



佐藤クリスタル

国際交流員コーナー

CIR's Corner

2026年9月 – 第51号



皆さん、こんにちは！江別市国際交流員の佐藤クリスタルです。「国際交流員コーナー」とは、私が毎月作成する国際交流や多文化についての記事です。様々な興味深い国際的なテーマを紹介します。

今月のテーマ：温かい飲み物

気温が下がり、秋が近づいてくると、多くの人が体を温めるために温かい飲み物を飲みたいくなります。日本では、様々な種類のお茶を楽しむ人が多く、コーヒーも非常に人気があります。また、温かい甘酒を好む人もいます。世界中には愛されている温かい飲み物がたくさんありますので、今月はそのいくつかをご紹介します。

コーヒー

豊かな香りと元気をくれる効果を持つコーヒーは、世界で最も人気のある飲料の一つです。一年中飲まれています。アメリカでは9月29日が「コーヒーの日」、そして10月1日は「国際コーヒーの日」とされています。

コーヒーの木はエチオピアの森が発祥ですが、イエメンで飲料として初めて飲まれました。15世紀、イスラム教徒が、夜間の礼拝中の集中力を維持するために、コーヒー豆を収穫し、焙煎して、温かい飲み物として淹れたのが始まりです。この飲み物はアラブの地域に広まり、地中海の交易路を通じてヨーロッパへと伝わりました。現在、世界最大のコーヒー生産国はブラジル、ベトナム、インドネシア、コロンビア、エチオピアです。

私の故郷であるシアトルは、アメリカの「コーヒーの首都」として有名です。年間を通じて雨が多いため、地元のコーヒーハウスは人々が雨を避け、気分を盛り上げるための憩いの場となりました。シアトルの人々はコーヒーにこだわっていたので、ここからスターバックス、タリーズ、シアトルズベストコーヒーなどの世界的なコーヒーブランドが誕生しました。

2003年、スターバックスは「パンプキン・スパイス・ラテ」を発売しました。パンプキン・パイをイメージした味で、シナモン、ナツメグ、クローブ、ミルク、エスプレッソ、ホ

イップクリーム、砂糖、そして2015年からは本物のパンプキンピューレが含まれています。温かみのあるスパイスが主役であるため、実際にはカボチャそのものの味はしません。秋限定の販売であるため熱狂的なファンが多く、他のコーヒーハウスも自分のバージョンを販売するようになり、「パンプキン・スパイス」味の食品や香り付きキャンドルなどのブームを巻き起こしました。9月にそのシーズン最初のパンプキン・スパイス・ラテを飲むまでは、本当の秋は始まらないと言う人もたくさんいます。



紅茶・お茶

私はシアトル出身ですが、実はずっとお茶派です。コーヒーは素早くエネルギーをチャージすることで人気ですが、温かいお茶は優しく穏やかな温もりを届けてくれ、涼しい9月の日々にぴったりです。

お茶の歴史は数千年前の古代中国から始まり、当時は薬として使われていました。現代では、イギリスの格式高いアフタヌーンティーから、モロッコで振る舞われる甘いミント緑茶に至るまで、お茶は世界中で様々な飲み方で楽しまれています。日本において、秋は温かい緑茶の奥深い味わいを楽しむのに最適な時期です。特に肌寒

い朝や夜には、香ばしい「ほうじ茶」を飲むのがお気に入りです。独特の香ばしい風味と、低いカフェイン含有量により、心からリラックスすることができます。

日本の緑茶よりもコクがあってスパイスの効いたものが欲しかった時、私の一番のお気に入りには「チャイ」です。インドの紅茶の飲み方で、現地では伝統的に「マサラ・チャイ」と呼ばれます。この心温まるチャイは、濃い紅茶にミルクと砂糖、そしてシナモン、カルダモン、クローブ、ショウガなどのスパイスを加えて煮出して作られます。興味深いことに、ヒンディー語で「チャイ」は単に「お茶」を意味するため、欧米で「チャイ・ティー」と注文すると、厳密には「お茶・お茶」と頼んでいることになります。チャイに使われるスパイスは、パンプキン・スパイス・ラテにも負けない素晴らしい秋の香りを漂わせるだけでなく、体を芯から温めてくれるため、秋の訪れにぴったりの飲み物です。



ホットココア

英語で「ホット・チョコレート」とも呼ばれるホットココアも、私のお気に入りの温かい飲料の一つです。カカオの木はもともとアマゾン川やオリノコ川流域の熱帯雨林に生えていましたが、先住民族の交易商人によって中米へと持ち込まれました。カカオの飲料は、何百年もマヤ文明やアステカ文明にとってとても重要でした。当時のカカオ飲料は、唐辛子が加えられていたため、甘みがなく、苦くて辛いものでした。その後、スペインの探検家によってこの飲み物がヨーロッパに持ち帰られた後、砂糖とミルクが加えられ、唐辛子は取り除かれました。

現代では、ホットココアの作り方は多種多様です。溶かしたチョコレートやココアパウダーを使い、お湯や温かいミルクで作られます。ほとんどの場合は砂糖を足しますが、メキシコや他の中米諸国ではシナモンも加えられます。また、フランス、スペイン、コロンビア、ナイジェリア、ジャマイカなど、多くの国で伝統的な朝食の飲み物となっています。スペインではチュロスと一緒に、そしてコロンビアではなんと、チーズを入れて飲みます！

北米では、インスタントの粉が広く普及しています。ホットココアの上にホイップクリームやマシュマロをトッピングするのが定番で、インスタントの個包装パックにも、マグカップに入れるための小さなフリーズドライのマシュマロが入っています。



アップルサイダー

多くのアメリカ人とカナダ人にとって、アップルサイダーは秋を代表する定番の飲み物ですが、誤解されやすい飲み物でもあります。北米以外の地域では、サイダー（シードル）とはリンゴを発酵させて作ったアルコール飲料を指します。また、日本では「サイダー」といえば炭酸のレモン風味の飲料を指します。しかし、アメリカやカナダでのアップルサイダーとは、ろ過や加糖をしていない生のリンゴジュースのことです。リンゴ全体が含まれているため、不透明で濁った茶色をしており、通常の澄んだリンゴジュースよりもはるかに深く豊かな味わいが特徴です。

秋の収穫期に、地元の果樹園を訪れて搾りたてのサイダーを買うことは、多くの家族にとって大切な季節の恒例行事です。シナモン、クローブ、オールスパイス、そして時にはオレンジの皮などのスパイスを加え、温めて飲まれることがよくあります。パンプキン・スパイスと同じように、アップルサイダーも秋に愛される味覚であり、アップルサイダー・ドーナツやケーキなど、季節のスイーツとしてもたくさん見かけます。



お問合せ先
教育部 生涯学習課 国際交流員
〒067-0074 北海道江別市高砂町 24-6
Tel : 011-381-1049 Fax : 011-382-3434