



## An information Magazine for the International Community in Kochi

在住外国人のための生活情報冊子「TosaWave」84号(2023年9月発行) 発行:(公財)高知県国際交流協会

Whether you're missing the familiar tastes of your home country, or you want to have another chance to try that delicious dish you discovered when traveling abroad, know that you can enjoy authentic foreign flavors right here in Kochi! In this issue, we report on where you can buy Vietnamese, Korean, and American foods in Kochi City!

### Foreign Flavors You Can Buy in Kochi

こうち か がいこく あじ  
高知で買える外国の味

故郷の味が懐かしい人、旅で出会った外国の味をもう一度体験したい人、高知でも本格的な外国の味を楽しめますよ!今回は、高知でベトナム、韓国、アメリカの味を買えるところを取材しました!

### Searching for the Taste of Our Home Countries in Kochi!

Kochi City CIR Maud Mary O'Connor

I love Japanese food, but sometimes I miss the taste of my home country, the U.S. In this article, I will introduce stores where you can buy imported food products when you're feeling homesick. The Korean and Chinese Coordinators of International Relations, a KIA staff member, and I made a stop at Kaldi Coffee Farm and Yesmart in Aeon Mall Kochi to search for products that reminded us of home.



【A-1】I found oatmeal at Kaldi.

カルディコーヒーでオートミールを見つけました。

### We Found American Snacks at Kaldi!

In addition to coffee, Kaldi Coffee Farm carries delicious things from all over the world. Out of all the American foods at Kaldi, I chose the ones that I often ate as a kid, such as microwave popcorn, California raisins, instant oatmeal, and apple juice. I didn't expect to find so many familiar products for such reasonable prices!



【A-2】I bought Sikkhe at Yesmart.

Yesmartでシッケを買いました。

### Authentic Korean Flavors at Yesmart

Next, we went to Yesmart, a supermarket that sells Korean products. After seeing the Yesmart product line-up, Korean CIR Lee Rang remarked: "There are many good Korean restaurants in Kochi, but it's hard to find the right ingredients if you want to make Korean food



【A-3】Taste-testing with the CIRs.

国際交流員で試食をしました。

### 高知で母国の味を探してみよう!

こうち しこくさいこうりゅういん  
高知市国際交流員 モウド メリー オカナー

日本料理を食べることが大好きですが、たまに私の母国アメリカの味も恋しくなります。今回は、そんなときに輸入食品を買うことができるお店を紹介いたします。国際交流員(韓国・中国)とKIAスタッフと一緒にイオンモール高知にある、カルディコーヒーファームとYesmart(イエスマート)へ行って、私たちの故郷が懐かしく感じられる商品を探しに行きました。

### カルディでアメリカのお菓子発見!

カルディコーヒーファームでは、コーヒーの他に世界中の美味しいものがありました。アメリカの食品では、電子レンジ用ポップコーン、カリフォルニア産の干しぶどう、インスタントのオートミール、リンゴジュースなど、子どもの頃によく食べたものを選びました。懐かしい食材が手ごろな値段で購入できるなんて思わなかったです!

### Yesmartで本場韓国の味

つぎは、韓国の食品があるスーパーYesmartへ行きました。Yesmartの品揃えをみて、韓国の国際交流員は「高知県内においしい韓国料理店は多くありますが、自分で作ろうとするとなかなか食材が手に入りません。でもYesmartには、韓国本場の味付けをしているキムチやお菓子、レトルトのスープなど

yourself. At Yesmart, however, you can find kimchi, sweets, ready-made soups, etc. with authentic Korean seasoning that you'd otherwise only be able to purchase online."

### Time to eat!

We all shared the Korean and American foods and drinks that we'd purchased. I was able to enjoy the nostalgic taste of hot oatmeal with raisins, as well as try spicy Korean ramen and marinated quail eggs for the first time. You might also be able to find the foods you've been missing, or even new foods from overseas at Kaldi and Yesmart!

#### ○Kaldi Coffee Farm (Aeon Mall Kochi Store)

Location: 1 F Aeon Mall Kochi, 1-4-8 Hadaminamimachi, Kochi City, Kochi Pref. 〒780-0026  
Hours: 10:00 a.m. - 9:00 p.m.  
Phone: 088-826-8085

#### ○Yesmart (Aeon Mall Kochi Store)

Location: Main building of Aeon Mall Kochi, 1-4-8 Hadaminamimachi, Kochi City, Kochi Pref. 〒780-0026  
Hours: 10:00 a.m. - 9:00 p.m.  
Phone: 070-8815-5252



【A-4】 They have Korean foods at Kaldi, too!

カルディにも韓国の食材があります!



【A-5】 All of the foods and drinks we bought at Kaldi and Yesmart!

カルディとYesmartで買った食品と飲料を揃えました!



【A-6】 Piping hot microwave popcorn.

あつあつの電子レンジ用ポップコーン。

「があり、高知にいと通販でしか手に入らないものがたくさんありました。」と驚いていました。

### いただきます!

購入した韓国とアメリカの食材をみんなで試食しました。わたしは、温めたオートミールに干しぶどうを混ぜて、懐かしい味を楽しみました。韓国の辛いラーメンや味付けされたうずら卵も試食しました。皆さんが探している母国の懐かしい味、

または新しい海外の味もカルディコーヒーファームやYesmartで見つかるかもしれません!

#### ○カルディコーヒーファーム イオンモール高知店

場所) 〒780-0026  
高知県高知市秦南町1丁目4-8  
イオンモール高知 1F  
時間) 10:00~21:00  
電話) 088-826-8085

#### ○Yesmart イオンモール高知店

場所) 〒780-0026  
高知県高知市秦南町1丁目4-8  
イオンモール高知 本館  
時間) 10:00~21:00  
電話) 070-8815-5252

## Vietnamese Flavors You Can Savor in Kochi

Kochi Prefectural CIR Hoang Thu An

The largest community of foreigners in Kochi Prefecture is the Vietnamese community. Trang Pho in Nankoku City and Cuong Quan in Kochi City are well known as two places Vietnamese residents often go to get authentic Vietnamese food ingredients. For this article, we went to both locations to see what we could find.

In addition to serving dishes that can be enjoyed in-store, both restaurants sell Vietnamese food products, condiments, and snacks. When



【B-1】 Trang Pho  
ちゃんフォー

## 高知で味わえるベトナムの味

高知県国際交流員 ホアン トゥー アン

県内在住外国人の中で最も多いベトナム人。そんなベトナム人がよく通ってベトナムの食材を手に入れる場所といえば南国市にある「ちゃんフォー」と高知市にある「Cuong Quan」が知られています。今回はその2か所へ取材に行ってきました。

どちらも店内で楽しめるメニューの提供と、食材・調味料・お菓子などの販売をしています。店長のお勧めを聞いてみたところ、「ちゃんフォー」では自慢の“牛肉フォー”、「Cuong Quan」では売上No.1のフォー以外に色々な種類の“バインミー”も



【B-2】 Cuong Quan  
Cuong Quan

I asked the managers of each restaurant for their recommendations, the manager of Trang Pho suggested their specialty, beef pho, and the manager of Cuong Quan introduced me to their numerous types of banh mi sandwiches in addition to their best-selling pho.

When I took a look at the shelves in the stores, I saw that they were lined with products familiar to Vietnamese people, such as dried pho noodles, rice noodles, nuoc mam dipping sauce, chili sauce, and shrimp crackers. The drink section was stocked with Redbull, an energy drink that is popular among Vietnamese men, and had a wide selection of canned drinks that brought me back to my childhood.

Both stores also have several large freezers full of a wide variety of products, from fish, chicken, beef, and Vietnamese-style ham to frozen fruit, vegetables, and herbs. Cuong Quan also sells fresh seasonal vegetables. When I visited, they had water spinach, sponge gourd, and more.

If you go to Trang Pho and Cuong Quan, you can get a taste of Vietnamese cuisine and purchase authentic ingredients without leaving Kochi. More information about each store can be found below ↓



【B-3】Dried noodles and condiments  
かんめん しょうみりょう  
乾麺や調味料



【B-4】Drinks and snacks  
ドリンクやお菓子  
ドリンクやお菓子



【B-5】Frozen fish and meat from Vietnam  
ベトナム産の冷凍の魚や肉  
ベトナム産の冷凍の魚や肉



【B-6】Seasonal vegetables  
季節の野菜  
季節の野菜



【B-7】Coconut juice that people in Vietnam often drink  
ベトナムでよく飲むココナッツジュース  
ベトナムでよく飲むココナッツジュース



【B-8】They had shrimp crackers, too!  
えびせんもあります！  
えびせんもあります！



【B-9】Shrimp crackers can be cooked in the microwave  
えびせんは電子レンジで調理できます  
えびせんは電子レンジで調理できます



【B-10】When the shrimp crackers puff up, they're ready to be eaten!  
えびせんがふくらんだら食べごろ！  
えびせんがふくらんだら食べごろ！

ご紹介いただきました。

店内の商品棚を見渡すとそこには乾麺フォー、ブン、ヌックナム、チリソース、エビせんべいなどといったベトナム人になじみのある商品がズラリと並んでいます。また、ドリンクコーナーではベトナム男性に人気エネルギードリンク“RedBull”や懐かしい缶ジュースが豊富に揃っています。

それだけでなく、どちらにも大きい冷凍庫が数台あり、魚、鶏肉、牛肉、ベトナム風ハムから冷凍フルーツ・香辛野菜まで様々な食材が所狭しと入っています。

Cuong Quanでは季節によっては新鮮な野菜も販売しています。取材に行った時は空心菜、ヘチマなどがありました。

「ちゃんフォー」と「Cuong Quan」に行けば高知でもベトナム料理が気軽に楽しめて、現地の食材も購入できます。お店の情報はこちら↓

○Trang Pho

Currently closed. Plans to reopen soon.  
Phone: 070-4565-2516

○Cuong Quan

1-3 Honmachi, Kochi City  
Hours as of August 1, 2023:  
Thurs, Fri, Sat, Sun  
10:30 a.m. – 9:30 p.m.  
Phone: 070-1550-6915



【B-11】 They also had frozen frog legs!  
カエルの足の冷凍品もあります！

○ちゃんフォー

げんさいいんてんず? ちかちかさいかいまてい  
現在閉店中。近々再開予定。  
TEL : 070-4565-2516

○Cuong Quan

こうちしほんまち ちうめ  
高知市本町1丁目3  
2023年8月1日からの営業時間：  
もん ぎん ど にち  
木・金・土・日  
あさ 10:30 ~ ばん 9:30  
朝10:30~夜9:30  
TEL : 070-1550-6915

## Get Prepared for Natural Disasters

The Kochi Prefecture Disaster Preparedness App is now available in multiple languages.

This app sends you a warning notification when a natural disaster is likely to occur. You can use it by downloading it on your smartphone.

The app is available in Japanese, English, Chinese (Simplified and Traditional), Korean, Vietnamese, Bahasa Indonesia, and Tagalog.

With this app, you can:

- Keep up-to-date on heavy rain and typhoon information
- Receive warning notifications on your smartphone
- Check the Disaster Preparedness Map
- Determine which areas are dangerous and which are safe

For questions about the Disaster Preparedness App, please contact:

The Kochi Prefecture Crisis Management and Disaster Prevention Division, Crisis Management Department (088-823-9320)

## 【災害に備えましょう】

こうちけんぼうさい  
高知県防災アプリが多言語化されました。

さいがいお  
災害が起こりそうなときには、アプリからメッセージがきます。アプリをスマートフォンにダウンロードして、利用してください。

げんご にほんご かんたいちうぶん かんたいちうぶん ほん  
アプリの言語は、日本語・English・简体中文（繁体中文）・繁  
たいちうぶん  
體中文・한국어・Tiếng Việt・Bahasa Indonesia・Tagalog があ  
ります。

- おおあめ たいふう かくにん  
大雨・台風を確認できます。
- スマートフォンでメッセージを受けとることができます。
- ぼうさい かくにん  
防災マップを確認できます。
- きけん ばしよ あんぜん ばしよ  
危険な場所と安全な場所がわかります。

ぼうさい  
防災アプリに関するお問い合わせ：

こうちけん ききかんりぶ ぼうさいか  
高知県 危機管理部 危機管理・防災課 088-823-9320



【C-1】 Leaflet for the Disaster Preparedness App

けんぼうさい  
県防災アプリチラシ