



Matsuri in Sydney 2015 大盛況！

JCS忘年会 12月6日(日)開催

- 6 親睦の会だより・2月新年会のお知らせ
- 7 クラブライフ/ソフトボール部3位入賞！
- 8 JCS日本語学校だより/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⑥」(最終回)
- 11 人物紹介・きらりと光る「矢野仁(れん)さん」
- 12 コラム「オーストラリアで家を建てよう」
- 17 コラム「健康レシピ・ピザ生地」
- 18 コラム「科学の小箱・オーストラリアから蠅のいなくなる日」
- 19 コラム「暮らしの医療・妊娠性高血圧」
- 21 コラム「あの頃のシドニー・1984年」

もうすぐクリスマスでみんなはクリスマスツリーを飾っていてサンタクロースのプレゼントをうれしく待っています。

(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。

JCS 年忘れ忘年会

開催: 2015年12月6日(日曜日)
 受付: 5時30分 開宴: 6時より
 会場: 日本レストラン「北海道」20 Loftus Street, Sydney
 料金: 大人 \$ 55、子供 \$ 25 (Year 1~Year 6)
 ※飲み物は乾杯用に最初の1杯は参加費に含まれています。



特別ゲスト ■QP☆ハニー!



今年もシドニー日本クラブ(JCS)の「忘年会」を開催いたします。今年1年を振り返りながら、皆さんで楽しく、思い出に残るパーティーにしたいと思います。ぜひ、会員の方に限らず、お友達に声をかけられて、多くの皆さんで楽しい忘年会にしましょう! ラッフル抽選、テーブル対抗トリビアクイズ、ダンスなどのほか、今年はJCSの1年の活動を振り返るスライド上映など、盛りだくさんの企画を用意しました。

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	Edgecliff校
12月	理事会(2日) 本誌発行(7日) 「忘年会」(6日)	例会(6日)「忘年会」	サロンdeとまり木(12日)	終業式夏祭り(5日)	お楽しみ会・終業式(5日)	お楽しみ会・終業式(5日)
1月	理事会お休み 本誌発行(25日) (1・2月合併号)	お休み	シニアのためのサロン(27日)	始業式・保護者会・節分(30日)	始業式・保護者会・節分(30日)	始業式・保護者会・節分(30日)
2月	理事会(3日) 本誌発行(1月25日)	「新年会」(13日)	シニアのためのサロン(24日)	避難訓練(20日) 年次総会(27日)	避難訓練(6日) ひな祭り(27日)	

Matsuri in Sydney 2015大盛況！

2015年11月7日(土)にシドニー市内Palm Grove, Darling Harbourで開催された、恒例の祭りインシドニーは、多くの観客が訪れて大盛況でした。シドニー日本クラブもブースを出展して、浴衣の販売や金魚すくいを行ない、また、祭りのワークショップを担当して、習字や折り紙のアシストをしました。祭り本部も担当し、インフォメーション案内や拾得物の管理、祭りのアンケート実施など、役員や会員が祭りの成功に向けて朝早くから夜遅くまで、運営に精出してくれました。

祭りは朝から晴天に恵まれ多くの観客が足を運んでくれました。夕方一時的に雨が降り心配しましたが、小降りになると再び多くの方がステージ前に集まるなど、祭りの人気が窺われました。

今年はいつもの会場が工事のため小さな広場が会場となりましたが、来年は改修された新Tumbalong Parkで12月10日(土)に開催予定です。ぜひ、多くの方が参加されるようお声がけ下さい。



11月の 理事会から

日時: 11月4日(水)19時~21時 場所: Dougherty Community Centre, Chatswood
 出席: 水越有史郎、渡部重信、平野由紀子、松前領事、チャーカー相談役、水野相談役、林さゆり、
 ジョアネス・えみ、石井美都、藤田結花(書記)
 欠席: フレーザー悦子、多田将祐、川上正和、茂木奈保子(敬称略、順不同)

1. 祭りインシドニー(11月7日)

最終打合せ。祭り本部、JCSブースの担当の振り分け、ボランティアの配置について最終確認をした。

当日の持ち物リストを確認中、9月のウィロビー日本祭りのために購入した鏡割りの木槌が所在不明ということが判明。今回の祭りでは8人のVIPが鏡割りをする予定になっていることもあり、新たに8つの木槌(もしくは代用品)を購入することとなった。

また、キャンディ寿司がフードストールに追加参加、合計で13店舗となると発表された。

金魚すくいはJCSブースの外で行うため、雨天の場合の場所を確認。基本的に雨天決行であるが、雨がひどい場合は中止する。

祭り前日の11月6日(金)夕方に会場でボランティアと最終打ち合わせを行う。

また、祭りの打ち上げパーティは祭りの翌日11月8日(日)居酒屋ますやにて行う。参加予定者はチャーカー相談役まで連絡してもらうよう伝えた。

2. 忘年会(12月6日)

進捗状況を確認。今回は初めての試みであるスライド上映について確認した。そのほかプログラム・ラッフル賞品の寄贈状況・司会者について、今後メールで検討し、次回理事会にて最終確認する。

3. 2016年度理事会について

Dougherty Centreの来年度予約の締め切りが通常より早い11月9日であるため、次年度の理事会について、各理事の都合を確認した。その結果、これまでと同様、毎月第1水曜日の19時~21時にて会議室を予約することに決まった。

4. ハーグ条約に関するセミナー

松前領事から総領事館主催の「ハーグ条約に関するセミナー」のご案内があった。11月19日(木)15時~17時。詳細は総領事館ウェブサイトにて確認できる。ぜひ、学校保護者への案内をお願いしたい。

5. 12月の理事会について

松前領事から転勤のご報告があり、領事の後任者の方との歓送迎会を兼ねて、理事忘年会をすることに決めた。できれば一人1品持ち寄り。例年のようにお寿司を注文する予定。

6. 会員数・会計報告

総世帯数: 295世帯(JCS126世帯、シティ校93世帯、
 ダンダス校62世帯、エッジクリフ校14世帯)

※次回理事会は、12月2日(水)午後7時より、
 Dougherty Community Centreにて開催。

スポーツ天国 SPORTS 第89回

豪州ベテラン卓球選手権大会

今年の「豪州ベテラン卓球選手権大会」(Australian Veterans Table Tennis Championships)が、10月17日~24日にクィーンズランド州のサンシャインコーストで開催されました。

日本人選手は9名でオーストラリア各地はもちろん、ニュージーランドや日本からも参加されている方がおられました。

JCS会員の平岡さんはNSW州チームの一員として参加、「Mens Over 60th」の部門で金メダルを獲得しました。来年はシドニーで開催予定です。応援のほどよろしくお願い致します。(ぴか)



金メダル受賞の平岡さん(左から6人目)

※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)



マスコットのキー坊
です！よろしく！

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 「サロンdeとまり木」第3回目は12月12日(土)です！

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ます。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できればと思っています。

第2回目の「サロンdeとまり木」は、グリーフ(喪失)についての基本的内容を話したあと、グリーフとのつきあい方についてそれぞれの経験を通して語り合うセッションとなりました。最後は、いつも通り、落ち着いた瞑想法に沿って各々が自己に向き合い心を整えることで、すっきりした気持ちで会を終わらせることができました。

<第3回目の詳細>

日時: 12月12日(土) 13:00~15:00

場所: Mosaic, 12 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。
- などなど...

*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

「アングリケア・ディサービス」:次回は、2016年1月27日(水)

ロング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)。

なお、今後、お試し参加ができなくなりましたが、参加ご希望の方は1800-200-422へおかけになり、「Anglicare services LonguevilleのSocial Club」にジョインされたい旨をお伝えになることで、事前の登録をお済ませください。Japanese please!と言うと日本語通訳につなげてもらえます。また、www.myagedcare.gov.auでの登録も可能です。

人数に制限がありますので、継続参加が可能な方歓迎です。(事前申し込み必須。キャンセルは2日前までお願いいたします)。

開催日: 1月27日(毎月第4水曜日開催) 時間: 午前10:30~午後2:30

会場: アングリケア・デイセンター(ロングヴィル) Christina & Arabella Streetsの角, Longueville 2066

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

参加費: \$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 0423-037-180

※ディサービスへのボランティアを募集しています。多少PCスキルのある方が希望です。

ご興味のある方は、コミュニティネット0423-037-180までお知らせください。

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と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。例えば、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) リヒター幸子 (Tel: 9972-7890)
Email: richjms@tpg.com.au
- ・B地区 (Chatswood以东) : 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・事務局: 林さゆり、副会長・会計: リヒター幸子、幹事: 朝比奈富美子、会計監査: 宮下義夫
ボランティア: 有泉浩子、斉藤直子、竹内美佐子、ハウス愛子、橋本克子、村田智富子 (五十音順)

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

【2015年12月例会のお知らせ】

「忘年会」

- 日 時: 12月6日(日)午後5時30分開場、6時開演
- 会 場: 「北海道」(20 Loftus Street, Circular Quay)
サーキュラーキー駅から歩いて3分です。
- 参加費: 会員: 大人55ドル、子供 (Year1~6) 25ドル
非会員: 大人60ドル

※飲み物は乾杯用に最初の1杯は参加費に含まれます。ワインのみ持ち込み可能です。

昨年の「忘年会」では、ドアプライズやラッフルで親睦の会の多くの会員に豪華な景品が当たったのを懐かしく思い出します。今年も期待して、気をつけていらしてください。

【写真】 11月7日(土) ダーリング・ハーバー内パーム・グロブで「祭り in シドニー2015」が開催されました。親睦の会はJCSブースで浴衣販売をしました。新品の浴衣だけではなく、会員から寄贈していただいた着物や和装小物類も同時に販売しました。オーストラリア人には特に人気があり売れ行きは上々。その場で着付けをしてあげると大層喜んでもらえました。

軒を連ねる屋敷の食べ物をつまみながら、ステージでの催し物を楽しく鑑賞したり、艶やかに踊りを披露した会員達には、大声援を送りました。祭りのフィナーレでは、来場客も一緒に輪になって東京音頭などを踊り、日本の祭りを締めくくりました。

朝早くから夜まで、ブースでのお手伝いをしてくださった会員のみなさま、お疲れさまでございました。



【2016年2月例会のお知らせ】

「新年会」

- 日 時: 2016年2月13日(土) 12:00~15:00
- 会 場: The Dougherty Community Centre
7 Victor Street, Chatswood

出席の方は2月1日(月)迄に、地区幹事までご連絡をお願いします。また、欠席の場合もご連絡をお願いします。(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

(ワイン・日本酒・お茶・コーヒー・紅茶代込)

- 食事代: 会員\$30 / 非会員\$40

レストランでいただくと\$60以上相当のお正月に困るんだお膳。(差額は、会員へのお年玉として親睦の会が負担します。)

食べ切れなかった場合に備えて、お持ち帰りコンテナもお付けします。

ドアプライズや二人羽織りのゲーム等々をして、愉快に新年をお祝いしましょう。

【お知らせ】

■2016年1月例会はありません。どうぞ輝かしい新年をお迎え下さい。

■「親睦の会」の事務局をお手伝いくださる方を募集しています。役員も全てボランティアで運営していますので、お支払いはできませんが、メール、ワード、エクセルができる方、ご高齢者に奉仕をしたいお気持ちがある方は、林さゆり会長まで Emailにてご連絡をお願いします。



祭りインシドニーで踊りました

11月7日(土)恒例の「Matsuri in Sydney 2015」で踊りました。祭りで踊ると、1年の総決算のようで踊り締めのお囃子があります。このときばかりはと多くの会員が参加して、力強い踊りを披露。今年の祭りも多くの観客を楽しませることができました。

当日は2回出演し、最初は「街は舞台だ！」「南中ソーラン」、2回目は「Power」と「南中ソーラン」を踊り、祭りのステージ最後はゴールドコーストのよさこいチームと一緒に「よっちょれ」を踊りました。やっぱり「祭りインシドニー」は、力強く勇ましいよさこいソーランの踊りで最高に盛り上がりますね。メンバー一同完全燃焼で、これで来年も踊りに精出すことができます。

今後も多くのイベントで踊りを披露していきます。皆さん応援よろしくお願いします。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

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>



ソフトボール大会で3位入賞！

11月8日(日)に開催されたソフトボール大会(主催・シドニー日本人会)で、我がJCSのソフトボール部「JCSソフトボローズ」が3位入賞を果たしました。結果は以下の通りです。

優勝: WYNYARD

準優勝: アタッカーズ

3位: JCS SOFTBOROOS

4位: るっくJTB

チーム一丸となり、最後まで力を振り絞って5試合を戦い抜きました。決勝トーナメントでは優勝

したWYNYARDと準決勝で死闘の末、敗れましたが、互角に戦いました。優勝は逃しましたが、JCSは入賞常連チームとなり、JCSの知名度アップに貢献できたと思います。

選手はこれまでも優勝や準優勝、3位入賞と素晴らしい結果を残し続け、JCSチームのために全力で戦っています。選手も常時募集していますので、JCSの会員、会員のご主人など興味がある方がいらっしゃいましたら、是非お声掛けいただけたら幸いです。

参加ご希望の方は、加藤雅彦(携帯:0402-011-198または、Email:ckato@nmpa.com.au)までご連絡ください。



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/



皆勤賞で有終の美を!

師走の語源には色々な説があると言われますが、「日頃落ちついている先生でも、忙しくて走りまわる月」というのがシティ校にはしっくりくるように思います。子供達のことをいつも一番に思い、どうしたらこの子の日本語を伸ばせるか、また日本語学習を通して総合的に成長させるために、我が校の教師陣は、時に厳しく時に優しく、愛情を持って真剣に向き合っています。この一年の取り組みの成果を吟味しつつ来年のクラス編成を行い、各生徒の一年の成果を「あゆみ」に綴り今後のさらなる飛躍を願って送り出します。

上級生のクラスに、このクラスのいいところは何ですか?と尋ねたところ、「楽しいところ!」「みんなが仲良いところ!」と即答で返ってきました。彼らのほとんどは何年もこのシティ校で継続して日本語を学び、力をつけてきている生徒ばかりです。もちろんその道のりは平坦ではなかったでしょうが、本人の地道な努力に加えそれを導く教師と支える家庭との連携プレーの賜物です。幼児部の新入生が入学したての頃より日本語での発語も増え、自信を持って教室で色々なことに取り組む姿は誇らしく、たった一年の間でもこんなに成長できるのだと感心します。みんなそれぞれのペースでそれぞれが十分に成長できた一年であったと思います。12月の最終日の終業式では、今年も皆勤賞で有終の美を飾る生徒で溢れかえることでしょう。



クラス紹介 ライオン組

ライオン組は、Y5からY8までの元気で明るい生徒13名のクラスです。1学期から2年生の復習をスタートし、今、4年生の上の教科書のレベルを行っています。

1年を通じてのクラスの目標は、「きちんとした日本語」での活動です。週1回3時間の授業で、なかなか日本語だけを使って、活動していくのは難しいことですが、皆、努力しています。毎週、漢字テストも行っており、「全員で100%を目指そう」が合言葉で、平均点はぐんぐんと上がっています。毎週、とても楽しみです!

1学期、母の日には、クラフトで素敵な母の日カードを作成しました。2学期、父の日には、朝倉先生の龍組と合同で、石にアボリジニアートを描いて、ペーパーウエイトを作成しました。いつも日本語学校への送り迎えや日本語の勉強の手助けをしてくれているご両親に感謝の気持ちや尊敬の念を持つことの話をしました。皆、真剣に話を聞いてくれました。

2学期から、スピーチコンテストの準備をスタートし、毎週、色々なテーマで、作文やスピーチを作成しました。最初、2、3行しか書けずに、文章を書くことに対して、苦手意識を持っていた生徒もいました。まずは、文章の書き方の手順を再確認し、テーマについて、皆で意見を交換しあいました。その中で、色々なヒントやコツを得て、少しずつ、文章量も増え、文章の質が上がっていきました。スピーチコンテストを行うメリットは、テーマに沿って、深く考え、知恵を絞り、集中して、日本語での取り組みをすること、すでに習った漢字や表現方法の復習、新しい漢字や語彙の習得、そして、聞く相手や読む相手に伝わるように、文章を構成していく力を得ること。最後に、大きな声で、抑揚をつけ、気持ちを込めて、「スピーチ」という形にすること。全員が、本当に大きな成果があり、進歩があったように思います。全員が、一生懸命に取り組んだことを心から誇りに思います。

3学期の終わり、秋休みには、課題図書の本を出しました。それぞれ1人1冊ずつ本を読み、自分が読んだ部分を作文用紙に要約していくというものです。自分では、日本語の本を率先して、読む機会がありませんので、大変な取り組みでした。少しずつ読み進め、きちんとまとめてきてくれています。発表しました。

皆、高学年になり、忙しい毎日ですが、それぞれに努力して日本語の勉強を続けていることを嬉しく思います。今後も全力で応援して行きたいと思います。

(担任:山田朝子)

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



オープンデーを開催

あっという間に12月ですね。11月のオープンデーでは沢山の参加者にご来校いただきました。緊張した面持ちの子や、新しいことにワクワクした様子の子ども達を見ながら、来年から日本語と一緒に学ぶ子ども達が更に増えるのだなと感慨深く思いました。

また、オープンデーに合わせて、フリーマーケットも開催されました。手作りの品や、家庭で不要になった洋服や雑貨等が並べられ、小銭を握り締めた小さなお客様などで賑わいました。

今年最後の授業は12月5日で、お楽しみ会が行われます。今年もクラスごとに1年間の成果を発表するために日々、練習を重ねています。

クラス紹介 若葉組

今年度も早いもので4学期の後半に入りました。今年前半は試行錯誤しながらの授業の繰り返しでした。その理由は、若葉組を担当するようになって5年目となりますが、今年は今までの4年間とは異なった授業形態となったためです。

若葉組の生徒数は13名で、男子が6名に対して女子が7名。小学生が5名でハイスクール生が7名というクラスです。そして、教科書3年生(下)組と教科書5年生(上)組とに分かれる複式での授業形態のため、試行錯誤しながらの授業となってしまいました。最初の2学期間は、計画通りの授業が行えたのは稀で、学期の指導計画の見直しも頻繁となりました。こうい

う状況が続くと、授業後は、生徒に対して申し訳ないと同時に、自分自身フラストレーションを感じ続けることとなってしまいました。

3学期になって、アシスタントの先生に来て頂けるようになってからやっと、毎週の授業がスムーズに進むようになりました。アシスタントの先生には事前に授業案はお渡ししていますが、それでも突然、「これをお願いします。」となることが多いのが実情です。でも、そんな時でもアタフタせずに対処して頂けるアシスタントの先生には本当に感謝しております。

毎週行っている漢字テストは、どの生徒もよく練習してくるので、よい結果がでています。『来週はテストなし』ということが数回あったのですが、「やった!」という反応の代わりに、『えーっ! わたし、漢字テスト好きなのに…』というガッカリした反応が返ってきたときは驚きました。向上心の強い生徒たちが多いとこちらとしてもやりがいを感じます。

さて、4学期のイベントといえば、最終日のお楽しみ会ですが、毎年出し物を決めるのに一苦労しています。あまり授業を潰したくないのですが、出し物によってはそれも難しく…。今年は生徒たちの希望で劇をやることになっていますが、ストーリー、台本、小道具製作まですべて生徒中心の準備に入ったところです。幸いにも、「わたしやる!」「ぼくが家でやってくる!」と、自主的に行動してくれる生徒たちなので、少し手抜きをさせてもらっています。その分、保護者の負担が増えてしまっているかもしれませんが…。皆で力を合わせて、楽しい劇の発表となるよう期待しています。

来年度も引き続き、ほぼ同じメンバーでの担任となる予定です。アシスタントの先生の助力とともに、少しでも生徒たちの日本語力が向上するよう引き続き頑張っていきたいと思います。

最後に、皆様、楽しい年末年始となりますように!

(担任: 大上祐一)



JCS教育支援委員会より 継承日本語について⑥最終回

最終回は、どのように継承語話者をサポートしていくかで締めくくりとなります。

子どもの日本語力を伸ばすには？

学校でのサポート

- ①継承日本語の発達のための継承語教育をしっかりと理解する
- ②学校への協力、協同をおしまない

日常生活における子どものサポート

- ③現実を見極め、肯定的思考を持つ
- ④家庭での日本語使用の継続

1. 継承日本語発達のための継承語教育を理解するとは

- *自分の国語教育で育った経験に頼らない
- *子どもの状況を把握(親が育った状況と現状が違うことを把握する)
- *様々な背景を持つ子どもの言語習得について知る

2. 日本語学校への協力、協同をおしまないとは

- *家庭学習(学校に通わせているだけでは言語は伸びない)
- *教師との連携(子どもの言語成長について聞く)
- *子どもへのメッセージ(学校はつまらない所だというネガティブなメッセージを送らない)

3. 現実を見極め、肯定的思考を持つとは

- *子どもへの期待(現実離れした期待を持たない)
- *将来への展望(社会に役立つ人材育成)

4. 家庭での日本語使用の継続とは

言語習得の条件を満たすこと

- *動機付けをする
- *自分に対する自信、高い自己評価ができる
- *安心して学習できる環境作り
- *理解出来るインプット

親のありかた

- *間違いに対して寛容でいられるように日頃から努力する。間違いばかりを指摘せず、できることをほめる
 - *しつけの一部として、言語の使い分けをする
 - *仲間作りを大切にする
 - *言語習得についての親の無関心、無理解からの脱出。自由放任はしない、日本語学校に入れば大丈夫という安心感を持たない
 - *子どもの成長によって親のサポートを変える。幼少期の絵本の読み聞かせから成長した子には大人扱いをして一緒にディスカッションをするなど。(9歳まではしっかり日本語で話す)
- その他、子どもとコミュニケーションを取りながら自然に日本語を使い続ける。子どもが幼稚園や小学校に通い出し、英語使用が増えても「量よりも質！」と信じて、時間が無くても楽しく日本語に触れさせていく。

以上が、2014年7月9日に開催された「継承日本語を育てる」保護者向けセミナーからの抜粋でした。これからも地道に楽しく、継承日本語をサポートしていきたいですね。

(JCS日本語学校ダンダス校教師 サマトちづる)



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。
12月17日(木)~19日(土)の3日間!!

年末大売り出しセール開催★
全品20%OFF ※一部商品を除く

【期間中の営業時間】
17日(木) 10am - 6pm
18日(金) 10am - 5pm
19日(土) 10am - 6pm

●オンラインショッピング対象外
●ポイントカードの捺印不可
●他の割引との併用不可
●割引済み商品対象外
●お取り置き不可

“フジベガリーのパン”を3日間とも販売!!

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

格安航空券お取扱い中!
弊社では、別途発券手数料は頂きません。

全日空(ANA)就航記念! ※2015年12月12日~
航空券ご購入方は、海外旅行保険割引 20%以上!

→日帰りツアー/国内旅行
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!

→TCI オリジナルツアー
ブルーム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)

→JR Pass 取扱い中

Suite 602 Level 6 309 Pitt Street Sydney NSW
お気軽に問合せください!

Tel 02-9267-7751
Email: tci.travel@bigpond.com
<http://www.tcisydney.com/>



メラリと光る

あの人・この人

【第57回】

矢野仁(れん)さん、 書家／アーティスト



「日々の雑念を減らして、より自分らしい毎日を過ごしたい」と思っていた矢先のこと。JCS事務局から矢野仁さんこと「れんさん」をぜひこのコラムへ、という依頼を受けた。これも何かのタイミング、とインタビューに挑むと、自然体で真摯な彼の姿勢に心動かされ、翌週、書を体験している自分がいた。

「大人はこれまで自分の書いてきた字がありますから、その概念を一旦崩して、再構築していくことが必要です。今まで見えていなかったことがみえるようになり、できなかったことができるようになれば、変わりますよね」と語るれんさん。この言葉が私の心の「新しい扉」を開いてくれたような気がする。

れんさんと書の出会いは、7歳の頃、家の裏の神社にできた書道教室。翌年新たに通い始めた教室の先生の元で、書の面白さを体感していった。気づけば東京学芸大で書道を専攻、後に多摩美でもアートとしての書を模索した。

「生意気で頑固、だから側から見れば今まで色々戦ってきているようにみえるかもしれません」と自らを振り返る。学芸大4年生、最後のクラス展では、ダンボール60個を使った作品に取り組むも、その斬新さが受け入れられず、会場から締め出され、クラス展会場の外に作品を置くことに。それでも譲らなかったのはなぜか? 「反発を受けても大事なもの、などという大それた考えはありません。自分の作りたいものを作っただけです」と無造作に語る。エゴのない、制作に一途でピュアな姿勢を感じてしまうのは私だけだろうか。

大卒後、東京や大阪で作品展を開催するも、日本の書の世界では生きにくいと感じ、友人を訪ねて一度きていたシドニーに拠点を移すことを決意。そこから学生ビザを繋ぎながら活動が続け、2003年アーティストとして永住権取得。ビジュアルアート系では日本人第1号となった。その後は、シドニーで書の第一人者として、NSW総督邸やJapan Foundationでの作品展示、NSW州立美術館やキャンベラの在豪日本大使館の招聘による灯籠祭りでの大書パフォーマンス、カウラ日本庭園などでのワークショップ、またハリウッド映画「ウルヴァリン・サムライ」の製作に書家として参加するなど幅広く活躍してきた。

「書家としては、優れた先人の書のテクニックを学び、採り入れ、自分の表現に活かす。そしてそれを見せ、教えることによって、伝えていく。そういう作業をしているのではないかと思います。例えば2X8メートルもある大きな紙に大書のデモンストレーションをしますが、それはシドニーで書を紹介する手段のひとつであり、そこで興味を持ってもらうことで日本文化への距離が縮まればと思っています。」

アーティストとして意欲的に活動し続ける他、教室では書道、硬筆の生徒を抱え、月一回のバルメインの日本旅館『豪寿庵』でのワークショップも好評だ。「教室では、生徒さんが持っているものを伸ばすために、成長を見続けています」。40年ぶり?! に握った筆を片手に戸惑う私にも、既成概念を崩すために、優しく、励ましながら適切な言葉をかけ続けてくれた。

「書は、黒、白、朱(落款印)の3色だけ。みんな黒の部分を意識しがちですが、実は白が大事。白をどう切るか、どう囲むか…。白がうまくいっていないとダメなんです」このアドバイスをもらってから、初心者の私にも、今まで見えていなかったことが、少し垣間見れたように思う。

「僕の仕事は、日本人として「言霊」を信じ、大胆に言えばその言霊を操ること。今、こうして自分の才能やセンスを発揮できるものをみつけ、それが続けられる環境にいるというのは、ほんの一握りの人にあたえられる幸運かと思っています。いいときも悪いときも支えてくださる方々がいたおかげでなんとか続けることができました。その深い感謝の気持ちを還元する、という意味も含めて、見る人の気持ちを明るく、元気にし、楽しませ、支えてけるような作品を作っていきたいです。」



オーストラリアで 家を建てよう

第22回

ひなっち

みなさん、こんにちは(or こんばんわ)。いかがお過ごしですか？ 今回で通算22回目の登場です。

もう22回目にもなるのか…。コラム開始当初は12回で終了する予定(毎月書いて1年でオシマイ)だったのに、「3歩進んで2歩下がる」的にノロノロと進めていいのだろうか？ と正直少々不安にもなりますが、編集サイドからは特に何も言われてません、今のところ。

さて今回は「家はカタログ価格では買えない」というのがポイントでした。そして、家の印象を決定づける大きな要素であるFloor系、つまり、Timber・Carpet・Tile兄弟を取り扱う業者を訪問しているいろいろ検討した結果、ココではTileだけお願いした、というところで終わってますね。

じゃあ、今回はこの続き。

この業者をお願いしたのは結果的にはTileのみだったけど、実はTimberもお願いしようとしてました。1階部分がコンクリむき出しのままの引き渡しは気分が悪いから、と圧倒的なTimberサンプルから懸命にひとつ選んで、ちょっと高いけどコレに決めちゃえ！ と決心したのが2011年1月中旬。

早速担当者に連絡すると、「在庫確認後、工事着手の頭金として代金の20%をいただくこととなります」。はあ、またカネが飛んでいくのか…。でもコンクリむき出しはもっとイヤだから仕方ないか、と覚悟していると、担当者から意表をつくメールが！

「ただ今在庫を切らしてます。次の入荷は3月7日の予定」

おいおいちょっと待ってくれよ、この時点では引き渡しは2月中旬と聞いていて、引越は遅くとも2月中って考えてるのに、全然間に合わないじゃん！

どうすんだよ(怒)！ ずっと前から「コレ買うかもしれないからヨロシクね」って意思表示してたのに…。

こんなテキトーな業者はコッチから切ってやる。その代わりに、2月中旬に工事完了してくれそうな業者を新規に探すのだ！ と、クルマを走らせては「Timber」というカンバンが目に入れば飛び込む、という行きあたりばったりの訪問作戦を決行。その中

でも、日本語補習校帰りに偶然見つけた個人業者、フレンドリーで親切で、料金も安そうで無理も聞いてくれそうで好印象。図面を持って翌日に再訪、Timberはもちろんのこと2階部分のCarpetも勢いに任せてお願いしちゃいました。

机の上に開きっ放しになっただ作業スケジュール

カレンダーを勝手に拝見すると、2月の中旬にちょうどいい感じで3日間の空白があるし、ここはトントン拍子で進んで欲しい！ という祈りは通じ、結果的にはとてもキレイな仕上がりに。コンクリもしくはベニヤ打ちっ放し時代とは見違えるような素晴らしさで「住むところ」感がやっと出て来たって感じ。

ちなみにTimber・Carpetともに、嫁さんのセクション。これはとても大事なポイントで、責任の所在が明らかになることで、何か問題があっても俺個人に被害は及ばなくなる。果たして、1階全体に敷き詰められたTimberを見て、濃くも薄くもないこのタイプを選択したことに誤りはなかったと確信し、Carpetも落ち着いた色合いでナイスなセクションだ、と自画自賛トランス状態に陥ったのであった。



サンプルだけで選ぶの、勇気いるよ～



ちなみにこれらの写真、結構長い間Timber屋の店頭でフレーム入りで飾られてました。

世界モダン建築巡礼 70

Jun Sakaguchi (Architect)

ヨドコウ迎賓館

by Frank Lloyd Wright

建築界の三大巨匠として歴史にその名前を刻んだ Frank Lloyd Wright は日本の文化に大きな興味を持ち、いくつかの重要な作品を日本に残していった。その中でも旧帝国ホテルは関東大震災でも無事に残った建物として有名だが、もう一つ隠れた名所がある。それがこのヨドコウ迎賓館である。

神戸の芦屋の市街を一望できる場所に立ったこの石造りの建物は Wright のセンスをあらゆるところに感じることできる秀逸な作品といえる。

1918年に設計され、6年後に完成した建物は既に90年の時を経ている。全体は大谷石で覆われ、その高台に立った立地を生かしながら、随所で眺望を楽しめる空間をつくりだしている。その繊細なデザインは今でも美しい。実際には4層にわたる建物も地上に表出する部分は2層に限られ、建物自体が地形の中うまく埋め込まれていることが分かる。それぞれの空間が眺望や外部とのつながりを重視した構成となっている。

日本を愛した Wright のディテールは日本的な繊細さを持ち、かつ機能的で有機的である。その空間を一步一步歩くことで新しい発見を見つけられるようである。



1924年の完成後ウィークエンドハウスや独身寮などにも使われたが、1989年にゲストハウスとして生まれ変わり、震災の後も改修されることで元の表情を維持することができた。交通の便はよくないが、建築のモダンデザインの原点を見る上では訪れる価値のある建築といえる。





スコットランド国立美術館展 「The Greats～巨匠たち」

前回に引き続き、今絶賛展示中の特別展、スコットランド国立美術館展「The Greats～巨匠たち」に関連して記させていただきます。

この展覧会の作品は、スコットランド国立美術館からやってきた15世紀末から19世紀に亘るコレクションの数々ですが、時を経ながら変化したとはいえ、18世紀に到るまで画家という職業の社会的な地位は低く、芸術家・クリエイターというよりは、職人というイメージで扱われ、描く主題も今日の画家のように自分で描きたいものを描くのではなく、教会や王侯貴族、新興ブルジョワジーといった注文主の意向に沿ったものが選ばれ、注文主や顧客層の意に染まないものは、認められなかったそうです。それぞれの作品にその作品が描かれた時代背景、国家社会、宗教などが画家の個性と共に反映されていると言えます。

フィレンツェ出身のイタリヤ・ルネッサンスの巨匠でメディチ家に保護されたボッティチェリの作品「眠る幼子キリストを敬慕する聖母」(下)は、彼の有名な作品「ヴィーナスの誕生」が描かれたのと同様同時期、1485年頃のもの。当時では珍しくキャンバスに描かれていて、可動性が必要とされたと考えられ、フィレンツェから離れたところにいる依頼主のための作品だったと考えられています。

17世紀バロック期の画家で、今展必見の厨房画、「卵を料理する老女」(右上)を18～19歳で描いたベラスケスは、スペイン宮廷に仕えて、スペイン・ハプスブルク家の栄光と落日を見つめながら生涯を終えます。この



Botticelli The Virgin Adoring the Sleeping Christ Child(c1485)

時代は、絵画のジャンル別に、歴史画を頂点とした序列が確立していて、肖像画や、静物画は、歴史画に比べ、格下の存在だったそうです。彼は、後に歴史画も描けることを



Velazquez An Old Woman Cooking Eggs(1618)

証明し、宮廷に仕え続け、57歳となる1656年には、教科書などでご存知の方も多し、マルガリータ王女を主役にした「ラス・メニーナス(宮廷の侍女たち)」を描きます。

また、経済的繁栄を極めた17世紀のオランダは、王侯貴族中心社会から名門上流市民が中心となる新興ブルジョワジーによる市民国家となり、有名絵画を買い漁る日本のバブル期のような状況だったようです。このオランダ絵画の黄金期、レンブラントは市民に愛されるスーパースターの栄光と凋落の悲哀を味わいます。名画「夜警」を完成させたのと同じ1642年、36歳で妻を失ったレンブラントは、その後、人生の負のスパイラルに陥ります。今展の作品「ベッドの女性」(下)で描いているのは、幼い息子ティトウスの乳母として雇い、愛人ともなったヘルートヘ・ディルクと考えられています。このヘルートヘという愛人がいながら、20歳も若い使用人、ヘンドリック・ストッフエルスに気を移し、新しい愛人としたため裁判沙汰になるのです



Rembrandt van Rijn A woman in bed (c1647)

が、こうしたレンブラントの私生活の乱れは、厳格なプロテスタント中心の市民社会では、顧客あつての人気商売の画家に致命傷となります。生涯で60～100点とも言われるほどの数の自画像を残した画家は、財政的にも行き詰まり、後に妻としたヘンドリックにも先立たれ、さびしく亡くなります。

巨匠たちの作品を一堂に集めたこの展覧会、タイトルや主題を確認しながら、作品の裏にある歴史や社会背景、巨匠たちの注文主に応えようと努力する汗と涙の物語やその人生を感じつつ楽しむこともできます。コミュニティー・アンバサダーの日本語ツアーもその一助となるかもしれません。

(NSW州立美術館コミュニティー・アンバサダー 鴨粕弘美)

映画 CINEMA

百日紅 Miss Hokusai

監督:原恵一
 主演(声優):杏、松重豊、他
 原作:杉浦日向子
 制作:日本、2015年、アニメ90分
 アヌシー国際アニメーション映画祭、
 審査員賞受賞、他多数の優秀賞受賞。
 おすすめ度:★★★★☆



ロックのBGMをバックに映し出される木造の両国橋を忙しそうに行き交う町人の中、ひとり欄干にもたれて立つ主人公、お柴。江戸時代の人気絵師、葛飾北斎の三女であり弟子でもあったお柴は、「親父と娘、筆二本、箸四本あればどう転んでも食っていける」と豪語していたという。父の才能を受け継ぎ、頻繁に代筆していただけあって、画才は確かであったが、そのリアリティ飛んだ作品は、時に奇怪な騒動を起こすことも…。当時の風情豊かな江戸庶民の生活をコミカルでスピリチュアルに描き、世界的有名な北斎の「神奈川沖浪裏」等が生み出された背景を映し出す秀作。

書籍 BOOKS

極点飛行

著者:笹本
 発行:2005年 光文社
 おすすめ度:★★★★★



桐村は、南極で物資輸送に携わるパイロット。チリ有数の富豪である日系実業家シラセが南極基地で負傷したため救助に向かうが、帰路、謎の双発機に襲われる。背後には黄金伝説をめぐる陰謀があるのか。南米に巣食うネオナチ残党、見え隠れする超大国の影。真の敵の正体は？極限に命を懸ける男たちの姿が胸に迫る。壮大なスケール、息もつかせぬ圧倒的なリアリティ。これぞ冒険小説の金字塔！虚構性と真実性が見事に融合されている。秘境、航空冒険小説だが、軍や諜報機関が絡む謀略小説の興味もあり、とにかく面白い。

音楽 MUSIC

Unbreakable

アーティスト:Janet Jackson
 発売:2015年10月
 おすすめ度:★★★★☆



Michael Jacksonの妹JanetはJackson Familyの最年少。彼女自身の才能も卓越しており、これまで10枚のアルバムをリリースしている。5枚目のアルバムJanetは初登場1位をBillboardで記録し、女性アーティストとして初の偉業となった。今回のは11枚目の作品として7年ぶりのアルバム。2009年にスーパースターの兄のMichaelを亡くし、追悼コンサートなどを行ったが自身の活動はしばらくはなかった。今回リリースしたUnbreakableはBillboardで初登場1位となり、様々なクリティックからポジティブな評価を得ている。彼女の多彩な才能を余すところなく表現したこの作品はそのクオリティの高さの中にMichaelを失った悲しさがところどころ見られる。After You Fallは明らかに彼を失ったことを歌う曲であり、胸を突く悲しさを持っている。是非リストに加えたい名作といえる。

鑑賞 DVD

ビリギャル『学年ビリのギャルが1年で偏差値を40上げて慶應大学に現役合格した話』

原作:坪田信貴
 監督:土井裕泰
 出演:有村架純、伊藤淳史、野村周平 他
 おすすめ度:★★★★★



さやかは高校2年生。名古屋のお嬢様学校に中学受験で合格したものの、両親の不和などに反発して非行化。金髪、ヘソだし、超ミニスカでギャルメイク。友達と遊び回っていたら、成績はついに学年ビリ。高校2年の夏に大学進学を望む母親に連れられて学習塾へ。入塾した時点で偏差値30以下。聖徳太子を「セイトクタコ」と読んだり、東西南北もわからない。そんなさやかが塾講師の坪田にのせられて、慶應大学を目指すことになる。原作者の坪田信貴は実在の「さやか」の塾講師。本物のさやかは2010年に慶応大を卒業し、2014年に結婚。現在はウェディングプランナーとして働いている。

●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)

パリ同時多発テロ犠牲者追悼式典

聖メアリー大聖堂でパリ同時多発テロ犠牲者を追悼する式典が執り行われました

先月13日、パリで起こった同時多発テロにより犠牲になった方々を追悼する式典が、シドニーの聖メアリー大聖堂で執り行われ、私も仏教徒として代表献灯をさせて頂きました。無念にも一瞬にして命を奪われた人々、そのご家族に深く哀悼の意を表するものです。

ここシドニーで発生後すぐに行われたのは、聖メアリー大聖堂での追悼式典で、これはベアードNSW州首相が招集し、フィッシャー大司教(写真下中)が導師となって、宗教の枠を超えて執り行われました。仏教の代表として私も招かれ代表献灯をさせて頂きました。(写真下右)

追悼の意味を込めて世界中の有名な建物が、青、白、赤の三色にライトアップされていたのをご覧になった方も多かったのではと思いますが、シドニーでは、オペラハウス、タウンホール、そしてこの聖メアリー大聖堂がトリコロールに彩られていました。(写真右上)まだまだ人生を終えるつもりではなかった人々の無念を思うとやりきれない思いで一杯になったと同時に、多くの方が追悼の念を一つにし、その思いを共有できたことは有り難いご縁の場でした。(渡部記)



青白赤の三色にライトアップされた聖メアリー大聖堂



Photographs by Giovanni Portelli. Used with permission, Catholic Communications Archdiocese of Sydney.

外食日記



我が家ではちょっとした集まりがある時、必ず登場するのはババジヌッシュやホモスなどのディップとタブーリです。タブーリとはパセリとミントがメインの大人っぽいあきの来ない味のサラダです。レバノン料理は野菜が多く、豆やヨーグルトを多用していて、健康的だし、美味しいし、もっと

頻繁に食べたい所ですが、Take awayや食堂風の店しか知らなかったのが、中々食べに行くチャンスがありませんでした。ところが最近になってとても上品で素敵なレバニーズレストランを発見しました！昼時はラップをはじめセット料理がありますが、充実したアラカルトもあり、各種ディップ、サラダ、豆料理、チキン、ラム、コフタのBBQや煮込み料理等があります。まだまだ食べたことのない料理が数多くあるので、目下チャンスがあるごとに違うメニューをトライしているところです。量が多めなので大人数でいくのがお勧めです。行ったことはありませんが、他に4店(Greenacre, Lakemba, Woolongong, Penrith)あります。

Al Aseel Restaurant

住所 189 Missenden Road, Newtown

電話 02-9550-3194

営業時間 毎日営業 11am~10pm

価格帯 ランチ\$10~、ディナー\$25~

雰囲気 8

サービス 7

料理 8

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61回 ピザ生地

パーティシーズン到来で、お出かけやお客様をお招きする機会が頻繁になる時期ですね♪

食べ過ぎ飲み過ぎに気をつけようと思っても、なかなか難しいですが、せめて化学調味料や添加物を加えてない一品があると内蔵が休まるので、トライしてみてください。

今回紹介するのはあつという間にできるピザ生地です。健康なお料理って主役になりにくいけれど、ピザならみんなに喜ばれること間違いなし。

お好みのトッピングをしてオープンに入れればでき上がり。トマトソースやとろけるチーズのマクロビレシピも以前この連載で紹介しているので、冊子を引っ張り出してご参照ください！

「トロ〜りおいしい、ベジチーズ」第12回(2011年7月号)

「トマトソース」連載31回(2013年4月号)

【材料】 小さいサイズ3枚分程度

A 強力粉(Bread Flour) 200g(打ち粉は計量外)

シーソルト 小さじ1/8

ラパデュラシュガー 小さじ1/8

オリーブオイル 大さじ1

B ぬるま湯 100~120ml



【作り方】

- ①ボウルにAの材料を入れて箸などで軽く混ぜ、ぬるま湯を少しずつ加えながら混ぜていく
- ②ある程度まとまったら、ボウルから取り出し、打ち粉をした台の上で約10分なめらかになるまでこねる
- ③生地を丸くまとめてボウルに戻し、蓋をして濡れフキンをかぶせ、30分休ませる
- ④30分経ったら生地(約300g)を3等分して、それぞれをクッキングペーパーの上ののせ、めん棒で3ミリくらいに薄くのばして、フォークで軽く穴をあけ、お好みのトッピングをしてオープンで15分焼く。

*シーソルトには、ミネラルが豊富に含まれています

*強力粉(Bread Flour)はベーキングパウダーを含まないものを選びましょう

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



【第156回】

オーストラリアから蠅のいなくなる日

オーストラリアに来て最初に受けた強い印象が、もし夏の時期ならば「The Grate Australian Salute」などと表される、蠅の大群によるあまり有り難くない偉大な歓迎だったという方も多いと思います。殊に内陸部の牧草地帯で開催される野外行事に招待された場合には、蠅よけスプレーなど何のその、背中に黒山のように蠅が群がり、そこを拠点に目や鼻そして口への執拗な連続攻撃に閉口させられます。小型で丈夫な一對の羽で頗る活発に活動する蠅は、一般にブッシュフライ (bush fly=BF) と呼ばれオーストラリアの固有種です。繁殖の最盛期はクリスマスの頃で、推定総数は多い年では1兆匹にも達するという調査もあり、外に出た途端にスターカーの如く五月蠅く付き纏われるのも頷けます。

BFは、dung(動物の糞)を主要な生活拠点にする蠅の一種で殊に牛糞は、形状及び大きさそして適度な湿気を帯びた内部と、彼らにとって申し分のないマンションかつ繁殖場です。牛が放出した新鮮な糞を見つけると抱卵した雌は、直ちに突進しほぼ凸レンズ型の周辺部から少し下がった部分に、体の大きいもので約50個の卵を順次貼り付けます。産み付けられた卵が孵化する時間は、一般的に気温が高いほど短くなり、5~20時間かけて幼虫が誕生します。幼虫は、栄養素に富む牛糞の中をトンネル状に食べ進み、時々入り口まで後退し空気をしっかり吸い込み再び前進を続けます。彼等には、十分な栄養、水分そして空気が不可欠。十分に成長した幼虫は、気温の高低により3~18日経過すると摂食を止め、揺籃の場である牛糞を離れ土中に潜行し固い殻に包まれた蛹へ。更に3日ほどすると、殻の先端に近い部分に亀裂が入り蓋でも開くように切り離され、いよいよ完全変態が完了し次々と新生BFが地上に現れ出ます。旺盛な食欲

で体調を整えたBFは、気温が37~39度の状態であれば3日程度で早くも繁殖行動が可能となり、その結果がおおよそ1週間毎に総数が10倍ずつ増える爆発的増産です。こうなったら、なまじっかな駆除をしても焼け石に水、コルク吊り下げ帽子でも被りBFが退散するまでただ待つしか仕方がありません。

オーストラリアに牛が最初に現れ、目敏いBFの雌の注視を受けるようになったのは、1788年、即ちオーストラリア建国の年からです。囚人を中心とした入植者と共に、5頭の雌牛と2頭の雄牛が最初の移民船団で運ばれ、恐竜が絶滅して以来久しく絶えていた大型草食動物の登場に、遺伝子に植え付けられていたdung flyとしての本能が弾けるように喚起されたことでしょう。カンガルーやディンゴの糞では、大量繁殖の温床としては物足りません。たった7頭から始まり、今や2,000万頭を超えるまでに増加したオーストラリアの牛の飼育数は、今後更に自由貿易協定の拡張等で右肩上がりに増えるのは間違いなく、BFにとって順風満帆我世の夏を謳歌することになるのは確実。そうなると夏の心地良い汗を伴うスポーツは、昔語りとなり、サマータイムも有名無実となることでしょう。オーストラリアの蠅は、牛糞がある限り不滅です。

結論として、オーストラリアに住む限りBFの傍若無人な振舞いには、抵抗をしても無駄でただただお引き取りいただくのを願うしかありません。夜空を見上げて、南十字に止まるようにはえ座が夜半の空高く掛かります。BFがいなくなる日は、即ちオーストラリアの忌日だとしたら、滅多なことは考えないように戒めましょう。

暮らしの医療

妊娠性高血圧 (Gestational hypertension)

ドクター・鳥居 / Northbridge Family Clinic

妊娠中の高血圧

妊娠中におこる高血圧にはいくつかのタイプがあります。

*慢性高血圧

これは妊娠する以前からあった慢性の高血圧です。本態性高血圧の場合と腎臓疾患やその他の疾患からおこる高血圧があります。また、妊娠中毒症が慢性高血圧と重なっておこることもあります。慢性高血圧を持っていること自体が妊娠中毒症になるひとつの危険因子です。

*妊娠性高血圧

妊娠20週以降におこる血圧の上昇で、ほとんどの場合は出産後には妊娠前の通常の高血圧に戻ります。妊娠中毒症とは違い、タンパク尿や浮腫みはありません。

*妊娠中毒症

高血圧、尿タンパク、体の浮腫みがおこり、胎児も母体も危険な状態に陥ることがあります。

妊娠性高血圧について (Gestational hypertension)

妊娠20週以降に血圧が140/90以上になり、尿タンパクや浮腫みがない場合、妊娠性高血圧といえます。このうち約25%は妊娠中毒症へと進みます。もし妊娠30週を過ぎて血圧が上がった場合、妊娠中毒症になる確立は50%です。

妊娠性高血圧になりやすい条件:

- *初めての妊娠
- *肥満体
- *年齢20才未満、あるいは40才以上
- *妊娠性高血圧や妊娠中毒の既往歴、あるいは家族歴
- *多胎妊娠
- *慢性腎疾患や糖尿病

妊娠性高血圧の合併症は胎内発育遅延、早産、胎盤剥離、死産などです。ほとんどの場合は軽症で、しかも37週を過ぎてから発症します。通常の妊娠と比べて多少誘導分娩か帝王切開になる可能性が高まりま

すが、胎児への影響はまずありません。しかし、もっと重症になり、胎児への影響も大きくなることもありますので、妊娠中に高血圧が認められれば24時間の尿のタンパクの排泄量を調べたり、超音波検査で胎児の発育具合を診たりしておく必要があります。また、血圧も頻繁にチェックし、血圧が上昇気味だったり、妊娠中毒症になっていたり、胎児の発育が悪くなってきたりした場合は何らかの手段を施すことが必要となります。

高リスク妊娠の専門医にかかることが多くなります。降圧剤の服用(血圧140-160/90-100以上)や、もし早産(34週以前)になる可能性が高くなれば副腎皮質ホルモンの投与も考慮されます。これは、胎児の肺の発達を促す効果があります。未熟児の場合、界面活性物質(肺胞表面上の単分子層を形成する表面活性物質)がまだ生産されていないと、呼吸困難に陥る危険があるからです。

出産後にはほとんどの場合血圧は正常に戻ります。ただし、腫産後まもなく血圧がさらに上昇したり妊娠中毒症になるケースもまれにありますので出産後も経過を観察することが重要です。出産後3ヶ月経ってもまだ血圧が高い場合は慢性高血圧と診断されます。妊娠前期と中期の前半までは生理学的な理由で通常血圧は下がります。慢性高血圧でも妊娠前の血圧が不明だったら妊娠初期に始めて血圧を測った場合、正常の高血圧と判断されることもあります。つまり、妊娠初期の生理学的な血圧の低下により、慢性高血圧がマスクされてしまうこともあります。



仏教語からできた 日本語 その122



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

中道(ちゅうどう)

菩提樹の下でお覺りを開かれたお釈迦様が最初に法を説かれたのは、修行を始めた頃の仲間だった五人の比丘たちに対してであったと伝えられています。仏典には次のように語りかけたと言われています。

「比丘たちよ、如来はこれらの二つの極端を捨てて中道をさとした。」

如来(=釈迦牟尼如来)が捨てた二つの極端とは、欲望のままに快樂の生活に耽(ふけ)ることと、その逆の行為、つまり肉体的な疲労消耗を強いる苦行に耽ることでした。苦行はインドの伝統的な修行方法の一つであり、お城を出て出家されたシッダルタ王子が修業を続けた六年の間、呼吸の制御や、断食行などの厳しい難行を行っていたのですが、それによっては聖者の知見・覺りは得られないとし、苦行を潔く捨てられたのでした。ちょうど、リュート奏者の調律を見て、その弦を張りすぎても、少し緩んでいても自分の演奏に使える音が出せないように、ちょうど良い張り加減がベストの状態であり、それが中道であるということに気づかれたのでした。

ともすれば、世の中の出来事や自分の生き方についてどう考えてよいかわからない時、問題のないところで程々がいいと言って、曖昧な態度を取ることが中道なのである、ともしかして理解されている方がいらっしゃるのかもしれませんが、それは大きな間違いなのです。お釈迦様は、若き日に王子として与えられていた衣食住全てにわたる豊かな生活に溺れることもなく、出家後の極端な難行にも惑わされることのない、正しい自覚を持った道こそが、自分の行くべき道、「中道」であると覺られたのでした。

本当に悩むべきことを悩まず、悩まなくてもいいことを悩んでいた自己に、智慧の眼が生じた。まさに弓矢を的的中させた時の緊張感があり、私達の人生道を真に言い当てた言葉なのです。

12月8日は太平洋戦争が始まった真珠湾攻撃の行われた日として、日本人にとっては忘れられない日ですが、一方で、シッダルタ王子が覺りを得て釈迦牟尼世尊となられた「成道会」の日でもあります。お釈迦様が覺られたことを記念し、その覺りまでのご苦勞、に感謝し、そして、その覺られた法を聞かせて頂く有り難い日として覺えて頂ければと思っております。

今年もあっという間の一年でしたが、これからも一日一日を大切に感謝の中で生きていきたいものと思うことです。そしてどうか良い年をお迎え下さいませ。 合掌

法律Q&A 弁護士に 聞いてみよう 111



林由紀夫 (Yukio Hayashi & Associates)

今回も自己破産(bankruptcy)についての話です。

Q:破産宣告されても仕事はできますか？

A:仕事をすることは可能です。但し、\$54,081.30(2015年9月現在)を超えた収入がある場合は、超過額の50%を債権者のためにTrusteeに支払わなければなりません。扶養家族がいる場合は、この金額は更に増やされます。

Q:対象となる収入はどのように計算されますか？

A:まず、受け取りが見込める給料、賃料、ビジネスからの収入、税金の払戻金など全ての収入を計算し、その中から経費、Superannuation fund、生命保険からの配当・金利、税金、義務付けられている養育費の支払いなどを差し引いたものが対象となる収入です。

Q:その支払い方法は？

A:支払い方法(例:毎週、毎月)はTrusteeが状況を考慮して決めます。但し、支払いが滞った場合には、Trusteeは雇用者に対し、当該被破産宣告人の給料から直接支払いをするよう手続きを取ることができます。尚、被破産宣告人自身並びに扶養家族の怪我、病氣、事故等により経済的負担が増えるような状況に陥った場合には、Trusteeは支払い額を減額することができます。またTrusteeは、個々の被破産宣告人の特殊な状況(例えば、通常より高い通勤費用を負担している場合など)も支払い額を定める上で考慮します。対象となる収入の算定に対し不服がある場合には、Inspector-General in Bankruptcy及びAdministrative Appeals Tribunalに不服申立をすることができます。

Q:被破産宣告人はTrusteeにどんな義務がありますか？

A:次の事項に変更があった場合は、被破産宣告人は即Trusteeにその旨報告する義務があります。名前、婚姻状況、扶養家族の数、住所、雇用主、収入。

また、遺産相続など、資産を譲渡されたり、新たな資産の所有者になったり、なる権利を得た場合にもその旨Trusteeに報告する義務を負っています。

Q:Trusteeに対する報告を怠ったり、嘘の報告をした場合には罰せられるのでしょうか？

A:被破産宣告人は、受け取るべき収入の額を含む全ての事柄につき真実をTrusteeに伝える必要があります。もし、Trusteeに対し虚偽情報を提供したり、事実を隠蔽した場合は、最高12カ月の禁固刑が定められています。

Q:被破産宣告人は、宣告中に海外旅行はできますか？

A:海外旅行をする場合は事前の許可が必要です。Trusteeによってはパスポートの提出を求める場合もあります。Trusteeが海外旅行を許可するにあたり、厳密なガイドラインが設けられているため、許可を得る場合には、Trusteeには十分な時間をその判断のため、前もって与えておく必要があります。もし、Trusteeの許可なく海外旅行をしてしまった場合、破産宣告期間の延長及び刑事罰の対象になる可能性があります。

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4回は1984年にオーストラリアに語学留学された林藤子さんです。

第4回 1984年語学留学でオーストラリアに

1984年10月。飛行機の窓から見下ろした早朝のシドニーは美しく、明るい太陽の下、全ての色がくっきりと鮮明で、旅行会社で見たパンフレットの写真そのものでした。澄みきった空、どこまでも続く長い海岸線、白い砂浜、青い海。少しずつ高度が下がるにつれ、今度は生い茂る大きな木々の合間に赤い瓦屋根の家々が見え、バックヤードにある沢山の青いスイミングプールが見えました。個人の家にプールがあるなんて！ シドニーは裕福な人が多い街なんだなあと心から驚いたものです。1984年10月のある朝、私はスーツケースひとつ持ってシドニー空港に降り立ちました。空港ビルを出た時の強い日差しの眩さは今でも良く覚えています。

私がオーストラリアを語学留学先に選んだ一番の理由は、学生は20時間以内なら就労可能だったからです。ちなみにアメリカやイギリスでは留学生が仕事をすることは許されていませんでした。貧乏学生の私には1年間アルバイトもせずに暮らしていくのは到底無理でした。一般的に日本からの留学生のほとんどが普通の人でした。ところが、その頃の東南アジアから来た留学生たちは裕福な家庭の出身者が多く、後に知り合ったタイ人の同級生は本国からメイドを連れて来ていました。また、インドネシア人の同級生はトライアンフ(スポーツカー)を乗り回していました。これがドラマでしたら、この不公平な経済格差をバネに歯を食いしばって勉強に励むところですが、私はただただ「すごいなあ」と感嘆するばかりでした。

話を元に戻します。ホテルの部屋に落ち着くと今度は色々な手続きをするため、語学学校へ向かいました。私が通うことになっていたのはNSW大学にあるInstitute of Languagesで、ホテルのフロントに教えてもらってバスに乗りました。バスには案内のアナウンスなどありませんでしたので、降りる場所を教えてください。バスドライバーに行き先を告げると、「このバスはアンザックパレードを通るからアリソンロードには行かないよ」とのこと。最寄りのバス停からアリソンロードへの行き方を教えてもらおうとしたら、ドライバーに「自分は間もなくこのシフトが終わるから次のストップで降りて待っていてくれ」と言われました。今もあるアンザックパレードのバスデモのことです。心細い思いをしながら一人バ

ス停で待っていたら、ほどなく先ほどの運転手が、なんと空っぽのバスに乗って現れ、私一人を乗せたバスで本当に学校の真ん前まで連れて行ってくれました。なにしろ、その朝シドニーに着いたばかり。右も左も分からなかったの、見ず知らずの運転手さんの優しさに感激し、シドニーに対する好感度は急上昇したのです！

学校事務局で「ホームステイ先は海の側それとも街中？」と聞かれた時、折角シドニーに来たのだからとすかさず「海！」と答えました。そこからまたバスに揺られて、マルーブラビーチのホストファミリーに会いに行き、すんなり次の日から受け入れてもらえることが決まりました。家を出た後、ほっとした気持ちで緩やかな坂道を海に向かって歩いていると、昼間だというのに半径50メートル以内には誰も見当たらず、子どもの頃から人の多い横浜や東京で育った私は、辺りがあまりに閑散としていたので、ちょっと怖いような気がしました。

ビーチ近くには小さな商店街があり、丁度お腹も空いてきたので何か食べることにしました。今ならパスタ、ピッツァ、ハンバーガー、チキン、ケバブや中華など色々選べますが、その当時店にはミートパイかフィッシュ&チップスしかなく、ミートパイにいたっては無数の穴が開いたプラスチックのバッグごとオープンに入っていて見るだに恐ろしく、フィッシュ&チップスを選びました。大きなお魚一切れと驚くほどの量のチップスをわら半紙に包んでくれ、「お酢はどうする？」と聞かれ面食らいました。海辺の岩の上に座って風に吹かれながら、フィッシュ&チップスをつまみつつ、サーファーや白い波を眺めていると、日本を発ってからの緊張感が指の先から抜けていくような気がしました。とても食べきれないと思ったチップスは意外と美味で、思いがけず完食してしまいました。こうして私のシドニーでの暮らしが始まりました。

ちなみに、1984年当時の換金レートは1ドル240円、対USドルは220円でした。初日に泊まったSouthern Cross Hotelは一泊\$130、語学学校の学費は1学期10週間で\$1,000。ホームステイは朝晩二食つきで週\$60。その後ボンダイジャンクションで借りた2ベッドルームのアパートは週\$120。パンは一斤98セントでした。



"Sydney from Bondi Junction-6" by Sardaka



今月の喜怒哀楽<哀>

「日本の経済が上向きになってきていることからか、日本国内での自殺者の数が昨年と比較すると1割減少し、3万人を切った」と、あたかも朗報の如く先般日本のニュースで報道していました。最近読んだ本で知ったのですが、皆さん知っていましたか？日本において、毎年、変死(死因が特定できない)で亡くなられている方が約14万人いるそうです。これは、日本特有のものではなく、他の国でも起きている現象です。ヨーロッパでは、変死の50%が自殺であろうと推定されているそうです。これを当てはめると、日本では毎年10万人近くの方が自殺していることとなります。短い命、そんなに急いでどうする。

編集後記

▼11月の18日、19日、20日にかけてシドニーでの気温が一気に30度超えをし、順に37度、35度そして20日には何とほぼすべての地域で40度を超え、Lindfieldの我が家近辺では何と43度(!)を記録。外に出たらまさに”溶けて”しまいそうな暑さに食欲もなくなり、水ばかりをひたすら補給していました。そしてあくる日はなんと20度程にまで下がってこの気温差に身体がついていけず大変な思いをされた方もいらっしゃるのではと推察した次第です。天気には文句を言えるはずもなく、ただ、あるがままを受け入れるしかないのですが、話しのネタを提供して頂いた(?)ということではやはり「感謝」です。これからいよいよ夏本番です。どうか皆様お体に気をつけて元気に年末年始を乗り切ってくださいませ!(汗っかき)

シドニー日本クラブ2015/16 & 2016/17年度役員一覧

役職	氏名	担当/専門委員会	携帯電話	E-mail
名誉会長	高岡 正人	在シドニー日本総領事	-	-
相談役	Chalker 和子		0404-043-393	kazukoch9@gmail.com
相談役	水野 亮三		0422-853-456	roymizuno@hotmail.com
会長	水越 有史郎	教育支援委員会代表	0412-283-393	miz@jams.tv
副会長	渡部 重信	編集委員会編集長	0412-396-014	hbma@optusnet.com.au
副会長	平野 由紀子	行事・レインボープロジェクト	0414-758-295	yukikosal@yahoo.co.jp
理事	多田 将祐	行事	0404-187-579	kenerit@gmail.com
理事	川上 正和	行事	0433-655-616	makka@k2-inter.com
理事	Joannes えみ	行事	0434-002-432	ejoannes@optusnet.com.au
専門理事	林 さゆり	親睦の会会長	0412-019-878	shayashi@global-promotions.com.au
専門理事	Fraser 悦子	コミュニティーネット	0408-643-420	etsuko@mediaetsuko.com
専門理事	茂木 奈保子	City校代表	0421-504-867	jcsdaihyo2015@hotmail.com
専門理事	富田 明子	Dundas校代表	0411-734-819	jcs-jpschdundas@live.com
専門理事	水越 有史郎	Edgecliff校代表(兼任)	0412-283-393	jcs.edgecliff@gmail.com
事務局長	藤田 結花	事務局	0421-776-052	jcs@japanclubofsydney.org
監事	岩佐 いずみ	会計監査	0431-023-148	izuminsydney@gmail.com
監事	Richter 幸子	会計監査	0414-667-438	richjms@tpg.com.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	水越有史郎	0412-283-393	miz@jams.tv
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。

● J C S だより広告申込書 ●

広告スペース 1 ページ 1 / 2 1 / 3 1 / 6 折り込みチラシ

料 金 \$ _____ (\$ _____ × _____ 回)

期 間 20__年__月号のみ 20__年__月号 ~ 20__年__月号まで__回

会社名 _____ 担当者 _____

住 所 _____

電 話 _____ FAX _____ Email _____