



HAWAII / U.S.A. NEWS 1,2,4
 イベント情報 2,4
 JAPAN / WORLD NEWS 5
 e-JOB 求人情報 5

今日のひとこと
 あなたが転んでしまったことに関心はない。そこから立ち上がることに関心があるのだ。
 I am not concerned that you have fallen - I am concerned that you arise.

エイブラハム・リンカーン(米国の第16代大統領)

マーケット情報

日経平均	29,106.78	(-178.68)
NYダウ	36,072.38	(-247.60)

午前のニューヨーク外国為替市場
 ドル / 円 113.79

アラワイ運河周辺地域、洪水防止の新計画策定 最終発表は2023年に ホノルル市

ワイキキ及びアラワイ運河周辺地域の洪水防止の新計画を策定するため、市当局は今週、第1回目の公開バーチャル会議を開催する。

米陸軍工兵隊は、当該の地域で大洪水が起こった場合、建物3,000軒に被害が及び、被害額が11億4,000万ドル(約1,300億円)以上に及ぶ可能性があるとして推定している。

リック・ブランジャルディ市長はホノルルスターアドバイザーの取材に対し、今週行われるバーチャル会議で、起こりうる洪水被害を最小限に抑える計画の具体案を発表することを明らかにした。市長は「長い間、このプ

ロジェクトはオアフ島の未来とアラワイ流域の保護のために必要なことだと思っていた。地域住民がこれに関与することは非常に重要だ」と話した。

米陸軍工兵隊と市が提案した以前の洪水防止計画は、昨年、地域住民の反対や工事の予算が当初予測されていたコストのほぼ2倍にあたる6億5100万ドル(約740億円)と見積もられたことにより打ち止めになった。市長は今週開催されるバーチャル会議に参加し、来年春と年末に行われる別のセッションにも参加する予定だという。

新計画の最終発表は2023年春頃になる見込み。

日刊 印刷版新聞は **毎週土曜日** に発行中!! 日系スーパーマーケットなど数十箇所に配布
 デジタル版は **毎週月・水・金曜日** に発行中!! (金曜は土曜印刷版と同内容)

デービッド・イゲ
 ハワイ知事の
ツイート

Governor David Ige @GovHawaii
 11月9日 7:05PM
 (ハワイ州は1億本の植栽事業をすることで、セールスフォースの創業者マーク・ベニオフ氏その他による世界経済フォーラムが推奨する「1兆本植栽計画」に参加を表明したことで)ありがとうございます、ベニオフさん! 1億本の植栽は、実質炭素排出をゼロを達成し地球温暖化と戦うための直接的なアプローチとして、2030年までに1兆本の木を植えて保護するという世界的な公約の一部に過ぎません。私はハワイがこの公約の一部に参加できることを嬉しく思います。

Mahalo @Benioff! 100M trees is just part of a larger global pledge to plant and protect one trillion trees by 2030, as a direct approach to achieving net negative carbon goals and combat global warming. I'm happy Hawaii can be part of this initiative!

<https://twitter.com/govhawaii>より抜粋して翻訳、掲載しています。

ヒルトン・ハワイアン・ビレッジに新タワー建設計画

ワイキキで最も大きなリゾート施設であるヒルトン・ハワイアン・ビレッジがアラモアナ・ブルバード沿いに新しいタワーの建設を計画しているとホノルル・スター・アドバイザーが伝えている。

場所は閉店したKOBÉジャパニーズ・ステーキハウスや小売店がある2階建の建物、レンタカー会社があるアラモアナ・ブルバードに面しているエリア。そのエリアに36階建515室のホテルタワー(仮称:AMBタワー)を建設する予定だという。

ヒルトン・ハワイアン・ビレッジを所有している会社によってホノルル市に申請書が提出されており、もし承認されればビレッジ内のタワー数は現在の8つから9つへ、(ホテルとタイムシェアを合わせて)客室数は現在の3,948室から13%増加して4,463室になる。

ヒルトン・ハワイアン・ビレッジを所有しているのはバージニア州に本社を置く不動産投資会社パーク・ホテルズ・アンド・リゾーツで、「AMBタワーの建設によりすでに古くなった小売・ホテル内施設レストランスペースを刷新し、優れた世界的観光地の入り口としてワイキキのイメージを向上させることに

なります。環境に対する影響の調査はすでにホノルル市の計画許可局に提出しました。新しいタワーはシンプルでモダンなデザインで現代的で時代を超えた構造となるでしょう」と述べている。

建物の高さは350フィート(およそ106メートル)で、正面玄関はアラモアナ・ブルバード沿いに設置され、ホテル内施設として小売店舗、レストラン、バー、プール、フィットネス・センターを完備し、通路によって他のタワーへの行き来が可能となる。

建設期間はおよそ2年半で2024年末から2025年に完成予定だ。

建設予定地はABCストアの関連会社が所有しており、今回建設される新タワーの1階に大きなABCストアの店舗が開店することになっている。

地元の観光コンサルタント会社ホスピタリティ・アドバイザーのジョセフ・トイ氏は「(ヒルトン・ハワイアン・ビレッジを所有している)パーク・ホテルズは、今後のワイキキにおけるホテル需要増加を考えて、長期的視野で土地利用を考えている。ワイキキでは2000年代におよそ5,000室のホテルがリ

ゾートコンドやタイムシェアに変わったために普通のホテルが足りなくなっている」と述べている。

ヒルトンは2008年にタイムシェアのグランド・ワイキキアンを完成させ、ラグーン・タワーとキャリア・タワーの一部をホテルからタイムシェアへ変更している。2017年に完成したグランド・アイランダーもタイムシェアだ。

新タワーの建設計画はまだ申請の初期段階だが、新型コロナウイルスで昨年大打撃を受けたハワイの観光がまた回復していくことを見越しての長期的な計画だ。

パーク・ホテルズの投資部門副社長であるジョナサン・フィーズ氏は「ヒルトン・ハワイアン・ビレッジに新しいホテルタワーの建設計画を進めていくことを喜ばしく思っています。ビレッジは65年以上にわたってオアフ島でお客様をお迎えして、地元の人々の雇用を創生しています。今回の新タワー建設で、より多くの人々をワイキキにお迎えし、オアフ島の皆さんに建設業とホスピタリティ業の雇用を供給することになります」と述べている。

無料 PCR 検査

日本国政府は海外在留邦人のコロナ対策の援助のため、事業支援を行います。ハワイに住む日本人/日系人の子弟の COVID-19 Screening PCR test を下記の要項で実施致します。

日本政府支援事業

場所 聖ルカPCRセンター 2カ所実施
 アラモアナビルディング3階 (1441 Kapiolani Blvd., #312)
 ワイキキショッピングプラザ2F (2250 Kalakaua Ave.)

【期間】 延べ1500人に達し次第終了
 【対象者】 大学、学校、幼稚園に通う日本人/日系人(教職員含む)
 【予約】 WEB予約 stlukespcrcenter.com
 【問合せ】 聖ルカクリニック (808-945-3719)
 【主催】 Hawaii Tokai International college
 【後援】 聖ルカクリニック 【協力】 ハワイレインボー学園

Walk inも 歓迎

求人 アライアンスパーソネル

お困りの企業様

私たちにお任せ下さい! ご相談は無料

パストレート受賞歴多数 信頼と実績の人材派遣会社
 バイリンガル登録者数 No.1 (日、英、中、韓など)

☎ (808) 521-4300
 www.APHawaii.com

随時更新中!

TOTO Washlet 2021 MODEL SALE

創業26年 ハワイ州最大TOTO正規代理店・バスルームのことならバスルームストア
 ☎ 808-843-2005 | 安心日本語対応 | 667 Puuloa Rd., 96819 ウェンディーズ向かい

若年層ホームレス救済に 非営利団体が立ち上がる

米国住宅都市開発省は2020年1月に発表した報告書によると、ハワイ州にはおよそ6,500人が存在しており、そのうちおよそ300人が同行者のいない18歳から24歳までの若年層だという。

地元の非営利団体であるレジデンシャル・ユース・サービス・アンド・エンパワーメント(RYSE)というグループはこの数字を押さえ込み、若い人々を立ち直らせるために必要なリソースを供給しようと懸命な努力を行っている。ハワイ・ニュース・ナウが伝えている。

この団体では大型パンに様々なものを詰め込んで、対象となる若年層ホームレスの人々のいるところに出張サービスを行っている。

食糧や衣類などの供給に加えて、医療給付登録、自治体から受けられるサービスの紹介、コロナ感染の教育、LGBTQ+のサポートやシェルターの紹介など様々なサービスを提供している。

アロハ・ケアのCEOであるフランシス・カリー・トロットマン氏は「我々のミッションは島のコミュニティーの健康を向上させることです。RYSEと協力してパートナーとしてオアフ島の若年層ホームレスの人々に必要としているケアを提供することは素晴らしい取り組みだと思います」と述べている。

RYSEの報告によると、今年244人以上の若年路上生活者との接触があり、70回以上の緊急支援要請の電話に対応したという。

団体の大型パンはオアフ島内をどこでも移動するが、最も力を入れているのが西部地区だ。

この地域は多くのハワイ先住民の若年層がホームレスを経験しているからだ。

11月は全国青年ホームレス啓発月間で、RYSEでも募金集めのイベント「RYSE! Up 2021」をバーチャルで行う予定だ。

このイベントについての詳細はこちらから。<https://www.rysehawaii.org/events/ryseup2021/>

オアフ島マカキロ地区干ばつで牧草不足 放牧した畜牛が住宅地へ

マカキロにあるキャンプ・パレア牧場主は毎日放牧した畜牛たちを集めているが、牛たちは草を求めて近隣の土地に入ってしまうことに困惑している。

ロッカー・G・ライブストックのオーナーであるバド・ギブソンさんは、畜牛たちに十分に栄養を与えるためにできる限りのことをしており、近隣の土地に彷徨いでないようにするために牛たちに多くの餌を与えるようにしているという。

オアフ島西部のマカキロ地区は牛の飼育をしている牧場があるが、今年は干ばつによって牧草が十分に育たなかった。

そのため放牧されている牛が草を求めて牧場の外に出て行ってしまおうという状況になっているとKHONが伝えている。

ギブソンさんは「牛が必要としている十分な牧草が牧場内にはないのです。なので牛たちは草を求めてスプリンクラーで水撒きしている公園や住宅地に入ってしまうのです」と述べている。

牧場ではこの状況をなんとかしようと2トンの餌を余分に牛たちに与えているが、それだけでは足りないという。

牧場主のヒュー・ブラムさんによると「2トンの餌の増量は補助的なものに過ぎません。干ばつで土地が荒れて緑の牧草がないのが

問題なのです」という。

問題の解決のために、牛をより長い時間放牧して朝早くから夜まで牧場内で餌を探させるようにする一方で、牛が倒したフェンスの修理も行っている。

オアフ島内ではすでに220頭以上の畜牛を牧草のある地域を移動させている。

ギブソンさんは雨が降ることを祈っているが、畜牛が彷徨い出してしまうことで近隣住民に迷惑をかけていることについては「できる限りのことをしているので、状況はよくなる」としている。

また、近隣住民側ができることとして、1週間ほど庭に水を撒かなければ牛は寄り付かなくなるだろうと述べている。

今年の干ばつはハワイ州内で牧場や農業に大きな影響を与えている。

マウイ・ファーマーズ・ビューローのワレン・ワタナベ氏によると、マウイ島の一部地域では深刻な水不足のために、野生の鹿が食料を水求めて農地に入り込み農家が駆除に追われているという。

「農地に入り込む鹿を駆除しなければならぬ理由は、鹿が作物を食べるだけではありません。食料安全規制の問題もあります。鹿が糞をした場所で作物を栽培できないのです」。

犬のインフルエンザに 注意

今年7月から10月までの間にロサンゼルスでおよそ800匹の犬がインフルエンザに罹っているとフォックス・ニュースが伝えている。

このためにアメリカ西海岸周辺では犬の飼い主の間に犬のインフルエンザに対する懸念が広がっているという。

ロサンゼルス郡の公衆衛生局の発表したデータによると、CIV H3N2型という犬のインフルエンザがおよそ800匹の犬に発見されたという。

この3カ月間に7匹の犬がインフルエンザのために死亡している。

フォックス・ニュースのレポーターであるジジ・グラシエッタさんの2匹の元保護犬ミス・メアリーウッドとキャスパーは現在ウィルスと戦っているが、高齢で持病もあるため回復できるかどうか危ない状況が続いているという。CIV(Canine Influenza Virus:犬のインフルエンザ・ウィルス)はアメリカ東部で最初に発見されて以来アメリカ全土に広がっている。

感染した犬から犬へ濃厚接触によって感染が広がっているが、ワクチンはある。

もしワクチン接種を受けていない場合には、ドッグ・パークやデイケアなど、他の多くの犬と接触する場所を避けるようにと獣医師は推奨している。

感染すると、咳や発熱、倦怠感や食欲不振などの症状が出るが、深刻な場合には死に至る危険もあるという。

人間同様、インフルエンザには特効薬はなく、一度感染すると、治療のためにできることはほとんどない。

対処療法として抗炎症剤、鎮咳剤、気管支拡張剤などの処方薬をもらうことは可能だが、ワクチン接種で予防することが一番だという。

アラワイ運河で ホームレス男性の遺体発見

9日午前2時45分頃、「アラワイ運河に人が浮かんでいる」と通報があり、現場に駆けつけた消防署員らが、男性が運河に下向きで浮かんでいるのを発見した。午前3時頃、男性は救助板で引き上げられたが既に死亡していることが確認された。

ホノルル消防署の発表によると、現場はシーサイドアベニューとルードワーズストリートの間のアラワイプールバード周辺で、遺体は運河の岸から約25ヤード(約23メートル)離れたところに浮かんでいたという。死亡した男性は60~70代で、事件の兆候はないという。警察と消防は現在、遺体の身元や死因などについて捜査を行っている。

イベント情報

10月15日(金)~11月14日(日)

ハワイ・フード&ワインフェスティバル
レストランやホテルを舞台に、ハワイのトッピングが様々な角度からハワイの食を紹介する。オアフ島では上記期間で開催。チケット購入は以下より。
hawaiifoodandwinefestival.com

11月4日(木)~28日(日)

第41回ハワイ国際映画祭
邦画をはじめ、各国の新作や話題の作品をハワイ州内の劇場とオンラインで公開。オアフ島の劇場での上映期間は5日~14日。オンラインでの上映は、全米から鑑賞可能。
www.HIFF.org

11月11日(木)~14日(日)

メイドインハワイフェスティバル
午前10時~午後9時(最終日は午後5時終了)
今年は場所を移し、アラモアナセンターのマウカエヴァウイング4階の駐車場で開催される。フード、工芸品、ジュエリーなど300店以上が参加。オンラインショッピングも可能。
<https://madeinhawaiifestival.com/>

11月12日(金)

テイスト・オブ・ミリラニ
午後5時~9時
ローカルフードをはじめとするフードトラックがミリラニに集結。毎月第四金曜日にミリラニ高校で開催。
95-1200 Meheula Parkway
<https://islandcraftfairs.org/oahu>

11月12日(金)~13日(土)

主婦ソサエティ主催バザー
午前10時~午後4時
衣料品や服飾雑貨をはじめ、生活用品、絵画、骨董品、植物など。作りたての焼きそばなどフードもあり。パロロ本願寺の屋外駐車場で開催。
1641 Palolo Ave.

11月13日(土)~14日(日)

アイランド・クラフターズ・マーケット
午前11時~午後5時
衣類、キャンドル、ホームグッズ、ペビー用品、ローカルスナックなど、メイドインハワイのアイテムが並ぶ。
インターナショナルマーケットプレイス2階(ミツワの隣)
www.islandcraftfairs.org/oahu

11月13日(土)

JTB USA ホノルル オンラインセミナー **ONLINE**
午前9時~10時 無料
日本への出入国手続きなど、コロナ下のアメリカー日本間の旅行規制に関する説明の他、日本語添乗員付きツアーの紹介も。参加希望者は電話(808-979-0111)にてご予約を。
www.jtbusa.com/honolulu

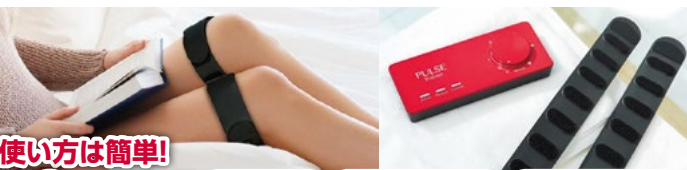


日刊サンツイッター、Facebookでも
最新情報などをお届け中!



健康長寿のために 効率的な「下肢運動」を実現!

パルストレーナーは電気刺激で筋肉を動かすEMS(Electrical Muscle Stimulation)と呼ばれる運動機器。3DEMS®システムを採用し、下肢全体の筋肉に立体的に働きかけます。



使い方は簡単!
3つのモード 筋トレ 有酸素運動 インターバル

人間の筋肉の
約70%は
“下肢”にある!



PULSE
Trainer
3DEMS
\$1800+tax

Hano Naka Inc. ☎(808)232-8141 1245 Young St. #102 日曜休



お待たせしました!! 日刊サン印刷版新聞

毎週土曜日に発行します。

デジタル版は毎週月・水・金曜日に発行中!!(金曜は土曜印刷版と同内容)

日系スーパーマーケットなど数十箇所に配布

ALWAYS STRESS FREE WHEN YOU P.A.C. IT

From Aston Martins and
Outsize Cartons, to Polo
Ponies and Man's Best Friend.

PACIFICAIRCARGO.COM

HNL ←NON-STOP→ LAX
B747-400 All Cargo
Ships Six Days/Week

808-834-7977

Next Day Service
VIP Pet Service
Oversize Items

cameronbrooksart.com

PCR検査 実施中 日本帰国時に必要なPCR検査、及びレストラン入店などに使用できる陰性証明書

結果はその場でお渡しできます。下記までお電話いただくか、(「コンタクト」からメールして下さい)ホームページから受け付けています。 www.waikikiclinic.org

日本人医師 **ワイキキ緊急医療クリニック** **808-924-3399**
2155 Kalakaua Ave. #308
院長 堀 育史 診療時間: 月~金 9am-5pm 日 9am-12pm (土・祝 休診) バンクオブハワイビル

一般眼科 アイケア・インターナショナル **日本語で対応** 海外旅行保険、各種保険取扱い

各種コンタクトレンズ、結膜炎、緑内障治療など

白内障 でお困りの方 お気軽にご相談ください! **遠近両用手術** も可能です

目の人間ドック (無保険の方対象) \$350 → \$100 まつ毛美容液も販売中!!

ご予約 ☎946-1664 1451 S King St. #209 www.gankahawaii.com 木・日・祭 休診 院長 Dr. 武田裕子

安い! 速い! SIGN & COPY EXPRESS

料金 (1枚)
モノクロコピー \$0.035*
カラーコピー \$0.23*
*1000枚以上の料金
ポスター (22"x28") \$30~
バナー (24"x48") \$40~

名刺、チラシ、請求書等何でもご相談ください。
☎9444000@gmail.com
www.hicopyexpress.com
1538 Makaloa St. Honolulu (808)944-4000

日刊サンを **10% OFF** 見た!とお伝えください

40th ANNIVERSARY T. Okiiはおかげさまで40周年

10月のスペシャル
40% OFF

TOTO
C200 and Selected Drake toilets
Exp. 10/31/21

人気のTOTOウォシュレットシリーズ各種ジャグジー、プールスパなども豊富に揃います。
TOTO・JACUZZI・OFURO・SAUNA
Walk in Tub・MTI Tubs・AMERICH
Mr. Steam・Hansgrohe・Geberit
Natural Stone・Tile

お気軽にショールームへお越しください
空港近く海側、青い建物と蝶が目印
2933 Koapaka Street, Honolulu (808)834-2722
Mon.-Fri. 8am-4pm Sat. 9am-3pm

TOKI TRADING
www.tokitradings.com

ハワイ不動産の売買、運用、1031 Exchangeのお手伝いをいたします。

長年にわたりハワイ不動産業に関わり、経験と実績を持つ中村浩子が、不動産に関するあらゆるご相談を誠実にお受けいたします。

awaiiResourceRealty
1357 Kapiolani Blvd., Suite 1080

日本語でどうぞ **808-284-4820**
中村 浩子 (R)
License #: RB-16363 Hiroko Nakamura

日刊サンウェブサイトを毎日更新中!

Medicare 2022

年次加入期間 10/15~12/7

適切なプランへの加入、見直し、変更 **無料相談受付中**

IOH Your Local Medicare Adviser
808-265-9097 (Nakajima 迄) 日英両語OK

2022 メディケアアドバンテージ説明会

プラン変更及び手続き期間 **10月15日~12月7日**

開催日 10月15日より **毎週月・水・金** 午後1時/3時

その他の日には個人無料相談も受け付けます。お問合せください。
ご連絡先 **808-225-9555 横江 和子**

OCcidental Underwriters 1163 S. Beretania St.

State Farm Office of Mia Migita 日本語 韓国語可

自動車、生命、ビジネス、住宅各種保険
見積もり・見直し お手伝いいたします

600 Kapiolani Blvd. Suite 203, Honolulu, HI 96813
(808)484-0085 machi@miamigita.com

移民法のスペシャリスト **日本語OK!**

初回相談無料

808-695-3562

マイグレーション・カウンセラー法律事務所
1833 Kalakaua Ave. #408 Honolulu HI 96815
dtakeno@migrationcounsel.com www.migrationcounsel.com 弁護士 大塚 大樹

保険適応! 旅行保険、HMSA、UHA、Medicare、自動車保険、労災保険もOK

医師の診断の元、米国学院を修了した **理学療法士** が日本語で治療を行うので安心です

肩こりや腰痛、ひざの痛み、めまいなど 日本語のセラピスト(男女)が対応

井元洋平 PT. DPT
Imoto Physical Therapy ☎808-304-6676
シェルトンプリンセススカイウラニ「ドクターズ・オブ・ワイキキ」のクリニック内 *1時間無料パーキングあり

年内 HMSA Akamai Advantage Planのみ自己負担額(copay)免除(変更になることもあります)

ハワイで開業36年!信頼と実績が自慢です

山田歯科医院 一般歯科・審美歯科 インプラント治療

☎808-955-2439 **輝く笑顔に!** 山田メルビン 貴生
急な痛みにも...初めての方もお気軽にどうぞ! ハワイ州、カリフォルニア州歯科医師免許
取り扱い保険多数 HDS, HMSA, HMAA 他 アラモアナ近くで通院に便利! Best Dentists ホノルルマガジン誌最高級の歯科医の1人に選ばれました!

パンナムビル1319号室 1600 Kapiolani Blvd

アートメイク YUMI リフォーム **オーダーメイドの眉** 可能な 1セットいかがですか?

●アイブロー・アートメイク レギュラー \$300 3D \$350
●アイライン (上下・各) \$200
●カラーチェンジ \$150~
※上記、施述後のリタッチ代も含む
●当店で施術1年以上後のリタッチ (眉) \$150 (アイライン) \$50

要予約 ☎386-4914 (テキストOK)
営: 10am-6pm 日・月休 **ご相談無料** LINE
2000 S. Beretania St. (マッカレーとベレタニアの角 Connie Gayle Center内、駐車場あり)
<http://artmakeyumi.com>

最もナチュラルで美しい仕上がり

アジアパシフィック 美容整形外科

- ・バストアップ・脂肪吸引
- ・レーザー脱毛・二重まぶた・ワキガ・しわ・たるみ
- ・シミ・ニキビ跡・フェイスリフト・自毛植毛 など

Dream DREAM CONSTRUCTION, INC.

ハワイ州公認ライセンス: BC-32084 BC-32085

信用第一! お任せください

あなたの夢を形に変える! **ドリーム建設** 小さな仕事でもOK!

新築、リフォーム、内装、外装工事、キャビネット、プランニング、フローリング、タイル、ペイントなど総合

www.usadreamhawaii.com 見積り無料!
usadreamhawaii@gmail.com

岡本まで **Tel. 383-7782**
Office **Tel. 372-3319**

見積り・相談 無料

GRACE CONSTRUCTION BUILD・REPAIR・REMODEL

ハワイ州公認ライセンス BC-35691

グレイスコンストラクション

新築、増築、電気、水道、キッチン・バスルームのリモデル、屋根、フローリング、タイル、マープル、ペイント、シーリング

レストランや店舗の改装・新築オープン施工も可能!

www.gracebuild.com

日本語Line: ☎808-722-1566
English Line: ☎808-233-9900

大人気! **お得なVIP会員プログラム**

新規会員募集中! 加入すると当院のさまざまなサービスを特別会員料金でご利用できます。

新規会員特典 詳しくはお気軽にお問い合わせ下さい。

- *ハイドラフェイシャル又はケミカルピール **毎月1回無料**
- *美肌・しみレーザー、レーザー脱毛等 **20%引き**
- *ボトックス **割引** *ヒアルロン酸 **\$100引き**
- *ドクターズ基礎化粧品 **20%引き**
- *フェミニンケアサマーミバー又はエムセラ **50%引き**
- *誕生日月に **ビタミンB12注射、プレミアムアップグレード プレゼント**

毎月のキャンペーン・セール、ブログなど情報満載 www.drching-jp.com
お気軽にご相談ください
日本語 (Mie) 808-585-2833
info@drching-jp.com

Dr. Shim Ching ドクター・シムチン

1401 S. Beretania St. Hale Pawa Suite 888 (ケアモクとベレタニアの角)

あなたの足、大丈夫!?
巻き爪・角質・外反母趾

BEFORE AFTER

足の痛み、ひどい乾燥、爪の悩み...
あきらめないで、ご相談ください!

トラブルフット専門家 **フットソース 比嘉由希子**
☎808-554-4185
1585 Kapiolani Blvd. #740 (アクシスヘア内) 9am-5pm
アラモアナセンター3階駐車場直結 www.footsource-hawaii.com

車のことなら **プロの仕事の ヤジマ**にお任せ下さい!!

ハワイで37年! 真心のサービス!

丁寧な **ヤジマの洗車**をぜひお試しください

給油・洗車
セーフティチェック
点検・修理
板金

日本語OK

Tel: 808-942-0404
ヤジマ・サービスステーション

月~金 7am-8pm
土 8am~6pm 日休
1375 S. King St.
(ケアモクとサウスキングの角)

自宅の新築・増築・改築・修繕、商業物件の設計から内装まで **熟練技術者が責任もって施工します**

1. 見積りから施工まで一貫して担当
2. 日本語で見積りいたします
3. 仕上がりに問題があれば、やり直します

小さなことでもご相談ください

最近の主な施工実績
ロイヤルハワイアンセンター、ホリデイインホテル、ナウルタワー、ハワイカイ邸宅 ほか

TOP Builder Construction, Inc お見積り無料

1585 Kapoani blvd #1608 <http://www.topbuilderconstruction.com>
☎(808)799-0666 (日本語) / (808)680-0777 ハワイ州公認ライセンス BC-35777

アフリカ系の10歳少女逮捕 「人種的な動機ではない」ホノルル警察署

2020年1月に10歳のアフリカ系少女が学校内で逮捕されたことに関し、ホノルル警察署（HPD）のレイド・パニック暫定署長は9日に発表した声明の中で、逮捕された少女が「少女が銃で狙いを定め、他の2人の生徒の頭が切断された絵」を描いたと述べた。また、事件当時の少女の逮捕と警察官の対応には人種的な動機はなく「HPDは人種に基づく法執行機関の介入や援助を要請する911の通報には応じない」と説明した。

アメリカ自由人権協会（ACLU）と、少女の家族の代理人のマテオ・カバレロ弁護士は声明で「10歳の少女は（学校で）いじめに遭っていた」と主張した上で、50万ドル（5,700万円）の賠償金と公立学校の生徒とのやり取りに関する警察の方針の変更を要求した。これに対し、パニック暫定署長は要求された変更を行うことを拒否することを明らかにした上で次のように述べた。

「ACLUとカバレロ弁護士が公表を拒否しながら『不快』と説明していた少女の絵について、（弁護士が）依頼人の描いた絵を『不快なスケッチ』として特徴づけることは大きな誤

解を招く恐れがある。また、少女は2人のクラスメイトを名指して汚い言葉を使ったメッセージを書いた。名指された生徒の1人は脅迫を真剣に受け止め、動揺し、苦しみ、恐怖を感じ、親にそのことを伝えた。

その後、小学校の職員らがHPDに連絡した。これに対しHPDは、学校での銃撃や本土で起こった暴力の激化の事実と照らし合わせ、その方針と適用方法に従って行動した。HPDが対応するのに十分な『差し迫った』状況であるかどうかについては、学校職員からの通報だけでは推測できない」

カバレロ弁護士はホノルルスターアドバイザーに宛てた声明の中で、HPDの回答について「HPDは未成年者の憲法上の権利の保護を主張しつつ、保護者がいない場所で子どもに尋問する権利を主張している。少女が自由に出入りすることができない部屋でHPDの尋問を受けたことは、憲法上の権利と相容れない」と述べた。

少女の母親のタマラ・テイラーさんは「手錠をかけられ、逮捕、尋問されたことで、ADHDの障害を持つ娘は警官から過度の圧力を受け

た」と述べた。当時、テイラーさんは学校職員から学校に来るよう依頼されたが「学校では娘とは別の部屋に拘留され、状況の詳細な説明を受けることや娘に会うことを拒まれた」としている。テイラーさんは学校職員に警察官を帰すよう頼んだが、職員らは「『保護者が私たちに警察を呼ぶよう依頼したことは、保護者としての権利だ』と言った」と述べた。テイラーさんは、部屋を出ることが許された際に初めて娘が逮捕されたことを知り、警察署に向かったという。

カバレロ弁護士はまた、声明で次のように述べた。

「少女には、他の生徒に危害を加えたなどの懲戒記録はない。暴力的ではなく、武器を持っておらず、事件の際は学校と警察に従った。彼女は他の生徒を傷つける手段を持たず、他人に脅威や危険をもたらすことはなかった。もし学校が障害者法を遵守していれば、HPDの代わりにカウンセラーを呼んでいただろう。クラスメイトが見ている中、少女が手錠をかけられ、連行されることもなかっただろう」。

旅行規制緩和も日本の帰国後自主待機ネックに 韓国人観光客は増加の見込み ハワイ州

ハワイ州では8日から海外旅行者への規制が大きく緩和され、州内の経済回復が促進されることが期待されている。これについて、ハワイ大学旅行産業管理学部のジェリー・アグルサ教授は次のように述べている。

「各航空会社は今後の海外旅行者の増加を予想し、現在さまざまな準備を進めている。フライトも増便されており、現時点で既に供給よりも需要が多くなっている。今後はアジア市場、特に休暇があり、長い間お金の使い道がなかった韓国からの家族旅行や新婚旅行が増えることが予想される。規制緩和を待ち焦がれ、来るべき日のために貯金して

いた人々もいる。以前の韓国からの新婚旅行の平均日数は7日間だったが、今後は12～14日になる可能性がある」

一方、パンデミック前の州の国際観光業による収益は年に50億ドル（約5,640億円）以上で、日本人観光客からの収益が最も大きかった。しかし、現在ネックになっているのは日本帰国後の10日間の自主待機だ。日本国内の完全ワクチン接種率は、8日の時点で74.5%とアメリカの58.4%を大きく上回っている。また、日本国内の新規感染者数は9日の時点で202人。状況が大きく改善したにも関わらず、日本への入国規制や検疫は未だ厳しいままとされている。

再会を喜ぶ家族やカップル 米、入国制限を緩和

米国は8日、新型コロナウイルスのワクチン接種を終えた外国人旅行者に対して、入国制限を1年8か月ぶりに緩和した。国内各地の空港や入国口では、コロナ禍で離れ離れになった家族や親族が再会を喜ぶ姿が見られた。

英ロンドンからニューヨークのケネディ国際空港に到着したアリソン・ヘンリーさんは、出迎えた息子の姿を確認すると、急いで駆け寄り、目に涙を浮かべながら抱きついた。同空港の到着ターミナルでは、プリティッシュ・エアウェイズの最初の利用客が拍手と歓声で迎えられていた。メキシコおよびカナダとの陸路の国境も再開された。メキシコ人のイサベル・ゴンサレスさんは、国境が再開した8日深夜、メキシコのティファナから米カリフォルニア州の国境検問所の街サンイシドロに徒歩で入った。新型コロナ流行前は、4人の子ともその孫らに会うため、国境から25分のサンディエゴを毎月訪れていたという。

8日の入国制限緩和の対象となるのは30か国以上に上る。ただ、制限が全くなくなるわけではない。入国にはビザ（査証）の他、新型コロナワクチンの接種完了および感染陰性の証明が義務付けられている。

米司法省、ウーバーを提訴 待ち時間への課金は 障害者差別

米司法省は10日、米配車大手ウーバー・テクノロジーズが「待ち時間」に課金する方針を打ち出したことは乗降に時間を要する障害者を差別しているとして、サンフランシスコ連邦地裁に提訴した。訴状によると司法省は、ウーバーが2016年4月、乗客に待ち時間の料金を請求する方針を打ち出したことを問題視。視覚障害者や車椅子の利用者などが乗車する際には2分以上の時間が必要なため、こうした方針は障害者を差別するものだと主張している。この方針は数カ所の都市で導入され、最終的に全国に拡大されている。

イベント情報

11月14日(日)

ワイキキ・クラフターズ・マーケット
午前10時～午後4時
ローカルアーティストが製作するハンドメイドジュエリーや工芸品のほか、ポイモチなどローカルなおやつも買える。
ロイヤル・ハワイアン・センター
www.808craftandgiftfairs.com

11月18日(木)～21日(日)

ケアライ・レイシェル @ ブルーノート
ハワイ
午後6時/午後8時半(19日と21日は午後8時のみ)
\$85～\$125
ハワイを代表するアーティスト、ケアライ・レイシエルのライブ。ケアライがクムフラとして率いるハーラウ・オ・ケアラオカマイルのフラパフォーマンスも必見。
www.bluenotehawaii.com/

11月19日(金)

脊椎動物学コレクションツアー ONLINE
午後3時～3時半
\$10
ビショップ博物館の日本語オンラインプログラム。何千年も前に絶滅したハワイの鳥類の骨の化石をはじめとする貴重なコレクションを見学。日本からも参加可能(日本時間20日午前10時～)
www.bishopmuseum.org/japanese-online-experiences

11月20日(土)

アロハホームマーケット「ギブ・サンクス・マーケット」
午前9時～午後2時
ハワイのローカルアーティストが集まり、カイルアタウンで月に一度開催しているポップアップマーケット。ハワイらしい家具やアート、雑貨が並び、フードも楽しめる。
340 Uluniu St.
www.alohahomemarket.com

11月23日(火)

第13回ウクレレピクニック・イン・ハワイ 2021
\$35～\$45(ライブストリーム\$20)
今年ブルーノート・ハワイを舞台に、チームカマカの特別ライブを開催。ライブ配信もあり、日本から鑑賞することもできる(日本時間11月24日)。
www.ukulelepiknicinhawaii.org
ライブストリーム <http://ukulelepiknicinhawaii.org/bluenote2021/>

イベント日時など、予告なく変更・キャンセルとなる場合がございます。詳細は各主催者へお問い合わせください。

早朝の駐車場で銃発砲 2人が重軽傷 ホノルル警察が捜査開始

サウスキングストリートの違法施設の駐車場で7日午前6時頃、男性2人が何者かに銃で撃たれた事件で、ホノルル警察署は第1級殺人未遂事件として捜査を開始した。

警察によると、事件当時、現場では複数人が2つのグループに分かれて口論をしていた。口論が激化したところで、現場にいた男の1人が所持していた拳銃を引き抜き、男性2人に向けて数回発砲した。被害者のうち、39歳の男性は上半身を撃たれ、重度で病院に搬送された。もう1人の被害者の41歳の男性も足を撃たれて病院に搬送されたが、既に治療を終えて病院を出たという。

銃を発砲した男は当時、黒のシャツとブルージーンズを着用していた。男は発砲直後に複数人の仲間と車で逃走し、未だ逮捕されていない。

警察は現在、捜査を進めると共に容疑者の行方を追っている。

広告掲載・本紙に関するお問い合わせは
nikkan3office@gmail.com

コーヒー外装の地名使用制限に関する 新法律制定を要求 ハワイ郡議会

コーヒー豆などの外装に表示する「ハワイ」という生産地や名前を使用する新法律の制定がハワイ郡議会で求められているとホワイトリビューンヘラルドが報じている。3日、満場一致で可決された決議は、コーヒーの外装やラベルに「コナ」「ハワイ」などの地名を使用するには「コーヒー豆のうち少なくとも51%が指定された地域で栽培されたもの」であることを要求する法律の制定を要求するという内容。

現在は、指定された地域で栽培された豆の10%しか含まれていないコーヒーにも「ハワイ」の名前を使用することができる。ハワイのコーヒー生産者らは議会で「こうした地域名の使用が利益を制限し、我々のブランドを傷つけている」と訴えた。

ハワイ郡のコーヒー生産者の1人、ブルース・コーカー氏は次のように述べた。

「家族経営のコーヒー農園に入るはずのコナコーヒーのブレンド豆の収入は、毎年数百万ドル単位で本土のブレンダー所有者に

超過利益として送られている。また、消費者が『コナブレンド』を『コナコーヒー』と誤解し、そのブレンドコーヒーの味が良くなかった場合、私たちの伝統的なコナコーヒーの名は永久に傷つくことになる。」

2019年には、コナコーヒー生産者数百人が、「コナコーヒーブレンド」を誤って宣伝したとして、大手コーヒーメーカー数社を相手取り集団訴訟を起こした。この訴訟では、示談金として総額1,300万ドル超を支払っているメーカーもあるという。



Warren Price Photography / Shutterstock.com

ご家庭、スモールオフィスで
コンピューターで
お悩みの方の
救世主!
起動しない、データが飛ぶ、
ネットワークが繋がらない など...

修理中、代わりの
コンピューター
の貸し出しも可

お電話での相談無料
出張サービスあり

電話
808-382-9850
Email: tatsuhn1@hotmail.com
ヒラモトまで、お気軽にお問い合わせください

日刊サン
の
Instagram

ほのほのハワイの
風景動画など、
毎日更新中!!
今すぐアクセス

引越後と売却前に、
ハウスクリーニング
& **カーペットクリーニング** 致します

丁寧に

不動産各社からも絶大な
信頼を得ています!

やりますよ

10年以上の実績

日本語 OK! **220-7205** マーボー

ウェブサイトも充実!!
気になる
情報満載

岸田政権、再始動へ 第2次内閣が発足

先の衆院選を受けた第206特別国会が10日召集され、岸田文雄首相(自民党総裁)が第101代首相に指名された。

皇居での首相親任式と閣僚認証式を経て、第2次岸田内閣が発足。10月の第1次内閣スタートから約1カ月しかたつておらず、今後本格的に政権が始動する。来年夏の参院選に向けて実績が問われる。

当面は「第6波」到来も予想される新型コロナウイルス感染への備えやコロナ禍で傷んだ経済の回復などが課題となる。首相が目指す「成長と分配の好循環」実現についても道筋を示すことが求められる。

特別国会は12日までの3日間。政府・与党は12月上旬に改めて臨時国会を開き、経済対策を盛り込んだ2021年度補正予算案の年内成立を目指す。

首相は外相に林芳正・元文部科学相を起用し、他の閣僚は全員再任。新たに人権問題担当の首相補佐官に中谷元・元防衛相を任命する。

首相は公明党の山口那津男代表と会談し、政策実現に向けた連携を確認。10日の衆院本会議では、議長に自民党の細田博之氏、副議長に立憲民主党の海江田万里氏がそれぞれ選出された。

10万円給付、所得制限を導入

岸田文雄首相(自民党総裁)と公明党の山口那津男代表は10日、官邸で会談し、新型コロナウイルス経済対策を巡り、18歳以下の子どもへの10万円相当給付に当たって年収960万円の所得制限を導入する方針で合意した。マイナンバーカード保有者や新規取得者に対し、最大2万円分のポイントを付与す

ることでも一致した。会談後、山口氏が記者団に明らかにした。

自民党の茂木敏充、公明党の石井啓一両幹事長も会談に同席した。

これとは別に、幹事長会談では、生活に困窮している住民税非課税世帯に現金10万円を給付することも申し合わせた。

コロナ飲み薬供給で合意 160万回分、米メルク製

後藤茂之厚生労働相は10日夜、新型コロナウイルス感染症を治療する飲み薬「モルヌピラビル」計160万回分の供給について、米製薬大手メルクと合意したと発表した。厚労省で記者団に明らかにした。

モルヌピラビルは米メルクなどが開発。ウイルスの侵入や増殖を防ぐ抗ウイルス薬で、

自宅で服用が可能のため、医療現場の負担軽減が期待される。

臨床試験では、重症化リスクのある軽症から中等症の患者に対し、入院や死亡リスクを大幅に低減したとする効果が報告され、注目されている。英国は4日、世界に先駆けてこの薬を承認した。

熱海土石流、「殺人に相当」 遺族

静岡県熱海市で7月に起きた土石流災害で、死亡した6人の遺族5人が10日、土石流の起点となった土地の現旧所有者に対する殺人容疑での告訴状を県警熱海署に提出した。

告訴状によると、土石流の起点となった土地の現在の所有者と、盛り土を造成した

2001年までの所有者は、安全対策を講じなければ土砂崩壊発生の危険があり、近隣住民が死亡する可能性があることを認識していたにもかかわらず、盛り土を放置。住民が死んでも構わないという「未必の故意」があり、殺人罪に該当すると訴えている。

新車販売「40年にCO2ゼロ」 EV転換、英など24カ国が宣言

国連気候変動枠組み条約第26回締約国会議(COP26)の議長国を務める英国政府は10日、二酸化炭素(CO2)を出す新車の販売を2040年までにやめるとの宣言を発表した。ハイブリッド車(HV)を含めたガソリン車やディーゼル車から、電気自動車(EV)などへ切り替える。24カ国が賛同したが、日

本のほか米国や中国、ドイツは加わらなかった。

「ゼロエミッション車100%への移行加速のCOP26宣言」と銘打たれた文書には、先進国を中心とする主要市場では35年まで、その他の地域を含め40年までに切り替えることを盛り込んだ。

日米韓安保協力に否定的 与党候補の李氏 韓国大統領

来年3月の韓国大統領選の与党「共に民主党」候補、李在明・前京畿道知事は10日、ソウルで記者会見し、日米韓の安全保障協力に否定的な姿勢を示した。

李氏は「韓米日の軍事同盟には当然反対だ。米国と軍事同盟を結んでいるが、日本を入れることは極めて慎重に考慮すべきだ」と述べた。同盟という言葉を使用してはいるが、条約の有無と関係なく安保協力自体に批判的な認識を示した形だ。

李氏は会見で、「日本は常に信頼できる友好国なのか。なぜ独島(島根県・竹島)を問題

提起し続けるのか。いつか(朝鮮半島進出のきっかけにする)仕掛け線とするのではないかという疑いを抱く」と指摘。日本への不信感をあらわにした。

李氏はさらに「現在のよう(日本が)領土、過去の侵攻、帝国主義侵奪の問題について曖昧な態度を取っている点を考慮すれば、韓米日軍事同盟は極めて危険なものになり得る」と強調した。

保守系最大野党「国民の力」候補の尹錫悦前検事総長はこれまで、北朝鮮問題などで日米韓協力を重視する考えを示している。

中国恒大、利払い期限到来 デフォルト回避急ぐ

経営危機に陥っている中国不動産開発大手・中国恒大集団は10日、未払いとなっているドル建て社債の利息の支払い猶予期限を迎えた。米東部時間の同日中に利払いができなければデフォルト(債務不履行)になるとされる。同社はデフォルト回避に向けて資産売却を進めてきたが、依然として先行きは

不透明だ。恒大はこれまでに2回、利払い猶予期限が切れる直前に利息を支払い、デフォルトを避けてきた。今回は先月11日に期日が到来した社債の利息1億4800万ドル(約167億円)が未払いとなっており、30日間の猶予が終了する。

イラン、韓国のマスク寄付に激怒 7900億円の資産凍結解除せず

イランで韓国に対する非難が広がっている。米国の制裁に沿って国内のイラン資産を凍結したままの韓国政府が、新型コロナウイルス対策としてマスク2千枚をイランに寄付したとアピールしたことが理由。市民からは「マスクは既に十分ある。それより金を返せ」と怒りの声が上がっている。

韓国で凍結されている資産は約70億ドル(約7900億円)相当。イラン外務省報道官は1日、マスク寄付について「ジョークと捉えている」とびしやり。「自国の資産が他国の手中にあることを容認できる国はない」と強調した。

求人情報

日刊サンの e-JOB

キッチンスタッフ 募集
経験者 \$12/時給~ +チップ

フロアサーバー
経験者 \$10.10/時給~ +チップ

キッチンマネージャー候補も募集中

*従業員割引あり
*シフトは 9:00-15:00 または 16:00-22:00
*勤務可能日がフレキシブルな方優遇

まずはお電話にてご連絡下さい
採用担当: 808-940-2376

Kamitoku Ramen at Ward Centre
1200 Ala Moana Blvd, Suite 657
Honolulu, HI 96814

味の徳
TOTTORI/GINZA/HAWAII



日刊サン
ツイッターも毎日更新中!

@nikkansan

プライベートパーティーでの
寿司シェフ募集!

お問い合わせ
superbinc@hawaii.rr.com
Kevin (808)737-0051 (英語)
Howard (408)839-4317 (日本語)

\$20/hour (DOE)+Tip
週1~2回 1日約5~6時間
(イブニングタイム)
住み込み寮の提供可能(金額相談)

SUPERB SUSHI

日本語チーム立ち上げに伴い、
保険ブローカーエージェント募集!

保険販売(主に大手保険会社の商品)、
各種契約手続き、お客様サポートなど

経験不問
日本語での資格取得
サポートあり

履歴書送付先:
YY Consulting Co | YY保険代理店 yyconsulting19@gmail.com

早い!カンタン!!
求人掲載のお申し込み

日刊サン

nikkansan.net/ad-inquiry/

GREEN FOR U **スタッフ募集 パート**

レジ及びサンドイッチや
スムージーを作ってください

週3~4日勤務 9am~3pmの間で1日4~5時間

レジュメ送付先 info@cosmohawaii.com
808-479-0941 1481 S.KING ST. #134-A www.Greenforu.net

急募!

- ◆ 寿司職人 (VISAサポートあり)
- ◆ キッチンヘルパー
- ◆ ディッシュウォッシャー
- ◆ サーバー

レジュメをお送りください
Email: oishyinc@gmail.com

1240 S King St, Honolulu, HI 96814
ランチ: 火~日 11AM-2PM (1PMラストシート)
ディナー: 日・火・水・木 5PM-9PM、
金・土 5PM-10PM
月曜定休 ご予約をお勧めします

桜
SAKURA TERRACE

毎日新鮮情報満載!



DON QUIJOTE (USA)

APPLY NOW

Import/Logistics Clerk
English/Japanese Bilingual Position
Proficiency in Excel Required
& Other Positions Available
(PT or FT)

Send Resume to:
HR@donkiusa.com
Or apply in person at our
Kaheka Store

会計・税務スタッフ募集

全米7拠点から日系クライアントにサービスを提供している事業拡大中の会計事務所です。多種多様なクライアント業務があり、経験とキャリアを築いていきたい方にとって最適なフィールドです。

EOS
ACCOUNTANTS LLP
米国公認会計事務所
www.eosllp.com

募集ポジション

- 会計スタッフ
- 税務スタッフ (給与計算、個人所得税に興味ある方)

応募資格: 米国内での就業許可をお持ちの方、英語・日本語でのコミュニケーションが出来る方優先

勤務地: 500 Ala Moana Blvd. #5-350 (レストラン・ロー上) 各種ベネフィット有

英文履歴書をE-mailでお送りください **TGotoh@eosllp.com**



メディケアカードについて

皆さんはメディケアカードが数年前に新しくなったのをご存知でしょうか。2018年4月から2019年4月までに郵送されました。保険会社のプラン変更の際は新しいメディケアカードの提示が必要になりますので、古いカードは処分して新しいカードを持参してください。

時々SOCIAL SECURITY番号の明記されている古いカードを持参する方がいます。運転免許書も昔はメディケアカードと同様SOCIAL SECURITY番号が明記されていましたが、紛失した場合、個人情報明記されているので、危険でした。

さて現在のメディケアカードの番号は4桁-3桁-4桁の合計11桁になっています。2、5、8、9番目はアルファベットに。1、4、7、10、11番目は数字です。3番目と6番目はアルファベットまたは数字になっています。アルファベットの中で使用されないのはS、L、O、I、B、Zです。数字に似ているまぎらわしいアルファベットは使用してないでしょう。



万が一、オープン Enrollment 期間の時期にプランの変更をご希望で、カードが見つからない場合、再発行も依頼しなくてはなりませんが、ドクターの事務所にコピーの控えがあるとされますので、お尋ねください。大事なカードで通常持ち歩かない方は需要書類と一緒に保険してください。

メディケアカードのみの方は少ないのですが、TRICARE FOR LIFEやフェデラルプランや会社から提供されている退職プランと一緒にご利用になっているようです。メディケアではカバーされないものは下記のとおりです。

- 介護サービス
- 老人ホームのケアのほとんど

- 歯の治療と入れ歯
- 定期検診とそれに関連した検査 (ただし一部の検査、バブ・スミア、マモグラムはカバー)

- 予防注射のほとんど (ただし流感と肺炎の予防注射はカバー)

- 処方薬のほとんど
- 定期的な足のケア
- 眼鏡や補聴器の検査とその費用
- 入院室の電話やテレビ
- 米国外で受けた医療サービス

横江和子 シニア医療保険コンサルタント
問合せ先: yokoem001@hawaii.rr.com

親の介護がきっかけで、アメリカの長期介護や年金に興味を持ち、保険の資格を取得。夫のパートD(薬)のペナルティをきっかけにメディケアの分野を習得。毎年、各保険会社が運営するメディケアアドバンテージ(パートC)のプラン内容更新および無料加入手続きの相談、生命保険、長期介護保険、年金などを専門にしている。



ウイスコンシンで独り言 — スパゲティー定食

「ハワイっていいねえ」ってアメリカ本土から来た日本人が言ったとしたら、ハワイのどんなことがいいのでしょうか。あの青々としたきれいな海のことでしょうか？それともあの心地よい貿易風のことでしょうか？自分は昔、ハワイへ日本からではなく、アメリカ本土経由で一月にやってきました。その時感じたのは「解放感」でした。外の空模様など見ないで、屋内の服装でそのまま上着や帽子や手袋もしないで、外に出られた時にその気楽さを感じました。

日系スーパー

それから、もし自分のようにあまり日本人がいなようなアメリカ本土の町から、ハワイへ来ると、日系のスーパーがあちこちにあって、あたかも日本にいるように日本の食材が買えることが羨ましいと思います。ハワイに長く住む人達から見ると足りないものばかり気づくかもしれませんが、自分達のようにいろいろ不自由している者から見たら、久しぶりに見る日本の食べ物を見るだけでも楽しくなると思います。すしはもちろん、弁当やまんじゅうなど、その種類の豊富さにも驚くかもしれません。

地元のアジア系のスーパー

自分の今住むウイスコンシンの町は日本人がほとんどいないので、日系スーパーのようなお店はなく、アジア系のお店が何軒かあって、日本の即席めんとかカレー、すしのり、みそ、豆腐など手に入ります。それから、最近ではどこのスーパーに行っても、醤油やふりかけやカップヌードルやアジアのいろんな即席めんが買えます。それからスープ付きのうどんも見られます。それにスーパーではたいてい寿司コーナーがあって、日本で見るようなすしではありませんが、チーズを巻いたすしがあります。

スパゲティー(カップペリーニ)で焼きそばを試す

自分は日本の物がなければならぬで過ごせるのですが、それでも時々焼きそばを作ってみたくなり、ベトナムとか中国製の麺で

焼きそばを試してみました。最近台湾製の「中華そば」なるものを見つけて、焼きそばを作ってますが、麺がくっついてしまって、あまり日本で食べるようなそばにならず苦労しています。

ところが先日、スーパーで細麺の生スパゲティーを見ました。見た感じでは中華そばのようで、試してみる価値はあると早速購入。生なのでゆでるのに時間がかからず、すぐに柔らかくなり、ゆであがった後、水を切ってそばのように、キャベツやら人参などの野菜といためて、食べてみました。歯ごたえはちょっと違う感じですが、それほど違和感はありませんでした。これからはこのカップペリーニでラーメンもしてみようと思います。

この細麺スパゲティーで焼きそば替わりとし、みそ汁を加えて「焼きスパゲティー定食」の出来上がり。おいしくいただきました。



細麺パスタ(カップペリーニ)

大井貞二(おおいさだじ)

1988年にハワイに移住。地元の私立校で日本語を教える。その後、ハワイ大学大学院を経て、ハワイパシフィック大学(HPU)にて世界中からやってくる学生に日本語を教え、最近退職。現在アメリカ本土に居住。



女性なら誰でも知っておきたい、生理のお話

皆さんは、生理についてどのような印象をお持ちでしょうか。男性には関係が無いように感じるかもしれませんが、女性にとっては面倒なことかもしれません。ぜひ、性別関係無くお互いの役割を尊重する意味で、生理に興味を持っていただきたいものです。今回は、女性と生理の関わり方について詳しく見ていきたいと思います。

生理の状況を聞かれます。生理と関係のない症状で病院を訪ねても、生理の状態によって不調の原因が分かる場合があるのです。

生理は生涯の寿命にも影響があると言われてます。一般的に男性よりも女性の方が7-8年長生きする可能性が高いですが、7-8年という期間は、生涯の生理の期間の合計とほぼ一致します。つまり、生理の期間分長生きしていると考えられます。

インドで使い捨てのナプキンが流通する以前の話の一つをご紹介します。当時は布で経血を吸収していたそうで、その布を洗う時に、経血が染みにならないことが健康の指標とされていたそうです。経血が染みになるということは、経血に不純物が溜まっていると捉えられ、体のどこかに不調の原因がある可能性があります。

同時に、生理の期間中は完全な休息が必要だという理解でした。女性は仕事や家事を全て行わず、部屋で休養することが推奨されていたとのこと。この時期は経血を下に出すエネルギーが強くなり、体内に溜まった過剰な熱や、いらぬものを体外に出すことに体を集中させてあげる必要があるのです。

現代の生活では女性が自立し、多くの役割を同時にこなして

いる場合も多いので、全てを一旦やめて休むことは難しいかもしれませんが、生理は女性にとって、とても重要なサイクルであり、デトックス期間と捉えると良いでしょう。

家族やパートナーがいる方は、生理期間中はなるべく家事を手伝ってもらったり、自ら刺激を与えるような行動は避けることをお勧めします。また食事でも、生理の期間中は暴飲暴食は避け、温かい食事で体を冷やさないように気をつけてください。

「生理は女性だけが経験できるもっとも美しい人生のサイクルの一つです」。私がインドで印象的に感じた言葉です。もし、生理が不順であったり、PMSや生理痛に悩みがある場合は、休息が必要かもしれません。

女性だけが大変な思いをするのではなく、周囲に助けを求めて自分のための時間を作る選択肢が自分にあることを、思い出してみてください。

加藤ジェシカ

世界中50か国以上を旅する中で、地球にはエネルギーのような何かが存在することに気づく。2017年、ヨガの勉強を通してアーユルヴェーダに出会い、渡印。日常に寄り添うアーユルヴェーダがテーマ。
https://note.com/malie_ayurveda

日刊サン ウェブサイト www.nikkansan.net **今すぐアクセス**

見逃した **各種コラムやマンガ**
終活記事、教育記事 などなど

過去のアーカイブを読むなら **コラム図書館へ**