



日本からの
到着人数

36人

提供: STATE OF HAWAII VISITOR INFORMATION PROGRAM

2022
MARCH 9
WEDNESDAY

HAWAII / U.S.A. NEWS 1, 4, 5

ハワイ在住者のための
ライフプランのお話 (横江和子) 4

イベント情報 4, 5

JAPAN NEWS / WORLD NEWS 6

読者コラム 6

マーケット情報

日経平均 24,717.53 (-73.42)
NYダウ 33,286.09 (+653.45)

午前のニューヨーク外国為替市場
ドル / 円 115.85

バイデン大統領のツイート

President Biden @POTUS
3月9日 4:19AM
(ロシアからの石油輸入を禁止する措置について)もし私たちが、現在の世界平和と安定性に対するプーチンの攻撃に対応しなければ、自由とアメリカ国民が今後払う犠牲はもっと大きくなるでしょう。私たちはウクライナの人々に対するプーチンの戦争を助成するようなことはしません。

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



屋内におけるマスク着用ルールは3月25日に解除

3月8日(火曜日)デービッド・イゲ知事は会見を開き、現在施行されている屋内におけるマスク着用ルールは3月25日午後11時59分を以て解除することを発表するとホノルル・スター・アドバイザーが伝えている。

現在発令されている緊急命令は3月25日の期限切れとともに解除されるが、新型コロナウイルス感染が再び拡大すればまたルールが復活する可能性があることも言及した。

イゲ知事は、現在感染数が減少していることで今回の決断を下したという。

「私たちは今後も正しい方向へ数字が動いていくかどうか見守る必要があります。各島における規制が撤廃されてから1週間以上が経ちますが、コロナ感染者数と入院者数が着実に減少しています。この動きが今後

も続けば私たちは安心感を持てるようになるでしょう。そして命令が期限を迎える3月25日までにさらに数字が低くなることを期待しています」

イゲ知事は、コミュニティーの人々を守るために自分を犠牲にして協力してきた一般市民に対して感謝の意を表し、パンデミックに対するハワイ住民の対応を誇りに思うとした。

ハワイ衛生局のリビー・チャー局長は、命令は終了するものの、高齢者や持病などで免疫システムに問題を抱える住民に対して引き続きマスク着用を推奨した。

また、学校や、人混み、公共交通機関の中でもマスク着用が推奨されており、ワクチン接種を終了していない人の周囲においてもマスク着用が勧められている。

印刷版新聞は 毎週日曜日に発行!! デジタル版は毎週月・水・金曜日公開!
日系スーパーマーケットなど数十箇所に配布します (金曜は日曜印刷版を一足先にデジタルで公開)

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



お仕事を アライアンス パーソネル 随時更新中!
オフィス、カスタマーサービスからマネジメントまで
お探しの皆様 バイリンガル求人ならお任せ!
求職者様へのサービスは... **すべて無料**
☎(808)521-4300
www.APHawaii.com

自然なアートメイクで素顔に自信!
Before After Before After
アートメイクリップ \$700▶\$450 3月末まで 日本人アーティスト担当(JikoまたはMai)
アートメイク眉 \$100 OFF ※ご予約時に「日刊サンを見た」とお伝えください
最新情報をチェック
サロンアイランドビューティー
TEL 808-722-0835
センチュリーセンター1階(#113)
www.salonislandbeauty.net

この仕事大好きです!
Lisa Namatame
訪問介護ナースアシスタントCNA
(Certified Nurse Assistant)
訪問介護CNAとして、お客様のご自宅で介護をしています。お客様やそのご家族と絆をつくることで、信頼してご自宅での介護を任せていただいています。充実したベネフィットはもちろん、やりがいもある仕事です!
arcadia.org/jobs までご応募ください
ARCADIA HOME HEALTH

眼科 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

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

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. PACIFICAIRCARGO.COM
HNL ←NON-STOP→ LAX B747-400 All Cargo Ships Six Days/Week 808-834-7977
Next Day Service VIP Pet Service Oversize Items cameronbrooksart.com

口腔外科専門医による
安心・安全のインプラント治療

様々な種類のインプラントを取り扱っています。1本の治療から歯をすべて失った方まで、お気軽にご相談ください。

①的確な診断と治療
②信頼と豊富な実績
③CT完備(3Dイメージ)
④日本語OK

その他、親知らず、抜歯、骨造成・移植
口唇・口蓋裂、顎手術 など、
お口の中や周りのことならお任せください。

道野 将貴(ジェームス)D.M.D.
2006年 Temple Dental Universityを、首席
(Summa Cum Laude)で卒業。ホノルルマガジン
で長年ベストデンティストにも選ばれている専門医。

TEL 808-973-3747

カピオラニ・ビジネス・プラザ 1580 Makaloa St. #725 Honolulu, HI 96814
パールリッジ・オフィス・センター 98-211 Pali Momi St. #618 Aiea, HI 96701

www.oms-hawaii.com

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!

トラブルシューティング専門家
フットソース 比嘉由希子
☎808-554-4185
1585 Kapiolani Blvd. #740 (アークスヘア内) 9am-5pm
アラモアナセンター3階駐車場直結
www.footsource-hawaii.com

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

シェラトンプリンセスカウラニ「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

日本語でどうぞ

30年以上、ローカルに愛される寿司レストラン

オンラインオーダー、カーブサイドピックアップ 承り中

カカアコに 移転リニューアルオープン!
Sushi King Kaka'ako
(808) 888-7874
651 Ilalo Street, Honolulu
UH John A. Burns school of medicine
ハワイ大学カフェテリア内
Online Order sushikinghi.com sushikinghi

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

コンタクトレンズ Webサイトからオーダー可能 まつ毛美容液も販売中!!

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

院長 Dr. 武田裕子

日刊サン ウェブサイトも充実!!

気になる 情報満載

日本帰国用 PCR検査 証明書発行
\$140 (一般) ※当院かかりつけの方は申し出ください

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

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!**

急な痛みにも... 初めての方もお気軽にどうぞ!

山田 文ルビシ 先生
ハワイ州、カリフォルニア州歯科医師免許
ホノルルマガジン誌 最高の歯科医の1人に選ばれました!

取り扱い保険多数 HDS, HMSA, HMAA 他 Best Dentists

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

Mr. Ojisan S.Kingにリニューアルオープン

人気の寿司ボート

寿司 & Sports Bar

東京豊洲直送の新鮮なネタ
(刺身、寿司、握り4名分\$98〜)

1785 South King St. (808)735-4455

March Spacial SALE

KAHI カヒ
リンクルバウンス マルチバーム \$33

目の周り、唇、ほうれい線、首回りにサーモンカラーゲン配合

一部韓国コスメ **~30%OFF**

KAHI製バームご購入で **飛沫防止マスク 5枚セット プレゼント!!**

BEAUTY TOUCH 各店ドンキホーテ内

- カヘカ店 808-943-1183 / 808-943-8720 8:30AM~9PM
- ワイパフ店 808-671-2224 / 808-484-4875 9AM~7PM

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

- バスタップ・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**

Dr. Shim Ching
ベストドクターズ イン・アメリカ 11年連続受賞

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

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

ALOHA Bakehouse & Cafe カカアコの人気カフェ

2階にイートインスペースあり
犬同伴OKです!

焼きたてペストリー、淹れたてコーヒーが人気

少人数から50名以上のイベントやケータリングも可。
貸しスタジオも始めました。ヨガやギャラリー、個人イベントなど、お気軽にご相談ください! 7am-2pm (土8am-2pm)

1001 Waimanu St. www.alohabakehouseandcafe.com
Info@alohabakehouseandcafe.com 808-600-7907

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.company 808-741-0513

ライセンス番号 RS-83912 **Ryo Shinozaki**
Hometique 1441 Kapiolani Blvd #1219

アートメイク YUMI

リフォーム **オーダーメイドの眉** 可能な 1セットいかがですか?

- アイブロウ・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-4pm 日・月休 **ご相談無料** LINE

2000 S. Beretania St. (マッカレとベレタニアの角 Connie Gayle Center内、駐車場あり)

http://artmakeyumi.com

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
水(3時)、金(5時半)、土(3時半) dragonbeat1111@gmail.com

http://www.dragonbeat.org English 808-741-0513

占い鑑定サロン

ワイキキ Seaside Aveの **Kusu Kusu Hawaii**
クスクスハワイ

kusukusuhawaii.com

お気軽にお問い合わせください
LINE ID: Kusukusu (リタ)

毎日更新中!

日刊サンウェブサイトを毎日更新中!

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。

ハワイResourceRealty
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

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、マープル、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

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

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

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 Kapiolani 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

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、プールの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
 www.tokitradng.com Mon.-Fri. 8am-4pm Sat. 9am-3pm

建築のことならすべて、ご相談ください

新築、増築、リフォーム、キッチン、
 パスルーム、居抜き工事など

見積りからデザイン、図面作成、完成まで

日本語 OK 808-772-2516

KKP Global ハワイコンストラクション
 Hawaii Construction, Honolulu hawaii-construction.com

IEKIC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

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 見積り無料!
 usadreamhawaii@gmail.com

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

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 **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
 *デスクローラー取付け

ホノルル市内 **見積り無料**
フラット料金 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 www.oahutubdoctors.com

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.

State Farm 日本語 韓国語可
Office of Mia Migita

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

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)

移民法のスペシャリスト **日本語OK!**
初回相談無料

808-695-3562

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

水を換えれば身体が変わる。 **日本トリム社製** **SANWA GROUP**
電解還元水整水器

場所を取らず、経済的!
 どんなキッチンにも相性◎

ラグジュアリーで洗練されたデザイン
GRACIA by GROHE

アルカリ性電解還元水 **5つの特徴**

1. 有害物質を含んでいない
2. アルカリ性である
3. 水素を多く含んでいる
4. 抽出力が高い
5. 医療効果の認証がある

※5つの要素をすべて含んでいるのがトリムの「電解還元水」です。

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

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」。

Youtubeチャンネル「NFTニッポン」
 是非チャンネル登録をよろしくお願いします!

新着エピソード

無料! ジェネラティブ NFTコレクション 作りました!

かわいいニンジャ達の死に様がユニークな
「Dead Ninja Clan」の紹介と Giveaway についてお知らせ

12:41 / 43:51

センチュリー21 **CENTURY 21**

信頼と実績で30年

ハワイ不動産のご購入・ご売却・物件管理は、
 ワイキキで唯一のセンチュリー21ハワイアンスタイル社
 にお任せください。

孝子マクミラン (R)
 ハワイ州公認不動産取引主任免許 RB-21075

Tel: (808) 382-6551
 c21Takako@gmail.com www.takakohawaii.com
 1888 Kalakaua Ave. #C-108 ワイキキ・ランドマーク1F

無料不動産見学ツアー開催【要予約】
 【エージェント募集】— ワイキキでたった1軒のセンチュリー21のお店で、活躍してみませんか。

公立学校 今日から屋外でのマスク着用は任意

デービッド・イゲ知事が8日(火曜日)午後1時に会見を開き、ハワイ州内における屋内でのマスク着用ルールを3月25日で解除することを発表した。

これを受けて、ハワイ州教育局の暫定教育長であるキース・ハヤシ氏は、公立学校で屋内でのマスク着用については現行のまま必須だが、屋外でのマスク着用については3月9日から任意とするを発表したと、ホノルル・スター・アドバイザーが伝えている。

州内257の公立学校と州教育局の全ての施設、在籍するおよそ16万人の生徒児童、42,600人の教職員、学校を訪問する人々や契約業者など関係者全ては、屋内でのマスク着用を今後も引き続き求められる。

公立学校で屋内でのマスク着用が求められる理由は、州衛生局が「学校や公共交通機関、刑務所など、人口が密集している状況の中ではマスク着用が望ましい」としたからだ。

ただし、州内に37ある公立チャーター・スクールに関してはそれぞれが独立運営されて

いるため、マスク着用については学校の判断となる。

ハヤシ氏は「数値が正しい方向へ動いていることから今回の決定となりました。公立学校におけるコロナ感染数は、直近7週間ずっと減少し続けています。オミクロン株が猛威をふるっていた1月のピーク時から98%の減少となっています。児童生徒の皆さん、教職員、家族の方々のパンデミック中のマスク着用にご感謝します。皆さんのご協力のおかげで今の状況にたどり着けたのです」と述べている。

今回の決定は保護者から歓迎の声が上がっている。

カイルアにあるモカブ小学校に子供2人を通わせているモーリーン・レンツィさんは2週間前から屋外でのマスク着用ルールを緩和するように署名活動を行ってきたが、「屋外でのマスクは任意とする今回のルール緩和措置に感謝します」と述べている。

一方で、今後も屋外でマスクを着用し続け

る子供たちに対していじめが行われるのではないかと懸念する保護者もいる。

「屋内でも屋外でもずっとマスク着用を続ける子供たちを学校が守ってくれることを希望します」

イゲ知事の会見に同席した州疫病対策担当のサラ・ケンブル氏は、学校での屋内マスク着用を緩和することを推奨するための何らかの数値的な指針があるのかどうかを質問され、次のように答えている。

「一般の地域コミュニティに関しては入院患者数を指針としていますが、学校に関しては欠席率や、地域コミュニティの感染状況と対面授業の関連など、様々な要因を考慮する必要があります」

米疾病予防管理センター(CDC)の最新のガイドラインによると、感染の危険性が「低」あるいは「中」とされた地域では、学校の屋外でのマスク着用は必要ないとされている。

ハワイ州の全ての地域は、現時点で感染の危険性は「低」となっている。

イベント情報

3月10日(木)

ルーフトップ・スターゲイジング・イベント
午後6時45分～8時45分
ロイヤル・ハワイアン・センターA館4館屋上で開催される無料の天体観察イベント。高さ2メートル以上の巨大な望遠鏡を使って、ハワイの夜空を観察する。事前予約必要なし。
www.royalhawaiiancenter.com/events

3月11日(金)

タタウ:ポリネシア伝統を語る刻印のツアー **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。サモアやポリネシア地域の伝統的な入れ墨に関する展示を紹介する。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

ザ・ヴァイブ:ジャズナイトat HISAM
午後6時～9時
毎月第二金曜日にハワイ州立美術館で開催しているジャズナイト。お酒やフードを楽しみながら、音楽とアートに触れられる。
<http://hisam.hawaii.gov/event/>

ピアノ・エクストラバガンザ
午後7時半～9時
ピアノのモニカ・チャン、ジョナサン・コース、ケイティ・クオ、トーマス・イーによるピアノ・デュオ。ハワイ大学のオービス講堂で開催。オンライン視聴(有料)も可。
<http://forms.gle/pCDwvpXLjC5poGKD9>
オンライン視聴www.outreach.hawaii.edu/events/

3月11日(金)、13日(日)

リ・エマージング:ホットライブ・イン・コンサート
金曜午後7時半～/日曜午後4時～
\$30～
プレイズデル・コンサートホールで開催されるハワイオペラシアターのコンサート。休憩なしの90分間、たっぷり鑑賞できる。
www.hawaiiopera.org/re-emerging

バスタブにコンクリート詰め死体 容疑者2名の行方は?

ホノルル警察が23歳男性と34歳男性を73歳男性殺人の容疑者として行方を追っているとホノルル・スター・アドバイザーが伝えている。

警察は8日、ハワイ・ロア・リッジにある高級住宅のバスタブの中にコンクリート詰めされた遺体を発見した。遺体はこの住宅の所有者であるギャリー・レスリー・ルビーさん(73歳)と見られている。

警察は7日午前10時30分ごろ、ルビーさんのアメリカ本土に住む兄弟から「連絡が取れないため様子を確認してほしい」という依頼を受けて、ルビーさん宅に所在確認のために訪問したが応答はなかったという。そのため行方不明者届が出され、担当者が午後4時ごろ再び訪問したときに、この住宅に住んでいるという23歳男性と会ったが、ルビーさんを発見することはできなかった。その後23歳男性は34歳男性とともに家を出て

行ったが、ルビーさんの兄弟によるとルビーさんと23歳男性は親密な関係にあったという。家の中のバスタブにはコンクリートが流し込まれて固まっており、その上には消臭の為に思われるコーヒー豆がまかれていた。

コンクリートを砕く作業が始められ、翌日、中から腐乱した遺体が発見された。

殺人事件として捜査が進められ、ルビーさんと親密な関係にあったとされる23歳男性はファン・テジェドール・パロン(テキサス州)で、一緒にいた34歳男性はスコット・ハノン(マサチューセッツ州)と判明した。

2人は8日午前1時ごろワイキキで目撃されており、警察では行方を追っており、もしこの2人を目撃したら911通報するよう求めている。武器を携帯しているかどうかは不明で、ルビーさんの死亡原因も調査中だ。島外へ逃走する恐れもあるため、空港にも配備がされている。

69歳男性観光客 パラグライダー中に落下

ホノルル消防局は3月8日(火曜日)午後12時16分に、ワイマナロにあるマカイ・リサーチセンターの橋脚の近くで2人のパラグライダーが衝突し、山側に落ちたのを目撃したというという911通報を受けて現場に駆けつけたと、ホノルル・スター・アドバイザーが伝えている。

目撃者によると衝突したパラグライダーは2人で、リサーチセンターの上にある山に落ちたということだったが、消防隊によると実際は1名のパラグライダーが空中でコントロールを失ってパラシュートを引っ張ったために山にぶつかり、700フィート(およそ213メートル)下に落下したという。

怪我をしたのは69歳の男性観光客で、右手首と左足首を負傷した。

救助ヘリコプターが出動して男性を吊り上げて着地点まで移動し、その後救急車で近くの病院へ搬送された。



ハワイ在住者のための ライフプランのお話

長期介護保険の必要性と選び方

LONG TERM CARE INSURANCEは日本語で長期介護保険のことです。日本では40歳から介護保険の加入が義務付けられ、一生払い続けることとなります。病気や事故などによって介護が必要になった時に備えて加入する保険です。ですから年齢に関係なく、若い方でも考えるべきでしょう。

介護費用は年々高騰しています。もし何も加入していなければ、今まで貯めた貯蓄を使い果たし、不動産の売却や生命保険を解約せざるをえないケースも少なくありません。この自己負担を軽減するのが長期介護保険です。まわりに迷惑をかけずに人生が送られれば理想的ですが、こればかりは誰もわ

かりません。最終的に日本へ帰国する方には問題ありませんが、アメリカで一生を終えるつもりの方はご検討ください。

長期介護保険に加入する理由として

- 充実した治療を心おきなく受けたい。
- 自己負担を軽くしたい。
- 今まで築いた財産を減らしたくなく、家族へ残したい。
- 介護費用は経済的にも精神的にも大きな負担となるので、配偶者や子供達に迷惑をかけたくない。
- メディケイドで提供している施設の選択肢は少なく、質が期待できない。また、財産を使い果たしたり隠してまでして政府のお世話になりたくない。
- 長期介護保険を持っていることは心の平和をもたらし、安心して生活ができる。

長期介護保険がカバーするもの

- 自宅介護、老人ホーム、介護施設、長期療養施設
- アダルト・デイケア・センター

支払い方法

- 実損払い(実際かかった費用がカバーされるタイプ)
- 定額払い(決まった額が支払われるタイプ)

カバレッジの選び方

- 毎日或いは毎月の給付額
- 給付を受ける際の待機期間
- 給付期間
- どのような特約を加えるか(インフレーションなど)

医療保険のように掛け捨てタイプはもったいないとお考えの方には生命保険に特約として長期介護を付けることができたり、月払い、年払い、一括払いなど色々なタイプがあります。メディカルの査定は生命保険より長期介護保険の方が厳しいため、生命保険に加入できても長期介護保険には加入できないことがあります。女性は骨粗しょう症になると加入が難しくなりますので、老後アメリカで暮らす方でしたら、生命保険と同じように若い時に加入することをお勧めします。

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

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。



ご家庭、スモールオフィスで **救世主!**
コンピューターで **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: tatsuhnl@hotmail.com
ヒラモトまで、お気軽にお問い合わせください

日刊サンの **Instagram**

ほのほのハワイの風景動画など、**毎日更新中!!**
今すぐアクセス

引越し後と売却前に、**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! **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! **給油・洗車**
真心のサービス! **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

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)

ハワイ火山国定公園へ 特別ナンバープレートの収益金寄付



現在ハワイでは通常の車両ナンバープレートとは別に特別プレートとして、ハレアカラ国定公園(マウイ島)とハワイ火山国定公園(ハワイ島)、そして今年2月から販売が開始されたホクレア号の3枚がある。

それぞれの特別ナンバープレートの収益金の一部は関係する団体に寄付されることになっている。

今回は特別プレートの販売から得られた収益金の一部がハワイ火山国定公園へ寄付されたとKHONが伝えている。

渡された小切手の金額は、153,356ドルだ。

この寄付金は公園内での教育プロジェクトに使用されることになっており、ハワイの伝統工芸であるラウハラ編み、フラ、レイ作りな

どのクラスのために使用される。

現在は新型コロナウイルス感染対策としてオンラインで行われており、誰でもクラスを見学することが可能だ。

特別ナンバープレートは1枚35.50ドルで、その内18ドルが寄付されることになっている。

また、1年更新費用として25ドルを支払う必要がある。

国定公園の特別ナンバープレートについてはコチラから。

<https://www.hawaiiipacificparks.org/our-work/national-park-specialty-license-plates>
ホクレア号ナンバープレートについてはコ

チラから。
<https://www.hokulea.com/pvs-specialty-license-plates/>

イベント情報

3月12日(土)

スターズ・オブ・アメリカン・バレエ
午後7時半～
\$35～\$85
国際的に活躍するスターズ・オブ・アメリカン・バレエのダンサーによる公演が、約2年ぶりにバレエ・ハワイ主催のもと開催される。場所はハワイアン・シアター。
<http://ballethawaii.org/starsofamericanballet/>

3月18日(金)

HSO-ハバ・シンフォニー「ハワイ・コーラス」
午後7時半～9時半
\$18～\$99
ハワイ交響楽団のオーケストラ×ハワイアンミュージックのコンサート。ハワイアンミュージック界からはアーロン・サラなどが共演。場所はハワイアン・シアター。
www.myhso.org/hapasymphony

3月18日(金)

カイク・カウカウ・ストップ&ショップ
午後5時～9時
ミュージックが流れる中、フードやショッピングが楽しめる。すべてローカルの手作り! カイクのアリイオラニ小学校で開催。毎月第三金曜に開催。7th通りとワイアラエ通りの角
www.islandcraftfairs.org/oahu

3月19日(土)～20日(日)

メイド・ウィズ・アロハ・ギフトフェア
午前10時～午後5時
パールリッジセンターのマウカウイングで開催されるギフトフェア。ハンドメイドのジュエリー、バイクドグズ、アパレルなど、ユニークなアイテムが並び。
www.islandcraftfairs.org/oahu

2022年に生まれる赤ちゃんの名前の傾向について

「Names.org」という団体が、2020年に行われた出生に関するソーシャル・セキュリティ・アドミニストレーション(日本の国民年金機構のような機関)の調査と国勢調査の結果をもとに、今年生まれる赤ん坊の名前の傾向について発表した。

男の子については1位はリアム(Liam)で18,960人が名付けられる予想だという。

ヘンリー(Henry)は昨年の9位から8位へ、ルーカス(Lucas)は8位から9位へ順位が変動した。女の子については1位はオリビア(Olivia)だ。

今年の傾向としてはクラシックな名前が多くなる予想だという。

男の子に関しては、ウィリアム(William)、ジェームズ(James)、ベンジャミン(Benjamin)で、女の子はエマ(Emma)、エブリン(Evelyn)、シャーロット(Charlotte)

が挙げられている。

ルナ(Luna)が初めてトップ10に食い込んだのが目新しい動きだという。

ちなみにジェームズ(James)は男性の名前としてアメリカ人男性に最も多い名前、およそ520万人がこの名前を持っている。

マイケル(Michael)、ジャック(Jack)は次第に人気なくなっている名前、女性ではエリザベス(Elizabeth)、ソフィア(Sofia)なども人気下降しているようだ。

2022年に人気の男性の名前

1. リアム(Liam)
2. ノア(Noah)
3. オリバー(Oliver)
4. イライジャ(Elijah)
5. ウィリアム(William)

6. ジェームズ(James)
7. ベンジャミン(Benjamin)
8. ヘンリー(Henry)
9. ルーカス(Lucas)
10. アレクサンダー(Alexander)

2022年に人気の女性の名前

1. オリビア(Olivia)
2. エマ(Emma)
3. シャーロット(Charlotte)
4. アメリア(Amelia)
5. ソフィア(Sofia)
6. アバ(Ava)
7. イザベラ(Isabella)
8. ミア(Mia)
9. エブリン(Evelyn)
10. ルナ(Luna)

求人情報

日刊サンの e-JOB

GREEN FOR U フルタイム募集 パートタイムも相談可
レジ及びサンドイッチやスムージーを作ってください 健康保険(HMSA)有給休暇あり
火～金 9:30am～6pm, 土8:30am～5pm
レジュメ送付先 jk@cosmohawaii.com
808-479-0941 1481 S.KING ST. #134-A www.Greenforu.net

S.Kingにリニューアルオープン
Mr.Ojisan Neo Bar & Sushi
多忙につき 寿司シェフ募集
給与、待遇など詳細は電話でお問合せください (808)735-4455
1785 South King Street, Honolulu, HI 96826

早い!カンタン!!
求人掲載のお申し込み **日刊サン**
nikkansan.net/ad-inquiry/

Sushi King カカアコに移転してリニューアル!
募集
寿司シェフ/フライクック
Sushi King Kaka'ako
651 Ilalo Street, Honolulu
UH John A. Burns school of medicine
ハワイ大学カフェテリア内
詳細&応募先 sushikinghi@gmail.com
(808)888-SUSH (7874)

オフィススタッフ フルタイム募集
パートタイム募集
主な仕事: 請求書の発行・管理など 未経験者歓迎
■PCスキル、日英両語、要米就労資格
■勤務日時: 月～金 (時間は応相談)
レジュメ送付先:
marikou@ixhawaii.com
International Express, Inc.
2613 Waiwai Loop (空港周辺) お気軽にお問合せください!

さくら日本語教室
ホノルル / ミリラニ教室
①先生 ②先生アシスタント
子供に楽しく日本語を教えることができる方
経験者優遇、未経験でもトレーニングします
学生(要米国就労資格)、副業も歓迎!
週2日以上。8am～5:30pmの間で
応相談(午前/午後だけでも可)
応募先
info@sakuragumihawaii.com

人気の和食店で働いてみませんか?
急募! ◆キッチンヘルパー
◆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ラストオーダー)
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

スタッフ募集 **ALOHA**
Bakehouse & Cafe
Honolulu, Hawaii
カフェカウンター パートタイム募集
(週1日からOK)
6:30AM～2:30PMの交代制
ローカルのお客様が多いので英語で日常会話ができる方
飲み物や食べ物を作るのが好きで、笑顔で接客ができる方
飲食店勤務経験者優遇
アロハ・ベイクハウス&カフェ 1001 Waimanu St.
応募先 レジュメをEmailで送ってください。
alohabakehouse@gmail.com
勤務できる曜日や時間帯、勤務開始日をあわせてお知らせください。
書類審査後にご連絡致します。

日刊サン **スタッフ募集**
広告営業
営業経験が5年以上ある方
日英両語
ライター
イベント取材、翻訳など
要経験、日英両語
ご応募はメールにて
レジュメをお送り下さい。 sanisno1@gmail.com

対ロ制裁に理解求める 松野官房長官

松野博一官房長官は9日午後の会見で、ウクライナ危機は日本の安全保障に関わる問題だとし、対ロシア制裁で暮らしや企業活動に影響が出ることに理解を求めた。

松野官房長官は、ロシアによるウクライナ侵攻について「国際秩序の根幹を揺るがし、わが国の安全保障にも関わる行為」と指摘。対ロ制裁によって「国民や企業活動の様々な分野で影響が及ぶことは避けられない」とする一方、国際秩序を守るためと説明した。その上で、「ウクライナ国民への連帯を示すべく行動することの重要性について、国民のご理解をいただきたい」と語った。

松野官房長官は原油価格が一段と上昇しつつあることに言及し、750万バレルの民間

備蓄の放出や産油国への増産要請、石油元売り各社への1リットル当たり5円から25円の補助金支給額の引き上げなど政府の対応を説明した。

農水省が9日に小麦の政府売渡価格を4月から17.3%引き上げると発表したことについては、米国やカナダにおける昨年の高温、干ばつなどによる不作の影響で過去6カ月間の買い付け価格の上昇を反映した結果とし、「国民に対して丁寧に説明する必要がある」と語った。

ウクライナ危機を受けた足元の急激な小麦価格高騰は、6カ月後の売り渡し価格に反映される見通し。国内の小麦価格上昇は年後半に加速する可能性がある。

ロシア侵攻、国際刑事裁判に付託 日本政府

日本政府は9日、ロシアのウクライナ侵攻に伴う戦争犯罪などに関する捜査を国際刑事裁判所 (ICC、オランダ・ハーグ) に付託したと発表した。

ICCは既に欧州諸国などの付託を受けて捜査に着手しており、外務省は今回の対応について「捜査への支持を明確化する観点から行った」と説明した。

別系統へ置き換わり、5月にも オミクロン株

新型コロナウイルス対策を助言する厚生労働省の専門家組織の会合が9日開かれ、オミクロン株の別系統「BA. 2」の割合が5月には全体の98%に広がり、ほぼ置き換わりとの予測が示された。BA. 2は感染力が強いとされ、置き換わりによる感染再拡大が懸念されている。

民間検査機関に集められた検体に占めるBA. 2の割合を基に、国立感染症研究所が今後の置き換わりを推定した。最終的に全ての

ウイルスがBA. 2になることを前提にする。BA. 2が4月の第1週には78%、5月第1週には98%を占めると予測できるという。

西浦博京都大教授らも、東京都が独自に行うPCR検査結果を基に分析。4月1日時点でBA. 2が占める割合は66%と予想した。西浦氏はさらに、BA. 2は従来のBA. 1よりも感染力が26%強く、感染者から別の人がうつるまでの期間「世代時間」は15%短くしている。

韓国大統領に保守系野党の尹錫悦氏

韓国大統領選は10日、保守系最大野党「国民の力」の尹錫悦前検事総長(61)が当

選を確実にした。韓国主要メディアが伝えた。5年ぶりに保守政権に交代する。

ウクライナの民間人犠牲者1424人に増加 国連

国連人権委員会は9日、約2週間前にウクライナで戦争が始まって以来、1424人(死者516人、負傷者908人)の民間人犠牲者が確認されたと発表した。前日は1335人(死者474人、負傷者861人)だった。

犠牲者の多くは砲撃やミサイル、空爆などによるものという。ヴォルノヴァーハ、マリウポリ、イジュームの死傷者数はまだ確認されていないが、数百人の民間人が犠牲になったとみられている。

対ロ制裁、暗号資産を規制 ベラルーシ3銀行も排除

欧州連合(EU)は9日、ウクライナに侵攻したロシアに対する追加制裁を決定した。これまで科した制裁の抜け道を封じるため、暗号資産(仮想通貨)取引を規制。

侵攻に加担しているベラルーシの3銀行を世界の銀行決済網「国際銀行間通信協会(SWIFT)」から排除し、ベラルーシ中央銀行の外貨準備取引を禁じることも含めた。

ロシア軍が侵攻を続け戦況激化に歯止めがかからない中、制裁の実効性を高めることでプーチン政権への圧力を一層強める。

追加策はまた、約160人のプーチン政権高官や政権に近い新興財閥(オリガルヒ)を新たに制裁対象に加える。

船舶の航行に関する製品などの対ロ輸出規制も導入する。

各国閣僚が共同声明、ロシアにスポーツ面での追加制裁求める

日本を含めた世界37か国の閣僚が8日、ウクライナへ侵攻したロシア、またベラルーシに対して、スポーツ面での追加制裁を求める共同声明に署名した。

声明は、3日に英国のナディン・ドリーズデジタル・文化・メディア・スポーツ相とナイジェル・ハドルストン同省政務次官が実施したオンライン会議を経て、同国政府がまとめたもので、他にはフランス、ドイツ、日本、オーストラリア、カナダ、米国などが署名した。

各国は声明で、「ロシアがウクライナに対して、根拠も正当性もない戦争を仕掛ける選

択をし、またベラルーシ政府が戦争を可能にしたことは、国際義務に対する忌まわしく許しがたい違反である」と述べ、「人権の尊重と国家間の平和的な関係は、国際スポーツの土台だ」と話した。そして、ロシアとベラルーシが「国際スポーツ大会を主催、招致したり、開催権を与えられたりすること」を認めるべきではないと呼びかけた。また、制裁の対象はロシアとベラルーシの代表選手、管理団体、サッカーの主要クラブなど国を「実質的に代表する」チームや都市に拡大するべきだとも述べている。

ジョブズ氏サインの小切手など、競売に

アップル創業当初に署名された小切手など、共同創業者の故スティーブ・ジョブズ氏ゆかりの品々などを集めたオークションが3月17日に行われる。

この競売は「スティーブ・ジョブズ革命」というタイトルで開かれ、目玉商品は創業間もない1976年7月にジョブズ氏がもう一人の

共同創業者スティーブ・ウォズニアク氏とサインした小切手。同社初のコンピューター「アップル1」の部品代3430ドルを支払うために発行されたという。

他にもジョブズ氏の高校時代の写真のほか、ゲーム会社アタリ就職時に書いた願書がNFT(非代替性トークン)として出品される。



No. 74

バブルランのおはなし

先日、何を血迷ったのかバブルランというイベントに参加してきました。あの出不精で運動嫌いインドアの極みのような私が、です。我ながら自分が心配になります。バブルランとは、書いて字のごとく、ランニングイベントなのですが、そのルートの要所要所に泡の出る装置があり、そこをくぐっていくというもの。コロナ前、日本でも少し流行ったのを覚えている方も多いかもしれません。本格的にタイムを競うよう

なマラソンというわけではなく、子どもやベビーカーもOKだし歩いてゴールも大歓迎というゆるいイベントです。

私が参加したのは5キロ。たかが5キロ、されど5キロ。自信なんてものは全くなかったのですが、どうせランイベントに参加するのならばと、ずっと走るのは無理だけれど、せめて完歩しよう、足を一度も止めずにゴールしようと思心に誓いました。前日にランナーズバケツをピックアップ。Tシャツや番号のついたビブ、イベントロゴのテンポラリータトゥを受け取ると、いよいよだなとちょっぴり怖くさを感じました。そして当日、場所はノースショアを超えてまだ向こうということで、夜も明けないうちから家を出ました。会場につく頃にはさわやかな朝日が降り注いでいて、大勢のランナーが泡まみれになるのを今か今かと待っていました。もちろん私もその一人。スタート地点にあるゲートからはまさに泡風呂のように泡が湧き出ている、そこをくぐって5キロがスタートするのです。

途中は1キロごとに泡の出るゲートがあり、ちょうど疲れたな、ちょっと休憩したいと思う私の背中を押してくれました。泡、といっても本当に何の変哲もない泡なのですが、快晴の空の下で泡と汗にまみれながら走るというのはよい経験となりました。

験となりまして。

さて、驚くべきことに、私は5キロを50分ちょっとで完走……ではなく、完歩することができました。ちょっと走っては倍は歩き、の繰り返しではありましたが、目標通り一度も足を止めることなくゴールをくぐることができました。

体はへとへとだし、足元は泡と土でじっとり汚れてしまっていたのですが、その爽快感と達成感といったら! こればかりは私のつたない文章力では表現できません。少しだけではありますが、マラソンにハマってしまう人の気持ちがわかった気がしました。というわけで、秋のバブルランにもさっそくエントリー。次こそは「完走」を目指したいと思います。

金平 薫 (Kaoru Kanehira)

香川県出身、現在はハワイ某所に武者修行中。日々のあれこれを、ゆるりとお伝えできたら幸いです。美味しいものには目がありません。なんでもない毎日はKaoru (@kaoru_days)・Instagram photos and videosをご覧ください。



健康よりもっと大切なものがあるとしたら、それは何?

アーユルヴェーダには、ハーブの種類や体質別のオススメ食材など、たくさんの情報があります。ただ、それらはいわゆる知識ですので、知識だけでは健康になることはできません。アーユルヴェーダが私たちに与えてくれるものは、そのような知識を超えた、長期的に人生を豊かにしてくれるものです。

アーユルヴェーダは、私たちが健康的な生活を送ることがで

きるためのサポートを行ってくれる存在であることは間違いありません。ここで言う健康は、短期的な症状の緩和ではなく、肉体、精神を含めた心、そして魂の域までを含めた健康です。心の底から湧き上がってくるような豊かさを感じながら生活ができるようになるのが、アーユルヴェーダが5000年間受け継がれている理由かもしれません。

これは、ヨガ哲学で触れられる精神性とも関連のある部分です。ヨガを実践していくにつれて、「プルシャ」と呼ばれる自分の本質、あるいは自分自身に宿る神聖な領域とのつながりを実感するかと思いますが、その感覚にとっても近いでしょう。

肉体的に健康であっても、毎日怒ってばかりいては、精神的には不健康です。アーユルヴェーダで人間は、季節、気候、年齢、時間帯など、色々な要因の影響を受けていると捉えます。こうした変化に抗うのではなく、寄り添うのがアーユルヴェーダの特徴です。例えば、女性の場合は生理周期と月の満ち欠けが連動している場合が多いでしょう。これは、私たちが天体の影響を受けていることの一側面です。自分の五感も自然のリズムに適應していくことができるようになると、心と身体の健康を維持するのも簡単になります。

日本でも、茶道や花道は季節を視覚で感じますから、五感を意識すること自体は特段新しい考えでは無いでしょう。一方で私たちは、不安や不確実性があるとき、外にある何かを掴み取ってその場を取り繕おうとします。意識が外に向いている限り、自分が持っている本来の力を発揮することは難しいでしょう。

自然と調和する過程で、私たちは肉体と精神の不調を取り除き、そして最終的には自分の本質とつながることができるようになります。健康は、自分の本質とつながるための大切な手段であり、健康を維持できることそのものは、アーユルヴェーダの最終目標ではないのです。

私たちがアーユルヴェーダで得られる健康以上の良いことは、自分の内側とのつながりが強くなり、心の内側から湧き出る豊かさを感じられるようになることでしょう。

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