

12/22, 23:45 羽田発の AirAsia 便に乗り, KL を経由して翌 23 日の 11:20 に KK に到着.



予め SMS で依頼しておいた TAXI に乗り Ranau へ向かう.

On the way to Ranau I had Nasi Kerabu Kunig Ayam for lunch at Turmeric Cafe & Restaurant in Likas Golf Driving Range. The price

is RM 17.9 (about 500yen) and the taste is very nice. I'll go there to have it again. クリスマスシーズンゆえ Slagon Homestay は本日から数日満室状態だそうです.

On 24th Dec, a meeting with executives of Ranau Recreation & Golf Club.

1. Discussion about some subjects related to the administration of the golf club.
2. Decided to have SAKE party on 24th Feb.
3. Decided to have lunch meeting on 1st Jan.

先月末のゴルフで腰を痛め, しばらくプレイできそうにない. こちらに置いているクラブのグリップを交換. 靴の鋏も交換しようとしたが錆ついており鋏がうまく外れない.

12/25, Xmas の Open House に参加するため Othman さん, Lungkiam さんに同行して Penampang へ. 途中 Ceaser's Place から Mt. Kinabalu の壮大な眺めを楽しみました. KDCA で行われていたものに参加し, 続いて ITCC Shopping



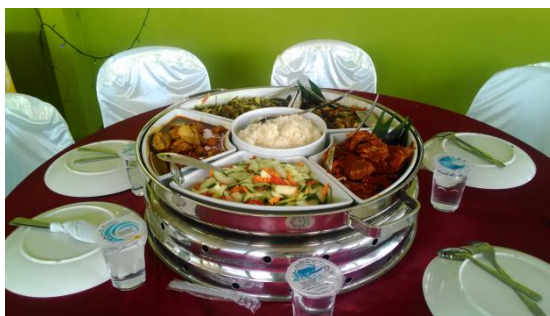
Mall で行われていたものにも参加しました. 帰路, 一昨日立ち寄った Turmeric Cafe & Restaurant で喫茶をしました. 日中にたらふくご馳走をいただいたので, 軽るめの夕食を Slagon にお願ひし Laksa Sarawak をいただきました. 美味しいので翌朝同じものを作ってくださいよう依頼しました.

12/26, 朝食は Laksa Sarawak. たくさんの香辛料, 調味料, ココナッツミルク, パクチーなどにより実に美味しいスープに仕上がっていました.

Laksa とはご当地ラーメンと同じように麺料理で Malaysia の各地でいろいろな味のものがあります. この料理は試

行錯誤中ということですが, きっと Slagon の名物料理になるでしょう.

Xmas の Open House が Othman さんの友人宅で開催されるということなので, 午後同行しました. 訪問したお宅は長閑な田園の一軒家でした. 街中で賑やかに祝う Xmas よりこちらの方が本物のような気がします. 面白いことに Othman さんは Muslim ですが, お友達は Christian です. ここ Sabah 州では宗教の相違は蟠りにはならないようです. 近代的宗教が伝搬する前に animism が普及しており, その DNA が各自の根本にありお互いに繋がっているのだらうと推測しています.



12/27, Dale の結婚式は実に和やかで楽しいひと時でした. Tambunan の田舎の公会堂を借り切って Kadazandusun のしきたりに則って行われました. 新郎新婦



と親族は Kadazandusun の民俗衣装を纏っていました. 親類縁者だけでなく Tambunan の名士や近所の人も大勢お祝いに参集し, ご馳走を食べながら民俗舞踊とカ

ラオケに興じました。夜は 10 年ぶりに TRCC (TANDARASON RESORT & COUNTRY CLUB) に宿泊しました。

12/28, サバ州の農業大臣 (YB Datuk Radin Malleh) の自宅で行われる Xmas Open House に参加するため Othman さん, Lungkiam さんに同行しました。Tenom の郊外にある大きな邸宅で大勢の訪問客と一緒にご馳走を頂きました。Ranau への帰路, 有名な Tenom coffee の工場 (YIT FOH) に立ち寄りしました。



12/29, 今日も結婚式に出席しました。ラナウの田園地帯の車一台がやっと通れる細い泥道をかなり走ったところにある一軒家で行われました。今日も Kadazandusun の流儀に則った結婚式でした。タパイ (どぶろくのような酒) を飲み歌い踊ります。新郎新婦を祝福するだけでなく出席者自らが楽しむ祝宴のようです。偶然ゴルフ仲間に会ったのでタパイを飲み交わしました。 (「サバ州の地酒」をご参照ください,

<http://koba.sakura.ne.jp/localLiquor.pdf>)



12/30, 今日も結婚式に出席しました。Kundasang の山奥に案内されました。Lungkiam さんの姪御さんの挙式です。Lungkiam さんは, 兄弟姉妹 14 人です。それぞれに配偶者と数人の子供いるので, 親族だけでかなりの人数になります。加えて多くの知人もお祝いに

参集されていまして、Ceaser
(Lungkiam さんの長男、新婦の従兄)
が歌を披露しました。



I'd like to introduce a new staff of Slagon Homestay, Ema. She likes cooking and her foods are very nice. The picture shows the dinner the other night. The contents of the pod is "Chawanmushi".

1/1, 今日はラナウのゴルフ場幹部との新年会に出席しました。ゴルフ場の NO.2 である Patrick さんの別宅の庭で宴が催されました。腰を痛めて薬を服用している関係でアルコー



ルを禁止されていますが、今日は禁を破りました。八海山とナポレオンを飲むほどに会話が弾みました。2/24 の酒パーティーに先立ち、同日午前中に日本人滞在者と当地のプレイヤーとでコンペを実施することを決めましたので、親睦を深めるためにも

Slagon に滞在される方は是非参加していただくようお願いいたします。

頂いた料理に Tomato Tree という初めて見る植物が使用されていました。食感はトマトと茄子をミックスしたようなものでした。

1/2, 昨年 11 月末にゴルフで腰を痛めて以来、医者にて処方された薬を服用しています。腰が痛いので運動を控えてきましたが、今日、リハビリを兼ねて Slagon から町まで大好き

な散歩道を歩いてみました。道の両側には南国の花や果物が生っています。写真はバナナの花と実です。花も食材にします。1時間ほど歩いて上り坂にかかる頃、知り合いのTAXIが通りかかったので町まで乗車しました。ひと月ぶりに連続1時間歩きました。少しずつ運動量を増やして減量していくつもりです。



1/3, 今日はゆっくりですけど16,000歩歩きました。市場



でドリアン（果物の王様）、マンゴスチン（果物

の女王）、ランブータンなどのトロピカルフルーツを見かけました。ラナウで今シーズン初めてドリアンに出会ったので食べました。最盛期の味ほどではないけどまあまあでした。昼食にマトバ（インド風お好み焼き）、手羽のから揚げ2



本、中国茶2杯を二人で食べ11リンギ（330円）でした。

1/4, 昼食のため町までウォーキング。ミーフーンスープ（米粉ニュー麺風）、ミーフー



ングレン（米粉焼きそば風）を主菜にし、エビのトマトソース炒め、テンペを揚げたものを副菜にしました。飲み物として紅茶、コーヒーをそれぞれオーダーして19リンギ（二人で600円弱）。今日のレストランはRestoran Firdausという初めてのところでした。清潔感があり美味しかったので私のHP「ラナウのご紹介」の食事処に追加しました。テンペとはインドネシ

アの納豆と呼ばれており、日本で成人病予防の健康食品として注目されています。

1/5, 昨日, レストランで食べたテンペ料理が気に気になっていたのでテンペ(食材)を買って持ち帰り夕食のメニューに追加して貰いました. ネットで調べると日本でもいろいろなところが生産しておりアマゾンや楽天から入手できるようです. 日本での価格は100g が 300 円くらいですがこちらでは 30



円. 食感が肉に似ており, 栄養価が高く成人病予防食品として有効なようです. それ自体味がなく無臭ゆえ工夫次第で肉の代わりにいろいろな料理で使えそうです. (写真は, 一口大に切った素揚げしたテンペを玉ねぎ, 人参などと甘辛く味付けして炒めた料理)

1/6, ラナウは雨期の最中であり, よく雨が降ります. 今日は傘を差して町まで昼食に出



掛けました. 途中ジャックフルーツとタラップが生っているのを見つけました. また, 昨晩の豪雨で木が倒れているのを見かけました. ここでは日差しが強いので木の上への成長が早く十分に根を張りきれずに倒れることが多いようです.

1/7, 久しぶりにゴルフコースに行ってみました. 雨期でコースが湿っているので重機による芝刈りができません. フェアウェイは芝が伸び水気を含んでおりバンカーは池とい



うようにコンディションは芳しくありませんが日曜日のせいかプレイヤーを数組見かけました。あとひと月もすればコースコンディションは改善されるでしょう。ゴルフ場の前に「Cafe Romuniti」というレストランが開店していました。カレーミー（カレーラーメン）、ミーフーンスープ（ニュー麺風米粉）、中国茶2杯で12リング（360円）。味はOK。開店後2カ月ということでまだ準備不足の感がありメニューは用意されていませんでした。来月日本人が大勢来るのでメニューを備えた方が良いとアドバイスしました。夕食に一昨日と別バージョンのテンペ料理が登場しました。テンペとジャックフルーツをココナッツミルクで煮たものです。前回のテンペは油で揚げていたので硬いと感じましたが煮たのは柔らかかった。ジャックフルーツの代わりに茄子や玉ねぎと煮るのも良さそうです。

1/8, いつもの散歩道を歩きました。キナバル山が雲間から顔を出していました。雨期ですが晴れ間が少しずつ増えてきたように感じます。実をたくさんつけたココナッツの木がありました。そう言えば昨晚のテンペ料理の



具はジャックフルーツではなくタラップだったそうです。道端で拾ったココナッツとタラップを使ったと今朝料理を作った Ema が言っていました。