでは持ち帰りの際には食べ物をプラスチック袋に入れて提供しています。

前述の通り、私はタイ研修の前半ではスープがビニール袋に入っているのに慣れておらず、どのように袋を開ければ良いのか分からなかったのですが、今ではこのスタイルにも慣れ、特にカオマンガイと一緒に出てくるスープはお気に入りになりました。

ビニール袋は値段が安いことに加え、軽くて丈夫であるため、他の容器を使うよりも経済的です。また、タイの暑い気候では、ビニール袋に入れて運ぶことで温度を保ちやすいという利点もあるそうです。さらに、使い捨てのため衛生的に食品を持ち運ぶことができます。一方、日本では食事を配達するときには弁当箱や、四角いプラスチックの容器に入っていることが多く、見た目の美しさに重点を置いているという気付きもありました。

タイにおいて、食品を包装する際にビニール袋を使う文化には環境や生活様式が反映されています。日本とタイは食品の配達方法や食文化に違いがありますが、どちらもそれぞれの環境に適した方法を採用しているといえます。タイでの生活を通じて、タイと日本の文化の違いに驚きつつ、互いに理解して楽しむことができました。

ข้าวใส่ในถุงพลาสติก

พุกะ โอโนะ

หนึ่งในสิ่งที่ทำให้ฉันประหลาดใจในประเทศไทยคือการที่ซูปที่สั่งจาก Grab ใส่อยู่ในถุงพลาสติก ฉันรู้สึกแปลกใจเมื่อเห็นซูปใส่ในถุงพลาสติก เพราะเมื่อถือซูปในถุงนั้นรู้สึกยัดเยียดและค่อนข้างไม่มั่นคง แต่ในประเทศไทย สไตล์นี้ถือเป็นเรื่องปกติและสามารถพบเห็นได้บ่อยในเมือง

หากพิจารณาถึงวัฒนธรรมการใส่อาหารและเครื่องดื่มในถุงพลาสติก จะพบว่าในประเทศไทย วิธีนี้ได้รับความนิยมเนื่องจากความสะดวกสบายและความคุ้มค่าในด้านต้นทุนจริงๆ แล้วในร้านอาหารหลาย ๆ แห่งก็มีการบรรจุอาหารที่ส่งกลับบ้านทั้งหมดในถุงพลาสติก

อย่างที่ได้ออกไปแล้วตอนแรกว่า ฉันไม่คุ้นเคยกับการที่ใส่ซูปในถุงพลาสติก และไม่รู้ว่าจะเปิดถุงยังไงดี แต่ตอนนี้ฉันก็เริ่มชินกับการที่อาหารและเครื่องดื่มใส่ในถุงพลาสติกแล้ว และชอบซูปที่มากับข้าวมันไก่มากค่ะ

ถุงพลาสติกมีน้ำหนักเบา ทนทาน และมีราคาถูก ซึ่งทำให้ประหยัดกว่าการใช้ภาชนะอื่นอีกทั้งในสภาพอากาศร้อนของประเทศไทย การขนส่งอาหารและเครื่องดื่มในถุงพลาสติกช่วยรักษาอุณหภูมิได้ดี และด้วยการที่เป็นภาชนะใช้แล้วทิ้ง จึงสะดวกและรักษาความสะอาดได้ง่าย ต่างจากในประเทศญี่ปุ่น ที่อาหารจัดส่งมักจะบรรจุในภาชนะพลาสติกแบบกล่องเบนโตะ ที่เน้นฟังก์ชันการเก็บความร้อนและรูปลักษณ์ที่สวยงาม

สุดท้ายนี้ วัฒนธรรมการใช้ถุงพลาสติกในประเทศไทยสะท้อนถึงลักษณะของสภาพแวดล้อมและวิถีชีวิตของผู้คนในพื้นที่ แม้ว่าในญี่ปุ่นและประเทศไทยจะมีความแตกต่างในวิธีการจัดส่งอาหารและมุมมองเกี่ยวกับวัฒนธรรมการกิน แต่ก็สามารถเห็นได้ว่าทั้งสองประเทศมี

วิธีที่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมของตนเอง การได้ใช้ชีวิตในประเทศไทยทำให้ฉันได้เรียนรู้และสนุกกับการเข้าใจความแตกต่างทางวัฒนธรรมระหว่างไทยและญี่ปุ่น

クイッティアオの注文方法

ジュタラット・ブンスック



クイッティアオはタイ人の日常食で、ラーメンのように麺とスープを組み合わせた料理です。その麺とスープはさまざまな種類が揃っているので、私も子供の頃に初めて注文する時は戸惑いました。そこで、クイッティアオの注文のし方を紹介したいと思います。

まずは麺の種類について説明します。主に5つの麺があって、だいたい米粉から作られています。1つ目は人気がある「セン・レック」です。タイ語で細い麺という意味ですが、最も細い麺ではありません。本当に一番細いのは「セン・ミー」です。また、「セン・ヤイ」もあります。タイ語で幅が広い麺という意味です。次に、小麦粉から作られた麺の「セン・バミー」です。セン・ミーと発音が似ているので、時々誤解することもあります。最後は「セン・ママー」というインスタント麺です。

スープの部分は主に4つの種類があります。1つ目は「ナムサイ」です。透明なスープで特に強い味がないので、食べやすいのが特徴です。次に「トムヤム」です。トムヤムという名前ですが、一般的な「トムヤムクン」と同じスープではありません。このトムヤムは、辛くて酸っぱい味という意味だけです。

また、トムヤムと近い味のスープとして、「イェンタフォー」があります。近い味と言っても、イェンタフォーの特徴はピンク色のスープで、甘酸っぱい味がします。最後は「ナムトゥク」です。これは豚の血を使ったスープで、最も濃くて茶色いスープです。

注文する時には、麺の名前の後にスープの種類を言え方がいいです。例えば、「セン・レック・トムヤム」です。また、麺とスープとの組み合わせをいろいろ試して、自分の好きなクイッティアオを見つけることは楽しいのではないのでしょうか。機会があれば、ぜひ注文してみてくださいね。

วิธีการสั่งก๋วยเตี๋ยว

จุฑารัตน์ บุญสุข

ก๋วยเตี๋ยวเป็นอาหารที่คนไทยกินเป็นประจำทุกวัน มีลักษณะเหมือนกับราเม็งคือประกอบด้วยเส้นและน้ำซุป เพราะว่าเส้นกับน้ำซุปของก๋วยเตี๋ยวมีให้เลือกหลากหลาย ตอนสมัยยังเด็กฉันจึงสับสนอยู่เหมือนกัน ดังนั้นวันนี้เลยอยากจะมาแนะนำวิธีการสั่งก๋วยเตี๋ยว

ก่อนอื่นขออธิบายเกี่ยวกับเส้นก่อน เส้นก๋วยเตี๋ยวมีอยู่หลัก ๆ ด้วยกัน 5 ประเภทซึ่งส่วนใหญ่ทำมาจากแป้งข้าวเจ้า อย่างแรกคือ “เส้นเล็ก” ถึงจะบอกว่าเป็นเส้นเล็กก็ตามแต่ก็ไม่ได้เป็นเส้นเล็กที่สุด ส่วนเส้นที่เล็กที่สุดของจริงคือ “เส้นหมี่” แล้วก็มี “เส้นใหญ่” เช่นกัน นอกจากนี้ก็ยังมี “เส้นบะหมี่” ที่ทำมาจากแป้งสาลีด้วย อย่างสุดท้ายก็คือ “เส้นมาม่า” เป็นเส้นที่ทำมาจากบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป

ในส่วนของซุป มีอยู่ด้วยกันหลัก ๆ 4 ประเภท อย่างแรกคือ “น้ำใส” เป็นซุปที่ทานง่าย เพราะว่าน้ำซุปค่อนข้างใสและไม่มีรสชาติไหนที่เข้มข้น ต่อมาคือ “ต้มยำ” ถึงแม้จะได้ชื่อว่าต้มยำก็ตามแต่ก็ไม่ใช่น้ำซุปเดียวกับต้มยำกุ้งทั่วไป ซึ่งต้มยำในที่นี้หมายถึงซุปที่มีรสชาติเผ็ดและเปรี้ยวเท่านั้น นอกจากนี้ยังมี “เย็นตาโฟ” ที่รสชาติคล้ายกับต้มยำอีกด้วย แม้ว่ารสชาติจะคล้ายต้มยำแต่ก็มีเอกลักษณ์ตรงสีชมพูของน้ำซุปและรสชาติเปรี้ยวหวาน และอย่างสุดท้ายก็คือ “น้ำตก” น้ำตกเป็นซุปที่ทำมาจากเลือดหมูดังนั้นจึงมีสีน้ำตาลและมีความข้นมากที่สุด

ตอนที่สั่งถ้วยเดียวก็สามารถพุดชื้อเส้นตามด้วยประเภทของน้ำชุปได้เลย เช่น “เส้นเล็กต้มยำ” เป็นต้น นอกจากนี้ การที่ได้ลองจับคู่เส้นกับน้ำชุปหลาย ๆ ประเภท แล้วได้ค้นพบถ้วยเดียวในแบบที่ตัวเองชอบก็เป็นความสนุกอย่างหนึ่งเหมือนกัน ถ้ามีโอกาสก็อยากให้ทุกคนได้ลองสั่งถ้วยเดียวมาทานกันดู

タイティー

ウォンサトン・ディラクサー

タイに来た時、オレンジ色の飲み物をよく見るのではないのでしょうか。実はオレンジ色の飲み物はタイティーと呼ばれるものです。タイティーはタイで生まれた飲み物で、アッサム茶、お湯、練乳、砂糖、ミルクを混ぜることでオレンジ色になります。タイティーの特徴はオレンジ色とお茶の味と練乳の甘さとクリーミーさです。これらの材料はよく合います。

タイティーの作り方はまずお湯を沸かし、タイティーの茶葉を入れ、5分ぐらい待ち、そして練乳と砂糖とミルクを入れて混ぜます。これはタイティーの簡単な作り方です。

タイティーは中国から輸入された茶葉に由来し、中国の影響を受けています。昔、人々はお茶だけを飲み、ミルクを入れなかったが、その後西洋と貿易をした影響で、お茶にミルクと砂糖を入れるようになりました。タイティーは、タイ人の食文化の一部とされているものです。

タイ人は日常生活でよくタイティーを気軽に飲みます。タイティーには体に良いところもあるが、タイティーにたくさん砂糖と練乳を入れて飲んだら、体に悪影響をもたらす可能性があります。

よく見られるタイティーは4つあります。タイアイスティー（伝統的なアイスティーで、甘くてクリーミー）、タイホットティー（ホットのバージョンで、良い香りがする）、タイティーフラッペ（氷とお茶がブレンドされたバージョン）、タピオカタイティー（タピオカを入れ、噛みながら飲む）です。

タイティーは飲み物だけではなく、スイーツに使われることもあります。例えば、タイティーアイスクリームやタイティーケーキ、タイティークッキーがよく作られます。

最後に、皆さんがタイに来たとき、もし何か飲みたいなら、ぜひタイティーを飲んでみてください。絶対に後悔しません!



ชาไทย

วงศ์ธร ดีรักษา

เมื่อคุณมาประเทศไทย เคยสังเกตเห็นเครื่องดื่มสีส้มบ้างไหม ? จริง ๆ แล้ว เครื่องดื่มสีส้มนี้เรียกว่า “ชาไทย” ชาไทยเป็นเครื่องดื่มที่เกิดขึ้นในประเทศไทย โดยมีส่วนผสมหลักคือ ใบชาอัสสัม น้ำร้อน นมข้นหวาน น้ำตาล และนม ซึ่งเมื่อผสมกันแล้วจะให้สีส้มที่เป็นเอกลักษณ์ จุดเด่นของชาไทยคือ สีส้มสดใส รสชาติของชา ความหวานของนมข้น และความเข้มข้นของนม ซึ่งส่วนผสมเหล่านี้เข้ากันได้อย่างลงตัว

วิธีทำชาไทยนั้นง่ายมาก เริ่มจากต้มน้ำให้เดือด ใส่ใบชาไทยลงไป แช่ไว้ประมาณ 5 นาที จากนั้นเติมนมข้นหวาน น้ำตาล และนม คนให้เข้ากัน เท่านี้ก็ได้อาไทยพร้อมดื่ม

ชาไทยมีต้นกำเนิดจากใบชาที่นำเข้ามาจากจีนและได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมจีน ในอดีตผู้คนดื่มชาเพียงอย่างเดียวโดยไม่ใส่นมหรือน้ำตาล แต่ต่อมา เมื่อมีการค้าขายกับชาติตะวันตก

การเติมนมและน้ำตาลลงในชาก็เริ่มเป็นที่นิยม จนกลายมาเป็นชาไทยที่เรารู้จักในปัจจุบัน และถือเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมการบริโภคของคนไทย

คนไทยนิยมดื่มชาไทยในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นมือเช้า มือกลางวัน หรือช่วงพักผ่อน นอกจากนี้ ชาไทยยังมีประโยชน์ต่อร่างกาย เช่น มีสารต้านอนุมูลอิสระจากใบชา และช่วยกระตุ้นระบบเผาผลาญ อย่างไรก็ตาม เนื่องจากชาไทยมักมีน้ำตาลและนมข้นหวานเป็นส่วนประกอบหลัก หากดื่มมากเกินไปก็อาจส่งผลเสียต่อสุขภาพได้

ชาไทยที่นิยมดื่มสามารถแบ่งออกเป็น 4 ประเภทหลัก ได้แก่ ชาไทยเย็น (เป็นชาไทยแบบดั้งเดิมที่มีรสหวานและเข้มข้น), ชาไทยร้อน (เป็นชาไทยในรูปแบบร้อน มีกลิ่นหอมของชา), ชาชาไทยปั่น (เป็นชาไทยที่ปั่นกับน้ำแข็งให้เนื้อเนียนและเย็นสดชื่น), ชาไทยไข่มุก (เป็นชาไทยที่ใส่ไข่มุกเพิ่มความเพลิดเพลินในการเคี้ยว)

นอกจากการนำมาทำเป็นเครื่องดื่มแล้ว ชาไทยยังถูกนำไปเป็นส่วนผสมในขนมหวาน เช่น ไอศกรีมชาไทย เค้กชาไทย และคุกกี้ชาไทย ซึ่งล้วนแต่เป็นที่นิยมทั้งในหมู่คนไทยและนักท่องเที่ยว

สุดท้ายนี้ หากคุณมาเที่ยวประเทศไทยแล้วกำลังมองหาเครื่องดื่มอร่อย ๆ ขอแนะนำให้ลองชาไทย รับรองว่าคุณจะไม่ผิดหวังแน่นอน !

かっこいいムエタイ

ジッティボン・インサン

ムエタイ (タイ式ボクシング) は、昔の戦争で使われていた武術です。昔は王様を守る人たちがムエタイを学んでいました。ムエタイは、昔の武術「ムエボーラン」から発展し、タイの地域ごとに違ったスタイルができました。お寺のお祭り (「ガンワット」) ではムエタイの試合が行われ、ラタナコーシン時代にはムエタイ選手と外国人ボクサーの試合も行われました。今では、ムエタイはスポーツになり、世界中で人気があります。

ムエタイでは、しっかり構えて守ることが大切です。そして、拳、肘、膝、蹴り、踏みつけなど、体のいろいろな部分を武器として使います。試合の前に

は「ワイクル」という儀式を行い、ムエタイの先生への感謝と敬意を表します。選手は音楽に合わせて跪き、お辞儀をして、ムエタイの特別な動きをします。普通のボクシングと大きく違うのは、ムエタイが「八つの武器の技」と呼ばれていることです。ムエタイでは、拳と足だけでなく、肘や膝も使うからです。

ムエタイは日本でも人気があり、スポーツや文化として受け入れられています。日本にはムエタイのジムがたくさんあり、試合やイベントもよく開かれています。1975年には、日本人の藤原敏男選手がタイでムエタイのチャンピオンになりました。その後も、武井義樹選手など、多くの日本人選手がムエタイで活躍しています。こうした歴史から、ムエタイと日本には深いつながりがあると言えます。

ムエタイと日本の関係で、僕が思い出すのはブアカーオと三浦孝太の話です。ブアカーオは「タイファイト」や日本の「K-1」でチャンピオンになった有名なムエタイ選手です。三浦孝太は若い日本人ボクサーで、昔ブアカーオと試合をしました。でも、そのときはブアカーオにノックアウトされました。その後、三浦選手はブアカーオのジムで練習するようになり、ブアカーオから直接ムエタイを教わっています。この話を聞いたとき、僕はとても感動しました。

ムエタイは、今の僕を作る大事なものの一つです。父はボクサーではありませんが、若いころからムエタイが好きで、よく練習していました。時々試合にも出て、大人からお金をもらうこともあったそうです。子どものころ、父はムエタイのことをよく話してくれました。一番覚えているのは、毎週土曜日の午後3時ごろ、父がテレビでムエタイの試合を見ていたことです。僕も一緒に見ることがあり、それがきっかけでムエタイに興味を持ちました。

ムエタイは、ただのスポーツや自己防衛の技ではありません。タイ人にとって、とても大切な文化です。そして、ムエタイを愛する世界中の人たちにとっても、大事なものになっています。



มวยไทยสุดเท่

สิทธิพงศ์ อินทร์แสง

มวยไทย (ศิลปะการต่อสู้แบบไทย) เป็นศิลปะป้องกันตัวที่ใช้ในการทำสงครามในอดีต ในสมัยก่อน ผู้ที่ทำหน้าที่ปกป้องกษัตริย์จะต้องเรียนรู้มวยไทย มวยไทยพัฒนามาจากศิลปะการต่อสู้โบราณที่เรียกว่า “มวยโบราณ” ซึ่งแตกต่างกันไปตามแต่ละภูมิภาคของประเทศไทย ในงานเทศกาลของวัด (ที่เรียกว่า “งานวัด”) มักจะมีการแข่งขันมวยไทย และในสมัยรัตนโกสินทร์ก็มีการจัดแข่งขันระหว่างนักมวยไทยและนักมวยชาวต่างชาติ ปัจจุบันมวยไทยได้กลายเป็นกีฬาและได้รับความนิยมไปทั่วโลก

มวยไทยให้ความสำคัญกับการตั้งการ์ดป้องกันตัวที่มั่นคง และใช้อวัยวะต่าง ๆ เป็นอาวุธ เช่น หมัด ศอก เข่า เท้า และการเหวี่ยง ก่อนการแข่งขัน นักมวยไทยจะทำพิธีที่เรียกว่า “ไหว้ครู” เพื่อแสดงความเคารพและขอบคุณครูมวย โดยนักมวยจะทำท่าทางพิเศษและคุกเข่าพร้อมโค้งคำนับตามจังหวะดนตรี สิ่งที่แตกต่างกันจากมวยสากลอย่างชัดเจนคือ มวยไทยถูกเรียกว่า “ศาสตร์แห่งอาวุธทั้งแปด” เพราะไม่ได้ใช้แค่หมัดและเท้าเท่านั้น แต่ยังรวมถึงศอกและเข่าด้วย

มวยไทยเป็นที่นิยมในญี่ปุ่นทั้งในฐานะกีฬาและวัฒนธรรม ปัจจุบันมีค่ายมวยไทยมากมายในญี่ปุ่น และมีการจัดการแข่งขันบ่อยครั้ง ในปี ค.ศ. 1975 ฟุจิوارะ โทชิโอะ (藤原敏男) นักมวยชาวญี่ปุ่นสามารถคว้าแชมป์มวยไทยที่ประเทศไทยได้ หลังจากนั้น นักมวยชาวญี่ปุ่นอีก

หลายคน เช่น ทาเคอิ โยชิกิ (武井義樹) ก็มีผลงานที่โดดเด่นในวงการมวยไทย ความสัมพันธ์ระหว่างมวยไทยและญี่ปุ่นจึงลึกซึ้งและยาวนาน เมื่อพูดถึงความสัมพันธ์ระหว่างมวยไทยกับญี่ปุ่น ผมนึกถึงเรื่องของ บัวขาว กับ มิอูระ โคตะ บัวขาวเป็นนักมวยไทยชื่อดังที่คว้าแชมป์จากการแข่งขัน “ไทยไฟต์” และ “K-1” ที่ญี่ปุ่น มิอูระ โคตะ เป็นนักมวยชาวญี่ปุ่นรุ่นใหม่ที่เคยขึ้นชกกับบัวขาว แต่เขาถูกบัวขาวน็อกเอาต์ หลังจากนั้น มิอูระได้เดินทางไปฝึกที่ค่ายของบัวขาว และได้รับการฝึกสอนโดยตรงจากเขา ผมรู้สึกประทับใจมากเมื่อได้ยินเรื่องนี้

มวยไทยเป็นส่วนสำคัญในชีวิตของผม พ่อของผมไม่ได้เป็นนักมวย แต่เขาชื่นชอบมวยไทยมาตั้งแต่ยังหนุ่ม และฝึกซ้อมอยู่เสมอ บางครั้งเขายังเคยขึ้นชกเพื่อหาเงินอีกด้วย ตอนเด็ก ๆ พ่อเล่าเรื่องมวยไทยให้ผมฟังบ่อย ๆ และสิ่งที่ผมจำได้ดีที่สุดคือ ทุกวันเสาร์ เวลาประมาณบ่ายสามโมง พ่อจะเปิดดูการแข่งขันมวยไทยทางโทรทัศน์ ผมเองก็นั่งดูไปด้วย และนั่นทำให้ผมเริ่มสนใจมวยไทย

มวยไทยไม่ใช่แค่กีฬา หรือศิลปะป้องกันตัวเท่านั้น แต่เป็นวัฒนธรรมที่สำคัญของประเทศไทย และสำหรับผู้คนทั่วโลกที่รักมวยไทย มันได้กลายเป็นสิ่งที่มีคุณค่าทางจิตใจเช่นกัน

センセーブ運河

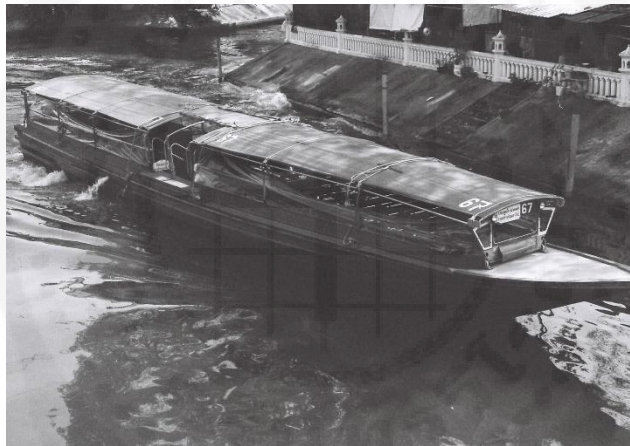
坪田晴琉

「センセーブ運河」での船旅について紹介します。「センセーブ運河」を航行する船はバンコク中心部の移動手段であり、誰でも安く乗ることができます。

2025 年 2 月 6 日、私はタイ人学生と一緒に、ワット・サケートの近くの船着き場からシーナカリンウィロート大学までセンセーブ運河の船に乗りました。乗客は、外国人が約半分、タイ人が約半分でした。船に乗ると、スタッフが運賃を回収しに来ました。運河には、バス停のように船着き場がたくさんありました。

インターネットで、バンコク市内の他の渡し船について調べました。チャオプラヤ川にも川沿いの観光地を結ぶ船が運航されており、多くの観光客が利用していることが分かりました。

渡し船は、バンコクにおいて地元の人々や観光客にとって重要な交通手段であることが分かりました。次にバンコクを訪れた際は、移動において渡し船を活用したいと思います。



ฮารุ สึโบตะ

46

คลองแสนแสบมีเส้นทางเดินเรือสองสายจากท่าเรือประตูน้ำ สายตะวันออกไปถึงวัดศรีบุญเรือง และสายตะวันตกไปถึงสะพานผ่านฟ้า โดยค่าโดยสารอยู่ที่ 12 ถึง 22 บาท ขึ้นอยู่กับระยะทางที่เดินทาง ซึ่งถูกกว่า MRT กับ BTS

ผมหาข้อมูลเกี่ยวกับเส้นทางเดินเรืออื่น ๆ ในกรุงเทพฯ ทางอินเทอร์เน็ต และได้ทราบว่าเรือรับจ้างในแม่น้ำเจ้าพระยาที่เชื่อมกับสถานที่ท่องเที่ยวตามแนวแม่น้ำเจ้าพระยา ซึ่งมีนักท่องเที่ยวจำนวนมากมาใช้บริการ

เรือรับจ้างเป็นวิธีการเดินทางที่สำคัญและสะดวกสบายสำหรับทั้งคนท้องถิ่นและนักท่องเที่ยว ครึ่งหน้าถ้ามาถึงกรุงเทพฯ อีก ผมก็อยากใช้เรือรับจ้างมากขึ้น

シーフードソース

トンナテップ・シューシーブ

みなさんのお気に入りのソースやタレはありますか。例えば、ケチャップや醤油などです。タイには料理によってタレがいろいろあります。例えば、ムーガタのタレや、ジェウなどです。でも、私の一番好きなタレはタイの「ナムジム・シーフード」です。「ナムジム」は「ソース」「タレ」という意味です。このソースは唐辛子、ナムプラー、砂糖、ライム、パクチーの根、そしてニンニクで作ります。そのため、このソースは甘酸っぱくて辛い味がします。そのため、このタレは海鮮料理と一緒に食べると旨みを引き出します。でも、私がこのタレが好きな理由はシーフードと食べると美味しいだけでなく、他の料理にも合うことです。例えば、タイの焼き鳥（ガイヤーン）や焼き豚（ムーヤーン）にもよく合います。また、日本の刺身につけても美味しいと思います。

さらに、この「ナムジム・シーフード」はタイの家庭でもよく使います。私はこのタレは美味しいし、作りやすいし、この材料と一緒にすりつぶして作る

だけで、料理が苦手な人でもできます。また、自分で作りたくない人はスーパーやコンビニでも買えます。そのため、このタレはタイで有名だと思います。

それに、私のおばあさんは注文食堂をやっているのです、色々なタイ料理が作れます。そのため、おばあさんが色々なタイ料理の作り方を教えてくれました。その中にナムジム・シーフードもありました。一番難しい点は味のバランスです。甘さ、しょっぱさ、すっぱさは注意しなければなりません。でも、自分で作って食べる場合は、そんなに難しくありません。理由は材料を少しずつ加えて調整できるし、さらに、人それぞれ好みの味が違うので、自分の好きな味に合わせることができるからです。



น้ำจิ้มซีฟู้ด

ธรรมชาติ ชูชีพ

ทุกคนมีซอสหรือน้ำจิ้มที่ชอบไหม เช่น พวกซอสมะเขือเทศหรือโชยุ ในไทยมีซอสสำหรับอาหารนั้น ๆ อย่างมากมาย เช่น น้ำจิ้มหมูกระทะ หรือ น้ำจิ้มแจ่ว แต่น้ำจิ้มที่ผมชอบที่สุดคือ “น้ำจิ้มซีฟู้ด” คำว่า “น้ำจิ้ม” ในภาษาไทยหมายถึง “ソース” หรือ “タレ” น้ำจิ้มนี้มีส่วนผสมคือ พริก น้ำตาล น้ำปลา มะนาว รากผักชีและกระเทียม ด้วยเหตุนี้ น้ำจิ้มนี้จึงมีรสเปรี้ยว ๆ หวาน

ๆ และเผ็ด จึงสามารถดึงรสชาติจากอาหารทะเลออกมาได้ดี แต่เหตุผลที่ผมชอบน้ำจิ้มนี้คือมันไม่เพียงแต่กินกับอาหารทะเลแล้วอร่อยเท่านั้น แต่เข้ากันได้ดีกับอาหารอื่น ๆ อีกด้วยเช่น ไก่ย่าง หมูย่างหรือจะนำไปกินกับซาชิมิของญี่ปุ่นก็อร่อยเหมือนกัน

อีกทั้ง “น้ำจิ้มซีฟู้ด” นี้ยังถูกใช้อย่างแพร่หลายในไทย เพราะว่าทั้งอร่อย และทำง่ายแม้ว่าจะเป็นคนที่ทำอาหารไม่เป็นแค่มีส่วนผสมมาตำรวมกันก็สามารถทำได้แล้ว และถึงแม้ว่าจะไม่ อยากทำเองก็ยังหาซื้อได้ตามซูเปอร์มาร์เก็ต หรือร้านสะดวกซื้อได้ ด้วยเหตุนี้จึงทำให้น้ำจิ้มนี้เป็นที่นิยมในประเทศไทย

นอกจากนี้ คุณย่าของผมเปิดร้านอาหารตามสั่ง จึงทำอาหารไทยได้หลายอย่าง คุณย่าจึงได้สอนวิธีทำอาหารไทยหลาย ๆ อย่างให้ผม หนึ่งในนั้นก็มีน้ำจิ้มซีฟู้ดด้วย ซึ่งสิ่งที่ยากที่สุดในการทำก็คือต้องระวังเรื่องการปรับสมดุลของรสชาติระหว่าง หวาน เค็ม เปรี้ยว แต่ว่าถ้าทำกินเองก็ไม่ได้ยากขนาดนั้นเพราะสามารถเติมเครื่องปรุงเพิ่มได้ตลอด อีกทั้งทุกคนก็มีรสชาติที่ชอบแตกต่างกัน จึงสามารถปรับรสชาติให้เข้ากับที่ตัวเองชอบได้

タイの巫者

ブークリット・カノックワンナーコーン

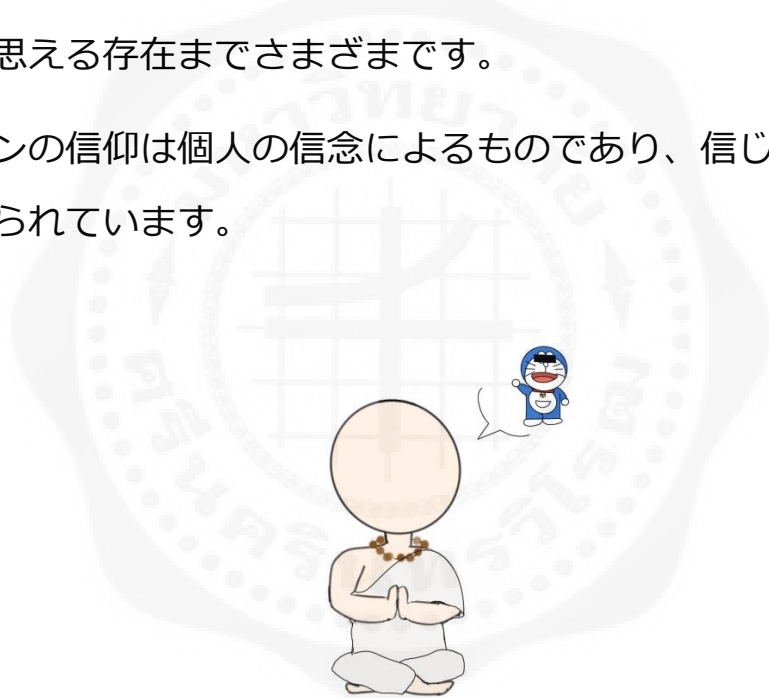
どの国にも宗教や信仰に関する考え方があることは否定できないでしょう。そして、宗教に関する信仰の中でも、上の世界からの使者や神の代理人という概念は、多くの宗教で見られます。例えば、日本には神道における神の使者とされる巫女がいます。同様に、タイにもこれに似たものがあり、いわゆる「ร่างทรง (ランソン)」として知られています。

「ランソン」という言葉は、タイ語の2つの単語から成り立っており、「ร่าง (ラン)」は「身体」を意味し、「ทรง (ソン)」は「受け入れる」という意味であり、直訳すると「受け入れるための身体」という意味になります。ランソンの信仰は、タイで最も普及している仏教の物ではなく、タイの昔からの文化と色々な宗教の信仰が混ざり合ったものです。例えば、霊の信仰、ヒン

ดู่-อู๋ (บาโรมอน) 、中国の神々の信仰など、さまざまな要素が含まれています。

ランソンは「อภินิหาร (アピニハーン：神秘的な力)」を示すことで、神や霊がその身体に移ってきたことを証明するとされており、よく行われる神秘的な儀式としては、鋭い物で体を刺す、熱い口を体に垂らすなどもあり、その他にも占いや祝福など、さまざまな儀式が行われます。ランソンに憑依するとされる神々は非常に多様で、観音菩薩、ガネーシャ、シヴァ神といった広く信仰されている神々から、ドラえもん、メデューサ(ギリシャ神話の怪物)、ブライアン・オ・コナー (「Fast & Furious」 という映画の主人公) など、変な種類に思える存在までさまざまです。

このランソンの信仰は個人の信念によるものであり、信じるかどうかは各自の判断に委ねられています。



ร่างทรงของไทย

ภูกฤษณ์ กนกวรรณกร

ปฏิเสธไม่ได้ว่าในทุก ๆ ประเทศนั้นจะมีแนวคิดที่เกี่ยวกับศาสนาหรือความเชื่ออยู่ทุก ๆ ประเทศ และในความเชื่อที่เกี่ยวกับศาสนานั้น แนวคิดของผู้ส่งสารซึ่งเป็นแนวคิดของผู้ส่งสารจากโลกอีกฝั่งหนึ่งหรือตัวแทนของพระเจ้านั้นก็เป็นที่ยอมรับในหลาย ๆ ศาสนา เช่น ประเทศญี่ปุ่นเองก็มี “มิโกะ” ที่เป็นดังผู้ส่งสารจากเทพเจ้าในศาสนาชินโต ประเทศไทยเองก็มีสิ่งที่คล้าย ๆ กัน

และเป็นที่รู้จักกันในประเทศไทยอย่าง “ร่างทรง” โดยคำว่าร่างทรงนั้นเกิดจากคำ 2 คำในภาษาไทยมารวมกันคือคำว่า “ร่าง” ซึ่งหมายถึง ร่างกาย และคำว่า “ทรง” ซึ่งหมายถึงการรองรับ หากแปลตรง ๆ แล้วความหมายของ “ร่างทรง” นั่นคือ “ร่างสำหรับรองรับ” นั่นเอง

โดยร่างทรงนั้นไม่ใช่ความเชื่อที่มาจากศาสนาพุทธที่เป็นที่นิยมมากที่สุดในประเทศไทยแต่อย่างใด แต่เป็นความเชื่อที่ผสมอยู่กับวัฒนธรรมเก่าแก่ของไทยที่เกิดจากความเชื่อของหลายศาสนาปน ๆ กันเช่น ความเชื่อเรื่องผี ศาสนาพราหมณ์ ความเชื่อเรื่องเทพเจ้าจากจีน และอื่นๆ อีกมากมาย โดยร่างทรงนั้นมักจะแสดงสิ่งที่เรียกว่า “อภินิหาร” ซึ่งหมายถึงการแสดงให้เห็นว่ามีอะไรบางอย่างลงมาประทับในร่างกายของผู้ที่เป็นร่างทรงแล้วนั่นเอง โดยที่เป็นที่นิยมในการแสดงอภินิหารนั้นคือการใช้ของแหลมแทงร่างกาย หรือการใช้เทียนร้อน ๆ หยดลงตามร่างกาย และยังมีการทำอย่างอื่นอีกมากมายทั้งการ ทำนาย ให้พร ฯลฯ โดยเทพเจ้าที่จะมาประทับนั้น มีความหลากหลายเป็นอย่างมาก ทั้งเทพที่ได้รับการนิยมนิยามอย่างมากมาย เจ้าแม่กวนอิม, พระพิฆเนศ, พระศิวะ ไปจนถึงแบบที่มีความแปลกประหลาดอย่าง โดราเอมอน, เมดูล่า, ไบรอัน โอคอนเนอร์ เป็นต้น ทั้งนี้ความเชื่อเรื่องร่างทรงนั้นเป็นความเชื่อส่วนบุคคล โปรดใช้วิจารณญาณในการเชื่อด้วย

タイのTシャツ

田本吏輝

タイにはショッピングモールや市場で販売されている T シャツが豊富にあり、デザインにも独自の特徴があります。これらの T シャツは、日本では手に入らないものが多く、種類も豊富です。多くのデザインから選ぶことができ、価格帯は 200 バーツから 400 バーツの間で、観光地でよく販売されています。MBK に行くと、有名ブランドのコピー T シャツや独自のデザインが施された商品が数えきれないほど販売されており、とても賑わっていました。

今回の調査を通じて、タイの T シャツデザインは日本よりも自由度が高いことが分かり、日本人とタイ人の T シャツデザインに対する視点の違いを知ることができたため、とても興味深かったです。



เสื้อยืด

ริกิ ทาโมโตะ

ในประเทศไทยมีเสื้อยืดขายอยู่มากมายในห้างสรรพสินค้าและตลาด เสื้อยืดที่ขายในประเทศไทยมีดีไซน์ที่เป็นเอกลักษณ์มาก ซึ่งส่วนใหญ่ไม่สามารถหาซื้อได้ในญี่ปุ่น คุณสามารถเลือกเสื้อยืดที่คุณชอบจากแบบที่มีให้เลือกมากมาย มีสินค้าหลายอย่างที่ขายในราคาตั้งแต่ 200 บาท จนถึง 400 บาท ซึ่งมักจะขายในแหล่งท่องเที่ยว

เมื่อผมได้ไปที่ MBK มีเสื้อยืดก๊อปแบรนด์ดังและของที่มีการออกแบบเฉพาะตัวขายอยู่มากมายจนนับไม่ถ้วน

ในการสำรวจครั้งนี้ผมได้เรียนรู้ว่าการออกแบบเสื้อยืดในประเทศไทยมีความอิสระมากกว่าญี่ปุ่นและผมรู้สึกที่น่าสนใจมากที่ได้รู้ความแตกต่างในมุมมองเกี่ยวกับการออกแบบเสื้อยืดระหว่างคนญี่ปุ่นและคนไทย

ブアローイ

カンヤコーン・スパカセート



タイの甘いデザートには有名なものがたくさんあります。例えば、ポルトガルから伝わった卵を主な材料とする「トーン・イップ」「トーン・ヨート」「メット・カヌン」などがあります。今回紹介するのは、昔から伝わるタイのデザートで、粉、砂糖、ココナッツミルクを主な材料とする「ブアローイ」です。

ブアローイの正確な起源は明らかではありませんが、アユタヤ時代から存在していたと考えられています。昔からタイ料理の一部とされ、寺院での供物、祝い事、儀式などでよく作られてきました。ブアローイは、甘く香り高いココナッツミルクと、カラフルでもちもちした小さな団子でできております。店によっては、卵を加えた「ブアローイ・カイワーン」もあり、甘いココナッツミルクと卵の組み合わせが完璧な味わいを生み出します。

ブアローイ作りは、家族みんなで楽しめる活動としても適当です。作り方は簡単で、もち米粉を小さく丸めて団子を作り、それを茹でてココナッツミルクに加えるだけです。カラフルな団子は、カボチャの黄色やバイトウーイの緑など、自然の原料から色をつけることで鮮やかになります。好みによっては新鮮なココナッツの果肉や卵を加えることもできます。

ブアローイにはさまざまな種類があります。一般的なココナッツミルク入りのブアローイのほかに、ココナッツミルクの代わりに牛乳を使った「ブアロー

イ・ノムソット」、生姜の効いた「ブアローイ・ナムキン」もあります。また、最近では餡入りのブアローイも人気があり、特に黒ゴマ餡入りは生姜スープと一緒に食べられることが多いです。

ブアローイは美味しいだけでなく、縁起の良い意味も持っています。家族の絆が深まることを象徴しており、そのため、お祝いの席や仏教の儀式などでよく食べられます。ブアローイを食べることで、家族や大切な人たちとの絆をより一層深めることができるのです。

บัวลอย

กัลยกร ศุภเกษตร

ขนมหวานของประเทศไทยนั้นขึ้นชื่ออยู่หลายอย่าง ทั้งขนมที่ใช้ส่วนผสมประกอบจากไข่เป็นหลักอย่าง ทองหยิบ ทองหยอด เม็ดขนุน ซึ่งนำเข้ามาจากชาวโปรตุเกส แต่เรื่องของขนมที่นำมาให้รู้จักกันคือขนมไทยดั้งเดิม ที่มีส่วนประกอบหลักคือ แป้ง น้ำตาล กะทิ อย่าง “บัวลอย”

ขนมบัวลอยไม่มีข้อมูลที่แน่ชัดเกี่ยวกับต้นกำเนิด แต่เชื่อกันว่ามีต้นกำเนิดในสมัยอยุธยา เป็นขนมที่คู่กับสำหรับกับข้าวไทยมาตั้งแต่สมัยโบราณ ตั้งแต่การทำบุญเลี้ยงพระ งานมงคล และงานพิธีการต่าง ๆ ขนมบัวลอยนั้นประกอบไปด้วยน้ำกะทิที่มีความหอมหวาน และแป้งนุ่ม ๆ หลากหลายสี ในบางร้านก็มีไข่ด้วย ซึ่งเรียกอีกชื่อว่า “บัวลอยไข่หวาน” ซึ่งเป็นการผสมผสานกันระหว่างของคาว และของหวานอย่างลงตัว

การทำบัวลอยนั้นเหมาะอย่างยิ่งสำหรับการจัดเป็นกิจกรรมที่ให้คนในครอบครัวสามารถช่วยกันลงมือทำได้ ด้วยวิธีการทำง่าย ๆ จากการนำแป้งข้าวเหนียวมาปั้นเป็นเม็ดเล็กกลม ๆ และมีหลากหลายสีสันทาจากส่วนผสมจากผัก เช่น สีเหลืองจากฟักทอง สีเขียวจากใบเตย เป็นต้น ทำให้มีสีสันสวยงาม ผสมกับน้ำกะทิที่มีกลิ่นหอมของใบเตย มีรสชาติที่หวาน และเค็มอ่อน ๆ นอกจากนี้ยังสามารถเพิ่มมะพร้าวอ่อน และไข่ได้

ขนมบัวลอยนั้นมีหลายรูปแบบให้รับประทาน นอกจากรูปแบบบัวลอยในน้ำกะทิแล้ว ยังมีบัวลอยนมสด ซึ่งเปลี่ยนจากน้ำกะทิเป็นนมสดนั่นเอง หรือจะเป็นบัวลอยน้ำขิง และที่เห็นได้ใน

ปัจจุบันก็มีบัวลอยที่มีไส้ โดยนิยมใช้ไส้งาดำที่มักรับประทานในน้ำจืด ซึ่งลูกบัวลอยจะป็นให้ใหญ่กว่าปกติอีกด้วย

นอกจากความอร่อยของบัวลอยแล้ว ยังมีความหมายที่เป็นมงคล สื่อถึงความหมายดี ๆ ให้คนในครอบครัวกลมเกลียวแน่นแฟ้น ขนมบัวลอยจึงนิยมนำมารับประทานในงานบุญ และงานมงคลต่าง ๆ เพื่อให้ผู้ที่ได้รับประทานรักใคร่กลมเกลียวกัน

タブティムクローブ

ジュタガン・ダウンサワット

タイと言えば、多くの人がタイ料理を思い浮かべるでしょう。しかし今回は、タブティムクローブ というタイの伝統的なデザートを紹介したいと思います。タイ人に人気のあるデザートですが、まだ食べたことがない、あるいは聞いたことがない人もいるかもしれません。

タブティムクローブは、昔から愛されているタイの伝統的なデザートで、タイ人だけでなく外国人にも人気があります。甘くて冷たい味わいと、もちもちとした外側の食感に加え、中に入ったウォーターチェスナットのサクサクとした食感、そしてココナッツミルクの甘くてコクのある風味が組み合わさり、爽やかで美味しい一品です。

このデザートの名前「タブティムクローブ」は、赤く透明感のある見た目がルビーのように輝いていることから名付けられました。外側のもちもち感と中のサクサク感が特徴で、見た目だけでなく、タイのお菓子作りの繊細さや素材のこだわりも表れています。さらに、タブティムクローブには体に良い成分も含まれています。ウォーターチェスナットは食物繊維が豊富で消化を助け、ココナッツミルクには良質な脂肪が含まれています。

ทูปเทียมクロープは、美しくて美味しいタイのデザートであるだけでなく、タイの食文化も反映しています。タイ人は味のバランスや見た目の美しさ、そして繊細な作り方を大切にしており、このデザートにもそのこだわりが表れています。タプティムクロープは一年中楽しめるデザートですが、特に暑い季節にぴったりです。冷たくて甘い味わいが、暑さを和らげてくれます。多くのタイ人がこのスイーツを好んで食べており、私自身もその一人です。



ทับทิมกรอบ

จุฑากาญจน์ ดั่งสวัสดิ์

หากพูดถึงประเทศไทยหลายคนคงจะนึกถึงอาหารไทยเป็นอันดับแรก แต่ในครั้งนี้อากแนะนำให้อู้จักกับขนมหวานไทยที่มีชื่อว่า ทับทิมกรอบ ขนมหวานชนิดนี้เป็นที่นิยมมากในหมู่คนไทย แต่บางคนอาจยังไม่เคยได้ลองชิมหรือไม่เคยได้ยืมชื้อมาก่อน

ทับทิมกรอบ เป็นของหวานไทยโบราณที่ได้รับความนิยมมาตั้งแต่อดีต ไม่เพียงแต่คนไทยเท่านั้น แต่ยังเป็นที่ยื่นชอบของชาวต่างชาติอีกด้วย ทับทิมกรอบมีรสชาตืหวานเย็นสดชื่น ผสมผสานกับสัมผัสหนึบหนับของแป้งด้านนอก และความกรุบกรอบของแห้วที่อยู่ด้านในพร้อมกับรสชาตืหวานมันของกะทิทำให้เป็นขนมหวานที่อร่อยและลงตัว

ชื้อทับทิมกรอบนั้นมาจากลักษณะของแห้วที่ถูกห่อด้วยแป้งสีแดงใส ซึ่งมีความแวววาวคล้ายกับทับทิม ความพิเศษของขนมชนิดนี้อยู่ที่สัมผัสกรอบนอกนุ่มใน ไม่เพียงแต่สวยงาม

เท่านั้น แต่ยังสะท้อนถึงความประณีตและความพิถีพิถันในการทำขนมของคนไทย นอกจากนี้
ทับทิมกรอบยังมีประโยชน์ต่อสุขภาพ เพราะแก้หวัดอยู่ด้านในนั้นอุดมไปด้วยใยอาหารที่ช่วยใน
ระบบย่อยอาหาร และกะทิที่มีไขมันดีซึ่งเป็นประโยชน์ต่อร่างกาย

ทับทิมกรอบไม่ใช่แค่ขนมหวานที่อร่อยและสวยงามเท่านั้น แต่ยังสะท้อนถึงวัฒนธรรมการ
กินของคนไทยที่ให้ความสำคัญกับรสชาติ ความสวยงาม และความละเอียดอ่อนในการทำ อีกทั้ง
ยังสามารถรับประทานได้ตลอดทั้งปี และเหมาะเป็นพิเศษในช่วงอากาศร้อน เพราะความเย็น
หวานของขนมจะช่วยคลายร้อนได้ดี คนไทยจำนวนมากจึงชื่นชอบขนมหวานชนิดนี้ รวมถึงตัวฉัน
เองก็เป็นหนึ่งในนั้นด้วย

タイの「サンプラプーム」：家を守る小さな祠

タンチャノック・ムアンシー

タイを訪れたことがある人は、家やお店、オフィスの前に小さな祠ほくらがある
のを見たことがあるかもしれません。これは「サンプラプーム」といい、日
本の神社のように神様をまつるものです。タイの人々は、この祠に花やお供え
物をささげて、家や仕事場が安全でうまくいくように願います。サンプラプ
ームは、タイの昔からの信仰にもとづいた「守護霊しゅごれいの家」のようなものです。
タイの人々は、土地には「チャオティー」という地主の精霊がいると考えてい
ます。新しく家や建物を建てる時、その精霊の住む場所としてサンプラプ
ームを作ります。サンプラプームは、ふつう建物の前や庭のすみに置かれま
す。地面に直接建てるのではなく、高い柱の上に置きます。それは、精霊は人
間より高い場所に住むべきだという信仰があるからです。

サンプラプームには、主に2つの種類があります。「サンプラプーム」
と「サントーイヤーイ」です。サンプラプームを作るときは、僧侶そうりょや占うらな
い師に相談して、良い日や方角を決めます。作ったあとは、家の人々が祠をそう

じして、お供え物^{そな}をします。お供え物には、花輪（プアンマーライ）や赤いソーダ（ファンタ・ストロベリー）など、果物、お菓子、ご飯や鶏肉などがあります。また、商売がうまくいくように願うお店の人は、踊り子（ラム・ターワイ）を呼んで、精霊に感謝の舞をささげることもあります。今でもタイのあちこちでサンプラプームを見ることができますが、都会ではデザインが変わってきています。例えば、ガラスで作られた現代的な祠や、シンプルな白い祠もあります。観光地やショッピングモールの前には、有名なサンプラプームがあります。バンコクの「エラワンの^{ほこら}祠」は、商売がうまくいくように願う人々でにぎわっています。

サンプラプームは、タイの人々の信仰と生活に深く関わっています。それはただのかざりではなく、土地の精霊をうやまい、家や仕事を守ってもらうための大切な場所なのです。タイに行くことがあれば、町の中や建物の前にあるサンプラプームを見てみてください。そして、タイの人々がどのように祠を大事にしているかを感じるのもおもしろいと思います。



“ศาลพระภูมิ” ของไทย: ศาลเจ้าเล็ก ๆ ที่ปกป้องบ้าน

ธรรมชนก ม่วงศรี

หากคุณเคยมาเยือนประเทศไทย อาจเคยสังเกตเห็นศาลเจ้าเล็ก ๆ ตั้งอยู่หน้าบ้าน ร้านค้า หรือสำนักงาน ศาลเหล่านี้เรียกว่า “ศาลพระภูมิ” ซึ่งเปรียบเสมือนศาลเจ้าของไทย มีไว้เพื่อ

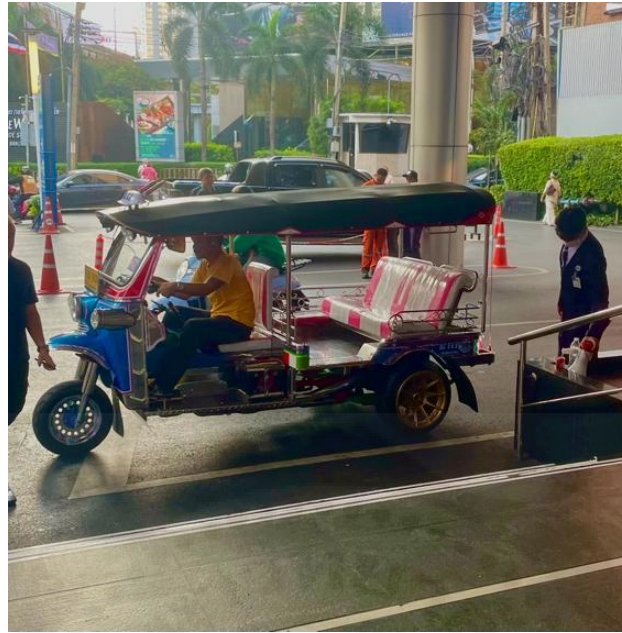
เคารพบูชาเทพผู้ปกป้องรักษา คนไทยมักนำดอกไม้และของถวายมาวาง เพื่ออธิษฐานขอความ
ปลอดภัยและความเจริญรุ่งเรืองให้แก่บ้านและสถานที่ทำงาน ศาลพระภูมิเป็นเสมือน “บ้านของ
วิญญาณผู้พิทักษ์” ที่หยั่งรากลึกในความเชื่อดั้งเดิมของไทย คนไทยเชื่อว่าในทุกผืนดินมี “เจ้าที่”
หรือวิญญาณผู้ดูแลอาศัยอยู่ ดังนั้น เมื่อจะสร้างบ้านหรืออาคารใหม่ จึงต้องสร้างศาลเพื่อเป็นที่
อยู่ของเจ้าที่ เป็นการแสดงความเคารพและขออนุญาตใช้พื้นที่ ศาลพระภูมิมักตั้งอยู่บริเวณหน้า
บ้านหรือมุมหนึ่งของสวน โดยวางไว้บนเสาสูง ไม่ตั้งบนพื้นดินโดยตรง เพราะเชื่อว่าวิญญาณควร
อยู่ในที่สูงกว่ามนุษย์

ศาลพระภูมิในไทยมี 2 ประเภทหลัก ได้แก่ “ศาลพระภูมิ” สำหรับเทพผู้ปกป้องดินแดน
และ “ศาลตายาย” สำหรับวิญญาณบรรพบุรุษหรือเจ้าที่ ก่อนจะตั้งศาล เจ้าของบ้านมักปรึกษา
พระหรือหมอดูเพื่อหาวันมงคลและทิศทางที่เหมาะสม หลังจากตั้งศาลแล้ว เจ้าของบ้านหรือผู้อยู่
อาศัยจะดูแลทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ พร้อมนำของถายมามอบให้ ของถวายที่พบเห็นได้
บ่อย ได้แก่ พวงมาลัยดอกไม้ ทำจากดอกมะลิหรือดอกดาวเรือง เครื่องดื่มสีแดง เช่น แพนด้าสต
รอร์เบอร์รี่ ผลไม้ ขนม และบางครั้งก็มี ข้าวหรือไก่ ถวายด้วย นอกจากนี้ เจ้าของร้านค้าที่หวังให้
กิจการรุ่งเรือง มักจะจ้าง นักร้าถาย มารำบูชาเพื่อแสดงความกตัญญูและขอบคุณสิ่งศักดิ์สิทธิ์
แม้ในปัจจุบัน ศาลพระภูมิจะยังคงพบได้ทั่วไปในไทย แต่ในเมืองใหญ่ ศาลบางแห่งก็ถูกออกแบบ
ให้ทันสมัยขึ้น เช่น ศาลที่ทำจากกระจกดีไซน์โมเดิร์น หรือศาลสีขาวแบบมินิมอล นอกจากนี้ ยัง
มีศาลพระภูมิที่มีชื่อเสียงตามสถานที่สำคัญ เช่น ศาลพระพรหมเอราวัณ ในกรุงเทพฯ ซึ่งมีผู้คน
หลั่งไหลมาขอพรด้านโชคลาภและความสำเร็จอย่างไม่ขาดสาย

ศาลพระภูมิ จึงไม่ได้เป็นเพียงแค่เครื่องประดับหน้าบ้าน แต่เป็นสัญลักษณ์ของความ
ศรัทธาและการเคารพในสิ่งศักดิ์สิทธิ์ คนไทยเชื่อว่าการบูชาเจ้าที่จะช่วยปกป้องบ้านเรือนและ
กิจการให้ร่มเย็น หากคุณมีโอกาสดูมาเยือนไทย ลองสังเกตศาลพระภูมิตามมุมถนนหรือหน้า
อาคารต่าง ๆ แล้วคุณจะสัมผัสได้ถึงความเคารพและความศรัทธาที่หยั่งรากลึกในวิถีชีวิตของคน
ไทย

トゥクトゥク

イリアベエスター真理



「トゥクトゥク」は、東南アジアや南アジアでよく見られる三輪タクシーです。近距離の移動には、通常のタクシーよりも便利な乗り物とされています。トゥクトゥクの起源は、約 60 年前に日本から輸入された車両だと言われており、それが現在の形へと改良されました。私がこのテーマを選んだ理由は、日本では「トゥクトゥク」のような乗り物がほとんど見られず、とても珍しい存在だからです。

日本では主に電車やタクシー、レンタサイクルが移動手段として利用されていますが、それらの料金はどれもあまり安くありません。特にタクシーの料金は、トゥクトゥクの約 5 倍も高くなっています。私が初めてトゥクトゥクに乗ったときは、壁がないので少し怖かったのですが、風が気持ちよく、とても楽しい体験でした。日本にもトゥクトゥクのような、安くて便利な乗り物がもっと普及すればいいなと思います。

“ตุ๊กตุ๊ก”

เอสเธอร์ มารี อิริอาเบะ

“ตุ๊กตุ๊ก” เป็นรถสามล้อที่พบได้บ่อยในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้และเอเชียใต้ มีความสะดวกสบายมากกว่ารถแท็กซี่สำหรับการเดินทางระยะใกล้ เชื่อกันว่าตุ๊กตุ๊กมีต้นกำเนิดมาจากรถที่นำเข้ามาจากประเทศญี่ปุ่นเมื่อประมาณ 60 ปีก่อน และได้รับการดัดแปลงรูปร่างให้เป็นแบบปัจจุบัน ในญี่ปุ่นแทบไม่มีพาหนะที่เหมือนกับ “ตุ๊กตุ๊ก” เลย จึงเป็นสิ่งที่หายากมาก

สำหรับการเดินทางในญี่ปุ่น ส่วนใหญ่จะใช้รถไฟ รถแท็กซี่ หรือจักรยานให้เช่า แต่ค่าบริการของพาหนะเหล่านี้ไม่ค่อยถูก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ค่าแท็กซี่ในญี่ปุ่นแพงกว่าตุ๊กตุ๊กประมาณ 5 เท่า ตอนที่ฉันนั่งตุ๊กตุ๊กครั้งแรก รู้สึกกลัวนิดหน่อยเพราะไม่มีพนัก แต่ลมเย็นสบายและสนุกมาก ฉันหวังว่าในญี่ปุ่นจะมีพาหนะที่ถูกและสะดวกแบบตุ๊กตุ๊กมากขึ้น

タイのお水

パワラ・リカシットポン

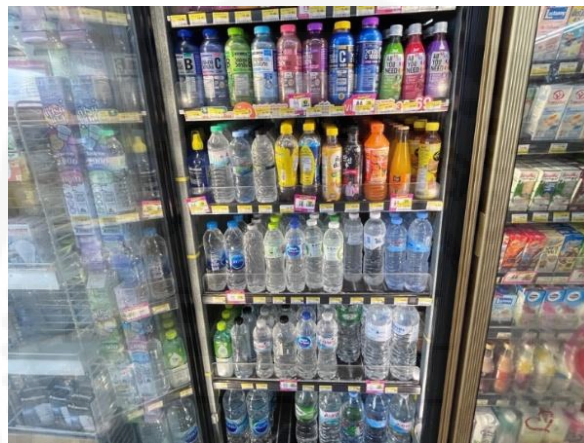
タイのコンビニに入ると、「あ、いっぱいお水のブランドがあるね。」と思ってしまうことがありますか。タイ人の私でもそう思ってしまうこともあります。また、お水のブランドは年々増えていくことに驚きます。おそらく、他の国も同じだろうと思います。

日本に行ったときにいろいろなブランドのお水を買う機会があって、そのとき気づいたことがありました。それは、ブランドが違ってても味はそんなに変わらないということです。ところが、タイのお水はブランドによって味は大きく異なります。味だけではなく、匂いにも違いがあります。タイ人はよく「この水はおいしい」とか「この水はまずいね」と言います。「え？お水って、おいしさがあるの？」と思う方もいるかもしれませんが、ぜひタイに来て試してみてください。実際、タイのお水は、甘みや渋みがあって、その違いは水に含ま

れるミネラル成分や水源の違いから生まれています。したがって、水の味はブランドごとに明確に異なるのです。

さらに、タイの一部のお水ブランドはビタミンやミネラルを含む水や、健康にいいお水などがあります。そのため、タイではお水の種類が多く、例えば肌にいい効果があるお水や、環境に優しいパッケージのお水もあります。各ブランドはそれぞれの特徴を活かして、他のブランドとの違いを出しています。

このように、タイのお水市場は多様で、消費者は自分の好みやライフスタイルに合わせたお水を選ぶことができます。



น้ำดื่มไทย

ปวรา ลิขสิทธิ์พงศ์

เมื่อเข้าไปในร้านสะดวกซื้อในประเทศไทย คุณเคยคิดว่า “โห มีน้ำดื่มหลายยี่ห้อเลย” หรือเปล่า แม้แต่คนไทยอย่างฉันก็เคยคิดแบบนั้นเหมือนกัน และฉันยังรู้สึกประหลาดใจที่จำนวนยี่ห้อของน้ำดื่มเพิ่มขึ้นทุกปี ฉันคิดว่าประเทศอื่น ๆ ก็คงเป็นเช่นนี้

เมื่อฉันไปที่ญี่ปุ่น ก็มีโอกาสดื่มน้ำดื่มมาหลายยี่ห้อ และในตอนนี้ฉันก็รู้ว่า ถึงแม้ว่ายี่ห้อจะต่างกัน แต่รสชาติก็แทบจะไม่แตกต่างกันเลย ทว่าน้ำดื่มในประเทศไทยนั้นจะมีรสชาติจะต่างกันมากตามแต่ละยี่ห้อ ไม่เพียงแต่รสชาติเท่านั้น กลิ่นก็ยิ่งแตกต่างกันด้วย คนไทยจึงมักจะพูดว่า “น้ำนี้อร่อย” หรือ “น้ำนี้ไม่อร่อยเลย” อะไรทำนองนี้ ฉันคิดว่าคงมีคนที่นี่สงสัยขึ้นมาว่า น้ำดื่มนี้มีคำว่าอร่อยหรือไม่อร่อยด้วยหรือ ก็ขอเชิญชวนให้มาลิ้มลองที่ประเทศไทย น้ำดื่มใน

ประเทศไทยนั้น มีทั้งรสหวานและรสฝาด ซึ่งความแตกต่างเหล่านี้เกิดจากรสชาติในน้ำและแหล่งน้ำที่แตกต่างกัน ดังนั้น รสชาติน้ำแต่ละแบรนด์จึงแตกต่างกันอย่างชัดเจน

นอกจากนี้ น้ำดื่มในประเทศไทยบางยี่ห้อ ยังมีน้ำที่มีส่วนผสมของวิตามินและแร่ธาตุ รวมทั้งน้ำดื่มที่ดีต่อสุขภาพด้วย ดังนั้นในประเทศไทยจึงมีน้ำดื่มหลากหลายประเภท เช่น น้ำที่มีประโยชน์ต่อผิวพรรณ หรือมีบรรจุภัณฑ์ที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ยี่ห้อแต่ละยี่ห้อก็ใช้จุดเด่นของตัวเองเพื่อสร้างความแตกต่างจากแบรนด์อื่น

ดังนั้น ตลาดน้ำดื่มในประเทศไทยจึงมีความหลากหลาย และผู้บริโภคสามารถเลือกน้ำดื่มที่เหมาะสมกับความชอบและไลฟ์สไตล์ของตัวเองได้นั่นเอง

「東京」と呼ばれるタイのお菓子

パリタ・デチャットピンヨ



日本人が、「カノム・トウキョウ(東京焼き)」という名前を初めて聞いたときに、それがお菓子だとは思わない人もいるかもしれません。名前には「東京」が含まれていますが、日本には同じものはなく、タイの独自のお菓子です。

タイにはたくさんの美味しいストリートフードがありますが、その中でも「カノム・トウキョウ」は特に人気のあるお菓子です。東京焼きは、タイ風の小さな巻きクレープで、中にはしょっぱい具と甘い具があり、好みに応じて選ぶことができます。

東京焼きの生地は、小麦粉、卵、砂糖、牛乳を混ぜて作ります。ホットプレートの上に丸く広げて焼き、表面が少し固まってきたら、中に具材をのせます。具には、甘いものとしょっぱいものの両方があります。例えば、甘い具ではカスタードクリームが特に人気で、チョコレートや練乳などもあります。一方、しょっぱい具では、ソーセージ、卵、ハム、チーズ、豚肉などがあり、特にソーセージと卵の組み合わせがとても人気があります。

このお菓子は、特に学校の近くやマーケット、屋台でよく見かけます。子供から大人まで楽しめる手軽なお菓子で、値段も安く、一つあたり 10 バーツ (約 40 円) ほどで買うことができるため、多くの人々に親しまれています。

東京焼きは、シンプルながら奥深い味わいがあり、タイのストリートフード文化を代表する一品です。タイに来たら、ぜひ熱々の東京焼きを味わってみてください。香ばしい生地と具材の組み合わせが、忘れられない美味しさです！

ขนมของประเทศไทยที่ถูกเรียกว่า “โตเกียว”

ปาติตา เดชาติภิญโญ

คนญี่ปุ่นเมื่อได้ยินชื่อ “ขนมโตเกียว(โตเกียวยากิ)” เป็นครั้งแรก อาจมีบางคนที่ไม่รู้ว่ายหมายถึงขนม ถึงชื่อนี้จะมีคำว่า “โตเกียว” อยู่ แต่ในญี่ปุ่นไม่มีขนมแบบเดียวกัน ขนมโตเกียวเป็นขนมเฉพาะของไทย

ประเทศไทยมีอาหารข้างทางอร่อย ๆ มากมาย แต่ในบรรดาอาหารเหล่านั้น “ขนมโตเกียว” เป็นขนมที่ได้รับความนิยมเป็นพิเศษ ขนมโตเกียวเป็นเครปม้วนขนาดเล็กแบบไทย ๆ ที่มีทั้งไส้หวานและไส้เค็ม ซึ่งสามารถเลือกได้ตามความชอบ

แป้งของขนมโตเกียวทำจากแป้งสาลี ไข่ น้ำตาล และนมที่นำมาผสมกัน จากนั้นนำไปทอดบนกระทะให้เป็นแผ่นกลม ๆ พอผิวเริ่มเซตตัวจึงใส่ไส้ลงไป ใส่มีทั้งแบบหวานและแบบเค็ม เช่น ไส้หวานที่ได้รับความนิยมมากที่สุดคือ ไส้ครีม นอกจากนี้ยังมีช็อกโกแลตและนมข้นหวาน ส่วนถ้าเป็นไส้เค็มจะมี ไส้กรอก ไข่ แฮม ชีส และหมู โดยไส้กรอกกับไข่จะเป็นที่นิยมมาก

ขนมนี้สามารถพบได้บ่อย แถว ๆ โรงเรียน ตลาด และร้านแผงลอย เป็นของว่างง่าย ๆ ที่ทั้งเด็กและผู้ใหญ่สามารถเพลิดเพลินได้ และยังมีราคาถูก โดยสามารถซื้อได้ในราคาชิ้นละประมาณ 10 บาท (ประมาณ 40 เยน) ทำให้เป็นที่ชื่นชอบของผู้คนจำนวนมาก

ขนมโตเกียวเป็นเมนูที่เรียบง่ายแต่มีรสชาติที่ลึกซึ้ง และถือเป็นตัวแทนของวัฒนธรรมอาหารข้างทางของไทย หากคุณสามารถมีโอกาสมาเที่ยวไทย อย่าลืมลองชิมขนมโตเกียवर้อน ๆ ดูนะ แป้งหอมกรอบกับไส้ที่เข้ากันเป็นอย่างดี จะทำให้คุณติดใจไม่ลืม !

料理をシェアします

ポンパウィー・ルアンパソエド

タイでは、食事を共有する文化があります。主菜をテーブルの中央に置き、取り分け用のスプーンを使って料理を取ることが一般的です。これにより、個人のスプーンやフォークを料理に直接使うことを避け、唾液を通じた病気の感染拡大を防ぎ、共に食事をする際の衛生を保つことができます。

食事を共有することで、さまざまな味を楽しむことができるようになります。例えば、写真にあるテーブルには、タイの小鍋料理、生エビのサラダ、鶏の足スパイシーなスープ、そして濃厚なトムヤムプラーが並んでいます。これにより、みんなが一度に異なる味を楽しむことができます。しかし、注意すべき点は、適切な量を食べることです。もし一つの料理を食べ過ぎてしまうと、他の人がその料理を十分に楽しむことができないかもしれません。

食事を共有する文化は、さまざまな料理を楽しむだけでなく、友人や家族との良い関係を築く手助けにもなります。料理を分け合うことで、食事の時間が温かく、親しみやすい雰囲気になります。みんなで主菜を選び、一緒に食べることで、食事が単なる食事の時間だけでなく、料理の味や作り方について意見を交換する機会にもなります。

食事を共有する際に大切なのは、他の人のスペースを尊重し、取り分け用のスプーンを正しく使うことです。これにより、病気の感染拡大を防ぐことができます。さらに、適切な量を食べることも重要で、みんなが公平に料理を楽しむようにし、誰もが食事から取り残されていると感じないようにすることが大切です。



การแชร์อาหาร

พรปวีณ์ เหลืองประเสริฐ

ที่ประเทศไทยเรามีวัฒนธรรมการแชร์อาหารร่วมกัน โดยจะมีการวางอาหารจานหลักไว้ตรงกลางและมีการใช้ช้อนกลางในการตักอาหารจากจานหลัก เพื่อหลีกเลี่ยงการใช้ช้อนหรือส้อมส่วนตัวลงไปในอาหาร ซึ่งเป็นการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคที่ติดต่อทางน้ำลายและรักษาความสะอาดในการรับประทานอาหารร่วมกัน

การที่เรามีวัฒนธรรมการแชร์อาหารร่วมกันทำให้เราได้สัมผัสกับรสชาติที่หลากหลายมากขึ้น เช่น ในภาพที่เห็นบนโต๊ะ มีเมนูต่างๆ เช่น จิ้มจุ่ม, ยำกุ้งสด, ต้มแซ่บขาไก่, และต้มยำปลาน้ำข้น ที่ทุกคนสามารถลิ้มลองรสชาติหลากหลายได้ในมือเดียว แต่สิ่งที่ควรระวัง คือ การรับประทานอาหารในปริมาณที่พอเหมาะ เพราะหากรับประทานอาหารจานใดจานหนึ่งมากเกินไปอาจทำให้คนอื่นไม่ได้รับประทานอาหารจานนั้นอย่างทั่วถึง

การที่เรามีวัฒนธรรมการแชร์อาหารร่วมกันนั้น นอกจากจะช่วยให้เราได้รับประทานอาหารที่หลากหลายแล้ว ยังเป็นการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในหมู่เพื่อนและครอบครัว การแบ่งปันอาหารยังช่วยเสริมสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นและเป็นกันเองในมื้ออาหาร เพราะทุกคนมีส่วนร่วมในการเลือกและรับประทานอาหารในจานหลักเดียวกัน อีกทั้งยังเป็นโอกาสในการแลกเปลี่ยน

ความคิดเห็นเกี่ยวกับรสชาติหรือวิธีการทำอาหารแต่ละจาน ทำให้มีอาหารไม่เพียงแค่เป็นการกินเพียงอย่างเดียว

สิ่งที่สำคัญในการรับประทานอาหารร่วมกันคือ การเคารพพื้นที่และการใช้ช้อนกลางให้ถูกต้อง เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อโรค อย่างไรก็ตาม การรับประทานอาหารในปริมาณที่พอเหมาะก็เป็นสิ่งสำคัญ เพื่อให้ทุกคนได้รับประทานอาหารอย่างทั่วถึงและไม่มีใครรู้สึกว่าคุณละเลยจากการแบ่งปันอาหาร

ヤードム

久津見葉乃

ヤードムは、メンソールなどの清涼感のある香りを染み込ませたキャップ型やスティック型のアロマです。暑さや眠気、頭痛などに効果があり、すっきりとした気分になれます。多くのタイ人が自分のヤードムを持ち歩いています。私は今回タイに来て、初めてヤードムを知りました。

タイ人の学生とバンコクツアーに行ったときに、ヤードムの香りを初めて嗅ぎました。すっきりとした香りで、暑さが和らぎました。日本にはない面白いアイテムなので、ヤードムをテーマに選びました。

ヤードムは、20～25 バーツで買えます。薬局や屋台にたくさん売っています。この写真は、私の友達フェアが見せてくれたものです。タイの高校生が、同じ種類のヤードムを私にプレゼントしてくれました。とてもうれしかったです。暑いタイでたくさん使いたいです。



ยาตม

ชีโนะ คูสึมิ

ยาตมคือสิ่งที่มีกลิ่นหอมเย็น ๆ เช่น เมนทอล มีแบบฝาเปิดและแบบแท่ง มีสรรพคุณช่วยบรรเทาความร้อน ความง่วง อาการปวดหัว และทำให้รู้สึกสดชื่น คนไทยหลายคนพกยาตมติดตัวฉันเพิ่งรู้จักยาตมครั้งแรกตอนมาเมืองไทย

ฉันไปทัวร์กรุงเทพกับนักเรียนไทย ตอนนั้นฉันได้กลิ่นยาตมครั้งแรก ด้วยกลิ่นหอมที่สดชื่นทำให้รู้สึกคลายร้อน ยาตมเป็นของที่น่าสนใจที่ไม่มีในญี่ปุ่น ฉันจึงเลือกยาตมมาเป็นของขวัญ

ยาตมสามารถหาซื้อได้ในราคา 20-25 บาท มีขายตามร้านขายยาและแผงลอยต่าง ๆ ในภาพนี้เป็นยาตมที่เพื่อนของฉันที่ซื้อแพร้ให้ฉันดู นักเรียนมัธยมไทยคนหนึ่งได้ให้ยาตมแบบเดียวกันให้กับฉัน ฉันดีใจมาก อยากใช้บ่อย ๆ ในเมืองไทยที่อากาศร้อน

ฉันสนุกกับการไปทัวร์กรุงเทพกับนักเรียนไทยมาก ๆ ขอขอบคุณอาจารย์และนักเรียนไทยทุกคนที่ช่วยเหลือกันมาตลอดสองสัปดาห์

ナンプラー

タナクリット・山本

ナンプラーはタイで最も人気のある調味料です。魚と塩からできて、タイ人はナンプラーを使って料理をつくります。ナンプラーの味は、しょっぱくて魚の良い香りがします。例えば野菜炒めや肉炒めだけでなく、フライドチキンにまで使います。でもナンプラーはもともとタイの調味料ではなく、中国から伝わりました。1900 年、中国から来たライジア・セアタンさんはタイに働きにきました。昔のタイ人は塩しか使ってなかったので、ライジアさんはナンプラーを作って売りました。それからナンプラーは大人気になって、タイ人はナンプラーを好きになりました。タイ料理のお店では、どこでもナンプラーがあります。日本の醤油みたいにタイ人にとって料理を作るときにとっても必要なもの

です。高級なレストランでも安いレストランでもナンプラーが置いてあります。ナンプラーだけではなく唐辛子とニンニクも入っているのはナンプラーピックと呼ばれるタレです。タイ人はご飯を食べているときに味が薄かったらナンプラーピックを少しかけます。魚の良い香りと少ししょっぱさがある料理はとても美味しいです。ただし匂いが強いので気をつけましょう。ナンプラーのパッケージはいろいろなサイズがあります。例えば小さな袋から大きいボトルまであります。お店で買った弁当は、小さいナンプラーのパックが入っていることもあります。まるでお寿司の弁当の醤油みたいな感じです。もしよかったらぜひナンプラーを食べてみてください。きっと気に入ります。



น้ำปลา

ธนกฤต ยามาโมโท

น้ำปลาเป็นเครื่องปรุงอย่างหนึ่งที่ได้รับคามนิยมเป็นอย่างมากในไทย โดยน้ำปลาทำมาจากการหมักเกลือและปลา คนไทยชอบใช้น้ำปลาในการทำอาหาร เพราะว่ารสชาติของน้ำปลาจะมีกลิ่นที่หอมของปลาและรสชาติที่เค็ม ไม่ว่าจะเอาน้ำปลาไปผัดผักหรือผัดเนื้อสัตว์ แม้แต่ไก่ทอดก็ยังใช้น้ำปลาเลย จริง ๆ แล้ว ต้นกำเนิดของน้ำปลาไม่ได้เริ่มต้นมาจากประเทศไทย แต่เริ่มต้นมาจากผู้อพยพชาวจีนที่เข้ามาทำงานในไทยช่วงปี ค.ศ.1900 ชื่อ นาย ไส่เจี๋ย แซ่ฉัง โดยที่เมื่อก่อนคนไทยนั้นมักจะใช้เกลือในการปรุงอาหาร คุณไส่เจี๋ยจึงมองเห็นโอกาสจึงทำน้ำปลาขาย หลังจากนั้นมาน้ำปลาก็เริ่มได้รับความนิยมแล้วคนไทยก็ติดใจกับน้ำปลาในเวลาต่อมา ที่

ร้านอาหารในไทยมักจะมีน้ำปลาอยู่ทุกร้าน ไม่ต่างจากประเทศญี่ปุ่นที่ใช้โชยุในการปรุงอาหาร ซึ่งเป็นของที่จำเป็นมาก ๆ ไม่ว่าจะเป็นร้านอาหารสุตหรูหรือร้านอาหารบ้าน ๆ ธรรมดา ก็จะมีน้ำปลาวางอยู่ เมื่อนำพริกกับกระเทียมมาใส่ในน้ำปลา ก็จะกลายเป็นซอสที่ชื่อว่า “น้ำปลาพริก” เมื่อคนไทยเวลากินอาหารแล้วรู้สึกว่ารสจืด ก็จะราดน้ำปลาพริกเพื่อให้รสชาติของอาหารอร่อยขึ้น แต่ว่ากลิ่นก็จะแรงหน่อยควรจะระวังด้วย แพคเกจจิ้งของน้ำปลาก็จะมีหลายแบบ ไม่ว่าจะเป็นซองเล็กหรือขวดใหญ่ ข้าวกล่องที่ซื้อมาจากร้านอาหารบางทีก็จะแถมน้ำปลาซองเล็กมาให้ด้วย เหมือนข้าวกล่องเบนโตะซูชิของญี่ปุ่นที่จะแถมโชยุมาในกล่อง ถ้ายังไม่เคยลองน้ำปลา ขอบอกเลยว่าไม่ควรพลาด ยิ่งงี้ก็ชอบแน่นอน

ウタイティップ

ワンウィパー・ガラウエーク

ウタイティップは、血液と心臓の健康を保ち、喉の渇きを潤す効果がある伝統的な薬です。この薬は、特に暑い気候のタイで、タイ人が暑さを和らげるためによく使用します。ウタイティップには、マリ、ゲッコウ、ピクルなど、32 種類の自然由来の植物成分が含まれており、ウタイティップの色は自然な赤色をもつ「ファーンの木」から来ています。この成分は、体を養い、体温を下げる効果があります。

ウタイティップの飲み方は非常に簡単です。ウタイティップを 1～2 滴冷水に垂らしてよく混ぜるだけです。混ぜると水は鮮やかな赤色に変わり、飲むと爽快感を得られます。さらに、香りがリラックス効果をもたらし、気分もすぐに良くなります。甘さは控えめなので、自然に体を養うことができます。また、一部の若者はウタイティップを化粧品代わりに使うこともあります。口や頬に塗ることで、リップスティックのような赤い色合いを与え、顔を自然に明るく見せることができます。

しかし、ウタイティップは冬の季節や寒い環境で飲むべきではありません。ウタイティップは血液循環を促進し、暑い気候に適していますが、寒い気候では体温を奪う恐れがあります。そのため、手足が冷たくなる可能性があり、風邪をひきやすくなる可能性があります。

ウタイティップは子供の頃から私のお気に入りです。暑がりな私は、暑い日にウタイティップを飲むといつも爽やかな気分になれます。昔はジュースや炭酸飲料のような爽快感のある飲み物があまり多くなかったため、ウタイティップは当時のタイでとても人気がありました。しかし、現在ではさまざまな種類の飲み物が登場したことで、ウタイティップの人気は次第に薄れています。ウタイティップを見つけるのが少し難しくなりましたが、今では主に薬局で購入できます。



อุทัยทิพย์

วรรณวิภา การะเวก

อุทัยทิพย์ หรือ น้ำยาอุทัย เป็นยาแผนโบราณที่มีสรรพคุณในการบำรุงเลือด บำรุงหัวใจ และช่วยแก้กระหาย ซึ่งเหมาะสำหรับสภาพอากาศร้อนจัดในประเทศไทย คนไทยจึงมักนำมาใช้เพื่อคลายร้อน อุทัยทิพย์มีสารสกัดจากพฤษาธรรมชาติถึง 32 ชนิด เช่น มะลิ ดอกเก็กฮวย ดอกพิกุล เป็นต้น โดยสีของอุทัยทิพย์มาจากสีแดงธรรมชาติของไม้ฝาง ซึ่งเป็นส่วนผสมที่มีคุณสมบัติช่วยบำรุงร่างกายและคลายความร้อนให้กับผู้ที่ดื่ม

วิธีการต้มอุทัยทิพย์นั้นง่ายมาก เพียงแค่หยดอุทัยทิพย์ 1-2 หยดลงในน้ำเย็นแล้วคนให้เข้ากัน เมื่อผสมเสร็จ สีของน้ำจะเปลี่ยนเป็นสีแดงสดใส เมื่อต้มเข้าไปจะช่วยให้รู้สึกสดชื่น กระปรี้กระเปร่า พร้อมทั้งมีกลิ่นหอมที่ช่วยเพิ่มความผ่อนคลายและทำให้รู้สึกดีขึ้นในทันที เป็นเครื่องดื่มที่มีรสชาติหวานอ่อน ๆ และช่วยบำรุงร่างกายอย่างเป็นธรรมชาติ นอกจากนี้ยังมีวัยรุ่นบางกลุ่มที่นิยมใช้อุทัยทิพย์ทาบริเวณปากและแก้มแทนเครื่องสำอาง เนื่องจากสีแดงของอุทัยทิพย์มีความคล้ายคลึงกับลิปสติกทำให้หน้าดูเป็นธรรมชาติ

อย่างไรก็ตาม ไม่ควรดื่มอุทัยทิพย์ในช่วงฤดูหนาวหรือในสภาพแวดล้อมที่อากาศเย็น เนื่องจากอุทัยทิพย์ช่วยเพิ่มการไหลเวียนของเลือดและมีคุณสมบัติที่เหมาะสมสำหรับอากาศร้อน หากใช้ในสภาพอากาศที่เย็นเกินไป ร่างกายอาจสูญเสียความอบอุ่นทำให้เกิดอาการมือเท้าเย็น หรือเสี่ยงต่อการเป็นหวัดได้ง่ายขึ้น

อุทัยทิพย์เป็นสิ่งที่ฉันชื่นชอบมาตั้งแต่เด็กเพราะฉันเป็นคนขี้ร้อน ทุกครั้งที่ได้ดื่มอุทัยทิพย์ มักช่วยให้ฉันรู้สึกสดชื่นในวันที่อากาศร้อนอยู่เสมอ เนื่องจากเมื่อก่อนเครื่องดื่มที่ให้ความสดชื่น เช่น น้ำหวานหรือน้ำอัดลมมีให้เลือกไม่มากนัก ทำให้อุทัยทิพย์เป็นที่นิยมอย่างมากในประเทศไทยสมัยนั้น แต่ในปัจจุบัน เครื่องดื่มมีความหลากหลายมากขึ้น ทำให้ความนิยมของอุทัยทิพย์ ลดลง และหาซื้ออุทัยทิพย์ได้ยากขึ้นเพราะส่วนใหญ่ขายที่ร้านขายยา

クイッティアオ・ルア

ウィチャヤーダー・ソーナミット

タイの主食といえば、多くの人が「ご飯」と答えるでしょう。しかし、タイではご飯だけでなく、「クイッティアオ」も広く食べられています。その中でも特に人気のある麺料理が「クイッティアオ・ルア」です。

クイッティアオ・ルアの起源は、ラッタナコーシン王朝後期にさかのぼります。中国系移民が中国の麺料理の調理法をタイの食材や調味料と組み合わせ、タイ人の味覚に合うように改良したことで生まれました。当時、水上交通が主要な移動手段であり、商売も川や運河で行われていました。そのため、商人た

ちは小さな船に麺料理を載せ、パドルを使って運河沿いで販売していました。これが「クイッティアオ・ルア」という名前の由来です。

クイッティアオ・ルアの特徴の一つは、小さな器で提供されることです。これは、船上という限られたスペースで調理しやすくするための工夫でした。また、スープは濃厚で、しっかりとした味わいが特徴です。通常、ダークソイソース、紅腐乳（発酵豆腐）、各種スパイス、そして豚や牛の血を塩と混ぜたものが加えられ、スープのとろみと旨味を引き立てます。

現在では、船上で販売されることは少なくなりましたが、クイッティアオ・ルアの人気は衰えていません。特に、アユタヤ県はクイッティアオ・ルアの発祥地とされ、現在でもこの料理の名所として知られています。

クイッティアオ・ルアの味の特徴は、酸味、辛味、塩味、甘味のバランスが絶妙であることです。さらに、タイ人はこの麺料理をカリカリの豚脂や豚皮揚げ、そしてバジルやホーリーバジルと一緒に食べるのを好みます。これらのトッピングがスープの風味を引き立て、より豊かな味わいを楽しむことができます。濃厚な味付けとトッピングの多様性により、クイッティアオ・ルアは今でもタイ人や観光客の間で愛され続けています。



ก๋วยเตี๋ยวเรือ

วิชญาดา โสณะมิตร

หากจะพูดถึงอาหารหลักของคนไทยแล้วละก็ แน่แน่นอนว่าคนส่วนใหญ่มักจะตอบว่า “ข้าว” เป็นอาหารมื้อหลัก แต่นอกจากคนไทยจะนิยมรับประทานข้าวแล้วก็มักนิยมรับประทาน “ก๋วยเตี๋ยว” ด้วยเช่นกัน และหนึ่งในก๋วยเตี๋ยวที่คนไทยนิยมรับประทานก็คือ “ก๋วยเตี๋ยวเรือ”

ก๋วยเตี๋ยวเรือมีต้นกำเนิดมาจากสมัยรัตนโกสินทร์ตอนปลาย ชาวจีนเหล่านี้ได้นำสูตรการปรุงก๋วยเตี๋ยวจากประเทศจีนมาผสมผสานกับวัตถุดิบและเครื่องปรุงของไทย จนกลายเป็นก๋วยเตี๋ยวที่มีรสชาติถูกปากคนไทย ในสมัยนั้น การสัญจรทางน้ำเป็นวิธีหลักในการเดินทางและค้าขาย พ่อค้าแม่ค้าจึงพายเรือขายตามคลองต่าง ๆ ซึ่งเป็นที่มาของชื่อ “ก๋วยเตี๋ยวเรือ”

ลักษณะเด่นของก๋วยเตี๋ยวเรือคือการเสิร์ฟในชามขนาดเล็ก เนื่องจากในอดีตการขายก๋วยเตี๋ยวบนเรือที่มีพื้นที่จำกัด การใช้ชามเล็กช่วยให้สะดวกต่อการปรุงและเสิร์ฟ นอกจากนี้ น้ำซุปของก๋วยเตี๋ยวเรือยังมีความเข้มข้นและรสชาติจัดจ้าน โดยมักใส่ซีอิ๊วดำ เต้าหู้ยี้ เครื่องเทศต่าง ๆ และเลือดหมูหรือวุ้นผสมเกลือเพื่อเพิ่มความข้นของน้ำซุป

แม้ปัจจุบันการขายก๋วยเตี๋ยวบนเรือลดน้อยลง แต่ก๋วยเตี๋ยวเรือยังคงเป็นที่นิยม นอกจากนี้ก๋วยเตี๋ยวเรือยังถือเป็นอาหารขึ้นชื่อของจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ซึ่งสันนิษฐานว่าเป็นแหล่งกำเนิดของก๋วยเตี๋ยวเรือ

รสชาติของก๋วยเตี๋ยวเรือจะมีรสเปรี้ยว เผ็ด เค็ม และหวาน เรียกได้ว่าครบรสเลยทีเดียวนอกจากรสชาติเข้มข้นแล้วคนไทยยังมักนิยมรับประทานก๋วยเตี๋ยวเรือคู่กับกากหมูหรือแคบหมู และใบกะเพราหรือใบโหระพาเพื่อดับกลิ่นคาว ความหลากหลายของเครื่องเคียงและรสชาติที่เข้มข้นทำให้ก๋วยเตี๋ยวเรือยังคงเป็นที่ชื่นชอบของคนไทยและนักท่องเที่ยวจนถึงปัจจุบัน

タイのフルーツ文化

関根晴香

私がセントラル・ラマ 9 というショッピングモールに行った時、そこのスーパーで大量かつ多種多様なフルーツが非常に多く売られているのを見つけました。その売り場の上には、フルーツを詰めるための籠が吊るされていて、量り売りで買えるようになっていました。日本のスーパーでは、これほどたくさんのフルーツは売っていないし、フルーツを入れる籠が置いてあるのなんて見たことがありません。その光景をととても新鮮に感じたため、このようなタイのフルーツ大量消費文化をクールタイランドのテーマに選びました。

タイのスーパーや市場ではフルーツが山盛りに積まれていることが多いです。例えばビック C やテスコ・ロータスといった大型スーパーなどで見られます。フルーツの種類は、マンゴー、ランブータン、マンゴスチン、ドリアン、ドラゴンフルーツなど、日本と比べて本当に多種多様です。日本では一個単位での販売やすでに袋に詰められているものが多いですが、タイでは 1 キログラムあたりの値段が決められています。なので、買う人は果実ひとつひとつの熟れ具合や大きさを見極めて、自由に選ぶことができます。

これを見て、フルーツがタイの食生活においてとても大きな役割を果たしていることも実感しました。日本のフルーツは高いので日常的に買う人は少ないですが、タイのフルーツは比較的安く買い求めやすいです。スーパー以外にも、コンビニでカットフルーツが売られていたり、学校の食堂でフルーツのスムージーが売られていたりして、私も滞在中にそれらを何度も購入しました。

なぜタイではこんなにフルーツを日常的に食べるのか調べてみました。タイ料理は辛いことが多いため、口をさっぱりさせるために食後にフルーツを食べたり、暑い気候から体を覚ますためにフルーツスムージーを飲んだりする習慣

があることがわかりました。また、タイ人には健康志向な人も多く、食物繊維やビタミンを摂るためにフルーツを食べる人も多いようです。

わたしもタイに来てから甘くて美味しいフルーツをたくさん食べて、幸せな気持ちになりました。特にランブータンがお気に入りです、日本ではあまり見ないので食べられて嬉しかったです。



วัฒนธรรมผลไม้ของไทย

ฮารูกะ เซกินะ

ฉันไปที่ซูเปอร์ในเซ็นทรัลพลาซ่าแกรนด์พระราม 9 และเห็นว่าผลไม้ขายอยู่เป็นจำนวนมากและหลากหลายชนิด เหนือบริเวณนั้นมีตะกร้าแขวนไว้สำหรับใส่ผลไม้ทำให้สามารถซื้อแบบชั่งน้ำหนักได้ ในซูเปอร์มาร์เก็ตที่ญี่ปุ่นไม่มีผลไม้ขายเยอะขนาดนี้และฉันไม่เคยเห็นตะกร้าสำหรับใส่ผลไม้เลย ดังนั้นฉันจึงเลือกการขายผลไม้แบบชั่งน้ำหนักเป็นหัวข้อของ “Cool Thailand”

ในซูเปอร์มาร์เก็ตและตลาดในไทยมักจะมีผลไม้กองเป็นภูเขา ตัวอย่างเช่น ในซูเปอร์มาร์เก็ตขนาดใหญ่อย่างบิ๊กซีหรือเทสโก้โลตัส ชนิดของผลไม้มีความหลากหลายมากเมื่อเทียบกับญี่ปุ่น เช่น มะม่วง เงาะ มังคุด ทุเรียน แก้ว มังกร เป็นต้น ที่ญี่ปุ่นมักจะขายเป็นลูกหรือ

บรรจุใส่ถุงไว้แล้ว แต่ที่ไทยจะกำหนดราคาต่อกิโลกรัมทำให้ลูกค้าสามารถเลือกขนาดและความสุกของผลไม้ได้ตามต้องการ

เมื่อเห็นสิ่งนี้แล้วฉันรู้สึกว่าการไม่มีบทบาทสำคัญมากในวิถีการกินของคนไทย ที่ญี่ปุ่นผลไม้มีราคาสูงจึงไม่ค่อยมีคนซื้อกินเป็นประจำแต่ที่ไทยผลไม้ค่อนข้างถูกและหาซื้อได้ง่ายนอกจากในซูเปอร์แล้วยังมีผลไม้หั่นขายในร้านสะดวกซื้อ และที่ร้านอาหารในโรงเรียนก็มีสมูทตี้ผลไม้ขายซึ่งฉันเองก็ได้ลองซื้อกินเหมือนกัน

ฉันได้ลองหาข้อมูลว่าทำไมคนไทยถึงกินผลไม้เป็นประจำ อีกทั้งยังมีคนไทยจำนวนมากที่ใส่ใจสุขภาพ จึงเลือกกินผลไม้เพื่อรับใยอาหารและวิตามิน

ตั้งแต่มาไทยฉันได้กินผลไม้หวานอร่อยมากมายทำให้รู้สึกมีความสุขมาก ฉันชอบเงาะเป็นพิเศษเพราะที่ญี่ปุ่นหากินไม่ได้ พอได้กินที่ไทยจึงรู้สึกดีใจมาก

タイ人の色を信じる習慣

パッサポーン・ブンタム

タイにはさまざまな不思議な信念があります。たとえば、数字や神様に関する信念などです。その中でも、日常生活で最もよく見られるのは「色」に関する信念です。

タイ人は、色が運の良し悪しに影響すると信じています。物を選ぶとき、好きな色だけでなく、自分の運勢と合う色を考えることもあります。この色に関する信念は、仏教、ヒンドゥー教、占星術、中国文化など、さまざまな宗教や文化の影響を受けています。そのため、日常生活の中で色を選ぶときに気をつける人が多いです。たとえば、木曜生まれの人が金運を上げたいなら、緑や赤の財布を使うと良いと言われています。仕事運なら青、幸運ならクリーム色が良いですが、紫や黒は避けたほうが良いとされています。また、渋滞中に車の後ろに「この車は黄色」と書かれたステッカーを見たことがあるかもしれま

せん。実際の車は黒でも、「黄色の車は安全」と占いで言われた場合、黒い車に黄色と書いたステッカーを貼ることで、運気を換えようとする人もいます。

最もよく見られるのは「曜日ごとのラッキーカラーの服」を着ることです。毎日、金運、仕事運、恋愛運、厄除けなど、それぞれの運勢を上げる色が決まっています。例えば、試験会場やお祝いの中では、同じような色の服を着た人がたくさんいることもあります。

色の信念を信じるかどうかは人それぞれです。強く信じて生活のあらゆる面で色を気にする人もいれば、全く信じない人もいます。しかし、この色の信念はタイ文化の一部であり、長い歴史を持つ伝統でもあります。



ความเชื่อเรื่องสีของคนไทย

พรพรพร บุษบงธรรม

ประเทศไทยเป็นประเทศที่มีความเชื่อแปลก ๆ มากมาย ไม่ว่าจะเป็นความเชื่อในเรื่องตัวเลข หรือความเชื่อเรื่องเทพในที่แตกต่างกัน แต่ความเชื่อที่พบเห็นได้บ่อยที่สุดในชีวิตประจำวันคือความเชื่อในเรื่องสี

คนไทยเชื่อว่าสีสามารถส่งผลต่อความโชคดี และความโชคร้ายในชีวิตได้ บางครั้งการเลือกสีของใช้ต่าง ๆ นอกจากความชอบแล้ว ยังต้องคำนึงถึงความเข้ากันได้ของพื้นดวงเรากับสีนั้น ๆ ด้วย โดยความเชื่อเรื่องสีมงคลในไทยเกิดจากการผสมผสานของศาสนา และวัฒนธรรมต่าง ๆ ทั้งพุทธศาสนา ศาสนาพราหมณ์-ฮินดู โหราศาสตร์ รวมไปถึงความเชื่อจากวัฒนธรรมจีน

ซึ่งส่งผลต่อการเลือกใช้สีในชีวิตประจำวัน เช่น การเลือกสีกระเป๋าสตางค์ของคนที่เกิดวันพฤหัสบดี ถ้าต้องการเสริมด้านการเงินต้องใช้สีเขียวหรือแดง ด้านการงานต้องใช้สีฟ้า ด้านโชค ลาภต้องใช้สีครีม และสีที่ไม่ควรใช้คือสีม่วงหรือสีดำ เป็นต้น หรือตอนที่การจราจรติดขัด หากลองสังเกตสติ๊กเกอร์ที่ติดท้ายรถบางครั้งอาจเห็นสติ๊กเกอร์ที่เขียนว่า “รถคันนี้สีเหลือง” ติดไว้ทั้ง ๆ ที่ตัวรถจริง ๆ เป็นสีดำ อาจเป็นเพราะว่าเจ้าของรถไปดูดวงแล้วพบว่าหากใช้รถสีเหลืองแล้วจะขับขี้อุดมภัย แต่อยากได้รถสีดำมากกว่าสีเหลือง จึงแก้ปัญหาด้วยการติดสติ๊กเกอร์ว่ารถคันนี้สีเหลืองไว้เป็นการแก้เคล็ด

สิ่งที่เห็นได้บ่อยที่สุดในชีวิตประจำวันคือการเลือกใส่เสื้อผ้าตามตารางสีมงคลประจำวัน ซึ่งเป็นตารางที่แสดงสีที่เสริมดวงในด้านต่าง ๆ ของแต่ละวันไม่ว่าจะเป็นด้านการเงิน การงาน อุปถัมภ์ โชคลาภ ความรัก รวมถึงสีกาลกิณีที่เชื่อว่าหากใส่แล้วจะโชคร้าย บางครั้งหากสังเกตดี ๆ โทนสีเสื้อผ้าของคนไทยอาจคล้ายกันในบางสถานที่ โดยเฉพาะในสถานที่ที่เกี่ยวข้องกับการใช้โชค เช่น สถานที่สอบ งานมงคล เป็นต้น

ทั้งนี้การเชื่อเรื่องสีมงคลถือเป็นวิจักษณ์ส่วนบุคคล บางคนอาจจะเชื่อมากจนมีผลกับแทบทุกอย่างในชีวิต หรือบางคนอาจไม่เชื่อเลย และมองว่าเป็นความเชื่อมลาย อย่งไรก็ตามความเชื่อเรื่องสีก็ถือเป็นวัฒนธรรมที่มีมาอย่างช้านาน และเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตคนไทย

ムーガタ

ピムマダー・セーゲーウ

タイで、祝賀会のおきによく食べられる料理の一つは「ムーガタ」です。タイの人たちは美味しいからムーガタを食べるだけでなく、家族や友達が集まって楽しく会話をするための機会でもあります。

ムーガタの由来ははっきりしていません。料理を焼いて食べる文化が一般的に広まっているからです。モンゴルから来たという説もあるし、日本の焼肉文化から来たという説もあります。また、中国の火鍋文化と韓国の焼肉文化が混ざり合ってきたとも言われています。したがって、タイのムーガタは、いろいろな国の食文化が組み合わさって、現在のスタイルになりました。

ムーガタの鍋には主に二つの部分があります。一つは中央が盛り上がった曲線の形をした部分です。ここは、肉を焼くために使われます。そして、外側の部分はスープを入れたり、野菜や麺を煮たりするために使われます。一般的にムーガタは竈で焼かれることが多いですが、現在では電気の鍋が人気で、その理由は便利で安全だからです。さらに、ムーガタという名前がありますが、本当は豚肉だけでなく、牛肉や鶏肉、イカ、エビなど、他の肉も使うことができます。肉や野菜だけでなく、ムーガタを食べる際に欠かせないのがタレです。すき焼きのタレやシーフードのタレなど、自分の好きなタレを選べます。

みなさんはムーガタを食べたことがありますか。私はムーガタが大好きです。まだ食べたことがなければ、機会があったら、ぜひタイでこの料理を食べてみてくださいね。



หมูกระทะ

พิมพ์มาดา แสงแก้ว

ในประเทศไทย หนึ่งในอาหารที่เป็นที่นิยมเมื่อจัดงานเฉลิมฉลองย่อมหนีไม่พ้น “หมูกระทะ” คนไทยไม่ได้กินหมูกระทะแค่เพื่อความอร่อยเท่านั้น แต่ยังถือว่าการกินหมูกระทะเป็นโอกาสในการที่ทั้งครอบครัวหรือเพื่อน ๆ จะได้มารวมตัวพูดคุยกันอย่างสนุกสนานอีกด้วย

ที่มาของหมูกระทะนั้นไม่ใช่ที่แน่ชัด เนื่องจากวัฒนธรรมการปิ้งอาหารกินนั้นเป็นที่แพร่หลายโดยทั่วไป บ้างก็ว่ามาจากมองโกล บ้างก็ว่ามาจากการกินเนื้ออย่างของประเทศญี่ปุ่น ไม่

ก็เชื่อว่าเป็นการผสมผสานจากวัฒนธรรมการกินฮอตพอดของประเทศจีน รวมเข้ากันกับการกินปิ้งย่างของประเทศเกาหลี จึงอาจกล่าวได้ว่าหมูกระทะของประเทศไทยนั้น เกิดจากการดัดแปลงวัฒนธรรมการกินของหลาย ๆ ชาตินั่นกลายเป็นหมูกระทะอย่างที่เรารู้จักในปัจจุบัน

เตาของหมูกระทะประกอบด้วยสองส่วนหลัก คือ ส่วนเตาที่มีรูปทรงโค้งตรงกลางสูง ซึ่งใช้ปิ้งเนื้อสัตว์ และส่วนรอบนอกที่ใช้ใส่น้ำซุป ต้มผัก ต้มเส้น โดยส่วนใหญ่แล้วหมูกระทะมักย่างบนเตาถ่าน แต่ในปัจจุบันเตาไฟฟ้าเริ่มเป็นที่นิยมเพราะความสะดวกและความปลอดภัย นอกจากนี้ ถึงแม้ว่าจะมีชื่อว่าหมูกระทะ แต่อันที่จริงแล้ว นอกจากเนื้อหมูก็ยังสามารถใช้เนื้อสัตว์อื่น ๆ ได้อีก ไม่ว่าจะเป็นเนื้อวัว เนื้อไก่ ปลาหมึก กุ้ง เป็นต้น นอกจากเนื้อสัตว์และผักแล้ว สิ่งที่เราขาดไม่ได้เลยเมื่อกินหมูกระทะก็คือน้ำจิ้ม ไม่ว่าจะเป็นน้ำจิ้มสุกี้หรือน้ำจิ้มซีฟู้ดก็สามารถเลือกได้ตามใจชอบ

ทุกคนเคยกินหมูกระทะกันหรือเปล่า สำหรับฉันแล้ว หมูกระทะเป็นอาหารที่ชอบมาก ๆ ถ้าหากยังไม่เคยกินก็อย่าลืมหาเวลาลองกินกันนะ

タイの祠のシマウマ

スパウITT・タンパード

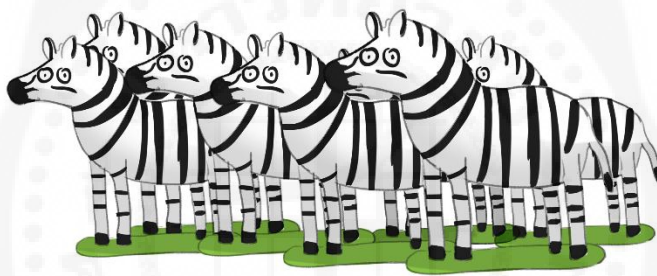
タイに旅行している時、観光客のみなさんは変なものを見たことがありますか。タイには祠が多いです。でも、シマウマの像がある祠を見たことがありますか。

タイの祠はおばけや神などが住んでいる小さい建物です。古いタイの家とお寺を真似しています。時々祠の前に色んな物が置かれています。これはタイ人の信念です。花や果物や赤いドリンクや豚頭や鶏の彫像などあります。これはお備えものです。タイ人は富と運のためにこれを祠の前に置きます。

でもいちばん面白い物は、ときどき祠の前にあるシマウマの彫像です。道と歩道の近くに建てられた祠の前にはたくさんあります。こんなに古い建物とタイにはいない動物は変なコントラストを作ります。なぜ祠の前にシマウマの彫像があるのでしょうか。この信念が生まれた本当の理由は誰も知りません。

もっともらしい理由は、次のことが考えられます。横断歩道はタイ語で「ターンマーラーイ」です。「ターン」は「道」、「マーラーイ」は「シマウマ」の意味です。横断歩道の白と黒は、シマウマと同じ色ですから、タイ人は「シマウマの道」と呼んでいます。横断歩道は安全運転のイメージですから、トラック運転手たちの中で「シマウマ=安全」という信念が生まれました。そして、祠にシマウマの彫像がたくさん置かれることになりました。いろいろなサイズがあります。とても小さいものから大きいものまで、本物と同じサイズもあります。ときどき他の備えるものよりシマウマがたくさんあります。100体以上置かれていることもあります。

皆さんはタイで他の変なものを見たことがありますか。



ม้าลายศาลพระภูมิไทย

ศุภวิชญ์ ตาลผาด

ตอนที่กำลังเที่ยวในไทย นักท่องเที่ยวทุกคน เคยเห็นอะไรแปลก ๆ บ้างหรือเปล่า ในประเทศไทยมี “ศาลพระภูมิ” อยู่เยอะ แต่ทุกคนเคยเห็นศาลพระภูมิที่มีรูปปั้นม้าลายหรือเปล่า

ศาลพระภูมิในไทยนั้น เป็นสิ่งปลูกสร้างขนาดเล็ก ที่สร้างเพื่อเป็นที่อยู่อาศัยของสิ่งศักดิ์สิทธิ์และวิญญาณ โดยสร้างเลียนแบบบ้านไทยยุคเก่าหรือวัด

บางครั้งจะเห็นว่ามีสิ่งของหลาย ๆ อย่าง ดอกไม้ ผลไม้ น้ำแดง หัวหมู และรูปปั้นไก่วางอยู่ ซึ่งเป็นของเซ่นที่นำมาถวายหน้าศาลพระภูมิเพื่อความมั่งคั่งและโชค ซึ่งเป็นความเชื่อของคนไทย

แต่สิ่งที่น่าสนใจที่สุดคือ บางครั้งจะมีรูปปั้นม้าลายวางอยู่ บริเวณหน้าศาลพระภูมิที่อยู่ใกล้กับถนนหรือทางเท้าจะมีวางไว้เป็นจำนวนมาก เมื่อสิ่งปลูกสร้างเก่า ๆ กับสัตว์ที่ไม่มีในไทย

มาอยู่ด้วยกัน ทำให้ดูขัดกันแบบแปลก ๆ ทำไมถึงวางรูปปั้นม้าลายหน้าศาลพระภูมิ ไม่มีใครรู้ถึงต้นกำเนิดจริง ๆ ของความเชื่อนี้

สาเหตุที่ดูเป็นไปได้อีกมากที่สุดคือ ในภาษาไทย “ทางม้าลาย” มีสีขาวและดำสลับกัน ซึ่งเป็นสีของม้าลาย คนไทยจึงเรียกทางเดินนี้ว่าทางม้าลาย

ด้วยเหตุนี้ จึงเกิดความเชื่อในหมู่คนขับรถบรรทุกขึ้น เพราะทางม้าลายมีภาพลักษณะที่เกี่ยวข้องกับความปลอดภัยบนท้องถนน เลยใช้ม้าลายเป็นเครื่องเซ่น เพื่อให้ขับขี่ปลอดภัย

จึงทำให้มีรูปปั้นม้าลายหลายขนาดเต็มไปหมด ตั้งแต่ขนาดเล็กมาก ๆ ขนาดใหญ่ ขนาดเท่าของจริงก็มี บางครั้งมีคนถวายรูปปั้นม้าลายเยอะกว่าเครื่องเซ่นชนิดอื่น บางทีก็มีรูปปั้นมากกว่า 100 ตัว

แล้วคุณเคยเห็นอะไรแปลก ๆ อื่น ๆ ในไทยอีกบ้างหรือเปล่า

バイクタクシー

林凜香

今日は「バイクタクシー」についてします。バイクタクシーとは、オートバイの後部座席に乗って移動する交通手段のことです。バイクタクシーの運転手は、通常オレンジ色のベストを着用しています。バイクタクシーは長距離移動には適しておらず、主に交通渋滞の激しいバンコクの路地内での移動に利用されます。バイクタクシーは車の間をすり抜けて走行できるため、移動時間を短縮することができます。日本では、バイクの後部座席に乗る際の年齢制限や運転免許の必要はありませんが、必ずヘルメットを着用しなければなりません。しかし、タイではヘルメットを着用しない乗客を見かけることがあり、また、横向きに座って乗る人もいることに驚きました。バイクタクシーは移動が速く、料金もそれほど高くないため、一度利用してみたいと思いましたが、少し怖い気もします。



วินมอเตอร์ไซด์

รินกะ ฮายาชิ

วันนี้ฉันจะมานำเสนอเรื่อง “วินมอเตอร์ไซด์” วินมอเตอร์ไซด์ คือ ยานพาหนะที่โดยสารโดยนั่งบนเบาะหลังของรถมอเตอร์ไซด์ คนขับวินมอเตอร์ไซด์มักสวมเสื้อกั๊กสีส้ม วินมอเตอร์ไซด์ไม่เหมาะสำหรับเดินทางระยะไกล แต่ส่วนใหญ่ใช้สำหรับการเดินทางภายในซอยในกรุงเทพฯ ซึ่งมีการจราจรติดขัด วินมอเตอร์ไซด์สามารถขับผ่านระหว่างรถยนต์ได้ ทำให้เดินทางได้รวดเร็วที่ญี่ปุ่นไม่จำกัดอายุในการซ้อนมอเตอร์ไซด์ หรือใบขับขี่ แต่ผู้โดยสารต้องสวมหมวกกันน็อกเสมอ อย่างไรก็ตามที่ประเทศไทย ฉันเห็นว่าผู้โดยสารบางคนไม่สวมหมวกกันน็อก และบางคนก็นั่งมอเตอร์ไซด์แบบหันข้าง วินมอเตอร์ไซด์เดินทางได้เร็ว และค่าโดยสารก็ไม่แพงมาก ทำให้ฉันอยากลองใช้บริการดู แต่ก็รู้สึกกลัวเล็กน้อย สุดท้ายนี้ฉันขอขอบคุณอาจารย์ทุกท่านที่ให้ความรู้แก่พวกเรามาตลอดโครงการนี้ ขอขอบคุณพี่ ๆ และเพื่อน ๆ ที่ดูแลพวกเราอย่างดี ฉันสนุกกับการกินอาหารไทยเป็นพิเศษ และชอบตอนที่ได้มาเที่ยวกรุงเทพฯ มาก

バイクタクシーの本質

ボラポル・エーピラックオング

バイクタクシー、またはタイ語で「ウィン」です。これは、私たちの国の道路文化を象徴する交通機関です。

バンコクは、クリスマス日にサンタがプレゼントの願いを受けるよりも多くの交通量が集まる場所です。従って、ラッシュアワーの交通は、ひどい渋滞を引き起こします。

森の木々よりもぎっしり詰まった道路では、何千人もの焦った人々が時間通りに目的地へ向かうことが難しいです。このような時、「バイクタクシー」が問題を解決します。バイクタクシーはバンコクの中心部ならどこにでもあります。30 分間で 1 ミリも動かない車から降りて、バイクに乗りましょう。

初めてのバイクタクシーに乗った方は、危険だと思うかもしれません。1.5 車線の隙間を縫い、何百車を追い越し、割り込んでいく…。気づけば、遊園地の絶叫マシンの比にならないレベルの刺激を味わうでしょう。

バイクタクシーは何百年もバンコクの街で生き残り続けています。そして、バンコクの活気や独自の文化を地元の人や観光客に提供し続ける、まさに素晴らしい乗り物なのです。



ความจริงของวินมอเตอร์ไซด์

วรพล อภิรักษ์คุณวงศ์

“มอเตอร์ไซด์รับจ้าง” หรือ ที่คนไทยเรียกกันว่า “วิน” คือการคมนาคมที่เป็นสัญลักษณ์ของวัฒนธรรมบนท้องถนนไทยของเรา

กรุงเทพฯ เป็นที่ที่มีรถติดเยอะยิ่งกว่าคำอธิษฐานถึงซานตาคลอสก่อนวันคริสต์มาส

โดยเฉพาะรถจะติดในช่วงเวลาด่วน

ในท้องถนนที่รถแน่นกว่าต้นไม้ในป่า มีผู้คนเป็นพันที่รีบร้อนและหวังว่าจะไปถึงจุดหมายให้ตรงเวลา ซึ่งมันก็คงเป็นไปได้ยากมาก “วินมอเตอร์ไซด์” คือคำตอบของคนกรุงเทพฯ

ลงจากรถที่ไม่ขยับเป็นเวลา 30 นาที แล้วไปขึ้นวิน

ขึ้นรถเมล์ที่หยุดทุก 5 นาที แล้วไปขึ้นวิน

สิ่งที่ยากจะบอกคือ วินมอเตอร์ไซด์มีอยู่ทุกที่ถ้าเป็นแถวใจกลางกรุงเทพฯ

การขึ้นวินมอเตอร์ไซด์เป็นครั้งแรกนั้น หลายคนคงจะติดว่ามันอันตรายเพราะมอเตอร์ไซด์จะวิ่งลอดช่อง 1.5 เลน ชับปาดหน้าขาซ้ายรถหลายร้อยคัน และแล้วในที่สุด คุณก็จะเข้าใจว่าไม่มีเครื่องเล่นไหนในสวนสนุกที่ทำให้คุณกลัวตายไปได้มากกว่านี้อีก

ผมคิดว่าวินมอเตอร์ไซด์ก็ยังคงอยู่ในกรุงเทพฯ ต่อไปอีกหลายร้อยปี จะยังคงมอบความมีชีวิตชีวาและความแตกต่างเฉพาะตัวให้กับคนท้องถิ่นและนักท่องเที่ยวต่อไป มันช่างยอดเยี่ยมจริง ๆ

モーラム

チャナンチダー・カントー

モーラムはタイの東北地方（イサーン）の大切な伝統芸能です。歌や踊りを通して、イサーンのくらしや文化、信仰を表します。もともとは昔話をメロディーのある詩で語るものでしたが、音楽といっしょに公演するスタイルに変わりました。ケーン（イサーンの伝統的な楽器）が主に使われます。

モーラムにはいくつかの種類があります。「モーラム・クローン」は男性と女性の歌手がかけ合いながら歌うスタイルです。「モーラム・プルーン」は楽しい雰囲気大切にもの、「モーラム・シン」は洋楽を取り入れました。にぎやかなスタイルです。また、「モーラム・ムーイ」は劇のようなストーリーがあるグループ公演でモーラムの歌手たちは気持ちをこめて歌い、お話

を伝えます。モーラムの歌詞には恋愛や人生の知恵、社会の問題などがテーマとしてよく使われます。観客の心に響きます。

今では、モーラムはインターネットなどを通じて人気が広がり、時代に合わせて変わっています。新しい楽器を取り入れたりカラフルな演出を加えたりすることで、より多くの人々が楽しめるようになりました。特に、若い世代の間でもモーラムへの関心が高まり、新しいアーティストが伝統と現代の音楽を組み合わせたモーラムを発表しています。モーラムの舞台は、村のお祭りや結婚式、特別なイベントなどでよく行われ、人々が集まり、楽しい時間を過ごす場となっています。

時代とともにモーラムのスタイルは変わってもモーラムはイサーンの文化をあらわす大切な芸能です。モーラムには昔からの知恵や人々の思いが込められており、これからも大切に守り続けるべき文化です。



หมอลำ

ชนัญชิตา ชันโท

หมอลำ เป็นศิลปะการแสดงพื้นบ้านที่สำคัญของภาคอีสานในประเทศไทย ถ่ายทอดวิถีชีวิต วัฒนธรรม และความเชื่อของชาวอีสานผ่านการขับร้องและรำ รำ เติมที่หมอลำเป็นการเล่า

นิทานพื้นบ้านเป็นบทกลอนที่มีทำนอง ต่อมาได้พัฒนาเป็นการแสดงที่มีดนตรีประกอบ โดยมี “แคน” ซึ่งเป็นเครื่องดนตรีพื้นบ้านอีสานเป็นเครื่องดนตรีหลัก

หมอลำมีหลายประเภท เช่น “หมอลำกลอน” ที่เป็นการโต้ตอบกันระหว่างหมอลำชาย และหญิง “หมอลำเพลิน” ที่เน้นความสนุกสนาน “หมอลำซิ่ง” ที่ผสมผสานดนตรีสากลเพื่อเพิ่มความบันเทิง นอกจากนี้ยังมี “หมอลำหมู” ซึ่งเป็นการแสดงแบบคณะ มีเนื้อเรื่องคล้ายละครเวที นักแสดงหมอลำใช้การขับร้องและท่าทางในการถ่ายทอดอารมณ์และเรื่องราวได้อย่างลึกซึ้ง เนื้อเพลงของหมอลำมักเกี่ยวกับความรัก คติสอนใจในชีวิต และปัญหาสังคม ซึ่งสามารถเข้าถึงจิตใจของผู้ฟังได้เป็นอย่างดี

ปัจจุบัน หมอลำได้รับความนิยมอย่างแพร่หลายผ่านสื่อดิจิทัล และมีการปรับเปลี่ยนให้เข้ากับยุคสมัย เช่น การเพิ่มเครื่องดนตรีสมัยใหม่ และการออกแบบการแสดงให้มีสีสันมากขึ้น ทำให้หมอลำเป็นที่สนใจของผู้คนในทุกช่วงวัย โดยเฉพาะในกลุ่มคนรุ่นใหม่ที่ยังหันมาสนใจ ศิลปะพื้นบ้าน และมีศิลปินรุ่นใหม่ที่น่าหมอลำมาผสมผสานกับดนตรีสมัยใหม่เพื่อสร้างสรรค์ ผลงานที่แปลกใหม่

เวทีหมอลำมักปรากฏในงานเทศกาลของหมู่บ้าน งานแต่งงาน และงานเฉลิมฉลองต่าง ๆ ซึ่งเป็นโอกาสที่ผู้คนจะมารวมตัวกันและเพลิดเพลินกับการแสดง แม้ว่าหมอลำจะเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา แต่ก็ยังคงเป็นศิลปะที่สะท้อนอัตลักษณ์ของชาวอีสาน และเป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่ควรค่าแก่การอนุรักษ์และสืบสานต่อไป

青マンゴーとナンプラーワーン

ナッタワディー・ガンジャナプラテュン

タイには、個性的で美味しい食べ物がたくさんあります。その中でも、青マンゴーとナンプラーワーンの組み合わせは、タイならではの人気の味です。青マンゴーは、熟していないマンゴーで、かたい食感と酸っぱい味が特徴です。一方、ナンプラーワーンは、ナンプラー（魚醤）に砂糖や唐辛子を加えて作ら

れる甘じょっぱいソースです。これらを一緒に食べると、酸っぱさと甘さ、塩気が絶妙に合わさり、クセになる美味しさです

青マンゴーは、タイの市場や屋台で簡単に手に入れることができます。売られている青マンゴーは、皮がまだ緑色で、中身は少し黄色みを帯びたものが多いです。切った青マンゴーは、そのまま食べることもできますが、ナンプラーワーンをつけることで、より深い味わいを楽しめます。ナンプラーワーンは、ナンプラー、パームシュガー、唐辛子、赤玉ねぎを使って作られ、甘さと辛さ、塩気がほどよく混ざっています。特に、青マンゴーの酸味とナンプラーワーンの甘じょっぱい味が合わさることで、タイならではの味を感じることができます。

また、青マンゴーはソムタム（青マンゴーのサラダ）にも使われます。ソムタムは、ナンプラー、ライム、唐辛子、砂糖、ピーナッツ、干しエビなどで味付けされたサラダで、シャキシャキした食感とさっぱりした味が特徴です。暑いタイでは、こうした爽やかな味の料理がよく食べられています。

このように、青マンゴーとナンプラーワーンは、タイの食文化を代表する特徴的な組み合わせです。タイの人々にとっては懐かしい味であり、外国人にとっては新たな味の発見となるでしょう。タイに来たら、ぜひ一度味わってみてください。



มะม่วงน้ำปลาหวาน

ณัฐวดี กาญจนประทุม

ประเทศไทยมีอาหารที่อร่อยและมีเอกลักษณ์มากมาย หนึ่งในรสชาติยอดนิยมที่สะท้อนความเป็นไทยได้ดี คือ มะม่วงดิบกับน้ำปลาหวาน มะม่วงดิบเป็นมะม่วงที่ยังไม่สุก มีเนื้อกรอบและรสเปรี้ยวเป็นเอกลักษณ์ ส่วนน้ำปลาหวานเป็นซอสที่ทำจากน้ำปลา น้ำตาล และพริก มีรสหวาน เค็ม และเผ็ด เมื่อนำมารับประทานคู่กัน จะได้รสชาติที่ผสมผสานกันอย่างลงตัวจนทำให้หลายคนติดใจ

มะม่วงดิบสามารถหาซื้อได้ง่ายตามตลาดหรือร้านรถเข็นริมทางในประเทศไทย มะม่วงดิบที่วางขายส่วนใหญ่มีเปลือกสีเขียว และเนื้อด้านในเป็นสีเหลืองอ่อน มะม่วงดิบสามารถรับประทานได้โดยไม่ต้องจิ้มอะไรเลย แต่หากจิ้มกับน้ำปลาหวานจะยิ่งช่วยเพิ่มรสชาติให้เข้มข้นและอร่อยขึ้น น้ำปลาหวานทำจากน้ำปลา น้ำตาลปี๊บ พริก และหอมแดง ทำให้มีรสหวาน เผ็ด และเค็มอย่างพอดี โดยเฉพาะเมื่อนำมาคู่กับมะม่วงดิบที่มีรสเปรี้ยว จะช่วยเสริมรสชาติให้กลมกล่อมยิ่งขึ้นและแสดงถึงความเป็นอาหารไทยได้อย่างชัดเจน

นอกจากนี้ มะม่วงดิบยังสามารถนำไปทำส้มตำมะม่วงได้อีกด้วย ส้มตำมะม่วงเป็นเมนูที่ใช้มะม่วงดิบแทนมะละกอปรุงรสด้วยน้ำปลา มะนาว พริก น้ำตาลปี๊บ ถั่วลิสง และกุ้งแห้ง ทำให้ได้รสเปรี้ยว เค็ม หวาน และเผ็ดในจานเดียว ในประเทศไทยที่มีอากาศร้อน อาหารที่มีรสเปรี้ยวและเผ็ดเช่นนี้ได้รับความนิยมเป็นอย่างมาก เพราะช่วยให้รู้สึกสดชื่นและเจริญอาหาร

ดังนั้น มะม่วงดิบกับน้ำปลาหวาน จึงเป็นการผสมผสานที่เป็นเอกลักษณ์และสะท้อนถึงวัฒนธรรมการกินของไทยได้เป็นอย่างดี สำหรับคนไทย นี่คือน้ำปลาหวานที่คุ้นเคย สำหรับชาวต่างชาติ นี่อาจเป็นรสชาติใหม่ที่น่าตื่นตาตื่นใจ หากมีโอกาสมาเที่ยวประเทศไทย อย่าลืมลองชิมดูสักครั้ง !

タイの笑顔

タナヤー・オンソングライ

タイの人々は、よく笑顔を見せます。笑顔はタイの文化でとても大切です。タイでは、笑顔は人々を親しく感じさせ、相手に対して友好的な気持ちを伝える方法です。タイでは、笑顔は挨拶としても使われます。例えば、朝の挨拶や別れの時にも、笑顔を見せます。また、何かに感謝する時や、うれしいことがあった時にも、自然と笑顔になります。笑顔を見せることで、相手と良い関係を築くことができます。

タイの笑顔は、ただ顔がほころぶだけではありません。目や体全体で感情を表現することが多いです。特に、タイの人々はとても優しく、思いやりのある笑顔を見せます。時々、笑顔がとても自然で、心から出ているように見えます。その笑顔を見たとき、私はとても暖かい気持ちになります。タイの文化では、笑顔は重要なコミュニケーション手段です。タイでは、相手が喜んでいるとき、悲しんでいるとき、または緊張しているときでも、笑顔を見せることが多いです。たとえ困っている時でも、笑顔を見せることが一般的です。これは、タイの人々が他の人を気づかい、助け合う文化を持っているからです。また、タイの笑顔は、何かを解決するための手段でもあります。例えば、何か問題があっても、笑顔で解決しようとする姿勢がよく見られます。笑顔を見せることで、緊張を和らげ、良い結果を得ることができると信じられています。

笑顔は、タイの社会において非常に大切な役割を果たしています。タイの人々は、笑顔を通じて、他の人々との絆を深め、日常生活を楽しく、心温かいものにしています。結論として、タイの笑顔は、ただ顔をほころばせるだけではなく、相手への思いやりや感謝の気持ちを表現する大切な方法です。タイを

訪れたとき、笑顔を見せてくれる人々の温かさを感じることができるでしょう。



รอยยิ้มของคนไทย

ธนัญญา อ่อนสงไกร

คนไทยมักจะยิ้มบ่อย ๆ รอยยิ้มเป็นสิ่งสำคัญในวัฒนธรรมไทย ในไทยรอยยิ้มช่วยให้ผู้คนรู้สึกเป็นกันเอง และเป็นวิธีการแสดงความเป็นมิตรต่อผู้อื่นในประเทศไทย รอยยิ้มมักจะใช้เป็นคำทักทายในโอกาสต่าง ๆ เช่น การทักทายในตอนเช้าหรือเวลาลากัน นอกจากนี้เมื่อมีสิ่งที่ทำให้ดีใจ หรืออยากขอบคุณ รอยยิ้มจะเป็นสิ่งที่แสดงออกมาโดยอัตโนมัติ การยิ้มช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกัน

รอยยิ้มของคนไทยไม่ได้แค่ยิ้มที่ใบหน้า แต่ยังแสดงออกมาจากดวงตาและร่างกายอีกด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งคนไทยมักยิ้มด้วยความอ่อนโยน และแสดงออกด้วยความรู้สึกที่จริงใจ บางครั้งรอยยิ้มของพวกเขามีความเป็นธรรมชาติและดูเหมือนว่ามาจากใจจริง ซึ่งเมื่อเราเห็นรอยยิ้มเหล่านั้นเราจะรู้สึกอบอุ่นใจ ในวัฒนธรรมไทยรอยยิ้มถือเป็นวิธีการสื่อสารที่สำคัญ ในประเทศไทยแม้ว่าจะอยู่ในสถานการณ์ที่ยากลำบากหรือรู้สึกเครียด ผู้คนก็ยังยิ้มให้เห็นได้ทั่วไป การยิ้มในสถานการณ์เช่นนี้แสดงถึงความเอื้อเฟื้อและการช่วยเหลือกันของคนในสังคม

นอกจากนี้ รอยยิ้มในไทยยังเป็นเครื่องมือในการแก้ปัญหาด้วยเช่นกัน ตัวอย่างเช่น แม้จะเผชิญกับปัญหาก็ยังสามารถใช้รอยยิ้มเพื่อคลายความตึงเครียดและสร้างผลลัพธ์ที่ดีได้

รอยยิ้มในสังคมไทยมีบทบาทสำคัญมาก มันช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และทำให้ชีวิตประจำวันเต็มไปด้วยความอบอุ่นและความสุข ดังนั้น รอยยิ้มของคนไทยไม่ใช่แค่การยิ้มทางกาย แต่ยังเป็นการแสดงออกถึงความเอื้อเฟื้อและความขอบคุณที่สำคัญอีกด้วย เมื่อคุณไปเยือนประเทศไทย คุณจะสัมผัสถึงความอบอุ่นจากรอยยิ้มของคนไทย

タイのキュウリ

山口莉子

皆さん、野菜なんて切り方はどの国でも同じだと思っていませんか？日本人の皆さんはホテルやいろいろなタイ料理に添えられているギザギザのキュウリを見てキュウリだと一瞬で分かりましたか？そこで私は、タイのキュウリについて調べました。タイのキュウリは、ギザギザにカットされ、いろいろな料理に添えられているタイ料理には欠かせないタイの野菜です。また、タイではスキンケアの商品にもなっています。

きゅうりをテーマに選んだ理由は、きゅうりが大好きなのと、ホテルの朝食で食べたギザギザにカットされたキュウリに感動したからです。ホテルの方に「どうして上の写真のようにカットするのか」インタビューしてみたところ、「食べやすいようにするため」「ホテルでは一般的」と答えてくれました。インターネットで調べてみると、タイのキュウリは皮が堅く、またかわいらしさを出すためにこのように切るそうです。

日本のキュウリは、タイよりも細く長いです。味はタイと同じであると思われますが、ギザギザにカットすることはなく、輪切りにしてサラダにしたり、千切りにして料理に添えたり、一本丸ごと漬けたりします。私は、よくお祭りできゅうりの一本漬けを買います。

この調査から、キュウリーつの野菜でも様々な用途があることが分かりました。また、野菜の特徴や役割を引き出す切り方を学ぶことも大切だと思いました。是非皆さんも日本にはない、またはタイにはない野菜や果物の切り方を見つけてみてください。



แตงกวาของไทย

รีโกะ ยามาคุจิ

ทุกคนคิดว่าวิธีการหั่นผักในแต่ละประเทศเหมือนกันไหม คนญี่ปุ่นทุกคนเห็นแตงกวาที่ในโรงแรมหรือเสิร์ฟอาหารไทยต่าง ๆ แล้วรู้ทันทีว่าเป็นแตงกวาหรือเปล่า ดังนั้นฉันจึงได้สืบค้นเกี่ยวกับแตงกวาของไทย แตงกวาของไทยเป็นผักของไทยที่ขาดไม่ได้สำหรับอาหารที่ไทยจะหั่นหั่นแล้วเสิร์ฟพร้อมอาหารต่าง ๆ แล้วที่เมืองไทยแตงกวาก็เป็นผลิตภัณฑ์สกินแคร์ด้วย

ฉันเลือกหัวข้อแตงกวาเพราะว่าฉันชอบแตงกวามากและประทับใจแตงกวาที่ฉันกินเป็นอาหารเช้าที่โรงแรม ฉันถามพนักงานของโรงแรมว่าทำไมหั่นแตงกวาแบบในรูปข้างบน พนักงานของโรงแรมตอบว่าควรหั่นให้กินง่ายซึ่งเป็นเรื่องทั่วไปของที่โรงแรม ฉันค้นหาในอินเทอร์เน็ตที่หั่นหั่นเพราะแตงกวาของไทยเปลือกแข็งและเพื่อให้สวย

แตงกวาของญี่ปุ่นเพรียวยาวกว่าของไทยและคิดว่ารสชาติเหมือนกันแต่การทำสลัดจะหั่นแว่นไม่หั่นหั่นหั่นจะเสิร์ฟโดยหั่นฝอยและดองทั้งลูก ดิฉันซื้อแตงกวาดองทั้งลูกบ่อย ๆ ในเทศกาล

จากการสำรวจ ฉันได้เรียนรู้ว่าแตงกวาสามารถนำไปใช้ได้ในรูปแบบต่าง ๆ และได้เรียนรู้บทบาทสำคัญของการหั่นผัก ขอเชิญทุกคนลองหาวิธีการหั่นผักและผลไม้ที่ไม่มีในญี่ปุ่นหรือไม่มีในไทยดู

ローティーサーイマイ

ピムチャノック・ブンチョット

ローティーサーイマイはアユタヤ県のムスリムコミュニティに由来する伝統的なお菓子です。「ローティー」は小麦粉に水と油を加えて混ぜて、熱した鍋で焼き上げることで、薄くてもっちりとした食感に仕上げます。「サーイマイ」は、砂糖を煮詰めて、細い糸のように引き伸ばしたもので、見た目は日本の綿菓子に似ています。この二つが組み合わさることで、「糸のような砂糖菓子を薄焼きパンで包んで食べるお菓子」という特徴を表しています。

ローティーサーイマイの魅力は口の中でふわっと溶けるサーイマイの甘さと、もちもちとしたローティーの食感の絶妙な組み合わせにあります。また、ほのかに香ばしい風味が加わることで、より一層美味しさが引き立ちます。食べるときは、サーイマイをローティーの真ん中に置いて、巻き寿司のように巻いて食べるのも楽しいポイントです。サーイマイの量を自分で調整できるので、それも多くの人に親しまれている理由の一つです。

現在、ローティーサーイマイはタイ国内のさまざまな場所で販売されていますが、アユタヤ県の伝統的なレシピが特に美味しいとされています。特に、「ローティーサーイマイ・メーポム」はミシュランガイド タイ 2023 のビブグルマンを受賞していて、37 年以上営業しています。それから、「ローティーサーイマイ・アビディン-プラノム・セーンアルン」も、70 年以上の歴史があって、長年人気があります。どちらのお店も、生地が薄くてもちもちしていて、キャラメルの香りがする美味しいサーイマイとの組み合わせが魅力です。



โรตีสายไหม

พิมพ์ชนก บุญโชติ

โรตีสายไหม เป็นขนมที่มีต้นกำเนิดจากชุมชนชาวมุสลิมในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา “โรตีสายไหม” ทำจากแป้งสาลี ผสมกับน้ำและน้ำมัน จากนั้นนำไปทอดบนกระทะร้อนจนได้แป้งที่บาง และมีเนื้อสัมผัสเหนียวนุ่ม ส่วน “สายไหม” ทำจากน้ำตาลที่ผ่านการเคี่ยวจนข้น แล้วดึงเป็นเส้นฝอยบาง ๆ ซึ่งมีลักษณะคล้ายขนมสายไหมของญี่ปุ่น เมื่อรวมทั้งสองส่วนเข้าด้วยกัน จึงเกิดเป็นขนมที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว คือ ขนมที่นำเส้นน้ำตาลสายไหมมาห่อด้วยแป้งโรตีสายไหม

จุดเด่นของโรตีสายไหมอยู่ที่รสชาติที่ลงตัวของสายไหมที่นุ่มละลายในปากและความนุ่มเหนียวของแป้งโรตีสายไหม อีกทั้งยังมีกลิ่นหอมอ่อน ๆ ที่ช่วยเพิ่มความอร่อย ความสนุกของการกินขนมชนิดนี้อยู่ที่การนำสายไหมไว้ตรงกลางของแป้งและม้วนเหมือนกับซูชิโรล จะใส่ไส้เยอะแฉะแค่ไหนก็ได้แล้วแต่ความชอบของตัวเอง ซึ่งเป็นเสน่ห์เฉพาะตัวที่ทำให้หลายคนชื่นชอบ

แม้ว่าในปัจจุบันโรตีสายไหมจะหาซื้อได้ทั่วไป แต่สูตรต้นตำรับจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ยังคงได้รับการยกย่องว่าอร่อยที่สุด โดยเฉพาะร้านโรตีสายไหมแม่ป้อม ซึ่งได้รับรางวัล บิบ กูร์มองด์ จาก มิชลิน ไกด์ ประเทศไทย 2566 และเปิดขายมากกว่า 37 ปี รวมถึง ร้านโรตีสายไหมอาบิติน-ประนอม แสงอรุณ ที่สืบทอดความอร่อยมายาวนานกว่า 70 ปี จุดเด่นของร้านเหล่านี้ อยู่ที่แป้งโรตีสายไหม นุ่ม และเหนียวกำลังดี ผสานกับสายไหมที่หอมกลิ่นคาราเมลอย่างลงตัว

象パンツ：みんなに愛されるタイのパンツ

パティッター・ポンガーム

皆さんはタイの象パンツを見たことがありますか。タイに来たら、きっと象パンツを履いている人を見ることができると思います。象パンツは、「ジョンクラベン」というタイの伝統的なズボンを改良したもので、綿で作られています。象パンツの特徴は、ゆったりしてはきやすく、暑い季節に最適なことです。タイで全国的に人気があります。また、このパンツは象のパターンだけではなく、タイの各県の特色を活かしたデザインもあります。例えば、ナコーンラーチャシーマー県では猫のパンツを作っており、サムットソンクラーム県では「プラートウー」という魚のパンツも作られています。象パンツはただのパンツではなく、タイの文化を象徴するアイテムの一つです。

ここ数十年で、象パンツの人気はますます高まっています。タイ人だけではなく、外国人にも人気があります。タイに遊びに来た外国人はお寺に行く際、膝が見えないようなズボンを履かなければならないため、象パンツを履けばお寺に入れるようになります。さらに、多くの外国人は象パンツを気に入り、たくさん買って自国に持ち帰ります。そのため、象パンツはタイ旅行の定番のお土産の一つになりました。

象パンツを購入した際に気をつけるべきことが3つあります。1つ目に、象パンツは洗濯機で洗えますが、乾燥機は使わないでください。なぜなら、象パンツは縮んでしまうからです。2つ目に、生地が薄くて破れやすいため、活動的な日や動くことが多い日には履かない方が良いでしょう。最後に、象パンツはカジュアルすぎるため、授業やフォーマルな場には適していません。私は象パンツを履くのが大好きで、いつも愛用しています。皆さんもタイに来たら、ぜひ象パンツを買ってみてください。実際に履いてみたら、きっと私のように好きになると思います。



กางเกงช้าง : กางเกงสไตล์ไทยที่ใคร ๆ ก็หลงรัก

ปติตตา ผลงาม

ทุกคนเคยเห็นกางเกงช้างของประเทศไทยกันไหม ถ้าได้มาเที่ยวที่ประเทศไทย คงมีโอกาสได้เห็นคนใส่กางเกงช้างอย่างแน่นนอน กางเกงช้างเป็นการดัดแปลงมาจาก “โจงกระเบน” ซึ่งเป็นกางเกงแบบดั้งเดิมของไทย และผลิตมาจากผ้าฝ้ายที่เบาสบาย ลักษณะเด่นของกางเกงช้างคือ ทรงที่หลวมสวมใส่ง่าย และเหมาะกับอากาศร้อนเป็นอย่างดี ทำให้กางเกงช้างได้รับความนิยมทั่วประเทศไทยเลยทีเดียว นอกจากลายช้างอันเป็นเอกลักษณ์แล้ว ยังมีการออกแบบกางเกงช้างเป็นลวดลายอื่น ๆ ที่สะท้อนถึงเอกลักษณ์ของแต่ละจังหวัดในประเทศไทยอีกด้วย เช่น กางเกงลายแมวจากจังหวัดนครราชสีมาหรือกางเกงลายปลาจากจังหวัดสมุทรสงคราม กางเกงช้างจึงไม่ได้เป็นแค่กางเกงธรรมดา แต่ยังเป็นหนึ่งในสัญลักษณ์ของวัฒนธรรมไทยอีกด้วย

กางเกงช้างได้รับความนิยมเพิ่มมากขึ้นในช่วงไม่กี่ทศวรรษที่ผ่านมา ไม่เพียงแต่ในหมู่คนไทย แต่ยังได้รับความนิยมในหมู่ชาวต่างชาติอีกด้วยโดยเฉพาะในตอนที่ต้องเข้าชมวัด ซึ่งมีกฎให้แต่งกายสุภาพ กางเกงช้างจึงเป็นหนึ่งในตัวเลือกยอดนิยมสำหรับนักท่องเที่ยวในการใส่เพื่อเข้าชมวัด นอกจากนี้ ยังมีชาวต่างชาติจำนวนมากที่ชื่นชอบกางเกงช้างและซื้อเป็นของติดไม้ติดมือกลับประเทศไป กางเกงช้างจึงกลายเป็นของฝากยอดฮิตเมื่อมาเที่ยวประเทศไทย

เมื่อซื้อกางเกงช้าง มีข้อควรระวังทั้งหมด 3 ข้อด้วยกันได้แก่ข้อ 1 กางเกงช้างสามารถซักด้วยเครื่องซักผ้าได้ แต่ไม่ควรใช้เครื่องอบผ้า เนื่องจากจะทำให้กางเกงหดตัวได้ ข้อ 2 ผ้าของกางเกงช้างค่อนข้างบางและขาดง่าย จึงไม่ควรใส่กางเกงช้างในวันที่ต้องทำกิจกรรมที่เคลื่อนไหวร่างกายเยอะ และข้อสุดท้าย กางเกงช้างเป็นกางเกงที่ไม่ค่อยเป็นทางการสักเท่าไร จึงไม่เหมาะกับการใส่ไปเรียนหรือไปในสถานที่ที่ต้องการความเป็นทางการ

โดยส่วนตัวฉันชอบใส่กางเกงขาสั้นมาก ๆ และใส่อยู่เป็นประจำ ถ้าใครมีโอกาสมานเที่ยวที่ประเทศไทยก็อย่าลืมซื้อกางเกงขาสั้นติดไม้ติดมือกลับไปด้วยนะ ถ้าคุณได้ลองใส่กางเกงขาสั้นดูแล้วละก็ฉันคิดว่าคุณจะต้องตกหลุมรักกางเกงขาสั้นเหมือนกับฉันอย่างแน่นอน

道路沿いの市場（屋台市場）

前田茉奈

大学から帰る途中に 道端で野菜やさまざまな商品売っている人々を見かけました。それに驚いたので、タイにはいろいろな種類の市場があることを知り、このテーマについて調べてみようと思いました。タイの市場の種類について調べたところ、7つの市場のタイプがあることがわかりました。例えば、野菜市場やフリーマーケット、道路沿いの市場（屋台市場）などです。今回見た市場は、おそらく道路沿いに商品を並べて売っている屋台市場で、私にとってはかなり新鮮で珍しいものでした。

バディーに聞いてみると、これは朝の市場で残った商品で、朝よりも安く売られているかもしれないとのこと。この地域は生活費が高く、市場があまりないため、このような市場があることはコミュニティの人々にとって非常に良いことだと言っていました。

日本では、このような道路沿いの市場は主に祭りや田舎の地域で見かけることが多いですが、タイでは大都市でもこのような市場を見ることができるため、日本とは異なる部分があると感じました。特に私が見た道路沿いの市場では、売り手が客ととても近い距離にいて、親密なコミュニケーションができることが特徴です。これによってタイの文化や温かさを知る良い機会にもなります。私は、地元の人々にとって、このような市場は単なる買い物の場所ではなく、相互に関係を築き、コミュニケーションを促進する場所でもあると感じました。



ตลาดริมถนน

มานะ มาเอะตะ

ระหว่างทางกลับจากมหาวิทยาลัย ฉันได้เห็นคนขายผักและสินค้าต่าง ๆ บนถนน ซึ่งทำให้ฉันตกใจพอทราบว่ามีการตลาดหลายประเภทในประเทศไทย จึงอยากรู้วัฒนธรรมเกี่ยวกับตลาดที่ไม่ค่อยเห็นในญี่ปุ่น เลยเลือกหัวข้อนี้มาเขียน

ฉันได้ค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับประเภทตลาดในประเทศไทย พบว่ามีการตลาดทั้งหมด 7 ประเภท เช่นตลาดสด ตลาดนัด และตลาดริมถนน(ตลาดแผงลอย) เป็นต้น ตลาดที่ฉันเห็นในครั้งนี้น่าจะเป็นตลาดริมถนนที่ตั้งกล่องวางขายบนถนน ซึ่งเป็นตลาดที่ค่อนข้างแปลกใหม่สำหรับฉัน

เพื่อนของฉันบอกว่า นี่อาจเป็นสินค้าที่เหลือจากตลาดเช้าและขายในราคาที่ถูกลงกว่า พื้นที่นี้มีค่าครองชีพสูงและไม่ค่อยมีตลาด ดังนั้นการมีตลาดแบบนี้จึงเป็นสิ่งที่ดีมากสำหรับคนในชุมชน

ในญี่ปุ่นตลาดริมถนนแบบนี้มักจะเห็นได้เฉพาะในงานเทศกาลหรือในพื้นที่ชนบท ซึ่งต่างจากประเทศไทยที่แม้แต่ในเมืองใหญ่ก็ยังสามารถเห็นตลาดริมถนนแบบนี้ได้ จึงรู้สึกว่าเป็นส่วนที่น่าสนใจที่แตกต่างจากญี่ปุ่น โดยเฉพาะตลาดริมถนนที่ฉันได้เห็น ผู้ขายจะอยู่ใกล้ชิดกับลูกค้า ทำให้สามารถมีการสื่อสารที่ใกล้ชิดและเป็นโอกาสที่ดีในการทำความรู้จักกับวัฒนธรรมและความอบอุ่นของคนไทย ฉันรู้สึกว่าการมีตลาดแบบนี้ไม่ใช่ว่าแค่สถานที่ซื้อของ แต่ยังเป็นสถานที่ที่ช่วยสร้างความสัมพันธ์และการสื่อสารระหว่างกันด้วย

タイのバスの車掌

ナッタナン・ノンスーン

バスは公共交通機関の一種であり、多くの国々、タイにおいても、人々の移動にとって大切な役割を果たしています。タイのバスは「ロットメー」と呼ばれます。もし皆さんがタイに旅行して、バスに乗る機会があったなら、車内で切符を回収する車掌さんを見かけたことがあるはずです。それはほとんどのタイのバスには、運転手以外に、必ず車内で運賃を回収する車掌さんも乗っているからです。

「バスの車掌」、またはタイ語で別名「グラパオ・ロットメー」は、タイでは比較的よく見かける職業の一つです。バスの車掌の役割は、運賃を徴収し、乗客に切符を配ることだけではありません。彼らはルートに関する情報を提供したり、停車場所を知らせたり、乗客がバスを利用している間の快適さと安全を確保したりします。

さらに、バスの車掌が業務中に常に手に持っているものの一つが「コインケース」です。それは切符や、乗客から受け取ったお金を入れている道具です。特にさまざまなコインが多く含まれています。内部には仕切りがあり、種類ごとに分けて収納できるようになっているため、使いやすくなっています。バスの車掌が使用するコインケースは、ステンレス製の細長い円筒形をしており、開閉可能なフタが付いています。

また、多くのバスの車掌はこの道具を片手だけで素早く開閉できるほど熟練しています。この熟練技術により、多くの人々は、バスの車掌という職業がかっこいいと考えています。

バスの車掌はタイ社会の他の職業と比べると目立つ存在ではないかもしれませんが、公共交通機関にとっては重要な職業です。また、バスの車掌が使用する道具や仕事のスタイルには独自の特徴があります。そのためこの職業はタイの魅力の一つであり、ぜひ一度自分自身で体験してみる価値があります。



กระเป๋ารถเมล์ในประเทศไทย

ณัฐนันท์ โนนสูง

รถโดยสารประจำทางเป็นขนส่งสาธารณะชนิดหนึ่งที่มีความสำคัญต่อการเดินทางของ
ผู้คนในหลากหลายประเทศ รวมถึงประเทศไทยเช่นกัน และถ้าหากทุกคนเคยมาเยี่ยมเยือน
ประเทศไทย และมีโอกาสได้ขึ้นรถโดยสารประจำทางหรือที่คนไทยเรียกกันว่า “รถเมล์” ก็คงได้
เจอกับคนเก็บตั๋วที่อยู่บนรถแล้วอย่างแน่นอน เพราะว่ารถโดยสารประจำทางในประในประเทศ
ไทยแทบจะทั้งหมด มักจะมีคนเก็บตัวยู่บนรถเสมอ

“คนเก็บตั๋วรถเมล์” หรืออีกชื่อหนึ่งก็คือ “กระเป๋ารถเมล์” เป็นอาชีพที่สามารถพบเห็นได้
ค่อนข้างง่ายในประเทศไทย โดยหน้าที่ของคนเก็บตั๋วรถเมล์นั้นนอกจากจะมีหน้าที่เก็บค่า
โดยสารจากผู้โดยสารแล้ว ยังมีหน้าที่คอยให้ข้อมูลเกี่ยวกับเส้นทางหรือจุดจอด และคอยดูแล
อำนวยความสะดวกให้กับผู้โดยสารขณะขึ้นหรือลงรถอีกด้วย

นอกจากนี้ในการทำงานของพนักงานเก็บค่าโดยสารบนรถโดยสารประจำทางจะมีของสิ่ง
หนึ่งที่พวกเขาจะถือไว้ติดมือตลอดการปฏิบัติงานเลยทีเดียวก็คือ “กระบอกเก็บเงิน” ซึ่งเป็นอุปกรณ์ที่
บรรจุตัวและเงินที่ได้รับจากผู้โดยสาร ส่วนใหญ่จะเป็นเหรียญที่มีทุกราคา และมีช่องจำแนก
ประเภทด้านในเพื่อความสะดวกต่อการใช้งาน โดยกระบอกเก็บเงินของกระเป๋ารถเมล์จะมี
ลักษณะเป็นสแตนเลสรูปทรงกระบอกยาวและมีฝาที่สามารถปิดหรือเปิดได้ อีกทั้งขณะใช้งาน
อุปกรณ์นี้กระเป๋ารถเมล์หลายคนสามารถใช้มือเดียวในการเปิดและปิดได้อย่างเชี่ยวชาญ ซึ่งจาก
ความชำนาญของกระเป๋ารถเมล์นี้ก็มีคนไม่น้อยที่มองว่าพนักงานเก็บค่าโดยสารบนรถโดยสาร

ประจำทางเป็นอาชีพที่สุุดแสนจะเท่และนับได้ว่าเป็นหนึ่งในอาชีพในฝันในวัยเด็กของใครหลาย ๆ คน

ทั้งนี้ ถึงแม้ว่ากระเป๋ารถเมล์เมื่อเทียบกับอาชีพอื่น ๆ ในสังคมไทยแล้วอาจจะไม่ได้เป็นอาชีพที่มีความโดดเด่นมากนัก แต่ก็เป็อาชีพที่มีความสำคัญต่อระบบขนส่งสาธารณะเป็นอย่างมาก และด้วยรูปแบบและอุปกรณ์ที่กระเป๋ารถเมล์ใช้ในการทำงาน มีความเป็นเอกลักษณ์ในแบบของตนเองจึงทำให้อาชีพนี้เป็นหนึ่งในเสน่ห์ของเมืองไทยที่ควรได้มาสัมผัสด้วยตนเองสักครั้งหนึ่ง

タイのインスタントラーメン

パッチャラポーン・クリンパカー

皆さんは、タイのインスタントラーメンを食べたことがありますか？ 日本では「カップヌードル」や「インスタントラーメン」と呼ばれるように、タイでは「ママー」というブランドの名前が広く使われています。「ママー」はタイの人々にとって、とても身近な食品であり、安くて美味しく、調理も簡単のため、多くの人に愛されています。

ママーにはさまざまな味がありますが、特に人気なのは「トムヤムクン味」と「豚ひき肉味」です。トムヤムクン味は、酸っぱくて辛いスープが特徴です。一方、豚ひき肉味はマイルドな味付けで、にんにくと胡椒の香りがほんのり感じられます。辛いものが苦手な日本人には豚ひき肉味が人気ですが、辛いものが好きな人にはトムヤムクン味がおすすめです。

日本のインスタントラーメンと比べると、ママーは味が濃く、辛いものが多いです。また、タイでは卵や野菜、肉などを加えてアレンジすることが一般的です。例えば、半熟卵を入れたり、唐辛子やライムを加えたりすることで、より美味しく食べることができます。また、スープを捨てて調味料と混ぜる「汁なしママー」や、ママーを使ったタイ風サラダ「ヤムママー」などの食べ方もあります。

タイでは、ママーは学生や会社員にとって欠かせない食品です。特に、給料日前になると節約のためにママーを食べる人が増えます。スーパーやコンビニで簡単に手に入れることができます。タイに来る機会があれば、一度ママーを食べてみてはいかがでしょうか。



บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของไทย

พัชรภรณ์ กลิ่นผกา

เคยลองชิมบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปของไทยหรือยัง ? บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปที่ญี่ปุ่นเรียกว่า “คัพนูดเดิล” หรือ “อินสแตนท์ราเม็ง” ส่วนยี่ห้อ “มามา” เป็นที่นิยมใช้กันอย่างแพร่หลายในประเทศไทย “มามา” เป็นอาหารที่คนไทยคุ้นเคยกันดี และหลาย ๆ คนชื่นชอบ เนื่องจากราคาถูก อร่อย และทำง่าย

มามามีหลายรสชาติ แต่ที่ได้รับความนิยมมากที่สุดคือ รสต้มยำกุ้ง และรสหมูสับ รสชาติต้มยำกุ้งโดดเด่นด้วยน้ำซุปรสเปรี้ยวเผ็ด ในทางกลับกัน รสชาติหมูสับจะอ่อน ๆ มีกลิ่นกระเทียม และพริกไทยเล็กน้อย รสหมูสับเป็นที่นิยมในกลุ่มคนญี่ปุ่นที่ไม่ชอบอาหารรสเผ็ด แต่สำหรับคนที่ชอบอาหารรสเผ็ด ขอแนะนำรสต้มยำกุ้ง

เมื่อเทียบกับราเม็งสำเร็จรูปของญี่ปุ่น มามาจะมีรสชาติเข้มข้นกว่าและเผ็ดกว่า ในประเทศไทยมักนิยมใส่ไข่ผักเนื้อสัตว์ ฯลฯ เช่น สามารถทำให้มีรสชาติอร่อยยิ่งขึ้นโดยการเพิ่มไข่ลวก พริก หรือมะนาว วิธีรับประทานอื่น ๆ ได้แก่ “มามาโร้มน้ำซุปรสต้มยำ” ซึ่งจะนำน้ำซุปรสต้มยำคลุกเคล้ากับเครื่องปรุง และ “ยำมามา” สลัดสไตล์ไทยที่ทำจากมามา

ในประเทศไทยมีผลไม้เป็นอาหารที่จำเป็นสำหรับนักเรียนและพนักงานออฟฟิศ โดยเฉพาะอย่างยิ่งหลายคนกินผลไม้ก่อนวันจ่ายเงินเดือนเพื่อประหยัดเงิน หาซื้อได้ง่ายตาม ซูเปอร์มาร์เก็ตและร้านสะดวกซื้อ ถ้ามีโอกาสมาเมืองไทยขอให้ลองมาชิมมาดูละ

タイの高校卒業式と大学卒業の日

シリサック・スクダンム

タイの一部の学校では、中学 3 年生（モ-3）の生徒に向けた卒業式（パッチム・ニテート）が行われることがあります。しかし、高校 3 年生（モ-6）の卒業式は、よりフォーマルでありながらも、和やかな雰囲気を持ち合わせています。

友人同士でお互いの制服にメッセージを書いたり、写真やステッカーを貼ったりすることが一般的です。たとえば、「幸運を祈ります」や「またお会いしましょう」といった言葉がよく書かれます。中には、好きな人への気持ちを制服に書く人もいます。また、自分の写真を他の人に渡し、記念として保管してもらう習慣もあります。

さらに、学校によってはコンサートや食事会が開催されることもあります。先生が生徒に「シルバーリング」を結んで、お守りのように贈ることもあり、これは激励の意味を込めたものです。また、後輩が先輩にエールを送る「ブーム」と呼ばれるイベントが行われ、卒業を祝福する伝統もあります。

タイでは、卒業式の日写真が撮ることが非常に重要視されています。大学内には撮影ブースが設置され、朝から晩まで個人写真やグループ写真が撮影されます。卒業生は友人や後輩、先生、家族、知人と写真を撮り、一緒に思い出を作ります。

本番の卒業式だけでなく、リハーサルの日にも写真撮影が行われます。より良い写真を撮るために、プロのカメラマンを個人的に雇う人もいます。卒業式の前には、大学の近くの道端で花束やぬいぐるみ、カラフルな風船が多く販売されます。

卒業式に出席する人は、本番の卒業式の前に必ず 2~3 回のリハーサルに参加する必要があります。卒業の日は、お互いにお別れの言葉を交わし、思い出を共有する特別な日です。ご家族や知人も大学へ訪れ、写真を撮ったり、卒業を祝ったりします。また、ぬいぐるみや花束、カードなどの贈り物を交換することも一般的です。



ปัจฉิมนิเทศมัธยมปลาย และวันจบการศึกษามหาวิทยาลัยในประเทศไทย

ศิริศักดิ์ สุขดำ

ในประเทศไทย บางโรงเรียนมีการจัดปัจฉิมนิเทศให้นักเรียน ม.3 เพื่ออำลาโรงเรียนมอต้น อย่างไรก็ตาม งานปัจฉิมของมัธยมปี 6 มักจะเป็นงานที่มีความเป็นทางการแต่ก็ยังคงบรรยากาศที่เป็นกันเองอยู่ด้วย

ในหมู่เพื่อน ๆ มักจะเขียนข้อความลงบนเสื้อของกันและกัน เช่น “ขอให้โชคดี” หรือ

“ไว้เจอกันใหม่นะ”บางคนก็เขียนบอกความรู้สึกที่มีต่อคนที่ชอบลงไปด้วย นอกจากนี้ ยังมีธรรมเนียมที่ให้นารูปของตัวเองแจกให้คนอื่นเก็บไว้เป็นที่ระลึกอีกด้วย

บางโรงเรียนอาจมีการจัดคอนเสิร์ตหรืองานเลี้ยงฉลองในโรงเรียน อาจารย์บางท่านจะผูกสายสิญจน์หรือริบบิ้นสีเงินให้กับนักเรียนเปรียบเสมือนเครื่องรางเพื่อให้กำลังใจ และยังมีธรรมเนียมที่รุ่นน้องจะ “บูม” ให้รุ่นพี่เพื่อเป็นการแสดงความยินดีและส่งพี ๆ ออกลาโรงเรียนไปอย่างอบอุ่น

ในระดับมหาวิทยาลัย วันรับปริญญาถือเป็นวันสำคัญที่นักศึกษาให้ความสำคัญมาก ภายในมหาวิทยาลัยมักมีการจัดมุมถ่ายภาพไว้ให้ และมีการถ่ายรูปตั้งแต่เช้าจรดเย็น ทั้งภาพเดี่ยวและภาพกลุ่ม บัณฑิตจะถ่ายรูปกับเพื่อน รุ่นน้อง อาจารย์ ครอบครัว และคนที่มาร่วมแสดงความยินดี

นอกจากวันรับจริงแล้วยังมีการถ่ายรูปในวันซ้อมใหญ่ด้วย บางคนถึงกับจ้างช่างภาพมืออาชีพเพื่อให้ได้ภาพที่ดีที่สุด ก่อนพิธีรับปริญญาจะมีการขายช่อดอกไม้ตุ๊กตาและลูกโป่งหลากสีตามริมถนนใกล้มหาวิทยาลัย

ผู้ที่เข้ารับปริญญาจะต้องเข้าร่วมการซ้อมรับปริญญาประมาณ 2-3 ครั้งก่อนวันรับจริง วันจบการศึกษาเป็นวันที่เต็มไปด้วยความทรงจำ ทุกคนจะแลกเปลี่ยนคำอำลาและแบ่งปันความรู้สึกดี ๆ ต่อกัน ครอบครัวและเพื่อนฝูงจะมาร่วมแสดงความยินดี ถ่ายรูปร่วมกัน และมอบของขวัญ เช่น ดอกไม้ ตุ๊กตา การ์ด หรือช่อดอกไม้

タイの野良猫

宮下希彩

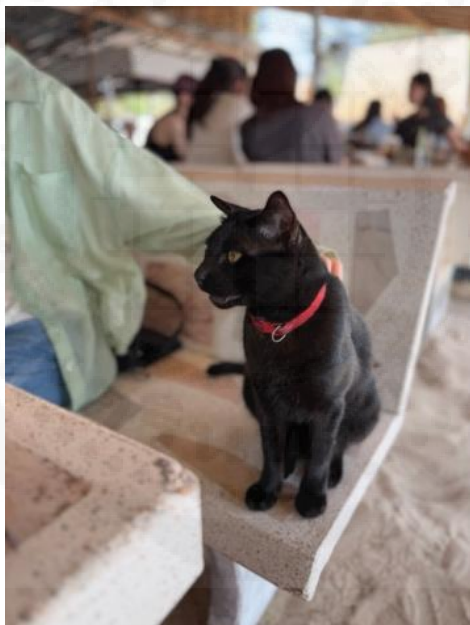
猫は、タイ人にとっても日本人にとっても、身近な動物です。しかし、東京よりも、バンコクの方が、外で暮らす猫が多く見られます。私は今回タイに来て、タイの野良猫を観察し、写真をたくさん取りました。

バンコクの猫は、人懐っこく、のんびり過ごしています。特に寺院や市場、家の庭やテラス、店の前でくつろぐ様子をよく見かけました。地域の人から餌をもらったり、観光客に近づいてなでてもらったりすることもあります。

私は、シーナカリンウィロート大学（SWU）に通うタイ人の友人に、タイの猫について質問しました。私は、「なぜタイには野良猫が多いのですか？」と聞きました。彼女は、「タイの政府はまだ猫の不妊手術の対策をあまり進めていないからです」と答えました。

さらに、私は、インターネットで、タイの野良猫について調べました。バンコクでは、人々は、野良猫と共存することは普通のことだと考えており、地域の一部として各地で受け入れられています。

私は、タイの外で暮らす猫の様子や、タイ人の猫に対する考え方は、仏教の「生き物を大切にする精神」を反映していると感じました。日本ももっと外で暮らす猫に優しい国になったら良いなと思います。



แมวจรจัดไทย

โนอะ มียาจิตะ

แมวเป็นสัตว์ที่อยู่ใกล้กับทั้งคนไทยและคนญี่ปุ่น แต่ว่าในกรุงเทพฯ มีแมวที่อาศัยอยู่นอกบ้านมากกว่าที่โตเกียว ครั้งนี้ที่ได้มีโอกาสมาที่ไทย จึงได้ลองสังเกตพฤติกรรมของแมวจรจัด และถ่ายรูปไว้เยอะมาก

แมวที่กรุงเทพฯ เป็นมิตรกับคน และใช้ชีวิตสบาย ๆ ฉันเห็นแมวยู่ที่วัด ตลาด สวนของบ้าน ระเบียง และหน้าร้านบ่อย ๆ แมวได้อาหารจากคนแถวนั้น และยอมเข้าใกล้ให้นักท่องเที่ยวลูบตัว

ฉันถามเพื่อนคนไทยที่เรียนที่มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒเรื่องแมวในไทยว่า "ทำไมที่ไทยมีแมวจรจัดเยอะ?" เขาตอบว่า "รัฐบาลที่ไทยยังไม่ค่อยจัดการเรื่องการทำหมันของแมว"

ฉันหาข้อมูลเพิ่มเติมจากอินเทอร์เน็ต ทำให้รู้เรื่องเกี่ยวกับแมวจรจัดไทยที่กรุงเทพฯ ผู้คนคิดว่า แมวจรจัดอยู่กันเป็นเรื่องปกติ และถูกยอมรับว่าเป็นส่วนหนึ่งของแต่ละพื้นที่

ฉันจึงคิดว่า แมวจรจัดในไทย และความคิดของคนไทยเกี่ยวกับแมว สะท้อนถึงจิตใจของชาวพุทธที่ให้ความสำคัญกับชีวิต ถ้าญี่ปุ่นใจดีต่อแมวจรจัดมากขึ้นก็คงจะดีไม่น้อย



おわりに

最後までお読みいただき、ありがとうございます。本書は、私たちシーナカリンウィロート大学人文学部日本語学科の学生と、短期交流プログラムでシーナカリンウィロート大学を訪れた東京外国語大学タイ語専攻の学生と一緒に作成したものです。

このプログラムで約2週間、様々な活動をした後、自分が興味を持っている「クールタイランド」について作文を書きました。タイ人学生にとっては、自分の国のどのような部分が魅力的かを考えるきっかけとなり、貴重な経験となりました。作文のテーマを考える際に、日本人学生の視点がとても参考になりました。私たちが慣れてしまった自分の国の文化だからこそ、気づかなかったことについて日本人学生が考えさせてくれました。本書がタイの文化に興味を持っている皆さんに役立つように願っています。また、読んでくださった方々の心に響き、新たな考えを与えられることとなれば幸いです。

今回のプログラムは、日本人学生にとっては慣れない環境での生活で、大変な思いをしたこともあるかと思います。また、活動をした際、意思疎通が困難に感じたこともあったかと思います。しかし、タイでの様々な挑戦を通じて、一人一人が大きく成長できたのではないかと思います。シーナカリンウィロート大学に来てくれた皆さん、本当にありがとうございました。

最後に、このような機会をくださった先生方と関係者の方々、そして協力してくれた学生の皆さんに、心より御礼申し上げます。

ジュタラット・ブンスック
学生一同

บทส่งท้าย

ขอขอบคุณผู้อ่านทุกท่านที่ติดตามอ่านมาถึงส่วนนี้ งานเขียนฉบับนี้เป็นผลงานของนิสิตสาขาวิชาภาษาตะวันออก (ภาษาญี่ปุ่น) คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ซึ่งได้จัดทำร่วมกันกับนักศึกษาเอกไทยศึกษา มหาวิทยาลัยโตเกียวศึกษาต่างประเทศ ในระหว่างมาศึกษาแลกเปลี่ยนระยะสั้นที่ประเทศไทย

หลังจากได้ทำกิจกรรมร่วมกันระยะประมาณ 2 สัปดาห์ นิสิตทุกคนจึงได้ร่วมกันเขียนเรียงความขึ้นมาซึ่งเป็นเรื่องที่ตนเองสนใจในหัวข้อ “Cool Thailand” ในส่วนของนิสิตชาวไทยก็ถือว่าเป็นโอกาสที่ได้คิดถึงว่าคนไทยนั้นมองเรื่องอะไรในประเทศของตนที่น่าหลงใหล และในขณะที่คิดหัวข้อเรียงความ มุมมองของนิสิตชาวญี่ปุ่นที่มีประโยชน์อย่างมากเนื่องจากพวกเขาเคยชินกับวัฒนธรรมของตนเอง จึงอาจมีบางอย่างที่มองข้ามไป แต่นักศึกษาญี่ปุ่นก็ทำให้ได้ถูกคิดในหลาย ๆ เรื่อง จึงหวังว่างานเขียนนี้จะเป็นประโยชน์แก่ผู้ที่สนใจต่อไป และสามารถสร้างแรงบันดาลใจหรือมอบแนวคิดใหม่ ๆ ให้กับผู้อ่านได้

โครงการแลกเปลี่ยนครั้งนี้อาจเป็นความท้าทายของนิสิตชาวญี่ปุ่นที่ต้องปรับตัวในระหว่างที่ศึกษาอยู่ในประเทศไทยซึ่งเป็นสภาพแวดล้อมที่ไม่คุ้นเคย และอาจมีความท้าทายที่ต้องพยายามสื่อสารให้เข้าใจตรงกันระหว่างทำกิจกรรมบ้าง ทั้งนี้ความท้าทายดังกล่าวก็เป็นสิ่งที่ทำให้สามารถสามารถพัฒนาตัวเองต่อไปได้ ซึ่งถือได้ว่าเป็นโอกาสที่มีค่าอย่างยิ่ง

สุดท้ายนี้ขอขอบคุณอาจารย์ทุกท่านและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกคนที่ได้มอบโอกาสในครั้งนี้ รวมถึงนิสิตนักศึกษาของทั้งสองมหาวิทยาลัยที่ให้ความร่วมมือกันเป็นอย่างดี

จุฑารัตน์ บุญสุข
และคณะผู้เขียน

編集にあたって

本書は、シーナカリンウィロート大学（SWU）日本語学科の作文の授業(JPN251)の一環として行われ、東京外国語大学（TUFS）タイ語専攻の1年生と共同作成したものです。両大学の学生それぞれの視点から、タイの「クール」なコト・モノ・体験を紹介しています。

TUFS の学生にとっては、限られた滞在期間で、タイのクールな文化を見つけることは、大変な作業だったと思います。また、SWU の学生にとっても、自国のクールな文化を探し、それを読者にわかりやすく伝えることは、難しい点もあったかと思います。それだけでなく、限られた時間の中で、日本語とタイ語の両言語で文章を書くことは、大きな挑戦だったと思います。しかし、本書を読めば、学生一人一人が独自のテーマを選び、それについてわかりやすく書こうと努力したことが伝わってくると思います。また、学生が表現した一つの言葉からも、彼らのこだわりが感じられると思います。さらに文章だけでなく、写真やイラストを取り入れることで、タイの文化を視覚的にわかりやすく表現する貴重な経験になりました。写真やイラストも含めて一つの作品となっているので、そちらもお楽しみいただければと思います。学生一人一人のこだわりが詰まった本書が、読者の皆様にとってタイの文化をより深く理解する手助けとなれば嬉しく思います。

本書の共同作成を通じて、SWU,TUFS の学生が、言語的・文化的な学びを得るきっかけとなったのではないかと思います。また、互いの言語を学ぶ同世代の大学生と交流したことで、学生自身の言語学習への良い刺激にもなったと思います。このような貴重な機会をくださった東京外国語大学のスニサー先生と TUFS の学生のみなさまに、心より感謝申し上げます。

シーナカリンウィロート大学日本語専攻講師

野坂実央

パットオン・ピパタナクル

คำกล่าวท้ายเล่ม

หนังสือเล่มนี้เป็นส่วนหนึ่งของรายวิชา JPN251 การเขียนภาษาญี่ปุ่น ในหลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาภาษาตะวันออก (ภาษาญี่ปุ่น) คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยนิสิตสาขาภาษาญี่ปุ่นชั้นปีที่ 2 ได้ศึกษาและจัดทำร่วมกับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยโตเกียวศึกษาต่างประเทศ (Tokyo University of Foreign Studies) แนะนำเรื่องราวน่าทึ่ง “Cool!” ของไทยในมุมมองของพวกเขา

งานนี้อาจยากสำหรับนักศึกษาชาวญี่ปุ่นที่ต้องค้นคว้าหาข้อมูลด้านวัฒนธรรมไทยที่น่าสนใจ ภายในระยะเวลาอันสั้นที่อยู่ในประเทศไทย ส่วนนิสิตชาวไทยเองก็มีโอกาสได้มองสังคมวัฒนธรรมของไทย และพยายามถ่ายทอดเป็นภาษาญี่ปุ่นให้เข้าใจง่าย ซึ่งอาจมีความยากลำบากพอสมควร นอกจากนั้น การเขียนบทความภาษาไทยและภาษาญี่ปุ่นในช่วงเวลาที่จำกัดนั้น ก็เป็นงานที่ท้าทาย เมื่อได้อ่านงานเขียนของนิสิตแต่ละคนแล้วก็รู้สึกถึงความพยายามอย่างยิ่งว่า พวกเขาได้เลือกหัวข้อในความสนใจของตัวเอง และเขียนโดยนำเสนอมุมมองและการคิดวิเคราะห์ที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว ลักษณะการเลือกใช้คำและสำนวนล้วนมีหลักการและน่าสนใจ นอกจากนั้น มีการใช้ภาพถ่ายและภาพวาดที่ผู้เขียนได้ถ่ายและวาดเอง สอดรับกับบทความอย่างลงตัว ทำให้หนังสือเล่มนี้อ่านได้สนุกและเข้าใจง่าย หวังว่าผู้อ่านจะสนุกกับหนังสือเล่มนี้ และได้รู้จักสิ่งของหรือเรื่องราวที่น่าสนใจเกี่ยวกับประเทศไทย และมุมมองของหนุ่มสาวชาวไทยและชาวญี่ปุ่นมากขึ้น

หวังเป็นอย่างยิ่งว่านิสิตและนักศึกษาที่เข้าร่วมโครงการจากทั้งสองสถาบัน จะได้เรียนรู้ทั้งภาษาและวัฒนธรรมของกันและกัน เป็นแรงผลักดันให้ศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับประเทศไทยและญี่ปุ่นให้ลึกซึ้งขึ้นต่อไป ขอขอบคุณ ศ.ดร.สุนิสา วิทยาปัญญานนท์ และนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยโตเกียวศึกษาต่างประเทศ ที่มอบโอกาสและความร่วมมืออย่างดีในการผลิตผลงานอันน่าภูมิใจ เผยแพร่เป็นรูปเล่มดังหนังสือเล่มนี้

อาจารย์มิโอะ โนะซากะ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภัทรธร พิพัฒน์กุล

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



รายชื่อคณะผู้จัดทำ

「クール! タイランド」プロジェクトメンバー

監修 ผู้เรียบเรียงและควบคุมการผลิต

สุนิสา วิทยาปัญญานนท์ สนิサー・ウィッタヤーパンヤーノン

ภัทรอร พิพัฒน์กุล ปัตตออน・ปีปัตนาคุล

มิโอะ โนะซากะ 野坂実央



作者 คณะผู้เขียน

シーนาคารินウィロート大学 (SWU)

65101010628 ปทิตตา ผลงาม	ปัติッター・ปองการ์ม
66101010568 กฤตภาส เลิศมะเลา	คิตาปาส・ลาสมาลาอ
66101010569 กัลยกร ศุภเกษตร	คานยาคอน・สปาคะเซอ
66101010571 จุฑากาญจน์ ดั่งสวัสดิ์	จูตาร์การ์น・ดาวน์ซอฟุต
66101010572 จุฑารัตน์ บุญสุข	จูตาร์ราต・บูนสัค
66101010574 ชนัญชิตา ชันโท	ชานันชิตา・คานโต
66101010575 ณัฐจิگانต์ ทาสธรรม	นัตติการ์น・ทาสตาม
66101010576 ณัฐนันท์ โนนสูง	นัตตานัน・นอนสูง
66101010577 ณัฐวดี กาญจนประทุม	นัตตาฟดี・กานจานาปรัตยูน
66101010578 ทักษอร เลหาเมธี	ทาสาออน・ลาวฮะเมธี
66101010579 ธนกร โชคคุ้มแก้วถาวร	ตานาคอน・ชอกันเควตาออน
66101010580 ธนกฤต ยามาโมโตะ	ตานากิริต・山本
66101010581 ธนกฤต สอนมะลิ	ตานากิต・สออนมาลี
66101010582 ธนัญญา อ่อนสงไกร	ตานันยา・ออนซองไกร
66101010584 ธรณเทพ ชูชีพ	ตอนนาเทบ・ชูชีบ
66101010585 ธรณชนก ม่วงศรี	ตันชาโนกก・มออนซี

66101010586	จีรัช เจริญเปี่ยม	テタット・チャロンปัาม
66101010587	ปวรา ลิขสิทธิ์พงศ์	พัวラー・リカシットポン
66101010588	ปาไลตา เดชาติภิญโญ	ปาร์リター・เด์ชาต์ป็นโย
66101010589	พรปวิณ เหลืองประเสริฐ	ป๋อนปัวอิ・ลันแปสาร์ท
66101010590	พระราชพร บุญธรรม	ปัซซาป๋อน・บุนตัม
66101010591	พรารพวรรณ วงศ์สาวาส	ปฺราวป๋อน・วอนซาว์วส
66101010592	พัชรภรณ์ กลิ่นผกา	ปัชชาลาป๋อน・คลินปัการ
66101010593	พิมพ์ชนก บุญโชติ	ปัมชาน็อก・บุนชยอต
66101010594	พิมพ์มาดา แสงแก้ว	ปัมมาร์ดาร์・เซ่นเคว
66101010595	ภูกฤษย์ กนกวรรณกร	ปู้คลิตต์・คาน็อกวันนาร์คอน
66101010596	ภูริช จัตวงศ์	ปู้ริตช์・ชัตตาออน
66101010597	วงศธร ดีรักษา	วอนساتอน・ดิลักซาร์
66101010598	วรพล อภิรักษ์คุณวงศ์	บอราปอล・อัปลักนออนง
66101010599	วรรณวิภา การะเวก	วันวิปาร์・กาลาเว็ค
66101010601	วิชญาดา โสณะมิตร	วิชชาyardาร์・โซนามิต
66101010602	ศิริศักดิ์ สุกดำ	สิริซาก・สுகดัม
66101010603	ศุภวิชญ์ ตาลผาด	สปาวิตต์・ตันปาร์ด
66101010604	สิทธิพงศ์ อินทร์แสง	จิตตี้ป๋อน・อินซาน
66101010606	สุภัสสราร วงษ์สุวรรณ	สปัสซาลาร์・วอนสวัน
66101010607	สุภาวดี แมนอิม	สปาวดี้・มานิม
66101010608	อภิบาล จันทรขอนแก่น	อัปบาร์น・ชานคองเกยาน
66101010609	อรอินทร์ ทรศนนิธิ	อนอิน・ตัสซานนิตี

東京外国語大学 (TUFS)

โคโด โนตะ	能田浩道
ฮารุ สึโบตะ	坪田晴琉
ริกิ ทาโมโตะ	田本吏輝

ฮายาโตะ ฮาเซกาว่า	長谷川隼乙
ฮารูกะ เซกินะ	関根晴香
ฟูกะ โอนะ	大野楓夏
รินกะ ฮายาชิ	林凜香
ชินะ คุสึมิ	久津見栞乃
เอสเธอร์ มารี อิริอาเบะ	イリアベエスター真理
ซาซาระ โซริมาจิ	反町沙桜
มานะ มาเอตะ	前田茉奈
ยูอิโกะ โคมาซากิ	駒崎結子
ริโกะ ยามากุจิ	山口莉子
โนอะ มียาซิตะ	宮下希彩

表紙 ออกแบบปก

ศิริศักดิ์ สุกดำ

ศุภวิชญ์ ตาลผาด (X : @gus24034)

編集者 ทีมบรรณาธิการ

ปัทิตตา ผลงาม

จุฑารัตน์ บุญสุข

ศิริศักดิ์ สุกดำ

ศุภวิชญ์ ตาลผาด

สิทธิพงศ์ อินทร์แสง

สุภัทสราร วงษ์สุวรรณ



発行：シーナカリンウィロート大学人文学部

発行日：2025 年 4 月 10 日

พิมพ์เผยแพร่เมื่อวันที่ 10 เมษายน พ.ศ. 2568 โดย คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

