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の感染予防を！

JCSの年次総会は10月に延期します

JCS日本語学校は三学期から通常授業に

2020 8 August

シドニー日本クラブ年次総会は10月開催

日時：10月3日（土）14時30分（予定）

場所：Doughety Community Centre, 7 Victor Street, Chatswood

2020/21年度の年次総会は、8月22日（土）を予定し、本誌先月号でもそのように告知しましたが、新型コロナウイルス感染の二次感染の広がりを受けて再び外出規制などが強化されました。この状況を受けて、当初予定していました8月の開催を延期することにしました。

年次総会は10月3日第一土曜日の開催を予定しています。会員の皆様にはご迷惑をおかけしますが、是非、年次総会へのご出席をお願い致します。

今回の総会では、通常の事業報告・計画案、及び決算報告・予算案の議案のほか、会則の改正案を審議します。改正のポイントは、コロナ感染の状況を受けて、オンライン（テレビ会議）による各種会議や総会などの開催を可能とするものです。なお、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。

総会資料は、本誌9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（案）、決算報告と予算（案）、及び会則の改正（案）の審議と承認を行います。

JCS 2020/21年度年次総会式次第

日時：2020年10月3日（土）午後14時30分
場所：The Dougherty Community Centre
第1号議案　2019/20年度事業報告
第2号議案　2019/20年度収支決算報告
第3号議案　2020/21年度事業計画（案）
第4号議案　2020/21年度予算（案）
第5号議案　会則の改正
質疑応答

JCSの活動予定

◎JCSの年次総会は、10月3日（土）14:30からDoughety Community Centreで開催。
◎9月のチャッツウッドの祭りと11月の忘年会は中止します。
◎JCS日本語学校は三学期（7月25日）から学校での授業を再開しました。
◎JCSシドニーソーラン踊り隊は7月25日から練習を再開しました。
◎JCSフラ・アロハ・ハワイアングループはしばらく練習をお休みしています。
◎JCSソフトボール部では、5月と11月のソフトボール大会が中止になりました。

■表紙の絵

楽しい気持ちと悲しい気持ちを表した絵です。
真ん中でペットのパグが見ています。

ウー 奈々
シティ校 コスモス組 Year 5
（応募時は、アルパカ組）

理事会から

日時：7月1日（水）19時30分～21時　場所：（Zoomによるテレビ会議を実施）
出席：八重樫領事、コステロ、水越、チョーカー、藤田、林、平野、マーン、クーパー、松隈、堀田、クー、ホジュキンソン、渡部
欠席：小林、倉田、川上、阿辺

1. JCS定款の改訂について

Zoomでの会議（理事会、総会）を有効なものとするための条項追加、並びに定款をオーストラリアのスタンダードのものにすべく、会員の林由紀夫弁護士に要望を伝えて草案を作って頂く。

2. 日本語学校報告

◉City校:13クラス、生徒数208名、144家族

1週目から5週目までオンライン授業を行い、6週目からは新校舎にて通常の対面授業を行った。多くの生徒が元気に登校してくれた。生徒たちは、やはりお友達を始め先生に会えてとても嬉しそうだった。対面授業をするにあたり授業前後の教室、校内、トイレ内の消毒はもちろん、衛生面に関しては特に注意を払った。すべての学校イベントは中止し、保護者、外部からのボランティアは、一切校内に入れず対応した。コロナ感染防止の規定プラス新校舎での授業だったが、教員、委員、サポート係、保護者の協力のお陰でとてもスムーズに学校運営が行えた。約700冊の図書の本があるが、引き続き移動図書館を設置。今後は、貸出方法を変える。アプリを使用し、生徒一人ひとりにQRコードを設け、借りたい本のバーコードを入力する。返却日のリマインダーや督促メールが自動的に配信されるようにする。

◉Dundas校：8クラス、生徒数132名、87家族

2学期は休校とし6月も引き続きダンダス校の先生方には週一程度生徒への連絡、宿題、テレビ会議等、継続したコミュニケーションをとって頂いた。連絡方法、宿題内容を含むカリキュラムに関しては先生方に委ね、教育内容よりも繋がりの継続を主旨とし、また先生方からは週報のような形で学校に連絡を頂いている。

3学期は7月25日から予定通り開校予定。JCS合同教員研修会、七夕、終業式等イベントは全てキャンセル。但し、3学期2週目のTC会議はSocial Distanceを順守したうえで開催予定。その他、保護者は学校内待機なし、生徒の送迎は運動場（現地校承認済み）、各クラス朝と帰りに消毒実施など通常とは違う対応で取組む予定。ファンド係によるパンの販売や朝のラジオ体操、学校の開始終了時間は不変とし、引き続き通常通り実施予定。

◉Edgecliff校：5クラス、生徒数39名、30家族

2学期はオンライン授業になったが、最初は戸惑うことが多かったオンライン授業も、いまでは教師も生徒もすっかり慣れてきた。対面ではないので伝えることや学習サポートが難しいが、先生方がオンラインでも楽しく学習できるようにと、毎週工夫した授業を展開してくれた。幼児部ではひらがなをお題にした借り物競走「家の中にある“う”のつくものを持ってきて！」で盛り上がり、小学部ではしりとりやジェスチャーゲームなどを授業の中に取り入れ、机の上だけの学習ではなく体で覚える学習が行われた。毎週子供たち（大人たちも）の笑顔が絶えない2学期になった。3学期からは学校の再開を予定している。

3. コミュニティーネット（CN）の閉会

約3年前からCNの活動がアングリケアの高齢者グループ活動を除いて全てストップしており、基金の寄付先を探していたところ、カウラ日本庭園マネジャーShane Budge氏との協議の結果、来年計画されている庭園の改築作業へ＄8000を寄付することになった。しかし、先月のカウラ庭園への寄付の記事を見て、すぐにカウラ日本庭園維持費の方へ寄付することとなった。残金＄385をアングリケア高齢者グループのサポート経費として寄付した後、銀行口座を閉じ、6月末にてCNを閉会する。

4. 日本人移住者のインタビュー調査依頼

モナシュ大講師の濱口氏より「日本人豪州移住者の移住後の生活安定と向上」についての調査をするためのインタビュー依頼があり、該当者（2005年以降に移住した学士号取得者）が多いと思われる日本語学校の保護者の方向けに案内を行う。

5. 年次総会の資料について

各団体のレポート（報告、計画）の確認を行った。事業計画の中で、今年度の忘年会、ダーリングハーバーでの日本祭への参加をキャンセルすることにした。

6.『オーストラリアの日本人』のデジタル化

以前JCSも傘下にあった全豪日本クラブの編集・発行した『オーストラリアの日本人』の冊子をオンラインで閲覧できるようにデジタル化する件でJCSにも承認を求める打診があったが、当クラブとしては特に問題がないので承認する旨を確認。

7. 総領事館より

○黒人差別に反対するデモが計画されているが、近づかないようにとの要請。
○サイバーテロへの注意喚起。
○コロナ関連で、いじめが確認された場合は警察に報告するようにとの要請。

●会員世帯数：345世帯（一般84世帯、学校261世帯）
●次回の理事会　8月5日（水）午後7:30～（Zoomにて）

新型コロナウイルス COVID-19 感染予防について

新型コロナウイルスによる感染予防のため、オーストラリア政府から様々な対策や指示が出されています。6月から規制緩和が始まりましたが、メルボルンでの二次感染と思われる感染拡大が生じ、シドニーでも再び感染者数が増えてきています。それに伴い、再び規制が強化されています。引き続き不要不急の外出を控えたり、多人数の集まりを避けるなど、可能な限り人との距離をとって行動してください。決して気を緩めることのないようにしてください。

シドニー日本クラブでも、イベントや会合などの中止、日本語学校の休校やオンライン授業への移行など、会員の皆様の感染予防、健康維持に努めています。感染拡大を防ぐために、日常的な手洗い、咳のエチケット、密接な接触を避けることを心がけてください。※以下、感染予防に関する情報リンクです。こまめに最新情報を得るようにしてください。

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
④体調が良くない時に自宅で待機する
⑤不要急な大規模行事への参加を控える
⑥可能限り他人と1.5m以上 の距離をとる
⑦挨拶としての握手、ハッグ、キスをやめる
⑧高齢者ケア施設への訪問を制限する

◎NSW州でのホットスポット情報

以下のサイトでNSW州におけるコロナ感染ホットスポット情報が随時アップデートされています。
https://www.nsw.gov.au/covid-19/latest-news-and-updates#latest-covid-19-case-locations-in-nsw

●在豪日本大使館からの情報→https://www.au.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html
●豪州における新型コロナウイルス対策の概要→https://www.au.emb-japan.go.jp/files/100023087.pdf
●日本の外務省による水際対策強化措置→https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcwideareaspecificinfo_2020C062.html
●在シドニー日本総領事館新型コロナウイルス関連情報
→https://www.sydney.au.emb-japan.go.jp/itpr_ja/consul_coronavirus.html
●NSW州政府からの情報→https://www.nsw.gov.au/covid-19/what-you-can-and-cant-do-under-rules
●連邦保健省からの情報
→https://www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert
●外務貿易省からの情報→https://www.smartraveller.gov.au/news-and-updates/coronavirus-covid-19
●内務省からの情報→https://covid19inlanguage.homeaffairs.gov.au/ja
●NSW州保健省からの情報→https://www.health.nsw.gov.au/Pages/default.aspx

柔指圧院 / YAWARA Japanese Shiatsu Treatment Clinic
Suite 102, 44 Miller Lane, Cammeray, NSW 2062
肩こり、腰痛、偏頭痛、疲れ、スポーツ外傷、五十肩などで困っている方ご相談ください。
６月で開院２周年！
・日豪両国の指圧、マッサージの国家資格所持
・臨床17年目（日本語での相談、治療）
・完全個室、完全予約制です。
予約/お問合せは 0411-362-567 寺澤（てらさわ）まで
日曜、祝日 休み
YAWARA
JAPANESE SHIATSU TREATMENT CLINIC

総領事館からお願い（在留届の提出）

外国に3か月以上滞在する日本人は、最寄りの大使館又は総領事館等に「在留届」を提出することが義務付けられています。大規模な災害が発生した場合など、当館では、オーストラリアの関係当局に連絡を取って邦人の被害について確認をする一方、在留届を確認して該当地域にお住まいの方に、直接ご連絡を差し上げ安否を確認することがあります。在留届は、このような災害時の安否確認のためにも使用いたしますので、届出内容に変更（住所や同居家族の変更等）が生じた場合には「変更届」を、帰国の際には「帰国届」をご提出いただくようお願いいたします。
https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/index.html

総領事館からのお知らせ

※新型コロナウイルスに関する在シドニー日本総領事館からのメールマガジンの抜粋です。総領事館からメールマガジンが発信されていますので、こまめに最新情報を得るようにしてください。

【シドニーからQLD州入州は原則拒否】

QLD州政府は、8月1日(土)午前1時より、NSW州のシドニー大都市圏を、新型コロナウイルス感染多発地域(ホットスポット)に追加指定しました。

過去14日以内に感染多発地域への滞在歴のある者は、原則としてQLD州への入州が拒否されます(QLD州内での14日間の隔離も不可)。

これは先週末にシドニー市内Kings Crossを含むPotts Point地域で感染が多発したことをうけ、既に感染多発地域となっていたシドニー西部の3つの地域(キャンベルタウン市、リバプール市及びフェアフィールド市)に、31の地域からなるシドニー大都市圏が追加されたものです。

【学生ビザの発給再開・留学生の特例措置について】

●豪州政府は、学生ビザの発給再開及び新型コロナウイルスの影響を受けた留学生に対するビザの特例措置について発表しました。概要は以下のとおりです。

①豪州国外の全ての場所において学生ビザの発給を再開する。これは国境が開放された際に、既にビザを取得し渡航の準備ができていることを意味する。

②新型コロナウイルスが原因でビザの有効期間内に学業を修了できない場合、無料で学生ビザ申請ができる。

③新型コロナウイルスが原因で現在、国外でオンライン学習している学生は、当該学習期間を、就学後就労ビザ(post-study work visa)要件にカウントすることができる。

④新型コロナウイルスが原因で豪州に戻れない卒業生は、国外で就学後就労ビザを申請することができる。

⑤新型コロナウイルスが原因で英語能力試験が受験できない場合、申請者は試験結果の提出に猶予が与えられる。

●NSW州政府は豪州で困難に直面している留学生のために、無料の宿泊を含む2,000万ドル以上のサポートパッケージを実施しています。概要は以下のとおりです。

①対象となる留学生に最大20週間の無料の宿泊を提供。この制度は、安全な宿泊施設へのアクセスを失った、または失うリスクがある脆弱な留学生を対象としています。

②留学生無料法務サービス多言語対応のMy Legal Mateアプリにより、学生の法的権利を保護します。

③24時間年中無休で、NSW COVID-19ホットラインを通じて留学生に合わせたアドバイスを、医療、メンタルヘルス、法律、緊急事態、その他のサポートに関する情報を提供。

○NSW州政府ホームページ
(新型コロナウイルス関連の留学生支援)
https://www.service.nsw.gov.au/covid-19/financial-support-individuals-and-households#support-for-international-students

(Study Sydney) https://www.study.sydney/programs/covid-19-response-and-resources
(無料宿泊サポートの応募要領)
https://www.service.nsw.gov.au/transaction/apply-international-student-covid-19-crisis-accommodation

【国際線運航状況】

現時点の各社の運航及び運休状況は以下のとおり。

●全日空

①シドニー・羽田線

8月31日(月)シドニー発の便まで、週3便の運航が継続されます。シドニー発の便は、月・木・土に運航されます。

②パース・成田線

8月31日(月)パース発の便まで運休されます。

○全日空ウェブサイト
https://www.anahd.co.jp/group/pr/202007/20200714.html

●日本航空

①シドニー・羽田線

10月1日(木)シドニー発の便まで「運休」の予定です。

②メルボルン・成田線

10月1日(木)メルボルン発の便まで「運休」の予定です。

○日本航空ウェブサイト
https://press.jal.co.jp/ja/release/202007/005680.html

●カンタス航空

10月末までの国際線(ニュージーランド線除く)の「運休」予定が発表されています。

○カンタス航空ウェブサイト
https://www.qantas.com/au/en/travel-info/travel-updates/coronavirus/qantas-international-network-changes.html

●ジェットスター

10月25日(日)までの国際線(ニュージーランド線除く)の「運休」予定が発表されています。

○ジェットスター航空ウェブサイト
https://www.jetstar.com/au/en/travel-alerts

●ヴァージン・オーストラリア航空

ブリスベン・羽田線について,同社ウェブサイトでは10月24日(土)までの予約ができなくなっています。なお,同社は現在、任意管理手続きによる経営再建中です。

○ヴァージン・オーストラリア航空ウェブサイト
https://www.virginaustralia.com/au/en/

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）：朝比奈冨美子（Tel: 9453-0058）
Email: fumikopixie@gmail.com
・C地区（St.Ives以北）：朝比奈冨美子（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：朝比奈冨美子、カーター洋子、橋本克子、ファレル道子　（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。

【中止のお知らせ】　2020年8月例会

新型コロナウィルス禍のため閉鎖していましたドガティ（Dougherty）センターは、会場への食べ物持ち込み禁止（本人が持参する水のボトルだけは許可）、人同士の間隔を1.5mあける等の諸条件付きで再開しましたが、新型コロナウィルス感染者数が増加していることを鑑み、感染予防および会員の安全と安心を第一に考えまして、8月8日開催予定でした月例会も中止とさせていただきます。

誠に残念ではございますが、ご理解を賜りますよう謹んでお願い申し上げます。このコロナ禍が終息し、正常な生活に戻れるまで、心身共にお健やかで、ご無事に過ごされますことをお祈り申し上げております。

再び笑顔でお会いできます日を楽しみにしております。

【スッキリ若々しいお顔になる方法】

自粛生活が続く昨今、運動不足が気になります。運動は身体だけではなく、お友達と会って話す機会が減った今、顔も運動不足になってしまいがちです。顔の運動不足は「たるみ」や「しわ」など、老け顔の原因を作ってしまいます。

目や口などを動かす表情筋という筋肉は、お肌の皮膚と繋がり、顔の表情を作ります。表情筋はいつの間にか固まり、衰えてしまうと言われていますので、今日は、顔の運動不足を解消して、老け顔予防対策をしてみましょう。

美しく輝き、周囲までも明るく照らす笑顔でいられたら嬉しいですね。

簡単な「あいうえお体操」をご紹介します。ちょっとお試しください。

【あ】 口を大きく開け「あー」と言いながら、目も最大限に見開き、眉毛を上に上げます。

【い】 口を横に大きく「い」の形に開け、顔全体を横に引っ張る意識で思いっ切り力を入れます。

【う】 口をできるだけすぼめて「うー」と言いながら、目はぎゅっと閉じます。

【え】 口を横に大きく「え」の形に開け、目を大きく見開きます。

【お】 口を縦に大きく開け「おー」と言いながら、目は驚いた時のように見開き、顔全体を縦に引っ張る意識で力を入れます。

次に、医師が、認知症のために発音が不自由になった患者へのリハビリに使ったという発音訓練をご紹介します。この訓練を用いて回復した症例があるそうです。

早口で繰り返し言ってみてください。低い声から始めて、だんだん高い声に上げてみて下さい。声にも艶が出てきますよ。

あなたに会いたい　アイウエオ
顔が可愛く　カキクケコ
さっそく誘って　サシスセソ
たまにはたっぷり　タチツテト
ならんで仲良く　ナニヌネノ
はっきり発音　ハヒフヘホ
毎日前向き　マミムメモ
焼きもち焼くなよ　ヤイユエヨ
楽してらんらん　ラリルレロ
私に笑って　ワイウエオ
我慢だ我慢だ　ガゲギグゲゴガ
だんだん頑張れ　ダデヂヅデドダ
パラソルぱらぱら　パペピプペポパ

如何でしたでしょうか。表情筋がほぐれて、自然と笑顔も作りやすくなったように感じられませんか。

スマイル美人という言葉を耳にしますが、あのマリリン・モンローが残した名言の中にもあるように、笑顔は最高のメイクですね。

クラブライフ

ようやく練習が再開しました！

新型コロナウイルスの感染拡大の状況から、練習は当分の間お休みしていましたが、練習場所の学校から使用許可がでましたので、三学期(7月25日)から練習を始めることになりました。

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

練習は当分の間お休みしています

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

今年のソフトボール大会は中止になりました

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。

残念ながら毎年5月と11月に開催している「ソフトボール大会」は、新型コロナウイルスの感染拡大の状況から、中止となりました。

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　（ソフトボール部部長　加藤雅彦）

JCS日本語学校シティ校
JCS Japanese School
学校 Ultimo Public School
（47-53 Jones Street, Ultimo NSW 2007）
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/

シティ校の3学期

例年ですと、シティ校の3学期は2つの大きな行事がありました。一つ目は「スピーチコンテスト」です。共通のテーマのもと、日本語でスピーチ原稿を作り、それをみんなの前で発表します。学年ごとに分かれて、原稿内容や、スピーチの表現法などを競いました。幼児部の生徒にとっては、初めてのスピーチ発表でもありました。

二つ目は「運動会」です。エッジクリフ校と合同で紅白に別れ、徒競走、親子リレー、玉入れや綱引きなど日本の運動会の種目で競いました。これら二つの行事を通して、普段の授業とは違った日本語と日本文化を学ぶことができました。

しかしながら、今年はCOVID-19の影響でスピーチコンテストはキャンセルになりました。運動会は4学期に延期してはいますが、政府からの指示待ちの状態です。現在は政府からの要請で、とても限られた活動しかできませんが、その規制の範囲の中で、生徒たちが日本語を楽しく学べるように、保護者の皆様や先生方と協力していこうと思います。

クラス紹介　すみれ組

すみれ組は小学部の一番下のクラスで、YkからY2までの男の子8名と女の子6名の合計14名がいつも元気に楽しく学んでいるクラスです。1学期の初日にみんなが顔をそろえた時には、JCS日本語学校の幼児部に1年間や2年間一緒に通っていた子供もいれば、今年から始めて通う子供もいるというようにバラバラな背景を持っている子供たちが、ちょっぴり不安そうに窓の外に見えるお母さんやお父さんの後ろ姿を目で追っていたのが今では懐かしくさえ感じるぐらいです。特に2学期の始めはZoomによる授業でしたので、画面を通じてしかお友達と会えなくて寂しい思いもあったのか新校舎での対面授業が再開されてからは、お友達といつまでも学校で過ごしたいようで「もう終わり」と、お帰りの時間になってもお話が止まらず送り出すまで大変な時もあるぐらいです。

授業内容は、1学期には幼児部で学んだひらがな清音、濁音、拗音、促音、及び伸ばす音など全般の復習を1年生上の教科書の単元を用いて行い、2学期にはカタカナの読み書き、1年生上の教科書の単元から短文の読み書きを行い、そして、お話をつくるというように授業で取り組んできました。みんなとても学習意欲が旺盛で、各自が得意とする「読む」「書く」「聞く」「話す」の分野から積極的に日本語を用いて力を伸ばしています。これから後半の授業で、より活発に日本語で短い作文や発表、お話を読んで内容の理解をできるようにコツコツと取り組んでいこうと考えています。

今年は学校全体での行事がなかなか行えませんので、クラスで楽しい思い出を作れるように活動していきたいと考えています。

（担任：大川麻美）

クラス紹介　まつ組

まつ組は、合計11人の小学部のクラスです。Y1からY5までの幅広い年齢層の児童が在籍しており、主に小学1年生の教科書内容を学習しています。日本語学習に取り組む姿勢がとても積極的で、発言や発表も多く、テンポ良く授業が進む明るく活発なクラスです。

1・2学期で一年生の漢字の学習を終え、教科書も残すところあと半分というところです。2学期の対面授業では、復習をするために、既習漢字を用いた漢字ビンゴを毎回行いました。金のご褒美シールを目指し、慎重に漢字を選んでビンゴカードに書き込んでいる姿や、リーチやビンゴになると跳ね上がって大喜びする姿などが見られ、大変盛り上がりました。

また、2学期は漢字・カタカナ・ひらがなの全てが混ざった長文をスラスラと読めるようになることを目標に、音読活動にも力を入れてきました。お家で、seesawというアプリを使用し、音読の録音・録画の宿題に取り組んでもらいました。多くの児童が事前にしっかりと練習をし、自信を持った状態で授業に参加できていたので、クラスメイトの前で堂々と上手に読むことができていました。3学期からは読むだけでなく、漢字・カタカナ・ひらがなを使い分けながら文章を書く練習をしていく予定です。

（担任：中山未来）

JCS日本語学校ダンダス校
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

感染予防のガイドラインを作成

休校中のダンダス校は今後の対策準備に励み、コロナウィルス感染予防対策ガイドラインが発行されました。3学期（7月25日始業式）より期間未定で3密を避けるため、役員や当番、ファンドを除く全ての保護者の校内への対入りが禁止されました。その他、児童生徒の送迎の配慮、送迎時の安全確保の徹底、消毒等を行います。皆勤賞も3学期ではカウントされません。

また、学校に関わる全ての者の感染が確認された場合は、濃厚接触者が保健所により特定されるまでの間，学校の全部または一部の休校を実施することになりました。これに伴い学習に著しい遅れが生じることのないよう、教科書及びそれと併用できる教材、テレビ放送、オンライン教材・動画、同時双方向型のオンライン指導等を組み合わせた家庭学習を課すことを予定され、クラス間で先生や生徒との電話や電子メールの活用等を通じて、学習指導や学習状況の把握を行う予定となりました。

世界中で第二波が起きている新たな局面の今、新しい生活様式へ、新しい身を守る術が賢明な判断であることは間違いないでしょう。少なくともダンダス校の先生・生徒・保護者を守るためには、あらゆる側面からの警戒を怠らないことが必須です。3学期のダンダス校の運営と先生・生徒・保護者が一丸となって進めていけるよう、皆様の変わらぬご協力とご支援をお願い申し上げます。

シドニーはまだまだ寒い冬の中ですが空を見上げてコロナ収束と学校によって日本の伝統行事を子ども達に身近に感じてくれるよう願うのでした。

クラス紹介　ながれぼし組

ながれぼし組には、キンディから2年生まで17人が（男の子11人、女の子6名）います。子ども達は、日本語学校3、2、1年目のクラスです。

ダンダス校は、コロナウィルスの影響で3月半ばで突然の休校となり、秋休みを挟んで2学期は、全休校となりましたので、7月最終土曜日の3学期始業式は、約4か月ぶりにみんなで顔を会わせます。（7月初めに書いています）

子ども達と毎週の連絡交流方法は、各クラスに任されていました。ながれぼし組は、休校中には、毎週子ども達に手紙と宿題を送信しました。子どもたちが楽しんで取り組み復習できるよう企画しました。しりとり書き取り、反対言葉、身の回りで見た物（庭で、公園で、リビングで、キッチンで、窓から、机の上のもの、書き取りなど）毎月のカレンダー枠、点結び、折り紙の折り順図解、体の部分

名称、易しい読解（指示の言葉を読んで色を塗ったり、書いたり答える）、学校のフリーマーケットが予定されて休校となった日には、「あなたが5ドルもって買い物をしました。何と何を買いました。合わせていくらでしょう。いくらおつりがきたでしょう」などの問題も作りました。絵描き歌（かわいいコックさん、ドラえもんなど）読み書きのため、ひらがな順不同の表、だじゃれドリル（同音異義語が入った文）卵割り体験とそれを使った料理。

また、保護者の方には、子ども達とご一緒に日本の文化などを話し合ったり考えられるようにその由来などを大人向けに送信（お彼岸―秋分の日、アースアワー、子どもの日、母の日、歯と口の健康週間、冬至）こんな内容で、毎週クラス便りと子ども達に手紙を送りました。休校中のことが長くなりました。

ひらがな清音、濁、半濁音、促音、拗音、長音の読み書き復習、定着できるよう目指し、カタカナの練習も1学期の続きを進めます。友だちみんなの前で、簡単な発表をまとめて話せるように、日本語の授業が聞いて理解できるように、また解らないことが、気軽に質問できるように、楽しくわかり易い授業を進めたいです。

さて3学期の久々の初日が楽しみで待ち遠しいです。子ども達も今まで前例のない体験をしました。これに3，4学期の授業で、もっと深い大事なことを考える授業にしていきたいと思います。

（担任：関口久子）

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：0413-430-726（授業時間とその前後13:30-17:00のみ）
授業 毎週土曜日／14:00〜16:35
Email jcs.edgecliff@gmail.com
Web http://edgecliff.japanclubofsydney.org

学校再開し、対面授業に

2学期のオンライン授業を無事に終了し、お休み明けからやっと学校での対面授業に戻ることができました。どのクラスからも賑やかな話し声や笑い声が聞こえてきて、やっとスタッフ一同ホッと胸を撫で下ろした3学期初日となりました。画面上ではわからなかった生徒たちの成長もたくさん見ることができました。今学期は更に健康に気をつけながら、子どもたちが安心して学習できるよう、保護者・先生・スタッフで協力して学校を運営していきたいと思います。

クラス紹介：さくら組

さくら組はオンライン授業になってから生徒が5名から2名に減りましたが、毎週楽しく日本語の勉強をしています。

子どもたちは家庭での日本語環境がないものの、日本に大変興味があり、旅行したこともあります。また、年齢も様々で、日本語の習得状況も個人差がありますが、みんなそれぞれ一生懸命日本語学習に取り組んでいます。今年は、日常的によく使う単語や文、日本に旅行する際に必要なコミュニケーションスキルも勉強しています。

2学期からオンライン授業が始まり、授業はZOOMで行なっています。授業構成は、1時間目に先週の復習やひらがな・カタカナの練習、2時間目にトピック（色、家族、食べ物、趣味など）、そして3時間目に工作（おりがみ、日本文化、行事などを紹介）と、様々な活動をしています。

授業中はゲーム感覚のアクティビティなどを取り入れ、できる限りインタラクティブな授業をしています。例えば、「色」や「くだもの・やさい」の単語を楽しく学ぶために、ビンゴやかるた、すごろくゲームなどのアクティビティを通して学んでいます。オンライン授業でも、なるべくクイズ形式、日本のゲームショー感覚（○×クイズ）で単語や文を勉強しています。子どもたちが飽きないように、楽しく学べる授業を進行しています。読み書きは1学期でひらがなを終えて、カタカナの五十音は、今学期終わったところです。

また、子どもたちが十分に楽しめるように、工作で日本の文化を学んでいます。今学期は、こどもの日の行事から始まり、母の日、父の日と七夕と様々な文化を学ぶ機会がありました。おりがみで鯉のぼりを作り、母の日と父の日カードを作り、そして七夕の行事も紹介して、短冊も作りました。このクラスにはアートや工作が好きで得意な子どもたちが多く、いつも素敵な作品を作ってくれるのが楽しみです。

さくら組の子どもたちはいつも明るく元気いっぱいで、一所懸命に日本語の勉強に取り組んでいます。来学期は以前のように、子どもたちと学校での授業で会えることを楽しみにしています。

（担任：加藤夕奈）

キラリと光る あの人・この人

人物紹介 第81回

田中フィリップあさと さん

ジュエリーデザイナー
（GREW&CO）

今回は、GREW&CO のジュエリーデザイナー「田中フィリップあさと」さんのご紹介です。

あさとさんは、日本人の御両親のオーストラリア移住によりオーストラリアで生まれ、現地の小、中、高校をへて、NSW大学の応用美術ジュエリー科を卒業されました。それから日本へ行き、東京藝術大学大学院美術研究科彫金を卒業。日本のジュエリー会社で8年間勤務され、シドニーに戻って来られました。今の会社に入って7年になるそうです。

「日本とオーストラリアのジュエリー会社で働けたことは、両方のジュエリーデザインを理解する良い機会に恵まれました」と話して下さいました。

例えば、結婚指輪などの宝石の大きさは、日本は平均が0.3カラット、オーストラリアは0.8カラット。宝石の大きさが違う分、デザインも変わってくるのだそうです。

あさとさんは、ご自身の会社のブランド「Cloud creatar」もお持ちです。今回、私は、あさとさんの工房を訪問して作業を見学させて頂きました。工房は何だか懐かしいようなレトロな雰囲気作りでワクワクしました。Facebookでは、あさとさんが作った沢山の作品を見ることができますが、その中から私が選んだ、いくつかをご紹介致します。

木目調のリングは木目金と言い、日本伝統のものだそうです。その昔、刀を作るのに使った異なる金属を重ねて作る技法です。あさとさんは、「自分は、何がどうやって作られているか？」ということにとても興味があり、これから自分でジュエリーを作りたい人や、また、ジュエリーが好きな人のために昨年11月からYouTubeチャンネルを開始！ジュエリーの制作方法など、いろいろな動画をこれからも発信して下さるそうです。

ジュエリーのことをもっと知りたい方、日本語と英語でも説明をしてくださっています。チャンネル登録すれば、新しい動画のお知らせがありますので、ぜひ登録してみて下さい。

チャンネルは、こちらです。

YouTube：英語deジュエリーチャンネル

また、作品を見たい方はフェイスブックをご覧下さい。

Facebook：cloud creator

世界にひとつだけしかない自分のオリジナルデザインの注文や、結婚指輪の注文も受け付けています。ご興味のある方は、メールをしてみて下さい。

メールアドレスは、info@cloudcreator.com

シンプルなデザインのジュエリー制作や、facebookに載っている個性的なあさとさんのデザインリングも作って頂けるそうです。

これからの新しい作品や動画が見逃せません。

自然の中から生まれたような、
やさしい木目調のゴールドリング。

個性的でワイルドな
silver monkey ring。

子供の遊具が入った遊び心が満載の
リングは、可愛くて思わず指にはめた
くなるような作品です。

NSW州立美術館の今

7月6日(月)、COVID-19感染予防でボランティアのミーティング等も中止されているため、ほぼ4カ月ぶりにNSW州立美術館に足を運んだ。現在、規制が緩和され、美術館は午前10時から午後5時までの開館で、時間予約も必要なく自由に入場できる。入り口でガードマンの女性と目が合うと「Welcome back！」と懐かしそうな顔で迎えてくれた。

正面から入って左手が入場口で、サニタイザーが設置されている。右手は出口専用。入った途端にこれまでの美術館と違うと感じるのは、入り口からエントランス・コートへと現在開催中の「2020ビエンナーレ展」の作品展示が始まること。そして、右手のグランド・コートに入ると常設の15世紀から20世紀のヨーロッパの作品や、開拓期のオーストラリアの作品の合間に、現代のビエンナーレ作品が紛れている。作品を覆う黒いカーテンのようなインスタレーションや極彩色のキャンバス作品、デジタル・アート作品などが入り混じって展示され、新旧アートの競演というような、なにやら混沌とした雰囲気が面白い。

館内は、平日の静かな美術館が以前のままにある。地下二階のコンテンポラリー展示会場の「Some Mysterious Process: 50 Years of Collecting International Art」と題した展覧会では、館長のBrand氏がSocial distanceを保ちつつVIP客と思しきグループをご案内中。この展覧会は、過去50年間に亘る美術館のコンテンポラリー作品収集の歴史を振り返るもので、入場料は無料。そのほかにも各フロア毎に異なる展覧会が開催中。

今年の年末に予定されていたマチス展は残念ながら延期となり、9月26日からは、オーストラリア国民注目の「2020アーチボルド・ウィン・サルマン賞展」が始まる。11月から2月のメジャー特別展は、オーストラリアの印象派アーティストの一人、アーサー・ストリートンに焦点を当てた展覧会「ストリートン展」が開催される。

常設展日本語ツアーは、まだ催行されていないが、今後の再開が検討されている。まだCOVID-19の感染状況にも動きがある中、ウェブサイト（https://www.artgallery.nsw.gov.au/information-visitors-covid-19/know/）をご確認の上、この状況下こそ、NSW州立美術館でアートと向き合うひと時を是非！　（鴨粕弘美）

シドニー・ビエンナーレ開催期間延長！

3月14日に開幕した現代アートの祭典「第22回シドニー・ビエンナーレ 2020－NIRIN」は、COVID-19の影響で10日目に一般公開が一時中断されたが、7月に美術館も再開し、当初の6月8日の終了日も開催期間の延長が発表されて、美術館会場のビエンナーレ作品は9月27日まで鑑賞できる。（詳細はウエブサイトでご確認下さい。https://www.biennaleofsydney.art/）

Installation view of the 22nd Biennale of Sydney: NIRIN 2020 at the Art Gallery of New South Wales, Sydney. Photograph: Zan Wimberley

今回のシドニー・ビエンナーレは史実を研究し学術的な作風の探求をする先住民族オーストラリア・アーティストのBrook Andrewが芸術監督を務めている。現代アーティストとして活躍し先住民に繋がりのある芸術監督が就任するのはシドニー・ビエンナーレ史上初めてのこと。ビエンナーレの祭典といえば時に活躍するアーティスト達のキュレートに注目されるが、Brookは世界の文化や伝統に視点を当て、収集家や科学者、研究者や知識人を含む多様なアーティストたちを選出した。2020年はキャプテン・クックのオーストラリア上陸250周年でもあり、西洋的に作られた歴史、地理における支配的な認識の解釈の正当性を問うなど、取りこぼされた多くの事実、忘れ去られた場所やストーリー、目に留まらなかった記録や記述に眼を向けている。

それぞれの環境下のアーティストたちの想いやメッセージが内包されたパワフルな祭典のテーマは、Brookの母方の先住民の言葉、Wiradjuri語の「NIRIN」。英語で「edge」と訳せるが、区切りを意味しているのではなく、氷が解けて水になり生命に溶け込むように変化を促し、人々の繋がりを深め、協力し耳を傾け、世界中を結びつける癒しの場所を意味する。ロックダウン中も作品画像や展示会風景などをデジタルプログラム化して世界に発信を続けていた。ビエンナーレの沢山のイベントがキャンセルになったことは残念だが、開催期間が延長されたことは嬉しいニュースだ。

（吉澤なほみ）

ART GALLERY NSW

Art Gallery of New South Wales
Art Gallery Road, The Domain 2000　Phone: (02) 9225-1700　https://www.artgallery.nsw.gov.au/ 毎日10am～5pm
Email: communityambassadors@ag.nsw.gov.au（日本語可）
www.artgallery.nsw.gov.au/calendar/japanese-language-guided-tour/

アートレビュー

★5つ星評価

観賞

NHK大河ドラマ「風林火山」

放映：2007年
原作：井上靖
出演：内野聖陽、市川亀治郎（猿之助）、Gackt、千葉真一、他
★★★★★

過去の大河ドラマを振り返ってみたところ、私はこの「風林火山」が群を抜いていると思う。主演の内野聖陽をはじめ、武田信玄の市川亀治郎、上杉謙信のGacktもかなり魅力的だった。冒頭部分で内野聖陽が朗読する「疾きこと風の如く 静かなること林の如く 侵略すること火の如く 動かざること山の如し」は力強く迫力があって、何年たった今でもそらんじることが出来るほど。続いて流れるオープニングテーマの演奏も荘厳で、躍動感があって素晴らしかった。山本勘助は戦国の武将、武田信玄に仕えた軍司。浪人時代に妻のミツを甲斐の国主・信虎に殺され、仇を打つために武田家に紛れ込んだが、思うようにいかない。当時武田家では信虎と敵対する嫡男・晴信の間で内紛もあり、晴信により仇の信虎は甲斐の国を追放される。その後勘助は正式に武田家の家臣となったが、よそ者であるため重臣たちからは訝しがられた。勘助は孫氏の兵法を学んでいた知識を駆使し、幾多の戦でその才能を発揮していく。やがて晴信の厚い信頼により軍師になり、周囲に自らを認めさせていった。

永遠の0（ゼロ）

監督：山崎貴
脚本：山崎貴、林民夫
出演：岡田准一、三浦春馬、井上真央、染谷将太他
制作：2013年日本、144分
★★★★

俳優、三浦春馬さんの、7月に入っての突然の死は多くの人に衝撃を与えた。これまで彼をそれほど意識していなかった私も、なぜか心に鈍い痛みを感じ、なぜ彼のように才能に恵まれ仕事でも前途洋々に見えた若い人が死を選ばずにいられなかったのか、彼の心情について想いを巡らせずにいられなかった。三浦春馬さんという人がどんな人で、何をどんなふうに感じていたのか、少しでも寄り添いたくて彼の出演する作品を観た。この映画で彼は司法試験に落ち続け、人生の目標を失いかけた佐伯健太郎という青年を演じている。祖父であった人物がゼロ戦の凄腕パイロットであり、生き残った祖父の親友たちの話から徐々に祖父の生き方に込められた意味を発見していく物語である。現代に生きる普通の青年が、祖父の壮絶な生き方を知って素直に衝撃と感動を受ける様子を繊細に演じていた三浦春馬さん。胸の痛みはなかなか消えてくれません…。

観賞

音楽

Ascend

アーティスト：Illenium
★★★★★

Acendは2019年8月にリリースされたアメリカのDJ・プロデューサーIlleniumによる三作目のアルバム。その内容は濃く、様々なアーティストと共同で作ったアルバムは一貫して高いクオリティを持ち、キャッチーである。IlleniumはDJのNicholas D. Millerのアーティスト名だが彼の音楽は深くメロディアス、感傷的でその世界に惹き込まれる。今作はBillboardのDance/Electronic Albumsではトップとなり、Billboardのメインのチャートでも14位を記録した。その音楽にはElectoricだけでなくAlternative、Rock、Dance Popなどの影響もある。Chicagoで育った彼は2008年に音楽を始め、Bassnectarというバンドのパフォーマンスを見て音楽を本業にすることを決めたという。その音楽性は幅広く、数多くのアーティストとコラボレーションしている今回のアルバムにはThe ChainsmokersやGeorgia Ku、Jon Bellion、Oakiinなど著名なメンバーが並ぶ。スマッシュヒットのTakeawayは誰もが聞いたことがあり、シングルのTake You DownやGood Things Fall Apartも独特の世界が大きな魅力となっている。こんな厳しい最近の世の中でどこか別の世界に連れて行ってくれるような、今求められる音楽だと思う。

あなたならどうする？

第７回　８月号のテーマ

「親の介護について、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？投稿お待ちしています。

父は既に他界してしまったが、80代になった母は幸いにもそこそこ元気で、シドニー郊外の一軒家で一人暮らしをしている。数年前、人口膝の手術を受けた頃、手間のかかる一軒家に住み続けるよりも、サイズダウンして快適で便利の良いアパートか、リタイアメントビレッジに引っ越したらどうかと母に勧めてみた。この時母は自分で一通りのことができるうちは今の家で暮らしたいと言い、結局そのまま自宅にいることになった。

毎日の身の回りの世話は今のところ必要ないが、毎週末母の家に赴き、郵便物に目を通したり、家事や庭仕事をして来る。以前は昼食に出かけたり、散歩がてらショッピングセンターで買い物をしたりすることもあったが、今年3月以降はコロナの影響で外出を控えているため、主に買い物や作り置きの料理を届けに行くようになった。ひざの手術をしてからは週に一度ヘルパーが来てくれるよう手配でき、家事の負担はだいぶ軽減された。本当に助かっている。また、持病のため定期的に病院通いしており、病院への付き添いは年々増えてきた。

母には少し前から「もし一人でトイレに行けなくなったら、ここには住めないよ」と言っている。左右二度のひざの手術を経て、自宅で介護するのは無理だという事も実感しているので、冷たいようだが、施設に入ってもらうつもりでいる。母とは成人してから数十年も一緒に住んでいないし、生活のリズムが全く合わないので、今更一つ屋根の下に住むことは出来ないと思う。もう少し若いころの母は陽気で、話好きで、面倒見の良い人だったのに、最近では口を開けば愚痴や不平不満が多く、長時間一緒にいるのはしんどいという気持ちもある。

私の子供たちが小さい頃は母と一緒に公園に行ったり、賑やかに食卓を囲んだりした。その頃の母はとても楽しそうだった。子供たちが小学校の高学年になると、習い事やスポーツで忙しく、休みの日は友達と遊ぶようになった。次第に母が孫たちと会う機会は少なくなり、誰かの誕生日にみんなで集まる程度になってしまった。今では孫たちもみな大人になり、仕事を始めてますます忙しくなったが、頼めば母の用事を引き受けてくれるようにもなった。

私が子供の頃、夏になると海や川に泳ぎに連れて行ってもらった。古いアルバムには若かった頃の父と母が幼かった私たち姉妹と共に写っている。　（紫陽花）

数年前、高齢になった親の介護で日本に戻りました。その後、親も他界したため、オーストラリアに戻ってきましたが、会社を退職してでも、親の元にしばらく一緒にいることができたのには、とても満足しています。自分のヒストリーが再認識できました。　（ぴか）

英語が第二言語の日本人は、年を取ると日本語しか理解できなくなり帰国せざるを得ないと聞きます。高齢者向けの介護施設が出来れば良いのですが、運営・管理・スタッフの維持でとても大変だと思い、実現はまだまだ先ですかね。　（T）

9月

９月号のテーマは

オージーの伴侶が亡くなった あなたならどうする？

みなさんからの投稿お待ちしています。

スポーツ天国 SPORTS 136

今年のグランドファイナルは？

新型コロナの影響でビクトリア州はロックダウンの最中です。当然、プロスポーツもできる状態ではなく、オーストラリアでもっとも人気のあるプロスポーツ「AFL」(通称オージールール)は、メルボルン近郊に半分以上のチームが集まっているのですが、先月から再開された試合は、すべてビクトリア州以外でのスタジアムで行われています。当然、選手は本拠地のビクトリア州には戻れず、ニュー・サウス・ウェールズ州、クィーンズランド州、南オーストラリア州、西オーストラリア州を点々と移動しなければいけません。サポーターはテレビで応援するだけです。

オーストラリア最大のスポーツイベントと言われている「グランドファイナル」は、毎年メルボルン・クリケット・グラウンド(MCG)で行われていますが、今年はどうなるのかわからない状況です。(ぴか)

※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)

新型コロナウイルスの関係で、しばらくMOSAIC Centreは閉館され、以下の活動のすべてが停止されていますが、安全が確認され次第、再開されますのでご案内いたします。

お知らせ

MOSAIC日本語カルチャー教室

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。最近は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、終わったあとは爽快な気分です。

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。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、年齢とともに衰ええくる「骨密度」についての総合的なヘルストークが予定されていますが、日時は未定です。参加費無料、一般の方もお気軽にご参加していただけます。

■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206回】 終息どころか増勢するCOVID-19

7月に入り、全国的に感染者の発生が抑えられたかに見えた情勢判断と、逼迫した経済に梃入れを求める強い要請も考慮し、「ステイホーム」の緩和措置が講じられたオーストラリアでは、海岸や公園、そして運動場等への人出が一気に増大。また同様に感染者数の減少を見せていた日本でも、主としてオリンピックの一年延期で完全に当てが外れ、業績の落ち込んだ観光業への支援を目論み、1兆7,000億円の補正予算を財源に企画された「補助金付き国内旅行事業」の開始に呼応して人出が急増。果たして豪日の「With STARS-COV-2」を見据えた新方針後の経過は、一日の感染者数が連日過去最高を記録した世界的傾向に合わせ、半月を待たずしてメルボルンの周辺地域で感染者数が一日450人を超す迄に増大し、他方、東京を筆頭に感染爆発が懸念される危機的状況を招来させる等裏目に。殊に後者においては、検査数の増加に合わせ下がると見込まれた「感染率」も右肩上がりの上昇へと転じ、経済を優先させた判断が拙速であったと言っても過言では無いでしょう。更に今後の東京に対しては、都市機能と形態の相似から既に40万人以上の感染者を出している、第二のニューヨークと化するのではとの警告が現実味を帯びてきています。

発生したら取り返しの付かない、感染爆発を誘引する行動様式として看過できないのが、アメリカで参加者の中から死亡例も報告されている「コロナ・パーティー」に代表される、興味本位でCOVID-19クラスター体験を実践するといった反社会的行為の存在。長期間に及ぶ「不要・不急の外出」規制、加えて機会の限られた集会の場における厳格な三種の「密」を避ける不自由さから、時に直面するCOVID-19以上に精神的重圧として重くのしかかる事態も起こり得ます。しかしストレスが蓄積する辛い時こそが踏ん張り時で、自らも感染を防ぎ、同時に人にもうつさない着実な行動の先に、終息へ向う行程の道筋が実感できるはずです。軽はずみな行動から取り返しの付かない市中感染に巻き込まれ、万一生命にも関わる「サイトカイン・ストーム」、自己免疫の暴走を引き起こす事態に陥ったら最悪元も子も無くします。

現時点におけるCOVID-19を凌ぐ最良な方策とは、月並みながら後遺症を残さずに感染を済ませ日常生活に戻ること。COVID-19に限らず感染したウイルスに打ち勝った免疫システムは、次に同じ相手が変異を楯に別の「抗原」に成りすまして侵入を計ろうとも、感染で培った免疫記憶を働かせて相手の素性を的確に見抜き、充分な量の「抗体」を産生する態勢を速やかに構築し、感染を未然に防いでくれます。

COVID-19の感染拡大以降、待望されているワクチン開発も各国の研究機関で本格的に取り組まれ、現在160種以上が俎上に載せられていると言われ、それらの中に豪日両国で研究されているものも含まれています。中でもイギリスとアメリカの、共に大学と製薬会社が共同研究を続けている二種が本命視され、早ければ今後一年程度で本格生産に入れるとも報道されています。ワクチンに続き治療薬の開発にも成功すれば、COVID-19もインフルエンザと同程度の対応で済むようになるでしょう。

COVID-19の8月半ばでの、世界全体の感染者数と死者数は、それぞれ2000万及び100万と予想されています。100年前に猛威を振るった「スペイン風邪」のパンデミックから学び、辛い時期が続きますが、着実な行動で無事乗り越えましょう。

コロナ禍のバースデー

6月のある日、隣に住むケイトが16歳になりました。ケイトのお誕生日をお祝いするサインが家の庭に大きく飾られています。コロナウイルス渦中、人が集まってお祝いをすることができないのでこのような形になったようです。お誕生日当日、飾り立てた車が列をなしてケイトの家の前を通り過ぎていきます。沢山の友達が車から音楽を流し、クラクションを鳴らしてケイトにお祝いの言葉をかけていきます。映画のワンシーンを見ているような微笑ましさがありました。でもケイトのお兄さんジャック(18)は高校最後の年にもかかわらず6月の卒業式もできず、9月の大学開始もどうなるかわからないというのが現状。コロナウイルスこれからどうなるのでしょうか。

料理はきらい、
手作りはすき。
キッチンで
ナチュラルレメディ作り

7 ネバネバで腸壁を修復！グルテンフリーダイエットを成功させるコツ

「グルテンフリー」ってなんだろう？

今日はグルテンフリー(GF)についてお話ししようと思います。GFとは「小麦粉を使っていない」という意味で、リーキーガット症候群を患っている方などがGFダイエットに取り組んでいます。

日本人の7割が患っているともいわれるリーキーガット症候群とは、腸の細胞と細胞の間が緩んで隙間ができた状態のことをいいます。そして、小麦に含まれるグルテンが、その隙間を作ってしまう原因　といわれています。

そんなに小麦が悪いのか。

紀元前から農耕されていた小麦ですが、1940～60年代に生産性を上げるために何度も品種変更が行われました。その結果、小麦のタンパクが変化してしまったのです。

小麦粉を少量の水でといて混ぜ合わせると、しなやかに伸びます。これはグルテンの力です。パンのふわふわも、うどんのコシもこのグルテンがあるから出るのです。

しかしこの水で溶いた小麦粉は何度水で流しても溶けきれません。これが私たちの腸の中でも起こっているのです。消化がとても難しく、たくさんのエネルギーが必要となります。腸の細胞を酷使するために、粘膜の炎症が進んで細胞が緩み、リーキーガットになってしまうのです。

このままでは血液中にまだ未消化の栄養が流れてしまいます。免疫細胞たちはこれらを「異物」とみなして排除しようとし、炎症が起こります。この炎症が肺で起これば喘息や肺炎。皮膚の上で起こればアトピー。はたまた癌の原因にもつながります。

腸活の前にやるべきこと。

健康を考え、発酵食品をたくさん取り入れる食生活を心がけていたとしても、リーキーガットのままでは十分にその栄養や善玉菌を活用できないばかりか、更に炎症を悪化させることになります。

腸活を始めようと思ったら、最初に一定期間グルテンの摂取を控えてリーキーガットを治すことをお勧めします。

【キッチンで作るナチュラルレメディー】
ネバネバで腸壁を修復！オクラごはん。

腸壁の修復には前号でご紹介したボーンブロスがお勧めですが、その他にムチンと言うネバネバ成分もとても効果的です。ムチンがたっぷりのオクラを使ってリーキーガットを治しましょう。ぶつ切りにしたオクラを少量の出汁と一緒にブレンダーにかけるだけ！味付けに少量の塩かGF醤油を垂らします。ホカホカの発芽玄米に乗せて食べれば小麦がなくても大満足です。

楳村 郁子（うめむら・いくこ）
ステロイド歴30年後に食生活を見直し、きれいな肌を取り戻す。ナチュラル生活の中で「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

日本再発見

コロナへの対応

昨今のコロナ感染防止に関連し、日本の社会、また、日本人の良いところと悪いところが浮き彫りになったような気がする。一般的に日本人の民度は高く、皆自主的にコロナ感染防止に真剣に取り組んでいるように見受けられる。政府の打ち出した感染防止対策には文句も言わず皆進んで従っているようである。NHKニュースなどを見ていると、みんなに「元気」を与えるために、ボランティアの人たちの行いや飲食店による無料のテイクアウトのサービスなども報じられている。皆一致団結してコロナに向き合っているように感じられる。

他方、オーストラリアでは考えられないようなことも起きているようである。例えば、医療従事者の家族に対するいじめや差別～「あそこの家の母親は病院の看護師をしているので、その家族と接触をしないほうが良い」とか、公共交通機関でマスクをしていないような人に対し、ヒステリックに抗議をしている場面もニュースで報じられていた。海外から帰国してきた父親の家族も同じような差別的扱いをされていると聞いている。

日本人はとかくルールが設定されると、潔癖症のようにそのルールを守ろうとし、ちょっとでもそのルールに従わない人がいると、極端に敵対視する傾向がある。ただ、ルールの良し悪しに対するコメントはそれほど取りざたされないようである。

仏教語からできた日本語 その173

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

微笑（みしょう）

「呵呵大笑（かかたいしょう）」「一笑」「艶笑」「苦笑」「嘲笑」「失笑」等々、そして、「微笑」。私たちの日常生活には、実に多くの笑い方についての言葉があります。ところが、何とお釈迦様は笑わなかったと伝えられています。それは、お釈迦様には煩悩がなかったからであり、このことは仏教では常識とされているようです。ですから、お釈迦様が笑うということは、大変重要な意味を持っていました。禅宗が伝える「拈華微笑（ねんげみしょう）」は、その例として大変有名ですが、今回、もう一つの話を紹介致します。

実の息子のアジャセ（阿闍世）皇太子の反逆によって夫であるマガダ国のビンビサーラ（頻婆娑羅）王を獄中に餓死させられることとなり、自分も王宮深く幽閉させられてしまったイダイケ（韋提希）妃は、憔悴し悲嘆に暮れて、仏弟子の一人であるアナンダ（阿難陀）に話を聞いてもらおうとしたところ、彼女の眼前に、山での説法を中断したお釈迦様が現れた。イダイケ妃は身に付けていた瓔珞（ようらく：装飾品）を引きちぎって捨て、地面に身を投げ号泣してお釈迦様に恨み言をぶつけたのです。

「どうして私はあんな悪い子を産んでしまったのか。また、なぜあなた（仏陀）はアジャセをそそのかした悪人・ダイバダッタ（提婆達多）の眷属（親族）なのか？」と。イダイケ妃は、しばらくして「この世は地獄です。もうこんな世の中に居たくありません。憂いや、悩み、苦しみのない浄らかな世界を教えてください！」と嘆願したのです。それに応じてお釈迦様は、十方の仏様達の世界を見せたと言います。それぞれの仏国土を見終わったイダイケ妃は、静かに「見せて頂いたそれぞれの世界は清浄で輝いているけれども、私は今、特に阿弥陀仏の極楽浄土に生まれたいと思います。どうかその道を教えて下さい」と求めたのでした。その時お釈迦様は初めて微笑（みしょう）して口から光を放たれ、教えを説き始められたのです。

お釈迦様が山での説法を中断してイダイケ妃のために現れたということは、仏陀の願いが苦悩する者を救うことにあることを意味しています。イダイケ妃は虚飾を引きちぎり、この世を厭い、とにかく憂いと悩みのない世界を求め、その願いが純化され、唯一の真実の世界を求めるようになったのでした。それを認められて、お釈迦様は微笑されたのです。それは、覚者としての仏陀の本懐がまさしく実現される時が来たからなのでした。

覚られた人の笑みには深い意味があることをこの話から学んだことでした。　合掌

法律Q&A 弁護士に聞いてみよう 160

主任弁護士 林由紀夫（H & H Lawyers）

Q 私はオーストラリアの永住者です。私の彼は就労ビザでシドニーにある日本企業の駐在員として赴任してきました。知り合ってまだ6カ月ですが、将来結婚する予定でいます。先日、日本の家族から、父が入院し、相当容態が悪いと連絡がありました。そこで、まだ父が元気なうちに彼を紹介しに日本に帰国したいと考えています。コロナウィルス関連の規制が色々あると思いますので教えてください。

A まず、永住者である質問者に対しお答えします。オーストラリア政府は現在コロナウィルス感染防止のため、原則的にオーストラリア人及びオーストラリアの永住者の海外渡航を禁止しています。但し、人道的な理由がある場合には一部例外が認められますが、かなり厳しい審査が行われます。よほどの差し迫った理由が無い限り、渡航は認められません。

例えば、先般オーストラリア永住者が老親の介護のために日本に帰国したいと申請したところ、しばらくなんら移民局から連絡がなく、再三に渡り問い合わせをしたところ、最終的に許可が下りたのは、約5週間後でした。質問者の「入院している父親の存命中に婚約者を紹介したい」という理由が「人道的」例外であると認められるかは定かでありません。実際に申請をしてみなければわかりませんが、恐らく、インターネットを使ってお父様とビデオ通話ができることから、渡航許可が下りる可能性は低いのではないかと思います。

仮に許可が下りて日本に帰国した場合、空港でPCR検査等が行われます。事前に申告した自宅または空港での待機場所、または指定された施設でその結果を待つことになります。

陰性であれば14日間、自宅またはホテルで待機する必要があります。空港から自宅またはホテルに移動するために公共交通機関を利用することはできません。つまり、レンタカーか家族などによる送迎に頼ることになります。日本滞在後、オーストラリアに帰国した場合、政府指定のホテル（自己負担約$3,000）で14日間のSelf-isolationをする義務が課されます。

永住者でないあなたの彼は、恐らく永住者であるあなたの直近の家族とは認められないと思われますので、日本への帰国はできますが、コロナウィルス規制期間中、オーストラリアに再入国することができなくなる可能性があります。

暮らしの医療　爪真菌症（Onychomycosis）

ドクター・鳥居／Northbridge Family Clinic

爪にできる真菌症（onychomycosis）は根気よく治療をする必要があります。経口薬でも、塗り薬でも6週間から12週間の治療は必要です。紅色白癬菌（Trichophyton rubrum）という真菌からおこることが多く、足の皮膚にも感染している場合がほとんどです。カンジダ菌やその他の真菌による感染もあります。

診断

爪切りかはさみで爪の一部分を採取して顕微鏡検査と培養検査が必要です。顕微鏡検査は1～2日で結果がわかります。真菌が確認されれば治療をはじめることができます。もし、顕微鏡検査で真菌が認められても認められなくても培養検査に進みます。この結果は6～8週間かかります。確認された真菌の種類によって使われる薬品も変わることもあります。

鑑別診断

乾癬（Psoriasis）、扁平苔癬（Lichen planus）、接触皮膚炎、爪床の腫瘍、外傷、黄色爪症候群（Yellow nail syndrome）なども爪の真菌症と似た外観のときもありますので爪の検査をして確認しておいた方がいいでしょう。また、内服薬によっては真菌が確認されていなければ薬品代が高額になります。

治療法

＊塗り薬

長期間、毎日薬を塗り続けなければいけない不便さがあり、しかも治療効果はあまりよくありません。Loceryl（Amorolfine）とRejuvenail（Ciclopirox）という薬が代表的なものです。妊娠中の使用に関してはBの分類に入ります。なお、授乳中の安全性に関してはデータが蓄積されていません。授乳中には使用しない方がいいようです。塗り薬にかんしては医師の処方箋は必要ではありませんが、薬は高価です。

B：妊婦が服用した症例はまだ少数だがそのなかで胎児の奇形、あるいは有害作用は観察されていない。また、動物実験のデータでは有害なものと動物に関して影響もないものもあります。

＊経口薬

最近開発された薬は治療効果が少しよいようですが、やはり3カ月程の服用が必要です。Griseofulvin、Lamisil（Terbinafine）、Sporanox（Itraconazole）などが代表的な薬です。いずれも医師の処方箋が必要です。Griseofulvin以外は爪の検査をして真菌が確認されていなければ薬品代は高くなります。妊娠中の治療に関してはやはりBの分類に入ります。また、授乳中の服用は薦められていません。爪真菌症の内服薬は血液、肝機能、腎機能に影響することもあるので、服用中は定期的に血液検査をすることが薦められています。

外食日記

FOODT3PP

住所：Shop 22-89, 19 Evans Avenue, Eastlakes 2018
電話：02-8068-0005
予算：$15
営業時間：火～日11:00-20:30
雰囲気 7
料理 6
サービス 7

今月はEastlakesショッピングセンター内にあるフィリピン料理屋です。注文したのは、Pork Dinuguan、Pancit Palabok（写真）です。Pork Dinuguanは、豚肉を豚の血で煮込んだシチューです。初めて食べる料理で迷いましたが、好奇心から選択しました。血の料理ということで赤い色を想像していましたが、出てきた料理は黒い色でした。味も血生臭いということはなく、調味料で酢が使われているため、酸っぱさが目立ちました。豚肉は柔らかく美味しかったです。

Pancit Palabokは、米の麺に海老のグレイビーソースを絡めたものという説明から注文しましたが、注文時に店の人に合わないと思うよと止められた一品です。海老の風味を期待していましたが、トッピングのイカの方が存在感があり、イカ飯のイカを食べているようでした。

フィリピン料理はあまり見当たらないので、他のメニューにも挑戦したいと思います。

今月の喜怒哀楽　〈楽〉

ロックダウン中長らく会えていなかった友人と、先月パームビーチに一泊旅行に行ってきた。パームビーチは我が家から車でたったの30分。日帰りでも気軽に遊びに行ける距離だが、数週間にわたり自粛生活を送っていたため、あえて一泊し友人とキャッチアップしてきた。幸い天気にも恵まれ、海辺を散歩したりお土産屋さんをのぞいたり。夜は友人が探してくれた美味しいギリシャ料理店に行ってきた。宿泊したB&Bはロックダウンが解除されてから私たちが初めてのゲストということでとても歓待してくれ、ほかに宿泊客もなかったので、夕食後はラウンジのテレビで映画を見ながらのんびり過ごした。結婚後、日本への里帰り以外で夫を家に残して旅行に行くのは初めてだった。友人とオーストラリア国内で旅行するのも初めて。あまりにも楽しく、気分転換ができたので、また近いうちに友人と旅行する計画を秘かに目論んでいる。（すみれ）

編集後記

▼収束に向かっていると感じていたコロナ感染者数が、先月途中より第二波の到来を思わせるような増え方をビクトリア州を中心にしはじめ、NSW州でも様々な町でクラスターが発生し、自分たちの住むところにも再びいつやってくるのかと戦々恐々の日々を送ることとなってきている。▼昔はマスクなどして町を歩こうものなら、どんな重い病気を持っているのか疑われるような風潮であったものが、今では多くのオージーたちが自分から進んでマスクをしている姿を見るようになったことを考えるにつけ、やはり命の危険が近づくとそれなりの対応をちゃんと取るのだと変に感動したりもしていた。▼家の近所で、無料のドライブスルーのコロナ検査場も設置され、用意は万端といったところであるが、やはり何の心当たりもないのに検査に行こうとは思わない今日この頃ではある。（わ）

Japan Club of Sydney

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	小林 和智・倉田 聖子（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）

編集から

投稿原稿募集！

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

Japan Club of Sydney

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下さい。
店頭では手に入らない日本からの直輸入品です。
★JCS会員特典：初回ご購入の際に、ご購入合計金額より5%割引。さらに洗顔時の必需品、ソープネットをプレゼント！お気軽にご連絡下さい。

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頂きます。）

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%の割引にさせて頂きます。留学につきましては、JCS会員のみ通常料金から特別割引させて頂きます。（学校によりこのサービスの対象にならないものもございます。）

JCSだより2020年8月号（8月1日発行 通巻第419号）次号9月号は9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カ月以上）
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	A4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.」でお願いいたします。
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下さい。
振込先　Account Name: Japan Club of Sydney Inc.　BSB No: 032-002　Account No: 51-3156