NCトライアングル・トライアッド地域情報誌

さんがく横丁

第53号・2017年/春号
▲横丁四季号で再デビュー❣の巻

春号

「仲良し」

INDEX

ホットNews・・・・・・・・・・・・・・・２
高校生スピーチコンテスト・・・・・・・３
特集/ペットっていいな~❣・・・・・４
介護保険・・・・・・・・・・・・・・・・６
日本語を育ててますか？・・・・・・・・８
学校お助けTips!❣・・・・・・・・・・・９
鎌倉風水館・・・・・・・・・・・・・・１０
赤い小鳥とブルーな生活・・・・・・・１１
OVI・・・・・・・・・・・・・・・・・・１２
どんな会社？こんな会社❣企業紹・・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
ことのは歳時記いまむか・・・・・・・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
旅は道連れ世は楽し・・・・・・・・・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!!

ジャパンレールパス

日本への旅行者の間で、JRがほぼ乗り放題となり人気があるジャパンレールパスですが、今年の4月1日から、購入と利用のルールに大きな変更があります。

これまでは、日本のパスポートで日本へ入国した場合でも、居住国に永住権をもっている場合と、日本国外に居住する外国人と結婚している場合はパスが使える例外規定がありました。この２つの特例は、今年の3月31日発行の引換証を最後に終了となります。発行済みの引換証は、発行から90日間の間にレールパスに引き換える必要がありますが、その条件を満たしている場合、6月30日まで引き換えは可能です。4月1日以降発行の引換証については、利用できるのは、海外からの「短期滞在」の入国資格（就労ビザ・留学ビザなどは不可）により日本を訪れる外国人旅行者のみとなります。日本のパスポートで日本へ入国した方については、4月1日以降発行の引換証は一切利用不可となりますのでご注意ください。また、日本以外の国のパスポートの場合、これまでは国外での引換証購入が必須でしたが、今年3月8日より、日本国内でも販売されるようになります。お値段は、下記のとおりです：

7日間：G車-大人44000円/子供22000円　普通車-大人33000円/子供16500円
14日間：G車-大人71000円/子供35500円　普通車-大人52000円/子供26000円
21日間：G車-大人90000円/子供45000円　普通車-大人65000円/子供32500円
（子供用は、発売日において6歳以上12歳未満の方が対象です）

発売箇所は、札幌駅、仙台駅、新潟駅、東京駅、新宿駅、横浜駅、名古屋駅、大阪駅、広島駅、高松駅、博多駅、新千歳空港駅、成田空港駅、空港第２ビル駅、東京モノレール羽田空港国際線ビル駅、関西空港駅の16カ所となります。

サーチャージ

日本航空は、2017年4月１日より5月31日までの発券についての燃油特別付加運賃の適用を正式発表しました。これにより、米国発日本行きでは久しく設定がなかった燃油特別付加運賃ですが、同期間発券分について、現状無料に対して、ハワイ以外の米国発日本行きの航空券について、一人片道＄４３（ハワイ発は＄２５）の付加運賃が課せられる事になりました。日本航空の設定は、航空燃油（シンガポールケロシン）の平均価格に基づいており、これがアメリカドルで１バレルあたり＄６０以上＄７０未満となった場合の料金設定となります。なお、日本発の航空券については、円建ての設定となっており、航空燃油の平均価格が一バレル７０００円以上８０００円未満の場合に該当し、現状一人片道３５００円（ハワイ行き２０００円）のところ、同時期の設定は一人片道７０００円（ハワイ行き４０００円）となっています。他社においては2月16日現在正式発表はありませんが、おそらく追随するものと思われます。この付加運賃は子供運賃や無料航空券についても課せられますので、マイレージ特典航空券などについても、付加運賃を払わずに発券するためには、3月中の発券が必須となります。

第15回NC州高校生日本語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！—

日本語を学ぶアメリカ人高校生のスピーチをお楽しみください！
高校生の発表のほかにも、日本語を勉強する３～１２歳の子ども達の朗読や歌の発表も予定しております。
日時：3月11日（土）午後1:30～5:00
場所：FedEx Global Education Center (UNC Chapel Hill校キャンパス内)(住所) 301 Pittsboro Street, Chapel Hill, NC 27516 USA
*駐車場は建物の中です（無料）
*一般公開となっております。どうぞご自由にお入り下さい。
*お問い合わせ：yaoyagi@chccs.k12.nc.us

第89回アカデミー賞授賞式

2月26日、第89回アカデミー賞の授賞式がハリウッドのドルビーシアターで開催されました。毎年ワクワクする映画の祭典ですが、今回のアカデミー賞では、今までなかったようなことが起こりました。一番注目される作品賞の発表で「作品賞は、『ラ・ラ・ランド』です！」と読み上げられ、『ラ・ラ・ランド』のチームが舞台へ駆け上がり、喜びのスピーチをしている最中のこと。「間違いでした！作品賞は『ムーンライト』です！」と訂正がなされたのです。その後、『ムーンライト』のチームが舞台へ上がり、『ラ・ラ・ランド』のチームと抱き合い喜びを分かち合いました。シアターの観客たちも立ち上がり、歓声をあげました。この放送事故はまるで実際の映画のようで、今回の授賞式をより印象深いものにしました。『ムーンライト』は、フロリダの黒人地区に住む孤独な少年の物語。麻薬常習者のシングルマザーは育児放棄。そんな中で、唯一の同性の友達に心を寄せていく自分との葛藤。作品賞にふさわしい心温まるすばらしい映画です。『ラ・ラ・ランド』も多くの賞を取りました。もうひとつ特筆すべきことは、このアカデミー賞にかかわった多くの人達（俳優・女優や制作者たち）が、今回の授賞式の場で現政権の人種差別的な政策に声をあげたことです。「ハリウッドは国籍で差別しない！」「このオスカー像は移民のものだ！」と。外国語映画賞はイランの『セールスマン』でしたが、監督は、大統領の7か国の国民の入国を制限する政策に反対して授賞式を欠席しました。

「Sarah Duke Garden plants sale」

Sarah Duke Garden plants saleは４月１日が一般公開（8~12pm）となります。Garden会員は前日３月３１日の4～6pm。今回は野菜苗も、小松菜、水菜に加え、ワサビ菜、ワサビ高菜、赤からし菜など。夏野菜苗はシソ、ミョウガ、ししとう、伏見唐辛子など。果樹苗木（ゆず・すだち等）も予定しています。今後のお天気が気になりますが、其々数は少ないものの過去最多品種の出展になる予定。トライアングル地区では年間最大のPlants Saleですので、和の野菜苗、和の果樹苗にご興味ある方は、是非お越しください。

特集

“ペットっていいな～”

こんにちわ、初めまして。NCSUの獣医学部で教員をしております獣医師の吉川と申します。今回、アメリカでの動物病院のかかり方やペットの見つけ方などに関してお話させていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

ペットの病気：予防と早期発見、早期治療がカギ！

動物病院の役割は大きく2つに分類され、予防注射や定期健診などの予防医学と、調子が悪いペットの診断・治療が挙げられます。どちらの場合でも一番重要なのは、普段ペットと一番密接に接している飼い主さんによる「観察」であるといえるでしょう。体の不調を言葉にして訴えることができないペットにとって、何が正常で何が異常かを一番初めに判断できるのは飼い主さんです。また、早期発見のために、獣医師ができることもあります。それは、かかりつけの獣医師に定期的にペットの身体検査をしてもらうことです。若い犬や猫では１年に１回、そして5歳以上の場合は、半年に１回は動物病院を受診することをお勧めします。私自身は癌を中心に診察していますが、定期健診で癌が偶然見つかったというペットを時々見かけます。そういったペットは症状を示していないため、病巣が一般的に小さいことが多く、治療成績も良いことが多いです。また、症状を示していないペットの方が、食欲や元気がなくなって栄養状態の悪化したペットよりも、手術などをする際の全身麻酔がより安全に行えるといったメリットもあります。早期発見、早期治療はペットにおいても非常に重要です。予防という点でも１つ。気候が日本とよく似ているNCでは、ノミやダニなどの寄生虫も認められます。寄生虫の一部は、ヒトにも寄生して吸血したり、ヒトに伝染病を媒介したりしますので、公衆衛生の観点からも予防は非常に重要です。予防は、かかりつけ医で可能です。かかりつけ医は、次に挙げる二次病院などと比べて費用の面でもリーズナブルですし、予約も取りやすいでしょう。なにかあったらまずはかかりつけ医に相談してください。

では、ペットの調子が悪い場合はどうでしょうか。まずは、かかりつけの獣医さんに身体検査をしてもらうことからはじめます。身体検査で異常がある場合｛お腹が腫れている（肝臓や脾臓）とか、歯茎の色が薄い（貧血）など｝は、さらに別の検査を勧められることがあります。しかしながら、検査結果に何も異常を示さない場合もあり、その場合は対症療法（吐き気止めや点滴等）を行い様子を見ることもあるでしょう。検査を行っても原因や治療方針がはっきりしない場合や、かかりつけ病院では治療不可能な大きな病気が見つかった場合、町にある比較的大きな病院や、NCSUのような大学病院に紹介されることがあります。これら二次病院には、循環器科や腫瘍科、皮膚科などの専門科があり、適切な科に紹介されることになります。ここで、診断をつけるためにより高度な検査（CT,MRIなどの画像診断や、アレルギーなどの血液検査）や、より高度な治療（侵襲性の低い手術や、より難易度の高い手術、抗がん剤治療や放射線治療）を行うことになります。

新しいペットの探し方；里親になろう

日本ではいまだにペットショップで購入するというのがメジャーな方法ですが、

アメリカではペットをお店で購入される方は少ないと思います。アメリカは、日本に比べると野良猫や野良犬がとても少ないことに気づかれた方もいらっしゃると思います。これは、アニマルコントロールといういわゆる保健所のような機関が、野良猫（犬）を厳重に管理しているためで、背景にはアメリカは日本と違い狂犬病清浄国ではないことが挙げられるでしょう（狐、スカンク、コウモリなども狂犬病を媒介しますので、死んでいるのを見つけても絶対に触らずアニマルコントロールに電話してください）。話がそれましたが、私個人は、犬や猫のペットを新たに探されるのであれば、ペットシェルターに行かれることをお勧めします。日本の保健所と同様、アメリカのペットシェルターも常に里親を探している状態です。私自身の経験も加えますと、シェルターの中に、家族と動物が一緒に入って時間を過ごすことのできる「お見合い室」があるところがお勧めです。PetSmartやPetcoなどの店内にも里親募集コーナーがある場合があり、その一角がお見合い室になっているところもあります。その部屋で気になる動物と一緒に時間を過ごす際、人を過度に怖がっていないか、興奮しすぎたりしていないか、お子さんのいらっしゃる家庭でしたら子供たちに攻撃性を示さないか、などを見てみてください。我が家の猫3匹は、この方法でアダプトしました。１つ判断が難しいのは、すでにご家庭にペットがいる場合、すでにいるペットと新しいペットとの相性です。こればかりは、しばらく一緒に過ごしてみないと分からないこともありますが、もし複数の動物を飼うことを考慮されている場合は、ほぼ同時期に家に迎えることが望ましいでしょう。お気に入りの子が見つかって家に迎えることになったら、なるべく早めに動物病院に連れて行って身体検査や寄生虫の検査を受けさせてください。残念ながらシェルターでは寄生虫の駆虫などが十分でないことが多いようです。猫の場合は、シェルターでネコを引き取る前に、猫エイズウィルスや猫白血病ウィルス感染の検査が済んでいるかを確認することもお忘れなく。

ペットの医療保険

ペットが家にいる場合、ペットの医療保険への加入は強制ではありませんが、いつ自分のペットが病気になり、その治療費が高額になるかは誰にも予測できません。高度な診断、治療法が増えてきて、ペットの医療費も上がっています。かなり高度な治療では、治療費が$10,000ドルを超えることもあります。ペットの医療保険は万が一の際には、多くの検査や治療費をカバーしてくれ、非常に頼りになります。ペットが病気になるのはなにも高齢になってからではなく（高齢になってからの病気は、癌や心臓病など、いわゆる不治の病気が多いです）、若いペットでも例えば犬の股関節形成不全や事故による骨折、また子犬や子猫では紐やおもちゃなどの誤飲のために外科手術、などもよく遭遇します。保険に加入するためにはペットの年齢など一定の条件がありますので、新たに家にペットを迎えられた方で興味がおありの方は、早めに調べられることをお勧めします。

ノースカロライナは気候も良く、犬の場合は一緒にアウトドアアクティビティを楽しんだり、また家も日本より広い傾向にあるため、猫なども飼いやすいのではないでしょうか。かかりつけ医や専門的な二次病院を上手に利用して、ペットとの楽しい時間を過ごされることを祈っております。

/吉川　陽人：京都府出身　Cary在住

第2回　日本の社会保障について～介護保険

介護保険は前回紹介しました医療保険と異なる制度です。医療保険は病気やけがをしてその治療を受ける際に給付されるサービスですが、介護保険では高齢者が介護を必要とする状態になった場合に各種の介護サービスを受けることができます。

（1）介護保険制度の概要と加入該当者

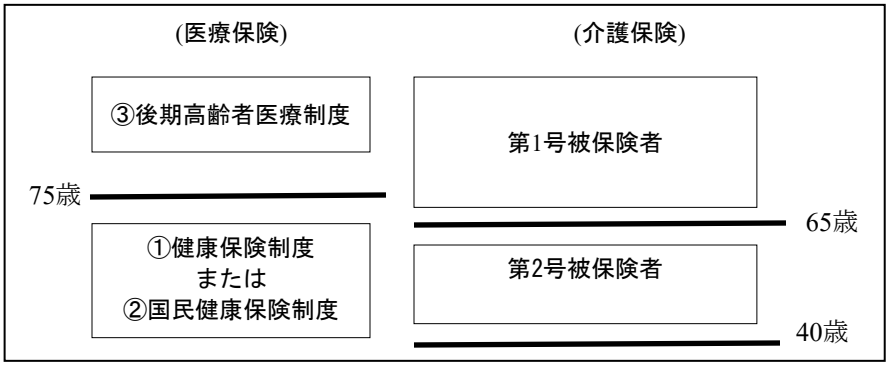
介護保険制度は高齢化が進み加齢による寝たきり、認知症の高齢者など、一人で生活することが困難な人が急増する中、社会全体でこうした高齢者の介護を支える仕組みとして平成12年（2000年）に施行されました。国が介護費用の大部分を負担する公的サービスであり、米国にはない制度です。医療保険と同様に日本国内居住者（住民登録者）であれば誰でも加入することができる大変ありがたい制度です。

医療保険のように75歳以上は別の制度（後期高齢者医療制度）になると言った仕組みはありませんが、介護保険では2タイプの加入者（被保険者）に分けられます。

＊第1号被保険者：65歳以上の人

＊第2号被保険者：40歳以上65歳未満で医療保険加入者

第1号、第2号被保険者によって保険料や給付サービスの内容が異なります。



<図：医療保険と介護保険における対象年齢>

介護保険では保険者（保険制度の運営者）は各市町村が行ないます。

（2）介護認定と介護レベル

介護保険では国が介護費用の大部分を負担するわけですから、誰でも手軽に受けられるというわけではありません。加齢や傷病によって体の自由がきかなくなり介護を受ける必要がある状態にならなければサービスを受けることができません。例えば医療保険の様にある日体調が悪いので自分で病院へ行って診察を受けてすぐに給付を受ける（医療費を補助してもらう）ということはできません。そのため実際に介護が必要かどうか、どの程度の介護保険サービスが必要か、を事前に審査することが求められます。これを介護認定といいます。審査を希望する場合は各市町村に連絡し審査を受けますが、そこで認定を受けて初めて介護保険サービスを利用することができます。もし審査の結果、介護の必要がないと認定されれば介護保険サービスを利用することはできません。介護認定ですが、必要な介護の度合いによって要支援1～2、要介護1～5の7段階に区分されます。

（3）受けられるサービス

具体的な介護保険サービスの内容として食事、排泄、衣服の着脱、掃除、歩行の支え、など日常生活に関わるものですが、介護レベルによって変わります。一方サービスを受ける場所によって①居宅サービス、②地域密着型サービス、③施設サービス、に分けられます。①は介護サービス事業者に来てもらって自宅でサービスを受ける形態、③は介護施設へ入所してサービスを受ける形態、②は必要に応じて通所したり緊急コールで事業者に自宅へ訪問してもらうなどの形態となります。また①の居宅サービスでの利用については、自宅でもなるべく不自由なく生活できるよう介護福祉用具の購入や自宅の改修（スロープや手すりの設置、等）といったサービスが含まれます。

こうした介護サービスを受けた場合、介護サービス事業者にかかった費用のうちの9割を国が負担してくれます。つまりかかった費用の1割だけを自己負担分として支払います。ただ近年の急速な高齢化の進展で介護制度のための支出が増えていることから、第1号被保険者については所得が一定の金額を超える場合は平成27年(2015年)から2割負担となりました。

（4）保険料

第1号被保険者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ます。保険料の2015～2017年度の全国平均は月5,514円となっています。一方サラリーマンなど第2号被保険者は健康保険料同様毎月の給与額によって決められますが、2016年の一人当たりの平均額は5,352円の見通しとなっています。

尚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57,000円（月額： 約4,700円）

■2年目　　：約156,000円（月額：約13,000円）

（備考）・端数処理しているので目安として下さい。

・支払いは月単位となります。

・第2号被保険者（40歳以上65歳未満）の方の介護保険料は上記より安価です。

いかがでしょうか？制度の概要についておわかりいただけたと思います。高齢化が進み介護を必要とする人の数は増加の一途です。そのため現状の介護施設だけでは足りず、入所を希望してもすぐには入所できずに数年待機させられるケースもあります。そうした背景もありできる限り居宅（自宅）サービスを行なうというのが現在の介護サービスの流れとなっています。その一方で公的介護サービスではなく、民間業者による高齢者施設が現在増えています。介護保険による公的介護サービスに比べれば利用料は高くなりますが、スムーズに施設へ入居することが可能です。今後こうした高齢者施設についても紹介したいと思います。

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？

バイリンガルについて考えてみましょう。一般的に「二つの言葉を使える人」と理解されていますが、環境によってその捉え方は異なります。アメリカでは、英語以外の母語話者でありながら英語を話す人というイメージで使われ、ヨーロッパやカナダのように多言語を話す人が当たり前にいる環境では取り立てて特別ではない普通の人たちということになります。

日本でバイリンガルと言えば、日本語と英語が話せる人をイメージする人が多いでしょう。英語が国際共通語のような位置付けにある現在、日本人に限らず英語母語話者でない多くの人々が英語教育に躍起になっています。そして、日英両言語を使用する環境で育つ子供たちはそのイメージ通りのバイリンガルになれる人と考えられるわけです。

バイリンガル教育の専門家であるトロント大学の中島和子先生は、バイリンガルを育てる上で最も重要な役割を担うのは家庭で、その家庭の役割の中で最も大事なのは母語・母文化を育てることだと言っています。母語とは「初めて覚えた言葉で、最もよく使え、アイデンティティを持てる言葉」であり、必ずしも1つとは限りません。国際結婚家庭の場合、異なる2つの言葉が同時に入ってくるわけですから、母語が2つあると言えるでしょう。

では、なぜ母語が大事なのでしょうか。母語は、外国語と違って様々な体験を元に形作られるため、心の深層面と強い繋がりを持っています。母語を通して親の文化や行動規範、価値判断なども身に付けて行くため、人間形成の上でも大きな役割を持っているのです。また、母語の発達こそが第2、第3言語習得の基礎になります。つまり、母語は社会性の発達にも情緒面にも知能面においても重要なもので、その人のルーツなのです。

英語環境の中で母語である日本語を育てていく場合、親が教師になってその発達に深く関わる必要があります。「バイリンガルに育てたかったら読書好きに！」とは多くの経験者が口を揃えて言うことです。読み聞かせや質の高い日本語でのやり取りは日常的に実践していきましょう。

その際に注意すべきこともあります。その第1は、モノリンガルと比較せず、間違いに対して寛容であることです。親自身が日本語のモノリンガルや母語が確立してから外国語として英語を習得したバイリンガルの場合、つい子供の日本語に厳しすぎる態度で接してしまいがちです。幼少期から多言語環境で育つ子供にとっての日本語の位置付けはご自身のそれとは異なることを理解し、今できないこともできる時が来るまで待ってあげるという姿勢で接しましょう。

第2に、親が自信を持って使える言語で子供に話しかけると同時に、もう一つの言語と文化にも好意的な態度を示す事です。それこそが、子供が両言語、両文化に価値を感じる基本になります。

日英のバイリンガルは成功例が多いと言われています。バイリンガルに育てたいのなら、そう希望して、それに向けての日常の努力を怠らないことが何より大切です。

/藤岡純子（教師）　群馬県出身　Hillsborough在住

学校 お助け Tips!

「 プロジェクトとは 」

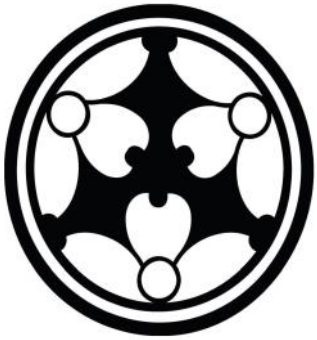
大学で日本語を教えていると、一学期に最低でも一回は学生にプロジェクトというのをさせています。クラスのトピックやレベルによって違いますが、日本の都道府県の特徴を調べたり、日本のポップカルチャーなどを発表させたりして、様々です。学生の日本語能力はさておき、学生のプロジェクトの発表の仕方には、感心させられることがよくあります。パワーポイントの作り方は、個性的で洗練されており、発表の仕方もわかりやすいです。また内容もきちんと起承転結にまとまっています。これはプロジェクトのプレゼンの仕方を、アメリカの12年間の教育を通して身につけたものと言えます。低学年から課される小中高のプロジェクトには、色々な種類やテーマがあり、私たち親にとってあまり慣れていないものでもあります。では親としてどんな手助けができるでしょうか？

まずは低学年のお子さんには、早めにプロジェクトに取りかかれるように親が情報集めをすることです。プロジェクトに対して、お子さんがどんな物を作ったり、発表したりするのか聞いてみましょう。もしお子さんが何をしていいのかよくわからなかったら、お子さんに学校で先生に質問するようにお勧めします。お子さんが何が要求されているのかよく理解していない場合、親が、メールなどで質問してみてください。お子さんがどのようなことをしたいのかも相談にのってあげましょう。忘れてはいけないのは、これはあくまでもお子さんのプロジェクトなので、親は助言をしてもなるべく手は出さないようにするのがポイントです。何か物を作らなければいけない場合は、お子さんに付き合って買い物に行きましょう。但し、手を直接出すようなことは避けてください。

高校生のプロジェクトになるとなかなか手助けするのも難しくなります。高校生の場合何人かのグループで仕上げるプロジェクトがある時は、放課後や週末にグループの仲間と会って相談することがあります。その時には、友達の家への送り迎えや、または自宅を解放して他のお子さんを家によんでプロジェクトを仕上げるのもいいかと思います。グループワークを通して親友ができるかもしれないので、親も積極的に協力しましょう。

どの学年でも完成したプロジェクトワークを親が学校で見ることができるならば、その時は是非参加してみてください。家で見るのとは違ってまたお子さんの新たな発見があるかもしれません。

/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



トライアングル剣道クラブ

Triangle Kendo and Iaido

剣道を始めてみませんか？
経験のある方から初心者の方まで、お気軽にどうぞ

Have you heard of Kendo?
It is a Japanese martial art originating from samurai training.
Please come visit us to experience "the way of the sword"!

www.trianglekendoiaido.org

「鎌倉風水館」

風水羅盤

風水は形から来る気の流れと方位から来る気の流れを鑑定します。方位から来る気の流れを鑑定するときに必要なのが方位盤です。風水で使う方位盤のことを風水羅盤と言います。この中に風水の秘密がすべて入っています。一流の風水師は自分の羅盤を作ります。流派ごとに鑑定に必要な事柄を入れて作成されています。風水の流派は大きく分けて、三合派と三元派に分かれています。

三合派は天人地の調和を重んじます。天、人、地盤それぞれの二十四方位を示す三つの環がありそれぞれを異なる鑑定に使います。地盤は建物や山の方位を測って吉凶を測ります。人盤は建物の周囲の物体の吉凶を測ります。例えば電信柱が家の中心からどの方位にあって、それが吉か凶かを判断するときにはこの人盤を使います。そして天盤は水の流れを測って財運を鑑定するときに使います。

三元派は三つの期間（時間）的経過を重んじます。二十四方位と六十四の易を使います。例えば玄関の方位が六十四の易において地天泰（たい）の方位だとすると、大吉の方位となり財、健康、人間関係に恵まれることとなります。しかし沢水困（こん）の方位だと大凶となり、すべてが失われます。

このように流派によって使い方と内容は違いますが、風水鑑定においては必須の物です。自然界のあらゆる気の流れを鑑定できるように作られていますので、気の流れの悪いところにはこの風水羅盤を置いておくと気を安定させ、邪気を払います。風水羅盤を気の安定盤として家の中心や、玄関、寝室、リビングに置くとよい気を受けることができます。

願いをかける方法

１．願いごとを紙に手書きで書く
２．「私は～できます」と願いが実現したように表現する
３．願い事は具体的に３つまで。
４．他人を陥れるような願い事はしない
５．願い事を書いた紙を、声を出して３回読む
６．新月から８時間以内に願い事をする。
７．パワーストーンを身につけて願い事をする

願い事を書いた用紙は自然塩でお清めをしてゴミ箱に捨てるか、火で燃やしてください。

／ 鎌倉風水館　光龍

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。

赤い小鳥とブルーな生活

「もったいない」”Mottai-nai”

冷蔵庫の上段奥を下から見上げると、きのこご飯が見えた。一週間前に「後で食べる」と言われて、冷凍庫に移動しなかった残り物だ。きのこは足が早いので、ちょっと怖い。仕方がない、廃棄か。

「捨てる為に作ってるんじゃないんだよ、勿体無いじゃん、人が一生懸命作ってるのにさー！」と大声で独り言を言うと、家人が返事をした。

「うちなんて、勿体無いばっかりでごみが少ない方だよ。アメリカの家庭では、買った食料の半分くらいは棄ててるらしいよ。第一、君だって忘れてたじゃ…」ヤカマシイ。

アメリカの家庭ごみの量は、一人当たり年間700kg以上にも及ぶ。日本と比べると約二倍、先進諸国の中では間違いなくトップクラスだ。しかも、土地がいくらでもあるので焼却はほとんどせず、七割近くをそのまま埋めている。一方、狭い日本、直接埋め立て率は1.6%である。

ガラス瓶でさえ色別に分けていた日本とは違い、今のごみ出しは単純だ。リサイクル、それ以外。リサイクルと言っても、瓶も缶も紙も一緒で、それ以上の分別はしなくて良いのだが、消費大国市民にはそれすら面倒らしい。一般ごみの方は、毎週溢れるほどの量があるのに、リサイクルは段ボールくらいしか入れていない家も多い。それでもごみ全体の四分の一はリサイクルされるのだから、意外に高い比率に思えてくる。

我が家の一般ごみ箱は毎週スカスカである。白いごみ袋が数個にはなるのだが、巨大なごみ箱の底に落とすともう手が届かない。ある朝、残った袋を掴んで外に出ると、出してあったごみ箱の蓋が、なぜか死んだアサリのように半開きになっている。近寄ってみると、見覚えのないピザの箱、ジュースのパックなどが山盛りになっているではないか。近所の人が、勝手に自分のごみを追加したに違いない。

そういえば、ファストフード屋のごみ箱も溢れそうになっているが、誰もごみを小さくまとめて捨てることをしない。ナゲット箱の蓋開けっ放し、包み紙広げっ放しのまま、てんこ盛りのトレイからズササッとごみ箱に入れている人を見た息子が、「日本人にごみを渡すと、小さくなって出てくるんだ」と言う。紙ナプキンを畳んで、ポテトの袋に入れ、それをバーガーの箱にしまい、一つにする。習性なのだよ。いつでも一杯に見えるファストフードのごみ箱だが、あれは空気で溢れているのだ。上から踏んだら、何倍も入るに違いない。

「ママ、僕の飴、食べたでしょ。包み紙、見つけた。」
「なんでママが食べたって分かるのよ。自分が忘れてるのかもしれないじゃん」
「包み紙をこんな風にするのは日本人しかいない。犯人はママだ！」
しまった、無意識に結び文にしていたか。

/松田せれな：東京都出身 Charlotte在住

All good.

10
GOOD
INGREDIENTS
+
90
GOOD
CALORIES
=
100%
GOOD
HYDRATION

AVAILABLE AT

Harris Teeter
Neighborhood Food & Pharmacy
Walmart
Lowes Foods

AND OTHER FINE STORES

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 | AMERICAN EXPRESS TRAVEL

旅のお手伝いはトラベリンクにお任せください

どんな会社？こんな会社！　企業紹介

Totai America, Inc.

Triangle地区にお住みの皆様、初めまして、Totai America, Inc.（トウタイ・アメリカ）の坂井と申します。弊社は日本の東タイ株式会社の米国現地法人で、主に食品メーカー様を中心にパッケージフィルム（食品を包んでいる袋）を提供させて頂いている会社です。　当社は日本では90年の歴史が有り、日本各地に営業拠点・製造工場・物流センターが有ります。中国には江蘇省に独資の製造工場と、上海に営業所を構えており、今年で進出22年となります。

Totai Americaは1981年にLos Angelesに設立されました。西海岸での36年の経験を経て、Raleighに新たな営業拠点を構える事となり、この度North Hillsに事務所を開設し2月より営業を開始致しました。

食品パッケージは、食品を食べ終えたら捨てられてしまうのが宿命で、注目を浴びる事は無いに等しい商品だと言えるかもしれません。しかしあの薄いパッケージには実は最先端の化学技術や様々な工夫が結集されている事をご存じな方は少ないと思います。食品パッケージの多くは、2枚、或いは3枚（もしくはそれ以上）の超極薄フィルムを貼り合わせて構成されており、包装される食品の種類によって様々な機能・特徴を持たせるよう選定しています。多数あるフィルム、インク、接着剤から、最善の組み合わせ選定が不可欠で、厚みもマイクロメートルの単位で微妙な調整が成されています。同じ様なパッケージに見えても実は千差万別、無限の組み合わせ方法で存在しているのです。

食品メーカー様がパッケージに求めるニーズは多種多様です。一例を申し上げますと、レトルトカレーの様な高温加熱対応（袋のまま煮込んでも破れない強い袋）、酸素や水蒸気の侵入を遮断出来る袋（味の劣化や湿気の防止）等々、様々です。当社では営業、技術、生産が一体となり、お客様からのニーズにお応えすべく取り組んでおります。昨今、世界的に課題となっている「食の安全」を守るには、パッケージも非常に重要な役割を果たしており、当社中国工場では昨年世界標準規格である「FSSC22000」を取得致しました。食品メーカー様と一緒になって我々も皆様の「食の安全」の一翼を担っている事に誇りを持って日々仕事に励んでおります。スーパー等でパッケージフィルムに入った製品を手にした際に、「この袋にはどんな技術や工夫がされているのだろ？」と一瞬でも興味を持って頂ければ嬉しい限りです。

Raleighオフィスは当面私一人になりますが、今後セールスマンを雇用し東部事業の拡大を目指す所存です。どうぞ今後とも宜しくお願い申し上げます。

/坂井康志 / Raleigh在住 / 千葉県松戸市出身 ksakai@totai.us　www.totai.us

法律相談 「ちょっと教えてください」

“大統領令による特定イスラム国出身者の入国禁止”

トランプ米大統領は1月27日、国家安全確保を理由に、特定イスラム圏市民の90日間入国禁止、難民の受け入れを120日間凍結、その中でもシリアからの難民を永久に停止する大統領令を発令した。入国禁止の対象となったのはイラン、イラク、リビア、ソマリア、スーダン、シリア、イエメンの7か国で、9/11のテロ犯の主な出身国であるサウジアラビア、エジプト、レバノン、アラブ首長国連邦は対象とされていない。この大統領令を受けて各国の米国大使館ではこれらの国の旅券保持者へのビザの発行が停止され、またすでにビザが発行された人も飛行機への搭乗拒否や米国各地の空港で入国拒否されるなど、金曜日の夕方から週末にかけて、拘束者の解放を求めて全米規模で抗議運動が起こった。

これに対し、29日に各地の連邦地裁に訴えが提出され、連邦地裁は大統領令執行を差止め、有効なビザ保有者の入国許可を命じた。トランプ政権はこの判決を不服として2月5日に第9巡回連邦控訴裁判所に上訴したが、その訴えは却下された。したがい、現時点ではトランプ大統領令の執行は停止されているため、入国禁止令で無効とされた約６万人のビザは再び有効とされ、入国が認められるようになった。

今回の大統領令は過激イスラムテロの防止という名目であるため、一見日本人とは関係が薄いように思われがちだが、実はこの大統領令を正当化している理由は日系社会とも深い関係がある。ちょうど75年前に第二次世界大戦中の真珠湾攻撃を受け、1942年2月19日にルーズベルト大統領により大統領令9066が発令された。これをうけ、日系アメリカ人はアメリカ国家の安全を脅かす存在であるとの理由で、12万人もの日系アメリカ人が強制収容施設に退去させられた。その中でも強制収容施設行きを拒み逮捕されたフレッド・コレマツ氏は、特定人種に対する適正過程を経ない差別的行為は違憲であると連邦最高裁まで争ったが、戦時下において敵国日本人を祖先にもつ日系アメリカ人の強制収容は軍事上必要であるという理由で、彼の逮捕は有効とされた。しかしながら、実際には日系アメリカ人はアメリカ国家の安

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。

全に危害を加える危険はなく、日系人強制収容は偏見や差別に満ちたものであるという機密調査報告書が政府に提出されたにもかかわらず、この報告書の内容が政府の対日系アメリカ人政策に反するとの理由で隠蔽されたのであった。アメリカ連邦最高裁には日系アメリカ人強制収容の軍事上の必要性について虚偽の証拠が提出されていたことが40年後に発覚し、これを元にコレマツ氏は誤審審理の申し立てを行った。カリフォルニア州連邦地方裁判所はコレマツの有罪判決を〝明らかな不当行為〟で無効であると判断し、1983年にコレマツ氏はようやく名誉回復の判決を得ることができた。

また、2001年には9/11同時テロ爆発事件が発生し、アラビア系住民が適正過程を経ない差別的行為の対象となった。ブッシュ政権は戦犯法廷を設置し、グアンタナモ拘留者がアメリカ本土で裁判を受ける権利を剥奪した。今は亡きコレマツ氏も2004年にブッシュ大統領に対し、米国政府はかつて日系アメリカ人に対して行った過ちを二度と繰り返してはならない、と意見書を送ったが、皮肉なことに、このような不当行為を正当化することができた理由に連邦最高裁のコレマツ判決がある。確かにコレマツ氏の判決は無効とされたものの、下級審である連邦地裁の判決は連邦最高裁の判決を拘束するものではない。そのために1944年の連邦最高裁の判決、つまり、軍事的必要があると判断された時、正当な法の手続きを踏まずに特定人種を強制退去することができる軍事令を発するのは合憲である、という先例は未だ有効である。

トランプ政権はさらに連邦最高裁上訴する構えをみせていたが、結局上訴を取りやめ、新たに訂正版の大統領令を発表する方針に転換したので、訂正案の発表に注意する必要がある。また、過激派テロ防止政策以外にも、メキシコ国境からの入国時に永住権放棄書に署名を強制しようとする入国官がいるという情報もはいってきている。したがって、入国に関しては専門家の意見を求め、個人の権利をしっかりと把握する必要がある。また、今後ＬやＨ１Ｂを含め各種ビザプログラムの内容にもさらなる規制が加わる可能性があるので、今後の移民法の変化に対応できるよう、引続き政府の方針に注意する必要がある。

/大蔵昌枝:弁護士　福岡出身　アタランタ在住

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

娯楽のために見ることが多い映画ですが、時々、考えさせられるような論題を投げかけてくれるものに出会います。今、生きている世の中を客観的に見せ、その先にあるものを想像させるような映画は、身に迫るものを感じます。今回は、エマ・ワトソンやトム・ハンクスが出演する「The　Circle」という映画。日本では個人情報管理の手始めとしてマイナンバー制度が開始され、大手情報企業も個人の情報をどんどん集めてサービスに応用しようとしています。便利だからという文句に踊らされながら、どこか不安を覚えるのは何故でしょう。便利に管理された社会が、必ずしも幸せなものなのかどうか今一度考えたい気がします。/緋美瑚：東京都出身、フリーライター

Logan（アクション、冒険）R、3/3公開
ウルヴァリン（ヒュー・ジャックマン）は、年老いたプロフェッサーXと謎めいた少女と一緒に、闇の追っ手から逃れメキシコ国境沿いに潜んでいたのだが…。

Before I Fall（ドラマ）PG13、3/3公開
サマンサは、すべての面で上手くいっていた女子高校生だった。よい友達、よいボーイフレンド、明るい将来…。しかし、ある日、すべてが先に進まなくなる。

Kong: Skull Island（アクション、冒険）PG13、3/10公開
ハリウッド版「ゴジラ」の続編となる作品をゴジラ製作チームが手掛ける。太平洋の未知の島で遭遇する巨大生物との出会いは、人間と大自然との闘いになる。

Personal Shopper（ドラマ、スリラー）R、3/10公開
パリでセレブのパーソナルショッパーとして働くマリーンは、死んだ双子の兄の霊からの交信を信じて、BFの元を離れて生活している。しかし、事件は起こる。

Beauty And The Beast（ドラマ、ロマンス）PG、3/17公開
ディズニーの「美女と野獣」が3Dを駆使した美しい映像で楽しめる。声優は豪華で、ベラ役にエマ・ワトソン、野獣（王子）役にダン・スティーブンスを起用。

Power Ranger（ファミリー、アクション）PG13、3/24公開
エンジェル・グローブという小さな町に住む普通の高校生5人は、特別に選ばれたパワーレンジャーになり、地球を破滅へ導こうとしているエイリアンと戦う。

Chips（コメディー、アクション）R、3/24公開
ハイウェイパトロールに配属された新人白バイ警官のジョンとベテラン刑事のポンチ。以前ジョニー・デップが主演を務めた人気テレビ番組のリメイク企画版。

Wilson（ドラマ、コメディー）NR、3/24公開
神経質で人間嫌いの気難しい中年男のウィルソンが、ずっと疎遠であった妻と再会し、会ったことがなかったティーンエイジの娘ともつながり、生活が変わる。

Ghost In The Shell（SF、ミステリー、冒険、スリラー）NR、3/31公開
第3次、第4次大戦を経た世界で日本の攻殻機動隊が活躍する。主演はスカーレット・ヨハンソンだが、ビートたけし、桃井かおり、泉原豊など日本人も出演多。

The Zookeeper’s Wife（ドラマ、自伝）NR、3/31公開
戦時中、ナチスの支配下にあったポーランドの動物園。園長とその妻が、閉園を迫られる中、なんとか動物園を守り、そこにユダヤ人たちをかくまった物語。

The Boss Baby（コメディー、ファミリー、ファンタジー）PG、3/31公開
両親と住む7歳の少年ティムに突然できた弟。その弟は、なんとビジネススーツに身を包む厄介で不思議な赤ちゃん。しかし弟は本当に企業のCEOなのだった。

Going In Style（コメディー）PG13、4/7公開
映画界大御所のモーガン・フリーマン、マイケル・ケイン、アラン・アーキンの3人が、覆面強盗を計画してしまうというおじいちゃんコメディー。楽しそう！

Gifted（ドラマ）PG13、4/7公開
亡き弟の娘メアリーを父親代わりに育てているフランク。メアリーが7歳の時、数学の天才であることが判明。周りは特別な教育を勧めるが、フランクは反対。

Colossal（アクション、SF、冒険）NR、4/7公開
失業しNYから実家のある街へ戻ったグロリア（アン・ハサウェイ）は、自分が遠い韓国の地で大暴れする巨大生物とかかわっていることを知り、唖然とする。

Smurfs: The Lost Village（コメディー、ファミリー、アニメ）PG、4/7公開
最新作のスマーフの物語。声優陣にジュリア・ロバーツなど豪華メンバー。スマーフェットと仲間たちが、隠された秘密を探るためロストビレッジへ向かう。

The Lost City Of Z（ドラマ、アクション、伝記 ）PG13、4/14公開
インディー・ジョーンズのモデルとされるイギリス人探検家フォーセットの実話をブラピの制作会社が映画化。アマゾンの奥地にある幻の都市を探し求める旅。

The Circle（ドラマ、スリラー）NR、4/28公開
個人のニーズや情報を透明化し管理する最先端企業に転職したメイ（エマ・ワトソン）は、社長（トム・ハンクス）の言葉を信じて働くが、違和感が否めない。

Diary Of A Wimpy Kid:The Long Haul（コメディー、ファミリー）NR、5/19公開
記録的な大ベストセラーになった児童文学の映画化。グレッグは、母方のおばあちゃんミーモーの90歳のお誕生日に駆け付けるのだが、それがとんだことに…！

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5話 文化の違いから学ぶこと。」

何かのテレビ番組の中で、在日外国人が多くの日本人が貯金をするのを見て不思議がっていました。彼らの意見はこうです。そもそもお金というのは、物の価値を計る単位を設定するために造られたものであり、それをため込んでおくのは、物差しをため込んでいるのと同じだ。お金はお金以上のもの、あるいはさらにお金を生み出すものに投資して初めて意味があるのだ。たしかに、彼らの言う通りです。何か日本人は意味もなくお金と言うものを丁重に扱う人種の様です。お金に限らず国のやること、すなわちお上のやることは何でも難しくて庶民、平民にはわからないこと。という観念も根強くあります。筆者は若いころから整備士であったということもあり、日本にいるときも車検などは自分でやっていました。ご近所さんの中には車が古いからという理由で、一回の車検に20万円も費やしている人もいました。戦後の数十年バブルと呼ばれる空虚の好景気が影響したのか、それとももともとお金とあまり縁のない庶民が江戸時代から明治時代の変遷のなかで、いつの間にか身に着けてきたお金に対する観念なのかわかりませんが、西欧諸国の人たちのそれとは大きく異なるお金に対する感覚が日本人にはあります。アメリカ人も例に漏れず、あまり貯蓄を重んじる人はいません。もちろん、できるかできないかということはありますが、アメリカ人でお金をもっている人は、ためているというよりも、大きなお金の流れをつかんでいます。例えば、若いうちから不動産に投資をして賃貸物件を何軒も持っていて、働いて得る収入以上に収入を得ていたり、株などへの投資、最近ではマイクロ・インベストメントと言って、新興国の通貨価値が安いのを利用し多数件にわたって小額投資をして安定した利益を得たりと、投資の種類は様々です。実は聖書の中に、資産家からお金を預かった3人のしもべの話が出てきます。一人の人は10デナリ、もう一人は5デナリ、そして三人目は1デナリをそれぞれ預けられ、主人は旅に出ました。ちなみに太古の世界の通貨デナリは、現在の1年分の収入に相当するぐらいの高額だそうです。最大額をもらった人は、その金を元手に何倍も儲けました。半分の人も同じように商売をしてうまくいって利益を得ました。ところが1デナリもらった人はそのお金を地面を掘って隠していたそうです。そして主人が旅から帰って来ると、それぞれが自分の投資の成果を主人に発表しました。10デナリと5デナリの人は、良くやったとほめられましたが、1デナリを地面に隠していた人は主人に役立たずと怒られたという話です。こんな話が聖書にあるからかどうかはわかりませんが、確かにアメリカ人はお金というものをよく理解しています。お金と言えば厳かに聞こえますが、冒頭でもお話した通り、お金はものや作業の価値を図るための物差しに過ぎません。現に日本の通貨には、「日本銀行券」と、何とも紙切れのようなタイトルがちゃんとついているのです。価値を計る物差しならば、もうそんな取られたら困るような、なくしたら大変なようなものは使うものかと、アメリカではクレジットカード業界が盛んなのでしょう。もちろん日本人のお金への観念にも一目おく価値はあるでしょう。しかし、季節の贈り物より心を込めたグリーティング・カードを重視するアメリカ人達から学ぶことは少なくない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

「耳の進化についてのあれこれ」

耳の進化についてお話ししようとしたら、長くなることと、やや専門的なことにもなってしまうので、面白いと思われるお話しを抜粋して載せてみます。

耳の進化は原始動物のお話しからです。原始の動物は水中で生活をしていたので、体のバランスをとるための気管が必要でした。その器官がのちに耳の源となります。 水中で生活する魚ですから魚は水の流れなどを感知するために、魚体の両側に側線器を発達させました。その一部が頭蓋骨のなかに取り込まれて平衡器官となり、一部がふくれて聴覚器の基をつくったと考えられています。

ソして原始動物は陸にあがります。地上での空気での音の伝達は水中よりもはるかに遅いですから、それに対処するために鼓膜をもつようになりました。両生類のカエルは、オタマジャクシのときには鼓膜はなく、成長し、陸にあがってはじめて、体の表面に露出した鼓膜を持つようになります。 そして、亀やワニの爬虫類、そして鳥類になると中耳に近いものができて空中の音を感じるようになりました。外耳道のあるくぼみもこの段階です。まだこの段階では今3つある耳小骨は一本でした。哺乳類になると集音ができるように耳介ができ、音があつめられ外耳道から鼓膜に伝わり中耳で増幅され内耳につたわるということです。

ちょっと面白い話がありました。爬虫類のヘビには鼓膜も中耳もなく、大地の震動が顎の骨を伝わって、内耳に伝えられます。ということはへびつかいが笛をふいて、コブラがあたまをもたげるということは不可能なのです。へびつかいが地面を踏みつけたり、コブラをいれてあるかごをたたいて振動させると、これが大地からコブラの体に伝わってコブラが反応するということなのです。

さて人は中枢神経の発達から言葉をきいて理解し。複雑な音の組み合わせを理解できるのです。 聞こえていても、無視することもできます。

文化によってききとりも異なります。複雑ですね。

参考:“耳科学　難聴に挑む”

/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７話：詐欺師を襲う白装束の誰か 」

この家に住み始めてから霊が出ると度々聞かされましたがあまり本気にせずに過ごしていました。それまで元姑は私の寝る寝室の隣で休んでいて咳などをすると良く聞こえて来る距離でした。頻度では一週間に1度ほど夜奇妙な声を出し元姑がひどく魘されることがありました。時には手を引っ張る白装束の人が寝ている横に居ると言うのです。子供達も廊下を歩く白装束の人を度々見た事があったようですし、そこで育った親戚達もその様な人を見たと話していました。元姑や親戚はその家の二階で近所の人が昔自殺をはかった事でその人ではないかと言っていましたが、何故白い服を着ているのかが不思議な所です。不吉な事が多いなどで、一度元姑がお祓いの方に来てもらいお祓いをしてもらいました。お祓いの方が言うには「霊は1人だけではなく沢山いますよ！」と言う事でしたし、友人が泊まりに来た時にはやたらに気分が悪くなり、嘔吐までしていて彼女は「霊がいるので私はこの家にはもう来たくない！」と言って次の日には帰ってしまいました。私は何故か1度も見た事が無いので何の事なのかは分かりませんでした。

そんな中私も新しい居候の女性が会社のお金の金額が合わなかったり儲けが減っていたりと、しだいに怪しい動きをし始め出怪しいと思い始めたある夜、皆が寝静まっている中、外にも聞こえる様な「ギャー!!!」という誰かが近くで襲われたのか？とも思うようなものすごい叫び声が聞こえ姑や夫は外を見たり下の部屋を確認しに行ったりしましたが何も無かったとの事で、また床に寝に帰ったようでした。次の日の朝下の居間に降りて行き仕事の支度をしている所にその女Tが入って来たと思うと目を丸くして「昨日ものすごい怖い事があって、悲鳴を上げてしまったけど皆さんは聞こえましたか？実は白い服のようなものを着た人が私の首を絞め殺そうとしたけれど、途中で消えてなくなりましたよー！」と元夫と姑に話していました。それで元夫はやっと昨日の悲鳴が何なのかが理解出来ました。この家は幽霊が出ると有名なんですよー！と返事をしていると元姑も「私も首は絞められなかったけれど、白っぽい服の人に早く行こう行こうと言わんばかりに手を強く引っ張られた事があったのよ！」と言っていました。誰が言ったのかは今は覚えていませんが「あの家で悪だくみをする人はこの家から出て行けと言う意味で皆その白装束に襲われるのではないか？」と後で言っていた人がいました。私も「それはあるかも」と半分納得をしていた記憶があります。それにしても本当に気味の悪い事件でした。実際に横に居て目に見えていて感触もあるとの事です。

/NC ちーちゃん：東京出身 Jamestown在住

心と身体のメンテナンス

前号の三角横丁の発行後、不思議なご縁に導かれ、コーチングを学ぶ機会を頂き、この度ADPA(国際潜在能力開発支援協会)の認定コーチとなりました。最近このコーチングという言葉を耳にした方も多いかと思われますが、一体何？と思われる方が大半でしょう。ここでのコーチは、スポーツなどの気合い入れて勝利目指して練習に励め！的な根性系のものではありません。元々、コーチの語源はあのバックのブランドでも知られるCoachと言う言葉から来ているもので、「導く、リードする」意味だそうです。なるほど、あの馬車の形が物語ってますよね。例えば、悩みを持っている方の解決策を導き出す。アドバイスするのでなく、その方の心の中にある潜在意識の部分から答えを引っ張り出す役割なのです。実際私も体験したのですが、不思議や不思議、考えてもない方向に自分が向かって行き、セッションが終わった後の爽快感が何とも言えないのです。これは学ばずにはいられない！この感覚を周りの方々とシェアしたい！と好奇心の塊の私はどんどんと引き込まれ、と言うより自分から飛び込んで行ったのです。常々ヨガのクラスを中心に様々な生徒さんのお話しを聞く機会が多いのですが、「スッキリした！肩の荷降りた！前を向けた！」と言葉をかけて頂くと、私自身幸せな気分になります。話す事、聴く事はお互いの心の安らぎ、癒しを得ることが出来るシンプルな方法なんだと感じます。折角、大切なお話をして下さっているのですから上手に聴けると良いなと思いませんか？これがコーチングのスキルを使う事によって、何気ない会話がただの井戸端会議から新しい自分発見の時間に変えられるのです。まさに、私が追求する心と身体のメンテナンスで必要なエッセンスなのだと感じました。前置きがえらく長くなりましたが、今回は“人の話しをよく聴こう！”と言うテーマで発信させて頂きます。まずは、

＊ペーシング、、その人の呼吸に合わせて聴く。話し方が早い方には早いテンポ、ゆっくりの方には穏やかにのんびりと聴き、話す。

＊ミラーリング、、読んで字の如く、鏡の様に相手の動作を自然な感じでコピーする。前かがみでお話しする方には、自分も前のめりな感じで動きを合わせる。

＊傾聴、、、耳で情報を聞くのではなく、心でその方の気持ちを感じながら聴く。聞くではなく聴くと言う漢字を使います。

＊承認、、、話している方のバックグラウンドなどを感じながら、寄り添って聴く。良い悪いという結論を自分の中で出す事なく、相手の気持ちを共感する。

この四つのスキルを出来るだけ実践しながら、お子様、ご夫婦、お友達のお話しを聴くと、相手が抱えているものを理解し、かつ、相手に気付きを得てもらう事が出来ます。ざっくり簡単に説明させて頂いたので分かりにくい点もあったかと思いますが、とにかく、自分の意見を遠くに置いて実践してみて下さい。そこが優しい空気に変わって行きますから！

/Kaorin：福岡県出身NJ州　Cresskill在住

ことのは歳時記いまむかし

小池都知事の演説を聞いて、ふと思うことがある。なんと頻繁に英語をそのままカタカナに直した単語を多用するのだろう。英語をしっかり習っていなかった御仁には、ちょっとついて行けないご時世である。英語に少し自信があっても、そんな難しいカタカナ単語を日本の公的な場（いろいろな年代の人が聞いてる場）で使うか？と疑問に思ってしまう。「サステイナブル」「ダイバーシティ」など、うちのおばあちゃんにはわからないだろう。

しかし、実は、言葉はいつの時代も使う人たちが広め、どんどんと独り歩きをして社会に根づいていく。今日一般に使われている外来語というものも、そうやって日本文化に定着したものだ。

縫物をするミシンだってソーイング・マシンのマシンが日本語になったものだ。一昔前、小麦粉はメリケン粉と言われた。これは、メリケン（アメリカ）から来た粉という意味だ。テストだって試験と言えばいいものを、カメラだって写真機と言えば…、オッケーじゃなくて了解と言えば…、などと言っていたら、いつの時代の人？と変な目で見られる。

言葉は生き物である。平安時代に使われていた単語で今はもう使われなくなったものはたくさんあるだろう。時代に即して、新しい言葉は生まれてくる。テレビ、ピーシー（PC)、スマホ、ケーキ、ソース、ラブなんていう言葉も、洋風文化が日本になだれ込んでから定着した。江戸時代の人からしたら、そりゃ何だ？となるだろう。名詞に限らず、形容詞や動詞も然りである。あなたが「今の若いものは…」と思っているとしたら、あなたの祖父母、そのもっと前の人たちも、あなたが使っている言葉に対して「今の若いものは…」と煙たがっていたに違いない。

人と人が会って話をすることで生まれるのが基本的な言葉であるが、最近の事情は少し様子が違う。なにせスマホを操る日本人たちが闊歩して言葉の最先端を行っているからである。書き言葉（特にSNSに書き込む言葉）がどんどん新しい言葉を作り出している。情緒や風情のある美しい大和言葉はいづこへ？という思いを懐にしまって、現代の日本で使われている新しい言葉を少し覗いてみようではないか。アメリカに住んでいる間に、一昔前の日本文化にしがみついたままでいると、マダガスカルやガラパゴスにいるような固有種の日本人になってしまうかもしれない。これから、少しご紹介していくが、この中のいくつがきちんと日本語として定着していくのかは定かではない。

＊やばい →（意味）すごくいい

「これ、やばくない？」などと使う。意味は「これ、すごくいいね！」である。「やばいね～！」というのも「すごくいいね～！」である。

＊ディする　→（意味）批判する、侮辱する、けなす

英語のdisrespectから来ている。「嫌な相手をディする」は「嫌な相手をけなす」、「ディすらない方がいい」は「侮辱しない方がいい」となる。

＊あざす、あざーす →（意味）ありがとう、ありがとうございます

ありがとうございます、を短縮したらこうなったようだ。書き言葉でも話言葉でも、どちらでも使う。

/緋美瑚：東京都出身、フリーライター

～医食同源～

「更年期障害 」

更年期は四五歳から五五、六歳のほぼ１０年を指します。この時期には次から次に様々な症状が起こっています。また、ストレス社会と言われる現代では、眠れない、動悸や不安、頭痛、肩こり、冷え、のぼせ、イライラ、焦燥感といった不調を訴える人が増えています。更年期にも同様のことが起こります。中医学では、こういった不定愁訴をまず「心」の失調と考えています。中医学でいう心は、心臓の循環機能だけでなく、喜怒哀楽といった心の動きや自律神経などの精神神経活動も含まれます。

また血液の貯蔵庫であり、精神を安定させるのが肝の働き。中医学で言う肝は、それぞれの内臓や器官がお互いに影響しあってバランスをとっているように、こうした相互間の働きも含めた広範囲な意味を持って、血液を媒介にして栄養物を体内に運搬すると同時に老廃物を除去し解毒する新陳代謝のコントロールセンタの役目もしています。

中枢神経や自律神経と深い関係がある心、肝機能の衰えは、精神的なストレスが原因になる事が多く、特に春は5月病などの精神的な症状が出やすい時期でもありますから、この季節には精神を安定させる食べ物を多く取るようにしたいものです。精神を安定させる効果があるのは、ほうれん草、小松菜、せり、菊の花や春菊といった、春の旬の食べ物でもある苦味のある野菜です。特に、菊の花や春菊は頭痛や眼精疲労によく効きます。クコの実や黒木耳、金針菜（百合の蕾）などを加えるとより効果的です。
症状によって違いますが、こういった症状によく効く漢方薬があります。ホルモンのバランスを良くし、内臓の老化を防ぎ、自律神経を調整する働きがある加味逍遥散、帰脾湯、天王補心丸、六味地黄丸などがあります。

/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

Rapid/RapidsとConscience/Conscious

Rapidという単語の難易度は高くなく、たぶん皆様ご存知だと思います。「素早い」「迅速な」という意味ですね。
The most rapid house-price gains were in 2004 and 2005. 私は2007年に家を買いましたが、その後売るに売れずにいる家を持っていますが借家として活躍中です。Rapid train は急行列車です。では、Rapidsはどうでしょう？あれ、複数になっていますね。ということは、Rapidに名詞があるはず。こちらは少し難易度が高いのでは？「早瀬」、「急流」という意味です。普通は複数形を使うことになっています。My son enjoyed the swimming pool with rapids. 急流すべり、流れるプールは楽しいですよね。でもその季節まではまだまだ遠い。ミシガンにGrand Rapidsという都市があります。行ったことはありませんが、地図を見てみますと、やっぱり、大きな川がありました。グランドリバーという川です。ミシガン州で一番長い川で、ミシガン湖に流れているようです。

Conscience と conscious なんかよく似た単語です。conscienceは良心という名詞、consciousは意識のあるという形容詞です。発音もなんか似ていて kɑ́nʃnsとkɑ́nʃəsです。conscience と consciousは語源が一緒で、con+ scienceです。 scienceは科学ですが、語源は「知る」という言葉から来ています。科学は、そう、様々なことを知ることです。そしてconというのは、一緒にとか十分にという意味を与えます。良いということを十分に知っているのは良心ですし、状況を十分に知っているというのは意識があるということですね。例文は If you have any kind of conscience or morals, you should resign now. He has to make a conscious decision.を挙げておきましょう

/Tomoko Chubachi TomoKonsulting 兵庫県出身　Durham在住

こんなお店知ってた？

「ダーラム・フードトラック・ロデオ」

ダーラムでは年５回、市内のフードトラック55余台が一堂に会するフードトラック・ロデオが開催されます。場所はダーラム、セントラルパークのファーマーズマーケット会場。日本ではほとんど見れない「ジャークチキン」や、「ベネゼエラ料理」。ルイジアナの「バトンルージュ」、「フィッシュ＆チップス」専門店。高級「ビストロ・サンドイッチ」、超有名「Mac'N cheese」専門トラック。メイン・ロブスター専門店の「ロブスター・トラック」。最近多くなった韓国料理のトラックは「ビビンバ」や「ブルコギ」で、サンドイッチやコリアン・タコスを提供しています。フードビジネスのスタートラインともいえるフードトラック。衛生基準と人気の食べ物であれば、何でも出てきそうな楽しさです。奔放な発想とエネルギーが魅力です。

今年は残り４回。
March 12, June 18, September 3 and November 5に開催予定です。

Durham Central Park
501 Foster St, Durham, NC 27701
http://durhamcentralpark.org/events/food-truck-rodeo-info/

/Lacy Blue: 仙台出身 Durham在住

お出かけ前の服装OK,お化粧OK,アクセサリーもOK。あれあれあれ❣髪の生え際に白髪が目立つ❣なんて経験ありませんか？そんな時は「Gray Away」がお勧め。染めたい部分を備え付けのスポンジで軽く押して叩くだけ。ハリスティーター—でお買い求め下さい。

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
Tel: 919-781-7599

ごちそうさまぁ～❣

「シラスと春野菜の雑穀リゾット」

春野菜と雑穀を使ってヘルシーなリゾットに仕上げます。

材料：シラス20ｇ位（韓国系グロッサリーなら、大抵置いてあるドライのもの）

〇春野菜（お好みで。新玉ねぎ、菜の花、スナップエンドウ、小松菜等。
量は玉ねぎ1/4個、菜の花8本、スナップエンドウ8本、小松菜8本程度。
新玉ねぎはsweet onion,菜の花はHarris Teeterなどでそろそろ出てくる
ブロッコリーの花穂を利用）

〇雑穀米・・・玄米（白米でもOK)+押し麦、Millet、quinoaなど、
お好みの雑穀を混ぜて事前に炊いておきます。使うのは米でカップ1杯。

〇スープ・・・水カップ1.5に粉末コンソメスープを大匙1、人参の皮・セロリの葉
玉ねぎの外皮などの野菜くずとローリエ1枚、黒コショウ10粒を入れて、
中火で沸騰してから弱火で5分煮ておく。

〇白ワイン・・・カップ1/4.

〇パセリ・・・適量

〇オリーブオイル、塩・胡椒。

1.先に雑穀米を炊いておきます。

2.鍋にスープの材料を入れ、スープを作っておきます。

3.別の鍋にオリーブオイルを入れ、「春野菜」をさっと炒める。

4.3の鍋に、1の雑穀と白ワインを入れ、ひたひたになるまで2のスープを入れて、
中火で20分ほど煮る。途中水分が少なくなったら、スープを適宜足す。

5.4の雑穀米が柔らかくなったら、シラスを加え、オリーブオイル大匙2、塩・胡椒少々、パセリを加えてさっと煮る。

6.器に盛りつけ、お好みで分量外のシラスをのせ、パセリ少々を散らす。

/Lacy Blue:仙台出身　Durham在住

ごちそうさまぁ～❣デザート編❣❣

フォンダンショコラ

中からとろーりソースが流れるケーキ

＜材料＞　（５個分）

板チョコ	・・・・	100ｇ
無塩バター	・・・・	80ｇ
グラニュー糖	・・・	20ｇ
卵	・・・・	２個
薄力粉	・・・・	30ｇ
ココア	・・・・	大さじ１
粉糖	・・・・	適宜

＜作り方＞

1:材料をはかり、チョコレートは細かく刻んで、薄力粉とココアを合わせてふるっておく。オーブンは190°に予熱しておく。

2:ボウルにチョコレートとバターをいれて湯せんで溶かす。

3:2にグラニュー糖を加えて混ぜ、ボウルを湯せんからはずしてから,卵を加えてさらによく混ぜる。

4:３にふるっておいた粉類を加えて混ぜ、耐熱カップに約50ｇずつ流し入れ190°オーブンで10分焼く。（オーブンによっては焼きすぎることがあるので温度を180°くらいにしてください）

5:焼きあがったら茶こしで粉糖をふりかけ、熱々を召し上がれ。

☆焼き立てを食べない場合は、食べる直前にレンジで20秒ほどあたためて。

/まみこ:Mammy's Kitchen Club 主宰　新潟出身

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

旅は道連れ 世は楽し

ついにやらかした。年末のチリ旅行で、パスポートなどの盗難にあった。すったもんだの挙句、何とか帰宅できたが、金銭的にも心理的にも大変な出来事だった。個人的な体験談は最小限に抑えるが、万が一の際の予防策・対応策をまとめてみた。

パスポート・グリーンカードなどの盗難は、まずは大使館ないしは領事館に連絡を取る必要がある。状況に合わせて、こちらが取るべき行動を指南してくれる。旅行者も含めた邦人の安全は、どの在外公館にとっても大事な仕事だ、と最近当地の日本総領事が言っていた。勿論、アメリカも自国民の保護は同じだ。そして、書類を整えて出頭する事になるが、その際には盗難届が必要となる。今回は、警察署で英語が全く通じず、苦労した。言葉が難しい国では、通訳を頼んで行く事も考えた方がいいだろう。

日本大使館には、受理から3日程でパスポート発行、と言われたが、実際は随分速かった。アメリカも、パスポートを盗まれた知り合いは、2・3日だったらしい。グリーンカードは厄介で、アメリカ大使館は随時受け付けはせず、場所によっては、予約を取らないと一切手続きできないようだ。さらに国外では発行できないので、帰国のための一時的な書類TRAVEL FOILを発行してくれる。そして、アメリカに戻ってから更新手続きとなる。ビザは、海外で発行できるが、いずれにしても時間はかなりかかると思った方がいいだろう。そして、いずれも所定の手数料を支払う事になる。それと、TRAVEL FOILは、有効なパスポートが必須であり、パスポート発給後の手続きとなることと、私の場合は、パスポートを受け取ってから、TRAVEL FOILを受け取るまで一週間強で、それでも速い方だったらしい事を書き加えておく。

パスポートがなくなる事態は、家にいてもありえる。最低限の予防策はとっておきたい。今回必要となった主なものは、パスポートのコピーと戸籍抄本（謄本）だった。コピーを用意して、同時に盗まれては意味ない。コピー（判読に問題なければ写真でもよい）を勤務先や家族に残し、また自分宛にメールしておくなどすると有効だ。これは、グリーンカードも同じで、ビザも同じだろう。どちらも、数年前にメールしていたコピーが残っていて、現地で印刷して揃えた。特に、パスポートのコピーは、盗難届と合わせて、当座の身分証明書がわりとし、チリでは国内線航空機も搭乗できた。戸籍は、日本の親戚などに役所に行ってもらうしかない。万が一の場合に頼む相手は、普段から念頭に置いておきたい。同じ戸籍でない人が役所に行く場合は委任状が必要となる。不慮の事態に備え委任状を渡しておくのも手かもしれない。戸籍抄本（謄本）の原本は必ず対応する在外公館へ送るが、スキャナのコピーなどで、パスポートはとりあえず発給してもらえる。なお、アメリカのパスポートの場合は、正式な出生証明書ないしは帰化証明書が必要となる。戸籍と違って、すぐに有効期限が来るものではないので、用意して家に置いて来るなどが賢明だろう。長期の旅行なら、念のために一枚もって行くのも手だろう。パスポートもグリーンカードも、コピーがなくても対応はしてくれるが、代わりの物を求められたり時間がさらにかかったりする。母国に帰るだけなら、帰国だけの書類をもう少し簡単に発行してくれるようだが、第三国へ行くには、パスポートは必須だ。

貴重品を一箇所にまとめて持たない事も重要だ。今回は、ポケットの財布と海外用の携帯は無事だった。家族旅行なら、持つ人を分散させても有効だ。もしクレ

ジットカードが盗まれれば、カード会社にすぐに連絡をとり、再発行の必要がある。例外もあるようだが、通常は登録されている住所へ送られて、家族・友人に転送してもらう事になる。今回は、不幸中の幸いで、連絡を取ることとお金は（現金もかなり盗まれたが）なんとかなった。海外旅行はカード一枚で、という意見も聞くが、万が一の場合は間違いなく一文無しになるだろう。また、携帯は、盗難に遭う比率が高い物だ。緊急時こそ必要だが、お金があれば、最悪携帯を現地で揃えることは、たいていの国では難しくはない（これは、日本とアメリカが一番難しいように感じる）。

通信は、厄介な問題だ。スマホが一台残ったとは言え、ネットカフェからのアクセスには、GMAILから何度も本人確認があった。電話が残ったのでなんとかなったが、万が一のリカバーのために、アカウントに親戚や親友の携帯を登録しておくのも有効かもしれない。今回、iPHONEのセキュリティで一悶着あり、一時的に同僚の携帯を自分のアカウントに無理やり登録する騒ぎもあった。そして、今回大活躍したのは、FACEBOOKだった。盗難にあってすぐ助けを求めたら、FACEBOOK FRIEND達から、合わせて10人程のチリの人が紹介され、親身に助けてくれ、非常に心強かった。なりふり構っている場合ではないのだから、LINE、TWITTERなどと合わせ、有効な手立てと考える。携帯が盗まれれば、連絡先がわからなくなる事も考えられるが、そういう時の代替手段としても役にたつだろう。

さて、予防策だが、私の場合は、長距離の夜行バスを乗り継いだ時に、うっかり貴重品も入ったバッグを座席の上の荷物棚に、飛行機と同じ感覚で載せてしまい、寝てしまったのが一つの原因だった。気をつけたい。ただし、足元や膝の上から取られたり、走行中の車の中に手を伸ばして取られたりしたケースも聞くので、絶対の予防策はないと思った方がいい。それでも、コソ泥程度なら、首からかけたり、腹巻き型の貴重品袋は有効かもしれない。また、街歩きには、不要な貴重品は持ち歩かないのがベストだろう。かなりの国で、パスポートのコピーが簡単な身分証明書がわりになる（スマホでパスポートの写真を撮るのも可のようだ）。宿泊施設での問題も聞くので、状況に合わせた判断が必要だ。分散して持つのが有効なことはすでに書いた。あとは、夜行で疲れている時や、治安が悪い場所を通過する場合などには、特に気をつけることが必要だろう。

そして、帰国後になるだろうが、保険に加入している場合は、支払いを請求できる場合がある。旅行保険かと思いがちだが、アメリカの旅行保険は、電子機器、現金類、パスポートなどは除外しているものが多い。逆に、家の保険が、旅先の盗難をカバーしていることがよくある。私も半信半疑で問い合わせてみたら、すんなりとかなりの金額が戻った。当然控除額はあるので、まとまった損害でなければ無理だが、グリーンカードは高い。覚えておくと良いだろう。勿論、盗まれたものによっては旅行保険も有効だ。場合によっては、クレジットカードに保険や保証が付随している場合もある。思い当たれば、確認してみるとよいあろう。

南米だった事もあるが、現地で出会った長期の旅行者の過半数が何らかの盗難にあっていた。ちなみに、一番よく聞くのが携帯、2番がパスポートであった。気をつけるのは勿論だが、絶対安全という事は世界中どこでもありえない。最悪のケースを考えて、最低限のバックアップの準備をした上で旅行することをお勧めしたい。

/根木：Travelink Chapel Hill支店長　Chapel Hill在住

＊Eggstravaganza at the NC Zoo, Asheboro
4月1日と2日（土・日）
イースター（復活祭）にちなんだエッグハント等の子供向けイベント

＊Spring Fling at Shelton Vineyard in Dobson
4月8日(土)　入場無料
各種のブースで食べ物や手工芸品を売っています。ライブ音楽とワインの試飲もあり。

＊Celebration of Spring in Seagrove
4月22日～23日(土・日)　入場無料
多くの地元陶芸家によるオープンハウスで、窯も見れます。実演、無料の飲み物・スナックあり。

＊Spring Daze & Antique on Main, Main St., Thomasville
5月13日（土）　無料
骨董品や各種の花や植物・野菜、手工芸品、ライブ音楽、食べ物があり。

＊Highland Games at Bethabara Park, Winston-Salem
5月13日（土）$10
スコットランドの名物行事ハイランドゲームを、Old Salemのミニチュア版のBethabara公園で行います。各種音楽、手工芸品、出し物があり。

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

第35回UNCG インターナショナルフェスティバル

４月８日(土) １２時～５時 (College Avenue)ノースカロライナ大学グリーンズボロ校に於きまして、４月８日(土)に毎年恒例のインターナショナルフェスティバル(I-Fest)を行います。世界各国からの展示やスナックなどをお楽しみいただけます。是非、お越しください。入場は無料です。(お問い合わせ：c_takagi@uncg.edu) 高木)

第２回グリーンズボロ日本語弁論大会

４月１５日（土）１時～4時
(Curry Auditorium)

また、本学では、昨年よりグリーンズボロ市とその近郊で日本語を学習している学生を対象にした日本語弁論大会を開催しております。昨年は、本学の学生のみならず、ギルフォードカレッジやウェイクフォレスト大学の学生さんにもご参加をいただき、大変盛況でした。今年も４月１５日（土）にUNCGキャンパスにて学生たちが日頃の勉強の成果を和気藹々とした雰囲気の中で披露いたします。どうぞお気軽にお立ち寄りください。

（お問い合わせ：y_sugawa@uncg.edu菅原）

Captain Chen’ s Gourmet China

(看板にはGo China と書いてあるのでご注意を)

グリーンズボロに知る人ぞ知る小さい四川料理のお店を紹介して頂いたので行ってみました。アメリカ人の好む味にアレンジしていないので日本人にはとても嬉しい中国料理です。お客様も殆どが中国の方です。これは美味しいと言う事ですね。お勧めは清炒圆白菜(キャベツのみを塩味で炒めた物) と 葱油豉汁鱼(ティラピアのBlack Bean ソース) です。四川だからと言ってスパイシーな物ばかりではないのでご安心下さい。

営業時間
11:00 am – 3:00 pm, 5:00 pm – 9:00 pm
火曜定休

3709 Battleground Ave, Greensboro, NC 27410
(336) 340-9475

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

ABE

Hair Artist

新住所

Salon by JC
6140 Falls of Neuse Rd.
Raleigh, NC 27609

予約Only
(919)605-4892
日本語テキストOK

3-6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	
3/14-19	THE BODYGUARD (musical)	DPAC
3/16-19	Spring Musical, "Disney's Tarzan"	Green Hope High School
4/1	EARTH, WIND & FIRE	DPAC
4/20,21	Steve MARTIN Short with Steep Canyon Rangers (live performance)	DPAC
4/22	Brian Regan (standup comedy)	DPAC
4/27	I Love The '90s Vanilla Ice, Salt～	PNC Arena
5/5-7	MAMMA MIA!	DPAC
5/12-14	CHICAGO (musical)	DPAC
5/18-21	Carmen (Carolina Ballet)	DECPA
6/6-11	THE KING AND I (Musical)	DPAC
	ファミリー/子供向けイベント	
3/18	Cary Annual Kite Festival	Bond Park
3/23-4/2	The Wolf (play)	DECPA
3/25	Harlem Globetrotters	PNC Arena
4/8	Community Egg Hunt	Southern Community Park/CH
4/10-16	6th Annual Spring Egg Hunt	JC Raulston Arboretum
4/21-30	James and the Giant Peach (play)	Little Theatre
5/19-21	Got to Be NC Festival	NC Statefairground
5/20,21	PAW Patrol Live! "RACE TO THE RESCUE"	DPAC
5/23-28	FINDING NEVERLAND (musical)	DPAC
6/2-4	Sesame Street Live Make a New Friend!	PNC Arena
	その他のイベント	
3/11	St. Patrick's Day Parade and Festival	Downtown Raleigh
3/18,19	Coastal Paws Cat Show	NC State Fairgrounds
3/18,19	Raleigh Nuv Yug India Fest 2017	NC State Fairgrounds
3/24,25	Carolina FiberFest	NC State Fairgrounds
3/24-26	Antiques Extravaganza of NC	NC State Fairgrounds
4/8	Beer &Bacon Fest	Booth Amphitheatre/Cary
4/21,22	Brewgaloo NC Craft Beer Festival 2017	Downtown Raleigh
5/20-22	Artsplosure - The Raleigh Arts Festival	Downtown Raleigh
5/26-29	WRAL Freedom Balloon Fest	Fuquay-Varina
	日本人関連イベント	
3/17	韓国料理の実演と試食	Raleigh First Baptist Church
4/2	Taiko Performance	Rock' N' Roll marathon
4/7	Trolley Tour	Downtown Raleigh
4/21	Potluck Party	Raleigh First Baptist Church
5/6	子供の日Evnet	Japan Center
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

元気に2017年が明けました。Newsではこれからのアメリカは何処に向かっていくのだろう❣？と心配の種ばかり放送されています。また、現在社会は便利になったけど複雑さも増し、社会からシンプルさが失いつつあります。鬱病は現代病によばれ始めています。しかし、心配ばかりしていたらストレスがたまるばかり。人生はケセラセラ。不安や心配で苦しくなってきたら、おまじないのように「ケセラセラ=なるようになるさ」って呟いてみませんか。そしたらきっと、少し肩の力が抜けて自然の流れに身を任せられるように感じるかも。過ぎたことも先のこともくよくよ考えないで、おおらかに構えてほんのり前向きな気持ちであれば、そう信じたように世界は見えてくる。「Whatever will be, will be」。2017年が始まったばかり。これから読者の皆さんに、きっと良いことが沢山沢山起こります。今年から四季号の▲横丁。勿論こちらもケセラセラ。　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」2017年春号/第53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)