



日本からの
到着人数
169人

提供: STATE OF HAWAII VISITOR INFORMATION PROGRAM

2021
NOVEMBER 13
SATURDAY

ハワイニュースダイジェスト...3,4,5,8
イベント情報 2,4
はちネコ☆ JAPAN 6
来夏の映画観ようよ♪ 6
サンスクエア 7
マンガ 気分はハワイアン 11
e-JOB 求人情報 11
各種広告 12

マーケット情報

日経平均 29,609.97 (+332.11)
NYダウ 36,069.97 (+148.74)

午前のニューヨーク外国為替市場

ドル/円 113.87



President Biden @POTUS

11月12日 5:29AM
私たちは労働者家庭の生活費を下げるのと同時に、仕事に戻ることを容易にすることができます。[ビルド・バック・ベター]法案は医療、保育、高齢者ケアのコストを下げ、より良いものにするためのものです。労働者家庭は安堵のひと息をつけるのです。

We can lower costs for working families and make it easier to get back to work at the same time. Build Back Better is designed to make health care, child care, and elder care cheaper and better — so working families can breathe a sigh of relief.

11月12日 4:32AM
1人でも、2人でも、3人でもありません。17人のノーベル賞受賞経済学者が「ビルド・バック・ベター」法案を議会で通過させることで、インフレの力が弱まり、アメリカ人家庭の生活費が下がるだろうと言っています。これを成し遂げましょう。Not one, not two, not three, but seventeen Nobel prize winning economists say that passing Build Back Better will ease inflationary pressures and lower costs for American families. Let's get this done.

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



**子ども対象のワクチン接種ドライブスルー会場
アロハスタジアムで13日、14日に開催**

オアフ島のアロハスタジアムで13日(土)と14日(日)の2日間にわたり、小学生以下の子どもを対象とした新型コロナワクチンのドライブスルー接種会場が開かれるとハワイニュースナウが報じている。会場はハワイパシフィックヘルス(HPH)、州保健局、ホノルル消防署が運営する。

HPHによると、接種の受付は両日も午前8時30分から午後4時45分までで、1日あたり720件の予約受け入れが可能。各予約枠で60台の車両を受け入れることができ、それぞれの車両に乗っている子どもの人数にもよるが、最大で1日2,800人の子どもが接種を受けることができる。

アロハスタジアムのドライブスルー接種会場で13日(土)、14日(日)にワクチン接種を受けた場合、2回目の接種を12月4日(土)、5日(日)に同じ場所で受けることができる。

20日(土)と21日(日)には、カポレイ高校に別のドラ

イブスルークリニックが開かれる予定。その際にワクチン接種を受けた子どもは、2回目の接種を12月11日(土)、12日(日)に同じ場所で受けることができる。

子どもの接種直後にも15分間の観察時間が必須となっており、その間、同伴者は車内で子どもと一緒に待機する必要がある。子どもの接種には大人または法定後見人の同伴が必要で、同伴者はチェックイン時に身分証明書を持参する必要がある。

さらなる詳細や接種の予約は、ハワイパシフィックヘルスWebサイト内の以下のページまで。

<https://www.hawaiipacifichealth.org/hph-covid-19-updates/vaccine-update/#MobileVaccineClinic>



印刷版新聞は毎週土曜日 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(金曜は土曜印刷版と同内容)

**第27回「メイド・イン・ハワイ・フェスティバル」
アラモアナ・センターで始まる**

11月11日(木曜日)、「メイド・イン・ハワイ・フェスティバル」がアラモアナ・センターの駐車場が始まったとKHONが伝えている。多くの地元住民が毎年この時期に行われるフェスティバルを楽しみにしているほどの恒例の人気イベントで、今まではニール・プレイズデル・センターで行われてきたが、昨年は新型コロナウイルス感染対策としてオンラインでの販売のみだった。今年はアラモアナ・センターのエヴァウイング4階にある海側駐車場スペースで14日まで開催されている。

出店している地元ベンダーの多くは、困難な時期を乗り越えてフェスティバルが再開されたことを喜んでいる。出店者の1人であるHiLifeのジル・チュンさんは「オンラインではなく、商品を実際に見てもらえる機会が

持てて本当に嬉しく思います。初日の今日は、たくさんの方々がやってきて、大歓迎です」と喜びの声を上げている。

実店舗を持たない出店者にとってこのフェスティバルは大きな収入源でもある。

ハワイ住民も地元を支えようと、より多くのメイド・イン・ハワイの商品を購入する機運が高まっている。アラモアナ・センターの駐車場という新しいロケーションについても、歓迎ムードだ。「(例年の会場である)プレイズデル・センターに比べて、こちらの方が開放的でいいと思います。混み合わないし、広々していますから。(屋外なので)少し暑いけど、いいと思います」

フェスティバルの広報担当のオレナ・ヘウ氏は「今年は新しいロケーションで、屋外で

の開催となりました。およそ300の出店者がハワイ中から集まっています。本日から4日間、多くの方々に買い物を楽しんでいただきたいと思います。私たち地元住民が地元企業を支え、自分たちのコミュニティを支援するというイベントです。コロナで全ての人が苦しい思いをしました。今私たちはハワイ産の商品を買ってお金を地元へ落とすことでハワイを支えることができるのです」と述べている。

コロナ対策として社会的距離を保つ必要があり会場内の収容人数が500人に限られているため、オンライン<https://madeinhawaii.com>で日時を指定してチケットを事前購入することが推奨されている。

求人 アライアンス パーソナル **随時更新中!**
お困りの企業様 **随時更新中!**
私たちに任せ下さい! **ご相談は無料**
電話 (808) 521-4300
www.APHawaii.com

TOTO Washlet 2021 MODEL **SALE**
C2 C5
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

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 stlukepcrcenter.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

補聴器 のことなら **何でもお任せ下さい!**
診断無料、すべて日本語で対応いたします
◆ すべての補聴器ブランドに対応いたします
◆ 生涯サービスいたします
◆ ご購入の補聴器にはすべてのサービスと電池が含まれます
仲村 時男 ウェス BC-HIS
日本語 でお気軽に
お問合せください **(808) 792-2802**
ファミリー補聴器センター 火~土 8am-4:30pm **駐車場無料**
615 Piikoi St. Suite 1111, Honolulu www.familyhearingaidcenter.com

マスク着用の今こそ、お肌をキレイに!

秋の大感謝祭

11月末まで

レーザー&ビタミンCイオン導入 医療用Q-YAGレーザー使用

シミ・そばかす・肝斑を薄く。コラーゲン再生効果でふっくらとハリを。毛穴縮小・小じわ除去・脱毛も!

1回\$210▶\$180 3回\$630▶\$495 6回\$1260▶\$890

★6回セット購入で...1回分レーザー&ビタミンCイオン導入(\$210)無料 年内で終了しますお早めにご予約


インペリアル・フェイシャル Imperial Facial

コンサルテーション無料 お気軽にご連絡ください

2155 Kalakaua Ave. #308, Honolulu (ワイキキ緊急医療クリニック内)
808-351-0340
Eメール: imperial.facial@gmail.com
LINE ID: @qzb2623v
www.imperialfacial.com

毎日更新中!

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

Your Local Medicare Adviser

808-265-9097 (Nakajima 達) 日英両語OK




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



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 お手伝いたします

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



アートメイク YUMI

リフォーム可能なオーダーメイドの眉を1セットいかがですか?

Before After 直後

- アイブロウ・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、施術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

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

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)

山田歯科医院

一般歯科・審美歯科 インプラント治療

ハワイで開業36年!信頼と実績が自慢です

808-955-2439 輝く笑顔に!


山田マルピン賞 賞状 受賞

急な痛み...初めての方もお気軽にどうぞ!

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!

パンナムビル1319号室 1600 Kapiolani Blvd



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、プラミング、フローリング、タイル、ペイントなど総合

www.usadreamhawaii.com usadreamhawaii@gmail.com

見積り無料!

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

GRACE CONSTRUCTION

BUILD • REPAIR • REMODEL

見積り・相談 無料

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、マーブル、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

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



健康長寿のために 効率的な「下肢運動」を実現!

寝たまま 座ったまま

パルス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動きかけます。

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

PULSE Trainer 3DEMS \$1800+tax

人間の筋肉の約70%は「下肢」にある!

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

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

TOP Builder Construction, Inc お見積り無料

1585 Kapioani 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

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

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) パ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

院長 Dr. 武田裕子

安い! 速い! SIGN & COPY EXPRESS

日刊サンを見た!とお伝えください

ポスター、バナー 10%OFF

料金 (1枚)

- モノクロコピー \$0.035*
- カラーコピー \$0.23*
- ポスター(22"x28") \$30~
- パナー(24"x48") \$40~

*1000枚以上の料金

☎9444000@gmail.com 名刺、チラシ、請求書等何でもご相談ください。

www.hicopyexpress.com 1538 Makaloa St. Honolulu (808)944-4000

40th ANNIVERSARY T. Okilはおかげさまで40周年

11月のスペシャル 40% OFF

TOTO C200 and Selected Drake toilets Exp. 11/30/21

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 日本人スタッフ常駐

2933 Koapaka Street, Honolulu (808)834-2722 Mon.-Fri. 8am-4pm Sat. 9am-3pm



コロナ患者は減少でも入院患者は増加 カイザーでは医療従事者ストライキ予定

現在ハワイでは新型コロナウイルス感染者数は減少傾向にあり、コロナに感染して重症化して入院する人数も順調に減ってきている一方で、コロナと関係のない一般の入院患者数が大幅に増加しているとハワイ・ニュース・ナウが伝えている。

11月9日にはハワイ州内で2,400人が入院しており、これはコロナで医療崩壊が心配された時期の入院患者数を超えた最高記録となったという。その内コロナによる入院患者数は全体の3%にも満たない60人だ。増え続ける患者数に医療施設は大きな負担を感じ始めている。

入院患者急増の大きな理由は、パンデミックの最中に治療を受けられなかったり、延期されてきた治療を再開する人々が多いからだ

という。治療が遅れたり延期された分だけ病状は悪化しており、入院期間がさらに長くなる傾向がある。

ハワイ看護師協会の代表でもありクイーンズ・メディカル・センターの外科病棟の看護師のダニエル・ロス氏は「センターはいつも入院患者でフルの状態です。コロナが収束に向かって今、状況はさらに悪化しています」と述べている。そんな中、パンデミックの対応のためにアメリカ本土から支援部隊として送られてきた250人の医療従事者は契約期間終了のために今週末に本土に戻るようになって

いる。ハワイ・ヘルスケア協会のヒルトン・レイテル氏によると、医療機関が逼迫した状況の中で、多くの医療施設では契約延長を願い出

181人が一定期間の延長を了承しており、さらに150人の追加支援の医療従事者をハワイに送ってもらえるように交渉しているという。

一方、カイザー・パーマネンテでは11月22日からおよそ1,800人の看護師やセラピストなど従業員によるストライキが予定されており、レイテル氏はこのストライキにより患者を他の医療機関に移動させたり、新しい患者の受け入れができない状況になることを懸念しているという。

ロス氏も「(カイザーのストライキによって)ハワイ全体の病床数が減少することになります。クイーンズはすでに逼迫した状態なのですが、さらに負担が大きくなってしまいます」と述べている。

30歳男性 恋人に対するDVと誘拐で逮捕

元恋人に向けて拳銃を発射した事件で逮捕されて2018年に無罪となった30歳男性が、今度は現在の恋人を金属パイプで殴り監禁したという暴行罪と誘拐罪で逮捕されたと Honolulu Star-Advertiser が伝えている。

ダスティン・フェレンティーノ・レイモンド容疑者は第2級傷害罪と誘拐罪の容疑で Honolulu 地方裁判所で来週月曜日に行われる予審に出廷する予定になっている。

10日に25,000ドルの保釈金を支払ったために現在は保釈中だという。

事件は先週土曜日、パンチボウル地区のマジラン・アベニューにあるレイモンド容疑者のアパートメントで起こった。

警察の記録によると、レイモンド容疑者が恋人(28歳)の頭部と左手を太さ2インチ(お

よそ5センチ)の金属パイプで殴り、背中を蹴り、顔面を殴ったという。

また、恋人の携帯電話も金属パイプで破壊し、彼女の意思に反して監禁したとしている。翌日朝、レイモンド容疑者が寝ている間に女性はアパートメントから逃走して通りすがりの人に携帯電話を使わせてくれるよう頼み、クイーンズ・メディカル・センターで治療を受けている。

通報を受けて現地に駆けつけた警察によりレイモンド容疑者は逮捕された。

レイモンド容疑者は2017年5月に元恋人が運転している車に向かって拳銃を4発発射した事件を起こして逮捕されたが、2018年に陪審員裁判で無罪となっていた。

また、レイモンド容疑者には脅迫罪で2回重罪刑を受けている。

ワイマナロ6歳少女殺害事件 遺体の捜索続く

ワイマナロで9月から行方不明になっていたイザベラ・カルアさん(当時6歳)が殺害されていたことがわかり、イザベラさんの養父母が第2級殺人容疑で逮捕された。イザベラさんの遺体の捜索が進行されており、専門家は「土壌サンプルの分析や、ドローンと警察犬を使用した捜索が遺体発見に重要な役割を果たす」と話したと KHON2 が報じている。

こうした事件で遺体を発見することは、重要な証拠になると共に遺族の心に慰めをもたらす。捜索範囲が広い場合、証拠や遺体発見のための様々な手段が同時に用いられる。シャミナード大学法医学教授のデビッド・カーター氏は、「警察犬は分解臭に反応するよう訓練されている。また、ドローンには地下熱を検出するための赤外線カメラを装備することができる。遺体が埋まっている場合、その分解は遅くなり、分解時の温度上昇が通常より少し長く続く」と話した。

捜査官は容疑者の携帯電話の記録も調べるが、GPSは容疑者が過去数か月間、どこに足を運んでいたかを判断する材料となり、捜索に役立つという。

また、土壌の種類は地域ごとに異なるため、容疑者の家宅捜索などでは、床や靴の裏から細かな土壌サンプルが採取される。これについて、ハワイパシフィック大学刑事司法プログラム代表のシェリル・スニア氏は次のように述べた。

「土壌には砂質土壌、赤色土壌を始めとした様々な種類がある。捜査過程で採取された土は分析され、その土があった場所が特定される。また、押収された携帯電話やコンピューターの記録は、容疑者が閲覧したウェブサイトやソーシャルメディアを特定する。事件解決への重要な手がかりが発見されることも多い。さらに容疑者逮捕後は、逮捕前に比べ、事件に関する情報を知る人々が情報提供により協力する傾向にある」。



孫娘のふりをして オレオレ詐欺 70万ドルを奪われた女性

フロリダ州の女性はオレオレ詐欺に騙されて70万ドル(およそ8,000万円)を失った。

警察当局がウーバータクシーの記録から犯人の行方を追っているとフォックス・ニュースが伝えている。

今年の夏のある日、82歳の女性が孫娘と名乗る女性から電話を受けた。孫娘は交通事故を起こしてしまい、留置所から出るためにお金が必要だという。そして弁護士と名乗る男性が電話に出て、現金の受け取りなどについて女性に指示をした。男性はウーバータクシーが女性宅に迎えに行くので、その車に乗って銀行へ行き現金を引き出すようにと女性に伝えた。もし銀行員がお金の使用目的を聞いたら自宅の改修費用だというようにという指示まで出したという。

犯人側はこのやり方を何度も繰り返して、最終的に70万ドルを女性から引き出したのだ。

ウーバータクシーの運転手が詐欺に直接関与していたかどうかは不明だが、警察ではこの詐欺で使用されたウーバータクシーの利用記録からアカウントの持ち主を割り出して犯人に繋がる手掛かりにしようと捜査を進めているという。

一方、高齢女性が何度も高額な現金を引き出しているのに不審に思わなかったのは銀行側に責任があるとして訴訟が起こされている。(注:アメリカではこのような詐欺を祖父詐欺と呼んでいる)。

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、ハワイのトップシェフ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、ペーパー用品、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-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

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制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・ケアラオカマイレのフラパフォーマンスも必見。
www.bluenotehawaii.com/

コラム

COLUMN



ハワイ在住者のための ライフプランのお話

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。

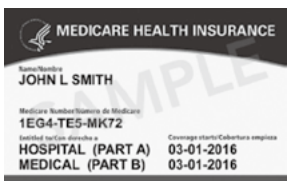
さて現在のメディケアカードの番号は4桁-3桁-4桁の合計11桁になっています。2、5、8、9番目はアルファベットに。1、4、7、10、11番目は数字です。3番目と6番目はアルファベットまたは数字になっています。アルファベットの中で使用されないのはS、L、O、I、B、Zです。数字に似ているまぎらわしいアルファベットは使用してないでしょう。

万が一、オープンエンロールメント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。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、パプ・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。



ハワイの住宅価格高騰続く ホノルル市議会、空き物件課税で対策

ハワイ州の住宅価格が上昇を続けている。ホノルルのコンドミニアムの家賃平均値(中央値)は、2ベッドルームが1,528ドル(17万3,000円)、3ベッドルームが2,408ドル(27万3,000円)に達し、現在、米国内で最も高くなっているとKHON2が報じている。

ホノルル不動産委員会が発表した最新のデータによると、オアフ島の一軒家の平均価格は105万ドル(1億1,800万円)から100万ドル(1億1,300万円)に下がったものの、前年比では15.6%増となっており、同じくコンドミニアムの平均価格は50万ドル(5,700万円)で前年比13.8%増となっている。

この市場の動きは、住宅のオーナーらに賃貸よりも売却を選ぶことを促す可能性があ

る。ハワイ大学住宅経済政策学科のフィリップ・ガーボードン氏は「特に一戸建ての場合、物件を売却し、引き出した現金を他の場所に投資するオーナーが増える可能性がある。しかし、空き物件の増加は土地不足や住宅不足を悪化させるだけで、裕福層に投資収入をもたらす以外、何の役にも立っていないと言える」と話した。

現在、オアフ島の長期空き物件率は5.3%だが、ホノルル市議会議長のトミー・ウォーターズ氏は、ホノルル市議会法案76として承認された空き物件に対する課税により入居可能な物件数が増加することを予測している。ウォーターズ氏は「1%の空き物件税の課税により、入居可能な物件がオアフ島で約1

万件増加するか、アフォーダブルハウスに年間約6千万ドル(68億円)の収入がもたらされる可能性がある」と述べた。

UCLAラスキン公共政策大学院が発表した調査によると、2008年から2015年にかけて、ハワイで州で販売された全ての住宅のほぼ30%が州外の居住者によって購入された。ガーボードン氏は「ハワイ州は固定資産税率が米国内で最も低いことから、国外の投資家が投資目的で不動産を購入することが多い。また、米本土や国外の裕福層が、季節



限定の別荘として購入している」と話した。法案76は、例外を除いては、課税年度内に180日以上続けて空室になっている物件を課税の対象としている。

市議会では間もなく法案76についての第3読会が行われる予定。

日刊サン11/8(月)配信

次期ハワイ州副知事は誰に？ 有力候補予想 専門家

ハワイ州の次期副知事を決定する選挙までまだ1年近くあるが、多くの候補者の名前が挙がる中、既に数人が有力候補に目されているとハワイニュースナウが報じている。州議会議員でハウスファイナンス委員会代表のシルビア・ルーク氏、元州上院議員のジル・トクダ氏、前市議会議員のイカイカ・アンダーソン氏、前州議会議員、前市議会議員のロン・メノール氏、ハワイ商工会議所代表のシェリー・メナー・マクナマラ氏、昨年のホノルル市長選に出馬した元ハワイ高校陸上競技協会常務理事のキース・アメミヤ氏らが名を連ねている。

ハワイ大学政治学部教授でアナリストのリン・ムーア氏は「おそらく、トクダ、アンダーソン、アメミヤの3氏が最も有力な候補になる」と予想した上で、「候補者のほとんどは政治に関心のある人々にのみ知られており、平均的な有権者の間ではあまり知られて

いない。そのため、選挙資金をどれだけ集められるかが鍵になる可能性がある」と語った。

州選挙支出委員会が発表した2020年の記録によると、アメミヤ氏は市長選挙で約240万ドル(2億7千万円)、トクダ氏は副知事選挙で約80万ドル(9,000万円)の資金を集めた。

またムーア氏は「州や連邦政府の公務員組合からの支持獲得も、来年の副知事選挙戦において重要な鍵になる」と予測し、次のように述べた。「特にイカイカ・アンダーソン氏は既に職員組合との緊密な関係を構築しており、彼らの恩恵を受ける可能性が高い。また、アメミヤ氏は昨年の市長選挙で州と連邦政府の複数の公務員組合から支持を得た。彼らの支持を再び獲得できれば、アメミヤ氏にとって大きな後押しになるだろう」。

日刊サン11/8(月)配信

セントラルパシフィックバンク、 ハワイ州初の完全デジタル預金口座開設

セントラルパシフィックバンク(CPB)が8日から、ハワイ州では初となる完全デジタル預金口座「Shaka by CPB」を開設したとホノルルスター・アドバイザーが報じている。

特長として、給料日の最長2日前の給料振り込み、世界中のATMからの手数料払い戻し、アカウント内の資金の市場より高い年利の提供などがある。

CPBのポール・ヨナミネ頭取は「卓越した顧客サービスを持つ銀行として、CPBとハワイ市場に適していると思っている。我々は、新しいブランドやアプローチに一致する主

要な人口統計分野での成長促進の継続を目標としている。テクノロジーに精通した消費者らにライフスタイルに合った製品を提供しながら、将来の戦略目標も視野に入れている」と話した。

CPBの資産は9月30日の時点で約73億ドル(8,270億円)。州内で4番目の規模を持つ銀行で、31支店と70カ所のATMを運営している。

Shaka by CPBのアカウントはshaka.cpb.bankで入手可能。

日刊サン11/8(月)配信

スピアフィッシング中の女性、 サメに脚噛まれる マウイ島ラハイナ

国土天然資源局(SLNR)は7日朝、マウイ島ラハイナ沖でスピアフィッシング中だった女性(27)がサメに脚を噛まれたことを発表した。女性は軽傷で命に別状はないという。

サメが現れたのはマラワーフの沖合約100ヤード(91.4メートル)付近。

女性は午前10時30分頃、水中で体長4~6フィート(1.6~1.8メートル)の「カマストガリザメ」が「ガラバゴスザメ」のどちらかに遭

遇した。サメは女性から一旦離れたが、戻ってきて脚を噛み、その後海中に姿を消したという。

マウイオーシャンセーフティは、サメが現れた地点から1マイルの各方向にサメ出没の警告標識を設置した。周辺の海域はしばらく監視され、警告標識は安全が確認され次第取り除かれるという。

日刊サン11/8(月)配信



カマストガリザメ
出典: <https://ja.wikipedia.org/wiki/カマストガリザメ>



ガラバゴスザメ
出典: <https://ja.wikipedia.org/wiki/ガラバゴスザメ>

アラスカ航空、ハワイ旅行者の啓蒙と 地域の文化活動に貢献 地元団体と提携

ハワイ州を拠点とする社会環境保護団体のtravel2changeがアラスカ航空と提携し、ハワイ州への旅行者と地域の文化活動を結び付ける取り組みを行っているとKHON2が報じている。

Travel2changeは2011年から旅行者の啓蒙活動を続けており、地域住民と協力して「生態系や養魚池、農場の環境に配慮し、各観光地をより深いレベルで理解する」機会を提供している。

関係者によると、Travel2changeとアラスカ航空は地域の価値観やイニシアチブを

尊重することで、より持続可能な世界を構築するというビジョンを共有しているという。

Travel2changeのマンディ・ジャムシディ・ケント氏は「Travel2changeは旅行者のアクティビティとそれによる影響に配慮した、持続可能な環境モデルを作ることを目的としている。それは地域社会と旅行者に有益で、双方のよりよい相互関係を育むことになる」と話した。

さらなる詳細は、travel2change.orgにアクセスを。

日刊サン11/8(月)配信

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。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らなくなってきている」と述べている。

ヒルトンは2008年にタイムシェアのグラウンド・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年に完成したグラウンド・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ー業の雇用を供給することになります」と述べている。

日刊サン11/10(水)配信

州知事の権限抑制に新法案提出の可能性 長引く緊急事態宣言受け ハワイ州

旅行からマスクまで、全ての新型コロナ関連の規制を命令できる州知事の権限の抑制が、州議員の間で取り沙汰されているとハワイニュースナウが報じている。議員らは州知事のみが緊急事態を宣言する権限を持つことに疑問を呈しており、権限に新たな制限を課すための新しい法案を提出する可能性がある。

1年8カ月前、デービッド・イゲ州知事が最初の新型コロナウイルスの緊急事態を宣言して以来、知事自身がハワイ州に悪影響を及ぼすと判断した際、法律を一時的に無効にしたり、新しい規則発効の権限が執行されることになった。これまで、知事による新型コロナに関連する緊急事態宣言は21回発効されている。

州下院議長のスコット・サイキ氏は「宣言が永遠に続く可能性に同意する人はいない。新規感染者数が少なく、ワクチン接種率が高い

にもかかわらず、宣言解除へ向けた州知事の動きは遅すぎる。現在、知事の緊急宣言の一部や全体について、議会が不承認決議を出すこと可能にする法案の作成に取り組んでいる」と話した。

州下院議員のヴァル・オキモト氏は、緊急事態における知事の権限を抑制するというサイキ氏の提案に同意するとし、「個人的には既に緊急事態ではないと感じている。また、その運営に行政当局を使うべきではない。現時点での緊急事態宣言は行き過ぎの感があり、対処する必要がある」と意見を述べた。知事が発効した最新の緊急事態宣言は11月30日に失効するが、オキモト氏は宣言再延長の可能性を懸念している。

オキモト氏はまた、「各郡は混乱の最中にある上、全ての郡が知事に同意しているわけではない」と話した。

州司法長官事務所は声明の中で、「知事が

発効した全ての緊急宣言は60日後に失効する」とした上で次のように述べた。

「パンデミック下での州住民の健康、安全、福祉を守るための宣言を発動し、特定の法律を一時的に無効にする必要のある状態が続いている。緊急事態宣言は特定の問題に対処し、ハワイ緊急事態管理局(HI-EMA)やその他の組織を通じて各郡を支援できるよう細かく調整されている」。

一方でサイキ氏は、新たな法案が承認されたとしても、知事の自然災害対処に関する完全な権限は残ったままになる可能性が高いと考えている。

またサイキ氏は「セーフトラベルやワクチン接種を推進する規則など、知事が宣言した規則の多くに反対はしていない」としながらも、「法律によって議会も権限を与えられるべきだ」との見解を述べた。

日刊サン11/9(火)配信

イベント情報

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)
今年はブルーノート・ハワイを舞台に、チームカマカの特典ライブを開催。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。

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なっている。日刊サン11/9(火)配信

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の使用を制限する新法律の制定がハワイ郡議会で求められているとハ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。

日刊サン11/9(火)配信

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、重体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らの行方を追っている。

日刊サン11/9(火)配信

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。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匹の犬がこ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のグラシエッタさんの2匹の犬ミス・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效薬はなく、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。

日刊サン11/10(水)配信

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ワースストリー

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なっている。

日刊サン11/9(火)配信

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!

給油・洗車
セーフティチェック
点検・修理
板金

丁寧なヤジマの洗車をぜひお試し下さい

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)

ご家庭、スモールオフィスで

コンピューターで 救世主!

お悩みの方

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、代わりに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: tatsuhnl@hotmail.com
ヒラモトまで、お気軽にお問い合わせください

引越後と売却前に、丁寧に

ハウスクリーニング & カーペットクリーニング 致します

不動産各社からも絶大な信頼を得ています!

リピーター多数 日本語 OK! **220-7205** マーボ MABOまで

ウェブサイトも充実!!

気になる 情報満載

QRコード

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

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、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」。

日刊サン11/10(水)配信



Joe Biden @JoeBiden

11月8日 9:24AM
処方薬の価格について先週、数ヶ月の交渉の上合意に達しました。このことは、処方薬の価格を下げ、アメリカ人の生活に本当の違いをもたらすでしょう。
After months of negotiations, we reached a deal on prescription drug prices last week. It's going to lower prices for folks like Gail and make a real difference in the lives of Americans across the country.

11月9日 9:22AM
全てのアメリカ人に清潔な飲料水を。全てのアメリカ人に高速インターネットを。全てのアメリカ人により良い道路と橋を。全てのアメリカ人により明るく、よりクリーンな未来を。それが私の超党派インフラストラクチャー取引です。
Clean drinking water for every American. High-speed internet for every American. Better roads and bridges for every American. A brighter, cleaner future for every American. That's my Bipartisan Infrastructure Deal.

11月11日 4:03AM
数世代にわたり、アメリカ国民は自由と民主主義という我々の理想を守るという宣誓をして、国の呼びかけに応じて国のために尽くしてきました。これらの愛国者は最高のアメリカ国民を体現しています。本日ベテランズ・デーに、私たちは彼らの奉仕、献身、勇気を讃え、彼らの犠牲に対して永遠に感謝します。
For generations, Americans have answered the call to serve—taking the sacred oath to defend our ideals of liberty and democracy. These patriots represent the best of us. On Veterans Day, we honor their service, dedication, and valor and are forever grateful for their sacrifice.

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



Governor David Ige @GovHawaii

11月9日 4:07PM
ハワイは化石燃料に依存する体制から、法律を制定することによって再生可能なエネルギーへの転換をリードするすることになりました。今、私たちは全世界のためにハワイの例を迅速にもっと拡大していく必要があります。それは簡単なことではありませんが、もしハワイができれば、他も同様にできるのです。
"Hawaii, which transformed itself from relying on fossil fuels to leading on renewables by instituting laws to encourage the shift. Now, we need to scale the Hawaii example for the entire world—and fast. It's a daunting task, but surely, if Hawaii can do it, others can as well."

11月11日 8:00AM
第2次世界大戦で戦った軍人の子供として、ドーンと私は国のために戦った献身的な男性女性に感謝の意を表します。退役軍人の人々は危機的な状況の中で立ち上がり、市民を守ろうという国の呼びかけに応じてくれました。ハワイはその行為を誇らしく思います。
As children of World War II veterans, Dawn and I are grateful for the dedicated men and women who've served our country. Our veterans have made Hawaii proud by stepping up in critical times and answering our nation's call to protect our citizens.

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

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。

日刊サン11/10(水)配信



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・パレファ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。そのために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、近隣住人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ない理由は、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」。

日刊サン11/10(水)配信

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という。ハワイ・ニュース・ナウが伝えている。

この団体では大型バ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。

団体の大型バ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。www.rysehawaii.org/events/ryseup2021/

日刊サン11/10(水)配信



Theodore Trimmer / Shutterstock.com



Mayor Rick Blangiardi @MayorRickHNL

11月11日 10:13AM
ベテランズ・デー（退役軍人の日）は、平和のために戦ったアメリカ軍で任務に当たった全ての男性女性を讃える日です。私たちの生き方を維持し守るために数え切れないほどの犠牲を払った全ての年齢の軍人たちに心からの感謝をお送りします。
Veteran's Day is the time we honor all of the men and women who have served in the U.S. Armed Forces who fought for peace. We send a heartfelt thank you to veterans of all ages for the countless sacrifices they made to preserve and defend our way of life.

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

来夏の映画観ようよ♪

バタフライ・エフェクト

ひと昔前までは、眉唾物とされていた“マルチバース理論”。宇宙はひとつではなく、複数存在するという考えが物理学の一説であり、今ではむしろそう考えた方が様々な宇宙の謎について辻褃が合うらしい。

7歳の少年エヴァンは、授業の課題で描いた“将来の夢”の絵で病院に連れて行かれた。なぜなら、そこには刃物を持った男と、血だらけで倒れている男という物騒な光景が描写されていたからだ。さらに本人は描いた記憶が無いと言いつつ、脳の検査を受けるも異常は見当たらない。医師は、毎日の行動を日記に書き経過観察をするようアドバイスをする。それから不可解な記憶障害は続いたが、大学生になり順風満帆な生活を送っていた。数年ぶりに会った幼馴染の女性ケイリーが、その晩に自殺するまでは。



「人生は選択の連続である」(「ハムレット」)。シェイクスピアの名言が痛いほど胸に刺さり、日々の何気ない選択の積み重ねが現在の自分自身なのだと思知らされる。エヴァンは過去を修正できる能力を持ち、幾度となく未来を変える。自分のせいで失った大切な人を救うため…それなのに、1人を救うと別の人が、さらにその人を救おうとするとまた別の人が不幸に、と延々と悪夢を繰り返す。どう行動し、何を選択するのが正解なのか? 人生において、そんな風に悩む場面は山ほどある。もしあの時と選ばなかった選択肢の先にある世界が一体どんなものだろうと、自分に当てはめて想像する

のも楽しみ方のひとつだ。行き来することは不可能とされているマルチバース、無限に存在する別の宇宙では、人生の分岐点で別の道を選んだ自分が全く別の生き方をしているのかも知れない。

蝶の羽ばたきのように些細な行動が結果的に重大な影響を引き起こす、というカオス理論がタイトルの元だ。たった一瞬の行いが未来の何かに結びつくと考えれば、これから起こる出来事に少しわくわくもする。そういえば子供の頃の夢は科学者で、全然違うことをしているなあと思いながら。



●加西 来夏 (かさいらいか)

映画は年間100本以上視聴、訪問国は39カ国〜の旅する映画ラヴァー/特に修正したい過去はないけれど、お酒の飲みすぎで失くした記憶と物は取り返したいかとも思いました。



はちねこ☆JAPAN



はちろう NO132

座禅

キューたろう・ななみん

1 うーん…。新しい企画のアイデアがなかなか浮かばない……。

2 そんな時は、座禅をするといいキューよ!! 呼吸をゆっくり整えて、頭を1回クリアにして、精神統一すると、そこからいいアイデアが出るキュー!!

3 目を閉じて…ゆっくりと…数を数えながら、呼吸を整える…そうすると、だんだんと、思考が整理されてスッキリと…。

4 コラー!!! 仕事でしょ!!!

マメ知識【座禅】

座禅とは、「禅宗」の修行の中心をなすもので、座布団の上であぐらをかいて姿勢を正し、精神統一をするものなんだニャ。

①調身(ちょうしん)…姿勢を正す
②調息(ちょうそく)…呼吸を整える
③調心(ちょうしん)…その結果、心がクリアになる

この3つのポイントでやるといいそうだよ。 byはちろう



@まつだりえ



ウィ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たのでしょうか? 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

自分の今住むウィ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、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。



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

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、米国大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

シエラ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)

Pacific Air Cargo

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

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

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

Next Day Service
VIP Pet Service
Oversize Items

PACIFICAIRCARGO.COM 808-834-7977 cameronbrooksart.com

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



秋桜(コスモス)祭とジェンダー格差

東京の緊急事態宣言が解除されて1カ月。都内でも1日のコロナの新規感染者が2桁台の日が多くなり、娘の通う中学でも延期が続いていた文化祭が11月3日の文化の日によく開催されました。

「コスモス」祭の名前の通り本来は9月中旬にあるのですが、今年はコロナの影響で泣く泣く延期。文化祭当日も保護者の学校内の滞在は1時間限定の慌ただしい見学でしたが、女子学生の元気な笑顔があふれる、楽しい時間となりました。

日本で定番の企画は?

ハワイの中学・高校でも日本の文化祭にあたるスクールフェスティバルはあるのでしょうか? 娘の学校では各クラスが展示をしたり、高校生は模擬店でお菓子を売ったり。そうそう、どの学校でも「お化け屋敷」は定番で、真っ暗にした教室に仕掛けをして、生徒が来場者を驚かさ

企画も人気ですね。私立の中学の場合は、学校や生徒の雰囲気確かめる絶好の場で、娘の受験前にはずいぶんたくさんの文化祭に出かけました。

テーマはSDGs

さて、昨年はオンライン開催だった娘の文化祭に出かけるのは2年ぶり。グローバル教育に力を入れる学校で今年はSDGsの視点での発表が数多くありました。日本語では「持続可能な開発目標」と訳されるSDGsはご存知の通り2015年に国連サミットで採択された、2030年までに達成すべきとされる17の目標です。中学3年の娘のクラスではそのうちのひとつ「ジェンダー平等を実現しよう」について学習。成果を模造紙に書いて発表しました。

ショッキングな数字

「男女の格差」の見直しは最近の注目のテ



2年ぶりにリアル開催された文化祭のパンフレット

マですが、実は知らないことばかり。日本は世界の中で遅れている…とニュースで見知っていても、改めて数字を突き付けられるとかなりショッキングです。今年発表されたジェンダーギャップ指数では、日本は156か国中120位。日本の下の121位は内戦が続くアフリカのシエラレオネです。1位はアイスランドで、上位は北欧諸国が占めてアメリカは30位。日本は先進国では断トツの低さです。

気になって調べてみると、この指数は「経済」「教育」「健康」「政治参加」の4項目の男女格差を数値化したもので、日本の場合は教育と健康にはほとんど男女差がなく、大きな隔りがあるのは「経済」と「政治参加」です。なるほど。私も社会人25年目。会社の中を見渡しても、女性の管理職の割合は本当に少なく、政治家でも女性は圧倒的に少数派です。衆議員の割合も男性と女性の割合は9対1。良

くも悪くも今の日本は「おじさん」を中心に回っている社会です。

ポストコロナの日本に

日本では当たり前と錯覚していることが、いざ世界に目を向けるととんでもなく遅れている…。日本の身近な国の台湾、ニュージーランド、最近までドイツも国のトップは女性。では日本は…?と考えると、悲しいかな私の感覚では今後20年は望めそうもありません。

中学生の展示に教えられた秋の1日。女子中学生らしく100個の風船とハナガミで作った616個のお花で彩られた装飾と展示内容で、娘のクラスは大賞を受賞し、意気揚々と帰宅しました。コロナを経て様々な「コトガラ」が変化する現代。少しでも女性が生きやすい社会をと願わずにはられません。

竹下聖(たけしたひじり)

東京生まれ。大学卒業後、東京の某新聞社でスポーツ記者、広告営業として15年間勤務後、2012年～2014年末まで約3年間ハワイに滞在。帰国後は2016年より、大手町のマスコミ系企業に勤務。趣味はヨガと銭湯巡り。夫と中学生の娘、トイプードルと都内在住。



日刊サン歌壇

読者 短歌・俳句・川柳 募集中!

このコーナーでご紹介させていただきます。題は自由、皆様お気軽にご応募ください。

Eメール: aloha@nikkansan.net までお送りください

リリコイ短歌会

- 諺の深き意味合い悟るまで半生過ぎぬ「沈黙は金」 和子
- コロナ禍に喘ぐワイキキ人絶へて暗きホテルに掛かる冬月 宮坂ジュン
- 週ごとに菊田ひろがる山裾に風鈴をまだ仕舞わずにおり 泉 清光
- 憎しみも欲も嫉妬も嘲りも生きる証しと酒につぶやく 海老胡瓜館
- 日めくりはもうめくらなくていいらしいQRコードにピント合わせば マグカップ
- その黄色の気高きほどの眩しさに引き止められし特売のパラ 祐月
- 薄く笑み写真に収まる若き兵442(よんよんに)部隊の記念切手に シンタニ優子

【リリコイ短歌会】 毎月ネット歌会を開催 詳しくはお問い合わせください(シンタニまで)。Eメール: cynzachinternational@gmail

「虹の詩思」俳句会

- マスクのハロウィン闇行く子らの菓子 桃李
- ハロウィンの魔女一列にニュータウン 高橋知子
- あいよりも深き青かな林檎食む 三嶋裕女
- 銃のくに菊は刀をあきらめし 路志田美子
- 空になる心さわぎて林檎むく 鈴木光元
- 錆鮎やあの世はなほも美しき 大受
- 残菊や終いの道の透けてゆく 藤田敦子
- やぶからし一行目から間違える 河西志帆
- 人に言わずして林檎と羅針盤 ナカムラ薫



【「虹の詩思」俳句会】 俳句に興味があり、ご自分とは違う考えやスタイルも楽しめる方を歓迎 毎月第3水曜日午後1時半から句会開催(現在は新型コロナの影響で休会) 詳しくはナカムラ薫まで Eメール: kaorunakamura39@gmail.com

年金受給 繰り下げ選択での誤解点!!

日本の公的・私的年金の改革法が2020年5月29日成立しましたがその主たる改正点の一つが繰り下げ受給開始時期の拡大です。

原則65歳に受給開始される年金は現在最大70歳まで受給開始を繰り下げることができますが、2022年4月以降、75歳まで繰り下げを延長できるようになります。施行日時時点で70歳未満の人が対象です。

1ヵ月繰り下げることによって0.7%増額されるのは現行通りです。70歳まで繰り下げると42%、75歳まで繰り下げると84%増えた金額が終身受け取れます。

繰り下げ期間中は年金の受給は停止します。受け取れなかった金額を受給開始後の増額で取り戻せる年齢(損益分岐点)は、何歳で受給開始した場合も受給開始後12年です。つまり70歳受給開始なら82歳、75歳受給開始なら87歳となります。

繰り下げ選択でよく誤解される点を説明します。

- 繰り下げ年齢(繰り下げたあと受給を再開する年齢)を事前に決めなければいけないと思われることです。年金は自分で請求しないかぎり支給は始まりません。65歳を過ぎて何もしないと支給開始は自動的に繰り下げ受給の扱いになります。つまり繰り下げ年齢は65歳までに決める必要は無く、もらい始めたいと思った時に手続きをすればよいこととなります。

65歳時点で生活に余裕があり受給を先延ばしたが、70歳になる前に生活の状況が変わったとしても対応は可能です。

例えば当初70歳への繰り下げを考えていたのですが、68歳で突然生活資金に困る状況になった場合を考えてみます。その場合選択肢が2つあります。一つは「一括受給」つまり、繰り下げ請求により65歳から68歳の期

知らない損をする?!

年金 国籍 相よる 談ず

市川 俊治

間にもらえるはずであった金額を一括で受け取れます。年金額は増えませんが一度にまとまった資金の確保ができ、その後は65歳からもらえるはずの年金額(繰り下げによる増額は無い年金額)を生受給します。

もう一つの選択は「フル増額」です。68歳で繰り下げた場合、一括支給は無くそれ以降3年分の増額率25.2%を反映した年金額を生受給します。このよう柔軟な選択が出来る仕組みになっています。

2. 繰り下げは受給年金の全額が対象と思われることです。65歳からの年金支給は「老齢基礎年金」「老齢厚生年金」の2本立てとなります。繰り下げは両方とも繰り下げること、そのいずれかを繰り下げることでも可能です。

「老齢厚生年金」を繰り下げている間は「加算年金」の支給は中断されますが、「老齢基礎年金」だけの繰り下げであれば「加算年金」は支給されますのでこの点はご注意ください。

3. 繰り下げを選択したら「加給年金」や「振替加算」も増額すると思われることです。実際には「加給年金」「振替加算」は繰り下げしても増額はしません。

4. 繰り下げにより増額した年金額が「遺族年金」に反映されると思われることです。繰り下げ後の年金を受給していた夫が73歳で亡くなった場合、妻に支給される「遺族年金」は繰り下げにより増額した年金ではなく、65歳時点での年金額を基に計算されます。

年金は長生きのリスクに備えるものです。長寿化時代には繰り下げの選択も大切な選択肢ですね。

市川俊治

民間企業勤務後、外務省改革の一環として始まった領事シニアボランティア制度の第1期生としてNY更にSF総領事館に合計6年間勤務。その官と民の経験・知識を基に海外在住者の年金・国籍・老後の日本帰国の問題のアドバイスを行っている。

海外年金相談センター http://nenkinichikawa.org 〒162-0067東京都新宿区富久町15番1-2711号 電話/FAX:03-3226-3240

読者からの年金・国籍・帰国に関するご質問をお受けしています

Eメール: nenkinichikawa@gmail.com



にっぽん 歳時記 酉の市、今年は9日と21日

なぜ熊手が売られるの?

11月、酉の市と言えば、沢山の装飾が施された縁起熊手が思い浮かびます。実用的な熊手と違い、縁起熊手は驚が獲物を驚かすに作る姿を「福や運を驚かす」とことになたとえ、その形は驚の爪を模しているとも言われています。ではなぜ、酉の市に熊手が販売されるようになったのでしょうか?

農具から縁起物に

酉の市の発祥、大鷲神社の門前市では、近郷の農民の収穫祭がルーツということもあり、売り物の中心は鎌や鋤などの農具でした。季節柄、落ち葉を集めたり、収穫後の片付けをするための熊手が特に売れたといわれています。やがて農具におかめなどの縁起物が



おまけとしてつけられるようになると共に、江戸市中から縁起を担ぐ商売人を主とした多くの参詣者が訪れ始めました。そして、酉は「取り込む」、熊手は「掻き込む」と言われるようになり、農具の他、金物、竹製品、栗餅、切山椒などの餅類、山海の産物、蒸した唐芋を福笹に通したものが売られるようになります。

初期の頃の縁起熊手は、実際に使える柄が長く爪の数が多い実用品に、おかめの面と四手をつけたシンプルなものでした。飾りつけやすい形状の熊手は、徐々に宝船や大判小判など、色々な縁起物がつけられるようになり、現在のような装飾が沢山ついた縁起熊手となったのです。

サンスクエアの過去のコラム記事がウェブサイトでも見られます!

日刊サンハワイ コラム図書館 で検索!

行方不明の6歳女児殺害容疑で 養父母逮捕 ワイマナロ

9月12日(日曜日)夜、自宅の寝室で寝ているところを養父母により確認されてから行方不明となっているイザベラ・カルアちゃん(6歳)の捜索のために今まで多くの人々が参加してきたが、11月10日夕方にはイザベラちゃんの住んでいた家の前に多くの人々が集まりイザベラちゃんの冥福を祈りロウソクに火を灯した。その数メートル先では警察によって遺体の捜索が行われていたとKHONが伝えている。

11月10日(水曜日)朝、ワイマナロのプハストリートにあるイザベラちゃんの養父母宅にホノルル警察がFBIとともに家宅捜索を行った。

養母のレファ・カルア(43歳)は第2級殺人容疑で自宅で逮捕され、養父のアイザック・カルア(52歳)は同じく第2級殺人容疑で仕

事先で逮捕され、保釈金の設定なしで現在拘留されている。

近隣の目撃者によると、10日午前7時半ごろホノルル警察はFBIとともにカルア夫婦の自宅にフル装備で到着して警察犬とともに家内の捜索を開始し、ベッドや箱、掃除機を証拠品として押収したという。

その後に行われたホノルル警察の会見では、イザベラちゃんは養父母が行方不明と届け出た9月より1カ月前の8月中旬に殺害されたと見られており、遺体はまだ発見されていないが、養父母が関与しているとしている。

証拠などについてはまだ公開されておらず、現時点では他に容疑者はいないという。

ベン・モズコビッツ警視は「殺人と見て捜査を行った結果、我々はイザベラちゃんが8月中旬に養父母であるレファとアイザック・

カルアに殺害されたと信じています。10日と11日に遺体の捜索を行う予定です。もし遺体が見つからない場合には、8月から(行方不明の届けが出された)9月の間にアリエルちゃんを目撃した人を探すこととなります」と述べている。

イザベラちゃんの生みの親及び親族は、ロウソクを手に集まってくれた人々とともにイザベラちゃんの死を悼むとともに、捜索に協力してくれた多くの人々に感謝の言葉を述べた。「捜索の初日から多くの人々からご支援をいただきました。感謝の言葉もありません。(養父母の逮捕という)今日の出来事は始まりです。本当に何が起きたのか解明を待っています」

先週11月6日はイザベラちゃんの7歳の誕生日だった。 日刊サン11/11(木)配信

「ギフトの発送はお早めに」 USPSが顧客に呼びかけ 世界的な輸送遅延で

米郵政公社(USPS)は、パンデミック余波による世界的な輸送遅延がある中、ホリデーシーズンの配送ラッシュに備えているとハワイニュースナウが報じている。

ハワイ宛ての全ての郵便物はホノルル空港近くの輸送施設を介して届けられるが、昨年は輸送需要が例年の約2倍と圧倒的に高かったことから、全ての施設が連日フル稼働していた。しかしUSPSは、今年は昨年よりさらに忙しくなると予想している。



Raisa Nastukova / Shutterstock.com

USPS スポークスパーソンのデューク・ゴンザレス氏は「今は『嵐の前の静けさ』を感じている。昨年のパンデミック以来、輸送需要は例年より高いままになっている。昨年の郵便局は毎日がスーパーボウルのような騒ぎだった」と話した。また、米郵政長官は、昨年のホリデーシーズン中に配送が遅延したことを詫言した上で「今年は準備ができて」と述べた。

USPSホリデーシーズン担当スポークスパーソンのゲイル・イバラ氏によると、ハワイから本土へクリスマスに間に合うようギフトを送りたい場合、発送の締め切りは12月17日になるという。しかし、世界的な輸送の遅延やオンラインショッピングの需要の高さから、イバラ氏は「早めに買い物をして、早めに発送することを強くお勧めします」と話している。

日刊サン11/11(木)配信

酒類の倉庫が原因? 雨水排水管からアルコール濃度1.2%の水排出 オアフ島ワイピオ

ワイピオを流れる小川がアルコール分を含む水に汚染されているとハワイニュースナウが報じている。

ハワイ州保健局(DOH)は現在、カウカプールバード近くのH2ハイウェイ・ダイヤモンドヘッド側にある雨水排水管の水質を調査している。

パイプを管理するハワイ州運輸局によると、排水管の水は、近くにあるハワイ州最大

の酒類・アルコール飲料販売業者、パラダイス・ビバレッジ社の倉庫から流れ出ているという。この排水管の水は小川に流れ込み、小川は崖をつたって約30メートル下の峡谷に流れ込む。

環境活動家のキャロル・コックス氏は「3、4日間ドアを閉めっぱなしのビールパブのようだ」と話した。独立試験施設「FQ Labs」が排水管から出た水のサンプルを分析した結果、

1.2%のアルコールが含まれていることがわかった。サンプルには約0.04%の砂糖も含まれていた。パラダイス・ビバレッジCEOのアンソニー・ロウ氏は「アルコール流出の原因はまだ分かっていない。現在、運輸省や保健局の担当者と連絡を取り合いながら調査を進めている」と述べた。

日刊サン11/11(木)配信

51歳男性刑務所から脱走 いまだ捕まらず

11月9日午後10時30分ごろ、オアフ・コミュニティ・コレクション・センター(OCCC)刑務所で人数確認が行われた際に、モーガン・ベアー(51歳)がいないことを警務官が発見してから翌日10日午後になって見つかっていないとKHONが伝えている。

関係者によると、ベアーはトイレの窓を破壊して外に出て、着ていた刑務服を防護としてカミソリの刃のような鋭利な鉄柵を乗り越え、さらに2つ目のフェンスを飛び越えたと見られている。

これら全ての行動に感知されなかったということに、近隣住民からは「こんなことが起こるなんて信じられない」という声が上がっている。

モーガン・ベアーは親族に対する保護命令違反を2回犯したことでおよそ1カ月刑務所

に勾留されていた。

エリック・シーツ弁護士は、「比較的軽い犯罪で捕まった人がこんなに簡単に脱走できるのであれば、誰にでもできるでしょう。これは公共の安全にとって深刻な問題です」と述べている。公共安全を管理する部署からは10時間以上経過してから、一般に情報を公開している。

保護命令を受けている親族はベアーの脱走について当局から連絡を受けたが、いつから脱走しているのかについてはわからないままだという。モーガン・ベアーは身長170センチ、体重88キロ、茶色の目で、髪は白髪まじりのブラウン色だ。ベアーの所在についての情報がある場合には、すぐにホノルル警察に連絡を。

日刊サン11/11(木)配信

元カウアイ市議会議員 在職中の麻薬組織関与を認める

元カウアイ市議会議員アーサー・ブランは、議員在職中に麻薬売買組織に関与していたことに関する裁判の予審で有罪を認めたとホノルル・スター・アドバイザーが伝えている。ブラン被告は自らの麻薬使用のために売買を行っていたと裁判官に伝え「言い訳はありません。私は全責任を負います。私は全ての容疑に有罪です」と述べた。

検察から提出されている裁判記録によると、ブラン被告は麻薬組織のリーダーと共謀した容疑、麻薬の買い手に対して麻薬の代金として性的関係を要求した容疑、警察官に対する暴行容疑で逮捕されている。司法取引により、ブラン被告と検察側は禁固15年の刑ですでに合意している。ブラン被告とその他11名の被告は昨年逮捕され、そのほとんどが有罪を認めている。予審で決着がつかずに裁判となれば、検察側は盗聴した音声や、潜入捜査官の証言、警察に協力した証人の出廷などを含めて証拠を提出することになっている。

ブラン被告の弁護を担当しているラスタム・バービー弁護士は予審後の会見でブラン被告が覚せい剤中毒であったと述べている。「善良な人間も時には間違いを犯します。アーサー・ブランは彼の人生の大半は善良な人間でした」

ブラン被告は逮捕された時、市議会で公共安全と福祉委員会の副会長だった。2019年10月、ブラン被告が車を運転中にカウアイ警察の警官に呼び止められて停車をした際、警官が車のキーを抜きとろうとしている間に逃走した。逃走中に所持していた1ポンド(およそ450グラム)のメタンフェタミン(通称:クリスタル・メス)を窓から投げ捨てたが、すぐに警察によって発見されている。

ブラン被告はアメリカ本土の麻薬組織から現金で覚醒剤を購入しており、購入したメタンフェタミンはカリフォルニア州からハワイへ郵便などで送られていた。

日刊サン11/11(木)配信

日刊サンのInstagram
@nikkansan_hi 毎日更新中!!

コラム COLUMN



どちらが勝つか? 夫婦で禁酒チャレンジ

お酒をやめて17日経った。あっという間に2週間以上経ってしまって、ちょっとびっくり。こんなに簡単にやめられるのなら、もっと早く試してみればよかったな。なぜにお酒をやめようと思ったかという、時間がない!これに尽きる。家に帰ってきてお酒を飲んでしまうと、結局何もできなくなっちゃうんだよね。「ヒカルプロジェクト」がたくさんあるのに、このままだと一生何もできずに終わってしまう。これではアカン。

というわけで、せめて飲む頻度を減らしたかったんだけど、そう簡単に行かなかったんだよね。健康上の問題も特になかったから、余計に思いきれなかったのかもしれない。苦肉の策として、ビールをノンアルコールに切り替えただけだった。

ところが、夫が「しばらく酒をやめようかな」と言い出したのである。これには驚いた。なにしろ結婚して12年、夫が酒を飲まなかった日というのは、数えるほどしかない。風邪をひいて寝込んでいたときくらいなものなんだよね。なぜに突然そんなことを思いついたのかと尋ねると、あまり深い意味はないらしい。ただ、仕事が忙しすぎてしんどいのと、酔っぱらうのに飽きてきたとのこと。飽きるのか、そこ?

それならふたりで禁酒してみるか。というわけで、新しくお酒を買い足すのを止めて、家にあるお酒をすべて消費したらそのまま酒ナシ生活に突入ということになった。買い置きというものは、買い足さないであっという間になくなるものである。1週間ほどで我が家のアルコールは底をついた。最後の乾杯はシャンパン(スペイン産のカヴァ)。なんと甘美なこの味。名残惜しいけれど、また合う日までサヨウナラ。

しかしそう簡単に別れることはできなかった。夫が寝静まってから、私はひとり二次会に突入り、お神酒(料理用の安い日本酒)を飲み足してしまっただけだ。さらに、証拠を隠すべく、お神酒の残りを翌日全部飲んでしまったのであった。しか

も、すべて夫にバレておりました。だがしかし、その後、お酒への欲求がきれいさっぱり消えてしまったのである。私の欲求を何かがフロシキに包んで持ち去ったかのようなのである。夫は私以上にまったく気にならない様子で、「禁煙の方がはるかに大変だったな」とのこと。

さてお酒をやめるとどのような効果があるか? 痩せる、体調が良い、節約、ゴミ捨てがラク...など、ハッキリ言ってよいことしかない。睡眠が深くなるとは聞いていたが、私は異常に眠くなってしまい、毎日10時間以上寝ているあり様である。これはメリットなのかデメリットなのか?

この禁酒チャレンジでは、夫婦間で賭けをしている。私を買ったら、夫は私の車を洗車すること。夫を買ったら、私はセーフウェイにブルーベリーマフィンを買に行くこと。

さあどちらが勝つか。次回のコラムの頃には結果が出るかな?

相原光(アイハラヒカル) フリーランスライター&翻訳
群馬県出身、早稲田大学卒業。2008年結婚してハワイに移住。夫は寿司シェフ。2012年4月双子猫パンとマーチを連れてハワイ島に引越。8月に玄米寿司とムスビの持ち帰り店「DRAGON KITCHEN」を夫婦でヒロにオープン。現在ライター兼寿司屋のお手伝いとして活動中。姉は漫画家の花福こざる。
http://ameblo.jp/hikaru-hawaii
like us on facebook "Dragon Kitchen Hilo"

5歳以上の子どももCOVID-19ワクチン接種が可能になりました 子どもを COVID-19から守る方法

子どもや10代の若者がCOVID-19に感染し、広める割合はますます高くなっています。たとえ自分の子どもが現時点ではCOVID-19に感染していなくても、特に、住民のワクチン接種率が低い州の場合や、全国的にもCOVID-19の新規感染者の5人に1人が子どもであることを考えると、今後感染するリスクは高いと言えます。

子どもたちや10代の若者は学校生活に戻り、友達に会い、音楽教室やスポーツなどの習い事を以前のように行っています。つまり、彼らがCOVID-19ウイルスを親や高齢者の家族に持ち帰る可能性は、パンデミックが始まった当初より高まっています。

子どもが祖母に抱きついたり、おばに会いに行ったりするときに無用な心配をしなくなかったら、子どもと家族全員を守るためにできることがあります。

今すぐ子どもにワクチンを接種させる

子どもをCOVID-19から守り、大切な家族への感染防止も含め、あらゆる合併症を回避するための最もよい方法は、対象年齢になったらすぐに予防接種を受けさせることです。COVID-19ワクチンは無料で、どこでも受けることができ、COVID-19による入院や死亡を防ぐのに非常に有効です。一般的なワクチンと同様に、腕の痛みや軽い疲労感などの軽度の副反応が出る恐れもありますが、COVID-19に感染した場合の症状や長期的な影響は、それよりもさらに深刻です。究極には、子どもや10代の若者がCOVID-19のワクチンを接種す

ることは、病気そのものに感染した場合と比較すると、はるかに安全であり、さらにワクチンを接種することで病気を広めるリスクを減らすことができます。

習慣的な予防対策

子どもが対象年齢に達しておらず、予防接種を受けられない場合でも、可能な限りソーシャルディスタンスをとり、人混みや屋内ではマスクを着用するなど、推奨される予防対策を実践することで、COVID-19から子どもを守ることができます。ワクチン接種を完了した人でも、人混みや屋内の公共施設ではマスクを着用する必要があります。一部の例外を除き、ほとんどの子どもたちは、安全で効果的にマスクを着用することができます。したがって、マスクを着用すると自分や他の人の安全が守られることを子どもたちに再認識させ、大人たちもマスクを着用して模範を示すことが重要です。

子どもに関わる大人へのワクチン接種の呼びかけ

子どもに接する機会のある大人がワクチンを接種することで、ワクチン未接種の子どもが感染し、さらに高齢者や基礎疾患のある人たちにCOVID-19を感染させるのを防ぐことができます。祖父母、友達のお親、先生など、子どもの周りにいる大人の方たちに対して、ご自身や子どもたちを守るために、ワクチ



ン接種について話してみてください。

子どもや10代の若者は大人と変わらずCOVID-19に感染する可能性があり、同居している高齢者など、よりリスクの高い人にウイルスを感染させてしまう恐れもあります。COVID-19によって、入院する子どもや若者の数が増えてきています。対象年齢のすべての子どもと10代の若者がワクチンを接種し、簡単な予防策を講じることで、私たちは子どもや家族、友人を守ることができ、パンデミックの収束に近づけることができます。

さらに詳しい情報や、ワクチン接種場所に関する情報は、www.vaccines.govをご覧ください。

日本のニュース・世界のニュース

JAPAN NEWS・WORLD NEWS

作家で僧侶の瀬戸内寂聴さん死去 99歳 06年に文化勲章

愛と人間の業を描いた小説や心に寄り添う法話で知られ、文化勲章を受章した作家で僧侶の瀬戸内寂聴(せとうち・じゃくちょう)さんが死去したことが11日、関係者の取材で分かった。99歳。徳島市出身。

1957年、「女子大生・曲愛玲(チュイアイリン)」で新潮社同人雑誌賞受賞。「夏の終わり」で63年に女流文学賞。「かの子擦乱(りょうらん)」「美は乱調にあり」などの伝記小説を次々に発表した。

73年、岩手県の中尊寺で得度し、その後、

本名も晴美から法名の寂聴に改めた。

京都・嵯峨野の自坊、寂庵に暮らし、定期的に法話を開催。岩手県の天台寺住職も務めた。

98年に「源氏物語」の現代語訳を達成し「平成の源氏ブーム」をけん引した。

晩年まで創作意欲は衰えず、世阿弥を描いた2007年出版の「秘花」がベストセラーになった。17年、最後の長編小説「いのち」、初の句集「ひとり」を刊行した。06年に文化勲章。

葉タバコ農家の4割廃作へ 健康志向の高まりなどで販売減少を受け

日本たばこ産業(JT)は11日、全国の葉タバコ農家の約4割に当たる1729戸が、2022年以降の生産をやめると発表した。

10年ぶりに実施した廃作希望の募集に応じた。

国産葉タバコの22年の耕作面積は前年比で約34%減の3889ヘクタールになる。

廃作に応じた農家には、10アール当たり36万円の協力を支払う。都道府県別戸数は、岩手県が282戸と一番多かった。青森県が272戸、福島県が140戸、熊本県が137戸と続いた。

健康志向の高まりや段階的な増税による

たばこの販売減少を受けて葉タバコ農家は減少を続けており、11年の廃作募集でも4割に当たる約4000戸が応じた。

22年の耕作面積の減少率は、1985年の民営化以降では2012年の約36%に次ぐ大きさになる。

1985年の約4万8000ヘクタールと比べ、およそ12分の1に縮小する。

2022年産の全種類の平均買入れ価格は、21年産と同じ1キログラム当たり1924円15銭とした。この日開かれたJT社長の諮問機関「葉たばこ審議会」が、同社の諮問通りに答申した。

103歳の男性、 世界最年長指揮者のギネス世界記録更新

フロリダ州在住のフランク・エモンドさん(103)が5日、ワシントンDCで開催された米空軍所属のジャズバンド「エアメンオブノート」のコンサートでタクトを振り、世界最年長指揮者のギネス世界記録を更新した。

エモンドさんは2019年5月、101歳の時にフロリダ州を拠点とするペンサコーラシビックバンドのメモリアルデーコンサートに指揮者として参加し、世界最年長指揮者の記録を初めて樹立していた。

今回エモンドさんが指揮をした曲は、グレン・ミラーの「インザムード」。オムニショアハムホテルで行われたアメリカ退役軍人センター主催「アメリカの勇敢なヒーローへの敬礼」コンサートの一部として演奏された。エモンドさんは現役時代、ミュージシャンとして米海軍に所属していた。

1941年12月7日に起こった真珠湾攻撃の際は、乾ドックに入渠中だった戦艦USSペンシルベニアに乗船していた。

日刊サン11/11(木)配信

小型車2台分の駐車スペースが1億円 英国ロンドン

英国ロンドンのハイド・パークに近く、高級住宅街として知られるメイフェア地区のポートマン広場に面しているビルの1階にある駐車スペースが売りに出されたとフォックス・ニュースが伝えている。

30フィート(およそ9メートル)の長さの縦長スペースには、フォルクスワーゲンゴルフのような小型車ならば縦列駐車2台、あるいはレンジ・ローバーとフィアットの超小型車がやっと停められるほどの大きさだ。

しかしその小さなスペースの価格は、75万英ポンド(ドル換算100万ドル、日本円換算1億1,400万円)という値段だ。

この近隣のアパートメントの平均価格は

200万ドル(およそ2億2,800万円)以上で、この駐車スペースのあるビルのアパートメントは最近1,100万ドル(およそ12億5,000万円)で売却されている。ちなみにロンドンで最も高額な駐車スペースの記録は2,600万ドル(およそ30億円)だという。

しかし2017年に打ち立てられたこの記録は、中東の超富裕層がハイド・パークの反対側にある超高級地区ナイツブリッジのビルの地下駐車場80台分全ての購入価格だ。

1台分の駐車スペースの最高額記録は、昨年夏に売買された香港の130万ドル(およそ1億4,800万円)だそうだ。

日刊サン11/11(木)配信

コラム

COLUMN



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。

アーユルヴェーダのお医者さんに診断に行くと、女性は必ず

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いても、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いて、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ることができます。

インドで使い捨てのナプキンが流通する以前の話を一つご紹介いたします。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。ただ、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。また食事も、生理の期間中は暴飲暴食は避け、温かい食事や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。

女性だけが大切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ね。

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



マンハッタン物語り

週末、用事があってソーホーへ行き待ち合わせ場所で友人を待っていたときのこと。カメラを持ったひとが待機していた。「なんかのイベントかなあ？」すると、カメラの男性がカメラの女性に「きた！」と合図。人混みに隠れるようにそっとカメラをかまえた。

そこにやってきたのは男女のカップル。30代半ばくらいだろうか。白い肌の細身長身男性。それにアジア系のかわいらしい女性。

キャンドルの灯ったアパート入り口までふたりは足をとめてた。「なつかしいねえ。ほくたちがはじめて暮らした場所だね。ここからいろんなことがスタートしたね」。男性が女性にそう話を始めた。女性も「なつかしいわ！ しかも、キャンドルがともって

るなんて、まるでおかえり、っていつてくれてるみたい」。話しの流れから、ふたりは生粋のニュー Yorker ではないようだ。

そこで、細身長身男性が記念にこのアパートのまえで写真を撮ろうと彼女に、提案。女性も賛成。細身長身男性が携帯を取ろうと上着のなかに手を入れ次の瞬間、出てきたのは指輪の入ったあの箱だ！ 女性の顔はキョトンとしている。すかさず細身長身男性がひざまづいた。

遠目に一連のながれをみていたわたしもどきどきが絶好調。たまたま目の前にいるおふたりのその、一生の瞬間を息をのんで見守る。

男性は指輪の入った箱をパカッと開けて緊張の中にもやさしい笑顔で彼女の前に差し出した。そして、このひとこと。

"Will you marry me?"

キョトンとしていた彼女は一気に笑顔と泣き顔が同時に入り乱れ次の瞬間、男性に思っきり抱きついた。

"Yes Yes!!!!"

絶頂の瞬間を見逃すまいと、カメラマンが近寄ってシャッターを押す、押す、押す。なんていう幸せな瞬間を見せてもらってるんだろう。

ふたりの前を通り過ぎていく大勢のひとたちも事情を察して、拍手がおこり、やがて祝福の音色のように広がった。通ります

がりのひとたちでさえもみんなが一緒にその場を喜んで楽しんでる。ニューヨークのこんなところがわたしは大好きだ。

感動の中、隣のコーヒーショップから彼女のご両親らしき方が登場。アジア系の彼女はもうびっくりの連続で涙が止まらない。「OO、おめでとう！ 本当によかったね」とお母さん。「ありがとう！ お母さん！ ずっと会いたかったよ！ コロナですと会えないでいたから心配してたんだよ。信じられない！ 夢じゃないかしら」。

そういつて、お母さんとお父さんに抱きつく彼女。わたしも何年も会えていない両親のことが心に重なり、涙。久しぶりの再会、そしてプロポーズの瞬間にご両親までも一緒に見守っていたなんて！ 細身長身男性さん、Good Job!!! だね。

日常の中に巻き起こるしあわせのドラマ。今日もわたしたちは自分主役のドラマを生きている。

大森 千寿

NY在住。香川県高松市生まれ。アーティスト・作家・アートセラピスト・米国NLP協会認定マスター・プラクティショナー・現代レイキマスター。NY・ハワイ・日本の3箇所にアートスタジオを構え活動。著書に、amazon電子書籍「ハワイに不動産を購入して人生10倍楽しむ方法」「ハワイで聞いた！ 32通りの生き方(第一弾)」「人生の冒険」がある。NYで新しい扉を開く2日間プログラムやニューヨークと行く穴場ツアー、アート最前線ガイドなど開催中。
www.chizuomori.com ameblo.jp/adamwestonart



誰も教えてくれなかったフットケア

痛みのない足を目指して!

トラブルフット専門家 比嘉 由希子

自身の足のトラブルがきっかけで巻き爪や外反母趾などのメカニズムに興味を持ち、歴史の長いドイツ式フスフレーゲのライセンスを取得。原因から改善策までの提案を行っています。現在ハワイではマッサージセラピスト、ネイリストの技術を駆使し、多くの爪や足の悩みに向き合う日々です。

www.footsource-hawaii.com

感想、ご質問などお待ちしております! info@footsource-hawaii.com



No. 88

足の学校

【イケてるおやじに変身する方法】

このコラムは、「足が痛い」「靴擦れする」「あまり歩きたくない」とお悩みの方に、何かのきっかけで、必要な方に「楽になるヒント」をお伝えできれば良いなと思いながら書いています。

9月から年末まで4か月間は、しっかり足の知識が得られるよ

うに、身近なお話からさせて頂いておりますので、気軽にお付き合いください。

今年も残すところ2か月となりました。この2か月の過ごし方で2022年の運勢が決まると聞いて、気を引き締めている私ですが、皆様はどうでしょうか？ 今年こそダイエットを頑張る!とか、毎日、日記を書くとか新年に目標を掲げたいと思いますが結果はどうでしたか？ 私は3日坊主で終わってしまいました。出来ない目標立てるより、今すぐ行動をしましょう! と提案します。

早速ですが、残り2か月の過ごし方で、ご主人様やパートナーを「イケてるおやじにしちゃいましょう」計画はいかがですか？

まず、イケてるおやじはゴルフから帰って来てても、膝が痛いとか、腰が痛いとか、足の裏が痛いとか言いません。「痛いつていうあなた」もしかして、がに股歩きになっていませんか？ がに股や、大脚になる原因の多くは、脱ぎ履きが楽な緩い履物である事が多いです。

特にハワイではサンダル履きが多くてアーチも落ち、正しい歩行が出来ません。アーチが落ちている状態では、腰が曲がって来たりヒザなど関節にも負担がかかります。歩くスピードも遅くなったり、おなかぽっこり出て来たり、おやじ化が進んでしまいます。

◆よりお客様によるこんでいただける

そんな「仕組みの改善」が業務改善です。海外でもここ数年「KAIZEN」として、注目されています。

コロナパンデミック以降、人がやっていた作業が顕著に機械やAIに置き換わっています。日本でもスーパーのレジの機械化が進んでいます。これは時間短縮や人為的ミスの防止に繋がるだけでなく、ITでは替えの効かない「人間らしいお客様への対応」に時間と人手を使うことができます。これも「業務改善」のひとつの形です。そうした改善について大企業は高額な設備投資をしています。

しかし、中小企業では数人の仕事のために「大きな設備投資」が厳しい。そう考えてしまいますが、少し考え方を変えて見ませんか。例えば、毎日同じように行っている小さな事例を、見直して改善できないでしょうか。

とある社会保険労務士事務所の事例をお話しましょう。今まではこんな業務になっていました。

- ① 手続きする内容についてExcelに記入するようにお客様に依頼
- ② そのExcelはデータがお客様より郵便やfax、中には手書きで届く
- ③ 事務所内で、データ管理のために事務員さんが②のデータを事務所のパソコンで打ち直して登録

最速で改善するのなら、スニーカーや紐やベルトの付いた履物でしっかりと踵と、甲を支えましょう。イケてる靴を選ぶ基準は、「履くのに手間がかかって、脱げにくい靴」です。お家にいる間でも足は鍛えられるのですよ。

五本指靴下や、ベルクロの付いたスリッパや、軽めのトレーニングシューズなどを履いてみましょう。フローリングで滑らない、転びにくく足裏が痛くならないし歩いている最中に脱げないから疲れないのです。フィットしてカッコいい靴を履いて、お散歩やショッピングと一緒に楽しめば姿勢も良く、体の不調も無くなり、良いことづくめです。

来年の秋こそは、痛くない足で日本の紅葉を見に行きましょう!

最後に、絶対に選んではいけない靴の5つの特徴とは

- ① 明らかに足より大きい靴
- ② 指が窮屈な小さいサイズの靴
- ③ 踵がゆるくすぐ脱げる靴
- ④ 軽すぎる靴
- ⑤ 靴底が柔らかすぎてぐにゃと曲がる靴

皆様が、イケてる靴を選べるように願っています!

そこで私はお客様の管理で必要事項を「オンライン上の申し込みフォーム」として作成しました。結果以下のように、効率的に改善できました。

- ① お客様にオンラインで必要事項を入力してもらう
 - ② 自動的に①のデータが事務所内のデータにも反映し、社内の全員が簡単に情報共有できる
- データの打ち直しもなくなり、また「Excelの書き方を説明するため電話が減った」ことも、大きな収穫でした。このように、何も業務改善は大がかりに手掛けることだけではありません。日々の作業を見直せば、大きな改善につながるのです。

今回はなぜ業務改善は「お金」につながるという話をさせていただきました！ 最後までお付き合いいただきありがとうございます！

窪田みな実 SThink(エスシンク)代表

接客業・事務員などを経験し、毎日の仕事はもっと短時間でできると考えるようになる。神戸市にて独立し中小企業のITを交えた業務改善のサポートを行っている。初めてのハワイでハワイの海の廣に。

メールアドレス: info@minami-system.com

サイト: https://minami-system.com



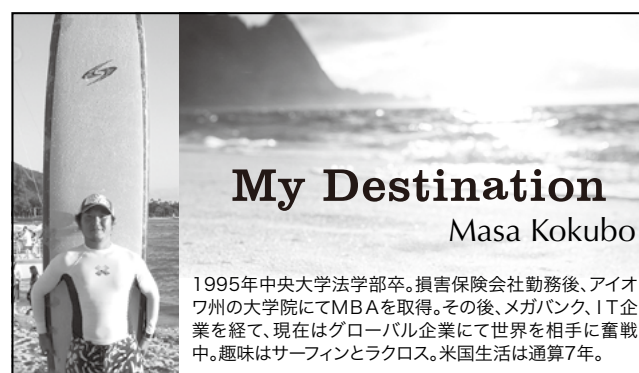
No. 1

What is 「KAIZEN」

アロハ！ 初めまして、システムエンジニアの窪田みな実です。私は日本の神戸で、中小企業や個人事業主の方向けにExcelやPC(IT)を使った「業務改善」のお手伝いをしています。今回から、私が手がけた事例なども交え、ハワイの皆様にとっても役立つ、日々の業務改善のヒントにつながるコラムお届けします。

さて「業務改善」といわれると堅苦しいですが…

- ◆ 今までの仕事を手順を見直し
- ◆ IT技術を活用し、時間的にも効率化し



My Destination

Masa Kokubo

1995年中央大学法学部卒。損害保険会社勤務後、アイオワ州の大学院にてMBAを取得。その後、メガバンク、IT企業を経て、現在はグローバル企業にて世界を相手に奮闘中。趣味はサーフィンとラクロス。米国生活は通算7年。

No. 199 第3章「再挑戦」

引退(Part 1)

(前回まで)「世界をまたにかけて働く」ことを幼少からの夢としていた私は、意と反して損害保険会社に入社。順風満帆な生活を送っていたが、会社が急きょ経営破たん。その後の人生を切り開くために渡米しMBAを取得。その後メガバンク勤務を経て、経営企画マンとしてのキャリアを積むため、渋谷にあるベンチャー企

業の門を叩く。入社から1年半後、子会社の立て直しのため転籍、副社長に就任した。

2008年10月末。数々の嬉しさや悔しさがいっぱい詰まった江戸川区葛西臨海球技場。目の前で、私率いるラクロスチーム「新鋭」シュガーレイズが、大方の予想を覆して敗戦を迎えようとしていた。それを、私はまるで他人事であるかのように茫然と眺めていた。我に返ったのは、試合が終了ラグランド中央での整列を促された時であった。様々なもどかしさはあったものの、敗戦につきものの悔しさはこみ上げてこなかった。自分の中で、「引退」という決意が固まった瞬間であった。

シュガーレイズは、2003年に元々私が所属したシルバーバックスから袂を分かつ形で産声をあげた。2004年に私がMBAを取得し帰国するとなると、シルバーバックス・シュガーレイズ双方から声がかかった。どちらとも決め難かったが、最終的に、アメリカまでわざわざ電話でラブコールを送ってきたシュガーレイズに決めた。そしてその年に東日本ラクロスクラブチーム2部リーグに加盟。毎年順位を上げていき、2007年には2部リーグ優勝に手が届くところまで成長してきた。そのような上昇気流の中、万を期して私がキャプテンに推挙された。

どのチームも往々にして経験することなのだが、チームは強くなるためにメンバー補強を行う。しかし、その補強による新加入

メンバーが引き金となってチームワークに悪影響を及ぼすことがある。シュガーレイズも然り。旗揚げ以降、大胆な人員補強を行ってきた結果、不協和音が聞こえるようになっていた。そのようなチームをまとめるには強力なリーダーシップが求められた。

ラクロスに復帰してからの私は怪我との闘いだった。故に、私のキャプテンシーはプレーで周りを引っ張るのではなく、戦術と巧みなチーム運営であった。端的に言うと私のやり方で試合に勝てる、ということだ。それまでも幹部として私のやり方で強くなってきたことがチームメンバーには認知されていた。不満分子も勝つためにチームに所属しているのだから、彼等のフラストレーションも押さえこむことができた。

シーズン前の下馬評では我々は優勝候補の一角。ところがシーズンが始まると、負けが先行。すると、それまでくすぶっていた不協和音も再燃し負のスパイラルに入り始めた。そんな形で、最終戦を迎えていた。

私自身はこのようなシナリオは十分想定出来ていた。実は、一番信頼していた腹心が人間関係のもつれから、シーズンイン早々にチームを去ったのである。彼と私は以前のシルバーバックス所属時からのコンビで、その時は彼がキャプテンで私が副キャプテン。アメリカまで電話してきたのも彼だった。必死に慰留したものの叶わず彼は去った。そして私は意気消沈してシーズンを送り、多くのことを一人きりで悩んできた。(次回につづく)

日刊サン By michi

No. 453

里がえり

この日をずっと待っていたのよ!
2年ぶりに我娘
愛ちゃんが日本から
里がえりするー!!
ロウタウン後エカの里がえり~!

PCR検査の
陰性証明書は
3万円かかったと
言っていたな...

11月8日から
ワクチン接種完了が義務付けに
なると。出発前3日以内の
陰性証明書と、ハワイセフトラベル
プログラムのQRコードは
引き続き必要になるといふ。

なにせよ感動の
再会の瞬間が
待ちどおしいー!

「マスク完全撤廃」も
早くしてくれたいと
感動の再会が
2ヶ月間のあひ...

あの〜...
Hello!!
愛ちゃん
ごきげん...

日刊サンツイッター、Facebookでも
最新情報などをお届け中!

日刊サン HAWAII 定期購読 申し込みフォーム

ハワイのニュースを日本語でいち早く発信
生活に役立つローカル情報も満載!

★毎週土曜日発行

- 1 month \$10
- 6 months \$54
- 1 year \$96



定期購読ご希望開始日 _____ / _____ / _____

Name _____

Address _____

City _____ State _____ Zip _____

Tel _____ E-mail _____

PAYMENT INFORMATION

Check enclosed made payable to NIKKAN SAN or JAPANESE DAILY SUN.

Charge my VISA MasterCard AMERICAN EXPRESS

Card No. _____

Exp. Date _____ / _____ CVV _____ Zip code _____

Signature _____ Date _____

お申し込みは、必要事項をご記入の上、下記住所まで郵送してください。

NIKKAN SAN (JAPAN PRESS SERVICE, INC.)
1341 Kapiolani Blvd. #8B Honolulu, HI 96814

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

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)
住込み寮の提供可能(金額相談)

SUPERB SUSHI

日刊サン
ツイッターも毎日更新中!

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

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いただきます

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**