

# November 2022

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。



徳田総領事歓迎会 JCSだより筆者の会を開催

声と笑顔と音楽と[最終回]

声と言葉のエネルギーで未来をつくろう

# 先月の理事会から

# ◆年次総会より(9月17日14時@ドカティセンター)

- ○事業報告、事業計画等全ての議案が無事に承認された。
- ○会計担当がリヒター幸子さん、監事が岩佐いずみさん。

# ◆チャッツウッド日本祭を振り返って

○飲食店が少ない・選択肢が少ないとの意見があった。食べ物目当ての来場者が多かった。

## ○ボランティア関連:

撮影・記録:素晴らしい写真が多々撮れていたが、撮影されていない箇所もあったので、今後のイベントでは入念な事前説明と、当日も画像内容の確認など、イベントの記録をもれなく残すことが必要。

金魚すくい:大変好評で多くの子供達が集まり、終始賑わい、かなりの売り上げがあった。ボランティアが大変頑張ってくれて楽しそうに活躍し、お客さんにも喜んでもらえ、クレームも特になかった。

\*担当ボランティアが戻らず、準備が遅れた。10時30分には担当部署に戻る等の連絡を最初にした方が良い。

- \*古いプールに穴があいていたため確認に時間がかかった。次回は手動のポンプをもう一個用意する。
- \*現金を持たない方が多く、ATMの案内を何度も行った。

  到り銭を多めに用意する必要がある。
  - \*忙しい時間帯は、理事やボランティアの増員が必要。
  - \*現金の受け渡しを役員が行い、場所も一箇所にすべき。
  - \*お昼の時間帯は忙しいので、休憩を調節した方がよい。 \*アンケート:回答者合計239人
  - (1)日本に行ったことがあるか はい171人/いいえ68人
  - (2)あなたの文化的背景はどこか オーストラリア76人 /日本51人/その他の国188人
  - (3)日本のもので好きなもの(複数回答)①日本食225人、②伝統文化(日本舞踊・茶道・華道・書道)152人、③日本の行事・お祭り150人、④温泉135人、⑤美術・建築132人集客数:滞留時間を2時間と想定するとおよそ約6,000人がイベント参加総数。

救急隊:来場者のうち3人の方の手当てをした。(足首の 捻挫、血圧測定を行った、空手の1人が肩を脱臼してその 後自分で病院に行った。)

売上2万7,264ドル(着物と金魚すくいの売り上げを入れると収支は黒字だった。)

# ◆2023年JCS40周年事業計画案(予算\$1万計上)

○キャンベラの日本国大使公邸訪問バスツアー(オーストラリア国立博物館内のMuseum Caféでランチ。ガイドなし)/カウラに桜の木を寄付し記念植樹式を行う/5月21日(14、28日予備日)にレセプション(昼食会)を行う。

# ●2022年10月定例理事会 10月3日 7:30-9:30pm(Zoom)

出席:チョーカー、コステロ、水越、松隈、リヒター、多田、マーン、ホジュキンソン、斉藤、小柳、堀田、渡部。

欠席:野田領事、林、阿部、フォード、川上。

- ●会員世帯数:365世帯(一般82世帯・学校283世帯)+法人会員1社
- ●次回理事会:11月2日18:00よりドカティセンター・Zoomにて



# ◆紀谷総領事送別会と徳田新総領事歓迎会

日系三団体合同主催の紀谷総領事送別会(9月1日)に 出席された理事の参加費半額をJCS負担。

同じく合同主催の徳田新総領事歓迎会(10月21日)に は、理事8人が参加を予定。

# ◆2022年度カウラ桜祭りと慰霊祭に参加

コステロ会長、水越副会長が9月24日の桜祭りと25日の慰霊祭に参加、献花を行ってきた。キャンベラの日本大使公邸でのレセプションに参加し、その後カウラまでドライブし、シドニーに戻る。旅行費用(宿泊2泊とガソリン代)につきJCSから払い戻しを行う。

# ◆忘年会

役員の忘年会を11月2日の理事会の後に実施。理事会は6時スタート。アルコールの許可。プラター注文。一般会員には来年のJCS40周年の食事会への案内を行う。

### ◆その他

- ○新会計担当者(リヒター)の手当について、事務局長と 同額ではじめ、数カ月後に見直しをする。
- ○来年度のドカティーセンターの予約(対面での理事会) を隔月で行うようにする。
- ○理事専用のemailアドレス(名前@jcs.org.au)を希望者 に作成する。

# ◆学校からの報告

# ●City校:14クラス、生徒数221名、154世帯

9月3日は雨天だったため、17日に3年ぶりの運動会を開催。一番上のクラス、杏子組の生徒と卒業生が運営委員とともに運動会の進行や手伝いをしてくれて、さらに運動会を盛り上げた。シドニー日本人国際学校の角田校長先生が見学にきてくださり、借り物競走の際には競技に参加しご挨拶をいただいた。今年は、日本から紅白の玉入れを購入して使用したがとても評判が良かった。最後の競技の綱引きでは保護者も参加して白熱戦だった。途中、予期しない雨が降ったが、雨にも負けず生徒も大人も運動会を楽しんだ。

9月21日 は、Ultimo Public SchoolのCreative Arts Showがあり、現地校から協力依頼があったのでJCSソー

在シドニー日本国総領事館より日本政府からの補助認 定校の契約書を交わした。

# ●Dundas校:10クラス、生徒数126名、85世帯

9月17日、三学期最終日に3年ぶりの運動会が開催された。新しく2年任期のイベント係を設け、ボランティアや運営役員とともに運動会を形作ってくれた。途中の降雨で2度の一時中断をはさみつつも、全種目を終えて今年は紅組の勝利で終了。子供たちの晴ればれとした笑顔を見て、事故もなく成功に終わったことに嬉しくもほっとしている。

9月いっぱいを使って新入生、編入生の募集をおこなっており、4学期初日の10月15日にはオープンデー、体験授業が予定されている。この日は古本市を再度開催し、新入生やその保護者にもダンダス校の活気や魅力をぜひ

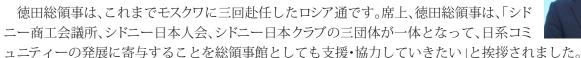
見ていただきたいと考えている。

# ●Edgecliff校:5クラス、生徒数62名、44世帯

9月17日に三学期が終わりました。冬の寒い中でもエッジクリフ校の子どもたちは、校庭を元気よく走り回っていました。「楽しく日本語を学ぶ」ことがモットーであるエッジクリフ校は、天気が良い日は外へ出て体を動かしながら、日本語を勉強する光景もよく見られます。子どもたちにとって「土曜日の学習」が楽しく実りあるものになるように、各クラスの先生方が情報交換をしながら工夫を凝らした授業を展開してくれています。四学期始業日の10月15日までの春休みを、先生方は次の授業の準備に、子どもたちは授業のない土曜日を大いに楽しんでいることと思います。四学期は来年に向けたクラス編成や、新しい教師の確保、お楽しみ会の準備など、忙しくなりそうです。

# 徳田修一新総領事の歓迎会を開催

徳田修一総領事(写真右)が9月下旬に着任されたのを受けて、日系三団体による新総領事歓迎会が10月21日(金)、シドニー市内の日本レストラン東で行われ、JCSからはコステロ会長、松隈副会長、水越副会長、渡部事務局長、ホジュキンソン理事、斉藤理事、多田監事、チョーカー相談役が参加しました。(写真右下、総領事を囲むJCSの役員)









# 本誌「JCSだより」筆者の会を開催

本誌「JCSだより」に執筆いただいている筆者の方の懇親会を、10月7日(金)、シドニー市内のホテルレストランで開催しました。コロナ規制のため2年間開催されていなかった筆者の会ですが、久しぶりに集まった出席者は、各自が書いている記事を紹介したりしながら、食事を楽しみました。その後は、恒例のプチトリビアで頭の柔らかさを競い会い、「外食日記」担当の0氏が優勝しました!出席できなかった他の筆者の皆さんも含め、今後も充実した誌面作りへのご協力をよろしくお願いいたします(編集長)



3

# 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.lves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、事務局長:ピアス康子 ボランティア:朝比奈冨美子、カーター洋子、斉藤なお子、橋本克子、ファレル道子 (五十音順)



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。

# 年忘れ!お疲れさま和食コース料理

- ・日時:2022年12月2日(金)午後12時30分より
- ・会場:ろばたジョーンズ
- •住所:8 Wilkes Avenue, Artarmon(アーターモン駅前)
- ・料理:お一人様50ドルの和食コース料理
- お支払い:お一人様50ドル
- ・乾杯:最初の乾杯の飲み物は、親睦の会でご用意します。
- ・飲み物: 乾杯後の飲み物は、各自のお支払いで、ご自由に注文なさって下さい。

今年1年を振り返りながら、役員の皆さんの労をねぎらい、例会での和食弁当を作って下さっている板前さん達による特製料理を堪能して、想い出に残るひと時にしたいと思っています。

今回も「炉ばたジョーンズ」にて特製和食弁当を作って頂きました。開けた瞬間に目に入ったのが松茸茶碗蒸し。感動しました。煮物、焼き物、揚げ物など、理想的な栄養バランスが取れて、歓談に



も一層花が咲き美味しく頂きました。



# ■お知らせ

- ・11月は、会場での例会はありません。
- ・12月の「祭り」は、今年は中止です。
- •2023年初めの「JCSだより」は、1月と2月の合併号となります。(発行は1月下旬です。)
- •2023年の第1回目のお集まりは、2月に開催します「新年会」です。



【10月8日(土)小説家 松平みな先生を囲んで】 50歳を過ぎてから始めた執筆活動は、生きた証を残したいと思ったのがきっかけだったそうです。プライベートに関わる事柄まで、ユーモアに富んだお話ぶりに、会場は盛り上がりました。オーストラリアで暮らしても、心の中では日本人。日本人に生まれてよかった!と仰った時の笑顔がなんとも印象的でした。

# ICS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:Cammeray 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:每週火曜日午前11時~12時

場所: Dougherty Community Centre Annex, Chatswood お問い合わせは、Email: jcshulaaloha@gmail.com 綾まで





# JCSソフトボール部

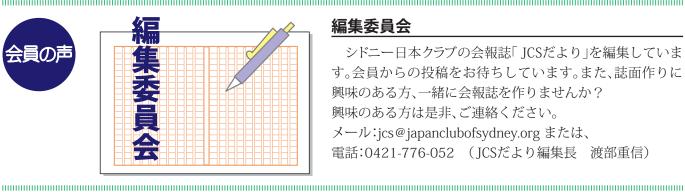
ソフトボール大会は毎年5月と11月の2回開催しています。 5 今年の秋季ソフトボール大会では優勝しました!

JCSソフトボール部では女性選手を急募中です!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)





### 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 一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)

# JCS JCS

# JCS日本語学校シティ校 JCS Japanese School City

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/

# 来年度に向けて

いよいよ4学期が始まりました。一年を締めくくるこの学期は、卒業式の準備はもちろん、来年度のクラス編成や新規教員採用と引き継ぎ、委員選などに忙しくなる時期でもあります。オーストラリアでのコロナを取り巻く状況は随分と落ち着きましたが、影響はまだあちこちに見られ、それを調整していくのも至難の業となっています。それでも、学期初めにあるオープンデーでは、これからの学校生活を楽しみにしている子ども達や保護者の皆様をお迎えします。どんな状況にあっても子ども達の希望ある未来のために、大人として精一杯のことをしていくのみです。

学校行事としては、この4学期に幼児部のスピーチ発表会を行います。通例であれば小学部と同時に開催していましたが、先生方と協議した結果、今年は時期をずらしての開催となりました。幼児部にはまだまだ作文を書ける年齢ではない子どもが多く、先生方のお力をお借りするとはいえ、まとめた考えを人前で発表するのは至難の業です。それでも、この一年で子ども達も随分成長しました。特に、幼児部の生徒の成長はめまぐるしいものがあります。今回も保護者の皆様に参観していただく予定ですので、子ども達の成長した姿を一緒に温かく見守りたいと思います。

# クラス紹介 さくらんぼ組



さくらんぼ組は、Y5からY8までの14名の、明るくて楽しい生徒がいるクラスです。このクラスは、実は以前に2年間担任をしたことがあります。そのため、私も生徒たちも信頼感を持って、授業やその他の活動をしています。以前に教えていた時期からは、中身も外見も著しく成長しており、とても誇らしくも頼もしくも思い、毎週会うのが楽しみです。

授業では、教科書4年生のことを中心に学習し、音読、 読解と新出漢字を勉強します。作文、短歌や俳句、詩の作成を併せて勉強しています。毎週漢字テストもしています。良い成績を取った生徒には賞品があります。カタカナや1、2年生の漢字の復習などもゲームの中に盛り込むようにしており、色々なゲームで盛り上がりつつも、そ う読むんだったよね?とか、思い出しながら復習しています。2、3学期には、全員が毎週図書の本を借りて、その本がどんな内容なのか?どんな人が読むといい本なのか?などを短くまとめ、発表をしました。最初は要点をまとめるのに戸惑い、時間がかかりましたが、続けていくうちに相手にどう伝えたらいいのか?を上手にまとめられるようになりました。



私のクラスでは、日本語を教える以外に、礼儀や礼節、 文化もあわせて教えるようにしています。これは継承日 本語の原点だと思っています。私は、沢山の漢字が書け るようになったね、ということも大事だとは思うのです が、きちんとした言葉で挨拶やお礼、お詫びを言ったり、 書いたり出来て欲しいと思っています。それが生きた日 本語です。朝、教室に来たら、大きな声で「おはよう御座 います」と言ってくれます。当たり前のことのようです が、思春期の生徒たちには意外と難しいことです。クラス でも、誰かに何かをしてもらったらすぐに「ありがとう」 を言おうね、を合言葉にしています。とても気持ちのい いことです。習慣づいて、きちんと出来るようになって います。こういうことの積み重ねで、いい大人になって いって欲しいです。

ハイスクール生は特に、現地校の勉強や習い事もとても忙しい時期になります。それでも、土曜日にJCS日本語学校シティ校に来て友達と一緒に日本語を勉強することが、彼らにとって楽しくて居心地のいい場所になれるように、これからも努力して寄り添っていきたいと思っております。

(担任:山田朝子)

JCSだより November 2022

# Japanese School

# 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 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

# 運動会

ダンダス校では、春の運動会が行われました。3年ぶりの開催だったので、どのクラスも大張り切りでした。入学してから、今年が初めての運動会だった生徒も沢山いました。生徒のみんなは、それぞれ赤と白のチームに分かれて競いました。お玉リレー、二人三脚リレー、チアリーディング演技、玉入れ、そして最後の紅白リレー、綱引き。どれも日本の運動会ではお馴染みの種目です。途中雨が降ったため2度中断しましたが、またすぐ青空になり、無事最後の種目まで続けることができました。綱引きは、保護者も参加して大きく盛り上がりました。最後に、優勝した赤組代表のハイスクール・クラスの生徒2名に、優勝旗が贈呈されました。チーム一丸となり、最初から最後まで、笑顔あふれる素晴らしい運動会でした。



# クラス紹介 銀河組

今月は銀河組の紹介です。このクラスはYear5から Year9、合計13名の生徒が、コステロ洋子先生のご指導の もとで、学んでいます。学習は4年生の教科書から始まり、 現時点では、5年生の教科書をもとに、漢字、読解、音読に 取り組んでいます。授業中、国語辞典を引くことが多い のも、このクラスの特徴です。



また、生徒一人一人が小さいホワイトボードを使って、 先生の質問に答えるという、ユニークな取り組みもして います。インタビューの最中、皆さんかなりの速さで、知 っている漢字を、とても綺麗な字でホワイトボードに書 いてくれました。そして全員がホワイトボードに書いて は消し、消しては書きと、何度も何度も答えてくれました。みなさん答えることにとても意欲的で、自分の日本 語能力に自信をもっていることが伺えました。

Q1: 漢字テストが毎週ありますが、今日もテストはありましたか? 結果はどうでしたか?

**A1:**はい、ありました。良かったです!

A2:100点もらった!

**先生:**ほとんどの人が100点でした。皆さん良い結果を出してくれました。

**Q2: これは好き! すぐに書ける! という漢字はありますか? 先生:** みなさん、書いてみてください。

A:愛、光、空、雲、鬼滅、博物館、雪、月、花、食べる、鏡、肉、同、犬、川、世、感、夢、望、冬、種、刷る、熱帯魚、国語辞典、 呪術、葉っぱ、面、市、夢、魂!

Q3:授業で国語辞典をよく使いますが、皆さんはもう使い方を覚えましたか?

A1:はい!マスターしました。

A2:ばっちりです!

**先生:**何か引いてみましょう。「熱帯」

A3:はい!見つけた!「熱帯夜。最適気温が摂氏25度以上の暑い夜」

Q4; これまで教科書のお話を沢山読んでこられたと思いますが、心に残っているお話はありますか?

A1:白い帽子。蝶々の絵が好きでした。

**A2:**名前は忘れましたが、白い帽子の次の話です。猫が出てくるんです。

A3:初雪の降る日。

A4: ごんぎつね(多数回答)

A5: 名前をつけてよ。

**A6:**プラタナスの木

Q5: このクラスには、ダンダス校の在校歴が長い生徒が多いですが、今まで一番思い出に残っていることは何ですか?

**A1:**調理実習でうどんを作ったことです。

A2:運動会の玉入れ

A3:このクラスの毎週の授業

**A4:**お楽しみ会

A5:運動会で負けたこと。今度勝ちたいです。

# 担任のコステロ洋子先生より

皆さん一生懸命日本語を学んでくださって嬉しいです。学習面では漢字、読解、音読など、全てにおいて頑張ってくれています。皆さん全員が、この一年で発表が上手になり、テストの点も良い人が増え、読解力も上がったことを、とても嬉しく思います。

銀河組の皆さん、ご協力ありがとうございました。最後に、先生・保護者の皆様のご理解・ご協力のもと、ダンダス校が順調に運営できていることに感謝いたします。

# Japanese School Edgeciff

# 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

# 四学期が始まりました

コロナもやっと落ち着き、日本へ一時帰国する家族が増え始めました。日本語学校の子供たちにとって日本への帰国は、毎週土曜日の学習の成果を試せる良い機会になること間違いなし!今まで、オンライン上でしか会えなかった日本の家族や友達と思う存分に日本語を使って、大きな自信をつけてシドニーに帰ってきてくれることを願うばかりです。

四学期の最終日はエッジクリフ校恒例のお楽しみ会を 企画しています。子供たちの弾ける笑顔が見られるよう 運営委員と保護者で力を合わせて、今から楽しい最終日 を迎えられるよう計画していきたいと思います!

# クラス紹介 なし組



こんにちは。エッジクリフ校なし組のクラス紹介をします。現在はpre-schoolからY2までの男の子2人女の子9人、計11人で楽しく学習しています。3学期からはカタカナの学習を始めました。ひらがなが苦手な人もひらがなをきちんと復習できるように、プリントにひらがなとカタカナの両方を書けるよう工夫をしたり、学習したカタカナとひらがなが一致するよにカードを使ってゲーム

をしたり楽しく学習できるようにしています。また、書くだけではなく粘土や貼り絵など遊びを通じてカタカナが身につくようしもしています。パワーポイントを使ってビンゴをしたり、書き順を学習したり様々な方法で学習できるように試行錯誤しています。子供たちからは「カタカナ、カッコいい!」という声が毎週あがっており、カタカナがかっこいい、楽しい、もっと学習したいと思ってもらえるように今後も学習に飽きないよう工夫を凝らしていきたいです。

また、1学期から毎週本の回し読みをして感想文を書いて翌週に発表してもらっています。3学期からはレベルをぐんと上げて、読んだ本の感想とその理由を書いてもらっています。楽しかったや面白かった理由を書くことでクラスメイトと沢山の意見交換が出来るようになり、発表の際に皆んなが誰かの発表に耳を傾けとてもいいクラスの雰囲気をつくってくれています。2学期に気持ちを表す表現を学習したので、「楽しかった。」

意外にも「つまらなかった。」「悲しかった。」など様々な表現を使って発表してくれています。11人が1学期間で同じ本を読んでいますが11人それぞれ違った観点で本を読んで感想を書いているのでそれもまた、違った学びを感じ取ってもらえていればと思います。

カタカナも書いた感想文も始めは「難しくて出来ない。」という声が多々ありましたが、今では全員が頑張って学習に取り組んでいます。読むのに時間がかかっていた感想文発表も今ではスムーズに読んで、誰かの発表を助けたりなど、とても大きな成長を感じています。残りの4学期も沢山学習して成長できるように、子供たちと一緒に楽しく活動していきたいです。

(担任:守屋未紀)









JCSだより November 2022

# 総領事館からのお知らせ

※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。(内容は要約または簡潔に編集している場合があります。)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。

# 【感染症危険情報】

各国に対する新型コロナウイルスにかかる感染症危険 情報の発出(レベルの引下げ及び維持)

【危険度】全世界レベル1(十分注意してください)

(1)新型コロナウイルスの感染症危険情報について、世界の感染状況が総じて改善してきていること、G7各国も既に国・地域別のレベル指定を取り止めていること等を踏まえ、10月19日付けで、全世界を一律レベル1(十分注意してください)とします。

(2)在留邦人及び渡航者の皆様におかれては、引き続き、 現地の状況が悪化する可能性も念頭に、各国の出入国規 制や検疫措置の強化に関する最新情報を確認するとと もに、感染予防に万全を期してください。また、今回見直 しが行われた新型コロナウイルスにかかる感染症危険情 報とは別途、サル痘にかかる感染症危険情報や治安情勢 に関する安全対策の目安である危険情報も発出してお りますので、海外渡航の際には渡航先のこれらの情報も 必ず確認いただきますようお願いいたします。

(3)海外渡航を検討される方々に対しては、感染予防の 観点から、引き続き必要なワクチン接種を受けた上で渡 航することをお勧めいたします。また、現行の日本政府 の水際措置により、日本入国・帰国時には、世界保健機関 (WHO)の緊急使用リストに掲載されているワクチンの 接種証明書(3回)又は出国前72時間以内に受けた検査 の陰性証明書のいずれかの提出が求められます。

○詳細は以下のリンク先をご確認ください。

https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pchazardspecificinfo\_2022T080.html

○厚生労働省「新型コロナウイルス感染症について」

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\_00001.html

○出発前には海外安全ホームページをチェック!

https://www.anzen.mofa.go.jp/

# ●在外選挙人名簿への登録

日本国外に居住されている満18歳以上の日本人は、国外からの投票を通じて国政選挙に参加することができます。国外で投票するには、在外選挙人名簿への登録が必要ですので、登録を済まされていない方は、最寄りの大使館又は総領事館等にて登録をお願いいたします。 〇詳細は以下のリンク先をご確認ください。

https://www.sydney.au.emb-japan.go.jp/document/japanese/consul/20220609senkyo.pdf

申請後、在外選挙人証を交付するまでに2か月程度を要します。選挙日程が決まり、選挙に対する関心が大きくなった時点からでは登録が間に合わない恐れがありますので、お早めに登録手続きを行ってください。

○詳細は以下のリンク先をご確認ください。

https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/senkyo/index.html

## ●治安・安全情報(犯罪統計の公表)

9月中旬、NSW州犯罪統計局は2022年6月末までの犯罪統計を公表しました。本年4月以降はコロナ禍に関する各種規制が大幅に解除されたこともあって、それまで継続していた減少傾向の動向に注目が集まりましたが、引き続き減少傾向であることが示されています。

他方、ドメスティックバイオレンスに関連する暴行・傷害、性犯罪は増加傾向にあり、NSW州警察にとっても大きな課題となっています。また、サイバー空間における犯罪の発生率も高止まりの状態となっています。

大手SNSアプリにランダム表示される広告にも詐欺サイトが含まれるなど、日本の状況とは異なることをご認識頂き、犯罪被害に遭わないよう十分ご注意ください。

# ●徳田修一在シドニー総領事からのご挨拶

着任に際し、皆さまにご挨拶申し上げます。

○挨拶全文は以下のリンク先をご確認ください。

https://www.sydney.au.emb-japan.go.jp/itpr\_ja/about\_consul\_generals\_message.html

# 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、直接で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





### 積極財政支持者に明るい兆し

私はこのコラムで緊縮財政政策(いかに政府がお金を使わないようにするかという政策)がいかに日本を弱体化させ、国民から雇用の機会を奪い、生活水準の向上を妨げ、国民に不幸をもたらしているため、積極財政(政府が積極的にお金を使っていくという政策)の必要性を一貫して伝えてきました。最近では積極財政の必要性が、徐々に受け入れられて来ています。例えばこのコラムを書いている最中にも、故安倍元首相の元側近で、「故人の遺志を継ぐ」と明言した萩生田政調会長の働きにより、財務省の要望を退け、補正予算が29.1兆円と高めに決められたというニュースが伝えられました。念のため説明しますが、補正予算とは既に決められた予算に加え、補足分として新たに設けられる予算を言います。つまり政府はこの分だけ余計に使えるということです。これは予想以上の増額であり、積極財政派にとっては喜ばしいニュースです。

また、先月11日、アメリカの中央銀行FRB(連邦準備制度 理事会)の議長を務めたベン・バーナンキ氏が今年のノーベ ル経済学賞を受賞しました。これも非常に明るく興味深い ニュースです。というのもバーナンキ氏は80年代の頃から 恐慌の回避や、雇用機会を増やし経済成長を促すためには 政府・中央銀行からの積極的な資金導入が重要であること をいち早く唱えた経済学者だからです。10月19日付夕刊 フジ、田中秀臣上武大学教授によると、「バーナンキ氏はまた、 日本の金融政策が稚拙なために「失われた20年」に陥った と主張してきた。インフレ目標を設定して、大胆な金融緩和 でデフレを脱却すべきだ、といういわゆる「リフレ派」の考え を、バーナンキ氏は過去の日銀に突き付けた。現在の黒田東 彦(はるひこ)総裁体制の日銀は、バーナンキ氏の考えと近 いし。言うまでもなく、バーナンキ氏はアベノミクス形成に深 い影響を与えました。この度のノーベル経済学賞受賞は同 氏の経済理論の正しさが認められたとも言えるでしょう。

# アイアムソーリの「安倍元首相の功罪を問う」への反論

以前も説明したように、アベノミクスは、いわば最高の権力を握っている省庁である財務省が掲げる緊縮財政に真っ向から立ち向かった過去に前例のない政策です。アベノミクスが当初目指していた結果を得られなかったのは、根強い緊縮財政に阻まれたからです。つまり日銀が異次元の金融緩和でいくらアクセルをふかしても、それに見合った財政出動がされなければ、思うような経済効果は得られません。以下、簡単に先月号のアイアムソーリの安倍元首相への批判に対しコメントします。

### ①日本社会の分断

安倍元首相がどのように日本社会を分断したのか説明がないですが、「日本社会の分断」を考える上で、新聞やテレビニュース及びワイドショーによる偏見に満ちた報道の影響を冷静に考える必要があります。例えば、安倍政権は統一教会とずぶずぶの関係だったと日夜繰り返し報道し、国民を煽っていますが、安倍政権下、霊感商法の被害者救済のための『消費者裁判手続き特例法』の成立や、不当な霊感商法に関する契約などを容易に取り消せる法律改正を行ったのに何故そのことを報道しないのでしょうか?(詳しくは9月号「勝手に総理」参照)安倍元首相の国葬に関して言えば、マスコミはなぜ反対派の動画ばかりを積極的に流し、一般献花に参列する4キロに渡る長蛇の人々の列を報じないのでしょうか?このことも含め、マスコミによる偏向報道に関しては、YouTubeを検索すれば山ほど出てきます。

### ②アホノミクスで経済をダメにした

何を根拠にアベノミクスにより日本経済がだめになったと言っているのでしょうか?アベノミクスにおいて、客観的な事実として、今まで働こうとしても働き口がなかった444万もの人々に正規・非正規の雇用機会を生み出しました。マクロ経済において、政策が成功したか否かを判断する基準として、唯一と言っていいほど雇用の増加が挙げられます。アイアムソーリは「444万人のうちほとんどが低賃金の非正規雇用者であり、給料面で正社員との格差が広がり、しまいに適切な政策が打てずに、首相自ら企業に賃上げを求めるという情けないことになってしまいました」。まず、アイアムソーリは「同一労働同一賃金(同一企業内における正規社員と非正規社員との間の不合理な待遇差の解消)」という法改正をよく調べた方がよいと思います。

経済の成長過程の初期においては、まず低収入の労働者が増え、その後経済成長に伴って人材不足が起こり、全体の賃金が上がっていくというのが経済の法則です。なお、首相自ら「従業員の給料を上げて欲しい」と企業側に頼むのは決してアイアムソーリが言うように惨めなこととは思いません。それは労働者にとって非常に有難いことではないでしょうか。

### ③公文書の改ざん(森友学園問題)

これは、財務省内部の問題であり、安倍元首相は一切関与していないことはすでに明確になっています。これについてもマスコミはあまり報道していません。

### ④国会を無視して閣議決定で政策を進めた

閣議決定だけで政策を進められる法律は山ほどあります。なぜそれが国会軽視となるのでしょうか?そもそも国会がその法律を定めたわけであり、閣議決定後、国会の場において与野党としてその閣議決定の是非につき問うことは何ら制限されていません。もし、政府の行為が恣意的なものと判断されるのであれば、司法に訴え出ることも可能です。マスコミも黙っていないでしょう。国民が次の選挙において判断を下すこともできます。これが民主主義です。

最後に、アイアムソーリは安倍政権下で社会保障費の削減を断行したと言っていますが、これは既にある法律により、その社会保障額の支給は経済成長や給与水準の変動により増減するようになっている、いわゆるマクロ経済スライドにより行われたものです。コロナ禍の影響により平均賃金が下がってしまい、一年後の社会保障費に反映されてしまったということです。

# 



住所:356 South Dowling Street, Paddington NSW 2021

電話:(02) 9357 4448 営業:毎日6am~6pm

https://www.organicbreadbar.com.au/ 焼きたてですが、テイクアウェイのみです。 姉妹店はこちらです。中で食べられます。

https://www.organicbreadbardarlinghurst.com/

おすすめ度:★★★★

いつも歩いて通る道の筋違いにこんな美味しそうな パン屋さんがあるのをインターネットで偶然知りました。 パン好きの私は、絶対に訪れなくては行けません。フラン スのお菓子カヌレも売っている!と知り、楽しみに行き ましたが、残念ながらその日は売れ切れていました。(電 話で予約ができるそうです。)その日はクロワッサンプリ ッツル、ポテトパン、プリッツルポテトバーンを買いました。 新感覚で美味しい!ビーガンのパンや、グルテンフリーの パンもあるようです。



# King of Buns

住所: 225 Beamish Street, Campsie NSW 2194

電話:(02) 9789-4855

予算:\$15

営業時間:毎日 5:00-17:00 雰囲気 8、料理 8、サービス 8



今月はCampsieにある中華料理です。ブランチに食べる ところを探していて手頃なお店を見つけました。注文し たのは、ピータン粥、威豆浆(写真右)、响油鳝丝面(写真 手前)、手工小馄饨(鲜肉)、生煎包です。ピータン粥は\$5 とお手頃です。お昼過ぎに再訪した時はお粥が終わって 11 いたので、食べるのなら早目の時間帯がよいかもしれま せん。威豆浆は初めて食べた料理です。温かい豆乳に漬 物と油条が入っています。漬物のせいか少し酸味があり、 辣油が少し入っていてピリッとします。お腹に優しく朝 食向けです。响油鳝丝面は上海式の鰻麺でこちらも初め て食べる料理でした。細かく切った鰻とタケノコがやや 甘い餡かけになっていて麺の上に乗っています。日本の 鰻よりもしっかりと弾力があり、タケノコと共に歯応え があります。麺も具もボリュームがありました。



# ワインの話

「ワインの話」では、リーズナブルなプラ イスでありながら、クオリティの高いオ ーストラリアのワインを紹介します。

# Scarborough Chardonnay 2019 \*\*\*\*

ScarboroughはHunter Valleyの北部、小 高い丘の上に位置し、広々とした素晴 らしい眺望と落ち着いたセラーが魅力 的なお勧めのワイナリー。ワインテイステ ィングではクラッカーやチーズもサー

ブしてくれ、各種のワインを楽しめる。 もともとShirazが植えられていた土地 を全てChardonnayに植え替え、1987 年にVinageを生産し始めた。これが大 きな人気を得て、現在では多くのレス トランのワインリストに載っており、シ ティのボトルショップでも見かけるよ うになった。このYellow Labelは味わい が深くまろやかでシーフードなどによ く合う。現在ではPinot NoirやVerdelho、 Rose、Shiraz、Semillionも作っており、 どれもクオリティか高い。常備しておき たいブランドだ。





# 第112回 甘いものの話

先日、浅草に出かけた。仲見世は観光客で賑わっており、活気を取り戻しつつあるようだった。人形焼の店、きんつばの店なども以前の通り営業していた。しかし、前にはあった切山椒(きりざんしょ)の店がどうにも見つからない。後で調べて、昨年の夏に閉店してしまったことを知った。

切山椒は、縦10cmくらいの細長くやわらかい餅菓子である。色は白、薄紅色、薄緑色、茶色など。酉の市の屋台で売っているのを見たこともあるが、都内で店舗を構えて切山椒を商っている店といえば、私は浅草のその店しか知らなかった。

ほのかに甘い切山椒は、気取りのない可愛らしい菓子で、時々ふと食べたくなる類のものであった。調べてみると、少なくとも幕末には江戸で売られていたという。『守貞謾稿』巻之十八によれば、嘉永2年(1849年)に江戸で出版された「古風と流布とを相撲番付に擬する」もの(古風なものと世間に広く知られているものとを相撲の番付になぞらえて並べたもの)の「流布の方」に、「青物町



の切山菽〔菓子工茗荷屋長門の店に細き餅の類をうる〕〕 とある<sup>(\*)</sup>。青物町は現在の中央区日本橋一丁目にあっ た町。切山椒は青物町にある「茗荷屋長門」の店で売る 「細き餅の類」であるという。

もともと江戸で誕生したものかどうかはわからなかったが、幕末の江戸の人々もあの素朴な切山椒を食べていたと思うと、何となく嬉しい心持ちがする。しかし浅草の店がなくなってしまったのは寂しいことである。

時々食べたくなる甘味と言えば、餡蜜(あんみつ)・蜜豆の類もそうである(今回は甘いものの話ばかりだが、ご容赦ください)。これらは明治になってから生まれた菓子とのこと。上野にある昔ながらの餡蜜の専門店には、通年で商っている餡蜜や蜜豆などのほかに、季節ごとの品がある。先日立ち寄ったら、栗を盛り付けた餡蜜があった。その日は九月の末とは思えない暑い日だったが、餡に添えられた栗の渋皮煮に秋を告げられたような気がした。

\*参考文献 喜田川守貞著·宇佐美英機校訂『近世風俗志(守貞謾稿) (三)』岩波文庫、岩波書店、1999年

# 私のドリームホーム ⑤



見積もりの詳細提示には2週間ほどかかるということで測量士がやってきた時も気分は高まり、いよいよという感じでした。が、見積もり詳細の打ち合わせ2日前にホームメーカーのコンサルタントから、「残念ながら諸事情によりこの話は進めることができない」というメールが届きました。翌日、夫が電話で確認したところ、このホームメーカーは私達が住んでいる地域は施工していないということに話は落ち着きました。

諸事情色々あるようでしたが、家の建て替え気分は上がったままでしたので、2番目に理想としているホームメーカーのコンサルタントにメールでミーティングの予約と見積もりの詳細希望を送り、翌日、ミーティングの

確認メールを受信したのですが、同じ日に「難しい地域と指定されているので数日待ってほしい」とメールが追って届きました。2番目のホームメーカーからも測量士が来て(二つのホームメーカーから測量士が計4回来ました。)、結局、私達の土地にはモデルハウスは建てられないという話に落ち着きました。施工ができない理由が5カ条の箇条書きできました。最も気になるのは、住んでいるエリアのカウンシルの許可取りがとても難しいということが明記されていました。

モデルハウスの施工が断られた話を友人にしたところ、ホームメーカーとデモリッシュの会社がもめている知人の話をしてくれました。家の建て替えはホームメーカーがしてくれますが、家の取り壊しは自分達が手配をしなければなりません。家を取り壊したまっ平らな土地の場合は問題がありませんが、我が家のように土地を均さなければならない場合、どちらが土地を均すのかとお互いに責任をなすり付け合い、工事がまったく進まないという状況だったそうです。その話を聞いてホームメーカーが断ってきたことに納得してしまいました。カウンシルが難しいばかりでなく、我が家の場合は土地そのものも難しいのかもしれません。こんな私の家は一体どうなっていくのでしょうか。

JCSだより November 2022





Murder to Mercy: The Cyntoia Brown Story

(シントイア・ブラウン:裁きと赦し)

監督: Daniel H. Birman 制作: アメリカ合衆国

上映時間:96分

ジャンル: ドキュメンタリー(Netflix)

# 【あらすじ】

Cyntoia Brownを知っていますか?2004年11月、16 歳のCyntoiaは、彼女を買春した中年男性(43歳、日曜学 校の先生)を射殺した罪でテキサス州の青少年短期収容 所にいた。当初から全米の注目を集めた理由、それは彼 女を未成年として少年法で裁くのか、それとも大人とし て裁くのか?というポイントだった。全米で最も厳しい と知られるテキサス州の成人法。それによると彼女が終 身刑となることも十分にあった。世論が大きく分かれた が、裁判官は成人法で裁くと判断。未成年のCyntoiaは成 人として終身刑を言い渡された。このドキュメンタリー は、その後の15年間、獄中でCyntoiaがどう過ごし、果た して更生しえたのかを母親や家族の精神疾患、胎児性ア ルコール症候群、機能不全の家庭環境に加え、#MeToo 運動や子供の性的虐待などへの理解が深まっていく世 論と共に、果たしてその裁きが妥当だったのかを探る。 人が人を裁く難しさ…それは時代の流れ、生理学、心理 学などが進化し続けるにつれ、基準が変わらざるを得な いのでは?と一人一人に問いかける秀作。

# 

●16歳の家出少女シントイアは、ドラッグディーラーのカッ トと関係を持ち、お金のために体を売るような暮らしをし ていた。もしこのような悲惨な事件を起こしていなかった としても、教育や更生の機会にはそうそう恵まれなかった のではないだろうか。刑期を務めていた15年もの月日は長 く、絶望的な気持ちになる日も多かったに違いない。しか し精神的に不安定だったシントイアにとって刑務所での規 則正しい生活、大学への進学も可能だったシステムは、ある 意味彼女が健全に暮らしていける場所でもあったような 気がしている。罪を償い、恩赦により人生をやり直せたの は本当に良かった。もちろん養母の変わらぬ愛情や、何年 かかっても彼女の救済をあきらめなかった支持者たちの 存在は彼女の更生に大いに役立ったと思う。シントイアの事 件をきっかけに売春する少女たちを犯罪者として扱うの ではなく、性犯罪の被害者であると法改正されたのは一歩 前進したと言えるが、身近に銃がなければこのような事件 は起きていなかったかもしれないのだから、銃規制にも是 非乗り出してほしいものだ。

# (おすすめ度:★★★★ シクラメン)

●凡そ15年に渡るドキュメンタリー。16歳のシントイア・ブラウンから始まり31歳までのシントイアを追っています。一人の少女が時を経るにしたがい大人の思慮深い女性になっていく姿は感動すらします。そして残念ながらシントイアの生い立ちや、生みの親の生い立ち、育ての親の愛情などもシントイアに限らず、私達は知らず知らずのうちに影響されているんだなということがわかる映画でもあります。それにしても一体どういう経緯でシントイアを撮り始めたのか、誰かお金を出してくれる人がいたのでしょうか?といったことが気になって気になって仕方ありませんでした。もちろんその答えはドキュメンタリーの後半に出てきます。アメリカのアルコール中毒、ドラッグ問題、暴行や売春、そしてガン。何とかこの世の中からなくならないのでしょうか。

### (おすすめ度:★★★★ BY曼殊沙華)

●私がシントイアを知ったのは、5、6年前に彼女のドキュメ ンタリーを観たことからだった。言葉では説明できない困 惑で心が重くなったのを覚えている。一瞬、観なかったこ とにしてしまいたい衝動にも駆られた。しかし、なんだか この白黒つけにくい状況に色々な問題点が絡み合ってい るように感じられた。当初は、16歳の彼女が成人法で罰せ られ、67歳まで仮釈放の可能性がないという状況下だった。 その後、#MeToo運動など時代の流れと共に、彼女は現在で いういわゆる未成年の性売買の犠牲者だったことから止 むを得ず起こしてしまった事件であったという視点に変 わり、2019年にテネシー州知事の特別配慮から減刑を言い 渡され釈放された。15年間の留置中、彼女は大学の学士号 の資格を取得。今は結婚して、人身売買などの人権アクティ ヴィストとして活躍しているようだ。罪を犯した人間は罰 せられるべきだが、適した教育でひとりでも多くの人間が 更生できるような制度の大切さを痛感させてくれた作品。

(おすすめ度:★★★★★ ペぴ)





# 【第31回】 戻ってきた移民者達

以前もお伝えしたように、今年に入り国境が開放され たおかげでようやく我が校にも毎日新入生が入学して くるようになりました。2020年3月より世界中に影響を もたらしたコロナパンデミックに時を同じくして、数年前 から闘争していた学校移転の案件が重なるというダブ ルの打撃。長期による国境封鎖により生徒は出ていくば かりで、コロナ禍の前までは350人以上いた生徒が2020 年3月に国境封鎖して以来20人にまで生徒数が減って いきました。今、また毎日増え続けて現在は200名近く となり、やっと昔の活気を取り戻してきました。学校が 移転した時はたった3つの教室から始めたのですが、ク ラスが増えると同時に当然教室が必要となるので教室 が足りません。母体のハイスクールから教室を提供して もらったり、新たな校舎がどこかの学校からクレーンで 運ばれたりという状態。NSW州の公立学校は、生徒数に 応じてDemountableという教室そのままそっくり取り 外しする簡易校舎がたらい回しで使われるのです。一ク ラスの定員は最大18人なので、新入生が増えるたびにど んどん新クラスができ活気づいて嬉しい悲鳴なのですが、 教室の確保が追い付かない状態です。

NSW州に14校あるIECのうち、場所柄様々な国からの生徒がいるのがこのNorthern Sydneyで、現在は23カ国と国際色豊か。以前は8割近くが中国系の家族だったのが今は約半分に減少した分、他の国の生徒の割合が増えてきました。2番目に多いのがウクライナ、次いで中南米、

ベトナムと続きます。かつては日本人は常に1割強ほどいてその大半は駐在員の家族だったのですが、今はめっきりと減り3%ほど。そして面白いことにコロナ禍を挟んで最近は留学生の出身国に変化がみえてきました。コロナ前までは留学生の9割は中国からの生徒だったのですが、ベトナムからの留学生が急増しているのです。また、インド、中南米、中近東、そしてタイからも留学生のビザ



で来豪するようになりました。また、モンゴルからは親が 留学生として来豪し、その扶養家族として我が校に入学 するパターンがほとんどです。国際情勢の変化を感じま すね。

ところで入ってくる移民者とは逆に出ていく家族もいます。ウクライナでは未成年の子供が3人以上いる父親は兵役を逃れて海外脱出ができるので、家族全員でこちらに移民してくるのですが、そうでない場合は国に残って軍隊に入らなければならないそうです。あるウクライナからの生徒は、現地で戦っている父親が負傷したということで戦火交じりの故郷に帰っていきました。少しの間でもオーストラリアに来て生活したことが、彼らの人生の中でどのくらいの影響力があったのか。今後どのような価値観を持って生きていくのか、とても気がかりです。

色々なバックグラウンドを持った生徒達。この学校に 来て今後の人生にプラスとなる何かを築いてほしいと願 います。



# 第9回 フィラリア・ノミ・ダニ予防について

このコラムでは、グルーマーとして20年以上ワンちゃ んとその飼い主さんに携わってきた知識と経験・そして 自分の主観に基づいてお話をしていきたいと思います。 違った考えの方や様々な知識を持った方々もいると思 いますので、このコラムはひとつの意見として読んで頂 けたら幸いです。

以前、仔犬のワクチン接種についてお話をしましたが、 今回はワンちゃんと猫ちゃんに必要なフィラリア・ノミ・ マダニ予防についてお話したいと思います。



# フィラリア症(Heartworm)

フィラリア症とは蚊が媒介して感染する寄生虫の病気 です。フィラリアは心臓や血管に寄生し、循環器や呼吸 器障害を引き起こします。命にかかわることもあるため、 定期的に駆除し、予防する必要があります。

犬猫が蚊に刺されることによって感染するので、蚊が 出てくる時期から蚊がいなくなる1カ月後まで予防する のが一般的ですが、一年中蚊が発生する暖かい地域では 一年を通して予防する必要があります。

予防薬には毎月1回投与するタブレットタイプのもの もありますが、一度でも忘れてしまうと感染してしまう 危険性があるので、カレンダーに日付を記入するなどし て毎月同じ日に投与する必要があります。犬の場合はフ ィラリア注射があります。注射の場合は1年に1回の接種 になります。注射の場合はまれに副作用があるといわれ ています。注射と飲み薬、どちらもメリットとデメリット があるので、どちらが良いのかを獣医師とよく相談して 決めて下さい。

### ノミ(Flea)

ノミは暖かい時期に多く発生しますが、外から家の中 に持ち込んでしまい、カーペット等で繁殖して家の中で



一年中生息してしまうことがあります。ノミは動物の皮 **膚表面について刺し、吸血します。刺された部位に皮膚** 炎をおこすこともあります。人も刺されることがありま す。動物がしきりに痒がったら、ノミが体に寄生してい るかもしれません。また、吸血するので、貧血をひきおこ すこともあります。

ノミはとても小さいため、体中が毛に覆われている 犬・猫に寄生しても飼い主さんは気が付かないことがあ ります。日頃からブラッシングをしてあげて、体をよくみ てあげてください。

ノミ予防には背中につけるスポットタイプと飲み薬が 低 あります。ノミ単体の予防薬もありますが、ノミとダニが 同時に予防できるタイプもあります。

## マダニ (Tick)

マダニは草原や森林に多く生息しています。自然の多 い環境では特に注意が必要です。マダニは皮膚を咬んで 吸血します。一度咬まれると皮膚から取り除くことは困 難です。

マダニは多くの病気を引き起こします。皮膚炎や貧血 だけではなく、マダニの種類によってはすぐに処置をし ないと命に関わる危険性があります。マダニは最初は小 さいので気がつかないことが多いのですが、吸血すると 大きくなってきます。

マダニを発見したら、決して無理に取ろうとしないで、 動物病院にすぐに行って適切な処置をして下さい。緑の 多い場所に行った時は特に注意して動物の体をよくみ てあげて下さい。人にも寄生することがあります。

これからシドニーは暖かい季節になってきます。これ らの予防が重要になります。色々なタイプの予防薬があ るので、獣医師と相談してご自身の予算と環境に合わせ て、どのタイプの予防薬を使うかを決めて下さい。これか らの季節を愛犬と楽しく夏を過ごせたら良いと思いま す。

宇田川有紀(うただ・ゆき)

# 【第231回】ノーベル賞2022

今年も滞り無く、10月3日からノーベル賞の発表が行 われました。恒例の生理学・医学賞から始まり、翌日の物 理学賞を挟み、しんがりの化学賞と続き、科学三賞が出 揃いました。ところが発表された内容は、事前の予測で 確実視されていたCOVID-19ワクチン関連の対象が外れ、 今年こそと期待された日本人受賞者も含まれず、どちら も何来年以降の選考に委ねられることになりました。

先駆けとなった生理学·医学賞の受賞対象は、 Discoveries concerning the genomes of extinct hominins and human evolution」(絶滅した旧人類の遺 伝子と人類の進化に関する発見)。受賞者は、マックス・ プランク進化人類学研究所(ドイツ)の人類学者スパンテ・ ペーボ博士。博士の業績は、現生人類に近い旧人類で約 4万年前に絶滅した、ネアンデルタール人の上腕骨から採 集した遺伝子を、COVID-19の感染流行ですっかり身近 になったPCR法を用いて再生し、2010年旧人の遺伝情 報の解読に成功したことです。しかも再生された遺伝子 の数%が、アフリカ人を除く現代人に広く引き継がいる のも判明。ネアンデルタール人が旧人類の種として消滅 したものの、紛いも無く存在した痕跡を現代人の遺伝子 中に残しています。今後広範な古代生物の遺伝情報の解

読が進み、生態系を網羅する関係性の解明が期待されま す。

二番手の物理学賞の受賞対象は、「Experiments with entangle photons, establishing the violation of Bell inequalities and pioneering quantum information science」(ベルの不等式の破れを実証する量子もつれ状 態の光子を用い、量子情報科学を開拓した先駆的実証実 験)。受賞者は、パリ・サクレー大学(フランス)のアラン・ア スペ博士、F.J.クラウザーアソシエイツ(アメリカ)のジョン・ クラウザー博士、ウィーン大学(オーストリア)のアントン・ ツァイリンガー博士の三名。長大な受賞理由の肝は、光子 が引き起こす「量子もつれ」という現象で、近い将来基幹 産業を支える基本技術となることが見込まれています。 中でも昨年日本で実験機が製作された量子コンピュータ ーは、現在使用されているスーパーコンピューターを遙 かに凌ぐ高速演算が可能。2035年頃迄には、主要開発国 で実用機が稼働を始めると予測する研究者もいます。

取りを務めた化学賞の受賞対象は、「the development of click chemistry and bioorthogonal chemistry」(クリ ックケミストリー及び生体直行ケミストリーの開発)。受賞 者は、今年度唯一の女性受賞者であるスタンフォード大 学(アメリカ)のキャロライン・ベルトトッツイ博士、コペン ハーゲン大学(デンマーク)のモーテン・メルダル博士、ス クリプス研究所(アメリカ)のバリー・シャープレス博士の 三名。click, bioorthogonalと命名された新しい化合物の 製造法は、医薬品や食品などの化学産業界で、生産性及 び有効性が高く然も副作用の少ないと重宝されていま す。またメルダル博士は、2001年の化学賞に続く二度目 の受賞で、80歳を過ぎても尚第一線で研究を続行中。目 標に向かうのに、年齢は関係ないようです。



# ラグビーリーグ日本代表勝利

10月9日(日)、MalaberのPioneer Parkで 行われ たラグビーリーグ(13人制ラグビー)日本代表とエル サルバドルとのテストマッチは、26対24で日本代表 (SAMURAIS)がみごとに勝利をあげることができま





当日は、チアリーディングチーム「さくらキッズ」も 応援に来て、大いに盛り上がりました。(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)

JCSだより November 2022

# 声と言葉のエネルギーで 未来をつくろう

# 声と登記と音楽と





「あの人の声を聞くと安心する」「あの人の不安そうな声を聞くと私まで心配になる」など、声を聞いただけでその人の印象が変わったり、心境が分かったりすることはありませんか?また、言葉についてもそうです。何気ない言葉に元気付けられたり、特にネガティブな意味を持たない単語だったとしても、声のトーンや言い方でモヤモヤを感じてしまったり。

これは単語や言葉の意味ではなく、声や音のエネルギーが気持ちを表しているということ。つまり、声を出すときにどんな思いやイメージを込めているかによって、発せられる音のエネルギーが変わるということです。自分が発した声や言葉が、相手に与える印象やその後の人間関係、人生そのものの展開に大きく作用するかもしれません。

しかし、多くの方が「自分の声は通らない。小さい。弱い。低すぎ(高すぎ)る。なかなか伝わらない」などと、声に何らかのコンプレックスを持っています。その声の影響をダイレクトに受けるのは誰でしょう?…そう、自分です。なぜなら、声は自分にとっての一部分。まさに自身から発せられる振動そのものだからです。私たちの身体の約60%は水分でできているので、体内の水に声の振動が伝わり、自分自身の心や身体に影響を及ぼしていることもあるのです。

そう思うと、「私は普段いったいどんな声でどんな言葉を発しているだろう」と気になってくるかもしれませんね。

そんなあなたのために、今回は「声を使って自分のエネルギーを高めるワーク」をご紹介します。 ①目を閉じ、姿勢を正します。 ②ゆったりと息を吐き、ゆっくりと鼻から息を吸います。 ③自分の名前の頭文字の「母音」をロングトーンで伸ばし、 おへその下(丹田)に響かせます。(例えば、私の名前は

Hisaeなので「Hi」の母音、つまり「イ」の音を息の続く 限り伸ばします)

②と③を繰り返します。心や身体が緩み、自分自身の内側のリズムを感じられるようになったところで、静かな声でアファメーション(肯定的な自己暗示)を唱えてみましょう。例えば「私はあらゆる面でますます良くなっています」という言葉が一番抵抗なく、どんな状況でもしっくりくると言われています。

「体は食べたもので作られる。心は聞いた言葉で作られる。未来は話した言葉で作られる。」

声は自分が一番聞いて、影響を受ける音です。世界でたった一つの自分の声を愛し、磨いて、ポジティブな言葉で自分にも周りにも良い影響を与えていきながら素敵な未来をつくっていきたいですね。

さて、2016年から声や表現について書かせていただいた「声と、笑顔と、音楽と」。40回となる今回を以て連載は終了です。6年間にわたり、ご愛読いただき誠にありがとうございました。皆さんの素敵な声や笑顔に、また会える日を楽しみにしています。

### ●加藤久恵プロフィール

富山県出身、2003年来豪。ボイスプロデューサーとして声や表現に特化したイベントを提供している。アマチュアパフォーマーの声の祭典「ボイスフェスティバル」、テレワーク演奏動画「ボイスコラージュ」主催。

Ð



# 仏教語からできた 日本語

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

# 捨(しゃ)

慣れ親しんだモノや関係を「捨てる」ことは大変難し い。「断捨離」という言葉が一時期流行ったことがありま した。これは、物や情報や関係など不要なものや多すぎ るものを断ち、捨て、離れることで、身の回りや心を整理 して、自分の生き方を見直そうということで始まったと 記憶していますが、自分自身でもトライし挫折(!)を繰 り返しながら終活の一環としてやっていかないといけ ないことと感じている昨今です。これはインドのヨガに おける考え方に基づいて言われ始めたようですが、仏教 でも、「煩悩を断ずる」「物やお金を喜捨(布施)する」「執 着を離れる」等、教えにありますが、その中でも「捨」とい う言葉は大切な人としてのあり方を教えてくれていま す。

仏教での「捨」には二通りの梵語(サンスクリット)の原 語が考えられます。一つは通常の意味の「捨てる」ことで す。自分の身体を生き物たちに与える「捨身」、財物を布 ○ 施する「喜捨」等用いられます。もう一つは「無関心」「中 立、平等」ということです。漢字の「捨」の語義に照らせば、 「顧みない」「捨て置く」ということになります。この場合、 「捨」は心のあり方、心の作用を示したもので、「心が特定 の対象に向かわず無関心」「心が対象に関して中立、平 等」ということです。でも、心が対象を全く無視したり無 関心だったりするということではなく、特定の人やモノ に執われずに平等であることです。仏教では、この「捨」 という心のあり方は全ての善の心に見出されるもので、 事柄に関わる際の大切な要素と考えられています。例え ば、布施という善行を行う時、私たちは「誰が」「誰に」「何 を」という三つにこだわりながら実行ことで満足しま す。しかし、仏教では、その三つに執われないで布施する ことは「三輪清浄(さんりんしょうじょう)の布施」と呼 ばれ、最善の布施のあり方とされています。この場合も 「捨」という心のあり方が基本となっています。また、四 無量心(慈・悲・喜・捨)という菩薩が他者に関わる際の大 切な四つの無量の心においても、最終的に「捨」が求めら れます。「捨」に基づいて慈(他者に楽を与える)・悲(他者 の苦を除去する)・喜(他者の善行を喜ぶ)がなされるこ とが願われているのです。こだわりや執われなく他者と 関わるのは難しいことですが、少しでもそうなれるよう 願う次第です。合掌



主任弁護士 林由紀夫(H&H Lawyers)

**Q:**日頃とてもまじめに忙しく仕事をしている従業員が、 今日の昼頃無断で帰宅してしまいました。「ストレスでこ れ以上働けないので帰宅する。後で医師の診断書を提出 する」と同僚に言い残して帰ったそうです。自己判断で ストレス休暇を取って帰宅するのは合法なのでしょうか。 **A:**ストレス休暇(Stress Leave)という言葉はたまに聞き ますが、これは法律上、Sick Leave・Personal Leave(以下 「Sick Leave」)の一種と考えられますので、原則的な対 応は他のSick Leaveと同様です。精神的不調は、その問題 が第三者には分かりにくいため、判断が難しい側面があ るものの、本人が「精神的ストレスで仕事ができないので 今日は早退します」と主張する場合には、雇用主として それを拒否することはできません。なぜなら、本人が本 当に精神的不調を患っているか否かは医師にしか判断 できないからです。Workplace Health and Safety Lawに より、雇用主は、職場において怪我などの物理的なInjury だけでなく、精神的Injuryも未然に防ぐよう努める義務 を負っています。従い、精神的不調を訴えている従業員 の早退を妨げるようなことは、Workplace Health and Safety Law違反となるリスクを負うことになります。

雇用主は、医師の診断書等の「Unfit for Work」の証 明書の提出を後日求めることはできます。無論、医師が 「Unfit for Work」と判断しなかった場合には、これは Sick Leaveとは認められなくなりますが、「仕事のストレ スで最近ずっと不眠が続き、心身ともに疲れている」等 の理由を挙げれば、おそらくGPは証明書を出すだろう と思います。もし、精神的不調が、仕事からくるストレス を原因としている場合には、その従業員は労災を申請す る可能性もあります。

精神的不調は一見してわかりにくいため、後日、その 従業員が職場復帰したとしても、雇用主として「本当に 仕事を再開できるのか、また、その精神的不調の原因は 何であったか」等を確認する必要があります。場合によ っては、専門家(例えばサイコロジスト等)の診察を受けて もらい、仕事を継続するのは問題ないという証明書の提 出を求めることもできます。従業員が精神的不調でSick Leaveを取ることは、会社にとっても従業員にとっても、 非常に深刻な問題であり、慎重な対応が必要であるとい うことです。その原因が労働環境にあるような場合には、 雇用主としてそれらを妥当な限り改善する義務を負い ます。そうすることにより、従業員にもその深刻さを理 解させ、「精神的不調」を理由とする安易なSick Leave取 得を抑制することにもつながります。

# 腰痛

ほとんどの腰痛は背筋の疲労、あるいは挫傷からくる ものです。腰痛は全人口の70~80%は経験します。ほと んどの場合は数日から数週間で治まります。

# 原因

背中のまわりの組織以外に内臓の疾患から腰痛がお こることもあります。

背中: 筋肉痛 内臓: 膵臓炎

椎間板ヘルニア 胃潰瘍、十二指腸瘍

育椎すべり症腎盂腎炎骨関節炎腎臓、尿管結石脊柱の癌や結核、等大動脈瘤

子宮や卵巣の疾患、等

# 症状

筋肉痛の場合の典型的な症状は、長時間かがんだ姿勢で作業をしていたり、重い物の持ち運びをしたりした時におこる痛みです。背筋を使うことによって痛みが増します。

重い物を持ち上げようとした瞬間、あるいはくしゃみや強い咳をした瞬間におこる激しい痛みで、足まで痛みが広がったり、しびれを伴うような症状の場合は椎間板へルニア(herniated intervertebral disc)の可能性があります。

このコンディションでは椎骨のあいだの円板状の軟骨 (Intervertebral disc)が上下から圧迫されて形をくずし、椎骨のあいだからはみ出てきて神経根を圧迫します。

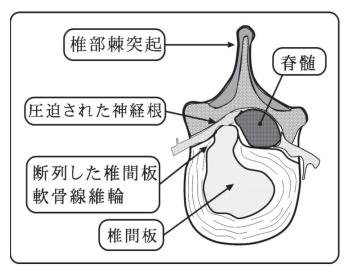
からだの動作や姿勢とは関係なしに絶えずある痛みや、発熱、寝汗、体重の減少なども伴うようでしたら、脊柱の癌や結核が疑われます。内臓の疾患からおこる腰痛でしたらそのほかに合併症状がでるはずです。(例えば胃潰瘍の場合、みぞおちのあたりの痛み、吐き気、膨満感、食欲減退など。)

# 検査

あきらかに筋肉痛とわかるような場合はすぐに検査 をする必要はありません。

- \*レントゲン: 椎骨と椎骨のあいだが狭まっていれば椎間板へルニアが疑われます。もし椎骨が前後にずれていれば脊椎すべり症です。そのほかには脊椎の癌や結核の変化もみられることもあります。
- \*CTスキャン:通常のレントゲンだけでは椎骨のあいだの椎間板(軟骨)は写りません。CTスキャンなら椎間板の様子がよくわかります。
- \*MRI:CTスキャンよりさらに細かい変化をみることができます。





## 治療

筋肉痛の場合はPanadolや消炎剤を服用し、1~2日はからだを休めていればしだいに回復します。FeldeneやVoltarenのような塗り薬も効果的です。

痛みが治まってくると、背筋を強めるような体操をするようにすれば再発を抑えることに役立ちます。椎間板へルニアの場合でも痛みがひどいあいだはからだを休め、徐々に動かすようにします。そのあいだ筋肉痛の場合と同じような薬を使用します。物理療法(Physiotherapy)も役立ちます。また、患部に副腎皮質ホルモンを注射してみることもあります。

このような治療で治まらず、症状が悪化している場合は外科治療が必要になります。外科治療でははみ出ている椎間板を切除したり、spinal fusionといって椎骨を固定し、椎間板に圧迫をかけないようにする方法などがあります。脳神経外科か整形外科の領域です。

19

# ●今月の表紙

### 七五三:

七五三は3歳の「髪置きの儀」5歳の「袴着の儀」7歳の「帯解きの儀」の儀式・祝い事をまとめて七五三と呼びます。3歳と7歳の女の子、5歳の男の子のお祝い事です。子供に元気に育って欲しいと願い無事成長することを祈る儀式です。昔から11月15日に行われた儀式ですが現在では11月の吉日に行われる事が多くなりましたね。

プロフィール 日本伝統技術インストラクター講師、和装高等師範 ホジュキンソン恭子。シドニーに30年以上在住。日本の伝統技術である着物の着付け文化を通じて、多くの方に継承し日本文化発展に邁進しています。キモノオーストラリア主事。着付け教室開催。Facebook/Instagram @kimonoaustralia



# 編集後記

▼5月末から始まった耳鳴りがずっと治りません。耳鳴りは時々していましたが、四六時中の耳鳴り状態は初めてです。日中の何かをしている時、あるいは外出をしている時などはそれほど気になりませんが、辺りが静かになったり、寝る前等はとても大きな耳鳴りのように思えます。GPに話して病院に紹介状を書いてもらい、先日、検査に行ってきました。2時間に及ぶ検査の結果、聴力に問題はないし、異物などができている様子もないということでほっとしました。更にレントゲン、ウルトラサウンドやMRIなどもできるということでした。これって単に年を取ったからなのでしょうか?



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 徳田修一(在シドニー日本国総領事)

理 事 斉藤 なお子 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(編集委員会編集長・事務局長)

専門理事 Costello 久恵(シティ校代表) 専門理事 小柳淳子(ダンダス校代表)

専門理事 水越 有史郎(教育支援委員会・エッジクリフ校代表)

事務局 渡部 重信(事務局長)・Richter 幸子(会計) 監事 岩佐 いずみ(会計監査)・多田 将祐(会計監査)

クラブ代表 シドニーソーラン踊り隊(渡部 重信)

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/ 斉藤なお子

# **投稿原稿募集!** 会員の方の生の

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: jcs@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

JCSだより November 2022

20



# 今月の喜怒哀楽 〈喜〉

10月11日からやっと日本が外国人観光客をコロナ前と同じように受け入れるようになった。今年に入ってから仕事をメインにすでに6回日本に行ったが、日本人であっても大変だった。特に3月や4月の頃は用意する書類の数、出国前と空港、帰国前のPCR検査、MySOSという煩わしいAppのインストールとそのAppによる監視体制、空港での手続きの長さなど、それだけで大きなストレスになる状態だった。家族3人で行く予定にしていた4月は妻が直前にPCRで陽性となり、娘と2人だけの渡航になってしまった。10月になって改めて訪れた日本はやっと外国人がたくさん戻ってきてることを実感できた。相変わら

ず街では外でもマスクをしてる人がほとんどだが、僕は外では気にせずに外している。外国人も久々の日本を心底楽しんでいるようだ。常にその食と文化は素晴らしいと再認識する。記録的な円安と長引く経済の停滞で今こそ海外から人を受け入れないと日本はどんどん遅れて行ってしまう。実際いまだにピンナンバーやサインなどを必要とするクレジットカード、印刷した書類を必要とする文化、海外に行こうとしない若者たち。ずっと内向きだった日本は海外を意識して発展してきた韓国に2028年にはGDPで抜かれてしまうという。この「開国」を機にまた日本がDestinationとなり、世界においても重要な位置を取り戻すことを心底願う。

# 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】で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・リターンの申請・作成に当たり、料金から15ドルを割引いたします。お支払いの際にこのクーポンをご提示下さい。同時にお二人以上で申請される場合にも、1枚で全員に適用できます。

# ほんだらけ フル・オブ・ブックス

Level 2, 39 Liverpool St, Sydney 2000

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

Website: http://fullofbooks.com.au

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。)

# 日本ブレー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。



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。

# **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。

# 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だより2022年11月号(11月1日発行通巻第443号) 次号12月号は12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 \$15) 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 \$15, total \$118 (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	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.」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

# JCS 2023年度 会費納入届

下記にご記入のうえ、2023年度(2023年1月~12月)の年会費とともに事務局宛にお送りください。

連絡先					
お名前(日本語表記)					
Name(英語表記)					
住所 Street					
新便番号 Postcode					
電話 Phone 携	bne 携帯 Mobile				
Email					
<b>所属クラブ</b> (通常参加されている会・グルー	·プ・クラブ名に√印々	を記してください。)			
□親睦の会 □JCS フラアロハ □ソフトボ-					
□その他(	)				
<b>空炸排</b>					
家族構成(同居の方)※ご家族も会員です。	男女				
Name	男 女 Male Female	Relation			
たりがな 氏名 Name	男 女 Male Female	続柄 Relation			
K名 Name	男 女 Male Female	続柄 Relation			
氏名 Name	男 女 Male Female	続柄 Relation			
会報の送付について 会報誌「JCSだより」は電子版での配布となります 15ドル(年間)をお支払いください。なお、電子版(お支払方法 □小切手またはマネーオーダーと会費納入届をJ 2022年12月31日必着 ※小切手の宛名は「Japar 郵送先: Japan Club of Sydney, PO BOX 1690, ( □会費納入届を郵送またはスキャンデータをメー 振込時に、登録会員名(フルネーム)と電話番号をDe (例: Goshu Taro 12345678)。お名前がない場合に 振込先: Account Name: Japan Club of Sydney ※2022年11月1日以降に新規会員登録と会費納入を	(カラー)はJCSのサイト ICS事務局まで郵送し n Club of Sydney Inc. Chatswood, NSW, 205 ールし、会費は銀行振込 scription/Reference は、支払い元不明で未払い y Inc. BSB No: 032-0	<b>ます</b> 「でお願いいたします。 「でお願いいたします。 「でお願いいたします。 「でお願いいたします。 「ないます。」 「はいます。」 「関に必ず入力して下さい。 「い扱いになるためご注意下さい。 「いひの必要はありません。			
※ご不明な点は、JCS事務局(電話:0421-776-052、E わせください。 ※支払い金額の□に√をつけてください。	Eメール:jcs@japancluk	oofsydney.org) まで、お問い合			
2023年度会費 □年会費 5	\$70 <sup>-</sup>	<b>支払額 \$70</b> (GST込)			
(2023年1月~12月) □年会費\$					
納入期限: 2022 年 12 月 31 日必着					

※なお、事情によりお支払いが遅れる場合は、事前に事務局までご一報ください。 ご連絡がないまま期限を過ぎますと退会とみなされますので、ご注意ください。