

シドニー日本クラブ(JCS)は、オーストラリアに住む日本人・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維持に努め、他の諸民族の人たちとの相互理解の向上を図ります。



新連載スタート！

ちょっと気軽にガーデニング

マイベストフレンド



シドニーオーガニック野菜図鑑



新年の挨拶





2021年新年のご挨拶



シドニー日本クラブ名誉会長
在シドニー日本国総領事 紀谷昌彦

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしく願いいたします。

昨年は全世界が新型コロナウイルス感染症の影響を受け、皆様もご苦勞の絶えない一年間であったことと思います。在留邦人のみならず多くのシドニー在住者が楽しみにしていた「祭りジャパンフェスティバル」などの様々な行事が中止を余儀なくされ、私も残念でなりません。

2

当館は、日本政府、豪連邦・各州政府が発表する新型コロナウイルス感染症関連規制などの情報をいち早く皆様にお届けできるように、領事メールの発出、当館ホームページやFacebookへの掲載、そして私のTwitterにて積極的に発信してきました。皆様の安全や健康を守るために、少しでもお役に立っていれば嬉しく思います。

また、昨年末にはシドニー日本クラブ日本語学校3校をはじめ、当地の日本語補習校など、在留邦人日本語教育関係者との意見交換会を開催しました。このような形で、在留邦人子女の教育についても支援を進める所存です。

本年は、新型コロナウイルスの変異種が新たな課題となり、日本でも年明け早々に緊急事態宣言が発令されました。今後、新型コロナウイルス感染症が沈静化し、シドニー日本クラブの様々な行事がこれまで以上に発展することを期待しつつ、本年の皆様の一層のご健勝とご多幸を祈念して、私からの新年のご挨拶とさせていただきます。



シドニー日本クラブ会長
コステロ久恵

会員の皆様、新年あけましておめでとうございます。

昨年より新型コロナウイルスの影響ですべてのイベントが中止になっておりますが、コロナ感染予防規制に準じながら、東日本大震災復興支援10周年イベントは3月11日に開催を予定しております。会員の皆様をはじめ多くの方々から、10年間に亘りご支援・ご協力を賜り心より感謝申し上げます。今回がJCSレインボープロジェクトの最後のイベントになりますので、宜しかったらご参加頂けたらと思います。

新型コロナウイルス禍の中、今後のイベント開催につきましては、その時の状況を踏まえて判断させていただきますが、日系コミュニティ発展のために努めてまいりたいと思います。

JCSでは、親睦の会、シドニーソーラン踊り隊、JCSフラアロハ、ソフトボール部があり、今は活動の制限もありますが、是非ご参加頂き、楽しい時間をお過ごし頂けたらと思います。

教育部門では、約400人の子どもたちが3校のJCS日本語学校で日本語や日本文化を学んでいます。習い事には保護者の皆様のご協力が不可欠です。教員・運営委員をはじめ、保護者の皆様と共に、より一層子どもたちが楽しく日本語を学べる環境作りに努めて参ります。

子どもたちは既に国際人として世界に羽ばたく第一歩を歩んでおります。自分の意見を堂々と述べ、活躍していく基盤作りの一環として、JCS日本語学校がそのお手伝いのできたらよいと思っております。

2021年も会員の皆様が安全にかつ健康に留意されて、素晴らしい一年を過ごしていただけたらと願っております。本年も皆様の一層のご発展とご健勝を祈念して、新年のご挨拶とさせていただきます。

先月の理事会から

◆JCSの定款改正について

日本語が完成。細則は理事会でその都度対応する。JCSホームページで閲覧可能

◆「祈りの輪」パフォーマンスのオファー

小崎洋美さんから、宮城県復興された小さな漁港を舞台に、9年前の大震災の際、漁船で海に押し流された漁師の妻が夫の帰りを待つという設定の約16分の一人芝居を行いたいとのオファーがあったが、来年のレインボープロジェクトによる震災10周年の企画は既に出来上がっており、目指す方向が少し違うことより会として依頼はしないことになった。

◆安全協議会からの報告

11月25日に総領事館主催で開催された今回の報告会に、コストロ会長が参加。山本弁護士から現在発生している詐欺被害の状況が報告され、シドニーに住む人たちの注意喚起がなされた。皆様、うまい話には絶対に乗らないようにご注意ください。

◆レインボープロジェクト 3.11復興支援イベント

3月11日(木)午後4～9時、レインボープロジェクトによる「東日本大震災10周年特別復興支援イベント」を予定。追悼式典、写真展示、東北の食の紹介、東北三県(宮城、福島、岩手)の紹介ビデオ等を公開予定。

◆第二回着物ポップアップショップ開催

素晴らしい羽織が届いたこともあり、昨年に続き1月30日・31日の両日、開催予定。

◆JCS日本語学校から

●City校:13クラス、生徒数203名、141家族

11月16日にUltimo校のオリビア新校長にご挨拶に伺う。とても気さくで素敵な方で引き続き良い関係を築いていきたい。7日には、移動図書が再開しオンライン化するにあたり今年の卒業生3名が本の貸し出し方法のビデオを作成した。とてもわかりやすいと評判。教員、生徒・保護者にリンクを送り翌週から貸し出しを開始。多くの生徒が休み時間に本を借りている。同時にJCS日本語学校の名前入りの図書用エコバッグを全生徒に配布。現在800冊の在庫だが今後増やしていきたい。14日には、来年の委員、委員・クラスサポート係選出選を行い、委員は既に引き継ぎを開始し来年に備えている。21日には、クラス編成を兼ねたTC会議を行った。28日には、来年のクラス編成に向け先生方は、来年の担任への引継ぎや教材決めを行った。委員は、委員・サポート係と総評会を行った。来年の教員が揃い、来年の新入生への手続きを開始した。12月5日には、新入生保護者への説明会をズームにて行う。最後の日には、コロナ感染予防規制の関係上、

終業式は中止。卒業式は、一番上のクラス以外は、ズーム参加で行う。今年は、コロナの影響でイベントが全て中止。途中、初の試みのオンライン授業に切り替わったりと教員、委員にとっても生徒・保護者にとっても大変だったが、オンライン授業ならでの良さも実感。しかし、やはり対面授業を行えることに感謝。教員、委員を始め保護者の皆様のご支援・ご協力があったが無事一年を終えることができる事に本当に感謝したい。

●Dundas校:8クラス、生徒数128名、86家族

今学期も折り返し地点となった11月はクラス編成やダンダス校単独教員研修会、教科書/ドリルの発注にTC会議と慌ただしく来年度へ向けての準備が行われた。ダンダス校は2021年度、小学5年のクラス銀河組が復活し、8クラスから1クラス増え9クラスでスタートする。この事により、ここ数年悩まされていた小学4年以降の進級ができないという問題が解消され、来年度の新入生も受入れ可能となった。来年度の新入/編入生は合計21名、太陽組においては複数担任制を試行する。TC会議には、来年度から新しく加わる教員と役員も参加。先月行われたオープンデイのアンケート結果が報告され、ズームによる学校説明会が保護者から好評。これを受け、来年以降もズームを取り入れたオープンデイが提案された。12月も残るところ2週。コロナ規制により今年度の最終日は各クラスでお楽しみ会が催される予定。卒業生1名に加え、今年は先生方からの推薦により特別賞を受賞する生徒が1名。

●Edgecliff校:5クラス、生徒数43名、32家族

4学期は対面授業になり、オンラインとは違い学校全体が賑やかになったが、あと2週で今年度の授業も終わってしまう。最後の授業日の12月12日は、終業式とお楽しみ会を各クラスで行うので、いま子どもたちはお楽しみ会の出し物を練習している。また、校庭では総会と保護者会を開催予定。10月にはエッジクリフ校開校5周年を迎えたので、子供達に記念のバックパック(シティ校から購入)を渡すことにした。なお、来年のクラス編成は現行の5クラスのままとした。先生の欠員も埋まり、新年度は数人の新入生を加えた5クラス体制で始める予定。

●会員世帯数:343世帯(一般84世帯、学校259世帯)

●次回理事会:2月3日(水) 19:30～(zoom)

●2020年12月定例理事会

日時:2020年12月2日7:00-9:00pm

場所:Dougherty Community Centre

出席:矢田領事(オブザーバー)、コストロ久恵、水越有史郎、チョーカー和子、藤田結花、林さゆり、リヒター幸子、多田将祐、平野由紀子、ホジュキンソン恭子、マーン薫、クーカすみ、堀田興志、松隈由紀子、川上正和、渡部重信

欠席:クーパー幸子、阿辺直子、小林和智、倉田聖子

東日本大震災復興支援10周年イベント

2011年に東日本を襲った未曾有の大震災発生から、今年3月11日(木)で10年の年月を迎えます。

JCSレインボープロジェクトは、シドニーにて復興支援の草の根活動を継続してきましたが、10年の節目の行事として3月11日に、被災地の今後の更なる復興を祈念し、10周年の特別復興支援イベントを開催致します。(COVIDの状況により、オンライン配信の可能性もあります。)

現在世界中で、大自然災害、感染症パンデミック、戦争、環境問題等、様々な問題が発生しています。3月11日は東日本大震災犠牲者の慰霊を祀り復興を祈念すると共に、今一度災害の教訓を見つめ直す機会ともなればと考えています。皆様のお越しをお待ちしております。

日 時: 2021年3月11日(木) 4pm~9pm

場 所: NSW Teachers Federation

(23/33 Mary Street, Surry Hills, NSW 2010)

入場料: 大人25ドル(東北復興弁当とキャンドル込み)

16歳未満無料(キャンドル込み)

チケット詳細(事前購入必須)

www.tohoku10th.eventbrite.com.au



●スケジュール(予定)

4時	開場
4時30分	オープニングスピーチ
4時46分	1分間の黙祷
5時	災害レスキュー隊スピーチ
5時15分	被災地と支援の軌跡、ビデオ上映
6時~7時	休憩、東北復興弁当配布(購入者)
7時~8時30分	復興支援キャンドルコンサート
9時	終了

4



●演目

- ①書家、「矢野れん」氏による書パフォーマンス
- ②琴奏者、「小田村さつき」氏による、震災琴曲「鎮魂」
- ③日本人合唱団「シドニーさくら合唱団」による合唱
「花は咲く」「故郷」
- ④「TAIKOZ鬼剣舞チーム」による、岩手県発祥の鬼剣舞踊り
- ⑤「和太鼓りんどう」による、和太鼓曲「海」

キャンドル
ナイト
(コンサート時)



主催: JCSレインボープロジェクト (担当: 代表、平野由紀子) www.jcsrainbow.com (東日本大震災の復興支援活動団体)

後援: 在シドニー日本国総領事館、国際交流基金シドニー文化センター

協力: 東北ビデオ (LOVATO PLANET TV / 出倉秀男氏)

広報: 日豪プレス

チケット販売 & 詳細ホームページ: www.tohoku10th.eventbrite.com.au

イベントFace Book: <https://www.facebook.com/events/428525888463037/>

お問い合わせ: sydneyrainbows@gmail.com

※予告なしにスケジュール変更の可能性もあります。

※収益は、経費を除き宮城県石巻市の小学校で支援活動を行うテイラーアンダーソン記念基金に全額寄付されます。

(<http://tamf.jp/>)

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。

豪州へ渡航の際の出発前の新型コロナウイルス検査

(1) 豪州へ渡航の際の出発前の新型コロナウイルス検査について、1月22日(金)以降に出発するフライトで豪州へ渡航する方は、チェックイン時に新型コロナウイルス検査の陰性証明を提示する必要があります。

(2) 当該検査については、フライト(乗継便をの場合)は最初のフライト)出発予定時刻の72時間以内にPCR検査を受ける必要があります。

(3) 当該検査の陰性証明は紙ベースのものが望ましいですが、必要な情報を含む電子データ(Eメールやテキストメッセージに埋め込まれた文書等)での提示も可能です。

* 旅行者の氏名、生年月日

* 検査結果(例:「negative」、「not detected」)

* 検査方法(例:「PCR test」)

* 検体採取日

* 検査結果の承認日、承認者の氏名

* 検査実施機関(laboratory / clinic / facility)の名称、住所

* 検査実施機関(laboratory)の所属する認定機関

(4) 搭乗時に4歳以下の子供は当該検査が不要です。その他脆弱な方は当該検査が免除される場合があります。

(5) 豪州を経由で通過するだけの方も当該検査が必要です。

(6) ニュージーランドからの隔離なし(green zone)フライトで豪州に渡航する方は、当該検査が不要にです。

(7) 新型コロナウイルスのワクチン接種者も検査が必要です。

○豪州保健省ウェブサイト(新型コロナウイルスよくある質問:国際線の乗客)

<https://www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert/coronavirus-covid-19-restrictions/coronavirus-covid-19-advice-for-international-travellers/frequently-asked-questions-international-passengers>

○日本国内で陰性証明を英語で発行している医療機関
TeCOT <https://www.tecot.go.jp/>

日豪間の国際便運航及び運休状況

●全日空(ANA)

①シドニー・羽田線

シドニー発の便は、4月19日(月)まで週5便(日・月・木・金・土)で運航される予定です。

羽田発の便は、4月18日(日)まで週5便(日・水・木・金・土)で運航される予定です。

②パース・成田線

4月18日(日)発の便まで運休される予定です。

上記以降の運航予定については発表されておらず、減便や運休の可能性あります。

○全日空ウェブサイト

<https://www.anahd.co.jp/group/pr/202012/20201215.html>

●日本航空(JAL)

①シドニー・羽田線

シドニー発の便は、1月31日(日)まで週3便(日・月・水)で運航、2月1日(月)から15日(月)まで週2便(月・水)で運航される予定です。

羽田発の便は、2月14日(日)まで週2便(月・土)で運航される予定です。

②メルボルン・成田線

3月1日(月)発の便まで運休される予定です。

上記以降の運航予定については発表されておらず、減便や運休の可能性あります。

○日本航空ウェブサイト

https://www.jal.co.jp/jp/ja/info/2021/inter/210201_05/

●カンタス航空

豪州・NZ間を除く国際線の運休が発表されています。

●在豪日本大使館からの情報→https://www.au.emb-japan.go.jp/itpr_ja/pcrtestingjapanese.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.mofa.go.jp/mofaj/ca/fna/page4_005130.html

●日本の外務省海外安全ホームページ→<https://www.anzen.mofa.go.jp>

●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/>

●NSW州でのホットスポット情報→<https://www.nsw.gov.au/covid-19/latest-news-and-updates>

●NSW州保健省からの情報→<https://www.health.nsw.gov.au/Pages/default.aspx>

●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.smarttraveller.gov.au/news-and-updates/coronavirus-covid-19>

●内務省からの情報→<https://covid19inlanguage.homeaffairs.gov.au/ja>

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: 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 (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。

【初顔合わせZoom】

日時: 2月13日(土) 午後2時~午後3時30分

場所: ご自宅(またはご友人宅でもどこでも)

用意する物: 何枚かの白紙用紙と鉛筆

毎年恒例の新年会は、2月13日を予定しておりましたが、新型コロナウイルス感染症は、未だ収束できない状況が続く、その規制を鑑みまして、止む無く延期とする運びになりました。

お節御膳を頂きながら、書き初めやゲームなどで賑々しく楽しむ新年会は、一年の内でも、とても大きな喜びと幸せを感じる例会です。

「今年もお節御膳を楽しみにしています!」とのお声が、多くの会員から寄せられていますので、何とか開催できないものかと検討を重ねましたが、誠に痛恨の極みでございます。規制が緩和された暁には、改めてお節料理を頂きながら再会を喜び合いたいと願っております。ご理解を賜りますようお願い申し上げます。



今年の初顔合わせは、Zoomで行います。Zoomだからこそのバラエティに富んだ内容、そして体をほぐすリフレッシュタイムでも楽しんでいただけます。

2月13日(土) 午後2時に、ご招待メール内の「Zoomに参加する」(その箇所だけ青字になっていますので、すぐお分かりになります)を押しますと、簡単にZoom例会にお入りになることができます。遅れて途中からでも構いません。前もって準備する必要もありませんので、スマホやパソコンに弱い方でも簡単にご参加いただけます。



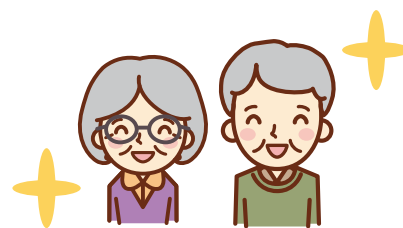
【笑いがもたらす健康効果】

「笑いは百薬の長」という言葉があるように、笑うことにより、免疫のコントロール機能をつかさどっている間脳

に刺激が伝わり、神経ペプチドという免疫機能活性化ホルモンが活発に生産されます。それが血液やリンパ液を通じて体中に流れ出し、NK(ナチュラルキラー)細胞を活性化します。その結果、ウイルスなどの病気のもとを攻撃するので、免疫力が高まると言われています。

「初顔合わせZoom例会」で、楽しく朗らかに笑って、免疫力をアップしましょう。

メールにて、Zoomへのご招待をお送りします。参加の有無を、そのメールにご返信くださいますようお願いいたします。



JCSのクラブライフ



シドニーソーラン踊り隊

毎週土曜日に小学校の体育館で練習をしています。

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。

練習日：毎週土曜日2時～3時

場所：Camberay Public School (Palmer Street, Cammeray)

お問い合わせは、Email: jcs.soran@gmail.com まで。

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



JCSフラアロハ・ハワイアングループ

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？

分散レッスンで毎週少人数で練習を再開しています。

ご興味のある方、先ずはご連絡下さい。年齢は問いません。

練習日：毎週火曜日午前11時～12時

場所：Dougherty Community Centre Annex, Chatswood

お問い合わせは、Email : jcshulaaaloha@gmail.com 綾まで



JCSソフトボール部

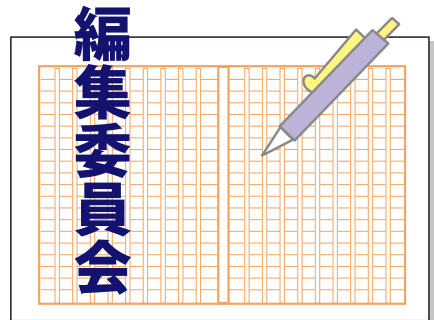
シドニー日本人会主催のソフトボール大会に参加し、これまでに優勝、準優勝、3位など上位入賞を果たしています。

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)



編集委員会

シドニー日本クラブの会報誌「JCSだより」を編集しています。会員からの投稿をお待ちしています。また、誌面作りに興味のある方、一緒に会報誌を作りませんか？

興味のある方は是非、ご連絡ください。

メール: jcs@japanclubofsydney.org または、

電話: 0421-776-052 (JCSだより編集長 渡部重信)



教育支援委員会

シドニー日本クラブの日本語学校三校の運営に関する支援を行っています。その他、継承日本語教育についてのセミナー活動なども行っています。

お問い合わせは、以下までお願いします。

メール: jcs@japanclubofsydney.org または、

電話: 0421-776-052 (JCS事務局)

それぞれの新たな門出

昨年度の最終日、例年行われる終業式や発表会はあいにく中止としましたが、規制の範囲内で卒業式を開催しました。卒業生とそのクラスの在校生、卒業生の保護者と委員のみと、参加者は最小限に限られてしまいましたが、Zoomで配信をして在校生も画面越しに参加するという、この年ならではの式でした。いつもと様子が違う上、広々としたホールに集まる人も少ないせいか、厳かな雰囲気の中で行われた卒業式は大変感慨深いものとなりました。卒業式が終わる直前に在校生がこっそり集まって用意したのは、花道。これも、15分だけ集会を許された規制の中で生まれたアイデアで、全校生徒揃って卒業生を送ることができました。その光景は卒業生だけでなく、在校生の心にも残ったようです。

さて、今年度は新入生クラスを2クラス開設し、35名の新入生と6名の編入生を迎えます。今年のクラス名は日本の色の名称。コロナに負けず、シティ校にはまた色とりどりのストーリーが生まれそうです。コロナの影響は残念ながらまだまだ続きそうですが、こんな時だからこそ子ども達が楽しく日本語学習に取り組むことができるよう願っています。

8

クラス紹介 翡翠組

2020年は、それまでの日常があっという間に塗り替えられた大変な年でしたが、シティ校においても「例年通り」が一切まかり通らぬ挑戦の年でした。

イースターホリデー寸前に突然決まった休校。あわてて宿題郵送。夢にも考えなかったオンライン授業。zoomやgoogle classroomの使い方をチェックしながらの授業準備。どんなに入念に準備しても実際はどうなるか全くわからない不安。そりゃあもう緊張と不安で眠れないほどでした。ところが、案ずるより産むが易し。二学期にzoom授業が始まると「あら？普段より一人一人の表情

がよく見える」「え？考えている(考えていない)頭の中まで見える」といつもより生徒一人一人との距離がずっと近いことに気づきました。対面授業ではつい全体として見てしまいます。特にわたしの教室は横に長く奥行きが短いので、意図的に首や体を回しませんと左右の手前に座る生徒は視界から外れてしまいます。なるべく一人一人を見ようと意識して立ちますが、それでも発言の多い子、目立って集中力が途切れている子のほうを見てしまいます。ところが、zoomでは一人ずつの顔がいつぱいによく見えるのです。一人の生徒も見逃すことなく、全員の頭の中が把握できます。生徒の方は、ちょっとぼんやりすると容赦無く名前を呼ばれて質問を突きつけられますから気を抜けません。いつもより緊張感のある効率的でわかる授業ができたとはほくほくしました。

ところが、そんなほくほくオンライン授業も9月の2度目の時は少し違いました。6月に学校へ戻った時、全員が「学校に来る方がずっと楽しい」と嬉しそうでした。そんな楽しい日々の後ではもはやちっとも新鮮でないzoomに緊張感はなく、つまらなそうな顔が並びました。400字作文を書いたり(もっと嫌がられました)、NHKの番組を見たり色々工夫しましたが、みんなで顔を合わせ、みんなで作る空気感ある実際の教室にはもう勝てませんでした。今年はCOVIDが落ち着いて、こどもたちと毎週学校で会える一年になることを願ってやみません。

さて、今年のシティ校最上級生組は翡翠組です。今年のクラス名は色ですが、旧金木犀組はまず「緑青」を選びました。理由は「なんだかクール」。しかし、私には「緑青」は毒のイメージ(実際には毒でないそうです)が強く担任特権で考え直してもらいました。すると今度は「翡翠」。やっぱりクールだそうです。うーむ。で、その翡翠組は旧金木犀組から9人と、旧キク組から5人、編入学1人を迎えて15人でスタートします。さてどんな1年になりますか。楽しみです。(担任:朝倉則子)





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 PO Box 1072, Dundas, NSW 2117 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>

2021年のダundas校

皆様、あけましておめでとうございます。2021年度のダundas校は、太陽組、虹組、流れ星組、かざぐるま組、たんぽぽ組、大地組、若葉組、銀河組、山河組、大河組の10クラス編成となり、全生徒数133人で開校となりました。今年は新しい先生がダundas校に加わり、昨年度の8クラスから10クラスで開校することができました。増えたクラスは復活した銀河組、さらに銀河組の次のクラスとしてできた新しいクラスの山河(さん)組です。今年も生徒が無事に楽しく一年間 学習できるように皆でダundas校を盛り上げましょう。

2020年を振り返って

新型コロナウイルスへの対応は、これまでのダundas校の「当たり前」が通用しないことが多く、ひとつの行事の実施について試行錯誤の話し合い、準備が必要となりました。マイナスに思われることの見方を変え、「当たり前」を見直し、今までに挑戦したくてもできなかったことを実践するきっかけになったとも言えます。例年通りに行事ができない中、その本当の意義が論議され共有されました。子どもたちの立場に立ってどうなのか。教育としてはどうなのか。誕生・成立したときの意義が失われて、形だけのものになっていないか。それらは、「改善」されダundas校が進化した年と言えると思います。



2020年12月に行われた卒業式/終業式は、新型コロナウイルス対策のため例年のように保護者が参加することはできず、各クラスの発表も削減された、今までに経験したことのないものとなりました。一番上の学年である大河組のみクリスマスの曲をベルで演奏しました。子どもたちひとりひとりが自身の行動に責任を持ち、素晴らしい学校行事を年末に行うことができました。

卒業生は大村ケリーさん1名。ダundas校の開校時から12年間、日本語を勉強されました。今年はコロナ感染の

影響で2学期が休校、3学期も途中からオンライン授業になり、いままでとはだいぶ違う状況の中、HSCの勉強もあり大変だったと思いますが、「真面目」に日本語学校の勉強に励まれました。

昨年度開校初の特別賞を設け、その最優秀特別生徒賞に選ばれた行武真依亜(マイア)さん。創立以来12年間、その半分の6年間を大河組で勉強されました。将来のHSCのためにダundas校での勉強は2020年が最後となりました。大河組の6年間で、ほぼ毎学期皆勤、漢字テスト満点が取れなかったのは1、2回のみ、宿題も忘れることはなかったそうです。クラスでの授業態度は、「ここまで頑張った生徒は26年間の日本語学校教師歴で初めてかな?」と大河組の担任大上先生も思われるほどだったそうです。



大上先生とマイアさん

虹組の生徒たち

幼児部虹組の生徒たちは、クリスマスのクラフトを作りました。虹組の先生ちづる先生は、毎年クリスマスのクラフトを作るため愛情たっぷりの準備をしてくださいます。子どもたちは、とてもうれしそうに「できたよ!」と保護者の方に見せていました。

新型コロナウイルスのため授業日は通常より少ないにも関わらず、学び成長した1年であったと、この笑顔から言えるのではないのでしょうか。

最後になりましたが、ダundas校を支える先生方、保護者の皆様、本当に昨年1年間、ありがとうございました。今年1年も、本校の教育活動にご支援、ご協力をよろしくお願いいたします。

(事務:天野)





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 PO Box 1171, Potts Point NSW 1335 電話 0413-430-726 (授業日13:30-17:00) 授業 毎週土曜日/14:00~16:35

Email jcs.edgecliff@gmail.com Web http://edgecliff.japanclubofsydney.or

お楽しみ会で幕を閉じた2020年

色々起こった2020年度でしたが、無事に4学期を終了することができました。最終日は、子供たちが楽しみにしていたお楽しみ会で幕を閉じることができました。初の試みのクラス発表会では、朗読劇、「好きなもの」の発表、折り紙とマジックショー、歌と踊りなどで大変盛り上がりしました。また生徒たちの1年間の成長がしっかりと見ることができました。今年度で退職される先生が2名いて、生徒・保護者・スタッフ一同とても残念に思いますが、新年度はまた新たな先生を迎えて楽しい学校づくりを目指したいと思います！

クラス紹介 けやき組

けやき組では、4学期は久々に教室でお友達に会えるということでコミュニケーション重視の授業を取り入れゲームも沢山行いました。特に、1時間目の絵日記の発表と質疑応答の時間は、バラエティあふれる内容を発表してくれましたし、質問も「どうして、いつ、どこで、だれと」など具体的に聞くことができ、より深い会話を引き出していました。(キャンプ、歯が抜けた、突き指した、ゴッホを見た、バスケットをした等)また、ゲームで大好評だったのは「漢字リレー」です。

「漢字リレー」

これはペアになって1画ずつ書いていくゲームです。最初は「土、水、日」など簡単な漢字からスタートし、最終的には「読、雪、週」なども正しい書き順で9名全員が書けるようになっていました。このゲームの良さは、ペアで



教科書の書き順を確認し、相談し合いながら書くことです。もし書き順を間違えると次に待機しているペアに参加権が移ります。ですから、次に待機しているペアたちは「あれ？3画目はそっちかな？あ〜！」とプレッシャーを与えていきます。ふと気づくと、9名全員が教科書をじっくりと見て、漢字の読み方、書き方を自ら確認しているんです。自発的に、「あ、ここはねてない」「あのペアの4画目は違った」などとするどいジャッジをするジャッジメントボーイズも現れ、彼らのおかげで漢字をゲーム感覚でどんどん覚えるし、笑いは絶えないしと、けやき組のみんなに大好評のゲームでした！

「七五三」

絵日記の発表時に七五三の写真を披露してくれたサーシャ君。これを機に、七五三とは何か。神社ではどんなこと



をするのか等を学びました。「二礼二拍手一礼」の練習も。

「書写」

精神を集中し、筆ペンで「はね、とめ、折れ、はらい」などに注意し、整った漢字を書く練習です。どの生徒も集中していろんな漢字に挑戦していました。



「いろいろなゲーム」

すごろく、こそこそ話ゲーム、順番を決めるゲームなどたくさんのゲームをし、グループでのコミュニケーション向上を図りました。自分の意見を伝え、相手の意見を聞く大切さを学び、意見が異なるときはどう対応するかを考えました。男女混合グループで活動することで、より活発なグループワークができました。



「お楽しみ会」

最終日は、「自分の大好きなこと」を全校生徒の前で発表しました。順序立てて自分の意見を理由を交えて話すことは大切なことです。相手にわかりやすく伝えるよう何度も原稿を書きなおし、納得のいくものに仕上げました。本番当日はアイコンタクトを交えながら大きな声できちんと発表することができました。素晴らしかったです。その後はゲーム(射的、釣り、カルタ、輪投げ)で大盛り上がりでした。(担任: さたけ・れみ)



JCS日本語学校イラストコンテスト入賞作品

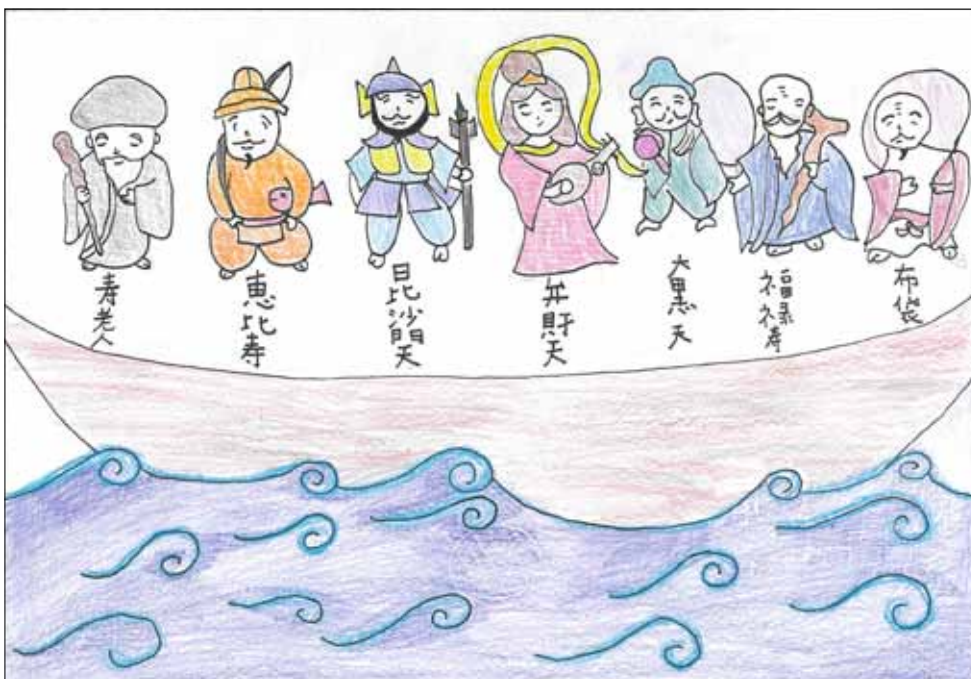


わたしの好きな日本



日本が好きだから描いた絵です。日本を代表する富士山と桜を、もっとオーストラリアの人にも知ってほしくて描きました。

野村美咲・ダンス校大地組Y5



七福神



おばあちゃんが描いた七福神が可愛かったので、まねてかいてみました。色々な神様がいて面白いと思いました。

ミックブライド萌日花(モニカ) シティ校きく組Y5

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>



シドニー日本クラブの会員、そして日本語学校の生徒のみなさん、はじめまして！シドニーで2020年7月に生まれたばかりの食品製造メーカー「Imamura Sauce and Dressing」代表の今村英治です。

今月から1年間、みなさんが住んでいるNSW州で育った季節のお野菜と子供達も簡単に作れるヘルシーでおいしい発酵レシピをご紹介します。家族や友達と読んで、つくって、食べて、笑顔になってもらいたいです。子供達にもわかりやすくなるべく簡単な言葉や漢字で書きますが、もしわからなかったら、お母さんやお父さん、先生に聞いてくださいね。

このコラムを通じて季節の旬の食材のおいしさを知り、オーガニックの素晴らしさを感じてもらえたら嬉しいです。ぼくの働く八百屋さんTrue Blue Organicsさんへもぜひ遊びに来てくださいね。

True Blue Organics

Kings Cross Organic Market 毎週土曜午前9時～午後2時

12 Marrickville Organic Market 毎週日曜午前9時～午後3時

おいしい発酵レシピ

今回はぬか床づくりをしましょう。米ぬかとは、玄米を白米に精米するときに出る、お米の命といわれる胚芽とそれを守る種皮と果皮が粉になったものです。胚芽には抗酸化作用のあるビタミン類やミネラル、体の毒素の排出をすすめるフィチン酸などの成分が含まれています。皮には腸内を掃除してくれる食物繊維がたくさん含まれています。お米の一番健康にいい栄養たっぷりの部分を削り取ったのが米ぬかなのです。



材料(2リットルくらいのフタ付き容器分)

生ぬか 500g(おすすめはLotus社のOrganic Rice Bran。

オーガニックショップで購入できます)

天然塩 75g (おすすめはCeltic Sea salt、ぬかの10～15%)

ミネラルウォーター 500ml(ぬかと同量)

昆布 2～3枚(3cm角)

唐辛子 2～3本

つくりかた

1)ぬかに材料をまぜる

①まず容器にぬかと塩をよくまぜ、水を入れて耳たぶくらいのかたさにこねる。

②次に昆布と唐辛子をぬか床に差し込みます。

昆布はぬか床にうまみを、唐辛子は防腐剤の役割を果たしてくれます。

③ぬか床の表面を手で平らにならして、容器の側面についてぬかをキッチンペーパーなどでしっかりと拭き取ります。

2)捨て漬け(発酵)をする

①お家にある野菜の使わない部分を使って「捨て漬け」をおこないます。

捨て漬けはぬか床に住む酵母や乳酸菌の発酵をうながすための作業です。

②一日に2回、底のぬかを表面に入れ替えるように全体的にぬか床をまぜます(天地返し)。

③野菜を漬けて3日経ったら野菜を取り出し、新しい捨て漬け用の野菜を入れます。

素手でまぜることであなたの皮膚に住んでいる常在菌がぬかにまざり、あなただけのぬか床ができあがりますよ。

3)野菜を入れてぬか漬けスタート

①2週間ほどかけて5回捨て漬けを繰り返せば充分です。2週間かけて丁寧におこなうことで、活発な酵母たちが住む熟成したぬか床ができます。

②塩もみして野菜の水分を適度に抜いて、ぬか床に上から押さえつけるように野菜を沈めます。

柔らかいきゅうりやズッキーニなら9時間～半日程度、硬いにんじんやかぼちゃなら1日～2日程度で食べはじめられます。

ぬか床は基本室温ですが、暑い夏場やゆっくり漬けたい時は冷蔵庫で、しばらく使わない時は冷凍庫で保存もできますよ。

今村英治 ● 岡山出身。食品製造メーカー、Imamura Sauce and Dressingオーナー。毎週火曜日～木曜日NewtownのComeco Foods Cafeでパリスタをしながら米粉ベースのグルテンフリーサワードブーナツ、ビーガン寿司ロール、ソースやドレッシングをつくっています。毎週土曜日、Kings Cross Organic Marketの青果店「True Blue Organics」で働きながら野菜を勉強中。国際唎酒師。実家はお漬物屋さん。農学部卒業後某社の研究所で浄水器の研究開発をする。その後飲食業に転身し、バーテンダー、シェフ、パリスタとして日本とオーストラリアのレストラン、カフェで働く。趣味はビールづくりやコングチャづくり。発酵大好き音楽大好き人間。

キラリと光る あの人・この人

人物紹介
第82回

田代有三 さん

サッカースクール主宰・元日本代表
Mate FCサッカークリニック

2021年、今年最初の「キラリと光る」は、元日本代表プロサッカー選手の田代有三(たしろ・ゆうぞう)さんにお話を伺いました。

2005年に鹿島アントラーズに入団し、その後、モンテディオ山形→鹿島アントラーズ→ヴィッセル神戸→セレッソ大阪を経て、オーストラリアのWollongong Wolvesで2年プレー後、2018年に引退。これまでJリーグ三連覇、天皇杯優勝、ナビスコカップ優勝を遂げています。2019年にWollongong Wolvesのトップチームコーチ就任。2020年にSydneyで「Mate Fcサッカークリニック」を寺本貴生さんと立ち上げました。

田代さんがサッカーを始めたきっかけは、二人のお兄さんの影響です。(お兄さん達に負けまいと、必死でついていく田代さんの幼少の姿が目にかびますね。)

Mate FCでは、「サッカーをする以前のスポーツ能力を大事に」して、基礎的な能力を身に付けることを日課に指導されています。子供達の年齢に合わせてゴールデンエイジに必要な柔軟性、リズム、反応、バランス、体幹などのトレーニングを実施。子供が体を動かすことは楽しいということを覚えるように、楽しめるトレーニングを取り入れる工夫をされています。参加した子にシールを貼るスタンプラリーも、子供達が喜びそうですね。Mate FCの特徴は、なんといっても指導する先生ではないでしょうか。スクールの先生方はプロフェッショナル！選手経験豊富なコーチ達による本格的な指導です。「私も子供の頃に、こんな先生方に教えて貰いたかった！」と羨ましく思います。これからオーストラリアを代表するスポーツ選手が、このスクールから生まれるのではないかと私は期待しています。お子さんに、これから何かスポーツを？とお探しの方にお勧めです！興味のある方は、Mate FCのfacebookをご覧ください。

田代さんは、福岡県ご出身ということで、福岡県にまつわる、こんな質問をしてみました。

Q 福岡県の良い所は何ですか？

田代「本当に食べ物が美味しいんです！ラーメンやモツ煮、何でも美味しいです」

Q 日本で好きだった食べ物、オーストラリアに来てから



MateFCのコーチのみなさん

好きになった食べ物は何かですか？

田代「ウーロンゴン・ウルフルズに入った時は日本の焼肉が恋しくなりました。好きになった食べ物はアボカドです」

Q 福岡のお勧めスポット、よく行く場所はどこですか？

田代「福岡タワーです」

よく知らない私は、グーグルで検索してみると「夜景100選」に選ばれた眺望を満喫でき、季節やイベント毎にタワーの模様が変わりイルミネーションが綺麗！です。福岡タワーは、恋人の聖地に選ばれている人気のデートスポットなのだそうです。

昨年のイベントでは「進撃の巨人展FINAL ver.福岡」、今年はセーラームーンとコラボのイベントもあります。世界中にいるアニメファンには嬉しいイベントですね。

田代「実は、母が福岡タワーでお店を開いています」

お店の名前を調べてみるとHandmadeアーティストショップ「YokuSum」。ポストカード、アクセサリ、木彫りアートなど、アーティストの手作りアイテムを多数取り揃えて、ここでしか手に入らない一点物などがあり、福岡のお土産に大人気だそうです。私はオリジナルの製品が大好きなので、行ってみた〜い！と思いました。

今は国の封鎖が続く世の中ですが、解かれた後は是非、福岡県の福岡タワー訪れたい場所ですね！

最後にJCSの皆さんに田代さんからメッセージを頂きました。「JCSの皆様、初めまして田代有三です。現在ノースシドニーでMateFCサッカースクールやMate運動教室を行っています。この度Wentworth Parkでもサッカー教室を開催することになりました。プロでの経験も豊富なMateFCコーチ陣で、子供達に日本語でサッカーの楽しさや礼儀を教えていけたらと考えています。お子様方にお会いできることを楽しみにしています。」

田代有三さんに、サインを書いて頂きました。抽選で一人にプレゼント致します。ご希望の方は、JCS事務局迄メールで「田代有三さんのサイン希望」と書いてご応募下さい。→ jcs@japanclubofsydney.org

Mate FCのfacebookページ: <https://www.facebook.com/Mate-Football-Club-102728274627224/>

YouTube チャンネル: <https://youtu.be/FtP91yPa6xM>

(インタビュー取材: Naoko Saito)



NSW州立美術館創立150周年

2021年NSW州立美術館は創立150周年を迎えます。これを記念した展覧会を含む2021年プログラムが発表されています。そのうちのいくつかをご紹介します。

まず3月に始まるThe National 2021: New Australian Artは、様々な世代や文化的背景を持つ39人のオーストラリアのアーティスト達が、挑戦的、政治的、詩的な観察を新しいアイデアと形態で紹介する現代オーストラリアン・アートの祭典です。3大文化機構NSW州立美術館、オーストラリア現代美術館、Carrigeworksにて合同企画され、当美術館では19人のアーティストが、壊れやすい自然と社会生態系を芸術がいかに治癒し大事にできるかその可能性を探ります。



Betty Muffler and Marinka Burton 'Ngangkari ngura (Healing Country)' 2020
Courtesy of the artists and Iwantja Arts the artists

6月にはオーストラリアで最古の歴史と権威を持つ肖像画公募展のアーチボールド賞が開催されます。1921年に始まり今年100周年になるのを記念し、恒例のアーチボールド、ウィン、サルマン賞と併せ、全国巡回展 Archie 100: A century of Archibald Prizeも企画されました。これはアーチボールド賞を今日のオーストラリアのアート界で最も称賛される展覧会にしたアーティスト達を称え、100年の歴史のユニークな洞察を紹介するものです。これまでに展示された肖像画は実に6000点以上にのぼりますが、多くは現在の場所がわかっていません。これらの行方を発見し、重要な情報、画像を得るため昨年6月以来一般の人々に助けを呼びかけてきており、美術館のウェブ・サイトにリスト化されてきました。この中から選ばれた100点が全国巡回ツアーにて展示されます。

さて、Covid-19のためキャンセルになった昨年の主要



William Joshua Smith 'Dame Mary Gilmore' 1943
Art Gallery of New South Wales, gift of Dame Mary Gilmore 1945
Yve Close

特別企画展「Matisse: Life & Spirit, Masterpieces from the Center Pompidou, Paris」は、日程が再調整され11月に開催される運びになりました。パリのポンピドー・センターとの共催のこの展覧会はオーストラリアにおけるマティス展では最も重要なものとされ、20世紀を代表するフランスの画家、巨匠マティスの芸術の深淵を見せてくれるものです。当美術館長のDr Michael Brandは「胸躍ることだ。去年の初めは混沌として何事も先が見えなかった」と展覧会実現に安堵を込めて述べています。美術館が創立150周年を祝う年にふさわしい、この夏最も注目の特別企画展です。



Henri Matisse 'The sorrow of the king (La tristesse du roi)' 1952
gouache on paper, cut and pasted, mounted on canvas, 292 x 386 cm
Centre Pompidou. Musée national d'art moderne AM3279P
Photo: Philippe Migeat - Centre Pompidou, MNAM-CCI / Dist RMN-GP
Succession H Matisse/Copyright Agency

他の展覧会も機を見てご紹介していきます。今年もNSW州立美術館をお楽しみください。コロナ禍のため中止されていた日本語常設展ツアー(無料)を2月から再開します。開催日は毎月第三金曜日とし、今年最初のツアーは2月19日11時予定です。お出かけ前に美術館ウェブサイトでご確認ください。

(NSW州立美術館コミュニティ・アンバサダー 森岡薫)

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/



14才の母

脚本: 井上由美子
 出演: 志田未来、田中美佐子、生瀬勝久、三浦春馬、他
 ★★★★★

当時かなり話題になった2006年放送のテレビドラマ。タイトルからもわかる通り、未成年の妊娠と出産がテーマ。私立中学2年生のみきは、14歳にして恋人との子どもができてしまう。恋人さとしては頼りにならず、家族との確執の中、絶望の淵に落とされる。それでも産む決心をするが、数多くの困難が待ち受けていた…。昨年亡くなった三浦春馬が俳優として最初に注目を浴びたのが、実はこの作品。14歳の母になる女の子の恋人という難しい役を当時16歳で好演した。主演の志田未来をはじめ、一人ひとりの俳優の演技が光っている。人生について考えさせられるドラマ。涙なしでは見られないので、ハンカチかティッシュを用意して。

観賞

★5つ星評価

JCS アートレビュー



観賞

中国の昔話をディズニーがアニメ化し、それをさらに実写版にしたのがこの作品。武術に優れた勇敢な少女が、病気の父親が徴兵される代わりに自分が兵士になるという物語だ。アニメ版が少女向けのおとぎ話だったのに比べて、実写版では男性ばかりの過酷な戦場で女性が生き抜いていく苦労がよりリアルに描かれている。

ムーラン役のイーフェイ・リュウがいかにも「男に紛した女性兵士」を説得力を持って演じられるのが難しいところでもあり見せどころでもあるが、特殊効果と身体能力に支えられたアクションシーンは真に迫り見応えたっぷり。また、お転婆で利かん気な少女が兵士になり、叩き上げられてリーダーの一人に成長していく物語としても十分に堪能できる。厳しい現実の中で苦労している女性が多い世の中で、勇気を与えてくれる爽やかなエンターテインメント作品。



Mulan

監督: ニキ・カロ
 出演: イーフェイ・リュウ、ドニー・イェン、リー・ゴング 他
 制作: 2020年米国(ディズニー)
 ★★★★★

15



Power Up

アーティスト: AC/DC
 ★★★

オーストラリアを代表するハードロックバンドAC/DCの17作目のニューアルバム。1973年にシドニーで設立されたバンドはそのヘヴィでタイトなリズム、変わることもないスタイルのハードロックが世界的にヒットとなり、ビルボードや世界各国のチャートでもその様々なアルバムでトップを飾っている。設立メンバーのMalcolm Youngが2017年に亡くなり、ヴォーカルのBrian Johnsonも聴覚の問題が発生し、バンド自体の存在が危ぶまれた後、このアルバムの発表が実現されたことは驚きといえる。名物ギタリストAngus Youngはこのアルバムを兄のMalcolmに捧げると言っている。そのサウンドはこのバンドの王道から外れずヘヴィでストレイト。Brianのしゃがれ声も以前と変わらずAngusのギターリフも鋭くカットしてくる。ファンとしてはその変わらずのスタイルが嬉しい中、正直言ってアルバムごとにどうした違いがあるのか判断しにくいこともあると思う。それでもそのスタイルを40年以上曲げることなく続けてきたことはすごいことだと思う。何か嫌な気分を吹き飛ばしたい2020年には必要なアルバムと言えるかもしれない。アメリカのビルボードでもNo. 1を獲得した。

音楽



トで1M」と聞いてま
ず嬉しいのは、そうい
った当たる確率の低い
懸賞に当たったという
事実かもしれない。昔

から懸賞に当たることはほぼ稀という
人生を歩んでいるので「自分も福の神
が笑ってくれることがあるんだな」と
いう感謝と驚きを感じるだろう。

人生、いいこともあれば悪いことも
ある、ということで、ロトが当たるのは
嬉しいが、これでいい気になったりし
てはいけない！という戒めの気持ちが
強いので、まずは厄払いとして少額で
も良いので、ホームレスなどのチャリ
ティへ寄付するかもしれない。

物価の高い今、1Mというと微妙な
額ではあるが、きっとどこか投資物件
として小さいスタジオアパートなどを
買い、残りは家族や友達でお祝いや旅
行を楽しむと思う。もちろん、「1M当
たった！」ということは、多くの人に
伝えたいが、グッとこらえてほんの一
握りの家族と友達のみへ伝えたい。お
金は人の心を狂わせることもあるの
で、なるべく謙虚な気持ちで、静かに、
穏便に、大切にに使わせていただきたい。
(みさこ)



前の勤務先の警備員さ
んが1M当たってまし
た！「ロトで1M当た
ったので、すぐに仕事
を辞めて、妻と一緒に世

界一周旅行に行ってきた」と言ってま
した。その後シドニーの自宅の家具を
すべて買い替え、しばらくすると手持
ち無沙汰になったのでまた職場復帰す
ることにしたそうです。この警備員さ
ん、その後もう一度高額ロトに当選し、
その時は本当に退職してしまいました。

私なら…、一番したいことは同じく
旅行！夫と二人でちょっと贅沢な旅行
を是非したいです！飛行機はビジネス
クラス！（ファーストクラスじゃなく
てもいいです）体を横たえて眠れるなら
長距離移動も楽ちん！いつもなら欲張
って色々な所に移動してしまいがちで
すが、一つ所に長めに滞在して、ゆっく
り観光したり、コンサートを聴いたり
するのが理想です。外食は長く続くと
胃がもたれてしまうので、キッチンの
付いた街中のアパートなどを借りられ
たら最高です。海外旅行もいいですが、
日本の四季を楽しみつつ、色々な所
にも行ってみたいです。

二番目は不動産購入！1Mだと海
に見える豪邸には手が届きそうにない
し、すでに自宅があるので、駅近の2ベ
ッドルームくらいのアパートを買って、
その賃料を収入にするというのが一番
現実的かもしれません。ちょっと夢が
ないですかね。

三番目は子供たちには大金を手にし
たことを内緒にしておくつもりですが、
ちょっとお裾分けをするかもしれませ
ん。シドニーの不動産価格は高すぎて、
子供たちが自宅を購入するのは大変な
ので、頭金(の一部?)を少し助けてあ
げることになります。

1Mで足りるかな～？(紫陽花)

あなたなら
どうする？

12



ロトで1ミリオンが当たりました！

3月

3月号のテーマは、
コロナウチンができました！
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。

外食日記



Kebab Abu Ali

住所: 1/41-47 Spencer Street,
Fairfield NSW 2165
電話: (02) 9723-3644
予算: \$20
営業時間: 毎日 9時~22時
雰囲気 8
料理 6
サービス 6



今月はFairfieldにある中東・イラク料理です。広くて明るい店内には中東の音楽がかかり、壁には中東を思わせる調度品が飾られています。店員とお客がアラビア語で会話をしている、異国情緒溢れる雰囲気です。

注文したのは、イラク料理のParda Plaw(写真)です。Plawはピラフの派生形のように炊き込みご飯です。これがパイ生地(お菓子のバクラヴァの生地のような)の中

に入っています。お椀を伏せた形状ですが、切ると湯気が出て、炊き込みご飯と大きな鶏肉が現れます。僅かにカルダモンの香りがするご飯は、長いお米でアーモンドと極細の短い麺も一緒に炊かれています。口の中が脂っぽくなると付け合わせの玉ねぎでリフレッシュします。

Fairfieldの街には中東のレストランが多く他の店も訪れてみたいです。また、中東料理に使われる青果物、スパイス等も安価に売られています。

日本再発見

改めて感じる日本の良さ



昨年はじめより、新型コロナが流行し始めてから日本への旅行が難しくなり、日本は遥か彼方の世界に思われるような時代となり、ますます郷愁の念にかられる昨今です。いつもだったらオーストラリアの暑い夏の期間、真冬の日本に行き、久しぶりに家族や友人と会ってお互いが健康にやっていることを確認し、美味しい冬の味覚を堪能し、温泉に入ってゆっくりして、身も心もリフレッシュし、新年の仕事に備えるはずが、今年はそれができないままの仕事始めとなり、2年続けて働いている感覚に陥っているのは私だけではないのでは…と思っている次第。改めて自分にとって日本の大切さを感じる今日この頃です。(日本嫌い)

シドニースケッチ



2021年、最初のスケッチはBowralの町です。Bowralは、ニューサウスウェールズ州のサザンハイランズ最大の町で、シドニーから136 km離れています。2016年の国勢調査では、Bowral地域の人口は1万2,949人でした。

昔、Bowralはシドニーの紳士のための夏の隠れ家として人気があり、その結果、Bowralには多くの邸宅が建築されました。

セントラル駅からBowral駅までは電車で2時間20分ほど。駅から500m歩いて6分の所にあるDirty Jane's Bowral Antique Marketに行ってきました。

75を超える独立したディーラーを収容する巨大な倉庫の中には、家具、ガーデンオーナメント、アートワーク、衣料品、宝飾品、陶磁器、収集品など、さまざまなヴィンテージやアンティークの商品が売られています。私はアンティークの蓄音機やカメラ、ポスター看板、食



器など、じっくりみたい物が沢山あり過ぎて、時間を忘れてしまうほどでした。

友達にお店を案内してもらった後、カフェでアフタヌーンティーを頂きました。お店のスタッフは大変に親しみやすく、まるで親戚の家を訪れた時のような雰囲気でした。お店に入る前からスコーンの焼けた良い匂いがしていたのですが、どれも美味しく頂きました。皆さんも

時間を作って一度訪れてみては、いかがでしょうか？

Dirty Jane's Bowral Antique Market

13-15 Banyette Street, Bowral NSW 2576

Ph: (02) 4861-3231 毎日営業10am~5pm

駅までの帰り道には、行列の絶えない有名なフランスのベーカリーショップGumnut Patisserieがあります。家族のお土産にナッツタルトを購入しましたが、今まで食べたタルトの中で一番美味しかったと思います。こちらも寄ってみる価値がありますよ。

Gumnut Patisserie

Shop 7, Grand Arcade, Bong Bong Street, Bowral, NSW 2576

Ph: (02) 4862-2819 毎日営業8am~4pm

科学の小箱 ちよつと サイエンス

佐藤寿治



【第211回】 拡大を続けるCOVID-19

新年明けまして、お目出とうございます。2021年がJCS及び会員の皆さんにとり、感染症やブッシュファイヤー等の災厄に見舞われること無く、健やかに過ごされるよう心から願っています。

ところが昨年末から年頭にかけて、筆者が居住するNorthern Beaches地域が思いもかけなかったCOVID-19のホットスポット地域に指定され、行動制限を強制されるロックダウンの宣告を受けました。昨年の3月11日にWHO(世界保健機関)からパンデミック宣言がされて以来一年が経過してもなお、感染拡大が収まらず終息への道筋が見通せない現状を鑑みれば、深刻なクラスターが身近で発生しても何の不思議ありません。そこで年頭に改めて俎上に載せたいのが、一年を越す長期戦で明らかに薄れた感が否めない警戒心の再点検と、必須行動である「三密」回避と外出時のマスク携帯。仮に秋以降ワクチン接種の開始となれば、有効な安心材料として期待が持てるのは確かですが、それでも上記必須行動の有効性は何等変わりません。

パンデミック宣言後のCOVID-19は、正に感染爆発という表現に違わない広がりで拡散し、12万人余りであった感染者数が3カ月で千万人を超え、今年に入っか

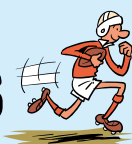
らも右肩上がりの増加が収まらず、11カ月で遂に1億人の大台を一気に突破しました。感染者数の増大に比例し、特効薬が存在せず対処療法に頼る現状下では死亡者数も増加を辿り、1月20日の新大統領の就任式直前に40万人に達したアメリカを先頭に、続くインド、そしてブラジルを加えた上位3カ国の合計が80万人に迫り、世界全体での総数も200万人を超えました。この間、各国でロックダウンや夜間外出禁止令等が発出され、強い行動制限を伴う措置の効き目が期待されましたが、感染者数の減少傾向が一部で現れただけに留まり、残念ながら全体として封じ込める手応えは何等得られていません。

八方手詰まりで、形勢の芳しくない被感染者側が切り札と待望されるのが、安全で且つ有効性の高いワクチンです。死亡例も含む重篤な副作用が報告されているものの、認証された製品の開発に成功した企業を有するアメリカ及びイギリスを基軸に、昨年末から医療従事者を皮切りに接種が始まり、オーストラリアや日本でも先行するワクチンの供給契約を既に締結しています。ところがこちら側の感染予防対策の手の内を恰も見越したかのように、COVID-19のウイルスSARS-CoV-2は、感染時の自己複製の際に遺伝子の組み換えを起こし、これまでに多様な変異種のレパートリーを広げていました。中でもイギリスで発祥したとみなされ、「VOC202012/01」と名付けられた変異種の特色は、それ以前にイギリスで流行していた種との比較で7割増という圧倒的な感染力の高さ。恐るべきイギリス種は、年初にブリスベンで感染が確認されのに合わせ、直ちに州政府によりロックダウンの処置が講じられています。

COVID-19のパンデミックは、今年一杯継続すると見るのが妥当なようで、場合により来年まで跨ぐことも十分考えられます。健康には、呉々もご留意を。

18

スポーツ天国 SPORTS



141

Aリーグの日本人選手

昨年の12月から今年6月まで開催されるA-League(オーストラリア・プロサッカーリーグ)に、5人の日本人選手が登録されているのをご存じですか？

- * 今井智基(Tomoki Imai) Western United
- * 工藤壮人(Masato Kudo) Brisbane Roar
- * 檀崎竜孔(Riku Danzaki) Brisbane Roar
- * 椿直起(Naoki Tsubaki) Melbourne City
- * 太田宏介(Kosuke Ota) Perth Glory



全員がJリーグの経験者です。今回は、シドニーがホームのチームには日本人選手が所属していませんが、応援よろしくお願いします。(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)



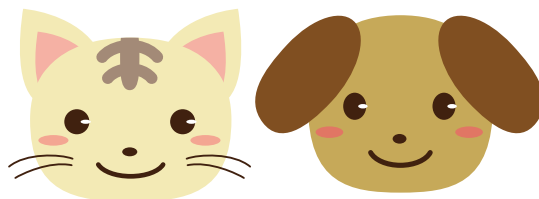
オーストラリアに移住してほぼ20年。色々とステップアップを遂げてきたつもりですが、その中の一つの大きな目標はペットの犬を持つことでした。3年ほど前に今の家に移り、ペットを持つことができるようになりました。

そこで娘がオスメのCavoodleを飼うことにし、Hunter ValleyのBreederまで2年ちょっと前に引き取りに行きました。オーストラリアで最近人気のCavalierとPoodleのミックスです。

名前も娘が決めてPepper。映画「Iron Man」の主人公のガールフレンドの名前からきているようですが、意外としっかりいき、今ではうちの大事なファミリーメンバーです。

最初はそこら中のカーペットにおしっこや

マイベストフレンド



うんちをして大変でしたが2歳を過ぎた今はやっていけないこととやって喜ばれることが分かってきたようで、いい子にしています。おかげでコミュニティの中での近所のつながりも増えているようです。

仕事から帰って来た時に飛び跳ねるように喜んでぺろぺろ舐めてくれるのは、ストレスの多い仕事の中で嬉しいことです。5分の3の家庭でペットを飼っているというオーストラリアでは、ペットの存在が生活に欠かせないと言えるでしょう。(Jun)

新連載

ちょっと

気軽にガーデニング

第1回



はじめまして。石田えりこです。今月よりガーデニングについてお話しさせていただけることになり大変うれしいです。とはいえ専門知識があるわけでもなく、もともと自称「ミセス60%」と堂々と名乗っている私の話ですので、素晴らしいお庭を持ち、知識の豊富な方には何の役にも立たない話ばかりと思われるので、ご了承ください。初心者向けの話です。

さて、苦手だから、枯すとかかわいそうだから、よくわからないから、と緑が好きなのに手を出しそびれている方がたくさんいます。ほかに、庭がないから、日陰だからetc…、もったいない！ 楽しいですよ、プチガーデニング。誰でも初めは初心者。枯れることを恐れないで！ お花が大好きで、毎日庭いじりをしている私でさえ失敗してしまうこともあります。テニスでもゴルフでも最初は失敗ばかりでも続けていれば少しずつ上手くなります。何事も同じ。

では何から始めるか？ ですよ。緑といってもいろいろあります。室内に置く観葉植物、いま流行の多肉植物、小さな鉢植え、ベランダ栽培…。まず手始めは

見に行くこと。ガーデンセンターは、いろいろ聞けるし種類も豊富。でもたくさんありすぎてどれを選んでいいか迷います(笑)。そんな時はバニングスもオスメですよ。意外といろいろあって、花屋の半額位で売っています。いくつか買って、植木鉢に移し替えるだけでも素敵です。どう世話したらいいか？ まず買うときに、それが日向にあるか室内にあるか、同じような場所が適所です。それと結構どの鉢にもタグが付いていて、どのぐらい成長するか、日当たり具合、水やりなどいろいろな情報が書いてあります。

初心者の方でよくある失敗が水のあげすぎ。深い受け皿に水が溜まっていることがないように要注意。反対に忙しい人でうっかりしていて水が切れてぐったりなんてことが多い方。今はいろんなサイズのセルフウォーターの鉢があります。これはなかなかの優れもの。それから、身近にアドバイスしてもらえる人がいるといいですね。育てやすいものとか教えてもらったり、あれ？と思った時、どうしたらいいか聞ける人。私でよければ、お花の話ならなんでも大歓迎。いつでもどうぞ。

それではまた次回！ See you!

石田えりこ●日本にて、子供の心を育てることを目的とした「こども造形教室」を経営後、1990年来豪。3人の子育てをしつつ、レストランを夫婦で経営。2018年に店をクローズ。以来レストランのキッチンで働くも、コロナの影響で無職になったのを機に、趣味のガーデニングを仕事にしたいと奮闘中。庭仕事、お花や多肉植物の寄せ植えを作ったりしています。erikoishida@hotmail.com



簡単に作れる多肉植物の寄せ植え



仏教語からできた 日本語 その178

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



法律Q&A

弁護士に

聞いてみよう 164



主任弁護士 林由紀夫 (H & H Lawyers)

威儀(いぎ)

風紀の乱れか、はたまた世の中の生活様式が変わったせい、今はあまり聞かなくなりましたが、「威儀を正す」という言葉があります。一般に改まった場で神妙な心持ちで背筋を伸ばし、体の姿勢を正し態度も立派で、外から見ても身なりがキチッとしていて改まった様子を言い表している言葉です。ただ、最近はコロナ禍の中、オンラインでの会議が増え、上半身だけはしっかり着飾ってはいても画面に映らない下半身はパジャマのままだった、という話も聞こえてきますが、これも生活様式の変化の一つでしょうか…。

この威儀は、中国最古の詩集である『詩経』に基づく語で、礼式にかなった態度のことを意味し、もともと仏教で大切にされていた言葉でした。特に曹洞系の禅で大切にされてきました。行(ぎょう:歩くこと)・住(じゅう:とどまること)・座(ざ:座ること)・臥(が:寝ること)のことを四威儀(しいぎ)と言いますが、要するに、日常の立ち居振る舞いの全てを指していると言えます。その一つ一つの動作が、僧侶として正しく仏の法に叶っていて、それを見て人々が崇敬の念を起こさずにはいられない態度のことを威儀即仏法と言っています。



行住座臥の四威儀

また僧侶が僧衣の上に纏(まと)っている、五条袈裟(ごじょうげさ)には、太い長い帯と細く短い帯があり、ネクタイのようにしっかり結ぶわけですが、太帯の結び目を大威儀(おおいぎ)と言い、細い方を小威儀(こいぎ)と言います。それでその威儀がしっかり結ばれているか



五条袈裟(上に出ている太い長い帯が大威儀でこれは一本でネクタイのように結び、左右にある二本の細い小威儀は一緒に結ぶ。)

をお参りの前にしっかり確認し、姿勢もちゃんとさせ文字通り「威儀を正す」確認作業をいつも行うのです。

もちろんこれは一つの例ではありますが、こうした衣類の乱れを正し、綺麗な立ち居振る舞いをするのを心がけることは僧侶に限ったことではないと思われます。人として「威儀を正す」ということは、今日、最も顧みられて良いことではないかと思うことです。

読者の皆様におかれましては、威儀をしっかり正し、充実した一年を過ごして頂けますよう念願致します。合掌

Q:最近、カジュアル従業員の一人が自主的にシフトを多く入れて働いているのですが、過労状態になっているように思います。どのように対処したらよいのでしょうか？

A:従業員の過労問題は、労働衛生安全上の問題として、NSW州ではWorkplace Health and Safety Act 2011(略して「WHS」)により、雇用主に然るべく対応する義務が定められています。尚、同法によりその労働安全衛生管理義務は、雇用者だけでなく、その職場で働く全ての者に課されています。

労働安全衛生管理義務は要約すると、「仕事に携わる者は、その職場で仕事に関連する者の健康と安全を守るべく妥当な注意払わなければならない」ということです。

雇用者側の会社役員やマネージャー等は、上記に加え、WHS管理者としての個人的な責任をも負わされる場合があります。雇用者側はその義務として、過労防止及び対応のための就業規則及びポリシーを設けなければなりません。具体的には、従業員らが過労状態に陥らないよう適切にモニターし、過労が疑われるような状況が生じた場合には、就業規則及びポリシーに基づいた対応を取る必要があります。

過労の問題は、当人の心身の問題だけではなく、他者に被害を及ぼすこともあります。(例:過労状態で車両の運転や機械の操作をした際の事故等)従って、過労問題は個人だけでなく職場全体として対処されなければならない深刻な問題だとして重要視されています。

万が一従業員が過労により病気や怪我等を負った場合、または内部告発等があった場合、通常WHSの行政機関であるSafe Work NSWが調査に入ります。調査の結果次第では是正勧告、罰金などの命令が出されることがあります。もしもWHS管理の不備が原因で従業員が過労のため入院、死亡等のような重大な結果が生じた場合、雇用者側に対し多額の罰金に加え、管理者が刑事責任を問われることも考えられます。

一般的なWHSの問題、例えば危険物の管理や、重量物の扱い、アスベストの処理等と異なり、過労問題は必ずしも職場の環境だけが原因で発生するとは限りません。勤務時間外の従業員の行動(例:副業や、家事・育児)によってもリスクが上昇するので、雇用者として完全な管理をするのが難しい面があるのも事実です。しかし法律上、そうした事柄も含め、雇用者は妥当な範囲で従業員の健康を管理する義務を負わされています。

アキレス腱炎

アキレス腱はふくらはぎの筋肉が踵骨につながる結合組織です。この腱は跳んだり、歩いたり、走ったり、つま先立ちになるときに必要な腱です。この腱を続けて酷使すると炎症が起こります。

踵骨とちょうどつながっている部分に炎症がおこったり、もう少し踵骨から離れた腱の中央部分に炎症がおこったりするタイプがあります。また、腱と踵骨の間の滑液包に炎症がおこることもあります。



原因、リスク因子

アキレス腱は年齢とともに弱くなっていきます。そこに繰り返して負担がかかると余計に損傷がおこりやすくなります。過度の運動による負担、特にアスリートの場合がアキレス腱炎をよくおこす要因です。

また、運動による負荷とは関係なく、リウマチ性関節炎や感染症による炎症がおこることもあります。

そのほかの要因は…

- * ウォームアップを十分にしないで運動すること
- * 繰り返すふくらはぎの筋肉に負担をかけすぎること
- * テニスなど、急激に止まったり、方向転換をしなければならぬスポーツをすること
- * 急激に運動強度をあげること
- * サイズの合っていない靴や古い靴を履くこと

暮らしの医療

ドクター・鳥居
Northbridge Family Clinic



- * 頻繁に、長時間ハイヒールを履くこと
- * 肥満

アキレス腱炎の症状

アキレス腱の痛みと腫れが主な症状です。ふくらはぎの筋肉の緊張、張りや足首の可動域の制限もあります。

アキレス腱炎の診断、検査

アキレス腱に医師が圧迫をかけたときに痛みがあればほとんどの場合、診察だけで診断できます。超音波検査やMRIなどの画像検査ではアキレス腱の損傷の度合いや炎症が見られます。

治療

軽い初期症状の場合は患部を休め、アイシングやストレッチをしたり消炎剤を服用すれば治まるはずですが、物理療法やウォーキングブーツで踵の動きを制限したりすることもあります。できればふくらはぎの筋肉やアキレス腱に負荷がかかりにくいスポーツに切り替えることも手段のひとつです。

このような方法でも治まらない場合は超音波画像のガイドで炎症のおこっている部分にステロイドの注射をすることもあります。状況が悪化し続ければアキレス腱が断裂する危険も出てきます。外科治療では、もしアキレス腱が断裂していれば縫い合わせたり、アキレス腱の損傷がひどければ、体の他の部分から腱を採取して取り替えることもあります。

21

新型コロナウイルス COVID-19 感染予防について

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、ハグ、キスをやめる
- ⑧ 高齢者ケア施設への訪問を制限する



◎今月の表紙

オーストラリアに住みながら日本の伝統刺繍ができるのはとても嬉しいことです。日本の刺繍生地コングレスも豪国内で手に入りますし、糸はフランス刺繍糸6本どりが使えます。色が豊富なので色のグラデーションを楽しむこともできます。インターネットに溢れている伝統模様を参考に、コンピューターで等幅フォントの courier の 0 (ゼロ) と - (ハイフン) を使って模様チャートを作っています。興味のある方は是非挑戦してみてください。(モートン幸子)



編集後記

▼なんという年だったでしょうか。2020年始めのBushfireから始まり、コロナウイルス、アメリカ大統領選、中国との貿易摩擦、問題はそう簡単に収まりそうにありません。この終わりのない連続的な問題は誰をも疲弊させたと思います。でもオーストラリアはそんな厳しい環境の中、resilientで毅然と国内も国際的な問題にも対応してきたと思います。それは今後の世界的な方向性においても大きな意味を持ってきたといえるのではないのでしょうか。誰もが疲れ切った2020年においてワクチンが実現したこと、アメリカがこれから正しい方向に進むと信じられること、そして日本でのオリンピックが実現されるという事実は未来への希望となります。個人的にも非常に厳しい年でしたが、それは皆さんにとっても同じことだったでしょう。自分たちの信じてきた信念を曲げず、前向きに捉えて2021年を素晴らしい年にしたいと心から思っています。(JUN)



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(事務局長・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)
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/齊藤なお子

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



今月の喜怒哀楽 〈楽〉

アメリカの大統領がトランプからバイデンに代わったことに喜んだのですが、日本のコロナ感染対策の中途半端さには怒りがこみ上げ、この期に及んでもなおオリンピックは開催するんだと叫ぶ姿には哀れみさえ感じます。とはいえ、新年、新しい年が明けました。コロナで暮れてコロナで明けたわけですが、しかしワクチンも開発され、これから世界は回復に向けて明るい未来を目指す意味からも「楽」観的に生きようと思います。「分断」から「協調」へ、「憎悪」から「信頼」へと、能天気な私はそんな理想にかすかな希望をもっていますが、まだ世界は混乱状態だし、これからの社会、そんなにうまくいかないぞ！という声が聞こえます。それでもアメニモマケズ、コロナニモマケズ、SNSやネット情報二振り回サレヌ、そんなツヨイ自分二早クナリタイナア。なれるかな？(能天気男)

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！

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
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。)

日本ブレンセンターオーストラリア(NBCA)

Suite 23, 9 Milray Street, Lindfield 2070
Phone: 0404-027-407
Email: yamaguchi@nbca.com.au www.nbca.com.au
担当: 人材 加藤、ビザ・翻訳 山口
ビザ・市民権の申請、オーストラリアの出国許可、移民局に提出する戸籍謄本と書類の英語への翻訳をJCSの会員の皆様には20%割引で承っております。長期短期の人材紹介及び人材登録をきめ細かくお世話させていただいております。皆様のご連絡をお待ちしております。

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。

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/を見てください。

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”…和漢植物エキスを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♪

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、渡部編集長宛に、またはJCS事務局宛に、
Email(jcs@japanclubofsydney.org)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、読みやすくなり、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