

## 14. インドネシア

### (1) インドネシア人について

#### インドネシア人のプロフィール

- ・ インドネシアの人口は約 2 億 2,200 万人 (2006 年推計)。民族別では、大半がマレー系であり、その他に中国系 (華人) と数百の民族集団がいる。宗教別では、イスラム教 (約 87%)、キリスト教 (約 9%)、ヒンドゥー教 (約 2%) などにて構成される。使用言語は、インドネシア語 (公用語) である。バリ島にはヒンドゥー教徒が多い。
- ・ すべての国民は、宗教 (カトリック、プロテスタント、ヒンドゥー教、仏教などの公認宗教) もしくは信仰 (公認宗教) を持たなければならない。インドネシアには 250 を超える民族集団がいるが、それぞれ多数派を占める宗教が異なる。



(出典：外務省ホームページ)

#### 訪日インドネシア人旅行者の特徴

- ・ 日本を訪れるインドネシア人旅行者は約 6 万 4000 人 (2007 年)。平均 13.7 日間滞在する (2006 年。注：観光・商用以外の長期滞在者が滞在日数を引き上げている)。男性と女性が約 6 : 4 の割合で、性年齢別では男性 30 代 (約 16%)、男性 20 代 (約 16%)、女性 20 代 (約 12%) の順に多い (2006 年)
- ・ ビザの手続きが厳しいため、日本を訪れるインドネシア人は限定される。

#### 訪日インドネシア人旅行者に人気の観光地

- ・ 東京 (TDR 含む)、大阪、京都、富士山、九州、北海道など。

#### 訪日インドネシア人旅行者が日本で好きなもの

- ・ TDR、ナイトライフ、日本の伝統文化、雪とスキー、桜の花見などに高い関心を示している。
- ・ 日本に対して「清潔」「物価が高い」という印象を持っている。

## (2) インドネシア人の食習慣

### 食に対する意識

- ・ 食事は、家族や友人などと時間をともに過ごす大切な時間であると考えられている。インドネシアは大家族が多いため、大勢が集まって食事をすることが一般的である。
- ・ 宗教が生活の土台となっており、食生活を含め、個人の宗教や信条を遵守する。イスラム教やヒンドゥー教では食事の規制事項があるため、口に入れる食材に対して非常に気を遣う。
- ・ 土着の宗教が根付いており、様々な迷信が信じられている(インドネシアには祈祷師が存在する)。そのため、生まれてから特定の食材を一切食べない人もいる(大根を食べると身体が冷えると信じ、一生涯、大根を食べない人もいる)。また、うわさ話や口コミ情報が大好きである。
- ・ 都心部を中心にグルメブームが起きており、インドネシアにおけるテレビのグルメ番組の影響などもあり、都心部では、経済的に余裕がある人を中心に、グルメの食べ歩きが珍しいものではなくなってきた。
- ・ 食事と音楽などのエンターテインメントは別々に楽しむ(食事をしながら音楽を聴く習慣はない)。

### 日常の食事パターン例

- ・ インドネシア人の食事回数は1日3食(西部及び中央部では昼食がメイン)、農村部では1日2食の場合もある。
- ・ 朝食には主食(米飯)とおかずを食べるが、都心部で働いている人は軽食(お粥、揚げ物、食パンなど)だけで済ませることも多い。出勤途中の屋台で食べる人もいる。
- ・ 昼食は、おおよそ正午に軽食を取る。
- ・ 夕食は、昼食の残りを食べることが多い。食事は家族と一緒に食べるのが一般的である。
- ・ これ以外にも、昼食から夜にかけて、気が向いた時間に軽食を食べることもある。
- ・ 買い食いは多くみられるが、外食をする習慣はない。外で食べる場合には、たいてい誰かの家で食事を取る。

### インドネシア料理の特徴

- ・ インドネシアには、広大な国土に多様な民族が暮らしており(東西5,000km南北1,800kmに約18,000の島々が存在する)、宗教や民族集団ごとの慣習からの影響も受けて、地域によって多様な食文化や郷土料理が存在する。それぞれ全く異なる食材やスパイスなどを使用しており、地域ごとに辛い料理や甘い料理などがある(ジャワ料理は甘く、パダン料理は辛いなど)。

- ・ 人口密集地のほとんどは米を主食にしており（米以外に、サゴ澱粉、バナナ、イモ、トウモロコシ、雑穀などを主食にする地域もある）副食と一緒に食べる。副食には、安価な鶏肉や魚を使った料理が一般的に食べられる。全般的に、スパイスが多用されて味付けが強く、油っぽい料理が多い。
- ・ 米を主食にする人は、山盛りの米飯と少量のおかずをセットで食べる。パンや麺類は米飯の代わりにはならない。米飯を食べないと食事をしたことにはならないと捉えられる。
- ・ おかずは、魚でも肉でも卵でも、動物性食品なら何でも食べられる。
- ・ 一般に、スープ類はぬるいものが出される。
- ・ 食事をする際には、サンバル（チリソース）でご飯やおかずの辛味を増すことが一般的である。
- ・ 魚をよく食べる民族とそうでない民族があり、魚を食べる民族の魚料理は、絶対に生臭さを残さないような調理をする（中までしっかり火が通ったから揚げ、煮込み料理、非常に濃い味付けなど）。
- ・ 正式な献立には、クルップク（えびせん）もしくはそれに類するものが出される。クルップクは、お茶請けではなく、あくまでおかずの1つとして供される。
- ・ イスラム教徒は、鶏、山羊、羊、牛、水牛をよく食べる。
- ・ キリスト教徒は豚をよく食べる。
- ・ イスラム教が布教していない地域では、ヤシ酒、豚肉、犬肉が重要視され、動物の血液も食用にしている。
- ・ 飲み物は、水とお茶が中心である。水は常温もしくはぬるま湯で飲み、熱湯や冷たい水は好まれない。お茶は紅茶が飲まれる。レストランではアイスティーを飲む。コーヒーはあまり飲まず、紅茶の方が好まれる。砂糖を飲み物に入れるのはおもてなしの意味があり、日常生活では砂糖を入れないで飲むことが多い。
- ・ アルコール類ではビールが飲まれるが、通常は、常温に氷を入れて飲む（冷やして飲まないことがほとんどである）。
- ・ インドネシアには屋台などの簡易食堂がたくさんあり、よく利用される。
- ・ インドネシアの都市には、「ホカホカベントー」と呼ばれるファーストフードのレストランがあり、インドネシア人に人気である。特にチキンカツ弁当の人気が高い（ヤシ油で揚げたもの。ラードは使用しない）。

#### 食に対する禁止事項と嫌悪感

- ・ 国民の多数を占めるイスラム教徒は、宗教上の適切な処理が施されていない肉、豚肉、アルコールが禁止されている。またイスラム暦 9 月には断食が行われる。

- ・ バリ島に多く存在するヒンドゥー教（バリーヒンドゥー）は、豚肉を最高のご馳走として食べ、牛肉を食べることを忌避する。
- ・ 生ものを食べる習慣はない。また、魚の生臭さが嫌われる。

#### テーブルマナー

- ・ 車座の中央に料理を並べるのが一般的だが、席順についてはそれほど厳密に決まっていない。
- ・ おかずは一種類ずつ皿に盛りつけられる。取り分け用のスプーンを用いて、自分の皿に盛って食べる。インドネシア人は大家族のため、全員用に供されたおかずを、好きなだけ自分の皿に取り分けて食べることが一般的な習慣になっている（一人ひとりに対して個別の料理が配膳されることはない）。
- ・ 食事前、食後には手を洗う。
- ・ ホストに食事や飲み物を勧められた後に、食事を始める。
- ・ 右手にスプーン、左手にフォークを持ち、主にスプーンを使って食べる（ナイフは使わない）。食事中に仮置きする場合には、皿の上に四時半の向きにスプーンとフォークを揃えておく。食事を終える場合には、スプーンを裏向きにして四時半に、フォークを七時半に交差させて置く。
- ・ 手を使って食べてもよい。
- ・ 食事をする場合、相手に料理を手渡す場合、給仕する場合には右手を使い、左手を使ってはならない。
- ・ 音を立てて食事することは礼儀正しくない（スープ、麺類など）。
- ・ 皿を持ち上げて食べることは行儀が悪いと考えられている。
- ・ 目上の人と同席する場合、敬いながら食事を取る（席の序列に気を配る、年長者から先に食事に手を付けるなど）。

#### 日本の食事で好まれるもの

##### < 食事内容 >

- ・ 日本の牛肉の人気の高い。すき焼き、しゃぶしゃぶ、焼き肉が好まれる。
- ・ 天ぷらの人気も高い。
- ・ カリフォルニアロールのような、加熱調理済みのエビや肉や野菜を使った巻き寿司が人気である。

#### 日本の食事で嫌われるもの

##### < 食事内容 >

- ・ 魚の旨みを生かす日本の魚料理は、一般的に口に合わない。生魚も好まれない。エビ以外の魚介類はあまり食べられない。

##### < サービス >

- ・ テーブルにサンバルが置いていないため、料理の辛みを増すことができないことに不満を持たれる。

## インドネシア人に対して良いおもてなしをするための推奨事項

### < 食事内容 >

- ・ 米飯がなければ食事をしたことにならない人が多いため、食事には山盛りの米飯を提供する方がよい。
- ・ スープ類はぬるいものが好まれるため、汁物の温度は気をつける方がよい。
- ・ 人によって宗教上の食の禁止事項が存在することがあるため、相手の食べられないものを事前に把握しておくことが望ましい。ベジタリアン以外であれば、鶏肉は食べられると考えてよい。
- ・ 血液を不浄なものとして忌避することがあるため、肉類や魚の焼き具合と調理方法には気をつける方がよい。

### < サービス >

- ・ イスラム教徒とヒンドゥー教徒が存在するため、それぞれの特性を理解したうえで、食べられない食材について必ず確認する。個別の対応を取ると喜ばれる。
- ・ 箸を使うことに慣れていない人に、スプーンとフォークを用意するとよい。
- ・ インドネシア人の食事にサンバルはつきものであるため、自分で料理の辛みを増すことができるように、サンバルをテーブルの上に置いておく方がよい。
- ・ 飲み物は、常温の水か紅茶が適当である。紅茶には砂糖をたくさん用意するとよい。
- ・ イスラム教徒は1日5回の礼拝を行うため、礼拝の場所と時間について配慮するとよい。

### < 情報提供 >

- ・ 料理の食材が明確でないと安心して食べることができないため、オーダーを受ける際には、料理に含まれる食材・含まれない食材（豚肉、牛肉など）について説明するとよい。

### < その他 >

- ・ 一般に、インドネシア人は時間感覚がゆったりしているため、リコンファームは徹底する方がよい。インドネシア人を相手にスケジュールを立てる場合にも、時間の説明をきちんとしながら動く方がよいだろう。
- ・ イスラム教の断食月の期間には、イスラム教徒の前で飲食を取ることは避ける方がよい（イスラム教徒は日中、水を含めて一切の食事を食べないため、配慮が必要である）。同様に、断食月の期間にイスラム教徒を相手にしたスケジュールを立てる場合、日中の運動やハードスケジュールは避ける方がよい。ただし、イスラム教徒はその日の断食を終えた後（日没後）にたくさんの食事を食べるため、サービスする側は多くの食事を提供するとよい。

#### 食事以外の禁止事項

- ・ 異性との身体的な接触（握手など）は避ける。
- ・ イスラム教及びヒンドゥー教では、頭は神聖なものだと考えられており、人の頭（子供の頭も）を触らない。
- ・ イスラム教では、左手を使うことは避けられる。
- ・ 第三者の前で、相手の自尊心を傷つけるような言動（叱りつけるなど）は避けなければならない。

#### （３）インドネシアに関する情報の問い合わせ先

- ・ インドネシア大使館  
〒141-0022 東京都品川区五反田東 5-2-9