

知れば知るほどハワイはもっと楽しい

アロハプログラム ニュースレター

ハワイ州観光局が運営するラーニングサイト「アロハプログラム」がお届けするハワイ情報

HAWAII TOURISM

JAPAN

ハワイ州観光局

Hawai'i Tourism Japan
Aloha Program Newsletter

Vol. 1
2019 January

創刊号



www.aloha-program.com



ヘルシー&地産地消がトレンド

ハワイの 最新フード事情

近年とくにめまぐるしく進化を遂げているハワイの「食」。今の旬はどんなフードなのか？人気のレストランって？ハワイの新聞「ホノルル・スター・アドバイザー」でフードコラムを担当するナディーン・キムさんに、ハワイのフードトレンドについてお聞きしました。



このところ、こだわりのある新しいレストランが続々と登場するハワイ。「本当に進化が止まりませんね。オススメしたお店やシェフ、メニューが多すぎて困ってしまいます」と笑うナディーン氏。



1. 2018年夏のオープン以来既に業界でも注目のParis Hawaiiはカウンター席がおすすめ。2. 3. ダウンタウンのPai Honoluluではソーセージも自家製。4. 量り売りのホットバーはハワイの新トレンド。

最 近のハワイの一番のフードトレンドとして、人々の健康志向が強くなっていると感じています。その中で、Farm to table (農場から食卓へ) のテーマがさらに広がり、居酒屋的なお店にも影響しています。たとえばワイキキにできたZIGU (地喰) (5) も、ローカルの素材にこだわるお店。地元のカールを使った「カールうどん」やローカル野菜の「ベジタリアン寿司」、「ホットポット (鍋)」など、こだわりの美味しくてヘルシーなメニュー

がそろいます。自分たちで素材から作り上げたいと考える職人志向のシェフも増えていますね。たとえば「パイ・ホノルル (2.3)」のシェフは、パンもハムやソーセージなども自家製という徹底ぶりです。一方消費者も進化し、多彩なオプションを求めるように。その影響が「ホットバー (量り売りのデリ)」が増えているのも最近のトレンド。アラモアナのフードランド、カカアコにできたホールフーズやダウン・

トゥ・アースなどには、それぞれ特徴的なホットバー (4) があります。とくにホールフーズはとて大きな店舗で、新鮮な野菜はもちろん、豆類やプリスクット、チキンなど毎日数多くの種類の料理が並び自由に選べる。好きなものを適量選ぶからヘルシーでパリエーションも豊かになります。また、消費者の志向に合わせて野菜メニューが増えているのも事実。ダウン・トゥ・アースのホットバーは完全にビーガンやベジタリアンメニューなので、とくにヘルシーですよ。

以前に比べると、多くの人が「食材の産地」を気にするようになりました。最近ではシーンにあわせてセットメニューやエクスクルーシブ (限定) メニューを提供するレストランも増えていますが、それらにもFarm to tableのコンセプトが生かされています。新鮮な素材をこだわって調理し、少しずつの量をコース料理などで丁寧に提供するようですね。

たとえば「Paris Hawaii (1)」はハワイの素材とフランスの調理法を融合させた最旬レストラン。コースのみの提供で話題を集めています。和食の「Akira (章)」も懐石スタイルのセットメニューが人気です。マノアにできたポケのお店「Off The Hook Fish Market (6)」も、新鮮な魚介を斬新な味付けで食べられます。ポケ丼は自分でカスタマイズできて楽しいんですよ。いずれにせよ、地産地消の流れは、今後も続いていくと思います。

最近のハワイには美味しいものが本当にたくさんあります。さあ、皆さんもお腹を空かせてハワイに来てくださいね！



5. ZIGUはハワイ産の素材を使ったヘルシー&新感覚和食が人気。6. カスタムオーダーが楽しいOff the Hook Fish Marketのポケ。

ハワイ最新フード&トレンドの動画はこちら



ハイアットリージェンシーワイキキリゾート & スパのカルチャーアドバイザー、クワイポ・クムカヒさん。アロハプログラムのアドバイザーも務める「アロハスピリット」あふれるクワイポさんに、お話をうかがいました。

Ku'uiipo Kumukahi

クワイポ・クムカヒ

シャミネード大学 ホノルル校、教育学部、初等教育学科学士号を取得。クワイポ・クムカヒ氏はプロのハワイアンミュージシャンであり、最高峰のハワイミュージックの祭典、ナ・ホク・ハノハノ・アワードでも数々の賞を受賞。彼女のハワイアンとしての価値観やハワイ音楽、言語の知識が地域コミュニティの活性化に繋がっている。音楽を通じてハワイ語の教育や啓蒙活動に生涯を捧げ、社会貢献を行う事でコミュニティに貢献している。

あなたの家へ、家族の元へ、 ハワイのアロハを持ち帰って

アロハ！クワイポ・クムカヒです。「ハイアットリージェンシーワイキキリゾート & スパ」は、ワイキキの中でも特別な土地に建っていることをご存知でしょうか。ここはハワイ王朝時代、プリンスクピオ、キングカラカウア、クイーンカピオラニなどの王族が暮らしていた、まさにその場所なのです。ホテルのあちこちにある写真やパネルを通じてその歴史を知ることができます。

もちろん、ハワイの歴史や文化を体験できる様々なカルチャーレッスンもご用意。ウクレレやフラレッスン、レイメイキングなどを、月～木曜の10:30～14:30、金曜は12:00～16:00に行っています。ま

た、火曜10:00には私自身のご案内する「ヒストリカル・ウォーキングツアー」も開催中。ワイキキビーチのポハクオラカパエマフアカブニ（ウィザードストーン）、デューク像などをご紹介しますツアーです。ホテル宿泊のゲスト以外でも無料で参加可能ですので、皆さんぜひ一緒にしましょう。

私にとってハワイは家族と自分が育ってきた大切な場所です。ですから私の使命は、このハワイがありのままの姿で存在し続けられるように社会に貢献していくことだと考えています。

ハワイ文化を伝える上で、私が一番重要視しているのは音楽です。音楽は、言葉や書物よりもさらに深い歴史や情報を伝え続

けてくれる。私自身、今後もハワイの音楽に携わることで、歴史や文化を大切にしていきたいと思っています。

旅行者の皆さんにも、ハワイの文化を通じて「アロハ」の精神を感じて欲しい。アロハは、ハワイアンにとって何より重要なものです。神様が、平和のために人々に授けたのがアロハの心。気取らないこと、一つになること、やさしくあること、謙虚であること、我慢強いこと…。ハワイであなたが感じた豊かな文化や人々の温かさ＝アロハを、ご自分の家やご家族のために持ち帰ってシェアしてもらえたらうれしいです。そのために、私たちもさらに活動を続けていきます。



オアフ島の東側に位置するカネオヘ地区。昔はほかにも数多くの養魚池があったと言われる。



向かって右は海、左が養魚池。両方をつなぐ水門の管理も Paepae o He'eia の重要な仕事。

今、知っておくべきこと

ハワイを守る人々

約800年前に作られたフィッシュポンドには、自然を尊び共存した昔の人々の知恵が詰まっています。その養魚池を保護し、後世に伝える活動をしているのが、Paepae o He'eia の若者たちです。

古代ハワイアンが残してくれた 聖なる養魚池を再生して守る

Paepae o He'eia (パエパエ・オ・ヘエイア) は、オアフ島カネオヘのヘエイアウリにあるフィッシュポンド（養魚池）を保護するNPO団体です。

同団体は、2001年に地元のハワイの若者によって設立され、地域のために、ヘエイアの地主及びカメハメハスクールと提携して、ヘエイア養魚池の管理、維持を行っています。

約800年前に古代ハワイアンが作り上げたと言われるオアフ島で2番目に大きな



山から海へ…。昔のハワイアンが大切にしてきた自然の大きい力を感じる場所だ。

フィッシュポンドは、約2.1kmの石垣によって囲まれています。山から流れる淡水と海の水が混ざる汽水域は海藻やプランクトンなど栄養が豊富で、草食魚が育つのに完璧な環境です。7つの水門（マカハ）により、幼魚が池に入ったあと成長すると、海へ戻れなくなりポンド内で大きくなる…という古代ハワイアンの知恵が、今に伝えられています。

一時期はジャングルのように荒れて、また外来種によってその生態系も危機にさらされていたフィッシュポンド。彼らはマングローブやココナツの森を開拓し、サンゴや石を運んで壁を作り直して再生・復興させてきました。2015年には、2000人が集まり、バケツリレーの要領で石垣の一部を復興したそうです。

「ここでは人工的な装置などは一切使っていません。昔と同じように自然と人の力だけで養魚池を保っています」と語るのは、コーディネーターのケリィ・コトゥベ

ティさん。「自然が健全であれば、山からの恵みがこの土地を通して海へ運ばれてきます。私達はその営みが滞らないように守っているだけです。800年前のハワイアンが私達のためにサスティナブル（持続可能）なシステムを作り上げてくれた。だから私達はそれを再生して未来に伝えていく責任があるのです」。

Paepae o He'eia では、月に2回（第2・第4土曜の午前）、誰でも参加できるボランティアデーを設けています。事前に申し込みをすれば、旅行者も参加可能。彼らの情熱とハワイの自然の力を体感してみたいかがでしょうか。

Paepae o He'eia パエパエ・オ・ヘエイア

同団体は、2001年に地元のハワイアンの青少年によって設立され、地域のために、ヘエイアの地主及びカメハメハスクールと提携して、ヘエイア養魚池の管理、維持を行っています。Paepae o He'eia はヘエイア養魚池を保護するとともに、Kia'i (番人)としてこの貴重な資源であり宝である養魚池を保護しています。



知れば知るほど楽しい

ハワイのカルチャー

ハワイのソウルフード、ポイを食べたことがありますか？
ポイは意外にヘルシーで、滋養も豊か。近年は伝統回帰の一環で、
ハワイの若者層からもポイ作りが注目を浴びています。

ハワイアンソウルフード「ポイ」の魅力とは



キュレーター
森出 じゅん Jun Moride

オアフ島ホノルル在住。フリーランスのジャーナリストとして活動する傍ら、ハワイの文化や歴史、神話・伝説、民間伝承を研究中。

ハワイアンの主食といえばタロイモ。ポリネシア中でタロ（ハワイ語でカロ）が食されてきましたが、ハワイでのタロの重要性は、他の島を遙かに凌ぐものがあります。昔は300種のタロがハワイで栽培され、今でも80種が作られています。

中でもタロを蒸してペースト状にしたポイは、今も昔もハワイアンの大好物。日本の食卓が米抜きで成り立たないように、古代ハワイの食生活も、ポイなしでは語れなかったといえるでしょう。

体格のいいハワイアンが好むポイを、高カロリー食と誤解する人が多いですが、実はポイは意外にローカロリー。もちろん脂肪分はゼロ、しかも植物繊維やビタミン、カルシウムが豊富でいかなるアレルギーも含

まないので、ごく安全なベビーフードとしても知られます。そのためポイは、時にハワイのスーパーフードとも称されるほど。

近年はまた、健康上の利点とは違った観点からもポイが注目されています。タロ栽培やポイ作りがハワイアンのアイデンティティにつながるという意識が広がり、ポイ作りを試みる若い世代が増えているのです。ハワイアナのクラスでポイ作りを教える学校や、イベントでポイ作りを披露する団体も続々、登場中。

いわばポイ作りは、ハワイの伝統への回帰の象徴ともいえるものです。ハワイに来たら、ハワイのソウルフードであるポイを、ぜひ味わってみてください！



1. 作りたてのポイ 2. Photo Courtesy of Hawaii State Archives 3. タロ畑 (Photo Courtesy of HTA/Tor Johnson) 4. ポイとロミサーモンを組み合わせたランチパックも登場

「ポイ」の魅力の続きはこちら

「知りたいハワイ」が満載！アロハプログラム・キュレーターコラム

アロハプログラムにはハワイ王族の歴史や、フラ、ハワイアンキルト、食べ物などのハワイ文化を、専門家が解説するコラムが満載です。読めば読むほど面白い、ハワイのトリビアをここでチェック！



ハワイを感じて楽しめる話題のイベント

2019年1月⇨3月

ハワイの伝統を体感できたり、日本とハワイの文化交流を楽しめたり…。
ハワイ各島で開催される多彩なイベントをご紹介します。

PICK UP!



今年25回を迎える一大イベント ホノルルフェスティバルで 長岡花火がワイキキの夜空に！

ハワイと日本、そして環太平洋諸国の文化交流のイベントとして毎年3月に開催される。日本からも多くの参加者が集まり、最終日にはカラカウア通りでパレードも！25回記念の今年は「長岡花火」が史上最長の25分間打ち上げられる予定だ。

第25回ホノルルフェスティバル

3月8日(金)～3月10日(日)
オアフ島
<https://www.honolulufestival.com/ja/event/>

この他のイベント情報は
こちら



クイーンエマ パースデー セレブレーション オープンハウス



クイーンエマの誕生日を祝い、サマーパレスが無料で、エマ王妃の遺品や王族に伝わる古美術品、装身具などの展示が見られる。

1月2日(水)9:00～16:00 ①オアフ島 クイーンエマ・サマーパレス <http://daughtersohawaii.org/mc-events/queen-emmas-birthday-celebration-open-house/>

第26回ニューイヤーズ・ オハナ・フェスティバル



日本をはじめ、様々な国の文化、フードや工芸を楽しむ新年の家族向けイベント。日本文化センターとモイリイリフィールドで開催。

1月13日(日)10:00～16:00
①オアフ島 日本文化センター
www.jcch.com/events/new-years-ohana-festival
"Courtesy of the Japanese Cultural Center of Hawaii."

マウイ・オーシャンフロント・ マラソン



マウイ島南部のワイレアリゾートをスタートし、ハイナがゴール。コースのほとんどがオーシャンフロントで景色も楽しめるマラソン。

1月20日(日) ①マウイ島
<http://mauioccefrontmarathon.com>

ホノルル美術館 The King Kalākaua Era 展示



カラカウア王にフォーカスした特別展示。過去に一般公開されたことがない貴重な品々もあり、2019年1月27日まで開催している。

1月27日(日)まで開催 ①オアフ島 ホノルル美術館 http://honoluluuseum.org/art/exhibitions/16882-hooulu_hawaii_king_kalakaaua_era/
Photo by Shuzo Uemoto, copyright © Honolulu Museum of Art

ワイメア チェリーブロッサム ヘリテージ フェスティバル



ワイメアで行われる桜まつりで日本とハワイの文化が楽しめる。ロコにも大人気。餅つきなどのデモンストレーションもある。

2月2日(土) ①ハワイ島 ワイメア
<https://www.facebook.com/events/212198743008299/>

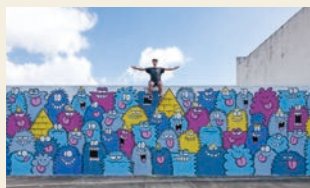
ウクレレ・ピクニック・ イン・ハワイ



ハワイはもちろん日本、アジア各地などからウクレレプレイヤーが集結。ピクトリア・ワード公園でウクレレ三昧の一日を！入場無料。

2月10日(日)
①オアフ島 ピクトリア・ワード・パーク
<http://www.ukulelepicnicinhawaii.org>

Pow! Wow! Hawaii 2019



話題のカカアコで、アーティストたちが1年に1度、建物の大きな壁に一緒にウォールアートを描くコンテンポラリーアートのイベント。

2月上旬 ①オアフ島 カカアコ
<http://powwowhawaii.com>

ハワイ日本人移民150周年記念 特別展示「元年者」



明治元年に日本から船でハワイへ移住した人々「元年者」をテーマとしたビショップ博物館の特別展示。日本語ガイドツアーも開催中。

2月24日(日)まで開催
①オアフ島 ビショップ博物館
<https://www.bishopmuseum.org/japanese-home-page/>

コナ・ブリュワーズ・ フェスティバル



ハワイ島で毎年開催されるビールの祭典。ハワイやアメリカ本土から集結したビール醸造所による約70種類以上のビールが楽しめる。

3月9日(土) ①ハワイ島 カイルア・コナ
<http://konabrewersfestival.com>

プリンス・クヒオ・ セレブレーション



プリンス・クヒオの誕生日を祝い、ハワイの各島で華やかなパレードやハワイアン音楽の演奏、フラパフォーマンスなどが行われる。

3月下旬
①オアフ島、マウイ島、カウアイ島

ハワイ島とマウイ島で特別体験 ディープな歴史と 文化を堪能した旅

2017年から開催している現地集合型ツアー「アロハプログラム Week in ハワイ」。アロハプログラム ハワイスペシャリスト検定を習得した方だけが参加できるスペシャルなツアーです。今年の舞台は、魅力あふれるハワイ島&マウイ島！

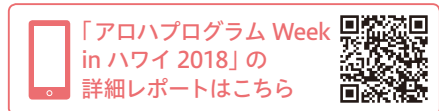
昨年のオアフ島編に続き、今年はハワイ島とマウイ島で開催されたアロハプログラムWeek in ハワイ。ハワイ州観光局とアロハプログラムキュレーターの浅沼正和さん&森出じゅんさんが自信を持ってご紹介する、他では味わえない「オンリー・ハワイ」を体験いただきました。

ハワイ島では、日系移民の歴史が色濃く残るノスタルジックなコナの街、映画「ホノカボーイ」の舞台としても有名な人気エリアの「ホノカアタウン」、カメハメハ1世の生誕の地からほど近い「ノースコハラ」などを巡りました。今年「元年者ハワイ来島150周年」を迎えた日系移民の歴史を学んだり、ハワイを取り巻く自然環境を

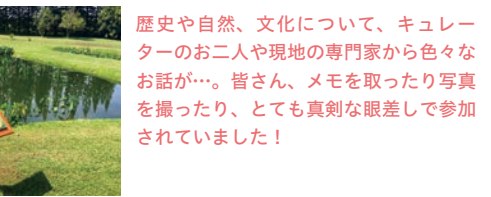
考えたり、ポイ作りなどのハワイアン文化も体験。さらに昔はカメハメハ1世が所有していた聖なる山での「コアウッド植樹体験」まで！とにかく盛りだくさんな内容の3日間を過ごしました。

マウイ島では、カアナパリ・ビーチ・ホテルで「ウペナ（漁業網）作り」や「ラウハラ編み」などのワークショップを体験したり、ホテルで毎年行われている「フラ・オ・ナ・ケイキ」を鑑賞したりと、ハワイ文化に浸るスペシャルな時間を過ごしました。2日目は「マウイ島ミステリーツアー」へ。行き先を告げられずに向かった先は、ハワイ最大の自然保護区「プウククイ」。マウイ島の貴重な水源であり、絶滅の危機もある希少な固有動植物が生息する場所へ、今回は特別な許可の元、入らせてもらったのです。

特別な体験に、ハワイスペシャリストの皆さんも、驚いたり感動したり。ハワイの魅力を見つめ直す旅となりました。



マウナケア山の中腹でハワイ固有のコアの木を植樹。聖なる森は空気もひんやり、感動的な瞬間。



歴史や自然、文化について、キュレーターのお二人や現地の専門家から色々なお話が…。皆さん、メモを取ったり写真を撮ったり、とても真剣な眼差しで参加されていました！



左：アングルGigiのワークショップは学びがいっぱい！
右：「フラ・オ・ナ・ケイキ」は今回28回目となる由緒ある子どもたちのフラ競技会。今年は日本からの参加者もいました。

無料



アロハプログラムに会員登録して ハワイスペシャリスト検定に挑戦しよう！

ハワイのこと、深く知れば知るほどもっと楽しくなるはず。
大好きなハワイのあれこれ、ちょっと勉強してみませんか？

アロハプログラムとは

「アロハプログラム」とは、ハワイ州観光局が運営する「ラーニングサイト」で、ハワイの歴史、文化、自然などハワイを楽しく学べるプログラムです。専門家による監修のもと、文化や歴史など、幅広くハワイに関する情報を提供しています。

会員登録で受けられる ハワイスペシャリスト検定

アロハプログラム会員になると受けられるのが「ハワイスペシャリスト検定」。初級～上級まで用意された、ハワイ州観光局公式のオリジナル検定試験です。ハワイの文化や歴史など今まで知らなかったハワイを学べます。

中級以上で さまざまな会員特典が！

中級以上を取得するとハワイ旅行中の様々な特典や、日本でのハワイイベントへのご招待も。ほかにも会員限定キャンペーンやワークショップ、限定のハワイツアーに参加できるチャンスもあります！

ハワイ州観光局が
お届け！

ハワイの今と歴史を伝える アロハプログラム・ ニュースレター創刊！

アロハ！この新しいニュースレターは、最新のハワイ情報はもちろん、少し深いハワイの文化や歴史などに触れてその魅力をより多くの方に感じてもらいたい、という思いでスタートしました。ハワイの知識とともにアロハの心をお伝えします。3カ月ごとに発行予定ですので、どうぞお楽しみに！



ハワイ州観光局
局次長
ミツエ・ヴァーレイ

ニュースレター発行開始記念

アロハなノートブック プレゼント！

右のQRコードから、2019年3月末までにアロハプログラムへ新規会員登録＆ハワイスペシャリスト検定初級に合格された方の中から、抽選で30名様にハワイローカルデザイナーのノートブックを差し上げます。



※ノートブックのデザインは
選べません。

30名様



www.aloha-program.com



アロハプログラムニュースレターは、
ハワイ州観光局認定サテライト
オフィスに設置されています。

Webの閲覧はこちらから

