



2013/14-2014/15年度役員選挙

(被選挙人名簿と投票用紙同封)

- 2 7月7日JCS七夕フェイトの案内
- 6 シニア会「5月例会報告と6月例会案内」
- 8 総領事館だより
- 9 キラリと光る カコ・ローグさん
- 10 JCS日本語学校だより
- 15 「バイキーおばちゃんの旅日記」(その2)
- 16 治子の日々雑感
- 18 オーストラリアで家を建てよう⑧

切り株に置き去られて…

今月はシドニー大学で修士課程で勉強中のペニー・フィロポット氏の作品で、スカルプチュア・イン・ザ・ビンヤード2012に出品された。フィロポットの研究課題は人工的なものと自然との融和について。陶土から作られた鎖は強そうに見えるが壊れやすい、それは人間のもろさと強さを表し、また1826年から10年をかけてシドニーからハンターバレーを抜けてニューカッスルにいく街道、グレートノースロードを作った流刑囚たちをも表している。鎖は素焼きをしてから酸化銅などを塗って焼成し、鉄のような色を出している。毎年11月に開催されるスカルプチュア・イン・ザ・ビンヤードはシドニーから1時間半ほどのひなびた村、Wollumbi Valley (Lower Hunter Valley)で行われる。ぶどう畑の中に展示された各種の彫刻をワインテイティングを楽しみながら鑑賞するのもなかなか良いものです。

(和子チャーカー)

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。



編集から

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。

7月7日(日)JCSフェイト(七夕まつり)

今年も恒例の「JCSフェイト」を開催！

皆様、お誘い合わせの上、お集まり下さい。

日時:7月7日(日)11:00~15:00 場所:Auburn Community Picnic Area

老若男女、みんなが楽しめる企画が盛り沢山です。ビンゴやゲーム、綱引きや玉入れ…、
美味しい食べ物屋台も出店します。どうぞお楽しみに！

- *ソーセージズル、たこ焼き、綿菓子、JCS日本語学校によるゲームや食べ物屋台、フェイスペインティング。
- *綱引き、玉入れ、パネルシアター、紙芝居、日本語学校校歌斉唱、ビンゴ大会、ヒップホップ、ソーラン踊り隊
- *Chatswoodと会場を往復するシャトルバスも手配します。
- *出店希望者は事務局までご連絡ください。☎0421-776-052(9時~18時) Email:jcs@japanclubofsydney.org



MOSAIC Japanese Social Group

6月の予定 (場所略字 M:メインルーム、G:グループルーム)

5日(水)	11:30-1:00	朗読 Recitation	G
7日(金)	1:30-3:30	*折り紙 Origami	M
12日(水)	11:30-1:00	瞑想 Meditation	G
14日(金)	1:30-3:00	*コーラス Choir	M
19日(水)	11:30-1:00	朗読 Recitation	G
19日(水)	12:30-2:30	アート Art Craft	M

21日(金)	1:30-3:30	*折り紙 Origami	M
26日(水)	11:30-1:00	瞑想 Meditation	G
28日(金)	1:30-3:00	*コーラス Choir	M

参加申込:原則無料ですが、日本料理とアウティングは、予約と実費支払が必要です。また、折り紙とコーラスは毎回、各人が\$2をMOSAICに納めてください。
受付:宮下義夫:Tel: 9417-6715 Mobile: 0410-541-150
*折り紙とコーラス問い合わせと受付:
MOSAIC Multicultural Centre: 9777-7952

JCS年間行事予定

月	会全体	シニア会	コミュニティーネット	City校	NB校	Dundas校	その他イベント
6月	理事会(12日) 本誌発行(3日)	例会(15日)	わいわいサロン(8日) セミナー(24日)	授業参観(15日) 終業式、七夕(29日)	終業式、七夕、フェンディングTC会議(29日)	セミナー(15日) 終業式、七夕(29日)	子を持つ親のためのセミナー⑤(8日)
7月	理事会(10日) 本誌発行(1日)	例会(20日)		始業式、保護者会(20日)	始業式、保護者会(20日)	始業式、保護者会(20日)	JCS七夕フェイト(7日)

JCS連続セミナー 子を持つ親のためのセミナー Wellbeing Seminars

JCSでは5回にわたり、教育関係連続セミナー「子を持つ親のためのセミナー」(Well-being Seminar)を開催しています。セミナーの第4回は、5月11日(土)、チャットウツのDougherty Community Centreで開催され、とても好評でした。

セッション1では、NSW大学のKinoshita-Thomson教授を迎え、「小学校高学年からのバイリンガル教育と親のサポート」についてお話しいただきました。

子ども達の「バイリンガル」状態に4種類あります。

①英語も日本語もともに母語話者(日本で生まれ、日本の学校で教育を受けてきた人)と同じ程度、年相応(またはそれ以上)に読み書きできて話せる。

②英語と日本語どちらかが母語話者と同じ程度、年相応(またはそれ以上)に読み書きできて話せる。

③英語も日本語も一応使えるが、両方とも年相応に発達していない。

④英語も日本語も足りないところはあるが、場面にに応じて使い分けることで、コミュニケーションできる。

親としては、我が子が③と④の部類に入ることは避けたいところだが、実際には④の子どもが10%ほどいるそうです。教授は、子どもを①と②の部類のバイリンガルにするには、家庭生活で習う「継承日本語」から、土曜学校などに通わせて「学習する日本語」に移行させなければならないといいます。また、オーストラリアで生活する以上、英語をしっかりと勉強させなければならず、これは英語と日本語の言語力が相互に能力を向上させる効果をもたらすからです。

そして、小さい時から日本語教育を始め、家族で読書をするなどの学習が進むような日本語の環境を整えること、日本人の集まりやコミュニティー活動に参加すること、子どもが日本語をしっかり勉強したことをほめたり、ごほうびをあげるなど、親のサポート



を薦めていました。さすが大学教授、話の進め方が素晴らしく、参加者はみな熱心に聴いていました。

続いてのセッション2では、Model Farm Primary Schoolで教師をしながら心理学を研究している宮下牧人さんに、「アイデンティティーとセルフ・リスペクト」について話してもらいました。

「アイデンティティー」という言葉は「同一性」などと訳されています。牧人氏によれば、①現在の自分と、②なるべき自分(親の期待に応えるなど)と、③こうでありたい自分が一致することです。①が②や③と異なると、「アイデンティティー・クライシス」の状態になり、自分は生きている価値がないと思い、希望を失います。牧人氏は、子どもが自分が何者なのかを分かろうと迷い、考え、試行する時期を温かく見守ってほしいと話されました。



「アイデンティティー」は、成長の過程で変わるため、その時期は20代になっても続きます。この間、親や周囲の大人たちは、自分たちの価値観や期待を押し付けず、子どもが自分なりに考え抜いて、答えを出せるように温かくサポートする必要があります。そのため、「考える」ことについて教える必要があります。他人と自分を比較しないで、自尊心を持って生きていく子どもに育ててください、と話されました。

その後、牧人氏のご両親と妹さんの話もあり、温かい家族の絆を感じさせる良いセッションでした。



JCS主催連続セミナー「子を持つ親のためのセミナー」

参加費: JCS会員は無料、非会員\$5(当日、現金払い)

予約: otsharif@tpg.com.auに、氏名・住所をお知らせください。先着順で人数に達し次第、締め切らせていただきます。小さいお子様をお連れになる場合には、人数と年齢もお知らせください。なお、ベビーシッターはおりませんので、セミナーの進行を妨げるような場合は、一時的に席を外していただきます。ご了承ください。

駐車場:

①Council Car Park(Dougherty Centre隣)(2時間無料)

②Westfield Car Park(Dougherty Centre向かい)(2時間無料)

③Chatswood Chase(3時間無料)

④Mandarin Centre(買い物客は店のチケットで3時間無料)

【セミナー5】

日時: 6月8日(土)1時30分~3時30分

(1)生徒へのテクノロジーの影響

プレゼンター: NSW Police Department

(2)日本語のHSCに向けて

プレゼンター: 嶋田典子(HSC日本語対策委員会会長)

2013年5月度 理事会議事録

日時: 5月8日(水)、19時~21時30分 場所: Ceramic Studio and Gallery EN

出席: チョーカー和子、水越有史郎、山口正人、林さゆり、渡部重信、シーハン宏子、
平岡正美、フレーザー悦子、シャリーフ照子、岩佐いづみ

欠席: オークス直美

(敬称略、順不同)

1. Wellbeing Seminars

* セミナー3: (セミナーの報告は本誌5月号を参照)

日時: 4月13日(土) 13:30~15:30

内容: ①家庭でできる実践的で楽しい日本語学習

②NSW州の学校について

* セミナー4:

日時: 5月11日(土) 13:30~15:30

参加予定: 37人+5人(子ども)+8人(ボランティア)

内容: ①小学校高学年からのパイリンガル教育と親のサポート

②セルフ・リスペクトとアイデンティティー

* セミナー5:

日時: 6月8日(土) 13:30~15:30

内容: ①生徒へのテクノロジーの影響

②日本語のHSCに向けて

2. JCSフェイトについて

日時: 7月7日(日) 11:00~15:00(理事集合は10時)

場所: Auburn Community Picnic Area

* ブース: JCS(ソーセージズル100本、たこ焼き、綿菓子)、JCS日本語学校など(各校ゲームと食べ物)、フェースペインティングなど。非会員のブース出店も可。

* 告知: 会報、JAMS、チアーズ、ジェンタ、日豪プレスなど

* 内容: 綱引き、玉入れ、パネルシアター、紙芝居、日本語学校校歌斉唱、ビンゴ大会、ヒップホップ、ソーラン踊り隊

* シャトルバスの手配(Chatswood⇄会場)

* パネルシアター(City校と相談)、シニア会の参加をお願いする(おむすびのデモンストレーションなど)。

* ビンゴ賞品: 企業への依頼、ワイン、子ども用のお菓子、お礼を必ず会報に掲載する。

3. JCS協賛依頼

* レインボープロジェクト(福島の子ども達をホームステイに招待するプロジェクト): 協賛で承認。

本誌とWebで告知する。募金活動はJCSのチャリティ口座登録の更新認可を待つ。

* カウラユースバスツアー: 8月4日(日): 協賛で承認。

オーストラリアに住む日本の子どもたちに、昔オーストラリアと戦争していた事実を、カウラという町に日本人捕虜収容所があったことを伝える目的。

4. 教育支援委員会、学校からの報告

* 才川須美さんのセミナーを各学校で行う。中沢牧子さんのセミナーも行う予定。

* 現在、教育支援会関係の書類はGoogle docsでシエ

アしているが、整理が必要。3校を統括できる管理サイトの作成を教育支援委員会で話し合っていく。

* JCS Band Scale Project: グラント申請は取り止め。プロジェクトチームの立上げ。

* スマートボードの使用: 借用校校長の許可がおりたら、使用方法の指導を受ける。

* 6月15日にチャイルドプロテクションの登録、学校の登録から開始(3校まとめる)

* ファーストエイドの資格取得。受講できない人は、eLearningで学ぶ。教師採用の際、学校に提出要。

* 教員研修会: 授業終了後に開催。毎学期ごとに行う。

* NSWフェデレーションの登録終了。食事会や年次総会への参加を促す。参加費用の負担について検討。

* 寺戸里美さん、内野尚子さんのセミナー協賛を行う。(お互いのセミナーにブローチャーを置くなど)

* 学校のブローチャーの裏に宣伝を入れたらどうか。

* プリッジングクラスの開設

* ミニスターズ候補者の選出

5. 祭りについて

期日: 12月14日(土)

会場: Tumbalong Park, Darling Harbour

* JCSブース: 浴衣の写真撮影、金魚すくいなど。

6. 忘年会について

期日: 11月23日(土)または24日(日)

会場(案): ファミリーで参加できる場所、Crows Nest Community Centre、QVBの中華レストラン、イタリアンレストラン、RSL、だるま、Kam Fookなど。(要確認)

7. その他

* 役員選挙: 6月の会報に被選挙人名簿、選挙用紙、返信用封筒を同封。

選挙管理委員: チョーカー会長、水越副会長、岩佐事務局長、渡部編集長。

開票日: 7月3日(水)、新旧合同理事会: 7月10日(水)

場所: Ceramic Studio Gallery EN

* Multicultural Community Expo (Healthy & Safety 2013): JCSのブース出店。

日時: 5月9日(木) 11時~14時

場所: Dougherty Community Centre

8. 会員数・会計報告

総世帯数: 360世帯(JCS142世帯、City校120世帯、NB校48世帯、Dundas校50世帯)

会計報告: \$9,002.31、\$20,382.56(Cash Reserve)

* 次回の理事会は6月12日(水)午後7時よりCeramic Studio and Gallery ENにて開催。



そろそろシドニーも本格的な寒さを増してきましたね。もう少し寒くなりそうですが、今のうちにヒーターを出したり、冬物を出したりと忙しくなりそうです。ところで、5月のわいわいサロンはいつものように向津意子さんのタイチで血行をよくすることができました。新メンバー数名をお迎えしましたが、新顔の方々も問題なく動作についていっているようで、全員が満足のいく動きになったと思います。

後半のシンクロシティでは、テーマについてそれぞれの方々が体験談を語りあったり、そこからもう一歩進んで夢や希望へとつなげていくにはどうしたらよいか、と和やかな雰囲気の中でおしゃべりを楽しみました。

また、コミュニティネットでは、2013年も数々のセミナーやワークショップを予定しています。引き続きNSW州政府機関の多文化コミュニティ相談サービスと合同で行われる分かりやすい便利な内容です。ぜひともお誘い合わせのうえ、ご参加ください。

1 「わいわいサロン」6月 タイチとホメオパシーについて

さて、6月のわいわいサロンは、いつものように向津意子さんのタイチで身体のエネルギーを活性化させた後、ヨーロッパ生まれの自然療法であるホメオパシーについてオーストラリア政府認定ホメオパスの竹内美香さんからお話をいただきます。俗に西洋版の漢方薬とも言われるホメオパシーは、「症状をおこすものは、その症状を取り去ることができる」を基本とする身体にやさしい治療法です。一体どんな治療法なのか、急性、慢性の症状にも効くのか？ など、分かりやすくディスカッション風の和やかな雰囲気でお話いただきます。動きやすい靴と服装でお気軽にご参加ください。

日時: 6月8日(土) 1pm~4pm

会場: MOSAIC Centre, 12 Brown Street, Chatswood

参加費: \$5(アフタヌーン・ティー込み)

問い合わせ: かおる 0418-656-228

Email: jcscommunitynet@gmail.com

*参加を希望される方は、SMS、またはお電話で、ご連絡をお願いいたします。

5月18日のシニア会において説明させていただきました、アングリケアーによる6月からの高齢者支援活動は、活動内容が決まり次第、追って皆様に情報の提供をさせていただきます。

2 2013年度「転ばぬ先の杖」シリーズセミナー 6月: 人生の転換期: 変化への対処法

5月の「がんと共に生きる」は多くの方々にご参加いただき、充実した一日となりました。最初のスピーカーはNSW州がん評議会のジェスさんから、政府が提供している相談窓口、栄養アドバイス、金銭的援助などについて詳しい説明がありました。後半は、臨床心理士による、がんに伴うストレスとどうつきあうかについて、分かりやすい説明がありました。

続いて、6月のイベントをご紹介します。

日時: 6月24日(月) 10am~2pm

会場: Chatswood Community Health Centre,
57 Hercules St, Chatswood (Chatswood Chaseより3分)

申込み: 要20日まで。

参加費: \$10(昼食、和菓子+お茶)

問合せ: 電話0423-037-180

または、Eメール: jcscommunitynet@gmail.com

内容: 今回は、日本人心理セラピスト、田村優季/さとうかおるによる「人生の転換期」にどう対応するかについてのワークショップ。お昼を挟んでの4時間を有効に使い、人生で遭遇する様々な変化について話し合い、転換期における自己のあり方などについて色々な角度から意見交換をしながら考えていきます。
※和菓子などの準備のため、必ず、事前申込みをお願いします。留守電の場合は、名前・電話・希望のセッションをお話し下さい。留守電への録音で申込受付とします。間際のお申込は、人数制限のため、お断りする場合があります。

日本語対応「もしもし電話窓口」 0423-037-180

どんな情報を入手できるの? オーストラリア連邦そして州政府による福祉機関でどのようなサービスが受けられるのか、シドニーの生活で困った時、高齢者としてどのような選択があるのかを調べることができます。例えば、芝刈り、家をバリアフリーに改造したい、認知症についてのデイケアなどのサービス、また、買い物の付き添いを頼みたい、シーツの洗濯と取り替えやシャワーを手伝って欲しいなど、毎日の生活に不自由を感じてきたらお気軽にお電話ください。

※Multi-cultural Advisory Servicesの福祉情報ラインの電話番号、及び、ボランティアの日時が変更になりました。新しい番号は、

電話: 8968-3404です。どうぞお気軽にご利用ください。

※日本語対応をご希望の方は、「もしもし電話窓口」0423-037-180を通じて情報を得ることもできます。お気軽にご利用ください。

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、ビンゴゲーム、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。ビジターも大歓迎。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

副会長(会長代行) 林さゆり 事務局長 有泉浩子 会計 宮下義夫 会計監査 リヒター幸子
幹事 朝比奈富美子、有泉浩子、宮下義夫
ボランティア ガウディ紀子、ソンドース忍、辻由美子、棚川恵美子、橋本克子、鷲頭富江

【会員募集】 若年層の会員も含め現在約90名の会員がいます。JCSの傘下にあるため、JCS会員なら入会金は不要。年齢、国籍は問いません。賑やかな会場にお友達お誘い合わせの上、一度お立ち寄り下さい。

【2013年6月例会のお知らせ】

「米寿のお祝いとビンゴ大会」

ロビンソン治子さんと宮下義夫さんが、米寿(88歳)を迎えられました。みんなでお祝いしたいと思いません。当日は、お二人に嬉しい驚き(!)も用意しています。このお目出たい席には、会員だけではなく、一緒にお祝いしたい方はどなたでもご参加なさって結構です。ご友人をお誘いになってお越し下さい。

尚、当日お二人はゴールド(金色)の装いをされます。お祝いに参加される方は、金色を引き立たせる為、銀色か、赤か、緑色の装いにしましょうと、5月例会時にみんなで決めました。明るい会場になるのが楽しみです。

毎年6月恒例のビンゴ大会、大変好評でみなさん楽しみにしてらっしゃいますので、米寿のお祝いの後に行ないます。シニア会でも景品を用意しますが、ご自宅でビンゴの景品になりそうな品物がありましたら、ご寄贈お願いいたします。

多くの方に景品を持ち帰っていただきたいと思えます。6月も賑やかな楽しい月例会になりそうです。風邪等ひかれませんように、元気でおいしまししょう。

日時: 2013年6月15日(土)正午～午後3時

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

会場は、奥の方のファンクション・ルームですでお間違えになりませんように。

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。(マイカップ運動にご協力ありがとうございます。)

※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。尚、お持ち帰り用のお弁当を注文された方は、保冷剤等をご用意されることをお勧めします。

【2013年5月例会報告】

2013年5月18日(土)の月例会は、嬉しいことに、先月はリハビリのためにご欠席だった宮下義夫さんも

短い時間でしたがお見えになり、「みなさんに会えて嬉しい」と会員とおしゃべりも交え、受付を担当してくださいました。

もう一つ嬉しいことに、また新しい仲間が増えました。小林敏明さんです。マイクを持っていただき一言。「林さゆりさんの紹介で入会しました。年齢・職業に関係なく、一会員としてみなさんのお仲間に入れていた

だきたい…」とのスピーチもそこそこに、ハンサムな男性の入会に会員はソワソワ、浴びるような質問責めにありました(笑)。職業を伏せておこうと思っただけですが、会員からの質問には誠実に返答され、在シドニー日本国総領事館の首席領事であられることが明らかにされました。「総領事館ではシニアのポジションにありますが、みなさんの中ではまだまだジュニアのようです」と、咄嗟にジョークを交わすところは流石です。もうすっかり溶け込まれました。これからもどうぞよろしくお祈りします。



5月生まれの宮下義夫さん。米寿おめでとうございます。ハッピーバースデーを歌いお祝いしました。リハビリは大変と思いますが、頑張ってください。来月行なわれる米寿祝いパーティも楽しみにいらしてくださいね!



(前列左から)新しく仲間に加わってくださった小林敏明さん(在シドニー日本国総領事館首席領事)、講演くださった遠藤直さん(国際交流基金シドニー所長)、久しぶりにお顔を見せてくださったチャーリー和子さん(JCS会長)
(後列左から)林さゆりさん(JCS理事・当会会長代行副会長)、遠藤千恵子さん(遠藤所長の奥様)、有泉浩子さん(当会事務局長)

今月の講師は、独立行政法人 国際交流基金(ジャパ

ンファウンデーション)のシドニー所長であられる遠藤直氏に、「前任地インドでの体験談」と題し、お願いしました。出張が多くご多用のため、奥様の千恵子さんも協力くださり、貴重な写真をスライドでご披露してくださいました。お二人ともインド風の服で登場され、ムードが盛り上がりました。まずは国の概要を説明、そしてお住まいだったお家や近隣の風景、散歩で出会った珍しい鳥や動物達のことを語ってくださいました。食生活の紹介では、朝食に食べたクレープのようなドーサにサンバル(唐辛子調味料)など、美味しそうな食事の写真をを見せてくださいました。インド人はフォークを使わず手で食べた方が美味しいと言っていた



優しい笑顔が温かみを感じる国際交流基金シドニー所長の遠藤直氏。インド風の装いで、ムードを盛り上げてくださいました。大変なことも多かったインドでの生活も、今ではスイート・メモリーだそうです。

またインドは、宗教の国とも言われるほど、宗教が人々の生活に深く浸透している様子が窺えました。人口の多数を占めているヒンズー教の他にイスラム教、シーク教、仏教、ジャイナ教、キリスト教、ゾロアスター教など、世界の宗教がインドに集まっているだけに、世界遺産に登録されている見事な寺院もあり、美しい建築の寺院も数えきれません。それにかかる祭りの話も楽しく伺いました。印象に残った祭りのひとつに、ホーリー(Holi)祭りがあります。ヒンズー教の春祭りで、誰かれなく色粉を塗り合ったり、色水を掛け合ったりして春の訪れを祝うそうです。

インドでは親日家も多く、インド駐在時には、交流プログラムも企画してイベントを開催するなど、日本とインドの親善に寄与された模様も拝見しました。インドのセレモニー進行は、ろうそくに火を灯さないと思



ブネー市で撮影された、商業・学問の神とされるガネーシャ像

たなど、地元の人々との触れ合いも話してくださいました。旅行で乗った列車の様子はさすがインド、車内販売が首からぶら下げた籠の中に、辛そうな香辛料が多種並んでいました。インドでは日本レストランに限られているので、日本人はお互いに自宅に呼び合って食事をしたそうです。

まらないことなど、日本と相違がみられますが、生け花や盆栽は、なかなか素晴らしい作品を見せてくれたそうです。また、丁度東日本大震災が起きた時にいらしていたので、それに関連する詩人交流もなされ、心

打たれる詩を紹介して下さいました。会員からの「インドは住み良かったですか？」という質問には、「実際住んでいる時には、家の修理の人がこなかったりと、腹の立つことがありましたが、それも今では、スイート・メモリーです」と答えられました。シドニーに来てからも、インド料理が恋しくなることがあるそうです。シドニー近郊のパラマッタ付近にはインドレストランが並び、インド食材も購入できますと、紹介してくださいました。

普段味わうことのできない生活に因んだ写真を見せていただき、感動を隠せませんでした。興味深いお話と貴重な写真を共有させていただ



インドには世界遺産に登録されている見事な寺院もあり、美しい建築の寺院も数えきれません。

き、日本はインドの影響を強く受けているのが感じられました。遠藤所長ご夫妻に心から感謝申し上げます。「シドニーはとても住み良い」とおっしゃってましたが、どうぞ健康にはご留意なされ、益々のご活躍をお祈りしております。誠にありがとうございます。また、当会にお遊びにいらしてくださいませ。会員一同、お待ちしております。

【お知らせ】

本文中にもご案内しましたが、6月例会の服装は、治子さん、宮下さんが着る金色を引き立たせるために、銀色、赤色、緑色のいずれかの装いでいらしてください。

5月例会終了後に、役員・有志が集まって会の運営に関するミーティングを行いました。11名も参加くださりありがとうございました。議事録は有泉事務局が保管しています。ご一読なされたい方は、お問い合わせください。

5月例会に、アングリケアーでボランティアなさっているサラさんがいらして下さり、今後の活動予定を話してくださいました。遠足等の日程が決まりましたら、改めてご案内いたします。

■書籍やDVDをご寄贈くださったクラーク基子さん、ソンドース忍さん、ヤング京子さん、ありがとうございました。古本市の収益金は、有り難く会の運営に使わせていただきます。

皆さんの地区幹事

- ・A地区(North Sydney以南): 有泉浩子(Tel: 9436-4159)
Email: hirokoariizumi@iprimus.com.au
- ・B地区(Chatswood以東): 宮下義夫(Tel: 9417-6715)
Email: miyashitayoshio@gmail.com
- ・C地区(St.Ives以北): 朝比奈富美子(Tel: 9453-0058)
Email: fumiko@pacific.net.au



5月は二つのイベントで踊りました

5月12日(日)「Buddha's Day Multicultural Festival」(Tumbalong Park, Darling Harbour)に参加、次いで、19日(日)は、「鯉の品評会」(Koi-Pet & Garden Show, Fairfield Showground)で踊りました。いずれも毎年参加しているイベントです。19日の「鯉の品評会」では、踊り隊のほかにもさまざまなステージパフォーマンスがあり、東日本大震災のチャリティーブースも設けられ、収益から義援金として東北復興支援に寄付されました。

踊り隊では毎週練習を行っています。是非、ご参加ください。

- ① Cammeray 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。毎週火曜日6時半～8時
 - ③ Marrickville West Public School (Cnr Beauchamp St & Livingstone Rd) 毎週月曜日4時～5時
- 参加ご希望の方は、平岡正美(携帯:0406-511-221または、Email:masa7833@hotmail.com)までご連絡ください。



今年の祭りは12月14日(土)

皆様、お誘い合わせの上、お集まり下さい。

日時:12月14日(土)11時～19時

場所:Tumbalong Park, Darling Harbour

今年もJapan Expoと同時開催で、盛大に催します。

寅希望者、出展希望者は、JCS事務局までご連絡ください。

祭り運営のボランティアスタッフも大募集しています。

Japan Expo
and
Matsuri in Sydney



総領事館だより 第6回

在シドニー日本国総領事館 首席領事 小林敏明



シドニーに参りましてちょうど1年が過ぎました。総領事館で次席を務めている小林です。次席は、館内のマネジメントをしっかりと行い、館長である総領事が内憂を抱えることなく館外で働きやすい環境を整える役目を負っています。館内ではあらゆる文書の決裁、人事・現地職員管理、会計、秘密保全、危機管理などが主な業務です。館外では、日本人会役員と日本人学校の理事としての職務もありますし、館長の代理として他国の領事団が主催する行事や各種文化・社交行事に参加する機会も少なくありません。

当館では、外務省だけではなく様々な省庁や地方公共団体出身の職員、当地採用の職員が一つ屋根の下で一体として勤務しています。多様性のある組織は刺激になり、恵まれた環境で仕事ができることに感謝する毎日です。

ところで、在外公館の仕事の一つに、日本文化の紹介があります。そのため、すべての在外公館事務所や公邸には絵画、書、置物といった日本の美術品が飾られています。

これは当館事務所の廊下に掛けられた書の文言です。漢詩ですが、17世紀に石山丈山という日本人が作った富士山の詩でありまして、私なりに訳すとこうなります。

雲の上に浮かぶ山の頂に鶴が来て楽しげに遊び、
洞穴の中に深く水を湛える淵に不思議な竜が棲み、
年若い齡を重ねています。雪は織ったばかりの白絹
のようであり、立ち上る煙は刀の柄のようであり、
東海地方の空に白い扇が逆さまに懸ったかのよう
です。

私は以前から不均衡の中の均衡、不調和の中の調和にこそ西洋にない日本的な美意識が潜んでいるような気がして、均整がとれすぎている富士山は実はあまり面白くなかったのです。なぜ日本人の心をこうも惹きつけるのか今一つ腑に落ちなかったのですが、最近、あのなだらかさ加減が日本人の心を落ち着かせるのではないかと、妙に得心しました。そしてこの漢詩を読んで、七変化する富士山の色や質感を楽しめることを失念していた自分にはっとしました。この書のように、あらゆる物は本来の目的とは違った意味で役立つこともあるものだと、勝手に感じ入りました。

こうして、毎日当たり前のことに何度も気付く若輩者ではありますが、5月18日にシニア会にデビューします。新参者ですが、私もJCSの会員です。シニア会を皮切りに様々な行事に出て交流を深めたいと思いますので、どうぞ皆様よろしくお願い致します。

メラリと光る

あの人・この人

【第42回】

カコ・ローグさん

テニスプレイヤー（ハンターズヒル所属）



ふと、真っ黒に日焼けしていてテニスウェアに身を包んだ、はたから見るととても日本人には見えない女性を見かけた。だが、そこは日本の古本屋。まさか。これはもしやと思い、声をかけたら、やっぱりカコさんだった。

筆者はカコさんとは娘のプレイグループで知り合った友人だったものの、ここしばらくは連絡をとっていなかった。ひょんなところで再会したのがきっかけで、「自分の記事を読んで、テニスに興味を持ってくれる人が増えたらうれしい」と、インタビューに快く応じてくれたのだ。明るい笑顔が魅力的な女性、いっしょにいと自分まで元気になってくる、そんなカコ・ローグさんをご紹介します。

カコさんがダイエットのためにテニスを始めたのは1998年。2カ月後にソーシャルテニスデビュー。あるテニスクラブに入って1年目、クラブコンペのミックスタブルスに代理で出場して、なんと優勝してしまった。これが、（自分もけっこういけるんじゃないか？）と、テニスにハマるきっかけになる。



カコさんは、2001年に妊娠するまでずっとコンペに出場していたが、第一子の出産をきっかけに、第二子が4歳になるまでラケットは手放していた。2009年、テニスを再スタートし、1年後にクラブコンペにも復活。イースタンサバープコンペ、日本人会テニスクラブコンペでともに優勝した。ある人からの提案を機に、今は、ベテランナショナルプレイヤーになることを目指して、日々トレーニングを重ねている。テニス暦は通算5年。ほかのベテランの人に比べるとまだまだ経験が足りないという。

スポーツウーマンという言葉がぴったりのカコさんだが、意外にも、日本にいる時はスポーツはほとんどやっていなかったそうだ。スポーツには興味がなかったらしい。「どうして、テニスにハマったのか？」と尋ねてみた。「ボールを追いかけて集中力が最高点

に達した時は、アドレナリンが出てなんともいえない快感を感じる。その快感のためにやっているんだと思う」と、カコさん。信じられないほど調子が良く、やることなすことすべてが上手いき、麻薬でも飲んだかのように気分が高揚する状態。これは、テニス用語では“ゾーン”と言うらしい。「もし、あの状態になれば、自分は頂点に立てるのではないか？この状態になるためにテニスを続けている」と、カコさんは言う。

“心臓に毛が生えている”と言われたこともあるという、精神的に強いカコさん。だが、実は思い出すのも嫌で、いままで封印していた辛い経験がある。カコさんは、あるトーナメント優勝のために週3、4回、プライベートレッスンを受け、半年以上時間もお金もかけて準備していた。試合が近づいて来た時、カコさんの弱点も強さもすべて熟知したコーチが、「私も試合に出たくなかったから出ることにした」と、同じトーナメントに出場することになってしまった。しかも1回戦で当たってしまった…。初めから同じトーナメントの同じグレードに出場するのなら違うコーチにレッスンを見てもらったのにと、カコさんは振り返る。時間をかけて用意したトーナメントで、すべて手のうちを見せている相手と戦わなければならなくなったこと。信頼関係がそれによって一気に壊れたこと。これは、相当な痛手だったそうだ。テニスの嫌なところは、競技テニスになればなるほど、人間関係や人間の本質で見なくてもいいところが見えてくるところ、とカコさんは言う。

カコさんの10歳の娘さんもテニスが大好きで、オーストラリアのナショナルメンバーになることを目指し、6カ月前からトーナメント生活を始めた。カコさんは母親として最大のサポートをしていきたいと話す。親子でナショナルプレイヤーになる日も決して夢ではないかもしれない。カコさんと娘さんの今後のご活躍と健闘を祈りたい。



最後に、読者の皆さんにカコさんからメッセージ。「年を取ればとるほど、運動している人としていない人の差が出てきます。テニスにはいろいろなレベルのテニスがあるので、子どもからお年寄りまで楽しめるスポーツです。自分にあったテニスを楽しんでください」。

カコさんへのお問い合わせはメールで、kakoyoshino@hotmail.com まで。

（記：マーン薫）

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

寒さも少しずつ本格的になってきましたが、子ども達は毎週元気に登校してきています。

先月11日には母の日の前日ということもあって、各クラスで趣向を凝らし、お母さんへ気持ちのこもったプレゼントやカードを作っていました。お母様方にとってこの時期は、毎年のお子様の成長を感じる良い機会なのではないでしょうか。

25日にはファンディングとしてBiggest Morning Teaが行われ、大勢の保護者の方々のご協力のもと無事成功裡に終わり、収益は日頃の感謝の気持ちとして現地校へ全額寄付致しました。

クラス紹介 あじさい組

「起立、気をつけ、礼、着席！」のお当番さんの号令で、あじさい組の一日は始まります。

あじさい組は、Y1からY4の子どもたちが16人の元

気いっぱいクラスです。もちろんおとなしい児童もいますが、ホワイトボードで漢字を書く、なんてことになると、ほかの元気な児童に負けてはいません。

先日は、教科書の単元“ものの名まえ”に関連して、“おみせやさんごっこ”をするために、“何屋さん”になりたいか？という話し合いをしました。もうみんな自分のなりたいお店が次から次へと出てきます。ペット屋さん、おもちゃ屋さんが大人気で、私が考えていた魚屋さん、八百屋さん、肉屋さんは、残念ながら人気がなく、はずすことになってしまいました。数週間後に予定しているお店やさんごっこ。一番楽しみにしているのは、担任の私かもしれません。

(担任: マーン薫)



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: 0466-620-868
- 授業: 毎週土曜日 / 9:30~12:15
- Email: jcsnorthernbeaches@hotmail.com
- http://nbschool.japanclubofsydney.org/



子どもの日のイベントで開始

秋休みが明け、ターム3が始まりました。いつものように、懐かしい学校に戻って来た安心感、久しぶりに会えた先生、友達との再会で笑顔がいっぱいでした。

始業式では皆が大きな声で校歌を歌い、新しく入学したお友達を迎えました。今タームから新たに7人が加わり、総勢71人になりました。翌日が「子どもの日」ということで、各クラスでカブトの帽子を作ったり、行事にちなんで勉強をしたりと、楽しい初日となりました。

空高く上げることはできなかったのですが、校庭に鯉のぼりを飾ったので、少しこどもの日らしい雰囲気



校庭で鯉のぼりを飾り付ける子どもたち

は出たと思います。小さな子どもたちは実物の鯉のぼりをあまり見たこともないと思うので、良い機会になりました。

冬のタームになりますが、7月には七夕の行事もあります。日本を思いながら、寒さを吹き飛ばす勢いで、今タームもがんばりたいと思います。

クラス紹介 ウォンバット組

ウォンバット組は、男子8人、女子3人の計11人のクラスです。現地校の学年でいうとイヤー1からイヤー3までの生徒と一緒に勉強しています。NB校では、上からも下からも、ちょうど真ん中のクラスに当たります。年齢差があり、精神年齢も日本語の能力もまちまちですが、優しい性格の生徒が多く、お互いに助け合って仲良くクラス活動を行っています。

授業は、歌、ゲーム、日本の行事、本の読み聞かせ、教科書など、いろいろなアクティビティーを組み合わせ、生徒が飽きずに楽しく取り組めるようにしています。話し合いや発表の時間もたくさん設けていますが、生徒たちの発話はとても活発で、新しい知識や語彙を学ぶとても良い機会になっています。人前での発表が好きな生徒が多く、ウォンバット組は活気のある、伸び伸びとした雰囲気のクラスです。

チーム1は、1年生の総復習を中心に授業を進めてきました。特にひらがなと1年生で習う漢字80字の定着を目指しました。毎週、ひらがなテスト、漢字テストを行ってきましたが、徐々に力がついてきたことを感じます。

テストは子どもたちにとって嫌な時間ではなく、良い点を取る楽しい時間になっています。一生懸命練習してきた文字を自信を持って書けることは、誇らしく嬉しいことのようにです。

また、1チームかけて自分の本作りも行いました。チーム2ではその本も使って授業を進めていきます。2年生上の教科書に入るので、また新しい漢字の学習が始まります。今の「漢字の勉強は楽しい！」という気持ちを継続できるよう、頑張りたいと思います。



週に1回の授業でできることはほんの少しですが、その積み重ねを大切に、子どもたちと一緒に、日本語力の向上を目指して頑張っていきたいと思います。

(担任:三好容子)

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



古本市

私たちDundas校には、大人も子どもも大好きなイベントのひとつとして古本市があります。どこの家庭にもある、もう読まなくなってしまった本を持ち寄り、ファンドレイジングの一環として売るだけなのですが、50家族のDundas校でも驚くほど沢山の本が集まります。中には、日本から大事に持ってきて、何度も読み返されたであろう年季の入った純文学なども。大事に読み、子ども達が大人になっても受け継いでいきたいものです。

クラス紹介 そよかぜ組

そよかぜ組は男子6人女子5人、就学前生徒ひとりを除く全員がキンディーのクラスです。行事に関連するクラフトや歌を取り入れながら、毎週楽しく授業をしています。ひらがなの清音の読み書きができることが1年間の目標なので、書きやすい簡単な字から始め、指一本を空中に向けて大きく書いて字のバランスを確認しています。

絵本の読み聞かせも初日から毎週しています。ある保護者からの提案で、絵本を持ち寄り、クラス内での図書が始まりました。休憩時間には「そよかぜ文庫」と書かれた箱の周りに子ども達が集まり、毎週、好きな絵本を選んでおうちで読んでもらっています。授業中も絵本の読み聞かせの時間はみんなの大好きな時間で、とても集中して聞いてくれています。



1学期後半からはニュースも取り入れ、聞く力を養いながら活発に質問をしています。2学期には話す力を伸ばすために毎週決まった課題のニュースをしています。しかしどうしても「だれだれちゃん、なにに、すき」という話し言葉になりがちなので、「私は何が好きです」などと言えるように練習しています。形容詞の使い方も確認していき、発表の内容を膨らませていきます。3学期に行われるスピーチではどのような発表をしてくれるのが今から楽しみです。3学期には既習言葉を使った簡単な文章が読めるようになり、4学期にはその言葉を書けるようになっていってほしいと願っています。

今年1年間、11人の生徒たちがどれだけの成長振りを見せてくれるのがとても楽しみです。

(担任:サマツちづる)

JCS教育支援委員会議事録 2013年5月

日時:2013年5月2日(木)12:35~14:50 場所:Chatswood RSL
出席:[JCS]水越有史郎、岩佐いずみ、シャリーフ照子、
[City校]山田朝子、吉田小百合、[Dundas校]サマツちづ
る、ウェッセン晴美、[NB校]スー由美子、シーハン宏子
議長担当:シーハン 議事録担当:Dundas校

1. 報告事項 各学校からの報告

City校:12クラス、165名、120家族、休学5名

4日、こどもの日写真撮影、保護者会。18日TC会議。
5月25日、6月1日First Aid講習会。6月4日に授業参観を
予定。今学期から新委員での運営がスタート。

NB校:5クラス、64名、48家族、休学8名

4日始業式、こどもの日、保護者会。11,18,25日に個人
面談。今学期より6名5世帯増える予定。

Dundas校:8クラス、78名、50家族 編入1名

4月13日、第3回JCSセミナーに役員で参加。内容の
充実した教育関連セミナーなので、今後も保護者や日
本語プレイグループ等に宣伝を行なう。5月4日、始業
式、年次総会、保護者会、こどもの日(クラス毎)、18日、
25日に授業参観を予定。25日、HSCJCセミナーを保護
者向けに開催予定。今学期の総会で新役員の承認後、
学期末までに引き継ぎ作業を行なう。JCSより図書
の寄贈を受けたので、今後活用していきたい。

[JCS事務局]

* 校内セミナー(ゲストスピーカーを招き開催)

6月15日(土)Dundas校、22日(土)City校、8月3日NB校

* JCSフェイト

7月7日(日)、Auburn Community Picnic Areaにて。
各学校から屋台の出店をお願いしたい。今年は30
周年記念フェイトなので、是非大勢の人に参加し
て貰いたい。

**2. JCSバンドスケール開発プロジェクトについて
進捗状況**

近日中にCommittee Meetingを開催予定。

3. 教育支援委員会全体JCS School Committee**3.1 CLS Grant申請の確認事項**

- * 今年の申請は各校の確認が早く、4月18日に完了。
- * 「CLS Grant申請の確認事項」を参照
- * 会計報告を3月31日までに提出できるように3校同
じ形式で書類を作成する。
- * 会計報告事項の内容を3校で統一する。(会計書類
参照)
- * 各校のGrant受領者(受領時期が約半年後なので、
各校の人数を把握しておくため)
City校:128名 NB校:49名 DD校:70名

3.2 スマートボードの使用について(シーハン)

各校、現地借用校に(研修用として)スマートボード
の使用が可能かを聞く。

3.3 Child Protection Registration(シーハン)

www.kids.nsw.gov.au/kids/subscribe.cfm?pageAt=1

各校のまとめや管理などは、シーハンが後日再度
確認(6月15日以降)、必要事項があれば各校へ連絡。
これについては、次回会議で再度話し合う。

3.4 ファーストエイドコース

①City校にてファーストエイド講習会を開催。

日時:5月25日、6月1日13時~16時頃

場所:City校ホール

受講料金:\$100

②FCLSのコース

日時:5月19日(日)9時~4時

場所:Marrickville West Public School

費用:\$110

3.5 JCS第1回セミナーを保護者向けに行う件

1のJCS事務局からの報告を参照。

3.6 教員研修について

CLSのQuality Languages Education CDより

- * 毎学期の最終土曜日を研修日とし、ワークショッ
プなどを実施できないか。
- * 教員研修日に給料を支払うことができるか。
- * 学期ごとに、クラスの計画、学習記録と自己評価を
提出できるか。
- * Personal Profile, Activity report, Registerなど今後
導入すべき書類について、各校どれくらい予算が
必要かを含め、今後詳細に検討していく。

3.7 フェデレーションCLS(FCLS)

* FCLSのメンバー再登録手続きに関して

CLSの申請時期と同時期に提出。教員の欄にアシス
タント教師を含める。ボランティアは各校の役員名を
入れる。

* 9月5日(土)にシドニー大学でFCLS Workshopが
実施される。多くの教員、役員の参加を呼びかける。
詳細が分かり次第再度お知らせする。

3.8 JCS主催セミナー・ゲストスピーカーへの協賛

JCSが協賛する形をとり、JCS便りや各学校で宣伝
をする代わりにセミナー会場でJCSと3校の学校のブ
ローシャーを置かせてもらう、もしくは配布をお願い
してはどうか。この方向で、ぜひお願いしていくこ
ととする。

3.9 ミニスターズアワードについて

締切は5月28日。授賞式は9月30日の予定。

例年通り各校から該当者を選出する(ジュニア部
門1名、シニア部門1名)

4. 理事会の出席について

6月City校、7月Dundas校、8月NB校

5. 2013年開催のセミナーについて

Wellbeing Seminars for Families with Children

* 第3回目反省

セミナー内容が記載されたハンドアウトの持ち帰りを希望する参加者が多いことがわかった。

* 第4回目について

予約を頂いたものの、欠席者が多数の場合があったので、期日前にリマインダーを送付することとする。

■日本語学校3校の年間行事計画(2013年)

ターム	月	教育支援委員会	City校	NB校	Dundas校
ターム2	6月	セミナー5(8日)	授業参観・父の日(15日)、 七夕、終業式(29日)	七夕、ファンレイジング、 終業式、TC会議(29日)	ファンレイジング(1日)、 セミナー(15日)、七夕、終業式(29日)
	7月	JCS七夕フェイト(7日)	始業式・保護者会(20日)	始業式・保護者会(20日)	始業式・保護者会(20日)

※スピコン実行委員会6月7日(金)午後12時から。議長:シーハン、議事録:City校



J STUDIO 着物姿写真撮影

Phone : 0414-758295

Email : info@jstudiosydney.com www.jstudiosydney.com

BALMAINにある本格的日本旅館にて、お子様の七五三着物姿、大人の着物姿の写真撮影いたします。当方にて着物着付け、メイク、ヘアなど全て手配します。

20cm×25cmの写真が込みで\$150〜。JCS会員は料金より10%割引いたします。

日時:6月28日(金)と29日(土)9時〜3時

場所:豪寿庵 286 Darling St. Balmain (02)9810-3219



No respect to status quo.

Level 27, Darling Park Tower 2,
201 Sussex Street, Sydney NSW 2000
E-mail: kumiko.sudo@longton.com.au
Tel: 0479-025-418 須藤まで



Uptown (Roseville) ローズビル駅まで約500m



- ・ホーム・オートメーション・テクノロジー・アパートメント
- ・i-butler (執事) テクノロジーが貴方の日常生活を快適に
- ・風呂場には床暖房、タオル・ヒーティング付き
- ・アメリカのホワイトハウスも使用しているファブリカ製カーペット
- ・デロンギ製のウインクーラー・キャビネット
- ・無料サテライトTV、USBパワーアウトレット
- ・テクニカル設備が付いた日本製TOTOのトイレシート
- ・その他にも超豪華設備

Avantra (Mascot) マスコット駅まで約300m



- ・ホーム・オートメーション・テクノロジー・アパートメント
- ・i-butler (執事) テクノロジーが貴方の日常生活を快適に
- ・風呂場には床暖房、タオルヒーティング付き
- ・アメリカのホワイトハウスも使用しているファブリカ製カーペット
- ・デロンギ製のウインクーラー・キャビネット
- ・無料サテライトTV、USBパワーアウトレット
- ・その他にも超豪華設備

Futra iApartment (Mascot) 駅まで550m



- ・ホーム・オートメーション・テクノロジー・アパートメント
- ・キーレス・セキュリティシステム
- ・55inch TV、Hi-Fiホームシアター
- ・乾燥機付き洗濯機
- ・その他にも超豪華設備



i-butler (執事) テクノロジー

VIP レジストレーションの受付開始
レジスターをされた方には\$5,000の特典付き及び豪華家具パッケージ等が当たるラッフル券が付きます。

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

池田恵子
soramame

第33回 ゴマ塩

夜はだいぶ寒くなったので、湯たんぽやヒーターのお世話になる日が増えました♪

さて、今回はゴマ塩のご紹介。「え～、そんなの簡単!」と思う人、「わざわざ作るものだったの?」と思う人、いろいろですね。

ゴマはタンパク質、カルシウム、鉄分など栄養が豊富。すりつぶすことでその栄養を逃さず体に摂り入れることができ、シーソルトのミネラルと混ざって、市販の物とは比べ物にならないおいしい、ふりかけになります。

玄米はほぼ完全な栄養を含みますが、ミネラル分がやや不足しています。ゴマ塩を少しかけて食べることでそれを補い、バランスの取れた食事になるので、是非マイゴマ塩、作ってみてください。

◎ゴマ塩

【材料】通常は塩とゴマの割合が1対12

- A シーソルト 小さじ1
- 黒(白)ゴマ 大さじ4

【作り方】

- ①小鍋でシーソルトを炒り、すり鉢に移して、すりこぎでする。
- ②小鍋に黒ゴマを入れ、焦げないように木べらで混ぜながら中火で炒り、すり鉢に加える。



- ③75%ぐらいゴマがつぶれるまで、同じ方向に円を描くようにすりこぎで優しくする。
 - ④冷まして密閉容器に入れて保存する。
- *ゴマには、タンパク質、カルシウム、鉄分、ミネラルなどが豊富に含まれています。
 - *シーソルトは天然のミネラルが豊富。
 - *ハーブ用の乳鉢でも代用できます。

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、そうして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。今まで掲載したレシピも写真入りで載ってます♪

→ www.soramame.com.au

JTI 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。

6月の目玉商品 今年も 各 \$3.60
丸美屋 世界のごちそうごはんの素
肉まん・あんまん 始めました!!

(150g) 各 \$3.50
ナカヤ化学産業より「しっかりパック」シリーズを入荷
各 \$2.50 ~ \$2.90

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@jtt.com.au
営業時間: 月~土 10AM-5PM / オンラインショッピング: www.jtt.com.au
*駐車スペースあり*配達サービスあり(詳しくはWEBサイトをご覧ください)

Travel Centre International

格安航空券お取り扱い中!

弊社では発券手数料等はいただいております。
他社料金と比べてみてください。
ご帰国予定が決まったら、一度ご連絡下さい。

JR パス取扱中

各種ツアー

日本からご友人が来られる際は...
人数が6人以上集まれば、ブルーマウンテンや土ボタルツアーを貸切で催行いたします!詳しくはお問い合わせ下さい。

Suite 602 Level 6
309 Pitt Street
Sydney NSW 2000
☎02-9267-7751
Email: tci.travel@bigpond.com

バイキーおばちゃんの旅日記(その2)

出発前にすでに私達Numb Arse Nomads(お尻がしびれた遊牧民)は、5人で合計2000ドル以上の寄付金を集めていた。会社の同僚、友達、私の子どもたちや主人もポケットから小遣いを出してくれ、遠くに住む友人は銀行口座にお金を送ってくれた。その中には、自殺で身近な人を失った方もいて、その人の思いが伝わってくるようだった。

ここで少し、ブラックドッグの説明をしておこう。病気のチャリティーは数え切れないほどあるが、私が心を惹かれたのは、この団体がうつ病の人を自殺から救おうとしていることだった。この国では、7人にひとりがうつ病にかかっている(経験がある)らしい。生きていれば、悲しいことは誰にもあるが、中には立ち直れない人もいる。失望感や無気力から生きている理由を見失い、自殺を実行に移すまでその人はどれだけ孤独に悩まされていたことだろう。そしてそれに気づいてあげられなかった残された人の悲しみ、やりきれなさは、いかほどか。それらを思うと他人事とは思えなかった。

ブラックドッグのマスコットの犬の名前はウィンストン。この名前の由来は、かつてのイギリスの首相ウィンストン・チャーチルからきている。彼もうつ病患者だったのだ。指で示すVサイン、このサインを横にして光をあてると犬の影ができる。ピクトリーの後ろには、黒い犬がつきまとっている、というところからブ



バイクの正面に取り付けられたウィンストン

ラックドッグという名前が付いた。どうかひとりで悩まないで心のうちを話して欲しい、というのがこの団体のねらいです。

そしてこれに心を動かされたバイク族がアリスに一同に集まろうというのがブラックドッグライド。大勢のライダーがマスコットのワンちゃんをバイクに取り付けて走るのです。

自分の周りを見渡すと髭もじゃのおっちゃんライダーも大勢参加している。皆気持ちは一緒なんだ。自信のありそうなおじさん達に囲まれて、こんなに大きなライドは初めての私はちょっと気後れしたが、これまで、シドニーから参加した女性ライダーはいなかったというのなら、やってやろうじゃない！と、勇気を奮い立たせた。

(次号に続く)

ブルー・マウンテンでボランティア作業をしませんか？

先月号で、4月にブルー・マウンテンで行われた福島の生徒の宿泊施設を綺麗にお掃除するボランティア清掃作業の様子をレポートしましたが、再び下記のように7月にも行われる予定です。前回のレポートを見てぜひ今度は参加されたいと思われる方、是非ご参加下さい。ご家族での参加も大歓迎！

開催日: 7月13日(土)、14日(日)

(日帰りでも一泊でも大丈夫です)

場所: ブルーマウンテンのカルナセンターにて

連絡先: 9929-8643(ナラ延子ピアス)

持ち物: 軍手類、帽子、食事類

広大な敷地の中に、工夫を凝らした宿泊施設(車両を改造しています。)、素晴らしいホールや食堂があります。宿泊を希望される方は前もって連絡先までご連絡をされるようお願い致します。無料で宿泊できます。ただ、土曜日の夕食はBYO(キッ



チン使用可)

となっています

す。また土曜の夜にキャンプファイアを囲んでマッシュマロ焼きをする予定ですのでお楽しみに！それと暖かい衣類・寝具類を持参下さい。

また寄付の申し込みは下記の口座まで宜しくお願い致します。

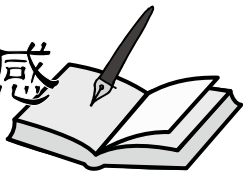
口座名: The Karuna Foundation Children's Fund

銀行名: Commonwealth Bank (BSB 062?217

口座番号: 00907091) 2ドル以上にはレシート発行

はるこの

日々雑感



第28回

肺門リンパ腺

ロビンソン治子

6歳の頃、私は満州(現在の中国東北地方)の大連に住んでいた。父の仕事の関係で私たち家族6人は、満州を転々として暮らしていた。大連は日本が最も力を入れた大都市のひとつで、すべてが日本風に整えられ、大変に住み良かった。満州事変が始まったばかりで、家からそう遠くはない地方では銃声が鳴り響いていたはずなのだが、大連はいたって平和で、日本人は占領軍の自由さを満喫していた。

ある日、母が「明日学校を休みなさい。治子の顔色がホントじゃないから川島先生に診察していただく」といった。先生は「これは肺門リンパ腺炎です。今のうちに治さないと肺病になったら大変ですから、しばらく学校を休み、栄養を取って安静にしてください」。母の顔色がサッと変わった。彼女の妹は東京の下町に嫁いだが、6人の子どものうち3人を肺病で死なせているので、極度に恐れていた。「先生、おかしいですね。私は人一倍栄養に気をつけていますし、校医さんの身体検査はいつも“栄養甲”なのですが」「これは奥さんの落ち度ではありません。満州の風土病です。冬は寒さが厳しくストーブやペチカに石炭を多く使います。そのうえ窓を開けないので空気が汚れるのです」。

冬になると、ねえや(女中)が鍋に一杯糊を煮る。そして窓という窓は全部目張りしてしまう。窓は絶対に開けられない。茶の間と応接間と廊下につながる角には銀色とグリーンの大きなペチカが天井まで嵌まっている。満人のボーイが毎朝、シャベルで石炭を投げ込む。ペチカはトトロと一日中燃えて家中を暖める。詩人の北原白秋は満州を訪れてたくさんの童謡や詩を作った。「♪雪の降る夜(よ)は楽しいペチカ/ペチカ燃えろよ/お話ししましょ/昔々の…」私はこの歌が大好きです。

さて、母は川島先生の医院を出るや否や、思い詰めたように言った。「さあ、これから玩具屋へ行こう!」。店に着くとままごと売り場に連れて行き、「さあ、ここで何でも好きなものを買いなさい。いくら高くても構わないよ」。肺門リンパ腺とは魔法の杖だ。こんないいことばかりあるのなら、私は治らなくてもいいと思った。いま考えると母はどうやって元気いっぱいの子どもを家に縛り付けておけるか一計を案じたに違いない。私はオレンジ色の大きな箱を買ってもらった。蓋を取ると中は台所の絵がいっぱいに描いてある。棚には小さな本物のアルミのフライパンが嵌め込まれていた。ストーブの上にはこれまた本物の蓋付きの小鍋が埋め込まれ、コーヒーが飲める小さなサイズのカップ、小皿などが留めてあった。早速持ち帰り、茶の間の大きく庭に向かって張り出した出窓の中に並べた。仕切りのガラス戸を閉めると、自分一人のキッチンとなった。台所の母のところに行き、「おかず少しちょうだい」とねだると、いつもは「うるさい子だね。あっちに行っておいで!」と叱る母が、ニコニコ顔で少しづつ入れてくれるのであった。私は幸福感でいっぱいになり、幻想に没頭した。

お昼になると「治子や、ご飯よ」と呼びにくる。私は出窓から降りて、テーブルにつく。母は一夜干しのカレイ

の干物をあぶり、白身をむしって私のご飯の上に乗せ、熱湯をかけてくれる。その美味しさ!そしてニコニコ顔の母と二人きりでご飯を食べるのが嬉しかった。折りあらば小言を言おうと待ち構えている鬼婆とは違う母を感じて心から幸せだと思った。

ある日、彼女は反物を抱えて戻ってくるや、針箱の前に座ってメリンス(薄手のウール)の黒地に真っ赤な梅の花が一面に散っている布で、「川島先生に通う着物だからね」と、せっせと縫いはじめるのであった。でき上がると四つ身の裕(あわせ)にお揃いの羽織で、紐までついていて、赤い鼻緒の下駄も買ってあった。「これは川島先生に行くときだけ大切に着るんだよ」といわれ、これも肺門リンパ腺のおかげと思った。髪をオカッパに切りそろえて晴れ着を着た私は、どこから見ても気の毒なお嬢ちゃんと思えた。「まあ、可愛らしいこと!どこがお悪いの?」。母は眉をひそめてヒソヒソと肺病との戦いがいかに大変か語る。その合間には壁に耳をおしつけて隣りから聞こえてくる三味線に耳を澄ます。母は子どもの頃から三味線が上手で、お師匠さんになりたかったのを許してもらえなかったで、その聞こえてくる音色の良さに惚れ込み、私と姉を連れて弟子にしてほしいと頼みに行ったのである。すでにお正月のおさらい会には自分が真ん中に座り、片方は姉、左手に私を座らせ、私は小さくて三味線が膝に乗らないので、長唄を歌うことになっていた。お隣からお祝いの振り袖が届いているのに、死ぬほど嫌だった。というのも、その「供奴(ともやつこ)」という歌は、金持ちの頭の悪い若旦那が吉原まで女郎を買いにいく酔っぱらいのお伴の歌で、「叱られるからお母さんに内緒よ!」とねえやが教えてくれたのだ。

ある日、どこからか大きな包みが届いた。開けると中には亀の絵のついたスープが入っていた。「おいしいよ。スッポンのスープだから病気も早く治るよ」。本当にそれは濃厚な味がして、それまで知らなかった味だった。私は「亀のシチューちょうだい」と毎日のようにねだった。痛くも痒くもないのに、チャホヤされて美味しいものばかり食べられる肺門リンパ腺が大好きになった。

そして、川島先生が「お嬢さんはすっかり治りました。もう学校に行ってもいいし、ここに来なくてもいいですよ」。私はがっかりした。また明日から、恐ろしい母に叱られながら暮らさねばならないかと思うと、ひたすら悲しかった。母親らしい愛情を初めて知り、幸福に暮らした3カ月間は夢のごとく飛び去ったのだ。多分、私が亀のシチューばかり飲んでいたので、肺門リンパ腺の神様が怒って逃げていったと後悔した。しかし、台所のままごとで覚えたフライパンや鍋、そして料理への愛着は、一生を通じて残った。そして3カ月間といえども鬼婆だった母の優しい一面を味わい、成人してから我が子を愛することを覚えたのは有り難かったと思う。

日本に帰国して母が亡くなった後、古着の整理をしていたら、例の晴れ着が出てきた。きれいに手入れされて新しいままであった。6歳の頃の思い出がまざまざとよみがえってきて、しばし感傷に浸った。

Emergency Shelter Exhibition

建築家として自然災害被災地への貢献を模索して

2011年東日本大震災の後、誰もがその自然災害の強大さと人類の脆弱さを実感していた。僕はそんな中、どうこの未曾有の災害にオーストラリアからサポートできるのか考えていた。お金を送ることは誰でもできるし、もちろん僕も実際そうした。でもそれが建築家として理想的な貢献の方法なのだろうか。

何週間か悩み、友達にも相談した。そして確信のように生まれてきたのが、自然災害から人々を守るシェルターを提案するというアイデアだった。それは災害後でも手に入る材料を使い、誰でもつくることができるシェルターを建築家が提案し、実際につくって展示するというもので、これこそが建築家として日本だけでなく世界中の被災者に貢献できる望ましい方法だと考えた。



2011年4月、自分のあらゆるつながりを利用して、この考えに賛同してくれる人を探し始めた。そしてパートナーとなってくれたのが建築界でたくさんのイベントをオーガナイズするThe Arc Agencyだった。

だが実際にイベントを実現させることは、予想を超えて大変なことだった。開催場所、チャリティ会社の設立、州政府への登録、弁護士との打ち合わせ、参加設計事務所募集、スポンサー、資材提供サポーター、構造認定エンジニア、イベントの宣伝、ポスター作成、シェルター建築の学生募集、オーストラリア建築家協会、Green Building Council Australia、総領事館、Japan Foundationなどへのアプローチ、オープニングパーティの協賛、ゲスト建築家の渡航・宿泊手配、赤十字への登録、セキュリティガードの手配…、これでもまだまだ足りない。シドニーのイベント当日2週間前までは実現するかどうか分からない状況で、精神的にも肉体的にも限界に近かった。

最終的に実現したこのイベントは、11社のスポンサー、60社以上のサポーター、80人以上の学生の参加、そして何より著名な日本人建築家2人とフランス人建築家一人を含む9つの設計事務所によって9つのシェルターが建設され、Customs Houseという最高の立地で、2011年9月1日～3日まで開催された。

ただでさえ人がたくさん行き交うこの場所で、シェルターは確実にパブリックと強いつながりを持ちながら、今までになかった新しい「場」をつくりあげていた。普段はディベロッパーや特定のクライアントとばかりコミュニケーションを持つ建築家たちが、パブリックと直接つながり、インタラクティブなイベントとなったことが大きな成果だと実感した。

誰もやったことのないイベントを開催したことでたくさんの経費がかかってしまったが、Customs Houseで行ったオープニングパーティには700人近くが参加し、1万ドルを赤十字のDisaster Recovery and Relief Appealに寄付することができた。当初は日本の被災者に貢献するためのイベントだったが、世界中で自然災害で苦しむ人がいることを知り、この基金に寄付することでアジア・パシフィック圏で被災した人たちに少しでも助けになったと思っている。

このイベントの成功によって、他都市でもするべきだというアドバイスを各方面から受けた。そして、2012年7月、ブリスベンのKing George Squareで新たなイベントを開催した。洪水が多発するブリスベンで開催することに大きな意義を感じていた。13のシェルターが建設され、大きな注目を浴びた。ラジオ局のインタビューも受けた。しかし資金が集まらない。かといって時間と労力を費やしてくれた参加者にオープニングパーティをしないわけにもいかず、結局このイベントは赤字になった。まったく何のためにやってきたのか分からない。無力感に襲われた。

それでもメルボルンでやろうという声がたくさん出てきた。今度はスポンサーを十分確保してやるつもりだったが、なぜかまた後回しになってしまった。そしてメルボルンの設計事務所約30社からシェルターの案を募り、最終的に13のシェルターを選出した。でもスポンサーがまだ足りない。また不安な状況でイベントはFederation Squareという最高の立地で開催することが決定。こうなったらやるしかない。そして何とかイベントとオープニングパーティーが開催できるという状況に開催1カ月前になった。よかった。

その後も毎日が不安だらけの日々で、日本の休暇の2週間は毎日大量のメールが届き、しょっちゅう鳴る電話に対応する状況だった。それでもようやくメルボルンのイベントも実現できた。今回は何とか赤十字への寄付金を集めることができた。

何のためにやってきたのか分からなくなることが多かった。もちろんお金のためではなかったが、終わるたびに疲れ果てていた。でもつながりが広がり、メディアにも取り上げてもらえ、何より建築家・建築業界とパブリックのインタラクティブなコミュニケーションを実現することができた。

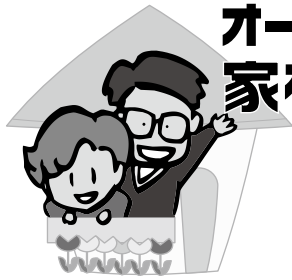
今後のことはまだ分からないが、キャンベラやクライストチャーチでも続けられればと思う。いつも新しいことを始めるたびにいつか努力が報われると信じてやっている。そして今回僕がデザインに携わったシェルターが、「Design Sydney 2013」の一環としてPower House Museumに移転されるという話がいま進んでいる。

(Jun Sakaguchi Architect)



オーストラリアで 家を建てよう

第8回



ひなっち

皆さんどうもです、これで登場8回目となります。

8回目にもなるのに、家を建てるどころか、前回でやっと建築契約書が締結されたという亀さんペース。完結編を迎えるのは一体いつになることやら。さらに付け加えれば、最近の入稿が遅れる傾向にあり(つまり締め切りを守ってない)、編集を担当されている方々には多大なるご迷惑をおかけしております。この場を借りて、お詫び申し上げます。

こんなことを毎回冒頭でツラツラ書いているから、肝心の本編が進まないという分析結果もあるので、早速本題に入りましょう。前回は、弁護士チェックをスッ飛ばして建築契約書に署名した、というトコで終わってますね。この後には一体何が起きたのか？

一体何が起こったんでしたかね？

2009年10月、もう3年半以上前のハナシなので正直記憶が途切れがちなのですが、当時の記録を振り返ってみると、そうそうそうでした、建築許可の取得に向けて邁進してました。Councilから建築許可、通称DA(Development Approval) っののをもらわないと家を建てさせてくれない、Builderが建築を開始できないのです。

申請書類も多岐に渡っており、家が建った後の近隣の陽当たり具合はこんな感じになるよ、だとか、豪雨が降っても雨水はこんなふうの流れて排水されるから水浸しにならないんだよ、だとか、それとウチの場合は目の前がBushだったこともあって家周りには耐熱度の高い素材を使用することを誓います、みたいな報告書もあった。これらの書類準備、当然ですがBuilderがすべて代行してやってくれました。っつーか、自分でできるはずないし、代行手数料なども支払い代金に込み込みなのでしょう。

提出書類がたくさんあるから仕方ないっちゃー仕方ないんだろうけど、申請するまでに結構な時間を費消したことよ。契約締結から約1か月半かかった。そしてそこからCouncilにて申請内容チェックの開始。お役所の仕事がノロいのは万国共通、加えて不幸にもクリスマスシーズンに引っ掛かり、DA取得までに相当な時間を消費したことよ。

右も左も分からないので全部Builderに任せっきりにしてたら、許可取得したのは3月末と、約4か月半かかった。これって異常に長いことを後に知ったのだ

が、Councilに直談判的に会っていろいろ話することで期間短縮するテクニックがあるらしい。

よし、晴れてDA取得したぞ！ 許可が下りたから即着工だ！ それ急げ！という気持ちとはウラハラに、業者の手配やら何やらで、すぐに建築開始とはならない。土地がフェンスに囲まれた光景を5月初旬に現地確認してやっと「着工」を実感できた。そうなんです、建築契約締結から7か月待って、やっと工事が始まったのでした…。



契約締結からこうなる(着工)まで7か月

この期間中の私たち、指くわえながら手続きの進捗を傍観していたワケではなく、家の内外装の仕様決めで頭を大いに悩ませてました。これは「Colour Selection」と呼ばれるもので、家のありとあらゆる基本装飾について、色やタイプや形状などを、こと細かく決めていくもの。

これぞ新築の醍醐味、一から自分たちで好みの色やタイプを選べるなんて、もう最高じゃん！ とは、いちどたりとも思わなかった。むしろ、苦痛に感じていた。なぜかって、もう本当にほとんどすべての内外装の仕様を自分たちの感覚だけを頼りに選ばなければならないから。

例えばどこかのモデルハウスに行ったとして、そこには建築デザインのプロにより吟味されセレクトされ組み合わせられた色とタイプによって完成された家がすでにあるワケなんですね。さらに言うと、家具や調度品、壁に掛かったアートも高級志向で、家のステータスをさらに高めているんですね。

一方、一応そんなモデルハウスをいろいろ見て来ているとは言うものの、それら各アイテムをひとつずつ選び出し、自分らの保有する家具との兼ね合いも考慮しつつ、それら一連の選択が結果として総合的にどんな雰囲気を出すのかはまったく分からない。例えば壁の色、5センチ四方のサンプルだけ見て選んで、それを広い壁一面に塗ったらイメージ全然違うじゃん、こんな濃い感じになるなんて…、と絶句するケースとか、ありがちでしょ？ 全部のピースが組み合わせられて全体像が掴めて、そこで「アチャー、こんなハズでは…」ってなりたくない、という重圧があって、正直、楽しい工程じゃなかった。

おっと、もうそろそろ文字数オーバーなので、今回はここまで。今回はこの「Color Selection」について書いてみようと思います。それでは、また次回に。

Multicultural Community Expo (Healthy & Safety 2013) 開催

5月9日(木)11時~14時、チャツウッドのDougherty Community Centreにて開催された、「Multicultural Community Expo~Healthy & Safety 2013~」(Willoughby City Council主催)に参加しました。

当日得た、皆様に役に立つ情報をご案内します。

*介護者のためのサービス

短期間のレスパイト(人の世話をするという責務から、一時的に離れてひと休みすること)を計画し、訓練を受けたワーカーが介護対象者を世話している間に、皆さんがひと休みできるようにします。

Northern Sydney Commonwealth Respite and Carelink Centre

フリーコール:1800-052-222

*Community Transport

病気や障害をもつ65歳以上の方、身体障害者の方、その介護者の方が対象で、買い物や通院などの外出の送迎をします。

自分の地域の番号に電話して、対象者であるか確認してもらい、車(ミニバス)を手配します。

Hornsby-Ku-Ring-Gai地区 電話:9983-1611

North Sydney, Mosman, Lane Cove, Willoughby地区
電話:9490-9500

Mosman地区 電話:9978 4120

Ryde, Hunters Hill地区 電話:9816-5000

Manly, Warringah, Pittwater地区 電話:9971-5110
お問い合わせ:1800-035-262

* Transcultural Mental Health Centre

CALD(Culturally and Linguistically Diverse)=多様な文化・言語的背景を持つ児童、青少年、高齢者、家庭を対象とした鑑定や相談サービスを無料で提供しています。同センターでは個人や家庭が医療サービスを利用する際の支援を行います。

お問い合わせ:9912-3850/1800-648-911まで。

* Breast Screen NSW(乳がん検査)

50歳~69歳の女性を対象。検査費は無料。13-20-50に電話して予約を取ってください。通訳が必要な場合は13-14-50まで。

詳細は、www.bsns.org.au まで。

* 公共歯科サービス

18歳未満の方と、Centrelink割引カード所持者が対象。通訳が必要な場合は、13-14-50まで。

お問い合わせ:1300-789-404

* Crows Nest Centre

North Sydney, Mosman, Lane Cove, Willoughbyの各地域に住む移民の方々にオーストラリアでの生活が円滑になるよう、各種サービスを提供しています。通訳が必要な場合は、13-14-50まで。

お問い合わせは英語で、9437-7515まで。

特殊潜航艇追悼式典と献茶式

千玄室裏千家大宗匠(15世家元)による献茶式を含む、M24特殊潜航艇追悼式典(Special Memorial Service for the Midget Submarine M24)を勤修

茶道裏千家の千玄室大宗匠による講演会のあった翌5月7日、快晴に恵まれたシドニー湾沖で、第二次世界大戦中にM24特殊潜航艇を操縦し戦死した日本兵を追悼する式典が行われた。

千玄室氏は、第二次大戦中、海軍特別攻撃隊の士官として参戦されていたことから、世界中で戦友の追悼式典を執り行ってきた。シドニーで潜航艇が発見された当初から、海上での追悼献茶式を願っており、ついにこの日実現することとなった。

式典には、秋山義孝日本国大使ご夫妻、伊藤拓也防衛駐在官(一等海佐)、小原雅博在シドニー総領事、松永義明シドニー裏千家淡交会会長ご夫妻を始め、日豪裏千家関係者、渡部重信オーストラリア西本願寺開教使、マーク・ハッチングNSW州水上警察長官および水上警察関係者、NSW州環境遺跡省関係者らが参列。水上警察が用意した大型沿岸警備艇に乗船して沖合まで行き、潜航艇が沈んでいる地点のブイの周りを回りながら式典は行われた。(ちなみに、このブイの半径500mはHeritage siteとして登録されており、無断



(上)左から、松永氏、秋山大使夫妻、千大宗匠、伊藤駐在官、渡部開教使
(左)読経の様子

立ち入りの場合\$500の罰金が科せられる)

渡部開教使の読経の間、千玄室氏が揺れる船の上にも拘らず厳かに献茶式を執り行い、抹茶を三宝の上に和菓子等と一緒に献じ、三宝をゆっくりと特殊潜航艇の眠る海中に沈め、かぶっていた海軍帽を振りながら同胞を追悼した。

続いて、秋山大使、伊藤駐在官、小原総領事、ハッチング長官らが順に海に献花し、最後に渡部開教使が法要に使った碑を海中に献じ、式典は無事に終了した。

今回の追悼式典には水上警察が全面的に協力し、船の手配から特別海域への立入許可等を申し出てくれたことは、日豪関係が大変良好であることの現れであり大変喜ばしいことであった。今後も両国間の平和な関係が続くことを願ってやまない。

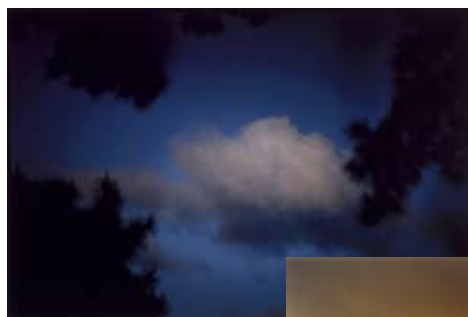


Bill Henson: cloud landscapes写真展

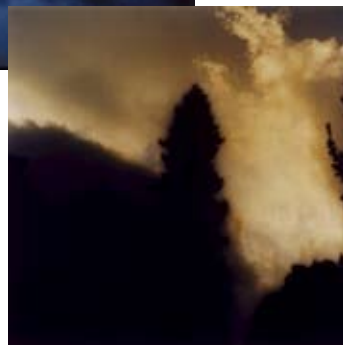
ビル・ヘンソンは1955年メルボルン生まれの、オーストラリア写真界トップを飾るコンテンポラリーアーティストです。19歳のとき既にNational Gallery of Victoriaで個展を開きました。これほど若くして才能が認められるアーティストは稀で、さらに浮き沈みの多いアート界の中で30年以上も揺るぎない名声を収めています。あまりアートに関心がなくても、2008年に起こった作品のスキャンダルが大きくメディアに取り上げられたことで、記憶にある人も多いかも知れませんが、思春期の少年少女を被写体にした作品群が児童ポルノの疑いがあるとクレームを受け、写真展オープニングの直前に作品が警察に押収され、論争の的となりました。子どもから大人へと成長していく思春期の可憐な美を見事に表現した作品群は、最終的には根本的に意図、目的が違うアートだと決定され、起訴取り下げとなりました。

ビル・ヘンソンの作品をNSW州立美術館も長い間収集してきました。今回の展示はそのコレクションの中から新作をはじめ、the Paris Opera Project 1990/91, the 'Mahler' シリーズより、14作が展示されます。“雲の風景”と題し、2メートルほどの大きなフォーマットの写真が並びます。

ビル・ヘンソンの写真の特徴は、ヨーロッパ巨匠の



Untitled 2005/06 ©Bill Henson



Paris Opera Project 1990/91 ©Bill Henson

絵画のように光と影の演出で劇的なイメージを作り上げている

ことです。暗闇に浮かぶ雲が、写真の特質を浴びた光沢と共に独特な黒の色調になり、ミステリーな世界を練り広げています。白黒を基調に添えられたブルーや淡い色合いがメランコリーでセンチメンタルなイメージを強調し、ポートレートと共に風景が合体した不思議な空間です。トワイライトの雲や空間は時の流れや儚さを示唆するように不安な気持ちを駆り立てます。同時に、壊れそうな繊細な世界は何処か美しく、詩的で魅力的であるのかも知れません。

この展示会ではすべての作品において音楽が関連しています。作品を眺めていると暗闇から夜想曲が流れているような内面的なハーモニーやリズムが存在しています。

とても絵画的な写真であり音楽が連鎖するような写真…。イメージーションを駆り立てる独特な美意識を追求したビル・ヘンソンの写真の世界を楽しんで頂けたらと思います。

(NSW州立美術館コミュニティーアンバサダー: 吉澤なほみ)

●Bill Henson写真展: cloud landscapes

5月30日～9月22日。地下2階写真展示室にて。無料



Soul of Simplicity展

7世紀にわたる韓国陶器
アジアギャラリー
2014年4月21日まで。無料



Lloyd Rees展

絵画、素描、版画
オーストラリア風景画の巨匠
1階特別展示室
2013年7月7日まで。無料



The Space between us: Anne Land Award for video and new media

ビデオ、パフォーマンスアート。今年の招待アーティストの中から6月20日に\$25,000の賞金優勝者が決まる。
2階特別展示室
2013年7月28日まで。無料



Art Gallery of New South Wales

Art Gallery Road, The Domain 2000

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)

映画 CINEMA

IRON MAN 3

(邦題: アイアンマン 3)
 監督: シェーン・ブラック
 出演: ロバート・ダウニー Jr., グウィネス・パルトロー, ドン・チードル
 対象鑑賞者: M
 おすすめ度: ★★★★★



アメリカのスーパーヒーロー映画で、2010年のアイアンマン2の続編。ニューヨークにおける戦いから1年。トニー・スタークは父から継いだ会社を恋人ポッツに任せアーマーを次々と開発していたが、精神を消耗していた。そんなある日、ポッツの元にシンクタンクA.I.M.の創設者かつ科学者のアルドリッチ・キリアンが現れる。キリアンはポッツに、人間の脳の未使用領域を利用して人の能力を向上させるウイルス「エクストリミス」の研究を行っている事を打ち明ける…。シリーズ3作目ともなるとマンネリ化するかと思いきや、なんと進化している！メカものSFとして文句なくおもしろい。アクションシーンは迫力もので、一見の価値あり。

書籍 BOOKS

天地明察

著者: 冲方 丁(うぶかた・とう)
 発行: 角川書店
 おすすめ度: ★★★★★



近年非常に注目され話題を集めている作家、冲方丁氏の出世作。江戸時代、千年以上にわたり朝廷貴族たちが古い伝統を神秘化し、「旧慣墨守」で固執し続けてきた宣明暦は、既に誤謬が明らかで実際の天文観測とのずれも大きくなっていった。しかし、その「伝統」を超える新たな暦を作るという作業は、当時最高峰の算術を駆使し、天文学に精通した者がさらに様々な政治的圧力を乗り越えて達成しなければならない、想像を絶する「大事業」だった。その大役を運命によって授けられたのは、徳川家に仕える碁打ち衆安井家の嫡男、算術好きの安井算哲(別名: 渋川春海)。何度も深い挫折を経験しながらも困難に立ち向かい、算哲はやがて明快で爽やかで広大な、天と地を結ぶ理知の境地「天地明察」に達する。その半生を現代風なキャラクター仕立てで分りやすく親しみやすく描いた新しい時代小説です。2010年本屋大賞、第31回吉川英治文学新人賞受賞作。

音楽 MUSIC

TO BE LOVED

アーティスト: Michael Buble
 発売: 2013年
 おすすめ度: ★★★★★



今では世界的なスターになったMichael Buble。多数のナンバーワンヒットを持ち、リリースするアルバムはすべてトップチャートに入る。そんな彼はカナダ出身で漁師の息子。10年以上の下積みののち、ひょんなことからかの有名プロデューサーDavid Fosterに出会い、スターへの道を駆け上がっていった。歌唱力と甘い声とルックスがたしかに大きな魅力であり、男としてもひきつけられる。またその楽曲の幅広さも特筆すべきだろう。本来得意とするビッグバンドジャズだけでなく、スタンダードナンバーやポップス、ロックまで歌い上げる。今回のアルバムも今までの流れに乗りながらスタンダードから新しい曲まで広いジャンルをのびのびと歌っている。参加ミュージシャンも各方面からいつも多様だが、今回はカナダのロックの大御所Bryan Adamsが参加しているのがうれしい。ゆったりとした時を過ごすのに最適なアルバムだと思う。

鑑賞 DVD

最高の離婚

出演: 瑛太、尾野真千子、真木よう子、綾野剛
 放映: 2013年1月10日から3月21日
 制作: フジテレビ
 おすすめ度: ★★★★★



東日本大震災発生直後、濱崎光生(瑛太)は、顔見知りの結夏(尾野真千子)と帰宅途中偶然に出会い意気投合する。短い付き合いの二人が結婚して2年後の現在、几帳面で理屈っぽい性格の光生と、人はいいけど大雑把な結夏の生活習慣は全く噛み合わず、愛情もすっかり冷めてしまったかのようだ。そんな時、光生が学生時代に同棲していた上原灯里(真木よう子)、諒(綾野剛)夫婦と知り合いになる。主な登場人物はたったの4人。話のテンポがよく特に瑛太演じるころの光生が爆笑もの。オタッキー加減は地でやってるのかと思うほど板についていて、気の強い結夏との夫婦喧嘩は白熱している。また、感極まって泣き出す結夏の演技、真木よう子の下手なのか上手なのかかわからないの朴訥とした口調、綾野剛の物事を真剣に考えるのが苦手な現代風若者も魅力的。

●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。(メールあて先: hbma@optusnet.com.au)

科学の小箱 ちよつと サイエンス

佐藤寿治



【第119回】 目指せガンの完全制圧

このところ殺傷力の強い爆発物が、個人所有のガンに加わりその所有に関する是非が富に高まっています。これまでも、ほぼ毎年のようにガンによる無差別殺人が発生しているアメリカでは、政治問題化するほどになっています。ところが、いざ規制強化の実務的議論が盛り上がりこそすれ、実効ある規制は常に棚上げに。これに加え、インターネットを通じた自作ガンのアプリケーションまでが登場し、最近話題となっている3Dプリンターと組み合わせれば、十分ガンとしての能力を有することが証明されています。ガンを所持することの最大目的は、自己保全即ち自己防衛ということにつきるでしょうか。一体何から身を守るかとなれば、相手は漠然とした正体不明者であることが殆どであり、疑心暗鬼が加勢し、大量殺戮への殺人者へと変貌します。

次に、緊急の制圧を求められるのが癌です。筆者の体内にも、大腸に癌が組織を築いていることが内視鏡による検査で発見されました。そこで、先月10日にシドニーの某私立病院において、思い切って患部を切除する手術を受けました。手術は成功したと聞き安堵したのですが…。確かに術後の経過は、良好と実感できるほどであったので、当初の予定通り手術から4日目に退院の準備をしていたところ、意に反し様態が急変、翌日には再手術が実施され、集中治療室での蘇生術を

も受け、九死に一生を得たと思っています。

人間と癌の関わりは、今後益々緊密化を増し一生涯の間避け難く付いて回ります。どんなに衣食住に気を配ったとしても、癌と完全無縁であることは不可能であると考えべきでしょう。人間と癌との接点は、今から5億年前に遡ると考えられていますが、地球上における多様な生物進化の経緯からすれば納得せざるを得ません。その原点は、複雑な細胞のコピーの仕組みと、ランダムに発生するコピーミスにあります。ほぼ5億年前までの生物は、単純明快な単細胞でしたからほぼミス無く再生ができました。ところが、60兆個まで増大した人間となれば、ミス無くコピーが可能と考えることに無理があるでしょう。

癌に侵されても生命を全うする最良の選択は、早期発見と治療だということはこれまでも十分承知していました。ほぼ、自らの理解に添いこの度身を持って癌摘出手術体験してみて感じたのは、少し別なところにあります。手術まで、大腸癌に伴う自覚症状というのは全くといっていいほどありませんでした。今後の経過を見ないと明確なことはいえませんが、私が健康だと思っていた身体は、合併症という癌とは全く別な医療行為により引き起こされました。本人が癌さえ摘出できればと思っていたのは、単なる思い過しであったというのが癌病棟から帰宅しての実感です。

ガンと癌、共に社会及び身体内の組織内で、異常増殖を無限に続ける細胞です。殊に後者の場合、個人や団体の利害団体による対立が少なく、制圧への社会的合意が生成し易く、その社会的利点は計り知れません。しかし、医術が高度化するのに対し、患者に優しい医術が置き去りにならないように強く望みます。恐ろしい癌からの社会復帰も、苦痛を伴わない手術と気遣いのある看護が相俟ってこそです。それにしても、癌の早期発見にはくれぐれも怠り無く。

福島プロジェクト 募金のお願い

シドニーレインボーステイプロジェクトは、2011年の東日本大震災で原発被害に見舞われた福島県の子ども達を支援しようと、同年5月に発足しました。主に、シドニーの日系コミュニティ、企業、個人、それに関わるオーストラリア人達と、日本側は東京連携窓口が、海外支援の形で活動を支えています。活動内容は、シドニーでのホームステイ滞在と、現地学校交流、保養プログラムをパッケージとした画期的なものです。今年で3回目を実施されます。

このプロジェクトは、児童の保養、国際交流を目的として、社会的にも貢献度が大きいものです。

→ <https://sites.google.com/site/sydneyrainbowstay/home>

今年は、世界の恵まれない子どもたちのためのチャリティー活動を実施してきた「カルナ子供基金」と共同催行し、さらなる向上を目指しています。

つきましては、現在7月29日～8月10日までの滞在経費に皆さまからの募金を募っております。今回は10名前後の小学生が参加予定です。シドニーで子ども達が滞在を満喫できるよう、是非、皆さま方のご支援、ご協力をお願いいたします。オーストラリア・ドルでの募金は、シドニー日本クラブのチャリティー口座までお振り込みください。

Bank: Westpac BSB: 032-298

Account Name: JCS Charity Account

Account No: 322-833

※Description欄には、必ずStayと明記してください。

クレジットカードによる募金は、次のサイトの「支援に参加する」からお願いします。

→ <https://readyfor.jp/projects/sydneyrainbowstay>

連絡先

レインボーステイプロジェクト シドニー事務局代表
平野由紀子 (0414-758-295)

暮らしの医療

自己管理電子医療記録

ドクター・鳥居 / Northbridge Family Clinic

自己管理電子医療記録(Personally Controlled Electronic Health Records, PCEHR)は、オーストラリア政府の推進により、各個人の医療記録の電子管理化が行われようとしています。ほとんどの一般開業医はコンピュータ化し、医療カルテは電子化されていますが、臨床記録をするのに使われているソフトウェアは数種類もあり、ソフトウェアが違えば相互運動が難しい場合もあります。ましては専門医や病院も含めればソフトウェアによる不一致の問題が増えます。

そこで、ソフトウェア提供者に働きかけ、secure messagingの機能を生かして患者さんの主だった医療記録を医師や病院が診療時点で見ることができるようにしたシステムが始まっています。医師も患者さんもこのシステムに登録するか否かは任意です。eHealthという政府機関がこのシステムを管理しています。ウェブサイト(www.ehealth.gov.au)で詳しい情報を見ることができます。

PCEHRの登録

医療データをアップロードする以前に、各患者さんはPCEHRに登録しなければなりません。

登録方法はいくつかあります:

- * Medicareのオフィスで登録する
- * 電話(1800-723-471)で登録する
- * ウェブサイトで登録する(www.ehealth.gov.au)
- * 特定の用紙に必要事項を記入して郵送する。

医療記録のアップロード

PCEHRへの登録が済めば次に医師と相談してい

よいよ医療記録のアップロードができます。このとき、医師に患者さんのPCEHRのアクセスコードを伝えなければなりません。一度そのクリニックで記録されたアクセスコードは3年間保たれます。

PCEHRに情報をアップロードできるのは:

- ① 医師あるいは医療機関(ほとんどの場合はかかりつけの一般開業がする)
- ② メディケアー
- ③ 患者さん

現在、医師がPCEHRにアップロードできる情報:

- * Shared Health Summary
 - ・主だった既往歴
 - ・薬品アレルギーや副作用
 - ・現在服用している薬のリスト
 - ・予防接種記録
 - ・かかりつけのGPが作成する
- * Event Summary
 - ・旅行中(オーストラリア国内)に、かかりつけのGP以外の医師にかかったり、病院や専門医で治療を受けた場合、その医療機関がPCEHRのシステムに加入していれば、そのときの情報(診断名、治療法、処方された薬など)を患者さんのPCEHRにアップロードしておくことができます。
- * Discharge summary
 - ・病院で入院治療を受けた際の退院時の要約データ
- * 検査結果
- * 専門医や病院などへの紹介状(Referral)
- * 専門医からの手紙

スポーツ天国 SPORTS 第67回

日本人選手初トライ

ラグビーユニオンの強豪3カ国、豪州、NZ、南アフリカの15チームからなる世界最高峰スーパーリーグのハイランダーズ(ニュージーランド)でプレーする田中史朗選手が日本人として史上初めてのトライをあげました。レベルズ(オーストラリア)には、堀江翔太選手が所属していますし、さらなる活躍が期待できますね。サッカーでは、ウエスタンシドニー・ワンダラーズ小野信二選手の活躍の余韻がまだ残っていますが、オーストラリアでもっとも人気があるラグビーでも日

本人選手が、がんばってほしいものです。2016年のリオデジャネイロの五輪には、7人制ラグビーが正式競技になっています。今のところ、男女各12カ国が出場できる予定なのですが、予選方法はまだわかっていません。サッカーの様に豪州がアジア枠に入ってしまうと日本にとって厳しい状況ですが、それは無いでしょう。ただ、15人制ではアジア最強の日本ですが7人制の強化が遅れていて、出場権を取るのには、そう簡単ではないように思われます。(びか)

※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。よろしくお願ひします。Eメールは、kenerit@gmail.comです。(びか)



仏教語からできた 日本語 その95



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

馬の目に念仏

念仏とはもちろん「南無阿弥陀仏」のことです。有難いお念仏であっても、馬に聞かせたところで何にもならない。それと同じことで、こちらがいくら忠告しても、相手がそれを聞き流してしまっているのは何の効き目もない時に、この「馬の耳に念仏」が使われます。英語では、「Sing psalms to a dead horse」(死んだ馬に讃美歌を歌う)というのがあるが、全く同じ諺です。



しかし、わが浄土真宗の開山・親鸞聖人によると、念仏は私たちが自分の自由意志で称えるものではないと説かれています。念仏を称えたいから称える、称えたくないから称えない、というのであれば、人間のわがままが認められることになるので、それはおかしいというのです。念仏を称えた人を阿弥陀仏は救わねばならないとしたら、阿弥陀仏はわがままで身勝手な人間の言うなりになってしまいます。それでは、言うなれば自動販売機と同じになってしまうのです。自販機は、お金を入れた者には品物を出さなければならない仕組みになっています。お金を入れるか、入れないかは人間の自由で、入れられた場合には必ず品物を出さなければなりませんので、自販機に自由はありません。お念仏を称えるか、称えないかを人間側の自由選択に任せてしまえば阿弥陀仏はまさに自動販売機になってしまう。それではおかしい??というのが親鸞聖人の主張です。

親鸞聖人の考えは、たとえば私たちがある時、自分がお念仏を称えたい気持ちになる。実はこれがすなわち阿弥陀仏の私たちに對するはたらきかけである、というのです。私たちは自分たちの自由意志でお念仏を称えるのではない。お念仏を称えようという心そのものが、阿弥陀仏の不思議な、私たちの考えの及ばない力によるものであって、お念仏を称えようという心が起きたその時、既に私たちは阿弥陀仏に救われている、と親鸞聖人は言っているのです。

かの有名な『歎異抄』にも、「阿弥陀仏の請願の不思議な力にたすけられて、私のような凡夫でも必ず往生できるのだと信じてお念仏を称えようと思う心が起きた時その瞬間、私たちはもれなく阿弥陀仏のお浄土にすくい取られている。」と、述べられています。あまり難しいことを書くと、「馬の耳に念仏」ともなりかねませんので、お念仏が自然に出てくるのは大変有難いことである、ということだけ今回は覚えておいて頂けたら、と思います。 合掌

法律Q&A 弁護士に 聞いてみよう 85

林由紀夫 (Yukio Hayashi & Associates)

前回に引き続き、レイプ事件に関する法律のお話しをしたいと思います。なお、事実関係等については、第81回目の法律相談をご参照下さい。

Q: 前回の回答に、「一旦被害者が(性行為に)同意しても、それを取り消すことができるので、同意が取り消された後も性行為を続けた場合には犯罪となります」とありますが、例えば性行為の最中、被害者が一言「やめて」と言ったにもかかわらず、そのまま性行為を続けてしまうと、それはレイプになってしまうということでしょうか。

A: それは、以下で説明するように、最終的には裁判で検察及び被告側から出される証拠に基づき陪審員が判断します。まずレイプ罪で被告を有罪にするためには、検察側は被害者がその性行為に及ぶ、またはそれを続けることに同意をしていなかった、且つ被告が「被害者が同意していなかった」ことを認識していたことを、「疑いの余地なく」裁判で立証する必要があります(なお、そのような認識があったかどうかに関しては被告が無謀に注意を怠った(Reckless)場合にも認識をしていた場合と同様に扱われます)。これは具体的にどういうことかと言いますと、言うまでもなくレイプ事件において被害者と被告の間で合意があったか否かは有罪か無罪かを定めるための最も重要な点です。検察側はその立証義務を果たすため、様々な証拠(例えば、被害者及び第三者の証言、医師の診断書(特に被害者はあざや傷を負ったか等))を裁判において提示してきます。これに対し被告側も検察側の主張を崩すため、様々な証拠を提示します。この点、性行為直後の被害者及び被告の行動ややり取りも重要な証拠となります。それら検察側・被告側が提示した証拠を基に、性行為の最中に一言「やめて」と被害者が言った場合であっても、全体的に見て「被害者が同意を取り消し、且つその取消と被告が認識を持ったにもかかわらず、被告は性行為を続けた」ということを12人の陪審員が「疑いの余地なく」納得しない限り、レイプ罪は成立しません。(なお、陪審員の判断は全員一致である必要があり、もし全員一致の判断に達しない場合には、検察側が起訴を取り下げない限り、裁判は他の陪審員の下でやり直されます。)

Q: 被害者が未成年の場合でも同じでしょうか。

A: 16歳未満の未成年者は法律により、性行為に関し有効な合意はできないとされているため、いくら明確な合意があったと主張しても、そのような被害者の場合には性犯罪が成立してしまいます。但し、14歳以上から16歳未満の被害者に関しては、合意が存在し、且つ被告が被害者は16歳以上であると信じたことが証明できれば、性行為があったとしても罪にはなりません。上記と同じようにそれらは全て裁判において陪審員の判断に委ねられます。



B級グルメ☆勝手にミシュラン 第5回 イタリアン

「B級グルメ 勝手にミシュラン」は、覆面記者がお気に入りや評判のレストランに侵入し、採点(!)します。来月は「ベトナム特集」です。お勤めの店などありましたら編集部まで原稿(300字程度)をお寄せください。

Tuscany Ristorante ☆☆☆

55 Norton Street, Leichhardt
☎02-9568-2220
毎日営業12~10pm
価格帯:前菜\$19.50~、メイン\$28.50~、
サラダ・サイド・デザート\$12.50~

イタリアンレストランといえばライカー。そのメインストリートNorton Streetに面していて、室内と屋外が一体化した開放的なデザインになっています。かといって歩道にテーブルが出ているような落ち着かない雰囲気はありません。日中でもきちんとテーブルクロスがかかっていて、サービスは丁寧で上品な感じ。食事はサラダの葉野菜がフレッシュでやわらかくドレッシングはまるやかな味。いくらでも食べられそうなおいしさです。パスタは歯ごたえのある茹で上がり。シドニーでは珍しくちゃんとアルデンテに仕上がっています。シーフードがたっぷり入っていて穏やかな味付け。盛り付けは洗練されていますが、全体的に大食の男性には物足りないかもしれません。



Piedmont Inn Pizza Restaurant ☆

248 Great Western Highway, Blackheath
☎02-4787-7769
日・火・水5~9pm、木5~9:30pm、金・
土5~10pm(月曜定休)
価格帯:\$20~\$50

ブルーマウンテンのブラックヒースに行ってきた。大変な田舎と思いきや洒落たレストラン、カフェが何軒もあるのに驚きました。その中でイタリアンのPiedmont Inn Pizzaで夕食をとりました。店内は山小屋風でブルーマウンテンの雰囲気にぴったりです。スープを飲めばその店のレベルが分かりますが、最初にオーダーしたミネストローネはよい塩梅の酸味が利いた大変美味しいスープでした。メインの白ワイン風味のエビのパスタは、味はそこそこでしたが、麺が今ひとつアルデンテでなかったのが残念でした。イカのサラダも大雑把な感じでしたが、ドレッシングはとても美味しかったです。ピザ専門店でしたが食べる機会がなく、次回はピザを注文してみます。



Stella Italian Kitchen ☆☆☆

1/1073 Pittwater Road Collaroy Beach
☎02-9982-2188
毎日営業 デイナー 5:30~9pm
価格帯:\$30~

コロロビーチにあるステラ・イタリアン・キッチンに行ってきました。石の窯で焼いた本格ピザが有名で、16種類もあります。生地は薄いのになやわらかく、あとを引くおいしさです。卵を練りこんだもちもちのブカティーニ(パスタ)は日本でいうところのボンゴレピアンコ。たっぷりのオリーブオイル、ガーリックにあさりの入ったさっぱり風味のスパゲッティです。特筆すべきは紙包みのお魚料理です。クロダイの美味しかったこと!ベーキングペーパーに魚、エビ、貝、さやいんげん、レモン、ポクチョイ、パセリなどが包んであり、オーブンで蒸し焼きにされていました。魚本来のジューシーさを保った焼き加減が絶妙でした。平日でも多くの客でにぎわうお店です。



外食日記



IZAKAYA YEBISU

住所 Ground Floor, Regent Place,
501 George Street, Sydney
電話 9266-0301
営業 ランチ:12-3pm/ディナー:
5-11pm(金・土5-11:30pm)
価格帯 \$30~
雰囲気 7/料理 7/サービス 7



Regent Place というのはタウンホール駅からシネマに向かっていく途中の右手にあります。居酒屋さん、飲み屋さん、ラーメン屋さんなどが軒を並べまるで新橋や渋谷の裏通りのような雰囲気で、都会の真ん中にあるのに、昔懐かしい猥雑な感じがたまりません。そうはいつても今流行のタッチパネルで注文でき、メニューは前菜&サラダ、焼き鳥&グリル、寿司&刺身、鍋&ご飯もの&麺類 揚げ物と何でもござれ。その品数は200種類以上!一番しゃべっているなと思ったのはつくねで温泉卵につけて食べます。店内は和風のしつらえの中にも若者文化=アニメが融合していて面白いです。一部天井が低くなっていることで、居心地がよい空間になっています。若者が多い賑やかなお店です。

シドニー日本クラブ2011/12 & 2012/13年度役員一覧

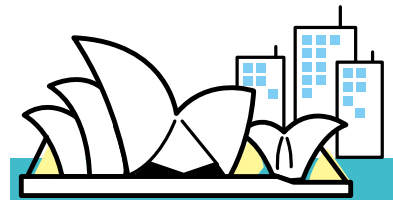
役職	氏名	担当/専門委員会	自宅電話	自宅FAX	携帯電話	Email
会長	Chalker 和子		9810-6735	-	0404-043-393	kazukoch9@gmail.com
副会長	水越有史郎	行事	9358-3269	-	0412-283-393	miz@jams.tv
理事	山口 正人	行事	9901-4552	9901-4548	0404-027-407	yamaguchi@nbca.com.au
理事	渡部 重信	編集長	8901-4332	8901-4336	0412-396-014	hbma@optusnet.com.au
理事	林 さゆり	福祉/シニア会副会長	9436-0911	9436-0977	0412-019-878	shayashi@global-promotions.com.au
理事	Sheehan 宏子	教育支援委員会	9999-2715	-	0420-943-803	hirokos@optusnet.com.au
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@jtbap.com
理事	岩佐いづみ	事務局長	9412-3434	9412-3434	0421-776-052	jcs@japanclubofsydney.org
理事	Sharif 照子	行事	-	-	0448-510-872	otsharif@tpg.com.au
専門理事	Fraser 悦子	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	-	-	0407-461-618	jcs-jpschcity@hotmail.com
専門理事	青木くみこ	Northern Beach校代表	-	-	0466-620-868	jcsnorthernbeaches@hotmail.com
専門理事	Wessen 晴美	Dundas校代表	-	-	0411-734-819	jcs-jpschdundas@live.com
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

編集後記

▼この後記、5月の爽やかな時期の日本から書いています。日本のすてきな初夏の時期を満喫するのは、なんと37年ぶり。中学時代の同窓会に出席するための帰国。35年ぶりに再会する友は、一律に女性軍は、美しさに磨きがかかり、男性軍は、横幅が広がっていました。肉襦袢または、ミートテック(ユニクロのヒートテックならぬ?)というんだそうです。(か)

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 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枚につき大人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	林 さゆり	9436-0911	0412-019-878	shayashi@global-promotions.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@nbca.com.au
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	スポーツ天国	委員	8807-4795	8807-4795	0404-187-579
水越 有史郎	誌面レイアウト/進め!マルチカルチュラルイズム	副会長	9358-3269	9252-6308(W)	9252-6307
佐藤 薫	コミュニティーネット	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	-	-
マーン 薫	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。)

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。

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。)

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♪

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時までには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。

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(岩佐いずみ)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ヵ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。

● JCS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 _____