

JCSだより

PO Box 1690, Chatswood NSW 2057 Phone 0421-776-052 Email jcs@japanclubofsydney.org



11月号
2017年

シドニー日本クラブ(JCS)は、オーストラリアに住む日本人および日系人家族の親睦を図り、オーストラリア社会の一員として日本文化の定着とその維持に努め、また他の諸民族の人たちとの相互理解の向上を図ります。



今月26日(日)はちょっと早めの忘年会!

お知らせ

JCS日本語学校が国際クラスを開講
シドニー日本クラブの忘年会〔11月26日(日)に鱈屋で開催〕
コミュニティーネット「シニアのおしゃべりサロン」
親睦の会だより「11月例会“楽しみましょう!忘年会!”」
琉球忍者ディナーショー/チャリティー子供ショーのお知らせ

活動報告

シドニーソーラン踊り隊が二つのコミュニティフェスティバルで演舞
本誌コラム執筆者の「筆者の会」を開催

日本語学校

JCS日本語学校の活動報告 シティ校⑧/ダンダス校⑨/エッジクリフ校⑩
JCS日本語学校の生徒が「NSW Minister's Award」を受賞! ⑩
JCS教育支援委員会より「日本語学校合同教員研修会の報告②」 ⑪

コラム

- スポーツ天国●ワールドカップ ⑤
- 私、ハマってます!San Francisco Diary⑫
- キラリと光る●小林由加子さん ⑬
- 江戸めがね●うどんと蕎麦 ⑭
- 声と、笑顔と、音楽と ⑮
- おじゃまします●Japan Foundation⑯
- 翔け!マイグラント保護者への教育⑰
- 科学の小箱●ノーベル賞2017 ⑳
- 健康レシピ●手作りケチャップ ㉑
- 外食日記●The Tea Salon ㉒
- 仏教語からできた日本語●通達 ㉓
- 法律Q&A ㉔
- 暮らしの医療●口腔灼熱症候群 ㉕

アートシーン

- [DVD]ツギ文具店 ⑰
- [書籍]もものかんづめ ⑱
- [音楽]Out of Silence ⑲

表紙の絵	②	今月の喜怒哀楽	⑳	役員一覧	㉑
理事会から	④	編集から	②	会員特典	㉒
編集後記	㉔	読者から	②	入会・広告案内	㉓

NOV 2017

編集から

投稿原稿募集！

原稿は、趣旨を変えない範囲で手を加える場合があります。文字数は最大1000文字です。投稿原稿は、誌面や内容、時期などの都合により掲載を見合わせる場合がありますので、ご了承ください。

告知板について

「告知板」は会員の方が「売ります」「買います」「探し物」「教えます」など、個人の広告を掲載するコーナーです。会員の方なら、一回に限り無料で掲載できますので、ご利用下さい。

読者から

読者の声募集！

会員の方の生の声を募集しています。本誌を読んだ感想や、誌面に対する注文、会に対しての要望、日頃感じていることなど、何でも構いません。皆さんからの率直なご意見や、誌面に対する感想などが、今後の誌面作りに多いに役立ちます。また、絵や写真、詩、俳句、短歌などでも構いません。お気軽にお寄せください。

投稿先は、Email: hbma@optusnet.com.au まで。
※内容や文字数など、編集上の決まりによって、要約したり、場合によっては掲載を見合わせる場合があります。

JCS日本語学校が国際クラスを開講

シドニー日本クラブ(JCS)の日本語学校では、両親が日本人以外の方でお子さんに日本語を学ばせたいという、Non Japanese Backgroundの方を対象に、日本語の国際クラスを開講することになりました。

2018年の新年度からエッジクリフ校の教室を借りて授業を行います。授業日や授業時間などはエッジクリフ校の日本語学校と同じで、年間4学期制、毎週土曜日午後2時から4時35分の3時制限です。

授業は英語で行い、日本に興味を持ってくれるように、様々なトピックで楽しい授業を行います。対象はY3からY9ですが、それ以外の方もご相談ください。

お知り合いのオーストラリア人でお子さんに日本語を学ばせたいという方がおりましたら、是非、ご案内ください。申し込み・問い合わせは、エッジクリフ校までお願いします。



JCS日本語学校エッジクリフ校
Email: jcs.edgecliff@gmail.com
edgecliff.japanclubofsydney.org

■表紙の絵



夏が初まり出すと、毎年、花を咲かせる(kangaroo paw)をよく見かけます。正式にはアニコザントスといってギリシャ語で「開いた花」というそうです。名の由来は、花の形がカンガルーの前足に似ているところからきています。初めて見たときは、「本当！カンガルーの足みたいだ！」と驚きました！とても可愛いですよね。(Hikaru)

【作者プロフィール】 中学で大阪府主催絵画展優秀賞受賞。高校では全国ポスターコンクールに入選。日本の某社製品企画課テキストスタイル部に所属し、千趣会、生協、百貨店、量販店で、自社やコシノ・ジュンコ、ハローキティ製品の作成に携わる。1994年シドニーに永住。National Art School、Julian Ashton Art Schoolに通い絵画を学ぶ。

本誌のカラー版は、電子版をダウンロードしてお楽しみください。

www.japanclubofsydney.org

JCS行事予定

月	会全体	親睦の会	コミュニティーネット	City校	Dundas校	Edgecliff校
11月	理事会(1日) 本誌発行(6日) 忘年会(26日)	例会(26日)忘年会	シニアのおしゃべりサロン(22日)	委員選出保護者会(11日) TC会議(18日)	体験授業②(4日) 教員研修会(11日) TC会議(18日)	TC会議(25日)
12月	理事会(6日) 本誌発行(4日)	日本の祭り(9日)	お休み	終業式(9日)	終業式・お楽しみ会(9日)	終業式・お楽しみ会(9日)



Japan Club of Sydney

今年も1年お疲れさま
でした!

忘年会

11月26日(土) 6~9 pm

特別宴会ビュッフェ

お一人様

\$ 65(会員) \$ 75 (非会員)

子供 \$ 25

- ファーストドリンク込み
- お刺身 / Kingfishの姿造り カルパッチョ仕立て
- お寿司各種 ●寿司カウンターにて
日本人寿司シェフによる握り寿司のパフォーマンス!
- 煮物 / ブリ大根、きんぴら、肉じゃが
- 焼き物 / 鰻巻き玉子、バラマンディの味噌焼き
- 仔羊の肩ローストトマト煮込み、
- 焼き鳥 / サーモンの砵巻き
- 一口蕎麦 ●デザートつき!



昭和浪漫
みんなで歌おう~!



鉄腕明日夢 ゆきなおき



豪華賞品
トリビアクイズ
& ラッフル

参加申込みは jcs@japanclubofsydney.org まで



Masuya Japanese Restaurant
12-14 O'Connell street
2000 Sydney, Australia



10月の 理事会から

日時: 10月4日(水) 19時~21時 場所: Dougherty Community Centre, Chatswood
 出席: 八重樫領事、Chalker、水野、Fraser、Costello、Teng、光岡、Richter(監事)、Gault(フラアロハ)、加藤(フラアロハ)、渡部
 欠席: 水越、平野、藤田、林、Joannes、多田、川上、Cox (敬称略、順不同)

討議に先立ち、初めて理事として参加した光岡理事に加え、監事のRichterさん、フラアロハの二人を歓迎、そして水野相談役の活動再開に対し謝意を伝えた。

1. 新クラブ承認について

フラアロハ事務局担当、加藤真理さんと、指導者のゴルト良子さんが活動について説明をした後、質疑応答が行われ、最後に全会一致でJCS傘下のクラブとして承認された。

2. ウィロビー日本祭り(9月9日)総括

天候にも恵まれ、多くの人が集まり、3回目ということでステージ進行等スムーズに行うことができた。役員、学校関係者を始め、ボランティアもよく働き成功裏に終えることができた。親睦の会の皆さんの上手なセールスのお陰で売り上げを伸ばせた。

3. 忘年会について

日時: 11月26日(日) 6時~9時

会場: 鱈屋(定員80人)

食事はbuffet方式

○会費: \$65(会員大人) \$25(会員子供) / 非会員 \$75(非会員子供 \$35)

○出し物: 数組のステージ、スライドショー、トリビア、ラッフル抽選を予定。

○招待状の送付を完了。ラッフル景品の寄贈願ひも送付済。既に数件申し出があった。

4. 日本語学校報告

●City校: 10クラス、生徒数154人、116家族

9月9日にエッジクリフ校と合同の運動会を開催した。お天気にも恵まれ、生徒とともに保護者も参加して盛り上がった運動会となった。16日には、労働党影の教育大臣Jihad Dib氏と松尾首席領事が来校され学校見学を行った。9月26日には、ミニスターズアワード授賞式典が行われ、ジュニア部門の三島明くん、シニア部門のダウニージャックくんがともにHighly Commended賞を受賞した。

●Dundas校: 10クラス、生徒数109人、77家族

9月9日は選挙により休校。ウィロビーの日本祭りではフェイスペイントを行い盛況だった。9月16日の運動会は、イベント係と運動会実行委員会を中心に行った。天気にも恵まれ、充実した一日となった。4学期のオープンデーの受付を終了。現在23名のオープンデー参加希望者に加え、1~2名のアンケート返信待ち。全教員面談を終了。臨時アシスタントの先生が3学期を以て退任。他アシスタントの先生も退任されるため、現

在アシスタントの先生を募集中。

●Edgecliff校: 2クラス、生徒数29名、27家族

9月9日にシティ校との合同運動会を開催。昨年について2回目の運動会で、シティ校の大きなお兄さん、お姉さんたちを間近に、子どもたちはたくさん仲間のいるシティ校との運動会を楽しみにしていた。保護者の方も親子競技や綱引きに参加して、子どもと一緒に汗をかいていた。同じ日にチャッツウッドで開催された日本の祭りには、運営委員や先生をはじめ、保護者の方も運動会の後、お祭りに駆けつけてくれた。スクールホリデーに入り、4学期は10月14日から始まるが、21日はオープンデーと体験授業を予定。また、エッジクリフ校の教室を借りて、新年度からノンバックグラウンドの子どもを対象にした国際クラスを始める。両親が日本人でなくても日本語をお子さんに学ばせたいと考える親御さんがかなりいるので、学校としても極力学びの場を提供できるようにしていきたい。

5. Matsuri Japan Festival(12月9日)

出店も既に決まり、ステージでのパフォーマーもほぼ決定。クラウドファン্ডで盆踊りの櫓設置を計画。

6. JCS設立35周年(2018年)記念事業(案)

第一弾として、来年1月20日~25日の間か、2月初旬に、「キャンベラ日帰りバスツアー」を会員に告知し募集する。内容は、日本大使公邸表敬訪問&アフタヌーンティー、国会議事堂、戦争記念博物館等の見学を計画。5月にはBBQを計画。

7. その他

○パラマッタ駅前広場での日本の祭りを来年6月開催の方向で検討。

○八重樫領事より、10月10日に公示され11日から16日まで行われる第48回衆議院選挙の在外投票について、広くシドニーに住む日本人に告知するよう依頼をうける。

○DOE(デューク・オブ・エジンバラ)についてのJCSでのユニット設立につき、今後の理事会で具体的な活動内容について検討していく。

○会員世帯数 335世帯(一般115、学校220)

※次回理事会 2017年11月1日(水)午後7時~



アングリケア・ディサービス 「シニアのおしゃべりサロン」 次回は、11月22日(水)



ロンガヴィルの閑静な住宅街にある、65歳以上の日系の方を対象とした「シニアのためのサロン」です。チャツウッドからの送迎バスがあります。なお、参加ご希望の方は1800-200-422へおかけになり、「Anglicare Services LonguevilleのSocial Club」に参加されたい旨をお伝えになり、事前の登録をお済ませください。「Japanese please!」と言うと日本語通訳へもつなげてもらえます。

また、ウェブサイト www.myagedcare.gov.au での登録も可能です。

人数に制限がありますので、継続参加が可能な方歓迎です。

(事前申し込み必須)

開催日: 11月22日(毎月第4水曜日開催)

時間: 午前10:30～午後2:30

会場: アングリケア・デイセンター(ロンガヴィル)

Christina & Arabella Streets の角、Longueville 2066

無料送迎バス: MOSAIC前(12 Brown Street, Chatswood)

午前10時出発(時間厳守)

参加費: \$20(和食弁当、お茶菓子含む)

活動内容: 歌、ラジオ体操、古典文学、川柳、アート等

申込先: jcscommunitynet@gmail.com(京子まで)

連載コラム

スポーツ天国 SPORTS



109

どうなるサッカーワールドカップ出場?

2018年ロシアで開催されるサッカーの世界カップですが、日本代表は最終予選を1位で通過して本選出場が決定しました。ライバルのオーストラリア代表は、まさかのB組3位となり、大陸間プレーオフの出場をかけてA組3位のシリアと対戦し、なんとか勝つ

ことができました。

大陸間プレーオフは、北中米カリブ海最終予選4位チームのホンジュラスと、11月6日、11月14日に本選出場をかけた試合を行います。ちなみにオセアニア予選1位のニュージーランドは、南米5位のペルーとの対戦です。どちらも、ドキドキな展開ですね。(ぴか)

※会員の皆さんからの情報も受け付けています。

Eメールは、kenerit@gmail.comです。

よろしくお願ひします。(ぴか)

親睦の会 だより

皆さんの地区幹事

- ・A地区 (North Sydney以南) 加藤真理 (Tel: 0405-235-365)
Email: marikato777@gmail.com
- ・B地区 (Chatswood以東) 朝比奈富美子 (Tel: 9453-0058)
Email: fumikopixie@gmail.com
- ・C地区 (St.Ives以北) 朝比奈富美子 (Tel: 9453-0058)
Email: fumikopixie@gmail.com

親睦の会役員

会長: 林さゆり、副会長・会計: リヒター幸子、幹事: 加藤真理、事務局: 斉藤直子
ボランティア: 朝比奈富美子、橋本克子、村田智富子 (五十音順)

【会員募集】 シドニー日本クラブ会員の親睦と交流の集いです。和やかな雰囲気の中、和食弁当を食べながらの情報交換後は、様々な趣向を凝らした内容で楽しんでいます。現在の会員数約90名。JCSシドニー日本クラブの会員でしたら入会金は不要。年齢・性別・国籍は問いません。ビジターも大歓迎です。新しい輪を広げましょう。お気軽にご参加ください。

【11月例会】 楽しみましょう！忘年会！

大いに笑って、飲んで食べて、この1年の労をねぎらい、新しい1年に向けてパワーを養いましょう。忘年会では、JCSの傘下グループ・団体の今年の活動ぶりをスライドを流しながら振り返ります。親睦の会のお席は、ステージに近い特別席を用意しています。

コントやトリビアクイズ、ラッフル抽選会など盛り沢山の内容です。賞品を当ててご家族のお土産にしましょう。また、「昭和浪漫」と題して、歌手にも起こしていただきます。懐かしい昭和時代の歌を歌いましょう。

お食事はビュッフェスタイルで、刺身類、寿司各種、煮物各種、焼き物各種、デザートその他に日本人シェフによる握り寿司のパフォーマンスもあります(詳細は本誌3ページ参照)。飲み物は、乾杯用の最初の1杯は参加費に含まれています。それ以上は各自でお支払いください。

今年も乞うご期待！お気をつけていらしてください。

■日時: 11月26日(日) 受付5:30pm、開宴6pm、終宴9pm

■会場: 鱒やレストラン

■住所: Basement, 12-14 O'Connell Street, Sydney

■参加費: 会員: 大人65ドル、非会員: 大人75ドル、
子供(Y1~Y6)25ドル

■申込み: 地区幹事までお早目にお知らせください。(80席用意してありますが、満席になり次第締め切らせていただきます。)

■お支払い方法: 小切手またはマネーオーダーを、前以ってJCS事務局まで郵送されるか、以下の銀行口座に振り込みをお願いします。尚、それが難しい場合は、忘年会当日に受付けで現金にてお支払いになっても構いません。その場合、申し込みの際に、地区幹事にその旨お伝えください。土壇場のキャンセルは、全額お支払い頂

くこととなりますのでご了承ください。

- ・小切手宛名は「Japan Club of Sydney Inc.」
郵送先: JCS, PO Box 1690, Chatswood NSW 2057
- ・銀行口座名: Japan Club of Sydney Inc.
支店番号 (BSB): 032-002 口座番号: 51-3156

【日帰りバス旅行】

10月6日(金)期待に胸弾ませる会員を乗せた貸切バスが、チャッツウッド・ドガティセンターからブルーマウンテンズのルーラへと出発。途中グレンブルークで休憩を取り、到着して直ぐフェアモントリゾートの庭園を見学していると、残念なことに雨が降ってきてしまいました。場所をHANAレストランに移し、美味しい和食を堪能しながら談笑している内に、なんと素晴らしいお花見日和と変わりました。ガーデンフェスティバル中のルーラでは、駅前の見事な桜並木や綺麗なお花で埋もれる個人宅ご自慢の庭園を満喫しながら次々と廻りました。色鮮やかな花に見惚れた参加者達の笑顔がお庭に溶け込みました。



■【訃報】 タスマニアにご在住でいらしたクームス秀子様(88歳)が、突如脳卒中のため、逝去されました。シドニーご在住中はJCS理事として、さらに親睦の会の前身であるシニア会の会長としてもご活躍され、



特に教育委員会の立ち上げとグラント申請に関して多大な貢献を果たされました。

今年の6月例会では「米寿の方々をお祝いの会」を開催しましたが、その時にお越し下さるよう伝えましたら、「タスマニアでも色々な会の役員をしていて、忙しい毎日を過ごしています。とても残念ですが出席できません。みなさまにもお目にかかりたいと思っています。呉々もよろしくお伝えくださいますように」と、お元気なお声で話されていました。突然の悲しい知らせに信じられない思いです。心からお悔やみ申し上げます。



10月はふたつのフェスティバルで踊りました！

日本総領事館ではコミュニティ・フェスティバルでの日本文化紹介事業を実施していますが、このほどシドニーソーラン踊り隊にコミュニティ・フェスティバルへの参加が打診され、10月に開催された二つのフェスティバルに参加して、踊りを披露してきました。

ひとつはイーストウッドで開催された「Granny Smith Festival」で、10月21日(土)に。もうひとつはラケンバの「Haldon Street Festival」で、10月28日(土)でした。どちらも多くのひとが集まり盛況でした。

来月はシドニーで最大の日本の祭りがダーリングハーバーで催されます。もちろん踊り隊も元気いっぱい踊ります！応援よろしくお祈りします。

私たちの踊りが少しでも日豪文化交流に結びつくようにと元気に踊っています。一緒に踊りたい方、大歓迎です！お気軽に練習にご参加ください。

①Cammeray Public School (Palmer Street, Cammeray) 毎週土曜日2時～3時

②シドニー市内では初心者の方を中心に練習しています。毎週水曜日6時45分～8時

参加ご希望の方は、高尾 実(携帯:0434-711-925または、

Email:jcs.soran@gmail.com)までご連絡ください。

<http://sydneysoran.wix.com/dancetroupe>



フラダンスを踊りませんか？

JCS Hula Aloha Hawaiian Groupは、シドニーにフラダンスの会として発足して6年経ち、先日、JCSの正式なクラブとして理事会にて承認されました。

体を動かす気持ちの良さを感じながら、明るく楽しく美しく、健康をモットーに和気あいあいと踊っています。

興味のある方は是非見学にいらして下さい。年齢は問いません。

練習日:第2・第4火曜日午前11時～12時

場所:Dougherty Community Centre Annex, Chatswood

お問い合わせは真理まで

電話:0405-235-365



筆者の会を開催

去る10月8日に、クローズネストの「魚や」にて今年度の筆者の会を開催致しました。普段、紙面の記事しか読んでいない他の筆者の皆さんと実際に会える貴重な時間を十分に楽しませて頂きました。最後の恒例クイズコーナーでは、見事難問を解説したマーン薫先生(City校)が今年度の王者となりました！

新しく筆者になりたいと思われる方は、是非、編集長(editor@japanclubofsydney.org)までご連絡下さい。



JCS日本語学校シティ校 JCS Japanese School

- 学校: Ultimo Public School
(Cnr Quarry & Wattle Streets, Ultimo NSW 2007)
- 連絡先: PO Box 902, Glebe NSW 2037 電話: 0452-141-618
- 授業: 毎週土曜日 / 幼児部: 9:30~12:10、小学部: 9:30~12:15
- Email: student.city@jcs.org.au
- http://cityschool.japanclubofsydney.org/



オープナーを開催しました

皆様、いかがお過ごしでしょうか? 気づけば、もう4学期の半ば、あと少しで今年も終わりですね。

先日、来年度の新生に向けてのオープナーを開催しました。元気いっぱいの子ども達も来年も多く入学することが決定しております。

3歳半からJCS日本語学校に通い始め、高校3年生まで頑張ってお勉強をしている生徒がだんだん増えていきます。大変素晴らしいですね。今年は、2名の高校3年生の生徒がJCS日本語学校を卒業します。長年、よく頑張りました! 12月には、卒業式、終業式を開催します。終業式では、各クラスでクラス発表をしますが、生徒たちの成長ぶりも見られるので保護者の皆様もきっととても楽しくご覧いただけると思います。習い事は、保護者の皆様のコミットメントがないと成立しません。保護者の皆様、引き続きお子様のサポートをどうぞよろしく願いいたします。

クラス紹介 もみじ組

2016年、11月末のこと。「来年は木の名前でいきましょう!」CITY校のクラスの名前は、クラス編成のたびに毎年変わりますが、2017年度のクラス名は木の名前でいくことが決定しました。担任が自分のクラスの名前を決めるのですが、これがけっこう悩んでしまいます。さくら、まつ、いちよう、など私の中ではいくつかの名前が浮かびましたが、その中で「もみじ」という名前がパッと光りました。秋に赤くなる葉っぱがなんとも美しく日本の季節を感じさせてくれて、とっても好きなんですよね。それに、子どもたちが聞いたことがある名前かもしれません。よ~し、「もみじ」にしよう! 「もみじ組」の名前の誕生です!

もみじ組には、Y1からY3の子どもたちが16人集まっています。男の子が多いこともあり、とても元気なクラスなので、私も負けてられません。毎週、エネルギーを温存して土曜日にのぞみ(笑)、子どもたちといっしょに、元気に土曜日を過ごしています。

3学期にはスピーチコンテストがあり、2学期から毎週授業内でその準備をしていました。題は「わたし・ぼくががんばっていること」。この題について授業内で話しあった時のことです。私は漠然と、水泳、ピアノなど習い事について話す児童が多いのでは、と予想していました。でも、なんと、男の子たちの半分は、「ぼくががんばっていることは、ゲームです。」と言うのです。「え? ゲーム? え? え?」びっくりしました。マイクラフトという言葉が多く出てきましたが、私には、男の子に人気のあるゲーム、ぐらいの認識しかありませんでした。その後、毎週少しずつ作文書きに費やす時間を取っていきました。ある児童が書いた作文を読みると、ゾンビ、クリーパー、スケルトン、モンスター、ワールド、など、分からない言葉が多く出てきてちんぷんかんぷんだったような記憶があります。もともとゲームに出てくる言葉を知らないのに加え、子どもたちはカタカナを書き間違えたりしますから、ゾンビが「ずんビ」、クリーパーが「くるパー」、ワールドが「わると」など、未知の言葉が多く、頭の中が「??」でうまってしまいました。こんなわけで、児童が作文で何を言いたいのかを把握するまでにかなり手こずりました。でも、私なりに調べたり人に聞いたりして、その作文で何を言いたいのが分かった時には、「そうか~! そういうことだったのか~! マイクラフトは奥が深いなあ~!」と感激(?)したのを覚えています。子どもたちの考えていることは、私にとって未知で新鮮なことも多く、いつも新しい発見や驚きを体験させてもらっています。これからも、子どもたちが楽しく日本語を学べる環境を整え、いっしょに土曜日を過ごして行きたいと思います。

(担任: マーン薫)



JCS日本語学校ダundas校 JCS Japanese School Dundas

- 学校: Dundas Public School
(85 Kissing Point Road, Dundas NSW 2117)
- 連絡先: 電話: 0411-734-819
- 授業: 毎週土曜日/9:30~12:15
- Email: jcs-jpschdundas@live.com
- http://dundas.japanclubofsydney.org/index.html



クラス紹介 青空組

青空組は、Y2、Y3の、男子4名女子5名、合計9名のクラスです。昨今の生徒たちは、日本語学校の他にも、ローカル校での勉強が忙しい上に、スポーツ活動に参加している事も多く、本当に大変だと思いますが、みんな明るく元気いっぱい、毎週張り切って授業に参加してくれています。そんな頑張っている生徒たちに、なるべく負担にならないよう、楽しく日本語を学んで貰えたらと、クラフトを取り入れたり、電子ピアノを使ったりして、日々、授業内容に工夫を凝らす努力を心がけております。特に本年度は、特別新企画として、保護者の方々に、順番で授業をして頂き、それぞれ特色のある内容から、大盛況でした。

さて、授業内容についてですが、青空組は、基本的に1年のこくご教科書下に沿って学習しています。ひらがな、カタカナの習得は、既に前の学年で終えたはずでも、英語圏で暮らす中で、ずっと覚えておくのは難しいことですので、1年生の新出漢字80字とともに、くりかえし練習しています。

教科書の読み取りでは、2学期に学習した「ずうっと、ずっと、大すきだよ」(こくごの教科書p52~p63)の単元で、ぼくの飼っていた愛犬エルフの死を通して、「いのちあるもの」の「死」が避けられないこと、だからこそ「いのちある現在」を大切に、「いのちの尊さ」を学んでいく必要があることを学びました。また3学期の「どうぶつの赤ちゃん」(こくごの教科書p92~p101)では、ライオン、しまうま、カンガルーなど、色んな動物の赤ちゃんの違う点を見ていながら、自分が赤ちゃんだった頃のことを、家の人に尋ねて比較するとともに、「人」が「生まれて」、「成長する」にあたって、どんなに周りの人たちの助けが必要かを知り、自分たちが、みんな愛されて大切に育てられてきたんだということを、しっかり確認できました。

振り返って見ますと、生徒も毎回興味を持って授業に取り組んでくれていることを嬉しく思いますし、内容の読み取りや細かい感情表現なども、きちんと押さえることができるようになってきているのを感じます。

これも偏に、いつもご協力くださっている青空組の保護者の皆様、ダundas校役員の皆様のお蔭だと存じます。この場をお借りして深謝申し上げます。

(担任 宮本恭子)

第6回運動会

3学期最終日の9月16日、ダundas校で毎年恒例の運動会が開催されました。寒かった冬も終わりを告げ、運動会当日は暑いくらいの晴天に恵まれました。開会式の後に、朝日組より赤組白組の生徒代表4人が力強い素晴らしい選手宣誓を行い、そのあと全員で準備運動をかねたラジオ体操を行いました。最初の競技は高学年によるリレーです。今年からグラウンド1周となり、盛り上がった子ども達の歓声が「キャー」「がんばれー」「赤！赤！白！白！」とグラウンドに響いていました。低学年も負けておらず、お手玉を頭に載せてリレーしました。子供も大人も熱くなる“綱引き”や、“玉入れ”、恒例の年少の流れ星組によるチアリーダーディングも行われ、2017年度の優勝はまたしても赤組でした。2時間半と短い運動会ではありますが、参加者全員で楽しんで頂けたと思います。今年からイベント係りが発足され、毎年改良されて進化するダundas校の運動会です。運動会実行委員として尽力してくださった保護者ボランティアの皆さん、教員・役員、そして当日ご協力下さった保護者の皆さん、ありがとうございました。来年はまたより良い行事となることでしょう。



JCS日本語学校エッジクリフ校
JCS Japanese School Edgecliff



- 学校: Ascham School
 (188 New South Head Road, Edgecliff NSW 2027)
- 連絡先: 電話: 0412-283-393
- 授業: 毎週土曜日 / 14:00~16:35
- Email: jcs.edgecliff@gmail.com
- http://edgecliff.japanclubofsydney.org

オープンデーを開催

10月21日、2018年度の新入学生を対象にしたオープンデーを開催しました。来年入学希望のお子さんを連れてお母さん、お父さん方がエッジクリフ校にやってきました。保護者の方には学校紹介のガイダンスを行い、子どもたちは別の教室で体験授業を行いました。まだ3歳から4歳児ですので、お母さんやお父さんと離されての体験授業では、不安からか泣いてしまう子もいます。

新年度の入学希望者は、幼児部で8人、小学部で6人の合計14人です。おそらく来年からクラスが3つになる予定です。

また、エッジクリフ校の教室を借りて、ノンバックグラウンドの子どもを対象にした国際クラスを始めます。すでに借用校のAscham Schoolに通うお子さん二人から入学希望が来ています。さらにエッジクリフ校の日本語クラスにお子さんを入学させるお母さんが日

本語を学びたいと国際クラスへの入学を希望しています。日本語を学ぶお子さんと日本語で話したいという希望を是非叶えてあげたいと思います。

クラス紹介 たけのこ組

たけのこ組は男子5名、女子7名の小学部です。

4学期最初の日は保護者会のため、きのことの合同授業を行いました。まずみんなで挨拶と校歌斉唱をしました。



そして季節のお話として「秋」に関するもの、お月見についての紙芝居をしました。その後はみんなで福笑いに挑戦!

4学期は、今まで学習したことの復習授業を予定しています。最後の数週で教科書(上)最後の単元【海のかくれんぼ】の学習して、1年の学習を終了する予定です。漢字テストでは、まだまだゆっくりですが、みんな少しずつ漢字を覚えていってくれたら良いと思います。また、毎週、日本の昔話を紹介できたらいいなと思っています。

(担任:川嶋靖代)

ミニスターズアワード受賞

9月25日(月)に「NSW Minister's AWARD for EXCELLENCE in Student Achievement Community Languages Schools」の授賞式がNew South Wales大学のSir John Clancy Auditoriumで行われました。

NSW州では3万4,804人が、合計58カ国語の言語の勉強を、545カ所のコミュニティランゲージスクールで学んでいます。今年、JCS日本語学校シティ校からダウニー・ジャックくん(写真左)、三島明くん(同中)。ダンダス校からコルダー波花さん(同右)が推薦され、見事にHighly Commended賞を受賞されて授賞式典に出席しました。おめでとうございます!

●シニアの部

シティ校:ダウニー・ジャック Highly commended賞受賞

●ジュニアの部

シティ校:三島明 Highly commended賞受賞

ダンダス校:コルダー波花 Highly commended賞受賞



～JCS教育支援委員会より～ 日本語学校合同教員研修会の報告②

8月26日の教員研修会の報告の続き。講師は阿部圭志氏。トピックは「3.テスト・アセスメント」。テスト、アセスメントを作成するに当たって考えなければいけないのは、妥当性と信頼性だ、と阿部氏は言う。妥当性とは、測定しようとしているものがどれぐらい的確に測定できているか、ということ。信頼性とは、同じ条件下で同じテストをすれば、同じような結果が出て、いつ、だれが採点しても、採点結果が同じになる、というもの。まず、テストの例として、6年生の聞き取りテストがあげられた。「これから先生が文章を読みます。それを書き取ってください。ひらがなでもいいですが、習った漢字を使って書けた部分には、ボーナス点をあげます。」というもの。阿部氏に言わせると、このテストにはあいまい性が残るそうだ。一つのテストには、フォーカスは一つだけ、がベストだそうだ。

本日のミッションとして、グループでテストを作ってみた。本日の課題は、私たち日本語補習校のようなCLS(Community Language Schools)ではあまり重点が置かれていないと思われる「聞き取り」。ステップ1は、「何・どんな能力を測りたいのか」を明確にする。例、ものの描写が正確に聞き取れるかを測りたい。ステップ2は、問題作成。例：としおくんが妹に買ってあげるプレゼントはどれ？答えを4つのイラストABCDから選ぶ選択問題。ステップ3は、テキスト作成だが、テキストを作るのは最後。例えば、こんなテキスト。「男：来週の日曜日、妹の誕生日なんだけど、何をあげたらいいかな？女：としおくんの妹って5歳だったっけ？じゃ、人形はどう？男：人形は両親が買って言った。ぬいぐるみも好きだけど、もういっば

い持ってるし。女：わかった！ぬいぐるみのデザインがついたふでばこがいい！男：なるほどね！妹はかわいい文房具を集めてるから、それがいい！ありがとう！」

阿部氏の話の後に、各グループで、聞き取りテストを作成してみた。いろいろ話し合いながら、テストが出来上がっていく。う～ん、聞き取りテストも奥が深いなあ。各グループでのテスト作成後、各グループで簡単にどのようなテストを作ったかを発表。これまた、興味深かった。

その後、トピックは「4.FAQ」へ。「どんな教材を使ったらいいですか？」といった質問は多いらしい。だよ。やっぱり、教材選び、教材作りは大変なのだ。例として、「対象は小学5年。小学2年の漢字にストーリーをつけ、カードにして中学生に売る(疑似体験)」という課題や、「対象は中学2年。両親に対して、ふだん言えない気持ちを手紙に書き、授業参観日にサプライズで手渡し」といった課題が紹介され、その教材も紹介された。最後に阿部氏は締めくくる。「教材を教える教師になるな」「こんなことができるようになってね、など、信念を持った教師になれ！」

う～ん！今回も、いろいろ勉強させていただいた教員研修だった。もう終わったばかりだというのに、次回の阿部先生の教員研修を楽しみにしているのは、私だけではないだろう。

(記：シティ校教員 マーン薫)

ALL-NEW
CIVIC
HATCH




HONDA

新型CIVICハッチ登場!



Scotts Honda
291 Pacific Highway, Artarmon
~Scottshonda.com.au
~(02) 9431 2333



Hornsby Honda
160 Pacific Highway, Hornsby
~Hornsbyhonda.com.au
~(02) 9472 2100

詳しくは日本語でお気軽にお問合せ下さい。 japandesk@scottsgroup.com.au



ゴールデンゲートパーク

サンフランシスコといえばなんと言ってもゴールデンゲートブリッジが有名です。ゴールデンゲートブリッジは太平洋とサンフランシスコ湾が接続するゴールデンゲート海峡にかかる吊り橋で、4年の歳月を費やし1937年に完成されました。有名な赤い主塔は水面から227メートル、橋の全長は2737メートルあります。ゴールデンゲートブリッジの影に隠れるようになってしまった感もあるゴールデンゲートパークも大変見所があります。その大きさは412ヘクタール、ニューヨークのセントラルパークよりも20%広大です。



パーク内にはデヤング美術館、ジャパニーズティーハウス、カリフォルニア科学アカデミー、ゴールデンゲートパークスタジアム、ケザースタジアム、花の温室、エイズメモリアルグローブ、ミュージックコンコース、バイソン牧場、Stow Lake、Spreckels Lakeなどがあります。歩きでは到底1日では回りきれませんが、パーク内で借りられる自転車を利用すればとても便利です。ゴールデンゲートパークは2004年国家歴史登録財に登録されました。



MOSAIC日本語カルチャー教室

Willoughby Council運営のマルチカルチャーセンターMOSAIC(12 Brown Street, Chatswood)では、日本人のためのカルチャー教室が開かれています(地域外の方でも参加できます)。

タイチー(太極拳)クラス:毎週水曜日2時半から、24式、48式を日本人講師から毎回20人程度の女性(平均年齢75才?)が楽しんでいます。最近では男性も増えつつありますので、ぜひお気軽にご参加を!参加費はたったの3ドル、終わったあとは爽快な気分です。



アクアエアロビクス

最近ジムのプールでやっているアクアエアロビクスのクラスに通いだしました。アクアエアロビクスというのは水中でやるエアロビクスのことです。

激しい運動の割には関節への負担が少なく、参加者は年配の女性がほとんどです。しかし年配とはいっても、動きはスピーディーで皆とても力強いです。2か月前に初めて参加した時は、他の人達と同じ速さでは動けず、おまけに終わった時にはくたくたに疲れてしまいました。最近はようやく少しスタミナもついてきたように感じます。

長く泳ぐと単調であきてしまいがちですが、水の浮力や抵抗を計算して考案された様々な動きには踊りの要素もあり、45分間はあっという間に過ぎてしまいます。ショートヘアの女性インストラクターがなかなか魅力的で、クラスが面白いので、彼女に会うのも楽しみのひとつです。



日本料理教室:11月15日(水)10時半から日本人講師のもと行いますので、ご参加希望の方はご予約をどうぞ!



■お問合せ先

日本ソーシャルグループ(Japanese Social Group)

担当: 榎本正弘 携帯:0422-019-930

Email: fairgo6007@hotmail.com

道子Farrell 携帯:0401-363-006

Email: michikofarrell@gmail.com



キラリと光る

あの人・この人

【第68回】

小林由加子さん

美容師・Cutlounge (美容室) オーナー

今回紹介するのは、以前から原稿を書いてみたいな〜と思っていた、小林由加子さん。いつもおしゃれで、きれいで、フレンドリーで、にこやかで、ソフトなししゃべりに時々混ざる関西弁がまたいい味を出している。それでいて、美容室のオーナー兼美容師でもあるという、スーパーウーマンなのだ。

いつもおしゃれにしているので、きっと、由加子さんはもともとおしゃれが好きで、美容関係に興味を持っていたんだろうな〜と勝手に想像していたので、「美容師はビザを取る手段として始めたんです。好きだったわけでもなくて」というのを聞いて、とてもびっくりした。しかも、お母様が美容師なので、若い頃から、逆に「美容師」だけはやりたくない！という気持ちだったのだという。

日本の短大の卒業旅行で訪れた初めての海外がオーストラリア。明るくておおらかで自由なオーストラリアがとても気に入って、将来住みたいと強く思ったそう。当時「シェフと美容師は永住権が取りやすい」という情報を得たのが、オーストラリア永住作戦(?)に向けて動くきっかけになった。

由加子さんはビザ取得のために「美容師」を目指し、日本で美容学校に通い、美容師の国家試験に合格し、美容室で働いて経験を積んだ。手先が器用なので技術的なことはスルスルと順調に学び、カットやメイクのコンテストなどでは最優秀技術賞を取得するなど、輝かしい実績も残した。確実に美容師として腕をあげていき、接客も向いていると自分で感じていた。だが、美容師の仕事をやればやるほど、この業界の嫌なところが見えてきたのだという。由加子さんは「美容師の仕事が好きではなかった」と当時の正直な気持ちを振り返る。でも「オーストラリアに住みたい」という強い気持ちで乗り切ったのだと。そして、ついに1999年来豪。25歳のときだった。

シドニー上陸後、日系の美容室でワーキングホリデービザで働き始めて、その後職場の移動を経て、ビジネスビザを取得。そして、ついに念願の永住権を取り、



2007年に独立。「カフェのような居心地のいいサロンがあったら」そんな思いで自分の店「Cutlounge」を立ち上げた。店を立ち上げてから美容師の仕事が好きになったのだという。自分の店ではやりたいように自由のできるのも、とても居心地がいいそうだ。「この仕事が好きになりましたが、正直、今でも母親のように、この仕事はものすごく大好きではない〜！というわけではないですよ」と由加子さん。好きが高じて店を開くまでになったというよりは、美容師の仕事をビジネスとしてとらえた実業家に近いのかもしれない。

苦しかったエピソードもある。独立して「人を雇う」立場になってその難しさを実感。また、オープンしたと同時に妊娠がわかり、仕事に集中できなかったという。でも日本から妹さんも駆けつけてオープンの手伝いをしてくれたので乗り切れたそう。なんと妹さんも美容師というから、な〜んだ、やっぱり。根っからの美容師一家の血筋だったのね。

将来の展望を聞いたところ、ゆくゆくは美容師としての現役を退いた後、美容カレッジでヘアメイクを教える立場になりたいという。だが、5年後、10年後の近い将来の展望はというと、模索中なのだそう。一時期、2店目を出そうかと考えた時期もあったのだが、日系のサロンがずいぶん増えてしまったので、今、方向転換を考えているのだという。メンズの床屋としてのビジネスや、自宅を改造してのビジネスや、個人でヘアメイクアーティストとして活動するなど、いろいろな可能性を模索している段階だという。

最後に由加子さんから、読者の皆さんへのメッセージ。「ひとつのことをコツコツと積み上げると、必ず道は開けてきます。それが好きなことではなかったとしても」。

由加子さんへのお問い合わせは、メールで yukako5884@hotmail.com へ。Cutloungeのウェブサイトはこちら→ www.cutlunge.com.au

今度Cutloungeに行く時は、インタビューではなく、客の1人として髪を切りにいこうと決めている。

(記:マーン薫)



佐藤至子(日本大学文理学部)
ysato@chs.nihon-u.ac.jp

87回 うどんと蕎麦

秋の冷ややかな空気を「秋冷」という。東京は十月の半ばを過ぎて、「秋冷」を通り越して冬を感じさせる日もあった。

寒くなると食べたくなるのが、うどんと蕎麦である。特に風邪気味の時はそれらが恋しい。同じ麺類でも、パスタになくて、うどん・蕎麦にあるものは何か？

ダシの匂いである。ダシのきいたつゆとともに食べるうどん、あるいは蕎麦。想像しただけで心が安らぐ。

寒い日に、特に魅力的なのは「鍋焼きうどん」である。海老の天ぷら、しいたけ、ネギ、かまぼこなどが、うどんとともに煮えている。栄養もあるし、何より体が温まる。

「鍋焼きうどん」ほどのボリュームは必要ないが、何か栄養のあるものを食べたい場合は、「鴨南蛮」がいい。鴨肉とネギ、温かい蕎麦。すばらしい組み合わせである。

江戸時代の人々も蕎麦を楽しんでいた。蕎麦が登場する文学作品もいろいろある。私が個人的に好きなのは、黄表紙(絵入り小説)の『化物大江山』(恋川春町作、1776年刊)である。

『化物大江山』には、擬人化されたうどん・蕎麦・薬味などが登場する。物語の後半では、「源のそばこ」(蕎麦)が薬味の大根・鯉節・唐辛子・ちんぴ(ミカンの皮を乾かしたものを)をしたがえて「うどん童子」(うどん)の館に乗り込み、麵棒で「うどん童子」を叩きのめす。この筋立ては、酒呑童子伝説(酒呑童子という鬼を源頼光とその四人の家来(頼光四天王)らが退治したという伝説)を下敷きにしている。「うどん童子」は酒呑童子、「源のそばこ」は源頼光、大根・鯉節・唐辛子・ちんぴは頼光四天王に相当する。

前々回の「江戸めがね」(2017年7月号)に「異形のもの(妖怪)を愛でる精神は江戸時代から既に生じていた」と書いた。『化物大江山』もタイトルに「化物」とあり、擬人化された食べものという、異形のものたちの物語である。

鈴木健一氏は『風流 江戸の蕎麦』(中公新書2010年)のなかで、十七世紀後半から十八世紀初頭の江戸はうどんが全盛であったが、時代が下るにつれて徐々に蕎麦が優勢になっていったとし、「『化物大江山』の描いた蕎麦によるうどん退治は、江戸っ子たちがうどんから蕎麦へと嗜好を移していく世相が反映されてのものなのだ」と述べている。

黄表紙には、当時の現実に取材した作品がしばしばみられる。『化物大江山』は荒唐無稽な物語だが、うどんと蕎麦をめぐる現実をとりあげて、面白おかしく描いたものなのである。頭が食べもの、体が人間というかたちで擬人化された食べものたちは確かにちよっと不気味だが、見方によってはかわいらしくもある。擬人化表現は、ここでは面白さの演出につながっていると言えそうである。

Travel Centre International

→→→ 格安航空券 取扱い中! →→→
※弊社では、別途発券手数料は頂いておりません。

弊社で “国際線航空券” をご購入頂いた方は、
海外旅行保険を 20%割引致します!

→日帰りツアー/国内旅行
シドニーの他、ケアンズやメルボルンのツアーもあります。

→TCI オリジナルツアー
ブルーマウンテンや土ボタル、ハンターバレー、空港送迎等の専用車手配も承っております。

→海外旅行保険取扱い中

Suite 602 Level 6
309 Pitt Street Sydney NSW
Tel 02-9267-7751
Email: tci.travel@bigpond.com
<http://www.tcisvdney.com/>

お気軽にお問合せ下さい!

DISCOUNT

日本食販売

JCS会員様 特別ご優待
お買物合計金額より**15%割引!!**
必ずお会計の前にJCS会員の目をお知らせ下さい。

今月の当店のおススメ新商品
忙しいお母さんたちの味方

お-イ まぜて絶品PREMIUM 雲丹

お-イ 和風きのこ醤油 2人前

お-イ 海苔巻(お祝い)

具入りつゆ 国産きのこ生葉
具入りつゆ 国産山菜ときのこと

毎月続々と新商品入荷中!!

J-Top Trade Australia Pty. Ltd. Unit 3, 26-32 Kent Rd, Mascot NSW 2020
Ph: 02-9317-2500 / Fax: 02-9669-1988 / Email: order@jti.com.au
営業時間: 月-土 10AM-5PM / オンラインショッピング: www.jti.com.au
*駐車スペースあり*配達サービスあり(詳しくはWEBサイトをご覧下さい)

【第13回】

声が〇〇いCEOは
年収が2000万円も多い!?

声と、笑顔と、音楽と

JCS会員の皆さん、こんにちは。QP☆HoneyのQP、ボイストレーナーの加藤久恵です。今回は、『声のトーンで変わる印象』についてお話したいと思います。

声は、容姿と同様に、その人の第一印象を決めてしまいます。それがビジネスシーンだと、声で誤解されてしまったり、うまく伝わっていなかったりしたら、その後の展開に影響を及ぼすことにもなりかねず、非常にもったいないことですよね。

ボイトレ受講生(女性)で、こんな悩みを持つ方がいらっしました。

「甲高い声を低い声にしたいんです。声が高いせいで、ミーティングで発言しても、あまり信頼と説得力が伴わない気がします。よく子供みたいとかアニメ声だと言われるのも気になります。年齢に見合った、落ち着いた声と喋り方を身に付けたいです。」

その方は容姿はとても美しい方でしたが、確かに声の出し方や話し方は見た目比べて幼く感じられました。

男性、女性を問わず、声が高い人が相手に与える損な印象は、

- ・子供っぽい、幼い
 - ・頼りない
 - ・長時間、話を聞くと疲れる
 - ・威厳や信頼感を出せない
- などがあります。

では、低い声を出すことで得られるメリットはというと、「信頼感、安定感、落ち着きを与えられるようになる」ということです。

このメリットを手に入れるために、ボイストレーニングで声を低くした人がいます。英国元首相の故マーガレット・サッチャーです。また、有名なハリウッド女優ローレン・バコール(故人)もボイストレーニングで声を低音にしました。

●加藤久恵プロフィール

2003年来豪。日本では富山・石川を中心にフリーアナウンサーとして8年の経歴を持つ。現在はローカルのチャイルドケアセンターで働きながら、ボイストレーナー、シンガーとして活動中。(タイトル画像左が筆者)



ところで、アメリカのデューク大学が792人のCEOを対象に行った興味深い研究結果があります。

- 低音を持つ男性CEOは、そうでないCEOと比べ、
- ・より規模の大きな会社を経営
 - ・1年で18万7000ドル(約2000万円)も多く稼ぐ
 - ・より長い間、トップの座を守れる
- いかがですか。驚きの結果ですよ〜。

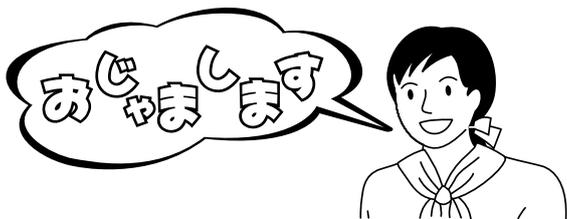
更に2014年10月、UCLAの研究チームがイタリア、フランス、ブラジルなどの政治家の声を分析し、どのような印象を与えるかを調査したところ、「声の高低の幅のある人が、より支配力があり、カリスマ性がある」という研究結果を発表しています。

以上のことから、現在では、ミーティングやプレゼンなどで重要なのは大きな声を出すのではなく、

- ①低い声を出せること
 - ②自分の声のレパートリーに幅を持つこと
(声の高さ、低さ)
 - ③声に変化をつけること(強弱やスポード、テンポ)
- なんですね。

甲高い声を低くして、声に幅を持たせるためには、しっかりとお腹を使って呼吸をすること。そして、できるだけ大きな声、低い声で音読や朗読の練習をしてみることで。

皆さんも、声のトーンに気をつけて、信頼感や安心感を感じられる声を手に入れてくださいね。



シドニーには日本の企業が支店や現地法人を設立していますが、日本政府関係機関も事務所を構えて、オーストラリア人に対して日本文化の紹介や、観光や貿易の促進活動を行っています。シドニーに暮らす私たちには、普段、なかなか知ることのない日本の政府関係機関の活動をご紹介したいと思います。第2回は、日本文化や日本語教育を発信する国際交流基金です。

国際交流基金(The Japan Foundation)は1972年に設立され、世界中で総合的に国際文化交流事業を実施する日本唯一の専門機関として、日本と世界をつなぐ場を作り、人々の間に共感や信頼を育んでいくことを目指しています。

1978年に事務所を開設したオーストラリアでは、現在はセントラル駅近くの日本文化センターを拠点に、日本の友人を増やし、絆を育むため、「文化」、「言語」、「対話」を柱とした事業を行っています。

【文化】

海外の文化や芸術に触れる感動は、言語の違いを乗り越えて、相手への興味と共感を生み出します。各地の美術館や国際芸術祭・映画祭等で日本の美術や舞台公演を紹介するお手伝いをしていますが、1997年に僅か3作品の上映から始まった「日本映画祭」は、今では新作、クラシックを取り混ぜた50作品を全豪10数都市で上映し、毎年3万人のお客様をお迎えするまでに成長しました。今年も、シドニーでは、11月16日から10日間にわたり、居ながらにして日本社会を見ることのできる「窓」である沢山の邦画を上映しますので、どうぞ皆様も奮ってご観覧ください。

【言語】

海外の方々に日本語を知って頂くことは、日本への親しみや理解を広げるきっかけになります。オーストラリアには現在、約36万人の日本語学習者がいますので、約67人に1人が日本語を学んでいることとなります(人口当たりの日本語学習者数は世界一です！)。センターでは社会人の方を対象に「まるごと」という国際交流基金の開発した新しい教科書を使った日本語講座を実施しています。また、日本語教師の日本語や日本語教授能力を磨くトレーニングの機会を各州の教育省や教師会と協力して全豪各地で提供する

JAPAN FOUNDATION 

国際交流基金シドニー事務所
The Japan Foundation, Sydney
Level 4, Central Park, 28 Broadway,
Chippendale NSW 2008
www.jpjpf.org.au
Email: reception@jpjpf.org.au
Tel: (02) 8239-0055



ほか、日本文化の支柱である日本語により多くの人々が親しんで下さるよう、日本語弁論大会や日本語教育シンポジウムを行っています。

【対話】

海外での日本研究や世界共通の課題についての研究やシンポジウムを支援することは、互いをより深く理解し、日本が課題の解決に貢献することにつながります。センターでは、大学やシンクタンクでの研究プロジェクトやシンポジウムを支援しながら、博士課程に通う大学院生や研究者の方々が日本で研究を行うためのフェローシップ、若手研究者に論文発表の機会を提供する研究雑誌を発行することで、オーストラリアと日本の未来を担う次世代の研究者を育むお手伝いをしています。





この学校はハイスクールです。つまり生徒に学問を教えるところです。でも、ただ生徒に授業をするだけではありません。生徒が、そしてその家族が、自国の慣習や文化をオーストラリア様式に移行してもらうことも大きな目的であります。

子どもたちは学校に通い出せばすぐに友達ができます。特にこの学校に入学する生徒は、英語を習得しようという同じ意気込みを持ってきてるので、みんなで助け合いながら仲良くできるのです。

次にお父様たち。ほとんどの方は仕事をされているので、言葉のハンデを抱えながらもビジネスを通じて人と関わっていき、人脈は広がっていきます。

そしてお母様たち。彼女達が一番大変なのです。毎朝家族を送り出した後は掃除洗濯など家事で忙しくされますが、一段落して気がつくとなんぽっち。親類を頼って移民してきた家族や、駐在員として来られていて他にも同じ国からのご家族がいる場合を除けば、知り合いを作るところか、外に出ることもなかなかできずこもってしまう方が多いようです。言葉の壁を一番被っているのはお母様方で、見知らぬ土地で寂しく不安になっている方も。

そこでこの学校ではそんなお母様たちを対象に、オーストラリアでの生活をスムーズに順応してより楽しんでもらうためのFamily In Cultural Transition (FICT)というセミナーを定期的に行っています。オーストラリアの民事、法律、医療制度、教育制度、カウンセラーやNPOからの各種サービス等、各分野からの専門



家を招いて情報を提供します。例えば、自国では違反とされていることがオーストラリアでは普通に行われていること。また逆に自国では普通のことこちらでは犯罪と見做されたりすること。NSW州教育省管轄のシラバスからHSCに至るまでの教育制度。実際にハイスクールで行われている授業の様子や家庭でのサポートの仕方。青少年が抱えている精神的問題に対して親としてどう向き合うか。ティーンエイジャーに降りかかる誘惑や危険。最近の子どもたちの間での流行りもの。お母様たちの社交の機会の情報や、カウンセラーやNPOが主催している様々な習い事やサービス等、多岐にわたる分野の情報を勉強していきます。ネットやサイトで色々な情報は溢れてはいるものの、そのほとんどはマニュアル的で現実的でないことが多いです。実際に現場のいる人たちからの視線で現実の生の情報が一番必要なことなのです。これらの情報をわかりやすく参加者全員で質問したり意見交換しながら話し合っていきます。もちろん参加者の国籍に合わせて必要な通訳もつけているので気軽に参加できるのです。

最終日には、時間を延長してみんなでランチ。ここでもオーストラリアならではの経験をしてもらいます。保護者のための遠足と称してバスをチャーターしてビーチでフィッシュ&チップス。BBQ施設のある公園でオーグースタイルのBBQ。理科の時間で生徒が校内菜園で育てた野菜を使って、生徒が家庭科の時間で食事を作り、ホスピタリティーの時間で生徒が保護者にサーブ。楽しいですよ。そして数週間に渡った勉強会の修了証書を授与して終了。この頃には既に皆が親しくなっているようです。

さて、このセミナーだけでなく常日頃から私達スタッフは、教師と保護者の立場でなく、かつて同じ経験をした先輩として本音でアドバイスしたり話し合ったりもします。個人的な愚痴こぼしの相手になることも大切なこと。海外に住んでいるからこそ本音で話せる相手が必要なのです。自国での苦勞話、家庭内での揉めごと、子どもとの距離感、夫婦喧嘩、舅姑とのいざこざ。金銭的悩み。オーグーの男性と結婚し子どもと一緒にこの国に移り住みだしたものの、彼や彼の家族との習慣の違いに翻弄し、対処法を求めてきたり…。お助け相談役になることも私たちの使命です。

今日も駆け込み寺営業中。



沖縄からプロの忍者軍団が来豪、秘伝の技を初公開！

沖縄が琉球時代、諜報員、情報収集を目的とした忍者集団がいたと言われていました。レキオシアター忍者は琉球忍者を名乗り、殺陣にトウンファー、ヌンチャク、サイなど琉球の道具を使用し、空手・古武道の技を取り入れた、「琉球武術」を披露します。

本公演の殺陣は、ギリギリまで斬りこむシーン満載でスピードとスリル感溢れるアクションです。このような本格的な忍者の技を間近で見られるまたとないチャンスです！是非この機会をお見逃しなく！（レキオシアター忍者は世界で唯一の公式忍者団体、日本忍者協議会正式会員です。）



●琉球忍者レキオシアター

チャリティーディナーショー

日時：12月10日(日)17時半～20時

場所：Asquith Golf Club, Lord St, Mt. Golah 2079

内容：沖縄忍者ショー、沖縄伝統踊り、沖縄民族音楽、サイレントオークション、ドアプライズ、ラッフルなど

夕食：マスターシェフのMartin Dulkeプロデュースによる3コースディナー(飲み物別)

料金：大人65ドル、子供(16歳未満)35ドル、ファミリー(大人2人+子供2人)180ドル、シニア55ドル
※席は先着順

チケット販売：www.okinawaninja.eventbrite.com.au

主催：レキオシアターin 残波(www.ashibi-ent.com)
豪州かりゆし会

協力：アスキスゴルフクラブ、JCSレインボープロジェクト、
クリスオーブライアンライフハウス基金

問い合わせ：okinawaninja2017@gmail.com

詳細：www.okinawaninja.eventbrite.com.au

●琉球忍者レキオシアター

チャリティー子供ショー

日時：12月10日(日)14時～15時

場所：Mt. Colah Community Centre, 6xPierre Close,
Mt. Golah 2079

内容：沖縄忍者ミニショー、手裏剣体験、他
料金：一律10ドル ※席は先着順

主催：レキオシアターin 残波(www.ashibi-ent.com)
JCSレインボープロジェクト

問い合わせ：okinawaninja2017@gmail.com

※イベント経費を除く収益は、東日本大震災支援団体「JCSレインボープロジェクト」と癌患者救済基金「クリスオーブライアンライフハウス基金」に寄付。

www.jcsrainbow.com www.mylifehouse.org.au

告知板

ANE新老人の会(Association for New Elderly Inc.)からのご案内

オーストラリアANEは、日本で故日野原重明先生により創立された「新老人の会」の支部として、オーストラリア在住の日本人高齢者支援を目的として活動しております。ANEの月一回発行のバイリンガル・ニュースレターは、ネットによりキャンベラをはじめオーストラリア各地で受信を登録された方々に配信されて

おりますが、活動は現地メルボルンが主体になります。ニュースレターの他に、録音された朗読各種もニュースレター受信者に毎月配信しております。

シドニー日本クラブ会員の皆様にも是非、受信者になって下されば嬉しく思っております。希望される方は下記のアドレスに申し込んで下さるようお願い致します。

anenonprofit@gmail.com

ヒューズ博美(ANE事務局長)



DVD



「ツバキ文具店」鎌倉代書屋物語

原作:小川糸(幻冬舎)
NHK総合 2017年4月14日～6月2日放映
出演:多部美華子、高橋克典、上地雄輔 他
おすすめ度:★★★★★

鎌倉で文具店を営む傍ら、代書を引き受けていた祖母がなくなった。唯一の家族だった鳩子は店をたたむつもりで鎌倉に帰ってきた。代書屋を継がせるために祖母は幼い頃から鳩子をしつけてきた。そのあ

まり厳しさに反発して鳩子は家を飛び出し、会わないままに祖母はなくなってしまった。
帰ってきた鳩子を迎えてくれたのは、鎌倉で祖母と親しく付き合っていた

人々や祖母の代書屋としての評判を聞いて依頼に来た客達だった。
思いがけず代書屋を継ぐ事になった鳩子はまだ若く、人の心の機微を理解しきれずにいた。しかし一人ひとりの人生と丁寧に向き合う事で、少しずつ依頼者の切実な思いや、優しいいたわりの気持ちを伝える、心をこめた手紙をしたためられる代書屋に成長していった。代書屋の仕事を通し、そして祖母の遺品の整理をしていくうちに、鳩子は祖母の深い愛情を知る事になる。



BOOKS



もものかんづめ
著者:さくらももこ
発行:1991年 集英社
おすすめ度:★★★★★

漫画家、さくらももこ。なんでもない出来事をおもしろく楽しく受け止めてしまう才能は、あっぱれ。文章が読みやすいので、すらすらと読めちゃう。疲れている時に読んでも、きっと顔が笑いでゆがんで、リラックスしちゃう。楽しいイラスト入りだし、ひまつぶしにももってこい。「奇跡の水虫治療」「サルになった日」「底なし銭湯」、...ほら、題名を読んだだけで、もう笑っちゃいそう！

おもしろいエッセイの代名詞とも言える爆笑エッセイ。小学生からお年寄りまで笑いの渦に巻き込む。元気が出ない時に読んだら、絶対に元気が出るはず。著者は、ご存知「ちびまる子ちゃん」を世に送り出した



MUSIC



Out of Silence
アーティスト:Neil Finn
おすすめ度:★★★★☆

通するmellowで優しい曲調。独特の世界が広がりコーラスはしみじみと聴く人深い世界に魅惑していく。その歌詞も奥が深く、詩的である。このアルバムはスタジオでライブレコーディングされ、9月1日にリリースされた。オーストラリアで9位、NZで10位を記録している。

ニュージーランドを代表するアーティストであるNeil Finnの最新作。Crowded Houseで発表した数々の名曲は今でも語り継がれ、Don't Dream It's Overは誰もがそのメロディーを知っているといつていい秀作。その最新のソロアルバムの内容は彼のソロキャリアに共



【第176回】 ノーベル賞2017

先月2日から9日にかけて、ノーベル賞の6部門全ての受賞者が発表されました。恒例化した受賞者予測において、今年も全部門を通じ多くの日本人名が下馬評に上がったものの、期待された前半を占める科学三分野での3年連続受賞が途絶え、残念ながら「Laureate」無しという結果と終わりました。ただし、文学賞とそれに続いた平和賞に対しては、受賞者の生い立ち並びに二度の原爆投下で蒙った被爆体験に根ざした、他に置き換えができないアシスト面での貢献が評価されています。文学賞を受賞したMr. Kazuo Ishiguroは、長崎県生まれで5歳の時に両親と共にイギリスに移住し、その後、英国籍を取得しているのもし日本の国籍法が二重国籍を許容するのであれば、日本人として3人目の受賞者としても見做されるはずですが、一方、平和賞の受賞に助力したのが『被爆者』の方々の、核兵器の実験及び製造そして使用の禁止から廃絶を目指す『核兵器禁止条約』の国連での採択に向け、核兵器使用の非人道性をまさに身をもって訴え、唯一無二の貢献をしたといっても過言ではないでしょう。受賞したのは、101カ国468のパートナー組織で構成される非政府団体「核兵器廃絶国際キャンペーン」(ICAN)。平和賞に込められた狙いを確と思い遣り、核エネルギーのあらゆる兵器利用に反対する世論の喚起に期待をします。

科学三賞及び全部門の先陣を切った医学・生理学

賞は、人体並びに動物の体内にセットされた体内時計の仕組みと、それを制御する遺伝子及び実作業を担う蛋白質の分子メカニズムを明らかにした、何れもアメリカの大学に席を置く3人の研究者に贈られました。実生活の活動に必須な体内時計は、当然の成り行きとして一日の長さにはほぼ同期して時を刻みます。指令を出すのが「Period」と名付けられた遺伝子をはじめとする一群の時間遺伝子で、個々の情報を基に細胞内で合成される蛋白質がきっちり働き、身体に不可欠な恒常性も維持されます。従って時計に狂いが生じると心身に不調や異常が起こり、海外旅行等に伴い往々感じる「時差惚け」も、体内時計の一時的な変調が原因で起こる症状の一つ。万一狂いが常習化すると睡眠障害から鬱病そして免疫力の低下等、徒や疎かにできない深刻な身体異常を引き起こすことも指摘されています。体内時計の正常な運行には、常日頃心を碎きましょう。

科学部門の二番手である物理学賞を受賞したのは、2016年2月、日本の研究者に先駆け「重力波」の検出が認められた3人のアメリカ人研究者。受賞の理由は、ずばり100年前にアルバート・アインシュタインが発表した「一般相対性理論」で提示され、その後未解決のままになっていた課題に対する完全な解答。検出当初から、学会を中心に今年度での受賞を期待する高い支持が表明されていました。「重力波」検出の意義及び観測方法等については、本誌2016年3月号の本欄「ニュートリノの仇を重力波で」を参照されるようお願いをします。

科学部門の殿である化学賞は、前2賞と対照的にスイスとアメリカそしてイギリスと、国籍の異なる研究者が受賞しました。受賞の主たる対象は、生体に近い環境下で蛋白質等の構造解析が可能な電子顕微鏡の改良と、多数の平面画像から立体構造を描くデジタル画像処理方法の開発。既に多くのウイルスや細菌の鮮明な立体構造のデータが得られ、疾病の治療や新薬への大いなる期待が膨らみます。

日本再発見



今月から始まる新企画『日本再発見』。海外に長年住んでいたからこそ、わかる新たな発見を写真や文章で掲載していきたいと思います…と書きつつ、人によって滞在

期間が違いますし、どれくらいの頻度で日本に行くのか、都会なのか地方なのかでも、印象が変わってくるかと思いますが執筆者の主観ということで、ご理解を。

今年、日本に行ってきたことは、外国人の店員がすごい！ということですね。もちろん、ニュ

ース等で労働者が減少して外国人に頼らざるを得ないのは知っていましたが、噂以上に多いですね。コンビニ、居酒屋はもちろん、ホテルのフロントやリムジンバスのカウンターにも驚くべきことに、英語や中国語の専用・兼用スタッフではなく、日本人客しかいないところでも働いていて、言葉の問題がまったくないということです。

私が初めてオーストラリアに来て英語に相当苦勞したのを思い出し、日本語、それも敬語も駆使して問題ない対応ができるって、相当頑張ったんだなって、応援したくなります。

試してみよう マクロビオティックの健康レシピ 食べ物を食べると、体も心も変わる

池田恵子
soramame

第82回 野菜のサム

サムは韓国語で包むという意味。手巻き寿司の要領で、レタスとご飯、千切りにした季節の野菜、そして手作りのサム・ジャン(味噌)も添えれば、他のおかずがなくてももりっばなごちそうになります。食欲がない時でもクルッと包めば食べやすくなり、ともすれば食べ過ぎてしまうかも♪ 焼いた豆腐や、漬物を具にするのもおすすめです。

【材料】 4人分

ご飯 温かいご飯 茶碗2膳分

ゴマ油 小さじ1

炒りゴマ 適宜

野菜 レタス 適宜(食べやすい大きさにちぎる)

セロリ 1本(千切りにする)

ニンジン 1本(千切りにする)

ブロッコリー 1/2(茹でて小房に分ける)

【作り方】

- ①ボウルにご飯を入れ、ゴマ油をかけてサックリ混ぜ、炒りゴマをふる。
- ②レタスでご飯と好みの野菜、サム・ジャンを包んで食べる。

◎サム・ジャン(味噌)

【材料】

ネギ 2本(みじん切り)

ショウガ 1片(みじん切り)



味噌 大さじ2

甘麴 大さじ2

チリフレーク 小さじ1/2

【作り方】 全ての材料をボウルに入れて混ぜる。

- *ゴマはカルシウム、タンパク質、ミネラルなどが豊富で、ゴマ油は抗酸化作用があり、最も酸化しにくい油。
- *味噌や醤油は大豆から作られた発酵食品。ミネラル、カルシウム、ビタミンB12なども豊富です。

マクロビオティックって？

マドンナやハリウッドスターたちが実践している食事法ということで有名になったマクロビオティック。実はこれ、大正時代に日本で発祥した「食養生」「正食法」のことです。穀物を中心とした菜食をする、食物を丸ごと食べる、住んでる土地で採れたものを食べる、動物性の食を避ける、白い砂糖を避ける、そうしているうちに自然と心も体も健康になる。そんなシンプルで簡単な方法です。気軽にできるマクロビオティックのヒントがいっぱい。詳しくはウェブサイトをご覧ください。

→ www.soramame.com.au

外食日記



The Tea Salon

住所: Level 4, Westfield Sydney, 188 Pitt Street, Sydney

電話: (02) 9233-2231

営業時間: 毎日 10 am ~ 6 pm

価格帯: \$6.95 ~ (Tea)、\$45 ~ (High Tea)

雰囲気: 8

料理: 8

サービス: 7

最近コーヒーを飲むと胃が痛くなったり、手が震えたりするようになり、あんなに好きだったコーヒーが飲めなくなってしまいました。コーヒーを飲めなくなって初めて気がつきましたが、シドニーではカフェカルチャーが中心で、紅茶にはさほど気を使っていない店がほとんどです。ティーバッグがそのままカップに入っていたり、まだお茶が出ていないのに、冷たいミルクを入れられてしまったりして、ちょっと寂しい気持ちがありました。そんな時友達に連れてってもらったこのサロンは、紅茶が丁寧に淹れられていて、とても豊かな気持ちになります。紅茶の種類が多く、ティーカップやポットがとてもカラフルで可愛らしいです。サンドイッチやスコーンのほか、もちろんハイティーもあります。値段は決して安くありませんが、お店が綺麗で雰囲気も良いので、たまには立ち寄ってゆったりと過ごしたいと思います。



仏教語からできた 日本語 その143



渡部重信
hbma@optusnet.com.au
浄土真宗本願寺派〔西本願寺〕
オーストラリア開教事務所長

通達(つうだつ)

一般に通達(つうだつ)と言いますと、お役所内において、上で決まった法令の解釈やその運用、取扱基準や行政執行の方針等を全ての関係者に周知徹底させるための通知を指している言葉です。お役所ですから、その地域に暮らしている人々の暮らしが良くなるような政策が盛り込んであることと期待しますが、中にはあまり歓迎されない政策も時としては出てくるようで、本当に地域住民のためになっている政策なのかな？と首を傾げたくなるような通達もあつたりなかつたり…。

この言葉は、もともと「ツウダツ」と読む仏教語であり、仏教の教えに深く「通」じていてお釈迦様のお覚りの域に「達」している、と言うことを意味しています。

一般に、「覚り」と聞きますと、自分には到底その域に達することのできない現実離れしたもののように聞こえるかもしれません。しかし、現実には、様々な思い込みから解放された物事や現実をしっかりと見通す知恵を覚りと呼んでいます。私たちは、心のどこかで自分のものの見方や判断は常に間違っていないと思込んでいます。そのように思わないと、自信も持てず行動に移せないのが人間の性分なのかもしれません。

振り返って、これまで嘗々として積み上げて来た人間の歴史は、本当に間違っていなかった、と言えるでしょうか？確かに、物は豊かになり、生活も便利になりました。しかし、その一方で自然界には存在し得なかった物質まで生み出し、自分たちの生きて来た環境を自分たちの手で破壊するという現実の問題すら引き起こしています。これを果たして真の豊かさ、知恵ある者の行動と呼べるでしょうか？

人間にとって良いと思って積み上げて来たことが、深刻な現実社会の問題の原因になっていく。それは、何が本当に大切であるのかを見通すことができているからという原因に由来します。進歩、向上という名の下に、目先の利害ばかりを優先させて来た結果ではないでしょうか？

自分は間違っていない、もっと便利で豊かになるはずだ、等々の思い込み。こうした思い込みこそが実は危ないのです。賢いどころか、愚かですらあります。それに気づくところに、現実を見通す眼を獲得できるので。そのことを仏教では「通達(つうだつ)」という言葉で教えているのです。

現実社会で、次から次へと様々な通達(つうだつ)が出されていますが、その通達の山を前にして、それらが伝えている内容が、本来の意味に立った、現実を見据え、問題を見通したものであってほしいと願うばかりです。合掌

法律Q&A 弁護士に 聞いてみよう 131

主任弁護士 林由紀夫 (H & H Lawyers)

今回は、遺言状に関する質問にお答えします。

Q: もしもオーストラリアに住んでいる父が、遺言状を作らずに他界してしまった場合、父の遺産は国によって没収されてしまうと聞いたのですが、本当でしょうか？

A: そのようなことはありません。遺言状無しにお父様がお亡くなりになっても、お父様の遺産はNSW州の場合、Succession Act(相続法。各州に同じような法律があります)に基づき、相続されます。同法によると遺言状が無かった場合、お父様の遺産は次の通り分配されます。

まず、配偶者が存命の場合には、全ての遺産が配偶者により相続されます。但し、故人の配偶者が後妻の場合には、配偶者の権利は故人の遺産の半分プラス約35万ドル及び故人の私物となります。残りの遺産はあなたの(もしあなたに兄弟がいれば、その兄弟たちと等分での)相続となります。尚、故人と内縁関係であった方でも、2年間その内縁関係が続いていれば、配偶者と同じ相続権を有することになります。もし配偶者がいなかった場合には、大まかに言って、次の順序で相続権が与えられます:(故人の)子供・両親・兄弟姉妹・祖父母・叔父叔母・従妹。

Q: 遺言状があるのと無いのとでは、相続手続きがどう変わってくるのですか？

A: 遺言状が存在する場合、その遺言状で指名された遺言執行人が裁判所に申請し、「この遺言状に従い、執行人に遺産分配の権限を認める」という、執行権限(Probate)を取得することになります。その後、執行人はこのProbateをもって、被相続人の銀行口座を解約したり、不動産の名義を変更したり売却したりして、遺産を相続人たちに遺言状が指定した形で分配していきます。

遺言状が存在しない場合には、相続権を持つ人たちから指名された執行人が、裁判所に遺産分配許可(Letters of Administration)の申請をすることになります。そして問題がなければ裁判所がその執行人に対し遺産分配許可を発行し、執行人が上記のような相続法に定められた形で遺族に遺産を分配するという流れになります。

こう書くと、遺言状があってもなくても大まかな流れは変わらないように見えますが、遺言状が無い場合には、故人の遺産相続権を持つ人たちを全て探し出さなければならず、その分、時間と手間がかかります。従って、実際には遺言状の存在が前提となるProbateの取得のほうが手間が少なく、且つ費用も安くなる傾向にあります。但し、遺言状により被相続人が自由に相続人を決められるかということ、そうでもありません。被相続人の扶養家族は、遺言状の内容に関わらず法律によりその相続権はある程度保証されています。

暮らしの医療

口腔灼熱症候群 Burning Mouth Syndrome

ドクター・鳥居 / Northbridge Family Clinic

舌、唇、歯茎、喉、口蓋、あるいは口全体が焼けるように感じる疾患で、臨床適な異常や検査上での異常は見つからない症候群です。主な症状は焼けるような痛み、口の渇き、それに味覚の変化です。男性よりも女性におこりやすく、特に閉経後の女性によくおこります。起床時には痛みがなく、昼間、夜と時間がたつにつれて痛みが増していくのが典型的なパターンです。

慢性不安症、鬱、あらゆる栄養素の不足、糖尿病、口内乾燥症などとの関連もあるようです。

痛みの特徴

患者さんの50%は痛みが突発的におこり、憎悪原因は見当たらないようです。約30%の患者さんは歯科治療、他の病気、あるいは薬の服用(特に抗生物質)が引き金となったことがあるようです。一度発症すると症状は何年も続きます。

ほとんどの患者さんは夜間には痛みはなく、朝から始まって一日の時間がたっていく間に徐々にひどくなっていきます。

口腔内の痛みがよくおこる部分は順番に、舌の先2/3、硬口蓋の先1/3、下唇の粘膜、そして頬の粘膜です。痛みの度合いは人によってちがいますが、中等度からひどい歯痛程度のようなようです。完治して痛みが止まる前に、痛みは絶えずある痛みから時折おこる痛みが変わっていくことが多いようです。

原因

はっきりとした原因はまだわかっていませんが、味覚と関連のある脳神経や自律神経の機能障害からくるのではないかということが最近検討されています。

関連要素

*精神疾患:不安症状や鬱症状がよく見られますが、このような精神疾患が原因なのか、それとも慢性の痛みがあることによってこのような症状が発生するのかははっきりとわかっていません。カウンセリングによって痛みが改善するのは痛みに関しての対応法がよくなったからかもしれません。抗う

つ剤が効果があるのは痛みや味覚を感じる神経の機能を安定させる作用からかもしれません。

*糖尿病:口腔灼熱症候群の患者さんには血糖値が高い人もよくいますが、明らかな関連性はまだ証明されていません。

*栄養素:ビタミンB1, B2,B6,それに亜鉛が不足していることもよく観察されますが、やはり、はっきりとした関連は見出されていません。

*ホルモン:更年期の女性によく見られることからホルモンの変化が大事な要因ではないかと思われていますが、そのはっきりとした関連は証明されていません。また、このような患者さんにホルモン補充療法をしても口腔灼熱症候群には効果はないようです。

*口の乾燥:口腔灼熱症候群の患者さんには口の渇きを訴える患者さんもよくありますが、やはり原因であるかどうかは不明です。

*味覚機能:味覚を感じる脳神経の機能に何らかの変化がおこり、痛みの感度が高くなっているのではないかという仮定もあります。

*その他:薬品(特に降圧剤)、口内カンジダ、甲状腺機能低下症、舌や歯茎の過剰なブラッシング、酸性の強い飲み物の飲み過ぎなどとの関連もあるかもしれません。

対処法

口内カンジダがある場合は治療が必要です。ビタミンB1,B2,B6や亜鉛などのミネラルが不足している場合は補うようにします。

ショーグレン症候群や化学療法や放射線治療で唾液の分泌が減っているような場合はよく水分を摂るように注意したり、人工代用唾液を使用したりします。三環系抗うつ薬やLyrica のような神経性の痛みを抑える薬なども使われることがあります。

更年期の患者さんで口腔灼熱症候群のある人にホルモン補充療法をしても効果はないようです。



今月の喜怒哀楽 〈哀〉

私は結構涙もろくて映画を見ては泣き、テレビを見ても泣き、そして本を読んでも泣けてきます。その多くはクライマックスに向けて泣くことが多いように思います。あらすじを辿り、主人公の気持ちに寄り添い、最後のクライマックスに泣くというのが一般的です。ちょっと今思い出してみると、私の場合本の最後に泣くという代表は、東野圭吾の「秘密」でした。これは泣くではなく号泣でした。さて、最初から泣かされた珍しい本に出会いました。原田マハの「1分間だけ」。こちらはジワジワ泣くでした。映画、テレビ、本で泣く。これは悲しいから泣くというよりも「感動して泣く」ということのようにです。(雲)

編集後記

今月の後半から約1カ月、約2年半ぶりに日本に戻る予定だ。特に今回の日本旅行では、長男の大学卒業と長女の高校卒業&HSC修了を記念し、「一家が揃う最後の日本大旅行」と銘打って、北は北海道から南は屋久島までの道のりだ。季節は秋深し。紅葉の見頃が楽しみでもある。いつまで続くのか、この美しい日本の佇まいを、子どもたちと自分たちの胸にしっかりと刻みつけておきたいと思っている。(さかな)

シドニー日本クラブ2017-19年度役員一覧

役職	氏名	担当/専門委員会	携帯電話	E-mail
名誉会長	竹若 敬三	在シドニー日本国総領事	-	-
相談役	Chalker 和子		0404-043-393	kazukoch9@gmail.com
相談役	水野 亮三		0422-853-456	roymizuno@hotmail.com
会長	水越 有史郎	教育支援委員会代表	0412-283-393	miz@jams.tv
副会長	渡部 重信	事務局・編集委員会編集長	0412-396-014	hbma@optusnet.com.au
副会長	平野 由紀子	行事・レインボープロジェクト	0414-758-295	yukikosal@yahoo.co.jp
理事	多田 将祐	行事	0404-187-579	kenerit@gmail.com
理事	川上 正和	行事	0433-655-616	makka@k2-inter.com
理事	Joannes えみ	行事	0434-002-432	ejoannes@optusnet.com.au
理事	光岡 由紀子	行事・レインボープロジェクト	-	mitsuoka151a@yahoo.co.jp
専門理事	林 さゆり	親睦の会会長	0412-019-878	shayashi@global-promotions.com.au
専門理事	Fraser 悦子	コミュニティーネット	0408-643-420	etsuko@mediaetsuko.com
専門理事	Costello 久恵	City校代表	0407-461-618	student.city@jcs.org.au
専門理事	Cox 由紀子	Dundas校代表	0411-734-819	jcs-jpschdundas@live.com
専門理事	水越 有史郎	Edgecliff校代表(兼任)	0412-283-393	jcs.edgecliff@gmail.com
事務局長	藤田 結花	会計・事務局	0420-692-559	account@japanclubofsydney.org
監事	岩佐 いずみ	会計監査	0431-023-148	izuminsydney@gmail.com
監事	Richter 幸子	会計監査	0414-667-438	richjms5@bigpond.com

JCS傘下グループ・団体	代表・担当者	携帯電話	Email
親睦の会	林 さゆり	0412-019-878	shayashi@global-promotions.com.au
コミュニティーネット	Lincoln 瑞枝	0449-581-683	mizue44@hotmail.com
シドニーソーラン踊り隊	水越 有史郎	0412-283-393	miz@jams.tv
JCSフラアロハ	Gault 良子	0432-296-550	yoshi.gault@gmail.com
ソフトボール部	加藤 雅彦	0402-011-198	ckato@nmpa.com.au
レインボープロジェクト	平野 由紀子	0414-758-295	yukikosal@yahoo.co.jp
編集委員会	渡部 重信	0412-396-014	hbma@optusnet.com.au

エーブルネット

Suite 30, Level 17, 327 Pitt Street, Sydney 2000
Phone: 02-9264-9601

Email: info3@able.net.au WEB:able.net.au

①SIMだけ\$9プラン(スマホ持ち込みの方におススメ)
国内通話は最安の\$0.17/30と、\$10で約30分間通話可能。しかもSMS50回/毎月無料、データ500MB付。
②アンリミテッド\$39プラン(国内通話が多い方におススメ)
国内通話/SMSは無制限、データ500MB付。データ容量だけ増やし、毎月自分に合ったプランにアレンジ可能。
特典:7カ月以上の契約でデータ申請手数料\$15無料

NBCA PTY LTD

Suite 41, Level 1, 45 Chandos Street, St Leonards 2065
Phone: (02) 8007-5363

担当:人材(加藤)、ビザ(山口)、留学(山口)

Email: info@nbca.com.au www.nbca.com.au

ビザ申請及び人材紹介費用につきましては、JCS会員のみ通常の料金から10%の割引にさせていただきます。留学につきましては、JCS会員のみ通常料金から特別割引させていただきます。(学校によりこのサービスの対象にならないものもございます。)

甘利鳥居会計事務所

Suite 1003 Level 10, 84 Pitt Street, Sydney 2000
Phone: (02) 9223-7448

E-mail: info@taxjp.com.au

新規顧客に特典

JCS会員の皆様のタックス・リターンの申請・作成に当たり、料金から15ドルを割引いたします。お支払いの際にこのクーポンをご提示下さい。
同時にお二人以上で申請される場合にも、1枚で全員に適用できます。

プラネットヘア(日本人美容室)

Level 2, 61 Market Street, Sydney 2000
Phone: (02) 9267-4881

JCS会員の方は平日15%Off、土日は10%Offになります。また、平日2時までに2人以上でご来店の場合20%Off(カットは15%Off)。日本の器具、商品を使用していますので、安心してご来店ください。特に白髪染めは植物100%のヘナを使用し、パーマは髪のコシがない方には十仁パーマをお勧めします。詳しくはwww.planethair.com.au/jp/を見てください。

ほんだらけフル・オブ・ブックス

Level 2, 39 Liverpool St, Sydney 2000

Phone: 02-9261-5225 Email: hondarake@gmail.com

Website: http://fullofbooks.com.au

13,000冊の日本のコミックと、日本から毎週届く最新雑誌各種が読み放題! 息抜きに、お待ち合わせまでの空き時間に、お子様の日本語のお勉強にも…。

シティの真ん中の癒し空間、ほんだらけマンガ喫茶スペース「FOBラウンジ」を是非ご利用ください! こちらのJCSクーポンをご持参いただくと、30分無料でご利用いただけます。(1枚につき大人1名+子供2名まで利用可)

Rumiko's Creation ROCOMI Beauty Circle

Mobile: 0402-178-519

お肌の敵、乾燥や紫外線…みなさん、毎日のスキンケアはどうしていますか?

きれいで健康なお肌は、健やかな毎日の“ビタミン美”…和漢植物エキス配合の薬用化粧品をぜひお試しください。店頭では手に入らない日本からの直輸入品です。

★JCS会員特典:初回ご購入の際に、ご購入合計金額より5%割引。さらに洗顔時の必需品、ソープネットをプレゼント!お気軽にご連絡下さい。

JTTディスカウント日本食販売

Phone: (02) 9317-2500

Fax: (02) 9669-1988

Email: info@jtt.com.au www.jtt.com.au

お申し込みの際に「JCS会員」と明記ください。会員の方は5%割引とさせていただきます。

\$200以上のお買い物の場合は無料配達サービスを行っています。(※配送可能地区、曜日はホームページまたはお電話にてご確認ください。)

そらまめ

Email: classes@soramame.com.au

www.soramame.com.au

Mobile: 0402-961-907

そらまめは、マクロビオティックのクッキングクラスや個人の献立プラン、コンサルテーションも承ります。JCS会員の方には、クッキングクラスとコンサルテーションの費用から1名様\$10割引をいたしますので、お申し込みの際にお知らせください。お申込み、お問合せはウェブサイト、またはEmailでお気軽に♪

ケイナインリトリート by クラウドキャッチャー

276 Deepfields Road, Catherine Field NSW 2557

Phone: (02) 9606-5486

Email: sydney.ccatchers@gmail.com

シティからもノースからも1時間以内で行ける豪華なペットホテル。空調完備、素晴らしいエクササイズヤード、日本人のスタッフがいます。JCSの会員には、3泊以上の場合、1泊分の割引。デイケアもOK。
滞在中に、トレーニングもできます。メールは日本語での対応可能。お電話番号をいただければこちらから日本語で折り返します。

Noriko's Hair Salon

Shop 6, Level 1, 25-31 Florence Street, Hornsby 2077

Phone: (02) 8924-5189

http://norikohairsalon.wix.com/hornsby

JCS会員の方のみ、初回全サービスを通常料金より10%OFFとさせていただきます。
お支払いの際は「JCSだより」掲載のこの会員特典をご提示ください。

JCS事務局連絡先

本誌やJCSに関するお問い合わせは、Japan Club of Sydney Inc.
PO Box 1690, Chatswood NSW 2057 電話:0421-776-052 (9時~18時)
Email: editor@japanclubofsydney.org (渡部重信) まで。

JCSだより原稿送付先

原稿は毎月15日迄に、渡部編集長 (editor@japanclubofsydney.org)
または、JCS事務局宛にEmailか郵送にてお送りください。

入会案内

入会をご希望の方は入会申込書に必要事項を記入のうえ、入会金と年会費を添えてJCS事務局までご返送ください。入会申込書はサイトからダウンロードできます。

- ①入会申込書に、入会金 \$33 と年会費 \$70 (+ 発送費 \$10) の合計金額の小切手かマネーオーダーを添えて、事務局までご送付下さい。現金は受け付けておりません。海外会員・法人会員の場合は入会金なし、年会費 \$110 (GST 含む) のみです。
- ②入会金及び年会費の銀行振込は、以下の口座宛にお願いいたします。その際、必ず名前をお知らせください。
- ③住所・家族構成に変更があった場合は、会報送付の宛名用紙の「登録事項変更届」に記入のうえ、事務局までお送り下さい。または、メールにてお知らせください。(Email: jcs@japanclubofsydney.org)
- ④入会金・年会費は変更される場合があります。

If you want to join the JCS, please fill in the application form and send it with an appropriate cheque to: Japan Club of Sydney PO Box 1690, Chatswood NSW 2057. If you have any queries, please call on 0421-776-052.

- (1) Please fill out the form & send it to the address above with a cheque or money order for the joining fee \$33, the annual membership fee \$70 plus Postage \$10, total \$113 (inc.GST). DO NOT send cash. For overseas members or corporate members there is no joining fee but the annual membership fee is \$110.00 (inc.GST).
- (2) For EFT payment, please pay the bank transfer of joining fee and annual fee to the following bank account. In that case, please be sure to let us know your name.
- (3) Should there be any change in your address etc, please let us know without delay c/- the above address or email to us.
- (4) Please note that both the joining fee & the annual fee of the Club are subject to change without prior notice.

JCSだより広告案内

広告締切は毎月15日です。広告(そのまま掲載できるアートワーク)を、PO Box 1690, Chatswood NSW 2057まで送付ください。

広告スペース	広告サイズ	料金 (1回のみ)	会員割引料金 (1回のみ)	会員割引料金 (6~11ヵ月)	会員割引料金 (12ヵ月以上)
1 ページ	横17cm×縦25.5cm	\$ 220.00	\$ 176.00	\$ 154.00(月額)	\$ 132.00(月額)
1 / 2 ページ	横17cm×縦12.5cm	\$ 132.00	\$ 99.00	\$ 88.00(月額)	\$ 77.00(月額)
1 / 3 ページ	横17cm×縦8.2cm	\$ 99.00	\$ 77.00	\$ 66.00(月額)	\$ 55.00(月額)
1 / 6 ページ	横8.2cm×縦8.2cm	\$ 55.00	\$ 44.00	\$ 38.50(月額)	\$ 33.00(月額)
折り込みチラシ	A 4 サイズ以内	\$ 440.00	\$ 330.00	※非会員の継続掲載にも、継続掲載割引あり。	

「JCSだより」では皆様からの広告を募集しています。本誌は会員に直接送付されますので、格安な料金で浸透力のある広告効果が得られます。お申し込みの際は、上記のサイズ・期間・料金を明記の上、掲載する完全な広告原稿(正しい広告サイズで、読みやすくはっきりと仕上がったアートワークまたはデータ)を、小切手(宛名は、Japan Club of Sydney)と共に事務局宛(PO Box 1690, Chatswood NSW 2057)お送りください。銀行振込は以下の口座宛にお振り込みください。締切は毎月15日必着です。また、チラシの同封は、A4サイズ以内で印刷されたものを、部数分ご用意ください。

※広告内容が本誌に相応しくないと判断した場合、掲載をお断りすることがあります。ご了承ください。

※JCSでは本誌掲載の広告内容に関しては一切責任を負いかねますので、その旨ご了承ください。

●入会金・会費・広告料金のお支払方法●

小切手またはマネーオーダーと会費納入届をJCS事務局まで郵送します。

小切手の宛名は「Japan Club of Sydney Inc.」でお願いいたします。

郵送先: Japan Club of Sydney, PO BOX 1690, Chatswood, NSW, 2057

会費納入届を郵送し、会費は銀行振込します。

振込時に、登録会員名(フルネーム)と電話番号をDescription/Reference欄に必ず入力して下さい。

お名前がない場合は、支払い元不明で未払い扱いになるためご注意ください。

振込先(EFT Payment) Account Name: Japan Club of Sydney Inc.

BSB No: 032-002 Account No: 51-3156