

生き生き 韓国文化

2026年1月
vol. 40

冬の過ごし方



氷上そり ©中央日報

こんにちは！韓国国際交流員のチェ・スヨンです。
2026年、あけましておめでとうございます！
今回は冬を迎えて、韓国人は冬をどう過ごすのかを紹介します。

オンドル

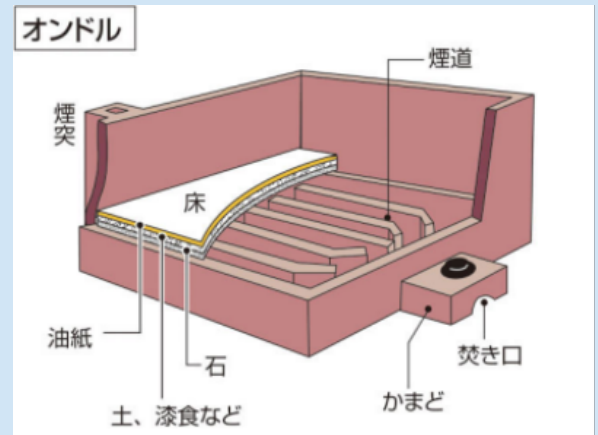
「オンドル」とは、韓国の伝統的な暖房システムです。約2,000年前から始まったと推測されます。かまどから作られた熱気を含む煙が、煙道を通りながら床下の平たい石を温め、煙突を抜け出る仕組みです。

オンドルは温まった石の熱が床に伝達される熱伝導現象と、熱気が部屋に広がる輻射現象、部屋中の空気が循環する対流現象を利用し、熱効率が高いです。炊事と暖房が同時にできるのも特徴です。

オンドルは構造的にかまどに近い床がもっと温かいので、昔は客をかまどに近い方に座らせてもてなしました。また、保温炊飯器がなかった頃、温かい床に布団を床にかけ、その中にご飯やおかずを盛った重箱を置いて保温しました。

現代にもオンドルは引き継がれています。韓国では温水パイプを利用した床暖房も慣習的にオンドルと呼びます。大方の韓国の住宅に温水暖房が設置されているのもオンドルの影響です。

一方、韓国人はオンドルに慣れていて、室内温度を高く保つ傾向があります。韓国の一般家庭の冬期室内温度は平均22℃から25℃で、冬にも室内で半袖と半ズボンを着る人がいます。このようにオンドルは韓国の住居文化と密接な関係にあります。



オンドル / デジタル大辞泉(コトバンク)



布団に覆われた茶碗 / 慶南道民日報



一階にオンドルが設置された香遠亭 / 国家遺産庁

プルパン

代表的な韓国の冬のおやつとして、「プルパン」があります。プルパンとは、鉄板の型に小麦粉の生地を注ぎ、中にあんこを入れて焼いたパン類の食べ物です。プンオパン（たい焼き）、クッカパン（掬パン）、ホドゥガザ（クルミ菓子）、タンコンガザ（ピーナツ菓子）など、型の形によって色んな名前と呼ばれます。

朝鮮戦争以降食糧不足が深刻だった時期、プルパンは安価の庶民の食べ物として広がりしました。アメリカから大量の小麦が輸入され、小麦粉を使用した様々な庶民的な料理が普及されたからです。長年愛されてきたプルパンですが、残念ながら最近は高物価によりどんどん値上がりし、屋台も少なくなっています。



プンオパン（たい焼き）



クッカパン（掬パン）

オルジュガ

オロ ジュゴド アイス アメリカノ
얼어 죽어도 아이스 아메리카노

→ 凍って死んでもアイスアメリカーノ

韓国人の特徴の一つは冷たい飲み物が好きということです。それを表す言葉が「オルジュガ」です。韓国では死ぬほど寒くてもアイスアメリカーノなど冷たい飲料を飲んでいる人々をよく見かけます。

ちなみに、反義語は「トジュッタ（더죽따）」、「暑くて死んでも暖かい飲み物（더워 죽어도 따뜻한 음료）」です。



ネット上で人気のオルジュガの画像