

オランダを楽しく暮らすフリーペーパー

mooi-mooi

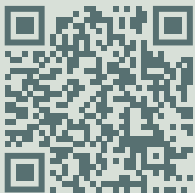
モイモイ


Vol.28

January 2024



ヘルスセンター Amsterdamse Bos



日本語対応の歯科医院 
QRコードから予約できます

Cronenburg 73
1081 GM Amsterdam

☎ 020-641-6566

📄 healthcenteramsterdamsebos.nl

✉ info@healthcenteramsterdamsebos.nl

contents



- | | | |
|---|-----------|--|
| Deep Japan
text by Katie
photos by STUDIO ADACHI | 05 | パンデミックが産んだラーメン界の風雲児
Fuku Ramen Amsterdam |
| Thuis koken
text by Yuki | 09 | SpruitjeとBoerenkoolで
冬ラザニア |
| Dutch Brand Story
text by Sachi | 11 | ストーリーを刻む、温かなタイルアート
StoryTiles |
| Wandelen
text by May | 12 | オランダ散歩 運河沿いのノスタルジック
ドルトレヒト |
| Special
text by Mai, Yuki | 15 | コーヒーが好き |
| | 17 | maiとYukiの コーヒーおしゃべり |
| | 18 | おうちコーヒー豆知識 |
| | 21 | ベストいろいろ |
| | 23 | で、かふえ？ |
| Community
text by mooi-mooi readers | 24 | モイコミュ！ |

表紙について

Yabechiiさんが描くオランダ風景。今回はGoudaのチーズ計量所の前から見た景色です。新年を少し意識して、人の賑わいを感じる一枚を選びました。Yabechiiさん、今年もよろしくお祈いします。

インスタグラム：yabechii



新春

tulip design

チューリップデザイン

ホームページ制作	SEO対策	広告デザイン
チラシ	ポスター	オリジナルロゴ
	オリジナルロゴ	リーフレット

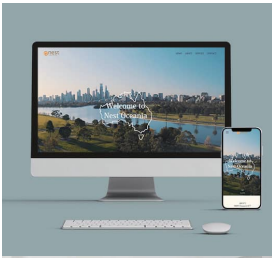
オランダの企業様・個人事業主様のホームページ制作や各種デザイン制作をサポートさせていただきます。

お客様の事業拡大につながるデザインを心がけて制作していきますのでどうぞよろしくお願い致します。

HP



Instagram



オランダ生活の回りごとおまかせください!

Honey-Moco

3つの事業

日本人
ドライバーサービス

01
Driver service

日本食
デリバリーサービス

02
Delivery service

オランダ移住
&生活サポート

03
Lifestyle support

mooi-mooi が訪ねる Deep Japan

パンデミックが産んだ ラーメン界の風雲児

アムステルダムに、ミシュラン・レストランの元シェフが開いた、
ラーメン主体のコース料理を出す話題のレストランがあるときき、
取材に向かいました。そこには、日本人の想像を超える
新しい世界が広がっていました。

Photos by STUDIO ADACHI

きっかけはパンデミック

ポーランド出身のヤクブ・カルチェウスキーさんが、大好きなラーメンをもっと知りたいと思い立ったのは 2019 年。何度も自分で作って見たものの、いくつかどうしてもわからないことがあり、勤めていた De Kas のオーナーに、「ラーメンを勉強したいので、3ヶ月の休みをくれ」と直談判。単身、日本へ渡り、ラーメンを食べ歩かたわら、大阪にある宮島ラーメン・スクールで7日間のプライベートレッスンを受け、ラーメンの極意をたたきこんだそうです。

2 月末、意気揚々とオランダに戻って来たヤクブさんは、しかしそこで、コロナの蔓延という、思いがけない壁にぶち当たります。勤めていたレストランも閉鎖。それまで週 40 時間キッチンで働いていたヤクブさんは、いきなり仕事がなくなり、暇に任せて自宅で作ったラーメンをInstagramでアップするようになりました。それを見た友達から「食べてみたい」とリクエストがあり、テイクアウト用に作ってあげたところ、友達、またその友達から、次々

と依頼がくるように。すると、今度は De Kas のオーナーから、「手を貸してやるから、ラーメンのポップアップ・ストアを出してみたらどうだ?」と予想もしないオファーがありました。ヤクブさんのラーメンは評判を呼び、常に完売の大人気に。「ポップアップではなく、本当にレストランを開いて欲しい」という声があがったのも当然でした。

1 杯のラーメンに対するこだわり

そこでヤクブさんは、奥さまのアレクサンドラさんと共に、ラーメン店を開くべく本格始動。協力してくれた De Kas もあるアムステルダムオーストに物件を見つけ、クラウドファンディングで改装費用を確保。そして約半年間の工事を経て、2023 年 4 月に Fuku Ramen が誕生しました。レストランは、木曜から土曜は夜のコースメニューのみ、日曜だけ昼から 2 種のラーメンとその他のアラカルトを注文できるスタイルです。ラーメン 1 本に絞らなかった理由を、「この辺は人通りも多くなく、ラーメンのみにしていたら週 7 日営業しないとやっていけないから」と語っていましたが、奥さまによると、コースを出せば料理人として色々なことを試せるから、ということもあったようです。

コースはすべて、和食からインスピレーションを受けたヤクブさんの創作料理で、何よりも季節の食材にこだわっているそうです。そして驚くべきはシメがラーメンということ。ラーメンと言えば普通、店ごとに決まったスープやたれがあり、それが当然その店



日本から輸入した製麺機で、日本の小麦粉を使って作る自家製麺は外国人が食べやすいように短めにしているそう。さすがの心配り。

の顔となるわけですが、この店のラーメンはなんと週替わり。その時々で、材料や季節に合わせてスープやたれも変えるため、「うちの店はこれ」という決まりがありません。さらには麺も自家製。季節や気候だけでなく、出すラーメンに合わせて麺を作り変えているという徹底的なこだわりぶり。週替わりにする理由を聞いたところ、「だってどんなに美味しくたって、同じものを10杯も食べれば飽きちゃうだろう?」とヤクブさん。でも実際は、客ではなく、食に対するヤクブさんの好奇心がそうさせるのかもしれません。

進化するラーメン

ラーメンの魅力を「ボウル1杯の中ですべてが完結している上、いくらでもバリエーションを考えられるところ」と語ってくれたヤクブさん。だからこそ彼のラーメンには定番がなく、さらには彼の溢れる想像力がラーメンをコースメニューで提供する、という日本人の常識を超えた形につながったのでしょう。ラーメンは日本人にとってのソウルフードといっても過言ではないですが、彼の強みは逆に、「ラーメンと共に育った日本人でないこと」にあるのかもしれません。だからこそ堅苦しい決まり事に縛られることがなく、1人のシェフとして、あらゆる形のラーメンを追求していくことに一切の抵抗がないのです。「食べる人を驚かせたい」と語ってくれたヤクブさん。彼のラーメンが、今後どう進化していくのか楽しみです。



見ているだけで楽しい、七変化するラーメン。日本酒は主に奥さまのセレクトで、ラーメン同様「サプリーズ」を心掛けているそうです。



Fuku Ramen

www.fukuramenamsterdam.com

[Fuku Ramen](#)

[fuku_ramen_amsterdam](#)

48席ある居心地のいい店舗は、開店以来1日も空席がないそう。気になる方は必ず予約を!





晴レル屋
HallelujahKimono

迎春

二〇二四年「オランダで着物」は もっと晴レル屋
もっと身近に もっと気楽に あなたに着物を届けます



晴レル屋は、着物歴25年、元呉服屋勤務・着付け師の資格を有する日本人店主 Trico(トリコ)が経営するオランダ初の着物専門店です。レンタル、撮影、販売、着付け、イベント、ケアなど着物のことなら何でもご相談ください。





SPRUITJE と BOERENKOOЛ で 冬ラザニア



冬野菜の代表、Spruitje (芽キャベツ) と Boerenkool (ケール) をたっぷり使って、ほっこりアツアツで重くないベジタブルラザニアを作ってみました。

Spruitje と Boerenkool どちらもビタミンCたっぷり。風邪の予防にもなります。



Point ①

ラザニアはソースを吸って広がるので、ぎゅうぎゅうに敷きつめず、横に並べるときは少し間隔を空けましょう。

Point ②

材料を同じくらいの大きさに切りそろえることで全体にまとまりができますよ。細かくするか粗めにするかは好みです！

Point ③

オープンから出した後に休ませることで、カットしても崩れないようになります。切ったオープンが100度くらい下がったらオープンに戻します。そうすることでアツアツをキープ。

Point ④

紹介したレシピは4～6人です。多すぎる場合、一人用にカットして冷凍保存しましょう。

用意するもの

●**ベシャメルソース**：芽キャベツ 350g / リーク 1本 / バター 100g / 小麦粉 100g / 牛乳 1L / 塩 小1

●**トマトソース**：にんにく 4片 / 玉ねぎ 中1個 / ブラウンマッシュルーム 400g / ケール 150g / トマト缶 2個 / 塩 小1 / ローリエ 1枚

●**ラザニア**：ラザニアシート 1箱 / チーズ 好みで

作り方

●**ベシャメルソース** 芽キャベツは千切り、リークはみじん切りにして、塩の半量と一緒にバターで炒めます。茶色い焦げが少しいたら小麦粉を加えます。小麦粉からクッキーの様な香りが漂ってきたら牛乳を少しずつ加え、その都度よく混ぜます。全ての牛乳が入れたらとろみがつくまで混ぜながら煮立て、残りの塩を加えて完成です。

●**トマトソース** 材料を全てみじん切りにします。鍋に分量のオイルとにんにくを加えて弱火にかけます。にんにくが黄金色になったら、玉ねぎと分量の塩の1/4を加えてよく炒めましょう。マッシュルームと分量の塩1/4を加え、水分が全てなくなるまで炒めます。最後にケールと残りの塩を加え、色鮮やかになるまで炒めたら、トマト缶、ローリエを入れて煮詰めて完成。

●**ラザニア** 耐熱皿の底にベシャメルソースを入れてラザニアがお皿にひっつきのを防ぎます。乾燥ラザニアシートそのまま、トマトソース、ベシャメルソースの順に重ねてお皿の八分目まできたらベシャメルソースの上にチーズをまんべんなくかけて、180度のオープンで45分焼きます。オープンから出したらアルミホイルを被せて45分休ませます。

欧州産新こしひかり

アルプスの豊富な雪解け水が流れ込んだイタリアの肥沃な大地で選りすぐりの契約農家が丹精込めて育てたお米が今年も届きました。田んぼから精米まで日本の技術者に指導を受けた旨みあふれる極上のお米をお試しください。

ゆめにしき



好評
発売中

●お買い求めはお近くの
日系、オリエンタル系スーパー・食料品店で。



HOLLAND B.V.

Singaporestraat 5-7,
1175 RA Lijnden

<https://www.jfc.eu/>

オンライン 中医学相談

漢方薬販売

オランダの皆様へ、中医学オンライン診断、漢方処方をお送りいたします。病気の根元を治療し、自律神経のバランスを整え、免疫力を高めて、健康な毎日を過ごしましょう。

処方した漢方薬は、よもぎ堂が契約しているオランダの漢方薬局から発送いたします。

お気軽にご相談下さい。



スイス お灸中医学治療院
よもぎ堂

yomogiswiss.com





タイルは10×10cmと13×13cmの2サイズ。裏面に吊り下げ金具がついていて、壁かけもできます



あなたのストーリーが
ほっこりタイルに



名前や日付、簡潔な文章を入れられるカスタムタイルも作ってくれます。お祝いごとなど、大切な思い出を刻んでくれます。€45から。

Dutch Brand Story

FILE No. 10 StoryTiles ストーリータイルズ

🌐 www.storytiles.nl 📘 StoryTiles 📷 @storytiles

ストーリーを刻む、温かなタイルアート

StoryTilesの物語は、創設者マルガさんの幼少期から始まります。元クラフトが大好きだったマルガさんは、祖母から贈られた1600年代のオランダ伝統のタイルにすっかり魅了されます。伝統的な技法に現代的なタッチを加え、物語を吹き込むStoryTilesはこうして誕生しました。ひとつひとつ手作業で作られるタイルは耐熱性と耐水性を備えているのでキッチンやバスルームにはもちろん、壁に飾ればお部屋が暖かなアート空間に。年に2回、美術館やデザイナーとのコラボ・コレクションも発表。あなたのストーリーを彩る一枚が見つかるはずです。



オランダ散策

運河沿いの ノスタルジック ドルトレヒト



中世の建物と運河が調和した美しいドルトレヒト。
街の雰囲気にとったりな、どこか懐かしい味わいあるスポットを紹介します。

Huis van Gijn

Nieuwe Haven 29-30, 3311AP 火～日曜 11:00～17:00

銀行家でコレクターだった van Gijn さんの邸宅をそのまま保存。豪華な装飾に目を奪われるのはもちろん、van Gijn さんの私物も展示されています。カフェもありますよ。

1



2024年1月8日22日まで
閉館になっています。



塔がちょっと傾いています。
過去の大火災と地盤沈下で
増設が叶わなかったそう。
大教会



Art Gallery Cobra

アンティークのテーブルウェアの数
がすごい! 貴重な日本製もありますよ。



Kinder Lampjes.nl

Stadhuisplein 4, 3311CR
水～日曜 12:00(木11)～17:30(日17:00)

オーナー厳選の懐かし&可愛いランプが勢
ぞろい。店内はおもちゃ箱の中に入ったよう
な、楽しさがあります。ランプは子供用なの
ですが、心躍るのは意外と大人のほうかも。



Bluebirds in the Backyard

Wijnstraat 153, 3311BV

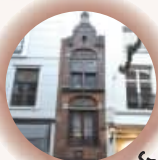
【カフェ】水～日曜 10:00(日 12)～17:00

オーナーがアメリカで見た青い鳥が店名に。ショップとカフェが同居した建物で、店内の光と緑で外と中があいまいになった感じが心地いい。おとぎの世界にいるようなロマンチックな空間です。



Bluebirds in the Backyard

Gravenstraat



Smalste Huis

「す、住めるの?」と口をついて出る、街いちばんの狭い家。

元は 14 世紀にフランドル商人によって建てられたマーケットホール
市庁舎



デザイン雑貨と移民女性のハンドメイドによるの雑貨のお店

Wereldwijven ateliers



Olala Chocola

14 店舗展開するドルトレヒト出身のチョコ専門店。トリュフがおすすめ!



4 Suus Handmade

Hof 4, 3311XG 金曜 10:00～16:00、土曜 12:00～17:00

毛布などのノスタルジックな生地で子供服を手作り。温かみがあって、定番として大活躍しそうな洋服ばかりです。小さなお店に「可愛い」がいっぱい。

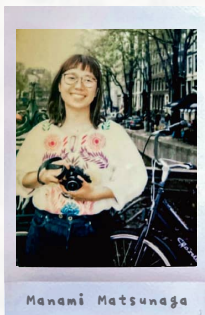


4 Suus Handmade

2 Kinder Lampjes.nl



I want to deliver happiness through my photos. I hope I can help you keep the memories of the times you spent with your loved ones.



住み慣れた場所やオランダらしい風車の前、アムステルダムの運河で大切な人との写真を残しませんか。

Dutch windmills on a sunny day. The waters of Amsterdam's charming canals. Let a picture preserve the memories of your journey together.

思い出をカタチにしたいと思ったら
「manamiphotograph」で検索



@manamiphotograph



コーヒーが好き



Espresso



Ristretto



Americano



Lungo



Cappuccino



Latte



Flat White



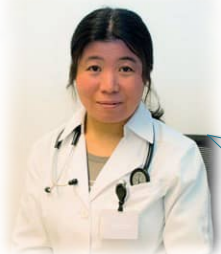
Latte macchiato



Cold brew

JECジャパンクリニック Amstelveen本院

住所： Amsterdamseweg 528, 1181BX,
Amstelveen
電話： 06-3747-2097
Eメール： info@japanclinic.nl
ウェブサイト： www.japanclinic.nl



清水（シーケル）美知緒
オランダBIG登録医
医学博士
日本内科学会認定医
日本プライマリ・ケア
連合学会認定医

お申込みからフォローア
ップまで日本人スタッフ
・医師が対応しますので、
ご安心ください。
問診・診察時間をゆった
りと設けています。日ご
ろの健康問題も、気兼ね
なくご相談ください。

健康診断のお知らせ

健康診断はAmstelveen本院で実施いたし
ます。胸部X線、腹部エコー、胃内視鏡、
マンモグラフィー、骨密度、眼科健診などの
オプション検査は、Amstelveen市内の提
携施設での実施となります。

電話受付 火曜・水曜 10:00~12:00
診察 木曜 9:00~17:00
金曜 9:00~17:00

品質と日蘭での経験

心理カウンセリング

子供の発達相談

企業内メンタルヘルス対策

セルフケア企業内研修

日本国家資格の公認心理師・

オランダ心理学会メンバー心理士による

心の支援の専門家です

掲載されて
います



対面・オンライン
完全予約制

グローバルウェルビーイング
お問い合わせ
info@globalwellbeing.nl



オランダでも日本のサービスで
GWこころサポート



職場・家庭・育児・異文化
オランダだけど日本語で

Search kokorosupport.nl



Yuki 家で過ごすことが大好きなので、おいしいコーヒーが飲みたいくて、エスプレッソマシン、グラインダー、モカポット、フレンチプレスと、色々買い揃えてしまった(笑)。

Mai 私はエスプレッソマシンと、手挽きと電動ミル、そしてドリップコーヒーに欠かせないHARIOのV60、Simon levelでも売ってるよね。

Yuki うちも愛用してる!世界のHARIOだねー。人気の秘密は角度にあると確信してます(笑)。Maiはお気に入りの豆のブランドある?どうやって探す?

Mai 雑誌から探したり、アムスのコーヒーフェ

Yuki 朝ごはんを食べた後の8時が私のコーヒータイム。カフェアメリカノに似たロングブラックで。豆は深入り中心で、たまに浅入りを楽しみます。余裕があれば口が少し広くなっているチューリップカップでラテアートを作ったり。

Mai ラテアートできるんだ!今度教えて下さい(笑)。コーヒーのお供は?

Yuki 家にある甘い物。クッキーとかチョコとか。最近、Jumboで見つけたDIP&NIP cookiesが大ヒット。軽くてサクサクで、クセになっちゃう。

Mai ナマ系好みの私は、デーツとくるみです。

モイモイ編集部のなかでも無類のコーヒー好きなYukiとMaiに、コーヒー愛について語ってもらいました。



MaiとYukiの

コーヒーおしゃべり

スティバルに行ったり。そこで見つけたハーグのCaprioleが最近のお気に入り!強くて苦いコーヒーは好きじゃなくて、バランスがいいコロンビアばかり飲んでます。Yukiは?

Yuki 友人からの情報かな。今、はまっているのがオンラインでも買えるアムスのRum Baba。「キャラメル、ダークチョコ、トロピカル」などのテーストのプロファイルを読むとワクワクしちゃう。オランダって焦げたような苦いコーヒーが多い気がするので、厳選してます。スーパーのコーヒーは苦いのが多くて。

Mai 私もスーパーで買うのはもっぱら代替えコーヒ。ところで一日のはじめのコーヒーは、いつ飲む?私は7時30分くらい、朝ごはんの代わりにバターコーヒー。時間があればプラントベースのミルクでミルク入りコーヒー。BodumのDouble wall glassで飲んでます。

水色パッケージのYogiのデーツはいいよ。

Yuki そのコンビ、いいね!今度試してみよう。

Mai 最後に、改めて。Yukiはコーヒーのどこが、なにが好き?

Yuki 深い質問だね(笑)。同じ豆でも、焙煎の仕方、挽き方、淹れ方でまったく変わることかな。

Mai 確かに。電動と手挽きでは、味も変わってくるよね。私は、五感で楽しめることかな。

手挽きのゴリゴリ音や、ドリッパーからふわっと漂う香りとか。コーヒーは飲むだけじゃなくて、挽くところから自分時間として楽しんでいきます。



おうちコーヒー豆知識



多くの人愛するD・E (Douwe Egberts)の
人気商品について、オランダのコーヒー事情について聞いてみました！
「ちがいに」を知ると何かと役立つちくちくと一緒に、
3時のコーヒータイムにお楽しみください。

教えてD・E!



D・E はいつからあるのですか

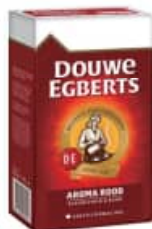
レーツは1753年に遡ります。フリースラント州のDe Witte Osというショップがはじまりです。ショップのオーナーEgbert Douwes氏がコーヒーとお茶の貿易で成功し、拠点をユトレヒトに移転、1920年に今も使っている赤いロゴのDouwe Egbertsが誕生しました。

約40種類のD・Eのブランドのうち、 どれが一番人気がありますか

Aroma Roodシリーズですね！ 芳香で豊かな風味が愛されています。

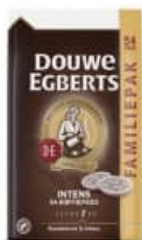
D・Eはどこで売られていますか？

オランダとベルギーです。



どうやったら自分の好みを見つけられるでしょう

D・Eのウェブサイトには「Ontdek jouw smaakprofiel」というページがあります。エスプレッソかミルクコーヒーか、好きな食べ物、果物などの質問に答えていくと、あなたにあった味が見つかりますよ！



オランダ人は どのくらいコーヒーを飲みますか

一人当たりコーヒー消費量は年間3.4kg。一人当たり日平均約2/3杯にあたります。オランダ人は世界で最もコーヒーを飲んでいる国トップ5に入りますよ！



オランダ人の好みのコーヒーは

最もよく飲まれるのはブラックコーヒーとカプチーノです。コーヒー愛飲家の45%がブラックを好みます。おもしろいことに男性がブラックコーヒーを、女性がカプチーノを好む傾向があるようです。



コーヒーのおすすめ定番スイーツを教えてください

みなさんもよく知っているStroopwafel、Speculaas、Appeltaart、Banketstaaf、Bitterkoekje、Boterkoekです。Stroopwafelはカップの上に置いて、ちよんじシロップを温めてから楽しんでください。





ちがいを知る

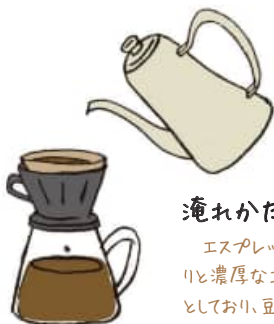
浅煎り豆は自家焙煎のお店で見つかるかも

ローストによるちがい

煎り具合によって風味が大きく変わるコーヒー。一粒一粒を均一に煎ることで味が安定しますが、手間や技術が必要です。浅煎りはワインにも匹敵する多彩なテイスト/ノートを表現することができます。深煎りはオランダの定番で、深いほど苦味が強くなり、よりトランジショナルな味に。



ゴールド製フィルターだと
超美味なコーヒーになります



淹れかたのちがい

エスプレッソは挽いた豆が入ったフィルターを沸騰水で加圧抽出する方法。とろりと濃厚なコーヒーで、クレマと呼ばれる泡が現れます。フィルターコーヒーはさらりとしており、豆の煎り具合による風味の現れ方がよりはっきりします。オランダではフィルターが定番でしたが、最近はエスプレッソ系のお店がかなり増えました。

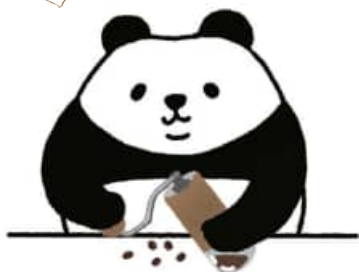
サイズによるちがい

淹れ方や豆によって、美味しさを最大限に引き出す「挽きサイズ」は変わります。基本的にエスプレッソは細かい粒でおよそ0.3mm。フィルターはもう粗めで0.75mmくらい。豆によって挽くサイズを変えてたりして、美味しさを追及するの楽しみのひとつ!



生産地によるちがい

標高が高い所で育つコーヒーはフルーティさや、チョコレートやナッツの香りなどの風味が豊かになり、標高900m以下ではあっさりとしたフレーバーに。カフェインはコーヒーが自身を守る機能で、標高が高く天敵が少ない所では含有量は低くなり、逆に標高が低いと多くなります。



AZIATISCHE KRAAMVERZORGING MIHO



クラムゾルフをご存知ですか？

赤ちゃんが誕生した後、自宅を訪問して母子の健康を見守りながら、さまざまなケアをするオランダの制度。有資格者が行います。

異国での出産・子育ては不安がつきもの。

MIHOはお母さんと赤ちゃんに寄り添いながらケアをします。

MIHOのサービス

クラムゾルフ

出産当日を含む8日間49時間。
最大10日間80時間まで延長可能。

育児コンサルト

育児に関して何でもご相談ください。

母乳育児相談

乳腺炎ケア、卒乳ケアなど。

シャンタラ・ベビーマッサージ

随時開催。3名以上で開催いたします。
プライベートレッスンもあります。

シャンタラ・リラクスマッサージ

優しいマッサージで育児の疲れを癒します。

美穂 van der Hulst

Kraamverzorgster (マタニティナーズ)。日本看護師。9年間、総合病院や大学病院で病棟勤務した後、1995年に渡蘭。1998年にクラムゾルフ資格を取得、今までに400人以上の産後ケアを行っています。オランダで出産した2人の娘の母。

Website : www.aziatischekraamverzorging.nl

Blog: ameblo.jp/miho-nl

お問い合わせ先

メール : mihoohara16@gmail.com

電話 : 06-1640-3384

日本のラーメン

BY ラーメンシェフTAKA



TAKARA RAMEN

NOW OPEN!

ご来店をお待ちしております



AMSTERDAM BUITENVELDERT | WILLEM VAN WELDAMLAAN 4 | GELDERLANDPLEIN | AUTHENTIC JAPANESE RAMEN | INSTAGRAM: TAKARAMENNL

Best



ベストいろいろ

メディアや専門雑誌でとりあげられたベストな「あれやこれ」をご紹介します！

世界を代表するバリスタのカフェ

オランダのバリスタチャンピオン3回、世界のバリスタチャンピオンで2位の実績がある Lex Wenneker のカフェ、アムステルダムの「FUKU」(Bos en Lommerweg 136 HS, 1055ED)の豆の生産から焙煎までこだわり抜かれたスペシャルティコーヒーで有名です。



インテリアがステキなカフェ

ライフスタイル情報誌『koffieTcacao』が、「コーヒーとインテリアがステキなカフェ」として取り上げたナイメーハンの「FIRST THINGS FIRST」(Waalbandijk 14B, 6541 AJ)の中心街の喧騒から離れた場所にひっそり佇むおしゃれカフェです。



Ze.nl が選ぶ国内ベスト3

女性向けライフスタイルオンラインメディア「Ze.nl」が、コーヒー専門家の Sam Lasaroms に依頼、100種類のコーヒーを評価してもらい、ベスト3を発表！



- 1 FUKU (アムステルダム)
Bos en Lommerweg 136 HS, 1055ED
- 2 koffie bij Teun (ブレダ)
De Barones 17, 4811XZ
- 3 Zwartwit koffie (アイントハーフェン)
VictoriaPark 7, 5611BM

空気のコーヒー

空気圧を利用してじっくり抽出するエアロプレスコーヒー。シティガイドサイト『Foursquare』でカフェランキング1位に輝いたアムステルダム「Trakterens」(J.P. Heijestraat 119a, 1054MD)では、オランダのエアロプレス大会で優勝経験がある店主 Erik による渾身の一杯が楽しめます。



あなたのベストを探しに！

ヨーロッパ最大級のコーヒーフェスタ「The Amsterdam Coffee Festival」の世界トップクラスのバリスタによるデモやワークショップ、ロースターナメントなど、約80の出展者、1万以上のビジターで大いに盛り上がります。



出典：The Amsterdam Coffee Festival



2024年4月4～6日開催！





IBDPジャパニーズ・国語・にほんご・算数・数学・英語・動画・書道・そろばん・etc.



ライデン/アムステルフェーン/ロッテルダム

学びたいことが
なんでも学べる学習塾

こどもも
おとなも

www.ashitamirai.org

蘭塾



一杯のビール
一杯のラーメン
いっぱい幸せ



LINE Official Account

お友達追加で

お得なクーポン
プレゼント!



濃厚鶏そば

麵屋 武一

登録商標



OP

koffie



で、かふえ？

プラントベースのミルクでまろやかに、バターでコクを、たまにはカフェインゼロのバリエーションいろいろ

バターヨーヒー

グラスフェッドの無塩バター大さじ1とMCTオイル小さじ2をコーヒーに入れて、ミキサーで撹拌させます。クリーミーでラテのようなまろやかな味に。



ココナッツオイル

ヨーヒー

熱々のコーヒーに小さじ2のココナッツオイル（エキストラバージンがおすすめ）と牛乳50ccを入れてよく混ぜます。腹持ちがよく腸活としてもおすすめ。



オーツミルクコーヒー

1杯分の熱々エスプレッソをカップに移して氷を1つ加え、そこにオーツミルクを150ml注いだら完成。オーツ麦のほんのりとした香ばしい甘さに癒されます。



OATS

アーモンドミルクコーヒー

コーヒーとアーモンドミルクを1:1の量で割るだけの簡単コーヒーアレンジ。マクセルにココアパウダーをふりかけて、ほっこりした味に。



ALMOND

雑穀コーヒー

穀物を主体にしたカフェインゼロのコーヒー。苦味が強すぎず口当たりまろやかで初めてのノンカフェインコーヒーとしておすすめ。

Zonnatura Bio
Meergranen koffie



ライスミルクコーヒー

カップ2/3入れたコーヒーをアーモンドミルク1/3で割り、はちみつを適量。ライスミルクは甘味がかかりしているので、はちみつ量は好みで♪

RICE

チヨリ・ヨーヒー

ローストした有機チヨリ100%の代替コーヒーです。チヨリ特有の香ばしい苦味がありコーヒー気分が高まります。ミルクを入れてラテとしても!



Chikko not coffee

モイコミュ!

mooi-mooi community



みんなが知りたいこと、モイモイ編集部が知りたいことを、
読者に答えてもらう新企画、スタートします!

お題

HEMA で買っちゃうお気に入りは何ですか?



あやのっぺい (蘭 2年)

ネイル。安いのに塗りやすい筆と色むらが少なくてしっかり発色するところが気に入りで、**Etos** や他の高いネイルブランドよりも良いくらい。

☞ ネイルをはじめ、HEMAのプチプラ化粧品、高評価のコンシーラーとリップグロスを愛用という声も



さちこ (蘭 10年)

定期的リリースされるナインチェグッズは、デザイン・コスパ・パラエティなどどれをとっても専門店を凌ぐと思っています。

☞ うさこさん、強し! ナインチェ目当て HEMA に行くという声も多数。



ゆう (蘭 8年)

オーダーケーキ。手ごろな値段で、色んな種類があります。我が家では写真を転写してもらえる小さいトンプースを、季節のイベント毎に頼んでいます。テーブルの上がお祝いムードいっぱいになります。

☞ 普段の生活でも、お祝いでも欠かせないのが HEMA!



すっちゃん (蘭 7年)

ベビー・キッズのジーンズ。ストレッチ素材で動きやすそうで脱ぎ履きもさせやすい。ガンガン洗えて丈夫だからヘビロテです。男女兼用だからお下がりも OK!

☞ 下着、子供服などヘビロテ系の衣服には定評がありますよ!



チューリップデザイン (蘭 1年)

ホットドッグキット。東京ディズニーシーに売っているユカタンソーセージドッグを思い出します。手軽にでき、美味しいので、セール時によく購入します!

☞ 海外暮らしのオランダ人、イトインから漂うソーセージの香りで「帰ってきた」と実感するのだとか。



めるていん (蘭 5年)

Milano シリーズのフライパン。28cm の炒め鍋 (Wok) を愛用しています。大きさのわりに軽く、すべての熱源に対応していて、さらに食洗機 OK の優等生。

☞ 確かに、軽いつてお料理には大切!

お題

オランダのびっくり体験、おしえて!

 つるりん (蘭 22 年)

どんなミニサイズのクッキーでも、違う味のアソートでも、1個しか取ってくれない。kruidnoten は別格。

☞背の高いオランダ人の大きな手でそっと1つとる姿を想像してまいりますw。

 mayugato (蘭 22 年)

大雪の中でも何があっても自転車で移動するオランダ人。

☞自転車はオランダ人の身体の一部で、つながってるのでは? と思うことがあります。

 あかりん (蘭 4 年)

運転の際に赤信号後の発車が早い! えっ? 何かのレースですか?? と思ったほどです。車間距離は短くて、未だに驚くことがあります。

☞車間センチ単位 (大袈裟) の縦列駐車ワザもすごいですよね!

 めい (蘭 8 年)

ケーキにフォークが刺さって提供されること。日本育ちにはあり得ないこの文化。合理的なんだろうが、いまだに受け入れられないです。

☞確かにフォークが落ちることはなく。ごもつとも、そうなんですけどっ! っと言いたくなる瞬間ありますよね。

 ジューン (蘭 9 年)

シンクにお湯を溜めて洗剤を泡立て、皿をお湯に漬けて専用ブラシでゴシゴシして、そのままタオルで拭き取る。「流さないの?! 泡食べてることになるよ!」→「まあそれでも問題なく生きてこれたし」と言われました。

☞生き方を提起する高次元のあるあるww

 オランダ太郎 (蘭 16 年)

チャリティー募金箱を1日借りて募金活動するところ。会社勤めの人が「明日の休みは街でちょっと立つわ」みたいに気軽に赤十字などのために自分の時間を使って驚きました。

☞チャリティーズ・エイド・ファンデーション (CAF) という団体によると、オランダは寄付指数8位 (142カ国中) だそうです!

 NY (蘭 20 年)

選挙戦では政治家が必ず子ども番組に出演する。これ、日本の政治家もやってほしい!

☞11月の衆議院選挙の投票率 77.7%は、そんなところから生まれるのかもしれない。

「モイコミュ!」で取り上げてほしいお題、みんなにシェアしたい情報など、みなさんの声、絶賛募集中です。モイモイの SNS で呼びかけますので、どしどし、お寄せくださいな

半径5メートルの

つばやき info

今さら聞けない？

オランダの常識

標識の読み方



毎日の暮らしで目にする道路標識。オランダには約300万の標識があるそうです。国で定められている標識もあれば、自治体任せで独自路線をいく標識もあります。今回はドライバーではなく、自転車・歩行者目線で役に立つかもしれない道路標識を集めました。

ばってんちょうだい

赤は「ダメ」、青は「OK」。それが標識の基本。わかっているけど少し不安になるのが、このような赤い丸枠だけの標識です。禁止という意味なのですが、せめて、ばってん1本入れてダメだしをして欲しい。ばってん標識もあるので、赤い丸枠標識を見ると「やっぱり、だめだよな？」と誰かに確認したくなるのです。



わんこのルール

オランダはわんこ天国。電車やバスのみならず、カフェも同伴OK、レストランもオーナーの考え次第。公園もリードなしでお散歩できるところが多いです。わんこ好きには嬉しいですが、そうでない人だっています。わんこが怖い人だっています。リードありorなし？を知りたい人は、これらの標識と添えてあるオランダ語を覚えておきましょう。



覚えておきたい言葉 "aan de lijn"。この文脈では「リードをつけた」という意味になります。この標識のエリアでは、犬はリードにつけて散歩するのがルール。



覚えておきたい言葉 "losloop gebied"。losは「離す」、loopは「歩く/走る」、gebiedはエリア。わんこたち、リードなしで走っていいエリアです。

極めすぎて伝わらない道路標識たち

全ての人が一発で分かるように。その鉄則を極めすぎて真逆な方向にってしまった標識を集めました。



車がお客様です

車が優遇されているわけはありません。この標識がある道路は、本当は自転車専用道路にしたいところだけれど、車も使っていいよという意味で、車はむしろ冷遇されているのです。



除く

「一方通行につき進入禁止。ただし、自転車とモペットを除いてね」。初めての道でこの標識に出会ったら、車はダメでも自転車が行けるならこの道は行き止まりではないな！と役立つ深読みができます。



全ての方向で同時に青信号フローニンゲンでよく見る標識。「いつも青信号&いつでも発進」という意味なのですが…。同時に青なら誰にも優先権はない。だから横断する際はお互い気を配ろうね、という一周回って注意喚起をしているのです。



住宅街ですよ

家、車、通行人、ボール遊び、全部OK！そうなら標識いらぬ？いえいえ、これが意味しているのは、「住宅地の道路なので制限速度は時速15キロですよ」。この標識を見て制限速度まで分かる人は、きっと標識オタクです。

Saigon Càphê アムステルフェーン店で、全メニューが10%オフ!
注文時にこの広告を提示してください。

スペシャルランチ
12:00 -15:30 週7日
€14.50
メイン1品+
サイドディッシュ1品を
チョイス



Instagramをフォローして
オトクな情報を
手に入れてください



Amstelveen | Stadsplein 12, 1181 ZM | 020-895 0368 | @saigoncaphe

Saigon
Càphê



20 ユーロ以上のご注文で 10% 割引。アムステルフェーン店
2024 年 3 月 31 日までの期間内に限り有効です。

テイクアウト&デリバリー >>> order.saigoncaphe.nl



NEW 日本で人気の超快眠
ドライヘッドマッサージ



ヘアサロン・ヘアメイク・着付け
まつ毛パーマ・眉スタイリング

FUJI hair

年中無休

info@fujihair.com

www.fujihair.com

Kostverlorenhof 13
1183HE Amstelveen
020 - 453 4290

Lange Leidsedwardsstraat 101
1017NJ Amsterdam
020 - 304 4785



mooi-mooi vol.28

発行月
2024年1月

編集
mooi-mooi 編集部

デザイン
Studio Bronx

発行人
Shoko Mizusako
KVK-no. 60884266

hello@mooi-mooi.nl ✉

mooi-mooi.nl 📄

mooi-mooi 📺

moimooilifemagazine 📷

note.com/mooimooi 📝

Welcome to Amity International School Amsterdam!

アミティーインターナショナルスクール
アムステルダムはPYP、MYP、そしてDP
を提供する国際バカロレア (IB) 認定校で
す。3歳から19歳までを対象とした一貫校
で、現在とこれから先起こりうる様々な問
題に立ち向かう力を身に付けることを目標
にしています。

緑に囲まれた環境のなか、アミティーには
他では得られない学びがたくさんありま
す。少人数制にこだわり、生徒一人ひとり
に目が届きやすいことが特徴です。

英語ビギナーのお子様は専門のチームがし
っかりサポート。安心して学校生活を送る
ことができる環境を整え、英語の学習をお
手伝いします。経験豊富で熱意あるスタッ
フが一人ひとりの英語のレベルに応じた学
習サポートをおこないます。

アミティーでは年間を通じてご入学を
受け付けております。見学のご希望など、
お気軽にお問い合わせください。

アミティーでいっしょに学びましょう!