

JCSだより

シドニー日本クラブ会報誌 Japan Club of Sydney Monthly Magazine

2020



www.japanclubofsydney.org

新型コロナウイルス COVID-19 に注意！

3月6日(金)東日本大震災復興支援イベント開催

3月27日(金)岩本光弘講演会開催

2020 March

JCS年会費お支払いのお願い

シドニー日本クラブ(JCS)では、毎年1月から新年度となるため、年会費のお支払いを前年12月からお願いしています。まだお支払いいただけていない方は、至急、お支払い手続きを行っていただけますよう、お願い申し上げます。

また、退会をご希望の場合は、お手数ですが、JCS事務局までその旨ご連絡をお願いいたします。

Email: jcs@japanclubofsydney.org (渡部重信) まで

※本誌最終ページに振込先情報を掲載しています。

ブッシュファイヤー災害救援への支援のお願い

●オーストラリア赤十字の災害救援ファンド(被災者たちを支援)

<https://www.redcross.org.au/campaigns/disaster-relief-and-recovery-donate>

●NSW 地方消防局(ボランティア消防団の方々への支援)

<https://www.rfs.nsw.gov.au/volunteer/support-your-local-brigade>

新型コロナウイルス COVID-19 について

本誌の連載コラム「科学の小箱」の今月号で、「コロナウイルス COVID-19」について書かれていますが、筆者の佐藤さんは、「オーストラリアでの流行は季節的にみて、インフルエンザと同様に半年遅れになる可能性が大きく、また中国や日本、そしてここ数日、宗教団体が集団感染が出た韓国との繋がりを考慮し気がかりです」と述べ、新型コロナウイルスの感染は遠い北半球の出来事ではなく、オーストラリアでも感染者との接触が充分可能である状況だと、警告されています。JCSとしても、読者、会員の皆さんに、日頃の手洗いや、咳エチケットの励行、無理をしないで十分に休息をとる、不要不急の場合は出かけない、など感染予防に努めていただくよう、お願いいたします。

感染予防のために心がけること

- ①石鹸やアルコール消毒液などによる手洗い
- ②正しいマスクの着用を含む咳エチケット
- ③高齢者や持病のある方は公共交通機関や人込みを避ける

- 日本政府厚労省のサイト→<https://www.mhlw.go.jp>
- オーストラリア政府保健省のサイト→<https://www.health.gov.au>
- 疾病管理予防センター→<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/>

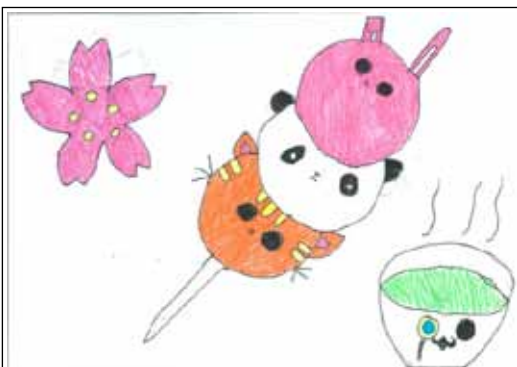


JCSの活動予定

3月1日(日) クリーンアップ・オーストラリア (9:30-11:30@Lane Cove National Park)

3月6日(金) 東日本大震災復興支援イベント (17:00-21:00@Sydney CBD)

3月27日(金) 岩本光弘講演会 (15:00-17:00@JETRO)



■表紙の絵

日本のかawaiiキャラクターや絵が好きで、がんばって書いてみました。

ターンリー海良(かいら) Year 4
シティ校: アルパ組(現 コスモス組)



東日本大震災復興支援イベント

East Japan Earthquake and Fukushima Disaster Commemoration

TSU-NA-GU 2020

Fundraising for



3月6日（金）午後5時～9時
Sydney Mechanics' School of Art
280 Pitt St, Sydney NSW

**入場
無料**

**映画鑑賞一律
\$10** (1本又は2本)
*映画チケットは、会場にて
お買い求めいただけます。
*小学生以下無料
*入退場自由
(映画上映中を除く)

イベント情報は
FBページにて
#JCS Rainbow
Project



**映画「ひとりじゃない」
5時15分～**

「生きている意味」が見いだせない…。2011
年3月11日に妻と子供を亡くした男が孤立か
ら脱していく姿を描く。(自由席・英語字幕)



**伝統工芸物
製品の展示
・販売
5時～**

**1分間の黙祷
5時より**



**ドキュメンタリー映画
「Life 生きていく」
6時30分～**

これは、遺された「一軒の家」をめぐる、ある家族
の「命」の物語。家族とは何か、そして、生きるこ
とは。 (自由席・英語字幕)



Title: Ren Yano
Photo: Misaki Ito
Design: Masayo Colly



**東北郷土料理
販売・東北地酒
テイasting
5時～**



**キッズワーク
ショップ・
被災地写真展
5時～**



主催: JCS レインボープロジェクト <http://jcsrainbow.com/>

協力: 東京マート、RENCLUB、森島酒造(株)、ArtLab、ふくしま会、浄土真宗本願寺派オーストラリア開教事務所
問い合わせ: sydneyrainbows@gmail.com

Facebook イベントページ: www.facebook.com/events/594453894668288/

*当日は、寄付箱を設けます。経費を除く収益金は、JCSレインボープロジェクトに寄付され、被災地の若者を「グローバル若者育成プログラム」でシドニーに招待するために使われます。また、今回はオーストラリア山火事被害を受けて、東日本大震災の時にオーストラリア災害レスキュー隊78人が被災地で活動してくださった恩を少しでも返せればという想いから、一部をNSW Rural Fire Rescueにも寄付いたします。

*スケジュール、催し、メニュー内容は予告なしに変更になる場合がございます。*写真のイメージと実物とは異なる場合がございます。

理事会から

日時: 2月5日(水) 19時～21時 場所: Dougherty Community Centre, Chatswood
出席: 八重樫領事、コステロ(電話参加)、チョーカー、藤田、平野、林、ホジュキンソン、
クーパー、堀田、松隈、クー、渡部
欠席: 水越、阿部、マーン、マックケナー、佐野、川上

1. Matsuri Japan Festival(12月7日)総括

山火事による大気汚染のため曇天での開催となったが、約3万人の観客を集め無事盛大に行うことができた。新しいJCSのTシャツが人混みの中で存在感を示していた。着物、金魚すくいも大きな売り上げを記録。

2. 令和日本伝統祭(12月16日)総括

今回初めての企画であったが、成功裏に終えることができた。チケットを完売し、当日に入りきれない人が出るほどであった。各方面から祝意のメールを頂き、日本のいくつかの新聞にも掲載され反響が大きかった。

2. 日本語学校報告(三校)

●三校共通

新型コロナウイルス感染対応として、州保健省からの通達や政府の注意喚起に従い、過去14日以内に中国から帰還された方には、登校しないようお願いした。

●City校:13クラス、生徒数212名、147家族、退学1名

2月1日に新・編入生39名を迎え新学期がスタートした。15日には、総会・保護者会、TC会議を予定。22日は、ロックダウン・避難訓練実施予定。29日から3週間クラス保護者会を開催し、保護者には年間の授業計画を把握し、お子さんをサポートして頂く呼びかけを行う。新校舎への引越しは2学期までに行う予定。昨年、伊藤忠記念財団子ども文庫100冊助成申請をし、見事に当選した。

今年も元気いっぱいの生徒たちが楽しく日本の言語や文化を習得できる環境作りを、教員、委員、新委員・クラスサポート係と共に頑張っていきたい。

●Dundas校:8クラス、生徒数133名、85家族、退学10名

新年度は教員減のためクラスが1つ減り8クラス体制で運営を行う。全生徒数は昨年対比で10名増の133名。昨年で任期を終えた役員3名と入れ替わり、新たにクーカすみ(副代表)、コックスあゆみ(生徒)、片野照美(事務)が就任。2月1日は始業式、保護者会、各クラスで節分のクラフト等行う予定。8日は避難訓練・ロックダウン及びTC会議を予定。8日・15日・22日はクラス保護者会を予定。29日は各クラスでひな祭りのクラフト等を行う予定。

クラス減のためクラスの平均生徒数が増え、教員の負担が増えたため、あゆみの作成は年一度2学期末に行うことにした。保護者との個別面談を望む教員は各自面談を実施する。毎年4学期12月中旬より休みに入る生徒が多いため、1学期を10週、4学期を8週で調節する。

●Edgecliff校:5クラス、生徒数42名、32家族

2月1日から新学期が始まった。昨年は人数不足により開設できなかった幼児部だが、今年は新入生のクラスを設けることができ、全5クラスとなった。新任の先生4人を加え、教師5人、運営委員3人、ボランティア3人の態

勢で運営する。今年は10月に開校5周年を迎える。第1週目は始業式と保護者会を行った。子どもたちと保護者全員が校庭に集まり、校歌を歌い、今年お世話になる先生や委員、ボランティアを紹介。授業では、クラスで節分について学んだ後は、校庭に出て豆に見立てた木の実を使って「鬼は外! 福は内!」の掛け声と共に日本の行事を楽しんだ。今年も生徒たちと一緒に日本語・日本文化を楽しく学んでいきたいと思う。

4. ブッシュファイヤー被災者への義援金について

募金サイトの会員への告知を「JCSだより」で行なった。会員一世帯あたり\$10をNSW Rural Fireと、Service Wildlife Rescueへ、\$1575ずつ寄付する。

5. JCSクラブ関連

○フラダンス事務局担当者が、加藤真理さんから伊藤綾さんへ変更。

○クラブの責任者の条件について、JCSの会員がその任に就くことを各クラブに依頼する。

6. 今年度行事日程確認

○クリーンアップ・オーストラリアへの参加について
ブッシュファイヤーの影響が懸念されたが、今年も3月1日に実施。参加者のパーキングが限られているので、乗り合いでの参加が要請されている。

○オリンピック関連イベントについて

東京オリンピック・パラリンピックに合わせてオリンピックパークで7月25日に祭りを開催する案があったが、集客の観点から、パラマタの祭りの時期を変更して、7月18日(土)に行う案を検討。(7月25日は学校の3学期始業式のため)カウンスルからは7月18日で了解を得た。

○9月12日 チャッツウッド日本祭り

○11月22日 忘年会(会場を早めに決定する)

○12月 ダーリングハーバー日本祭(日程はまだ未定)

7. JCSストーリーについて

理事が個人の自宅で所有しているJCSの備品につき、川上理事の会社倉庫を利用する案を検討。

8. その他(JCSレインボープロジェクト)

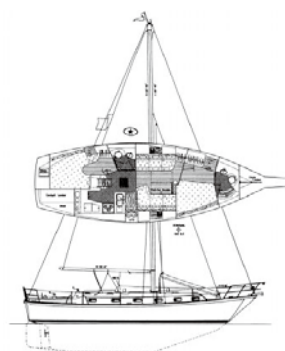
○3.11復興支援イベントについて、今年は3月6日に映画上映会を開催予定。

○山火事被害の寄付支援のため、Woolworthでソーセージズル販売を行う。

●会員世帯数:315世帯(一般51世帯、学校264世帯)

●次回理事会:2020年3月4日(水)午後7時～

【世界初、ブラインドセイリングによる無寄港太平洋横断】



岩本光弘氏は以下の功績が認められ、国土交通省、文部科学省、農林水産省、経済産業省及び環境省が内閣府総合海洋政策推進事務局の協力を得て実施している、令和元年の「第12回海洋立国推進功労者表彰」（内閣総理大臣賞）を授与されています。

【世界初、ブラインドセイリングによる無寄港太平洋横断】

16歳で全盲となり、生きる意味などないと思ひに橋から海に飛び込んで自殺しようとしたが、どうしても死ねなかった。その後、盲学校で鍼灸を学び、22歳でのアメリカ留学を経て、25歳から筑波大学付属盲学校で教員として務め、35歳で「障害者と健常者がともに楽しむマリナライフ」が理念であるヨットライフ千葉の存在を知り、アメリカ人である妻とヨットを始め、2006年に日本視覚障害者セーリング協会主催の世界選手権に日本代表として出場し、2013年の太平洋ヨット横断はクジラとの接触により失敗したが、失敗以降も、何事にもチャレンジする勇気と実行力の価値を身をもって伝え、さらに、これまでの経験を生かし、「ポジティブなものの考え方」を通じた命の尊さや目に見えないものの大切さについて講演を行い、人々に伝えてきた。再度、太平洋横断のチャレンジを決断し、2019年2月24日にアメリカ・サンディエゴをスタートし、無寄港のセーリングで、同年4月20日に福島県いわき港に到着し、13,000km、55日間の航海を見事に成功させ、全盲のヨットマンとして史上初めて太平洋横断を達成した。

（以上、文部科学省報道発表より引用）

- 日時：2020年3月27日（金）15:00-17:00
- 会場：日本貿易振興会（ジェトロ）会議室
- テーマ：二度にわたる太平洋横断の挑戦で得たこと
- プログラム
 - 14:30 受付開始
 - 15:00 開会挨拶 講演（岩本光弘氏1.0h）
 - 16:00 質疑応答（0.5h）
 - 16:30 閉会挨拶 交流会（0.5h）
 - 17:00 交流会終了
- 募集人数：先着60名様限定
- 参加費用：一般\$55、学生・ワーキングホリデー \$33
- お申込み：<https://bit.ly/31JSD5p>（右のQRコードから）
- お問い合わせ：info@jams.tv



親睦の会 だより

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

親睦の会役員

会長: 林さゆり、副会長・会計: リヒター幸子、幹事: 加藤真理、事務局: ピアス康子
ボランティア: 朝比奈富美子、カーター洋子、橋本克子、ファレル道子、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には、様々な趣向を凝らした内容で楽しんでいます。JCSシドニー日本クラブの会員でしたら入会金は不要。年齢・性別・国籍は問いません。ビジター也大歓迎です。新しい輪を広げましょう。お気軽にご参加ください。

■2020年3月例会のご案内

「自分で描いた絵を、残してみませんか！」

イラストレーター・POPライターとしてご活躍の荒岡真理先生にお越し頂き、鉛筆でのデッサン、そしてその上に色鉛筆で光と陰を表現する技法を教えてくださいます。絵にはそれぞれストーリーが託され、描いた人の思いが溢れます。

絵を描くご経験のない方は、簡単にデッサンできるものを先生がお持ち下さいますので、この機会に新しい扉を開いてみましょう。絵を描くご経験のある方は、思い出のこもった写真をお持ちになっては如何でしょう。写真とはまた異なり、ご自分が色鉛筆で描いた絵は、いい思い出に残ることと思います。愛犬や愛猫、お庭のお花、家族などを描くのもいいですよ。

画用紙や、スケッチをするための2Bの鉛筆、消しゴム、色鉛筆など必要なものは、会の方でご用意いたしますが、ご自分のがをお持ちでしたら、当日お持ちいただいて、それを使って描いてくださって結構です。

■日時: 2020年3月14日(土) 正午～午後2時40分

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

3月9日(月)迄に、地区担当者まで参加およびお弁当の個数のご連絡をお願いします。尚、お手数ですが、欠席の場合もご連絡下さいますようよろしくお願いします。(各地区の連絡先は、このページ冒頭をご参照下さい。)

■会費: 会員\$5/非会員\$7

(お茶・コーヒー・紅茶、会場費込)

■お弁当の注文: 和食弁当\$12

■マイカップ持参のご協力ありがとうございます。

【お知らせ】

4月例会は、イースターの関係により4月4日(土)に開催します。



クラブライフ



今年も祭りやイベントで一緒に踊りませんか！

昨年はシドニー恒例のイベント、「Matsuri Japan Festival 2019」で2019年の踊り納めをみなさんに披露しました。(写真)

2020年も私たちの踊りが少しでも日豪文化交流に結びつくようにと様々なイベントで踊ります。一緒に踊りたい方、大歓迎！お気軽に練習にご参加ください。

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

参加ご希望の方は、Email: jcs.soran@gmail.com までご連絡ください。

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



新しい年のスタートにフラダンスを始めませんか？

JCS Hula Aloha Hawaiian Groupは、明るく楽しく美しく、生き生きと生きるをモットーに和気あいあいと踊っています。楽しく踊って元気になりませんか？

ご興味のある方、ぜひ見学にいらして下さい。

年齢は問いません。

練習日：毎月第二火曜日午前11時～12時

場所：Dougherty Community Centre Annex, Chatswood

お問い合わせは、綾まで

Email: jcshulaaloha@gmail.com



5月は秋季ソフトボール大会です

昨年5月の秋季大会では3位に入賞しました。残念ながら11月の春季大会では、結果はベスト8でした。

今年こそは上位入賞、そして優勝と頑張ります。

JCSソフトボール部では会員募集中です。一緒に優勝目指しませんか？家族で応援に来ませんか？

興味のある方は是非、ご連絡ください。

メール: ckato@nh-foods.com.au または、

電話: 0402-011-198

(ソフトボール部部长 加藤雅彦)



JCS日本語学校シティ校 JCS Japanese School

学校 Ultimo Public School

(177 Wattle Streets, Glebe NSW 2037)

連絡先 PO Box 902, Glebe NSW 2037 電話:0452-141-618

授業 毎週土曜日／幼児部:9:30~12:10、小学部:9:30~12:15

Email student.city@jcs.org.au

Web <http://cityschool.japanclubofsydney.org/>



2月のシティ校

2月の3週目には、シティ校の年次総会と保護者会が行われました。沢山の質問や意見が交わされ、多くの方々が生徒達の日本語学習並びにシティ校に高い関心を持ってくださっていることが分かりました。当初の予定していた時間を大幅に超えて、生徒達の授業終了時間まで貴重なご意見が飛び交いました。これからも生徒達が楽しく日本語と日本文化を学べる環境づくりを、保護者の方々と共に築き上げていきたいと思ひます。長い時間ご参加くださった保護者の皆様、ありがとうございました。

さて、シティ校は新学期が始まって1カ月が過ぎました。新入生の生徒達も新しいお友達と、「おべんきょう」という時間に慣れてきたようです。毎週毎週すこしずつ成長していく過程を見ていくことはこの上ない楽しみでもありますね。

そして、保護者の方々には2月末から3週間にわたり、担任の教師とのクラス保護者会が行われています。担任から、1年間の授業計画の説明や、ご自宅での学習についての説明があると思ひます。土曜日の授業だけでは日本語力は向上しません。毎日のご家族のサポートがとても重要です。担任と保護者の方と力を合わせて、生徒達の学習向上に努めましょう。

クラス紹介 コスモス組

コスモス組はY3からY6まで、男の子12人、女の子10人の合計22人の大きなクラスです。中心はY4とY5の小学生で、ちょうど元気な遊び盛りの子どもたちです。とはいえ、騒いでばかりかというところでもなく、真面目に授業に臨んでくれます。

授業では小学3年生の国語の教科書を使いながら、漢字や文章読解を学んでいます。まだ新学期が始まったばかりです。毎週行う漢字のテストは、いまのところ2年生の復習問題ですが、各テストではそれぞれ0点から最高得点が85点という結果で、クラスの平均点数は38点というのが実態です。これから3年生、4年生と漢字がどんどん難しくなってきます。たとえ書き順が違っていても、少々形が崩れていても、一応漢字になっていればよしとしています。それでも「自ら」と書くべきところが「水から」となったり、「市場」が「一場」となるなど、音(読み)に正しい漢字が書かれていても、意味が違ってしまふことをまず理解してもらうことから始めています。

また、童話「アリとキリギリス」の絵だけ見せて、物語を書かせる課題を出したところ、キリギリスがバツタやコウロギ、カマキリ、しまいにはゴキブリになってしまいました。また、夏の間キリギリスは遊んでばかりいてアリは冬に備えて働いている場面も、キリギリスがアリを働かせていることになってしまいます。子どもたちの想像力豊かな発想にはこちらが楽しませてもらっています。

とはいえ、日本語学習の面からすれば、正しい読解力を身につけてもらわなければなりません。作文を書かせても主語が抜けたり、理由がなくいきなり結論だけの文になったり、接続詞抜きで文をいくつも並べたり、まだまだ幼い文章です。

今年1年間で、果たして長文が書けるほどの作文力と、読解力を養うことができるでしょうか。楽しみです。

(担任:水越有史郎)



さすがにテストでは真剣な顔を見せてくれますが、そのうちおしゃべりが絶え間なく...



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

Web <http://dundas.japanclubofsydney.org/index.html>



クラス紹介 太陽組

2020年の太陽組は、女の子9人、男の子6人の計15人の新生児でスタートしました。一週目は猛暑で二週目は大雨と、今年は大変な天候でスタートを切り、今年から初めて日本語学校に通われる保護者の方も参ったのではないのでしょうか。

そんな中の一週目は、日本語学校が初めてとあり、不安で目に涙を浮かべる生徒が数人いました。二週目には泣く生徒もおらず、みんなで歌を歌ったり平仮名の勉強をしたりクラフトをしたり楽しく過ごすことができました。



毎年、年度初めの授業では、節分の文化学習があります。この学習活動が、太陽組新生児にとっては一つの転機ではないかと思っています。クラスで節分の日に投げる豆を実際に見て触れて、少し投げ合いっこをします。この時点ではまだ、生徒たちは緊張気味でなかなか声も出ず、ごこちない感じです。次に、フェルト劇場で節分のお話をするのですが、この時はとても真剣に聞き入っています。そして、その後の節分の歌は、ちょっと遠慮気味に歌っています。そして、新聞紙を小さくみんなで千切って豆を作る作業に入ります。この辺りからちょっとお友達とお話をしたり笑い声が聞こえたり。そして最後に、その新聞紙を鬼のお面を被った鬼役の先生と生徒に『鬼は外 福は内』と投げて遊びだしたらみんな弾けて大騒ぎ。もう、最初の緊張もどこへやら。散らかした新聞紙をみんなで楽しく片づけて「鬼のパンツ」の歌う時には、もう遠慮気味ではありません。毎年この授業が年度初めで、机に座って静かにする授業より、こういう活動が一番最初にあることで生徒たちの緊張も一気に解けるような気がします。

太陽組の一学期は、日本語での授業に慣れることがメインですが、テーマとしては動物を取り上げています。動物は、小さい子供にとってとても身近なトピックで、日本語が苦手な生徒も抵抗なく学習に参加できるものだと思います。動物の名前・鳴き声・数え方など、人形やカード、フェルト劇場、本、歌、クラフトなど色々な形で学習しています。

今年も良いスタートが切れた感じがします。今年一年で、どこまで成長するかとても楽しみです。

(担任:三奈木美緒)



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

学校 Ascham School
(188 New South Head Road, Edgecliff NSW 2027)

連絡先 電話: 0412-283-393

授業 毎週土曜日 / 14:00~16:35

Email jcs.edgecliff@gmail.com

Web <http://edgecliff.japanclubofsydney.org>



一足早く雛まつり

3月3日は桃の節句ですが、エッジクリフでは一足早く2月29日(土)に雛人形を飾り、鑑賞しながらお祝いをしました。毎年飾られてきたこの人形たちが帰ってくると教室の雰囲気ガラッと変わります。初めてエッジクリフ校の雛人形を見た新入学生の目は、綺麗な着物を着て凛々しい顔で座っているお内裏様とお雛様に釘付けでした。行事を祝う時に願うのはただ二つ! (←欲張りでしょうか?!) エッジクリフ校生徒達の健やかな成長と、更に日本語や日本文化を好きになって自分のものとして次の世代まで継承してくれることです。

前月号では、昨年までエッジクリフ校を盛り上げてくださった先生方の紹介をさせていただきました。その先生方からの成果リレーは無事2020年度の先生方へと渡り、子どもたちは新しい先生と今年も楽しく日本語を学んでいます。我が校は新たに4名の先生を迎え、日々子どもたちの成長と日本語力の向上のために一緒に取り組んでいます。今年のクラス名は木の名前の中から、もみじ組(幼児部)・いちよう組(小学部)・けやき組(小学部)・あすなろ組(小学部)・さくら組(国際クラス)となりました。

●もみじ組は初めての土曜学校にもすっかり慣れ、先生のお話をしっかり聞けるようになりました。毎週授業の始まりに歌う「始まるよの歌」は手を使って上手に忍者や猫になりきります。大好きな動物カルタでは、取れないことが悔しくて泣きだす場面もありますが、最後まで諦めず真剣な眼差しでカルタに挑んでいます。今学期は運筆力がうんとつくように様々な活動に取り組む予定です。



●いちよう組は1年生の教科書を自分で上手に読めるように、ひらがな・カタカナの定着や様々な文の音読練習に取り組んでいます。大人数のクラスなので、毎週元気一杯ですが、先生に出された課題に黙々と取り組む姿は驚かされます。昨年からのみんなの前でお話することにも挑戦していたため



か、クラスの前での発表も堂々とこなしてくれます。

●けやき組の子どもたちは漢字が大好き! ということで、担任の先生から与えられた課題はクラス名の「櫨」を書けるようになること。子どもたちは授業が終わり帰り道に早速お父さんお母さんに自慢げに披露していたようです。更に漢字が面白い! と思ってくれたようです。



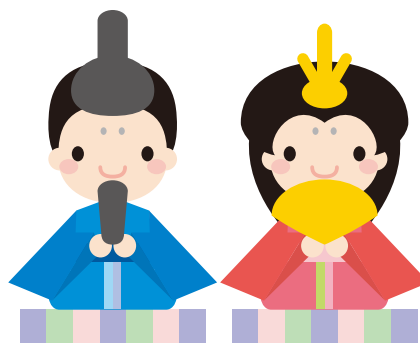
●あすなろ組は2年生の教科書の「手紙」の単元に入りました。このお話を読んだ担任の先生はとても感動して、あすなろ組の子どもたちにもかえる君のような素晴らしい心を持って欲しいと思ったそうです。生徒達とこのお話をじっくり深読みしていく予定です。最後に生徒達からどんな感想が聞けるか楽しみです。



●さくら組は、楽しく日本語を使えるようになるために先生が工夫を凝らし、毎回ゲームを通して既習事項を定着させています。苦手意識のあった子どもたちも気持ちがほぐれてきたようで、笑顔が絶えないようです。



生徒達の学習の成果をしっかりとリレーで繋ぎながら、それぞれのクラスの先生方がそれぞれのクラスの色を染めはじめました。まだ始まったばかりですが、12月にはどんな色になっているのでしょうか。



ホームステイ受け入れ(女子大学生)家庭募集

毎年、JCS日本語学校で研究授業を行っています椋山女学園大学(名古屋)の教育学部とデザイン学部の学生のホームステイの受け入れをして下さるご家庭を募集しております。

期間は、2020年8月2日～8月20日(デザイン学部)。もしくは、2020年8月2日～8月27日(教育学部)。

募集条件は、朝食と夕食の提供、個室をご用意いただくこと。初日に集合場所(シドニー大学)までお迎えをしていただき、最終日には、シティのホテル(教育学部)、もしくは空港(デザイン学部)まで送り届けていただくことです。

また、ご自宅からシドニー大学までの所要時間が1時間前後内の距離にお住まいの方に限らせていただきます。ホームステイの謝礼は、750ドル(8月2日～8月20日)、または1000ドル(8月2日～8月27日)です。

受け入れをして下さるご家庭に日本人の方がいてもまったく問題ございません。

ご興味のある方は、お手数ですが、コストロまでご連絡をお願いいたします。

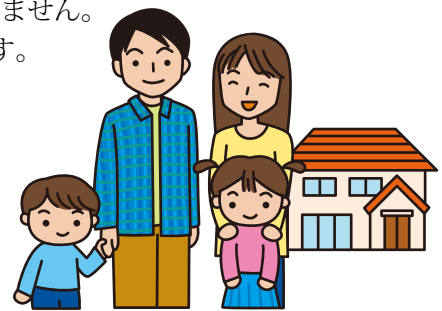
また、お友達でご興味がある方にもお知らせいただけますと幸いです。

連絡先:

コストロ久恵

Mobile: 0423-976-035

Email: athomehomestay@gmail.com



告知板

WSO Charity Festa 2020 開催

WSO Charity Festa 2020が3月22日(日)11時～3時に、キャッスルコープパブリックスクール(Kendall Road, Castle Cove)で開催されます。World

Scholarship Organization (WSO)は、意欲があるにもかかわらず進学できないバングラデシュやケニアなどの貧困国の若者をサポートする非営利団体です。

豪華な賞品が当たるラッフルも販売しています。抽選でまんぷく・九州レストラン・なか乃・すし太郎のお食事券、エステ券等ありますのでご協力をお願い致します。また、お子様が喜ぶ金魚釣り、ヨーヨー釣り、ゲーム、お餅つき、お菓子、和菓子、綿あめ、かき氷、ソーセージシズル、美味しいお弁当販売(要予約)もおこなわれます。

ステージではチアリーディングチームのさくらキッズとスプリングス、シドニーシティバレエスクール、全世界空手道連盟新極真会、和太鼓りんどろ、ウクレレコミュニティバンド、ハワイアンオハナバンド、エイサーチャンプルー、ヘルパベリーダンス、オーストラリア相撲連盟による相撲、餅つきのパフォーマンスも行われます。昨年行われて大人気だった力士とのちびっこ相撲(要予約)や、ベリーダンスの体験レッスンが行われます。

WSOでは餅つき経験者(餅つきともちをこねる合の手ができる方)をボランティアを募集しています。また、当日販売等のボランティアも募集しています。

告知板

書家れん氏個展 REN - page 17

シドニーで書道教室を主宰する書家れん氏の個展が、市内の紀伊國屋書店のギャラリーで開催されます。是非、お出かけください。

日程: 3月4日(水)～17日(火)

時間: 月～土10am-7pm(木10am-9pm)、日11am-6pm

場所: Wedge Gallery of Books Kinokuniya

Level 2, The Galleries, 500 George Street, Sydney





佐藤至子

第98回 マスク

この連載も早いもので98回を迎える。途中に「番外編」という1回があるので(2003年7月号)、実質的には99回である。長い間ご愛読くださり、感謝申し上げます。

長く続けていると、同じ話題を何度も取り上げていないか心配になってくる。念のため昨年3月号の「江戸めがね」を見たら、東京でインフルエンザが大流行したことを書いていた。

今年はインフルエンザよりも、新型コロナウイルスによる肺炎の流行が話題になっている。2月17日に日本政府は不要不急の外出を控えるよう呼びかけた。この「不要不急の外出を控える」というフレーズは、昨年10月に大型台風が接近した時にも聞いた。実際に首都圏の鉄道は計画運休したので、出かけようにも出かけられなかった。

今、避けるべき相手は台風ではなく、ウィルス感染である。薬局やスーパーマーケットでは、マスクや除菌剤が品切れになっている。電車に乗るとマスクをつけている人が目につくが、そうでない人も多い。いつのまにかマスクは大半が使い捨てマスクになった。今日使ったマスクは、明日は使えない。

私が大学生の頃は、マスクはガーゼマスクで、友人たちの間ではマスクはおしゃれでないという雰囲気があった。たぶん、おばさんくさいという感覚があったのだろう。当時、私は風邪をひくのを極度に恐れていたもので、よくマスクをつけていたが…。

今の若い人たちを見ると、マスク着用に抵抗感がある

ようには思えない。ここ十年くらいであろうか、夏冬を問わず、マスクをつけている若者をしばしば見かけるようになった。マスクの色も白や黒、グレー、ピンクなどいろいろである。模様がついているのものもある。もはやファッションの一部になったのかもしれない。

江戸時代にはマスクはなかった。マスクが日本に広まったのは1919年のスペイン風邪(インフルエンザ)がきっかけだという。新しい病が、新しい習慣を広めたのである。

マスクをしていると口元があたたかい。逆の立場で言えば、マスクをつけている人は口元が見えないので、表情がつかみにくい。それはマスクを外した人を見た時に実感する。

遠くよりマスクを外す笑みはれやか 富安風生

今日は久々にマスクなしで外出したが、目鼻がむず痒くなった。これは花粉症だろう。これまた憂鬱な季節の始まりである。

告知板

法政大学出身者いませんか？

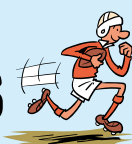
シドニー在住の法政大学出身者を探しています。

先日、日本の法政大学から連絡があり、法政大学のOB、OGがいないかという問い合わせでした。海外にいる法政大学出身者の集まり、校友会を組織しているとのことで、オーストラリアのシドニーにもどなたかいませんかということでした。

JCS会員の方に、もしくはお知り合いの方に、法政大学の出身者がいらっしゃれば、是非、ご連絡ください。

連絡先：法政大学卒業生・後援会連携室

Email: koyu@hosei.ac.jp

スポーツ天国
SPORTS

131

東京五輪女子サッカーアジア予選

東京オリンピック女子サッカーのアジア地区からの出場権を得るための3次予選は、当初中国・武漢市での開催予定でしたが、新型コロナウイルス感染症問題のため、オーストラリアでの2月開催に変更になりました。(日本は開催国なので予選免除)出場チームは、

A組：韓国、ベトナム、ミャンマー

B組：オーストラリア、中国、チャイニーズタイペイ、タイ
予選はシドニー近郊で行われ、B組1位のオーストラ

リアは、A組2位のベトナムと3月6日、11日ホームアンドアウェーで対戦することが決まり、これに勝利したチームがオリンピックの出場権を得られます。豪州にとって、地元開催の地の利を生かすことができる降って湧いたような幸運でしたが、宣伝が徹底されていなかったせいか、観客がほとんどおらず、寂しい大会になってしまいました。

※会員の皆さんからの情報も受け付けています。

Eメールは、kenerit@gmail.comです。

よろしくお願いします。(ぴか)



オーストラリアが危ない!



タイトル画像: popsugar Australiaより

2019年9月から、干ばつによる極度の乾燥と高温で、オーストラリアの広大な地域で大規模な森林火災が発生し、同年11月から2020年1月に、被害が急激に広がった。火災の煙の害も深刻で、大気汚染指数(AQI)が人体に危険なレベルまで達した地域もある。年が明けても森林火災は猛威を振るっていたが、NSW州東部を中心とした地域で、1月中旬にようやく恵みの雨が降り、火の勢いは小康状態に。2月初旬にオーストラリア南東部で大雨が降り、3分の1の森林火災が鎮火したと言われている。しかし、この原稿を書いている2月18日の時点でNSW州で*Adviceレベルの火災は、25以上。(*アラートレベルはAdvice、Watch and Act、Emergency Warningの3段階に分かれていて、Adviceは即刻の危険はない状況。) まだ森林火災のシーズンはまだ終わっていない。



写真: BBCより

オーストラリアでは、なぜ森林火災が発生するのか? その原因について見てみよう。

フリー百科事典「ウィキペディア(Wikipedia)」によるとオーストラリアの森林火災の直接的な原因は、以下のようものが挙げられる。自然現象、人為的、事故、動物によるもの。「自然現象」では、落雷。「人為的」では、送電線からのアーク放電、放火、野焼き、キャンプファイヤーなど。また、放電などで金属をつなぐ溶接作業、火花が出る作業によるものが挙げられる。「事故」では、強風による送電線の倒壊。また、「動物によるもの」では、ある種の

鳥は、火がついた枝を草原に落とし、発火させることで火から逃げる獲物を捕らえる習性を持つという。間接的な要因もある。乾燥した気候により燃えやすく、非常に強い風が吹きやすいことから燃えた後に拡大しやすいのだ。特に、降雨量が低下し日長量が大きくなると、ちょっとした火でも発生しやすくなる。

BBC NEWS Japan によると、毎年のことだが、一部の火災は放火が原因で発生しているとのこと。ニューサウスウェールズ州警察は今年1月、昨年11月以降に「森林火災に関連する犯罪行為」で183人が訴追されたと発表。そのうち、24人が故意に火をつけた罪に問われたという。それ以外は、キャンプファイヤーや、あるいはタバコを捨てると、火気厳禁の決まりを守らなかったことが原因だったそう。



写真: ABCより

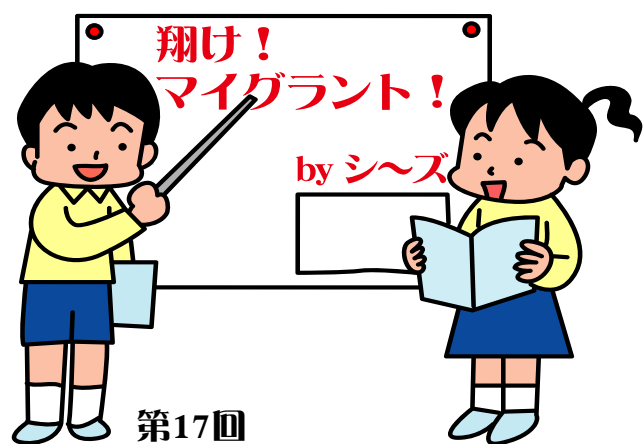
クイーンズランド州警察は、同州内で昨年9月以降に発生した1068件の森林火災について、114件(全体の約1割)は「故意に火がつけられた、人為的な行為によるもの」だとしている。モナシュ大学の講師兼自然災害専門家のポール・リード氏は、昨年11月に、一般的にオーストラリアの森林火災の9割弱は、人的活動が原因で発生していると書いている。人的活動には、故意の放火や、不注意な行動などが含まれる。リード氏によると、オーストラリアでの年間約6万2000件の森林火災の13%余りは、落雷によるものだろう。

森林火災のシーズンはまだ終わっていない。オーストラリアの森林火災についての知識を深めていくことも、オーストラリアに住む者として、大切なのではないかなと思う。

(記: マーン薫)

ブッシュファイヤー被災者への義援金について

前号で被災者への募金サイトを告知しましたが、理事会の決議により、会員一世帯あたり\$10を、NSW Rural Fireと、Service Wildlife Rescueに寄付することが決まりました。寄付金額はそれぞれ\$1575で、合計\$3150を寄付しました。



2020年新学期幕開けの惨事

2020年新学期は、今全世界で脅威をもたらしているコロナウィルスで始まりました。もちろん我が学校にも当然大きな影響をもたらしています。

新年度の始まり。いつものように大勢の移民者や留学生が新学期に併せて入国します。何カ月も前から来校の予約をし、ホリデー明けを待って新学期初日からたくさんの家族が入学手続きのために押し寄せます。のほろが、

今回はこのウィルスのために足止め。在生も7割が中国系のため、夏休みの一時帰国から戻って来れずに生徒数が1/3にも満たないまま新学期がスタートしました。公立



学校といってもやはり予算や政策があるので、在生生徒数の減少に伴いクラスの数も減るわけで。つまり、英語レベル別で分けるクラスですが、Y6からY10まで一緒にの教室で学ばなければならない状況になってしまい、生徒が戻ってくる毎にクラスが変わっていくといった落ち着かない状況が続きました。今この原稿を書いている新学期5週目の時点で、いまだに足止めをされている生徒はようやく5人にまで減少しました。とまあこんな感じでスタートした2020年ですが、その数週間後にもっと色々な問題が…。

2月に起きた大雨で学校にも多大な損傷が相次ぎました。大木が倒れて校舎が真っ二つ! しかもその大木の根っこがもぎ取られ、地面が1m上ほど盛り上がり歩道が大破しました。その部屋は多目的ルームで、生徒のために朝食を用意できる唯一のキッチンとトイレ併設の教室。雨の日の体育での屋内卓球や演技を必要とするドラマの授業、ダンスの練習、等、ちょっと大きめの部屋ゆえに、多種多様なセミナーで使用していた教室なのです。入

学手続きとユニフォームショップもここ。ほとんどの生徒にとって初めて訪れるオーストラリアでの教室になるわけで、先進国から来た生徒にとってはびっくりするほどのオンボロ校舎ですが、一番落ち着く部屋として、過去色々な生徒がここで朝食や昼食を食べながら、勉強したりスタッフとお喋りできたお部屋だったのです。この教室の損害はスタッフだけでなく生徒にとってもかなりの衝撃だったと思います。私も今もまだ残骸状態のその校舎を見るたびに切ない気持ちでいっぱい。実はこの校舎は、去年も大木の一枝が屋根から屋内の床にまで突き刺さったのですが、前回は今回もなぜか週末の出来事。誰もいなかったことが奇跡です。

また、この部屋にはこの路線にある校舎のインターネット回線の基地があるところなので、この路線上の教室内でのインターネットが不通になりました。当然授業に支障が。数日間はアナログな授業でしのぎました。さらに水道管の破裂が生じ、この路線の全てのお水がストップ。理科のクラスで行なっているガーデニングの授業が滞り、学校菜園は枯れ枯れ状態。いまだに復旧されていません。そして、突然、職員室のキッチンの排水溝が詰まり水を流せない状態となりました。数々の要因のために水回り

が唯一となってしまったこのキッチン。悪臭&生ゴミの問題が…。これも解決に2週間かかりました。

車椅子を使用する生徒のために特別に作ったランプ付きの教室。そのランプに先日の嵐により大きな穴ができました。幸いにも現在は車椅子を必要とする生徒はいないので、生徒が日々自習に利用する出入りの多い図書室で、入室に障害が生じました。

母体のハイスクールのキャンパスも含め、色々な木々が倒れて入れない場所が増えました。あちこちに立ち入り禁止のテープだらけで、教室から教室の移動も迷路のように遠回りする状態です。

こんなボロ学校ですがみんなにとってはとっても重要な学校。なんとか存続できるようにお祈りです。木が倒れて激しい損傷になるほどの事態は、いつも週末や夜間に起こるのです。きっと何かに護られているのでしょうね。

こんな形で始まった新学期だけど、今年はいい年になればいいなあ…。



【第25回】 良いこといっぱい！ 正しい呼吸法を 身につけましょう



ボイストレーニングをする際に、話し声も歌声も同じように、まず最初に取り組むのは「呼吸法」です。

呼吸には、大きく分けて腹式呼吸と胸式呼吸があります。日本人の場合、8割の方が自然に呼吸をすると胸式呼吸になるといわれています。試しに、大きくゆっくりと息を吸ってみてください。胸が上がり、お腹が引っ込みませんか？これは、肋骨を開いて息を吸っており、浅いところに息が入るので、出せる息も少なくコントロールがなかなかできません。



一方の腹式呼吸は、横隔膜を収縮させることで空気の出し入れを助けます。大きく深く息を吸って、横隔膜をグッと押し下げ、肺のスペースが広がることで空気がたくさん入ります。その分、吐く息の量が多くなるので声のコントロールがしやすい、つまり安定した声を作っていけるというわけです。横隔膜を広げるというのは意識してなかなかできるものではありません。では、自分の身体を風船に見立ててみてはいかがでしょうか？

風船は、空気を入れると大きく丸く膨らみます。反対に、空気が抜けるとしぼんでペタンコになります。実際に空気が入るのは肺であってお腹ではないのですが、しっかりと空気を吸うことで肺いっぱい空気が行き渡り、横隔膜がグッと押し下がることで、お腹が風船のように膨らみます。ぜひ腹式呼吸を練習してみましょう。手をお腹に当てて、動きを確認しながらやってみると分かりやすいですよ。

- ①フーッと肺の中の空気をお腹から押し上げるように吐きます。(空気が抜けるのでお腹がへこむ)
- ②吐ききった状態で、一気に鼻から息を吸います。(空気が入ってお腹が膨らむ)
- ③吸い終わったら、一瞬、息を止めます。(十分に空気が入ったことを感じ、息を吐く準備をしましょう)
- ④口から息を吐きましょう。(スーッと一定量を保ちながらおへその下、丹田で支えながら吐き続けましょ

う)

息を吸ったときに、お腹が風船のようにプーっと膨らめば、腹式呼吸ができている証拠です。腹式呼吸ができるようになると、安定した響きのある声になる他に、以下の嬉しい効果がありますよ。

1. 自律神経が整う

現代社会では交感神経が優位になりがちで、常に鼓動が早く、体力を消耗しがちですが、正しい呼吸をすることにより副交感神経が優勢になって自律神経が整います。

2. 免疫力が高まる

腹式呼吸をすることで血流がよくなり、老廃物が速やかに排出されるので、疲れにくくなり、結果的に免疫力が向上します。

3. ホルモンバランスが整う

女性であれば更年期障害、月経障害、月経不順など。男性であれば機能障害に作用します。

4. メンタルに作用する

副交感神経が優位になるとリラックスし、体は休息、メンタルも安定します。

5. 体幹が鍛えられる

そもそも体幹が整ってないと正しい呼吸や発声はできないのですが、それを整えるのがボイストレーニングです。息を吸ったときに自分の体のどの部分に力が入っているのか、肩や足に力が入っていないかなど、今まで気がつかなかった自分の姿勢を認識することで、最終的にはしっかりした体幹が鍛えられます。

呼吸は常に行なっているので、仕事や通勤中、テレビを見ているとき、入浴中、寝る前などいつでも練習できます。ぜひ自分の呼吸と向き合い、腹式呼吸の感覚に慣れていきましょう。その積み重ねで、意識せず自然と腹式呼吸をしている状態になりますよ。

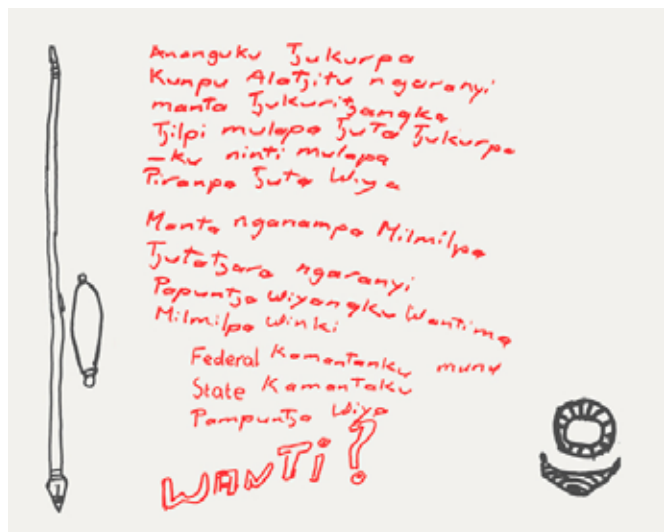
●加藤久恵プロフィール

富山県出身、2003年来豪。日本ではフリーアナウンサーとして8年の経歴を持つ。アカペラコーラスやポップデュオ、ソロ歌手としてステージに立つ一方、「ボイスフェスティバル-Sydney」を主催してアマチュアパフォーマンスの発表の場をプロデュースしている。



第22回 シドニー・ビエンナーレ2020

2年に一度の現代アートの祭典、第22回シドニー・ビエンナーレ2020が3月14日から6月8日まで開催されます。会場は、NSW州立美術館、アートスペース、キャンベルタウン・アート・センター、クッカトウ島、MCA現代アート美術館、ナショナル・アート・スクールの6カ所で、有料の関連イベントやプログラムを除き、入場は無料です。2年前、45年目を迎えた「シドニー・ビエンナーレ2018」では、芸術監督を日本人キュレーター、片岡真実さんが務めたことで記憶されている方も多いと思います。1973年から続くシドニー・ビエンナーレは、ベニス、サンパウロに続く、3番目に古い世界的なビエンナーレで、オーストラリアでは最も大きな現代アートの展覧会です。



Kunmanara Mumu Mike Williams Kulilaya munuya nintiriwa (Listen and learn from us) detail 2020 Courtesy the artist and Mimili Maku Arts

今年のタイトルは、“NIRIN”。ケルト系の祖先を持つ、先住民族のオーストラリア人アーティスト、Brook Andrewが芸術監督を務めます。彼は、植民地主義、近代主義の歴史に関して複数の学問分野にまたがり、すでにある支配的な見解を検証し探求する芸術家で、博物館、公文書調整作業、管理プロジェクトにおいて、忘れられたストーリーを可視化し、今日の世界における歴史の解釈に代替案提起をしています。



Portrait of Brook Andrew, Artistic Director, 22nd Biennale of Sydney. Photo: Zan Wimberley

“NIRIN”は、Brookの母方の先住民族、Wiradjuri (NSW州西部)の人々の言葉で、英語の‘edge’を意味し、日本語で、縁、端、境界などと訳せます。彼は、「先住民族文化のアクティブで豊富な既存のコラボレーションとコネクションに光を当て、地元や世界の根茎、ユニークな個々の文化表現を1つの場所に提示して、我々が現在見ている世界を再構成し、世界中からやって来る100人を超えるアーティストやコミュニティーの人々と共にオーストラリアから地球全体に働きかけたい」と述べています。



Patrina Mununggurr Dhunupa'kum nhuna wanda 2017 (video still) Courtesy the artist

美術館は長年、シドニー・ビエンナーレの会場のひとつとなっており、期間中、様々なジャンルの興味深い作品が館内の常設作品を押しよけて展示されます。その一つ、2019年第58回ベニス・ビエンナーレで金獅子賞を受賞した、アフリカン・アメリカン・アーティスト、Arthur Jafaの独創的なビデオ作品、“The White Album”は、南半球初演となります。その他にも普段はない刺激的な作品が楽しめますので、この機会に是非ご来館下さい。シドニー・ビエンナーレは、我々に現代アート作品を通して世界の今、現代社会のあり様を伝え、定説に囚われない歴史や文化・社会の捉え方を考える機会を提供しようとしています。NSW州立美術館・コミュニティ・アンバサダー：鴨粕弘美

3月の無料日本語ツアー開催日時:

常設展/ハイライトツアー: 3月6日、13日、20日、27日 (金) 11am
Japan Supernatural展ツアー: 3月7日 (土) 11am

アートレビュー

★5つ星評価

映画



パラサイト

監督: ポン・ジュノ

出演: イ・ソンギュン、チョ・ヨジョン、チェ・ウシク他

制作: 韓国。2019年。第72回カンヌ国際映画祭パルムドール受賞。第92回アカデミー賞作品・監督・脚本・国際長編映画賞受賞。

★★★★★

日の光も差さない半地下のアパートに住んでいるキム一家(父、母、息子、娘)は、みな職もなく、内職をして日々の暮らしをしのいでいた。ある日、息子が友人に、パク家の娘ダへの家庭教師を代わってくれないかと頼まれ、パク夫人の信頼を得て採用が決まった。そしてパク夫人がダへの弟・ダソンの絵の先生を探していることを知り、美大を目指す妹を絵の先生として雇わせた。ほどなく息子が仕組みで解雇された運転手の代わりに、父親もパク家に雇われることに。最後に母親の職を得るため、ベテラン家政婦が結核持ちだと誤解させ、追い出すことに成功。こうして、全員が家族であることを隠しながら、パク家で職を得ることができた。前半は裕福なパク一家に、生活のかかったキム一家がぐいぐい食い込む様子がテンポよく描かれている。後半は全く意外な展開で、深刻な格差社会の葛藤を取り上げたストーリーではあるものの、もはやハラハラドキドキが止まらないホラー映画のようだった。

ホテルローヤル

著者: 桜木紫乃(さくらぎ・しの)

発行: 2013年 集英社

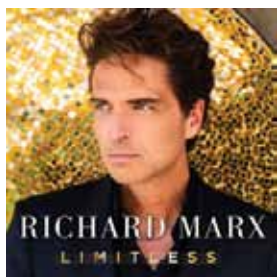
★★★★★

第149回直木賞受賞作。舞台は、北海道の釧路湿原を見下ろす高台の上にある小さなラブホテル、ローヤル。生活に倦怠を感じる男と女が、非日常を求めて、その扉を開く…。ひっそりと建つラブホテルの中にある身近な人間たちの切ない物語。ホテルの経営者、その家族、従業員、出入り業者、利用者の男女たち。ホテルローヤルを舞台にした短編集で、それぞれの作品の登場人物が微妙に連鎖している。この連作短編集は、構成が面白い。時間の流れが、現在から過去へとさかのぼり、通常と逆になっている。興味深いのは、著者の実家は理容室だったが、15歳のときに父親が釧路町に「ホテルローヤル」というラブホテルを開業し、著者は部屋の掃除などで家業を手伝っていたことだ。この経験が著者の性愛への冷めた視点を形成したと言われている。

書籍



音楽



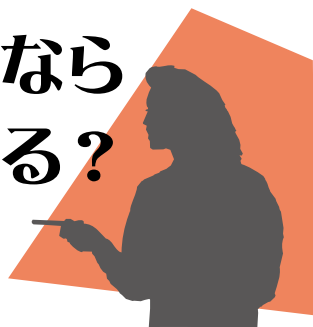
Limitless

アーティスト: Richard Marx

★★★★★

アメリカAORの巨星、Richard Marxの6年ぶりのオリジナルアルバム。Richard Marxは80年代から90年代にかけて様々なヒットを生み出しポップロックを代表するアーティストとなった。今回は彼のスタイルを踏襲しながらアップテンポの曲が多くキレのいい内容になっている。最近の音楽の傾向を反映しながら佳曲がが続く内容と言える。アルバムのスタートとなる曲Another One Downはシングルカットとなりビルボードアダルトコンテンポラリーチャートで14位をとっている。次の曲でアルバムタイトル曲Limitlessもアップテンポな気持ちのいい曲と言える。その他にもUp All NightやFront Row Seatなどノリのいい曲が多く全体的に軽快なアルバムと言える。そんな中ふとNot In Loveが彼の代表的なバラードとして始まり、悲しみに溢れた曲を見せる。バラードはいくつかあるがいつもの彼のアルバムに比べると少なく、少し物足りない気がする。最後のThis Oneはそのアルバムを爽やかに締めくくる佳曲と言える。

あなたなら どうする？



第2回

パートナーに浮気疑惑浮上！あなたならどうする？

「あなたならどうする？」と題し、毎月ひとつのテーマについて意見を募ります。
私たちの身近な話題をテーマに、さて、あなたならどうしますか？投稿お待ちしております。



間、都合の良いもので、喧嘩すると「別れてやる！」なんて感情に任せて思ってしまうことがあっても、逆にパートナーの浮気疑惑となると…かなりショックかと思う。当座は、信じられない気持ちでいっぱいになると思うが、まずは正直に話すところから始めると思う。本当なのか？自分の勘違いなのか？でも、仮にそれが「事実でない！」と主張されても、根底の信頼を回復するまでに多少時間を要するかな？

もし、「そうなんだ。別れてくれ！」と言われたら…。すごくショックではあると思うけど、ゆっくり話し合いを続けて相手の気持ちがどうズレてしまったかを聞いていくことで、それが相手の問題(例えば中年期の危機？！)なのか、自分との関係にどこか問題があったのか？などを理解することで、その後の自分の未来の方向性にも影響が出てくるかなと思う。長い人生、一見マンネリ化しているように見えても、いつどこに突然の危機が起きるかはわかりませんよね。(みさこ)



だったら、まずは、さりげなく日常会話や行動の中で、怪しそうなことを記録として書きとめておく。まずは、証拠集め！そして、いよいよこれは絶対に怪しい！となったなら、直接、相手に聞いてみる。でも、問い詰めるのではなく、あくまでも事実を確かめるというスタンスで。

もし、相手が「浮気なんかしてないよ～」と言うなら、とりあえず相手を信じることにする。もし、相手があっさり浮気を認めたら、まずは感情的にならずに、どうしてそうなったのか理由や経緯を聞くと思う。浮気の原因が私自身かもしれないから。その場合は、自分が変われば、状況は改善される可能性もあるわけだし。すしだって毎日食べたら飽きる。時にはラーメンも食べなくなる。ほかの女に目が行ったとしても、それはごく自然なこと。そう思うようにして、まずは自分をみがいて、自分に自信を持てるようにする。相手を問い詰めて、相手に開き直られたらアウト。男には逃げ道を作っておいてあげなくちゃ。な～んて、思っただけでも、もし実際にこういう状況になったら、髪を振り乱して鬼のように狂いまくるだろうなあ…。

Travel Centre International

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

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

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

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

➡海外旅行保険取扱中

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

お気軽にお問合せ下さい！



4月号のテーマは

**安楽死について、
あなたならどうする？**
みなさんからの投稿お待ちしております。

日本再発見 鎌倉の大仏



鎌倉の「シンボル」とも言うべき大仏の正式名は「銅造阿弥陀如来坐像」と言います。鎌倉の仏像の中では唯一、国宝に指定されている貴重な文化財でもあります。

「8丈大仏」とも呼称され、奈良の大仏さんの「10丈大仏」を基準として呼びならわしたものです。8丈は、鶴岡八幡宮の「八」に通じたものとされ、鎌倉武士たちの間では、「8」という数字は大変、縁起の良いものと信仰されるようになったそうです。高さは13.39m、重さ121トンで、大仏は、ビル4階程の高さから参拝者と目が合うように、伏し目になっています。鎌倉大仏は、手を膝の上に置き親指から中指までを合わせて輪を作っています。これは「上品上生印」と呼ばれる印相で、阿弥陀仏の9種類ある印相「九品来迎印」の中でも最も格の高いものとされています。奈良の「東大寺」の大仏は、大仏殿の中に安



置されていますが、鎌倉の大仏は大仏殿がなく、野ざらしです。しかし、遠方からも大仏が見え、大空との自然のコントラストが良くて私は好きでした。そして、私がビックリしたのは、なんと大仏の背中に窓が2つ開いていたことです。見たときは「え！」と思いました。これは大仏を铸造する際、中に残った土や型を取り出すためのものでしたが、現在は、胎内拝観をする人のための明かり窓のような働きをしているそうです。



MOSAIC日本語カルチャー教室

お知らせ

Willoughby Council運営のマルチカルチャーセンターMOSAIC(12 Brown Street, Chatswood)では、日本人のためのカルチャー教室が開かれています

(地域外の方でも参加できます)。

タイチー(太極拳)クラス

毎週水曜日2時半から、24式、48式を日本人講師から毎回20人程度の女性(平均年齢75歳?)が楽しんでいます。最近男性も増えつつありますので、ぜひお気軽にご参加を！参加費はたったの2ドル、終わったあとは爽やかな気分です。1月29日には、Crows Nestのレストランで楽しい新年会が開かれました。(写真)



百人一首のゲーム

奇数月の第三水曜10時から12時まで、MOSAICセンターで百人一首を楽しんでいます。次回は3月18日です。参加費

\$2、参加者の大半は初心者です、新規参加者を歓迎します。

Info Talk

地域社会や個人の生活にとって大切なテーマについての説明会が日本語通訳付きで行われています。次回は3月18日(水)、1:30~2:30pm。年齢とともに衰えてくる「骨密度」についての総合的なヘルストークがあります。参加費無料、一般の方もどうぞお気軽にご参加ください。

■申し込み先

MOSAIC日本ソーシャルグループ(Japanese Social Group)

担当: 榎本正弘

携帯: 0422-019-930

Email: fairgo6007@hotmail.com

盆踊りグループ(Japanese Folk Dance Group)

日本の伝統的な盆踊りの会です。スクールホリデー期間を除く毎週金曜10時~11時45分まで、上記MOSAICセンターでさまざまな曲目を練習し、さまざまなイベントに参加して披露しています。参加費は、School Term毎に\$20.50(60歳以上のシニアは\$15.50)です。見学も自由、新しい方の参加を歓迎いたします。

お申し込みは: ファレル道子まで。

携帯: 0401-363-006 Email: michikofarrell@gmail.com

MOSAIC センターでは、Japanese Social Groupの活動のほかにも各種英語教室や趣味の教室が開かれていますので、一度訪ねられたらいかがでしょうか？



第201回 SARS、MERS & COVID-19

オーストラリアの大半を煙霧で覆った未曾有の森林火災に続き、新型ウイルスCOVID-19に起因する広範な感染症の脅威が広がっています。現況を見る限りでも間違いない、昨年以上に地球規模で発生する激しい自然災害に対する警戒が必須。相手を具に知り、物心両面に渡る過不足無い備えと対応に心掛けましょう。感染地域の急激な拡大と感染者増大に合わせ、1月末に世界保健機関（World Health Organization、WHO）も、注意喚起を促す「国際的に懸念される公衆衛生上の緊急事態」宣言を公布しています。気に掛かるのが感染状況の実態で、エピセンターとして確定されている中国湖北省の省都武漢（Wuhan、以下Whと表記）の場合、公表されている感染者数を遥かに上回る数十万人に、中国に次ぐ日本でも既に市中感染の段階に入り、症状が無いものの感染力を有する「隠れ患者」も数万に達していると、政府機関の発表する数値に疑問を呈する専門家もいます。Whからクリスマス島に、その後横浜の栈橋に係留され検疫を受けたクルーズシップ「ダイヤモンド・プリンセス」から200名を越す利用客が帰国し、改めて国内での経過期間を済ませたオーストラリアでも、二次感染以降の広がりに対し決して油断が出来ません。

2002年11月から約8カ月間、感染する部位の特色から高齢者の高い致死率で恐れられたSARS(重症急性呼吸器症候群)、続いて2012年半ばから3年間程騒がれたMERS(中東呼吸器症候群)、そして今流行している

COVID-19と名付けられた三種のウイルスは、どれも「コロナウイルス（Corona Virus、以下CVと表記）」と呼ばれる近縁種であることから、疾患として現れる顕著な症状も共に発熱を伴う呼吸器疾患、非難を恐れずにずばり言えば「肺炎」状の病態。ここで防疫面から難問として浮かぶのが、肺炎及び類似症状を引き起こす細菌及びウイルス類の数の多さと共に、特定に必要な遺伝子検査で陰性と判断する決め手での難しさ。それらが原因でスーパースプレッダーと呼ばれる、感染拡大の鍵を握るキーパーソンの同定を見逃したりでもすれば、取り返しの付かないパンデミックを招来させます。因みに遺伝子検査の信頼度は60%程で、安心を得るとなれば複数回の検査が避けられません。7回目の検査で、漸く感染が確認された例も報告されています。

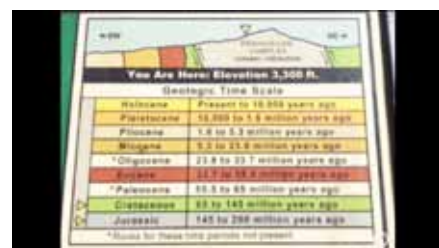
SARS、MERS & COVID-19のトリオに対し、口火を切ったSARSの流行以来18年が経過しようとしている現在、残念ながら当初期待された有効なワクチン開発及び特效薬の開発にも辿り着いていません。尚且つウイルスである故に抗生物質の投与も叶わず、解熱剤に咳止等を投与しながら安静と免疫力を向上させる対処療法を尽くし、総合的な自然治癒力で進入し増殖したCVを撃退するか方法がありません。従って予防ワクチン及び治療薬を待つ迄は、先人の残した“三十六計逃げるに如かず”の知恵に習い、感染者との濃厚接触を避けCVとの逢着回避が最良の対策となります。更にCOVID-19の主要な感染経路が、近距離にいる感染者から発せられた飛沫を浴びる「飛沫感染」、マスクや電車やバスの手摺を介する「接触感染」であることから、十分な手洗いと手指のアルコール消毒も習慣に。殊に高齢で慢性の肺疾患を持ち免疫抑制剤等を使用している人は、重症化し易く致死率も高い難敵であるとしっかり意識し、ゆめゆめ日常的な警戒を怠りませんように。

COVID-19の日本での影響は催事にも及び、政府の決定した集会自粛方針を受け多くが中止の決定や検討がされています。よもやオリンピックの中止は、無いでしょうが。



ディアブロ山にハイキング

小春日和の週末ハイキングをしてきました。それもジュラシック年代の山を歩いてきました。サンフランシスコからおおよそ70キロのわが町ダンビルにはマウントディアブロ（Mt Diablo）という1173メートルの山があります。普通、地層というのは下の方が古く、上になるほど新しい年代になりますが、サンフランシスコは北米プレートと



太平洋プレートの境界域に位置し、昔から噴火と大地震、地割れなどを繰り返してきました。そのため本来下の方に位置する年代の地層が盛り上がり山を形成したのがマウントディアブロです。というわけで、添付の写真の案内板をパチリ。私は週末1億万年から2億万年前の山をハイキングしてきたことになるのでした。

料理はきれい、
手作りはすき。
キッチンで

ナチュラルレメディ作り



② アレルギー改善を 倍速にする食材とは？

今月はアレルギー体質の方にオススメの食材をご紹介します。それは、「生鮮食品」です。アレルギーを本気で治したい方は加工食品の摂取量を限りなく減らし、生鮮食品を摂取することで大きな改善が期待できます。

加工食品に入っている添加物は、「長期保存」「旨味」「色味」などを改善する目的で加えられます。人体に必要なのではなく、より安価に製品化するために加えられているのです。これらを日々摂取していると、慢性的な症状を引き起こす一因となり得ます。

そこで今回は、中でも絶対に避けるべき食材をご紹介します。

油脂

サラダ油、ホイップクリーム、カレールウなどに含まれます。加工油脂は炎症の原因となり、症状を悪化させます。代わりにコールドプレスのオリーブオイルやココナッツオイルを使用しましょう。

MSG

MSG(グルタミン酸ナトリウム、アミノ酸) ポテトチップス、だしの素、スープの素、パスタソース、ドレッシング類、お味噌や醤油、インスタント食品などに含まれます。食してすぐに出る症状は、眠気、倦怠感、舌のしびれ、アレルギー症状。脳への神経毒があり、小さな子どもであれば軽度の蓄積でも、落ち着きがない、すぐにキレる、などの症状が現れます。お味噌や醤油は無添加を選びましょう。

発色剤

ハム、ウィンナー、ベーコン、ソーセージ、サラミ、いくら、またあらゆる加工肉に使われます。色をキレイに見せるため、防腐剤として使われます。毒性が強いため、少量でも皮膚炎や蕁麻疹、喘息などアレルギー症状を悪化させます。信頼できるブッチャーで無添加の加工肉を探してみましょう。

【キッチンで作るナチュラルレメディー】

フルーツのKombucha漬け

お好きなフルーツをカットしてKombuchaをかけ、冷蔵庫で冷やすだけ。Kombuchaの乳酸菌でフルーツの酵素が活性化し荒れた腸を元気にしてくれます。冷蔵庫で数日～1週間持つので、まとめて作っておいて、子どものおやつや食後のデザートにお楽しみくださいね。



榎村 郁子(うめむら・いくこ)

子どもの頃からアレルギーを患いステロイド薬を約30年間使用していたが、食生活を見直し自然療法を取り入れ、きれいな肌と健康な体を取り戻す。ナチュラル生活を取り入れる中で「みつろうエコラップ」に出会い、2016年にAIY Australia Pty Ltdを設立。KoKeBeeみつろうエコラップの製造販売を開始。

無料メール講座「KoKeBee的プラフリ生活のすゝめ」配信中。ご登録はこちらから→ eepurl.com/dAHf1b

外食 日記



Sabor Ecuatoriano

住所: 27 Yelverton Street, Sydenham 2044

電話: (02) 8057-3873, 0431-100-065

予算:\$20

営業:土曜のみ12:00~19:00

雰囲気 8

料理 8

サービス 8



今月はSydenhamにある南米エクアドル料理のお店です。エクアドル出身の方のご自宅が食堂です。席はリビングのテーブル1卓のみで6人掛け、詰めても8人です。

注文したのは、Tortillas con Fritada(写真:豚肉、Moteという白トウモロコシ、マッシュポテト等)、Humitas(トウモロコシを練って葉の中で蒸したもの)、Moroch(トウモロコシの飲み物)です。豚肉は僅かに臭みがありましたが、脂が乗っていて柔らかく、美味しかったです。白トウモロコシは、ジャガイモのようなホクホクした食感に微かに芯のある感じでした。マッシュポテトは焼き色がついて、バター風味がして美味しかったです。Annattoという色素によりオレンジ色を帯びていました。

土曜日午後のみ営業のため、事前に確認のうえ訪問されることをお勧めします。メニューは週毎に少し変わるため、再訪しても飽きないと思います。



仏教語からできた 日本語 その168

渡部重信
Email 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



見聞(けんもん)

かつてマルコ・ポーロが1271年から父と叔父に同伴して中東からアジアにかけて旅行したことを書いた「東方見聞録(とうほうけんぶんろく)」で日本のことを「黄金の国ジパング」と書き残していたことは大変有名な話です。彼は実際日本に行っていなかったにも拘らず奥州の金産地のことや、中尊寺金色堂について、中国滞在中に伝え聞いてこう書いたのであろうと伝えられています。



マルコ・ポーロ

今まで行ったことのない場所に行き、実際に見聞きし、手で触れ、そして食べ物であれば口にしてみ、身体中を総動員して体験して初めて、その新しい場所についてその人なりの真の理解が得られるものと思っています。そのことを一般には見聞(けんぶん)と言っています。人間は、成長するにつれて、知識がつくにつれて、視覚や聴覚のみで世界を理解しようとしがちですが、小さな子供もそうだと思いますが、本当に知りたいと思った場合には、その新しい世界で目に見える全てのものに興味を示し、本当に理解するために自分の五感を総動員して実体験に基づく認識をするものです。

見聞とは、文字通り見聞きした事柄に違いないのですが、仏教ではこの言葉を「けんもん」と読み、特に「見聞覚知(けんもんかくち)」と言って全ての感覚知覚を総動員して対象物を統合的に認識することを指しています。

ただ知識を得るためだけなら、今の世の中でしたら旅に出るまでもなく、インターネットによって瞬時に世界中から情報を入手できますし、リアルタイムに特定の場所の光景さえ見ることができます。しかし、その情報は映像と音声、そして文字に限られていて、リアルな体験を求める人々には満足できないものです。テレビのグルメ番組では実のところ、味、香り、温度などの食べ物の大事な性質は伝えることはできません。そういったテーマをわざわざ番組に仕立て上げるのは、番組を見ることによって視聴者が自ら調理するよう勧めているか、実際に味を確かめるようにその場所へ出かけるよう誘い、真の見聞をすることを促していると言えます。

目と耳だけで受け入れた情報は、実体験という真の見聞覚知によってどのように変貌するのか大変見ものです。マルコ・ポーロが実際日本を訪れ見聞覚知をしていたならば、彼の残した書物が更に日本を魅力ある国として書き表していたのか、或いはそれ以下であったのかが大変興味あるところです。 合掌

法律Q&A 弁護士に 聞いてみよう 155

主任弁護士 林由紀夫(H & H Lawyers)

Q 友人から、「もしもの時は、私の遺言書の執行人になってくれないか」と言われました。遺言書の執行人とは、どういったことをするのでしょうか？

A オーストラリアで遺言書を作成する場合、原則的に、遺言執行人(Executor)を任命する必要があります。Executorとは故人に代わって、故人の遺産を管理し、遺言書の通りに相続人らに遺産を分配する役割を負います。

まず、資産・負債の目録等を作成し、裁判所への遺産相続許可(Probate)の申請をすることになります。Probateとはいわば、裁判所が当該遺言書の有効性を認め、遺産を正式にExecutorの管理下とし、遺言書に従って遺産の分配をしてもよいという許可です。

Executorは受託者として責任の重い立場に置かれています。故人が生前に正確な資産・負債の目録を作っておいてくればよいのですが、そうしたものが無い状態で故人の資産を調査するのは大変な手間になりますし、Probate取得のために弁護士との打ち合わせを重ね、遺産の分配作業にも時間を費やすことが求められます。特に、遺言書が不公平な相続を指示しているような場合、“貰い損ねた”相続人が、遺言書の無効を訴えたり、Family Provision(日本の遺留分減殺請求に似た制度)の訴えを起こしたりすることがあります。そうすると、Executorは故人の遺産の管理人、つまり“被告代理人”として裁判に巻き込まれることになります。

配偶者や子供をExecutorに任命するケースが一般的で無難だと思いますが、独身・死別の場合には、弁護士や会計士など、相続作業のプロを任命するのもよいでしょう。Executorは故人の代理人として遺産管理に大きな権限を持ちますので、遺言者としては、全幅の信頼の置ける人をExecutorとして任命する必要があります。

ちなみにExecutorは、その作業につき報酬を得ることも可能です。遺言者が遺言書の中でそうした報酬について予め記しておくのが一般的ですが、もしも遺言に報酬支払いの記述が無い場合であっても、手続きを踏めば、報酬の支払いを受けることができます。

Executorの任を受けたくないという場合は、拒否することも可能です。そうするとExecutor不在ということになり、遺産相続作業が不必要に煩雑化したり、遺言者の望まない人が執行人代理として任命されてしまったりするリスクが生じます。遺言者は存命中に、Executorになってほしい人にその旨を依頼し、その報酬についても説明した上で、受諾してくれることを確認しておくことで、心の安寧が得られると思います。

暮らしの医療

萎縮性(老年性)外陰腔炎

ドクター・鳥居／Northbridge Family Clinic

閉経の頃から女性ホルモンのレベルが低下してくるに連れて腔壁と尿路生殖器の菲薄化、乾燥、そして炎症がおこり、あらゆる症状があらわれてきます。閉経だけではなく、卵巣を摘出したり、癌治療で放射線治療や抗癌剤投与により卵巣の機能が低下した場合などでもおこります。

閉経前には腔壁は厚く、表皮細胞は絶えず脱落しています。脱落した表皮細胞からグリコーゲンが放出され、加水分解されて糖分ができます。腔内に共生する乳酸桿菌(Lactobacillus)がこの糖分を分解し、乳酸ができ、腔内が酸性の環境に保たれます。これによってLactobacillus菌が繁殖し、細菌性腔症、性病、尿路感染などをおこす菌を抑制することができます。

閉経後は女性ホルモンが低下することによって腔内の表皮細胞の層が薄くなり、糖分が低下し、Lactobacillus菌の数が低下し、その他の病原菌を抑える効果が低下します。細菌性腔症をおこす菌などが過成長してしまいます。

萎縮性外陰腔炎の症状

- * 腔の渇き、かゆみ、灼熱感
- * 腔分泌物(おりもの)の増加や変化(かゆみを伴ったおりものはカンジダ菌の場合もあります)
- * 出血(閉経後の不正出血は子宮頸癌、子宮癌によっておこることもあるので詳しい検査が必要です)
- * 性交疼痛(腔炎以外に子宮癌、子宮筋腫、子宮内膜症、卵巣疾患などでおこることもあります)

その他には尿路系統の症状もおこることもあります。

- * 頻尿
- * 夜尿症
- * 排尿痛
- * 失禁(腔内の組織が緩み、膀胱を支える機能が低下することによっておこる腹圧性失禁や膀胱が過敏になっておこる過活動膀胱からくる失禁も考えられます)
- * 再発性尿路感染

これに加わり、更年期の全身性の症状(顔面紅潮、発汗、動悸、不眠症など)もおこる人もいます。

治療法

- * 腔の潤滑クリーム、保湿クリームなど
症状が軽ければこのような治療で治まることもあります。Replens というブランドで潤滑クリームと保湿ク

リームがあります。このような製品は処方箋は必要としません。

- * 低用量女性ホルモンの腔内投与(Vagifem、Ovestin)
安全な治療法で、女性ホルモンの腔内への吸収は最小限ですが、乳癌、子宮癌、卵巣癌などのホルモン依存性腫瘍の既往歴がある人は要注意です。深部静脈血栓をおこすリスクはありません。カンジダ腔炎、出血、乳房の痛みがおこることもあります。クリームやペッサリーとして使用されます。始めの1-2週間は毎日挿入し、その後は週に1、2回で維持します。効果が現れるまでには4-6週間かかります。更年期で全身症状と腔の症状もおこっている人はホルモン補充療法の経口薬だけでは腔の症状が治まらない場合もあり、女性ホルモンの腔内投与も加えて行うこともあります。

- * 選択的エストロゲン受容体モデュレーター
(Selective estrogen receptor modulator、SERM)
この薬はDuaviveという商品名で発売されています。女性ホルモンとの混合薬で、従来のホルモン補充療法(女性ホルモンと黄体ホルモンの混合)と比較すると副作用が少なく、同時に更年期症状を和らげ、骨粗鬆症の予防にも効果があります。
- * デヒドロエピアンドロステロン(dehydroepiandrosterone、DHEA)の腔内投与
この薬は血中の女性ホルモンや男性ホルモンのレベルに影響せず、乳癌患者にも使用できます。Prasteroneという商品名で発売されていますが、調剤薬局(Compounding chemist)で配合してもらわなければなりません。毎日腔に挿入しなければなりません。

- * レーザー治療
この方法はレーザーで腔内の粘膜に刺激を与え、線維芽細胞を活性化させ、粘膜を修復し、薄くなった粘膜層を厚くし、潤いを良くする効果があります。腔内にレーザーのプロブを挿入し、数分かけて腔内にレーザーを充てます。麻酔は必要なく、副作用もほとんどありません。1、2カ月間隔で3回治療をします。



今月の喜怒哀楽 〈哀〉

最近、就活を始めています。いままで何度も転職しましたが、今回は、なかなかうまくいきません。年齢からくるものなのか(もちろん履歴書には年齢は書いていますが、面接でだいたいわかりますよね)。おかげで、来るもの拒まず、短期でいろいろと経験させてもらってます。学生時代のバイトを思い出します。明日はどこでなにを？(P)

編集後記

最近巷はコロナウイルスのニュースでもちきりですが、皆さん知ってますか？産経新聞によると、アメリカでは昨年10月以降のインフルエンザの罹患者数が累計で2200万人となり、インフルエンザのために21万人が入院し、死者数は既に1万2000人に達したそうです。こちらの方がよっぽど深刻のような気がしますが、インフルエンザ感染防止のための渡航規制や、イベント中止等の話は全然聞きません。政府とマスコミは何故コロナウイルスに対して、これほど危機感を持っているのでしょうか？もしかして、政府は我々に知らせていないコロナウイルスの真の恐ろしさを知っているのでしょうか？怖いですね。余談ですが、コロナウイルスに感染していたイランの保健省次官が汗をぬぐいつつ、咳をしながら大勢の記者の前で、コロナウイルスの感染拡大の規模を政府が隠蔽している事実はないと強調していたのには(申し訳ないが)つい失笑してしまいました。(双子座の男)



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。

シドニー日本クラブ役員

名誉会長	紀谷昌彦(在シドニー日本国総領事)
会長	Costello 久恵(シティ校代表)
副会長	水越 有史郎(教育支援委員会代表)
副会長	Chalker 和子
理事	Cooper 幸子
理事	川上 正和
理事	松隈 由紀子
理事	阿部 直子
理事	Hodgkinson 恭子
理事	堀田 興志
理事	Murn 薫
専門理事	林 さゆり(親睦の会会長)
専門理事	渡部 重信(事務局・編集委員会編集長)
専門理事	平野 由紀子(JCSレインボープロジェクト代表)
専門理事	マッケナー 亜美・佐野 大介(ダンダス校共同代表)
専門理事	水越 有史郎(エッジクリフ校代表)(兼任)
事務局長	藤田 結花(会計・事務局長)
監事	会計監査(Richter 幸子/多田 将祐)
クラブ代表	シドニーソーラン踊り隊(水越 有史郎)
	JCSフラアロハ(Gault 良子)
	ソフトボール部(加藤 雅彦)

編集委員会 渡部 重信(編集長)/水越 有史郎/西牟田 佳奈/佐藤 薫
/大塚 藤子/林 由紀夫/多田 将祐/マーン 薫/坂口 潤/斉藤 直子

投稿原稿募集！

編集から

会員の方の生の声を募集しています。本誌を読んでの感想や、誌面に対する注文、会に対しての要望、日頃感じ

ていることなど、何でも構いません。皆さんからの率直なご意見や、誌面に対する感想などが、今後の誌面作りに多いに役立ちます。また、絵や写真、詩、俳句、短歌などでも構いません。お気軽にお寄せください。

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」「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。

いずれも原稿は、以下宛に送ってください。

Email: editor@japanclubofsydney.org

本誌のカラー版は、電子版を
ダウンロードしてください。

www.japanclubofsydney.org

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 (携帯電話会社)

Suite 29, Level 17, 329 Pitt Street Sydney 2000
Phone: 02-9264-9601
Email: info3@able.net.au WEB: <https://able.net.au>
①【オーストラリア国内サービス】格安SIMプラン: 7GBで月額\$30、10GBで月額\$37。
②【日本向けサービス (日本帰国時に)】オーストラリアで受取り・返却&購入で日本到着後すぐネットが使える。
【日本向けポケットWiFi】2週間以上レンタルすれば、よりお得に！
【日本向けデータSIMカード】ご自身のアンロックされたスマートフォンにSIMを入れれば、日本でそのままネットが使える便利なサービス。
★詳しくは、WEBをご確認ください！

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。

甘利会計事務所

Amari Tax & Accounting
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。

Rumiko's Creation ROCOMI Beauty Circle

Mobile: 0402-178-519
お肌の大敵、乾燥や紫外線…みなさん、毎日のスキンケアどうしていますか？
きれいで健康なお肌は、健やかな毎日の“ビタミン美”…和漢植物エキス配合の薬用化粧品をぜひお試しください。
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。

ほんだらけ フル・オブ・ブックス

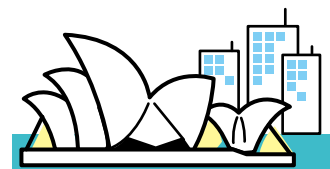
Level 2, 39 Liverpool St, Sydney 2000
Phone: 02-9261-5225 Email: hondarake@gmail.com
Website: <http://fullofbooks.com.au>
シドニー最大の日本古書籍買取・販売店。海外にいても手軽に日本の本・CDなど選べるうれしい店内在庫約8万点をご用意しています。買取も随時受付中。
このクーポンをご提示のJCS会員の方へ、本・CD・DVDのお買上を5%特別割引いたします。(※セール商品や化粧品など一部除きます。尚、クーポンは原本のみ。コピー不可とさせていただきます。)

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♪

NBCA PTY LTD

Suite 41, Level 1, 45 Chandos Street, St Leonards 2065
Phone: (02) 8007-5363
担当: 人材(加藤)、ビザ(山口)、留学(山口)
Email: info@nbca.com.au www.nbca.com.au
ビザ申請及び人材紹介費用につきましては、JCS会員のみ通常の料金から10%の割引にさせていただきます。留学につきましては、JCS会員のみ通常料金から特別割引させていただきます。(学校によりこのサービスの対象にならないものもございます。)



JCSだより2020年3月号(3月1日発行 通巻第415号) 次号4月号は4月1日発行です

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 (渡部重信) まで。

JCSだより原稿送付先

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

入会案内

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

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

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

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

JCSだより広告案内

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

広告スペース	広告サイズ	料金 (1回のみ)	会員割引料金 (1回のみ)	会員割引料金 (6～11ヵ月)	会員割引料金 (12ヵ月以上)
1 ページ	横18cm×縦25.5cm	\$ 220.00	\$ 176.00	\$ 154.00 (月額)	\$ 132.00 (月額)
1 / 2 ページ	横18cm×縦12.5cm	\$ 132.00	\$ 99.00	\$ 88.00 (月額)	\$ 77.00 (月額)
1 / 3 ページ	横18cm×縦8.2cm	\$ 99.00	\$ 77.00	\$ 66.00 (月額)	\$ 55.00 (月額)
1 / 6 ページ	横8.7cm×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、継続掲載割引があります。	

「JCSだより」では皆様からの広告を募集しています。本誌は会員に直接送付されますので、格安な料金で浸透力のある広告効果が得られます。お申し込みの際は、上記のサイズ・期間・料金を明記の上、掲載する完全な広告原稿(正しい広告サイズで、読みやすくはっきりと仕上がったアートワークまたはデータ)を、事務局宛に郵送もしくはメールでお送りください。銀行振込は以下の口座宛にお振り込みください。締切は毎月15日必着です。チラシの同封は、A4サイズ以内で印刷されたものを、部数分ご用意ください。※広告内容が本誌に相応しくないと判断した場合、掲載をお断りすることがあります。ご了承ください。

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

●入会金・会費・広告料金のお支払方法●

■会費納入届または広告原稿を小切手と共にJCS事務局まで郵送する場合

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

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

■会費納入届または広告原稿を郵送またはメールで送り、会費を銀行振込する場合

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

お名前がない場合は、支払い元不明で未払い扱いになるためご注意ください。

振込先 Account Name: Japan Club of Sydney Inc. BSB No: 032-002 Account No: 51-3156