



日本からの
到着人数
698人

提供: STATE OF HAWAII VISITOR INFORMATION PROGRAM

2022
OCTOBER 12
WEDNESDAY

HAWAII / U.S.A. NEWS 1 ~ 3
 イベント情報 2 ~ 5
 JAPAN NEWS 4
 WORLD NEWS 5
 ハワイ在住者のための
 ライフプランのお話 (横江和子) 5
 e-JOB 求人情報 8
 僕の気まぐれお酒メモランダム 9

記事広告
 2023 メディケア・アドバンテージ 4

マーケット情報 (10月12日)

日経平均	26,396.83	-4.42
NYダウ	29,334.59	+95.40

ドル / 円 146.86 (10月12日 午後7:35 UTC)

抽選グリーンカード 締切 11/4
 DV-2024申請代行受付中!
 来社またはオンラインで受付中! 過去当選者多数!
 ★無料で写真撮影いたします (要来社・予約)
ラニコン コンサルティング 808-670-6725
 www.Lanicon.com 料金 1人 \$70, 夫婦 \$120



ハワイ州のインフラ整備に 国から補助金3億ドル

バイデン政権が掲げる超党派によるインフラストラクチャー計画でハワイ州は11日(火)、3億500万ドルの補助金を得たとハワイ・ニュース・ナウが伝えている。

州当局によると、今回受け取った補助金の使用については、運輸局を中心に、交通インフラの改善のために

柔軟に対応するとしている。主に道路、橋、トンネルの再建、炭素排出削減やその他の安全性向上に使われるという。

ハワイ州は来年、州内にある橋の改善のために、さらに730万ドルの追加補助金を受け取ることになっている。

JAPANESE DAILY SUN • 808-944-8383 • 1341 Kapiolani Blvd. #8B Honolulu, HI 96814 • www.nikkansan.net • E-mail: nikkansan3office@gmail.com
NIKKANSAN
 日刊 FREE

毎週**土曜日** 印刷版(週末版)発行中
 デジタル版は**毎週月・水・金曜日**に公開
 (金曜は土曜印刷版と同内容)

求人広告 一般広告 お申し込みはこちらから → nikkansan.net/ad-inquiry/
8面 求人情報 続々掲載中!



便利屋 HANDYMAN Service
 家のリフォーム&修理
 些細なことでもなんでも相談ください
 日本語 OK!!
808-647-4649

お仕事を アライアンス パーソナル
 オフィス、カスタマーサービスからマネージメントまで
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





住宅リフォーム・新築・改装リノベーション・建て替え・模様替え
 一戸建て住宅・コンド レストラン・店舗 オフィス・コマーシャル
 ロコミ信頼18年 小さな仕事でも喜んで!
 実績 ・ヒルトン・ハワイアンビレッジ ・パラママーケット
 ・ボンスチキン ・不動産売却前のリノベーション工事 など
無料!! 見積り依頼・ご相談
TEL: 808-797-9990 (日本語・ENG) **Better Home Builders**
 Email: 808betterhome@gmail.com

眼 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
山本いつみ MD 予約制 **(808)943-7000** hawaii-eye-clinic.com

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




日本国内の相続・不動産・介護問題をサポート
 初回相談 無料
 皆さまはハワイに居ながら、経験豊富な日本人弁護士に直接ご相談することが可能です。
 ■日本の相続、不動産に関する法的問題 ■日本にいる相手との離婚問題
 ■日本の会社に関する法的問題 ■その他日本法の問題
 ■日本にお住まいのご親族の財産管理 介護施設の選定や入居等のサポート
 お問い合わせはこちら
弁護士法人 デイライト法律事務所
 グループ事務所 DAYLIGHT LAW FIRM, L.L.C.
 [HAWAII OFFICE]
 1750 Kalakaua Ave #403, Honolulu, HI 96826
 日本直通予約センター ☎ 01181-92-409-8840
 www.daylight-hawaii.com

道路舗装の材料にリサイクル・プラスチック利用 エヴァ・ビーチで試験プログラム

ハワイ州運輸局は11日(火)からエヴァ・ビーチのフォート・ウィーヴァー・ロードの道路舗装工事を開始した。舗装に使われる材料はリサイクルされたプラスチックとアスファルトを混合したものだ。KHON2が伝えている。

これは2年間の試験的に行われるプログラムで、一見すると通常のアスファルトと変わらないという。

担当するグレース・パシフィック社のジェロッド・シュレック氏は「見た目も匂いもアスファルトの様です。アスファルトより容量が小さいのですが、同様の機能があります。今回の試験的な使用で、時間の経過とともにアスファルトと同じだけの持続的効果があるかどうかを判明します」と述べている。

今回キラハ・ストリートからコーモラント・アベニューまでの区間のフォート・ウィーヴァー・ロードの道路舗装に用いられるプラスチック材料は1,950トンで、ペットボトルに換算すると195,000本分になるという。

州運輸局のエド・スニッフェン副局長は「道路舗装にプラスチックを利用するというのは新しいテクノロジーではありませんが、ハワイでは初の試みとなります」とコメントしている。

ハワイ大学はこの試験プログラムの後、道

路の構造的状態を検査し、ハワイ・パシフィック大学が環境に与える影響があるかどうかを検証することになっている。

ハワイ・パシフィック大学のジェニファー・リンチ博士は「最も重要なことは、この道路実験がハワイで発生するマイクロプラスチックやプラスチックゴミ汚染に対する解決策として実用化できるかどうかを検証する素晴らしい機会となるということです」と述べている。

今回の道路舗装で使用されるプラスチックはアメリカ本土から持ち込まれる。もしこの実験が成功したらハワイで排出されるプラスチック素材を利用して他の地域でも活用することが期待されている。

エヴァ・ビーチ選出のカート・フェヴェラ上院議員は次のように語っている。

「もし今回のプロジェクトが実用化できるのであれば、私たちは州内に工場を建設することになります。州内で材料を製造するので、これは多くの雇用の創出にもつながります。今回のプログラムは、我々の環境が安全なものであるということを確認するというだけでなく、ハワイの住民が家族を養いながらハワイで暮らし続けるために必要な雇用を確保するという意味もあるのです」

ハワイ・パシフィック大学ですでに試験



を開始しており、通常のアスファルト道路と比較してプラスチック素材混合道路からマイクロプラスチックの排出に増加は見られていないという。

試験プログラムの結果が同様であれば、今後は海からプラスチックゴミを回収して道路舗装に利用することも不可能ではなくなる。

「ハワイの住民が使ったプラスチックゴミも道路舗装でリサイクルできるようになるかもしれません。ハワイの環境のためにも、ハワイの経済のためにも役立つようになります」とリンチ博士は述べている。

イベント情報

10月1日(土)~31日(月)

第17回ハワイ・ブック&ミュージック・フェスティバル ONLINE
昨年に引き続き、今年もオンラインでの開催。ローカルの作家や各国のスピーカーが集まり、ハワイアンカルチャーやサステナビリティなど幅広いトピックを扱う。無料イベント。
www.HBMF.online

10月13日(木)

木曜午餐会
1回\$3または年会費\$40
午後12時半~1時半
講師はジュジュベ・クリニック院長の亀井士門東洋医学博士。テーマは「新型コロナウイルスを本質的に乗り越えるために」。マキキ聖城キリスト教会2階大ホールで開催。
www.mokuyogosankai.com

10月13日(木)~23日(日)

第27回ホノルル・レインボー・フィルム・フェスティバル
1作品\$10またはオールアクセスパス\$75
世界中のLGBTQ+をテーマにした映画を集めたフェスティバル。シアターで6作品、オンラインで20以上の作品を上映。23日にはハワイ州立美術館でパーティ(\$40)も開催。
<https://hglcf.org/hrff33-features/>

10月14日(金)

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のイベント。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。
189 Lunalilo Home Rd.
www.islandcraftfairs.org/oahu

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。

デービッド・イゲ
ハワイ知事のツイート

Governor David Ige @GovHawaii
10月11日 4:00PM
ジョナサン・バルベルディ副保安官は月曜日にアリゾナ州で起こった交通事故でお嬢さんを亡くされました。お悔やみを申し上げます。エレイン・H・バルベルディさんは事故当時、ブランド・キャンオン大学で学ぶ優秀な学生でした。バルベルディさんのご家族やエレインさんの友人の皆さんにおかれましては非常に辛い時だと思えます。心から哀悼の意を表します。

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

夜間の違法ダイビングで 男性2人に罰金刑

ハワイ州国土自然資源局(DLNR)は8日(土)、ワイキキで夜間に不法なダイビングをしていた男性2人を発見し、罰金処分とした。ホノルル・スター・アドバタイザーが伝えている。午後6時から翌朝6時までの間、ヤリを利用して魚を獲ることも禁止されている。

罰金処分を受けたのは、アルヴィン・ルシオ(42)とレティオス・ルーク(36)だ。

DLNRによると、8日夜に不審なダイバーがいるという通報を受けた。係官が現場に到着すると、当初ダイバー2人はダイビング・ライトを消して海の中にとどまり係官をやり過ごそうとしたが、1時間後に海から上

がってきたという。2人は、規程サイズ未満のカラ(ユニコーンフィッシュ)3匹を含む、合計32匹の魚を違法に獲っていたことが判明した。

禁止されていた夜間のダイビング、規程サイズ未満のカラの捕獲、ダイビングの際に掲げることが求められている旗がなかったことなどから2人は罰金処分となり、ダイビング用品は証拠として押収された。

DLNRでは一般市民に対して、ハワイ州の野生動植物に関連する不審な行動を目撃した場合には、当局(電話:808-643-3567)へ通報するよう求めている。

REIWA FINANCIAL
INSURANCE, INVESTMENTS, INCOME
INNOVATE WITH REIWA

ファイナンシャルアドバイザー 曾我 弘真 スティーブン

ファイナンシャルアドバイザーに相談してみませんか?

ご相談は無料です
808-268-1613 日英両語対応
reiwafinancial.com
ksoga@reiwafinancial.com
841 Bishop St., Ste 1900, Honolulu

Financial planning and investment advisory services are provided through Eagle Strategies LLC, a Registered Investment Adviser and a New York Life Company. ReIwa Financial is not owned and operated by Eagle Strategies LLC and its affiliates. Registered Representative offering securities through MLRE Securities LLC (member FINRA/SIPC), A Licensed Insurance Agency and a New York Life Company. The offering documents (policies, contracts) for all New York Life and its subsidiaries products are available only in English. In the event of a dispute, the provision in the policies and contracts will prevail. ニューヨークライフ及び系列会社の保険商品の説明文、及び契約書の内容は全て英文でのみ提供されます。疑義が生じた場合は説明文と契約書に書かれている条件が優先されます。

2023 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 午前11時~午後1時/毎週金 午前11時
開催場所 OCCIDENTAL UNDERWRITERS (1163 S. Beretania St.)
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**

日刊サンウェブサイト
毎日更新中!

QRコード
日刊サン

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

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。

当院が選ばれる理由
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

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

移転しました 月川クリニック

1010 South King Street #604
Honolulu, Hawaii 96814 (トーマス・スクエアそば)

電話番号 **808-941-7770** 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

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!
急な痛みにも...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!
Best Dentists 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!

山田マルビシ貴生
ハワイ州、カリフォルニア州歯科医師免許

パンナムビル1319号室 1600 Kapiolani Blvd

ハワイの最新ニュース、求人情報なら日刊サン

ツイッター @nikkansan
フェイスブック @NikkanSan
インスタグラム @nikkansan_hi

ハワイの“今”をお届けします

日刊サン

オミクロン対応ワクチン追加接種 対象年齢を5歳以上に引き下げ

アメリカ政府は12日(水)、5歳以上の子どもを対象として新型コロナウイルスの最新ワクチンの追加接種の承認を発表したとハワイ・ニュース・ナウが伝えている。

もうすぐ到来する冬に向けて感染を拡大させないための対応策として、追加接種を広めたい考えだ。

12歳以上を対象に行われている最新のワクチン追加接種はオミクロン変異株に対応するためのもので、先月からアメリカの全土で実施されている。政府関係者は多くの人々

が集まる機会が多くなるホリデーシーズンの前にさらなる防護策として追加接種をするよう推奨している。

アメリカ食品医薬品局(FDA)が今回承認したのは、5歳から11歳を対象とするファイザー社製と6歳以上を対象とするモデルナ社製だ。これで小学校に通う子どもたちがオミクロン変異株対応の追加接種を受けることができる。

これまで何度も追加接種が行われていることで、アメリカ国民の中には再度の追加接

種に対して以前ほど緊急性を感じなくなっている人々がいる中で、医療関係者は「これからのホリデーシーズンで感染者に接触する機会も増えます。重症化を避けるためにも追加接種を受け、オミクロン株に対する免疫力を高めておくことが重要です」と、追加接種の重要性を強調している。

今まで3度目および4度目の追加接種を受けた人々も最新の追加接種の対象となる。先週の時点で最新接種を受けたアメリカ人は、たった1,300万人にとどまっている。

ロングス・ドラッグ 生理用品を25%値下げ

ロングス・ドラッグを展開するCVSファーマシーズは、13日から自社ブランド(CVSヘルス・ブランド)のタンポン、ナプキンなどの生理用品を25%値下げすると発表したとKHON2が伝えている。

値下げの対象は、セール品やプロモーション商品を除く定価販売の商品のみだという。また、生理用品にかけられる生理用品税は、もともと消費者が会計時に払っていたが、5日からはCVS側が負担しているという。

あまり知られていないが、消費税とは別に生理用品税がかけられており、女性の必需品であるこれらの商品に対するさらなる課税には、長い間批判の声が上がっている。

現在アメリカ国内では、ハワイを含む22

の州で生理用品に対する課税が行われている。

今回CVSがその税を負担するとしたのは、アーカンソー州、ジョージア州、ハワイ州、ルイジアナ州、ミズーリ州、サウスカロライナ州、テネシー州、テキサス州、ユタ州、バージニア州、ウィスコンシン州、ウェストバージニア州の12州。

同社によると、州によっては会社側が税の支払いを肩代わりすることを許可しない法律があるという。

さらに同社は、カミソリやシェービングクリームなどの「女性用」と「男性用」の製品が同じ価格であるべきと考え、数千点の商品価格の見直しを行っているという。

これらは、CVSが行っている「より良い健康をとともに目指しましょう(Health Happens Together)」というキャンペーンの一環だ。

ジョージア・メイソン大学の2021年の調査によると、女性大学生10人のうち1人は貧困のために生理用品を購入できないという、いわゆる「生理の貧困」を経験しているという。最近では、スコットランド議会在「生理用品法」を可決し、生理用品は無料とする初めての国となった。



President Biden @POTUS

10月11日 1:00PM
私は今日、防火週間を記念して、私の家族そして全てのアメリカ人を代表して、アメリカの消防士の皆さんに感謝の意を表します。最悪の事態が発生し、愛する人が危険な状態に陥った時、出動する消防士の姿ほど頼もしい光景はこの世にありません。

Today, I commemorated Fire Prevention Week and thanked our nation's firefighters on behalf of my family and every American. When the worst happens and those you love are in danger, there is no better sight in the world than a firefighter who is ready to go to work.

10月12日 5:55AM
私は今朝、国家経済評議会のディレクターと会い、経済に対するブリーフィングを受けました。私たちはまだやらなければいけないことがたくさんありますが、現在の経済的移行を乗り切ることができる強い立場にあるのです。

This morning, I met with my National Economic Council Director to receive a briefing on the economy. We still have a lot of work to do, but we're in a strong position to navigate through this economic transition.

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

10月11日から日本へのビザなし渡航解禁!

ワクチン3回接種者は **渡航前PCR検査なし!**

JRレイルパス 普通車・7日間
おとな \$228 こども \$114
こちらのお値段は 10/5まで有効です。

格安航空券のお問い合わせは下記まで

JTB 808.979.0111 hnl02@jtbusa.com
www.jtbusa.com/honolulu
営業時間: 月-金 9am~5pm 日英両語のできる添乗員募集中

★JTB USAウェブサイトからオンラインでオーダー受付中
★レートは毎週木曜日に変わります。
★日本パスポートの方のご利用には、10年以上のグリーンカード、または在留届の写し、または在留証明が必要となります。

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!

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)

日本語OK

その他のニュースは **日刊サンウェブ**サイトへ

<https://nikkansan.net>

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!

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

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**

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

日刊サンで **ハワイを元気に!**

毎週土曜日
印刷版発行中

QRコード

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

UPCOMING EVENTS

ハワイの **イベント情報** 毎週更新中!

日本から参加できる
オンラインイベントも要チェック!

日刊サンウェブサイト イベント情報 →

日刊サン

イベント情報

10月14日(金)~16日(日)
ハワイ・ホリデー・クラフト&ギフトフェア
金曜 午後3時~9時、土曜 午前10時~午後7時、日曜 午前10時~午後5時
入場料\$5 (6歳以下無料)
プレイズデルセンターで開催される大規模のクラフト&ギフトフェア。150以上のブースが集まり、雑貨アクセサリーから衣類、お菓子までホリデーギフト向け商品がずらりと並び。
www.hawaiiholidayfair.com

10月15日(土)
ホノルル・プライド・パレード&フェスティバル
午前10時~午後6時
ハワイ最大のLGBTQ+コミュニティへの啓発イベント。マジックアイランドからカピオラニ公園までを100名以上が行進。午前11時半からはワイキキシェルで祭典が行われる。
hawaiiigbtlegacyfoundation.com/

カレッジフットボール ハワイ大学VSネバダ大学
午後6時~
\$26~
ハワイレインボーウォリアーズとネバダブルーパックスの試合が、ハワイ大学マノア校キャンパス内クラレンスTCチン・アスレチック・コンプレックスで開催される。
<https://hawaiiathletics.com/sports/football/schedule>

10月15日(土)~16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、バイクグッズ、アパレルなど、ユニークなアイテムが並び。
www.islandcraftfairs.org/oahu

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。

コロナ感染者「緩やかに減少」 インフル同時流行か

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「アドバイザリーボード」は12日、今後の感染状況について「不確実性はあるものの、緩やかな減少傾向または横ばいとなる可能性がある」との見解をまとめた。一方、今冬に新型コロナと季節性インフルエンザの同時流行が懸念されるとして、必要な対応を取るよう求めた。

政府は同日、厚生労働省の非公開の専門家組織の会合で対策案を示した。13日に正式に公表する見通し。

厚労省幹部によると、対策案では、重症化リスクの高い人には、発熱したら従来通り発熱外来やかかりつけ医の受診を促す。高齢者、小学生以下の子ども、基礎疾患のある中学生から64歳などを想定する。

中学生から64歳については基礎疾患がなければ検査キットで自主検査してもらおう。陽性なら第7波で全都道府県に設置した「健康フォローアップセンター」に登録したうえで自宅療養を促す。

急激な為替変動、経済に悪影響 金融緩和は継続

20カ国・地域(G20)財務相・中央銀行総裁会議出席のため訪米中の黒田東彦日銀総裁は12日、ワシントンで開かれた国際金融協会(IIF)の会合で、「為替の一方的で急激な変動は経済に悪影響を及ぼす」と急激な円安進行をけん制した。その上で、「為替の動向が経済に与える影響を注視していく必要がある」と強調した。

9月22日に政府・日銀が実施した為替介入に関しては、「一方的で急速な円安を止め

るもので、極めて適切だった」と話した。

現在の日本の物価上昇については、世界的な資源高などによる輸入価格上昇が主因だと指摘。その上で、金融政策に関して「2%物価目標の持続的、安定的な実現に向けて金融緩和を続ける」との姿勢を改めて示した。物価目標が1、2年で達成されて金融政策を変更できるという見方は「正しくない」と否定した。

北方領土近くでのHIMARS訓練に抗議 ロシア外務省

ロシア外務省は12日、陸上自衛隊矢野別演習場(北海道)で高機動ロケット砲システム(HIMARS)を用いた日米共同訓練が実施されたとして、在ロシア日本大使館に「断固抗議した」と発表した。

声明は「ロシア国境に近い」ことを問題視しており、ロシアが実効支配する北方領土を

射程に収める場所での日米共同訓練に過度に反応した形だ。「ロシア極東の安全保障への脅威と見なし、こうした行動の即時停止を求めると強調した。」

また、外務省のザハロフ情報局長も談話を出し、岸田文雄政権の非友好的な措置には適切に対処すると警告した。

40代女性の体力低下 21年度体力調査

スポーツ庁は12日、2021年度の「体力・運動能力調査」を公表した。12年度以降の10年間で、体力テストの合計点が多く年代で男女ともに横ばいか向上傾向が見られる中、40代の女性は低下傾向だったことが明らかになった。

調査は東京五輪が開催された1964年から毎年行われている。今回は昨年5~10月、6~79歳の男女約7万4000人を対象に実施。回答を得た約4万8000人(回収率約65%)の握力や反復横跳びなどの結果を集計した。

体力テストの合計点は、12年度に比べ女性の40代前半は95.6%、40代後半は95.7%に下がっていた。特に40代前半は、他の年代と異なり、12年度の数値を毎回下回っていた。同庁が策定したスポーツ基本計画では、週1回以上の運動をしている成人の割合は、65%(3人に2人)を目標に掲げていたが、20~40代の女性は30%台と大きく下回っていた。

調査に協力した順天堂大大学院の内藤久士教授(運動生理学)は、40代女性の体力低下について、仕事や子育てとの関連などを挙げた上で「運動する時間や場所、環境がまだまだ十分に整っていないのかもしれない」と指摘した。

テレビプロデューサー 桑原秀郎さん死去、87歳

桑原 秀郎さん(くわはら・ひでろう=テレビプロデューサー)5日、肺結核のため東京都内の病院で死去、87歳。東京都出身。葬儀は近親者で済ませた。喪主は長女理恵子(りえこ)さん。

59年、東映に入社。テレビドラマの企画やプロデュースを手掛けた。主な作品に「非情のライセンス」「人間の証明」「はぐれ刑事純情派」「火曜サスペンス劇場 監察医・室生亜季子」など。

イベント情報

10月16日(日)~30日(日)

ハワイ・ウッドショー2022「ナ・ラアウ・オ・ハワイ」
午前10時~午後6時
今年で30回目を迎えるハワイ森林産業組合主催の木製作品展覧会。ハワイで育った木を使った美術工芸品、家具や楽器などさまざまな作品を展示。ハワイオペラプラザで開催。
848 S.Beretania St.
<http://woodshow.hawaiiforest.org/>

10月19日(水)

シャカコン2022
午後5時半~8時
\$175~\$225
映画『シャカ、ザ・パワー・オブ・アロハ』で使用されるシーンの撮影に参加しながら、ルアウディナーショーが楽しめる。ポリネシア文化センターで開催。200席限定。
shakacon2022.eventbrite.com

ルーフトップ・スターゲイジング・イベント
午後6時30分~8時30分
ロイヤル・ハワイアン・センター4階、A館とB館の間で毎月開催している、スターゲイザーズ・オブ・ハワイ社による天体観測イベント。受付は会場で先着順。参加は無料。
www.stargazersofhawaii.com

10月21日(金)

パシフィックホールのツアー 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。太平洋諸島の人々の文化を紹介するパシフィックホールを案内する。日本からも参加可能(日本時間22日午前10時~)
www.bishopmuseum.org/japanese-online-experiences

URLをクリックすると
詳細ページに飛びます。

2023年メディケア・アドバンテージ 加入・変更できる期間は 10月15日~12月7日

2023年のメディケア・アドバンテージへの新規加入・プラン見直し及び変更可能な時期がきました。プロの無料相談で、カンタン、迅速な手続きを!

日本語無料相談
受付開始!

65歳になったらメディケアを受給できます

- ①65歳以上で、10年以上税金を納めた方
- ②65歳未満でも補償対象の障害や病気を持つ方
- ③米国で働いたことがなくても、居住5年以上なら保険料を支払うことで加入可能(2022年:パートA\$499、パートB\$170.10~\$578.30)

あなたはどちらを選びますか?

オリジナル・メディケア

パートA(入院保険)

パートB(医療保険)

オリジナル・メディケアは政府が提供する基本的な補償です。

薬のカバーが必要な場合
+
パートD(処方箋薬の保険)

追加保険が必要な場合
+

メディケア
サプリメント保険

メディケア・アドバンテージ

パートC(オールインワン)

パートAとパートBが組み込まれたもので、ほとんどのプランは、パートDまでカバー

保険会社が提供するメディケア・アドバンテージには、オリジナル・メディケアのすべてのサービスがカバーされています。

処方箋薬の保険(パートD)の注意点
薬の服用が多い方や、高額な薬を服用している場合は、この保険がないと全額自己負担になります。また、遅れて加入すると生涯ペナルティが生じるのでご注意ください。

無料
説明会

開催日 毎週月・水 午前11時~午後1時/毎週金 午前11時
開催場所 OCCIDENTAL UNDERWRITERS(1163 S. Beretania St.)
個人相談または少人数での相談会も随時開催中!

メディケア・アドバンテージ=パートCには さまざまなメリットがあります!



特長1 PPOプランは保険料が安く設定されていて、ネットワーク内をご利用になれば、費用が安くなります。1枚のカードにすべてが含まれています。



特長2 オリジナル・メディケアのすべてのサービスをカバー。パートD(薬のカバレッジ)の他、魅力的なベネフィットも多く、定期的な健康診断(聴力、視力、歯科検診など)、カイロや鍼、スポーツジムまで含まれるプランもあります。



特長3 オリジナル・メディケアは20%が自己負担ですが、メディケア・アドバンテージは最高自己負担額(ファイナンスセーフティネット)が決めているので、万が一、大病をして高額医療費がかかっても、決められた額以上を支払う必要はないので安心です。

ご注意ください

- プラン内容は毎年少しずつ変わります。新しいベネフィットのあるプランが新設されたり、逆に契約していたプランがなくなってしまう場合もあるので、見直しは欠かせません。
- メディケア・アドバンテージ加入後も、オリジナル・メディケアパートBの保険料を支払い続ける必要があります。
- 会社のグループプランとメディケアまたはメディケア・アドバンテージを持っている場合、どちらの保険が最初にカバーされるかご確認ください。

新規加入の方はもちろん、既にご加入の方も見直しのために、ぜひ無料相談を利用して、ご自分の健康状態に最もふさわしいプランをお選びください。

メディケア
コンサルタント

横江 和子 ☎(808) 225-9555

✉ kazuko@pbchawaii.com

東京都出身。アメリカ本土5年、ハワイは40年在住し、米国メディケアに精通。介護の経験から保険のライセンスを取得。毎年変わる複雑なシニア健康保険の内容を、日本語でわかりやすく説明しサポートしてくれる。米国の生命保険、長期介護保険、年金を扱うコンサルタントでもある。



米国の弾薬余剰、近く枯渇か ウクライナ支援長期化で

米国は、ロシア軍の侵攻と戦うウクライナにとって不可欠な弾薬を供与しているが、生産ペースが消費に追いついていないことから、近く一部の弾薬を提供できなくなる見通しだ。

米国はウクライナに対する最大の武器供給国となっており、これまでに168億ドル以上の軍事支援を行ってきた。だが米シンクタンク、戦略国際問題研究所のマーク・キャンシアン氏は最近の分析で、一部軍需品の備蓄量が「戦争計画や訓練に必要な最低レベルに到達しつつある」と指摘。侵攻前の水準まで

補充するには数年かかるとの見方を示した。米軍関係者によると、大国が関わる戦争に必要な弾薬数について、米国はウクライナ紛争において必要な弾薬数は予想より「はるかに多かった」と認めている。

米国では1990年代、ソ連崩壊を受けた国防費の削減により、国内の軍需企業が大幅な減産を余儀なくされ、その数は数十社から数社にまで激減。政府は軍需業界に増産を促し、2020年以降製造されていない携帯型対空ミサイル「スティンガー」などの生産を再開させる必要に迫られている。

NASA、小惑星の軌道変更成功 初の「地球防衛」実験

米航空宇宙局(NASA)は11日、先月末に実施した探査機の小惑星衝突実験で、小惑星の軌道を変えることに成功したと発表した。

実験では先月26日、冷蔵庫サイズの無人探査機「DART」が、小惑星「ディディモス」の周りを公転する小型小惑星「ディモルフォス」に衝突した。地球上の生命に脅威を及ぼす天体の飛来を阻止できるかを試すことが

目的で、こうした試みは世界初だった。NASAのビル・ネルソン長官によると、衝突によりディモルフォスの軌道周期は11時間55分から11時間23分になり、当初の目標だった10分を上回る32分の短縮に成功した。

ネルソン氏は、「NASAが地球防衛に本気で取り組んでいることを世界に示した」と述べた。

ロシア連邦保安庁 クリミア橋爆発で8人拘束

インタファクス通信によると、ロシア連邦保安庁(FSB)は12日、クリミア半島とロシア本土を結ぶクリミア大橋で8日起きた爆発に関連してロシア人5人とウクライナ、アルメニア国籍3人の身柄を拘束したことを明らかにした。FSBは、爆発を組織したのはウクライナの国防省情報総局とキリロ・ブダノフ情報総局長との認識を示した。

爆発装置はウクライナからブルガリア、ジョージア、アルメニアを経由してロシアに持ち込まれたとの見方を示した。ロシア西部のブリャンスクとモスクワでウクライナの攻撃を阻止したとしている。

アンジェラ・ランズベリーさん死去 「ジェシカおぼさんの事件簿」

米ドラマ「ジェシカおぼさんの事件簿(Murder, She Wrote)」で作家・探偵役を演じ躍り有名になった英国出身の俳優アンジェラ・ランズベリーさんが死去した。96歳。家族が11日、発表した。

家族の発表によると、ランズベリーさんはロサンゼルスで自宅で「安らかに眠ったまま」死去したという。5日後には97歳の誕生日を控えていた。

イベント情報

10月21日(金)

ケラーニ:ブルーウォーター・ロードトリップ
午後7時~10時
\$59.50~
現代R&Bの先頭を走るシンガーソングライター、ケラーニのハワイ公演がワイキキシェルで開催される。スペシャルゲストは、リコ・ナスティーとデスティン・コンラッド。
www.kehlani.com

10月23日(日)

ボカ・ハワイ30K
午前5時~
\$75 (当日エントリー\$85)
カピオラニ公園をスタートし、ダイアモンドヘッドとカハラを通過してハワイカイまでを走る約18マイルのマラソンイベント。
https://808racehawaii.com/races/boca-hawaii-30k/

ホノルル海さくら主催 ビーチクリーンアップ
午前9時半~
毎月1回ビーチ清掃活動をしているホノルル海さくら。第110回目の開催。場所はアラモアナビーチパーク。参加希望者はhonoluluumsakura@gmail.comに事前連絡を。
www.facebook.com/honoluluumsakura



ハワイ在住者のための ライフプランのお話

今日ご紹介するのはANNUAL ENROLLMENT PERIOD (AEP)です。申請期間は10月15日から12月7日までの54日間です。シニアの方にとって、保険会社のプランの変更が出来る時期です。何回手続きを取っても問題ありませんが、採用されるのは、締切日の12月7日に最も近い日付でサインされた申請となります。

シニアの保険は1人一つしか持てませんが、シニアの保険とグループ保険、フェデラルの保険、TRICARE FOR LIFEなどは両方を持つことが可能ですので、うまくベネフィットを利用し

ましよう。9月末には下記郵送物がご自宅に届きますので、現在加入しているプランの変更及び廃止をご確認ください。

- ANOC(Annual Notice of Change)
10月1日には保険会社から翌年のプランの変更点のご案内されます。
- Medicare & You
https://www.medicare.gov/Pubs/pdf/10050-Medicare-and-You.pdf

各保険会社は数種類のプランを提供しています

- メディケア・アドバンテージに加入する際、あなたはどのプランを選びますか? 選ぶポイントは下記のとおりです。
- 主治医及びすべての専門医がネットワークに加入しているかどうか。
- 年の途中でドクターや保険会社が契約を解除することがありましたので、予約の際、ネットワークに加入しているかどうか常に確認することをお勧めします。
- 薬のカバレッジは保険会社により異なります。現在摂っているすべての薬がどのTIER(1~5)に入るか確認してください。保険会社を変えたことにより緑内障の目薬が保険でカバーされなくなり、3ヵ月で\$700位になったという例もあります。
- 保険会社が提供しているベネフィットより医療保険として

充実しているかどうかプランの決め手です。

この時期に気を付けることは、プランが廃止になっているかもしれないということです。例えば、保険会社がHMOプランを廃止して、PPOプランのみになった場合、HMOに加入していた方がプラン廃止を知らずに手続きをしないしていると、翌年1月1日以降オリジナルメディケアに戻されてしまいます。薬のカバレッジがない状態になりますので、処方箋の薬は100%自己負担になります。

毎年内容が変更になり、新しいプランが紹介されることもあります。また、2023年には新しい保険会社も進出しました。毎年見直しをしましょう!

横江和子 シニア医療保険コンサルタント
取扱保険の種類: 生命保険、長期介護保険、メディケア、三大疾病保険、IRA & ROTH IRA、個人年金等
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。



悠久の永眠
~自然に抱かれて
コアラ山脈の麓のパワースポット

後継者・ 墓じまい不要
バレーオブザテンプレズ
年間管理費 不要
どなたでも 購入可能

VALLEY OF THE TEMPLES
MEMORIAL PARK
AN ETHERAL RESORTS PROPERTY

霊園見学受付中(完全予約制)
花水えみ 808-636-3175(日本語)
https://jp.eternalresorts.com

ヨットハーバータワー 賃貸
オーシャンフロント・改装済み美室
1ベッドルーム/1バス 月\$2,950
電気・水道・ガス代、インターネット・WiFi、ケーブルテレビ、エアコン込み
洗濯・乾燥機、駐車場あり、プール・BBQ施設完備
連絡先: Allysonf1@icloud.com (808)842-5174

日刊サン FREE
毎週土曜日 印刷版発行中

NIKKAN SAN

広告募集
お申し込みは こちらから
nikkansan.net/ad-inquiry/

日刊サンウェブサイト
毎日更新中!

日刊サン

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。

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

センチュリー21 ハワイアンスタイル
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
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。

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

購入から賃貸管理まで HOMECONNECTION

ハワイ不動産を総合サポート

不動産売買、賃貸物件管理(GE Tax・ファイリング代行無料)
別荘管理(定期点検各種、カスタムメイドサービス)
ayakoabbadessa@gmail.com LINE: ayakohawaii123
Ayako Abbadessa RB22978 日本語でお気軽にどうぞ 808-546-9212

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 \$540~ ※色は白、他の色は別料金で承ります
★お風呂と壁コンボ \$1190~

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

「日刊サンを見た」で
滑り止め加工
\$80➔**無料**

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

安心の
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
施工例や詳細はコチラ
808-888-9256
www.oahutubdoctors.com

旧KICモーターズ

Aloha

AUTO DEPOT

安心・信頼の
ハワイの車屋

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、
プランニング、フローリング、タイル、ペイントなど総合

<https://dreamhawaii.com>
usadreamhawaii@gmail.com

岡本まで Tel. **383-7782** 見積り
Office Tel. **372-3319** **無料!**

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、
バスルーム、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

住宅の改築、増築、新築、
リテール、オフィス、レストランまで

日本との設計プロセス、施工方法の違いを事前に説明します
設計計画から建築許可申請、施工監理までお任せください!

ハワイ州登録建築士
Focus Design Studio
鶴飼 高生 Takao Ugai
1010 S. King Street Ste 216
Honolulu, HI 96814

808-927-5301
www.focusstudio.com

PERMIT 住宅・商業施設の建築許可取得なら...

住宅所有者、請負業者、建築家・エンジニア向け

審査 **建築許可発行** まで
迅速なサービスを提供しています。

Department of Planning and Permitting
ホノルル市計画許可局認定 第三者機関

面倒な諸手続きをスムーズに!
ジミー・ウーにお任せください。

808-304-8871 (英語)
projects@proworkpacific.com
YouTube Channel

Proworkpacific.com 100 N. BERETANIA ST., Ste 114, Honolulu, HI 96817

ビギナーから上級者、
コレクター向けまで
新品・中古の
ゴルフクラブを
お探しなら当店へ!

**BUY
SELL
TRADE
RENTALS**

良心的プライス!
幅広い品揃え!
経験豊富なスタッフ

ROOTS & RELICS
TEL: 538-3311

249 Merchant St. (ダウンタウン)
Richards St. と Merchant St. の角

**レインボー
便利屋**

ハワイで困ったら
なんでもおまかせ!

家のリフォーム&修理・管理
掃除 インテリア 建築
観光ガイド 通訳
看病サービス 宿泊 運転代行
引っ越し 空港送迎サービス

どんなことでもご相談ください!
808-217-1683 / 808-217-1286

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~**
バナー (24"x48") **\$40~** *1000枚以上の料金

10% OFF

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

移転
しました
1302 Young St.
Zippy's 近く

住まいのサービス

<https://nikkansan.net/category/live-hawaii/house-care/>

建築・引越し・ハンディマン...

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

日刊サン FREE

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、プールのパナ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

T.Oki TRADING
www.tokitrading.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

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armor、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

ハワイのニュース、求人情報、コラムetc...
日刊サンウェブサイト 毎日更新中

デジタル版 バックナンバー読み放題!!
<https://nikkansan.net/>

日刊サン FREE

高尾義彦の ニュースコラム **世界の人口 日本の少子化を考える**

インドが中国を抜いて世界一の人口大国になるという。国連発表を聞いて、改めて世界の人口問題や日本が直面する少子化の課題を考えさせられた。世界の人口は当面増え続けるが、ある段階で下り坂になる時期を迎えるという観測もあり、水も資源も有限なこの地球上で、人類にはどんな未来が想定されるのか、気になる問題だ。

世界人口デーの7月11日に発表された国連人口基金(UNFPA)のデータによると、世界の総人口は79億5400万人。中国が14億4850万人、2位のインドが14億600万人で、2027年にはインドが中国を抜くという(来年という推計も公表されている)。世界の人口は2080年には104億人に達すると推計されている。

現在、人口1億人を超えている国は、アメリカ、インドネシア、パキスタンなど14か国あって、日本は1億2560万人で11番目。日本の人口は2008年にピークを迎え、その後は減少傾向を続け、「少子化」が大きな問題となっている。

筆者が生まれた1945年は、第二次世界大戦の敗戦の混乱期で、出生数は190万2千人だった。47年から49年にかけての第一次ベビーブームの時代は年間260万人台を記録し、いまこの年代が70歳台に達して高齢化社会の「主役」となっている。

筆者は出生数が少ない世代だったため、進学や就職の機会には、相対的に恵まれたと感じ

ているが、最近の出生数はその数字にも及ばない。第二次ベビーブーム(71~74年)には年間200万人台だったが、2016年に100万人を切り、その後も減少傾向が続く。

合計特殊出生率(一人の女性が生涯に産む子供の平均数)は21年のデータで1.30まで落ち込み、回復の気配はない。国勢調査に基づく国立社会保障・人口問題研究所の推計によれば、2053年には総人口が1億人を切って9924万人になる。高齢化も深刻で、敬老の日に合わせて厚生労働省が明らかにした数字では、100歳以上の人口が初めて9万人を超え、このうち女性が8万161人と大半を占めている。

間もなく人口がインドに抜かれる中国では、1979年に導入された「一人っ子政策」が少子化の大きな要因となった。戦後の49年以降、中国の人口は急増し、食糧難を懸念する政府が、出産する子供の人数を一人にする強制的な政策をとった。これが失敗だったことを認めて、2016年にこの政策を撤廃したが、人口は増えず、2021年の出生数は1062万人と史上最低となっている。

中国政府は21年5月に「3人目」の出産も認める方針を打ち出したが、それでも出生数は増えない。親の世代が一人っ子として成長し不具合を感じていないほか、子育てのための教育投資や都市部での住宅費に巨額の費用がかかり、簡単には「産めよ増やせよ」の機運

は盛り上がらない。翻ってインドの現状をみると、人口の50%以上が25歳未満であるという「若い国」としての特徴があり、女性一人の出産数は2.72人と高い数値を示す。社会的インフラが整い、寿命が延び、新生児の死亡率が減少したことが背景にある。まだまだ貧困層も多いため、子供が「労働資源」として期待されている側面も指摘される。

少子化の問題を考えるうえで、世界各地の特派員らが現地の情報を報告した『世界少子化考』(毎日新聞出版)が興味深く、参考になった。最初に取り上げられているのは韓国で、合計特殊出生率が2021年に世界最低水準の0.81を記録し、日本以上に大きな問題になっている。

韓国の場合、男性は2年前後の兵役期間を考えると就職年齢が20歳台半ばになり、結婚年齢も日本などより遅くなる。儒教思想を重んじる韓国では、結婚する場合、男性が住居を用意することが多いが、都市部の住宅が高騰して若い男性には高いハードルになる。さらに日本以上の学歴社会となって、名門大学などに子弟を進学させるための経済的負担が過大となり、一人以上の子供を持つ余裕が

なくなっているという。都市部への人口集中がさまざまなひずみを生み、少子化に拍車をかけているようだ。

一方で高い人口増を続けているのがイスラエルだ。合計特殊出生率3.01は世界のトップクラス。好調な経済成長のほか、人口の4分の3を占めるユダヤ人が世界に離散させられた歴史の体験から、大家族にこだわる潜在意識が働いているという。

日本がお手本とすべき国の一つがフランスだろう。国の手厚い経済的支援だけでなく、個人を尊重し、結婚と出産の法的位置づけを柔軟にとらえて、同性愛なども含め全ての女性がそれぞれの形で子供を持つ希望を実現させる道を、法的に開いてきた。

コラム執筆中に宮城県の村井嘉浩知事が「孫休暇を取る」と宣言したニュースを聞いた。育児休暇を一步進めて職員の「孫休暇」を制度化する意気込みには賛否の声が上がったが、政府や地方自治体が、子供を産み育てやすくする環境づくりに力を入れることが欠かせない。その場合、国家としての政策優先ではなく、様々な形で幸福を求める個人を尊重する視点からの選択肢を出来るだけ多く用意できる試みを期待したい。

高尾義彦 (たかお・よしひこ)

1945年、徳島県生まれ。東大文卒。69年毎日新聞入社。社会部在籍が長く、東京本社代表室長、常勤監査役、日本新聞インキ社長など歴任。著書は『陽気なピエロたち―田中角栄幻想の現場検証』『中坊公平の 追いつめる』『中坊公平の 修羅に入る』など。俳句・雑文集『無償の愛をつぶやくI、II、III』を自費出版。



幸せ修行

アーユルヴェーダの病院では、食事に玉ねぎを使わないのが一般的です。なぜなら、玉ねぎは、「ラジャス」と言って、刺激を与える性質があるからです。もちろん、日常において玉ねぎを食べることは問題はありません。アーユルヴェーダでは、私たちがいただくものの全てが身体と心に大きな影響を与えるという考えに基づき、治療中に刺激物の接種を避けているようです。



刺激の強いものは、場合によっては身体の負担になります。自分の身体がどう感じているか、観察しながら食事を楽しんでください。また、全ての人にとって玉ねぎそのものがNGというわけではありません。アーユルヴェーダでは、玉ねぎを治療に使うことがあります。大切なのは、食べすぎないようにすることです。もし玉ねぎを食べる場合は、生ではなくて調理してからいただくのがオススメです。

私たちが食べるものは、心や魂にも影響を与えます。健康は、一人ひとり定義が異なりますので、ラベルを貼るように定義付けをすることは難しいのです。何が自分にとって健康をもたらしてくれるのか、一度見直す必要があるかもしれません。食べ物で健康を意識したい方は、玉ねぎの代わりに、人参や牛蒡なども使ってみてくださいね。

アーユルヴェーダの病院では 玉ねぎを食べない理由

アーユルヴェーダの病院は、肉体の不調以外にも、心や魂まで扱うので、何をいただくかにおいても、細心の注意を払います。どれも難しいことではなくて、日常生活に応用できる内容ばかりです。今月は、インドのアーユルヴェーダ病院で実践されていることを中心にお伝えしますので、ピンときた方は、実践してみてくださいね。

ここで大切なのは、食べ物や行動が、私たちのバランスに影響を与えると知ることです。玉ねぎに限らず、刺激を与えすぎるとような行為はバランスを崩すので、注意すると良いでしょう。例えば、精製白砂糖やカフェインは刺激が強いです。また、アーユルヴェーダの病院では、治療の効果を高める目的で、辛いもの(唐辛子など)も病院滞在中は避けます。日常生活において、少量の辛いものを日常的に摂る分には構いませんが、激辛なものを食べると、お腹を下す人がいますね。これは、自分が対応できる範囲の刺激を得ている、という身体からのサインです。私たちは、「食べたものでできている」という考え方もあるほどです。お薬に頼らずに体調管理をしたい人や、健康寿命を伸ばしたい人は、このような視点で食に意識を払うと良いですね。

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

最もナチュラルで美しい仕上がり

- 豊胸手術 ●脂肪吸引 ●レーザー脱毛
- 二重まぶた ●ボトックス・ヒアルロン酸
- しわ・たるみ ●しみ取り・ニキビ跡
- フェイスリフト ●自毛植毛 など

アジアパシフィック 美容整形外科

大人気! お得なVIP会員プログラム 新規会員募集中!

新規会員特典 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。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

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

ベストドクターズ イン・アメリカ 11年連続受賞

Dr. Shim Ching ドクター・シムチン

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?

- 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. (マツカレーとベレタニアの角 Connie Gayle Center内、駐車場あり)

<http://artmakeyumi.com>

Before After 直後

Before After 直後

YUMI

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

foot source Hawaii

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

デジタル版は毎週月・水・金曜日に公開中 (金曜は土曜印刷版「週末版」と同内容)

毎日更新中!

日刊サンウエブサイト

毎日更新中!

日刊サンウエブサイト

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

Hano Naka Inc. ☎(808)596-2555 1245 Young St. #102 土・日 定休

人間の筋肉の約70%は「下肢」にある!

PULSE Trainer 3DEMS \$1800+tax

求人情報

日刊サンの e-JOB

STAR
of Honolulu

Royal Star Hawaii
MOTORCOACH TOURS & DESTINATION SERVICES
Aloha Ori Wheels

充実のベネフィット! 健康保険(ドラッグ・ビジョン・デンタル)、有給・疾病休暇、401K、FSA、学費補助制度

ロイヤルスター
ハワイ

スターオブ
ホノルル

FT 日英両語ドライバー (CDL)
時給 最高\$30 入社ボーナス \$3,000!

FT/PT 日英両語予約スタッフ 時給 \$21 (トレーニング後)

FT 日本語セールス 入社ボーナス \$1,500!
英語の読み書きと日常会話必須。給与は経験により応相談。

Resume送付先 hr@starofhonolulu.com
ウェブサイトからのご応募 <https://starofhonolulu.com/careers/>

ハワイのトップ企業250にランクイン!

日刊サンウェブサイト
求人ページから
簡単に応募
できるよ!!

QRコードから
求人ページへ
GO!!

nikkansan.net/recruit/

ハーツレンタカー 急募!!

Hertz

サービスアソシエイト
カスタマーサービス
マネージャー候補

優れたサービスで、お客様に満足していただくことに情熱を持ったスタッフをお待ちしています。あなたのキャリアをすぐに活かせる職場です!

勤務地:ワイキキのレンタカー営業所
要ハワイ州運転免許、日英両語(日本語必須)

充実したベネフィットと割引制度

- ★社員割引40%オフ
- ★旅行や食事の際の割引特典
- ★研修授業料の割引、または払い戻し
- ★実践的な学習によるキャリアアップ
- ★医療保険(眼科・歯科保険込)
- ★ペット保険
- ★401K

履歴書送付先 Yhayashi@hertz.com
お問合せ ☎808-379-3277

The Hertz Corporation Honolulu Hawaii

ハワイの有名シェフ
Chai の店で
働きませんか?

クック 週5日 \$25~/h(経験により)
仕込み 週3日 \$15~/h
ディッシュウォッシャー

HMAA保険、勤務中の駐車場あり
ビザサポート J, E, OPT大歓迎

応募は **808-304-6100**
こちらまで kazumaru0821@gmail.com

美登利 寿司
KATSUMIDORI SUSHI TOKYO

募集職種

- ・キッチンヘルパー \$16~/h
- ・寿司シェフ \$18~/h
- ・サーバー \$10.10/h + Tip
- ・ディッシュウォッシャー \$13~/h
- ・フロントホステス \$14~/h

経験者優遇
要日英両語

* 健康保険(週20h~、デンタル含む)、有休等あり

履歴書送付先 (松本/KAYO迄) katsumidori.hawaii@gmail.com

人気の和食店で働いてみませんか?

急募!

- ・キッチンスタッフ (日本料理の経験者)
- ・ディッシュウォッシャー (午前シフトのフルタイム)

レジ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

多忙につき
下記のポジション
大募集!

- キャッシャー
- おにぎりメーカー
- キッチンスタッフ
- フィッシュカッター
- マネージャー

パート/フルタイム
時給 \$20まで
ベネフィットあり
キッチン経験者優遇

パラダイス・ポケ・ハワイ
ヌウアヌ・ショッピング・センター内
1613 Nuuanu Ave., Honolulu
レジメ送付先: paradisepokehi@gmail.com
電話: 808-271-8898

急募 ビルメンテナンス

アラモアナエリアのビル・テナント管理

ビルメンテナンス経験者

- フルタイム 月曜~金曜 6時AM-3時PM 保険完備 **時給 \$20**
- 英語会話読み書き必須

問い合わせ先: ☎808-952-6399

- **デリバリー** 新聞(日刊サン)配達をしてくれる方
毎週土曜日 午前中 約3時間
要運転免許&自家用車(ガソリン代支給) **\$40/day**
- **広告営業** 営業経験が5年以上ある方、日英両語

営業ポジションの応募は、
Eメールにてレジメをお送り下さい

TEL 808-944-8383
sanisno1@gmail.com

急募

三行広告

Classified Ad.

Service

米 国 本土最大級の日系学習塾の優
塾が塾生を募集中!ハワイ指
導歴長い院卒の先生が懇切丁寧指導
takeuchi@youjuku.com

最新情報をお届け中!

Twitter / フェイスブック / インスタグラム でも

@nikkansan / @NikkanSan / @nikkansan_hi

コラム COLUMN



Wisconsinで独り言 — 運動のすすめ

最近ではジョギングやウォーキングなど、「体を動かす」ことが健康に大切であることが一般的になりましたが、一体いつから言われるようになったのでしょうか? ある健康に関する本で興味深い箇所を見つけたので、今日はその話をしたいと思います。

バスの車掌さんという職業

昔バスに乗ると、「車掌さん」という人がいました。乗客が先行を告げて、料金を払うと切符を切ってくれる仕事です。日本では

昭和40年代初頭(1960年代半ば)までは見られましたが、やがてそうした人が徐々に消えていき、ワンマンバスが主流になってきました。ロンドンの2階建てバスでの車掌さんは2階へ上がったたり、1階へ降りたり大変体力を消耗します。それを目のあたりにしたジェレミー・モリスという学者が、1950年前後にこの車掌とバスの運転手の健康がその後どうなったかを調べました。そしてその結果は忙しく働いた車掌は引退後も元気だったのに、現役中はずっと座ったままだったバス運転手に心臓病を患う人が多かったことから、「運動」が心臓に与える影響を世に発表しました。

とにかく健康のため動こう

また、モリス博士はイギリスの郵便配達員と郵便局内で働く人や電話交換手などの比較も研究し、屋外で徒歩、自転車に乗る活動的な配達員の生活が、屋内の仕事で運動量の少ない人達より心臓にはいいことを証明しました。このモリス博士の研究発表をきっかけに、我々は運動が健康のために大切なことを知ったわけです。しかし、すぐにはこうした「運動が健康にいい」という考えは浸透しなかったようですが、1960年代にアメリカでは、ケネディー大統領が国民に「歩け歩け運動」を推奨しました。日本もその影響を受けたのか、こうした運動が次第に浸透したようです。

私達が今日体を動かすことの大切なことを知っているのは、このモリス博士の研究発表から発していると言えます。モリス博士

はこうした研究する以前の少年時代から父親から運動することを奨励され、父親とよく4マイルの散歩にでかけ、散歩を終えるとアイスクリームのご褒美があったといひます。そんな経験からロンドンの2階建てバスの車掌が運転手より健康で長生きするのはと見当をつけたのでしょうか?

モリス博士の晩年

モリス博士は一生を通じて体を動かすことの重要性を説き、ご本人も90歳半ばまで少なくとも1日に30分は泳いだり、自転車か歩行での運動を欠かさなかったそうです。そして100歳を一手前となった99歳半で天寿を全うされました。だからというわけではないですが、私は最近ジムの会員になり、いろいろ機械を使って筋肉が衰えないように頑張っています。それからほぼ毎日、戸外へ出かけて、今はすこしづつ葉の色が変わって行く様子を観察しながら散歩をしています。

大井貞二(おおいさだじ)

1988年にハワイに移住。地元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。

zetton inc. Newオープン CAMADO RAMEN TAVERN

のスタッフ大募集!



募集ポジション

Kitchen Manager

【キッチン社員】
年収: \$45,000~\$55,000

Line/ Prep Cook

【調理・仕込み担当のアワリースタッフ】
時給: \$15~\$24
(経験、スキルによって決定)

Server

時給: \$11+チップ
(2022年10月現在)

● その他グループ店舗やオフィスで
以下のような方を募集しています。

Assistant General Manager

【サラリー】

Kitchen Manager

【サラリー】

Accountant 【サラリー】

zetton inc.

ZIGU

HEAVENLY
ISLAND LIFESTYLE

AlohaTable
WAIKIKI

ALOHA STEAK HOUSE

Goofy
eat + dine

ベネフィット

- 健康保険
(General Manager/Executive Chefは
家族分も会社負担)
- 401K
(勤務1年後から加入可能 / マッチングあり)
- 食事サポート(まかない) ● 従業員割引

米国籍・
グリーンカード
保持者大歓迎!
ビザサポート
あり

レジュメをEメールでお送りください。お問い合わせもお気軽にどうぞ。 recruit@zetton-inc.com

ご応募お待ちしております!



HAWAII RESTAURANT

人気の韓国焼肉店がリニューアルオープン!
New 兄弟焼肉
New Hyung Je Yakiniku
636 Sheridan St. 月~土:10AM-10PM 日:12PM-10PM
808-600-5433 携帯 808-428-1959 (YON)

ローカルに
選ばれた
ベストポケ!!
HAWAII'S BEST 2022
ムスビ、丼ものも大人気!!
(10:30am~)
月~金:6am-6pm
土:9am-6pm 日:9am-2pm
パラダイス・ポケ・ハワイ ケータリングも!
ヌウアヌ・ショッピング・センター内
www.paradisepokenuanu.com

Everyday Drinking
Meine alkoholische Wanderung
僕の気まぐれお酒
メモランダル

No. 128

「ゲルハルト・リヒター(Gerhard Richter)」という名前を聞いて『あつね』とうなづける人はかなりの現代アート通に違いない。ゲルハルト・リヒターは油彩画、写真、デジタルプリント、ガラス、鏡などいろいろな素材を用いて具象表現や抽象表現を行き来しながら、人間がものを見て認識する原理自体を表すことに一貫して取り組み続けたドイツ現代アートの巨匠だ。

僕が初めてゲルハルト・リヒターの作品に出会ったのはベルリンの壁が崩壊し、東西の行き来が簡単になるようになってからの頃で、出張でドレスデンに行った時のことだ。ちょうどドレスデン衛生博物館の出口近くに彼の壁画があった。記憶では、タイトルは『生きる歓び』だったと思う。初期の作品らしく、子供達の戯れ、家族、恋人たちなどの楽しげな情景が印象的だった。

現在、ゲルハルト・リヒターは90歳。彼の生誕90年を記念してつい最近まで「東京国立近代美術館」で展覧会が開催されていた。出展数は約110枚。ドイツ本国でもなかなかこれだけの作品を一堂することは稀有だ。僕の好きな彼の作品は決して壁画ではなく写真を描きつつ「フォト・ペインティング」と称する絵画のシリーズで、あまり他に類を見ない作風だ。

そんな折も折、僕は展覧会の後、友人と東京国立美術館と隣接するレストラン「ラー・エ・ミクニ(L'art et Mikuni)」でランチをした。ディナーとなると予約を取るが大変なレストランなので、チャンス到来とばかりに、ちょっと贅沢なランチを楽しんだ。ランチ・メニューは3種類あった。僕のオーダーしたのはメニュー・ディ・グランデで「夏野菜のア・ラ・グレッグ」「シマアジのマリネ 枝豆とクスクスのタブレ」「北海道産蝦夷鹿のラグー フェットチーネ」「太刀魚のロースト 赤

ワインソース」「北海道産仔牛のロースト・サルサディ オッチェリ アルパローロ」「エディブルフラワーのババロアと夏みかんのソルベ」「コーヒーと小菓子」という組み合わせだった。

このメニューにはワインというのが一般的だろうが、リストに清酒もあったので、あえて清酒をトライしてみた。フレンチに清酒。僕の人生初めての試みだ。なぜこんな展開になってしまったかということ、レストラン正面のテーブルにフレンチでは珍しく清酒がどっさりディスプレイされていたからだ。で、清酒好きの僕としては我慢できずに好奇心から清酒をオーダーしてしまったというわけ。

正直言って僕はフレンチと清酒の組み合わせには、あまり期待をしていなかった。リストに清酒は3種類ほどの銘柄があったけど、僕は一番廉価なのを注文した(あまり期待していなかったの…スミマセン)。上川大雪酒造「特別純米酒 彗星」だ。ソムリエの話では、上川大雪酒造は小さな酒造ながら北海道を意識した酒造りには定評があるらしい。酒造好適米は北海道産の「彗星」「吟風」「きたしずく」の3種のみを使用。仕込み水は、万年雪を冠する大雪山系の湧き水を源流とする酒造りには理想的な約7℃の天然水を使用。さらに大きな仕込みタンクを使用せず、昔ながらの手造りの伝統的な手法を守っているという。この清酒造りには、レストランのオーナーシェフ 三國清三氏も酒造の顧問としてアドバイスを惜しまないということだ。

喉越しはというと、さらりとした感じでフレンチとのマリアージュはまったく違和感なし。フレンチを意識して生まれてきたような清酒なのだ僕は思う…。



Text & photo © Riichi Ohashi 禁無断転載

大橋理一(おはしりいち)

翻訳家。専門誌翻訳を中心に広範囲に翻訳を手がける。主訳書「20世紀」「なまけることの幸せ」「幸福になれる耳の本」ほか多数。

日刊サン FAN CLUB 日本で唯一のファシアストレッチ資格認定校「セナレッチ」提供 セナレッチ

自宅でする簡単らくらく健康ストレッチ!
オンライン夜活 毎週水曜日開催
10月12日(水) 夜活 20時~(hawaii時間)
用意するもの 棒の代わりになるタオルやヒモ
参加方法 ZOOM 開催
左記QRコードからまたは下記のURLから参加できます。
<https://bit.ly/3PU3RMX>
ミーティングID: 769 670 5177 パスコード: 7KPQB4
お問い合わせ nikkan3office@gmail.com