



日本からの到着人数  
週間合計人数(1月29日～2月4日)

510人

提供: STATE OF HAWAII VISITOR INFORMATION PROGRAM

2022  
FEBRUARY 6  
SUNDAY



週末版

ハワイニュースダイジェスト...3～6, 8  
イベント情報 ..... 2, 4  
大統領・知事・市長のツイート...4, 5  
はちネコ☆JAPAN ..... 7  
来夏の映画観ようよ♪ ..... 7  
マンガ 気分はハワイアン ..... 11  
e-JOB 求人情報 ..... 11

マーケット情報

日経平均 27,439.99 (+198.68)  
NYダウ 35,197.04 (+85.88)

午前のニューヨーク外国為替市場

ドル/円 115.20



President Biden @POTUS

2月4日 11:03AM  
アメリカの至る所で、数え切れないほどの建物、港、電力施設など、連邦政府による将来のための建設プロジェクトが行われようとしています。今日、私は、これらのプロジェクトを予定通り予算内で完成させるようにという大統領命令に署名しました。

Across our country, there are countless buildings, ports, power stations, and other federal construction projects being built for the future. Today, I signed an Executive Order to make sure our projects get completed on time and under budget.

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



## 運転中の携帯電話利用に対する罰金を検討 ハワイ州議会

ハワイ州では現在、自動車を運転中に携帯電話を含む電子機器の使用を法律で禁じている。(警察や救急などの通報のための911への電話利用を除く)

また、運転手が18歳未満の場合には、運転中にハンズフリー(手を触ることなく操作できる)の電子機器を利用することも禁止されている。

下院議員のヘンリー・アキノ氏が提出した法案1692では、この法律に違反したすべての運転手に対して罰金を課し、罰金を州の高速道路基金として徴収することを提案している。そして、スクールゾーンあるいは建設工事地区内を運転中に同法に違反した場合には、罰金を州財務局へ支払うことになる。

この法案が提出された下院司法委員会の委員長を務めているマーク・ナカシマ議員によると、この法案では罰金の金額については具体的に記載していないが、委員会としてはそのままの状態を進めていく予定だとKHONが伝えている。

提出したアキノ議員は州財務局と具体的な金額を相談しており、運転中の電子機器利用に対しては297ドル、スクールゾーンあるいは建設工事地区内での違反については347ドルを検討しているという。

ハワイ州運輸局によると、2020年に電子機器などの利用によって集中力を欠いたことが原因とされる交通死亡事故は14件で、2021年には27件に増加している。

運輸局の報道担当であるジェイ・カニンガム氏は「2019年にハワイ州で起こった交通死亡事故の34.3%は運転に集中していない状態で起こっています。携帯電話で会話していたりしたのですが、この数字は非常に大きく、しかも簡単に防ぐことができるものなのです」と述べている。

運転に集中していなかった状態とは、携帯電話の利用だけでなく、運転をしながら飲食する・化粧する・髪を整えるなどの行為が含まれており、路上から目を離す全ての行動を指している。

過去3年間でホノルル警察はこれらの行動に対する罰金切符を13,000件以上発行しており、罰金切符を発行しない口頭での警告は3倍にのぼる。

ホノルル警察交通局のジェームズ・スレイヤー警部によると、交通事故が起こったときに携帯電話を手にしていたという事例が多く、運転中にTikTok(ビデオ投稿)をしていた運転手もいたという。

ホノルルでは、歩行者が歩きながら電子機器や携帯電話を使用することも法律で禁止している。

ハワイ島では1月に4件の交通死亡事故が起こり、6人が亡くなっている。

今年に入って大きな交通事故が多発しているため、ミッチ・ロス市長が住民に対して安全運転を心がけるよう呼び掛けている。

## アパートに30代女性の変死体 同じ部屋に重傷の男性 カネオへ

オアフ島東部のカネオヘ地区で、3日午前8時頃、30代の女性の変死体が発見された。

ホノルル警察 (HPD) によると、女性の遺体が発見された現場は、ルルク (Luluku) ロード近くのコンドミニウム「ナパリガー

デنز」(Napali Gardens) の一室だった。

また、女性の遺体が発見されたのと同じ部屋で、重傷を負った30代の男性が倒れているのが発見された。男性は意識不明の状態

で、現場近くの病院に搬送された。

事件当時、「叫び声を聞いた」という近所の人の証言もあり、HPDは現在、現場検証を進めている。

事件の詳細は未だ明らかにされていない。

**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 **信頼と実績の人材派遣会社**  
パストレート受賞歴多数 **バイリンガル登録者数 No.1 (日、英、中、韓など)**  
私たちにお任せ下さい! **ご相談は無料**  
電話 (808) 521-4300 **www.APHawaii.com**

**HAWAII EYE CLINIC** 検眼から手術まで、患者様との対話を大切にする眼科 **大学病院などで使用する最新機器を導入**  
ハワイで唯一、日本語を話し、手術ができる眼科医  
■ 白内障手術 (レーザー手術、多焦点レンズ可) ■ 緑内障治療 ■ 糖尿病網膜症治療  
■ 飛蚊症検査 ■ ドライアイ治療 ■ 眼内注射 ■ メガネ、コンタクト処方  
山本いづみ MD **予約制 (808) 943-7000 hawaii-eye-clinic.com**

**TOTO** TOTO (一部を除く) 商品 **30% OFF 実施中!**  
日刊サン読者限定 **さらに5%割引!** (詳しくはお問合せください)  
ハワイ州最大TOTO正規代理店 **バスルーム・ストア** ☎ 808-843-2005

**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 **(808) 792-2802** お問合せください  
**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**

**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** Next Day Service  
Ships Six Days/Week **B747-400 All Cargo** VIP Pet Service  
**PACIFICAIRCARGO.COM** **808-834-7977** **cameronbrooksart.com**

JAPANESE DAILY SUN • 808-944-8383 • 1341 Kapoliwai Blvd. #8B Honolulu, HI 96814 • www.nikkansan.net • E-mail: nikkansanoffice@gmail.com

**NIKKANSAAN**  
FREE 日刊



**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](http://www.usadreamhawaii.com)  
[usadreamhawaii@gmail.com](mailto:usadreamhawaii@gmail.com) **見積り無料!**

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

旧KICモーターズ **安心・信頼の**  
**Aloha** **ハワイの車屋**  
AUTO DEPOT

**中古車販売・買取**  
車に関するあらゆる相談に  
**日本語で丁寧に応えます**

短・長期レンタカー メンテナンス  
カーコーティング などに対応します!

**Tel: 808-304-6444** コヤマまで日本語で! TextもOK  
<https://alohaautodepot.com/japanese>

**誰よりも、本物の物件を見てきました。**  
だからこそ、誠実で的確なアドバイスができます。  
安心して不動産売買をお任せください!

[ryohawaii@corps.com](mailto:ryohawaii@corps.com) 808-741-0513  
ライセンス番号 RS-83912 **Ryo Shinozaki**  
Hometique 1441 Kapiolani Blvd #1219

QRコード **日刊サンウェブサイト**  
**毎日更新中!**

デジタル版は**毎週月・水・金曜日**に公開中!!  
(金曜は日曜印刷版「週末版」と同内容)

**日刊サン**

**健康長寿**のために **寝たまま座ったまま**  
**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

**PULSE Trainer 3DEMS**  
\$1800+tax

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

暮らしのサービス **日刊サン** FREE

建築・引越・医者・弁護士・・・  
暮らしのプロフェッショナルを探すなら  
日刊サンウェブサイト

QRコード [nikkansan.net/category/live-hawaii/](http://nikkansan.net/category/live-hawaii/)

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界に関わり、  
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。

**HawaiiResourceRealty**  
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**

**Valentine's Special!** **KAHI** 製バーム  
KAHI カヒ オールイン1  
リンクルバウンスマルチバーム  
目の周り、唇、ほろい線、首回りに  
サーモンカラーゲン配合

**韓国のベストセラーコスメ!**

マルチバーム 気になる箇所のシワ改善に  
エクステン Cバーム 肌荒れ、小ジワ、疲れ顔に  
UV アクアバーム 簡単UVスティック  
アイバーム 目元のシワやクマに

**KAHI製バーム**  
3点で **\$99**

さらに Pro Colored  
使い捨てマスク3枚

**BEAUTY TOUCH**

カヘカ店(ドンキホーテ内)  
808-943-1183 / 808-943-8720  
8:30AM~9PM

ワイパフ店(ドンキホーテ内)  
808-671-2224 / 808-484-4875  
9AM~7PM

または Marine Farmの  
ジェルフォームクレンジング  
**プレゼント!!**

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

Before After 画像  
Before After 画像

●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・名) \$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-4pm 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>

**● 日本帰国用 PCR検査 証明書発行**  
**\$150**(一般) ※当院かかりつけの方はお申し出ください

渡航前日 または 渡航日午前中の来院 ▶午後受取も可  
一般内科・婦人科・小児科 各種予防接種、検診、診断書作成など

詳細は **月川クリニック TEL: 808-941-7770**  
アラモアナビルディング17階1730号室

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パー又はエムセラ **50%引き**  
\*誕生日に **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](http://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](mailto: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)

**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**  
☎808-304-6676

Imoto Physical Therapy  
シェルトンプリンセススクエア内  
「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

**あなたの足、大丈夫!?**  
**巻き爪・角質・外反母趾**

BEFORE AFTER 画像

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  
(アックスヘア内) 9am-5pm  
アラモアナセンター3階駐車場直結  
[www.footsource-hawaii.com](http://www.footsource-hawaii.com)

**NFTニッポン** 日刊サンハワイがプロデュースする  
NFTと暗号通貨の世界を楽しく解説する  
Youtubeチャンネル「NFTニッポン」。

**新着エピソード** 注目!ジェネレーティブNFTを簡単に作るための  
ツールがもうすぐリリース!!

**株式会社VestOneの代表取締役、山崎翼さんをインタビュー**

注目! ジェネレーティブNFTを  
簡単に作るための  
ツールがもうすぐリリース!!  
株式会社VestOneの代表取締役  
**山崎翼さんをインタビュー!**

QRコード **Youtubeチャンネル**  
**「NFTニッポン」**  
エピソード1~17まで配信中!!

是非**チャンネル登録**をよろしくお願いします!  
[www.youtube.com/channel/UCRrDYsmI9P1Tido8VNn7JUA](http://www.youtube.com/channel/UCRrDYsmI9P1Tido8VNn7JUA)

**GRACE CONSTRUCTION**  
— BUILD · REPAIR · REMODEL —

**グレイスコンストラクション**  
ハワイ州公認ライセンス BC-37914

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

**見積り・相談  
無料**

レストランや店舗の改装、  
新築オープン施工もご相談ください!

施工例はこちら ▶ [www.gracebuild.com](http://www.gracebuild.com)

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

# 州国土自然資源局が侵略種への警戒を喚起 2月は強化月間

海に囲まれているハワイの島々に、本来ならハワイにないはずの侵略種の動物や植物が増えていることに関して、ハワイ州国土自然資源局が警戒を強めているとハワイ・ニュース・ナウが伝えている。

当局では2月を強化月間として、侵略種をハワイに持ち込むことがどんなに大きな問題となるか、駆除のためにどれだけ多くの税金が使われ、地元のビジネスに打撃を与えるかということを一に啓蒙する活動をしている。

侵略種はハワイの生態系システムに影響

を与えるだけでなく、私たちの日常生活すらも変えてしまいかねない大きな問題だという。

マウイ島の農家では、アクシス鹿が農作物を食べてしまい収穫ができない状況におちいつている。

そのために出荷する作物の価格を上げざるを得ず、私たちが手に入れる食べ物の値段が上がることになる。

小さなヒアリは人を刺して痛みを与えるだけでなく、作物に被害をもたらす、ペットにも被害が出ると言われている。

小さい植物や動物は発見するのが困難なために長期間にわたって増殖し続け、気づいた時には拡大している危険がある。

これらの侵略種を完全に排除することは非常に難しいが、成功した事例もある。

カホオラウエ島では島内からヤギ、羊、牛を排除した結果、森林破壊につながる表土の損失がなくなったという。

国土自然資源局の行っている侵略種についての啓蒙活動についての詳細はこちらから。  
<https://dlnr.hawaii.gov/hisc/2022hisam/>



## エコロジカルな葬送形態「アクアメーション」とは？ ハワイ州で近く合法化の見込み

ハワイ州では、環境に配慮した遺体処理方法「アクアメーション」を合法化する措置が進められている。アクアメーション合法化が盛り込まれた法案は、州保健局、福祉局、ホームレス委員会を通過し、8日に開かれる上院議会で審議される予定。

アクアメーションは現在、カリフォルニア州やネバダ州など、米国の19の州で合法化されている。ハワイ州におけるアクアメーションの合法化は、火葬よりも遺骨が多く残ることで、遺骨を神聖なものとするネイティブハワイアンにとって有意義なものになるという意見がある。

アクアメーションは、近年、環境に配慮した葬送形態の1つとして注目されており、水

火葬 (Water Cremation)、アルカリ性加水分解 (Alkaline hydrolysis)、火なし火葬 (Flameless Cremation) とも呼ばれている。

この形態では、遺体は専用の機器の中に入れられ、水酸化カリウムと水を混合した強アルカリ性の液体につけられる。その後、液体の温度は約160℃まで上げられ、遺体は溶解処理される。処理にかかる時間は4～6時間。処理後は遺骨が残り、火葬よりも30%以上多く遺骨を残すことができる。

火葬の場合、遺体を焼却する際に水銀などの有害物質が大気中に放出されるが、アクアメーションによる遺体処理の際は、それらが放出されることがない。また、火葬に比べ、アクアメーションの消費電力は8分の1、二酸化炭素排出量は4分の1以下になる。

また、アメリカでは、一般的に「エンバーミング」という保存処置をした遺体を棺に入れ、埋葬することが多い。この場合、エンバーミングで使用されるホルムアルデヒドなどの化学物質や、遺体に含まれるウィルスや細菌などの有害物質が土壌汚染の原因になる。さらに、エンバーミングによる埋葬は、人が亡くなるたびに埋葬する土地が必要になることや、遺体の処理、棺などで葬儀費用が高額になる。

一方、遺体を液体と遺骨に分解するアクアメーションでは、遺体に含まれる有害物質が不活性化されるため、土壌汚染の原因にならない。また、埋葬する土地を必ずしも用意する必要がなく、葬儀費用も抑えられるという利点がある。

## ホノルル警察の懲戒状況報告書 5年間で61人が処分

ホノルル警察署が今週議会に提出した年次報告によると、2017年から2021年までの5年間に、法律違反あるいは署の規定違反が原因で61人の警察官が何らかの処分を受けたという。その内、21件が家庭内暴力や、飲酒運転、暴行、窃盗、記録改竄、不法薬物など犯罪に関わるものだったとホノルル・スター・アドバイザーが伝えている。

この件に関してホノルル警察署のリード・ヴァニック暫定署長は「この報告書によってホノルル警察に対する一般市民の信頼が向上することを望んでいます。警察官が法律違反をしたり、不正な行為に拘った場合にはその行動に責任を取ることにあります。(この報告書の内容は)非常に残念なものです。誤った選択をする警官は少数です。これらの事例については捜査が行われ適正な懲戒処分が取られています。一般市民の皆さんには、(不正を行った)少数の警察官の行動のせいで全ての警察官を判断するようなことがないようお願いしたいと思います」と述べている。

これらの不正行為のうち、少なくとも2件についてはFBIによる捜査が行われたという。

報告書では懲戒処分の理由となった行動について簡単な説明がされているが、調査の結果については説明がされていない。

また、処分の対象となった警察官の氏名は、退職処分あるいは停職処分となった場合にのみ明らかにされている。

元警官のジェイソン・カストロは部下と交際していたが、交際を続けずと解雇すると脅迫した。

そのため解雇処分となったが、処分が決定する前に退職したという。

また氏名非公表の警察官は飲酒運転と運転中に携帯電話を使用して別の車にぶつかったことで現在処分保留中となっている。

ハワイ州警察協会では報告書を一般市民にわかりやすく理解してもらえよう変更を希望しており、1,800人以上の大半の警察官は不正行為に関わっていないことを強調している。

## 11時間のフライト中に 機内で出産

アフリカ大陸のガーナからアメリカへの11時間のフライトの最中に、機内で出産した女性がいるとフォックス・ニュースが伝えている。

ガーナのアクラ空港からワシントンDCのデュール国際空港へ向かうユナイテッド航空997便に搭乗した女性は、到着まであと2時間という時に男の子を出産した。出産予定日は2月末だった。女性の陣痛が始まった時に、パイロットが、機内にいるかもしれない医療関係者の助けを求め機内アナウンスをしたところ、たまたま同乗していたガーナ人の医師が名乗り出て出産に立ち会ったという。客室乗務員のうちの1名は元看護師だったため、医師とともに出産を助けた。空港に到着するとすぐに救急隊が待機しており、女性と新生児はすぐに病院へ搬送された。

ユナイテッド航空の広報担当者は「私たちのクルーは素晴らしい人々です。迅速に行動し、医師に協力し、フライトの間のお客様の安全を守りました。そして飛行機が着陸した時に、可愛いお客様が1人増えていたことは本当に嬉しい出来事でした」とコメントを発表した。

## イベント情報

2月5日(土)～6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、ベビー用品、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](http://www.islandcraftfairs.org/oahu)

**ハイドン・ファン・ストラヴィンスキー・ハワイ交響楽団**  
午後7時半～9時半  
\$18～\$99  
ハワイアンターで開催されるハワイ交響楽団のクラシックコンサート。  
[www.myhso.org/hapasymphony](http://www.myhso.org/hapasymphony)

2月11日(金)

**ハワイアンスターコンパス 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。館内プラネタリウムからライブ配信で星の航海術について説明する。日本からも参加可能(日本時間12日午前10時～)  
[www.bishopmuseum.org/japanese-online-experiences](http://www.bishopmuseum.org/japanese-online-experiences)

**フードトラック・フライデー**  
午後5時～9時  
ココヘッド小学校で開催されるフードトラックイベント。フード・デザート以外にローカルアーティストによる工芸品なども買える。ペット入場不可。  
189 Lunalilo Home Rd.  
[www.islandcraftfairs.org/oahu](http://www.islandcraftfairs.org/oahu)

2月12日(土)

**アロハホームマーケット“アロハ・イズ・フォー・ラバーズ”**  
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](http://www.alohahomemarket.com)

**第3回ハート&クラフト・ギフトフェア**  
午前11時～午後5時  
バレンタインデーのギフトに最適なアイテムを揃えたギフトフェア。カマカナアライで開催。  
[www.islandcraftfairs.org/oahu](http://www.islandcraftfairs.org/oahu)

2月12日(土)～21日(月)

**第14回UHキッズファースト!映画祭 ONLINE**  
ハワイ大学が主催する子供向け映画のフェスティバル。学生が制作した映画からプロの映画制作者の作品まで100本以上の映画を無料で視聴できる10日間のオンラインイベント。  
<http://kidsfirsthawaii.eventive.org>

**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。**

## コラム

## COLUMN



## ハワイ在住者のための ライフプランのお話

ソーシャルセキュリティとは米国政府が行っている社会保障制度の一つです。社会保障制度には下記のようなものが含まれています。

- ソーシャルセキュリティベネフィット(老齢年金)
- DISABILITY BENEFITS(障害年金)
- SURVIVORS BENEFITS(遺族年金)
- SUPPLEMENTAL SECURITY INCOME(低所得者保障)
- MEDICARE(メディケア)

ソーシャルセキュリティの給付を受けるには少なくとも10年働いて、40クレジットが必要です。2022年は\$1,510を稼ぐことにより、1クォーターを貯めることができ、年間4クレジットまで貯められ、\$6,040を稼がなくてはなりません。

### ソーシャルセキュリティベネフィット(老齢年金)

受給資格は62歳からで、本人だけでなく10年以上の婚姻期間があれば、働いたことがない配偶者も受け取ることができます。離婚した方もその後再婚してなければ、受給が可能です。Full Retirement Age(満年齢)は生まれた年により異なります。

1943年から1954年生まれ……満年齢66歳  
1960年以降の生まれ……満年齢67歳

それでは皆さんはどのくらい受け取っているのでしょうか? 35年がベースになっていますので、日本から来たなどで35年に達していない方は全体的に少ないのが現状です。アメリカは日本のような退職金もありません。ご自分で積極的に老後の対策として、会社から提供されていければ401Kなどを利用しましょう。提供されていなければ、個人でIRAを利用し、備えておかなければ老後ハワイで暮らすのは大変です。

2022年平均受給額……\$1,657  
2022年最高受給額……\$3,345 70歳……\$4,194

### 障害年金

老齢年金を受け取る前にDISABILITYになった場合、障害者の申請は保険会社の条件より厳しいようです。

### 遺族年金

ソーシャルセキュリティタックスを納めていた方が亡くなると、一時金として\$255が支給されます。残された配偶者が60歳になれば受け取ることができます。60歳に達していないと支給されないの、貯蓄のない方や年の差のあるご結婚の場合、掛け捨てタイプの生命保険などに加入しておくなど、60歳になるまでサバイブできるような対策が必要です。

### 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](mailto: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(業)のベ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。



# 1月のコロナ感染者数は10万件以上 亜種の「ステルス・オミクロン」すでに州内で確認

ハワイ州衛生局の発表によると、1月1日から30日までの新型コロナウイルス感染数は104,843件で、この数字は2020年3月以来ハワイ州での全ての感染合計数の半分にあたりとKHONが伝えている。

コロナ感染が始まった2020年3月から2021年12月31日までの合計数は112,932件だった。

オミクロン株による1月の感染は全体の99%を占めるが、オミクロン株から枝分かれした亜種「BA2」、通称「ステルス・オミクロン」もすでに8件の感染がハワイ州内で確認されている。

専門家によると、この「ステルス・オミクロン」はオミクロン株に非常に近く、検査で容易に検出できないという。

ジョッシュ・グリーン副州知事は「アメリカ

本土では25もしくは26州でステルス・オミクロンの感染が確認されていますが、検査で発見するのが容易でないためステルス(こっそりした行為、内密という意味)と呼ばれています」と述べている。

ハワイ州衛生局の研究者であるエドワード・デズモンド医師は「元々のオミクロン株はBA1と呼ばれているもので、21種の変異株が確認されていますが、BA2と呼ばれる新しい亜種には、BA1には見つかっていない9種の変異株を持っています。デンマークやインドのカルカッタなどでは、BA1とBA2が両方存在していましたが、BA2が拡大して感染の主流となりました。同様のことがハワイで起こる可能性がある」と懸念しています」と述べている。

このことからBA2は今までのオミクロン

株BA1よりもさらに感染力が高いのではないかとされている一方、BA2の感染症状がより重篤化する可能性についてはまだ不明で、BA2の感染が拡大した地域において入院患者数は増加したという報告はされていないという。

オミクロン株の症状は、頭痛、喉の痛み、鼻水、くしゃみ、節々の痛み、倦怠感などが上がられており、嗅覚の麻痺や胸部の痛みはあまりないと言われている。

ハワイにおける1月中の感染数が10万件を超えていることから、最近感染した人々が新たに追加接種を受ける際にはその時期について医師と相談することが推奨されている。

感染したことで体内に免疫力がついており、その効果は数週間続きその後時間が経つ

につれて薄れていくからだ。

グリーン副州知事は「医師として、もし追加接種を受けていないのであれば感染後でも追加接種を受けることを奨励しています。これは免疫レベルをさらに高めることになるからですが、最近感染した人は追加接種前でもかなり免疫レベルが高いことは事実です」と述べている。

ハワイでは、追加接種を含めたワクチン接種率の高さ、そしてすでに感染した人々が多くいるということからかなり人々の免疫レベルが高まっているという。

とはいえ、免疫をつけるためにわざと感染するような行為は決してせず、感染を拡大させないようマスク着用や社会的距離を保つなど防御対策を怠らないよう求めている。

日刊サン 2022.1.31配信

## 2月1日はチャイニーズ・ニュー・イヤー(旧正月) チャイナタウンに賑わい

チャイニーズ・ニュー・イヤー(旧正月)は2月1日だが、週末にはすでに様々な催事が行われ、多くの人々が新年を祝う準備をしたとハワイ・ニュース・ナウが伝えている。

チャイナタウンで例年行われているチャイニーズ・ニュー・イヤー(旧正月)の催事は新型コロナウイルス感染対策のために今年も昨年に引き続き中止となったが、旧正月を祝うイベントは行われている。

カイムキにあるマーケット・シティ・ショッピング・センターでは、寅年の今年に獅子踊りは特に幸運を招くということで開催が決定した。混雑を避けるために獅子踊りのパフォーマンス時間を短く、その他の催事も小さい規模だったが、人々は幸運を祈って楽しんだという。

週末には多くの人々が焼き菓子や花を買い求めるためにチャイナタウン周辺の店舗を訪れ、店の前には行列ができた。

1月31日の夜には家族で新年を祝い夕食

を共にするため、その準備のための買い出しだ。

非営利団体である「チャイナタウン808」では、チャイナタウンにある小さな商店を支援するために、オンラインで中国菓子の注文を受けてドライブスルー方式で手渡しする活動を行い、ペレタニア・ストリートにあるアメリカン・セービング・バンク前には自動車の列ができた。

団体を主催したレオナード・カム氏は「いつもよりも4倍も多い注文が入りました。小さな商店が1人ではできないことでもみんなが集まって協力すれば可能だということを示しています」と述べている。

ミス・チャイナタウン・ハワイのサマンサ・マスクさんも参加して「多くの人々がチャイナタウンを支援しようとしてくれたことを嬉しく思います。コロナで打撃を受けた商店には特に必要なことだと思います」とコメントした。

日刊サン 2022.1.31配信

## ハワイ州議会 食糧無償配布のフードバンクに支援検討

新型コロナウイルス感染が拡大して人々の生活に大きな打撃を与えた2年前から食糧支援を行っているフードバンクの無料配布に頼る人々が増えていることから、ハワイ州議会ではフードバンクに対する州からの支援を検討しているとホノルル・スター・アドバタイザーが伝えている。

今まで州の一般歳出予算からフードバンクへの支出はほとんど行われてこなかったが、今年は特別な事情を考慮して、オアフ島、マウイ島、ハワイ島、カウアイ島のフードバンクに200万ドルの現金支援を行うことを検討している。

この法案2169は公聴会の後、先週末曜日に上院のヒューマンサービス委員会で可決され次の段階へと進められた。

パンデミックが長引いており、最近の物価上昇により食料品価格が上がっていることなどから食料品の寄付や現金の寄付が少なくなっているという。

オアフ島とカウアイ島で食糧配布を行っているハワイ・フードバンクによると、2021年にはパンデミックが始まる2019年と比べて2倍の食糧を配布し、配布を受けた人々の数は50%以上増加したという。

代表を務めるエイミー・マーヴィン氏は「連邦政府と慈善活動からの支援を受けて、増加しているニーズに応えることができているが、地域コミュニティの中で支援を必要としている人々を支えて、誰もが必要としている食料を調達するためには州政府からの支援も必要です。連邦政府からの支援も、一般の人々からの寄付も少なくなっています」と述べている。

ハワイフードバンクでは以前はほとんどの食料が寄付で賄われており、年間40万ドルを食料購入に充ててきたが、最近では食料品の価格が上がり寄付が少なくなったことから1カ月で100万ドルが必要なこともあるという。

日刊サン 2022.1.31配信

## ハワイアン・エレクトリック社が提案する「電気代節約5つのコツ」

調査会社Finder.comは昨年4月、ハワイ州の1世帯の電気代の平均は月168ドルで、全米50州で最も高いという調査結果を発表した。以降も電気代は上昇し続けているが、先週、ハワイアン・エレクトリック社が、電気代を節約するための5つのコツを同社のホームページで公開した。同社が提案する「電気代節約5つのコツ」は下記の通り。

- 給湯器の水温を華氏120℃(摂氏49℃)に設定
- エアコンの温度を華氏73℃(摂氏23℃)以上に設定
- エアコンのフィルターを定期的に掃除し、ほこりを溜めない
- 冷蔵庫・冷凍庫のスペースの利用を75%程

度に留める

- 照明には、LED電球を使用

給湯器については、ほとんどのメーカーで、初期水温が華氏140℃に設定されているため、使用する際は120℃に変更することが推奨されている。ハワイアン・エレクトリック社によると、給湯器の水温を華氏20℃下げることによる体感温度の違いは生じない上、エネルギー消費を少なくし、給湯器内のミネラル蓄積や腐食を減らすという。

エアコンについては、フィルターを定期的に掃除することと、設定温度を華氏73℃以上にすることが勧められている。フィルターにほこりが溜まると、エアコンの作動率が下がり、より多くの電気が消費される。

冷蔵庫と冷凍庫については、保管する食料を詰め込まずに、スペース内の75%程度に留めておいた上で、温度は華氏35~38℃(摂氏1.7~3.0℃)に設定するとよい。また、LED電球のエネルギー消費率は、従来の電球に比べて少なくとも75%少なく、最長で50倍長持ちする。

「電気代節約5つのコツ」のさらなる詳細は、ハワイアンエレクトリック社のホームページ<https://poweringhawaii.medium.com/ring-in-2022-with-energy-savings-1000f5807cdd>(英語)まで。

日刊サン 2022.1.31配信



## ハワイ島パハラ沖で M4の地震観測 31日未明

ハワイ島南東部パハラの北東沖約5マイル(8キロメートル)で、31日午前1時55分頃、マグニチュード4以上の地震が観測されたと米地質調査局が発表した。この地震について、ハワイ火山天文台の当局者は、「ここ1年ほど、1万回以上の地震(地震群)が続いているが、その1つのようだ」と述べた。

ハワイ島のキラウエア火山、マウナロア火山には、この地震による影響は観測されていないという。

日刊サン 2022.1.31配信

## オバマ夫妻、ロイヤル ハワイアンセンターで食事

オアフ島に滞在中のバラク・オバマ元大統領夫妻が、30日夜、ロイヤルハワイアンセンターのアイランド・ヴィンテージ・ワインバーで食事をしたことが話題になっている。

ハワイニュースナウの報道によると、夫妻は、オバマ氏の妹のマヤ・ソエトロさん、ソエトロさんの家族、友人のボビー・ティットコム氏と食事を共にした。

ソエトロさんが同ワインバーの常連で、オバマ氏らを連れてきたという。ワインバーのオーナー、ポール・カン氏は、オバマ氏一行が自らのワインバーで食事をするのを知り、「予約の時間までずっと緊張していた」と話した。オバマ氏は、料理を「美味しい」と絶賛し、帰り際に「ぜひまた来たい」と話すなど、非常に満足した様子だったという。

日刊サン 2022.1.31配信

## カード店に強盗 銃を手に商品を持ち去る

1月30日午後5時40分ごろ、サウスキング・ストリートのボックス・アレーにあるアロハ・カード・ショップに銃を持った男性が押し入り、従業員に銃口をむけて店内の商品を持ち去るという事件が起こったとKHONが伝えている。

男性が店に入ってきたときに従業員は客の対応をしていたが、男性は銃をバッグから取り出して店内にいる人間に向かって、両手をあげてカウンターの後ろ側に立って横を向き、自分の方を見ないようにと指示したという。

店内にいた人々は言われた通りにしていると、男性はスポーツカードが陳列してあった棚に行き、棚を開けて中の商品をバッグの中に入れて持ち去った。

およそ数分の出来事だったが、被害額は3万ドル(およそ340万円)と言われている。

店の従業員のひとりであるエリジャ・シマブクロさんは「今一番大切な時期にこんなことが起こるなんてひどすぎます。スーパーボウルのシーズンです。スーパーボウルがもうすぐなので、有名なクォーターバックや人気プレーヤーのカードが全て陳列してあったのに、全て奪われました」とコメントしている。

アロハ・カード・ショップが被害にあったのはこれが2度目だ。1度目は、5カ月前に壁の通風口が壊されて何者かが店内に侵入して商品を奪われている。

ホノルル警察によると犯人はまだ発見されていないという。クライムストッパーのクリス・キム巡査部長は「商店では、自分自身と

商品を守るために良い防犯カメラシステムを設置することを推奨します。カメラを設置をして、カメラがあることを表示することが犯罪の抑止となります」と述べている。

アロハ・カード・ショップでも今後は入店の際にブザーを鳴らしてもらうシステムを導入する予定だという。今回は商品は奪われたものの人々に怪我などはなかった。防犯カメラの映像では、犯人は40代から50代、身長は5フィート4インチから6インチ(162センチから167センチ)くらいで、スリムな体型だという。

ホノルル警察では、スポーツカードを奪った強盗犯について一般からの情報提供を求めている。

日刊サン 2022.2.1配信

# 容疑者に発砲の警官2人不起訴 31日、ホノルル検察局発表

先月24日午後10時35分頃、アラモアナセンターのバス停付近で、ホノルル警察署 (HPD=Honolulu Police Department) 所属の警官2人が容疑者の男に発砲した事件について、ホノルル検察局のステーブ・アルム検察官は、1月31日午前記者会見を行った。アルム検察官は記者団に対し、「警官らは刑事告発されない見通し」だということを示した。該当の警官2人の勤続年数は、それぞれ1年と2年。

検察局は、事件当時、警官2人が身につけていたボディカメラの映像を公開した。それによると、容疑者のリッキー・L・カレオパア (Ricky L. Kaleopaa) はコナ・ストリートの中央、コナイキ・ストリートが合流する地点に近いところに立っていた。

カレオパアの身長は5フィート6インチ (約170センチメートル)、体重は約240ポンド (109キログラム)。事件当時、刃渡り11.5インチ (約30センチメートル) のナイフを右

手に持ち、白い帽子を被り、バックパックを背負い、肩掛けのバッグを胸の前でたすきがけにしていた。

警官2人は発砲直前、カレオパアにナイフを捨てるよう繰り返し要求したものの、カレオパアは警官らに接近しナイフで襲おうとしたため、警官らはカレオパアに銃弾を計9発発砲。4発の銃弾が命中し、カレオパアは現在も入院中だという。カレオパアは第1級暴行罪、第2級暴行罪、脅迫罪で起訴されている。

ハワイ州警察官組合のロバート・カヴァコ代表は声明の中で、検察局の結論に対する同意を示し、「警官らの行動は法的に正当化されている」と語った。HPDのレイド・パニック暫定署長は、ホノルルスターアドバイザーのインタビューに対し、「容疑者の警官2人は、1月31日から通常の勤務に戻った」と話した。

日刊サン 2022.2.1配信

# マスク着用求めた店員、 暴行され負傷 警察が容疑者を指名手配

マッカーリーショッピングセンターのセブンイレブンで、先月22日午前5時頃、客にマスク着用を求めたコンビニ店員が、暴行されて負傷した。ホノルル警察署 (HPD) は、店員を暴行したとして、第2級暴行罪で容疑者を起訴、指名手配した。HPDによると、被害者の店員は「実質的な身体的傷害」を負い、病院に搬送されたという。HPDは31日、容疑者を捉えた監視カメラの映像を公開した。映像によると、容疑者は黒いストリートヘアの20代くらいの女で、事件当時、黒い七分袖で胸体部分がグレーのシャツに、黒いスラックスを身につけていた。HPDは、容疑者についての情報を、Honolulu Crime Stoppersに提供しよう呼びかけている。監視カメラの映像は<http://www.honolulucrimestoppers.org/sitemenu.aspx?P=unsolved&ID=606> から閲覧可能。

日刊サン 2022.2.1配信

## イベント情報

2月13日(日)~16日(水)

ジョシュ・タトフィ:第4回バレンタインデートThat's Worth The Wait  
ナ・ホク・ハノ・アワード受賞およびグラミー賞ノミネートアーティスト、ジョシュ・タトフィのバレンタインコンサート。ブルーノート・ハワイで開催。  
[www.bluenotehawaii.com](http://www.bluenotehawaii.com)

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。

## ブランジャルディ ホノルル市長の ツイート



Mayor Rick Blangiardi @MayorRickHNL

1月31日 11:23AM

コロナによる自己隔離や自己検疫をするための場所がない人々のために安全に自己隔離・検疫をする場所を提供しようというので、私たちは2番目の隔離・検疫施設としてウェスト・ロック・モジュラー住宅施設をオープンすることになりました。オミクロン株はすでにピークを迎えたと楽観しているものの、私たちはこの施設について十分な注意を持って運営して行きます。また、医療機関のリーダーたちと相談しながら現在の感染状況を監視していきます。そして私たちは刻々と変化していくパンデミックを乗り越えていくのです。詳細はこちらから。<https://honolulu.gov/cms-csd-menu/site-csd-sitearticles/1564-site-csd-news-2022-cat/45946-01-31-22-city-to-open-second-isolation-and-quarantine-facility-for-covid-19-prevention.html>



In an effort to provide a safe place to isolate and quarantine for those who otherwise do not have a place to do so, we will be opening our second #COVID19 isolation and quarantine facility at our West Loch Modular housing facility.

We are opening this facility out of an abundance of caution, however we remain optimistic that the #Omicron variant has peaked. We will continue to monitor the current conditions and consult with our leaders in healthcare as we navigate the ever-changing landscape of the pandemic

2月2日 11:56AM

2022年2月、ホノルル市は2月を「文化と芸術月間」として認定しました。今後2月には様々な芸術様式についての認識と理解を高め、芸術家の育成を支援し、いろいろな方法で芸術と文化を紹介することになります。ハワイの住民は、芸術を通じて、私たちの故郷であるこの美しいハワイを特別な場所として、地元独特のものと感じ取ることができるのです。私たちの島の豊かな伝統を守り、よりいっしょにコミュニティを作り上げるためのみなさんの協力にあつく感謝します。  
February 2022 has been declared Culture and Arts Month in the City & County of @HonoluluGov. February will be dedicated to creating awareness about and appreciation for various art forms, supporting artist development, and showcasing the arts and culture in myriad ways.  
It is through art that our residents have been able to embrace what is uniquely local to this special place we call home, our beautiful Hawai'i. A warm mahalo for everyone's contributions to preserving our island's rich traditions and creating a more vibrant community.

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

# レッドヒル燃料貯蔵タンクについて 国防総省は上訴する方針を発表

国防総省は、レッドヒル燃料貯蔵タンクの中に貯蔵されている燃料を抜くようにというハワイ州の緊急命令に対して、上訴する方針であるとホノルル・スター・アドバイザーが伝えている。

1月31日、国防副長官であるキャサリン・ヒックス氏が「国防総省では、ロイド・オースティン国防長官がレッドヒルの長期的な将来についての決定ができるよう、今後60日間で太平洋戦争時代の燃料貯蔵について分析を進める予定です。これは燃料タンクの永久に空にするという選択肢も含んでいます」と書面で発表した。

ハワイ州が求めている計画書の期限が2月2日に迫るなかで、国防総省は連邦裁判所とハワイ州裁判所に上訴する計画であることについて次のように述べている。

「この上訴により、国防総省は証拠に基づいた透明性のある決定を下す時間が与えられることとなります。これらの法的な過程を求める行動にかかわらず、我々はハワイ州と、双方がこの解決に必要な時間と場所につ

いて共に納得できるような方法で協力して行きたいと考えています」

ハワイ州衛生局は12月6日に海軍に対して緊急命令を発令している。

命令では、海軍に対して18の地下貯蔵施設を含むレッドヒル貯蔵施設の運転を停止し、レッドヒル周辺の汚染を浄化し、施設の安全性を検証し、レッドヒル貯蔵タンクの燃料を抜くように求め、その後燃料貯蔵の運営を再開するための許可をハワイ州に求めるように伝えている。また、命令には燃料タンクを空にするための期間について期限は設けられていないが、2月2日までにハワイ州衛生局に計画書を提出するように求めている。

巨大なタンクから安全に燃料を取り除くためのシステムの修復などの詳細な内容が盛り込まなければならない。

提出された計画がその後衛生局の承認を受けてから、必要な修復を行った後30日以内に燃料を取り除くことを求めている。

これに対し、海軍は汚染の浄化に取り組んでいるものの、タンクの中を空にすること

については異議を唱えていた。

ハワイ州衛生局環境衛生担当のキャサリン・ホー副局長は、今回の上訴の方針の発表に対して残念だという見解を示している。

「海軍は議会と複数の公聴会において、ハワイ州の緊急命令に従うという見解を表明していました。緊急命令に対して上訴するという今日の発表は、海軍とハワイ州住民の間の信頼を裏切るものです」

ハワイ州選出のエド・ケース下院議員はヒックス副長官の発表を受けて、ハワイ州の緊急命令が効力を持つようにできる限りのことを行うと述べている。

ブライアン・シャッツ上院議員も、国防総省による州の命令に上訴するという決定は国民の信頼を損なう重大な誤りだと述べている。

一方、汚染の浄化作業については海軍は順調に作業を進めており、水道システムの浄化と検査、およびおよそ80%の家庭の正常化が完了しているという。

日刊サン 2022.2.1配信

# ワイキキ地区で軽犯罪常習化 ホノルル市検察局、対策を強化

ワイキキで、常習的に犯罪を繰り返す人々が増加している問題で、ホノルル市検察局が対策を強化しているとハワイニュースナウが報じている。

ワイキキ在住のジョン・ドゥーツマン (John Deutzman)氏は、「(警察のホームページで)私の家の近くには、犯罪歴のある人が85人も登録されている。今のシステム下では、犯罪者を繰り返し釈放し、再び犯罪を犯させている」とため息をついた。

ハワイ州警察官組合のロバート・カヴァコ (Robert Cavaco)代表は、「警察官の犯罪者に対する扱いにあまり問題はない。それより、裁定プロセスの改善が必要だ」と主張し

ている。

ホノルル市検察局のステーブ・アルム (Steve Alm)検察官は、「軽犯罪を繰り返す人々への対策を強化している」としている。現在、ホノルルのチャイナタウンでは「Substance Use Disorder Fast」と呼ばれるプログラムが試用されている。このプログラムは、薬物依存、アルコール依存が多い軽犯罪者のリハビリや治療に焦点を当てている。これについて、アルム検察官は次のように説明した。

「チャイナタウンでは最近、路上生活が慢性化した100人以上の人々が逮捕された。彼ら全員を調査、査定した上で、プログラムに

参加させている。薬物中毒などがある軽犯罪者が、刑を宣告される以前に治療を受けることは、システム全体に益をもたらす。検察局は、このプログラムのワイキキ地区への導入を計画している。プログラム導入について、この春から地域住民との話し合いを進める予定だ」。

一方で、そういった人々を受け入れる施設の不足が問題となっている。認定薬物乱用カウンセラーのローレン・マッキニー氏は、「健康保険なしで治療可能なリハビリ施設はオアフ島には6カ所しかない。現在のところ、どの施設でも2~3カ月は空きがない状態だ」と話した。

日刊サン 2022.2.2配信

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](mailto: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  
インスタグラム

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

引越し後と売却前に、  
**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

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**

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間)

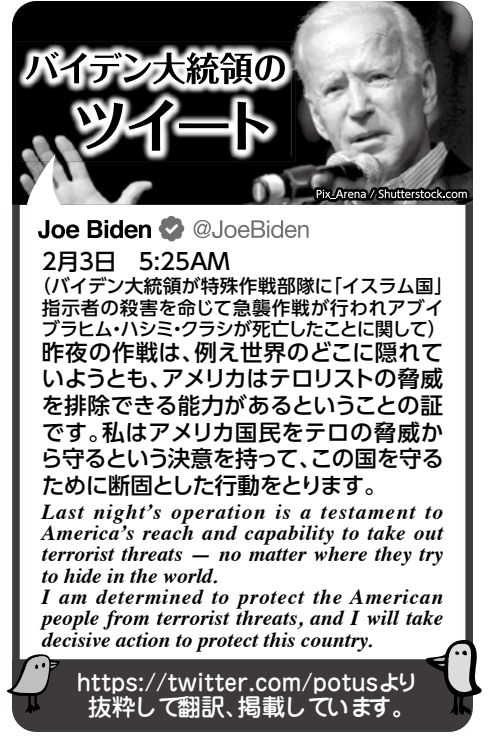
# 飲酒運転でひき逃げ 死亡した被害者家族の悲しみ

## マウイ島

1月29日の夜10時30分ごろ、アグスティン・デラ・クルーズさん(73歳)はマウイ島ラハイナで自転車に乗って自宅に帰る途中、後ろから走ってきた車にはねられ、その車はそのまま現場から逃走した。  
デラ・クルーズさんはその後死亡が確認された。ハワイ・ニュース・ナウが伝えている。  
現場を通りかかると、すぐにデラ・クルーズさんを助けようとしたエレオラ・ミラーさんは「男性が路上に倒れていて、誰かがひき逃げだと叫んだんです。人にぶつかって、その人が倒れて路上に横たわっているのに、そのままにして逃げるなんてひどすぎます」と述べている。  
デラ・クルーズさんはフィリピンからハワイに移住してきた移民で、家族に良い暮らしをさせてやりたいと懸命に働いてきたという。  
息子のアランさんは「私の父は本当に素晴

らし人です。彼は私たち家族に全てを与えてくれました。欲しいもの全てです」と述べている。  
デラ・クルーズさんはその夜、本業の仕事とは別の2つ目の仕事からの帰り道ではねられて死亡した。  
マウイ警察の交通事故担当をしているウィリアム・ハンキンス警部補によると「犯人は73歳の男性が仕事から自転車で帰るところを、酔っぱらった運転手が後ろからぶつかって殺したのです」と述べている。  
「男性は何も悪いことをしていないのに、これはフェアではありません。防ぐことができたのです。(酒を飲んだら運転しないという)正しい選択をしないうり、このような悲劇は続きます。私たちにはもっと厳しい法律が必要で、簡単なことです」  
マウイ警察はひき逃げをした犯人としてサウル・ロベス・マルチネス(52歳)を発見して

過失致死の容疑で逮捕した。  
マルチネスは運転免許停止中で、飲酒運転の常習犯だったという。  
以前に2回飲酒運転で有罪になっており、しかも2回目の有罪を認めたのは今回の事故を起こす5日前の1月24日だった。  
アランさんは「私たちは父のために正義を求めています」と述べている。  
デラ・クルーズさんには51年連れ添った妻、6人の子供、20人の孫、3人のひ孫がいるが、家族はGoGundMeのページを立ち上げて、葬式費用のための寄付を求めている。  
[https://www.gofundme.com/f/tatang-agustin-funeral?utm\\_campaign=p\\_lico+share-sheet&utm\\_medium=copy\\_link&utm\\_source=customer](https://www.gofundme.com/f/tatang-agustin-funeral?utm_campaign=p_lico+share-sheet&utm_medium=copy_link&utm_source=customer)  
日刊サン 2022.2.1配信



**バイデン大統領のツイート**  
Joe Biden @JoeBiden  
2月3日 5:25AM  
(バイデン大統領が特殊作戦部隊に「イスラム国」指示者の殺害を命じて急襲作戦が行われアフバヒム・ハシム・クラシが死亡したことに関して)昨夜の作戦は、例え世界のどこに隠れていようとも、アメリカはテロリストの脅威を排除できる能力があるというこの証です。私はアメリカ国民をテロの脅威から守るという決意を持って、この国を守るために断固とした行動をとります。  
*Last night's operation is a testament to America's reach and capability to take out terrorist threats — no matter where they try to hide in the world. I am determined to protect the American people from terrorist threats, and I will take decisive action to protect this country.*  
<https://twitter.com/potusより抜粋して翻訳、掲載しています。>

# ハワイアン・エレクトリックが新メーター導入 電気代を節約できるかも

政府が最近発表した報告書によると、ハワイ州の電気料金はアメリカの全国平均よりも59%も高いという。  
ハワイアン・エレクトリック社では現在、電気利用者が自分で使用量を監視するのに役立つ最新テクノロジーを利用した新メーターを導入しようとしている。  
これを利用することで使用量を削減して、電気料金を抑えることができるかもしれないとKHONが伝えている。  
新メーターはオフ島、マウイ島、ハワイ島の戸建て住宅、コンドミニアム、アパートメント、ビジネスに設置されることになっている。  
新メーターは今使っているメーターからのオプションアップグレードとして無料で設置してもらうことが可能で、アプリを使ってリアルタイムに電気の使用状況を把握できるというものだ。  
同社の広報担当者であるシャノン・タンゴナン氏は「この新しいメーターを利用することの最大のメリットは、15分間隔で自分の家

の電気の使用状況を把握することができるようになることです。『マイ・エネルギー・ポータル』というサイトに登録するだけでそれが可能です。それを見れば、いつ、どれだけ電気を使っているかが一目でわかります」と述べている。  
また、新しいメーターを利用することで時間別料金レートによって電気料金計算が行われることになる。  
現在利用しているメーターでは、使用した電力量に対して一定のレートで料金が決まっているが、新しいメーターでは、電気を使用した時間でレートが変化していくため、ピーク時(夜間)の利用を抑えて、非ピーク時(日中)に利用することで料金が抑えられるのだ。  
オフ島における戸建て住宅の基本レートは1キロワットあたり33セントだが、この住宅が新メーターを使用すると、午前9時から午後5時までのレートは19セントに大幅に下がるが、午後5時から午後10時までまでは46セントにはね上がり、午後10時から翌朝9時

までは38セントとなる。  
ということは、例えば仕事が終わってから夜にしていた洗濯を朝や週末の日中に行うことで電気代の節約につながるということになる。さらにもし停電が起こった場合にも大きな利点があるという。  
現在は停電が起こった場合、その旨をハワイアン・エレクトリック社に電話で連絡しなければ同社は状況を把握できないシステムだが、新メーターは電力会社に自動的に信号を送るため、素早い対応が可能になる。  
新メーターは既にオフ島、マウイ島、ハワイ島合わせて47,000個の設置が終わっているという。  
ハワイアン・エレクトリック社では2024年末までに全利用者にこの新しいメーターへのアップグレードを完了する計画だが、もし今すぐ新メーターにアップグレードしたい場合には、同社に連絡する必要がある。詳細はこちらから。→  
日刊サン 2022.2.2配信



**デービッド・イゲ  
ハワイ知事のツイート**  
Governor David Ige @GovHawaii  
2月2日 8:35AM  
ハワイ州福祉サービス局では、ハワイの児童福祉システムのためにおよそ8,000万ドルの支援を行っています。自宅で家族の子供の面倒を見ている人々、保育センター、学校のA+プログラムは、スタッフの雇用やより手頃な価格での保育を提供するための助成金を申請することができるので申し込みをしてください。申し込みの締め切りは2月15日です。詳細はこちらから。  
*DHS is administering nearly \$80M in funding to help Hawai'i's child care system. Providers for family child care in homes, center-based, and A+ programs are encouraged to apply for grants that can help them with things like hiring staff and making child care more affordable. The deadline to apply is Feb. 15. To learn more: <https://dhsgrants.hawaii.gov>*  
2月2日 9:41AM  
新型コロナウイルス感染拡大で経済的に打撃を受けたオフ島の住宅所有者を支援するための新しいプログラムが始まりました。支援を受ける資格によって申請者は住宅ローン、固定資産税、公共料金、自治会費用などの支払いの支援として3万ドルを上限として受け取ることができます。財源はアメリカン救済計画法に基づいて連邦政府から支給される支援金です。もし住宅ローンを借り入れている銀行やローン会社がこのプログラムに参加している場合、オフ島の住宅所有者は住宅ローンの支援のみ受ける資格があります。この支援プログラムの受給資格についてはこちらから。  
*A new program has launched that can help O'ahu homeowners negatively impacted by the pandemic. Based on your eligibility, applicants can receive up to \$30K in funding to help cover mortgages, property taxes, utility payments, homeowner assoc. payments, and more. The funding is available through the American Rescue Plan Act. O'ahu homeowners will only be able to qualify for mortgage assistance if their bank or loan servicer signs up to participate in the program. To see if you meet eligibility requirements: <https://www.hawaiiancouncil.org/oahuhome>*  
2月2日 9:58AM  
もしコロナ検査を受けて陽性だったらどうしたら良いか?ワクチン接種や追加接種を誰が受けられるのか?ハワイ州衛生局はこれらの質問に答えるためのホットラインを開設しました。詳細はこちらから。  
*Have any questions about what to do if you test positive for COVID? Who is eligible for vaccines or boosters? The DOH has started a hotline to help answer questions. More information is posted below. <https://twitter.com/HawaiiDOH/status/1488961681568976897>*  
2月2日 10:24AM  
もしまだ見ていないのであれば、ポリネシアン航海協会の特別ナンバープレートが発売開始になりました。特別ナンバープレートはポリネシアン航海協会を記念し、協会のミッションへの理解を深めるものです。  
*If you haven't seen yet - PVS specialty license plates are now available! The special number license plates commemorate PVS and raise awareness of the PVS mission.*  
<https://twitter.com/govhawaiiより抜粋して翻訳、掲載しています。>

# ハワイ州議会 電気自動車に対して 新たな課税システム 走行距離税を検討

普通のガソリン自動車を所有して運転する人々は、ガソリンスタンドでガソリンを購入する際にガソリン税を自動的に徴収されている。ハワイ州議会では、ガソリン税を支払わない電気自動車の所有者に対して、走行距離税を課税するべきではないかという審議が行われているとハワイ・ニュース・ナウが伝えている。  
税率についてはまだ定められていないものの、提出されている州法案3313では毎年行われる安全性検査(セーフティ・チェック)の際に、電気自動車の所有者に走行距離に対して税金を支払わせようとしている。  
税率についてはガソリン税の年間平均税

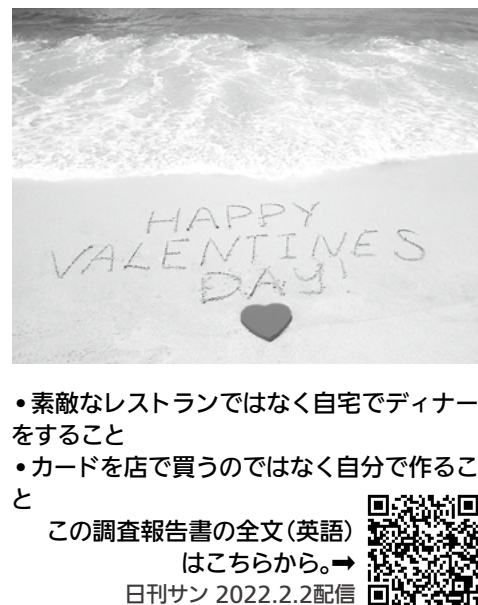
率を検討しているという。  
ガソリン税は公共道路の補修などの運輸行政の財源に充てられているため、ガソリン自動車だけでなく電気自動車の所有者も同様に負担すべきだというのが州運輸局の意見だが、一部の人は、そのような課税システムは人々が電気自動車を購入しようとする意欲を失わせるとして反対している。  
反対者のひとりであるデービッド・マルニックス氏は「この法案が通れば、人々は電気自動車を所有することで新たな費用が発生してしまうため、それなら電気自動車を買いたくないという残念な結果となってしまいます。電気自動車を所有することで既に50ド

ルの費用がかかっています。さらに費用を増やすことは電気自動車のさらなる普及に対するハードルとなるでしょう」と述べている。  
一方このシステムの運用を求めている運輸局は、電気自動車の所有者も道路を使用しているのに補修費用など運輸行政にかかる費用を負担しないのは不公平だとしている。  
運輸局の副局長であるエド・スニッフェン氏は「私たちは誰が費用を負担しているのかという観点から見て、公平性が重要だと考えています。高額な電気自動車を購入する余裕のない人々だけが補修費用を負担するという状況を変えたいと思っています」と述べている。  
日刊サン 2022.2.2配信

# バレンタインデーを過ごすのに 適した街ランキング ホノルルは全米3位

金融関連の調査や情報提供を行うウォレットハブ(WalletHub)という企業の調査によると、アメリカ人は今年のバレンタインデーに、カードやジュエリー、ディナー、その他のために239億ドル(2兆7,300億円)を消費するという。アメリカ人の人口を考えると、ひとり175ドルを大切な人のために使うことになる計算だ。  
同社はバレンタインデーのイベントの金額、ディナーの金額、気候など様々な観点から各都市を調査した結果、バレンタインデーを過ごすのに最もロマンチックで費用対効果(いわゆるコスパ)の良い場所のランキングを発表し、ホノルルは全米3位に輝いたと

KHONが伝えている。1位はサンフランシスコ、2位はシアトルだ。  
調査によると、ホノルルは人口あたりのチョコレート・ショップの数が最も多く、ジュエリー店は2番目に多いようだ。  
デイトン大学マーケティング学教授のユー・パン氏によると、コロナで消費者の購買行動が変化してきており、人々はプレゼントにお金を使うよりも一緒に楽しむことを優先する傾向にあるという。  
たくさんのお金を散財することなくバレンタインデーを楽しむための方法は次のとおり。  
•金額の上限を設定すること



•素敵なレストランではなく自宅でディナーをすること  
•カードを店で買うのではなく自分で作ること  
この調査報告書の全文(英語)はこちらから。→  
日刊サン 2022.2.2配信



•素敵なレストランではなく自宅でディナーをすること  
•カードを店で買うのではなく自分で作ること  
この調査報告書の全文(英語)はこちらから。→  
日刊サン 2022.2.2配信

## 信号無視をカメラで監視 新システムが5月から運用開始

ハワイ州運輸局が2月1日に新しいシステムの運用を発表したとホノルル・スター・アドバイザーが伝えている。

新しいシステムとは、カメラが設置されている交差点を赤信号で走行した場合カメラがその車の画像を捉えて、その自動車の登録されている所有者に信号無視の違反チケットが郵送で送られるというものだ。

発表によると、1月からオアフ島にある10カ所の交差点に防犯カメラの設置が開始されており、作業は3月中に完了予定で、そこからシステムのインストールが始まり、5月には運用が始まる予定だという。

初めの30日間はテスト期間として警告書のみが郵送されるが、その後は正式に運用されて罰金チケットが郵送されて200ドル以上の罰金が科せられることになる。

運輸局では、運転手が責任ある行動を取る

ことによって事故を減らすことができるとしており、このシステムに効果があることが立証されれば、ハワイ州内の問題の多い交差点に運用を拡大していきたいとしている。

エド・スニッフェン副局長は「新システムのゴールは公共の安全を維持することです。信号無視は死亡事故につながる最も大きな要因なので、これをやめさせることが目的です。問題の多い交差点で信号無視をなくすことができれば、安全の維持につながります」と述べている。

今まで起こった事故を分析した結果、次の10カ所の交差点が選定された。

- リケリケ・ハイウェイとスクール・ストリート
- パリ・ハイウェイとヴィンヤード・ブルバード
- ベレタニア・ストリートとピイコイ・スト

- リート
- キング・ストリートとワード・アベニュー
- ノース・キング・ストリートとベレタニア・ストリート
- ヴィンヤード・ブルバードとパラマ・ストリート
- ヴィンヤード・ブルバードとリリハ・ストリート
- キング・ストリートとリバー・ストリート
- パリ・ハイウェイとスクール・ストリート
- カピオラニ・ブルバードとカマケエ・ストリート

ハワイ州議会はこのシステムを2年前に可決しており、当初は2021年7月1日からの運用が予定されていたが、財源の問題や交差点の実現可能性の調査などによって計画が遅れていた。

日刊サン 2022.2.2配信

## ハワイ語を学びませんか？ ハワイ観光局が2月に無料オンライン講座

ハワイ州では2月をハワイ語月間「マヒナ・オレロ・ハワイ (Mahina 'Ōlelo Hawai'i)」と州法で制定している。

マヒナとはハワイ語で「月」、オレロとは「言語」を意味する言葉だ。

ハワイ観光局では2月にハワイ語について



学ぶ無料の「マヒナ・オレロ・ハワイ特別講座」(日本語)をオンラインで開催する。

ハワイ時間で毎週金曜日午後2時30分から、日本時間では毎週土曜日午前9時30分から所要時間は45分となっている。

無料で参加できる今回の講座は、ハワイ州観光局公式ラーニングサイト「アロハプログラム」で講師を務めるミラニ・ヨシコ・クーパー氏を講師に迎えて、ハワイ語の初心者も気軽に参加できるように基礎から学ぶ内容で構成されているという。

今週から始まる全4回の全ての講座に参加された方の中から抽選で10人ハワイ州観光局オリジナルグッズのプレゼントも当たる。

ハワイ語について無料で学ぶ良い機会な

のでぜひ参加してはどうだろう。

▼「マヒナ・オレロ・ハワイ特別講座」概要

- 日時: ハワイ時間毎週金曜日午後2時30分から3時15分の45分間(日本時間毎週土曜日午前9時30分から10時15分)
- 場所: ZOOM(オンラインでのライブ配信)
- 定員: 先着1,000人
- 費用: 無料
- 申込方法: 下記フォームから応募。
- 応募フォーム: <https://hawaii-campaign.jp/mahina-olelo-hawaii2022>



日刊サン 2022.2.3配信

## 禁酒月間「ドライ・ジャニュアリー」 ハワイ州では人口の14%が参加

米中毒センター(AAC=American Addiction Centers)の最新の報告によると、ハワイ州住民の14%が「ドライ・ジャニュアリー」(Dry January)と呼ばれる禁酒月間に参加したとKHON2が報じている。

コロンビア公衆衛生局(CPH=Columbia Public Health)の報告では、2020年3月~9月にかけての米国内の酒類販売店の売り上げ高は419億ドル(約4兆8,000億円)だった。パンデミックが続く中、全米のアルコール

の販売量は「家飲み」をする人々の増加とともに増え続けている。

CPHは、家飲みの増加は、パンデミック中のストレスや、精神的な不安解消のための新しい方法になっているとの見方を示している。また、ドライ・ジャニュアリーで禁酒をした人々は、2月に入り、通常よりも多い酒量を摂取し始める傾向がある。

AACの報告によると、1月に禁酒をしていた人々の31%が、2月1日から再びアルコー

ルを摂取し始め、アメリカ人の5人に1人はより多い酒量になる。また、アメリカ人の5人に2人が、今年10月の禁酒月間、「ソーパー・オクトーバー」(Sober October)に参加する見込みだという。

全米50州の1月の禁酒率を含むAACの報告は、<https://detox.net/blog/festive-february/>から。

日刊サン 2022.2.3配信

## 侵略的外来種「コキガエル」 マウイ島にも... 根絶に腐心

マウイ侵略的外来種対策委員会(MISC=The Maui Invasive Species Committee)は、マウイ島北岸ペアヒ地域に生息するコキガエル根絶のため、地域からボランティアを募集するか、非営利団体の米保全体験団体(ACE=American Conservation Experience)から人員の一時雇用を検討していると、マウイニュースが31日に報じた。

コキガエルはプエルトリコ原産。ハワイの自然環境にはコキガエルの捕食者がいないため、侵略的外来種に指定されている。

主にハワイ島で増加し、鳴き声による騒音問題を引き起こしている。

2019年には、オアフ島のバロロ地区でも発見された。

ハイク地区組合のミーティングで、MISCコキガエル管理担当のスーザン・フレット氏は、「ペアヒ地区のコキガエルは、車や植物に紛れて、マウイ島の他の地域に拡散している」と話した。

MISCは最近、コキガエルが20匹以上いる棲息群を駆除したものの、まだ9つの棲息群が残っている。

MISCが募集を検討しているボランティアは6人~12人で、駆除活動は週に1回行われる予定。ボランティアには、駆除のためのクエン酸が入ったスプレーや消耗品が手渡されるという。

ACEから一時的に人員を雇用するには約12万5,000ドルの資金が必要だが、フレット氏によると、この資金は、州政府の助成金や寄付で賄える可能性があるという。

日刊サン 2022.2.2配信



By Cathybw1 - Own work, CC BY-SA 3.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=28842073>

その他のニュースは  
日刊サン  
ウェブサイトへ

40th ANNIVERSARY T.Okiはおかげさまで40周年

Come to check for monthly special!

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

TOKI TRADING  
www.tokitrad.com

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

安い! 速い! SIGN & COPY EXPRESS

モノクロコピー \$0.035\* 日刊サンを見た! で  
カラーコピー \$0.23\* ポスター、バナー  
ポスター(22"x28") \$30~ 10% OFF  
バナー(24"x48") \$40~ \*1000枚以上の料金

9444000@gmail.com  
www.hicopyexpress.com (808)944-4000

移転しました  
1302 Young St.  
Zippy's 近く  
名刺、チラシ、請求書等  
何でもご相談ください。

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

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

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 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

# 来夏の映画観ようよ♪

## ハウス・オブ・グッチ

社会人になったらきちんとしたブランド腕時計をひとつ身につけるべし、という日本の暗黙のビジネスマナーに則り購入したのがGUCCI。白い文字盤にシルバーの花が描かれ、エレガントかつシックでお気に入りだった。

運送業を営む家族の元で働くパトリツィアは、あるパーティでたまたま老舗ファッションブランド GUCCI の創業者の孫マウリツィオと出会う。彼は家業には興味がなく、弁護士を志す朴訥な青年で純粋に彼女に恋をするものの、経営権を握る父ロドルフォに「財産目当ての女だ」と一蹴される。反対を押し切り結婚、子供も授かり幸せに思えたが、マウリツィオの叔父アルドやその息子パオロを含む一族間の確執を知ったパトリツィアは、それを巧みに利用して地位や財力を我がものにしようと画策し、やがて取り返しのつかない事態へと発展していく。

“アリー/スター誕生”で圧巻の演技を見せたレディ・ガガ、言わずと知れたアル・パチーノや実力俳優のキャストと知り、これは観なくては!と意気込み、それぞれ案の定の怪演で見事にGUCCI家の熾烈な人間模様を惹き込まれていった。謀略渦巻く様子は、まさに古代エジプト王朝やローマ帝国から続く権力をめぐる悲劇そのもの…そういえば、“スーサイド・スクワッド”でエキセントリックなジョーカーを演じたジャレッド・レトは誰役だったのだろう、と鑑賞後にチェックしなくてはわから



ないほど原型を留めぬ変身ぶりにも脱帽。あくまで実話を基にした作品であり当の本人達の真意を知る術は無いが、パトリツィアがもっと控え目に夫を立てつつマネジメントをしていたら、案外GUCCI家は上手く行っていたのかもしれない、と思ってしまった。

時代は変わり、今や多くの社会人が腕時計を持たずスマートフォンで時間を確認するのが主流となった。ファッションの流行しかり、全ては時の流れとともに変わっていくものだが、あの思い出の腕時計のようにクラシカルさを残したGUCCIであって欲しい。



●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カ国への旅する映画ラヴァー／初めてプレゼントされ嬉しかったペアリング(GUCCI)が知らぬ間に質屋に出されていた事があり…人生色々なことが起きますよね。

# はちネコ☆JAPAN

はちろう NO143

目標

キューたろう・ななみん



## マゲ知識 【Nintendo Switch】

Nintendo Switchとは、場所や内容に合わせて、形を変えることができるゲーム機なんだニャ。例えば、大画面テレビに繋いでゲームの画面を大きく見ながら遊ぶこともできるし、テーブルの上に本体を立てて、コントローラーと切り離して遊ぶのもできるんだよ。もちろん、そのまま本体ごと持ち出して、移動中や外出先でも遊ぶこともできるから便利なんだニャ。 byはちろう @まつだりえ



**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)

**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、(「CONTACT」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](http://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 **日本語と対応** 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](http://www.gankahawaii.com) 木・日・祭 休診 院長 Dr. 武田裕子

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! 山田メルビシ貴生 急な痛みに…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 Best Dentists ホノルルマガジン誌 最高の歯科医の 1人選ばれました!

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

**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

奥さん、旦那さんの話は聞こえていますか?

AI技術の補聴器で解決! 会話をよりスムーズに 社会からの疎外感を感じない 痴呆症の予防にも

45日間の無料体験可能

外から見えず、耳に完璧フィット! 快適、自然な音のクオリティ

**O'AHU HEARING CARE LLC** \$500 OFF 2022年1月末まで

早めの補聴器で let's save money!

808-799-4897 (日本語) 808-593-2137 (英語) 1296 S. Beretania St, #102 Nhan Tran HIS

住まいのトラブルに…

**住まいの911** 特殊なコーティング技術で、古く汚れたお風呂が新品同様になります!

Before After

★お風呂リニューアル \$490～ ※色は白、他の色は別料金で承ります  
★お風呂と壁コンボ \$940～

キッチンカウンター、シンク、シャワールームも可 日本式の深いお風呂の設置もいたします

**TOTO ウォシュレット** リモコンで温水、温風! 別料金でコンセント設置可 (設置料込) **超目玉品 \$690 → \$490**

**ハンディマンサービス** ※水道のトラブル (詰まりや水漏れ) ※天井ファン取付け、キャビネット取付け ※蛇口交換、シャワーハンドル取付け ※トイレ交換、シャワードア交換 ※浴槽内の手摺り取付け ※デスポーザー取付け

ホノルル市内 見積り無料 **フラット料金** 安心の 時間チャージなし

日本人経営☆お気軽にお電話ください 808-888-9256 施工例や詳細はコチラ [www.oahutubdoctors.com](http://www.oahutubdoctors.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・カウンセル法律事務所 1833 Kalakaua Ave. #408 Honolulu HI 96815 dtakeno@migrationcounsel.com [www.migrationcounsel.com](http://www.migrationcounsel.com) 弁護士タリル・タクノ

**保険の見直しをしてみませんか?** 日本語で無料相談いたします

生命保険 長期介護保険 三大疾病保険 IRA/ROTH IRA 年金 メディケア

お気軽にお電話下さい ☎808-225-9555 横江 和子 OCCIDENTAL UNDERWRITERS 1163 S. Beretania St.

**和太鼓 ドラゴンビートハワイ** 熱心に情熱的に教えます

講師: 中井 勉 NaHoku HanoHano Graphic Award 2019

2歳からシニアクラスまで募集中 脳の活性化に!

5～8歳クラス 絶賛募集中 日本語 808-492-9137 dragonbeat1111@gmail.com 水(3時)、金(5時半)、土(3時半) English 808-741-0513 <http://www.dragonbeat.org>

占い鑑定サロン(四柱推命・算命学) ワイキキSeaside Aveの **Kusu Kusu Hawaii** クスクスハワイ

お気軽に電話(テキスト)でお問い合わせください 808-222-3087 (リタ) [kusukusuhawaii.com](http://kusukusuhawaii.com)



# ハワイからペットボトルがなくなる？ ハワイ州議会がペットボトル禁止法案を検討中

ハワイ州議会では、今後2、3年後州内でペットボトルを禁止する法案を検討しているとKHONが伝えている。

もしこの法案が可決されると、16オンス(およそ473ml)より小さいペットボトルは2024年までに、それより大きいペットボトルは2025年までに製造、配送、販売が違法行為となる。



この法案を提出した下院議員であるショーン・フィンラン氏は、社会がペットボトル中毒になっていると述べ、法案の趣旨はなんでも使い捨てる世の中の流れを健康と環境を守る方向へ変えることだという。

「ビーチにも河川にも海にもプラスチックがいたるところに捨てられています。死亡したウミガメを解剖すると胃の中からプラスチックが出てくるのです。最近発表された研究では、女性の胎盤に微小プラスチック粒が見つかったといえます。これは本当に恐ろしいことです」

ハワイ州ではすでにプラスチック製ストローと包装バッグは禁止されており、多くの人はステンレス製水筒を携帯している。

次のステップとしてはペットボトルの禁止に向かうべきだという。

「私たちは全面禁止の目標を達成するために関連企業と協力していく必要があります。」

企業の新しい法律への対応が追いつかない中で州政府が早急に禁止を実行した結果として、ハワイで飲料が手に入らないような事態になることは避けなければいけません」

メネフネ・ウォーター社の社長であるケン・サイモン氏は、このような法案を提出する前に相談して欲しかったという。

「私としては、議会が何をしようとしているのか理解を深めるために関連する業界に相談してほしいと思います。意味するところはわかりませんが、方向性が間違っていると思います。(ペットボトル全面禁止は)現実的ではなく、私たちのビジネスは破壊され、数百人の従業員が仕事を失うこととなります。新しい技術が開発されて、生分解性のある原材料が安価にすぐに手に入れることができるのであれば、私も賛成しますが、現時点はそのような状況にありません。それに、ハワイを汚染している微小プラスチック粒はハ

ワイから排出されているものではありません。海の向こうの国々から流れてきているのです。ハワイがペットボトルを禁止しても、海中の微小プラスチック粒がなくなることはありません」と述べている。

一方、アロハ・ウォーター社の社長であるダニエル・ガブリエル氏はペットボトル禁止に賛成している。

同社ではすでに使い捨てペットボトルの使用をやめ、新しい製品として箱詰の「ボックス・ウォーター」を販売している。

製造コストは高くなるが、その価値はあるという。

「私たちは環境に優しい企業を目指しています。今回のペットボトル禁止には賛成です」州議会ではエネルギー環境保護委員会が法案を次段階へ進めるかどうかを検討することになっている。

日刊サン 2022.2.3配信

## 少女を誘拐・性的暴行容疑で 28歳男を勾留

28歳の男が今週、公営住宅団地で少女を誘拐し性的暴行を加えたという容疑で逮捕され、100万ドル(およそ1億1,400万円)の保釈金で現在勾留されているとハワイ・ニュース・ナウが伝えている。

ホノルル警察によると、逮捕されたのはジェイ・トロシェ(28歳)、誘拐、第3級性的暴行、第1級性的暴行未遂の容疑だいう。

事件が起こったのは1月31日(月曜日)午後3時30分ごろ、アフィマヌ・ストリートにあるホオキバ・カハルウ公営住宅団地だ。

目撃者によると容疑者は薬物を使用していたように見えたという。

事件直前に男性を目撃した女性は「彼はクスリが何かやっていたように見えました。一緒にいた私の妹によると、その男性は女の子の後をつけていたことがあって、よくない状況だと話していたところでした」

男性は少女に話しかけるとあつという間に少女を連れ去ったようだ。

「すぐに私の家から500フィート(およそ

150メートル)くらい離れた場所から女の子の叫び声が聞こえました」

警察によると襲われた少女は10歳未満で、団地のコミュニティーセンターの中にある男性用トイレに連れ込まれた。

男性はトイレの扉の閉めて少女に暴行を加えようとしたところ、少女が叫び声をあげたために近くにいた10代の少年たちが助けに駆けつけ、親たちに連絡をして大人たちもすぐに現場にやってきたという。

容疑者の男性は逃げようとしたが、10代の少年2人に追いかけられ、現場に到着した警察によって団地の外の路上で逮捕された。

犯罪現場となった団地を管理しているプロパティーマネージャーであるランデアッテ・マッケンロー氏は「容疑者は団地に居住しておらず、居住者の親類や知人でもありませんでした。私たちは被害者とその家族を支援し、正義が行われるように警察に協力していきます」と書面でコメントを発表した。

日刊サン 2022.2.3配信

## 特別ナンバープレートの新デザイン 「ホクレア号」販売開始

ホクレア号とは古代の伝統的な航海術を再現したカヌーのことで、古代ポリネシア人たちがカヌーに乗って島々を渡り、ハワイにたどり着いたということを科学的に立証するために1974年に建造されたものだ。

コンパスなどの計器を一切使わずに、星や波、風など、自然からのサインを読みながら大海原を航海する。

1976年から30年以上にわたって世界の海を航海してきており、ハワイ州の州宝にも認定されている。

そのホクレア号がハワイ州の自動車の特別ナンバープレートの新デザインとなり、販売が開始されるとホノルル・スター・アドバイザーが伝えている。

今週からおよそ18,000枚がオアフ島のサテライト・シティホールにて、そしてハワイ島でも販売が開始されている。

カウアイ島では来週月曜から、マウイ島では3月から販売が開始されるという。

価格は35.5ドルで、その内20ドルはポリネシア航海協会の収入となる。

また特別ナンバープレートに変更・利用す



る費用として年間25ドルが別途かかるが、そこから20ドルが同協会に送られる。

ハワイ州では通常のナンバープレートとは別に特別プレートとして、ハレアカラ火山とハワイ火山国定公園をモチーフとした2枚がすでに用いられており、今回のホクレア号で3枚目となる。

昨年デービッド・イゲ知事と州議会により承認されて今回の実現となった。

このナンバープレートの詳細についてはこちらから。

<http://www.hokulea.com/pvs-specialty-license-plates/>



日刊サン 2022.2.3配信

## 運転免許証更新、 オンラインシステム導入の可能性 ハワイ州議会

ハワイ州議会は、現在議会を通過中の上院法案2105、下院法案1429で、ハワイ州運輸局に対し、運転免許証更新の際、オプションとしてオンラインシステムでの更新を導入するよう求めているとハワイニュースナウが報じている。

法案には、免許証更新の申請者が、視力などの点で運転に適している状態であることを示すため、医師の健診による健康状態を示す書類の提出義務が含まれている。

現在、ハワイ州では、運転免許証の更新のため数ヶ月前からの予約が必要だったり、当日も長い待ち時間を強いられたりするなど、不便なことが多いため、住民の間から改善を要望する声が高まっている。

2つの法案のうち、上院法案2105については、3日に行われる州運輸委員会の議論のなかで、導入の賛否を問う投票が行われる可能性がある。

日刊サン 2022.2.3配信

## 300万ドルの宝くじ当選 迷惑メールは本物だった ミシガン州

ミシガン州オークランドに住むローラ・スピーアーズさんは、昨年12月31日にオンラインで宝くじを購入した。

5つの番号を選んで当たると100万ドル(およそ1億1,500万円)が当たるという宝くじだったが、ローラさんはこれに「3倍」のオプションを購入した。

そして数日後、知人からのメールが見当たらなくなってしまったために「迷惑メール(スパムメール)フォルダー」の中を探していたときに、「宝くじが当選しました」というメールを見つけたという。

初めは迷惑メールだと思ったが、実際に宝くじを購入していたことから中身を確認すると、本当に当選していたのだ。

ローラさんは先週、宝くじ本部で300万ドル(およそ3億4,500万円)の小切手を受け取ったとスカイ・ニュースが伝えている。

賞金は家族と共に分け合っており、早めのリタイアをする計画だという。

「迷惑メールフォルダーを確認して本当にラッキーでした。今度からは迷惑メールフォルダーもチェックすることにします」。

日刊サン 2022.2.1配信

## バレンタインデーの豆知識

バレンタインデーを前に、街にはバレンタインデーの赤やピンクのデコレーションがあふれている。女性から男性へチョコレートを贈って愛を告白する日本と異なり、アメリカでは友人、子供など様々な人々に対して親愛の情を示すのがバレンタインデーだ。

男性から女性にジュエリーなどを贈ることも多い。そのバレンタインデーについての豆知識をフォックス・ニュースが伝えている。

・1年で一番生花が売れる日 アメリカ生花協会によると消費者が生花と鉢植えに対して最もたくさんの金額を支払う。ちなみに2位はクリスマス。

- ・カード会社ホールマークが初めて店舗でバレンタインデーのカードを発売したのは1916年。
- ・毎年バレンタインデーにはおよそ1億4,500万枚のバレンタインデーカードが購入されている。
- ・アメリカ人がバレンタインデーのためのプレゼントのために昨年消費した金額合計は218億ドル(2兆5,000億円)!!!!
- ・アメリカ人の人口の64%が愛する人(ペットも含む)のためにプレゼントを買う。
- ・アメリカ人がバレンタインデーのために使う金額は平均197ドル。

日刊サン 2022.1.31配信





STORY 184

## カニカマとカリフォルニア・ロールの原点 Part 3

美味しくお手頃価格で楽しめる“カルフォニア・ロール”は、日本人の創意工夫、発明によって世界で大ヒットを遂げました。そのカルフォニア・ロールに欠かせないのが“カニカマ(

imitation crab meat)”となるわけですが、その発明もまた日本人によるものでした。今回はそのカニカマの原料となる魚の“すり身”について、話をしてみたいと思います。

さて、そのすり身もまた日本に端を発しています。その歴史はとて古く平安時代、1200年前まで遡ります。やがて全国津々浦々まで広まり、かまぼこ、ちくわ、さつま揚げとして庶民に親しまれる食材へと発展しました。

すり身は、魚ソーセージやつみれなどの原料にもなっています。世界でも、カニ味のカニカマだけではなく、ロブスター味の品などまであり、今や米国やヨーロッパでは、シーフード・サラダ、サンドウィッチなどの材としても欠かせないものとなっています。世界一の消費を誇るのは意外にもフランス、2位はスペインという具合で欧米のスーパーマーケットには必ず置かれています。

すり身という日本語は、そのまま米国を含め海外では、“Surim”と呼んでいます。まさしく“Sushi”や“Karaoke”と同じ世界の言語となっているわけですね。

すり身の原料になる魚は主にスケソウダラですが、イワシ、ホッケなどもあります。私は冬の厳しい北海道函館の出身なのですが、子供のころには、母が獲れたてのイカやイワシをすり鉢

ですって、すり身を作ってくれたことを思い出します。それを魚団子にして、熱々の鍋料理を作ってくれました。とても懐かしいですね。



スケソウダラ

スケソウダラは、脂肪が少なく身質が水っぽくもあり、傷みも早いので鮮魚として流させるには難しかったのです。そこで、かまぼこを初めとする魚練り品の主原料として大に見込まれるようになったわけです。

すり身用途以外では、フィレにしてフライやムニエル用に、乾燥させて棒鱈(ぼうだら)を作ったりしています。スケソウダラの卵巣は塩漬けにして“タラコ(鱈子)”にしたり、唐辛子を加えて“辛子明太子”などにも重宝されていますね。また、白子は、鱈ちり鍋、味噌汁や、白子ポン酢などの料理として最高です。マダラ(真鱈)の白子に比べると、味が多少劣るために価格は安いようです。東北地方では“タラのアラ汁”も冬の時期には体を温める鍋料理にもなり、捨てる場所のない魚として愛されています。

スケソウダラの漁場は、日本海やオホーツク海、ベーリング海などの北太平洋漁場が主な漁場となっています。厳しい冬の北の海だったのです。



## 寒暖の差

みなさん、こんにちは。だいぶ日中は暑くなる日も多くなってきました。そんな中、最近うちも子供たちが朝起きると咳をします。今の世の中、うっかり咳ができない雰囲気です。咳はさまざまな原因で起こります。私も10年近く前に急に咳が出始めて、それがかなりひどく何年も悩まされました。それこそ違う分野の専門医にそれぞれ行き、いろいろな検査もしました。その結果何も原因は分からず、ただ単に咳が長引いてしまったので、軽い

喘息になったということでした。今では、軽い喘息なので予防をして精油を使うことができますが、急に症状が出るとすぐには対処できません。

子供たちが咳をしていると、まずは風邪の前兆を疑いますが、上の子は特にアレルギー体質で、アレルギーも疑います。しかし、ここ最近では子供たち二人が同時に咳をしているので、何だろうと気になっていました。そこで、もしかしたら朝起きた時は寒くて、すぐに暑くなってくるこの気候のせいかもしれないと思ったのです。はっきりとは分かりませんが、子供たちが言うには昼間や夕方には咳は出ないそうです。

子供たちの症状はさておき、寒暖の差による不調は、ハワイに住んでいるとあまり感じないですが、差があまりないがゆえに、小さな変化が身体に反応しやすいとも言えます。どのような症状が起きやすいかというと、自律神経のバランスを崩しやすいので、精神的に不安定になったり、疲れやすい、眠りが浅いなどという症状につながります。自律神経は、ホルモンバランスと深く関わっているため、PMSや更年期障害のような症状を引き起こすことも考えられます。

では、どのようにアロマセラピーで対応していったら良いでしょうか。精油の成分は、直接脳に働きかけることができるので、自律神経のバランスを整える効果が大きいと期待できると言

えるでしょう。副交感神経の働きを促して、リラックス効果を高めてくれるというラベンダー。不安や緊張をほぐしてくれるスイートマジョラムやネロリ。ホルモンのバランスの乱れも感じるようであれば、ゼラニウムやクラーリースーゼージも有効です。柑橘系のベルガモットもおすすめで、オレンジのように甘くなく、レモンのもでもなく、グリーンな香りがします。自律神経のバランスを整え、気分を前向きにしてくれます。オレンジやグレープフルーツも気分を明るく元気にしてくれる効果があります。

ハワイにはあまり寒暖の差はないですが、オフィス勤めの方は過度のエアコン使用による影響を受けていますから、もし体調がすぐれないという症状がある場合は、自律神経の乱れかもしれないですね。オフィス内では、身体を冷やさないよう十分ご注意ください。



山中麻瑠 Maru Yamanaka

1999年に渡豪、IFA認定アロマセラピストとなる。オーストラリア某有名デイスパ、日本で医療現場、ホテルSPA、等で経験を積み、アロマセラピスト育成講師も務める。2005年ハワイに渡り、2008年より11年間アロマアットホームのオーナーを務める。現在、アロマセラピーを広める活動中。2014年からアロマセラピーワークショップ開催。  
Instagram: @maru\_808aroma  
FBページ: MY Essence Hawaii



## ウイスコンシンで独り言 — テキサスへの道(2)

私達はウイスコンシンから三日かけて、テキサスに向かいました。アメリカで高速道路で長距離を走っていると、なるべく目的地に早く行きたいと速度を速め、休憩もそこそこにしたくなる人が多いと思われ、ガス欠だけは注意したいです。テキサスへの道中で、一時間以上も給油所のような場所が全くなく、人家のない箇所がありました。ガソリンタンクが空になってきたのはアーカンソー州のリトルロックという所でした。どうやら夕方の渋滞に巻き込まれたのか、何か事故があったのか6車線もあ

る道路でノロノロ運転となってました。進行方向には西日が差して、車線変更も大変でしたが、何とか車線を変えて高速を降りて、給油することとし、ついでに夕食も済ませました。

### ちょっと怖かった夜の高速道路

夕食後、アーカンソーのリトルロックからその日の宿までは一時間ちょっとの道のり。幸い夕方の渋滞は治まりつつありましたが、高速道路はトラックの量が増えました。だんだん都市部から離れると道路の照明がなくなり、蛍光塗料の車線をたよりに走るので恐る恐るです。ところがトラックの運転手はこうした道に慣れているのか、時速で140キロほどでどんどん飛ばしていきます。彼らからすれば私のように時速110キロほどのノロノロ運転はさぞかし目障りであろうと思いましたが、知らない真暗な道を高速で飛ばすのは何とも不安でした。それでもこうした多くのトラックがスーパーや我々の生活必需品を運んでくれるんですね。改めてこうした人たちがいるから、毎日野菜など必要な物が手に入ることに感じ入りました。

### テキサスのヒューストン

三日目はテキサス入り、目的地の海岸都市ガルベストーンへ行くのに、ヒューストンを通過して行きます。町が近づき、通過するまでの2時間ほどの時間は6車線の広い道路で、左車線と右車線の両脇からブンブン猛スピードで自分達の車を抜いていきます。

自分の前後だけでなく、右左右にも注意を払って緊張でした。ただそうではあってもまだ夕方の混雑する時間ではなかったので、地元の人には大したことはないものと思われました。ヒューストンは他のテキサスの都市と同様、近年発展の一途を辿っています。住宅など物価が比較的安く、ハイテクなどの高収入の仕事が多いためのようです。困ったことはその発展に道路整備が追いついていないことのようなですね。

### 冬はどこも寒い?

ウイスコンシンからテキサスへ2100キロ以上南下して来ても、昼間に摂氏で15度くらいになることはあっても、朝晩は風が吹いて体感温度で0度以下になることもあり、寒いのです。来る前には年間気温など調べておきましたが、風が吹いての体感温度までは想像できませんでした。せっかくの海の見える部屋の滞在ですが、2月初めの退宿まで外のバルコニーに出ることや温水プールにも入らずに終わりそうです。

### 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、ハワイバシフィック大学(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。



## ヨガは何のため?

ヨガは年齢や性別、宗教などにとらわれずに多くの人が気軽にレッスンを受たりポーズをとったりすることができます。一般的に、体を動かすヨガは「アーサナ」と呼ばれるもので、ヨガそのものと動くことは、イコールではありません。今日は、ヨガを少し深掘りしてみましょう。

そもそも、ヨガは何語でしょう? ヨガは、インドで昔使われて

いたサンスクリット語で、発音は「ヨーガ」です。ローマ字表記ではYogaですが、サンスクリット語の“o”の発音は伸ばす決まりがありますので「ヨーガ」が本格的な発音に近いですね。一般的な会話ではヨガでもヨーガでもどちらでも大丈夫でしょう。

「ヨーガ」という言葉自体には、「つながる」という意味があります。私たちは本来、自分の繋がりの対象を自分で選ぶことができますが、しがらみやエゴ、習慣などにとらわれてしまい、繋がりたい対象を見落としてしまいがちです。繋がりの対象とつながるための方法は、「ヨーガストラ」に記載されています。

「ヨーガストラ」は、格言集のようなもので、ヨーガ実践者の多くが読んでいます。「ヨーガストラ」には、運動(アーサナ)についても触れられていますが、瞑想について多くのことが記載されています。

瞑想は、自分の繋がりの対象を定めるために有効です。瞑想は仏教の印象が強いですが、仏教もインド生まれですので、仏教と共に中国を経て日本に渡ってきたと考えられます。

瞑想と聞くと、「無」を経験する、あるいは「空」になるというイメージがあるかもしれません。「ヨーガストラ」で詳細に書かれている瞑想は、繋がりたいものと強くつながるようになるための瞑想です。繋がりの対象は自分で選ぶことができますので一言

で記載することはできませんが、自分の魂や、純粋なる光のような、とても崇高なものとなつていくような感覚でしょう。宗教信仰がある人は、神様とつながるといった解釈になるかもしれませんが。

ヨーガの実践は、体を動かすアーサナ以外にも、チャンティング、祈り、行動を意識的に行うなど、いくつもの方法があります。そして、誰もがヨーガを実践することができるのです。私たちが生きるこの世界を、エゴなどのフィルターを通さずに見ることができたら、きっと世界観が変わることでしょう。

ヨーガを実践すると、曇りなく微細なものまでがしっかりと見える、清々しい人生が待っているのです。ヨガは、そんな生活を求める人のためのものです。

### 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](https://note.com/malie_ayurveda)

## 尾身会長、医療機能不全前に宣言も

政府の新型コロナウイルス対策分科会の尾身茂会長は1日の衆院予算委員会で、緊急事態宣言を発令する場合のタイミングについて「まん延防止等重点措置の効果を見つ、医療機能の不全が発生する前に宣言を出すオプションもあり得る」と述べた。尾身氏は、病床使用率だけでなく、「入院

者の重篤度も考慮し、総合的に判断する必要がある」とも語った。宣言の内容については「飲食店だけの対策ではもう効果がない」と指摘。「重症者や子どもにどう対応するのか、社会機能をどう維持するのか、こういう問題を明確にした上での対策が求められている」と強調した。

## 「台湾です」に好意的 北京五輪開会式

台湾メディアは4日、北京冬季五輪の開会式を中継した日本のNHKのアナウンサーが「チャイニーズ・タイペイ(中華台北)」の呼称で参加している選手団を「台湾です」と呼ぶことを相次いで好意的に報じた。中央通信社は「昨年の東京五輪でもNHK

は『台湾』と呼び、多くの国民と台湾に友好的な日本人を興奮させた」と紹介。主要紙・自由時報は「しかし、中国国営中央テレビ(CCTV)は『中国台北』と呼び世界をあざんとさせた」と対比して伝えた。

## 羽生九段、A級から陥落 連続29期在籍、歴代4位 将棋・順位戦

将棋の第80期名人戦・A級順位戦で4日、羽生善治九段(51)が永瀬拓矢王座(29)に敗れた。羽生九段は2勝6敗となり、3月の最終局を待たずに、連続29期在籍したA級からB級1組への降級が決まった。順位戦最上位のA級では毎年、トップ棋士10人が名人への挑戦権を争う。羽生九段は1993年度に22歳でA級に昇級以後、名人在

位9期を含めA級の地位を維持してきた。羽生九段は終局後、降級について「内容も結果も伴わなかったので、致し方ない結果かなと思う」と語った。名人・A級の連続在位29期は、故大山康晴十五世名人の44期、谷川浩司九段(59)の32期、故升田幸三実力制第四代名人の31期に続き、中原誠十六世名人(74)=現役引退=と並ぶ歴代4位の記録。

## AEDバッテリー切れで使えず 高齢者死亡

千葉県成田市消防本部は4日、心肺停止状態の70代女性を搬送する際、自動体外式除細動器(AED)のバッテリー切れで電気ショックを実施できなかったと発表した。女性は搬送先の病院で死亡が確認され

た。消防は因果関係を調査している。消防によると、同日朝に行うはずだった資機材の点検時に救急出動が入り、戻った後も点検を怠ったことが原因としている。

## 中国の新疆、装甲車出動で緊張 ウイグル族「五輪は見ない」

少数民族への人権侵害が行われていると米欧が批判する中国新疆ウイグル自治区では4日、北京冬季五輪の開幕に合わせ警戒が強化され、街に多数の装甲車が現れた。緊張感が高まる中、ウイグル族の住民は「開会式も競技も見ない」と冷やかな口調で話した。区都ウルムチの繁華街を歩いていた30代

の男性は、街頭に設置されたおびただしい数の監視カメラに目をやり「みんな五輪に興味はない」とこぼした。人権や政治だけでなく「五輪でさえ簡単に話せる話題ではない」と声を潜めた。国際大バザール内にある五輪グッズを扱う店は閑散とした様子だった。

## ウイグル族女子選手が聖火点灯 弾圧否定に狙いか

4日に行われた北京冬季五輪開会式の聖火の最終点火者を務めた2人のうち、1人が新疆ウイグル自治区出身のウイグル族の選手だった。ノルディックスキー距離女子のジニゲル・イラムジャン選手(20)。北京五輪をめぐるのは、新疆ウイグル自治

区での人権侵害を理由に、米英などが式典に政府関係者を派遣しない「外交ボイコット」を表明していた。中国によるウイグル族弾圧への批判が高まる中で、弾圧を否定し、批判に反論する狙いがあるとみられる。

## NFTに特化した美術館が開館 米シアトル

米国でこのほど、デジタル資産「NFT(非代替性トークン)」に特化した美術館が開館した。ブロックチェーン(分散型台帳)技術を用いたNFTアートは、美術界に旋風を巻き起こしている。ワシントン州にオープンした「シアトルNFTミュージアム」は、来場者にNFTという新たな世界を知ってもらうことを目的に、オリジナルのNFTアートの展示に加え、その背後にあるNFT技術の仕組みを解説している。共同創設者のピーター・ハミルトン氏は、NFTアートを大画面で展示している同館について「物理的な場を設けたのは、誰でもNFTアートにアクセスしやすくするため」と説明した。

NFTアートは、唯一無二のデジタル作品で、所有権を記録することができる。イタリアの巨匠レオナルド・ダヴィンチの「モナリザ」も、複製は無数にあるがオリジナルはフランス・パリのルーブル美術館にしかないように、コンテンツの複製は可能であっても、NFTアートはそのオリジナルと見なされる。投資家や資産家のコレクターらはここ数か月、暗号資産(仮想通貨)と同じブロックチェーン技術を利用する新たなデジタルの流行にのめり込んでいる。オークションではNFT作品が高値で取引されており、昨年は、米国人アーティストのピープルが制作した作品が6930万ドル(当時のレートで約75億円)で落札された。

コラム

COLUMN



### 日本語の「バリアフリー」化を!

ある統計によると、現在東京に住んでいる外国人労働者の約50人に一人は、日本語を母国語としない住民であると言われている。周知のように、日本は世界の少子高齢化先進国ではあるが、正式な移民制度を展開している国ではない。日本独自の制度に基づき、諸外国の労働者を受け入れているため玉石混交であ

り、必ずしも日本語能力が十分でない外国人労働者も入国させている。まず、このことは止むを得ないことと理解すべきであろう。

日本の法務省の統計によれば、目下、日本には約280万人以上の外国人が住んでいるが、その数は中国人、ベトナム人と韓国人を始め、英語を母語としない国々の人が多数を占めている。そのため、行政の窓口やホームページなどが、英語の表記だけが充実しているということで、事足りることはない。自治体の予算や人手の現状では、居住者の母国の言語でサービスを提供しようとしても、おのずと限界がある。

そこで、日本語をよりやさしく理解できるように、「改革」に力点を置くべきの方針が「得策」であると主張する日本人言語研究者が若干いる。

確かに、日本語は外国人にとってマスターするには、難しい言語であると言われる。この言語の問題をどうしても早急に改革しなければならぬとすれば、日本語自体を「よりやさしく直す」のが最善の道であると言えるのではないだろうか。

まず、日本語の漢字にふりがなをふるだけでなく、主語を明記することである。さらに、一文一文を短くするだけでなく、簡潔な言い回しにする、といった工夫も加えるべきである。つまり、日

本語の「バリアフリー」化である。そうすれば、新たに誕生したこの「やさしい日本語」は、日本語を母語としない人々に開かれた言語の新たな可能性として、注目されることになるであろう。

日本にいる多くの外国人労働者は、日本語に不自由があるが故に、事故や災害に遭った時、体調を崩した時や、コロナ禍のような疫病が流行している時に、各種の不便を被ることが多いようである。

日本はこれからも多くの外国人労働者の協力があってこそ、経済大国の一員として世界の経済発展に寄与する役割を發揮できるのである。そこで、「やさしい日本語」への改革は、我が国の言語研究者にとっては、これからの重要な課題になると言えよう。

「人生百年」と言われる新しい時代において、高齢者数がさらに増え、人体が衰えてゆくのは、自然の成り行きである。高齢化による人体の障害が増えるにつれ、医学上の慣れない専門用語に接する機会も多くなる。高齢の日本人同士であろうと、コミュニケーションの会話が、時には聞き取りにくいことは、よくあることと耳にする。

「やさしい日本語」改革はこのような状況にも「バリアフリー」の効果を発揮するものと期待される。



No. 102

### 1日3回の片足立ち

2月1日あるいは2日には春の兆しを祝うケルトの伝統的なお祭りインボルグ祭がアイルランドやスコットランドで行われるそうです。インボルグの日は太陽と健康そして鍛冶を司る女神聖ブリギットの聖日です。聖ブリギットは暗い冬の日々から光溢れる春へと導く神として古くからケルトの人々に敬われてきました。現在日本ではいったん収束したかに見えた新型コロナは変異した新たなオミクロン株によって感染者数が日々更新されている状況の中、春の兆しを多くの方が待ち望んでおられるようです。

そこで、未来に目を向けて今年抗加齢(抗老化)に焦点を絞ってお伝えしたいと思います。“まだ若いから抗加齢など必要ない”と思われる方もちょっと目を通していただくと、加齢対策は早めのほうが効果的と気づいていただけるかもしれません。なんとといっても加齢は平等に訪れますが、老化はすでに20歳後半から始まるのです。老化は身体のどこから始まるのでしょうか? 研究者は専門分野の老化を強調しますが、私たちが自分で感じやすく、対処しやすい場所からお話を始めましょう。分かりやすいのは皮膚や髪の毛、それに次いで筋肉の低下です。

「片足立ち」を1分間できますか? 実は研究によって片足立ちを1分間維持できるか否かは全身の機能に関わっていることが報告されています。片足立ちの時間が短い場合、サルコペニア(加齢による筋肉量の減少とそれに伴う身体機能の低下)のリスクが高くなり、片足立ちが40秒未満の場合には脳が萎縮(20代から萎縮は始まります)傾向にあるとのこと。片足立ちが20秒未満の場合には明らかに認知機能の低下がみられ、認知症の一手前である軽度認知症(MCI)の割合が研究では高かったと報告されています。また、骨密度も低下していることが明らかで、骨密度の低下は姿勢の老化を招きますので、「老け見え」に繋がります。

では片足立ちが1分間できるような方法はありますか? さあ、抗加齢に挑戦しましょう。簡単にできる方法がありま

す。片足立ちを1日3回、1分間続けることで様々な機能の回復が見込めるのです。片足立ち1分は50分歩くのと同等の負荷が太ももの付け根の骨にかかるので下半身の筋肉を鍛えることができます。よく筋トレをしているので筋肉量は大丈夫とおっしゃる方がおられますが、年齢を重ねると筋肉量の多寡と筋力の維持には相関関係がなくなります(もちろん筋肉量が多いのは歓迎できますが)。

サルコペニアが気になる方は40cm程度の椅子から反動をつけずに立ち上がり、その後3秒間片足立ちができれば問題ないそうですので、併せて覚えておいていただくと何かの場合目安となるでしょう。継続は力なり、ですので今日から片足立ち1分を3回、毎日続けて、身体全体を支えるバランス力によって、未来も同じような立ち居振る舞いができるようにいたしましょう。

株式会社jast代表取締役会長 <https://www.jast1.jp/>  
統括メディカルアドバイザー、フリーライセンスドクター、  
「農林水産省 産学共同プロジェクト」メンバー

最愛の娘の突然の死をきっかけに、健康は当たり前のもではなく、自らの手で守り育てるものと痛感し、分子生物学や医学などを学ぶ。2013年(株)jastを設立し家庭と医療機関を結び架け橋としてのアドバイザー育成に取り組む。これまで200件以上のクライアント様の健康・医療・日常生活のご相談に応えるとともに、教育部門JAMAで主席講師を務め分子生物学の観点から細胞に働きかける栄養素や最新の遺伝子研究など多岐に渡る講義を行う。数多くの機関誌への執筆、講演会、セミナーなども行っている。



