

# さんかく横丁

第76号・2022年/冬号  
雪やこんこん!の巻

## 冬号

“冬眠”

収穫後  
一時休止で  
じゃあまた



「冬眠」

ホットNews	2
トライアングル日本クラブ便り	3
特集:コロナ後の飛行機旅行	4
NC州高校生スピーチコンテスト	6
日本語を育てていますか?	8
学校お助けTips!	9
日本での老後を考える	10
イギリスからアメリカへ	12
暮らしの中のコーテング	13
三角シネマ館	14
赤い小鳥とブルーな生活	16
お耳を拝借	17

変な出来事	18
ハワイよもやま話	19
お手軽風水	20
NS日本センター	21
免疫力を高める	22
トライアングルコーラスクラブ	23
こんなお店知ってた?	23
ごちそうさまあ〜!	24
トライアッドかわら版	26
見て見て!▲掲示板	28
イベントスケジュール	29
漫画コーナー	30



## 2022アメリカ中間選挙結果

アメリカ中間選挙結果が11月8日に開票されました。2020年11月3日に民主党のバイデン大統領が当選してから2年、連邦議会のうち注目州(民主、共和どちらにもなり得る州や、直近の大統領の動向などで結果が大きく変わる州など)も含む、約3割の議席が改選となります。中間選挙は、国政に影響を与え、米国の政治史における転換点を予測するため、とても重要な選挙です。またバイデン大統領への国民の支持率も顕著に見えるため、次回大統領選挙出馬への大きな決断材料ともなります。NC州も上院2議席のうち、1議席が改選枠となり共和党のTed Budd氏、民主党のCheri Beasley氏間での実質上一騎討ちとなりました。11月8日、接戦の末、過半数の票を獲得したBudd氏の勝利となりました。今世紀、9回の上院選挙のうち、共和党に8回軍配が上がっています。NC大学チャペルヒル校のサイトによると、NC州の登録済み有権者は、740万人ほど、そのうち34%が民主党、30%が共和党を支持しています。但し、Unaffiliated、つまり支持する政党がない、との回答も36%あります。次回大統領選に向けNC州の動向に注目です。

## メタバース

メタバースという言葉を目にするようになりました。メタ社(旧フェイスブック社)の最高責任者のマーク・ザッカーバーグ氏が推進するアバター(ユーザーの分身をキャラ化したもの)による仮想世界での生活ができる活動、またその商業空間がメタバースと呼ばれています。ビジネスなど経済活動はもちろん、空間内で使用可能の通貨(NFT)も存在します。自分で作ったアートをその空間内で売買できたり、沢山のゲーム内の取引もその通貨で取引されています。空間内の通貨は、現実の通貨に交換もでき、色々な企業がその経済影響に注目しており、Rolexなどの有名ブランドもメタバース内でのブランド計画があることが明らかになっています。パンデミックが終わり、広告需要の変化などからGAFAM(ガーファム: 米国巨大IT企業の総称)でも大量解雇のニュースが相次いでいます。メタ社も同様、社員の13%と言われる、1万1千人を解雇することを発表しました。メタバースに多額の投資をしているメタ社の先行きに不安を覚えた投資家も増え、株価はこの数年下落しています。メタバースの成り行きがメタ社の命運を担っているとも言えるようです。

## 変わり種アドベントカレンダー

今年はクリスマスに関するデコレーションなどの陳列が今までになく早く店頭に並び、ハロウィンが終わるのを待たずにスーパーなどはクリスマス一色になりました。この時期は街中もキラキラと彩られ心躍る季節ですが、ユニークなアドベントカレンダーで一層この季節を楽しむことができます。アドベントカレンダーは、クリスマスまでの日数をカウントダウンするためのカレンダーで、発祥は諸説ありますが、オーストリアやドイツなどで19世紀後半から20世紀初頭にかけて使われ始めたようです。お子様用にお菓子が出てくるようなものなどがスタンダードですが、最近ではワイン、ビール、化粧品やペットへのおやつなどユニークな商品もたくさんあります。家族や友人と集まる機会も増える季節ですので、ちょっとしたギフトなどに良いのではないのでしょうか。

祭

## トライアングル日本クラブだより ＝「秋祭り」急遽中止のてんまつ記＝

祭

開催予定日の1週間前、ハリケーンIANはカテゴリー4の巨大ハリケーンとなりフロリダに上陸しました。数日後にはフロリダ州での空前の被害状況が報告されましたが、ノースカロライナまで足を伸ばすのか、その強さが維持されるのかは予報ではまだ不確実でした。

日本クラブはやっと下火になってきたコロナ禍を見据えて、3年ぶりに「夏祭り」の代わりに10月開催の「秋祭り」に時期をずらし、少し規模を抑え、かつ屋内よりリスクの少ない屋外開催を目指しました。5月にはTown of Apexとの共催がきまり、開催準備を展開してきました。各役員の頭には、秋晴れの空の下、家族が集う楽しいイベントが描かれていました。

雲行きが危なくなってきたのは火曜日ごろ、再上陸したIANはRaleighをどうやら直撃しそうで、風速20-50マイルで大雨を伴うという天気予報になってきました。水曜日の夜に緊急役員会を招集しGo/No Goの決定を下す羽目になったのです。いくつもの懸念材料が討議されましたが、最終的には参加者やボランティアの方々の安全性確保の理由から、その場で「中止」という苦渋の決断がされました。会場がTown Hallの中庭という屋外であるため、今回の会場設営にはメインステージの屋根や食品屋台や蚤の市のブースなどそれこそ30を超える大小のテント使用が必須でした。しかも会場側の制約でそれらテントはすべて固定釘止めではなく「重し」で押さえることになっていました。そこに強風が吹いてしまつてはテントが舞い上がってしまい大変危険になってしまいます。ノースカロライナ州知事からの大雨、洪水などState of Emergency発令も出ていました。結果としては、強風や大雨は開催日前日の金曜日の夜までがひどく、イベント当日の土曜日は少し穏やかになりましたが、それにしても当初金曜日に予定していた会場の設営や資材の搬入などは何もできないままでした。

さて翌日からの木・金曜日は関係者への中止決定のお知らせに忙殺されることになりました。関係者といってもApex市、警察、消防署、レンタル業者などは個別に連絡するだけですから特別問題はありませんでした。その時点ですでに1,400人近く事前チケット購入者があり、またステージパフォーマーやボランティア申込者が100名を超えていましたので、そちらへの連絡がメインとなりました。特にチケット購入は本来No Refundableとことわってあったのですが、役員の間では全額Refundすべきとの決定もされていたので、その旨のご連絡も併せていたしました。

念のため、イベント当日予定だった土曜日に会場を視察しに行きました。なんとといっても台風一過、倒木や停電の被害も報告され、水はけのよくない会場はともイベント会場には使えない状況でした。あらためて中止決定は正しかったと確認できました。

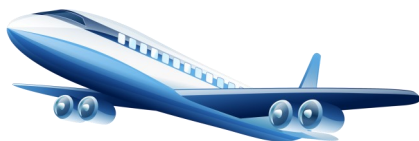
最後の後始末として、今回の中止の当クラブへの財務上の影響をまとめている最中です。購入した食材などはほとんどが破棄となってしまいましたし、チケット購入者への返金や設営レンタル業者へのキャンセル料の支払いなど、一時は約\$10,000ぐらいの損害になるのではないかと想定されていましたが、スポンサー企業のご寄付継続などのご厚意もあり、かなり少なくなりそうでホッとしています。

と、イベント中止のてんまつを書いてきましたが、不可抗力の自然災害とはいえ、皆様が楽しみにしていた地域催事が提供できなかったことを反省点として、来年に同じような企画を立てる際、あらためて屋外ではなく屋内会場を準備できるようにしたいと強く感じました。

/日本クラブ代表：ロッキー岩島、東京都出身、ラーレイ在住35年

## 『コロナ後の飛行機旅行』

コロナ禍も落ち着きを見せてきた。10月11日より日本も外国人の観光入国がほぼ無制限となり、飛行機もさらに混み合っている。ほぼコロナ前通りとはいえ、変わった部分もある。



日米路線については、どの航空会社もかなり込み合っており、特にビジネスクラスとプレミアムエコノミーについてはほぼ満席のようだ。最近の記事では、BLEISUREと呼ばれる、仕事と個人旅行両方を兼ね合わせた需要が特に伸びているという事だ。私の友人でも、自宅勤務になってしまい、ラップトップさえあれば世界のどこにいても同じ、と各地へ出掛けて行って滞在を楽しみながら働くケースが増えた。そして、仕事絡みで予算も余裕があると、ビジネスクラスやプレミアムエコノミーの航空券にするケースが多いようだ。特にプレミアムエコノミーは余裕を持って手配しないとすぐに売り切れるようだ。快適に旅をした人には朗報ではないが、注意したい。

日本入国も、ほぼ制限なしとはいえ、まだワクチン接種の確認ないしはPCR検査が必要とされ、日本に到着するまでに何度か確認がある。また、アメリカに戻るのも、米国籍者及びグリーンカード保持者以外は、ワクチン接種の確認がある。証明書携帯は必須だ。さらに、どちら方向にも簡単な調査票記入がある。日本行きは、ファストトラックというウェブでの事前登録があれば、入国時の確認も数分で終わる。以前はアプリからの登録だったが、11月からはデジタル庁が運営するVisit Japan Web仕様に変更された。確認は原則としてスマホの画面の確認となる。ただ、ファストトラックの登録がされていてもワクチンや検査の記録は、航空会社などに確認されるので、必須だ。

旅行保険も明らかに需要が伸びている。出発国で購入する必要があるので、国ごとに多少の差異はあるが、最近は何の保険も、コロナによる入国制限の政府によるルール改定やロックダウンについてはカバーせず、コロナに罹った際には通常の病気と同様、診断と治療及び旅程の変更に関わる費用をカバーするようだ。これは保険会社ごとにルールを設定しているので、確認は必要だ。5月ごろに日本からアメリカに渡航した知り合いと、アメリカからイギリスへ渡航した友人が立て続けにコロナに罹患して保険にお世話になった。いずれも陰性になるまでは10日ほど足止めを食らったが、滞在費と航空券の変更料金はいずれも保険で補償されたという事だった。

空港は、アメリカも日本もほぼ従来通りに戻った感があるが、日本はまだ空港の店舗が閉まっていることが多い。先日の羽田空港は、国際線ターミナルは、まだ店舗の営業は半分程度にとどまっていた、買い物には少し不便で、買い損ねたマンガ雑誌は、そのまま買えずに終わり、お土産に買おうと思った和菓子も選択肢が狭く、少し残念だった。特に外国人旅行者に需要がありそうな、電器店やドラッグストアなどは営業再開が遠そうだ。飲食店も営業時間が短縮されたりしているので、お気に入りの店がある人は、心残りの食べ損ねがないようにしたい。

待ち時間を快適に過ごせるラウンジも、存在はありがたいが、一部は閉鎖されている。成田のJALのビジネスクラスラウンジが営業を再開したのは最近だ。ただ、コロナ禍だから

か、JALもANAも幾らかの追加料金で当日利用できるルールとしたようで、日本ではアクセスしやすくなった。一方のアメリカ側は、米系大手は従来より有料で利用できるルールだが、どこも需要が伸びて混雑する 때가 あり、特にデルタ航空はラウンジ入室者が多く、かなり制限する方向で動いている。ルール上は一日\$50程度の追加料金でも、満室の場合は断られる。特定の航空会社の利用が多いようなら、その会社のラウンジの会員権も考えてもいいと思う。Plaza Premiumなど、独立系のラウンジ



であれば、数は限られるが予約できる場合もあり、極端に混み合う事も少ないので、該当する場合は考えてもいいかもしれない。また、American Expressは、プラチナ会員以上については、自前のラウンジを提供し、Priority Accessという各種ラウンジに入室できる会員権を無料で提供していて、友人の中にもこれを目当てに会員になっている者もいる。カードの年会費が\$650なので万人向けではないが、他にもメリットはあるので、頻繁に渡航する人は考えてもいいかもしれない。特にPriority Accessは利用する航空会社には影響されないので、守備範囲が広い。また、同様なクレジットカードが、Capital OneやChaseなどからも提供されているようなので、同様に考えてもいいだろう。

機内で快適に過ごすには、ということも聞かれるが、これは個人差が激しく、一概には語り難い。一番聞くのは、日系はサービスが良いということだ。私自身、事情がない限りは日米間は日系にしている。手配時に念頭におくといいかもしれない。特にJALは、エコノミークラスが世界一と複数回表彰されており、特に座席は座席間隔が他社より若干広いなど評判が良い。他の航空会社も、各社共通で言えるのは座席指定だろうか。どの航空会社も有料で指定できる座席があり、一番条件が良い席は支払が必要だ。航空券を手配したら、一度は座席指定を確認し、若干の金額で条件が良くなるなら考えてもいいだろう。最近最安値の航空券は変更・払い戻し不可のものが多く、それらは通常座席指定も条件が悪いので、注意したい。また、購入後に航空会社のウェブサイトや、ビジネスクラスへのアップグレードなどを募っている場合があり、これだとビジネスクラスを購入するよりは安く済む。太平洋線では稀だが、米系と欧州系でよくあるので、ダメもとでチェックする価値はあるだろう。

乗ってからは、最近まではマスク着用必須だったが、今は航空会社や行き先ごとに差異がある。必須でなくとも、空港や機内などでコロナに罹るケースも聞くので、まだマスクは着用を考えてもいいと思う。さらに、機内で快適に過ごせる小物も色々ある。私は、ノイズキャンセリングイヤフォンを愛用している、数十ドルからあり、エンジン音がずっと消え、機内が快適になる。友人の中には、ネックピローなどを使うものもある。私自身は首筋が暑くなるので苦手だが、これも\$20も出せばかなりいいものが手に入るの、考えてもいいだろう。

以上、最近問い合わせをいただいたトピックも含め、私なりの見解をまとめた。しばらく渡航していない読者もいるだろうが、ぜひウイズコロナの時代も、快適に旅行を続けてほしい。

/根木: Travelink 法人営業課マネージャー・日本語デスク 愛知県出身 Chapel Hill在住

## —第22回NC州高校生スピーチコンテスト—



リサさんは6月にイーストチャペルヒル高校を卒業して、8月からジョンホプキンス大学の1年生になりました。大学では国際研究を専攻しています。Japanese and American Association に入って色々な活動もしています。また日本語能力試験の1級を目指して一生懸命日本語を勉強しています。大学生活では、高校でできなかった日本への留学やインターンシップなどしてみたいそうです。

\*\*\*\*\*

初めまして、私の名前はワリサです。今年は私が日本語を勉強し始めて4年目で、高校の最後の年でもあります。このスピーチを使って、これまでの日本語との旅の総まとめをしたいです。私のスピーチは「言語学習の魅力」についてです。

みんなはきっとグーグル翻訳やオンライン辞書とポケット翻訳機のようなデジタルツールをご存知でしょう。二十一世紀に、これらの便利なデジタルツールはますます強力になり、言語学習のいい代わりになっています。人々は旅行のために色々なフレーズを覚えなければならないことや、紙の辞書で知らない言葉を何度も調べなければならないことなどの不便から逃れられるようになりました。その上、今の学生は言語クラスで翻訳機だけに頼って合格することもできるようになりました。技術発展の速さによって、翻訳機はより効率的になるでしょう。

日ごとにこれらの通訳と翻訳の技術は改善され続けています。では、言語学習が置き換えられ、不要になる日がいつか来るのでしょうか。

私の答えは「いいえ/NO」です。

何年経っても技術や人工知能が言語学習に置き換わる日は来ないと思います。もっと精度の高い翻訳機があっても、言語学習は掛け替えない宝物です。私自身の体験、特に日本語を学ぶ体験は、私にこの事実を教えてくださいました。

まず、言語学習の価値を知るために、一つ大切な事実を理解しなければならないと思います。それは、本当の言語学習には文法や語彙を学ぶだけではなく、その裏にある様々な声と文化について理解することこそが重要だ、ということです。各言語の基本的なルールは変わらないものですが、言語の使い方や言葉の言い方は話者によって異なります。大勢の人は同じ言語を話すかもしれませんが、人々のことばの選択、語法と口調の違いはもっと深い物語を語っています。

このため、ことばだけで他人が言いたいことが分かるのはとても重要なスキルだと思います。言語の学習に没頭すれば、言葉に隠れている深い意味を徐々に理解し始められると思います。私にとって、言語を学ぶことは宝探しのようです。知らない領域を探る時の興奮だけでなく、それに伴う挑戦も楽しめます。

さらに、言語は本気で学ぼうとする人に文化や伝統への様々な洞察を教えます。そして、人々は新しい言語から新しい物の見方と角度が得られます。この新たな視点から物事を見て、言語の裏にある歴史と文化が細かく分かるのはとても大切だと思います。私達は言葉自身を超えて、もっと広い文脈で言語を見つめ直せるようになります。

もちろん、言語学習は利益があるという意見を支持する科学的な証拠も多くあります。第二言語を話す人から創造性と適応力の高まりや学業成績の進歩、多くの言語学習者で、高齢者の認知機能の低下も他人より遅いです。最近のあるCNNの記事には、第二言語が話せる人は異性にとってもっと魅力的だということを裏付ける社会実験についてさえ書かれていました。

確かに、これらの証拠は科学的に言語学習の重要性を述べています。しかし、外国語を学んで、習得することの真の掛け替えない価値は、個人に、つまり私達自身に、与え

られた影響にあると、私は信じています。言語を学ぶ過程で、人間しか考えられない思想や反省こそが言語学習から得られる大切なものと言えます。

例えば、日本語の学習は私に「帰属感」を与えました。私の日本語はまだですが、日本語で先生や友達と会話できる時、すごく嬉しくなります。将来、私は日本語や日本文化についてもっと学んで、その知識を使って、より良い国際関係に貢献したいです。

言語学習からみんな得たものは違いますが、それは自分の体験を通してしか理解できないことです。翻訳機のようなデジタルツールは学習者を助けられますが、言語学習の体験に完全に取って代わることはできません。

この点で、言語は芸術に似ていると思います。芸術作品の魂は画家の過程と意図にあります。これを理解せずに、出来上がった作品だけを見ると、その作品の完全な意義が掴めないでしょう。そして、完璧にコピーしかできない芸術家は、欠陥がありますが独創的な芸術家より劣るでしょう。同じく、完璧な文法が話せるロボットより、言葉が間違っているも本気で異国の文化と人を理解し、出会い、知ろうとする人間の方が心地よいのではありませんか？翻訳機より、私がここにいて、一生懸命言いたいことを日本語で言っている方がましではないでしょうか。

言語は民族と国々の違いを映し出しますが、言語は人々を団結する強い力も持っています。言語を学んでいる私達はこの力を受け継いでいると信じています。

これらは言語学習の真の魅力だと思います。ありがとうございました。

花  神 **KASHIN**  
RESTAURANT

Japanese Cuisine & Sushi

日本の味を 堪能して  
みませんか？

[www.kashin.com](http://www.kashin.com)



Hawaiian Poké

[www.thepokerepublic.com](http://www.thepokerepublic.com)

399 Crossroad Blvd Cary, NC Crossroads Plaza ☎ 919-851-7101

自動車・住まい・生命・個人年金

保険についてお気軽にご相談ください

日本語でのお見積り依頼はこちらからどうぞ



MHH Insurance



[www.mhhinsurance.com/jp](http://www.mhhinsurance.com/jp)

☎ 1.888.391.5055



保  
険



## 日本語を育てていますか？

日本語

母語を保ちながら、第2言語を順調に伸ばしていくというのは、日本国外に住む私たち誰もが希望する理想の形ではないでしょうか。母語で読み書き能力を身に着けた人は、第2言語の読み書き能力にもプラスに働くとされるなど、2つの言語を持つ子どもたちは、その両方を補い合いながら、両方を伸ばしていける可能性を持っています。



その実現には、2つの言語を意味のある形で接触させる必要があると、トロント大学名誉教授のカミズ博士は言っています。「意味のある形」とはどういうことでしょうか。簡単に言ってしまうと普段当たり前に行っていることをそれらの言語を使って行うということでしょう。小さい子供なら遊び、学齢期に入ったら教科学習のようなもの、それらを行う時に使う言語は自ずと伸びていきます。

実際のところ、現地校で日本語と英語を接触させる機会はあまりないかもしれません。ある程度の年齢になってから日本を離れ、現地校に編入した子供さんは、まずは日本語で考え、英語でアウトプットするという形で両言語を接触させていることと思いますが、その過程で母語の力を披露する場はほとんどないのではないのでしょうか。でも、もし最も自信を持っている言語で、まずは考えて書いてみることを奨励してくれる環境があったらどうでしょう。実は、それは大変意味があることだと考えられています。

子供たちは、突然に英語オンリーの学校生活に放り込まれるので、年齢が高くなればなるほど、本来の認知レベルと、周りが自分を見る目のギャップに困惑します。日本語でなら難なく説明できるはずのことを、言葉がままならないばかりに、まるで赤ちゃんのように扱われたら、自信を失うのも無理はありません。

そんな時、母語で考え書くことを勧め、それを英語にしていけることに理解を示してくれる先生がいたらどうでしょうか。その子は、自分は英語ではまだできないだけで、周りのみんなと同じように考え書く力がしっかり備わっていることを再認識できます。それはその子の自己肯定感を上げ、英語学習にもプラスに働くことになります。

教師の理解とサポートは大変重要だとカミズ博士は言っています。学校全体で生徒の多言語能力を称えようという意識が強まるからです。さらに、地域や社会にその意識が広まれば、子どもの多言語はよりすくすくと育っていくことでしょう。

昨年、地域の図書館に日本語を含む多言語の書籍をもっと増やすことを提案してみました。日本人コミュニティの規模を理由に最初はあまり前向きではなかったのですが、図書館に様々な言語の本があるという事実そのものに意味があるのではないかとというやり取りをした後、図書館の外国語書籍コーナーが少しずつながら広がってきているように感じます。自分の言語が社会の中で認められているという気持ちこそが、子供たちの誇りや自信となり、母語学習の原動力になるように思います。日本語に限らず、アメリカにある様々な言語がどれも同様に素晴らしいという考えが当たり前になるLanguage Friendlyなコミュニティを目指していけたらいいですね。

/ 藤岡純子(教師) 群馬県出身 Chapel Hill在住



# 学校 お助け Tips!



## 子供の読書

小学校の個人面談で先生が子供の成績や学校での様子や友達関係などを一通り話して下さった後、先生が「何か質問がありませんか？」と尋ねると、英語力がまだ学年レベルに達していなかったり、日本から来たばかりのご両親がほとんどの場合質問することがあります。それは、「私たち親が子供に対して家でできることは何かありますか？」です。その答えは大体いつも「一緒に本を読んだりして、本を読む時間を増やしてください。そして本はなるべく英語の本がいいですが、日本語でも本を読ませるようにしてください。」です。これをもう少し詳しく説明してみましょう。



まず、本を読む心地良い環境を親が作ってあげることが大切だそうです。テレビ、コンピューター、携帯電話などの電源を切って、本に集中させることです。子供だけに本を読ませるのではなく、親や家族全員と一緒に本を読むのに付き合うことも必要かもしれません。

本を読んだ後、日本語でも英語でも構わないので、WHのつく質問をお子さんにすることです。WHとは、どこで、いつ、何を、誰が、どのように、どうしたなど、本のあらすじに沿って質問をします。お子さんが本当に内容を理解しているかの確認が必要だからです。行間から内容を読み取るのは、英語力とはまた違う能力です。日本語でも英語でもこの能力を身につけることは、将来もっと長い文章を読むようになってからの大切な国語力です。それで、先生は日本語でも英語でも本を読ませてくださいと言ったのだと思います。

最後に本の選び方ですが、3種類の本を選ぶことを教師は薦めています。まず内容が分かりやすく、わからない単語がなくスラスラ読めるもの。次にちょっと難しくチャレンジが必要な本。そして、子供が興味があり飽きずに、楽しく読める本です。

学校を通して、ネットで本を読めるインターネットのサイトのプログラムを紹介してくれることもあります。このプログラムでは生徒のレベルにあったところから無理なく始めることができ、最後にWHの質問をしてくれたり、それに答えて、正解すると次のレベルに進めるというものです。コンピューター画面に慣れているお子さんには、ネットで本を読むことの方が長く続けることができるかもしれません。また図書館に行って本を選ぶ手間も省けます。担任教師との面談があった時などは、ぜひ先生にお聞きになってください。

学校によっては、先生が本を選んでくださり、家に持って帰らせるところもあります。また本をもっと沢山読ませるために、読んだ冊数を棒グラフにして、ある点数までいくと、景品を出したりする先生もいます。

日本でも活字離れが深刻な問題になっていますが、小さいうちに本を読む楽しさを感じることができれば、大人になっても本を楽しんで読むようになるのではないのでしょうか。



## 「日本に永住帰国した後の米市民の氏名表記は？」

老後の人生を日本で迎えるために帰国する人の中には、米市民(米国籍)の方もいらっしゃるでしょう。今回はこうした方々が日本で生活する場合の氏名表記について紹介します。

### 1. 日本での氏名表記

米国籍取得者が日本に3か月以上滞在、居住する場合は留資格を取得する必要があります。日本入国後は在留カードが付与され、各地方自治体で住民票登録することで日本の各種行政サービス(医療・介護保険など)や民間サービス(金融機関、携帯電話など)を利用することが可能となります。この時在留カードに記載される氏名は英語(アルファベット)表記となり、以後住民票登録など公的な手続きにはこの英語名が使われます。一方公的でない、たとえば商業施設(スーパーなど)のメンバーズカードやインターネットサービスの会員情報など、民間業者が独自に運営しているものについては米国籍取得前の日本名(漢字、ひらがな)でも問題ありません。つまり加入・登録手続きに住民票が必要となるきちんとしたサービスは原則英語名が必要ということになります。

### 2. 通称名として日本語名が使える

ここで元々日本国籍であった人の中には以前の日本語名の方が都合がよいケースもあります。たとえば米国籍取得後も日本語名を使って日本でビジネス活動を継続していたケースなどです。その場合本来の英語名とは別に日本語の通称名を登録し使用することができます。

例として以前日本で暮らしていた山田太郎さんが、渡米し10年後米国籍を取得し(同時に日本国籍も放棄)「Taro Yamada」になります。その後老後を日本で暮らそうと思い留資格を取得して日本へ帰国すると、付与される在留カードや住民票の名前はYamada Taroになります。この時山田太郎の名前を使って以前からビジネス活動を継続しているなど、一定の必要性が認められると「山田太郎」を通称名として申請し使用することができます。

一定の必要性についてはビジネス活動を例に取り上げましたが、その他米国籍取得前、つまり日本語名で交わした個人間の契約(金銭貸借契約、不動産に関する契約など)が存在する、料金の支払いが発生する会員サービスを日本語名のまま継続している、といった社会生活上の活動が含まれます。

したがい日本語名の方が個人的に気に入っているなど一定の必要性が認められない理由では通称名の申請はできません。芸能人が使用する芸名やペンネームも通称名とは異なるものです。

### 3. 通称名が表記されるケース

在留資格を取得して日本で居住する場合、在日外国人の証明書類として米国パスポート(英文)と法務省が発行する在留カード(英・和文)を保持しますが、これらには通称名は記載されません。一方各市町村役場で登録する住民票には本来の英文氏名の他に通称名を併記できます。日本では各種行政手続き(年金、社会保険など)や銀行、携帯電話の新規契約には住民票が必要となりますが、住民票に通称名が併記されてい

れば通称名での手続き、契約が可能となります。また印鑑登録証明書や運転免許証へも、本人の申請により本名、通称名の併記が可能となります。



#### 4. 通称名の登録手続き

居住する市町村役場で登録手続きを行います。前述の通り一定の必要性が認められるものでなければならぬため、日常の社会生活上既に使用していることがわかる書類の提出が求められます。具体的には下記のものから2点以上となりますが、各市町村役場によって認められる書類が異なるので、事前に電話で問い合わせることをお勧めします。

- ・除籍謄本(発行後6か月以内)
- ・賃貸契約書
- ・現在の家を購入した時の売買契約書
- ・直近の確定申告書
- ・遺言書(親から自分へのもの。または自分が既に作成したもの)
- ・各種税金の請求書など(不動産関連の税金、株式売却にかかる所得税、など)
- ・光熱費(電気、水道、ガス)の請求書や領収書

\*上記いずれもコピーでなく原本の提示が原則です。

いかがでしょうか?もともと日本人の方であれば親が命名してくれた漢字、ひらがなの日本名はとても大切なものです。該当する人は是非ともこうした制度の活用を検討してみてください。

\*\*\*\*\*

日本の年金、老後の日本帰国、国際事務手続を支援します。  
ライフメイツ(東京本社TEL:+81-3-6411-8984、Line、Skype利用可)

[www.life-mates.jp](http://www.life-mates.jp) [info@life-mates.jp](mailto:info@life-mates.jp)



# 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](mailto: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!



## イギリスからアメリカへ



インディアナの住宅面積は、イギリスの一戸建てに比べるとスケールが大きい。大きな家に住むのは楽しみだった分、考えもしなかった労力が待っていた。イギリスの庭面積は、畳数枚分の面積しかなく、コンセント付きの電気芝刈り機を数分動かすとすぐに終わる。対称的にインディアナの庭は数十倍あり、毎週の芝刈りに時間を要する。芝刈りは、メインの芝刈り、そして細かい箇所を刈るトリマー、仕上げのエッジャーと三種類の機械を使用する。単なる芝刈りのはずが俺の散髪より入念だ。



また日本の感覚で言えば、庭の水やりのためのスプリンクラーはホワイトハウスか、公園の様な巨大な施設にしかないと思っていたが、インディアナの家にはスプリンクラーが備え付けられている。また地下には排水用のポンプ(サムポンプ)とウォーターソフナー(硬水軟化剤)も各家庭に常備されており、これらのメンテナンス費がすごい。「ヒッ! 請求書!」ガレージに並ぶ多くの電動ツールもアメリカの象徴だ。「突風で近所の木が倒れた!」と知らせを聞くと、お父さんたちは、チェーンソーをピックアップトラックに乗せ現場に向かう。インディアナの男性のマッチョ度は、ガレージのツールの数で決まると言っても過言ではない。ところで、インディアナの家が十分に大きいにもかかわらず、それとは別途にストレージ(倉庫)にお金を払っている家庭が多いのは、毎年飾るハロウィンのデコレーションや、クリスマスツリーを3、4つ持っているから、家に収まりきれない物を保管しておく場所が必要なのが理由だ。

他にインディアナで気が付いたのは、近所のコミュニティのパーティーで集まるとき、きまって男性のグループと女性のグループに完全に分かれて会話をするという。そこでは必ず近所の噂話があり「あの人がフェイスブックで盛んに意見を言っているけど、実際に出くわして話かけても全く話さないのよ。」とか「あの、子供にピックアップトラックを運転させたら、ブレーキとアクセル間違えてガレージに突っ込んだのよ。」とスケールのデカイ内容もある。インディアナは一般的にネイバーウォッチが良い意味で機能しているが、悪い意味でど田舎な村社会だ。というわけで、近所の飲み会には毎回必ず顔を出すようにしている。そうすることで自分らの家族が噂をされることを避けられ、しかも普段は聞けない近所の噂話を聞けるというのがメリットがあるからだ。「レッツゴー!」

インディアナ生活も五年目に入った。「アメリカに入ればアメリカに従え。」というわけで、アメリカ人の列にならび、コスコで分厚いステーキを買う。コロナ中、夫婦でリモートで働く我々は週二回は昼からバーベキューを楽しんだ。LAWRY'S Seasoned Saltをステーキに振りかけ、煙をモクモク出しながらメディアムに焼く。かつて「青山のイタリアンは素敵だったわ。」と東京のポッシュな生活を懐かしむ妻が、俺の焼いたステーキを「めっちゃ本当に最高!」と、うなるくらい美味しくグリルされる。

都澤 臣和 : 神奈川出身、Indianapolis在住



## 暮らしの中のコーチング



### 【正しい内省の仕方とは？】

人は1日に5～6万回ほどの思考をしているのですが、そのうちの8割はネガティブな意識だと知っていますか？意識的に気がついている考え事や悩み事だけでなく、無意識の中でも脳は常に思考しています。これを『セルフトーク』といいます。

脳内で再生されている98%の思考は、昨日と同じ内容を考え、昨日考えたことを今日も考え、そして明日も考える…。1日の思考のクセは、自身のあり方(セルフ・イメージ)を、未来に対して徹底的に書き込んでいるのです。

あなたは思考のクセにきづいているでしょうか？過去のわたしは、答えの出ない悩みを一日中考え「はっ！ダメダメ、また考えちゃってる…」と思い直しては、気がつくともた同じことで思考を巡らせる…なんてことがしょっちゅうでした。このような思考のクセや、どこからか湧いてくる「どうして…、なんで…、どうせ…、こわい、できない、でも…」などの恐怖や言い訳、ネガティブな思考が止まりませんでした。本当は「やりたい、したい」と願っているのに、あと一歩を踏み出し、超えることができなかったのです。

言葉はイメージと行動を作ります。知らぬ間にこのような同じ思考が1年、2年と繰り返され、何をやるときにも「自分にはできない」という思い込みが潜在意識下で定着した場合、2年後はどんな状態になっているでしょうか。

わたしは長い間、ネガティブなセルフトークに縛られていましたが、コーチングを学んだことで自分に学習・成長の質問を投げかけられるようになり、気持ちの切り替えが意識的にできるようになりました。

### 学習・成長の質問とは？

師走の時期になると、今年を振り返ることもありますよね？そんな時に出てきがちなのが『今年もあの目標を達成できなかった』という反省の言葉。年始に立てた目標の中で出来たこともきつとあったはずなのに、できなかったところにばかり目が行ってしまうのも、思考のクセなのです。

では、これを学習・成長の質問に変えたら、あなたはどんな質問に変えられそうですか？私だったら『あの目標を〇〇までに達成するために…』という質問に変えてみると思います。さらに、この後に続く言葉を、自分が出来ることにフォーカスして、行動に移せる言葉にする。目標を立てる時は、無理そうだと思うところへ目標値を設定した方がいい、という説もありますが、私は自分が出来ることの中から、ほんの少しだけ頑張っただけでできそうなことを決めて、行動に移します。だって、出来なさそうなことを設定すると、やっぱり無理…になってしまいますから。

コーチングによる質問は、あなたの理想の未来を創る手段です。

今年も残すところわずか、自身の内省・来年に向けての目標設定をするこの時期に、あなた自身に向けた言葉を、学習・成長の質問に変えてみませんか？

/北村千香(マインドバランスコーチ)長野県出身、長野県在住

## 三角シネマ館 映画大好き倶楽部

皆さんこんにちは。アメリカでのクリスマスは、近所のお家のライトアップやお店のツリーの飾りつけなど、何だかワクワクする素敵なシーズンですよ。映画館もクリスマス休暇を前に盛沢山。皆さんにとっても、楽しいクリスマスになりますように！ あーちゃん：三重県出身、Morrisville/津市在住



### 1. Violent Night (アクション/コメディ) 12月2日公開

クリスマスイブの夜、裕福な一家の豪邸の金庫に隠された大金をお目当てに侵入した強奪たちを、サンタクロースが阻止しようと介入してクリスマスを救おうとする。

### 2. Savage Salvation (アクション) 12月2日公開

麻薬依存症を乗り越えた婚約者を亡くした男は、彼女の死を復讐するために、地元の違法薬物作戦のメンバーを追い詰め、全員を殺すことを自分自身に任せた。

### 3. The Whale (ドラマ) 12月9日公開

体重が600ポンド(約270キロ)もある父親が、長年疎遠になっていた10代の娘との絆を取り戻そうとするストーリー。

### 4. Empire of Light (ロマンス) 12月9日公開

1980年代イギリス南岸の静かなリゾート地を舞台に、そこに生きる人々の絆と“映画と映画館という魔法”を力強く、感動的に描く、珠玉のヒューマン・ラブストーリー。

### 5. Avatar: The Way of Water (アクション) 12月16日公開

第1作目から約10年後の惑星パンドラで暮らす一家は、神聖なる森を追われ海の部族に助けを求めるが、その楽園のような海辺の世界にも人類の侵略の手が迫る。

### 6. Puss in Boots: The Last Wish (アニメ) 12月21日公開

アニメ映画、Shrekのスピノフ作品の続編。9つの命のうち8つを使い果たしてしまったプスは、神話に登場する「最後の願い」を探し、失われた命を取り戻す旅に出る。

### 7. Babylon (ドラマ) 12月23日公開

舞台はゴールデンエイジ(黄金時代)と呼ばれた1920年代ハリウッド、サイレント映画からトーキー映画へと移り変わる時代に、映画業界で夢を叶えようとする男女を描く。

### 8. Women Talking (ドラマ) 12月25日公開

“メノナイト”と呼ばれるキリスト教の一派のコミュニティを舞台として、長年レイプ被害に遭ってきた女性たちが集まり、自分たちの被害と生活について議論を始める。

### 9. M3GAN (ホラー) 1月6日公開

AIロボット研究者のジェマは、事故で両親を亡くした姪を引き取り、自ら設計に携わる最新鋭人形“M3GAN”のプロトタイプを友人として姪に引き合わせるのだが…。

**10. The Amazing Maurice (アニメ) 1月6日公開**

天才猫モーリスとネズミ達は、人間相手に詐欺をたくらむが、ターゲットに選んだ田舎町の地下で意外な陰謀に出くわしてしまう。

**11. A Man Called Otto (コメディ) 1月13日公開**

偏屈で不機嫌な男やもめオットー・アンダーソンが、隣に越してきた妊婦マリソルと思いがけず友情を結んでいく。

**12. Plane (アクション) 1月27日公開**

嵐に遭遇した飛行機がフィリピンの島に不時着し、島の過激派に人質に取られてしまった乗客たちをパイロットが救出しようとする。

**13. 80 for Brady (コメディ) 2月3日公開**

ニューイングランド・ペイトリオッツの大ファンである親友4人組が、2017年のスーパーボウルに向かう。フットボールスターのトム・ブレイディが出演、製作を務める。

**14. Knock at the Cabin (ホラー) 2月3日公開**

少女と両親が、人里離れた山小屋で休暇を過していたところ、武装した4人組が現れ一家は人質に取られる。彼らは世界を滅亡から救おうとしており、そのために一家は“選択”を迫られるというのだ。

**15. Magic Mike's Last Dance (コメディ) 2月10日公開**

主演を演じるチャニング・テイタムの実体験を基に、男性ストリップクラブに集うダンサーたちの葛藤と友情を描いたシリーズの第3弾。

**16. It's All Coming Back to Me (ロマンス) 2月10日公開**

最愛の婚約者を事故で亡くした女性は、その悲しみを癒そうと、新しい男性に再割り当てされた彼の古い電話番号にメッセージを送信し始める。

**17. Ant-Man and the Wasp: Quantumania (アクション) 2月17日公開**

アントマンことスコットは街中でも人気者。しかし、娘キャシーが作った“量子世界の人工衛星”を実験中、一家は量子世界に吸い込まれてしまう。



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

Agent コーリー玉恵

1.800.633.9350 919.865.1731(日本語)  
www.yuyutransel.net tamae@yuyutransel.net



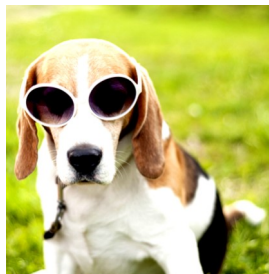
## 赤い小鳥とブルーな生活



shutterstock.com 120275908

### 「迷子のお知らせ」"Have you seen my dog?"

今年も帰国叶わず。あー、日本で一日中、デパートをウロウロしたい。日本のデパートにあって、アメリカのデパートにないもの、それはデパ地下。世界中の珍しいものも、お惣菜のコロッケも買える、夢の食料品売り場。好きだったカボチャサラダを思い出すと懐かしさでヨダレがこぼれてしまいそう。違ーう。ピンポンパンポン、で始まる迷子のお知らせである。



アメリカには"Amber Alert"という子供の誘拐や行方不明を知らせる緊急警報システムがあって、ご存じの通り、テレビや携帯電話が突然ビービーと大音量で鳴り出し、情報が流れて来る。お年寄りの場合は"Silver Alert"だ。では、ペットの場合は何だろう。もちろん警察には頼めないので、ご近所頼みするしかない。

人のネットワークも色々だが、ご近所特化のものに"Nextdoor"というSNSがある。ユーザーを実住所でグループ分けした地域密着型で、お勧めのレストランや交通情報など、毎日、多種多様な話題が飛び交い、さながら井戸端会議のようだ。

そこの掲示板で、最近、非常に多い投稿が、「うちの子知りませんか」「こんな子、預かっています」という迷子のペット探しである。主に犬と猫なのだが、時にはウサギやセキセイインコも。ほぼ放し飼いの猫はともかく、基本的に室内飼いだというのに、月に三度も指名手配される脱出常習犯の犬もいて、マジシャンもびっくりだ。

私の住むネイバーフッドは40軒ほどの小さな地区で、みんな顔見知りである。とは言え、お互いに名前を知っているのは、せいぜい向こう三軒両隣。ところが、この1、2年の間に、名前呼び合えるご近所さんが増えた。地区内の飼い犬が25匹を超え、うちにも子犬がやって来て、私もイヌ友に加わったからである。ただし、名前と言っても覚えられているのは犬の方で、ご近所さんたちにとっての私は「ガブリーヌのママ」である。

ある朝、ガブリーヌが裏庭で用を足したので、拾ったフツを捨てようと、遊んでいる彼女を残し、一人で表に回った。そのまま玄関から家に入って裏庭に戻らず、手を洗っていたら、玄関のセンサーがピンポン。誰か来たようだ。

インターフォンのモニターを覗くと、裏庭で遊んでいるはずのガブリーヌが、すました顔でドアの前に座っているではないか。慌てて開けると、お尻をフリフリ、嬉しそうに家に入って来た。どうやら、フェンスの扉がきちんと閉まっていなかったようだ。

「うちの子知りませんか」という投稿を見る度に、心のどこかで、「どうしてきちんとみておかないんだろ」と思っていた。フェンスがあっても、ちょっとした不注意で犬は逃げ出すのだ。しかも、いなくなったことにすら、気付かない間抜けな私。すぐに帰って来てくれて本当に良かった。

無事を喜びつつも反省していたところに、お隣のメイ(ボクサー)のママ、斜向かいのロッコ(マルチーズ)のママから、立て続けにメッセージが、「ガブリーヌが家の横にいるわよ!」「ガブリーヌがお宅の前庭で遊んでる!ピンポンしようと思ったけど、唸るから近付けなかったわ」。

持つべきものはイヌ友だ。ありがとう、ワンニャー・アラート。

/松田せれな：東京都出身 Charlotte在住





## お耳を拝借



### 耳の形とくに外耳道(耳の穴から鼓膜まで)のお話

仕事柄、毎日人の耳を覗いている。この仕事を36年もやっているから、かなりの数の耳をみてきたことになる。初めのうちは耳の奥にある鼓膜までキチンとみるのがなかなかできなかった。もちろん、まっすぐに耳垢のない綺麗な外耳道であれば鼓膜までみるのは簡単だが、実際にはそういう耳の持ち主は少ない。ほとんどの外耳道は曲がっているので、当初は外耳道の壁だけをみていた。鼓膜をみるには、耳を後方斜めに引っ張って外耳道をまっすぐにしなくてはならない。余談だが、つい最近、動物病院に30年間務めていた女性が来院した。彼女によると犬の外耳道は長く、しかも90度に曲がっているので、耳をかなり引っ張らないと鼓膜までみえないらしい。「だから獣医師には耳をみてもらわないほうがいい」と笑いながら教えてくれた。

私の耳は外側も小さく、外耳道も細い。それに90度とはいかないけれど、かなりの角度で耳道が曲がっている。それがわかったのは30年ぐらい前のその当時の新型補聴器の講習会で、同僚のオーディオロジストが私の耳型をつくるためにシリコン材を外耳道に挿入。乾いてから耳型を抜こうとしてもなかなか出てこなくて講習会の講師にやっとのことで取り出してもらった経験がある。まあ痛かったこと！ このときは特別な耳型の取り方だったので、普通の耳型を取るにはそれほど深く挿入しないので、ご心配なく。

外耳道の形は様々で、見た目には大きな形をしている耳、いわゆる”福耳”でも小さくて細い外耳道がある。また加齢による皮膚のたるみは耳にも起こり、耳道の入り口が縦長の形の場合、入口が塞がってしまうようなことも多々ある。それに以前にも書いたように耳のかたち、外耳道の入り口のかたちや角度は左右の耳で異なる。そのため、補聴器を片方の耳にはピッタリと装用できても、もう一方はうまく装用できなかったり、補聴器が突起して見えたりしてしまうことが多い。友人が耳にすっぽり入る小さい補聴器を購入したから、同じようなものが欲しいといった患者の要望に応えられないこともある。補聴器の選択はオーディオロジストと相談しながら決めましょう。

/田中美恵子: Au. D 横浜出身 Fayetteville在住



### 日本語教室(たけのこ)開設と生徒募集のお知らせ

地面にしっかりと根をはって、ぐんぐんと成長して行く竹の子のように子供たちに育って欲しい。そんな願いを込めて日本語を学べる教室を開設しました。

対象児童: 日本語を学びたい児童(4歳-18歳)。ご家庭で日本語を話しているか否かは問いません。興味のある方は、授業の見学をお勧めします。日本語での日常会話、読み書きが将来できる事を目標に、語学教育の経験豊富な講師陣が授業をサポートします。

教室所在: South Pointモールより10分 日時: 土曜日 午前9時30分~12時00分  
春学期: 1月から5月末 夏学期: 不定期 秋学期: 8月から12月中旬

詳細はホームページをご覧ください。 <https://takenokonc.org/>

お問い合わせは Takenoko.nc@gmail.comまで、eメールにてお願いします。



## 変な出来事(匿名)



### 第8話 「腕が自分を助けた事件」

長野市のとある町で、8月末に事件は起きた。地区内のボツンと一軒家にひとりで暮らしていたM被告は、自宅に呼び出した民生委員の男性Aさんに対し、金属製の矢を込めた全長77センチのボーガンを発射。胸に命中させようと思ったが自身の胸の前に出した腕に矢が貫通した。不幸中の幸いだった。Aさんは、民生委員として月に一度、M被告の家に広報誌を届けに行っていた。その程度の間柄だったAさんに対し、なぜM被告がボーガンを向けたのか。初公判で分かったのは、とぼっちりとしか言いようのない一方的なM被告の恨みだった。この日の冒頭陳述や証拠によれば、M被告は高校に入学した頃から親元を離れて一人暮らしを始め、専門学校を卒業後に職を転々としたのち「静かなところで暮らしたい」と、2019年5月に長野市のこの事件の起きた街に中古の一軒家を購入。移住後は生活保護を受給しながらひとり暮らしていたのだという。ところが事件の一ヶ月前。M被告は今回の事件の前兆ともいえる事件を起こす。“笑いが気に入らない”と言うバカげた理由でAさんを呼び出し、背中を撃ったのだ。Aさんが広報誌を配って帰宅すると、被告から電話があり『笑いが気に入らなかったので謝って欲しい』と言われた。意味が分からなかったが執拗に求められたため、謝罪をした。ところが被告は気持ちがおさまらずまたAさんに電話をかけ『相談事がある』と呼び出しこの求めに応じ、Aさんが被告の家に行くと、被告に『後ろを向くように』と言われ、後ろを向いた直後、被告が、事件になった本件のボーガンよりも小さい物で矢を発射した(検察側冒頭陳述)背中に矢が当たったが、大きな怪我はしなかったAさんは、これは被告のイタズラだと考え警察に申告はしなかった。被告からの電話を受けた時、一緒にブルーベリー畑にいたAさんの妻は「夫が突然何度も電話の相手に10回以上謝罪していたのでびっくりした。相手の声も『その謝り方が気に入らない』」などと聞こえてきた。夫は最後に、少し大きめの声で『申し訳ありませんでした!』と謝っていたと調書には書かれている。“笑い方と謝り方が気に入らない”と、1度目のボーガンで撃たれた後ひとまわり大きなボーガンや、殺傷能力の高い矢尻を購入するなどし、丸めた布団を自宅外壁に吊るし、試し撃ちを続けていた。その後また『相談事があるので都合のいい時に来てほしい』と被告に言われ事件前日に被告方を訪問していた。不満や不快感のおさまらない被告は、わざと二度手間をかけさせようと『体調が悪いから明日にしてほしい』と言い、Aさんをその日は帰した。事件当日夕方、Aさんは被告方を訪れインターフォンを鳴らすと、被告から『こっちに来てください』と東側の敷地に誘導されたが被告は、後ろをついてきたAさんに『こっちに来ないでください』などと言い、被告は南側に移動し、矢を装填したボーガンを手に取り、Aさんの正面に立ち構え、先端を体に向けて矢を発射した。矢が右腕を貫通し、前胸部に刺さったAさんは救急車を呼ぶよう被告に頼んだが、被告は無視し、その場を立ち去った。(検察側冒頭陳述)Aさんは携帯電話が壊れていて通報が出来ず、自力で車を運転して自宅に戻り、家族に119番通報を頼んだ。全く呆れてしまう事件だ。事件の裁判では弁護士は被告は精神疾患を患っているため責任能力がないと主張し本人も事件当日は何があったか覚えていない、ボーガンも被告が飼っていた烏骨鶏がいたちに殺されたため、いたちを撃つために購入したと主張。しかし最終的には3年の懲役となった。

/NC ちーちゃん：東京出身 Jamestown在住



## マウイ紀行！ ハワイよもやま話！ ハワイで続くご当地B級グルメ

アローハ。常夏の島ハワイにも、冬はやってきます。朝晩は結構気温が下がります。と言っても、寒いな～と思うのは半そでショーツでいるからですが…ショッピングモールやスーパーマーケットではそろそろクリスマスのデコレーションで賑わいますが、ここマウイ島で一年中人気のお店をご紹介します。



マウイに来たら、絶対にここだけは見逃してほしくないB級グルメTasaka Guri Guri(タサカ・グリグリ)です。「なんのこっちゃ？」とお思いでしょう。筆者も最初は何の店だかさっぱりわからず、どうせフィリピンかハワイの伝統のお菓子かスイーツの店だろうと、マウイに移住してからもしばらく寄りつかなかった店です。地元の人たちは人種を問わず、「タサカ・グリグリ最高～」と言っているのです。では話のタネにと言ってみたところ、まず言えることは、マウイの島中で一番コスパに優れている店です。確かにパンデミック後のハワイの



信じられないインフレで、多少の値上げはしたものの、このクオリティーでこの値段ははっきり言って相当得をした気分になります。で、そのコスパ最高のものとは…今は昔昭和のころに、ハウス食品から販売されていた「シャーベック」というのを覚えておられる方も少なくないと思いますが、あの「シャーベック」の高級版という味の、アイスクリームとシャーベットを足して二で割ったような食感なのですが、ほのかな甘さと牛乳の味わいが一度食べたらリピーターになってしまう、高依存度になりそうな冷たいスイーツです。

なんでもこのタサカ・グリグリは戦前の1900年代前半、タサカジョウキチ(正式な記録がなく、漢字がわかりません)という人によって、日本で作られ始めたそうです。英語で、「何かおいしいもの」をGoodieといいます。これを繰り返してGoodie-Goodieと名付けたのが最初で、その後やはり戦前に息子のタサカゲンジさんがマウイ島に移民団の一人としてわたり、その時に日系人向けに開いた店がタサカ・グリグリだという事です。日本人にはGoodie-Goodieが「グリグリ」に聞こえたという事で、それがそのまま店の名前となり今に至ります。正確にいつこのお店がマウイに開かれたかという事はわかりませんが、実に百年以上にわたってタサカファミリーに受け継がれた素朴ながら忘れられない味は、今も変わらず日系人をはじめ島を訪れる多くの観光客に愛されています。

タサカ・グリグリはカフルイ港のクルーズ船の発着する棧橋にほど近いマウイ・モールの西側にあり、月曜から土曜日の朝10時から4時まで営業しています。フレーバーはストロベリーとパイナップルの二種類か、ミックスも選べます。お支払いは現金のみです。ぜひマウイにお越しの際は寄ってみてください。

/根本:東京出身 ハワイ在住



## お手軽風水



### 台所の風水

台所は特に健康と財運に関係します。コンロが重要です。玄関からコンロが見える家は、健康を害し、財運が下がってきます。この場合コンロが見えないように、衝立か暖簾で隠します。食卓からコンロやシンクが見える家は財運が下がります。もしもそのような間取ならば、食卓から見えないように食器棚などで隠します。



家の中心に台所がある家は最も悪いです。家の中心は太極と言ってその家の中心人物の運氣や、家の気が集まる所です。そこに台所やコンロがあると家の気が抜けてしまいます。コンロのが主人を焼く方位にあると主人の健康や仕事、人間関係がおかしくなります。コンロのツمامの向きが大凶のコンロは、コンロを使う人の健康に注意です。台所の入り口とコンロが向かい合っていると、財運が下がります。コンロは唯一家の中で、火を使う場所ですから家の風水に大きな影響が有ります。コンロの位置と向きを風水で大吉にすると家族の健康や財運が上がってきます。コンロのリフォームを考えている方は、良い風水にするチャンスです。

#### ★今年壬寅で五黄土星の年

五黄土星の年は大きな出来事が起きる年、やはり戦争、極端な円安、安倍元総理の暗殺など、まさかと思うことが起きました。

#### ★新月の風水

12月8日、1月7日、2月6日

願いをかける方法

1. 願い事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付けて願い事をする

願い事を書いた用紙はお塩(自然塩)でお清めをしてごみ箱に捨てるか、火で燃やしてください。

今月も最後まで読んでくださりありがとうございます。

さっそく実行、ガッチリ開運。



## ノースカロライナ日本センター

ノースカロライナ日本センターは、日本とノースカロライナ州との総理解を深める為の拠点として1980年に当時のジムハント知事の支援のもとに設立され、日米の学術的、ビジネス的、文化的な架け橋として絆を強めて行けるように活動しております。当センターはノースカロライナ州立大学、Office of Global Engagement に属しており、スプリングヒルハウスという1815年ごろに建てられた白い二階建ての中にオフィスはあり、この建物は歴史建造物として登録されています。私たちは、NC州の地域の方々に日本語教育を広める為にクオリティーの高い日本語クラスのマネージメントを含め文化交流を深めるために、NC州と日本のビジネス、邦人との懸け橋になるような「コミュニティーサービス（貢献）」の向上を常に目指しております。昨年より「大学の世界展開力強化事業」において、日本等の大学との国際協働オンライン学習プログラム（Collaborative Online International Learning = COIL）にも力を入れております。

**NCJC Corporate Members:** CBC AMERICA, Economic Development Partnership of North Carolina, Fujifilm Diosynth Biotechnologies Hitachi Energy, KBI Biopharma, Nexsen Pruet, O'Brien Atkins Associates, Technology Partnership of Nagoya University, Inc.

お知らせ：アトランタ領事館出張サービス

予定日：2月16日（木）

場所：NC日本センター（Spring Hill House：705 Barbour Dr. Raleigh, NC 27603）

お問い合わせ：（アトランタ領事館）ryoji@aa.mofa.go.jp 404-240-4300

## 先生を募集しています — ローリー日本語補習学校 —

ローリー補習校は、土曜日にローリー市のSaint Mary's Schoolの一部をお借りして、幼稚部年中クラスから高等部までの授業を行っています。

教科は、国語、算数（数学）です。教員免許は、特に必要ありません。愛情を持って子どもたちの教育に携わってくださる皆さんを歓迎します。まずは事務局にお問合せください。詳しくご説明いたします。

### <勤務条件>

- ・労働可能なビザ（または永住権）をお持ちの方
- ・土曜日の勤務が可能な方

### <連絡先：火曜日 - 金曜日>

- ・住所：5102 Oak Park Road Raleigh NC, 27612
- ・事務局：919-787-1300
- ・校長携帯：919-389-9780
- ・事務局E-Mail：admin@japanschoolraleigh.com
- ・校長：Email:principal@japanschoolraleigh.com
- ・URL：http://www.Japanschoolraleigh.com/





## ウイルスや細菌に負けない体を作りましょう

### 「免疫力を高める方法」

コロナウイルスが猛威を振るってからもう三年以上経っています。今になっても、ウイルスの変異が多く、いつまで続くか想像できない状態でもあります。また、冬になると、風邪がインフルエンザなども増えてくるのです。この状態の中で、しっかりと栄養と睡眠をとり、前向きな思考で免疫力を高めて、感染しない体づくりをしましょう！

**免疫力低下の原因**——疲労、冷え、栄養不足、ストレスなどがあります。

- \*疲労:** もともと胃腸が弱くて(胃腸機能が弱い、虚弱タイプ)、また体力を消耗すると、栄養や体液を全身に流す働きが弱まって停滞したり、不足したりして、様々な症状、疲れやすい、だるい、めまい、食欲不振、食あたりなどが現れます。
  - ・漢方薬: 「補気益気湯」、「香砂六君子湯」、「帰脾湯」など胃腸を丈夫にします。
  - ・食べ物: 鶏肉、カボチャ、キャベツ、蓮根、にら、山芋、大豆、白菜等をお勧めします。
- \*冷え:** もともと冷え性で、水分代謝機能が低下して体の中に余分な水分がたまりやすくなり、むくみやだるさ、体が重い、水太りなどの症状を引き起こします。さらにビールやジュースなどの冷たい飲み物や食べ物が、体に冷えを生じさせます。体力の消耗や体調不良は、冬になるとさらにひどくなる事が多く見られます。
  - ・漢方薬: 「苓桂朮甘湯」、「平胃散」、「真武湯」など余分な水分を排泄させる薬です。
  - ・食べ物: 冬瓜、あずきなどとネギ、生姜などの薬味を上手に食べましょう。
- \*栄養不足:** 胃腸が弱くて、虚弱体質の方がよく見られる状態です。食欲不振、少食、顔色が青白く貧血気味、皮膚が弱くて湿疹などができやすい、ざらざら乾燥肌、めまい、立ち眩みなどがあります。
  - ・漢方薬: 「人参養栄湯」、「十全大補湯」、「当帰補血湯」などを使います。
  - ・食べ物: 鶏肉、カボチャ、キャベツ、蓮根、人参、棗などがお勧めです。
- \*ストレス:** ストレスが溜まると、自律神経のバランスが崩れて、血液循環と新陳代謝が悪くなります。イライラしたり、落ち着きを失ったり、情緒不安定や不眠など、頭痛、肩こり、胸や腹も張って、便秘や下痢などがよくあります。
  - ・漢方薬: 「加味逍遥散」、「甘麦大棗湯」、「当帰芍薬散」などめぐりをよくします。
  - ・食べ物: 菊花茶、セロリ、きくらげ、トマトとほうれん草などを積極的に取りましょう。

免疫と関係が深い肺(鼻、気管、気管支、肺臓)も弱いと、粘膜や毛穴のしまりが悪いため、ウイルスなどの邪気が侵入しやすいのも特徴です。風邪を引きやすい、皮膚が弱い、鼻炎、花粉症、喘息持ちの方がいますが、肺の機能を助けて、免疫力をアップする「玉屏風散」をお勧めします。

/武 耕(ぶ こう): 北京中医药大学医学部卒業 中醫師1991-2006年、日本にて漢方相談医、東洋医学講師として勤務。現在、Chapel Hill在住。アメリカ中醫師、鍼灸師資格者(日本語堪能)

## 【トライアングルコーラスクラブ メンバー募集】

トライアングルコーラスクラブは2016年に発足した、トライアングル地区で日本の歌のハーモニーを楽しむクラブです。ご自身の懐かしい思い出と共に楽しく歌ったり、聴く人の里心を癒す気持ちを込めて歌ったり、日本の歌を聴く機会の少ない子供達の為に歌ったり、また、日本文化をアメリカ人に紹介する気持ちで歌ってみませんか？



主に土曜日の午前中にCaryで集まり練習をし、不定期にイベントなどで歌の発表をしています。レパートリーは合唱曲からアニメソングまで多岐に渡ります。



活動の様子はFacebookで紹介しています。

<https://www.facebook.com/trianglechorusclub>

合唱や歌の経験は問いません。

見学・入会ご希望の方はお気軽にお問合せください。

トライアングルコーラスクラブ [trianglechorusclub@gmail.com](mailto:trianglechorusclub@gmail.com)



## こんなお店知ってた？

### Midtown Pho

424 E Six Forks Rd Suite 105, Raleigh, NC 27609

場所はローリーのCostcoの筋向かいのモールにあります。すぐ近くにWegmans, Trader Joe's もあって便利です。店内は意外に広いです。このお店のウリは「バイン・セオ」。ベトナムのクレープです。トライアングルのベトナムーズのお店はたくさんありますが、なぜか「バイン・セオ」は、ほとんど見られません。フルサイズのPho、「Combo」。他のお店より一回り大きな丼ぶりで来ました。beefのPhoですが、ミートボールやBeefの半生薄切りやら、色々入ったフルサイズのPho。典型的な澄んだスープはすっきり味。驚いたのは、付け合わせのモヤシの量。おそらく、トライアングルでは一番たっぷり盛られている。ただし、野菜ハーブの構成は、かなりシンプルで、モヤシの皿には、ハラペーニョとライムだけ。パクチー、ミントといった、ハーブははじめからPhoの中に入ってきます。かなりの人気店で、すぐに満席になりますが、そこはアジアン・レストラン。回転が速いので、それ程待たずに入れます。際立った特徴はありませんが、普通にベトナムーズを愉しみたい時にはお勧めです。



## ごちそうさまあ〜!

### 「根菜を使ったお料理:おせち料理から」

今年の年の瀬が近付いた今日この頃。なので、今回は「おせち」を念頭に季節柄の根菜料理を取り上げてみます。

#### 「八幡巻」

材料;牛蒡 2本、ニンジン 2本、牛肉薄切り肉300g程度、酢 適量、サラダ油 大匙1。(調味料)出汁400cc、醤油 大匙2、味醂 大匙2、酒 大匙2、塩 小匙1/3。



作り方;

- 1:牛蒡、ニンジンは10cmの長さの拍子木方に切り、酢水に15分ほど漬ける。
- 2:鍋に(調味料)を合わせて煮立たせておき、牛蒡、ニンジン順に入れて、歯ごたえが残る程度に煮て、冷まし、それぞれを縦に棒状に切る。
- 3:牛肉を広げて、牛蒡とニンジンを2本ずつまとめて巻いていく。
- 4.:フライパンにサラダ油を引き、転がしながら、中火で焼き目がつくまで焼く。
- 5:弱めの中火におとし、(調味料)を加えながら煮汁が少なくなるまで煮詰める。
- 6:盛り付ける時に一口大に切る。

#### 「紅白なます」

材料;大根 600g、ニンジン60g、砂糖 大匙3、酢 大匙4、塩 大匙3/4。



作り方;

- 1:大根は皮をむき、千切りにする。ニンジンも同様に切る。
- 2:大根とニンジンをボウルなどに入れ、塩を入れてもむ。
- 3:水気が出てきたら軽く絞り、砂糖、酢を加えてよく混ぜ、冷蔵庫で保存する。1日に3回以上よく混ぜて味をなじませる。翌日から食べられる。

#### 「たたき牛蒡」

材料;2~3人前  
牛蒡 100g、塩 大匙1、いりごま 大匙2、淡口醤油 小匙2、味醂 小匙1、酢 小匙1。



作り方;

- 1:牛蒡は洗って、すりこ木や包丁の背などで叩き、味の浸み込みを良くします。5,6cm巾に切ります。
- 2:切りそろえた牛蒡は水に漬け、あくを取り、分量の塩で2,3分茹でます。
- 3:たたき牛蒡の和え衣を作ります。いりごまをすり鉢で半ずりにし、調味料を加えて混ぜ合わせます。
- 4:茹でた牛蒡が熱いうちに「和え衣」に混ぜます。粗熱が取れたら冷蔵庫で保存します。1日置くと味が馴染んで美味しくなります。

/Lacy Blue 仙台出身 Durham在住



お節に飽きたら、身体がポカポカする「うどん」は如何でしょうか。

### 「鶏南蛮うどん」

材料;1人前

冷凍うどん 1玉、鶏肉 100g、ネギ1本、うどんだし 400cc、  
生姜 少々。



作り方;

- 1:冷凍うどんは戻しておきます。鶏肉は一口大に切り、ネギも切っておきます。
- 2:鍋にサラダ油を引き、鶏肉とネギを炒めます。火が通ったらうどん出しを入れてひと煮立ちさせます。お好みで生姜を加えます。
- 3:うどんを入れ、煮立たせて、好みで七味唐辛子を加えて頂きます。

### 「鍋焼きうどん」

材料;1人分

冷凍うどん 1玉、出汁 400cc、卵、鶏肉、油揚げ、蒲鉾、ネギ。



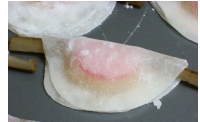
作り方;

- 1:冷凍うどんは戻しておきます。土鍋に入れて、出汁を加え、卵、ネギ以外の好みの具材を加えて、強火にかけます。
- 2:煮立ったらアクを摂って、火を弱め、うどんが出汁の色に染まるまで煮込みます。(濃さはお好みです)
- 3:最後に卵とネギを加えて、サッと煮て火を止めます。卵は蓋をして余熱で火を通します。

## ごちそうさまあ〜デザート編❖❖

### 「根菜のデザート;花びら餅」

「おせち」ではなく、年の初めの「初釜」で供される「花びら餅」。これはアメリカでは自分で作らなければ食べられません。



材料:(求肥) 白玉粉100g、水あめ50g、砂糖100g、水200cc、食紅少々。  
(みそあん) 白みそ50g、白あん50g、水150g、砂糖50g、水あめ大匙1。  
(牛蒡の甘煮) 牛蒡1/2本、砂糖50g、水50cc。

作り方;

- 牛蒡の甘煮を作ります。4mmX10cmの棒状の牛蒡を10本とり、酢水に晒してアクをぬき、柔らかくなるまで下茹でする。この牛蒡を分量の水と砂糖で煮含め、照りが出たら2、3時間放置する。
- 求肥を作ります。鍋に分量の白玉粉と砂糖を入れ、水を加えてよく混ぜる。これを弱火にかけて練り上げる。仕上げに水あめを加え、打ち粉を振ったまな板などに求肥を広げ、型抜きで円形に10個抜く。残った求肥に食紅を加え、ムラが出ない様によく混ぜて、同様に10個型を抜く。
- 白あんに分量の砂糖と水を加え、弱火で練り上げ、水あめと白みそを加えて白みそ餡を作る。
- 白い求肥にピンクの求肥をのせ、白みそ餡をのせて、牛蒡をはさみ、二つ折りにする。

## <2022年11月から来年1月のイベント>

### \*Festival of Lights at Tanglewood Park, Clemmons

日時: 11月11日(金)~1月1日

入場料: 車 一台あたり\$20(現金)/\$23(クレジットカード)

NC州で一番有名な野外のクリスマスライトデコレーションです。たくさんのクリスマスライトの下を車でゆっくり見回りします。マシュマロ焼きやギフトショップはオープンしています。行く前にGoogle Mapsで混雑状況を確認すると良いでしょう。11月には半額の割引の日もあります。

<https://www.forsyth.cc/Parks/Tanglewood/fol/>



### \* Winter Wonderlights at Greensboro Science Center

日時: 11月17日~1月1日

入場料3歳以上\$25、2歳未満無料。月~木の割引あり。ホリデーのイルミネーションとCG(コンピュータグラフィックス)のイベントです。サンタに会ったり、イルミネーションの中の動物園を歩いたり、CGの動物と遊んだりできます。

<https://www.greensboroscience.org/winterwonderlights/>

### \*Victorian Christmas at Körner's Folly, Kernersville

日時: 11月25日(金)~1月7日(土)の火曜~日曜日

入場料: 大人\$12、子供6-17歳\$6

Kernersvilleの名前の由来となる芸術家兼デザイナーJule Körnerが1880年に建てた22の部屋があるビクトリア調のユニークな家が、当時のクリスマスの雰囲気を出し出す豪華なデコレーションで飾られています。自分のペースで散策します。ギフトショップもあります。他の時期にもこの家の見学ができます。

<https://kornersfolly.org/events/christmas-at-korners-folly/#>

### \*McAdenville Christmas Lights, McAdenville in Gaston county

日時: 12月1日(木)~26日(月) 5:30 - 10PM

街の家々がそれぞれクリスマスライトとデコレーションをしています。池の周りが一番きれいだそうです。指定駐車場はいくつかありますが、McAdenville Elementary Schoolが一番お勧めです。車でゆっくり運転することも可能ですが、お勧めは駐車して歩いて見ることだそうです。行く前にVisitors Informationで詳細を確認してください。

<https://www.mcadenville-christmastown.com/>

### \*NC Chinese Lantern Festival, Cary, NC

日時: 11月18日~1月8日

入場料3歳以上\$13-\$15、日付指定なし\$25

明かりが灯ったカラフルなランタンとステージでの中国の有名なアクロバティックパフォーマンスがあります。一度は行ってみたい行事ですね。

<https://www.boothamphitheatre.com/events-tickets/events/chinese-lantern-festival>

Triad

Triad

Triad

Triad

Triad

Triad

Triad

Triad

**\*Fox 8/Old Dominion Holiday Concert, benefit for Salvation Army**

日時:12月9日(金)Burlington、16日(金)Greensboro、17日(土)Winston-Salem

入場無料、缶詰を5個以上寄付

慈善団体のSalvation Armyに缶詰を5個以上寄付して、この無料コンサートを聞きアメリカのホリデーの気分を高めましょう。

<https://myfox8.com/fox8-old-dominion-triad-holiday-concerts-and-food-drive/>



クリスマスにプレゼントを贈る習慣は、東洋から3人の賢者が来てイエスの誕生を祝って贈り物をしたことに由来しています。皆さんもこのクリスマスシーズンには、恵まれない子どもたちが欲しがっている物が記載されているAngel Treeのカードをクリスマスツリーから選んで、子どもたちが欲しがっているものを買って寄付してあげてみてはいかがでしょうか。各種慈善団体が独自のAngel Treeと同様のプログラムを実施しています。このSalvation ArmyではWalmartと提携して40年以上Angel Treeプログラムを行っています。

**\*Winter with the Western Company**

日時:2月25日(土) Fort Dobbs State Historic Site, Statesville

入場料:\$2

フレンチ・インディアン戦争の一部として1760年2月27日にチェロキーインディアンと白人の間で起こった夜間の戦闘の様子を再現します。要塞跡で、当時の兵隊や家族の服を着た人たちが当時の軍隊の駐屯地の様子を再現し、当時の生活の様子を実演しています。 <http://www.fortdobbs.org/events>

**\*トライアッド日本語集会 Greensboroの教会**

日時:基本的に毎月第2日曜日の2:30PMから。Raleighから松崎牧師を迎えて、聖書の学びと祈りの課題の分かち合い、その後に持ち寄りの食べ物による食事と親睦の時間。場所はChrist Wesleyan Church, 2400 S. Holden Rd., Greensboro.詳細は336-794-6570まで

**Junko Gilbert, CPA, EA****米国公認会計士 兼 米国税理士 ギルバート順子**

所得税の申告、自営業の税務、ITINの申請、その他税務会計一般  
日本語でお気軽にご連絡ください。最初の30分は無料です。

Email: [cpa@acebicultural.com](mailto:cpa@acebicultural.com)

または[junkogilbert@gmail.com](mailto:junkogilbert@gmail.com)

TEL: 336-813-6042

Junko Gilbert, CPA, PLLC

6400 Deer Stand Ct.

Browns Summit, NC 27214-

\* Greensboroの北東、Burlingtonの北西に引っ越しました。



## 見て見て！三角掲示板

classified

**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

**スペイン語を教えます**：スペイン語が母国語の先生が、親切に教えます。初心者も会話中心のレッスンも大歓迎です。お問い合わせ sales@hrbestsolution.com

**魚臭くならないタオル**：魚釣りが好きな人に最適。魚の匂いが付かず、ごわごわ固くならないタオルです。お問い合わせ：sales@realitytriangle.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@realitytriangle.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：sales@hrbestsolution.com

**日本語を教えます**：日本語をもっと上手に話したい人、日本に留学に行きたい人。お気軽に連絡ください。問い合わせ：sales@hrbestsolution.com

**日英バイリンガルセールス募集**：Automotive業界への営業経験がある方を募集しています。問い合わせ：sales@hrbestsolution.com

**梱包作業員パート募集**：空いた時間に梱包作業しませんか。RDU近郊勤務。経験は問いません。問い合わせsales@hrbestsolution.com

**コーラスメンバー募集**：土曜の午前中に日本の歌を唄いませんか？お問合せはトライアングルコーラスクラブ [trianglechorusclub@gmail.com](mailto:trianglechorusclub@gmail.com) まで

**賃貸物件**：3BR, 2カーガレージ、一戸建て、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@realitytriangle.com

**家庭教師募集**：小、中、高校生現地校宿題サポート ESLを教えてくださいませんか。Zoomレッスンの大歓迎 sales@hrbestsolution.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



### Family Hearing Care

Hearing, Tinnitus, Hearing Aid

**Mieko Tanaka, Au.D**

Doctor of Audiology/オーディオロジスト

301 Kilmayne Dr. #103 Cary NC 27511  
919-460-6080



# 12-3月 トライアングルの イベント・スケジュール (変更有)



コンサート/ミュージカル/演劇などのパフォーマンス		
12/9,10	Holiday Pops with the NC Symphony	DECPA
12/9-11	Christmas Caroll	DECPA
12/10-24	The Nutcracker Carolina Ballet	DECPA
12/14-18	Christmas Caroll	DPAC
1/3-8	TINA - The Tina Turner Musical	DPAC
1/13,14	Rachmaninoff Symphonic Dances NC Symphony	DECPA
1/18-22	Come From Away Musical	DPAC
1/21,22	Shen Yun Performing Arts	DECPA
1/27-29	Mozart DON GIOVANNI - NC Opera	DECPA
1/31-2/5	Cats	DPAC
2/10,11	The Music of the Beatles, a Symphonic Experience	DECPA
2/14-19	The Book of Mormon	DPAC
2/17,18	Dvořák Symphony No. 7	DECPA
2/24,25	Mozart Requiem	DECPA
ファミリー/子供向けイベント		
12/1-11,13-18	Holiday Express at Pullen Park	Pullen Park
12/2-18	Cinderella 2022	Raleigh Little Theatre
12/3-17	Santa's Reindeer Roundup Express	Apex
12/7-11	Disney on Ice presents Frozen & Encanto	PNC Arena
12/19	A Magical Cirque Christmas	DPAC
その他のイベント		
11/18-12/30	Magic of Lights	Musium of Durham History
1/2-3/15	Chagall at Duke Chapel	Apex Town Hall
*DECPA: Duke Energy Center for the Performing Arts (Raleigh)		
*DPAC: Durham Performing Arts Center		



大蔵昌枝 弁護士

MASAE Y. OKURA, ESQ

Atlanta 事務所

直接電話: 678-426-4641

直接FAX: 770-415-0039

Email: mokura@taylorenghish.com

taylor | english

the purpose-built law firm®

**Taylor English Duma LLP**

1600 Parkwood Cr, suite 200

Atlanta, GA 30339

代表: 770-434-6868

直通: 678-426-4641

代表Fax: 770-434-7376

取り扱い法律分野: 雇用、移民。会社設立、製造、知的財産、不動産、建設、企業、破産、環境、訴訟、保険、税金、ファイナンス、エネルギー、技術、通信、航空、政府、データセキュリティ、プライバシー、レストラン、ヘルスケア、人材派遣、教育、娯楽、ホスピタリティ、スポーツ、メディア、レジャー等



編集後記

DisposalとGarage Openerがほとんど同時に壊れた。なんで感謝祭目前の今なの！と叫んでも仕方がない。早速Home Warranty Companyに連絡しアポを取る。まずはDisposal修理予定日、業者の到着時間をTrackingできるソフトで到着時間をチェック。到着時間まで1時間以上あるから昼寝でもと横になり、良い気分になった時に「ピンポーン」と起こされる。予定時間より45分以上も早いじゃん。かつ、新しいDisposalのSink用ゴムがやたら丁寧に作られていて、水が流れない。古いゴムは業者が持って行ってしまい、仕方なく新しいのを購入。Home WarrantyがCoverする費用と実費が同じくらいで損した気分。次はGarage Openerの業者予定到着時間は午後3時から午後7時。午後6時45分になっても現れず。さて今日はドタキャンか、さてBeerでも飲もうと思った瞬間に「ピンポーン」。業者の一言が「Please open the garage」私の眼は点になってしまった。ついつい「遅い時間までお疲れ様です」と言ってしまった。 yoko

真っ赤なお鼻の  
トナカイさんは♪  
ルドルフは  
歌詞にでてこない  
だね



残り8頭も  
名前がでてくるよ！



英語の歌詞では  
ルドルフだけじゃなくて

仲間外れにされるよね

ルドルフはその8頭から



ハッピーな曲調だけど



サンタさん  
ナイスフォローを  
ありがとう

- \* 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 sankakuyokochou@gmail.comまでeメールをお願いします。
- \* 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」2022年冬号/第76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

# 東洋 食品

## Toyo Shokuhin and Gifts

EXPERIENCE A PIECE OF JAPAN

皆様のご来店お待ちしております。

748 E Chatham St Suite L Cary, NC  
919.319.1620

ToyoShokuhinCary@gmail.com

Serving the community since 1993

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

Udon-Donburi

**Don-Don**

日本人スタッフによる豊富なメニュー！！

うどん、ラーメン類、丼物、カツカレー、定食、弁当各種  
餃子、たこ焼き、肉まん、焼きそば

Hマートでお買い物の際にはお気軽に！！



Massage Therapy

藤尾 彰 NC License #16771

日本人による丁寧な施術、  
癒しの空間

初回マッサージ \$85 (90分)

[www.aTouchOfZenNC.com](http://www.aTouchOfZenNC.com)

予約はオンラインにて60日先まで受付

# 日本クラブ 「年の瀬」お楽しみ会



3年ぶりの「年の瀬」イベントです。室内ではマスク着用(オプション)をお勧めします。

日時: 12月17日(土) 1時 - 4時

開場 12:30

場所: **Five Points Center** ボールルーム

2000 Noble Drive, Raleigh

参加費: 無料

違ったトッピングのお餅、焼きそば試食などを楽しめます



参加者の**オンライン事前登録**が必要です。  
(締め切り12月11日)

## イベント内容

- ・ 屋根ありポーチ もちつき 1:00-3:30
- ・ ボールルーム 日本クラブ同好会のパフォーマンス・ワークショップ  
(盆踊り/日本舞踊・茶の湯・コーラスクラブ・和太鼓/スペシャル太鼓)  
スペシャルパフォーマンス: 沖縄民謡/三線

トライアングル日本クラブ <https://trianglejapanclub.org/>

## 自己肯定感を下げない コミュニケーションを学んでみませんか？



子育てや夫婦関係、あなた自身など  
暮らしの中に活かせるコーチングサービスを提供中

マインドバランスコーチ  
北村 千香

お問い合わせはこちらから ▶

