

国際交流員がモンゴルを紹介！

連載

ジャルガルの ほのぼの日記



第22回
シャルトスについて

新年あけましておめでとうござい
ます。モンゴル語では、**Шинэ Ойр
Мөнд Хүрээ**と言います。

昨年は市公式訪問団、市民訪問団、
中学生海外研修生、柔道少年団と大
勢の方々がモンゴル国を訪問。年々、
モンゴル国に興味を持ってくれる方
が増えているように感じています。

そして、市を訪れたモンゴル人は、
口を揃えて「穏やかでとても良いと
ころ」「食べ物がおいしい」「人々が
やさしい」「自然が美しい」「きれいな
まち」と言います。私も同感です。
おかげさまで、モンゴル国代表選手
やソングノハイルハン区訪問団、私
の家族が遊びに来たときは、気持ち
良く案内させていただいています。

さて、今回はシャルトス(モンゴ
ルの「ギー」)について書こうと思
います。昨年末、東京2020オリ

ンピック・パラリンピック競技大会
開催に向けた事前合宿と、市民交流
を目的に市を訪れたモンゴル国柔道
ナショナルチームの皆さんから、袋
いっぱいのお土産をいただき、その
中に故郷を思い出す手作りボール
ツォグ(揚げパン)、ミルクティー、
アルタンゴビ社のチョコやシャルト
スなどが入っていました。私はシャ
ルトスが入っていたことに驚きまし
た。聞いてみると、選手の皆さんが
大会出場で海外に行くとき、必ず
持って行く物のひとつなのだそう
です。皆さんは、「シャルトス」をご
存じですか。

モンゴルで古くから使用されてき
たシャルトスは、バターから作ら
れる油のことです。普段はミルク
ティー(モンゴル風の塩味のお茶)
に入れたり、アルバイ(大麦)の粉

と一緒に食べたり、揚げ物に
使ったりします。食品として
認識されていますが、儀式に
も欠かせないオイルであり、
薬用としても用いられます。
傷の手当てや疲労回復、便秘
解消など、その効果は多岐に
わたり、薬のような存在とし
て使われてきました。例えば、
出産前の妊婦さんにティース
プーン一杯のシャルトスを飲
ませることもありますし、ダ
イエット効果もあることから
若者も良く利用します。

そして、モンゴルの宗教チ
ベット仏教では、法具として
使われるディパ(バターラン
プスタンド)に入ったシャ
ルトスによって燃える炎は、悪
い心と無知を払いのける知恵
の象徴とされているのです。
水分、糖質、たんぱく質など
を取り除いた状態で、常温で
長期保存も可能なので、モン
ゴルでは各家庭に必ずある大
事な物です。

問 市長公室
☎ 055(948)1431



伊豆の国市長杯少年柔道錬成大会に参加した
モンゴル国柔道ナショナルチームの選手たち



伊豆の国市長杯少年柔道錬成大会に出場するため
市を訪れていたモンゴル国柔道アカデミーの子どもたち

第3回モンゴル語クイズ
モンゴルの「サンタクローズ」
答え/2. ウヴリーン・ウヴー。

あなたも狙われるかも！悪質商法にご用心 ①⑨

「保険金を使って自己負担なく 家の修理ができる?」

(文と絵) 司法書士 山田茂樹

「住宅に損傷がないか点
検しています」などと突然
訪問し、「雨どいが壊れて
いるので修理が必要です。
保険金を使えば自己負担な
しで修理ができます」と、
住宅の修理工事を勧誘する
事例があります。

もしこのような勧誘を受
けた場合は、すぐに契約を
せず、契約している保険会
社に確認してください。

損害保険は自然災害など
の事故による被害が対象で
あり、経年劣化による建物
の損傷は補償対象外です。
したがって、保険会社
に請求しても、その損
傷によっては対象外で
あるとして、保険金な
どの支払いを受けられ
ない場合もあります。

また、保険金は支払
われても、その金額が
修理費用に満たない場
合もあります。すなわ
ち、事業者がいうよう



保険金が修理費用に満たない場合も
自己負担なく
工事ができますよ

【消費生活相談】

時間(共通)
9:00~16:00
(12:00~13:00は除く)

伊豆の国市役所伊豆長岡庁舎
相談日:毎週月・水・金曜日
(年未年始・祝日は除く)
伊豆の国市消費生活センター
☎ 055-948-2901

伊豆市役所(伊豆市小立野)
相談日:毎週火~木曜日(年未年始・祝日は除く)
伊豆市消費生活センター
☎ 0558-72-9858

第2回

ごみの分け方・出し方 プラスチック編

プラスチック製容器包装 の分別にご協力を!

プラスチックは、資源として
再利用するため、「プラスチ
ク容器包装」と「その他のプラ
スチック類」に分類されていま
す。判断に迷うときは、「プラ
マーク」が表示されているもの
を「プラスチック製容器包装」
に出してください。(下表参照)

分別の際はご注意ください!

- ①きれいな状態で出す
中身を空にし、洗って乾かし
てからごみに出してください。
- ②袋を二重にしない
容器包装は、レジ袋などに詰
め込まずに、そのまま指定ごみ
袋に入れてください。
- ③プラスチック製品に注意
バケツやハンガーなどのプラ
スチック製品は、プラスチック

製容器包装の日には出せませ
ん。「その他のプラスチック類」
としてカンの日指定ごみ袋に
入れて出してください。



プラマーク

○プラスチック製容器包装(「プラマーク」表示)の例

種類	一例
カップ類	プリン、ゼリー、アイスなどのカップ容器
ボトル類	シャンプー、洗剤、飲料などのボトル容器
プラスチックパック類	たまご、味噌、果物、菓子などのパック容器
ポリ袋類	レジ袋、パン、菓子などのポリ袋容器
発泡スチロール類	緩衝材、カップ麺、納豆などの容器
キャップ・包装フィルム	ペットボトルなどの容器のふた、ラベルなどの包装フィルム

問 廃棄物対策課
☎ 055(949)6805