

ガボン共和国の紹介

■自己紹介



ムアンガ・ムーセンブーラ・グレイスと申します。ガボンからきましたから来ました。

横浜国立大学大学院国際社会科学研究院の博士課程に在籍しています。専攻は国際経済法学です。

ガボンのポールジャンティで生まれましたが、首都のリーブルヴィルに住んでいました。

趣味は旅行、料理、歌（特にゴスペル）、そして、新しい人と出会って、その文化について学ぶことです。

■ガボン共和国の基本情報

ガボンは、アフリカ中央西部に位置する国で、9つの州があり、公用語はフランス語です。国名はポルトガル語の Gabão に由来しており、「船乗りのマント」という意味です。その理由は、ガボンを流れるある川が船乗りのマントのフードのような形をしていたからです。ガボンは大西洋岸、ギニア湾の南に位置していて、国土は日本の70%に相当します。

国土面積は26万8000平方キロで、その85%を森林が占めています。ガボンの地形には、中央アフリカのマングローブが生い茂る狭い海岸平野、丘陵地帯の内陸部、東部と南部のサバンナ草原と森林が含まれます。森林面積は2,000万ヘクタールを超えます。海沿いには多くの河川が流れ、海産魚や大陸性魚類が多く生息しています。総人口220万人のうち70%以上が沿岸部に住んでおり、経済活動の大半も沿岸部で行われています。

また、ガボンは、マンガン、石油、木材、森林といった天然資源の宝庫でもあります。典型的な熱帯地域の湿潤で高温の気候です。

首都リーブルヴィルは、大統領官邸の近くにある自由の石碑で知られています。これは、奴隷貿易が終わり、多くの奴隷が解放されたことを記念する石碑です。多くの奴隷が解放された奴隷貿易の終焉を記念して建てられたもので、半男性半女性の奴隷が鎖から解放されている様子が描かれています。

また、リーブルヴィルは、サブリエール、ポワント・ドニ、ポンガラ、ココビーチといったビーチでも知られ、その景観の美しさから特に人気が高いです。

リーブルヴィルにあるガボン伝統芸術博物館は、ガボン遺産への入り口であり、ガボンの豊かな文化遺産、伝統、国の歴史に浸りたい旅行者にとっては必ず訪れた方がよい場所です。



ポワント・ドニ・ビーチ



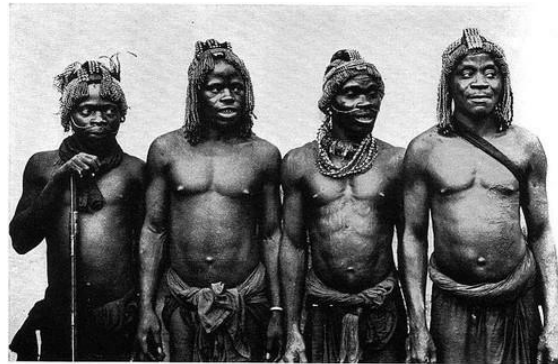
自由の石碑



ガボン伝統芸術博物館の入り口

■ガボン文化の紹介

伝統的な建築物のおかげで、ガボンの豊かな文化が見えます。ピグミー族はガボンの先住民でしたが、何世紀も前にバントゥー族に追いやられ、吸収されました。



Uomini Fang del Gabon, con prevalenti caratteri della razza Negròide silvestre
(fot. A. Cottes, Musée de l'Homme, Parigi).

ガボンのピグミー族の男たち

ガボンの人口は、文化も言語も異なる約 50 の民族で構成されていますが、数的な観点から最も重要なのは、ファン（またはエカン）族（32%）、ムポンウェ（ミエネル・サブグループ）族（15%）、オバンバ（またはムベデ）族（14%）、プヌ族（12%）です。次に、ギシル（またはエチラ）、ヴィリ、ンゼビ（またはバンゼビまたはンゼビ）、バコタ（またはコタ、イコタまたはバ=コタ）、ブング、マッサンゴ（またはマッサング）、テケ、ミエヌなどがいます。その他の民族は数百人しかいません。



ガボンの民族の地図

伝統的な仮面の使用は、ガボンの文化では重要です。各民族はそれぞれ異なる意味と用途を持つ仮面を持っています。伝統的な儀式（草むしり、出産など）でもよく使われます。宗教については、ガボンにはキリスト教、イスラム教、神話の特徴とする土着信仰などさまざまな宗教があります。

Art and craft 芸術と手技 (Geijutsu to shugi)

Wood carving : Masks  マスク A funeral mask that presents a link between African art and beliefs. Gabon also features internationally celebrated masks, such as the n'gotang (Fang) and the reliquary figures of the Kota. Each group has its own set of masks used for various reasons.	Stone carving  MBIGOU 結石 (Kesseki) Very popular with sculptors for its ease of handling. The Mbigou stone is quarried in Mbigou (South of Gabon). The town of Mbigou is famous for its stone quarried in the surrounding hills.	Wood carving : Statuettes  像 (Zō) wooden reliquary figures These utensils carved in Gabonese crafts were much more used in traditional ceremonies. Many of them are nowadays available only in Museums.	Fang throwing knife  FANG 投げナイフ (Nagenifu) Throwing knife (Fang), before 1886. Made of iron, copper, and copper alloy.
--	--	---	--

日本の美しい伝統衣装である着物のように、ガボンにも結婚式用の美しい伝統衣装があります。下の写真は結婚式で着用される民族衣装です。伝統的な結婚式で使われる衣装は、バナナの葉、ラフィア、ワックス、コリ、真珠などが使われています。



ガボンの伝統的な結婚式衣装

■ガボン伝統料理の紹介

ガボンは文化と民族の豊かな多様性があります。そのため、多様性と風味に富んだガボン料理が生まれました。ガボン料理のベースは、基本的に陸の産物（オオバコ、キャッサバ、キャッサバの葉、アフリカナスなど）と魚介類（ほぼすべての種類のエキゾチックな魚介類）、陸の動物の肉、狩猟肉（ヤシネズミなど）、と鶏肉（鶏、ホロホロチョウ）です。

【主な料理】

- キャッサバの葉（私の母国語ではマヤーガ）を細かく叩いて茹で、燻製魚と一緒に食べます。この料理はほぼ全人口で食べられますが、必ずしも同じ方法とは限りません。ファンクス族は砂糖やピーナッツペーストを加えたり、バコタ族はスークー（魚）と一緒に煮込んだりします。バプナス族では、キャッサバの葉を燻製魚や燻製肉と一緒にパーム油かピーナッツ油で調理します。
- ンクムは学名 *gnetum africanum* で、ガボンのいくつかの民族の先祖伝来の食物遺産の一部です。栽培は不可能で、森に自生するつる性の葉です。女性たちは葉のついた枝、あるいは茎ごと摘み取ります。それを小さく細く切ります。調理法はいくつかあって、ンクム・オフラ（自生の塩）、ンクム・エビと燻製魚またはイモムシ、ンクム・イワシとピーナッツペースト、ンクム・パーム油、キャッサバ・スティックを添えるのが一般的です。
- ミエネー語でオディカ（Odika）とは、アカシアの果実から作られるソースのことで、野生のマンゴーのように見え、カカオのような味がします。この「ネイティブ・チョコレート」

ト」は大半の民族が使っていますが、ガボン南部の民族の間ではより多く使われています。種は調理され、温かいうちに砕かれます。冷めるとコンパクトなブロック状になり、保存できます。このブロックをスモークチキンなどの肉にかけると、チョコレートソースになります。

- 鶏のニエンベはガボンで最も美味しい料理のひとつとされています。この料理の原産地はミャネー（Myènè）族で、ニエンベ（nyewbé）はパーム油という意味になります。ニエンベはヤシの実のピューレから作られるソースで、鶏肉を含むすべての肉と完璧に合います。



キャッサバ葉のバナナ和え



ンクムとキャッサバとアタンガのスライス



オディカ・ソースとキャッサバ



ニエブウェ・ソース、プランテン・バナナ添え

■おすすめの観光地

リーブルヴィルの近く（ポンガラ）やガボンのさらに南（ロアンゴとマユンバ）では、大西洋の浜辺を歩くゾウ、カバ、バッファロー、そしてゴリラを観察することができます。

ロアンゴとムカラバ・ドウドウ国立公園では、観光客に慣れているゴリラを間近で観察することができます。また、7月から9月にかけてはザトウクジラの姿を、12月から1月をピークとして、11月から3月にかけては、オサガメやオリーブウミガメの回遊を見ることができます。

ガボン東部へ向かうと、モン・デ・クリスタル国立公園があります。この地域では、森林の中をハイキングしたり、水力発電ダムを訪れたり、滝を眺めながら多種多様な蘭やベゴニアを発見したりすることができます。

リーブルヴィルから約300キロ、さらに東にあるロペ国立公園は、考古学的遺跡やアフリカの動物が見られる、自然と文化が混在する世界遺産に登録されています。特に、1000匹を超えることもあるマンドリルの群れを見ることができます。科学者や観光客が彼らの居場所を特定し、観察できるように無線首輪をつけています。1984年に科学者たちによって発見されたガボン特有のサル、サン・テール・モンキーもいます。

■横浜市の感想

横浜は多様な景観を持つ色彩豊かな都市です。フレンドリーな地元の人々、モニュメントや祭りは、この地域の歴史を思い起こさせます。交通の便が良く、お互いを思いやるコミュニティがあるため、馴染みやすい街です。