NCトライアングル・トライアッド地域情報誌

さんかく横丁

第52号・2016年10/11月号
Holiday Seasonの幕開け～❣の巻
10/11月

「トンボ」

ＩＮＤＥＸ

ホットNews・・・・・・・・・・・・・・・２
トライアングル日本クラブ便り・・・・３
特集/日本の社会保障について・・・・４
日本語を育てていますか？・・・・・・６
学校お助けTips!❣・・・・・・・・・・７
高校生スピーチコンテスト・・・・・・８
鎌倉風水館・・・・・・・・・・・・・１０
クレジットカードの保証延長サービス１０
赤い小鳥とブルーな生活・・・・・・１１
旅は道連れ世は楽し・・・・・・・・・１２
相談室：ケセランパサラン・・・・・１３
法律相談・・・・・・・・・・・・・・１４
三角シネマ館・・・・・・・・・・・・１６
女の中に男が一人・・・・・・・・・・１８
お耳を拝借・・・・・・・・・・・・・１９
嫁VS姑・・・・・・・・・・・・・・・２０
心と身体のメンテナンス・・・・・・２１
美しい日本語・・・・・・・・・・・・２２
医食同源・・・・・・・・・・・・・・２３
英語横丁・・・・・・・・・・・・・・２４
こんなお店知ってた？・・・・・・・・２５
ごちそうさまぁ~❣・・・・・・・・・２６
ごちそうさまぁ~❣デザート編・・・・２７
酪農日記(最終回）・・・・・・・・・・２８
トライアッドかわら版・・・・・・・・３０
見て見て▲掲示板・・・・・・・・・・３２
イベントスケジュール・・・・・・・・３３
青春真っ盛り日記・・・・・・・・・・３４

Hot News!!

ホームスクーラーのためのスクール

公立学校の新学年が始まりましたね。新学年というと学校ばかりに目が行きがちですが、ホームスクールという形で教育を受けている子供たちもアメリカにはたくさんいます。ここNCも例外ではないようで、ダーラムにホームスクーラーの学びをサポートする学校が設立されました。Dimensions Family School (http://www.dimensionsfamilyschool.org/home.html)というその学校、家族がボランティアとして運営に関わることが条件になっています。ホームスクールと聞くと自宅ですべての学習を行うように思われますが、学習以外の活動も大切な要素です。でも、それらをすべて親がアレンジするのは容易ではないでしょうし、また、全分野得意という親ばかりでもないはずです。得意分野をオファーしながら苦手なものは助けてもらい、同時に他の子供と交流もできる場は、ホームスクーラーにとってありがたいコミュニティであることは想像に難くありません。

ホームスクールを選ぶ理由は様々ですが、公立学校への不信感も理由のひとつのようです。ホームスクーラーの多くが進学面などで好成績を収めていることも、この選択を後押ししているのでしょう。家族が子供の学びを創造するホームスクールという形に、活気や広がりなどコミュニティの良さを合わせ持たせたこの学校、既存の学校教育にはない新しい教育の在り方が求められている現れと言えるかもしれません。

デュークでおしゃれダイニング

8月末、デューク大学のWest Unionがリニューアルオープンしました。90年間、学生ライフを支えてきたレンガ造りの建物は、5年の年月と9000万ドルの総工費をかけて、一面ガラス張りのモダンな趣に変化しました。それは、まるで都心を歩いているのかと錯覚するほどです。

各階の中央に構えられた店で購入した食事を、周りのテーブル席でいただくことになりますが、その雰囲気も、クレープ、和食、インド料理、南部料理など13もの食事処のラインアップも、大学に典型的な、ファストフードが並ぶフードコートとは一線を画しています。また、ここの大きな特徴は、Au Bon Painカフェ以外のレストランはいずれも地元ダーラム出身という点。実は、ダーラムは南部のおいしい町として知られたところ。そんな地元の強みを地元の大学に結集させたというのは斬新ですね。注文すると目の前で焼いてくれるクレープ、カウンター席もある寿司屋などその本格ぶりは、もはや大学内の施設とは思えません。

3階はビールを楽しめるファンシーなレストランになっていたり、2階には料理教室や食に関する教育ができるようキッチンスペースが用意されているなど、趣向もこらされています。このスペースに、期間限定の飛び入りレストランが登場することもあるらしく、客の好奇心をくすぐる遊び心も感じます。学生にはもちろん、ダーラム市にも地元民や企業にとってもおいしいことばかりのWest Union、ぜひ一度お試しください。

トライアングル日本クラブ便り

==「夏祭り・盆踊りの夕べ」イベントのご報告==

8月6日（土）には日本クラブのイベント「夏祭り・盆踊りの夕べ」がジャパンセンターの庭で開催されました。第１回が2007年でしたから今回が第10回、毎年参加者数が増え続け今回は1,300人もの方々が集いました。その中でも小学生以下の子供さんたちの参加が360名を数え、平均で参加者の3分の1弱を占めていたことになります。「なんとしても日本らしい文化体験をさせたい」という親心や爺婆心の表れや、「ユカタを着せてみたかった」など、いろいろな動機があるでしょうが、子供さんに喜んでもらえることもこのイベントの大事な目的の一つです。今回はこのイベントの中の子供さんプログラムに絞ってご紹介しましょう。

イベントのオープニングは目玉プログラムの子供ミコシ。昨年の「重すぎた」という反省点から、今年はもっぱら軽量化に専念、テーマを「ガンバレ熊本」にし「クマモン」の絵柄をいれたカートン箱のミコシをつくりあげました。「ワッショイ、ピッピッ、ワッショイ、ピッピッ」と元気な掛け声が会場を巡りました。

武道実演は豪勢に空手道、古武道、剣道、と3道がそろいました。MO松濤館空手では小さい子供さん拳士たちが見事な型を披露してくれましたし、North　Raleigh剣道では子供さんたちにチャンバラ剣士を体験させていました。どうですかこのチャンバラぶりは。そういえば「スイカ割りゲーム」もチャンバラみたいでしたね。

ラーレイ日本語補習校もFund Raisingのためのブースを出し、ヨーヨー釣りや輪投げ、射的などのゲームで子供さんたちを迎えました。高校生のお兄さんやお姉さんたちの接客で子供さんたちも嬉しそうでした。

やはり花形は盆踊り、恒例の「炭坑節」や「東京音頭」に今年は山形の「花笠音頭」が新しく加わりました。チャペルヒル在住のルリGrantさんの指導のもと盆踊りクラブの面々が中心となりがんばりました。「おばあちゃん、わたしにも教えて」こんなほほえましい場面もありました。

次の日本クラブのイベントは10月14-16日ラーレイのConvention Centerで行われるインターナショナル・フェスティバルです。日本ブースへ立ち寄ってみませんか。

／（日本クラブ代表：ロッキー岩島）東京都出身、ラーレイ在住29年

特集

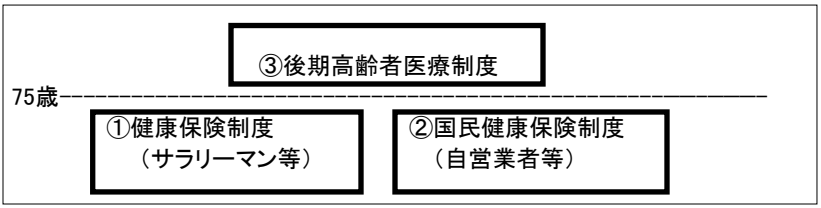
第1回　日本の社会保障について～医療保険

米国同様日本でも高齢化が進んでいます。日本の総務省統計局の調査によれば、2015年時点での日本の65歳以上の高齢者の人口はおよそ3384万人、全人口の1／4を超え、人口、割合共に過去最高となりました。男女別にみると、男性は1462万人（男性人口の23.7%）、女性は1921万人（女性人口の29.5%）と、女性が男性より459万人多くなっています。そしてこの数は今後増えていくことが予想されます。ちなみにこの1／4超という高齢者の割合については日本が世界中で最も高く、米国は約15%（世界第38位。2015年世界銀行発表）となっています。

こうした高齢化社会の中で（実際には高齢化と共に少子化傾向も進んでおり「少子高齢化」とも言われています）、日本における社会保障制度はさまざまな課題を抱えながらも国民の安定した生活を支えています。今回から連載でこの社会保障制度の中でも特に高齢者に関わる部分について紹介していきたいと思います。現在米国在住で、将来日本で老後の生活を送りたいと考えている方の参考になれば幸いです。1回目のテーマは医療保険制度です。

（1）医療保険制度の概要と加入該当者

日本の医療保険制度の最大の特徴は、国民全員が加入する「国民皆保険」である事です。もともと船員や公務員など労働者のための健康保険制度でしたが、昭和36年（1961年）に現在の国民健康保険制度が導入されました。保険制度ですから、加入者が傷病、死亡、出産など不時の出費に備えて保険料を出し合い（サラリーマンの場合は事業者も半額負担）、いざという時に医療サービスを受けるという保険の仕組みが適用されますが、その多くの財源を国が制度として拠出しています。医療保険は図1のように現在3つの制度から構成され、年齢や職業によって適用する制度が異なります。



<図1：各健康保険制度>

75歳未満のサラリーマンやその家族は①健康保険制度、自営業者や学生、その家族は②国民健康保険制度による医療サービスを受けます。そして75歳以上の高齢者については一律に③後期高齢者医療制度による医療サービスを受けることになります。保険者（保険制度の運営者）は①が全国健康保険協会、健康保険組合、②が市町村、国民健康保険組合、③が市町村となります。

（2）受けられるサービス

皆さんが病院で診療を受けたり入院した場合、病院でかかった医療費のうち一定の額が健康保険から支払われ、残りの分を皆さん自身が支払います。この自分が負担する分を「一部負担金」といいますが、その割合は次の表の通りです。

年　齢	適用制度	一部負担金割合
75歳以上	③後期高齢者医療制度	1割*
70歳以上75歳未満	①健康保険制度 または ②国民健康保険制度	2割*
小学生以上70歳未満		3割
小学生未満		2割*

*所得が一定以上の人は3割負担となります

つまりかかった医療費の7割～9割を国が負担してくれます。またたとえば大きな手術をした、難病のための特別治療を行った、など医療費が高額となるケースではたとえ1割～3割でも大きな負担となってしまいますが、そうした場合は「高額療養費」という制度があって、通常の医療費とは別に追加で医療費を負担してくれます。

（3）保険料

保険制度ですからこうした医療給付を受けるためには、毎月保険料を支払わなければなりません。①健康保険制度ではサラリーマンが会社から支給される給与額によって保険料が決定され、その支払方法は毎月の給与から控除されます。②国民健康保険制度や③後期高齢者医療制度では各地方自治体ごとに前年の所得によって保険料額が設定され、その支払は自分で納付する方法と年金受給者は毎月の年金受給分から控除される方法があります。②③の制度では、米国から日本に移住した場合の最初の年は日本における前年の所得がありませんので、その保険料は低所得者扱いとなり保険料は安くなります。たとえば「夫：72歳、妻：68歳」のケースで米国から東京都内に転居した場合の夫婦二人分の合計保険料は次の通りです。2年目以降は前年の所得に応じて保険料が変わりますが、ここでは「夫：年金収入250万円／妻：年金収入75万円」と想定して算出しています。

■転入した年：約28,000円 （月額: 約2,300円） 2年目　　：約179,000円（月額：約14,900円）（備考）・端数処理しているので目安として下さい。支払いは月単位です。

（4）民間保険会社が提供する保険商品

また混同しないよう民間の保険会社が提供する保険商品について簡単に補足致します。民間の保険商品は公的医療保険ではありませんが、公的医療保険ではカバーできない一部負担金や勤労者が病気やけがで働けず所得がなくなってしまう事態に備えて希望者が加入するものです。「入院費5,000円／日」「3大疾病保険」など、状況に応じて保障を行なう商品が各種提供されていて自分で必要と思うものを選びます。家族がいる方などどうしても公的医療保険だけでは不安という方は、民間の保険サービスに加入することでより高い保障を得ることができます。

いかがでしょうか？日本の医療保険の全体像が少し見えてきたでしょうか？医療保険は介護保険とは別の制度になります。社会保障という意味では同じような目的の制度なのでその区別がわかりづらいかもしれません。次回は介護保険制度を紹介します。

日本帰国後の生活、行政手続についてサポート致します。お問合せ等ありましたらご連絡下さい。ライフメイツ （ロサンゼルスオフィスTEL:213-327-8650）

www.life-mt.com　　info@life-mt.com

日本語を育てていますか？

子供さんの言葉について、どのようにお考えでしょうか。このNCの地で三角横丁を手にしているみなさんは、日本語と英語の二言語、もしかするとそれ以上の言語が周りにある環境で日々の生活を送っていることと思います。

ご夫婦が違う母語話者と言うご家庭も多いでしょうし、家庭内では日本語だけど、外や学校では英語という子供さんも同じように多いのではないでしょうか。また、滞在が長期の予定で、日本語力をどう身に付け保持させるかが課題のご家庭がある一方、アメリカに来たばかり、しかも短期滞在予定なので、英語の習得に主眼を置いているご家庭も多いように思います。いずれにしろ、多言語状況の中で二つ以上の言語をどう獲得するかが、関心の中心であることは共通のようです。

二つの言葉が使える人、つまりバイリンガルであることは、グローバル化が進む今、とても有利なことです。「アメリカで育児をしている」と話せば、ほぼ確実に「子供は将来バイリンガル、いいですね」という反応が返ってきます。ですが、その道のりはそう簡単なものではありません。

当然ながら、海外で暮らす子供の日本語との接触は質・量ともに大変限られているからです。英語との接触量が増えていく中、日本語力は放っておけば段々弱くなります。日本語を維持伸長するためには、年齢に合わせた質の高い日本語との接触を意識的に増やす必要があります。

では、具体的に、家庭でできることは何でしょうか。

鍵となるのは学校教育が始まる前の幼少期だと言われます。その時期に、子供を豊かな日本語環境に置くことが肝心です。家庭内で使用言語のルールを決め、ぶれずに貫き通すことです。日本語話者の母親が英語と日本語の両方で話しかけてしまうと、子供は日本語を使う機会を失います。ご夫婦の言語が異なる場合には、一人一言語ルールが有効です。ただ、日本語を理解しない側が家族の会話に参加できず孤立してしまうことにもなりかねないので、ご家庭でよく話し合う必要があります。

また、子供の関心が学校や友達に移行する年齢までに、子供に日本語を学ぶ動機付けをしっかり持たせることも大切です。日本語が親との会話のためだけでは動機として不十分です。日本語が話せないとコミュニケーションが取れない友達との定期的な交流、日本語のテレビやゲームなどもこの目的としては有効でしょう。また、日本の幼稚園や学校を体験させることは、日本の学校文化を実体験できることに加え、言葉の保持にも大変有効です。

会話力が言葉の基礎ではありますが、学習言語を身に着けるために読む力は無視できません。小さい時からの読み聞かせはもちろんのこと、年齢が上がっても年齢相応の読み聞かせを続けながら、親子で読書の時間を設けるなど子供が本を楽しむ環境を作りましょう。

現在置かれいる状況で子供の日本語を維持伸長することは、親にも子供本人にとっても決して容易な事ではありませんが、日本語を保持してほしいという思いを強く持って、親子でできる限りの努力をしていきたいものですね。

／ 藤岡純子（教師） 群馬県出身 Hillsborough在住

学校 お助け Tips!

学校のカウンセラーの役割

小学校、中学校、高校にはそれぞれ実際に授業を教える先生の他に、カウンセラーの方がいます。年齢に合わせてカウンセラーの役割も色々と異なってきます。

小学校
クラスで問題があった時は、ほとんどの場合担任の先生が中心となって問題を解決してくれます。ただ時々担任の先生では解決出来ない場合は専門のカウンセラーが相談にのってくれます。小学校には、カウンセラーという職種以外にも色々な名前で呼ばれている人もいます。ガイダンスカウンセラー、ファミリースペシャリスト、スクールサイコロジスト等です。これは学校区や学校によって異なってきます。例えば、毎日学校に登校するのがいやで、休みがちの場合はファミリースペシャリストだったり、サイコロジスト等の担当になります。また、クラスで急に大声を出すなど、クラスの集団行動にどうしてもついていけない場合も担任の先生は専門の先生におまかせするようです。問題のないお子さんの場合は小学校ではカウンセラーに会う機会はほとんどありません。

中学校／高校
もし転校してきた場合は、まずお子さんと一緒に親もカウンセラーと面談をするのをお勧めします。転校前の中学校や高校でどんな科目を学習済みなのかをチェックしながら、どんなクラスを取らなければいけないのか、時間割をたててくれます。また、高校の場合は卒業する為にどんなクラスを取らなければいけないのかも前もって相談にのってくれますので、次の学年に進学する前に一度面談の予約を入れてみてください。学校でちゃんと授業についていけるのか、心配な場合はカウンセラーに連絡して、各クラスの先生からコメントをもらって下さる様に頼む事もできます。その他にも卒業後どんな大学を受験したらよいのかも色々とアドバイスをしてくれます。

小学校ではほとんどお目にかからないカウンセラーですが、中学校、高校では、カウンセラーは先生と同様、父兄や生徒にとって欠かす事のできない役割を担っています。

/荒竹由紀：東京都出身 UNC日本語教師 Chapel Hill 学校区専任通訳翻訳者

ストレスを感じていませんか？　夜ちゃんと眠れていますか？

針灸治療で元気な毎日を取り戻せるかもしれません！

Acupuncture Healing Center

109 Conner Dr. Building III, Suite 103
Chapel Hill, NC 27514　(919) 933-4151
www.acupuncturehealingcenter.org

針灸治療有資格者
Carmela Mager

針灸治療有資格者
Andrew Nowosad

NC州高校生スピーチコンテスト

―アメリカ人高校生が考える日本、アメリカ、そして世界！―

今回はレベル4の優勝者である李昂の原稿をお楽しみください。以下、本人から三角横丁読者の皆様へのメッセージです。「立川出身で、2006年の夏休みの間に、ノースカロライナ州に引っ越してきました。日本で小学一年を二ヶ月間うけたので、アメリカでは小学一年を飛び級することにしました。最初は全然英語がわからなかったけれど、二年生の先生が毎日放課後英語の勉強を助けてくれて、三年生になったごろ、英語で何となくしゃべれたり書けたりできるようになりました。去年のスピーチコンテストでは、僕の水泳の人生と、両親の応援が僕を支えてくれて、ここまで頑張ることができたことについて話しました。今年のは、世界中で多くの動物が実験で使われていることとその倫理的な問題について話しました。2015年のスピーチコンテストでは二位でしたが2016年のスピーチコンテストでは、やっと優勝できました。」

生命の価値とは

夏の間で父がつとめているUNCの研究所でボランティアをしました。研究所で色々な機械や技術を使い、細菌を育てたり、DNAプラズミドを作ったりしました。ある日、父が三千匹のねずみを育てている生物情報学の建物につれていってくれました。父が使っている遺伝子を組み換えたねずみを見せてくれました。父は三十匹のねずみから六匹を小屋から取り出し、二酸化炭素を入れる箱にねずみを入れました。「この六匹はもう必要ない。」と言いながら二酸化炭素を入れて、安楽死をさせました。この時、世界中で多くの動物が道具扱いされているのに気付きました。薬や癌など、人間に決してしてはいけない実験をたくさんの動物に行っています。何万年も人間は地球で他の動物と共存しているけれども、いつどうして他の地球の生き物を実験に使う権利ができたのでしょう。

初めて記録された動物実験は紀元前四百年のギリシアです。十二世紀にはアラビアで医者が動物を人間の治療法を試すために使う事を始めました。一九二二年に糖尿病の治療のためにインシュリンがはじめて犬を使って作られました。レプラのワクチンはアルマジロを使って開発されました。一九七四年、SV40ウィルスのDNAをねずみに入れて初めてトランスジェニックの哺乳類を作りました。このように動物実験で医学が進歩してきましたが、ここまでたどり着くのに犠牲にした動物の命が有益ではありません。

人間は他の動物に比べると、知識や難しい問題を解決できる力があります。それを理由として自分に特権を与えていると思います。人体実験や一般人を使って行われている社会的な実験もあります。ですが、この様な実験は被験者の許可と、生理的、精神的、感情的な保護が必要となります。また、人体実験は委員会が許可を出さないといけません。それは、動物で行った実験結果をもとにしていないといけません。また、開発した薬は売り出す前に動物で安全性をテストしないといけない法律が世界中で規定されました。

被験者は実験をいつでも停止できますが、実験動物の二割の動物は鎮痛剤が与えられていなくて、とてもわるい環境で一生すごすことになります。それに、実験動物をのこしておくと、自然に悪い影響を及ぼすので使い終わった動物は一匹残らず殺さなければいけません。

実験で一番多く使われている動物はねずみです。ねずみの寿命は短くて、仔をたくさん産むのでとても使いやすいそうです。また、ねずみは動物福祉の法律で守られていないので研究所は検問しませんから、ほとんどの実験は鎮痛剤なしで行われています。この

ようにしてアメリカで毎年十億匹のねずみを殺しています。日本の研究所は実験動物の報告を出す必要がないので、正確な合計数はありませんが、多い方です。

色々な法律は動物の身を多くの痛みから守っていますが、動物はまだ実験台として使われています。また、サーカスや動物園では自由がない動物であふれています。ここで、動物の自由に生きる権利について問題が出てきました。生命の平等は同じ扱いが与えられることではなく同じように考慮されることです。生命の権利を論定する時、理性があるか、しゃべれるかを基準とするのではなく、苦しいかどうかを基準とするべきです。等しい考慮をするために苦しみの基準が必要だと思います。これは、人間だけの基準ではなくて全ての動物にもあてはまることです。痛み、喜び、恐怖、悔しさ、寂しさ、母親への愛など全ての生物がもつ感情です。数学や言葉の知識を根拠として生命の価値を決めるのはいけないと思います。

動物には人間の実験台以外にも価値があると信じています。生きる意志のある生き物は痛みや苦しみのない生活を送る権利があります。動物実験は環境がひどく、値段が高く、ほとんど人間には不適用です。科学者はもうすでに新しい人間の健康に関係ある研究方法を開発しています。人間の細胞や、コンピューターモデルなどの方法は動物実験より値段が安く、動物の物理的なちがいで、実験の結果が人体実験に使えないような問題もありません。

全ての動物実験を停止することは不可能です。また、動物実験のおかげでたくさんの治療法を見つけ、現代の医療が可能になったと思います。しかし、動物が言葉をしゃべれないから道具扱いすることはいけないと思います。ちがう動物にはちがう生き方や生きる手段があります。私たち人間が他の動物が理解できないから人間より下等な動物だと決めつけてはいけないと思います。人間は「生きる権利があることを尊重する」ように、他の動物に権利を与えなければいけないと思います。現代の科学や医療技術を使い、他の動物にも自由に生きる権利を与えるべきだと信じています。

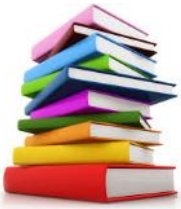
/チャペルヒル高校　李　昴(Li, Ang)

Japanese Language School of Raleigh

ローリー日本語補習校

古本市

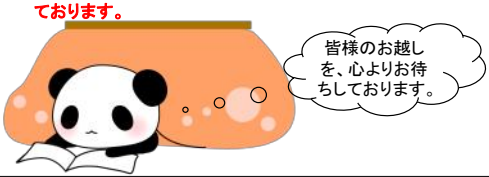
ご案内



【　日時　】 12月10日（土）　10：00〜12：00
【　場所　】 St. Mary's School　Poyner Hall 2F
900 Hillsborough St. Raleigh NC 27603
＊入口GATE 4 [1100 College Place]

日本語の本、雑誌、漫画、CD、DVD、全て一冊＄1で販売いたします。お支払いは**現金**のみとさせていただいております。

＊売上金は全てローリー補習校に寄付され、子供たちの学校生活に役立てられます。また当日、古本の寄付を受け付けております。



【 注意事項 】
・入口は**Gate 4** 限定です。
・Poyner Hall 前の駐車場のみ移動可能です。
・駐車場内の**一方通行**にご協力願います。
・お帰りの際は**Gate 3** をご利用ください。

「鎌倉風水館」

オリンピックでの選手の皆さんの活躍は大いに刺激になりました。不思議にがんばれニッポン、ニッポンチャチャチャ、となるものですね。今回は試合もそうですが、特に選手たちのコメントに感動しました。よくもあんな言葉が出てくるものだと感心しました。日ごろからの鍛錬は同時に精神も鍛えているのでしょう。

いろんな名言があり、すでにご存じの方も多いと思いますが紹介します。「心（考え）が変われば態度（姿勢）が変わる。態度（姿勢）が変われば行動が変わる。行動が変われば習慣が変わる。習慣が変われば人格が変わる。人格が変われば運命が変わる。運命が変われば人生が変わる。」

あまりにも有名なこの言葉は、元々はヒンズー教の教えからきているようです。日本でもこの言葉をよく使った人で代表的なのは野球の野村監督でしょうか。私もこの言葉を知ったときには感動しましたし、本当にそうだなぁと思いました。決心は心の機関車なのであり、意志あるところに道あり、始まりは心（覚悟、決心）からなのだと思いました。

風水では月は陰の気を代表して女性を表します。以前にも紹介しましたが月光浴は女性にとって気を整え体調を整えるのにとても効果的です。今年は準備して行いましょう。さて古い日本の風習には十五夜のお月見だけでは不十分というのがあります。十五夜だけでは「片月見」と言って忌まれていました。十五夜のお月見をした後で十三夜のお月見をすることでよりお月さんの力をもらうというのがあります。

では十三夜とはいつの事でしょうか。旧暦8月15日を十五夜、その約一か月後の旧暦9月13日を十三夜と言います。今年の十五夜は9月27日、十三夜は10月13日です。今年は十五夜と十三夜のセットでお月見をしてしっかりとお月さんの気をもらいましょう。

クレジットカードの保証延長サービス

クレジットカードで購入した物の保証期間が過ぎても、カード会社が無料で保証してくれる、Extended warrantyサービスがあります。American ExpressとDiscover、そして一部のMasterとVisaにこのサービスが付いています。カードによって保証範囲が多少違うので注意。メーカーの保証が1年以内の場合、（最低）1年の延長保証がつきます。自動車やモーター付きの車両には適用されません。購入物が故障した場合、メーカーの保証期限後1年以内ならカード会社に連絡してみましょう。その為には、レシートやカード番号を保管しておくことが大切です。カードは現在使っていなくても、購入した時に使っていれば有効です。クレジットカードにはその他、通常90日間の購入物保証（紛失、盗難、破損、故障等）や、レンタカー自動車保険がついてくる場合もあります。American Expressはさらに旅行保険も自動的に追加。クレジットカード口座を開設する時、説明書をよく読み、どんな付属サービスがあるかを確認。キャッシュバックやガソリンが5%オフまであります。毎月残高を払いきれば絶対に有利なサービスです。支払いは銀行から残高全額を自動引落にすれば間違い無し。ただし、銀行口座に十分な残高があるかご確認下さい。なお、自宅の価値がモーゲジの元本残高より高い場合は、利率3.5%ぐらいからあるHome Equity Line of Credit (HELOC)を利用して、高額なカードの支払いなどにこの低利の一時的なローンを充てるというのも一考です。HELOCは一般にHome Equity Loanより低利で、しかも必要なときだけ借りて、支払いはいつでも可能です。必要なときに借りるのはこれが一番金利の安い方法でしょう。

赤い小鳥とブルーな生活

「二つの祖国」"Pledge of Allegiance"

日本への帰国便を予約しようとしたら、パスポートの期限が切れることに気付いた。慌てて手続きしたせいで、ビーチから帰宅の翌日にアトランタへ出発、合わせて走行距離1600キロという強行軍になってしまった。

我が家は、家族3人、パスポートが5冊。息子は、父母それぞれの国籍に加え、アメリカ生まれのため、今のところ、三重国籍状態だ。多重国籍について、アメリカは憲法上、特に言及してはおらず、判例として、その存在を認めるに留まる。日本は国籍法上、「単一国籍」が原則なので、息子はいずれ国籍を選択する必要がある。生まれ育ちも血筋も日本の私は、日本人として生き、死んでいくのが当たり前過ぎて、国籍について真剣に考えたこともなかった。

私はアメリカ永住権、俗にいう「グリーンカード」持ちだ。10年毎のカード更新費用負担と、選挙権がないこと以外、特に不自由はない。ところが、日本に住む親が老いるにつれ、万が一、帰国介護が必要になったらどうしよう、という悩みが生じてしまった。永住権とは、その名の通り、ずっとアメリカで暮らせる権利だが、暮らし続けないと永住の意思が無くなったと思われ、没収されてしまう。従って、国外滞在は、事前に政府の許可を得ていても二年が限界なのである。

一方、アメリカ市民様は、何十年間世界を放浪しようが、いつでも"Welcome home!"と迎えられ、アメリカ生活に戻ることができる。その上、数々の特典もある。市民権取得の手続きは割と簡単…そうだアメリカ人しよう！

いや、ちょっと待て。日本の原則は「単一国籍」。自らの意思で外国に帰化すれば、日本国籍は自動的に失われる。嘘を吐いて帰化を隠したままの人もいるが、日本のパスポートを使うだけでも、五年以下の懲役若しくは三百万円以下の罰金、じゃーん、日本人への成りすまし犯罪者誕生である。私の如き小心者には絶対無理。それにしても、何なんだ、この「日本人でなくなる」ことへの巨大な不安は。

果たして国籍は、自分の都合で取り替えるようなものなのか。アメリカに帰化する人の中には、もちろん、故国よりアメリカ、という人もいるが、結婚相手や親をアメリカに連れてくるためなど、便宜上、という人も多い。が、権利には義務が付いてくる。その一つが国家への忠誠だ。多重国籍の存在を認めた判例として有名な裁判に、"Kawakita v. U.S."がある。戦時中、日本で日本人として、アメリカ人捕虜の通訳をしていた川北氏（日米両国籍）が、国家反逆罪に問われた。出た判決は死刑である。アメリカは祖国を裏切る者を許さない。私は日本と対立してでも星条旗に忠誠を誓えるのだろうか。一生、大和撫子としての誇り、いや、島国根性が抜けないんじゃなかろうか。

「僕はさー、50%日本人で、50%△国人で、50%アメリカ人だよね…あれ？」
息子よ、君の態度は立派に1.5人前だ。

/松田せれな：東京都出身 Charlotte在住

旅は道連れ 世は楽し

Millennialという言葉をご存知だろうか？大雑把に、21世紀に大人になった人たちのことで、1980年代前半から2000年ごろまでに生まれた人となる。若い人は。。。ということで話題にもなるが、旅のスタイルにも特徴があるようだ。

年齢から考え、インターネットと共に成長した世代だ。旅行関連のことをネットで調べるのはもちろんだが、やはりスマホに頼る割合が高いようだ。スマホ接続重視のため、WiFi依存度が、他の世代よりは実は低いという意外な調査結果も見た。海外旅行中もスマホを使用する事が多い。道順や交通機関の情報はもとより、観光の情報も表示させながら街を歩くスタイルは、圧倒的に若い世代に多い。ネット接続できる国に限るにしても、ガイドブックより手軽に感じるようだ。知り合いなどからも、スマホの電話機能は緊急時のみに使うが、ネット接続は使うので、その機材を借りたい、とよく聞く。T Mobileなどでは海外でも使いやすいスマホを提供しているようで、旅行が多い人は重宝しているようだ。旅行中もスマホなんて、と思う読者も居るだろうが、やはり道具は使いよう、と思う。

ソーシャルメディアの使用が高頻度なのもこの世代だ。旅行中に写真やコメントを発信していくのは、個人的な経験からも、好感をもって受け取られる事が多い。それ以上に、ソーシャルメディアには、遠隔地の知り合いと気軽に連絡が取れるメリットがあり、その影響か、若い世代は、旅先で知り合いに会う機会が多いという。オンラインで知り合った友人と出張先で初対面、というようなケースもあるという。プライベートの旅に限らず、出張中などでも、人との付き合いを大事にする傾向がある、と言われるようだ。

さらに、この世代は、出張先でも時間を見つけたり、滞在を延長したりで、ついでに観光もするケースが他の年齢層よりも多いらしい。ホテルに籠もりきりにならず、地元のレストランへ出かけたり、イベントに行ってみたりということも多いと聞く。ホテル側の情報としてどこかで読んだが、若い世代は、どこでも同じ内装のホテルチェーンよりも、土地柄が感じられるホテルを好むといい、ホテルによっては、その嗜好にあわせて改装するところもあるようだ。ホテルのレストラン・バーも、地元の人間も訪れるものを好むという調査結果がある。仮に出張でも、せっかく行った先のことは知りたい、ということだ。若さからの好奇心だけではなく、その土地のことを、簡単に調べられるようになり、動きやすくなった、といえるだろう。

読者には、これらが当たり前の人もいるだろうし、他人事に感じる人も居るだろう。しかし、こういったスタイルの旅から学ぶこともあるのではないだろうか。ぜひ機会を生かして、最大限有意義な旅をしていただきたい。

/根木：Travelink Chapel Hill, Greensboro支店長　Chapel Hill在住

ハネムーンや家族旅行、ゴルフの旅や一時帰国の手配など、国内やカリブ海から太平洋の向こうまで、お問い合わせは信頼の旅のパートナー、TRAVELINKへ。
代表：(919)942-4196
日本語担当：(919)913-2705(根木)

TRAVELINK
www.Travelink.com

相談室　ケセランパサラン

相談:
主人が仕事でノースカロライナ州に駐在することになり、私もしばらくこちらに住むことになった主婦です。最初は、アメリカに住むということに不安がいっぱいでしたが、主人と一緒ならという気持ちで、新天地にやってきました。私たち夫婦に子供はいないので、子供の学校の転校のことなどで心配することがない分、少しは楽だったのかもしれません。それでも、新しいことだらけで、生活の基礎を固めるのに戸惑いました。日本と比べるととても広い家で、歩いていける距離にスーパーがあるわけでもなく、必要なものを揃えるのにどこに買いものに行ったらいいのか、最初は無我夢中でした。ようやく勝手の違う場所で日常生活ができるようになりましたが、主人は仕事に忙しく朝から夜まで家にいません。私は、昼間、ひとりで孤独な毎日です。外出するのも億劫で、知り合いもいないし、買い物に行くにも英語があまり得意ではないので引きこもりがちです。日本にいた頃はどんなに楽で自由に何でもできたのだろうと思い出して悲しくなります。こちらでの生活を楽しめるようにするには、どうしたらいいでしょうか。

アドバイス:
ご主人のお仕事でアメリカに来られたということですが、ご主人には目的があり、するべき仕事があって、毎日奮闘しながらも充実しているのでしょう。でも、海外赴任に付き添う妻というのは、自分の意志で来ているわけではないので、ある時、ふとどこか目的を見失ってしまうということは、あなただけではないと思います。アメリカに行くのだから、いろいろなことができるだろう、英語もできるようになるだろう、と夢を膨らませていたのに、実際は心に描く世界とは違うものですね。でも、家に閉じこもっているだけでは辛くなります。あなたがいうように楽しめる生活を考えみましょう。

車をお持ちでしょうか。英語ができなくても、スーパーではそれほど問題なく買い物ができるはずです。日本にはない食品が並んでいたり、日用品も違っていたり、スーパーは不思議の森のような発見がたくさんあります。ぜひ探検に出かけてください。家にある巨大なオーブンを使ってクッキーを焼いたりラザニアを作ってみたり、日本ではなかなかできない料理をしてみたらどうでしょう。
ショッピングモール巡りもなかなか楽しいものです。本屋さんでおもしろそうな本を探したりコーヒーショップで一服するのも心に安らぎを与えます。フードコートでアメリカ流のファストフードを食べ比べるのも楽しそうです。それでも、ひとりではつまらないというのであれば、人探し。アメリカ人の友達を作りたければ、隣近所で見かけたら挨拶をすることから始めてみてください。顔見知りになったら、お茶に呼ぶというのも手です。日本の緑茶なんて珍しいでしょう。英語が上手でなくても気にしないことです。アメリカは移民の国なんですから。コミュニティーカレッジのESLクラスに行くのもいいですね。同じような立場の人が大勢いるだろうと思います。英語を上達させることと友達を作ることの一挙両得です。日本人の知り合いを作るのには、いくつかある日本人団体のボランティアやクラスに参加することから始めてはどうでしょう。少しずつ、楽しい生活が見えてくると思います。焦らずマイペースでいいのです。アメリカ生活を楽しむ道がだんだんと見えてくるはずですよ。

/回答者：大其澪子（おおそれみよこ）東京都出身

法律相談 「ちょっと教えてください」

「DV-2018 抽選による永住権」

２０１８年度の永住権抽選（DV-2018）の受付が東部時間2016年10月4日（火）正午12時にはじまり、2016年11月7日（月）正午に終了します。抽選による永住権とは、アメリカ合衆国を構成する人種の中で、移民比率の比較的低い国からの移民の数を増やそうとする目的で、年に一回国務省によって行われる移民多様化のことです。申請は無料、オンラインで申請を行ない、抽選による永住権当選者はコンピューターにて無作為に選ばれます。対象となるのはアフリカ、アジア、ヨーロッパ、北米、南米とオセアニアなど６つの地域から過去5年間において、移民ビザの発給が少ない国で出生した人で、抽選で年間で合計5万件の移民ビザが割り当てられます。日本で出生した人も抽選の対象となりますが、過去5年間に5万人以上の移民を米国に送り出した下記の国の出身者は対象にはなりません： バングラディッシュ、ブラジル、カナダ、中国（本土生まれ）、コロンビア、ドミニカ共和国、エルサルバドル、ハイチ、インド、 ジャマイカ、メキシコ、ナイジェリア、パキスタン、ペルー、フィリピン、韓国、イギリス（北アイルランドを除く）とその領土、ベトナム。香港、マカオ、台湾出生者は対象となります。本人が対象国で出生していなくとも、配偶者が対象国で出生していれば、その配偶者の出生国で申請することも可能です。また、対象とならない国で出生しても、本人の出生国が両親の出生国でなかったり、あるいは本人出生時にいずれの親も当該国の合法的居住民でなかった場合、抽選対象国で出生した親がいれば、その親の国の枠で申請することもできます。一人一回だけの抽選ですが、本人の申請とともに配偶者と21歳未満のお子様も一緒に申請することができます。一人につき2回以上申請をすると、すべての申請が無効となります。

申請方法は、オンラインリンクhttp://www.dvlottery.state.gov/にいき、申請者の氏名、生年月日、出生地、出生国、居住国、住所、イーメールアドレス、電話番号、学歴、婚姻関係、配偶者情報、子供の情報など基本的な個人情報を入力します。デジタル写真も添付し、オンラインで提出します。提出がおわると、名前と固有の確認番号が明記されている確認画面が表示されます。抽選状況については、2017年5月2日から2018年9月30日まで国務省のサイト www.dvlottery.state.gov で確認することができます。また、ビザ手続きのインストラクションや面接日時もEntrant Status Check上で通知されます。もし当選していれば、当選確認画面にいき、永住権申請方法についての指示に従い、申請費用支払いや必要書類など準備にとりかかります。

大蔵昌枝 弁護士
MASAE Y. OKURA, ESQ
Atlanta 事務所
直接電話：770-765-7666
直接FAX：770-415-0039
Email：masae.okura@fisherbroyles.com

FISHERBROYES
A LIIMITE LIABILITY PARTNERSHIP

Charlotte 事務所
6000 Fairview Rd. Suite 1200
Charlotte, NC 28210
Atlanta事務所
1200 Abernathy Rd. Bld 600 Suite 1700
Atlanta, GA 30328

ウェブサイト：fisherbroyles.com
事務所所在地：アトランタ、オースティン、ボストン、シャーロット、シカゴ、シンシナティ、クリーブランド コロンバス、ダラス、デトロイト、ヒューストン、ロスアンゼルス、ネープルス、ニューヨーク、フィラデルフィア、シャトル、パロ・アルト、ワシントンDC。

抽選による永住権を申請するには、まず申請資格を満たさなければなりません。まず、申請者は高校卒業あるいは同等の教育を修了している必要があり、小・中・高校での12年間の公認の教育課程を修了したことを証明できること、または、　少なくとも2年間の研修か実務経験を必要とする職業（米国労働省の定める基準に準ずる）に過去5年以内に2年以上従事していることが条件となります。米国労働省の職業基準に関してはO*NET Online （http://www.onetonline.org/）で確認できます。さらに、申請者は犯罪暦の有無やテロ国支援国家の出身であるかなど、米国移民法の要件を満たしているか審査されます。

永住権の資格条件を満たさない応募者の数も考慮して、当選者は申請枠よりもかなり大目に選ばれますので、当選しても必ずしも皆が皆申請を行なえるわけではありません。受領番号の若い順に申請を行ないますが、当選者は自分の順番がまわってくるまでは永住権の申請書類を提出できません。2018年の9月末までに順番が回ってこなかった場合、もしくはその年の永住権発給枠が達成してしまったら、当選者の永住権申請の受付は終了します。したがって、当選したらすぐにケース番号を確認し、順番が回ってきたら、速やかに申請を行うことが大切です。もし順番がまわってくる前に永住権受付が終了した場合、翌年度の抽選に再度申し込むこともできます。

/大蔵昌枝:弁護士　福岡出身　アタランタ在住

Udon-Donburi don-Don

Tsuki

うどん・どんぶり専門店の「**Don-Don**」、ラーメン、寿司中心の「**Tsuki**」が開店まじかの**H-Mart**店内フードコート内にオープン。気軽に簡単に美味しくをモットーに皆様のご来店を心よりお待ちしております。買い物の際には是非お立ち寄りください。

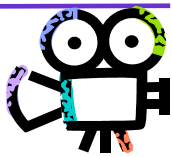
1961 High House Rd. Cary, NC 27519

ビジネスは悠悠で。
レジャーも遊遊で。
安心してお任せください。

YuYu TRAVEL

YuYu Travel
Agent コーリー玉恵
1.800.633.9350　919.865.1731(日本語)
www.yuyutravel.net　tamae@yuyutravel.net

三角シネマ館　映画大好き倶楽部



めっきり涼しくなってきましたが、映画界は少し熱い賑わいを見せています。一番のニュースは、アンジェリーナ・ジョリーとブラッド・ピットの離婚訴訟。あの細くて美しいアンジーのどこにそんな力が秘められているのかと思うほど、いろいろな話題を提供してきている彼女。最近、癌予防のために乳房切除と子宮摘出をしたこと、また3回の結婚をしたきたこと、6人の子供（3人の実子と3人の養子）の母親として育児に熱心なこと、女優だけでなく監督としても活躍していること、国連難民弁務官の特使として慈善活動をしていることなど、本当に並みの人ではないと感じます。政治家に転身するのではという噂もありますね。アンジーから言い出した離婚の行方がどうなるのか気になります。他には、1996年に起きた飛行機事故の再現映画「ハドソン川の奇跡」の日本公開の会見（宣伝？）のために、主役を演じたトム・ハンクスが日本を訪れました。会見後、トムが焼き鳥屋さんで日本人のサラリーマンに交じって飲んでいる姿が、あまりにもハマり過ぎていると好感を得たようです。また、俳優のモーガン・フリーマンが、栄誉ある米国芸術勲章をホワイト・ハウスでオバマ大統領より授与されました。この秋は、ハロウィーンに合わせてホラーやスリラー映画がいつもより多いようです。PG13のもありますのでみんなで見て気分が盛り上がりそうですね。/緋美瑚：東京都出身、フリーライター

The Birth of A Nation（ドラマ、伝記）R、10/7公開
ロバート・レッドフォード主催のサンダンス映画祭でグランプリになった映画。1831年の黒人神父ナット・ターナーの指導の下で起きた黒人解放運動を描く。

The Girl on The Train（スリラー、ドラマ）R、10/7公開
離婚して間もないレイチェルは、毎日、同じ電車に乗って仕事へ行く。窓からいつも見えるある家にいる仲がよさそうなカップルに憧れながら。しかし事件が。

Middle School: The Worst Years of My Life（コメディー）PG、10/7公開
日本でもポプラ社から翻訳版が出ている児童書の映画化。校則が厳しい学校でレイフと友達たちが、あの手この手で立ち向かう。小中高生必見のコメディー。

Max Steel（アクション、冒険）PG13、10/14公開
引っ越してきた16歳の少年マックスは新しい土地に慣れよう躍起になるが、自分が異常な強い力を持っていることを知る。それを見つけたのがスチールだった。

The Accountant（ドラマ、スリラー）R、10/14公開
クリスチャン・ウルフ（ベン・アフレック）は、奇才ともいえる数学の能力を持つ会計士。町の公認会計士なのだが、裏で危険な麻薬組織の会計も引き受ける。

Jack Reacher:Never Go Back（ドラマ、アクション）NR、10/21公開
ジャック・リーチャー（トム・クルーズ）は、捜査チームの指揮官を退き、後任はスーザンに。ところが、スーザンが濡れ衣で捕まってしまう。助け出せるか。

Ouija（スリラー、ホラー）PG13、10/21公開
ハロウィーンに合わせたホラー映画。ロスに住む娘2人の母子家庭で、母親は悪魔使いをやっているのだが、悪い悪魔がやってきて下の娘に乗り移ってしまう。

Inferno（ドラマ、ミステリー、スリラー、犯罪）PG13、10/28公開
「ダ・ヴィンチ・コード」シリーズ。地球の人口を半分にしないと人類は滅びるとテロを画策している集団にトム・ハンクス演じる宗教象徴学者が立ち向かう。

Doctor Strange（SF、スリラー）PG13、11/4公開
マーベル・コミックのヒーローの中でもひときわ目立つ天才医師ストレンジは事故で利き手を失うが、魔術師の下で修業を積んで、世界を救うヒーローとなる。

Troll（コメディー、アニメ、ファミリー）PG、11/4公開
シュレックを手掛けたドリームワークスの新作。1990年代に流行ったトロール人形を覚えている方もいるのでは。トロール村を襲う悪い怪物を救うのは誰だ？

Loving（ドラマ、ロマンス、歴史）PG13、11/11公開
アメリカでは1967年まで異人種間の結婚は違法だった。1958年に結婚したラビング夫妻は逮捕され、歴史的な裁判を起こす。オスカーも視野に入れた深い作品。

Shut In（スリラー、サスペンス）PG13、11/11公開
シングルマザーの児童精神科医（ナオミ・ワッツ）は、交通事故にあった息子の世話をしながら生活していた。ある吹雪の夜、行方不明になった男の子を探す。

Almost Christmas（コメディー）PG13、11/11公開
母親のいない黒人の家族が、感謝祭で大勢集まる。父親はクリスマスプレゼントには「クリスマスの5日間みんなが仲良くしてくれること」が欲しいと言うが。

The Edge Of Seventeen（ドラマ、コメディー）NR、11/18公開
ティーンエイジャーは人生最初のつまづきを味わうものだ。ナディーンの親友がこともあろうと自分の兄と交際を始めた。孤独になったナディーンを救うのは？

Moana（アニメ、コメディー、冒険）PG、11/23公開
ディズニーの新作は南太平洋での話。もう誰も航海しなくなった南太平洋の海に勇敢な女性モアナが船を出す。途中でポリネシアの神と出会い、共に旅をする。

Rule’s Don’t Apply（ドラマ、伝記）NR、11/23公開
1958年、美人コンテストで優勝したマーラは、大富豪ハワード・ヒューズの下で女優となることに。ところが迎えに来た運転手のフランクと恋に落ちてしまう。

花神
KASHIN
RESTAURANT
Japanese Cuisine & Sushi
919-851-7101
309 Crossroad Blvd Cary, NC
Crossroads Plaza
「御予約下さい」
すき焼き、しゃぶしゃぶ、
よせ鍋 も 有ります。
日本の味を 堪能して
みませんか？

女の中に男が一人❣

「バイク屋牧師の奮闘記　第4話 」

～戦争反対の国から軍人に嫁いだ人たち～

私は8年前にアメリカ市民となりました。理由は簡単。永住権の更新のたびに随分と高い更新手続きのための費用が掛かります。それならば、市民権を取ってしまえば、もうそんな理不尽な出費をしなくてもいいじゃないか、と思ったわけです。将来日本に帰らなければならないことなどを心配する方もおられますが、私は軽率なのか、単純なのか、そんなことはあまり深く考えていませんでした。しかし、市民権獲得のための最後の面接を受けた時です。それまで日本人としてあまり深く考えていなかった、アメリカ合衆国民となるという現実を真剣に考える一瞬がありました。それは、「合衆国政府からの命令で戦争に参加する必要がある場合、それを受け入れることを誓うか。」というたぐいの同意書にサインをするときでした。私の年齢からすると、実際に戦闘に参加することを強いられることはないでしょう。しかし、この宣誓は自分が国民として、このアメリカが戦争に参加することに反対しない、戦場の後方でどんな理由があろうとアメリカが勝利することを応援するということです。その書類にサインするときに、別に躊躇したわけでもありませんが、今になって敗戦国日本、戦争と軍備を放棄した日本という国に生まれ、戦争をしないという前提で生きてきた自分自身を再確認したような気がしました。さて、私の住むジャクソンビルにおられる日本人女性のほぼ全員は、アメリカ合衆国軍人と結婚をされているという話は、いまさらご紹介しなおす必要もないことだと思います。そして、この女性たちは、すべて私やこれを読んでおられる日本人の方々と同様に、「私たちは戦争をしない。」といういわば、日本のプロパガンダのもとに生まれ育ってきたわけです。彼女たちの一体どれぐらいの人たちが、「戦争放棄」の国から戦争によってその存在を世界に主張し、世界の秩序を守って来た（少なくともアメリカ自身はそう思っています。）という国民の、しかもその最先端である軍人の妻となったという自覚を持っている人がいるだろうかという疑問がわたしの頭の中をよぎったのです。その半面で、いま日本はといえば、国家保安法の導入、憲法解釈の変革などの問題で、一般国民は「自衛」イコール「戦争」と思っている人がたくさんいるわけです。沖縄でも、アメリカ軍に対しての風当たりは強く、実家を訪ねただけで、アメリカ軍人と結婚している女性が「おまえもオスプレーの仲間か。」と言われた人もいるほどです。アメリカが軍を動員して世界警察の役割をしていることを賛成するわけでも、反対するわけでもありません。しかし、日本とアメリカの国同士の同盟だの国交だの、地位協定だの、安全保障だのということ以上に、軍隊を持つアメリカに生まれ、その軍隊に所属する人たちと、戦争を知らない日本人という二つの水と油のように異なる文化の背景を持つ人々が結婚し、家庭を築いているという事実を、私たちは認めて受け入れなければならないのではないかと思うのです。異文化を受け入れて自分のものとすることは難しいことですが、相手の立場になって物事を考えるということによって、私たちは自分の心の許容量を広げることはできるのではないでしょうか。

/根本:東京出身　ジャクソンビル在住

お耳を拝借

「人工内耳」

今回は人工内耳についてお話します。人工内耳というと多くの方には縁のないものですが、重度難聴をもつ方々やお子さんに装用される補聴機器です。職場で、あるいは知り合いや親戚などの集まりで人工内耳のことが話しに出てくるかもしれません。そんな時に“ああ、こんな話をどこかで聞いたな”と思い出していただければ幸いです。人工内耳のしくみ、どのように働くのかなどはインターネットで豊富な情報が得られますので、詳しい説明はここではいたしません。ただ　このトピックスを選んだ理由は　患者さんのなかで、補聴器では言葉が明瞭に聞き取れないから人工内耳はどうかなどという方々がいるので、現実面をお話したいのです。ここでは成人を対象にしたお話しです。まずは重度難聴でも補聴器である程度の言葉の理解が可能な方々は人工内耳は受けられません。患者Aさん（60歳）は中等度、高度、重度とスロープ型の難聴をもち、補聴器を装用していても言葉の理解が年々低下してきたので、大学病院で検査してもらいました。大学病院での人工内耳用の言葉の理解力の検査は通常の聴力検査とは違い、例えば2音節中、1音節が正しければ、.5の得点になるのです。（普通の検査では“0”です）結果は人工内耳を受けるほど悪くはないので、補聴器の継続使用を勧められました。患者Bさん（19歳）は生まれつきの高度-重度難聴です。彼の場合、言葉の理解は読唇に頼らなければいけない重度ですから、人工内耳は受けられると思っていました。ところがMRIとCT-scanで内耳の組織に異常があり人工内耳は無理と言われました。そして、患者Cさん（62歳）。彼女は中等度、高度難聴と聴力が低下してきたのと、言葉の理解力も低下してきたのことで、人工内耳のことを前々からお話ししていました：人工内耳から聞こえる音は補聴器で聞こえる音とは全く異なること、リハビリ、調整などで、大学病院に定期的に通わなければならないことです。この理解を携えて大学病院で人工内耳を受けることができたので、今1年たちますが補聴器のときよりも言葉の理解ができるといっています。成人の場合、ふつうの言葉の聞こえの期間が長いため、人工内耳の音をきいてがっかりしてリハビリの努力もせず、後悔しているひとも多くいます。医療保険である程度カバーされますが、手術費を含めて5万ドル前後でしょうか。最後に人工内耳から聞こえる言葉はどんな音かというと、“ネズミのチップマンクスが水中で歌っている”のようです。人工内耳への理解、リハビリ、オーディオロジストの調整、通院がとても大切なことをお分かりいただければ幸いです。

/田中美恵子：Au.D 横浜出身 Fayetteville在住

Teriyakin'

日本のおいしさをお手軽に！

ステーキ丼・うなぎ丼
チキンプレート・巻き寿司・カレー
焼きそば・お子様弁当などいろいろ！
ケータリングにも対応

月～金 11:00― 20:00
土 12:00―20:00 日祭日休業
http://www.teriyakin.com
10970 Chapel Hill Rd. #112
Morrisville、NC 27560
☎ 919-443-2279

嫁 vs 姑

「嘘の様なホントの話：エピソード7/女詐欺師現るPart 2」

前回お話しした女Tの話のつづきです。この女性が初めに偽ったのは学歴でしたがその後離婚した実業家の夫の話、子供の話、自分自身の話をいろいろしてくれたのですが、どれも出来すぎていてどこまでが本当でどこまでが嘘か全くわかりません。割合で行けば8割は嘘の様な気がします。まず夫は慶応大卒の実業家、そして娘はモデル、自分は白人とのハーフと言っていました。当時50歳の彼女は50過ぎの既婚男性と不倫をしていて、休暇を取り千葉に帰ると2人で会っていると言っていて、数日に1度は携帯で話をしていました。ある大型スーパーの最上階にテナントの空きが出たと言うのでそこに夫は喫茶店を開きましたが私にその経営を任せてはくれずにその女Tにすべてを任せました。女T曰く千葉ではイタリアンレストランを経営していたので任せてくれれば成功するはずです。と言う言葉に元夫も信じ込みその女性にすべて任せ、私には帳簿や売り上げもいっさい触らせては貰えませんでしたが、給料無しで他すべての重労働をさせられました。重い物を運ぶ、掃除、ケーキを焼く等身体を使う労働はすべて私がしました。その時私の母が名古屋まで夫の商売を手伝いに来てくれていて、当時名古屋に元姑の持つマンションを事務所にしていましたのでそこに仕事を手伝いながら母は住んでおりましたが、その女Tがたまに仕事で使うため母は出て行くように言われ母は他にアパートを借りることに成りました。夫はその女Tが来てからその事務所にその女Tと会議と言っては頻繁に泊まっていました。夫はその女Tとそのマンションで不倫をしていたのだと思います。もちろん自宅でも私がいなければ不貞行為をしていたのでしょう。ある日思いがけず私が家に戻ると元夫とその女Tが帰って来た私を見てぎこちない態度で私を見たとき、普通ではない雰囲気がその部屋中に流れました。今思うと本当になんてばかばかしい人生だったのかと笑ってしまうくらいです。何故何も言わず黙って毎日召使のようにすごしていたのかと思うとばかばかしく思ってしまいます。子供が小さくて身動きが取れなかった事や逃げるところなど無い事、誰も私を助けてなどくれないと決めつけていた事。理由はいろいろありましたが、おそらくその女Tや元夫に洗脳やおどしの様な暗示に掛けられていたのだと今は思うのです。姑も2人がマンションに泊まっていても知らん顔でいつも気に入らないと相変わらず私には文句ばかりの毎日でした。後で親類に話した時弁護士や他に助けてくれそうな人を紹介したのに何故何も言わなかったのかと、後になって叱られましたが、当時の私は半分蛇に睨まれたカエル状態だったと記憶しています。「友人には子供なんか3人も作るから出て行くにも出て行けないでしょうに！」と怒られる始末です。そんなに辛くても目まぐるしく忙しい日々が矢のように過ぎて行き、物を冷静に真剣に考える余裕など無かったのだと今は感じています。そんなに辛くてもなぜか涙一つ出ないのです。自分では洗脳や暗示など絶対にかからないと当時は思っていましたが、実際この先この人達に逆らったらどうなるか分からないと言う恐怖で気持ちが氷のように固まってしまい、だた黙って言う事を聞くしかないと思い込んでいたのでしょう。

/NC ちーちゃん：東京出身 Jamestown在住

心と身体のメンテナンス

さてさて、季節は巡り巡って秋、、このコーナーを担当させて頂いて早1年が過ぎようとしております。時間の経つのは早いもので、息子もとうとう家を離れ大学生活をスタートさせました。先日アメリカ人の知り合いの方に、“You have second Honeymoon !!”と言われ一瞬固まりました(汗)我が家はそれぞれが好きな事を自由気ままにやれる環境でありますので(お互いに関心ナシとも言う)、熟年夫婦揃って、バラバラの健康管理に励んでおります。私は勿論、日々のヨガクラスで生徒さんと呼吸を合わせながら心と身体を整えており、旦さんは旦さんで、あらゆる方面から取り寄せた情報により独自のトレーニングメソッドで健康を維持。大好きなテニスのゲームの勝ち星を1つでも増やして行くのが目標らしい。共通して言える事は身体のストレッチをしっかりやる事とコアトレーニング。旦さんは恐ろしくかたーい体でしたが日々の努力で開かなかった股関節がかなり柔らかくなりました。男性は女性より膝が硬く、股関節の開きが悪い方が多くいらっしゃいます。股関節が硬いと姿勢も悪くなり、下半身の代謝も悪く疲れやすくもなります。人間誰しも必ず年を取って行く訳でいつまでも元気に身体を動かし人生を謳歌するためにも、早目の修正が必要です。勿論、スポーツをしているヤングゼネレーションにも必須！今回のテーマは、**~股関節を柔らかく、身体全体を整えよう！!~** では、早速行ってみましょう。

① 英雄のポーズI ~Warrior I (Virabhadrasana I)

1. 両足を肩幅より広めに開く(足の中指を平行に)
2.左のつま先を開き、右膝を90度に曲げる(膝は足首より前に出ない)
3.左のかかとと右のかかとの位置一直線上に置く。
4.両手を耳の横で伸ばす(腕を引き上げて5呼吸)
5.逆サイドも同じことを行う。

＊骨盤を開いてしっかりと腰を前に向けて、ポーズをホールドします。

② 蝶々のポーズ(Baddakonasana)

1.足と足の裏を合わせて座る(骨盤を立てて背骨をまっすぐ)
2.出来る範囲で合わせた足を自分の方に引き寄せる(姿勢はキープしたまま)
3.蝶々の羽のようにパタパタした後、息を吸って背骨を真っ直ぐにキープし、吐きながら股関節から体を前に倒していく(**痛気持ちいい**所で10呼吸)

＊体の力を抜いてリラックスして呼吸を続けて下さい。

初心者は仰向けに寝て足の裏を合わせてゆっくり呼吸を続けるだけでもOK！膝をひし形の様にしても良いですし、両膝は床に着かなくても大丈夫です。

英雄のポーズは胸を引き上げ、丹田(おへその下指二本分の体の中心部)に集中して呼吸して行くことにより、コアを鍛えることが出来、蝶々のポーズは骨盤を整え、鼠蹊部のリンパの流れを促進してくれる効果もありますので身体全体のバランスをよくしてくれます。どちらのポーズも吸う息は鼻からで吐く息は鼻でも口でもご自身の心地よい方で続けてください。初めは無理をなさらず **いたきも(痛いけど気持ちい)**が大切です。続ければ必ず身体の変化に気付いて行かれると思います。我が家の旦さんは約1年で90度位しか開かなかったのが150度位まで行くようになり両膝が床に近付いてきました。今期はテニスの勝ち星も増えており、気持ちは錦織圭選手です。

/Kaorin：福岡県出身NJ州　Cresskill在住

美しい日本語

～秋にまつわる美しい表現～

私はゴルフが趣味なのですが、この時期夕方近くになると西日が強くなり、空高く上がったボールの行方がわからなくなることがたびたびあります。そんな時、季節が秋に変わったことを感じます。ところで秋の語源ってご存知ですか？秋の空は遠くどこまでも澄み、白い雲が天高くみえるという様子をあらわした「清明（あきらか）」に由来する説、稲や麦、粟などの穀物が飽きるほど満ちる季節だから「飽く」に由来する説、そして紅葉や赤とんぼを見ることのできる季節になることから「赤・紅」に由来する説などいろいろあるようです。今回は、この秋にちなんだ日本の言葉をいくつか拾ってみたいと思います。

＊色なき風
秋風をあらわす言葉。秋が深まるにつれ、次第に透き通っていくように感じる風を表現した言葉です。また、中国から伝わる陰陽五行説では、各季節に色を振り分けていて、秋の色は白と決まっているそうです。白は色がないともいえます。そこから秋風を「色なき風」とたとえたともいわれています。私はこの言葉を聞くと、箱根の仙石原すすき草原を吹き渡る風を思い出してしまいます。ちょっと寂しさを感じさせる表現だと思います。
この「色なき風」は秋をあらわす季語として頻繁に使われているようです。古くは、「吹き来れば身にもしみける秋風を色なきものと思ひけるかな」と紀友則が詠んでいます。

＊秋入日（あきいりひ）
秋の夕暮れをあらわす言葉です。まだ日本にいた頃、秋の夕方地方をドライブしていて山の稜線の際が茜色の見事なグラデーションを描いていたことを思い出します。色々な色が混ざり合って自然の出す色って素晴らしいなとその時思ったものです。いつまでも見ていたかったのですが、「秋の日はつるべ落とし」と言われるぐらい早いもの、もう2度と見ることのできない情景は心の中でずっと残っています。ノースカロライナでも夕暮れ時の空の色は息をのむものがあります。でも日本で見るよりも少々色がはっきりしている気がします。
そういえば、あの清少納言も「秋は夕暮れ」と枕草子に書いていましたね。

＊野分（のわけ・のわき）
台風をあらわした古語。野の草を分けながら吹く強風をあらわした言葉です。
ちょうど二百十日あたりに吹く暴風雨のことをさすようです。
源氏物語に「野分」という章があり、光源氏の息子の薫の君が、野分の風に吹き上げられた御簾の隙間から紫の上を覗いてしまいました（当時の貴族の女性は、人前に姿を見せることはありませんでした）。紫の上のあまりのきれいさに心を動かされた薫の君のドキドキ感が、野分の風のあらあらしさと相まって印象的に描かれています。源氏物語はあまり好きではないのですが、この章だけはなぜか心に残っています。

秋に関しての日本語は他の季節に比べて、多いようです。秋という季節は日本人の心を動かす何かがあるのかもしれません。今年も、ノースカロライナでいくつかの秋の風景を楽しんでいきたいと思います。

/増田：　東京出身　Apex在住

～医食同源～

「冷え性の対策」

女性に貧血が多いのは生理があるからです。血液が足りない、あるいは血液の質が悪いという状態では全身に影響が及びます。内臓機能の低下、皮膚状態の衰え、精神的に集中力の低下、疲れやすいなどの症状が見られます。一般の鉄欠乏性貧血は毎回の生理で出血が多い、偏食やダイエットで栄養物をきちんと摂れていない、胃腸が弱くて、消化吸収が十分に行えなかったり、潰瘍か子宮筋腫で失血が多かったりすることがよく考えられます。

症状：顔色が青白い、唇や舌の色が薄い、皮膚が乾燥し、艶がなく、粉がふいたりすることがある、しわが目立ち、指の先や足のかかとの皮が薄くてよく亀裂する、爪が脆く、ひび割れやすい、髪の毛がパサパサで、枝毛ができやすい。全身的には、めまい、立ちくらみ、息切れ、動悸、物忘れし易い、睡眠が浅いか夢を多く見る、仕事や勉強に集中できにくい、生理が少ないかとまる、疲れやすいなどが現れます。

治療法：

気虚血虚：貧血と共に、疲れ易い、体力がない、胃腸が弱いなどの症状が強く現れる人。
胃腸を強め、体力をつけ、血を増やします。
補中益気湯、帰脾湯、十全大補湯

血虚血瘀：貧血と共に、皮膚の色が黒ずむ、手足が冷え、お腹が冷えて痛む
血を増やして、循環をよくする。
温経湯、十全大補湯、当帰芍薬散

生活注意法：毎日きちんと食事を摂る事が基本です。胃腸に負担をかけ、消化しにくいものを控えめにする、冷たいものや生ものをなるべく少なめにする、無理なダイエットをしないように、牛肉、鶏肉、レバー、かぼちゃ、人参、大豆、棗、桃など、胃腸に優しい、血を増やすものを積極的に摂りましょう。

/武耕：北京中医薬大学医学部卒業　中医師 北京出身 Chapel Hill在住

HAIR SALON

www.hairbyteruko.com

てる子 (Terri) - Stylist

予約制

(919) 525-1456

hairbyteruko@gmail.com

IMAGE HAIR & BODY SALON
PEACHTREE OFFICE CENTER
7521 MOURNING DOVE RD#106
RALEIGH, NC 27615
(SIX FORKS & SAWMILL)

ご予約はEメール，テキスト メッセージ，
そしてお電話でお気軽にどうぞ。

英語横丁

効率の良い英単語の覚え方

果物、野菜、植物の名前は、日本語でも結構カタカナになっていたり、こちらでもdaikon radish, nappa cabbage と言っていたりで、なんとなく想像がつくものが多いかもしれません。スーパーマーケットの店頭に並んでいれば、英語の名前を知らなくても見た目で買い物ができます。9月10日にRaleighのState Fairgroundに行ってみるとGourd Festivalをしていました。さて、Gourd （ゴード）とは何でしょう？ヒョウタンです。干したヒョウタンで様々な工作を実演、そしていろいろな作品を展示してありました。視覚で覚えた英単語は長持ちするもの。Gourdも加えてあげてください。

そろそろハロウィーン。干したヒョウタンでハロウィーンの飾りを作ってみてもいいかも。軽くて長持ちしそうです。

/Tomoko Chubachi TomoKonsulting 兵庫県出身　Durham在住

こんなお店知ってた？

「Picnic」

1647 Cole Mill Rd, Durham, NC 27705

月刊誌「OUR STATE」に、最近開店したオーナーシェフのBarbecue屋さん・・・という特集記事が載っていたお店です。ダーラムのダウンタウンから離れた住宅地に囲まれた場所にあります。さすがに開店したばかりらしく、店内はすっきりきれいです。メニューはすっきりシンプル。基本、カロライナBBQなので「豚」です。チキンも外せないので、きょうはフルサイズ。「Barbecue and Fried Chicken Combo」を注文してみました。ほんとにほんとのbasic！ブルンスウィック・シチュー、カラード・グリーン、コールスローのサイド3種類とお約束のハッシュパピーを連れた、しっとりプルドポーク。これはおいしい！！火の入り加減が絶品です。コールスローのドレッシングもオリジナル。甘ったるさが全くありません。このお店、お勧めです。

/Lacy Blue:仙台出身　Durham在住

TRIANGLE AREA 初　本格ラーメン屋

点矢らーめん

Ten-Ya Ramen

Triangle 地区で1992年より本格的なタイ料理を作り続け、
数々の賞を受賞しています。お気軽にお立ち寄り下さい。

Inside Sawasdee Thai Restaurant and Bar
6204 Glenwood Avenue, Ste 120 Raleigh, NC 27612

ごちそうさまぁ～！

「バジルで台湾料理「三杯鶏」(サンペイジー)」

もとは中国南部、江西省の名物料理だったそうですが、現代では台湾の人気料理になっています。三杯の調味料を土鍋に入れて弱火で長時間煮込むという調理法からこのような名前になっており、英語でもほとんど直訳の「Three-Cup Chicken」。

材料：
醤油100cc　水100cc　酒100cc　砂糖50ｇ　鶏肉1ポンド　生姜50ｇ
唐辛子2本　バジル30ｇ　ニンニク2片　ネギ1本

作り方：
1. ネギは小口切り、ニンニクと生姜はスライスしておく。鶏肉はブツ切り。

2. フライパンに油をひき、ネギの半量、ニンニク、生姜を炒める。香りが立ったら、鶏肉を入れる。

3. 鶏肉にある程度火が通ってきたら、醤油・水・酒・砂糖を入れ、味見をして調味する。

4. 鶏肉に火が通ったら、ネギの半量を加える。

5. 仕上げにバジルを加えて、軽く混ぜる。

/Lacy Blue:仙台出身　Durham在住

日本人マスターガーデナーに相談:野菜、植物等の相談は10月29日のサウスダーラム・ファーマーズマーケットが今年最後になります。お気軽にお立ち寄りください。

信頼と実績の長谷川保険代理店

自動車保険: 10%の早期見積もり割引実施中！
a.新規保険購入時:発行日を見積もり取得後15日に設定する。
b.Travelers以外のポリシーをお持ちのお客様:
その有効期限が切れる少なくとも15日間前に見積もりを取得し、Travelersに書き換える。
c.日数、割引は、州によって異なりますのでお問い合わせください。

全ての保険に関する質問は日本語で対応させて頂きます。

長谷川保険代理店　Tel:770-509-9896
info@hasegawainsurance.com
www.hasegawainsurance.com

ごちそうさまぁ～❣デザート編❣❣

「イチジクのチーズケーキ風、チーズ・バター抜きバージョン」

季節のイチジクを使って、健康的なローカロリー・デザートを作りましょう。チーズ、バターを使わないレシピです。

材料：豆腐1パック、イチジク2個、卵1個。コーンスターチ大匙4、レモンジュース大匙1。

1.豆腐を電子レンジで5分加熱し、水分を飛ばしたら、フードプロセッサーに投入。

2.コーンスターチ大匙4杯とレモンジュース大匙1杯、卵1個を投入して撹拌します。

3.型に流し込んで、イチジクのスライスを綺麗に並べます。

4.340°Fのオーブンに入れて30分ほど焼けばできあがり。オーブンの加熱具合はそれぞれのオーブンによって違います。焼き時間は参考程度に考えてください。

/Lacy Blue：仙台出身　Durham在住

Realty Triangle

お問い合わせは
日本語でどうぞ

Yoko Amano
Realtor/Broker-in-Charge
1340 Environ Way
Chapel Hill、 NC 27517
Phone: (919)215-4665
yoko.amano@realtytriangle.com

不動産関係、Relocationのプロフェッショナル。30年以上の経験と知識を生かしたアドバイスでアメリカ生活安心スタート！

結婚式・誕生日
各種パーティー
結婚記念日・お葬式

Angel Roses Florist

フローリスト（宇山）

919-949-1875　日本語
919-596-6185　English
www.angelrosesflorist.com

Family Hearing Care

Hearing, Tinnitus, Hearing Aid

Mieko Tanaka, Au.D
Doctor of Audiology/オーディオロジスト

Cary　919-480-6080
www.ilovetohear.com

連載：酪農日記

11話「忘れない、そして前へ【最終回】」

・6月16日　民主党政府はわずか2日で国会を閉幕させ、参議院選挙を行うことを決定する。20%を切っていた鳩山内閣末期の支持率が、菅内閣発足当初はおよそ60%台であり、この高支持率を維持したまま選挙戦に突入すべく、民主党は野党との党首討論も予算委員会もせずに国会を閉会したのである。内閣発足から僅か34日で参議院通常選挙の投票日に入ったのは、歴代最短記録である。
宮崎県の酪農家にとっては正に政府による暴挙である。選挙が終わって次の国会が開幕するまで国会は機能しないのである。国による対策が何も為されないのである。『緊張感を持って一丸となって対応していきたい』と言った菅首相の言葉は何だったのか。口蹄疫のような驚異的なスピードで伝染するウイルスに対抗するには、人、モノ、そして車の移動を一定の制限下に置いて、完全な消毒を進めなければならない。そうでなければ蔓延は止められない。ところが選挙運動は停止されない。口蹄疫ウイルスが選挙運動車両や運動員に付着して盛大にバラ撒かれる可能性が高い。やはり民主党にとって口蹄疫や宮崎や日本の畜産の事など、自分の選挙に比べればどうでも良いこと、眼中に無いのであろう。敢えて名前は出さないが、民主党には宮崎県出身の国会議員が3名在籍する。彼らは一体何をやっているのか。ついでに言っとくが、社民党党首の福島瑞穂議員も宮崎県出身だそうだ。
・6月20日　最大の被害を出した川南町の牛・豚、約14万5千頭の殺処分が完了した。
・6月30日　殺処分対象だった約276,000頭の家畜の処分が完了した。川南、都農、高鍋、新富、木城の県東部5町では、全ての牛と豚がいなくなった。
・7月11日　第22回参議院議員通常選挙が実施された。民主党は改選数54議席に対し106名の候補者を立て、当選が44名。公示前の116議席を106議席に減らした。自民党は改選数38議席に対し84名の候補者を立て51名が当選。公示前の71議席を84議席に増やした。特に勝敗を分ける1人区では民主党が8勝21敗、自民党が21勝8敗と明暗を分けた。結果、ねじれ国会状態となり、与党民主党の好き放題の日本や日本人を苦しめる政策にブレーキが掛かることになる。
・7月16日　宮崎県が殺処分回避を求めていた個人所有の種牛6頭の所有者が殺処分を受け入れ、翌17日に種牛6頭の殺処分と埋却を終えた。
色々な事を考えさせられる。酪農家や酪農関係者にとって種牛がいかに貴重なものか、正に値段など付けられない存在である。一方でこの特例を認めてしまった場合、既に泣く泣く殺処分に応じた酪農家の気持はどうなるのか。実際、種牛の延命を求めた宮崎県に対し、全国肉牛事業協同組合、日本養豚協会は『犠牲を強いられた生産者及び全国の生産者に対する裏切りで、疫学上あり得ない言語道断の行為である。』として非難した。全国肉牛事業協同組合、日本養豚協会の主張は家畜伝染予防法に従ったものであり、家畜伝染予防法が時代にそぐわない一面が有るにせよ、法治国家日本に於いて全く正当なものである。勿論、組合や協会にとっても文字通り血を吐く思いの言葉なのである。
如何に思いを巡らせても堂々めぐり、行きつく結論はいつも同じ。何故初動で抑え込めなかったのか。県の責任、国の責任、色々な事を言う人がいる。誰が大臣であろうと誰が知事であろうと、どこが政権を持っていようと関係は無い。口蹄疫に対し、国と地元が最大の効果を持った迅速な初動をとる仕組みを作らなければならない。それができなければ、宮崎県と宮崎県の酪農家の皆さんが取り返しのつかない代償を払って得た経験が無駄になる。今の国の防疫体制、即ち県に過重な負担をかけ、責任を押し付け、金も人も、更

に情報さえ制限する、こんな防疫体制は即刻、正してもらいたい。イギリスの例に倣ってもらいたい。これは国の責任である。
・7月27日　午前0時を以って宮崎市の発生農家を中心とした家畜の移動、搬出制限区域を解除。陸上自衛隊第43普通科連隊と航空自衛隊第5航空団は待機を解かれ完全撤収する。
・8月27日　東国原宮崎県知事が終息宣言を発表。
今回の口蹄疫は宮崎県の全26市町村のうち、主に東部5市6町で発生し、発生農場数292、牛の殺処分頭数6万8,266頭（県全体の牛の22%）、豚の殺処分頭数22万34頭（県全体の豚の24%）、ヤギや猪などその他殺処分数343頭、埋却地251箇所（面積は約142万㎡）、中止されたイベントは226、閉鎖された施設は約400、義援金の総額は25億7,800万円（7月22日迄）、ふるさと納税の申し込みは4,227件（7月22日迄）、そして県内経済への影響は2,350億円と推計されている。
・10月6日　農林水産省が国際獣疫事務局に『ワクチン非接種口蹄疫清浄国』の認定を申請。
・2011年2月　『ワクチン非接種口蹄疫清浄国』のステータスが認められる。
・2011年4月4日　『家畜伝染病予防法の一部を改正する法律案（平成23年法律第16号）』が公布される。
・2012年10月29日　長崎県佐世保市のハウステンボスで行われた『第10回全国和牛能力共進会』において9部門中5部門の優等首席に加え、第7区の総合評価群における内閣総理大臣賞、各部門の総合得点で道府県の順位を決める団体賞で1位を獲得した。
本当に宮崎の酪農関係者の皆さんの努力には頭の下がる思いである。終息宣言から僅か2年2カ月である。心からおめでとう。そしてありがとう。
・2012年11月　宮崎県は二度と口蹄疫を発生させないためにも、また、口蹄疫からの再生・復興を力強く進めていくために県のホームページに8章の本編と15章の資料編から成る口蹄疫の記録〝忘れない、そして前へ〟を発表した。
http://www.pref.miyazaki.lg.jp/shinsei-kachikuboeki/shigoto/chikusangyo/20150825171432.html
・2013年3月31日　宮崎県は口蹄疫の発生を受けて設置していた『防疫対策・復興対策合同本部』を約3年間で復興にめどがついたと判断し解散した。
・2013年4月20日　2010年の口蹄疫発生から3年を迎えた4月20日、最初の感染疑いが出た都農町の主催で、殺処分された牛や豚などを慰霊する畜魂祭が行われた。
酪農は家畜という生き物に対して、命に対して適切な距離を保つ中で成立します。その微妙な距離の中でしか成立しないものの様に思います。命に対して近すぎても遠すぎても何れは破綻することになると思います。家畜がトラックに乗せられて搬出される際、多くの酪農家の方は深々と頭を下げて送り出します。感謝すると共に適切な距離を保つのです。

『いただきます。』という言葉が有ります。誰でも知っている言葉ですが、これは短縮されたものである事を御存知でしょうか？　元々は『あなたの命をいただきます。』だと言われています。諸説有って真偽のほどは定かではない部分もありますが、厳然たる事実として確かなのは、我々人間は日々、動物や植物の大切な命をいただいて毎日生かされているという事です。そして我々日本人はその命に対する感謝の意を込めて自然と『いただきます。』と口にするのです。宗教観の違いからでしょうか、諸外国には日本の『いただきます。』に相当する、命に対する感謝の言葉は存在しないそうです。
日本はどこにでも神様が居る八百万の神の国です。神々に対する感謝の心、人々に対する感謝の心、動物や植物や自然に対する感謝の心を忘れてはいけません。助け合う

を再確認させてくれたように感じます。そしてこの感謝の気持ちを忘れない、助け合うことを忘れない美しい人々の住む美しい国を次の世代へ、またその次の世代へと渡していくことが、今を生きる我々の最大の責任なのだと思うのです。

【今回を持ちまして酪農日記は完結致します。読者の皆様方には心より感謝申し上げます。宮崎県の酪農家さんも2011年暮れには20頭目の分娩だったそうです。多くの苦労が有った事でしょうが、〝忘れない、そして前へ〟、ですね。
それから、個人的な事情ですが、実は2016年末を持ちまして帰任が決まりました。長きにわたりまして皆様方には大変お世話になりました。私も感謝の気持ちを〝忘れない、そして前へ〟です!!!】

/岸本：駐在員　北海道出身　Durham在住

Triad　Triad　トライアッド　かわら版　Triad　Triad

1) Autumn Leaves Festival
日時：10月14日～15日 場所：Downtown, Mount Airy　入場無料。ペット禁止
地元のミュージシャンによる生バンドのショー（特にブルーグラスやゴスペル音楽）や手工芸品、食べ物の出店が豊富。

2) Carolina Balloon Fest
日時：10月21日～23日 場所：Statesville (near Regional Airport)
色とりどりのホットエアバルーンを間近で見るのは圧巻。入場料は$5から。別料金で試乗も可。

3) Lexington Barbecue Festival
日時：10月22日（土）場所：Lexington　入場無料。
数々のお店が得意のバーベキューを出しています。また複数の屋外特設ステージではライブの音楽が楽しめます。出店・手工芸品等もたくさんあり。指定駐車場からバス送迎。

Yamamori Ltd.
山森宝石
Distinctive Jewelry Since 1969
あなただけの洗練されたジュエリー
リメイクや修理等もお気軽にお申し付けください
501 State Street、Greensboro、NC 27405
Phone (336) 273-8888・ Fax (336) 273-8890
Yosuke Yamamori、Kathie Yamamori

4) Festival of Lights
日時：11月22日～1月1日場所：Clemmons　入場料は$15から
たくさんのクリスマスライトの下を車でゆっくり見て回ります。途中にはギフトショップや焼きマシュマロを食べるところあり。

5) The Polar Express train ride
日時：11月28日～12月22日場所：NC Transportation Museum in Spencer
ヒット映画を真似て子どもたちが楽しめるようにしたクリスマスをテーマにした機関車ライドです。大人の乗車券は$36から。

6) Kersey Valley Spookywoods
日時：9月30日～11月5日の週末、たまに木曜日
トウモロコシ畑の迷路（Maize）もあります。

その他のハロウィーンイベントは、Greensboro近郊なら次のリンクをどうぞ。
http://www.funtober.com/haunted-houses/north-carolina/greensboro/
また、Charlotte南にあるCarowinsではSCarowinsが、Williamsburg, VAにあるBusch Gardensではhowl-O-Screamというイベントが9月中頃から10月末までの週末にあります。

Yum Yum Better Ice Cream

1219 Spring Garden St, Greensboro, NC 27403
月10:00 am – 5:30 pm / 火-金 10:00 am – 10:00 pm / 土 10:00 am – 5:30 pm

手作りアイスクリームのお店 Yum Yum さんをご紹介します。ミルキーでコクのある美味しいアイスクリームで甘さもこの国独特の甘—いと言った感覚はありませんでしたので、最後まで美味しく頂けます。お子様はもちろんの事大人の方でもたまーに甘い物が食べたい時は是非どうぞー！他にホットドッグなどの軽食もあります。

オズボーン
カイロプラクティック クリニック

Osborne
Chiropractic Clinic

Dr. Brya Osbore, DC
5603 Duraleigh Rd. Suite 101
Raleigh, NC 27612
Phone: 919-571-7311

腰痛や肩こりなどの国民病や体のさまざまな悩みを解決し、ストレスの多い暮らしを健やかで自分らしく過ごすために、ぜひ自分の体と向き合う時間を作りましょう。

見て見て！三角掲示板

生徒募集：裏千家茶道教室、初心者から経験者までレベルに合わせて丁寧に指導。曜日・時間は相談応、許状取得システム有、Chapel Hill 967-2725 小野まで

Electric Engineer ：フルタイム　3~5年の経験者　残業有　健康保険有
お問い合わせ oshigotousa@gmail.com

ハウスクリーニング:引っ越し前後の掃除、定期的な掃除、芝刈りも承ります。まずは無料見積もりから。是非お問い合わせください。tnagatomo@nc.rr.com

---

家庭教師派遣：お客様に合わせ、年齢やリクエストに応じ、ESLから学校の宿題まで、幅広い家庭教師をご紹介します。問い合わせ: sales@realtytriangle.com

---

通訳派遣：病院診察・学校の先生との面談等、短時間の通訳業務に対応いたします。 問い合わせ：oshigotousa@gmail.com

---

Admin募集：バイリンガル　Word, Excel経験者　積極的で明るい方募集　健康保険　401K有　問い合わせ: sales@realtytriangle.com

---

System Engineer (System Programmer): PLCを使える経験者 健康保険、401K 有 勤務地　RTP　問い合わせ　oshigotousa@gmail.com

---

マネージャー、寿司シェフ募集：経験者優遇　未経験者トレーニング可　健康保険、ビザサポート有り　勤務地、NC SC GA Fayetteville Miyabi Inc 畑中迄 miyabifay@ncrrbiz.com 又は910-864-5987

Sales Rep: 旅行代理店で予約業務経験者のSales Rep 求む。健康保険、401K有 勤務地 Greensboro, NC 問い合わせ oshigotousa@gmail.com

---

賃貸物件:3BR,2カーガレージ、タウンハウス、ショッピングセンター、I-40まで近し、閑静な住宅街、Chapel Hill学校区　sales@realtytriangle.com

---

梱包アルバイト急募:パートタイム　月に3~10ほど　sales@realtytriangle.com

掲示板ご利用案内

「**見て見て！三角掲示板**」では、掲載する情報を常時募集中。トライアングル・トライアッド地区の日本人に効果的にアピールできます。情報交換の場としてお気軽にお問い合わせください。

E-mail:　Sankakuyokocho@outlook.com

ABE
Hair Artist
新住所

Salon by JC
6140 Falls of Neuse Rd.
Raleigh, NC 27609
予約
(919)605-4892 日本語

10/11月 トライアングルの イベント・スケジュール

コンサート/ミュージカル/演劇などのパフォーマンス		
10/11-16	Rent (musical)	DPAC
10/14,15	Blockbuster Film Scores (NC Symphony)	DECPA
10/25-30	Fun Home (musical)	DPAC
11/4	Raleigh Music Festival	PNC Arena
11/4	Bob Dylan and his Band	DPAC
11/4,5	Copland Classics (NC Symphony)	DECPA
11/11,13	Bach's Double Violin Concerto (NC Symphony)	DECPA,UNC-CH
11/15-20	Spamalot	DECPA
11/18	The Temptations and the Four Tops	DPAC
12/2,3,15	Messiah Choruses and More	DECPA,UNC-CH
ファミリー/子供向けイベント		
10/13-23	2016 N.C. State Fair	NC State Fair Ground
10/14-16	31st International Festival of Raleigh	Raleigh Convention Center
10/22	Marbles Kooky Spooky Halloween Party	Marbles Kids Museum
10/22	Get Wild! Halloween	Swift Creek Bluffs Nature
10/28-29	The Music of Star Wars	DECPA
10/30	Free Family Day	Nasher Museum of Art at Duke
11/5	Odd Squad: Live!	DPAC
11/25-12/24	Rudolph the Red-Nosed Reindeer the Musical	DECPA
11/25,26	Thanksgiving Weekend Holiday Pops	DECPA
11/26	The Hip Hop Nutcracker	DPAC
11/29-12/4	Dr. Seuss' How the Grinch Stole Christmas!	DPAC
12/8-11	Disney On Ice presents Follow Your Heart	PNC Arena
その他のイベント		
10/15	Cary Diwali Festival	Koka Booth Amphitheatre
10/15	Full Moon Walk at Mason Farm Biological	Mason Farm Biological Reserve
10/29	NC Wine Festival	Midtown Park North Hills
10/30	Pork & Vine - a pork and wine festival	602 Glenwood Ave., Raleigh
日本人関連イベント		
10/9	Chapel Hill/Durham日本人会ピクニック	Southern Community Park
10/14	着付け紹介と体験	Raleigh First Baptist Church
10/14-16	Internationa Festival	Raleigh Convention Center
10/28	ジャコランタン作り	Raleigh First Baptist Church
11/6	ウィンストンセーラム日本語集会	North West Baptist Chruch
11/18	感謝祭ディナー	Raleigh First Baptist Church
12/4	ウィンストンセーラム日本語集会	North West Baptist Chruch
12/9	Toy Joyのボランテア活動	Raleigh First Baptist Church

*DECPA:Duke Energy Center for the Performing Arts(Raleigh) *DPAC:Durham Performing Arts Center

編集後記

読者の皆さんは「ご縁」を感じたことがありますか？半世紀を生きてきて、ふと自分の人生を振り返ってみると、大切な節目だけでなく、「ご縁」で助けられている自分を再発見。ある方が私を文字に例えると「紀」と教えてくださいました。Originalな発想から糸(ご縁)を幾つも幾つも継いで周りと共に幸せになるタイプ。そういえば、いつも「もうダメ！HELP!!」って感じる時、必ず周りにたくさんの友人サポーターが応援してくれて「これなら何とか頑張れるかも」ってエネルギーがふつふつ湧いてきます。初代編集長とふとした「ご縁」で始めた▲横丁。「お互いの好きな事を伸ばし、苦手を少しでも克服しながら、Triangle地区に住む日本人により良い情報提供」を目的で始め8年半。▲横丁を支えて下さっているスポンサーさん、ボランテアさん、読者の皆さんとの「ご縁」にも感謝です。ギリギリまで迷ったのですが、偶数月発行の▲横丁でしたが、今月号以降(来年)から四季号となります。今まで以上の豊富な情報モリモリで頑張ります。 Yoko

＊三角横丁へのお問い合わせ、広告の掲載などにつきましては三角横丁編集部 Sankakuyokocho@outlook.comまでeメールでお願いします。
＊掲載内容は、最新かつ事実であるよう努力しておりますが、万一事実と異なる場合は事実を優先し、掲載の団体・店舗等に関するお問い合わせは、直接お願いいたします。
＊三角横丁の内容や記事の全部あるいは一部の無断転載、無断使用を禁止します。

トライアングル地域情報誌「三角横丁」2016年/10,11月第52号 by 三角横丁編集部
三角横丁© All rights reserved.
協賛: トライアングル日本クラブ、NCジャパンセンター
編集発行人: 天野陽子
1340 Environ Way Chapel Hill, NC 27517 e-mail: Sankakuyokocho@outlook.com

Li Ming's

GLOBAL MART

Food from China, Japan, Korea, US, and much more!

日本の食材や調味料、アジアの食材を
豊富にリーズナブルな値段で
ご提供させていただいております。

Great Price, Wide Selection, Good Customer Service, Over 50,000 Sq, Ft.

DURHAM: 3400 Westgate Dr. Durham NC
☎919-401-5212
GREENSBORO: 3703-A High Point Rd. Greensboro, NC
☎336-218-8008
RALEIGH: 3210-131 S. Wilmington St. Raleigh, NC
☎919-32-2288 (店名 : A & C Supermarket)

★Restaurant Buffet★

Choose 3 items/Only $5.99

店内のカフェテリアで美味しいお食事を
楽しみながらゆっくりおくつろぎいただけます。

和食なら すし常

旨い寿司、天婦羅、刺身、照り焼き

3417 Hillsborough St.
Raleigh, NC 27608
(919) 833-7768

Lunch	月～金	11:30am-2:00pm
Dinner	月～木・日	5:00pm-9:30pm
	金～土	5:00pm-10:30pm

最高の日本料理とおもてなしで
皆様のお越しをお待ちしています

waraji
JAPANESE
RESTAURANT

5910 Duraleigh Road
Raleigh, NC 27612
Phone (919) 783-1883

Today Asia Market

(Family Operated Business)
1207 Kildaire Farm Rd. Cary NC/919-380-0588/Sun-Mon 9:30am-8:00pm

アジア系の食材をリーズナブルな値段で提供しています。商品陳列のきれいさとゆったりした気分でお買い物ができるところが魅力。 この広告を持参のお客様には現金払いで5%Offクレジットカードは3%Offにさせて戴きます。(セール品除く。$20以上お買い物の方Only)