

# JCSだより

March 2012 Vol.30 No.2 Issue 330

Print Post Approved No. PP 242616/00001



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



## 東日本大震災から一年

ブルームでお盆法要を実現させよう (P3)

わいわいサロン～タイチの紹介 (P5)

シニア会「日本の名勝地を紹介」(P6)

江戸めがね「歩き方の問題」(P14)

キラリと光る「アーティストの吉澤母娘」(P17)

東日本大震災発生から1年…(P22)

暮らしの医療「骨盤内炎症性疾患」(P23)

## サーフィンをする少女

季節の上では秋、でもノーザンビーチの海辺では、こんな女の子も見られます。サーフィンは豪州のスポーツとしては人気があるのでしうね。青い海、波と一緒に遊ぶ豪快でカッコイイ…というのが私の印象です。(忍)

## シドニー日本クラブとは？

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。



**Japan Club of Sydney**

\*\*\*\*\*

### ボランティア募集

現在、シドニー日本クラブ(JCS)では、ボランティアを募集しております。

1983年の創立以来、JCSはボランティアによって運営され、日系家族間の親睦、日本語および日本文化の継承、オーストラリア社会の一員として他民族との相互理解の向上をはかり、様々な懇親活動や広報活動、文化教育活動を行っています。

JCSでは新たに日本人だけではなく、国籍を問わず、広くオーストラリア人も含めいろいろな企画を予定しております。そこで日豪交流やコミュニティー活動に興味をもつボランティアを公募することにしました。

企画立案の経験をしたい方、ウェブサイトの運営技術を学びたい方、日本人コミュニティーに貢献したい方、日本とオーストラリアをつなぐ架け橋になりたい方、オーストラリア人と交流を持ちたい方など…、やる気・意欲のある方でしたら、どなたでも大歓迎です。ぜひ、一緒に日本人コミュニティーのJCSを運営してみませんか？

\*\*\*\*\*



### 投稿募集！

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。

## スポーツ天国 SPORTS

第54回



### シドニー日本人卓球クラブ

NSW州では、毎年3月より、40才以上を対象とした「ペテラン・チーム・チャレンジ」という卓球の団体戦が月一回の割合で10月まで行われています。

今回、JCSのメンバーが中心となり、日本人卓球チームが結成され、参戦することになりました。チーム名は、「Yoshie & Wings」。初戦は、3月4日(日) Hurstville Aquatic & Leisure Centre(6月より、Sports Halls Sydney Olympic Park)。応援よろしくお願ひします。

詳細は、<http://sydney2012.seesaa.net/>

※会員の皆さんからの情報も受け付けていますので、いろいろ教えてください。よろしくお願いします。  
Eメールは、[kenerit@gmail.com](mailto:kenerit@gmail.com)です。(ぴか)

JCS事務局のメールアドレスが変更になりました。

メールでのご連絡は、以下のアドレスまで、お願いいいたします。

**jcs@japanclubofsydney.org**

### JCS年間行事予定

月	会全体	シニア会	コミュニティネット	City校	NB校	Dundas校	その他イベント
3月	理事会(14日) 本誌発行(5日)	例会「初笑いバ ラエティ」(17日)	わいわいサロン(10 日)／転ばぬ先の 杖セミナー(30日)	年次総会 保護者会 杖セミナー(30日)	ひな祭り	クラス保護者会 ひな祭り(3日) 終業式(31日)	クリーンアップオーストラリア (4日) 震災復興祈念式典(16日)
4月	理事会(11日) 本誌発行(2日)	例会(21日)	転ばぬ先の杖セミ ナー(13日)／わい わいサロン(14日)	保護者会(28日)	始業式(28日)	始業式、保護者 会、年次総会 (28日)	

## ブルーム日本人墓地での お盆法要実現のための ファンドレイジング



日 時:3月17日(土) 17時~20時

場 所:YUGA Floral Cafe & Gallery  
172 St. Johns Road, Glebe

入場料:\$25 + オークション

内 容:オーストラリアンアーチスト達のスピリチュアル  
作品をオークション。Felicity Clarkの尺八、  
Koto Music Institute of Australiaによる箏演奏、Urasenke Sydney Associationの茶道デモンストレーションや精進料理サービス等。

主 催:金森マユとYUGA Floralの柳沢勢津子主催  
のファンドレイジングイベント。

このイベントは、浄土真宗本願寺派(西本願寺)オーストラリアの渡部重信ご住職が西オーストラリアのブルームの日本人墓地で供養を行うための資金集めが目的です。

ブルームの日本人墓地には真珠貝産業に従事していた日本人919人が眠っています。真珠産業の盛んな時代にはお坊さんが供養を行っていましたが、最近その習慣がなくなっています。日本人と地元のアボリジニとの間に生まれた子孫達が、仏教供養を強く望んでいて、今回のお盆法要を実現することになりました。

参加アーチスト:

Luke Hardy, Peter Solness, Sandy Edwards, Amanda James, Roslyn Sharp, Hiromi Ashlin, Katy Fitzgerald, Hayley Anderson, Tomoko Yamada, Ren Yano, Deborah Wall Ruiz, Kazuko Chalker and Mayu Kanamori.

ご予約、お問い合わせは:

Email: setsuko@yugaflora.com.au

後援:Japan Club of Sydney (JCS)

## 日本の未来 豪州とともに… 日豪経済委員会 50周年記念懸賞論文募集

日豪経済委員会(会長:三村明夫新日本製鐵会長)は、日本とオーストラリア両国経済界の相互理解と協力の促進を通じて経済関係を発展させることを目的に1963年に設立された、最も歴史のある二国間経済委員会です。

この度設立50周年を迎えるにあたり、今後の日豪関係のあるべき姿を広く考える契機とすべく、社会人や学生を対象に、日豪関係をテーマにした懸賞論文を募集することとなりました。

これまで築いてきた日本とオーストラリアの関係をさらに拡大し、深めていくにはどうすればよいでしょうか。あなたが興味のある切り口から、これから日豪関係のありかたについて論じてください。

### 記

- ①テーマ「からの日豪関係を考える」
- ②言語 日本語10,000字以内または英語4,000words以内
- ③対象 日豪関係に関心のある学生・社会人(年齢・国籍不問)
- ④募集期間 2012年2月21日(火)～5月31日(木)まで
- ⑤賞品【日豪経済委員会会長賞1名】  
賞金50万円／副賞 日本・シドニー往復航空券+3泊宿泊代  
【審査委員長賞1名】  
賞金20万円／副賞 日本・シドニー往復航空券+3泊宿泊代
- ⑥応募方法 応募書類(応募者情報シート・論文要旨・論文)を電子メールでお送りください。
- ⑦結果発表 2012年9月25日(火)に懸賞論文ホームページ上で発表
- ⑧問合せ 〒100-0005 東京都千代田区丸の内3-2-2  
日豪経済委員会事務局 懸賞論文係  
(日本・東京商工会議所国際部内)  
電話:03-3283-7602  
Email:jabcc2012@gmail.com
- ⑨詳細 ホームページ [www.tokyo-cci.or.jp/ec/](http://www.tokyo-cci.or.jp/ec/)

# 2012年2月度 理事会議事録

日時：2月8日(水)、19時～21時10分 場所:Ceramic Studio and Gallery EN  
 出席：チョーカー和子、水越有史郎、高橋一嘉、原田研吾、山口正人、渡部重信、林さゆり、平岡正美、新開珠貴、フレーザー悦子、コステロ久恵、溝尻歩(JCS Web担当)、岩佐いづみ  
 欠席：オークス直美 (敬称略、順不同)

## 1. JCSのIT化について

HPについて：英語版を作成する。シニア会は林理事、コミュニティーネットはフレーザー理事が担当。  
 メールアドレス変更について：メールアドレスを変更し(Webサイトのドメイン上に設置)、メールは事務局と同時に会長、副会長にも転送される。

ファイルの共有：Google Docを使用してファイルを共有する。また、facebook fanページを作成する。

Webサイトへのスポンサー導入：Webを活用し、将来的にスポンサー(広告収入)を増やす。

日本語学校3校へのリンクは貼ってあるが、学校、継承語、教育支援委員会の説明を追加する。

City校のウェブサイトは英語で作成中。

メールマガジン、JCSだより発行のお知らせ：

会報のデータを各学校の代表に事務局から送付し、代表から保護者に連絡をする。

## 2. 会費の見直しについて

会費を見直して、ワーキングホリデーや学生、シニアへの会費割引を検討する。

若い世代が興味を持つようなイベントを随時行い、会費に見合った価値がある(魅力があるような)会にする。どういうイベントを望んでいるか意見を聞く。

パンフレットの新規作成：ウェブサイトの内容がアップデートされるため、パンフレットも新規作成する。PDF版でサイトにアップして、ダウンロードして使用。

## 3. ボランティア募集

JCSを広く一般の方に知ってもらえるように、実動部隊としてのボランティアを数名確保して、さまざまな会の運営に関わってもらう。募集告知をJCSサイトおよび、JAMS.TV、日系メディア(日豪プレス、ジェンタ、チアーズ、おーっす)などに告知する。また、シドニー大学、UTS、マッコリー大学の日系人コミュニティーに声を掛ける。応募が来た場合、面接のうえ、本人の能力に合わせて仕事を割り当てる。日本語学校、シニア会、コミュニティーネットから、どのようなボランティアが必要かヒアリングする。

ボランティアCertificateを発行する。

## 4. クリーンアップオーストラリア

日時：2012年3月4日(日)9時～11時

場所：Lane Cove National Park

駐車場代：JCS5台、日本人会15台は無料

終了後、ピクニックを開催。飲み物・食べ物はBYO。

## 5. JCS協賛イベント活動報告

①日豪音楽親善団クリスマスコンサート：2011年12月

26日シドニーオペラハウスにて開催。20年目を迎えた日豪音楽親善団オペラハウスコンサート。今回は全国選抜高校吹奏楽団を迎える、現地参加もJCSソーラン踊り隊をはじめ、Advance Studioのダンサー、津軽三味線・只野徳子と和太鼓・由良昭子、バイオリン・マサキの演奏、フルートShion Liuと、レベルの高い音楽とダンスパフォーマンスに大きな拍手が鳴り響き、大成功の裡に終了した。JCSの協力を得て、震災被災者への義援金も\$3,500近く集まった。

②2012年新春もちつき＆お正月チャリティーイベント：1月28日マンリーにて開催。物品売上(お茶会、着物撮影含む) \$800.15、寄付金(ゲーム、餅つき、パフォーマンス含む) \$773.45、合計\$1573.60。この義援金は今年8月にシドニーにホームステイに来る福島被災学生達の費用に使用する。

## 6. 教育支援委員会・学校からの報告

サマットちづるさん、山田朝子さんを理事補佐とし、教育支援委員会を運営していく。

スピーチコンテストに向けての活動、ミニスターズアワードへの取り組みや教員研修会の内容を検討中。

## 7. 3. 11一周年行事後援の件

イベント主催者から依頼があれば、協力できるようになる。

## 8. 日本語学校保護者の正会員希望者について

JCSに年会費\$70を納めてもらい、学校には支払わない。その場合従来どおりの会員扱いとする。学校は正会員の金額を引いた額をJCSに送金する。今年の総会で会員の区別(正会員、準会員、ユース会員)を決め、年会費の金額を具体化する。

## 9. その他

①広島車イスダンスクラブ：6月に来豪決定。6月のシニア会例会でパフォーマンスを行う。日本人学校、車イスの施設を訪問・パフォーマンスする予定。歓迎会は領事館、商工会議所、JCS合同で行う。

②ブルーム日本人墓地でのお盆法要実現のためのファンドレイジング

日時：3月17日(土)5時～8時

場所：YUGA Floral Café & Gallery  
 (172 St. Johns Road, Glebe)

## 10. 会員数・会計報告

会計報告：\$26,845.39。世帯数に関しては、確定作業中のため、次回の理事会にて報告。

※次回の理事会は、3月14(水)午後7時より、

Ceramic Studio and Gallery ENにて開催。



# JCSCommunityネット

福祉情報サイト : <http://www37.atwiki.jp/carenetsydney>



## MOSAIC: 3月のわいわいサロン

### タイチで心と体を元気にしていきましょう。

この夏は、涼しくて、雨がちで、夏らしくありませんでしたけれど、気温は快適でした。

夏休み中は、楽しいことも多くて、いつもの生活パターンが崩れがち。運動不足に加え、つい食べすぎてしまつた方も多いのではないでしょうか。

そんな方に、是非お勧めなのが、ゆっくりとした動きのエクササイズ『タイチ』です。体にやさしく、無理なく足腰を鍛えて、体のバランス感覚を培っていきましょう。身のこなしを軽くして若返りましょう！！インストラクターの向井さんが、1時間ほど、分かりやすくご指導してくださいます。動き易い服装と運動靴でいらしてください。

タイチの後は、健康談義。お勧めのダイエットや失敗したダイエット、その他、ご自分の健康法などの話で盛り上がりましょう。

日時:2012年3月10日(土)1時から4時

会場:MOSAIC Multicultural Centre

(12 Brown Street, Chatswood)

参加費:\$5(ティー＆コーヒー込み)

問い合わせ:ゆみ 9460-6018

## コミュニティ・ビジタースキーム

現在、ナーシングホームなどに入っているいらっしゃる日系の方々の訪問を豪政府傘下のコミュニティービジタースキームを使って定期的に行えるようオガナイズしています。今後、コミュニティーネットの活動に興味をもってくださる方々にも登録していただき、ボランティアの情報交換会なども行いながら円滑に活動を進めていきたいと思います。

### コミュニティーネット・セミナー:

将来に向かって「転ばぬ先の杖」

“貴方と貴方の家族の為に良い選択をしましょう”

州政府機関の多文化コミュニティ相談サービスではJCSCommunityネットと協賛して日系社会のシニアの方々へのサポートを行っています。

今迄もシニアの方々を対象にいろいろなセミナーを開催してきましたが、今回は個人的に相談を希望される方々のために、少人数にて2回にわたり、下記のように開催いたします。

第1回:2012年3月30日(金)

①アセスメント・チームによる高齢者ケアのサポート・オプションについての話

②リーガルエイドの弁護士による法律上の権利に関する話

③センターリンクのアドバイザーによる財産などに関する話

第2回:2012年4月13日(金)

①リーガルエイドの弁護士による法律(遺言状などの話)

②フェューネラル・ディレクターが話すお葬式

時間:午後1時～4時まで

場所:Chatswood Community Health Centre

57 Hercules Street, Chatswood

参加費:両方共で\$10(アフタヌーン・ティーを含む)

申込:電話:8920-1764(フレイザー悦子)

Eメール:mediaetsuko@hotmail.com

※必ずお申し込みをしていただくようお願いします。

## Multicultural Advisory Services

もしもし電話情報窓口

期間:2012年2月末～11月末まで

電話:(02)8877-5314

日本人ボランティア:水曜日と木曜日

時間:朝10時～午後2時

# Sushi-Ya

本年もどうぞ宜しくお願い致します。  
各店、より良いサービスを目指して頑張って参ります。

**GLEBE**

Shop 3, 166 Glebe Point Rd, Glebe 2037

Tel : 02 9660 8268

**CHATSWOOD**

174 Victoria Ave, Chatswood 2067

Tel : 02 9413 3300

**ARTARMON**

10 Wilkes Ave, Artarmon 2064

Tel : 02 9411 1377

open  
7days

# シニア会 だより



会員の親睦と交流、健康維持の為、毎月趣向を凝らした内容が盛り沢山。毎回50名前後集まる和やかな雰囲気の中、和食弁当を食べながらの情報交換、様々なテーマで講師を招いてのお話、コーラス、健康体操、ピングーム、新年会、日帰りバス旅行等を通して、趣味の会、見学会、海外旅行などへ輪が広がります。ビギナーも大歓迎。どうぞ気軽にご参加下さい。(入会金不要。年齢・性別・国籍不問)

## シニア会役員

会長 高橋イッキ 副会長 林さゆり 事務局長 有泉浩子 会計 宮下義夫 会計監査 長谷川千鶴  
幹事 朝比奈富美子、宮下昌子  
ボランティア 加納節子、ソンダース忍、羽川恵美子、原田研吾、村田智富子、鶴頭富江

### 【3月例会のお知らせ】

#### 「愉快な落語、物まね、漫才を見て、楽しみましょう！」～「YouTube」で紹介します。～

笑いは健康の源であることが医学的にも証明されています。笑うと全身の組織を活性化させ、自律神経系の働きを整えると言われています。若返りのホルモンも盛んに分泌されるそうです。また自分のみならず周りの人も幸せにする大きな要素です。楽しく笑う時間を共に過ごしましょう。

日時:2012年3月17日(土)正午～午後3時

会場:The Auditorium, The Dougherty Community Centre (7 Victor Street, Chatswood)

会費:会員 \$3(お茶代込)

非会員 \$5(お茶代込)

マイカップもお忘れなく。

※参加の場合は3日前(水曜日)迄に、ご自分の地区幹事までご連絡ください。その際、当日の昼食用お弁当(\$10)、それに加え夕食用等のお持ち帰りのお弁当(\$10)の注文も受け付けますので、個数を必ずお知らせください。

### 【2月例会のご報告】

2012年2月18日(土)の月例会は、50名の参加で、和食弁当を美味しいいただきながら始まりました。



背筋も腕も伸びて、みなさんリフレッシュ！

健康維持にも良いラジオ体操をして、身体をほぐしました。



平野栄子さん、城間多津子さん、みなさんのお手本になってくださいありがとうございました。

2月例会の講師は、JNTO日本政府観光局の山下幸男所長にお願いしました。

「初笑い！日本名勝地紹介とお国訛り自慢」と題し、北海道から沖縄まで、1都1道2府43県全ての名勝地を映像で紹介してくださいました。



JNTO日本政府観光局の山下幸男所長ありがとうございました。

母国とも暫く疎遠になっていた方も、美しい写真を見ていると、まるで日本一周旅行をした気分になりました。山下所長の進行をお手伝いした副会長の林さゆりさんの司会で、会員も一緒に溶け込み、ガイドブックにはない、生の声でお国訛りや出身地の特徴なども披露してもらいました。時には驚かされ、時には大笑い。



山下所長との会話に溶け込む会員たち。笑みがこぼれます。



世界文化遺産 厳島神社。潮が満ちてくると、あたかも海に浮かんでいるよう。背後の花火も鮮やか。

毎月ハッピーバースデーを歌って、その月生まれの方をお祝いしていますが、今月は、JNTOがサプライズを用意してくださいました。

2月生まれの方々の出身地が関東地方に集中していたことから、東京都の映像に差し掛かった時点で、前に集まってもらいお祝いをしました。その際、写真の時計が贈呈されました。



2月生まれの方に贈呈された、オーストラリアを象った時計

ポスターや日本各地の案内資料、団扇など沢山のプレゼントをいただき、家族へのお土産に持ち帰りました。搬入のお手伝いをしてくださったボランティアの方々ありがとうございました。オーストラリアの人にも、どんどん日本に旅行してもらい、美しい日本を満喫していただきたいと思います。

山下所長、お忙しい中懐かしい母国の映像やお話、お土産を本当にありがとうございました。



JNTOから贈呈された時計を手に、喜びの笑顔。  
左から、青木恵美子さん、生方光雍さん、ゴルト良子さん、フレイザー悦子さん

## 【お知らせ】

### ■古本市

恒例の古本市は都合により、3月例会には開催しません。ご了承ください。

### ■本の寄贈

保坂佳秀さん、ヤング京子さん、書籍のご寄贈ありがとうございました。

### ■「世界の民族衣装展と茶器展」

3月14日(水)～4月5日(木)(無料)

NSW Harmony Day企画

場所: Willoughby City Council 入り口

### ■「供養・仏教のためのアート、ミュージック、フード」

3月17日(土)午後5時～午後8時

詳しくは、本誌3ページをご参照ください。

### ■「老後の住宅の選び方」

3月21日(水)午後1時～午後2時30分(無料)

NSWシニアワーキング企画

講師: センターリンクのスタッフ(日本語通訳付き)

場所: MOSAIC Multicultural Centre

(12 Brown Street, Chatswood)

予約先: MOSAIC Centre Coordinator 9777-7952

お問い合わせ: 宮下義夫さん 0410-541-150

### ■「Willoughby Senior Variety Concert」

3月21日(水)午後1時～午後3時30分(無料)

NSWシニアワーキング企画

場所: Civic Pavilion on the Concourse

409 Victoria Avenue. Chatswood

予約が必要: The Concourse Box Office 9020-6968

または、Web: theconcourse.com.au

### ■「朗読を楽しむ会」

3月22日(木)午後1時30分～午後3時(無料)

場所: Dougherty Community Centre内

Meeting Room

問い合わせ: クラーク基子さん

(cmotoko@hotmail.com または、電話: 9949-2007)

### ■「Outdoor Concert」

3月23日(金)午後5時30分～午後7時

カジュアルな音楽会。

NSW Harmony Day 企画

場所: Chatswood Mall Market

#### 皆さんの地区幹事

・A地区(North Sydney以南): 事務局 有泉浩子

Tel: 9436-4159 Email: hirokoariizumi@iprimus.com.au

・B地区(Chatswood以東): 宮下昌子(Tel: 9417-6715)

Email: yoshiom@bigpond.net.au

・C地区(St.Ives以北): 朝比奈富美子(Tel: 9453-0058)

Email: fumiko@pacific.net.au



ゴルフ部

## 第62回JCSゴルフコンペの結果のお知らせ

2月26日(日)、JCSゴルフ部はWakehurst Golf Courseで第62回JCSゴルフコンペを開催しました。当日は爽やかなそよ風の絶好のゴルフ日和で参加者全員が楽しまれました。

そんな中、タフなコースにもかかわらず安定したスコア(45/45)で山口正人さんが、グロス90(Net 79)で優勝を勝ち取りました。また、グロス98(Net 79)の同スコアで清水正さんが2位となりました。3位には澤慶一さんが、グロス95(Net 80)で入賞。ニアピン賞には澤さんと清水さんが、ドラゴン賞には澤さんと山口さんが入賞しました。

またバーディー賞(2)にはカスカートさんが、ブービー賞は新木さん、ブービーメーカー賞は原田さんが獲得しました。

### 優勝者の弁

JCSゴルフコンペの前日に同じコースで9ホールのコーチングをレッスンプロから受けました。また同コースのメンバーである日本人女性ゴルファーとしてはトップのシングル・ハンディの幸子カスカートさんと一緒にプレー出来るようにお願いしていましたので、緊張感が途切れなかったのが良い結果になったのかもしれません。

同じ組でボールを捲して頂いた澤さん、新木さんありがとうございました。皆様のお蔭様で久し振りに優勝できました。(笑)



(左から)2位の清水さん、優勝の山口さん、3位の澤さん

## 第63回JCSゴルフコンペのお知らせ

下記要領で来る5月の第63回JCSゴルフコンペを開催いたしますのでご案内いたします。

開催日時:2012年5月27日(日)集合午前11:30、スタート午前12:00

コース:Long Reef Golf Club

会費:\$70(当日集金させていただきます)

申込締切日:5月18日(金)

申込先(今回の幹事):山口正人 Email:yamaguchi@nbca.com.au 携帯:0404-027-407  
こぞってご参加下さい。

SYDNEY  
ソーラン踊り隊

## 今月はゴールドコーストに遠征します！

\*2月15日(水)、ピアモントのDoltone Houseで「Japan Endless Discovery Through Sake」が開催されました。日本の美しさと日本酒の素晴らしさを知ってもらうイベントですが、ソーラン踊り隊も出演して、日本をアピールしてきました。(写真)



\*2月25日(土)には、日豪交流プログラムのJENESYS参加者の同窓会ピクニックが、セントラル駅横のPrince Alfred Parkで催され、踊ってきました。参加者の皆さんには日本が大好きで、日本のソーラン踊りを見るのをとても楽しみにしているということで、一緒に踊って大いに盛り上りました。



\*また、3月11日(日)には、日本の震災一周年ということで復興祈念祭が、サーキュラーキー横のFirst Fleet Parkで催されます。今後の日本の復興を祈って、力強いよさこいソーランの踊りで元気づけようと思います。

\*17・18日の週末は、ゴールドコーストのJapan & Friends Dayに参加して踊ってきます。日本からよさこいソーランのチームが参加しますので、私たちもよい刺激を受けてきます。

シドニーソーラン踊り隊では毎週3カ所で練習を行っています。是非、ご参加ください。

①Camberay Public School 毎週土曜日2時~3時

②シドニー市内でも初心者の若者を中心に練習しています。参加ご希望の方は、平岡正美(0406-511-221 Email:masa7833@hotmail.com)までご連絡ください。

# 進歩! マルチカルチャライズム

## 第10回 世論調査民主主義の台頭

by.Yushiro

先月の労働党の党首選では、ギラード首相がラッド前首相に大差をつけて勝利しましたが、なぜ2010年の党内クーデターのような内紛が生じたのでしょうか。一説には、このところギラード政権の人気が下がっていて、党内クーデターで首相の座を追われたラッド氏に期待する世論が高まっているということがあります。

世論調査では、党首にふさわしいのは、ラッド氏(58%)、ギラード氏(34%)と、圧倒的にラッド人気が高いのです。また、ギラード氏の首相としての資質に対しては、60%が不適格としています。ところが、労働党は党首交代すべきか?という質問には、ラッド氏にすべきが48%で、ギラード氏が47%と、拮抗していました。

ただし、与野党の支持率では、労働党(43%)、保守連合(57%)と、労働党の支持が落ちていて、このままギラード氏が首相を続けていては、次回総選挙で負けるのではないかという懸念がありました。そのため、人気の高いラッド氏に再び首相になってもらい、来年の総選挙に勝とうという動きもあったわけです。

今回ギラード氏が勝ちましたが、ラッド氏支持の議員も約3分の1いたわけで、今後も党内抗争の火種が残ったままという見方もされています。なんだか世論調査の結果に左右される党首選でした。

この世論調査ですが、日本の政治は典型的に世論調査に振り回されているようです。小泉首相が退陣したあと、毎年、ほぼ1年で首相が交代しています。もちろん首相の資質も問われますが、それよりも世論調査の結果に一喜一憂し、振り回されているのが実情です。

日本では、対面方式よりもコンピュータによる無作為抽出された一般家庭の固定電話に電話して回答を得る方式がほとんどです。そのため日中、家にいる主婦や高齢者が調査対象になってしまいがちで、主に携帯電話しか持っていない若者の意見が反映しづらく、国民全

体の層を反映していないのが実情です。

それに質問の仕方によっては、回答がある一定の方に向く誘導されるということは確かに、メディアの姿勢も問われています。

多くの人々の行動があるひとつの方向に向かうのは、その多くがメディアや広告によって左右されているということでもあります。それもあり意識することなく、知らず知らずのうちに他の人と同じような振る舞い、同じような言葉を発していることがあります。特にテレビの影響は強く、一般の人が自分で調べたり勉強しなくとも難しい専門用語を口にしたり、政治や経済について学者のような口ぶりで話してしまいがちなのは、メディア報道を知らずに頭に入れているからです。

「民主主義は永遠の革命だ」という言葉がありますが、常に試行錯誤しながら、よりよいものを目指していくしかないのが民主主義です。よく言われるように、ヒトラーだって、政党を結成して選挙で勝ち抜いて大きくなり、いわば議会制民主主義の制度の中から生まれてきたわけです。その背景には、大衆迎合や大衆煽動があるのですが、今日で言う“世論調査民主主義”による国民の動きがあります。一般受けするテーマを大げさに、分かりやすく、かつ、反対勢力(敵)を明確にする姿勢が受け入れられて、ある一定の方向にみなが動いてしまうという構図です。

日本の野田政権は、消費税という一点で、“世論調査民主主義”的好の餌食となっていて、支持率がどんどん下がって風前の灯のような状態です。そこに“ハシズム”と揶揄される、橋下徹大阪市長の率いる大阪維新の会が動きはじめているのが、いまの日本の政治状況です。“政治のミーハー化”“ワンフレーズ・ポリティクス”などと称される世論調査民主主義が、日本の将来を不安にしています。

## 外食 日記

### INSADONG

営業 10:30am-9:30pm 年中無休

住所 223 Rowe Street, Eastwood

電話 9874-4777

価格帯:\$20~

雰囲気 8

料理 8

サービス 7



韓国人の友人に薦められてイーストウッドまで韓国料理を食べに行ってきました。以前韓国に行った時にも、バラエティーに富んだ食事に甚く感動し、「中華料理よりも日本料理よりも、韓国料理が好き!」などと叫んだのを思い出しました。なん

いっても注文したお食事が出てくるにつきだし(?)のお野菜がたくさん食べられるのがいいです!定番のキムチや、もやしやジャガイモの煮たのなどはそれだけでも充分にご飯のおかずになるくらいです。このお店はこじんまりとした上品な雰囲気で、丁寧に仕上げたお料理が楽しめます。私たちが食べた海鮮チヂミは今まで食べた中で一番美味しかったです。冷麺の茹で加減は絶妙で、こくがあるのに濃すぎず、さっぱりとした味付けでした。またすぐに行ってみたくなるお店です。

## 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: 0407-461-618
- 授業: 毎週土曜日 / 幼児部: 9:30~12:10、小学部: 9:30~12:15
- Email: jcs-jpschcity@hotmail.com
- http://cityschool.japanclubofsydney.org/



### 学校の様子

新学期も始まり、早1ヶ月がたちました。新入生の生徒たちも少しずつ学校に慣れてきています。City校では2月25日、避難訓練が行われました。昨年は、日本で大きな災害があり“いざという時”を考えさせられる年でもありました。こうした避難訓練は大変重要なことでもあります。

また、3月3日、10日の2週間に渡って、クラス保護者会が行われる予定です。保護者の皆様には、学校やお子様のクラスの様子、授業について、担任の先生とお話し頂ける良い機会となりますので、是非ご出席くださいますよう宜しくお願ひ致します。



## JCS日本語学校ノーザンビーチ校 JCS Japanese School Northern Beaches

- 学校: Wakehurst Public School  
(8 Glen Street, Belrose NSW 2085)
- 連絡先: PO Box 861, Narrabeen NSW 2101 電話: 0402-827-389
- 授業: 毎週土曜日 / 9:30~12:15
- Email: jcsnorthernbeaches@hotmail.com
- http://nbschool.japanclubofsydney.org/



### 新学期が始まりました

長かった夏休みも終わり、一回り大きくなった子どもたちが学校に帰ってきました。ノーザンビーチ校では11名の新入生を迎えて、2月4日に新学期が始まりました。

学校初日は雨が降ったりやんだりの生憎のお天気でしたが、節分の行事を行いました。各クラスで工夫をこらしたお面を作ったり、節分にちなんだクイズを出したり、鬼の歌を歌ったり、盛りだくさんの内容で

## クラス紹介 かに座

蟹座は3歳半から5歳(現在)までの男子8人、女子8人のクラスです。

一つ下のクラスからの持ち上がりの生徒が約半分、今年からの新入生半分というクラス構成ですが、生徒達は初日から楽しみに通ってくれているのが印象的です。まだ始まったばかりですが、現在は落ち着いた雰囲気の中で積極的に活動に取り組む事が出来ています。クラスの年間目標としては日本語や日本文化に興味関心を持つ事、日本語での基本的な日常会話や意思疎通、簡単な平仮名の読み・書き等が挙げられます。

生徒一人ひとりの語学のレベルや目標を達成するペースは様々ですが、各生徒が上記の目標を達成出来るよう全員の様子をよく観察しそれぞれの違いに対応出来る授業内容や言葉掛けを行なっていこうと考えています。

そのためにも、本の読み聞かせや生徒同士のお話・発表、手遊び歌、平仮名学習(読みと書き)などを通し、どこか一点に偏った学習ではなく読む・書く・聞く・話すの4つの分野がバランス良く伸ばせる活動を目指しています。

興味を持ち、楽しんで取り組めるようゲームや遊びの要素を取り入れた導入が多いので、既に子供達にお気に入りの活動が存在し、繰り返し挑戦しようしてくれるのが嬉しい点です。また、海外で生活しているとなかなか参加できない日本の行事体験は新鮮な様で節分の体験活動はとても盛り上がりました。今後、皆と一緒に多くの経験や新たな発見をしながら成長していくのが楽しみです。

(担任:相沢伶菜)



した。最後の豆まきでは、みんなの願いが通じたのかすっかり雨も上がり、最上級生のカンガルー組の子どもたちが鬼の役を買ってでて、下級生達が鬼を追いかけ豆を投げ付け、たくさんの福を招き入れることができました。そして始業式後の保護者会では、新役員を中心にスムーズに各係も決まり、幸先の良いスタートとなりました。

## クラス紹介 カンガルー組

今年のカンガルー組は、男の子5人、女の子3人のクラスです。ノーザンビーチ校の一番年長クラスですが、全

員「日本語大好き！」な元気な子どもたちです。

カンガルー組では、今年は特にテーマ学習として、日本の地理、歴史、文化、社会について学び、日本に対する知識や理解を高めるだけでなく、オーストラリアとの違いを考えることを目標においています。また、ただ漢字や語彙を学習するだけでなく、それを用いた日本語による表現力をつけるため、スピーチコンテストに積極的に取り組み、さらに世界子ども俳句コンテスト（JALファンデーション主催）に作品を出品したり、12月の学年終業式に向けてクラス劇に取り組むなど、日本語を使って書き、話す表現力を身につける機会をたくさん授業に盛り込んでいきたいと思います。

3月末にはNSW州立美術館への「日本美術鑑賞・見学」の遠足も予定しています。学習言語が英語で、英語のほうが完全に強くなっている子どもたちは、論理的思考が全て英語です。そのために日常生活を少しあは



れた抽象概念になると、語彙がないため日本語で考えることが出来なくなっています。そんな子どもたちに、言葉で説明するだけでなく、直接「日本文化」を見て、肌でその繊細さ、優美を感じてもらうのが狙いです。

このような取り組みを経ながら子どもたちがどんな風に成長してくれるのか、この一年間を楽しみにしています。

（担任：西牟田佳奈）

## JCS日本語学校ダンダス校 JCS Japanese School Dundas

- 学校: Dundas Public School  
(Kissing Point Road, Rydalmer NSW 2116)
- 連絡先: 電話: 0411-734-819
- 授業: 毎週土曜日 / 9:30~12:15
- Email: [jcs-jpschdundas@live.com](mailto:jcs-jpschdundas@live.com)
- <http://dundas.japanclubofsydney.org/index.html>



## 2012年度の一学期始まる

長かった夏休みも終わり、2月4日に4年目の1学期を迎えることが出来ました。始業式を行った際には、久しぶりの学校で緊張した顔も少し見られましたが、夏休み中に、見違えるほど成長した子ども達は、元気なはつらつとした笑顔で校歌を歌っていました。

Dundas校では、昨年よりラジオ体操を毎朝行っています。ラジオ体操のリズムにのり、生徒、先生方、保護者の方も交え、みんなで元気いっぱいに体を動かしてスタートしました。新入生たちは、先輩のお兄さん、お姉さんに負けずに、始めて聞くラジオ体操の音楽にもかかわらず、がんばって体を動かしていました。子ども達の好きな体操の部分は、やはり体をジャンプするところ。皆、うれしそうに飛び跳ねていました。

今年初の行事は、節分の日にちなんだものでした。児童たちは、手作りの鬼のお面を作り、節分の豆まきの掛け声を「鬼は外、福は内」と、大きな声を出して豆



をまいていました。

1学期の保護者会を第1週目に行いました。多くの保護者の方に、JCS便りの発送準備作業のお手伝いをしていただきながら、保護者会へも参加していただきました。今後、保護者の方には、各学期毎に、色々ボランティアのお仕事をお願いすることになります。皆さんに支えられて、よりよいダンダス校の学校運営を行いたいと思います。

## 楽しかったミニ雛人形クラフト教室

2月18日に、中島きみこさん（シニア会メンバー）をお迎え、ミニ雛人形クラフト教室を開きました。

中島さんは、クラフトキットをご自宅で作ってきてくださいり、当日の講習会では、大きな机の間を忙しく回りながら、ひとつひとつ丁寧に説明してくださいました。雛人形を作り終える頃には、折り紙教室までしてくださいました。



久しぶりの、折り紙と布を使ったクラフトで、保護者の方たちも初心にもどり、ワクワク状態でした。もちろん出来上がりは「素晴らしい完成！」

皆、中島さんのご指導の下に楽しい講習が出来ました。わざわざ学校まで出向いて、クラフト教室を開いてくださいり、ありがとうございました。（事務:山田）

**JCS教育支援委員会議事録 2012年2月**

日時:2月2日(木)10時20分～12時10分場所:Chatswood RSL  
出席:チョーカー和子(JCS会長)、サマットちづる(教育担当理事補佐)、山田朝子(教育担当理事補佐)、パトリッジ知美(2011年度NB校代表)、竹原詩子(NB校代表)、コステロ久恵(City校代表)、勝本博美(Dundas校代表)  
議長担当:NB校 議事録担当:City校

**1. 報告事項—各学校からの報告**

**City校:**児童数148名(11クラス)、96家族、退学4名、休学1名

2月4日始業式及び保護者会。3週目TC会議、4週目避難訓練、5週目に年次総会を行う。

昨年来校した相山女学園大学の生徒3名から5名が今年も来校し、ボランティアに取り組む。

来学期からスタートする新役員体制は、新委員4名を含み、引継ぎを開始。

**NB校:**児童数43名(6クラス)

2月4日始業式及び保護者会。係決めをホリデー中からスタートさせ、各係の希望者を募ったところ、半分以上がすでに決定。放課後にはTC会議を行う。

今年度初日より、新役員による運営がスタート。アシスタントを1名募集中だが、今のところ候補者なし。

2月に避難訓練を行う予定。児童への避難訓練の重要性の認知を再確認する。

**Dundas校:**児童数78名(8クラス)、54家族

2月4日始業式、保護者会、「JCSだより」の発送準備。保護者会では、本年度3学期からの新役員を募る。

今年は新入生22人を迎えてのスタート。2週目TC会議、3週目避難訓練、4、5週目にクラス保護者会を予定。

[JCS事務局]

学校運営費(1家族\$40)の送金は、2月中に行う。

**2. 教育支援委員会全体****2.1 教育支援委員会内での会計**

金額の流動や仕事量を考慮し、教育支援委員会内の会計を山田が担当する。(現在はオークスが担当)現金、書類、小切手、銀行手続きを2月20日以降に引継ぎを兼ねて行う。スピコンに関しての会計担当は、スピコン実行委員会が発足されてから検討する。

**2.2 情報保管**

保管は共有サイトにて行う。現教育支援委員会のメンバーだけが、閲覧・編集できるようにするためにgmail

**■年間事業計画確認**

ターム	月	教育支援委員会	City校	NB校	Dundas校
2012年	3月	CLS研修確認 グラント申請準備	年次総会、クラス保護者会、ひな祭り		クラス保護者会、ひな祭り、終業式
ターム1			ひな祭り		
ターム2	4月	グラント申請	保護者会	始業式	始業式、保護者会、総会

教育支援委員会:3月2日(金)午前10時から 議長担当:Dundas校、議事録担当:NB校

アカウントをオークスに確認し、パトリッジが作成を試みたが出来なかった。

JCSで現在、書類保管を共有サイトで行えるように手配しているので、それをフォローして作成を試みる。内訳は、議事録(サマット担当)、CLS(ミニスター)ズ)、レター(お礼状等)、単発は個人で入れていく。

**2.3 各学校**

1学期TC会議で、スピコンの題材を2、3挙げ、スピコン係、スピコン担当教員、ミニスターズアワードの推薦候補者を募る。

**3. 教育研修会関連**

1学期3月24日、1時半から4時半、City校にて。

\* レベル別プレゼンテーションは高学年をCity校、低学年をNB校、未就学をDundas校の教員が担当。

\* レベル別のグループセッションは3つに分かれての情報の交換、今抱えている問題などを話しあう。

[各校の担当]

City校 お弁当、水、ベビーシッター、プロジェクト準備、司会進行(コステロ)

NB校 名札の準備

1:30～2:15 出席者の紹介、3名の教員によるプレゼンテーション

2:15～3:15 グループセッション(グループごとにリーダーが必要)

3:15～4:00 スピコン開催に当たっての簡単な説明、スピコン題材決定、詳細の決定(出場者数など)

山田がスピコン実行委員代表として原案を事前に作成する。

**4. スピーチコンテスト**

オンラインにて会場を予約済み。(担当:竹原)

開催に当たってお手伝いもしくは学校でのお手伝いが必要な場合、マッコリー大学の学生をボランティアとしてお願いする提案が出た。もし、お願いをする際には、インタビューを必ずし、IDやチャイルドプロテクションの書類記入もお願いする。認知度を上げるのには、とてもいいことである。臨機応変にお願いする。

今年はJCS3校のみでの開催。他校への連絡は、和子会長、オークスの名前入りで、全外部校へメールにて送付済み。リバーウッド校からは、昨年度までのお礼

と、機会があればまた参加したいとの連絡がメールであった。キャメレイ校からは、今後は校内で続けていくとの連絡があった。

## 5.その他

今後、CLS対策のためにも全ての書類のタイトルは英語で作成する。議題、議事録の中のトピックスも英語のタイトルをつける。

①NB校が昨年、塩、コショウのファンドレイジングを行いとても好評だった。お店の情報の共有をする。

②中島きみこさんよりミニひな人形の作り方の講習会のオファーを頂き、コステロが連絡をとり、各校に報告し検討。

### ③ダンダス校より質問

1. ABN申請したが、Tax Officeから拒否された先生について鳥居先生がObjectionレターを出したが拒否されたのでどうしたらいいのか？

→少し時間を置いて再トライをしてもらう。その間の支払いは、今までどおりに行う。

2. 学校の資金を利子が多い定期預金にしたいが、何か制約があるのか？ →特に規制はない。

3. グループサティフィケイトのようなものを作成してほしいと先生からの依頼についてどうすればいいのか？ →必要に応じて各学校で対応していく。

教育支援委員会：3月2日（金）午前10時から

議長担当：Dundas校、議事録担当：NB校



### 私の健康法

- \*とにかく運動をすること
- \*好き嫌いのない食生活(楽しいお食事)
- \*笑顔でおやすみなさいって言えること(穏やかな気持ちで一日を終わる)

多少食べ過ぎても太らなかつた若いときに比べて今は深呼吸をしても太っているのでは？と思うくらいすぐ身体にお肉がついてしまう今日この頃…。

小さいころから身体を動かす事が大好きで…お勉強は大嫌い。そんな私の今の健康法は週2回のソーランの練習。それ以外にも週1回のGYMと、誘われればゴルフ、ウォーキングなどなど運動ならなんでもやりたいのが本音！

JCSの傘下にある《シドニーソーラン踊り隊》のメンバーになり、今ではいろいろなイベントに出て踊っています。このソーランは足腰が基本で大腿骨の強化にもなり、腰痛、膝痛でつらかったときも運動

をして筋力をつけることで痛みを和らげています。痛いから動かないというのは逆効果…普段から少しづつでも鍛えることが大切ですよね！ひとりではなかなか出来ない運動も皆で集まれば笑いながら楽しく出来ます。

一緒にソーランをしませんか？（ちょっと宣伝）最近はソーランの前にラジオ体操とストレッチで身体をほぐしソーランで汗をたっぷりかいて最後はまたストレッチでクールダウンをしています。このストレッチがまた最高に気持ちが良いですよ！これから私たち（中高年）は足腰を丈夫にして自分で歩ける…そうすれば外出、旅行も楽しめますよね！

それと私の大好きなウォーキングコースをご紹介します。Rozelle、Lily fieldの近くにあるIron Coveを1周する7kmのコース。小さなお子様がいても安心で、公園もあり、とっても気持ちが良いコースでお奨めです。

これからもいろいろなスポーツをやって若々しく年を重ねたいと思います。（まさみ）

## Only the real thing—for YOU! 本物を求めるあなたに!

<http://planethair.com.au/jp/>

### 白髪染め (植物100%ヘナーブ)

クレオバトラの時代から存在し、髪にツヤ・コシを与え白髪染めができるトリートメントカラー。

### わずかな白髪から100%の白髪に対応

明るめの白髪染めも可能です。



#### PRICE

##### ■水ヘナハーブカラー &カット

##### ショートヘア

\$105 スタイリスト

\$115 トップスタイリスト

\$125 ディレクター

(髪の長さによって料金は異なります)

JCS会員の方は

平日15%Off,  
土日は10%Off

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)

5種類のヘナを白髪の状態により調合します。



白髪が染まり、ツヤが出て天使の輪ができています。

#### この様な方にお薦め！

- \*髪の毛が細く根元がペタンとなりやすい方
- \*白髪染めをしたいけど抵抗がある方
- \*カラーとバームを繰り返して髪が痛んでいる方
- \*頭皮の弱い方
- \*白髪を自分で抜いたりしている方



■営業時間 (OPEN 7days)

月～金 10:00～20:30

土・日 10:00～18:30

予約優先

■TEL: (02)9267-4881

Level 2, 61-63 MARKET ST.,  
SYDNEY (RIP CURLの上)



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

## 第53回 歩き方の問題

「三方一両損」という落語をご存じだろうか。

ある男が道で財布を拾う。財布の中には3両の金と印鑑、書きつけが入っている。書きつけの名前から財布の持ち主がわかり、男は持ち主の住まいを探して、届けに行く。しかし届けられた男は「印鑑と書きつけは俺のものだが、3両の金は拾ったお前のものだ。持つていけ」と金を突き返す。

現代なら、落とした金が無事に戻ってきたら大喜びするところだろう。だが「三方一両損」は現代ではなく江戸の話である。江戸っ子は金銭に対する構えが違う。財布の持ち主が「金はいらない」と言い張るのは、金に執着するのはみっともないからだ。

財布を届けに来た男も江戸っ子である。「金は拾ったお前のものだ」と言われて、ほいほい受け取ることができようか？ 互いに意地を張り合って喧嘩になる。長屋の大家が仲裁し、その場は収まるが、どちらの言い分が正しいかは奉行所に訴えて決めようということになる…。

さて、この話で私が好きな場面は、喧嘩のあと、財布を届けたほうの男が自分の長屋に帰ってくる場面である。着物はよれよれ、ちょんまげは曲がっている。その男の住む長屋の大家が、それを見て「どうしたんだよ？ なに、喧嘩してきた？ えらい！ それでこそ江戸っ子だ」とほめる(この大家も江戸っ子

気質)。だが喧嘩の原因が拾った財布だと知ると、大家は「他人の財布なんぞ拾うんじゃないよ、届み女に反り男というだろう？」男は堂々と胸を張って歩け。女みたいに下を向いて歩いているから財布なんか拾うんだ」と男を叱る。

男は胸を張って、女は下を向いて、というのはたぶん着物の構造と関連があるだろう。胸を張って大手を振って歩くと裾は乱れるし袂も揺れる。女はそういう歩き方をしないほうがいい(みっともないから)。それはそれとして、江戸っ子に「他人に見られて恥ずかしくない歩き方」という規範意識のあったことが興味深い。

現代の私たちはどうだろう。世代や地域で違うのかもしれないが、私は子ども時代に、見られることを意識した歩き方を教わった記憶がない。歩きながら食べるのはやめなさい(他人にくっつけてしまうといけないから)、道の端を歩きなさい(自動車にひかれないように)とは言われた。だが姿勢よくきれいに歩くことを意識したのは大人になってからのことだ。

歩き方の問題が気になるのは、昨今、日本では駅のプラットホームから人が転落する事故が増え、スマートフォンの画面に気を取っていたケースが多いらしいと噂されているからである。たしかに、うつむいてスマフォの画面を見ながら歩いている人をよく見かける。すりやひったくりに狙われないのか、他人ごとながら気になってしまふ。もはや、きれいな歩き方以前の問題である。いったい日本人は進歩しているのか、それとも退化しているのか？

## 税務・会計

Total Business Service

会計経理・税務申告・投資相談

大手会計事務所料金の3分の1

個人・法人のタックス・リターン

シドニーでは、日本人関係者のタックス・リターンを  
最も多く取り扱っています。

電話 9241-3216

鳥居税務会計事務所



バロンならスーパー・アニュエーション・  
投資・保険についてのアドバイスが  
まとめて受けられます。  
ファイナンシャルアドバイザーとして  
18年の経験と実績を持つ  
ドリス・バロンがお手伝い致します。  
**1回目のご相談は無料です。**  
日本人担当の二ネス尚美まで  
お気軽にお問い合わせ下さい。  
直通電話 : 0409 640 488  
Eメール : [naomininness@bigpond.com](mailto:naomininness@bigpond.com)  
バロン・ファイナンシャル・グループ  
Unit 78, Locked Bag 31, 149 - 197 Pyrmont Street,  
Pyrmont NSW 2009      02-95185810

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

いけだ・けいこ  
soramame

## 第19回 ひよこ豆と丸い野菜のスープ

雨が多くてジメッとした夏も終わり、さわやかな涼風を感じている頃でしょうか？

夏から秋に変わる、こんな時期には、脾臓や肺臓、胃などをいたわる食生活がおすすめです♪

丸い形をした野菜には自然の甘味がたくさん含まれているので、上記の臓器の働きを助け、この季節を過ごしやすくしてくれます。また、低血糖症や糖尿病などによる困った症状を緩和し、血糖値の上昇、下降をゆるやかに保つので、心も落ち着き、おだやかな気持ちでいられます。

今回紹介するスープ、調味料はシンプルにシーソルトだけ。味気ないのでは？と疑いたくなるかもしれません、是非お試しを。野菜の甘味がじっくりと体にしみる、感激のおいしさです。

レシピの野菜以外にも、トウモロコシ、白菜、ダイコンなども効果的です。

### 【材料】3~4人分

A 水 800ml

ひよこ豆 50ml(乾燥状態で)

B タマネギ 80g(大1/2個程度)／細かく切る

キャベツ 80g(葉2枚程度)／細かく切る

カボチャ 80g(2cm程度の一片)／細かく切る

ニンジン 80g(中1/2本程度)／細かく切る

C シーソルト 小さじ1/2

### 【作り方】

①ひよこ豆は洗って一晩水に浸け、ザルに上げる



②鍋に水とひよこ豆を入れ、蓋をしないで沸騰させる。表面に浮いてきた泡を取り、中火にして蓋をして35分煮る

③Bの野菜を②に入れ、再度沸騰したら弱火にして15分程度煮て、シーソルトを加えて10分煮る

\*ひよこ豆はたんぱく質やカルシウム、ビタミン類にも優れ、疲れた胃にもやさしく作用します。

\*カボチャやタマネギ、キャベツ、ニンジンなどの地面の近くにできる丸い野菜は、甘味があり、血糖値を安定させ、気持ちを鎮める作用もあります。

### 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「食養法」「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、そういう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今まで掲載したレシピも写真入りで載っています♪

→ [www.soramame.com.au](http://www.soramame.com.au)

**JTT DISCOUNT 日本食販売**

**JCS会員様 特別ご優待** お買いもの合計金額より5%割引!!  
必ずお会計の前にJCS会員の旨をお知らせ下さい。

**らくらく 配送サービス** ご注文の商品をご自宅までお届け!  
\*配達エリア、曜日等はお問い合わせ下さい。

**日本食販売店 3/26-32 Kent Rd Mascot NSW 営業中!** 営業時間: 月~土10AM~5PM

**オンライン ショッピング** [www.jtt.com.au](http://www.jtt.com.au) Email: [order@jtt.com.au](mailto:order@jtt.com.au)

J-Top Trade Australia Pty Ltd / Ph 02-9317-2500 / Fax 02-9669-1988

### Travel Centre International

ご旅行の予定が決まったらご連絡ください!!

- お得な航空券販売中 JAL 日本行き \$848~+TAX など
- お得なJRバス
- 海外旅行保険 20%割引
- 日本へのお土産宅配サービス 10%割引

ご家族、ご友人が遊びに来た際には♪

- △ブルーマウンテン日帰りツアー（日本語ツアーもあり）
- △ハンターバレー日帰りツアー
- △タロンガ動物園+カフェクルーズ（クルーズ船で動物園まで送迎）
- △キャンベラ日帰りツアー
- △大自然での2H乗馬券も割引販売 \$75⇒\$69
- △国内旅行（エアーズロックやメルボルンのツアーもあります！）

詳しくはお気軽にお問い合わせ下さい！お待ちしております。

Town Hall 駅から徒歩1分  
Suite 602 Level 6  
309 Pitt Street Sydney NSW

Tel 02-9283-1862



Email: [tratravel@joinet.com.au](mailto:tratravel@joinet.com.au)

## 自然と一緒に生きよう！Natural Life Gathering 第1回 開催!!

エコとか、マクロビオティックとか、ロハスとか、いろいろな言葉で環境問題や生き方が語られる昨今。だけど、それっていったい何？ どうすればいいの？ と疑問を持つ方、そんなのメンドクサイ、と思う方も多いはず。

自然と一緒に生きよう！Natural Life Gathering は自然と共に存することの大切さや、その方法を紹介したり、考えたりする、ゆるゆるで楽しいイベントです。地球や自然や食べ物のことを気軽に、そして深く知りましょう！

当時は、自然農ファームの「健康な野菜の話」や、そらまめマクロビオティックの「食べ物で体を治す・夜と腎臓の話」など興味深い講演もあります。農薬も肥料も使わずに育てた元気な野菜の即売や、玄米おにぎり、手作りスイーツ、アロマグッズなどの出店、野菜の苗やエコ洗剤が当たるラッフルもあります。

参加ご希望の方は、電話かEmailでお問合せを。

日 時: 3月25日(日) 10am~12pm \*マイバッグをご持参下さい。

会 場: クロウズネストセンター(Crows Nest Centre, Level 2, 2 Ernest Place, Crows Nest)

入場料: 大人\$20(お子様無料)

定 員: 70名

電 話: ゆかり 0411-151-522 または Email:yukaken@tpg.com.auまで

よし 0404-356-433 または Email:piy@iinet.net.auまで

主催・協賛: そらまめ、カウラ自然農ファーム、ハーモニー他



すごいダイコン



収穫

(写真はイメージです)

## 2012年3月11日復興祈念祭

日本人にとって、忘れられない3月11日がまたやってくる。未曾有の大地震、大津波、原発事故などの大災害が東北を襲った3月11日から、早くも今月で1年が経とうとしている。

ここシドニーにおいても、その災害で被災された方々を追悼し、さらにオーストラリア人協力者への感謝表意、また、現実問題である原発事故再発防止を願い、そして今後の復興を祈るという意味での慰靈祭が行われる。主催は、この3月11日慰靈祭の主旨に賛同する日本人とオーストラリア人ボランティアグループからなる、311 Co-momeration Committee団体。

震災発生時刻の4時46分(日本時間2時46分)には、日本と心を合わせて全員で黙とう。その後には、折り鶴アーティストによるワークショップ。震災ソング「名もない絆」合唱。福島出身の主婦によるスピーチ。アボリジニアアーティストによる伝統芸能披露。日本に

派遣されたレスキュー隊代表者に感謝の表彰式。(予定) そして最後は、よさこいソーランで今後の復興を力強く祈って締めくくります。

### 復興祈念祭

日時: 3月11日(日) 午後3時~6時

場所: Tom Mann Theater

(136 Chalmer Street, Surry Hills)

セントラル駅のすぐ横です。

入場料: 大人5ドル。小学生以下無料(入場料は会場費に充てます)

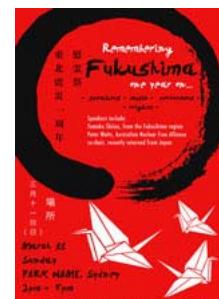
問い合わせ:

311 Co-momeration Committee 0414-758-295

なお、詳細は以下のホームページにも告知されます。  
(雨天の際の開催状況等)

<http://sites.google.com/site/helpjapansydney/home>

日本と繋がる海に向かって、皆さんで黙とうを捧げましょう。



### オーストラリアは民主的な国

今年もSydney Gay and Lesbian Mardi Grasの時期がやってきました！色々なイベントがシドニー各地で目白押しですがなんと言ってもハイライトはパレード。一般的パレードと比べてセクシーで露出度が高いのも特徴です。私は毎年カンタス乗務員の群舞を見るのが大好きです。サービス業界にはゲイのお兄さんたちが多いのは有名ですね。やっぱり細やかな気遣いが出来るサービス精神があるからでしょうか？ こういうイベントを見るとやはりオーストラリアは民主的な国だなあと思います。いまや同性愛者のカップルには遺産の相続や離婚(?)の際の財産分与などの面で一般

(男女)の夫婦と変わらない権利があります。まだ現行の法律上、結婚はできませんが、時間の問題かもしれませんね。

# ラリと光る あの人・この人

## [第35回]

**吉澤なほみさん**(抽象画家)

**吉澤采里(さいり)さん**(染織アーティスト)

ノースの閑静な住宅街、キャッスルコープの奥まったコルデサックにひっそりと建つ一軒家。その高台の静かな環境で、吉澤なほみさんは絵の制作に取り組んでいる。家族はご主人と大学生のお嬢さんの3人だが、現在ご主人は日本で働き、お嬢さんはキャンベラのANUのデザインアート科でテキスタイルを専攻し、



今年から大学院に進学している。つまり、家族3人が東京、シドニー、キャンベラの3カ所で、それぞれの仕事・制作・勉強に励んでいる状態だ。

さびしくはないのか、という問い合わせにゆったりと微笑み、「もう慣れちゃったから。このほうが楽…」と答えるなほみさんは、物静かでたおやかな佇まいに、少女のような無邪気さを湛える人だ。

なほみさんがオーストラリアに住むことになる最初のきっかけとなったのは、高校生のとき交換留学生として来豪し1年過ごしたことに始まる。その後、20代でワーキングホリデーで再び来豪して10カ月過ごし、さらにメルボルンのヴィクトリア・カレッジで3年間美術を専攻してデッサンの勉強をした。アルバイトでガイドをしていたときにツーリズム関係に勤務するご主人と知り合い、結婚。一度日本に戻ったが、1998年、采里さんが7歳のときに再び来豪して家族で永住した。

その後はシドニーに住み、TAFEや美術学校で写真や絵の勉強を続けてきた。なほみさんが描く抽象画は、オーストラリアの開放的な空間の力、空間を満たすエレメントや情感やエネルギーをキャンバスの上に捉えたものだという。その筆遣いは力強く、大胆で、空間の奥行きを感じさせる。目の前にいる物静かでひっそりとした彼女から、どうやったらそんなエネルギーが沸いてくるのだろうと不思議に思う。「絵を描いているときは、すごい状態になっているから…」と笑う彼女は決してその姿を見せてはくれないが、渾身の精神力と体力を振り絞ってひとり制作に取り組む姿をふと想像してしまう。

一方、お嬢さんの采里さん。彼女もお母さん譲りのアーティスト肌だが、作品の傾向は全く違う。卒業展「The Sunburnt Shibori」では、ウールやシルクなどの繊維を平織りし、植物や野菜など自然素材の染料で絞り染めしたテキスタイル作品を発表した。一本一本糸を織り込み、手染めする工程はとても細かく時間がかかる作業だそうで、「私にはとても出来ない!」(笑)と母親のなほみさん。でも采里さんは、そのような細かく根をつめる仕事が苦にならないらしい。

そんな彼女の柔らかくナチュラルな色彩のテキスタイル作品は、卒業展で人間のトルソの形をしたチキンワイヤにふんわりと掛けられて空間に浮かび、まるで彫刻作品のように見えた。ディスプレーの仕方で二次元にも三次元にもなるテキスタイルの面白さだ。

ゆっくりと少しずつ、でも着実にそれぞれのアートへの道を歩んでいくたおやかな吉澤なほみさん、采里さん母娘に、自分の好きなことを追求する楽しさと大変さ、忍耐強さを、私もぜひとも学びたいと思った。

(文責:西牟田佳奈)

**あとがき:**吉澤なほみさんの作品はこれまでWoollahraのGallery@28などで展示されてきました。またシドニー紀伊国屋のWedge Galleryで2月23日から3月6日まで個展「Relation」が開催されていましたが、この号が発行されるころには終わっているのが残念。

なお、なほみさんの作品は、以下のウェブサイトで、<http://www.nahomiyoshizawa.com>、采里さんの作品は、<http://www.sairi-zawa.com>にて見ることができます。

## 理事紹介[第2回]

### 理事ってどんな人？



**①氏名** 水越有史郎(JCS副会長)

**②星座** 牡羊座。自意識が強く、よくいえば自主独立、開拓精神旺盛。しかし思ったことをストレートに言う性質で、自己中心的。情緒に欠け、優しい言葉などかけたことなし。

**③血液型** AB型。このタイプの性格は変わり者で、二重人格的、要注意。(血液型信仰はないので、別にどうでもよいですが、なぜ人間を4タイプに分けて考えるのか不思議でなりません)

**④特技** なんでも器用にこなせるタイプですが、特技といえるレベルのものがないのが問題です。

**⑤趣味** 読書。とにかく活字中毒です。読者の会を主宰したり、本の会のメンバーと、本に親しんであります(でも、小説はあまり読みません)。それ

と、よさこいソーランの踊りにはまっていますし、社交ダンスの練習もしています。

**⑥在豪年数** 30年。日本より、シドニーのほうが長くなりました。このままざるするとオーストラリア暮らしが続くことでしょう。

**⑦オーストラリアに移住した理由** 海外で2年ほど暮らす予定でオーストラリアに来ましたが、結婚したり、起業したりで、気がついたら30年でした。キングサイズがあるのも大きな理由です。

**⑧シドニーのここが好き** 身体が大きいので、大きなサイズの服や靴があること。No worries, No problem! という文化が私の性格にぴったりな点。

**⑨シドニーのここが嫌い** 乗り越し清算ができないこと。

**⑩本人をよく知る人からみると…**

水越さんのことは1+1はいつも2になる、きちんと仕事をこなすA型人間だと信じていたんですが、どうもちょっと違う。なんでかしらと思っていたらAB型と判明。どあれで時々、あら?と思う行動で1+1が2.5ぐらいになったりするんですね。でも普通は絶対に怒ったりしない癒し系、おかげで周りにいる人はホット一息つける優しい存在です。(ヨーカー和子JCS会長)



## “ 健康と免疫力 ”

-トランスファーファクターと健康-

説明会開催のご案内

新生児から、お年寄りまで、長生きする方法  
病気に立ち向かう 各種体験談

副作用のある薬を取り入れて病気を治療する時代から、私たちの身体自身が病気に対抗する力(免疫力)を強化して、現代の様々な病気を克服しようとする考えに感心が高まってきています。無料サンプルを支給しますのでお試し下さい。

日時 : 20/3/2012 (火曜日) 1:00 pm ~ 3:00 pm

会場 : 37 Chiltern Rd, Willoughby, 橋本様宅、

講師 : 石田えりこ

説明会詳細・予約についてのお問い合わせは、0411-059-887 えりこ、  
9958-3378 橋本、

0411-314-333 美智江まで、お名前と折り返しの電話番号をお残しください。

または、E-mail : [eriko@beststream.com.au](mailto:eriko@beststream.com.au) & [michie.spain@gmail.com](mailto:michie.spain@gmail.com)

“ If I knew I was going to live this long, I would have taken better care of myself ”  
Author Unknown

# 世界モダン建築巡礼 35

Jun Sakaguchi( Architect、PTW)

## TORRES AGBER

by Jean Nouvel

多様な建築が咲き乱れるバルセロナ。その街並みは歴史的な建造物と近代的な建築が程良いコントラストを見せ、非常に高いレベルの景観を実現している。

各種のランドマーク的な中世の建築物が立ち並ぶ中、ひと際異色のタワーとして存在をアピールするこのタワーは、その形態ゆえに様々なニックネームを持つ。その中には男根崇拜といったものもあるが、設計者のフランス人建築家Jean Nouvelはこのタワーを間欠泉の象徴といい、またその形態はMontserratというバルセロナの山から由来を持つ。その存在感は圧倒的であり、確かに美しい。

38階から成る建物は基本的にオフィスで構成され、バルセロナで3番目に高い建物である。その建物のオーナーはバルセロナの水道会社であり、建物には環境を考慮した様々な仕掛けがある。その中でも顕著な

要素は外壁全体を覆うガラスのルーバーであり、その4,500ものルーバーはLEDの照明を持つことで幻想的な夜の姿を持ち、また気温に反応するセンサーによってこのルーバーが開閉され、エネルギーの消費がコントロールされる。LEDは建物の外壁に



様々なイメージを投影することができ、建物自体の表情を常に変えることができる。またガラスのルーバーが建物の存在を抽象化し、ただでさえ非日常的な存在をより魅惑的なものとしている。

ガラスのルーバーの内側は各種の色に塗られたスティールの外壁だが、低層の赤から次第に高層に行くに従って青に変化していく色彩は、空へ溶け込むような表情となる。

完成当初はそのデザインがバルセロナに合わないと一般市民や専門家から様々な批判を受けたが、今では各種のツアーのルートの一部となる観光名所となっている。6年近くかけて建設されたこのタワーは、美しい中世建築であふれる街において、現代建築のあり方を提示した素晴らしい好例と言える。



## [第20回] アートギャラリーへ ようこそ



昨年末から紹介させていただいているピカソ展が3月25日に終了いたします。まだの方は、ぜひこの機会をみのがさないでください。

今日は、美術館が2012年(平成24年)の干支を祝うために催している龍(ドラゴン)展のお話です。

伝説上の生きものにひかれる筆者が、我が子といっしょに足をとめ、ながめつづけた大きな空想の場の小さな展覧会です。

### 龍展－9種類の動物の寄せ集め

美術館の地下一階カフェ近くにある、うす暗いアジアンギャラリーのまんなかに、さまざまな龍が描かれた陶器、絵、書などの作品が展示されています。

この龍、日本では中国から伝説の動物としてきましたが、西にむかってはバビロン、エジプト、ギリシャやローマそして英國と、はじめは空の守り神として、のちには魔物として信じられていました。現在ではおおまかにアジアでは水の神とも空の神とも、そしてヨーロッパでは破壊の象徴とされています。

一体、このかっこよくて不思議な生き物はなんなのでしょうか。一説によると、龍は9種類の動物のパツからくみあわされてできた生き物とされます。

頭部はラクダ(確かに下あごの部分)

角は鹿(後ろに寝そべる)

目は鬼(丸くむき出し)

耳は牛(先がとがっている)

うなじは蛇(大蛇のよう)

おなかは蜃(しん)(蜃気楼をつくり出すといわれる龍に近い伝説のいきものといわれる)

腕は虎(躍進力のためか)

爪は鷹(長く曲がっている)

うろこは鰐

この9番目のうろこ、伝説では全部で81枚あり、9×9の陽数からきているといわれています。そしてその中の一枚が、あごの下にさかさに生え、一尺四方(30.3cm)の逆鱗(げきりん)とよばれるうろこです。いつもおだやかな龍が、その部分にふれられると容赦なく怒りをあらわし、相手のいのちまでをも奪うと

いわれます。現在では「逆鱗に触れる」とは、目上の人々の怒りをかうことやふれてはいけない部分にふれることを意味します。

展示場の多くの作品が中国からで、皇帝のシンボルとして扱われていたことを示すように、高質の陶器や布に色彩豊かな龍が描かれています。写真の龍は、清の光緒年号の時に制作された白地のお皿に描かれています。目をむきだしにした2匹の朱色の龍が、如意雲(にょいうん)とよばれる雲のあい間の、炎につまれた金色の真珠をうばいあっているようです。

中国の龍に圧倒されつつも、日本からの狩野派の龍虎図が展示されています。安土桃山時代の絵師、狩野孝信による作品です。

巻物の図としては大きな作品で、右上に龍そして左下の虎がたがいに睨み合っています。右上に位置する意味は東の青龍そして西の白虎と四方四神(ちなみに南の朱雀、北の玄武)という古代中国の思想からです。この日本の龍の爪が3本になっているのは、禅画や武士のためとして描かれた龍で、中国の宮殿用・皇帝用に描かれた龍の爪の数、4、5本との違いをあらわしています。

フェニックスやペガサスも美しいですが、やはりもっともエレガントでパワーフルなのは龍ではないでしょうか。

(NSW州立美術館コミュニティーアンバサダー 小林久栄)

### ■Doragon(龍展)

会場:地下一階アジアンギャラリー

期間:5月16日まで

入場無料



龍戲珠紋盤(1875-1908) 所蔵AGNSW

### 3月の催し

#### ■Art Express 2012

2月22日から4月22日まで

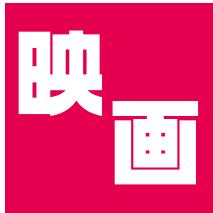
今年も2011年HSCビジュアルアートより選ばれた大胆で新しい作品群が展示

#### ■Mother India

カラチで生まれでポンベイをベースに制作活動をするナリニ・マラニによるビデオアート



Art Gallery of New South Wales  
Art Gallery Road, The Domain 2000  
[www.artgallery.nsw.gov.au](http://www.artgallery.nsw.gov.au)  
開館:毎日10am~5pm(水~9pm)  
(グッド・フライデーとクリスマスを除く)



# CINEMA

## THE GREY

監督:ジョー・カーナン

出演: リアム・ニーセン、フランク・グリロ、

ダーモット・ムロニー 他

対象鑑賞者:MA15+

おすすめ度:★★★★★☆



アメリカのアドベンチャー映画で、イアン・マッケンジー・ジエファーズの“ゴースト・ウォーカー”が基になっている。アラスカで働いているジョン・オトウェイは、妻に遺書を残して自殺を試みた男。仕事帰りの途中で猛吹雪のため飛行機が墜落し、気がつくと、無残な飛行機の残骸と何人かのサバイバーだけが残されていた。ここはどこなのか？実は、ここは狼の住むテリトリーだった…。狼と極寒、男の生と死をかけた闘いが、今、始まる。映画を見たら、きっと迫力満点の大自然に圧倒されることだろう。人生とは何かを考えさせられる映画だ。人生は、生と死しかない、白と黒の世界。一歩まちがえば黒になりうる、まさにその真ん中にいる状態、そういう意味で“グレイ”という題名なのだ、という見方もある。



# MUSIC

## BRIDE OF NOISEMAKERS

アーティスト:Bruce Hornsby and

The Noisemakers

おすすめ度:★★★★★☆

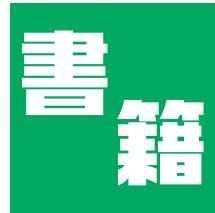


かつては80年代にMandolin Rain他で一躍トップスターになったBruce Hornsby。その美しいメロディと透明感のあるピアノが秀逸なアルバムをつくりだしていく。

その後 独自のJazz系ピアノをメインにジャズ色をどんどん強めていき、最近のアルバムでは彼の魅力的なヴォーカルでさえもなくして完全なインストゥメンタルのジャズアルバムまで発表していた。もちろんそのクオリティは高く彼のピアノと楽曲のレベルの高さを改めて実感せるものだったが、今回久々にルーツに戻ったというべきバンドとしてのライブアルバムを出してくれた。

そこにはロックからジャズ、R&B、クラシックの要素までも垣間見れ、彼の魅力を満載したアルバムとなっている。各々の楽器が絶妙なバランスで録音された気持ちのいいライヴが聴ける。

●このコーナーに皆さんからの投稿をお寄せください。映画・音楽・本・DVDなど、感動した作品や、是非、皆さんに紹介したい作品…など、読者の皆様からの投稿をお待ちしています。(メール先:hbma@optusnet.com.au)



# BOOKS

## 「蒼穹の昴」1～4巻

著者:浅田次郎

発行:講談社文庫

おすすめ度:★★★★★☆



去年NHKでドラマ化され話題となった、清朝末期の歴史人間模様を描いた時代小説。列強の外圧により、大木が朽ちていくように崩壊しつつある落日の大国を一身に支える最高権力者・西太后。彼女の周りでは二つの勢力の争いが次第に顕在化してきていたが、各陣営に自らの情熱と夢と希望をかけた二人の若者がいた。一人は、科挙に第一等で合格し、高級官僚の出世をきわめる梁文秀。もう一人は極貧の糞拾いから身を起こし自ら宦官となつて西太后に仕える李春雲。幼馴染の二人は風雲急を告げる歴史の流れや権謀術数に翻弄されながらも、自らの夢と理想と国のために生を全うしようとする。日本より過酷な状況の中で開国せざるを得なかった中国に、命と希望をかけて国を守ろうとした大勢の人々がいた。続く「珍姫の井戸」「中原の虹」と一緒に中国三部作セットで読みたい壮大なスケールの歴史ドラマです。



# DVD

## SLUETH(邦題:「スルース」\*密かに追跡する探偵、の意)

監督:ケネス・ブラナー

出演:マイケル・ケイン、ジュード・ロウ

制作:2007年米国 86分 R

おすすめ度:★★★★★☆



ベストセラー推理小説作家ワイク(ケイン)は人里離れたロンドン郊外の瀟洒な邸宅に住む。そこに、彼の妻と不倫関係にあるティンドル(ロウ)という若い男が妻との離婚を説得しにやってきた。ワイクは「彼女は金のかかる女だ」と仄めかし、ある提案をする。それはティンドルに、金庫内の高価な宝石を盗み出させ、ワイクには保険金が入り、ティンドルも宝石を売れば膨大な金額を手に入れる、という計画だ。承諾したティンドルはワイクの演出どおりに泥棒を演じるが…。たった二人の出演者、完全密室の舞台劇が原作だが、72年にローレンス・オリヴィエ演じるワイクとマイケル・ケイン演じるティンドル役で映画化されており、本作は前回ティンドル役だったケインが、ワイクを演じるというヒネリが利いている。意趣返しに満ち満ちた二人の男の意地の張り合いが見ものです。

# 科学の小箱

## ちょこと サイエンス

佐藤寿治



### 【第105回】 東日本大震災発生から1年…

早いもので、昨年3月11日午後2時46分に宮城県の牡鹿半島沖で発生した、最初の震源に続き都合3カ所の大地震が連続した東北地方太平洋沖大地震と、それに伴う津波により引き起こされた東日本大震災発生から1年が経過しました。これまでに、多くの人々から物心両面における支援が寄せられたにも拘らず、4基の原発から放出された多量の放射性物質による汚染も立ちはだかり、被災地の復興への着実な道筋がつく迄にはまだまだ時間が掛かりそうです。

この一年間を振り返ると、もう少ししっかりした事前対策が取れなかつたのかとの痛みが込み上げてきます。しかし、現況を凝視すると困難に立ち向かう負けん気が発條(ばね)となり、超巨大地震発生メカニズムから災害に対する危機管理の問題点まで、広範囲な領域で多くの進展が見て取れます。中でも、地震学者を中心とした専門家によるマグニチュード(M)9.0という超巨大地震に関する真摯な追跡調査は、今後の巨大地震に対する予知方法を含めた研究と、人命及び社会的な影響の大きい震災軽減へのエポックを画するものだと言えるでしょう。見るべき研究成果をもたらした最大の要因は、地震国としてこれまで懸命に築き上げてきた取り組みです。

内陸深くまで侵入し、人的及び原発を含む物的被害の主因である巨大津波も発生させた、およそ南北500km×東西200kmに及ぶ広大な震源域についても、

大地震が起こり得る確率の高い危険地域として明確な指定がされ、ほぼ全部の地域に対し休み無い監視が継続されてきました。微小な地震にも反応する地震計、海面の動きを捉える津波計、更に地震エネルギーの総量を決める地殻の上下動及び歪み等の変動を計測する高精度度の観測機器等が、狙い通り稀有な超巨大地震の全体像を知るための貴重なデータを記録しています。科学的知見の向上に不可欠なのは、広範で正確なデータの収集と蓄積、それらを結び合わせる時の大膽な推論です。

データから振り返ると、予知への手掛かりとなる大地震発生に先立ち出現した予兆現象がはっきり見て取れます。本震が発生するほぼ1カ月前から、前震となる群発地震が本震の破壊域の北東側を中心に発生し、その総数が1,416にも及んでいます。3月9日には、前震として最大となるM7.3の大きな地震が発生した後、2日間の静穏期を置いて日本の歴史上最大となるM9.0の本震へと繋がりました。更に期待を持てるのが、前震を引き起こしたメカニズムについての見解です。それによると、前震から本震までの間に日本列島が乗るプレートが、太平洋側から潜り込むプレートの上をゆっくりと滑った現象が重なり、この『ゆっくり滑り』により群発前震が始まり、それらの刺激の総体が本震の引き金になりました。

『ゆっくり滑り』から前震、それを受けた本震への流れを精度良い予知まで引き上げるには、今後一層の詳細な観測とデータ集積が求められます。その上、何度かの予報の外れを必要とするでしょう。大震災で被害に遭われた方々の苦しさに報いるためにも、眞の国家事業としてスピード感を持ち巨大地震とそれに続く津波の予知へ取り組んでほしいものです。地震予知は、巨大なビジネスの可能性を秘めています。更に言えば地震予知は、何よりの国家防衛手段でもあります。失敗を恐れず、一日も早い予知技術の確立を願うものです。

## i-White 「オーストラリア生活でも 透明感のある美白肌♪」

i-White  
[アイホワイト]  
The Ultimate Weapon  
for Beautiful & Glowing Skin

こんな方に  
おすすめ!

☆紫外線、加齢によるシミ、シワ、たるみが気になる。  
☆敏感肌で海外コスメが使えない。

無添加美白化粧品 アイホワイトライン 日本製

◆ホワイトビタクレンジング (メーク落し)	\$48
◆ホワイトビタローション (美白化粧水)	\$48
◆クリアホワイトセラム (集中美白美容液)	\$80
◆ホワイトACEクリーム (老化対策クリーム)	\$78
◆ディスキンヴェール (日焼け止め下地)	\$45
◆アイリフィティクリーム (目元&法令線ケアクリーム)	\$55
◆グリーンクレイデトックスソープ (自然洗顔石鹼)	\$16

i-NATURAL BEAUTY SYDNEY  
A.B.N. 53 507 872 158

Level 1, 115 Clarence Street Sydney  
NSW 2000 Australia  
TEL: (02) 9279 1747 / FAX: (02) 9279 3897

E-mail: info@i-natural-beauty.com  
公式サイトにて Beauty ブログ好評公開中!!

\*ご注文はオンラインショップ、お電話、または各代理店にて

[www.i-natural-beauty.com](http://www.i-natural-beauty.com)

TEL: (02) 9279 1747

# 暮らしの医療 骨盤内炎症性疾患

ドクター・鳥居／Northbridge Family Clinic

Pelvic inflammatory disease(PID)ともいいます。子宮、卵管、卵巣、それに広韌帶(Broad ligament)という子宮を支えている韌帶)や隣接する骨盤内の組織に細菌性の感染がおこることです。

性病としての感染がほとんどで、大半はクラミジア(Chlamydia)という菌によっておこりますが、少数は淋病菌からおこります。この二つの菌以外に、二次感染として他の菌も混ざっています。

感染は子宮頸部からおこり、子宮、卵管、そして骨盤内の組織へと拡がっていきます。感染が拡がる速度はそれほど早くありませんが、菌による再感染を繰り返していると早まります。

また、菌の作用からだけではなく、菌が体内におこすアレルギー反応からの炎症でも組織の損傷がおこるようです。PIDによる生殖臓器の損傷は治療をしなければ重大な問題となります。一番の問題は卵管のまわりに癒着がおこり、卵管の通りが悪くなり、不妊症となることです。

## PIDの危険因子

- ★複数のセックスパートナー
- ★喫煙者
- ★パートナーが複数の相手と性交渉をしている
- ★生理の直後(この時期にはバクテリアが膣の中から子宮に移りやすい)

## PIDと避妊手段

### ★避妊ピル

ピルを服用していると比較的PIDにはなりにくいうえです。ピルを飲んでいると子宮頸管粘液の分泌が多くなり、これが細菌に対しての保護膜の役目をするようです。(コンドームほど効果的ではありませんが)

★コンドームのようなバリアー方法は物理的なバリアーなので、当然細菌の侵入も防げるのでPIDにはかかりにくくなります。

### ★子宮内避妊器具(避妊リング)

避妊リングを挿入してすぐの3週間の期間はPIDのリスクが高まるようですが、その期間を過ぎれば、特にリングを入れているということでPIDになりやすいということはないようです。

## 症状

典型的な症状は下腹部の痛みと発熱です。不正出血があったり、おりものが出たりすることもあります。診断が困難になるのは典型的な症状がなく、痛みや発熱がほとんどなく、おりものが少量出ただけだったり、全く症状がない場合もあるからです。傾向としてはクラミジアより淋病の方が感染してから早めに症状が現れます。クラミジアの場合、PIDの診断に気付かずいて卵管の損傷が進んでしまうおそれがあります。

## 診断

おりもの、あるいは尿検査でクラミジア菌は確認できます。淋病菌はおりものの培養検査でわかります。診断がはっきりせず、しかも1~2日間抗生物質を投与しても症状が治まらない場合は、腹腔鏡検査(Laparoscopy)で骨盤内がどのような状態かを見なければなりません。このとき、同時に患部から直接菌を採取して培養検査することができます。

## 治療

PIDの診断が疑われば、クラミジアと淋病をカバーできる抗生物質の投与を早めに始めます。ひどい痛みや発熱が治まってこない、あるいは診断がはっきりしない場合は、入院して腹腔鏡検査をしたり、点滴で抗生物質を投与したりすることもあります。

## 日本語で安心なこころのカウンセリング



サイコロジスト(豪) 臨床心理士(日本)

シドニーで唯一の日本人開業サイコロジスト。国際基督教大学大学院心理学専攻、修士号取得。臨床経験は日・豪で20年。Australian Psychological Society正会員。  
谷野汐里Yano Shiori

NEWS

サイコロジストによるカウンセリングなので、GPの紹介状があれば、海外旅行保険、Medicare、学生のOSHC保険で自己負担なし。プライベート医療保険でもカバー。

JCS会員に、初回45分間無料トライアルカウンセリングを提供中

シドニーこころの相談室 Sydney Cocoro Clinic

TEL: 0416-006-835 (予約制)  
Email: cocoroclinic@optusnet.com.au



\*City オフィス (タウンホール駅から徒歩3分)  
Suite 219, Level 2, 185 Elizabeth St., Sydney 2000

\*Northbridge (Hornsbyオフィスや、自宅訪問カウンセリングも可能)  
Suite 36, 135 Sailors Bay Rd., Northbridge Family Clinic 内

ほぼ毎日更新のブログが好評。Blog: www.cocoroclinic.com.au



# 仏教語からてきた 日本語 その82



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

## 瓦(かわら)

道端に転がっている瓦の破片(といっても最近はそういうものを滅多に見ないかもしれません)が、昔は砂利道の中に、部分的に黒や茶色のピカピカの瓦の表面が見える破片も混じっていたように記憶しています)などは、つまらないもの、一番虐げられているものの代表のように言われ、親鸞聖人も「石、つぶて、瓦のような人々」と、最底辺の人々をさしてこういう言い方をしていました。また、「南嶽磨磚(なんがくません)」という次のような禅問答があります。

～南嶽師の弟子になった馬祖に、師が尋ねた。「坐禅をして何を求めているのか?」と。馬祖は「仏になるため」と答えたそうです。すると南嶽は、馬祖の前で傍らに落ちていた磚(瓦)を拾い、磨き始めました。馬祖は師の行動を不思議に思い、何をしているのかと尋ねた所、南嶽は「磚を磨いて鏡にしようと思っている」と返答したそうです。馬祖は自分の間違いを悟り、師の後継者になったとのことです。～

この問答では、坐禅の修行をすることで仏になろうというのは間違いで、本来自分が仏であることを自覚しなければいけないとお示しを伝えてくれているものです。この話でも、瓦は磨いてどうしようもない物の代表として使われています。

ところで、皆さんには瓦片を取り、日本語でどうしてこれを瓦というのだろう、などと考えて見たことがあるでしょうか?いろいろ調べて見ますと、瓦の語源はサンスクリットの「カパーラ(kapala)」だらうとされています。それに対して、カワラケ(土器)という言い方もあり、これは瓦器または瓦筒(共に、かわらけ)と表記されます。更に、「かわら」は骨、特に、頭蓋骨を指し、書物によっては、屋根の瓦を伏せたようにしているから、そう呼ばれると説明するものまであります。山中襄太氏の『国語語源辞典』では、瓦に言及せずに、カワラケ(土器)について、サンスクリット語のカパーラには杯、瓶、皿の意と、頭蓋、頭蓋骨の意味があり、この語はマレー語など東南アジア各民族の間で用いられ、これらの地では古来、戦で倒した敵の頭蓋骨を杯として武勇を誇る風習があるから、カワラケとは「頭蓋骨の杯」、「髑髏(ドクロ)杯」のことであろうと考証しています。確かにカパーラとは髑髏器のことも指しています。屋根瓦よりもカワラケの方が、形といい、大きさといい、まさにカパーラに近いわけです。大したものではないと思っていた瓦に、思いもよらない語源があったことに驚かされます。合掌

# 元さんの 一休入魂

【第13回】

北村 元(テレビ朝日前シドニー支局長)

## 夫の余命5~6日 出産予定日は2週間後の妻

いきなり終末期医療の患者を持つことになった妻。夫の最期をみとる妻のひたむきな行動が、先月、今月と、美談となって全米を走っている。

夫マーク・オールガーは52歳。テキサス州ダラス北部在住。昨年4月に大腸がんと診断され、手術を受けた。その後、予防のため半年間の化学療法を受けた。その後の検査では、癌再発の徵候はなく、治療は成功したようみえた。

昨年の11月、夫に呼吸困難の症状が出始めた。今年1月3日には、彼は、救急治療室に運ばれるまでになった。「化学療法で肺線維症を引き起こしたと、夫は告げられた」と、妻ダイアン(31歳)は言った。肺線維症とは、肺組織が傷害され、線維化してしまう状態だ。息切れや倦怠感が目立つようになり、進行すると、呼吸困難やチアノーゼがみられるようになる。

妻は、最初は、楽観的だった。

「酸素吸入を受けて2~3日すれば自宅に戻れると、夫も思っていた」と、妻のダイアンは話した。

しかし、1月16日に、医者は悪い知らせを持ってきた。夫の状態に猶予はなかった。妻が、夫の余命を尋ねた時、医者は5~6日だと言った。

「マークは『赤ちゃんに会いたい』と言った」と、妻に言った。

出産予定日は1月29日だった。妻ダイアンは自然分娩を計画していたが、医者が繰り上げて誘発分娩をどうか提案したので、彼女はすぐに同意した。そして、医者は、1月18日に出産を予定した。

病院は、オールガー一家が大型の分娩・出産室で一緒に生まれるように手配し、妻と夫のベッドを並べてくれた。

1月18日、娘サヴァンナちゃんが生まれると、父親マークは、およそ45分間娘を抱いた。

「夫のマークは、泣いていた。夫は非常に悲しそうに見えた」と、妻のダイアンは話した。

次の二日間、夫は、衰弱が激しく、娘を数回、それも1~2分抱くのが精一杯だった。1月21日、夫は昏睡状態となり、その二日後、出産から5日後に、ガン治療による余病の併発で旅立っていった。

アメリカの多くのメディアが彼女の家族の物語をとりあげ、「人々から受け取った素晴らしい言葉に励まされた」と、ダイアンは言った。

# 法律Q&A

## 弁護士に聞いてみよう 71

林由紀夫 (Yukio Hayashi & Associates)

### 保険加入前に知っておくべきこと

今回は、保険加入の前に、知っておくべき事柄についていくつかお話ししたいと思います。

#### 1. 保険の購入

保険は直接保険会社から購入するか、または代理店(エージェント)を通して購入することができます。後者の場合で注意しなければならないのは、その代理店が「保険会社の代理」をしているのか、または保険を購入する「あなたの代理」なのかを見極めることです。もし代理店が「保険会社の代理」をしている場合には、あなたがその代理店に開示した情報は、直接保険会社に開示したことと同じになります。また、その場合、その代理店があなたに対して約束したことは、保険会社をも拘束します。他方、代理店が「あなたの代理」である場合には、その代理店の行為に関し、あなたは保険会社に対して責任を追及することはできません。例えば、その代理店がうっかりしてあなたの保険を掛けるのが遅れた場合、または保険を掛ける際に重要な情報を保険会社に開示しなかった等の理由によりあなたが損害を被ったとしても保険会社はあなたに対して何ら責任は負いません。その場合、あなたは代理店に対して責任を追及することになります。車のディーラー、旅行代理店、銀行、金融会社等経由で保険をかける場合、通常それらは「保険会社の代理」ですが、その点確認することをお勧めします。

#### 2. 購入の際の留意点

できれば3社、少なくとも2社から保険料の相見積もりを取るのが良いかと思います。また、特にその保険会社がスピーディーにクレームを処理してくれるシステムを持っているかを確認するのも良いと思いま



す。尚、保険を購入するにあたり、政府のウェブサイト「Moneysmart」(<https://www.moneysmart.gov.au/managing-my-money/insurance#tips>)を参考にするのも良いと思います。

- ①自動車保険は、保険金額を「合意額」にするか、または「市場価格」にするかの選択をする必要があります。前者は、全損事故があった場合には、その合意額で新たな車の購入が可能となります。他方、後者の場合には、その時点の車の市場価格になりますので、受取れる保険金額が一般的に限られてきます。無論、「合意額」の保険の掛け金は、「市場価格」の掛け金より高額になります。
- ②また自動車保険は、ディーラーから買うとディーラーに対してコミッショ等を支払うために保険料が高くなる場合がありますので、保険会社から直接購入する方がお得な可能性があります。
- ③家屋保険(Home Building Insurance)の場合には、再取得価格(Full Replacement Value)の保険金を掛けていない場合、事故や災害にあったときに、保険金だけで家屋を建て直すことができないこともあります。
- ④家財保険(Home Contents Insurance)は、高価な宝石等については予め保険会社に開示しておかないと無効とされます。当然、高価なものに対する掛け金は高くなります。

#### 編集後記

▼シドニーの魅力といえば何といっても青い空や白い砂浜。どこのビーチも美しく、遠出

しなくても充分リゾート気分が楽しめます。ところが今年の夏はシドニーラしくなく、まことに雨が多い。加えて冷夏。せっかくの夏なのにとても泳ぎに行くようなムードじゃありません。もちろんサーファーたちはお天気に関係なく今日も元気に波乗りしています。そういえば、昨年の大晦日、ニセコから小樽に向かう電車の中でとても信じられないような光景を目にしました！それは北海道の真冬の海で波乗りする人々の姿です。雪のしんしんと降りしきる日に4、5人のサーファーが海に入っています！寒くないんでしょうか！？ギネスにでも挑戦していたんでしょうか？とにかくすごすぎます！電車から降りて聞くわけにも行かなかったので、謎は謎のままなんですが。(ふ)

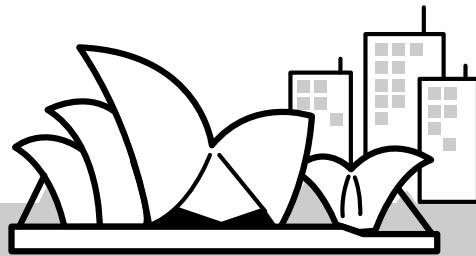
## シドニー日本クラブ2011/12 & 2012/13年度役員一覧

役職	氏名	担当／専門委員会	自宅電話	自宅FAX	携帯電話	Email
会長	Chalker 和子		9810-6735	-	0404-043-393	kazukoch9@gmail.com
副会長	水越有史郎	行事	9358-3269	-	0412-283-393	miz@jams.tv
副会長	高橋 一嘉	シニア会会長	9452-3441	9452-3441	-	ikkitaka@tpg.com.au
理事	原田 研吾	福祉	9484-1457	9980-9921	0404-463-548	khint@bigpond.com
理事	山口 正人	行事	9901-4552	9901-4548	0404-027-407	yamaguchi@nbca.com.au
理事	渡部 重信	編集長	8901-4332	8901-4336	0412-396-014	hbma@optusnet.com.au
理事	林 さゆり	福祉／シニア会副会長	9436-0911	9436-0977	0412-019-878	shayashi@global-promotions.com.au
理事	Oakes 直美	教育支援委員会	9981-4884	9981-4884	0425-271-207	naomioakes44@gmail.com
理事	平岡 正美	行事	8959-5074	8203-3470	0406-511-221	masa7833@hotmail.com
理事	新開 珠貴	行事	9439-0095	-	0409-255-474	shinkai_t.au@jtbp.com
理事	岩佐いづみ	事務局長	9412-3434	9412-3434	0421-776-052	jcs@japanclubofsydney.org
専門理事	Fraser 悅子	コミュニティーネット役員	8920-1764	-	0408-643-420	etsuko@mediaetsuko.com
専門理事	Costello 久恵	City校代表	9689-1816	-	0423-976-035	hisaec@tpg.com.au
専門理事	Partridge知美	Northern Beach校代表	9453-2723	-	-	ogashiwa@iprimus.com.au
専門理事	Capek 寿子	Dundas校代表	9920-1057	-	0401-515-755	hisakocapek@yahoo.com.au
監事	Richter 幸子	会計監査	9972-7890	9452-2671	0414-667-438	richjms@bigpond.net.au
監事	八郷 泉	会計監査	9335-8913(W)	9335-7001(W)	-	ihachigo@kpmg.com.au

## 会員特典

協賛企業による会員特典サービスで、割引料金などが受けられます。是非、ご利用ください。

(内容に関するお問い合わせは、直接、協賛企業までお願いします。)



### エーブルネット PTY LTD

Suite 30, Level 17, 327 Pitt Street, Sydney 2000  
Phone: 02-8002-3773

Email: info@able.net.au www.able.net.au

☆オプタスプリペイドをご利用のみなさんへ朗報☆

- 1.オプタスからの番号がそのまま使える！
  - 2.プランは\$5～\$149までと豊富！
  - 3.無料通話は基本料金に対して2～4倍ついてくる！
- ★オプタス:基本料金\$30→無料通話\$30★  
☆エーブルネット:基本料金\$29→無料通話\$90☆  
2人以上のレンタルでいつでも10分ごとの通話が無料！

### ジャパンナビゲーター

Phone: (02) 8064-1141(担当:理香)  
Fax: (02) 8079-6641 Email: info@japannavi.com.au  
www.japannavi.com.au/jp

JCS会員の皆様には常にベストディールを提供させていただきます。

[http://twitter.com/Japan\\_navi](http://twitter.com/Japan_navi) にて格安料金情報を毎日更新しておりますので、是非一度ご覧ください。

### ほんだらけ フル・オブ・ブックス

Level 1, 465 Kent 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、日本から発行翌日に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『マンガルーム』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、マンガルームを30分無料でご利用いただけます。(1枚に付き大人1名+子供2名まで利用可)

### ジョイネット・インターナショナル

Shop 4, 325 Pitt Street, Sydney 2000  
Phone: (02) 9267-4002  
Email: info@joinet.info www.joinet.com.au

『お世話になったあの人へ、心をこめた日本の電報を送りませんか』

KDDIが提供する日本への電報サービスを、JCS会員様には10%OFFにてご利用いただいております。お花や速達などのオプションもご用意しております。

■各部代表／担当者	氏名	自宅電話	携帯電話	Email
シニア会	高橋一嘉	9452-3441	-	ikkitaka@tpg.com.au
コミュニティーネット	Lincoln 瑞枝	9489-5256	0449-581-683	mizue44@hotmail.com
食べ歩き会／カラオケ部	山口正人	9901-4552	0404-027-407	yamaguchi@nbcu.com.au
ゴルフ部	原田研吾	9484-1457	0404-463-548	khint@bigpond.com
Sydneyソーラン踊り隊	Chalker和子	9810-6735	0404-043-393	kazukoch9@gmail.com
アウトドアクラブ	才川須美	9440-3835	0413-260-162	sumisaikawa@pacific.net.au
ソフトボール部	加藤雅彦	-	0402-011-198	ckato@nmpa.com.au

■編集委員	担当	役職	自宅電話	自宅ファクス	携帯／会社電話
渡部重信	編集長／仏教語からできた日本語	理事	8901-4332	8901-4336	8901-4334
西牟田佳奈	Arts Review 書籍・DVD・映画／キラリと光る	委員	9882-1760	9882-1760	0416-206-464
大塚藤子	外食日記／お国柄あれこれ	委員	9939-5824	-	9351-2844
多田将祐	Arts Review CD／今矢選手物語	委員	8807-4795	8807-4795	0404-187-579
水越有史郎	誌面レイアウト／進め！マルチカルチャライズム	副会長	9358-3269	9252-6308(W)	9252-6307
佐藤薰	コミュニケーションネット	委員	9328-7749	9327-2260	-
林由紀夫	法律Q&A	委員	-	9223-5366(W)	9233-1411
坂口潤	世界モダン建築巡礼／Arts Review CD	委員	9884-7276	-	-
Oakes直美	教育支援委員会／継承日本語教育を考える	理事	9981-4884	9981-4884	0425-271-207
マーン薰	キラリと光る／Arts Review DVD・映画	委員	9573-0880	9573-0880	0411-307-903

### JTTディスカウント日本食販売

Phone: (02) 9317-2500(担当: 大内)  
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%割引きとさせて頂きます。  
\$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。)

### Rumiko's Creation ROCOMI Beauty Circle

Mobile: 0402-178-519  
お肌の大敵、乾燥や紫外線…みなさん、毎日のスキンケアどうしていますか？  
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下さい。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。

### NBCA PTY LTD

Suite 1001, Level 10, 307 Pitt Street, Sydney 2000  
Phone: (02) 8999-2440 Fax: (02) 9261-0252  
担当: 人材(高橋)、ビザ(山口)、留学(上田)  
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%の割引にさせて頂きます。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頂きます。(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。)

### そらまめ

Email: classes@soramame.com.au  
www.soramame.com.au  
Mob: 0402-961-907

そらまめは、様々なタイプのマクロビオティック・クラスを開催しています。JCS会員の方にはどのクラスでも1名様10ドル割引いたします。  
お申込み、お問合せはウェブサイトから、またはEmailでお気軽に。全て日本語で対応いたします♪

### 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。

### 鳥居税務会計事務所

Suite 202, Level 2, 60 Pitt Street, Sydney 2000  
Phone: (02) 9241-3216(担当: 鳥居)  
E-mail: sysougou@oz-japan.net  
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。

**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:jcs@japanclubofsydney.org(岩佐いづみ)まで。

**JCSだより原稿送付先**

原稿は毎月15日迄に、編集長の渡部重信 (Email: hbma@optusnet.com.au)  
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 の合計 \$103 (GST 含む) 相当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) です。
- ②ボランティアによる運営のため、事務処理に多少時間がかかる場合があります。会報「JCS だより」(月刊) の送付まで最高2ヶ月を目処として下さい。
- 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。
- 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 plus the annual membership fee \$70, total \$103 (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)The Club is run by volunteers, who will process your application. Please note that it could take up to 2 months before you receive our monthly newsletter for the first time.
- (3)Should there be any change in your address etc, please let us know without delay c/- the above address.
- (4)Please note that both the admission fee & the annual fee of the Club are subject to change without prior notice.

**JCSだより広告案内と申込書**

広告締切は毎月15日です。広告(完全版下)と小切手(前払い)を、PO Box 1690, Chatswood NSW 2057までお送りください。

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(サイズを守り、読みやすくてはっきりと仕上がったアートワーク)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。全額前払いをお願いしています。締切は毎月15日必着です。

※折り込みチラシは、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。(現在の部数は約500部です)

※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できます。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。

**● J C S だより広告申込書 ●**

広告スペース  1ページ  1／2  1／3  1／6  折り込みチラシ

料 金 \$ \_\_\_\_\_ (\$ \_\_\_\_\_ × \_\_\_\_\_ 回)

期 間  20\_\_\_\_年\_\_\_\_月号のみ  20\_\_\_\_年\_\_\_\_月号 ~ 20\_\_\_\_年\_\_\_\_月号まで \_\_\_\_\_ 回

会社名 \_\_\_\_\_ 担当者 \_\_\_\_\_

住 所 \_\_\_\_\_

電 話 \_\_\_\_\_ FAX \_\_\_\_\_ Email \_\_\_\_\_