

ようこそ

YOKOSO

01

2026 JAN VOL. 132

無料

Expatria
Mobility Redefined

すべての駐在員管理サービスを、
ワンストップで!

パンフレットはこちら



+91-95991-98950

お問い合わせください

enquiry@expatria.in



COMPLETE SOLUTIONS
Service Apartment Pvt Ltd
+91-98733-90356(En)

ems
Business Redefined

安らぎ
ANARAGI
ANARAGI

UUNIQUE
Think India. Think Forward



CELEBRATING
22
YEARS

FORMULA GROUP
Mobility Managed.®



あけましておめでとうございます

皆様のおかげで2026年フォーミュラグループは創業22年目を迎えます。
長年のご愛顧とご支援、誠にありがとうございます。
これからも皆様のインドでの生活をサポートするサービスを提供して参ります。

www.formulaindia.co.jp

CELEBRATING
22
YEARS

FORMULA GROUP
Mobility Managed.®



あけましておめでとうございます

皆様のおかげで2026年フォーミュラグループは創業22年目を迎えます。
長年のご愛顧とご支援、誠にありがとうございます。
これからも皆様のインドでの生活をサポートするサービスを提供して参ります。



お部屋探し

お住まい & 商業スペース探し

インドでの快適なお住まい、
環境づくりをサポート。

インド進出をご計画の皆様へ、
ご要望に沿った物件をご提供します!

サービスアパートメント

あなたの期待と希望に応えるサービス
アパートメントを

デリー、グルグラム、ムンバイ、アーメダバード、スーラト、
チェンナイ、バンガロール

すべてのニーズの答えがここに

- ☑ モダンなインテリア
- ☑ 週5日ハウスキーピングサービス
- ☑ ハウスメンテナンスサービス 含む
- ☑ 必要な家電と調理器具
- ☑ インターネット (Wi-Fi)



MobiRelo Technology for Everyone



お問い合わせはお気軽に私たちジャパデスクまで!



長谷川 大海
ベンガロール



イシャ ヴイドワンス
ムンバイ



青木 志保
デリー-NCR



土橋 美由紀
デリー-NCR



ドゥリテिका スタン
デリー-NCR



ヴィディ ジェーン
デリー-NCR



タンヤ エーブル
デリー-NCR



シュリシティ モハンティ
デリー-NCR

お問い合わせ: [日本語可] +91-99100-13038, +91-96502-99556 | [英語] +91-98181-97782

メールアドレス: enquiry@formulaindia.com | ウェブサイト: www.formulaindia.co.jp

デリー | グルグラム | ムンバイ | ブネ | ベンガロール | チェンナイ | ハイデラバード | アーメダバード | スーラト

適切に管理された施設とは よく管理されたビジネス

EMSでは、施設管理は単なるメンテナンスではなく、
運用の卓越性です。

私たちは以下を提供：



熟練した産業および家事労働力



最先端の設備と機械



園芸、セキュリティおよび衛生管理



費用対効果の高い、テクノロジー主導の監視システム

私たちは、お客様のスペースを維持するだけでなく、チームが毎日安全かつスムーズに、そして生産的に働けるように最適化します。



EMS – ビジネスエクセレンスの
パートナー

相談を予約する

Call : +91-95991-98951 | Email : info@emsinfo.in



Ms. Sushma Singh

**eminence management
solutions private limited**

For more details : visit www.emsinfo.in

パンフレットをダウンロード



早めに宿泊を予約しましょう

FIFA 2026はアメリカの都市で開催される

スイートホームとのグローバル提携により、米国の主要都市に
高級家具付きアパートメントを提供



検証済みの米国住宅ソリューション
駐在員、家族、専門家、旅行者向けの事前チェック済みのプレミアム住宅



スムーズな入居サポート
予約から入居まで、エンドツーエンドで対応



柔軟なリースオプション
試合観戦旅行者の短期滞在または企業の任務による長期滞在



プレミアム品質保証
モダンで、サービスが行き届いており、お客様の快適さに合わせてカスタマイズされています

米国における住宅サービスには以下が含まれます:



高級・準高級家具付き住宅



短期・長期リース



ホテルとサービスの移転サポートメント



テナント管理



ペットの引っ越しサポート



エンドツーエンドの移転ソリューション

あなたの仕事やチームがどこへ向かうとしても、
いつでもくつろげる空間をご提供



Ms. Srishti Sandooja



Mr. Lavanya Singh



Ms. Sangita Sarmah



Mr. Rajeev Nair



Mr. Kushagra Singh



Ms. Rezia Devi

ビザ&FRROサービス

法定化と翻訳

政府サービス

引越しサービス

フリート管理

日本語ヘルプデスク

meera samuh corporate services pvt. ltd.

Head Office : Suite 435-436, Tower-B, Spazedge, Sohna Road,
Sector- 47, Gurugram (Haryana) - 122018

Website
www.expatria.in

Email
enquiry@expatria.in

Landline
0124-4505600

24*7 Helpline
+91-95991 98950

Japanese helpdesk
+91-7428833587

カラオケ



テーブルチャージにつきましては、以下の料金となっております。

- ① ラウンジ 料金 [18:00~01:00]
おひとり様 1000ルピー 【カラオケ2曲無料+ピーナッツ付き】
 - ② プライベートルーム 料金 [18:00~01:00]
おひとり様 2000ルピー 【ビール1杯無料+カラオケ歌い放題+ピーナッツ付き】
- 5階席 テーブルチャージ Rs 2,500

- ◆ 女性スタッフへのマナーのお願い
肩を組んだり抱きつく等の行為は、禁止させて頂いております。
- ◆ お客様と同じソファアに座ることもご遠慮させて頂いております。
何卒、ご理解とご協力をお願い申し上げます。
- ◆ 【レディースドリンク 400ルピー 杯】
- ◆ ボトルキープ&スペシャルオファー
購入日から、3ヵ月までとさせて頂いております。
- ◆ 毎月、特定のボトルを値引き価格で、購入できる日があります。
【女性スタッフにお尋ねください】

● +91-98181-00121, +91-92055-27206, +91-84139-73673 英語対応 ● 0124-4929292



Japanese Restaurant

AZABU 麻布

Azabu Restaurant provide authentic Japanese food and Japanese style Chinese food

営業時間 Timing

昼食 12:00 ~ 15:00 | ラストオーダー 14:30

夕食 18:00 ~ 22:00 | ラストオーダー 21:45

年中無休 All Days Open

Tel: +91-84477-58638



CLARENS
Hotel

Clarens Hotel
Plot 363-364, Sector-29
Gurugram, Haryana, 122001
☎ +91-98181-00121



@AZABU INDIA

深夜

SHIN'YA

SHIN'YA



月~日 13:00~23:00

Hyatt Regency GurgaonでSHIN'YAを発見



定食ランチ・799++ルピー

- ▶ 「SHIN'YA」で、本格的な日本の定食ランチをお楽しみください。
- ▶ 栄養バランスの取れた充実の一膳を、ウェルカムドリンク付きでご提供。お得な799++ルピーで、心も満たされるひとときを。



WORLD
OF
HYATT®

HYATT REGENCY GURGAON

New Delhi NCR, NH48, Sector 83, Gurgaon-122004 | +91-93558-16517 (英語) | gurgaon.regency@hyatt.com

(ゲルガオンやIMT Manesarのビジネス拠点に近接)





THE SMILE ABODE

Home for Exceptional Dental Care



治療内容

- ガイド付き&非ガイド付きインプラント
- 歯列矯正 (金属、セラミック)
- 歯の根幹治療
- 審美歯科 & 笑顔のデザイン
- クラウン、ブリッジ、ベニア & 義歯
- 小児歯科、その他ご相談ください
- 痛みの少ない根管治療



インビザライン (透明で目立ちにくい)

インビザラインは1200万人以上の治療実績があります。効果が高く、評判のインビザライン 透明なマウスピースは取り外し可能

Smila Abodeは、精密さ、思いやり、そして安らぎが完璧に調和した歯科医院です。日本の「おもてなし」の精神のように、あらゆる仕草に真心あふれるおもてなしが反映されるように、スマイルアボードでは、すべての患者様が大切にされ、尊重され、安心できる雰囲気を作り出しています。

当院には専門医が揃っています。矯正歯科医 (ブラケット・アライナー対応)、グルガオン認定インビザライン提供医、優しく丁寧な小児歯科医、そして痛みの少ない親知らず抜歯で定評のある経験豊富な口腔外科医が在籍しています。



各種保険利用が可能です | 日本円もご利用いただけます | 日本語ヘルプデスク

THE SMILE ABODE

📍 GF 46, M2K Corporate Park, Block N,
Mayfield Garden, Sector 51, Gurugram,
Haryana 122003

Appointments Only

☎️ 📞 +91-88616-77029 (英語)
+91-70151-36722 (日本語)

✉️ thesmileabodegurgaon@gmail.com

🌐 www.thesmileabode.com

15 Nov 2025
to
31 Jan 2026

RAIFU
Authentic Japanese restaurant

忘年会

Filled with laughter and deliciousness!



水菜-Suiraku

Rs. 3,000++

Per person

- Edamame
- French fry
- Dashimaki tamago
- Ban ban ji Salad
- Gyoza
- Nasu Dengaku
- Kushi katsu
- Chahan
- Dessert



琥珀-Kohaku

Rs. 3,500++

Per person

- Edamame
- French Fry
- Carpaccio
- Siromi Sakana Fry
- Tori Tsumire Nabe
- Zosui
- Dessert



みやび-Miyabi

Rs. 4,500++

Per person

- Edamame
- French Fry
- Sashimi 1 Kinds
- Grilled Fish
- Gyoza
- Kimchi Nabe
- Zosui
- Dessert



ザライ-Zarai

Rs. 5,500++

Per person

- Chefs Choice Assortment of Otsumami
- Sashimi 2Kinds
- Gyoza
- Tako Sunomono
- Tori Karaage
- Hata Nabe
- Zosui or Udon
- Dessert



Drink Package

Drink Plan A
Beer &
Soft Drinks
90 Minutes

Drink Plan B
Beer, Whisky
Vodka & Soft Drinks
90 Minutes

Drink Plan B
Beer, Whisky Vodka
& Soft Drinks
90 Minutes

Drink Plan B Free
Beer, Whisky Vodka
& Soft Drinks
90 Minutes

Last Orders 10 Minutes Before Closing

日本料理 来富

Reserve from
99994-77551 (ENG)
99998-80618 (JPN)
Chef Sakashita

Available time

Weekdays : 18:00 - 22:30
Weekends : 12:00 - 15:00
18:00 - 22:30



パストラミー・カバノー
PASTRAMI CUBANO



豚バラ肉
PORK BELLY



ポークとベーコンバーガー
PORK & BACON BURGER



ウッド・スモーク・サーモン
WOOD SMOKED SALAMON



スモーク・チキン・ナポリ
SMOKED CHICKEN NAPOLI



牛ヒレ肉のステーキ
TENDERLOIN STEAK

THE PIT GURGAON

📍 Shop No 21 Ground Floor, Global Foyer Mall, Golf Course Road, Sector 43, Gurugram - 122009

ご予約はコチラの電話番号から承ります。+91-96676-65122 (英語)

🕒 月～日 12:30～23:30 ✉ info@naturollfoods.com

お知らせ お会計から15%割引! (有効期限:2026年1月31日)

その他の情報

- | | | | |
|----|------------------------------------|----|-----------------------|
| 18 | asksiddhi - インドをもっと知ろう | 38 | インドCSR法概要と不正利用 |
| 26 | スリランカの味がチェンナイへ、ラヴィさんのベーカリー | 40 | ゴア:食文化に刻まれたポルトガルとの接点 |
| 36 | インドの学校で育つ子どもの“自己主張力”と
日本人家庭の戸惑い | 44 | asksiddhi - インドをもっと知る |



asksiddhi - インドをもっと知ろう

スリランカの味がチェンナイへ、
ラヴィさんのベーカリーゴア:食文化に刻まれた
ポルトガルとの接点

広告

- | | | | |
|----|------------------------------------------------|----|-------------------------------------------|
| 1 | Eminence Management Solutions Pvt. Ltd. | 29 | Lancers International School |
| 2 | Meera Samuh Corporate Services Pvt. Ltd. | 30 | GD Goenka Global School |
| 4 | Clarens Hotel | 31 | DPS International Edge |
| 5 | Hyatt Regency Gurugram | 32 | Yeti The Himalayan Kitchen |
| 6 | The Smile Abode | 33 | BANNG |
| 7 | Dia Park Premier Hotel | 34 | MIYABI Gurugram |
| 8 | The Pit | 35 | King's College UK Gurugram |
| 10 | The Pasta Bowl Company | 39 | Little Unicorns International Garderie |
| 12 | DiGhent Café | 43 | Central Park The Room |
| 14 | Overseas Courier Service Co. Ltd. | 46 | Avalon Courtyard Residences and Suites |
| 16 | Kargo League | 47 | Yume Japan |
| 17 | Complete Solutions Service Apartment Pvt. Ltd. | 48 | DR. Anmol Chugh |
| 20 | Ununique Consulting | 49 | URSA Skin Care |
| 21 | Yasuragi Hotel | 50 | Dr. Gargi Taneja - Skin & Hair Specialist |
| 22 | Bridge U&V Hospitality Pvt. Ltd. | 51 | P.I. Prestige International India |
| 23 | The Leela Ambience Gurugram | 52 | Prokinesia Healthcare |
| 24 | The Imperial Stitch | 53 | Aastha Jewels |
| 25 | Bhavya International | 54 | Gonzo |
| 27 | Asuku India | 55 | UrbanGrey Furniture |
| 28 | American Embassy School | 56 | Formula Group |

「ようこそ」は、インドに滞在されている、またはインドで勤務されている日本人を対象に、ライフスタイルやトラベル情報などをご提供しているフリーペーパーです。



メールでのお問い合わせはこちらをスキャン

出版社名: Yokoso Magazines

出版情報: 無料月刊マガジン / 年12回

配布エリア: Delhi, Gurgaon, Noida, Neemrana, Manesar

ご協力者芳名:

デシュムク陽子 / 山田幸彦 / ナラヤニ / KRAYMAN LLP /
レーケッシュ・サイニー / ジェー・アー・サクセナー



the pasta bowl company



料理は15パーセント引

割引適用には、こちらのページをお持ちください!

(有効期限:2026年01月31日)

+91-99719-50077 (英語)、+91-99719-70077 (英語)

+91-124-4375666



📍 2nd Floor, Cross Point Mall, DLF Phase IV, Sector 28, Gurgaon, Haryana

✉ info@thepastabowlcompany.com 🌐 www.thepastabowlcompany.com

🕒 月~日 11:00~23:30 📷 thepastabowlcompany 📘 The pastabowlcompany

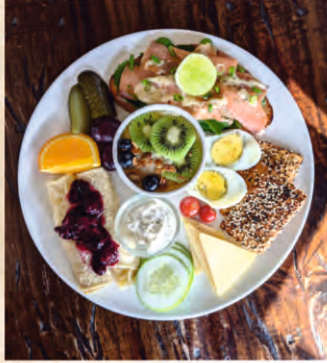


インド最高のカフェを決める
「Best Cafe India 2022」を受賞

Travel and Leisure India and South Asia

Times Food Award for Best Café

受賞歴7回の実力派



DiGhent Café

208, Level 2, Cross Point Mall (Galleria Market向かい), Gurgaon

🕒 月～日 08:00～23:00 | ワインやビールもご用意

ご予約はコチラの電話番号から承ります。+91-99101-41255 (英語) 定休日なし



『DiGhent』はゲルガオンのCross Point Mallで本格ヨーロッパ料理とベルギー料理を提供しているカフェです。 当店では料理はもちろんのこと、お食事体験にも古き良き時代のヨーロッパを再現しています。 国人駐在員にとっては、もしかすると故郷を思い起こさせるものかもしれません。 都市で暮らすインド人にとっては、古いヨーロッパの魅力に浸れる幸せな空間になっています。



素朴で温かみがあり、くつろげるバランスを追求した『DiGhent』のインテリア、おいしいだけではなく、力強い個性に満ちた、新鮮な食材を味わえる食事、そして温かく歓迎の心をこめたサービスは、自然、文学、ボヘミアン、ミニマリズム、そして心の底からの楽しみを表現する、当ブランドの哲学の延長です。

お母さん

は、“お母さん”便。

グローバル化は進んでも、
食べ慣れた、使い慣れた日本の“アレ”がどうしてもほしい！
海外にいるからこそ恋しくなる品々を、
“お母さん”の心遣いをお手本にラインナップしました。

おせか菜 (ぶり)

富山灣の天然魚、富山
県産の里芋、奥能登産
の原木椎茸、こだわ
りの素材を炊き合わせに
仕上げました。ブりが
入っています。



お漬物から常備菜まで、
“お母さん”のように頼れる

OCSファミリーリンクサービス

食品から雑誌・新聞、常備菜まで、
ANAグループのOCSが、ご自宅・オフィスまで丁寧にお届けします。

- 商品はすべて日本国内からの直送、お届けはご自宅/オフィスまで。
- 送料は商品重量合計に対して算出いたします。
例) 食料品・日用品・医薬品 3kg_ **13,030**円 5kg_ **16,340**円
- ご注文いただいた日から5~10営業日での発送、発送時に、ご登録のメールアドレスへ荷物番号をご案内いたします。
- 注文1回毎のクレジットカード払い一括決済額に対して200円につき1マイルが貯まります。

おせか菜
商品情報はこちら



サービス案内
はこちら





あらゆる経路に対応
したソリューション



インド大手貨物および物流 ソリューションを提供

- ☑ インバウンドおよびアウトバウンド物流 (航空および海上貨物輸送)
- ☑ 相互貿易および積み替え
- ☑ 税関の促進とDGFTのサポート
- ☑ 寸法超の貨物の移動と通関手続き
- ☑ プロジェクトの転送、承認および調整
- ☑ 相談窓口 (政策、手続き、異議申し立て、コンプライアンス)
- ☑ 上陸許可証と第三国移動の切り替え
- ☑ 世界中の拠点でのマーキングとラベリング
- ☑ 貨物のルート変更と世界各地での集荷/配達



海上輸送



航空輸送



鉄道および道路輸送



プロジェクトの転送

**低料金で
手間を省ける
サービス**

**全世界
560以上の
拠点に所在**

**ゼロエラー
保証**

KARGO LEAGUE LOGISTICS PVT. LTD.

ISO 9001:2008 & ISO 14001:2004 certified company

4/45 B, Near Bank of India, Main G. T. Road, Sri Ram Nagar, Shahdara, Delhi - 110 032

T. +91 11-6470-1755, +91-98733-81755 E. arunk@kargo-league.in www.kargo-league.com

Accreditations and Alliances:

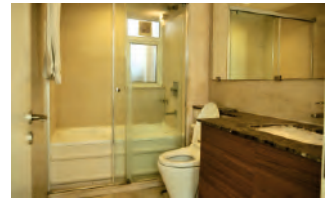


AHMEDABAD · DELHI · MUMBAI · BANGALORE · CHENNAI · COCHIN · COIMBATORE · JAIPUR · HYDERABAD · GOA · TUTICORIN · HONGKONG

家具家電付きサービスアパートメント

仲介手数料
ゼロ

Complete Solutions は、不動産やゲストハウス、サービスアパートメント、ゲストハウス、家具家電レンタルなどを扱うリースサービスプロバイダーで、2008年からデリー-NCRの1,200人以上のお客様にサービスを提供しています。お客様のニーズと要件にあう最適な物件を最良の価格で提供いたします。



Complete Solutionsでレンタカー

- ✓ お車のレンタルは、もっと簡単に便利に!
- ✓ Complete Solutionsはインド全土でフレキシブルなレンタカーサービスを提供、ビジネスパートナー様の安全と快適を保証します。
- ✓ 主な自動車ブランドの新车やSUVをご提供しています。
- ✓ 長期間レンタカー
- ✓ 短期間レンタカー
- ✓ 従業員の移動手段
- ✓ 必要備品すべてを完備した商用登録車両を保有

ご提供サービス

- 顧客の要件に取り組む社内の専門市場調査チーム
- あらゆる住宅ニーズにワンストップで対応
- 契約後の充実したアフターサポート
- 24時間年中無休で経験豊富なチームがサポート対応
- 日本語でのサポート対応可能

- 追加料金にてTOTOウォシュレットを設置可能! ● リビングルームに50インチTVを設置!
- 日本のテレビチャンネルは、別途有料となります。

ヘルプデスク24時間年中無休



Ms Divya Sansi (Preeti)
Managing Director

+91-98733-90356 (英語)
✉ preeti@completesolutions.org.in



Mr. Puran Chandra
Japan Desk

+91-98216-90104 (英語・日本語)
✉ helpdesk@completesolutions.org.in



Complete Solutions Service Apartment Pvt. Ltd

📍 C-1518, Lower Ground Floor, Sushant Lok-1, Gurgaon, Haryana 122002

🌐 www.completesolutions.org.in

ナヴィー・ムンバイー国際空港、商業運航を開始

ナヴィー・ムンバイー、キミのことを、期待のまなざしで見ているよ。

ナヴィー・ムンバイー国際空港で25日、商業運航が開始したとの話題を見つけた。

インドの民間航空部門にとって重要な節目である。

ブネーを含むムンバイー都市圏（Mumbai Metropolitan Region、MMR）の航空輸送能力の拡大にも期待が集まる。

ナヴィー・ムンバイー国際空港には、インディゴ航空が運航するバンガロール発6E882便が午前8時に着陸し、初便の伝統である水のアーチ（ウォーターサルート）による祝賀が行われた。

エア・インドア・エクスプレス（Air India Express）、アカサ・エア（Akasa Air）、スター・エア（Star Air）などが国内線15便を運航した。

新空港は当初、国内9都市を結ぶ予定である。

5期に分かれて整備される空港の第1期は、1兆9650億ルピーを投じて建設された。

全5期が完成すると、年間9000万人の旅客に対応するほか、専用貨物ターミナルやマルチモーダル接続も整備される予定である。

プロジェクト全体は、特別目的会社であるナヴィー・ムンバイー国際空港株式会社（Navi Mumbai International Airport Ltd、NMIAL）の下、複数のフェーズに分けて開発が進められている。

来年2月からは、段階的に24時間体制へ拡大していく予定である。



マイクロソフト、Copilot導入でインドIT大手4社と戦略的連携

規模で勝負だね。

マイクロソフト（Microsoft）会長兼CEOのサティア・ナデラ（Satya Nadella）氏は11日、訪問先の南部都市バンガロールで、コグニザント（Cognizant）、インフォシス（Infosys）、TCS、ウィプロ（Wipro）という大手IT企業4社との戦略的パートナーシップを発表した。

4企業はマイクロソフトと連携し、Copilotとエージェント型AIの導入を加速させる。

ナデラ氏によると、各社はそれぞれコア業務に5万件以上の「Microsoft Copilot」ライセンスを導入し、合計で20万件を超えるライセンス数となり、同社にとってエンタープライズ規模のAI導入における新たなベンチマークを確立する。

マイクロソフトは、2026年から2029年の4年間で、インドにおけるクラウドおよびAIインフラ、スキル育成、そして事業運営に175億ドルを投資する計画としている。

同社インドおよび南アジア担当プレジデントのプニート・チャンドック（Puneet Chandok）氏は次のように述べている。

「4企業はMicrosoft Copilotを日常業務の基盤に組み込んでいく。これによりスピード、規模、影響力が融合し、かつてない広い可能性を期待できる」



アマゾンの新イニシアチブ「Accelerate Exports」始動： 製造業者の世界展開を支援

インド産アパレル製品が、海外でますますもてはやされる時代になりそうだな。写真はイメージです。

電子商取引大手、米アマゾン（Amazon）は、デリーで開催された「Amazon Smbhav Summit」で、AIを活用したデジタル化、輸出拡大、雇用創出に重点を置き、2030年までにインド事業全体で350億ドル（3兆1,400億ルーピー超）の巨額投資を計画していると、同社幹部が10日、発表した。



新興市場担当シニア・バイス・プレジデントのアミット・アガルワル（Amit Agarwal）氏は、インドからの輸出額を現在の約200億ドルから4倍の800億ドルに増やし、2030年までに100万人の直接雇用、間接雇用、誘発雇用、季節雇用を創出するという目標を掲げていると述べた。同氏によれば、アマゾンは2010年以降、インドに400億ドルを投資してきたが、今後2030年までに同国で展開するすべての事業に、さらに350億ドルを投資する予定で、現在国内でも最大の海外投資家に相当する。

同社の投資計画は、米マイクロソフト（Microsoft）による2030年までの投資計画である175億ドルの2倍、米グーグル（Google）が同時期に掲げる150億ドルの約2.3倍に相当する。

同社は2023年5月、2030年までにインドのテランガーナー州およびマハーラーシュトラ州に、クラウドおよびAIインフラ設備として127億ドルを投資する計画を発表していた。

同分野では既に、2016年から2022年の間に37億ドルを投資している。アガルワル氏によると、同社はフルフィルメントセンター、輸送網、データセンター、デジタル決済インフラ、技術開発など、物理インフラおよびデジタルインフラの構築に大規模な投資を行っている。

また、インドからの輸出成長を促進するため、製造業に特化したイニシアチブ「Accelerate Exports」を開始し、デジタル起業家と信頼できる製造業者を結び付け、製造業者がグローバルな販売網を獲得できるように支援するとしている。

アマゾンがインドで発表した大規模投資計画の中で、個人的に密かに注目しているのが、「インド・アパレル輸出促進評議会（Apparel Export Promotion Council of India）」とのパートナーシップ発表である。

インドの中小製造業者が世界市場に直接アクセスできるようにする取り組みで、同社の新プログラム「Accelerate Exports」がその中心にある。

インドは世界有数のアパレル輸出国だが、多くの製造業者はデジタル化や国際基準への対応が十分ではなく、海外販路の獲得が難しいという課題を抱えてきた。

そこでアマゾンは、このプログラムの一環として、○州ティルブル（Tirupur）、○州カンプル（Kanpur）、グジャラート州スーラトを含む全土10か所以上の製造業クラスターで、輸出の実務からデジタル販売まで幅広く現地研修を実施し、制度や手続きの面からこれを後押しする。

アパレル分野はアマゾンの輸出カテゴリーでも特に大きく、2030年までにインドからの輸出額を現在の約200億ドルから4倍の800億ドルへ引き上げるといった目標にも直結する。まさに「Made in India」を世界に広げるための重要なピースといえる。

中小製造業者にとっても、この連携は大きなチャンスだ。国際市場に立つための準備を体系的に学べるだけでなく、アマゾンの販売網を通じて実際に海外の顧客とつながる可能性が開ける。物流コストや返品対応といった課題は残るものの、産業全体の競争力が底上げされる期待は大きい。インドのアパレル産業は、いま新しい局面に入りつつある。



Yoko Deshmukh
（デシュムク陽子）

asksidhhi - インドをもっと知ろう | インド・ブネ在住の英日・日英翻訳者、デシュムク陽子のブログ

インド・ブネ在住歴10年以上の英日・日英フリーランス翻訳者、デシュムク陽子（Yoko Deshmukh）が運営しています。2003年9月30日からインドのブネに住んでいます。本ブログ「ASKSiddhi（アスクスィッドディ）」は2003年8月より翻訳の訓練を兼ね、インド情報を中心にほぼ毎日更新。ASKSiddhi（アスクスィッドディ）は、インド・ブネのソフトウェア会社 ShimBi Labsが開発し、プログラミングの知識がなくても誰でも簡単にオリジナルなブログを構築できるソフトウェア、「Budo」を使って更新しています。



注目Point

- ✓ 長期に渡るお客様とのお付き合い
- ✓ 充実したアフターフォロー
- ✓ 多数の日系企業とのお取引実績
- ✓ 24 時間 日本語対応サービス

UUNIQUE のサービス内容

“One-Stop Solution” by UUNIQUE

住宅/オフィスのご紹介

FRRO取得サポート

カーレンタル

VISA更新手続き

長期/短期ゲストハウス

その他、お困りごとも
何なりとご相談ください



ご予算に合わせた
お車をレンタルさせていただきます



1BHK~4BHK
様々なお部屋をご提供します
*家具は、お客様で選んでいただけます



専門家が
確実に、迅速に対応させていただきます

お気軽に、お問い合わせください。もちろん WhatsApp  からでもOKです！

✉ support@uuniqueconsulting.com



+91-98187-59858
+91-99905-09991
+91-98732-87290 (日本語対応可能)



UUNIQUE のWeb Site



新築サービスアパートメントが
登場!!

DLF CYBER CITY&
MG ROAD近く!!

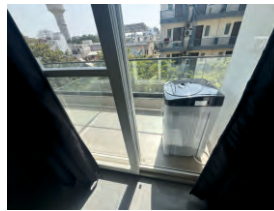
日本そのままのご滞在を!
ご予約受付中



YASURAGI

安らぎ

- 広々として清潔、手入れの行き届いた快適な空間で、まるで自宅にいるようにお過ごしいただける宿泊空間をご提供します。
- 日本の文化や価値観に配慮し、お客様の期待を超えるサービスを心がけています。
- ビジネス街や地元の観光地へのアクセスが容易な便利な立地です。
- 最高水準の清潔さを維持しています。
- 空港送迎(24時間対応)
- キッチン・冷蔵冷凍庫完備
- 日本食をご用意しております。
- 会議室
- 宴会場
- お弁当始めました。



交通・生活ともに便利な立地 | MGロード駅から徒歩5分 | 高品質なサービス付きアパートメント

📍 V, 11/69, V Block, DLF Phase 3, Sector 24, Gurugram, Haryana 122010

☎ + 91 98187 59858

+ 91 99905 09991

+ 91 98732 87290 (日本語対応可能) ✉ support@uuniqueconsulting.com

ロケーションは
こちら





BRIDGE U & V HOSPITALITY PVT. LTD.

常に信頼と笑顔で快適に過ごすための架け橋に

SERVICES OFFERED



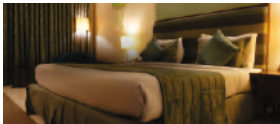
駐在員様向けのアパートメント手配

弊社は企業、個人問わず、インドで新たな住まいをお探しの皆様へ快適なアパートメントのお手配を行っております。24時間365日のサポート付きで、安心して滞在いただく事ができます。



FRRO-FRO、VISAの取得サポート

到着、または滞在される都市に応じて必要となる、FRRO/FROの登録申請、およびVISAの延長申請の手続きをサポートいたします。



インド全土におけるホテル予約

弊社のデータベースから、お客様のご要望に合ったホテルをお探しいたします。また、弊社と提携している4つ星 5つ星ホテルの中から選びいただく事も可能です。



ヒンディー語レッスンのご提供

駐在員様、および帯同される様がインドの文化に親しみ、インド滞在をよりお楽しみいただけるよう、基本的なヒンディー語のレッスン・トレーニングをご提供いたします。



アパートメント等の点検・修理

日常の点検・修理はもちろん、深夜の緊急事態でも、弊社の専門ハウス管理チームが責任をもってご対応いたします。



不動産物件のご紹介

お客様のご要望に合わせて、住居用・商業用物件のご紹介も可能です。家具付き、家具なしなど お好みに合わせて物件のご紹介をいたします

📍 iThum, Office No. 608, 6th Floor, Block - A,
Plot No. A - 40, Sector- 62, Noida (U.P.) - 201309
✉ contact@bridgeuv.com, bridgeuv@gmail.com
🌐 www.bridgeuv.com

お問い合わせ先

Aman Anand
☎ +91-98104-44229 (英語)
Akshat Anand
☎ +91-98103-93554 (英語)



THE LEELA

AMBIENCE GURUGRAM
HOTEL & RESIDENCES

日曜 brunch の芸術を楽しみましょう

日曜日を美食の祝祭に変え、贅沢な brunch 体験を楽しみましょう。一皿一皿が精緻で情熱を込めて作られた傑作である味覚の交響曲に浸ってください。時を超えた優雅な雰囲気の中、私たちの brunch は単なる食事以上のものです。それは、人生の最も素晴らしい瞬間をスタイルの中で味わうための招待状です。毎週日曜日を味と洗練の隠れ家にしましょう。



The Leela Ambience Gurugram

Ambience Island, National Highway - 8, Gurugram, Delhi NCR

ご注文は、+91-97175-96088まで | Email: fnbsales.tlag@theleela.com

www.theleela.com | [@TheLeelaGurugram](https://www.instagram.com/TheLeelaGurugram) | [f @TheLeelaAmbienceGurugram](https://www.facebook.com/TheLeelaAmbienceGurugram)



THE IMPERIAL STITCH (以前はTONY THE TAILORという名前で知られていた)

お客様の パーソナルテラーとして

ステップ1

- 生地を選択と寸法
- 店内に揃うさまざまな生地からゆっくりに選びいただけるよう、ご来店計画をお立てください。
- 初日はお客様のスーツ寸法をお渡しいただくか、店頭にて寸法をお測りします。

ステップ2

- 最初のフィッティング
- 最初のフィッティングの3日後以降に再度ご来店いただき、ジャケット、パンツとシャツが適切にフィットしているをご確認ください。

ステップ3

- 2回目のフィッティングを調整
- あと少しだ！
- 翌日、2回目かつ最後のフィッティングのために再びご来店いただき、お客様のご要望をすべて叶えるものになっているかをご確認いただけます。
- 完成したらご自宅までお届けいたします、お電話ください。

ステップ4

- スーツができました！
- スーツはすぐにご着用できるよう準備しています。
- 次のスーツは再度ご来店いただいてもよし、寸法が変わらなければ再注文いただいてもよし。

日本人のお客様にご納得いただける品質の
オーダーメイドスーツとオーダーメイドシャツを、
メンズおよびレディース問わずご用意いたします。

また、インドのお祭りや結婚式で着用される
インド民族衣装のオーダーメイドも承っております。

THE IMPERIAL STITCH

◎ BF 54 & 55, Block B, 1st Floor Element One, Sector 49, Gurgaon, Haryana

☎ +91-83688-64905 (英語)

✉ tonythetailor.india@gmail.com 🌐 www.tonythetailor.in

あらゆる包装ニーズに応えるソリューション

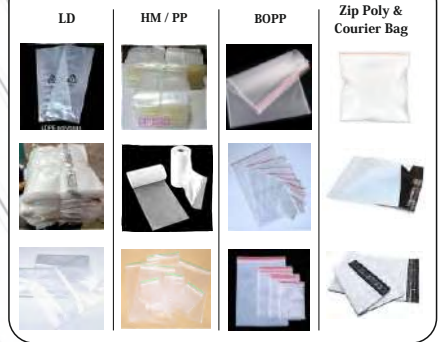
取り扱い商品

- ポリ袋(LD, HM, PP, BOPP, ジップポリ袋, 宅配袋)
- テープ(ブラウン、ホワイト、カスタムカラー - 全サイズ)
- マスキングテープ / 紙テープ
- バブルバッグ
- フォームジグ(ESD, 非ESD)
- 段ボール箱
- ペット容器
- ストレッチフィルム
- 木製パレット

ガラス印刷



一次包装



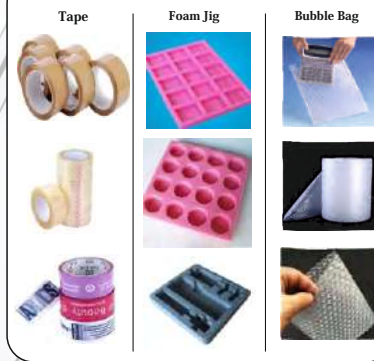
プリント基板



二次包装



三次包装



木製梱包箱



荷造りに関する様々なニーズに応えるため、様々な業者に依頼することによってストレスを感じていませんか？

今、私たちはあなたのすべての梱包のニーズにここにあるので心配する必要はありません。



弊社をベンダーとする特典

- ✓ 100%の顧客満足度
- ✓ お客様のニーズに合わせてカスタマイズ可能な製品
- ✓ デリー-NCRの全エリアでの存在感 最高の品質

私たちの幸せなクライアントの一部をご紹介します。 **SAMSUNG** **Multichip SMD Systems Limited** **COMTECH** **H.G.D (INDIA)** **TORAY** **Innovation by Chemistry** などなど...



M/S BHAVAYA INTERNATIONAL

☎ 事務所: 10/3, Krishna Puri, Mandawali, Fazalpur, Delhi - 110092

☎ 9999-280-158 ✉ bhavayainternational@gmail.com ✉ sachinkr1978@rediffmail.com

☎ 工場1:- 0-252, Sector-1, Bawana Delhi-110039 ☎ 工場2:- 284, Ecotech 3rd, Greater Noida, UP

スリランカの味がチェンナイへ、ラヴィさんのベーカリー

シーフードを詰めた揚げパンもあるみたいで、いつか味わいたいなあ。

「The Hindu」で、戦火を逃れてスリランカからチェンナイに移住した男性のベーカリー秘話が掲載されていて、興味深く読んだ。

15年前、スリランカ内戦からチェンナイへ渡ったパラマナタン・ラヴィチャンドラン (Paramanathan Ravichandran) さんは、スリランカの内戦から逃れ、数千人のスリランカ系タミル人のひとりとしてチェンナイに移住した。

チェンナイの街角に立つ屋台を見たとき、ラヴィさんはある「ひらめき」を得たという。



故郷スリランカでは、鶏肉、卵、ジャガイモを生地に詰めて揚げたロールパンを売る屋台が一般的であり、その味を思い出したからである。

当時の借り住まいで、叔母と妻の協力を得ながら30個のロールパンを作り、近隣の寛容な屋台で“実験的に”売ってもらうことにした。

この小さな挑戦は、思いがけず大きな反響を呼んだ。

徐々に評判が評判を呼び、注文が殺到するようになったのである。

やがて、オープン1台と、2人が立つのがやっとの小さな店舗「KP Ravi Bakery」を開業した。

故郷では数学教師として働き、特に(日本の高校3年生に相当する)12年生の指導を得意としていたラヴィさん。

「家族は150頭以上の牛を飼っており、牧場で自由に草を食んでいた。落花生、玉ねぎ、稲も育てていた」と故郷の暮らしを語る。

しかし、内戦が勃発すると村は壊滅し、実家も農地も、安定した教師としてのキャリアも失われた。

移住先のチェンナイでゼロから生活を立て直すことは容易ではなかったが、ロールパンがラヴィさん一家を支えた。

時には14人のチームで1日に2,000個のロールパンを製造する日もあったという。

ところが2015年の大洪水で状況は一変し、さらに新型コロナウイルスのパンデミックも追い打ちをかけた。

そんな中、スリランカで食べられている平たいパン「Paan」をメニューに加えたところ、これが今では店の看板商品となっている。

長くて柔らかいパンの上に砂糖をまぶした「Kombu bun」も人気メニューのひとつである。

商売は軌道に乗せたが、妻と14歳の息子は現在スリランカに戻っており、ラヴィさん自身も「いつかは帰りたい」と語る。

「戻る前に、自分の店が自立できることを確認したいんです。それには3年くらいかかるでしょう。チェンナイに家を買うことも考えています」と話す。

スリランカに戻ったら何をするかはまだ決まっていないが、「もしかしたら、また教師の仕事始めるかもしれません」と、静かに将来を見据えている。

ラヴィさんのベーカリー、次回チェンナイを訪れた際にはぜひ行ってみたいと思ったが、Google Maps上ではスポットでできなかったため、住所を貼り付けておく。

KP Ravi Bakery, MG Chakkrapani Nagar, 14th Street, Alapakkam



Yoko Deshmukh
(デシュムク陽子)

asksiddhi - インドをもっと知ろう インド・ブネ在住の英日・日英翻訳者、デシュムク陽子のブログ

インド・ブネ在住歴10年以上の英日・日英フリーランス翻訳者、デシュムク陽子 (Yoko Deshmukh) が運営しています。2003年9月30日からインドのブネに住んでいます。

本ブログ「ASKSiddhi (アスクスィッディ)」は2003年8月より翻訳の訓練を兼ね、インド情報を中心にほぼ毎日更新。

ASKSiddhi (アスクスィッディ) は、インド・ブネのソフトウェア会社 ShimBi Labs が開発し、プログラミングの知識がなくても誰でも簡単にオリジナルなブログを構築できるソフトウェア、「Budo」を使って更新しています。

TANIFUJI RICE

谷藤米

谷藤米が、日本のフラッグシップキャリアの
1つでもあるANAの機内食として採用



記事要約

ASUKU INDIAの谷藤米が全日空(ANA)のビジネスクラスの機内食として採用されたと、日本の日経新聞に記事が掲載されました。ANAの取締役である片桐氏は、谷藤米を使用することで、より高品質のサービスを提供できるようになったと述べました。



谷藤米はさらにアップグレードされました。
谷藤米が選ばれた理由は以下です。

1. 弊社は自社のお米工場、精米された新鮮なお米を提供しています
2. 私たちは日本のトップであるお米農学博士の谷藤先生から、栽培についての指導を受けています。

お米にとって、最も重要なのは鮮度です。精米後は時間の経過とともに酸化が進み、風味や品質が損なわれてしまいます。谷藤米専用の精米工場をインドに持つことで、私たちはお客様に精米したての新鮮なお米を安定してお届けすることが可能です。

インド初上陸

お米1キロをプレゼント
*レストラン・ホテル・日系企業に限りです



抽選で10組のお客様に、毎月1キログラムのサンプルをプレゼントしています。

追加のご提供内容



Sake Shochu

日本酒 焼酎

日本酒と焼酎の洗練された優雅さを、何世代にもわたる伝統とともに楽しんでください。当店のセレクションは、まろやかで滑らかなものから、力強く複雑な風味まで、さまざまな味わいを揃えています。日本のスピリッツが初めての方も、経験豊富な愛好家の方も、特別なひとときを演出するコレクションをご用意しております。



Sea Food

魚介類

日本の本格的な味わいを楽しめる、プレミアム海産物をご提供しております。刺身用の魚やエビ、イカなど、厳選された食材を揃えました。信頼できる仕入れ先から直接調達した新鮮な魚介類を、冷凍と生の両方をご用意しており、最高品質を維持しながら、ご自宅で簡単に伝統的な日本料理を楽しめます。



Processed Food

加工食品

すぐに食べられるお惣菜やスープ、ソース、お菓子など、豊富な日本の加工食品をご用意しました。忙しいライフスタイルにぴったりの商品で、それぞれが日本の味の魅力を存分に引き出し、手軽に本格的な味わいを楽しめます。美食の世界を、一口ごとに堪能してみてください。



ASUKU INDIA

谷藤米のサンプル・ご購入に関しては以下のメールアドレス又は電話番号にお問い合わせ下さい。

☎ 1st Floor, The Great Eastern Centre, 70, Nehru Place, Behind IFCCI Tower, New Delhi 110019

☎ +91-74289-14791/92 (日本語) ✉ info@asukuindia.com (日本語) 🌐 www.asukuindia.com



aes

American Embassy School
An International Community

@ aesdelhi
f americanembassyschoolnewdelhi



AESは、勉強・スポーツ・アート・ボランティア活動の
すべてで卓越した教育を探求し続けています。



入学願書は、幼稚園から
12年生までの学年及び
国籍別に先着順で随時
受け付けています。



生徒の本気を引き出す
教師陣や、真に国際的な
環境、ダイバーシティ、
豊富な選択肢を求め、
AESが選ばれています。



学校見学は随時受け付
けています。お気軽にお
問合せください。

入学願書受付中!

*インド国籍の方は、AESの入学基準をご参照ください。

+91.11.2688.8854
admissions@aes.ac.in | aes.ac.in

Chandragupta Marg, Chanakyapuri, New Delhi – 110021



Lancers®
International School
An IB World School



あなたの子供を自分の子のように育てます

WE NURTURE YOUR CHILDREN LIKE THEY ARE OUR OWN

ランサーズ・インターナショナル

スクール創立から35年以上、ランサーズは卓越した教育の場として、2歳半から18歳までの生徒を育んできました。IBワールドスクールとして、デリー-NCR第1位、インド全国第2位に評価され、45カ国以上のご家庭に選ばれています。

グルガオンの中心、DLFフェーズ5に位置する私たちのプレミアムキャンパスは、世界水準の設備、きめ細やかなサポート、そして心身の健康を大切にした環境を備えています。デジタル学習スペースや全生対象のサポートプログラム、栄養に配慮した食事まで、安心して学び、成長できる場を提供します。ランサーズeでは、ただ学ぶだけでなく、自信、リーダーシップ、そして生にわたる学びの心を育みます。「ランサーズ」の教育を、ぜひご体験ください。

Multilingual Education

"Mom & Me" Program (12-18 months)
- Activities: Ballet, Drumming, Pottery,
Yoga, BrainSmart

Boarding/Day Boarding System

Safe and Secure Campus with AI Monitoring

Wellness-Inspired International Cuisine Cafeteria

Fully IB World School

45 Years of Experience in Education

多言語教育の提供

「Mom & Me」プログラム (12~18か月)
アクティビティバレー、ドラム、陶芸、
ヨガ、ブレインスマート

ボーディング/デイ・ボーディング制度

AI監視による安全で安心なキャンパス

ウェルネス発想の多国籍料理カフェテリア

完全なIBワールドスクール

教育分野での45年の実績



言語



ウェブサイトはこちら

+91-999999-89848 (Eng)



Cambridge Assessment
International Education
Cambridge International School



DLF Phase 5, Gurgaon, Haryana | 22002 INDIA | www.lis.ac.in

+91-124-4171900

2025年度
新入生募集中

2026-27

1歳6ヶ月 ~ Grade 6



安全性の高い
設備環境

グローバル
マインドセット

国際バカロレア
IBカリキュラム

入学相談・学校見学 随時受付中

国際バカロレア初等教育プログラム

1歳6ヶ月 ~ Grade 6

新設予定 News

GD GOENKA GLOBALは
中等部の国際カリキュラムを導入・拡充します。



DLF Phase3, Gurugram

minami@gdgoenkaglobal.com

+91 96508 20513 (日本語: Whatsapp)

学校情報はSNSでも gdgoenkaglobal

ご確認いただけます GD GOENKA Global School, Gurgaon

jyotika@gdgoenkaglobal.com

+91 96430 08291(English/Hindi)



DPS International
preparing global citizens of tomorrow **edge**

未来のグローバル市民を育てる



International Baccalaureate® World School, DPS Internationalとして、IBの一貫教育プログラム—Primary Years Programme (PYP), Middle Years Programme (MYP), Diploma Programme (DP) and Career - related Programme (CP)をすべて提供しています。

これらのプログラムは、学業面での卓越性と人間的成長を促し、誠実さ、探究心、目的意識を育みながら、生徒が学びで力を発揮できるよう支援します。

私たちの教育は、自信と責任感を備えたバランスの取れた人材を育て、地域・国家・世界規模の複雑な課題を批判的に考察する力と、人生に不可欠なスキルを身につかせます。

学校をお選びいただいている理由。

- 12年間にわたり、グローバルな視野を持つ生徒を育成してきました。
- 世界各国で通用する国際的カリキュラム IB認定校
- Education World India School Rankings 2025-26において、インターナショナル・デスクール部門でグルگرام第4位に選出。
- 10か国から集まる学生たち
- CIS認定校
- 将来を見据えた、個別対応型のカレッジアドバイザー・プログラムを提供しています。
- 高い大学進学実績
- EDGEプログラムを通じて、生徒一人ひとりの興味・関心を見極めます。

お気軽にお問い合わせください!

DPS International, HS 01, Block W,
South City II, Gurgaon, Haryana- 122001

+91 83770-00164/65(英語) | +91 124-7100080(英語)
admissions@dpsiedge.edu.in

DPS INTERNATIONAL
ホームページ





← コーテ・モモ →



← スチーム・モモ



← タカリ・ターリー



← テイस्टィ・カクテル



← モクテルとフレッシュジュース



← レッド・ベルベット・ケーキ



← フィラデルフィア・チーズケーキ



夏メニューをお楽しみください

+91-124-430-3846

2nd Floor, Crosspoint Mall, DLF PH-IV, Sector 28, Gurugram, Haryana - 122002



ミシュラン星付きシェフのガリマ・アローラが、大胆で即興的、そして息をのむほど本格的なタイ料理の真髄を、そのままお皿の上にお届けします。

おすすめ

バンコク・ナムトック・ヌア



カニカレーライス

BANNG

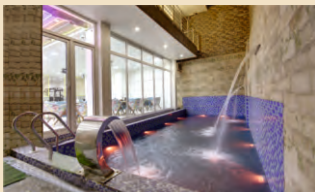
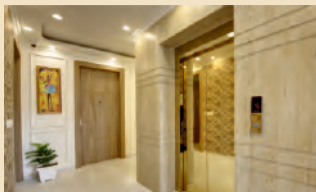
BANNG
Unit No. 105, Two Horizon Centre, T-2, Golf Course Rd, Sector 43, Gurugram
Tel: +91-93550-884411 (英語対応)
営業時間: 月~火 12:30~01:00 水~日 12:30~02:00 定休日: なし

ご予約はこちら



日本式サービスアパートメント 1 BHKスタイルの部屋

ゴルフコースロードに
位置する日本式サービスアパートメント



施設

- 日本食レストラン(日本人シェフ)
- NHKプレミアム
- BBINFO日本チャンネル
- 会議室
- パーティールーム
- RO水
- ジム
- プール
- 施設内ゴルフネット
- TOTO社の洗浄便座
- 浴槽付きの浴室
- タクシーサービス
- 日本語可スタッフ
- 安全性とセキュリティを考慮した施設
- レストラン内の畳席



MIYABI HOTELS ミヤビ ホテル



518, Sector 27, Gurgaon, Haryana



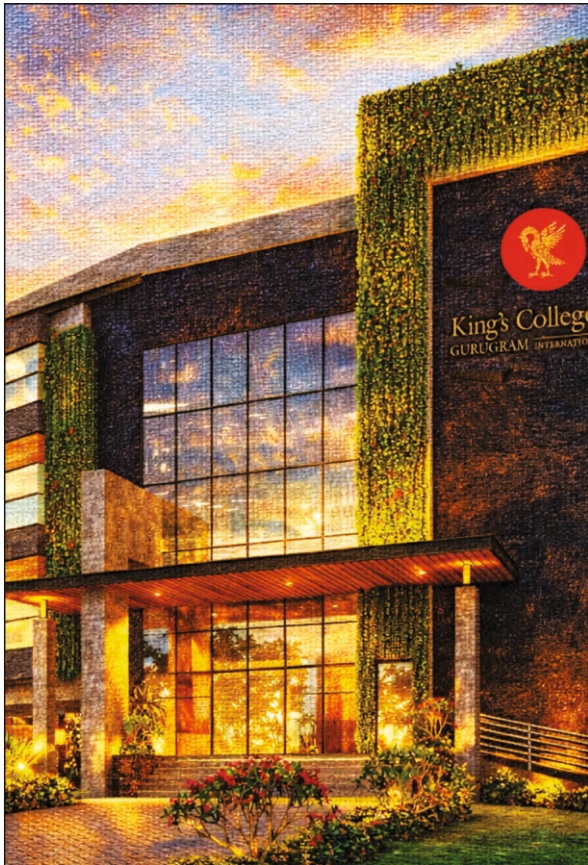
+91-90900-64040 (英語)
+91-83070-70707 (英語)



sales@miyabihotels.com



www.miyabihotels.com



学校を いただいている理由

- > 140年の
伝統広々とした教室
- > 11か国から集まる
学生たち
- > 中央空気清浄
システム完備
- > 個別学習
- > 自然を活かし、目的に
合わせて設計された
ネットワーク
- > 世界とのネットワーク



3歳から13歳のお子さまを対象に入学受付中

海外提携校



ウェブサイトをごちら



Bandhwari, Sector - 59,
 Gurugram (Haryana) 122101, India
 お問い合わせはこちらまで: **+91-84229-11111** (英語)

インドの学校で育つ子どもの“自己主張力”と日本人家庭の戸惑い

インドの学校に子どもを通わせていると、保護者が一度は耳にする言葉があります。

「とてもよく理解しているけれど、もう少し発言するといいですね」

「クラスでは少し静かですわね」

学力に問題があるわけではない。それでも「発言が少ない」「前に出ない」という理由で、評価が伸び悩む。

この状況に、戸惑いや不安を感じた経験がある日本人家庭は少なくありません。

本記事では、インドの学校が前提としている「自己主張力」の考え方や、日本的な教育観との違いを整理しながら、家庭でできる現実的な関わり方を考えていきます。

1. インドの学校が前提としている子ども像

インドの教育現場では、「理解していること」を外に表現する力が重視されます。

それは特別な能力というより、「学んだことを示す態度」の一部です。

たとえば授業中、

- 質問に対してすぐに手を挙げる
- 間違っているでも自分の意見を言う
- 先生やクラスメイトと積極的にやりとりする

こうした姿勢が、「自信がある」「主体的に学んでいる」と評価されやすい傾向があります。

背景には、試験や面接、プレゼンテーションを重視する社会構造があります。

知識そのものよりも、「自分はこれを理解している」と示す力が、教育の早い段階から求められているのです。

2. 日本人の子どもが不利に見えやすい理由

一方、日本で育った、あるいは日本的な家庭文化の中で育っている子どもは、

- まず周囲の様子を見る
- 確信が持てるまで手を挙げない
- 人の話を遮らず、順番を待つ

といった行動を取ることが多くあります。

これは決して消極的なのではなく、「慎重さ」「協調性」「空気を読む力」として、日本では長所とされてきたものです。

しかし、インドの教室ではこの姿勢が「自信がない」「理解していない」「参加していない」と誤解されることがあります。

ここに、親の戸惑いが生まれます。「無理に前に出る子に変えたほうがいいのだろうか?」「このままで評価されないのではないのか?」という不安です。

3. これは能力の問題ではない

まず大切なのは、これは能力不足ではないという視点です。

文化と教育の前提が違うだけで、子どもの中身が劣っているわけではありません。

インドの教育環境では、「出す力」が先に評価されやすいだけで、

「考える力」「聞く力」が不要になるわけではありません。

親として大切なのは、子どもの性格を否定せず、環境に合わせて表現の幅を少しずつ広げることです。

4. 家庭でできる現実的なサポート

では、家庭ではどんな関わり方ができるのでしょうか。

ポイントは、「性格を変える」ことではなく、「言葉にする練習」を増やすことです。

正解を言わせようとするな

「答えは何?」ではなく、

「どう思った?」

「どこが気になった?」

と問いかけることで、考えを言葉にする習慣が育ちます。

家の中を“安心して話せる場”にする

学校で発言するには、「間違えても大丈夫」という感覚が必要です。

家庭でまず、評価されずに話せる経験を積むことが、外での発言につながります。

発言＝目立つ、にしない

「もっと前に出なさい」ではなく、

「先生に聞かれたら、短く一言言えたら十分だよ」

とハードルを下げあげることが大切です。

5. 「日本的な良さ」を失わなくていい

インドの学校に適應するために、日本的な価値観を手放す必要はありません。

- 人の話を最後まで聞ける
- 自分の意見を一度整理できる
- 周囲との調和を大切にできる

これらは、将来どの国で生きるにしても大きな財産になります。

インドで育つ子どもは、「出す力」と「考える力」両方を身につけられる、恵まれた環境にいます。

どちらか一方に寄せるのではなく、場面に応じて使い分けられることを目標にすると、親の気持ちも楽になります。

6. 評価よりも、成長のプロセスを見る

インドの学校では、コメントや評価がストレートなこともあります。

それに一喜一憂してしまうこともあるでしょう。

けれど、発言が一言増えた、先生に質問できた、グループワークで役割を担えた、そうした小さな変化こそ、子どもにとっての大きな前進です。

比べる相手は、クラスメイトではなく「少し前のわが子」。その視点を持つことで、教育はずっと穏やかなものになります。

まとめ：違いを知ることは、安心につながる

インドの学校で求められる「自己主張力」は、日本の教育とは前提が異なります。

その違いを知らないままでは、不安や焦りが生まれやすくなります。

けれど、前提を理解すれば、「無理に変えなくていい」「少しずつ慣れていけばいい」と、構え方を選ぶことができます。

インドで学ぶ子どもたちは、複数の価値観の中で育っています。

その経験は、将来きっと「違いを翻訳できる力」になります。

親にできるのは、急がせるのではなく、そのプロセスを信じて見守ることなのかもしれません。

Japanese Family Support

- 現地インターナショナルスクールのご紹介
- 入学手続き、在学中の日本語サポート
- ファミリー向けの物件・サービスアパートメントの紹介 (DLF Park Place, Central Park Resorts, Emaar Digi Home他)
- インド留学・現地大学進学のご相談

★ご通学されている学校の体験談、レビューを募集
日本人の方が最適な学校選びを行なっていただけるよう、実際に通学されている学校のリアルな体験談を募集しております。ご協力いただける方は以下よりご連絡をいただけますと幸いです。(お子様のご通学されているスクール、大人の方が通われている語学学校、その他、習い事などのスクール情報についても大歓迎です。)

LINEでのご相談



Webサイト



制作：中野ひろみ、細池みなみ



発行部数
6,000部/毎月





福岡 洸太郎

NPO法人結び手代表理事

Musubi-Te Foundation, Chairman

Amegumi India Private Limited, Managing Director

1989年熊本産まれ愛知育ち

2014年東京大学文学部卒業/バックパッカーとして世界一周

2016年世界最大のHR会社にて勤務し、CSR活動の日本代表としても従事

2018年インドに拠点を移し、現地採用として働きながら社会活動を開始

2020年、21年コロナ禍の緊急支援実施しつつNPO法人結び手を設立

2023年、結び手インド法人となるMusubi-Te Foundationを設立

現場から届ける インドの課題と社会活動

インドCSR法概要と不正利用

インドではCSR(企業の社会的責任)が法律で義務化され10年以上が経っています。会社法(Companies Act, 2013)第135条では、直前年度に①純資産50億ルピー以上、②売上100億ルピー以上、③純利益5千万ルピー以上のいずれかに該当する企業が対象となり、直近3年平均利益の2%をCSRに充てることが基本となります。

政府の国会答弁(MCAデータ)によれば、CSR総支出はFY2021-22が2,714億ルピー、FY2022-23が3,093億ルピー、FY2023-24が3,490億ルピー。3年で約9,298億ルピーです。

ただし近年の実務は「出す」より「守る・残す・証明する」が難しくなっています。落とし穴は、①現場の運営力不足で品質が崩れる、②証憑(領収書・受領書・写真)が揃わず監査で止まる、③委託先任せで進捗管理が機能しない、の3つです。加えて資金不正のリスクも高く、所得税当局がCSR寄付を装った資金流用疑いで6州にわたり捜索し「80億ルピー規模」と報じられた例があります(捜査段階)。ケララ州でも“CSR”名目の割引販売スキームをめぐる事件が報道されています(捜査・手続き中)。

企業が押さえるべき数字は明確です。継続案件(ongoing project)の未使用額は期末後30日以内にUnspent CSR Accountへ、原則3年以内に支出し、残れば指定基金へ移管となります。不遵守には、会社は未移管額の「2倍または1千万ルピー(小さい方)」、責任者は「1/10または20万

ルピー(小さい方)」といったペナルティ規定があります。管理費(事務管理費)はCSR支出の5%上限となります。

今年(2025年)の重要アップデートは、委託先NGO等の登録フォーム「CSR-1」が2025年7月14日から“ウェブ入力型”へ刷新され、80G/12A等の情報開示がより詳細に求められる点です。委託先選定の責任が一段重くなりました。

結び手(Musubi-Te)は、女性の衛生・就労(布ナプキン製造等)と教育を軸に、インド国内のNGOと協業しつつ①適格性確認、②現場オペレーション、③報告——まで、企業と一緒に“運用として回るCSR”を作ります。協業検討の企業担当者の方は、こちらのメールアドレスへご連絡ください。info@musubite.org

NPO法人結び手とは

NPO法人結び手は、「世界から外部環境が原因で努力できない人をゼロにする」をミッションとして2021年に設立され、インド国内7地域で20団体以上と共に活動を展開するNPO法人です。ビハール州・ラジャスタン州を中心に1,300名の子供達に勉強する機会を提供しています。インド在住の代表福岡を初めインド国内で国籍を問わず課題解決することを目的とするNGO団体です。

NPO法人結び手ウェブサイト: www.musubite.org/
NPO法人結び手問い合わせ先: 福岡代表
info@musubite.org

寄付・支援・参画等ご希望の方、以下までお問い合わせください。info@musubite.org



発行部数
6,000部/毎月





Little Unicorn's International Garderie



幼児教育は、特に1.5歳から3歳、3歳から5歳の子供たちにとって、6歳で正式な学校に入る前の発達の旅において重要なステップです。このアプローチは、日本の高く評価される教育システムとも一致しています。

1. 発達に応じた学習

Little Unicorn'sは、若い子供たちの特定のニーズに合わせた活動に焦点を当て、好奇心、創造力、問題解決能力を促します。これらは生涯学習の強固な基盤を築くために不可欠です。

2. 個別の注意

Little Unicorn'sは、低い教師対生徒比率を提供し、それぞれの子供が独自の学習の旅で繁栄できるように、個別のケアとガイダンスを確保します。

3. 社会的および情緒的成長

小規模で育む環境は、子供たちが自信を持ち、友達を作り、共有、協力、共感などの重要な社会的スキルを学ぶのを助けます。これらの経験は、情緒的な健康と適応力にとって重要です。

4. 安全で刺激的な環境

Little Unicorn'sは、子供たちが自分を表現、自分の能力を発見、学ぶことを愛する場所を提供します。

5. 正式な学校へのスムーズな移行

幼稚園に通う子供たちは、自立、日課、および正式な学校への自信を持って移行するために必要な基本的な学問的スキルを身に付けます。

当園はIPC®スクールです

全世界で100校を超えるIPCスクールでは、世界中の子供たちに水準と質ともに妥協のない教育を提供しています。

IPC (International Preschool Curriculum, インターナショナル・プリスクール・カリキュラム) は、幼児教育の基準を強化し、調和させるために設立された、世界中で100を超える保育園が加入する専門家協会です。IPCスクールでは、学校の所有者、園児、保護者、政府がパートナーシップを組んでいます。

米国に本部を置くIPCの目的と研究に基づくカリキュラムは、州の省庁や認定機関によって設定された基準を満たしています。国際的に認められたIPCでは、政府と緊密に連携し、必要に応じてカリキュラム資料を修正、地域のコンプライアンスを確保しています。園児には、研究心、客観性、遊びなど、テーマに基づくカリキュラムが組まれます。そのカリキュラムはさらに相互レビューして真実性と有効性を保証し、時代の変化に応じて定期的に更新されます。

対象年齢

プレイダグループ
(1歳半~2歳半)

保育前
(2歳半から3歳半)

保育園
(3歳半~4歳半)

幼稚園
(4歳半~5歳半)



6つの学際的なコンテンツ学習領域



📍 Ansal Sushant Estate, Sector 52, Gurugram - 122003, Haryana
☎️ +91-87290-12345 (英語) ✉️ littleunicorninternational@gmail.com (英語)
🌐 www.thelittleunicorns.com 📱 /thelittleunicorns

ゴア:食文化に刻まれたポルトガルとの接点



浜松出身。10年以上、テリー・クルカオンで金融・会計・観光・農業・コンサル業・通訳・翻訳業務に携わり、2023年より大阪府在住。

山田幸彦



インドのゴア州は、1510年から1961年までの約450年間にわたるポルトガル植民地支配により、その食、言語、音楽、そして人々のアイデンティティに、ユニークな東西文化の融合の化学変化を起こしたと言って良いでしょう。



歴史的経緯から、人々のアイデンティティは二分されています。

東西の分断:

西部(West): ポルトガル宣教師の厳しい布教活動によりキリスト教化されました。

東部(East): ほとんどがヒンドゥー教のままでした。

地理的な区分として「旧征服地(Velhas Conquistas)」と「新征服地(Novas Conquistas)」という用語があります。前者がポルトガルによる早期の征服地(西側)でキリスト教化が徹底され、後者が後期の征服地(東側)でヒンドゥー教が温存された地域です

「ムラート(Mulatto)」の説明

ポルトガル系の人々や混血の人々(ムラート)、多くのキリスト教徒の中には、ポルトガル時代の記憶に忠実な人々が多くいます。

1. 語源と言

言語的起源: スペイン語の mulato またはポルトガル語の mulato に由来します。

本来の意味は歴史的に、白人(ヨーロッパ系)と黒人(アフリカ系)の間に生まれた混血の人々を指すために使われた言葉です。語源はスペイン語・ポルトガル語で「ロバと馬の混血」を意味する「ラバ(mula)」に由来するとされており、差別的な含意を持つと見なされることが多いため、現代では使用が避けられる傾向にあります。

2. ゴアの文脈での意味



ゴアの文脈(ポルトガル植民地時代)で「ムラート」という言葉が使われる場合、特に以下のような人々を指すことがありました。ポルトガル人(ヨーロッパ系)と現地の人々(主にインド系)との間に生まれた

混血の人々です。広義には、植民地支配下において、ポルトガルとアジア・アフリカなど他の地域のルーツを持つ人々全般を含むことがあります。

現代における注意点

現代では、人種や民族の多様性を尊重する観点から、「ムラート」のような、混血を分類し、しばしば差別的なニュアンスを持つ用語は、公的な場や学術的な議論では使用を避けるのが一般的です

食文化が融合する過程について

おそらく、食文化が融合していく過程は非常に複雑なものだったと思われます。保守的な食文化の中には、時代の流れの中で消えていったものもあれば、逆に発展を遂げて現在に受け継がれているものもあるでしょう。異なる文化が融合する形には多様なバリエーションがあると思いますが、素人の私には想像に限界があります。また、インドの地域ごとの食文化が他地域へ伝わる過程でも、さまざまな変化やバリエーションが生まれたのではないかと考えています。

特に、南インド史、タミル地方の古代・中世史をご専門とされた辛島昇先生の著書『インド・カレー紀行』の中に、ポルトガルの植民者がインド南部で現地の人々が作った料理に出会った場面が描かれていたと記憶しています。以前、その記述を思い出しながら自宅の本棚を探してみたのですが、見つけることができませんでした。ところが幸運なことに、先日(2025年12月11日)、大阪市内のブックオフでこの本を偶然目にし、すぐに購入しました。岩波ジュニア新書629、2009年6月19日発行の第一刷です。

以下は、同書からの引用です。

「私の仮説はこうである。カナダ語、タミル語のカリには、野菜と肉の意味がある。ポルトガル人たちは、スープをかけた食事の名前を聞いたのだが、インド人たちは、スープに入った「具」、つまり野菜や魚や肉のことを聞かれているのだと思って、「カリ」と答える。一方、ポルトガル人たちは、それを料理の名前だと思い込んでしまった。そこから、この料理自体が「カリ(リル)」と呼ばれるようになった、というものである。この新説は、自分でも半信半疑ではあるが、もしそれを信じなければ、いわゆるカレー料理がなぜその名で呼ばれるようになったのか、依然として謎は続くことになる(26ページ)。」

語源については諸説あるかもしれませんが、私は先生のこの説をそのまま受け入れたいと思っています。

酸味の定着:酢(ピネガー)の使用



ポルトガルの影響は、ゴア料理 (Goan Cuisine) に最も色濃く現れています。インド固有の食材やスパイスと、ポルトガルの調理技術が結びつき、独自のスタイルが確立されました。

ポルトガル人が持ち込んだ調理法や食材が、ゴア料理をインドの他の地域の料理と違う特色を示すものに作り上げています。

酸味の定着:酢(ピネガー)の使用

ポルトガル料理で肉や魚介類のマリネに使われる酢やワインの利用がゴアに定着しました。

これにより、料理に酸味が加わり、魚介類の風味を引き立て、保存性を高める役割を果たしました。

有名なポー・ビンダルー (Pork Vindaloo) は、ポルトガル語の「Vinha d'alho」(ニンニクとワイン) が語源であり、酢を多用する調理法の代表例です。

新世界からのスパイス:唐辛子(チリ)の導入

ポルトガル人がアメリカ大陸から世界中に広めた唐辛子がゴア料理に取り入れられ、地元のスパイスと組み合わせることで、ゴア料理の特徴的な辛味のベースとなりました。

インド・カレー紀行



なお、先に紹介した辛島先生の著書の中には、食事と酒の関係について触れられている箇所があります。「インドには、ヒンドゥー教の伝統、あるいはガンディーの影響から、レストランなどで禁酒を守っているところも多いのだが、ゴアにはお酒と食事を楽しむ風習が、ポルトガルの伝統として今も残っているのである(p.133)」。

インド文化を深く体験された辛島先生のこの本は、ぜひ一読をお勧めしたい一冊です。

パン食の文化(Pão)



ポルトガルからパン文化が持ち込まれ、ゴアではパウ(Pão)が主食の一つとして広く根付いています。カレーや煮込み料理とともに食されます。

ベーカーリーと菓子の融合:ベビンカ



ベビンカ(Bebinca)は、ゴアとポルトガルの食文化が最も美しく融合したデザートです。

文化融合の象徴:ポルトガルの焼き菓子文化と、インドの食材(ココナッツ・ミルク、ギー、ジャガリーなど)を組み合わせた層状のケーキです(伝統的には7層から16層)。特にクリスマスの祝祭時に欠かせない菓子であり、ゴアの食文化

のシンボルとして観光土産としても人気があります。カステラとの関連性:ポルトガルという共通のルーツを持つため、日本のカステラ(長崎に伝来した南蛮菓子)と文化的・歴史的に「遠い親戚」と見なすことができるでしょう。

インド全土でのパンの普及との関連

食文化以外にも、ポルトガル支配は言語、音楽、社会構造に深い影響を残しています。

食文化以外の文化的接触点

食文化以外にも、ポルトガル支配は言語、音楽、社会構造に深い影響を残しています。

1. 言語:コンカニ語とポルトガル語

ポルトガルによる長期支配の結果、ゴアの公用語の一つであるコンカニ語(インド・アリア語派に属するアリア系の言語)には、ポルトガル語の借用語が大量に取り入れられました(例:igreja, janela, mesa)。

2. 音楽:ファドの継承



ポルトガルを代表する音楽であるファドもゴアに伝わりました。ソニア・シルサット女史はインド唯一の著名なファド歌手として知られ、ゴアの音楽大使とも呼ばれています。音楽の融合例として、現代では、ファドとゴアの伝統的な壺型太鼓(打楽器)であるゲーモット(Ghumot)が融合し、独自の音楽表現が生まれています。

3. 社会的構造とアイデンティティ

ポルトガルの植民地支配は、人々のアイデンティティにも分断をもたらしました。

宗教と地域の分断:

西側が厳しい宣教活動によりキリスト教化されたのに対し、東側は主にヒンドゥー教のままでした。

混血(ムラート):

ポルトガル人(ヨーロッパ系)と現地の人々(主にインド系)との間に生まれた混血の人々(ムラート)の存在は、ゴアの歴史的な文脈を語る上で重要ですが、この用語は差別的な含意を持つため、現代では使用が避けられる傾向にあると言われます。

また、ゴア州にもヒンドゥー・ナショナリズムの影響を受けた人々がいると考えて差し支えないと思います。特に、ゴアのヒンドゥー教徒にとって、チャトラパティ・シヴァージー(Chhatrapati Shivaji)は、ムガル帝国やポルトガルといった非ヒンドゥー勢力に対する抵抗の象徴としての意味合いが強く、現代のヒンドゥー・ナショナリズム運動の文脈でその存在が強調されることがあります。

シヴァージー(17世紀)は、マラーター王国を創設した英雄です。彼は、イスラーム教徒のムガル帝国の支配に対抗し、ヒンドゥー教徒の統治を確立しようとしました。ゴ

アはポルトガル植民地でしたが、その北に位置するマラーター勢力は、ポルトガル支配下のゴアにたびたび侵攻し、ポルトガルによるヒンドゥー教寺院の破壊や強制的な改宗に苦しんでいたゴアのヒンドゥー教徒にとって、シヴァージーは解放者としての意味合いを持つ側面がありました。

現在のゴアのアイデンティティはこれらいくつかのグループによって形成されています。

日常生活のレベルではゴアの長い歴史が生んだ独自の文化の中で宗教や文化の共存が図られている、という複雑な面があると言えるでしょう。

世界中で議論されている共生のあり方の歴史がここでも観察されます。次のような見解がある事をご紹介します。多くのゴアの人々は、宗教が異なっても「ゴア人」としての共通のアイデンティティを強く持っている、と言う見方です。何が肯定されるべきか否かは地域によって違うと思いますが、このような一つの都市コミュニティとしての独自性がゴアにはある、とも言えるでしょう。



発行部数
6,000部/毎月



We are Sakura Town



本格日本食を堪能するなら
「Ginza 銀座レストラン」

日本の癒しがここに
ある
サクラタウンへようこそ



インド最大の大浴場が誕生！
サウナも完備！



日本人鍼灸師が
あなたのカラダとココロとケア
ありあけ堂鍼灸治療院

ご家族・カップル・お一人でも
朝から晩まで楽しめる、日本の癒しの空間へようこそ！

サクラタウン内には日本食レストラン、大浴場、プール、ゴルフシミュレーター、
そして日本人の運営する鍼灸治療院と美容院、あなたの1日を有意義に過ごせる空間です。



室内で快適な
ゴルフシミュレーター

屋内ゴルフシミュレーター



日本人スタイリストのいる
美容室BochiBochi

美容室BochiBochi



仲間で、家族で楽しめる
全自動麻雀テーブル完備

全自動麻雀テーブル

SakuraTownお問合せ
TEL: +91-95995-58948 (英語)

✉ sakura.town@centralpark.in

📍 The Room, 2nd floor, Central Park 2,
Sohna Road, Sector 48, Gurugram 122001

アマゾンの新イニシアチブ「Accelerate Exports」始動： 製造業者の世界展開を支援

インド産アパレル製品が、海外でますますもてはやされる時代になりそうだな。写真はイメージです。

南インドに息づく、クリスマス料理の多様なかたち

毎年クリスマスの楽しみは、インドに息づく伝統的なお祝い方を知ることです。

「The Hindu」でことしも、恒例の「南インドのクリスマス祝祭ディナー」についての記事が公開されていたので、内容を抄訳したい。



インドにおけるキリスト教の歴史は、ゆうに2000年前にさかのぼるとされる。

クリスマスの料理は、キリスト教の伝播ルートを反映し、世界各地の影響を色濃く受けたものである。

ポルトガル風からイギリスの伝統的なローストまで、クリスチアンの食卓に並ぶ料理は多彩だ。

全土からキリスト教徒が集まるバンガロールでの、伝統的なクリスマスのランチを以下に紹介する。
アングロ系ルーツ

オランダとイギリスの血を引く典型的なアングロ・インディアン (Anglo-Indian)*、クライヴ・ヴァンビュール (Clive VanBuerle) 氏は、生粋のバンガロール人でもある。

「クリスマスの日には、兄弟とその家族も招いてポットラックパーティーをします。たくさんの料理とゲームを思い切り楽しんで過ごします。食卓にはチキンロースト、ポークロースト、またはバフ (Buff、水牛) ロースト、ロシアン・サラダ、カツレツ、クリスマス・プディング、ミート・ローフ、シェパード・パイ、自家製ジンジャーワイン、ローズ・クッキーなどが並びます。私たちアングロ・インディアンにとって、普段はライスやダル、ラッサムを食べる『インド人』として暮らしつつ、クリスマスだけは自らのルーツを祝う日になっています」

マンガロールからバンガロールへ

ケーララ州マンガロール出身のクリスチャン、アレクサンダー・ハーマン・ディソウザ (Alexander Herman D'Souza) 氏にとって、クリスマスは1年で最も大切な祭事であり、家族とともにマンガロールの伝統的なクリスマス菓子であるクスワール (kuswar)* を作る。

準備はクリスマスの少なくとも10日前、12月中旬までに始まる。

クスワールには、キド (kidos)、チャクリオ (chaklios)、グリオ (gulios)、ニルー (niroos)、キッキサ (kikkisas)*、ライス・ラドゥー (rice laddoos)* などを使う。

クリスマス・ランチに欠かせない料理は、ポーク・バファット (pork bafat)* やポーク・インダッド (pork indad) などのマンガロール伝統料理だ。

「チキン・スッカ (chicken sukka) やロース・カレー (roce curry)、サンナ (sannas)、アッパム、そしてライス・ヌードルが、クリスマスの食卓を完成させます」と語る。

ハイダラーバードの人々のビルヤニー愛

ハイダラーバードで生まれ育ち、22年前にバンガロールに移住したサラ・スプリヤ (Sarah Supriya) 氏にとって、クリスマスの日といえば、いつもビルヤニーだ。

正真正銘の (スパイシーな) ハイダラーバード風ビルヤニーではなく、もっぱら「ドンネ・ビルヤニー (donne biryani)*」、そしてキーマ・ボール (kheema balls)、ペッパー・チキン (pepper chicken)、ローティーが定番という。

クリスマスの定番デザートは、グラブジャムのアイスクリーム添えである。

ミゾ族の伝統

8年前に故郷ミゾラム州アイザウルからバンガロールに移住したラルファカウマ・ラルテ (Lalfakawma Ralte)氏が、クリスマスには必ず作るものがチャンバン (chhangban)*である。

これは、蒸して手でついたもち米で作ったおやつで、ジャガリーで甘味をつけ、葉で包む。

「チャンバンを直訳すると『ねばりのあるビスケット』という意味です。どの家庭でもクリスマス・イブにはみんなで集まってキャロルを歌い、これを作るんです」

クリスマス・ランチの定番は、豚肉をマスタードの葉で包んで煮込むか、油で揚げた料理という。

さらに、仕込みに3〜4か月かけるプラム・ケーキも作る。

ゴアのごちそう

バンガロールに移住して31年になるゴア出身のカトリック教徒、マファルダ・クアドロス (Mafalda Quadros)氏は、クリスマスのお菓子として、ポルトガルの影響が色濃く残る層状のケーキ、ベビンカ (Bebinca)、そしてファッジ状のドドル (dodol)*を挙げる。

さらに、ソージ (sooji)*とココナッツを原料とするバティカ (Batika)や、ポリーニヤス (bolinhas)と呼ばれるクッキーも焼く。

クリスマス・ランチは、豚レバーとハツを辛いマサラで煮込んだソルポテル (sorpotel)*、そしてチキンやマトンのザクティ (xacuti)*が好まれる。

ゴアのプラオ (pulao)であるアロゼ (arozé)*が添えられる。

Anglo-Indian: 植民地期以降に形成された、欧州系とインド系の血統・文化を併せ持つコミュニティ

kuswar: クリスマスに向けて各家庭で作られる、マンガロール地方の伝統的な菓子の盛り合わせ

kidos: 米粉や小麦粉を練って細長く成形し、油で揚げた、甘さ控えめのマンガロール伝統菓子

chaklios: 渦巻き状に揚げた米粉・豆粉のスナック菓子

gulios: 砂糖やナッツを使った小型の揚げ菓子

niroos: 紙のように薄く揚げたマンガロールの伝統菓子

kikkisas: ゴマや砂糖を用いた固めの菓子

rice laddoos: 米粉を使った丸い甘味菓子

pork bafat: 赤唐辛子と香辛料を効かせたバファット・マサラで煮込む、マンガロール風豚肉料理

pork indad: 酢とスパイスで煮込むマンガロール地方の豚肉料理

chicken sukka: 水分を飛ばして仕上げるチキン料理

roce curry: ココナッツをベースにした伝統的カレー

sannas: 発酵米粉とココナッツミルクで作る蒸しパン

donne biryani: 菓製の器「ドンネ」で供されるカルナータカ州のビルヤーニー

chhangban: ミゾ族の伝統的なもち米菓子

dodol: ココナッツミルクと砂糖で作る粘度の高い菓子

sooji: セモリナ粉(粗挽き小麦粉)

sorpotel: 豚内臓を使ったゴアの伝統煮込み料理

xacuti: ローストスパイスとココナッツを使うゴア料理

arozé: 濃厚なゴア料理に添えられる、米の香りを生かしたプラオ



Yoko Deshmukh
(デシュムク陽子)

asksiddhi - インドをもっと知ろう インド・ブネ在住の英日・日英翻訳者、デシュムク陽子のブログ

インド・ブネ在住歴10年以上の英日・日英フリーランス翻訳者、デシュムク陽子(Yoko Deshmukh)が運営しています。2003年9月30日からインドのブネに住んでいます。本ブログ「ASKSiddhi(アスクスイッディ)」は2003年8月より翻訳の訓練を兼ね、インド情報を中心にほぼ毎日更新。ASKSiddhi(アスクスイッディ)は、インド・ブネのソフトウェア会社 ShimBi Labsが開発し、プログラミングの知識がなくても誰でも簡単にオリジナルなブログを構築できるソフトウェア、「Budo」を使って更新しています。



AVALON COURTYARD

RESIDENCES & SUITES

新年明けましておめでとうございます。



昨年はAvalon Courtyard Hotelをご愛顧いただき、誠にありがとうございました。未だ改善の余地は多々ございますが、皆様にとって「住みやすいデリーの家」(...インドでは結構マシなホテル...)となれるよう、皆様のご支援を賜りながら、スタッフ一同心より努力して参ります。ご指導ご鞭撻のほど、何卒よろしくお願い申し上げます。

Your home away from home in Delhi

www.avalonhospitality.com



フロントオフィスマネージャー

JATIN

☎ +91-87504-37378 (英語)

(LINE & WhatsApp可 / 英語での対応)

✉ gredelhi@avalonhospitality.com



セールス&ジャパンスクマネージャー

澤江りか

☎ +91-99715-79109 (日本語)

(LINE & WhatsApp可)

✉ japan@avalonhospitality.com

デリーの知られざるスポットを歩いて発見するウォーキンググループ Avalon 廣海探索隊員募集中!! 御希望の方は上記WhatsApp迄ご連絡お待ちしております!

夢ジャパニ
より

新年おめでとうございます

新年オフアワード&ドリンク95%OFF



ハッピーアワード&ドリンク95%OFF

私たちは、快適な客室と、本格和食レストランでの手打ちラーメンうどん、自家製炭火焼き鳥に加え、パーティールーム&カラオケルーム、ゴルフ練習設備をご用意しています。無制限ランドリーや朝食、ボトルウォーター、アメニティなどの無料サービスで、ビジネスシーンにふさわしい快適さと安心をお届けします。

EMAILS-gurugram@yumejapan.in, manesar@yumejapan.in, kundli@yumejapan.in, gurgaon@delunahotels.in
Contact numbers - 7727011834 (YUME JAPAN GURUGRAM), 9821132140 (YUME JAPAN MANESAR),
9996291831 (YUME JAPAN KHARKHODA), 8130465655 (HOTEL DELUNA)



DR. ANMOL CHUGH

インド・デリーNCRグルガオンの
形成外科・美容外科医

インドでの美容外科において14年以上の経験を持つDr. アンモル・チャグは、患者のニーズに応じたホリスティックアプローチを提供しています。

Dr Anmol Chugh

(アンモル・チャグ)
MBBS, MS - 一般外科
再建手術

- Head, Plastics & Aesthetics Centre, CK Birla Hospital, Gurugram (Delhi NCR)
- Founder, Imperio Clinics, India
- International expert, IMCAS
- Introduced the 'SAFE' technique of Body contouring in INDIA
- Devised 'FReSH' Face approach in cosmetic surgery
- Founder and Chief Editor, PLATICOS (Global Online Journal)



私たちの本当の患者さん



専門分野

- ✓ 美容手術
- ✓ ハイディフィニション脂肪吸引
- ✓ 乳房美容手術
- ✓ ボディ・コンツアリング手術
- ✓ 乳房再建手術
- ✓ 美容婦人科
- ✓ 顔面美容手術

提供される治療:

ボディ・トリートメント

- 脂肪吸引治療
- 太もも脂肪吸引手術
- 腕脂肪吸引
- あご脂肪吸引
- 男性乳房症手術
- 腹部整形手術
- マミーメイクオーバー
- 腕リフト手術
- ブラジリアンバットリフト
- 女性性器若返り
- ヒメノプラスティ
- 6/バック腹筋

FACE治療

- 隆鼻術(リノブラスティ)
- フェイスリフト
- アンチエイジング治療
- ボトックスまたは抗シワ注射
- 皮膚充填剤
- バッカルファット除去
- あごの増強(オーグメンテーション)
- 眼瞼形成(プレファロプラスティ)
- 化学ピーリング
- クマ治療
- えくぼ形成
- 顔面脂肪移植(フレッシュフェイス)
- リップリフト手術
- 唇縮小手術
- 耳介形成術(オトプラスティ)

乳房治療

- 乳房拡大術/インプラント
- 乳房リフト手術
- 乳房脂肪移植
- 乳房縮小手術
- 乳房再建手術
- 腋窩乳房脂肪パッド

ヘア治療

- 毛髪移植
- メソセラピー
- ヘア多血小板血漿療法

皮膚治療

- ほくろ除去
- スキンブースター



Joint Organizing Secretary
of ISAPS AESURG21



Head, Plastics & Aesthetics Centre,
CK Birla Hospital, Gurugram



International expert, IMCAS



Founder editor of immensely popular
global journal magazine for plastic surgeons.



Member of Indian Association
of Aesthetic Plastic Surgeons

Imperio Clinics by Dr. Anmol Chugh

📍 1st Floor, Garden facing Eros City Square 119-120, Rosewood City Road
(above Axis Bank) Ghasola, Sector 49 Gurugram, Haryana 122018.

📍 1st Floor 10P, Golf Course Road, Sector 28, Chakkarpur, Gurugram - 122009

🕒 月~土 09:00~20:00

完全予約制

☎️ +91-93105-75667 (英語)

✉️ contact@dranmolchugh.com

🌐 www.dranmolchugh.com

クリニックでは確かな腕を持つ皮膚科医による最先端のレーザーと治療が行われます。

自分を愛せる肌を手に入れましょう！

URSA

SKIN & AESTHETICS

List of Treatments

- ・ 治療内容リスト:
- ・ レーザー脱毛
- ・ アンチエイジング処置
- ・ レーザーフォトフェイシャル
- ・ 高級ハイドラフェイシャル スレッドリフト
- ・ ボトックスおよびフィラー
- ・ セミパーマネントメイクアップ
- ・ イボ、ホクロ、スキンタッグの除去
- ・ 唇や鼻の整形
- ・ 皮膚感染症およびアレルギーの治療
- ・ 髪と地肌に関するあらゆる問題のご相談



皮膚科医Dr. Urvi Panchalが、シミひとつない素肌を取り戻します



Urvi Panchal 医師
皮膚科医 (MD)

URSA Skin and Aesthetics
開業者兼ディレクター



Sompo Japan Insurance Co. Ltd. (SOMPO)をはじめ、日本の大手保険会社のお客さまにキャッシュレスサービスを提供しています。

URSA Skin & Aesthetics

📍 193, Hamilton Court Road, Sector 27, Gurgaon -122002

📍 A-15, Town Square, Vatika India Next, Sector 82A, Gurgaon - 122006

日本語でお気軽にお問合せください 📞 +91-79889-77417 (日本語対応)

📞 +91-74474-67557 (英語) 🕒 月～日 10:00 ~20:00

✉ info@ursaskin.com

🌐 www.ursaskin.com

DR. GARGI'S
Skin, Hair, Aesthetics Clinic



世界を旅したあなたの肌へ

パスポートが世界中を巡ったなら、スキンケアも世界基準で。

なぜ私たちを選ぶのか？



- イスラエル、韓国、オーストラリア、アメリカから輸入された最新デバイス
- 痛みの少ない長期脱毛に対応する「Alma Soprano Titanium」
- 真皮層まで働きかける「Dermapen 4」「Morpheus8 MNRF」によるコラーゲン再生

- FDA承認・国際基準に基づく注入治療
- 業界のプロも信頼、著名人からの紹介多数
- 「凍らせずに引き上げる」HIFU & 注入治療



BEAUTY WITHOUT FEAR

監修医師：Dr. Gargi Taneja (ガーギー・タネハ)

AIMS皮膚科医学博士 | 臨床経験10年以上 | 精緻な施術で理想の肌へ

お問い合わせ ☎ +91-84489-10030 (英語)

📍 102A, Arjun Marg, DLF Phase 1, Golf Course Road, Gurgaon 122002

🕒 月～土 09:00～21:00 | 日 10:00～15:00



インドでの病院受診は ジャパニーズヘルプデスクへ

- ・医療費キャッシュレス
- ・病院予約/院内アテンド
- ・医療通訳
- ・健康診断/予防接種など

各種アレンジ可能

ご相談、受診ご連絡は下記までお願いいたします。

インドでの病気やケガの際には、
私たち、ジャパニーズヘルプデスクにお電話ください！

私たちは日本人の皆様が、安心して病院受診ができるよう
「日本人向け医療サポート」を行っております

◆◆サポート内容◆◆
病院紹介、予約、院内同行、医療通訳、お薬手配
健康診断や予防接種のアレンジ等々



ご予約・お問い合わせ(日本語受付/24H) (+91)

グルガオン : 981-090-0685	バンガロール : 725-910-9670
デリー : 981-847-1190	ムンバイ : 987-039-2731
チェンナイ : 887-035-0518	アーメダバード : 989-843-0589
ニムラナ : 987-039-2734	シタプール : 989-843-0589

海外旅行保険加入で保険対象の場合は医療費のキャッシュレスサービス（弊社で医療費を立替、保険金請求）、通訳や院内アテンドを提供します。サポート費用も保険金請求できますので現地でのお支払いも不要です。

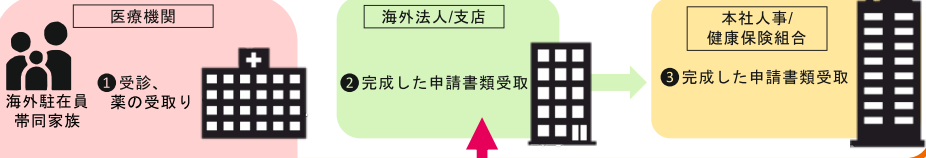
保険未加入、及び保険対象外の場合でも同様に受診アレンジや通訳同行サービスをご利用頂けます(有料)。医療費用はご実費でお願いいたします。

日本人スタッフも病院常駐しています

更に！！

上記サポート費用※が無料になる会員制度（メディカルサポートプログラム）をご用意しております。

▼メディカルサポートプログラムの加入では、



会員様へ全ての受診において
提携先医療機関での通訳、
アテンドをさせていただきます

海外メディカル
サポートプログラム

診察予約
症状をお伺いし
専門医の予約を
いたします。

来院
日本語通訳士が院
内をアテンドさせてい
ただきます。

診察
診察時に通訳が
必要な場合は、
ご依頼ください。

検査/薬
検査のご案内、
処方薬のご用意を
いたします。

再診予約
最後に再診予約の
日時を確認し
お伝えします。

保険請求
弊社がサポート
いたします。

いつでもお気軽に
お問い合わせくだ
さい。

利用できる主な医療機関のご紹介

【グルガオン】 フォルティス 【デリー】 レインボーチャルドレンズ 【チェンナイ】 アポロオーエムアール 【バンガロール】 サクラワールド
【ムンバイ】 ヒランダニ 【アーメダバード】 ゼイダス 【シタプール】 ゼイダスシタプール 【ニムラナ】 ニムラナクリニック
他の提携先病院はHPよりご確認くださいませ <https://www.j-helpdesk.in/india-hospital-reservation/>



提供

P.I.PRESTIGE INTERNATIONAL India Pvt.Ltd.
PLOT NO. B-64, 3RD FLOOR, SUSHANT LOK I, GURGAON-122002, HARYANA

<お問い合わせ先>

TEL : +91-124-4112272
Email : jhd-ind-ho@prestigein.com

プレミアム健康センター

Prokinesiaは、すべての急性および慢性的健康問題に対する包括的な解決策を、一つの施設で提供します。私たちは生活に影響を与える健康問題に対し、包括的なアプローチで取り組みます。経験と適切なトレーニングを積んだチームが、皆さまを健康への道と早期回復へ導きます。

★ サービス内容

- 先進的な徒手療法
- 医療針治療
- カッピング療法
- オステオパシーリトリートメント
- カイロプラクティックの調整
- 刮痧
- リンパ治療
- 電気療法
- スポーツテーピング
- 内臓オステオパシー

★ 特別サービス

- 特別サービス
- スポーツ傷害マネジメント
- 手術前後のリハビリ
- 神経リハビリ
- 高齢者ケア
- 産前産後リハビリ
- 栄養サポート
- ホットヨガとピラティ
- 歩行と姿勢の整列療法



優れた結果



技術



経験



ビジョン



そして健康への情熱をもとに、質の高いケアを提供します。

📍 P 191, Hamilton Court Road, Sector 27, Gurgaon-122009, Haryana

☎ +91-81302-11828 ✉ info@prokinesia.com 📅 日~月 08:00~20:00



発行部数
6,000部/毎月



ジュエリーメーカーの販売店

インドで唯一、あなたの好みと予算に
合わせてジュエリーを作成し、目の前でデザインします



古いジュエリーも、お好みと予算に
合わせて新しいデザインに再生できます。



目の前で修理もできます

ダイヤモンドとゴールドジュエリー

★リングサイズ変更 ★クリーニング ★研磨 ★リセッティング



QRコードをスキャンしてWhatsApp
で私たちとつながりましょう

Aastha Jewels

📍 F-11, Sector 27, DLF Phase-1, Golf Course Road,
(ゴルフコースロードにあるジャルサレストランの隣に店舗があります。)

☎ 0124-4100364/ 365, +91-9821400365



ロケーションの確認は
QRコードをスキャンしてください。



アジアの街の味を本格的にお届けするレストラン
アジアのストリートフードを本場の味でお届け

『GONZO GURGAON』 只今営業中！

GONZO - ASIAN TAPAS BAR

THE BOULEVARD, MAGNUM GLOBAL PARK,
GOLF COURSE EXT RD, SECTOR 58, GURUGRAM

ご予約は下記電話番号より承ります。+91-98119-26307 (英語) 定休日なし
月～日 12:30～00:00 (深夜まで営業)

 GONZO.BAR



www.urbangreyfurniture.com

- ISO認証取得企業
- AIOTA認証取得企業
- BIFMA認証取得企業

URBANGREYSのカスタム家具ショップで あなたの空間を変身しましょう

当店のサービス

- オフィス・企業向け家具
- ホスピタリティ家具
- 学校・教育向け家具
- 病院向け家具



Urban Grey Furniture Industries

📍 Plot No. 590, Sector 8, Manesar, Gurgaon -122050

☎ +91-124-4477990, +91-987-1145512 (英語) ✉ projects@urbangreyfurniture.com

その他の場所 : Delhi | Ranchi | Chandigarh



あけましておめでとうございます

皆様のおかげで2026年フォーミュラグループは創業22年目を迎えます。

長年のご愛顧とご支援、誠にありがとうございます。

これからも皆様のインドでの生活をサポートするサービスを提供して参ります。



お住まい&商業スペース探し

FORMULAの最新アプリ「MobiRelo」からお探しいただけます。信頼のアフターサービスで、充実したインド生活を。



FRRO/FRO全般お手続きサポート

経験ある専門スタッフが確実にご手配。インド各州の法に則り、効率的にお手続きを完了致します。



サービスアパートメント

デリー、ガルグラム、ムンバイ、スーラト、アーメダバード、ベンガルール、チェンナイにて自社管理の長期滞在型サービスアパートメントをご提供。



お引越しサービス

お荷物や家具の国内移動、オフィスの移転などの際に、大切なお荷物を、最適な状態で運搬するお引越しサービスをご利用ください。



ドライバー付レンタカー

現在、インド全国で500台以上の車両を所有。ご家族やお子様、女性も安心してご利用いただけます。



ツアーパッケージご手配

お一人からご家族、社員、団体研修旅行までの幅広いツアーパッケージをご要望通りにご提供します。



MobiRelo Technology for Everyone



お問い合わせはお気軽に私たちジャパンデスクまで!



長谷川 大海
ベンガルール



イシャ ヴイドワンス
ムンバイ



青木 志保
デリー-NCR



土橋 美由紀
デリー-NCR



ドゥリチカ スダン
デリー-NCR



ヴィディ ジェーン
デリー-NCR



タンヤ エーブル
デリー-NCR



シュリシティ モハンティ
デリー-NCR

お問い合わせ: [日本語可] +91-99100-13038, +91-96502-99556 | [英語] +91-98181-97782

Eメールアドレス: enquiry@formulaindia.com | ウェブサイト: www.formulaindia.co.jp

デリー | ガルグラム | ムンバイ | プネ | ベンガルール | チェンナイ | ハイデラバード | アーメダバード | スーラト



優れた医療の約束

FORTIS HOSPITAL, MANESAR

350以上のベッド | 95の集中治療室ベッド | 9つの手術室
2つのカテーテル検査室 | 最先端のインフラ | 比類のない臨床専門知識
最先端の技術 | 患者中心のアプローチ
24時間年中無休の救急医療および診断ケア

私たちの専門分野

- ▶ 心臓病学
- ▶ 胸部・心臓外科
- ▶ 神経学
- ▶ 神経外科
- ▶ 整形外科
- ▶ 腫瘍内科
- ▶ 外科腫瘍学
- ▶ 消化器内科および肝臓科学
- ▶ 内分泌学
- ▶ 救急疾患・外傷
- ▶ 腎臓内科および透析
- ▶ 泌尿器科
- ▶ 呼吸器内科および睡眠医学
- ▶ 集中治療
- ▶ 産婦人科
- ▶ 小児科
- ▶ 予防健康診断
- ▶ リウマチ学

PLOT NO. P2, SECTOR 5, IMT MANESAR, GURUGRAM

+91-96540-41308 | +91-90090-01050

FORTIS MANESAR
についての
詳細はこちら





CAFÉ DU JARDIN



場所を確認するために

Asita Parkに 「Café du Jardin」が OPEN!



ご注文は <https://loperaindia.com/shop/> または +91-88000-97255まで。

zomato  **DotPe**  で注文できます | Follow @loperaindia   

