



今月はシドニー日本クラブ年次総会を開催

- 3 盛況だった七夕フェイト
- 5 コミュニティーネット「サロンdeとまり木がオープン」
- 6 親睦の会だより・8月例会のお知らせ
- 8 JCS日本語学校だよりノシティ校・ダンダス校
- 10 教育支援委員会だより「継承日本語について⑤」
- 11 健康レシピ「ザワークラウトを使ったスープ」
- 12 オーストラリアで家を建てよう⑩
- 14 Let's アートノイリバナギャラリーの展示紹介
- 17 暮らしの医療「ボトックスの効果と安全性」
- 18 仏教語からできた日本語「慢心」
- 19 あの頃のシドニー③「1986年オートバイで豪州大陸一周」

冬は寒いのでスケートに行きます。白いうさぎさんがやっ
ちやいけなのにスケートリ
ンクでジャンプしてベイビー
の茶色いうさぎさんが転じ
やいました。(坂口舞)

編集から

投稿原稿募集!

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

告知板について

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

読者から

読者の声募集!

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

投稿先は、Email: hbma@optusnet.com.au まで。

※内容や文字数など、編集上の決まりによって、要約したり、場合によっては掲載を見合わせる場合があります。

シドニー日本クラブ年次総会8月15日(土)開催

日時:8月15日(土)14時45分(予定)

場所:Dougherty Community Centre, 7 Victor Street, Chatswood

2015/16年度の年次総会を、8月15日(土)、親睦の会の会場で開催します。是非、会員のみなさまのご出席をお願い致します。欠席される方には委任状の用意もあります。事前に提出をお願い致します。(委任状は8月号に同封します。)

総会資料は、本誌8月号とJCSのサイトに掲載しますので、必ず目を通されるよう、お願い致します。

年次総会では、事業報告と事業計画、決算報告と予算(案)、会則改正の審議と新役員の承認を行います。

シドニー日本クラブ2015/16年度年次総会式次第

日時:2015年8月15日(土)午後14時45分～

場所:The Dougherty Community Centre

第1号議案 2014/15年度事業報告

第2号議案 2014/15年度収支決算報告

第3号議案 会則の改正及び承認

第4号議案 2015/16年度事業計画(案)

第5号議案 2015/16年度予算(案)

第6号議案 新役員の承認

質疑応答

会長挨拶



本誌のカラー版は、電子版をダウンロードしてお楽しみください。

www.japanclubofsydney.org

JCS年間行事予定

月	会全体	親睦の会	コミュニティーネット	City校	Dundas校	その他イベント
8月	理事会(5日) 本誌発行(3日) 年次総会(15日)	年次総会(15日)	「サロンdeとまり木」 オープン(8日)	スピコン(8・22日) 新設校のオープン デー(29日)	眉山女学園実習 (8・15・22日)	レインボープロジェクト福島子どもたちホームステイ支援(12・23日) オーバン桜祭り(23日)
9月	理事会(2日) 本誌発行(7日) ウィロビー祭り(12日)	例会(19日)	アングリケア・デイサービス(23日)	運動会(5日)	父の日(5日) 運動会、終業式(12日)	ウィロビーパレード(5日) Matsuri in Willoughby(12日) カウラ慰霊祭(26・27日)
10月	理事会(7日) 本誌発行(6日)	例会(17日)	アングリケア・デイサービス(28日)	オープンデー(17日)	オープンデー(17日)	新日本語学校Edgecliff校オープン(10日)

7月4日(土)JCSフェイト開催

快晴の7月4日(土)、オーバンのピクニックエリアに、日本語学校の生徒&保護者、親睦の会の皆さんを中心に、300人以上が参加して恒例の七夕フェイトが催されました。

会場には、食べ物や小物などを売るマーケットが立ち並び、大いに賑わいました。水越会長の挨拶で始まったフェイトは、ラジオ体操、玉入れ、綱引き、チアリーディングチームのパフォーマンス、エプロンシアター、親睦の会による紙芝居、ビンゴ大会、ソーラン踊り隊の踊り、等々のアクティビティ、そして特に今年のフェイトには、祭りでおなじみのQP☆Honey!のパフォーマンスもあり、皆さんが楽しめる楽しい一日となりました。ボランティアをして下さった理事、会員の皆さん、出店された皆さん、本当にお疲れ様でした。ビンゴ大会に賞品を寄贈して下さい下さった皆様も、本当にありがとうございました。



[ビンゴ賞品寄贈リスト]ご協力ありがとうございました。

Dragon Boy	新鮮野菜うどんと温玉付き無料お食事券 10枚
J-Top Trade	カルピスウォーター 355ml 24個
JFC	明治 Hallo Panda Choco 50g 160個
Makoto 弁当	50ドルお食事券 2枚
Planet Hair	カット+シャンプー+ブロー券 2枚
Ren Club 書道教室	書道教室トライアルバウチャー 3枚
Sydney Shiatsu Clinic	30分指圧バウチャー 2枚
Tokyo Ramen	25ドルバウチャー 2枚
Toraya	50ドルお食事券 1枚



ウィロビー日本祭り

日時:9月12日(土)11時~15時
場所:Chatswood Mall, Chatswood

チャットウッド駅前の遊歩道を会場に、日本のお祭り「Japanese Festival Matsuri in Willoughby」を開催します。ウィロビーカOUNシルの協力を得た、JCS主催のお祭りです。皆さんご家族連れでお出かけください。日本食の屋台や、日本文化紹介ブース、よさこいソーランの踊りなどの舞台パフォーマンスが楽しめます。



7月の 理事会から

日時: 7月1日(水)、20時~22時 場所: Dougherty Community Centre, Chatswood
 出席: 水越有史郎、チャーカー和子、岩佐いづみ、渡部重信、水野相談役、松前領事、川上正和、林さゆり、平野由紀子、多田将祐、フレーザー悦子、コストロ久恵、藤田結花(書記)
 欠席: 新開珠貴、山田朝子、松井香代子、茂木奈保子(敬称略、順不同)

1. JCSフェイト

日時: 7月4日(土)10時~

会場: Auburn Community Picnic Area

【スケジュール・出店関係】

今週土曜日に開催のフェイトのスケジュール表の最終確認。JCSストールで売る抹茶ラテの値段を\$2に決定。今週土曜日の天気予報は晴れとでているが、お茶会は野点なので、雨天の場合の場合はお茶会はできないが、屋根のある場所があるか平野理事より確認があった。

【バス】

Auburn Station からフェイト会場へのシャトルバスに乗車予定の親睦の会会員の為に、バスにJCSとわかるサインが欲しいと依頼があった。

【ビンゴ大会】

ビンゴ大会は30分間の予定であるが、毎年賞品を渡す時に時間がかかるので、初めの22名のみ賞品を選んでもらうことに決めた。またビンゴ担当者以外の理事も手分けして手伝う様お願いをした。

2. 年次総会について

日時: 8月15日(土)14:45~

場所: Dougherty Centreにて

2014年度事業報告(案)と2015年度事業計画(案)をJCSだより8月号に掲載するため、各クラブ、学校はおそくとも今月の15日までに提出する様依頼した。委任状はJCSだより8月号と共に送付する。

【会則改正の件】

以下の会則の改正について討議し、承認をえた。

第13条(役員)本クラブに次の役員を置く。

6. 専門理事 若干名(親睦の会、コミュニティーネット、及び日本語学校の代表者を任する。)
 ※専門理事が代表する機関が変更する可能性があるため、カッコ内の但し書きを削除する。

第14条(役員)の選任)

6. 副会長、事務局長、編集長、会計および、会長推薦理事は会長が任命する。
 ※事務局長と編集長は別の規定で決定されるので、「副会長、会計および、会長推薦理事は会長が任命する。」と変更する。

3. 日本語学校エッジリフ校の開校(10月開校)

アスカム校の提示してきた借地料が当初想定していた金額より高く、新学校設立を見合わせる可能性が高いと前回の理事会で説明していたが、アスカム校

との話会後、借地料を下げてくれることになり、またCity校の保護者が借地料の一部負担するなどの申し出と、CLSからのグラントを見込み新学校の開校を決定した。Kindy以上の2クラスのみで4学期(10月)よりスタートする。8月29日(土曜日)にCity校にてOpenday予定。日豪プレス、JAMSに広告を依頼。すでに2家族から問い合わせがきている。軌道にのるまで水越会長・コストロ教育支援理事が中心となって対応する予定。

4. ウィロビー日本祭り経過報告

Willoughbyカウンスルからのグラントは7月末に受け取る予定。カウンスルからロゴを変更したいという依頼があった。出演者に連絡を取り始めている。10店舗の出店予定。Willoughbyの剣道教室がパフォーマンスをしたいという申し出があった。

【ボランティアトレーニング】

8月12日、26日、9月9日16~17時にボランティアトレーニングをDougherty Centreにて行う予定。

今のところ、Chatswood High Schoolより9名が参加予定。JCSについて話をしてもらうなど、理事にもとトレーニングに是非参加してもらいたい。

【9月5日スプリングフェスティバルのパレード】

毎年スプリングフェスティバルのパレードに参加しているが、今年はウィロビー市市政150年の特別な年でもあり、ぜひJCSに参加してほしいとカウンスル側から再度依頼があったため参加を承諾した。

5. その他

- * 親睦の会で事務局補佐などのボランティアを募集する。(交通費、お弁当代を提供)水越会長にJAMS、TVに求人広告を出してもらうよう依頼した。
- * さまざまな案内・お知らせ情報の依頼については、基本的にJCS会員のイベントや関係団体以外は、広告は除き、掲載は行なわない。
- * シドニー日本クラブの名義を使用したいとの要望が寄せられるが、JCS傘下のクラブやJCS共催、後援などの場合以外、名義を貸すことはしない。

6. 会員数・会計報告

総世帯数: 291世帯

※次回理事会は新旧合同理事会として、8月5日(水)午後7時より、Dougherty Community Centreにて開催。



「アングリケア・ディサービス」: 次回は、8月26日(水)

ロンガヴィルの閑静な住宅街にある、65歳以上の日系の方を対象とした「シニアのためのサロン」です。チャットウッドからの送迎バスに加え、センター近くの方にはご自宅への送迎が可能です(事前にお問い合わせ下さい)。初回のみ登録のための用紙記入が必要となります。人数に制限がありますので、継続参加が可能な方歓迎です。お試し参加可能(有料)。事前申し込み必須。キャンセルは2日前までをお願いします。

7月22日(水)の会はみなさんお得意のクラフトや料理の紹介のお話に花が咲き、午後は百人一首についての深い知識と楽しいエピソードで盛り上がりました。

開催日: 8月26日(毎月第4水曜日開催) 時間: 午前10:30~午後2:30

会場: アングリケア・デイセンター (Christina & Arabella St の角, Longueville 2066)

無料送迎バス: モザイク前 (MOSAIC, 12 Brown Street, Chatswood) 午前10時出発 (時間厳守)

参加費: \$ 15(和食弁当、お茶菓子含む)

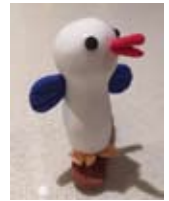
活動内容: 川柳、スケッチ、編み物、歌、脳トレーニングゲーム、百人一首、タイチ等

申込先: anglicare.japanese@gmail.com リンカーン瑞枝: 0449-581683



シドニー日系コミュニティ初のグリーフ・サポート・グループ 「サロndeとまり木」が8月8日(土)からオープン!

身近な人の死を始め、日々の状況の変化に伴い、我々は毎日様々な喪失や悲しみを感じながら生きています。友達、家族や仕事の状況が日々刻々と変化中、今日確かに感じていた絆が明日、必ずしも継続するとは限りません。私たちは日々、「大切な何かを失った現実」と向き合いながら生きているのです。心が「喪失」と「立ち直り」の間で揺れ動きバランスを欠いた状態。この苦悩の期間は「危機」ともいえる状態ですが、全てを一旦ゼロにして、またひとつひとつと新たな自分の土台を積み上げていくチャンスでもあります。



このプロセスをサポートするのがグリーフケア。一緒に学んだり、語り合ったり、ただ座って、聴いて、感じるだけでもいい、というあるがままのあなたを尊重する集まりです。守秘義務など、グループ・セラピーの規定で守られている他、心理カウンセラーのいる安心できる空間で、心を癒したり、整えていける場所にしていければと思っています。

日時: 8月8日(土) 13:00~15:00

場所: Mosaic, 20 Brown Street, Chatswood

人数: 5名まで

料金: \$ 20(学割/ペンション割 \$ 10)

ファシリテーター: リンカーン瑞枝

さとうかおる(心理カウンセラー)

電話: 0423-037-180, 0418-656-228

メール: jcscommunitynet@gmail.com

●こんな方々にお勧め

- * 来たばかりでホームシック、不安やストレスを感じている。
- * 家族/友人が亡くなり、気分が落ち込んでいる。
- * 人生の節目を迎えている。
- * 自分の感情をもっと理解し、有意義に生活していきたい。
- * 人間関係を改善していきたい。
- * 日々、満足を感じる機会を増やしていきたい。
- * 自分自身とゆっくり向き合いたい。
- * 孤立感を感じている。
- * 自信をアップして自分を好きになりたい。

※参加ご希望の方は必ず、事前に上記のメールアドレス、携帯へお知らせください。

*このグループは、参加者がより安心して語り合える空間を維持するために、守秘義務のほか、カウンセリンググループの規定で守られていることをご了承ください。

コミュニティネットの日本語対応「もしもし電話窓口」  0423-037-180

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、また高齢者としてどのような選択があるのかをお調べすることができます。たとえば、芝刈り、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、シ

ーツの洗濯・取り替えやシャワーのお手伝いなど、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。なお、ご案内はCNメンバーによる対応で日本語ですが、サービスはいずれも基本的に英語となります。

親睦の会 だより

皆さんの地区幹事

- ・A地区 (North Sydney以南) : 竹内美佐子 (Tel: 9482-3004)
Email: stormeads@gmail.com
- ・B地区 (Chatswood以東) : 朝比奈富美子 (Tel: 9453-0058)
Email: fumikopixie@gmail.com
- ・C地区 (St. Ives以北) : 朝比奈富美子 (Tel: 9453-0058)
Email: fumikopixie@gmail.com

親睦の会役員

会長: 林さゆり、副会長: 有泉浩子、会計: 宮下義夫、会計監査: リヒター幸子
ボランティア: 岸美枝子、竹内美佐子、橋本克子、村田智富子、鷺頭富江 (五十音順)

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

【2015年8月例会のお知らせ】

「年次総会」と「大盤振る舞いビンゴ大会」

■日時: 2015年8月15日(土) 正午～午後3時

■会場: The Dougherty Community Centre
7 Victor Street, Chatswood

8月11日(火)迄に、地区幹事まで出席または欠席のご連絡をお願いします。欠席のご連絡を頂戴することによって、お変わりはないか会が把握できますのでよろしくをお願いします。(各地区の連絡先は、このページの冒頭をご参照ください。)

■会費: 会員\$5、非会員\$7(お茶・コーヒー・紅茶代込)

■マイカップもお忘れなく

■お弁当の注文: 和食弁当 \$12

ご連絡される際、お弁当の数もお知らせください。

8月は、年次総会開催の月です。現在、役員が総会でお渡しする式次第、行事報告・予定案、会計報告・予算案等の資料を作成しています。親睦の会会員名簿も配布しますので、電話番号、携帯電話番号など変更がありましたら、地区幹事までお知らせ下さい。また、役員やボランティアをしてくださる方は、林さゆり会長までご連絡ください。

総会後には、「大盤振る舞いビンゴ大会」と題しまして、みなさんに喜んでいただける豪華な景品を盛り沢山揃えたビンゴ大会を開催します。これまでみなさんがご寄贈くださった古本・DVD市、橋本克子さんが作ってくださった「おはぎ」、フェイトでの収益金が貯まりました。会員のみみなさんに感謝の意を込めて、その収益金をビンゴ大会の景品にふんだんに使わせていただこうと思っています。乞うご期待ください。

「親睦の会」大いに活躍!

7月4日に開催されたオーバンでのJCSフェイトで「親睦の会」は、食べ物とガレージセールの販売、そして紙芝居とビンゴ大会を担当しました。オーバンが遠いため、いつも例会をしているチャッツウッドの会場とオーバンの往復には、専用バスを用意して遠足気分も楽しみました。食べ物販売では、昨年引き続き橋本克子さんにお世話になりましたことを心から感

謝します。フェイト前々日から下ごしらえをしてください、前日には、朝比奈富美子幹事、竹内美佐子さん、村田智富子さん、林さゆり会長も橋本邸に駆けつけお手伝いをしました。今年も太巻き・中巻き・細巻き寿司、おはぎ、赤飯、いなり寿司を販売しましたが、美味しいという評判からあっという間に売れました。

みなさんから寄付していただいたガレージセール用の品物の売れ行きも良好でした。販売を担当してくださった松前了・さゆりご夫妻そしてご協力くださったみなさんありがとうございました。そこで残った品物は、昨年同様オーストラリアのセント・ビンセントに寄付しました。



JCSフェイトでは「親睦の会」は紙芝居も担当しました。晴天に恵まれ久しぶりに会ったJCS会員や子供達の間では笑い声が飛び交い親睦を深めました。感情を込めて読み聞かせてくださった村田智富子さん、林さゆり会長ありがとうございました。子供達は大喜び、笑顔の輪がより一層つながりました。

【お知らせ】

■9月5日(土)チャッツウッドのパレードに参加

世界各国のコミュニティが集まるチャッツウッドのパレード。今年はウィロビー・カウンシル150周年の記念の年です。常日頃お世話になっているウィロビー・カウンシルですので奮って参加しましょう。



七夕フェイトで踊りました

7月4日(土)のJCS七夕フェイトでよさこいソーランを踊りました。(写真)多くの来場者にJCSの踊り隊のパフォーマンスを披露することになり、これを機会に口コミで踊り隊のことが知られるように願っています。また、今月はイベントが続きます。6日(木)はヒロシマ・デーのイベントで、12日(水)はシドニー大学のイベントで、23日(日)はオーバンの桜祭りで踊ります。今後も多くのイベントに参加して、踊りを披露していきます。皆さん応援よろしくお願ひします。一緒に踊りたい方、大歓迎です！

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。

①Cammeray Public School (Palmer Street, Cammeray)

毎週土曜日2時～3時

②シドニー市内では初心者の方を中心に練習しています。

毎週水曜日6時45分～8時

③Marrickville 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:0423-091-261

または、Email:masa7833@hotmail.com)までご連絡ください。

ウェブサイト: <http://sydneySORAN.wix.com/dancetroupe>



スポーツ天国 SPORTS 第87回

サッカーワールドカップでマチルダズ大健闘

カナダで開催されていた女子サッカーワールドカップは、前回大会と同じ日本と米国の決勝。ご存知のように米国が圧勝して前回の雪辱を晴らしました。オーストラリア代表(愛称はマチルダズ)は準々決勝で日本に敗れてしまいましたが、ブラジルに勝って大健闘。地上波でも生中継されて多くの人が観ていたよ

うです。

オーストラリアの女子国内リーグ(Wリーグ)は、以前は地上波の国営放送で中継していましたが、予算削減でいつのまにか中止。しかし、ワールドカップの盛り上がりにあやかっか、来シーズンからWリーグがペイTVで放送決定したそうです。なでしこから誰か移籍してこないかな…。(ぴか)

※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。(ぴか)

カウラ桜まつり・慰霊祭バスツアー

日時:9月26日(土)・27日(日)

場所:The POW Campsite, Australian and Japanese War Cemeteries

シドニー日本人会主催で、例年9月に実施しているカウラのバスツアーに、今年も参加します。バスツアーの詳細が決まり次第、会員の皆さんにお知らせします。

今年には戦後70年です。まだ一度もカウラを訪れていない方は、是非この機会にご参加ください。



JCS日本語学校シティ校 JCS Japanese School

- 学校: Ultimo Public School
(Cnr Quarry & Wattle Streets, Ultimo NSW 2007)
- 連絡先: PO Box 902, Glebe NSW 2037 電話: 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

2週間の冬休みを終え3学期が始まりました。本格的な寒さにも負けずシティ校のみんなの活発な姿に元気をもらったような気がします。休み中に行われた恒例のJCS七夕フェイトではたくさんの人が集まり、我が校からも寿司の販売のほか、輪投げ・くじ引き・じゃんけんといった出し物に大勢の子ども達が喜んで参加していました。

8月には一大イベントのスピーチコンテストが行われます。2学期から各クラスで準備を進めていた成果が見られる大舞台です。自分の考えを日本語で表現し、作文作成(書く)、読みの練習、他のお友達の発表を聞くと言語力の全てをフル活動しての取り組みですので日本語学習の総大勢としての大きな意義があります。頑張っている子ども達の晴れ舞台、とても楽しみです！

クラス紹介 たぬき組

たぬき組は男の子9名と女の子3名の12名のクラスです。男の子が多いせいか、毎朝とても元気一杯に始まります。



1学期は慣れるのに時間が掛かった子ども達ですが、2学期に入りすっかりクラスの輪ができ、男の子も女の子も仲良く一緒に肩を並べて勉強しています。お話が大好きな子が多く、朝教室に入ってくるとまず、1週間の出来事を楽しそうに話してくれます。そのため、子ども達が揃うまでの時間はできるだけ、1人1人のお話が聞けるような時間を設けるようにしています。最近では、“今日のニュース”を自ら発表したいという子ども達が増えてきて、朝の会の中で“今日のニュース”として、自分がみんなに教えてあげた

いことや、楽しかった出来事などを発表してくれています。男の子が最近夢中なのは、虫、恐竜やポケモンのお話、女の子は動物やお姫様の絵を上手に書いて説明してくれたりしています。

授業は1学期からひらがなの定着を目指してやってきましたが、ひらがなを上手に書けるようになってきた子どもが大分増えてきました。2学期からは少しずつ1年生の上の教科書の学習にも入りました。朗読はまだなかなかすらすらと読むことが難しい様子ですが、みんな新しくもらった教科書を嬉しそうにページをめくりながら読んでいます。教科書以外にも、語彙を増やすために語彙カードを作成しています。内容は反対言葉や曜日、天気など日常で使う言葉などを学習した際に、語彙カードと一緒に作成し、自宅での復習にも使えるように持たせています。また、宿題で絵日記を書いてもらっていますが、どの子ども毎週上手な絵と一緒に楽しい日記を書いてきてくれるようになり、提出率も大変よくなりました。

たぬき組の大きな課題は学習態度と集中力の向上です。幼稚部から小学部に上がり、座っている時間も長くなったため、なかなか集中力が続きにくいことが多い子ども達ですが、1、2学期を通して、小学生としての学習の姿勢を話し続けて来た結果、子ども達も少しずつではありますが、小学部としての自覚が芽生えてきたようです。最近、教科書で勉強して学校で使う挨拶の中に「(職員室や先生がいる教室などに入る際の)失礼します。」というものがありました。それを勉強した次の週の朝から子ども達は、教室に入る際に元気な声で『失礼します！おはようございます！』と言ってくれるようになりました。このような子ども達の成長を見せていただけることを担任として、大変ありがたく思っています。3学期も小学部としての学習態度を保ちながら、たぬき組らしく、元気に楽しく笑顔一杯、日本語学習をしていきたいと思っています。

(担任: 川嶋靖代)

JCS日本語学校ダングス校 JCS Japanese School Dundas

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



クラス紹介 流れ星組

レベル3の流れ星組には、キンディーから2年生までの子どもたち13名が学んでいます。活発で楽しいやる気のある子どもたちがたくさんいて、授業はいつもワイワイガヤガヤと盛り上がります。

レベル2のクラスで、ひらがなの清音読み書きを練習してきたので、引き続き濁音、拗音、促音の練習、「わ」と「は」、「お」と「を」、「え」と「へ」の使い方を練習して慣れる、どういうときに使われるかの違いを分かるように工夫しています。

今学期に習った拗音の言葉探しでは、子どもたちの探した言葉と実際に容易に想像できる身近なものを挙げました。その中で習っている言葉に沿って実習したひとこまは、「ちゃ、ちゅ、ちょ」を習った時、「ちょ」の付く字「聴診器」で親子で心音を聴く、友だち同士で心音を聴き合うことをして、自分の、友だちの、おかあさんの心音が聞こえた時の、子どもたちの感動、感激した顔がとても印象的でした。僕らはみんな生きているを実感した瞬間でした。ちょうどクラスの子どものお母様が看護師さんで、子どもたちに心臓の位置、大きさ、働き、聴診器の使い方など、活きた授業をしてくださいました。続いて「みゃ、みゅ、みよ」では、みんなが自分の脈を確かめました。「りゃ、りゅ、りょ」の時は、「りゅうせい」と言ってくれた子がいて、「流星って何ですか?」と質問すると、じっと考えていました。「みんなのクラスの名前だよ。流れ星のこと」「エーっ!」と、違う名前、呼び方があることも分かりましたね。

易しいことでも質問をして子どもたちに答えてもらうのは、どんな言い方をして説明してくれるか、思うことをまとめて話す練習にもなりますし、答えてくれることがいつもみんな違ってとても面白いです。時々、エー!先生大人なのにこんなことも知らないの?と思われることもあります。大人だって本当はそんなに何でも知っているわけでもないんだよ。

さて3学期も始まりはじまり~。また子どもたちと楽しく過ごしていきましょう。

(担任:関口久子)

2学期終業と七夕フェイト

ダングス校では、2学期最後の6月27日に七夕について各クラスで話を聞いたり、ご寄付いただいた笹を使って手持ちの七夕飾りを作ったりしました。

「あゆみ」の配布と終業式も行われ、それぞれに作った笹飾りを手に並ぶ姿は、色とりどりでなかなか素敵な光景でありました。

7月4日には恒例行事のJCS七夕フェイトが開催され、ダングス校からも出店しました。温かいトン汁と飲み物、菓子パンを販売しましたが、どれも大好評で、トン汁と菓子パンは完売でした。学校からのブース以外にも有志の保護者によるフェイスペイントや手作りお菓子、クラフト、からあげ等もありました。旧役員による綱引きや玉入れ等も大好評で、お天気にも恵まれて御来場いただいた皆様にはのんびり楽しんでいただけたのではないかと思います。

フェイト会場の横には広場もありますので、ピクニックマット持参でボール遊び等しながら、お腹が空いたら会場で日本食をつまむという贅沢な一日が過せます。今年逃してしまった皆様も、来年是非ご参加ください。



JCS教育支援委員会より 継承日本語について⑤

継承語教育と国語教育の違い (読むことについて続編)

今回は、継承語話者にとっての「読む」ことについてでしたが、ほかにも分かりやすい例題を出させていました。

つくつくほうしがなくころになると
あのゆうびんのマークがきつとしらせにきます
金色の空から もうあきですよって
(「赤とんぼ」 光村図書 二年下)

国語教育では読むことから始めます。日本人の子なら、この文章を読めば情景が想像できるし、季節も分かるはずですよ。

セミナーで最初にこの文章がスクリーンに映し出されたとき、私には情景が浮かびませんでした。しかし、これが「赤とんぼ」という題名であると知らされると、なるほどと情景が浮かびました。周りの方たちの反応も同じようなものでした。普段の生活の中で目にしないので、「あのゆうびんのマーク」と読んで、それがすぐに赤とんぼのことを意味していると気がつかなかったのです。

継承語話者にとっては、文章中の「つくつくほうし」や「ゆうびんのマーク」は誰もが知っていて、読めばすぐに情景が分かる言葉ではありません。子どもに読ませる前に、語彙の説明や、つくつくほうしや赤とんぼの季節を説明したり、挿絵の赤とんぼの絵と郵便局のマークを比べるなどの作業をしてから文章を読むと、内容を深く理解できるようです。

JFL化する子どもの教育

日本の文化的な継承はできていても、言語がついていかなくなり、継承語であった日本語から、徐々に外国語としての日本語へと移行してしまう場合があります。外国語としての日本語(JFL=Japanese as Foreign Language)へと移行しないための対処方法を紹介されていました。

- * 長期間にわたるゴール作りをして、生涯教育を目指す
 - * 家庭での日本語使用の継続
 - * 日本語学校などに通わせる(家庭だけでは敬語や謙譲語の使い方などのアカデミックな言い方が身につくについで)
- 今回は子どもの日本語力を伸ばすためのサポート方法や親のあり方についてです。

(JCS日本語学校ダングス校教師サマツちづる)

JCS日本語学校が2016年度新入生を募集

JCSの日本語学校、シティ校とダングス校が、2016年度の新入生の受付を始めます。日本語学校では、シドニーに暮らす日系の子どもたちを対象に、日本語や日本文化の継承教育を行っています。国語の教科書を利用した学習に加え、生徒の生活に関連したトピックを学習するだけでなく、季節折々の伝統文化行事も行っています。また、新入生を対象としたオープンデーを、シティ校は10月17日に、ダングス校は10月17日と24日に開催します。(要予約)お申し込み、お問い合わせは各学校までお願いします。



JCS日本語学校シティ校

Email: jcs-jpschcity@hotmail.com

Web: cityschool.japanclubofsydney.org



JCS日本語学校ダングス校

Email: jcs-jpschdundas@live.com

Web: dundas.japanclubofsydney.org



JCS日本語学校の新校開校

JCSでは日本語学校三校目となる「JCS日本語学校エッジクリフ校」を、4学期(10月10日)より開校します。エッジクリフ校は、シドニー東部Edgecliff駅前にあるアスカム校(Ascham School)にて開校します。授業時間は、毎週土曜日午後2時～4時35分。対象は、2016年1月時点でキンディー生以上になっている生徒です。

開校に伴いオープンデーを8月29日(土)に、シティ校(Ultimo Public School)にて開催します。

入学希望とオープンデーの予約・問い合わせは、Email: jcs.edgecliff@gmail.com までお願いします。

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

池田恵子
soramame

第57回 ザワークラウトを使ったスープ

「寒い、寒い」と毎日言っていたのが、時折「今日は暖かいね」という言葉も混じるようになって、春ももうすぐと感じられる今日この頃ですね。

とはいえ、まだまだ冷える日も多いのでザワークラウトの酸味を生かした温かいスープをご紹介します。

冬用に仕込んだザワークラウトが漬かり過ぎて酸味が強くなった時などに最適です。瓶詰めで販売されている物や、酸っぱくなった他の漬物でも応用できるので、お試してください。海藻(ワカメ)を少々入れてマクロビにアレンジしています。

【材料】4人分

- A タマネギ 1/4個(くし形に薄くスライス)
ニンジン 1/2本(千切り)
パセリ 2~3本(葉と茎に分け各みじん切り。葉はトッピング用に分けておく)
マッシュルーム 2個(スライス)
オリーブオイル 大さじ1
- B ザワークラウト カップ1/2(手でギュッとしぼり、3cmくらいの長さに刻む。漬け汁はとっておく)
- C ワカメ 1g(125mlの水で10分戻し、食べやすい大きさに刻む。出汁はとっておく)
- 水 350ml
ベイリーフ 1枚
- D シーソルト 適宜
コショウ 適宜

【作り方】

- ①鍋にオリーブオイルをひいてAのタマネギとパセリの茎、ニンジンをしんなりするまで炒め、マッシュルームを加えて更に2~3分炒める。
- ②材料Cの水、ワカメの戻し汁、ベイリーフを入れて強火にかける。沸騰したら弱火にして10分煮る。
- ③材料Bのザワークラウトと漬け汁、刻んだワカメを入れて沸騰させないように5分煮る。
- ④シーソルト、コショウで味を調える。器に入れてパセリをトッピングする。

*漬物によって塩分濃度が違うので、最初は塩を加えずに作り、味見して“足りないようなら”最後の仕上げに塩を足すのがコツです。



マクロビオティックって？

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

→ www.soramame.com.au

外食日記



King 143

住所 143 King Street, Sydney



グッドバイ King 143

2015年7月24日、レストラン「King 143」最後のランチに知り合いと行ってきました。ご存知の方も多いと思いますが、シドニー市内にある15年続いた石原シェフのフレンチレストラン「King 143」が、この日をもって幕を閉じてしまいました。ワイン会、Christmas in July、誕生会、ビジネスランチ等、幾度となく石原シェフの素晴らしい料理を楽しませてもらいました。最後のランチでも、パンプキンスープ(写真)とヴィエナ・スニッツェルを堪能させてもらいました。いつ食べても変わりのない美味しさで、決して飽きさせない simplicity(素材の味を生かす素直さ)を追求しているのが石原シェフの料理です。石原シェフ、奥様、そしてマリーさん、長い間ご苦労様でした。本当にありがとうございました。「King 143」の無いシドニーは少し寂しくなります。



オーストラリアで 家を建てよう

第20回

ひなっち

みなさん、いかがお過ごしですか？ 今回で通算20回目の登場となります。

さて、前回のおさらい。

建築認可取得が遅れた原因はお役所仕事のノロさなのに、その責任はOwnerにあるというワケ分からん契約条項に則り、期日延長手数料という名目で契約額金額が上乘せされた。それにしてもその手数料、1カ月遅れるたびに契約額の0.5%を徴収するっていうのは、高すぎなんじゃないかなあ…という内容でした。

今回は、総請求金額とその支払いについて書いてみましょう。

まず最初にBuilderの門をたたき、「このDisplay Homeみたいな家、ひとつ欲しいんだけど」というひとを口火として、「バスルームはこん感じに変えて欲しい」だとか「あの部屋にはあんなに大きな窓はいらん」だとかの、最初にリストアップされた変更・修正が反映されて算出されたのが、建築契約書に書かれた金額。

しかしその後、さらなるリサーチを重ねていくと「あーしたい、こーしたい」という希望が雨後のタケノコのように湧いてくるし、Colour Selectionで好みの装飾を追加すると(特にキッチンやバスルームの水周り関係)オプション料金が加算されるし、Living/Diningをダウンライトにしたり、各Bed RoomにはPower Outletを追加するなどElectrical系でもいろいろ追加して、最終的にはかなりの額が当初の契約金額に加算されました。この契約額の修正を業界では「Contract Variation」と呼びます。

そもそもDisplay Homeには、あらゆるすべての最高級オプションが盛り込まれた超ハイグレ仕様。つまり、いわゆるカタログ価格からはすでに大きく乖離したシロモノで、物件にもよるけどその差額は20万ドル以上あったような…、2万ドルじゃなくて20万ドルですよ。営業上、カタログ価格は意図的に安く設定されているのでしょね。それにしても、最初にそんな高級仕様を見せられた後に、アレを削ってコレを削ってとダウングレードするのは、文字通り身を削るような思い。それでもそんなに減らないものなのです。

とにかく、建築契約書に記載されているのは、Display Home仕様からコストダウン努力を図った結

果としての契約金額なのに、その後インテリア雑誌を眺めたり、再びDisplay Home Centreに出掛けてイメージチェックしたりすると、例の「あーしたい、こーしたい」願望が再びアタマをもたげ始め、せっかく削減した金額を全否定してさらに足が出るほどのコストアップに。ウチの場合、このContract Variation Letterは全部で12回発行されており、その総額は大型セダンを新車で1台買えるほどになりました。う〜ん、結構な値段だ…。



お気に入りのBi-Folding Doorと、左奥に見えるのはガスストーブです。

これらの変更・修正依頼およびそれらに対応するVariation発行と同時進行で建築は進んでいて、あらかじめ規定された請求日程に基づいて、冷酷無比に請求書が送りつけられてくる。

以前に紹介済みのこの請求日程を、実際の支払い時期とともに振り返ってみると、

1. Deposit (5%) 2010年3月
2. Base (20%) 6月
3. Frame (20%) 7月
4. Lockup (25%) 11月
5. Fixing (20%) 2011年3月
6. Completion (10%) 2011年3月

となっていました。この通り、支払いは1年間に渡って平準的になってますが、自己資金が尽きたと同時にホームローンが雪ダルマ式に膨らんでいきます。いちばんキツかったのは、やはり2011年3月ですかね。FixingとCompletionの計30%分に加えて「Contract Variation」全額、大型セダンを新車で数台変える金額がドカンと請求され、名実ともに借金大魔王に成り上がった瞬間。ただ、2月末に念願の新居への引越しを敢行済みで「新築の家に住む」というDoreams Come Trueな状態だったから、精神的苦痛はそうでもなかったかな。何の根拠もなく「カネは後からついてくる」とか考えたりしてて。

今回は、具体的な数字や時期が紹介されてて、なかなか実践的な情報でしたね。こういうほうが実際に家を建てようとお考えになっている方には参考になるのでは？ と、ひとり税に入ってます。

お粗末さまでした…。

世界モダン建築巡礼 66

Jun Sakaguchi (Architect)

FEIT

by DCM

DCMによって2014年6月に完成したこの建物はUTSのIT学部の建物であり、5000人の学生とスタッフを収容する。UTSにとっての3大ランドマークプロジェクトの一つとなっており、そのもう一つの建物はFrank Gehryによって今年完成したDr Chau Chak Wing Buildingである。

このFEITは2009年の国際デザインコンペのプロセスを経てオーストラリアのDenton Corker Marshallの案が選ばれて実現した。その案は建物全体を多孔質のアルミパネルで覆い、そのパネルの穴のパターンがコンピュータが実際に利用する数字である1と0という二つの形状で表現されている。

また建物はその周囲の道を内部までつなぎ、その内部は巨大なアトリウムが位置して自然光を中まで導く断面計画となっている。このアトリウムに面してロボティクスや人間工学、3Dスタジオなど様々なラボが設置され、オーストラリアでも最先端のIT関連研究施設となっている。

外皮となるアルミパネルは内部のプライバシーを守り、強い日差しを遮るスキンとなっている。またこのスキンは外気を効率的に取り入れながら中央のアトリウムを通じて温くなった空気を上部に逃がし、自然換気を実現する仕組みとなっている。



さらに計画は典型的な大空間を持った学校施設を取り入れるのではなく、小さな単位のスタジオやミーティングスペースをアトリウムに面して設置することにより、全体がつながりを持ちながら快適な空間を提供している。

この建物はBroadwayを挟んで隣接するCentral Parkの高層住宅とともにシドニー中心部に入るゲートウェイとしての象徴的役割も持っており、新しいシドニーの顔となっている。





シドニーからドライブで7時間、花崗岩の造形にアイディアの着想を得たいという彫刻家の友人達とBoonoo Boonoo(地元のアボリジナルの人達の言葉で大きな岩の意味)国立公園に行ってきました。QLD州との州境ですが標高が高いので避暑地として訪れる人が多いようです。風化で形成された花崗岩がゴロゴロ。指先で押すと簡単に転げ落ちていきそうな岩石群がミラクル的なバランスを保っています。ランシング・ロックとの呼び名に納得しました。落石危険、立ち入り禁止地域に指定されても不思議ではない光景が広がっています。この国立公園の中には滝や溪流もあり、Boonoo Boonoo川にはカモノハシも生息しているそうです。Bald Rock国立公園も近く、巨大な一枚岩の頂上からは雄大な景色が広がります。春になるとワイルド・フラワー、多種の鳥や動物などのワイルドライフが活動をはじめ景観も一変するようです。私が訪れた寒い冬はカラフルな色彩こそありませんでしたが、岩のフォーマット、地形そのものが強調されて自然で普遍的な太古からつながるエネルギーみたいなものに感銘を受けました。冬の水や大地には独特の音の色相があるような気もしました。澄んだ星空を見ながら宇宙空間とのつながりも思いまたりしました。アボリジナル文化の中にはスピリチュアルな土地や水との情緒的な結びつきの思想があります。土地や水は先祖のスピリチュアルな力を持ち、永続的な時間と空間でつながっています。

‘Our spirits lie in the water’

イリバナ・ギャラリー(アボリジナル・トレス海峡諸島アート・ギャラリー。地下3階)では、NSW州立美術館コレクションの中から「水に宿る魂」をタイトルに展示会が開催されています。水にまつわるドリーミング(創世の時代、祖先界)や精霊たちが描かれている樹皮画、編み袋、釜など編みこまれた造形的な立体作品、土地の豊かさの賛美、季節の推移などが描かれた抽象絵画など、表現方法の多様性も紹介しています。

‘Ngak Ngak and the ruined city(初期の探検家たちが風化でむき出しになった岩石群の様相を荒廃した都市と名づけた)’1998と、‘Nyamiyukanji, the river country’1997が並んで展示されている二つの作品は、色彩のボスともいわれるGinger Riley Munduwalawalaが祖父の生まれた土地の乾季と雨季を描いたカラフルなアクリル画です。この土地のLimmen Bight川が画面中心に描かれていますが、大雨の降った雨季の川は赤色の光を放ち、生き物のよううねり蛇行している様子が描写されています。先祖から伝承されるドリーミングでガリアラと呼ばれる大ヘビが岩石群を創り、海鷹のウガクウガクがこの土地の守り神と言われます。これらのモチーフはライリーの作品に度々描かれます。

この作品展でとても素敵に光の揺らめきを描写している作品があります。Cornelia Tipuamantumirriの‘Winga(Tidal movement,waves)’2012で(写真下)、潮の満ち引き時の砂堆の風景、水の流れと照らされた反射の光の動きを描いた点描画です。Corneliaはメルビル島のTiwiアーティストです。80歳になる2010年からキャンバスに絵を描き始めた、まだまだ知られていないアーティストです。Tiwiアートの特徴は黒、白、黄色、褐色で、筆は手作りの櫛型のものを使い、ミニマムな抽象的デザインで描かれています。Corneliaの描く光は海も空もすべてのものをひとつに合体させ、広やかなたの光景の中に存在する神秘的な力を示唆しているかのようです。



イリバナ・ギャラリーのプロジェクトスペースではPintupiアーティスト、Ronnie Tjampitjinpaの作品展が開催されています。故郷の風景とそこを旅する先



Ronnie Tjampitjinpa 'Untitled' 1994

祖の幾何学デザインがダイナミックに描かれています。オブ・アートともいえるパイプレートな作風の風景の形は、今もなお祖先のスピリチュアルなエネルギーをもつことを思わせませす。

「Our spirits lie in the water」、「Ronnie Tjampitjinpa」のどちらとも11月1日まで開催されます。(入場無料)是非ゆっくりと時間をかけて観て頂きたい展示会です。

(NSW州立美術館コミュニティ・アンバサダー:吉澤なほみ)

映画 CINEMA

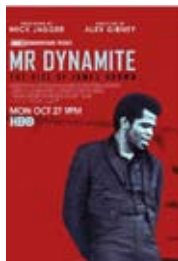
Mr. Dynamite, The Rise of James Brown

監督: Alex Gibney

制作: アメリカ, 2014年

ジャンル: ドキュメンタリー作品。98分

おすすめ度: ★★★★★



ジェームス・ブラウンという、まず浮かぶのが独特の動きとパワフルなヴォーカル。“I feel good!”は誰もが知っているソウルナンバーだ。このドキュメンタリーは、黒人の人権問題を背景に、過酷な時代にどれだけ彼が音楽を通じて人種差別のバリアを打ち壊すことに貢献してきたかが、実際の映像を通して語られる。両親に捨てられ、売春宿を経営する叔母のもとで育ったジェームス。なかなか人を信頼することができず、彼自身もまた音楽を使って心のバリアを乗り越えてきた様子が映し出される。ミュージシャンとして同時代を生きてきたローリングストーンズのミック・ジャガーがプロデューサーのひとりとして携わっているのも、ジェームスが色々な意味でどんなに革命的なアーティストであったかを物語っている。

書籍 BOOKS

ナミヤ雑貨店の奇蹟(きせき)

著者: 東野圭吾

発行: 2012年 集英社

おすすめ度: ★★★★★



2012年の第7回中央公論文芸賞受賞作。数ある東野作品の大部分は読んでいる私だが、今までのどんな東野作品とも違う味わいがある。「こんな本読んだことない！」と思える新鮮な内容だ。悪事を働いた3人が逃げ込んだ古い家は、かつて悩み相談を請け負っていた雑貨店だった。廃業しているはずの店内に、突然悩み相談の手紙が舞い落ちてきた…。時空を超えて過去からの手紙が投函されたのか？1章、2章…、と短編連作のような感じで書かれているが、これがうま〜く微妙につながっていて、最後にはすべてがつながる。過去と現在が鮮やかにつながる時、すべての真実が明らかになるのだ。あちらこちらにある伏線、精緻な構成はあっぱれ。ほろりときて後味がとてもいい。イチ押しの作品！

音楽 MUSIC

Is there anybody out there

アーティスト: A Great Big World

発売: 2014年1月

おすすめ度: ★★★★★



A Great Big Worldはニューヨーク大学で学んでいたIan AxelとChad Kingが結成したミュージックデュオ。彼らは前座でツアーを回ったり、クラウドソーシングで得た資金でシングルを発表したりしていたが、2013年に彼らの曲This is the New Yearがアメリカで有名なミュージカルGleeで歌われ、一躍スターの道へと昇って行った。さらに彼らの代表曲Say Somethingがダンスコンペの番組で取り上げられ、iTunesなどで途端に大きなヒットとなった。この曲は後にChristina Aguileraと再レコーディングされ、iTunesで1位となった。彼らの曲はピアノをメインとしたポップで聞きやすく、生の音が心地いい。ノリのいい曲から素晴らしいバラードもあり、どの曲もヒット曲となるレベルといえる。iTunesのリストに常におきたいアルバムだ。

鑑賞 DVD

天皇の料理番

出演: 佐藤健、黒木華、小林薫、桐谷健太、鈴木亮平 他

放映: 2015年4月26日～7月12日、

TBSテレビ60周年特別企画

原作: 杉森久英による小説のテレビドラマ化

おすすめ度: ★★★★★

秋山篤蔵(佐藤健)は、幼い頃から利かん坊で何をやっても続かない。優秀な兄、周太郎と比べてあまりに単純で短気な篤蔵に頭を悩ませた両親は、篤蔵を海産物問屋の長女俊子(黒木華)の婿養子にさせる。ある日、配達先の厨房でご馳走になった“カツレツ”の味に感動した篤蔵は洋食の魅力に取り付かれてしまう。家出して東京に向かった篤蔵は一流西洋料理店・華族会館で働きだしたが、事件がもとで解雇され業界から締め出されてしまう。やがてパリで料理の修業をすることになった篤蔵はホテルマジェスティックで小僧として働き始める。パリでは日本との味覚の違いや人種差別に苦しみながらも料理の腕を次第に認められていく。篤蔵が“天皇のコック長”として日本の西洋料理界の頂点に立つまでの、波瀾万丈の一生を描く。さだまさしが歌うエンディング「夢見る人」は心に残る。



●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。(メールあて先: hbma@optusnet.com.au)



【第152回】 70年前のおぞましききのこ雲

盛夏を迎えた日本を始め北半球の国々の風物詩のひとつが、強い上昇気流に乗り青空に巨大な雲の群れがそそり立ち、その雄大な姿から入道雲とも呼ばれる積乱雲です。時に先端高度が20kmにも達する発達した積乱雲は、稲光と雷鳴そして激しい驟雨を伴うことが多く、落雷や突然の川の増水それに伴う洪水等の災害を引き起こす場合もありますが、一陣の冷風と打ち水をもたらし猛暑にうだる身体に最良となる涼を宛がう救世主ともなります。粗暴さと恩典という、相反する二面性を持つことで憎みきれない積乱雲ですが、発生と成長に必須な上昇気流を生む素因を異にする、全く似て非なる危険極まりない『きのこ雲』と呼ばれる同類が存在します。

きのこ雲の第一の特色は、その名にし負う特徴的な茸型にあります。ただし、くっきりとした姿の中に御し難い暴虐さが潜められていると考えてよく、ぐんぐん成長する代物を見たら身の安全確保を最優先し、即その場から避難を敢行しなければなりません。危険なきのこ雲の一番手としては、地下のマグマを熱源として火山から吹き上がる噴煙が挙げられます。2014年9月27日に発生した、岐阜県と長野県の県境に3000mを超えて聳える御嶽山の噴火では、噴煙が

7000mを超す上空までマッシュルームの形状に立ち上がり、同時に射出された多量の噴石により死者と行方不明者が合わせて63名に達し、日本で最多となる人的被害を出す火山災害となりました。100を超える日本の活火山の中で御岳山も危険ですが、要注意の筆頭に位置するのは世界遺産となり登山者が急増している富士山。その思わず見惚れる壮麗な自然景観以上に、火口からきこの雲を吹き上げ大規模噴火を起こす、第一級の活火山であることがしっかり認識されて欲しいものです。ただし、火山の激しい活動には強弱の差こそあれ何等かの予兆が先行するので、富士山といえども注意深い観測の継続と判定力の向上を計れば、相当精度の高い噴火時期の推察が可能になります。

怖いきのこ雲の二番手は、核分裂に伴って発生する原子雲です。こちらは火山と違い人間の管理下にあるので出現の契機は、国家間の軋轢や民族対立といった社会的関係性に依存しています。そのために、前兆を科学的に捉えることが殆ど不可能で、大量破壊を回避する方法が却ってより困難であるともいえます。また一旦出現した場合、長期間続く放射性物質による環境汚染も深刻です。70年前の1945年8月6日に広島、3日後には長崎にアメリカ空軍の爆撃機から原子爆弾が投下され、突然の閃光と轟音に続き上空を一気に駆け上ったおぞましき原子雲が出現しました。前者はウラニウムを、後者はプルトニウムを地上から500～600mの高さで核分裂させ、兵器用火薬2万トン前後が一気に爆裂したと同等のエネルギーを持つ火球から発生。通常の積乱雲とは比較にならない超高温かつ高速移動した中心部の上昇気流は、屋根瓦を瞬時に溶かす高熱と音速を凌ぐ爆風をも放射し、家屋及び樹木等を圧倒的破壊力で塵芥に帰し上空に巻き上げ、犠牲者の大半を即死に至らしめました。きのこ雲に含まれた全ての塵芥は、核分裂から生じた死の灰同様放射性を帯び、雲の下降に伴い降る雨に混じり『黒い雨』となって地上に降り注ぎ、広範な地域を見舞った二次被害の主因になりました。核兵器のきのこ雲のおぞましさを目の当たりにしてから70年、そろそろ核兵器を持たない社会になっていいのでは。



DISCOUNT

日本食販売

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

世界初!! 3つのゼロの
ノンアルコール!!

サントリー
オールフリー (ノンアルコールビール)

店長の
おすすめ! **\$3.95 / 350ml**

オールフリーは、アルコールだけでなく、カロリー、糖質もゼロ。
麦のうまみがしっかりと感じられつつ、スッキリした味を実現。

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@jtl.com.au
営業時間: 月-土 10AM-5PM / オンラインショッピング: www.jtl.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)

暮らしの医療 ボトックスの効果と安全性

ドクター・鳥居 / Northbridge Family Clinic

ボツリヌス菌という無酸素性のバクテリアが作り出す世界でも最も強い神経毒をボツリヌス毒、またはボトックスという名称で知られています。最近では美容整形によく使われる注射液としても知られています。

原液のままでは100ナノグラムが大人一人の致死量です。1gで100万人を殺す毒性があります。加熱するかアルカリで処理すれば毒性がなくなり、ボツリヌス毒素A (Botulinum toxin type A)として医療薬として商品化され、BotoxあるいはDysportとして売られています。

ボトックスの作用

運動神経、あるいは自律神経の神経筋接合部にはアセチルコリン (Acetylcholine) という神経伝達物質が働き、筋肉を作動させるために神経から筋肉へ信号を送る役目をはたしています。ボトックスは神経終末からアセチルコリンの放出を妨げ、筋肉を一時的にリラックス、あるいは麻痺させます。

ボトックスの歴史

1960年代にアメリカの眼科医、Dr. Alan Scottが斜視のサルにボトックスを注射し、眼球を動かす一部の筋肉を麻痺させることによって眼の視軸をまっすぐにすることができるということを発見したことから、医療薬としての発端がありました。その後、斜視の患者さんにも試し、この治療が安全で効果のあるものとして認められました。

アメリカでは1989年に斜視とともに眼瞼痙攣と片側顔面痙攣の治療薬として認可されました。そして、あらゆる研究者がこの薬の用途を探り、今では数多くの神経疾患、それに美容整形に使われています。

現在のボトックスの用途

今では美容整形で皺取りなどのために使われることで有名ですが、脳神経分野ではもっと広く使われている薬です。

使用例:

運動疾患: パーキンソン病、テイックなど
痙攣・痙縮疾患: 脳卒中、多発性硬化症、脳性麻痺、痙攣性発声障害、痙攣性斜頸など
痛み: 偏頭痛、テニスエルボーなど
骨盤底の疾患: 膣痙 (疼痛性の膣痙攣で、性交を妨げ

る疾患)、肛門裂傷など
腺の過分泌: 腋窩の多汗症、流せん症 (唾液の過剰な分泌)、内因性鼻炎など
その他: 過活動膀胱など

現在考慮されている用途:

- * 咽頭が痙縮するタイプのぜんそくで、咽頭の筋肉をボトックスでリラックスさせる治療
- * ジェル状に開発されたボトックスでアレルギー性鼻炎を治療する方法

ボトックスの安全性と限度

医療目的では推定致死量の数百から数十分の一という微量が使われるので分量を間違わない限りは安全ですが、筋弛緩作用からくる副作用がおこることもあります。例えば、眼瞼痙攣に使用した場合に眼瞼下垂、痙攣性斜頸に使用した場合に嚥下障害などが挙げられます。

ボトックスは奇跡的な治療薬ではありません。ボツリヌス毒の効果は8~14週間の間で薄れます。しかし、賢明な思慮深い使い方をすれば非常に役立つ薬で、特に小児の脳性麻痺では筋肉がまだ成長しているあいだに萎縮することを防ぎ、将来筋肉を伸ばす手術の件数を少なくすることができます。

これからも研究が重ねられ、使用用途が増えていくと考えられます。

Travel Centre International

格安航空券お取扱い中!

弊社では、別途発券手数料は頂きません。

<p style="text-align: center; font-weight: bold;">→ JR Pass 取扱い中</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">→ 日帰りツアー / 国内旅行</p> <p style="font-size: x-small;">シドニーの他にも、ケアンズやメルボルンのツアーもあります!</p>
<p style="font-size: x-small;">→ 各種チケット タロング動物園 大人 \$38- シドニー水族館 大人 \$28- など</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">→ TCI オリジナルツアー</p> <p style="font-size: x-small;">ブルーマウンテンや土ボタル、ハンターバレーなど、お手頃値段でツアー手配致します。 (最少催行人数4名)</p>

→ WEBSITE できました
<http://www.tcisydnev.com/>

Suite 602 Level 6
309 Pitt Street Sydney NSW
Tel 02-9283-1862
Email: tci.travel@bigpond.com

お気軽にお問合せください!



仏教語からできた 日本語 その118



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

慢心(まんしん)

ライバルがいて自分より先に昇進した。自分より実力が下だと思っていた人が事業に成功した。自分の方が異性には持っていたのに、それほどでもない友達がすばらしいパートナーを見つけて結婚した…。こんな話は世間によくあるものです。そこで、私たちがどう反応するかです。多分、①素直に喜ぶ、②「なぜ、自分じゃないのか…」と思う、③何も気にもかからない、というこの3つのどれかに当てはまるのではないのでしょうか。

①の方は、こころが素直で、周りから好かれるタイプ。③の方は、自分だけの世界しか興味がないので、ちょっと周りから浮いたタイプ。②の方は、自分を評価しない周囲を恨めしく思い、周りから疎まれるタイプです。

問題は、②のタイプです。このような人は、おごりやうぬぼれの心を持っています。仏教では、このような心を「慢心」と言い、戒めています。そして、次の七つがあるとしています。

- ①慢(まん):自分と他人を比較し、自分より劣った者に対しては自分のほうが勝れていると思ひ、自分と同等な者に対しては同等だと思ふことです。
- ②過慢(かまん):自分と同等な者に対しては自分のほうが勝れていると思ひ、自分より勝れた者に対しても自分は同等だと思ふことです。
- ③慢過慢(まんかまん):自分より勝れた者に対して、逆に自分のほうが勝れていると思ふこと。
- ④卑慢(ひまん):自分より勝れた者に対して、自分のほうが劣っていると思ふことです。
- ⑤我慢(がまん):仏教では基本的な教えとして「無我」を説きますが、それがわからないで、自我ありと思ひ、その自我に執着することです。
- ⑥増上慢(ぞうじょうまん):悟りを得ていない人間が、自分はすでに悟ったとうぬぼれることです。
- ⑦邪慢(じゃまん):自分にちっとも徳がないのに、大いに徳があるとうぬぼれることです。

この慢の説明を見ると、慢心が私たちの心のどこかに潜んでいるような気になりませんか。時に他人と比較して、一喜一憂している自分に気づいてしまいます。

では、「慢心」を起こさないためには、どうすればよいのでしょうか。それは、自分と他人を比較することをやめればよいのです。しかし、そうわかっていても、私たちは知らず知らずのうちに比較してしまいます。嫉妬の気持ちがおこり、心おだやかではいられないのです。

ここは、自分に言い聞かせるように、「自分は自分。他人は他人」と念仏のように心の中で唱えることです。そうすれば、いつか心がおだやかになってくるはずですよ。

合掌

法律Q&A 弁護士に 聞いてみよう 108

林由紀夫 (Yukio Hayashi & Associates)

前回、債権者と取り決められる自己破産に代わる手続きを説明しました。補足ですが、もし債務者が取り立てに苦しんだり、訴訟等に巻き込まれている場合、official receiverに対し自己破産をする意思表示(a declaration of his intention to present a debt's petition)をし、これが受理されれば、その日から21日間は債務に関する全ての訴訟は凍結されます。これは実際に自己破産をするのではなく、「私は債務超過に陥っていて、全ての債務の返済はできないため、自己破産をしようと思っています」という意思表示です。こうすることで21日間の債務返済に関するモラトリアムが設けられ、その間各債権者と話し合い、自己破産に代わる手段で解決ができる機会が債務者に与えられるというものです。その意思表示が債務者からあれば、債権者も自己破産または他の方法のどちらが有利か選択を強いられます。尚、この方法には例外が設けられているので、事前に専門家のアドバイスを受けてください。また、有担保債権者の担保権執行にはこの方法はなんら影響は与えません。

Q: 具体的に自己破産をする場合、どのような手続きを取ればよいのでしょうか？

A: オーストラリアの居住者または商売等でオーストラリアと繋がりがある債務者であれば、オーストラリア法の下、自己破産をするのは可能です。手続きとしては、official receiverに対しdebtor's petitionという書類(自己破産を求める請願書)及び個人の財務状況の詳細等を示した書類を提出することで、自己破産の手続きが開始されます。手続きは結構専門的ですので、事前に専門家のアドバイスが必要になるでしょう。

Q: 主人が自己破産した場合、妻である私にも影響はあるのでしょうか？

A: ご主人の債務の保証人であったり、またはご主人と共同名義の資産等を持っていない限り影響はありません。尚、夫婦間において、自己破産から過去一定の期間遡ってされた破産人による配偶者への資産の名義変更や資産の譲渡は無効とされる可能性があります。

Q: 16歳の長男が3万ドルもするギターを20年ローンで購入してしまいました。お小遣いから月々のローンを返済することはできませんし、私も支払う余裕はありません。息子を自己破産させることは可能ですか？

A: 18歳未満の子どもでも自己破産は可能です。但し、その場合の債務は、生活のために負ったもの(enforceable debts)に限られています。例えば、通常の衣類や食料のために負った債務等です。ギター購入及びローン契約はその範疇に入らず、その契約は息子さんに対し効力がない可能性が十分あります。その場合はギターを返せば良いと思います。但し、ギターが破損していたり、傷ついていたりした場合には複雑な問題が残ります。

あの頃のシドニー



「あの頃のシドニー」と題して、シドニーに暮らしはじめた頃を振り返るコラムです。昔のシドニーを思い出し、海外生活の苦労話や楽しかったこと、驚いたことなど、読者のみなさんと共有したいと思います。第3回は1986年にオーストラリア大陸をオートバイで一周されたぴかさんです。

第3回 1986年オートバイで豪州大陸一周

海外にはまったく興味がなかった私でしたが、たまたまワーキングホリデー制度を利用してオートバイでオーストラリア大陸を一周した体験記を読み、自分もやってみたいと一発奮起！パスポートを取得し会社に退職届を提出して、初めての海外であるオーストラリアの地を踏んだのは1986年のことでした。

成田/シドニーの直行便でしたが、まだ日本人も少なく、入出国カードも英語オンリー。英語がほとんどできないのでカードの記入も「Date of Birthは誕生日ね。Occupationってなんだ？ Sex えええっつ！」と四苦八苦。渡豪直前に旅費のほとんどを何処かに落としてしまい(拾った人はラッキー)、シドニー到着後すぐにバイト探し。なんとか仕事も見つかり中古のオートバイも購入し、念願の大陸一周(ついでにニュージーランドのヒッチの旅も)を果たしました。

1986年頃のシドニーですが、為替レートを考慮してもいろいろなモノが安いと感じられました。ハーバーブリッジの通行料は20セント(オートバイは5セント)、公衆電話は20セントでしたし、ガソリンは1リッターあたり50セントほど。ビール1カートンが19ドル99セントでした。まだ1セントや2セント硬貨が流通していたので、お釣りの1セントはしっかりもらってました。1ドルコインはすでにありましたが、2ドルコインが発行されるのは、もう少したってからです。その頃のオーストラリアの為替レートは1豪ドル160円くらい。その後、超円高といわれた頃は49円という時もあり、一生日本に帰れない！と一瞬思ったものです。

ダーリングハーバーはまだ存在しておらず、だだっ広い資材置き場でした。QVB(クィーン・ビクトリア・ビルディング)は外側だけで、中はがらんどろで立ち入り禁止状態。現在、紀伊国屋が入ってるビルやワールドスクエアは、大きなついたてに囲まれた空き地になっていました。

路上駐車は、シティーでもビーチ周辺でも、平日午後5時半、土曜日は12時半以降は無料。ビジネスアワー以外のシティーはとても静かで、QVBの前やマーチンプレイス近辺に車を駐車し放題。今では信じられませんよね。当時はボンダイビーチに住んでいましたが、



パスからアデレードに向かう途中にあるナラボー平原

日が暮れると人通りがなくなり真っ暗で一人歩きが怖いくらい。木曜のレイトナイト以外、5時キッカリにすべてのお店が閉まるので買い物もままならず、とても不便を感じていました。

今は日本の食材がローカルのスーパーで購入でき、24時間営業のコンビニ、レストランもあり、本当に変わりました。ちょっと前までワサビやノリ、マヨネーズも貴重なもので、日本からの入国や郵送は、ドキドキものでした。

そして、一番の変化はやっぱりインターネットでしょう。タダ同然で海外とお互いの顔を見ながら会話ができる！当時は壊れて通話し放題状態の公衆電話がよくあり、どこからともなくその情報をゲットし日本にかけていました。日本のニュースもまったく入ってこないのが、ピットストリートにあったワーキングホリデー事務所にだれかが置いていった1カ月遅れの新聞をむさぼるように読みあさっていました。日本から来る友達からお土産を聞かれば、即答で「本！週刊誌！新聞！」でした。そうそう当時のワーキングホリデービザは日本で6カ月間しか発給されず、渡豪後にイミグレーションオフィスで6カ月延長のための再審査が行われていました。また、ワーホリも学生もメディケアが使えるました。

バブル期には4つの航空会社が日本の各都市へ直行便を飛ばしていましたが、それも減少、しかし今年からANAが復活。羽田空港への便もでき、2020年には東京オリンピック開催。新たな日豪関係を期待したいです。(ぴか)



今月の喜怒哀楽<哀>

先週末、長年住み慣れた家のオーナーが家を売るとかで、近くの家に引っ越した。こう一言で書いてしまうと実にあっけないものだが、そのプロセスは壮絶だった。「もったいない」精神で長年貯めこんできたものが一気にゴミと化してしまった。あれも取っておきたい、これも捨てるには名残惜しい、と思っても諦めが肝心でこの究極の状況が、手放すことを可能にしていた週末の狂想曲。全ては移り変わり、生まれ変わり、生滅を繰り返し、一つとしてとどまることが許されないこの世の道理とは分かっている、な

かなか手放すに際し踏ん切りがつかないものもあった。十数年も使わないものを更に引っ越し荷物に入れることは愚の骨頂ではある、というのは頭でわかっている。そしてそれを貯め続けると更に執着は雪だるま式に増え、そのうち冗談ではなく生活空間まで無くなるかも、という状況になっていたことも分かっていたので、これは執着を捨てるに良い機会(修業の場?)でもあったと思うことにしている。(わ)

編集後記

▼毎日寒い日が続いてますね。小学校の時、東北に住んでいましたが、北国の冬は厳しいので暖房が完備していて学校でも暖かく授業を受けられました。しかし九州(福岡)に引っ越して来て、教室にストーブがないのにびっくり！外気とほぼ同じ気温の中で勉強してました。外は雪だし。暖かくしてお過ごし下さい。(ぴか)

シドニー日本クラブ2013/14 & 2014/15年度役員一覧

役職	氏名	担当/専門委員会	電話(自宅)	電話(会社)	携帯電話	E-mail
名誉会長	高岡 正人	在シドニー日本総領事	-	-	-	-
相談役	水野 亮三		-	-	0422-853-456	roymizuno@hotmail.com
会長	水越 有史郎	教育・福祉	9358-3269	9252-6307	0412-283-393	miz@jams.tv
副会長	岩佐 いずみ	事務・行事	9412-3434		0421-776-052	jcs@japanclubofsydney.org
副会長	渡部 重信	編集長	8901-4332	8901-4334	0412-396-014	hbma@optusnet.com.au
理事	Chalker 和子	教育・行事	9810-6735	-	0404-043-393	kazukoch9@gmail.com
理事	Costello 久恵	教育支援委員会	-	-	0423-976-035	jcs.daihyo@hotmail.com
理事	山田 朝子	教育支援委員会	-	-	0416-531-806	rikukohmei@tpg.com.au
理事	藤田 結花	事務局長	-	-	0421-776-052	jcs@japanclubofsydney.org
理事	新開 珠貴	行事	9439-0095	-	0409-255-474	shinkai_t.au@jtbap.com
理事	多田 将祐	行事	8807-4795	-	0404-187-579	kenerit@gmail.com
理事	平野 由紀子	行事	-	-	0414-758-295	yukikosal@yahoo.co.jp
理事	川上 正和	行事	-	-	0433-655-616	makka@k2-inter.com
専門理事	林 さゆり	親睦の会会長	-	-	0412-019-878	shayashi@global-promotions.com.au
専門理事	Fraser 悦子	コミュニティーネット	8920-1764	-	0408-643-420	etsuko@mediaetsuko.com
専門理事	茂木 奈保子	City校代表	-	-	0407-461-618	jcs-jpschcity@hotmail.com
専門理事	富田 明子	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

JCS傘下グループ・団体	代表・担当者	携帯電話	Email
親睦の会	林 さゆり	0412-019-878	shayashi@global-promotions.com.au
コミュニティーネット	Lincoln 瑞枝	0449-581-683	mizue44@hotmail.com
シドニーソーラン踊り隊	Chalker 和子	0404-043-393	kazukoch9@gmail.com
ソフトボール部	加藤 雅彦	0402-011-198	ckato@nmpa.com.au
レインボープロジェクト	平野 由紀子	0414-758-295	yukikosal@yahoo.co.jp
編集委員会	渡部 重信	0412-396-014	hbma@optusnet.com.au

会員特典

JCSの会員の皆さんが受けられる
特典です。ぜひ、ご利用ください。

エーブルネット

Suite 30, Level 17, 327 Pitt Street, Sydney 2000

Phone: 02-9264-9601

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

①SIMだけ\$9プラン(スマホ持ち込みの方におススメ)
国内通話は最安の\$0.17/30と、\$10で約30分間通話可能。しかもSMS50回/毎月無料、データ500MB付。

②アンリミテッド\$39プラン(国内通話が多い方におススメ)
国内通話/SMSは無制限、データ500MB付。データ容量だけ増やし、毎月自分に合ったプランにアレンジ可能。
特典:7カ月以上の契約でデータ申請手数料\$15無料

甘利鳥居会計事務所

Suite 1003 Level 10, 84 Pitt Street, Sydney 2000

Phone: (02)9223-7448

E-mail: info@taxjp.com.au

新規顧客に特典

JCS会員の皆様のタックス・リターンの申請・作成に当たり、料金から15ドルを割引いたします。お支払いの際にこのクーポンをご提示下さい。

同時にお二人以上で申請される場合にも、1枚で全員に適用できます。

ほんだらけ フル・オブ・ブックス

Level 2, 39 Liverpool St, Sydney 2000

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

Website: http://fullofbooks.com.au

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

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

JTTディスカウント日本食販売

Phone: (02) 9317-2500

Fax: (02) 9669-1988

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

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

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

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。)

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/をご覧ください。

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。

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、お申込みの際にお知らせください。お申込み、お問合せはウェブサイト、またはEmailでお気軽に♪

ケイナインリトリート by クラウドキャッチャー

276 Deepfields Road, Catherine Field NSW 2557

Phone: (02) 9606-5486

Email: sydney.ccatchers@gmail.com

シティからもノースからも1時間以内で行ける豪華なペットホテル。空調完備、素晴らしいエクササイズヤード、日本人のスタッフがいます。JCSの会員には、3泊以上の場合、1泊分の割引。デイケアもOK。

滞在中に、トレーニングもできます。メールは日本語での対応可能。お電話番号をいただければこちらから日本語で折り返します。

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(藤田結花)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400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 _____