

日本からの到着人数
週間合計人数(4月21日~4月27日)
12620人
提供: STATE OF HAWAII VISITOR INFORMATION PROGRAM

2023
APRIL 29
SATURDAY

Nikkansan 週末版

HAWAII NEWS 他 1~3
 イベント情報 2~4
 ウィークリーハワイニュース... 4~8
 ハワイ在住者のための
 ライフプランのお話 (横江和子) 4
 はちネコ☆ JAPAN 11
 JAPAN NEWS / WORLD NEWS... 12・13
 マンガ 気分はハワイアン 13
 e-JOB 求人情報 **NEW** 14
 木村伊量のニュースコラム 15

マーケット情報 (4月24日)

日経平均	28,457.68	+41.21
NYダウ	33,797.35	+495.48
ドル / 円	134.04	(4月24日 午後8:38 UTC)



資料写真: Shutterstock.com

ウミガメの 巣作りシーズン到来

連邦政府およびハワイ州政府は、ウミガメを保護するため、この時期にビーチでウミガメに注意するよう市民に呼びかけているとハワイ・ニュース・ナウが伝えている。
 毎年4月中旬から10月下旬までの間、ホヌ(アオウミガメ)、ホヌエア(タイマイ)、ヒメウミガメが巣作りのためにハワイのビーチにやってくる。
 砂に大きな穴が空いていたり、ビーチ沿いでウミガメ

の赤ちゃんが見つかった場合は、ウミガメが営巣活動をしている可能性が高いため、アメリカ大洋気象庁(NOAA)に報告し、ウミガメや巣から10フィート(約3メートル)以上離れた場所に留まるよう注意喚起が発せられている。
 ハワイのビーチでウミガメの巣を見つけた場合は、NOAA(1-888-256-9840)まで連絡を。

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

NIKKAN SAN HAWAII

20th 周年

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)

求人広告、一般広告

お申し込みはこちらから
nikkansan.net/ad-inquiry/



求人情報
 続々掲載中!
 14面へ



日本語でフルサービスの
 インテリアデザイン会社
DAIZU Hawaii
 Email: tomii@daizuinc.com | 日本在住のオーナー様も、Zoom等で
 Website: www.daizuinc.com | オンラインミーティング可能

デザイン 施工 家具選び
 トータル空間プロデュース

ワイキキカアコ
 投資物件

住宅、別荘の
 リノベーション

ご相談
 承ります

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
 ロコミ信頼18年
 小さな仕事でも喜んで!

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

実績
 ・セルトン・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!!
 見積依頼
 ご相談

TEL: 808-800-7980 日本語・ENG
 Email: 808betterhome@gmail.com

コンストラクション
Better Home Builders
 ハワイ州公認ライセンス BC-26285

リフォーム工事 のことなら...
総合建築 バスルーム、キッチン、床
 家のメンテナンス etc.
 投資用に

YS Construction (ABC24337)
 日本語OK 808-647-4649

お仕事をお探しの皆様
 アライアンスパーソネル
 オフィス、カスタマーサービスからマネージメントまで
 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

随時更新中!

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

HAWAII'S BEST 2022

尾崎真由美会計事務所

リーズナブルな価格設定で、全州・全ビザステイタスの方をサポートします
 確定申告、経理代行、法人・個人税務申告、給与計算、税務署からの手紙対応、会社設立など

日本語フリーダイヤル 1(877)827-1040 info@1040me.com
www.1040me.com シアトル国際会計 11911 NE 1st Street, B300, Bellevue, WA 98005

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

新しい公立学校の学食レシピ発表

地元産の食材を使った11種類のレシピが米国農務省(USDA)の認可プロセスに入っており、ハワイやアメリカ全土の公立学校の学食メニューに採用される可能性が出てきているとホノルル・スター・アドバイザーが伝えている。

26日(水)、「ファースト・ハワイアン・バンク」のダウントウン・ホノルル支店で、地元の高中生によるレシピのお披露目イベントが開催された。地元農家から入手しやすい4つの食材(カボチャ、サツマイモ、アジアンキャベツ、ひき肉)を使った11種のメニューが、高校生たちからゲストに振る舞われた。

このイベントは、ハワイの児童栄養プログラム(HCNP)が主導するプロジェクトの一環で、米国農務省の認可後、全国の公立学校で使用できるローカルレシピを開発するために、生徒が調理して試食を行ったものだ。

公開されたレシピは、エンチラーダキャセロール、かぼちゃ豆腐のタイカレー、オキナワンスイートポテトの田舎パン、かぼちゃと鶏肉のカレーシチューなど。

このレシピは、ハワイの生徒を想定して作られたものだが、米国農務省の全国レシピデータベースに登録されれば、アメリカ全土の他の公立学校でも利用できることになる。HCNPのプログラム・アドミニストレーターであるシャーリーン・ウォン氏は、「目指しているのは、農務省で登録された後、全米の学区がハワイの業者に連絡を取り、それぞれの学区でこれらのレシピを作れるように材料を発送するようにすることだ」と述べている。

今回の11種のレシピは、もともと、地元の家や農家、学校のカフェテリアのスタッフから提出された数百のレシピの中から選ばれたもの。

米国農務省によって標準化されることを念頭に、昨年、元ハワイ州知事夫人であるドーン・アマノ・イゲ氏によって優秀なレシピが選出された。

地元産の食材を使った学食を開発することは、州教育局(DOE)のファーム・トゥースクール・プログラムにとって重要な一歩となる。このプログラムには、2030年までに公立学校で提供される食料の30%を州内で調達するという、同局が州から義務付けられた目標が含まれている。

ハワイでは現在、食料の約90%を州外からの輸入に頼っている。ファーム・トゥースクール・プログラムは、州最大のレストランと呼ばれるDOEと地元の小規模農家を結びつけ、ハワイの農業を強化し、輸入食品への依存度を下げることが可能になると言われている。

イベント情報

4月29日(土)

ハワイ・ベーコン&ビアフェスト
午後5時~9時
\$60/VIP\$80 (当日券\$65/VIP\$85)
エバピーチにオープンした複合リゾート施設、ワイカイで、ハワイのクラブビールと様々な種類のベーコン料理が楽しめるイベントが開催される。ライブ演奏やゲームなどもあり。
www.hawaiibeerfest.com

HSO - ハパ・シンフォニー
午後7時半~10時
\$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ライアテア・ヘルムが登場。場所はハワイ・シアター。
www.myhso.org

IJCC 春のバザー
午前8時半~午後2時
インターナショナル・ジャパニーズ・クリスチャン・チャーチで行われるガレッジセール。焼きそばをはじめとする日本食の数々、カフェ広場、キッズお祭りコーナーなどもあり。
1252 Young St. Honolulu

4月29日(土)~30日(日)

フーディー・コン&スプリング・エキスポ2023
午前10時~午後7時(日曜は午後5時まで)
\$5 (シニア\$4、12歳以下は無料)
ブレイズデルセンターで開催されるフードの展示会。さまざまなレストランのブースやフードトラックが並び、温かいプレートフードは、すべて\$7で販売。
www.pacificexpos.com

4月30日(日)

エ・カニ・カ・ピラ!
午後5時~9時
\$45~\$100
カピオラニ・メディカルセンター・フォー・ウーマン&チルドレンを支援することを目的に、ジェイク・シマブクロをはじめとするアーティストが集まりコンサートを開催。
カフェ・ジュリア 1040 Richards Street, Downtown Honolulu
www.kanikapilaproject.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。

ジョシュ・グリーン
ハワイ州知事のツイート

Governor Josh B. Green @GovJoshGreenMD

4月26日 12:31 PM
私たちの政権は、レッドヒルの燃料除去を可能な限り迅速かつ安全に行うことを約束します。保健局は同施設の何百もの修理を監督し続けています。また私たちは、燃料やPFASのような他の汚染物質の両方について、水道局などのパートナーと連携しながら、厳しい水質の監視を行っています。さらに、州全体の水問題について議論し、解決策を見出すために、知事水委員会を設立しました。これらの問題とは、私たちの流域や帯水層への影響、PFAS、レッドヒルなどです。

Our administration is committed to defueling Red Hill as quickly and safely as possible. The Department of Health is continuing to oversee hundreds of repairs to the facility, and we closely monitor water for both fuel and other contaminants like PFAS, in coordination with our partners like the Board of Water Supply. Additionally, we have created the Governor's Water Committee to discuss and find solutions to statewide water issues. These issues are impacts to our watersheds and aquifers, PFAS and Red Hill.

twitter.com/GovJoshGreenMD より抜粋して翻訳、掲載しています。
Photo: Aloha102, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons

火山国立公園がキャッシュレス化を推進

ハワイ島にあるハワイ火山国立公園は、メモリアルデーの週末を前に、5月26日(金)からキャッシュレス化を実施すると発表。これにより、入園料やバスの支払いの際は、クレジットカードやデビットカードが必要になるとKHON2が伝えている。

ハワイ火山国立公園は、「キャッシュレスシステムに移行することで、入園料管理運営の向上が可能になる。公園職員が現金管理に費やす時間を減らし、重要なプロジェクトやビジターサービスをサポートするために利用できる料金収入を増やし、説明責任を改善しリスクを減らすことができる」と述べている。

なお、入園料は、道路、トレイル、ビジターサービスの改善に使用されている。

デジタルサイトバスでの入園は引き続き可能で、ハワイ火山国立公園のウェブサイトで購入することができる。パスは公園到着前に購入する必要があり、最大6カ月先まで購入可能だ。なお、公園内ではインターネット接続が限られているため、パスをモバイル機器にダウンロードするか、印刷したものを携帯することが推奨されている。

ハワイ火山国立公園の詳細はこちら。
<https://www.nps.gov/havo/index.htm>



clayton harrison / Shutterstock.com

織田オハナ カイロプラクティック 日刊サンスペシャル マッサージ 1時間 \$58

症状を治すより原因を治す、家族で通える安心のクリニック

●腰痛 ●神経痛 ●頭痛 ●筋肉痛/関節の痛み ●肩こり/むちうち ●手足のしびれ

交通事故・職場でのケガはフルカバー HMSA, HMAA, Kaiser, Medicare, UHA, UHC, Humana, ChiroPlan & others insurance. Dr. Paris Oda

1600 Kapiolani Blvd., #1340 Tel: (808) 942-2232 odaohanachiropractic.com

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

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

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! 山田メルビン先生 山田メルビン先生 一般歯科・審美歯科 インプラント治療

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! Rest Dentists

パンナムビル1319号室 1600 Kapiolani Blvd 1人に選ばれました!

日刊サン

QR code

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.

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。ホノルルマカジョ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

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

第2のウェーブプール建設計画に反対の声

オアフ島リーワードに建設が計画されている第2のサーフパークとリゾートの開発業者が、環境問題で提訴されるとホノルル・スター・アドバタイザーが報じている。

地元コミュニティ団体「ナ・キアイ・オ・ワイ・ハ」が、リゾート開発業者「ホノケア・カラエロア LLC」と州政府機関に対し、21日(金)に州巡回裁判所に訴状を提出。このプロジェクトが環境に重大な悪影響を及ぼすことはないとする同社の報告書に異議を唱える形となった。

26日(水)、同団体のメンバーや支援者約20人が、小規模なデモと記者会見を行い、「エヴァのヘヴァ(違反)を止めよう」と呼びかけた。この抗議活動は、エヴァビーチのホアカレイ・リゾート内に今年3月にオープンしたばかりのウェーブプールである「ワイカイ・ウェーブ」の外で行われた。原告でありエヴァビーチ在住のモレカ・ヒックス氏は、「ウェーブプールは1つでも十分すぎるほどだ」と述べた。

今回抗議の対象となっているのは、カラエロア地区で計画されている「ホノケア・サーフ・ビレッジ・アンド・リゾート」だ。3月にオープンしたワイカイ・ウェーブからは1マイルほどしか離れていない。

反対派は、ホノケア・カラエロア社が最近まとめた環境アセスメントでは、地下帯水層や沿岸の水生物などに悪影響を及ぼす可能性が十分に検討されていないと主張している。このプロジェクトには、700万ガロン(2650万リットル)近い飲料可能な水を使用する5.5エーカーのラグーンを作り、場合によっては注入井戸から地下に排出することが盛り込まれている。

また、かつてパーバース・ポイント海軍航空基地の一部で、現在は州によって管理されている9エーカーの未開発の土地に、古代ハワイ先住民の遺骨が埋葬されている可能性があることも懸念されている。

地元コミュニティ団体のスポークスマンで、この地域にかつて住んでいたハワイアン血筋を引くデイン・バナコナウエ・カハウ氏は声明の中で、「サーフパークに使用している場所には、イヴィ・クプナ(先祖の遺骨)、歴史あるアラヘレ(トレイル)、重要な情報を持つ陥没穴があり、エヴァのカルストシステムの一部となっている。水を取り出し、使用済みの水をカルストに戻すという彼らの計画は、沿岸のリム(海藻)、漁業、そしてそれに依存するすべての伝統にダメージを与えることになるだろう」と述べている。

ホノケア・サーフ・ビレッジ建設プロジェクトの代表者の一人であるブライアン・ケアウラ氏は、ハワイのサーファーや水上生活者の子孫として、見当違いの非難に失望していると述べた。

同氏は、サーフビレッジの運営に自然保護が組み込まれること、また、ハワイの文化アドバイザーが作業に関与し、自然資源の保護を確実にするために、広範な考古学的・環境学的調査が行われたことについて触れ、「このプロジェクトは、アイナ(土地)、カイ(海)、そして私たちの人々に対するオハナの愛に突き動かされている」と語っている。

ホノケア・カラエロア社は、3年以上前からこの建設プロジェクトに取り組んでおり、訴訟の被告にもなっているハワイコミュニティ開発公社(HCDA)から敷地を借りようとしているところだ。

HCDAのディレクターであるクレイグ・ナカモト氏は、訴訟について即座にコメントせず、同機関の副司法長官が訴状を検討する予定だと述べた。

この訴訟では、新たな環境調査と少なくとも開発の一時的な差し止めを求めているが、コミュニティグループはホノケア・サーフ・ビレッジの開発阻止を望んでいる。

イベント情報

4月30日(日)

カラニ・ペア - 第5回メイデー・イズ・レ イデー・イン・ハワイ
午後7時半~9時半
\$45~\$100
グラミー賞を3度獲得したことのある実力派ハワイアン・アーティスト、カラニ・ペアが、ハワイ・シアターでコンサートを開催。豪華ゲストアーティスト陣も参加。
www.hawaii theatre.com

第4回日本人乳がんシンポジウム ONLINE
午前8時~10時半
アメリカ本土で開催されるシンポジウムを、ハワイからズームで無料視聴できる。専門医の講演や乳がんサイバーの経験談など。詳細・申込は以下ウェブサイトから。
<https://bcnetwork.org/>

5月1日(月)

ミリラニ・ジャム
午後5時~8時
タウンセンター・オブ・ミリラニのセンターステージで開催されるハワイアンミュージックとフラのショー。
<http://towncenterofmililani.com/sales-events/>

ハワイアンエアラインズ・メイデー2023
午後7時~9時
\$30~\$120
ケアウホウやロバート・カジメロなどナ・ホク・ハノハノ・アワード受賞アーティストのライブやフラのショーが、ビショップ博物館の芝生エリア(グレートローン)で行われる。
www.bishopmuseum.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。

小人闘牛の廃止に小人出演者が抗議 ス페인

スペインの議会は、小人症の人が衣装を着て行う「コミック」闘牛を禁止した。この決定は障害者権利団体から喝采を浴びたが、生き残った少数の演者からは抗議の声が上がっているとAP通信が伝えている。

スペインでは昔から、消防士やピエロに扮した小人たちが、ユーモラスな演出のもと、牛を殺さずに追いかけるというショーが行われてきた。この伝統は何十年も続いているが、人気は低下している。

今回、議会で承認された法律により、スペインは障害者に対する差別に関する欧州連合の指令に沿うことになり、運動家たちはこれを歓迎した。スペイン王立障害者委員会の事務局長で、議会で禁止令を推進した社会人権省に助言するヘスス・マルティン氏は、「私たちは過去のスペインを克服したのだ。これまで小人症の人々は、わが国の公共広場で嘲笑の対象となり、大人と一緒にこのような恥ずべきパフォーマンスを見に行く多くの少女

少年たちに、違いを笑うのは構わないという考えを伝えてきた」

一方、わずかに残された小人症のパフォーマーたちは、国会前で抗議活動を行い、禁止令への反対を表明した。小人闘牛士のダニエル・カルデロン氏は、地元ニュースに対し、「活動家たちは、私たちが当然のように誹謗中傷され嘲笑されていると考えているようだが、それは逆で、私たちにに対する尊敬の念は感動的なほどだ」と語っている。

大人気 アラスカクルーズ **ラストミニッツ割引あり!**

アラスカ サンプラークルーズ	インサイドパッセージクルーズ
5日間 バンクーバー発・着	7日間 シアトル発・着
お一人様 \$249.00~	お一人様 \$349.00~

*諸税、ポートチャージ別途加算されます | 他、各クルーズの手配も取り扱っています。お問い合わせください。

格安航空券のお問い合わせは下記まで hnl02@jtbusa.com
JTB 808.979.0111 www.jtbusa.com/honolulu
 日英バイリンガル
 ホノルルオフィススタッフ募集中
 営業時間: 月-金 9am~5pm

日刊サン Instagram

日本からの到着人数情報、ハワイの風景など **毎日更新中!!**

ご家庭、スモールオフィスで **コンピューターで救世主!**

お悩みの方の
 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

車のことなら **プロの仕事のヤジマにお任せ下さい!!**

ハワイで37年! 真心のサービス!

丁寧なヤジマの洗車をぜひお試し下さい

給油・洗車
 セーフティチェック
 点検・修理
 板金

日本語OK

Tel: **808-942-0404**
 ヤジマ・サービスステーション
 月~金 7am-8pm
 土 8am~6pm 日休
 1375 S. King St.
 (ケアモクとサウスキングの角)

日刊サン **毎週土曜日印刷版発行中**

無料

広告募集

お申し込みはこちらから

nikkansan.net/ad-inquiry/

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**

WEEKLY HAWAII NEWS

ウィークリーハワイニュース
4.21 ~ 4.26 2023



学校に薬物過剰摂取の特効薬「ナルカン」を設置

ハワイで合成オピオイドのフェンタニルの過剰摂取が増加する中、州教育局(DOE)は現在、州内の学校に「ナルカン」を配布する初期段階であるとハワイ・ニュース・ナウが報じている。

ナルカンは鼻腔スプレーで、オピオイドの過剰摂取の特効薬として知られている。

薬物乱用及びメンタルヘルス・サービス管理局(Substance Abuse and Mental Health Service Administration)によると、未成年者の30%が12歳から14歳の間に薬物に手を出し始めるという。一方、ハワイでは昨年、合成オピオイドによる死者数が過去最多となり、州保健局は、フェンタニルによる死亡は州全体で少なくとも60人にのぼったと発表している。

DOEは、少なくとも1人の職員が保健局の監督によるトレーニングコースを修了すれ

ば、学校は校内にナルカンを置くことができるとしている。

12月以降、300人以上のDOE職員がナルカンに関する講習を受け、鼻腔スプレーについて、またどのような場合に投与すべきかについて学んだ。DOEは、州内のすべての学校にオピオイド過剰摂取の解毒剤を設置することを望んでいるという。

ナルカンは副作用のリスクが少ないことも利点となっている。DOEの疫学者ダン・ガラニス氏によると、ナルカンの成分であるナロキソンの副作用のリスクはほとんどなく、たとえ生徒がオピオイドの過剰摂取とは別の健康問題を抱えていたとしても、危険性が少ないと述べている。

現在、ハワイでは、ナルカンを自前で用意する学校が増えつつある。エヴァビーチにあるイリマ中学校は、7~8年生おおよそ700人が

通っているが、州にナルカンを要請し、2カ月前に受け取った。現在、ナルカンは学校の保健室に保管されているが、校内のさまざまな場所に設置する予定だという。グリーンランド校長は、「今のところ、校内でフェンタニルによる大きな影響は見られないが、もし私たちが過剰摂取に対応する方法を知らなかったり、対応するためのリソースを持っていないければ、それは職務怠慢だ」と語っている。

同校長によると、すでに2人の保健補助員がナルカンのトレーニングを受けており、また、教師や管理者、事務員の何人かがトレーニングコースを受ける予定だという。「現実的には、希望すれば誰でも受講できるようにしたい」

なお、ナルカンは州内の学校に無料で提供される。

日刊サン 2023.4.21配信

イベント情報

5月6日(土)

レイデー・アロハ
午前10時~午後12時
カカアコのソルトで開催されるレイデーのイベント。ハワイアンミュージックのライブ演奏やフラパフォーマンス、レイメイキング体験やプレゼントが当たる懸賞など。
saltatkakaako.com/events/

フィリピーノ・フィエスタ
午前10時~午後8時
フィリピン文化が楽しめるイベント。フィリピン料理のフードブースから伝統芸能やキッズアクティビティなど。ワイパフにあるフィリピン・コミュニティ・センターで開催。
94-428 Mokuola St, Waipahu
<https://filcom.org/>

5月6日(土)~7日(日)

HSO - ベーラ・バルトーク
午後7時半~10時
\$18~\$99
ハワイ・シアターで行われる、ハワイ交響楽団のコンサート。マエストロ・エリナ・ヤシマの指揮で、ハンガリーを代表する作曲家・ピアニストのベーラ・バルトークの作品を演奏。
www.myhso.org

5月7日(日)

クァーキー・クラフターズ・スプリングタイム・ミニチャリティ・クラフトショー
午前10時~午後3時
アラモアナホテルのカーネーションルームで開催されるクラフトショー。珍しいハンドメイドのジュエリーやアートを探している人に。収益は地元医療団体に寄付される。
www.facebook.com/QuirkyCraftersCoOp

5月8日(月)~13日

ハワイ・アダプティブ・サーフィン大会
午前8時~午後4時
世界中から障害を持つサーファーがワイキキビーチに集結し、9あつの部門で競うサーフィン大会。8日の午後4時半にデューク・カハナモク像前で開会式が行われる。
www.accessurf.org

5月9日(火)

若葉勉強会
午後2時~3時45分
会員無料(年会費\$30)、ゲスト\$5
若葉ネットワーク主催の無料勉強会。ゲストスピーカーは、ファイテンハワイ副社長の野村俊行氏。テーマは「体の中から健康に~ファイテン流 諦めない関節と腸活~」。
マクアアライ・シニアセンター 講堂内
1441 Kalakaua Ave. #3, Honolulu
www.wakabanetwork.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。

闘鶏銃乱射の容疑者が初出廷

西オアフのマイリ地区での闘鶏場で2人が死亡、3人が負傷した銃乱射事件に関して起訴された23歳のジェイコブ・A・ボージ容疑者が20日(木)、ホノルル地方裁判所に初出頭したとホノルル・スター・アドバイザーが伝えている。

ボージ容疑者は、ギャリー・ラベリツァ＝マナーさん(34)の射殺に関する第2級殺人罪1件の容疑で、裁判所の監房で足を拘束された状態のまま、ビデオ会議を通じてクリスティーン・ユー判事と顔を合わせた。

法廷文書によると、ボージ容疑者は、上記に加え、ラベリツァ＝マナーさんと他の3人の男性に発砲したとされる第1級殺人未遂1件、第2級殺人未遂3件、別の重罪の遂行中に銃器を所持した5件、ピストルまたはリボルバーを保管していた場所1件の罪で19日(水)に起訴されている。

同容疑者は現在、釈放金総額200万ドルでオアフ島コミュニティ矯正センターに拘留されている。

また、情報筋によると、この銃乱射事件の

もう一人の容疑者である16歳の少年はシェーダン＝スタイル・マッケンロー＝ケアウリイで、法定文書では「SSMK」とされており、現在、少年院に収容されている。

この事件ではキャシー・ラベリツァさん(59)も銃弾を受けて亡くなった。法定文書によると、16歳の少年はラベリツァ家の親族にあたるという。キャシーさんの甥は、少年とこの1年で6回ほど会っているが、長い間行方不明だったと刑事に語っている。

この事件は15日(土)未明、マイリ地区で100人ほどが参加した闘鶏の終了後、3人の若い男性が他の6人の男性と口論になり、喧嘩に発展したことで引き起こされた。この6人の男性はワイアナエ地区で有名な闘鶏主催者の関係者だという。

法定文書によると、喧嘩が始まったとき、キャシーさんの夫とギャリーさんはそれを止めようとしたという。ギャリーさんは他の男性から攻撃された際、自己防衛のためにその男性を殴った。最初にギャリーさんを殴った男は立ち上がり、キャシーさんと夫に銃を向

西オアフ

け5~6回発砲した。また、銃を持った2人の男性が、ギャリーさんに複数回発砲した。

手と胴体に複数の銃弾を受けたギャリーさんと、顔に1発の銃弾を受けたキャシーさんは、家用車でワイアナエ・コースト複合ヘルスセンターに運ばれたが、死亡が確認された。

このほか、男性2人は右腕に1発の銃弾を受け、男性1人は左太もも内側に1発被弾した。全員が治療を受け、現在は退院している。なお、キャシーさんの夫にけがはなかった。

2人の容疑者は警官が到着する前に逃走したが、18日(火)夜、ホノルル警察のアラパイ通り本部で自首した。

亡くなったギャリーさんは、板金加工職人で夫であり6人の子供の父親であった。またキャリーさんは、愛情深く、思いやりがあり、親しみやすい人物だったという。

20日(木)の夕方、マイリ・ビーチ・パークで銃撃事件の犠牲者のための追悼集会が開かれた。

日刊サン 2023.4.21配信

コラム

COLUMN



ハワイ在住者のための ライフプランのお話

メディケアのパートD(処方箋プラン)にはカバレッジギャップがあるのをご存知ですか?

シニアの多くの方はメディケア・アドバンテージ(別名パートC)のプランに加入なさっています。パートCには何が含まれているのでしょうか?パートCは通常パートA(HOSPITAL)、パートB(MEDICAL)、パートD(DRUG)が含まれているALL IN ONEのプランです。今回お話するのはパートDについてです。大きく分けると4ステージがあります。

- DEDUCTIBLE(控除)
- INITIAL COVERAGE(初期カバレッジ)

- COVERAGE GAP(カバレッジギャップ), OR DONUT HOLE(別名ドーナツホール)
- CATASTROPHIC COVERAGE(カタストロフィックカバレッジ)

2023年の各保険会社のプランを比較してみると、控除(自己負担額)のないプランがありますので、ブランドの高い薬を取っている方は毎年見直しをお勧めします。控除額を支払わないと保険会社が紹介している料金で薬が手に入らないプランもあれば、最初から控除額が一切ないプランがあるということです。取っている薬がジェネリックで\$4~\$5位であれば、控除の心配はありません。

しかしいつまでもこの状態でいられるかどうかはわかりませんし、ある日、突然予せぬ病気を診断されたり、緑内障と初期診断され、薬と取るようになると、ブランドの薬になることがありますので、控除が発生するかもしれません。

薬は5つのTIERに分かれています。保険会社に寄って、カバーされない薬もあれば、TIERが異なることもあります。

薬代はご自分が支払った額と保険会社が支払った額の合計が\$4,660に達すると、カバレッジギャップ、別名ドーナツホールに入ることになります。この金額は毎年変わります。

薬代の定価を知っていれば、また保険会社から明細書が送られてきますので、いつ頃この時期に入るか予測できます。こ

のステージに入ると、今まで取っていた薬が\$45位だったのが、薬の定価の25%が自己負担になりますので、定価\$700の薬は\$175になります。

このようにブランドの高い薬を2種類取っている場合、このステージに入るのが早くなります。実際毎月\$300以上の薬代に悩まされている方もいますので、慎重にプランを選びましょう。

新しい薬を試す場合、この薬の定価がいくら位するのか把握していないと、たとえ良い薬でも自分のバジェットに合わないこともあります。プランの変更の際、ドクター及び薬のリストを提示してエージェントに調べてもらいましょう!

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。



WEEKLY HAWAII NEWS

ウィークリーハワイニュース
4.21 ~ 4.26 2023



パンデミック後、児童虐待件数が増加

ハワイ州が行っている調査によると、パンデミックの最盛期には減少していた児童虐待の件数が、2022年には増加していることがわかったとホノルル・スター・アドバイザーが報じている。

ハワイ・チルドレンズ・ジャスティス・センター(CJC)は23日(日)の記者会見で、2022年、乳児から17歳までの虐待を2114件確認したと発表。2020年から332件、2021年から54件増加しており、この件数には児童への性的虐待、重罪にあたる身体的虐待、児童の性的人身売買、暴力犯罪を目撃した児童の報告が含まれている。

CJCの州統括ディレクターであるジャスミン・マウ・ムカイ氏によると、パンデミック時には、児童虐待の報告源であった学校が閉鎖されてオンライン化されたため、件数が減少したという。この減少は、生徒と、虐待の疑いを報告することが法的に義務付けられている人々との間に、直接の交流がなかったことを反映していると指摘している。

州内にはCJCの5つのセンターがあり、州司法のプログラムとして、子どもたちが事件

の面談を受けている間、快適で安全だと感じることができる家庭的な環境を提供している。2022年には、約949人がセンターで面談を受けた。マウ・ムカイ氏によると、被害者の中には幼すぎて話すことができなかったり、島を離れていた、代わりに現地調査員が聞き取り調査を行ったりしている場合もあるため、面談を行った子どもの数は事件数より少なくなることが多いという。

マウ・ムカイ氏は、性的虐待は依然として最も一般的な虐待の形態であり、犠牲者の多数を女児が占めるが、男児被害者の数も増加していると述べた。また、身体的虐待の報告や、犯罪(特に家庭内暴力)を目撃した子どもの数も増加傾向にあるという。

ホノルル警察のジョロン・ワグナー刑事は、オンラインでの被害の増加について触れ、「ビデオや写真を撮られることが多くなり、最大の問題になりつつある」と語っている。

性虐待治療センターのエグゼクティブディレクターであるリン・マツオカ氏は、2022年の同センターのクライアント数の50%以上を児童が占め、前年を上回り、また

男児のケースが増加していると述べた。

同氏は、パンデミックからの脱却を増加の一因としながらも、児童虐待に対する認識や社会教育の向上により、より多くの被害者が虐待を認めるようになったと付け加えている。「運動部、大学、ボーイスカウト、教会など、組織的な虐待がクローズアップされるようになった。ビル・コスビーやハーヴェイ・ワインスタインなど、全国的に有名な人たちが関わった事件は、子どもであれ大人であれ、性的暴行についてもっと話し合う機会を与えている」

CJCによると、2022年にオアフ島で発生した児童の事件は946件に上り、これは州全体の45%近くを占めているという。

ハワイ島東部では517件で、2022年の州全体の24%以上にあたり、ハワイ島西部では303件で、2022年の全州の14%以上を占めた。

マウイ島では177件で、2022年の全州の8%以上にあたり、カウアイ島では171件で、2022年の州全体の8%となっている。

日刊サン 2023.4.24配信

バイデン大統領のツイート

Joe Biden @JoeBiden

4月21日 3:00 AM
ラマダンの月が終わりに近づき、ジルと私は、米国および世界中のイード・アル・フィットルを祝うイスラム教徒の皆さんに、心からの挨拶を送ります。コミュニティとともに、思いやりに満ちた、喜びあふれるホリデーをお過ごしください。イードムバラク!

As the month of Ramadan comes to a close, Jill and I send our warmest greetings to Muslims celebrating Eid al-Fitr in the United States and across the world. We wish you a joyous holiday filled with community and compassion. Eid Mubarak!

4月21日 6:30 AM
皆さん、本日私は、地域社会が信頼をおける真の進歩を達成するために、環境正義に対する我が国の取り組みを活性化するための大統領令に署名します。

Folks, today I'm signing an Executive Order that'll revitalize our nation's commitment to environmental justice in order to achieve real progress that communities can count on.

4月21日 7:00 AM
MAGA議会共和党の予算は、最も裕福なアメリカ人と大企業にとって圧倒的に有利な税制優遇を推し進めるものです。MAGA Congressional Republicans' budget pushes for tax giveaways that overwhelmingly benefit the wealthiest Americans and biggest corporations.

4月24日 7:15 AM
本日、ジルとカルドナ長官、そして私は、全米の州および準州にいる、優れた指導と生徒の学習への取り組みに貢献した教師を表彰する予定です。

Today, Jill, Secretary Cardona, and I will honor teachers from states and territories across the United States for their excellence in teaching and commitment to students' learning.

4月24日 7:45 AM
すべての退役軍人は、彼らが守るために戦ったこの国で、良質で安全な住まいを得る資格があります。

議会のMAGA共和党は、5万人もの退役軍人のための住宅選択券(Housing Choice Vouchers)の資金提供を廃止することを提案し、彼らをホームレスになる危険にさらそうとしています。

Every veteran deserves a good, safe home in this country they fought to defend. MAGA Republicans in Congress are proposing we eliminate funding for Housing Choice Vouchers for as many as 50,000 veterans, putting them at greater risk of homelessness.

4月24日 2:45 PM
教師は、命の危険にさらされる職業であってはなりません。教育者は、教室で安全に過ごすために武装する必要はないはずで、私たちはもっと努力しなければなりません。

私は、子どもたちと教師を守るために、常識的な銃の安全性に関する法律を成立させるよう、議会に求め続けています。

Teaching should not be a life-threatening profession. Educators should not need to be armed to feel safe in the classroom. We must do more.

I continue to call on Congress to pass common-sense gun safety laws to protect our kids and our teachers.

4月25日 4:30 AM
私が就任して以来、1200万人以上の雇用が創出されました。失業率は14カ月連続で4%を下回っています。

より多くのアメリカ人がスモールビジネスの起業を申請しています。私たちが成し遂げた進歩は、強力で持続可能な経済成長を生み出しています。

Over 12 million jobs have been created since I took office. Unemployment has been below 4% for 14 straight months. More Americans are applying to start small businesses.

The progress we've made is creating strong, sustainable economic growth.

4月25日 2:50PM
マッカーシー議長は、金持ちが税金をごまかすことを容易にし、国の負債を1000億ドル以上増やすものです。

ああ、そしてその代償として、低所得者向けのメディケイドや食糧支援を削減することになるのです。

Speaker McCarthy's MAGA proposal makes it easier for rich folks to cheat on their taxes - adding over \$100 billion to our national debt.

Oh, and they'll pay for it by cutting Medicaid and food assistance for low-income people.

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

スレッジハンマー 220万個リコール

米国消費者製品安全委員会(CPSC)によると、工具メーカーの「スタンレー・ブラック&デッカー(Stanley Black & Decker)」社の大型ハンマー約220万個がリコールされているとKHON2が伝えている。

CPSCによると、使用中に大型ハンマーのヘッドが早期に緩んで外れ、使用者を負傷させる可能性があるため、リコールされることになったという。ハンマーの重さは2~12パウンド(約0.9~5.4キログラム)、長さは14~36インチ(約35~91センチ)におよぶ。同社は192件の報告を受け、うち2件は顔や頭にけがを負ったとのこと。

今回リコールの対象となっている同社のDeWALT、スタンレー、クラフトマンのグラスファイバー・スレッジハンマーは、ホームデポやACEハードウェアなどの小売店のほか、2012年11月から2022年11月までアマゾンなどのオンライン販売で扱われていた。

CPSCは購入者に対し、ただちに同商品の使用を中止するよう呼びかけている。購入者はスタンレー・ブラック&デッカー社に連絡すれば全額払い戻しを受けることができる。

リコールの連絡は855-418-3032(toll-free)で、月曜から金曜の午前8時から午後6時(東部標準時)まで受け付けている。

日刊サン 2023.4.21配信

(リコールの詳細はこちらのウェブサイトでも確認できる。
<https://www.stanleyblackanddecker.com/brands/product-safety/product-recall>)

ラニカイトレイルから落下 60代男性 死亡

オアフ島カイルアのラニカイ・ピルボックス・トレイルで23日(日)朝、60歳の男性が急病で40フィート(約12メートル)落下し、翌24日(月)に死亡が確認されたとホノルル・スター・アドバイザーが報じている。

ホノルル消防署は、23日(日)の午前7時39分にラニカイ・ピルボックス・トレイルで負傷したハイカーの通報を受け、16名のスタッフからなる5つの部隊を派遣。最初の部隊は午前7時49分に登山口に到着し、トレイルを歩き、2番目の部隊はラニカイ・コミュニティ・パークの着陸帯を確保し、航空支援を行った。

ホノルル消防署によると、男性はハイキング中に未確認の緊急事態に見舞われ、トレイルから約40フィート(約12メートル)下に転げ落ちたという。エア1ヘリコプターが午前8時27分にハイカーを着陸地点に空輸し、ホノルル救急医療サービスに移送してさらに治療を行った。



ホノルル救急医療サービスの報告によると、男性は到着時にはすでに死亡していたことが判明している。

日刊サン 2023.4.24配信

バンク・オブ・ハワイ 減益するも、預金は堅調

「バンク・オブ・ハワイ・コーポレーション」の第1四半期決算は減益となったが、預金は安定しており、3月に大手金融機関の「シリコンバレー銀行」と「シグネチャー銀行」が破綻した際に起きたウォール街の懸念には影響されないだろうとホノルル・スター・アドバイザーが報じている。

同行では、1~3月期の平均預金残高が第4四半期から0.4%増加し、3月31日(金)の四半期末預金残高は3カ月前から0.6%減少して比較的横ばいとなった。前年同期比では1.1%減少し、204億9000万ドルとなった。

バンク・オブ・ハワイ社長兼CEOのピー

ター・ホー氏は24日(月)、電子メールで、「融資は、商業用および消費者用の両カテゴリーで順調に増加した。マージンは、FRB(連邦準備制度)による逆イールドカーブ(長期金利が短期金利を下回ること)を反映して、やや低下した。信用損失は、パンデミックの影響から回復し続けるハワイ経済を反映して、非常に少ないままとなっている。要するに、バンク・オブ・ハワイにとってはごく普通の四半期だった」と述べている。

第1四半期純益: 46.8百万ドル
前年同期比純益: 54.8百万ドル。

日刊サン 2023.4.25配信



WEEKLY
HAWAII
NEWSウィークリーハワイニュース
4.21 ~ 4.26 202310代のリスク行動
アンケートの結果発表

最新の青少年リスク行動調査(パンデミック中に収集されたデータを反映した最初の調査)によると、10代の電子タバコ率は2019年に比べて2021年には減少したことがわかったと Honolulu Star-Advertiser が伝えている。

調査対象となった中高生のうち、「電子タバコを使用している」と回答した人は14.8%に減少し、2019年に使用していると答えた30.6%の約半分となった。「電子タバコを試したことがある」は2019年の48.3%から32.4%に減少した。

州保健局(DOH)の慢性疾患予防健康増進担当管理者であるロラ・アービン氏によると、この時期、生徒の生活はパンデミックの影響を大きく受けており、家庭環境や学習環境も大きく変化していたという。また、この調査は通常春に実施されるが、パンデミックの影響により2021年の秋学期に実施された。傾向を把握するには、2023年春のデータが必要となるが、それでも、青少年がタバコ製品へのアクセスを制限された場合に潜在的に何が起るのか、ヒントを与えてくれる報告書になっているという。

アービン氏は、「以前のアンケートでは、学生らは一般的社会との交流を持っておらず、タバコ製品の入手は学生間で行っていたことが示されていた。このことは、これらの製品を入手・利用できないようにする政策が必要であることを証明している」と述べている。

調査によると、10代の電子タバコの入手先は、58%が「交友関係から」、7.6%が「小売店から」、2%が「インターネットから」となっている。なおハワイ州では、21歳未満による電子タバコの購入は違法となっている。



DOHは、2021年には電子タバコや喫煙に関連した肺損傷症例も発生しており、これは電子タバコの減少に関連していると指摘している。

この調査では、意図しないけがや暴力、タバコやアルコール、その他の薬物の使用、意図しない妊娠の原因となる性行為、メンタルヘルスと自殺、身体活動など、10代の健康に影響を与えるその他の問題についても調査された。

2021年の調査には、1万1000人以上のハワイの学生が参加し、匿名かつ任意で回答した。アンケートのひとつは6~8年生の中学生(10代前半)に、別のアンケートは9~12年生の高校生(10代後半)に実施された。

今年の調査では、学校での成績、自己申告による体重、過去30日間の大麻の摂取状況など、17の指標が新たに追加された。

この調査は、1991年からデータの傾向を追跡しており、DOH、州教育局(DOE)、ハワイ大学カリキュラム研究開発グループが、米疾病管理予防センター(CDC)と共同で行っている。

■青少年リスク行動調査2021年結果(※)
(2021年、2019年)

【電子タバコ】

- 電子タバコを試したことがある(10代後半): 32.4%、48.3%
- 電子タバコを使用している(10代後半): 14.8%、30.6%
- 電子タバコを試したことがある(10代前半): 12.8%、30.6%
- 電子タバコを使用している(10代前半): 6.7%、17.7%

6.7%、17.7%

- 電子タバコを交友関係から入手: 57.8%、該当なし

【通常のタバコ】

- タバコを試したことがある: 13.3%、17.8%
- タバコを使用している: 3.0%、5.3%
- メンソールタバコを使用している: 15.8%、該当なし

【アルコールと薬物】

- アルコールを使用している: 16.6%、20.4%
- アルコールを常飲している: 8.3%、10.9%
- マリファナを使用している: 12.0%、17.2%
- マリファナを使用している(10代前半): 2.8%、7.2%

【メンタルヘルス】

- 最近抑うつ状態にある: 34.8%、34.7%
- ネットいじめを受けている(10代前半): 27.7%、22.7%

【健康と運動】

- 日常的に運動をしている: 42.3%、33.3%
- 有酸素運動のガイドラインを満たしている: 23.1%、17.0%

※10代後半は9~12年生、10代前半は6~8年生

出典: 2021年ハワイ州青少年リスク行動学(2021 Hawaii Youth Risk Behaviors) 日刊サン 2023.4.24配信

相次ぐトレイルでの救助に
ハイカーへの安全確保を呼びかけ

ハイキング中の救助要請が相次いで発生したことを受けて、州当局は、自分の限界を知り、日陰のないトレイルがどれほど暑くなるかに注意するよう呼びかけていると Honolulu Star-Advertiser が伝えている。

23日(日)朝、ラニカイ・ピルボックス・トレイルをハイキングしていた60代の男性が、約12メートル下に転落し、死亡した。ビジター・アロハ・ソサエティ・オブ・ハワイ(VASH)会長のジェシカ・ランド・リッチ氏によると、被害者はメリーランド州から妻と娘とともにハワイを訪れており、滑落事故は彼らの到着からわずか1日後、娘の30歳の誕生日に起こったという。

VASHは、ハワイを訪問中の旅行者が事故や事件に見舞われた際に、家族が必要な手配を行うのをサポートするなどの援助活動を行っている。リッチ氏は、「ハイキングは多くの旅行者が好むアクティビティのひとつだが、緊急事態の発生に備えて、一人でハイキングしないよう推奨している」と述べている。

ラニカイ・ピルボックス・トレイルは、正式にはカイヴァリッジ・トレイルという名称で、1.7マイル(約2.7キロ)の州道からなり、コースの途中にある旧燃料庫からの眺望はソーシャルメディアなどで人気を集めている。現地では危険なトレイルとは考えられていないが、ガードレールのない急な落差のある場所

もあり、またハイカーが増えたことでトレイルの浸食が起っており、騒音や不法侵入への苦情も発生している。

24日(月)の朝、同トレイルで再びハイカーの救助活動が行われた。Honolulu消防署の救助ヘリ「エア1」が女性ハイカーを近くの公園まで空輸し、その後女性はHonolulu救急医療サービスに搬送された。

カイヴァリッジ・トレイルは、大量のハイカーの管理向上のために、すでに90万ドルの改良が予定されている。資金が確保されたとはいえ、改善はまだ途上だ。1日に1000人もハイカーが訪れることもあり、常に多くの人が行き交い、それが救助の多さにも繋がっている。また、日陰がなく、トレイル全体が太陽にさらされているため、熱中症などになりやすい。

州土地自然資源局(DLNR)は、ダイヤモンドヘッド州立記念公園で行われているような予約システムを使い、カイヴァリッジ・トレイルでのハイカーの数を制限することを検討しているが、予約制を導入したダイヤモンドヘッドでもハイカーの救助要請が頻発している。

ダイヤモンドヘッドでは、22日(土)に意識を失った60代女性、23日(日)に60代女性、24日(月)に50代女性と、3日連続で空輸での救助活動が行われている。ダイヤモンド

ヘッドを訪れる人の多くは旅行者で、経験の浅いハイカーであるため、オアフ島でトップの救助現場となっているという。

州立公園の管理者であるカート・コットレル氏によると、通常ダイヤモンドヘッドでの救助要請は1週間に1回程度で、熱中症や、適当な靴を履いていないために足首を捻挫するのが一般的だが、時には心肺停止に陥ることもあるという。

ダイヤモンドヘッドのトレイルは、舗装さ

ジョシュ・グリーン
ハワイ州知事の
ツイート

Governor Josh B. Green @GovJoshGreenMD

4月23日 6:45 AM
今週はずっとチリの作り方を練習していました! 明日、フードバンクを支援するためのチリ&ライス・ファンレイザーに参加してください!

I've been practicing my chili making skills all week! Join us tomorrow for our chili and rice fundraiser in support of the Foodbank!

4月24日 1:40 PM
ハワイ・フードバンクを支援するために開催された州知事オフィスのチリ&ベイク販売のファンレイザーにお越しいただいた皆さま、ありがとうございました。皆さまのおかげで、必要としているコミュニティのメンバーに5478食分の食事を提供するのに十分な金額を寄付することができました。

Thank you to everyone who came out to support our office's chili and bake sale fundraiser in support of the Hawai'i Foodbank. Thanks to all of you, we were able to donate enough money to contribute 5,478 meals to our community members in need.

twitter.com/GovJoshGreenMDより
抜粋して翻訳、掲載しています。
Photo: Aloha102, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons

ブランジャールディ
Honolulu市長の
ツイート

Mayor Rick Blangiardi @MayorRickHNL

4月25日 10:51 AM
Honolulu市は、再び、フォーブス誌の「ハワイで最も働きやすい職場」のひとつに選ばれました。私たちはオアフ島で日々変化をもたらしている勤勉な従業員を特集していますが、今回はクレイグ・ショードさんをご紹介します。

動画はこちら <https://youtu.be/ArxC7ElnFOE>

The City & County of Honolulu has once again been named one of the best places to work in Hawai'i by Forbes Magazine. As we continue to feature the hardworking employees who make a difference on O'ahu every single day, we introduce you to Craig Shoda.

4月25日 1:01 PM
今週、フォート・シャフターとスコフィールド・バラックスで私たちを迎えてくださったチャールズ・フリン大佐に感謝します。私たちは太平洋での関係について説明を受け、ブラックホーク・ヘリコプターに乗ってオアフ島の訓練エリアを上空から視察し、戦闘攻撃チームの活動を見学し、軍唯一の種子農園を訪れました。

Mahalo to General Charles Flynn for hosting us this week at Fort Shafter & Schofield Barracks. We were briefed on relations in the Pacific, toured training areas over O'ahu in a Blackhawk helicopter, watched a combat assault team in action & visited the military's only seed farm.

twitter.com/mayorrickhnlより
抜粋して翻訳、掲載しています。
Photo: Fuzheado, CC0, via Wikimedia Commons

れ、手すりがあり、無料の水補給ステーションがあり、質問に答えてくれる解説マネージャーも常駐している。気軽に歩けるハイキングコースだと考えている人が多いが、普段ほとんど身体を動かさない人にとっては厳しい勾配であり、また日中はかなり気温が高くなるため、出かける際にはくれぐれも注意が必要だ。 日刊サン 2023.4.24配信



ラニカイ・ピルボックス・トレイルで、負傷者の救助活動をするヘリコプター(2022年11月撮影)

WEEKLY HAWAII NEWS

ウィークリーハワイニュース
4.21 ~ 4.26 2023



ハワイで知っておくべきサーフィン用語とは？

ハワイのサーフィンストラクチャーによると、ビギナーにおすすめのスポットは春夏のシーズン中のワイキキだが、沖に出る前に知っておくべき用語があるという。

KHON2は、オハナ・サーフ・プロジェクトのゼネラルマネージャーのチェルシー・ルイス氏とサーフィンストラクチャーのコール・フジハラ氏に、サーフィン用語や初心者向けの一般常識について話を聞き、紹介している。

【サーフィン用語】

- 「バレル」波が巻いて、エアポケットを残すこと
- 「ブレイク」波がぶつかる場所
- 「チャージング」%の力を発揮して目立っているサーファー
- 「チョッピー」風の影響で海が荒れている状態
- 「フェアアリング」素晴らしい波のコンディション
- 「フラット」サーフィンができる波がない状態
- 「フォームボード」柔らかい発泡素材で作られたサーフボード。初心者は通常フォームボードに乗る
- 「フォーム」波が泡立って海水が白く濁っていること
- 「グラッシー」波もなく風もない
- 「グーフィーフット」右足を前にしてサーフ

- 「グリーンルーム」パレルまたはチューブの中のこと
- 「グロム」若いサーファー
- 「ハングファイブ/ハングテン」本または本のかま先がボードの前面からぶら下がるとき
- 「インサイド」海の中で波と岸壁の間にある領域
- 「クック」初心者サーファー
- 「リーシュ」ボードをサーファーにつなぐ紐のこと。リーシュは、サーファーがボードから落ちたときに、ボードを引き寄せするためのもの
- 「ラインナップ」サーファーが波が来るのを待つ場所
- 「リップ」ウェーブのカールする部分
- 「ログ」長く太いサーフボード
- 「ロングボード」長いサーフボード
- 「ラル」波が来っていない時間帯のこと。セットとセットの間の時間
- 「メンタル」狂気、信じがたい
- 「アウトサイド」波打ち際を過ぎた海の領域
- 「パーティーウェーブ」複数人が乗っている波
- 「パーリング」サーフボードが前方から水中に入ること。ノーズダイビングとも呼ばれる
- 「ピット」パレルの別称

- 「セット」次々とコンスタントにやってくる波の群れ
- 「ショートボード」短いサーフボード
- 「シック」何かが素晴らしかったことを表現するために使われる言葉
- 「ストローク」興奮を示すときに使う言葉
- 「SUP」スタンドアップパドルボードの略
- 「スウェル」波の大きさを、波のエネルギーや風によって判断するための言葉。サーファーが海に出る前に「今日のスウェルはどう？」と聞くことが多い
- 「チューブ」パレルやピットの別称
- 「ホワイトウォーター」波の切れ目にできる泡状の水
- 「ワイプアウト」サーフボードから不意に、あるいは意図せず落ちてしまうこと

ルイス氏は、サーフィン未経験者や数回しかしたことがない人の場合、レッスンを受けることを一番に勧めている。これは、初心者と他のサーファーの安全のためだという。また、すでにレッスンを受けている人には、サーフィンをする場所と使用する道具を知るところを提案している。「多くの場合、人々は間違った道具を使用しているため、サーフィンがより難しくなってしまう」

サーフィンの経験が浅い人には、大きなフォームボードがおすすめだという。

日刊サン 2023.4.25配信

ハワイアン航空、第1四半期は赤字に

25日(火)、ハワイアン・ホールディングス社は、第1四半期に9830万ドルの損失を計上した一方、ハワイアン航空社長兼CEOのピーター・イングラム氏は、技術への投資や今年進行中のその他のプロジェクトにより、同社が「明るい未来」に向けて位置づけられたと述べていることを Honolulu Star-Advertiser が報じている。

Honoluluに本社を置くハワイアン航空は、第1四半期に1株当たり1.91ドルの損失を出したと発表。経常外費用を調整した損失は、1株あたり2.17ドルとなった。

第1四半期の業績は、ウォール街の予想を上回るものだった。ザックス・インベストメント・リサーチが調査したアナリスト4人の平均予想は、1株当たり2.28ドルの損失というものだった。

ハワイアン航空の親会社は、この期間に6億1260万ドルの売上を計上し、これもウォール街の予想を上回った結果となった。なお、ザックス社が調査した3人のアナリストの予想は6億830万ドルだった。

イングラム氏は、本日の決算発表の前に発表された声明の中で、「当社をより強く、より良い航空会社たらしめている我々のチームに大きな感謝を捧げる。私たちがサービスを提供している国内市場では、レジャー旅行の需要は引き続き堅調であり、私たちの国際市場の多くでも同様の状況であると見ている」と述べている。

また、イングラム氏は、「ここ数日、私たちのチームは、2023年に進行中の多くのプロジェクトの1つである、重要な技術イニシアチブを完了し、私たちが明るい未来に位置づけることができた。これらのイニシアチブの勢いを持続させ、ハワイアン航空を黒字化することを楽しみにしている」と付け加えている。

- 2023年第1四半期損失 9830万ドル
- 2022年第1四半期損失 1億3330万ドル

日刊サン 2023.4.26配信

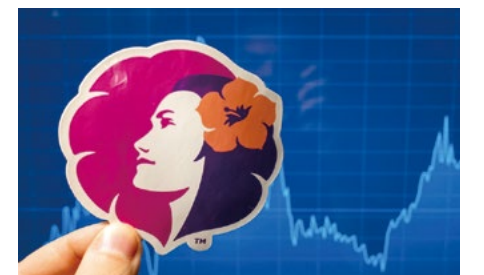


fig / Shutterstock.com

賃貸のご紹介・別荘の管理 / 物件売買 / リフォーム / 住み替えご相談 ほか

おかげさまで、もうすぐ半世紀

Fogarty Realty **フォガティ不動産**

ハワイの不動産を賃貸しませんか?

ご面倒なことはすべてフォガティ不動産におまかせ!

どんなことでもお気軽にご相談ください!

Fogarty Realty (RB-14483)
fogarty@fogartyhawaii.com
Tel: (808) 955-5100 fogartyhawaii.com
425 Ena Rd. #A-1 Honolulu, HI 96815 8:30AM~5:00PM 土・日・祝休

先代社長の秘書を務めた
てるよ・ワーナーが
二代目社長に就任 (RB-22672)

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

毎週土曜日 印刷版発行中

日刊サン **FREE**

NIKKAN SAN

広告募集

お申し込みはこちらから →

nikkansan.net/ad-inquiry/

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

日刊サンでハワイを元気に!

毎週土曜日 印刷版発行中

日刊サンウェブサイト 毎日更新中!

日刊サン

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

WEEKLY HAWAII NEWS

ウィークリーハワイニュース
4.21 ~ 4.26 2023

高齢者を狙った詐欺被害が急増 ハワイ



ハワイでは高齢者を狙った詐欺の被害額が急増している。FBIが2022年に発表した高齢者詐欺報告書によると、60歳以上のハワイ在住者の400人近くが、1630万ドル以上の詐欺に遭っていることがわかったとハワイ・ニュース・ナウが伝えている。

全米で見ると、すべての成人が狙われており、30歳代が最も多く、9万4506人が被害に遭っている。しかし、最も被害額が大きいのは高齢者層で、昨年の被害額は過去最高の31億ドルとなり、2021年から85%も増加した。

AARP(旧アメリカ退職者協会)のハワイ州ディレクターであるケアレイ・ロベス氏は、「犯罪者は、お金を貯めている多くのクプナ(高齢者)をターゲットにするので、被害額が大きくなる」と述べている。

最もよく使われる詐欺の手口のひとつは、コンピュータの技術サポートを持ちかけるものだ。FBIホノルル支局の特別捜査官であるスティーブン・メルリ氏は、「パソコンにポップアップウィンドウが表示され、「問題が発生している」と言われることがある」と話す。そのウィンドウには、問題を解決するための「ここをクリック」ボタンや電話番号が表示されており、ボタンをクリックしたり電話をかけることで詐欺に誘導される仕組みになっている。

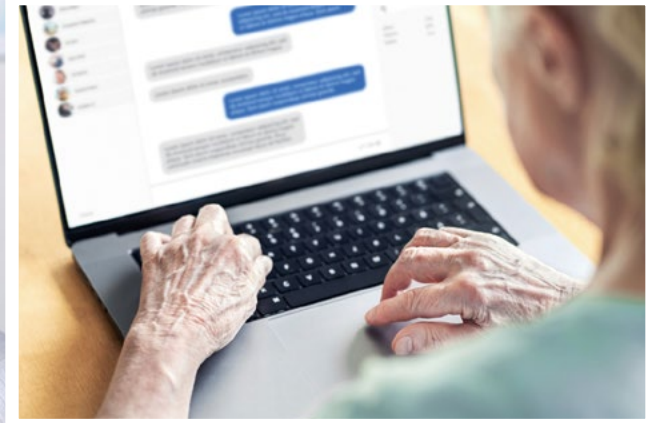
もうひとつのよくある手口としては、犯罪者は政府機関になりすまし、リンクを提供することで金銭、クレジットカード情報、あるいは暗号通貨を要求するというものだ。メルリ氏は、政府機関がそのような方法で支払いを求めることはないため、暗号通貨を要求され

る場合は赤信号だと呼びかけている。

このほか、投資勧誘もよくある詐欺の手口で、不動産投資、マルチ商法、偽の新興企業など、さまざまなものがある。また、ソーシャルメディアを使って、被害者の友人や家族のふりをして、信頼を得ようとする詐欺師もいるという。

FBIは、よく知らない会社には個人情報や財務情報を絶対に渡さないこと、また暗号通貨で支払いを行わないように呼びかけている。

また、詐欺被害を回避するアドバイスとして、ゆっくり行動することが有効だという。ロベス氏によると、詐欺師は常に素早い行動を求めてくるが、これは被害者に考える時間を与えないためだ。同氏は、「犯罪者は、考える時間があれば、詐欺に引っかかる可能



性が低くなることを知っている」と述べ、よくわからないことが起きたら家族に電話することを勧めている。

なお、詐欺の被害者は恥ずかしさから報告しないことが多いが、すぐに警察署に連絡することで、取引を停止したり、さらなる損失を防ぐことができる。

AARPは、詐欺についての啓蒙イベントを予定している。

- 5月3日(水)ヒロ・ハワイアン・ホテル、午前9:30
- 5月4日(木)マウイ・アート&カルチャー・センター、午後5:30
- 5月5日(金)ロイヤルコナ・リゾート、午前9時30分
- 5月6日(土)アラモアナ・ホテル、午前9時

イベントの詳細情報はこちら。
<https://events.aarp.org/c/calendar/4e9d11ed-72bd-4ef1-9d1a-656ed1bc705f>
 日刊サン 2023.4.26配信



専門家が夏の航空券の価格高騰を警告

日本の観光市場はパンデミックから回復していないにもかかわらず、ワイキキは依然として旅行者で賑わっており、今夏の旅行シー

ズンには需要の逼迫(ひっぱく)と価格上昇の可能性を匂わせている。航空会社は、人員不足、滑走路の改築、サプライチェーンの問題などに直面し、状況をさらに複雑にしているとKHON2が伝えている。

ハワイアン航空の社長兼CEOであるピーター・イングラム氏は、ダニエル・K・イノウエ国際空港(ホノルル空港)の滑走路問題が及ぼす影響について、25日(火)に行われた同航空の第1四半期決算説明会で説明した。昨年10月以降、ホノルル空港は主要到着滑走路を使用できない状態で運営され

ている。

このプロジェクトは遅れが出ているものの、現在のところ5月末までに完了する予定となっている。

また、ハワイアン航空では、エンジン供給の問題により、5機の飛行機を稼働できない事態に陥っている。また、スタッフやパイロット不足も、同航空を悩ませ続けているという。

ハワイ大学マノア校シドラー・カレッジ・オブ・ビジネスのジェリー・アグルサ教授は、「パイロットが足りないということは、航空便数の不足を意味し、その結果、飛行機が満席になる」と述べている。

アグルサ教授は、アジア発着便が急増し、彼が「ダブルプレミアム」と呼ぶ価格設定が行われると予測している。

「(アジア諸国では)パンデミックが明けようとしており、それによる大きな波が訪れよ

うとしている。現在ハワイではまだ国際的なマーケットが回復していないが、ワイキキはどこも満員で人々であふれている。そのため、この夏はさらに大盛況になるだろう」

夏休みをまだ予約していない人たちに、アグルサ教授は需要の少ない場所を検討するようアドバイスしている。「往路に関してはそれほど問題ではないが、航空会社が増便しない限り、復路(の航空券の入手)は少し厳しくなるだろう」

なお、隣島へのフライトは、より手頃になる可能性があり、特に友人や家族と一緒に過ごす人たちには良い選択肢となりそうだ。ハワイアン航空は、サウスウエストの隣島間の39ドル航空券に対抗して、自社の39ドル航空券または他のキャンペーンを行うことを発表している。

日刊サン 2023.4.26配信



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
- *フェミニンケアサーマー又はエムセラ 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) 808-215-6965
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)

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?

- アイブロー・アートメイク レギュラー \$300 3D \$350
- アイライン(上下・各) \$200
- カラーチェンジ \$150~
- ※上記、施事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>

Before After 前後

Before After 前後

YUMI

毎日新鮮情報満載!

あなたの足、大丈夫!? 巻き爪・角質・外反母趾

BEFORE AFTER

足の痛み、ひどい乾燥、爪の悩み...

あきらめないで、ご相談ください!

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

foot source Hawaii

日刊サン FREE 美容・健康情報

一部サロンの予約もできます

<https://nikkansan.net/category/live-hawaii/beauty-health/>

クマが70缶の炭酸飲料を飲む ダイエットソーダは拒否 カナダ

あるカナダの女性は、夜中に熊が車に侵入し、何十本ものソーダ缶を飲み始めたことに気づいたという。CBCによると、プリティッシュコロニア州アールズコーブに住むシャロン・ローゼルさんは、午前3時頃に飼犬が吠え始めたため目を覚まし、バルコニーから外を見ると、ブラックベアが彼女の車の窓を割っているのを発見した。

ローゼルさんはグリルイットというフードトラックを経営しており、車内にはオレンジクラッシュ、ルートピア、ダイエットソーダなど様々な炭酸飲料が保管されていたという。ブラックベアは、炭酸飲料を夢中ですすっていたという。すぐにクマを止めようと、ローゼルさんはバルコニーから冷水を投げつけ、最終的には、「私はクマハンターだ」と言って彼を精神的に追い詰めようとした。しかし効果はなく、クマが炭酸飲料の缶を荒らして飲み尽くすのを1時間半も見ていたしかなかったという。

彼女は人里離れた場所に住んでおり、定

期的にクマと接しているが、「ソーダを狙うのを見たことがない」と語っている。なお、このクマは、車内に保管されていた72本のうち、69本を飲み干した。残りの3本はダイエット系ソーダだが、これには興味なかったようで、小走りに去っていったという。

クマは、車のソフトトップを破壊し、窓のクラックを引きちぎっていた。クマが去った後の車内は、白い革のシートがオレンジソーダで汚れ、カーペットからギアシフトに至るまで、車のあらゆる部分に炭酸飲料が染みこんでいたという。

なお、翌日の夜もクマが出現したが、ローゼルさんの飼犬が追い払うことができた。「クマに危害を加えるようなことはしたくない。餌が見つからなければ移動してしまうだろうから」とローゼルさんは語っている。

なお、ローゼルさんは、車の修理のために保険を申請したが、保険が下りるかどうかはまだわからないという。

日刊サン 2023.4.26配信

在ホノルル日本国総領事館よりお知らせ

百歳以上の高齢者調査について

日本国政府は、毎年「老人の日」の記念行事として、百歳以上の高齢者に対しその長寿をお祝いするため、お祝い状及び記念品を贈呈しています(過去に本件対象となった方を除きます)。

在ホノルル日本国総領事館では、本年もこの記念行事にあたり、ハワイ州に在留する日本国籍者もしくは元日本国籍者で、大正13年(1924年)3月31日以前に出生された方について調査しています。

つきましては、上記該当者をご存知の方は、**2023年5月10日(水)**までに該当者に関する下記1の情報を総領事館までご連絡くださいますようお願い致します。

1. 該当者
氏名、性別、生年月日、本籍地、旧姓、連絡先の住所及び電話番号
2. 本件照会先
在ホノルル日本国総領事館 領事班
住所: 1742 Nuuanu Ave. Honolulu, HI. 96817
電話番号: (808) 543-3111 FAX番号: (808) 543-3174
Email: ryoji@hl.mofa.go.jp



日刊サンツイッター、Facebookでも
最新情報などをお届け中!



コラム

COLUMN



ハワイ島の家電リサイクル事情

先日の水漏れ騒ぎの際、掃除をしていたら古いラップトップを発掘してしまった。3台も。

リサイクル方法がよく分からなくて、それっきりになっていたんだよね。この機会に処分しよう!(※リサイクルやゴミ処理関係は、郡によって規定が異なります)

このリサイクル情報というやつが、よく分からないんだよね。古い情報と新しい情報が混在してるので、正解がわからず。面倒なので、とりあえずヒロにあるリサイクルセンター(K's Recycle & Redemption Center)に直接行って聞いてみるこ

とに。親切なお姉さんによると、「E-Waste(電気製品の廃棄物のこと)」は、営業時間中ならいつでも引き取ってくれるとのこと。しかも無料! 以前は無料の日と有料の日があったし、重さで値段が決まっていたはず。やけに簡単になっている気がする。

と思ったら、2023年からリサイクルの規定が変わったらしい。「リサイクル方法が分かりづらい」という苦情が多かったので、カウンティもいろいろ対策しているそう。なるほど。

さて、問題はデータの消去。ラップトップは瀕死の状態なので、ちゃんと起動するか分からない。夫と協議の結果、「ハードドライブを外せばよし」ということになった。我々は政府の要人でもなければ、世界をまたにかけられるスパイでもない。盗む価値のあるデータなんてないよね。というわけで、ラップトップ3台は無事処分完了。

ついでに携帯電話とデジカメも処分することに。内訳は、スマートフォン2台・旧型スマートフォン3台・フリップ型携帯電話1台・デジカメ2台の計8台。ギー、こんなにあったのか! 残りの人生であと何台電話を買うのか? 考えると怖い。

最後に残ったのが、バッテリーが膨らんでしまったスマホ。これは受け取ってもらえなかった。仕方ないのでAT&Tに行ってみると、「じゃあリサイクルしておいてあげる」との言葉。スマホを取り換えたときは、受け取ってくれなかったのに。しかし余

計な質問をすると振り出しに戻る可能性があるの、私はお礼を述べて即座に退場したのであった。

やった、やっと捨てられた! 身も心も軽くなった気がする。もっと早く処分しておけばよかったなあ。というわけで、現在、絶賛断捨離中です。

ちなみにK's Recycleで受け付けている品目は以下の通り。

【リサイクルOK】

コンピューター、モニター、ラップトップ、タブレット、Eリーダー、プリンター、テレビ、スマートフォン、デジタルカメラ、DVDプレーヤーなど

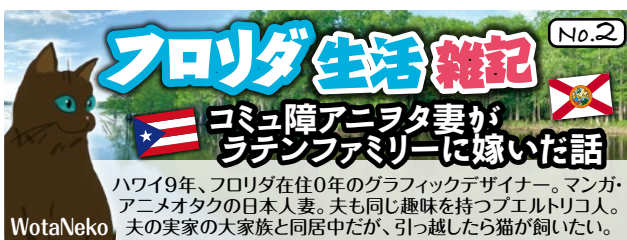
【対象外】

電子レンジ、キッチン用品、扇風機、スピーカー、電球、シュレッダーなど



相原光(アイハラヒカル) フリーランスライター&翻訳

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



「amazon」は、amazonのトラックがデリバリー?!

こんにちは、ハワイからフロリダへ最近引っ越してきた、WotaNekoです。住み慣れたハワイから脱出し、初めてのメインランド生活が始まって約2カ月ちょっと。いろいろな発見がある毎日です。

日々感じるのは、とにかくなんでも「広い!」「デカイ!」「遠い!」。ハワイにいた頃は、歩いて2分のところに某有名日本食スーパーやコンビニがあり、必要なものは割とすぐ買いに行ける便利なお店に住んでいました。ハワイは比較的どこにいくのもさほど遠くはないですよ。

しかし、いま居候させてもらっている夫の実家は、デルタナという田舎の住宅地。まわりは迷路のような道と家ばかりです。

最寄りのスーパーマーケットは車でこそ5分くらいの距離ですが、徒歩では3、40分かかりそうな場所。引越当初はまだ車がなく、「あ、塩切れしちゃって、ちょっと買いに行こう」となどと気軽に出掛けられず、まるで座敷牢に軟禁されているような気分になっていました。

まずは、何を差し置いても車。車がなければ生きていけない...それは分かっていたので、他州に住む夫の父親の好意で、車を一台ゆずり受けることになっていました。...が!!しかし!!我がファミリーの最大で最低な超絶問題児である従兄が、その車に乗り飲酒(ドラッグ?)運転で事故った挙句に廃車にしたのだとか... (泣) 夫の従兄の悪行の数々は筆舌に尽くし難くここには書けませんが、その車をあてにしていた我ら夫婦は絶望です。とはいえ、いくらか従兄をなじったところで事態は変わらないので、新たに中古車を購入し、予定外の出費に頭痛の種が増えたのでした。

と、なんとか車を手に入れたので、座敷牢から抜け出して世界が広がり、日常的な買い物には困らなくなりました。とはいえ、周辺のスーパーマーケットなどの小売店は、当然ながらアジア系ではありません。ウォルマートは、ハワイの店舗に比べて店内がはるかに広く、ケアモク店の2倍くらいありそうな広さ。計画的に回らないと、店内の端から端まで何往復も

する羽目になり、ある意味運動不足が解消されてしまいます。でもその広さの割には、アジアコーナーは棚2メートル分ほど。あるだけマシですが、やはり私が欲する日本の食材は、車で40分くらいの距離にあるオーランドという町まで行かなくては手に入らないのです。

そこでやっぱり頼りになるのが、みんな大好き(?)「amazon」です。もちろんハワイでも利用していましたが、私はプライム会員ではなかったので、ハワイまでの送料や日数が予想外にかかったり、挙句にはハワイには出荷できないという商品もありました。そういう面ではメインランドは、注文すれば数日中、早い時は注文同日に届くことも。聞くところによると、どうやら近所

にアマゾンのウェアハウスがあるそうです。そしてamazonのロゴが入ったamazonトラックが配達にきます。もちろん出荷状況によっては、USPSやUPSなどが配達にくることもありますが、ハワイではamazon専用のトラックを見かけたことはなかったので(少なくとも私は...ハワイのみなさん見たことありませんか?)、とても新鮮さを感じたのでした。

ハワイでもカリヒにアマゾンウェアハウスが建設予定(?)とニュースで聞いたので、もしかしたら数年中にも、amazonトラックがハワイを駆け回る光景が見られるかもしれませんね。

HAWAII RESTAURANT



日刊サンウェブサイトでおすすめレストラン
nikkansan.net/category/hawaii-food/restaurant/



Skewer House
567 Kapahulu Ave. 1A
Honolulu, HI 96815
(808) 888-8680

Hotpot Hale
1440 Kapiolani Blvd.
Honolulu, HI 96814
(808) 888-8869

今日は
どちらの気分?

食品価格が1年で45%も高騰 ハンガリー

ヨーロッパの国々は深刻な食品価格の上昇に直面しているが、なかでもハンガリーでの価格高騰は最も激しく、住民の生活に大きな影響が出ているとAP通信が伝えている。

ここ数カ月、ヨーロッパ全域で劇的に食品価格が上昇し、3月には前年同月比19.6%増となり、エネルギーコストの低下と重なりインフレの主因となった。しかし、欧州連合(EU)統計局ユーロスタットによると、ハンガリーでは、食品価格が1年間で45%以上も急騰し、次に高いスロバキアの29%強をはるかに上回っているという。

これらの食品価格の高騰は、中欧の消費者に大きな打撃を与え、購入する食品の種類や量を変えざるを得なくなり、また販売側も商品の見直しを迫られている。

ブダペストの歴史的な大市場ホールにある精肉店の店長、シルヴィア・ブクタ氏は、「ソーセージやハムが高級食材とみなされるまでになっている」と話す。「高すぎるので買う量も減らさなければならぬし、客の数も減っている」

ハンガリーの食品の中には、この1年で価格が2倍近くになったものもある。卵、牛乳、バター、パンなどの主要食材は72%から

80%も値上がりしており、月給の中央価格が900ドル強のこの国で、家計を圧迫している。

INGハンガリーのチーフエコノミストのピーター・ピロヴァツ氏は、ウクライナ戦争が生活費危機を煽り、ヨーロッパのほとんどの経済が同様の困難に直面している中、ハンガリーの農業と食品加工産業の非効率性と歴史的なフォリント通貨の切り下げが、この国の「極度のインフレ」をEU内のどこよりも悪化させていると説明する。「至る所で干ばつが発生し、エネルギー価格が上昇し、サプライヤーコストが上昇した。生産が効率的でなければ、当然、国内生産者は、これらのコストの支払いに負担を感じるだろう」

ハンガリー全体のインフレ率は25.6%に達し、先月平均が8.3%に鈍化したEUの中で最も高くなった。生活費の高騰は、賃金の急激な上昇を招き、企業が一部顧客に押し付ける追加コストとなっている。

ハンガリーは小麦、トウモロコシ、油糧種子、肉の主要生産国だが、国家食品連鎖安全事務所の2022年の調査によると、ハンガ



リーの食料品チェーンに並ぶ食料品の約30%が輸入品であることが判明している。

ハンガリーフォリントは昨年、米ドルに対して40%以上、ユーロに対して20%以上弱くなったため、輸入のコストが上がり、店頭で並ぶ商品の価格も大幅に上昇しているという。しかし、ピロヴァツ氏は、人々の購買力や貯蓄が低下しているため、食品に高いお金を払おうとはせず、供給者が余分なコストを転嫁することができないだろうと述べている。

日刊サン 2023.4.21配信

ヌーディストが ケーブルカー建設に反対 オーストリア

オーストリアのヌーディストたちは、ウィーンの北端にある人気のヌーディストビーチの上にケーブルカーを通す計画について憤慨している。

オーストリア通信(APA)は、携帯電話のカメラを持ったケーブルカー利用者がビーチ上空を通行することが許されるなら、自分のプライバシーが脅かされることになるという地元ヌーディストのパーバラ・ハウジェルさん(72)の言葉を引用している。

ハウジェルさんは、同通信の取材に対し、「インターネットに載るのは嫌だ」と語ったという。

ケーブルカー設置プロジェクトのプロモーションビデオによると、ケーブルカーはハイリゲンシュタット駅からドナウ川を渡り、首都の北にある小さな山、カーレンベルクまで戻ってくる予定となっている。全景を見渡せる窓のついた115台のゴンドラからは、「ウィーン市街の息を呑むような眺望」が楽しめるという。

プロジェクト開発者は、ケーブルカーがビーチの上を通過するのは短い期間だけだと述べ、ヌーディストたちを安心させるよう努めている。さらに、ゴンドラの窓は自動的に不透明にすることも可能だとしている。

日刊サン 2023.4.24配信

希少なナンバープレートが 1500万ドルで落札 ドバイ

アラブ首長国連邦(UAE)で、珍しいナンバープレートが驚異的な金額で落札されたとフォックス・ニュースが伝えている。なんと、「7」のナンバープレートが、過去最高の1500万ドル(約20億円)で落札されたという。

このナンバープレートは、同国の統治者が世界の飢餓と戦うために設立した慈善団体「10億食糧団(1 Billion Meals Foundation)」の資金調達のために、政府がオークションにかけたもの。

UAE諸国では、数字の少ないナンバープレートがステータスシンボルとみなされ、頻りにチャリティーオークションが開催されている。今回の落札金額は、ナンバープレートに支払われた最高額のギネス世界記録となった。なお、落札者の身元は明らかにされていない。ちなみに、これまでの最高額は、2008年にアブダビで落札された「1」のナンバープレートの1420万ドルだった。

1500万ドルという金額は、このプレ

ートが使用される可能性のある世界中のあらゆる新車よりも高いが、新車に支払われた公式の最高額は、2021年に身元非公開の人物に引き渡されたワンオフのスーパーカー「ブガッティ・ラ・ヴェウチュール・ノワール」の1890万ドル(約25億円)だ。

しかし、ロールス・ロイスは同年、同様に特注したボートテイル・コンバーチブルを2800万ドル(約37億4千万円)で売却したと噂されている。

日刊サン 2023.4.25配信



コミュニティ発信ニュース

ハワイ州観光局、SNSフォトコンテスト 「#カラフルハワイ」を実施

最優秀賞品にはハワイ往復航空券を贈呈!

ハワイ州観光局 日本支局(所在地 東京都千代田区 局長 ミツエ・ヴァーレイ)は、「カラフルハワイ」をテーマに、色彩豊かなハワイ各島の魅力を表現した、もう一度行きたい、見たいハワイの写真を募集するSNSフォトコンテスト「#カラフルハワイ」を、2023年4月19日(水)から5月10日(水)まで開催します。

3年近く思うように海外旅行へ行かれない環境が続く中、ハワイ州観光局では、もう一度行きたい、見たいハワイの写真を共有しあうことで、旅行機運を高め、次のハワイ旅行で訪れる場所のヒントに繋げて欲しいという思いからこのコンテストを企画し、ハワイの魅力を収めた写真を広く募集します。

これまでにハワイで撮影した風景、グルメ、アクティビティ、ホテルステイ、イベントなどの写真を、個人のInstagram、またはTwitterにハッシュタグ「#カラフルハワイ」をつけて投稿していただくことで応募することができます。ハワイ往復航空券が贈呈される最優秀賞(1名様)の他、3つの賞(4名様)を用意しています。また応募者の中から抽選で10名様にハワイグッズをプレゼントします。

投稿された写真はフォトコンテスト特設サイトで紹介される他、受賞作品は2023年5月27日(土)から28日(日)まで渋谷ヒカリエでハワイ州観光局が開催する「Hawai'i EXPO2023」(ハワイエキスポ2023)の会場に展示されます。それ以降は2023年末までハワイ州観光局 日本支局に展示される予定です。

ハワイ州観光局SNSフォトコンテスト 「#カラフルハワイ」概要

- テーマ カラフルハワイ
- 募集作品 色彩豊かなハワイ各島の魅力を表現した、もう一度行きたい、見たいハワイの写真
- 応募資格 プロ、アマチュア問わず、どなたでも応募可
- 募集期間 2023年4月19日(水)~2023年5月10日(水)
- 入賞賞品
 - 最優秀賞(1名様):ハワイ往復航空券(日本⇄ホノルル)
 - ベストアロハ賞(2名様):アラモアナセンター商品券\$100
 - ハワイ州観光局長賞(1名様):アラモアナセンター商品券\$50
 - 審査員賞(1名様):アラモアナセンター商品券\$50

※入賞者全員にハワイグッズを贈呈します。

※賞品のお届け先は日本国内に限らせていただきます。

- 応募方法 ハワイ州観光局のSNSアカウント(InstagramまたはTwitter)の公式アカウントをフォローした上で、ハッシュタグ「#カラフルハワイ」をつけて個人のInstagramまたはTwitterに写真を投稿

- 公式URL <https://www.allhawaii.jp/snscampaign/colorful/>

- 受賞発表 5月中旬に受賞者へ Instagram/TwitterのDMで連絡します。

- 応募規定 応募条件や規定は公式サイトでご確認ください。

- 審査員 近藤純夫氏
エッセイスト、写真家、翻訳家。アロハプログラムキュレーター、ハワイ火山国立公園アドバイザリースタッフ、ハワイ塾講師、常磐音楽院講師。主な著書:『ハワイごよみ365日』誠文堂新光社、『新ハワイアン・ガーデン』平凡社、『ハワイBOX フラの本』講談社、主な訳書に『イザベラ・バードのハワイ紀行』(平凡社)、『ナショナルジオグラフィック・荒ぶる地球』(岩波書店)など。

■ハワイ州観光局日本支局(Hawai'i Tourism Japan)

■公式ポータルサイト <https://www.allhawaii.jp>





道具なしで今すぐできる 表情筋トレーニングで、 顔のたるみを改善! ①

表情筋をトレーニングすることで、お顔のリフトアップができるって、ご存知でしたか? 毎日鏡で見る自分の顔ですが、シミや小じわなど、すぐに見つけられる部分はケアしやすいものの、皮膚の下の見えない筋肉には、なかなか意識が向かないですね。話している時に表情をあまり出さない日本人は、特に表情筋が衰えやすいと言われています。身体の筋肉と同じように、表情筋も鍛えることによって強くなります。顔の皮膚と脂肪を支える筋力が増すことで、たるみが改善され、リフトアップ効果が期待できるのです。今回は気になる部分に合わせたトレーニング方法をご紹介します。

イラスト:花胡椒

表情筋の衰え度 ○Xチェック

- (1) 上の歯をしっかりと見せて、口を大きく「い」の形にできる。
→Xの場合、頬筋が衰えている可能性あり。トレーニング④、⑤へ。
- (2) テレビを見たり、ネットをしたりして気がつくと、口が半開きになっている。
→Oの場合、咬筋、口輪筋が衰えている可能性あり。トレーニング③、⑤へ。
- (3) 眉を片方ずつ上げることができる。
→Xの場合、眼輪筋が衰えている可能性あり。トレーニング①、②へ。



トレーニング ③ 下がり気味の口角を上げる!

【つくり笑いトレーニング】

- ① 上唇をめくり上げ、頬を引き上げるイメージで、口を少し開いて大きく笑顔を作る。そのまま5秒キープ。
- ② ゆっくりと元に戻る。
*以上を1セットとし、1回につき5セットずつ、1日2回を目安に行ってみましょう。

トレーニング ④ ほうれい線を薄くして、二重アゴを改善!

【舌回しトレーニング】

- ① 姿勢を正し、左の掌をおでこに当てる。
- ② 口を閉じた状態で、歯の表面に舌を沿わせる。
- ③ 左回りに20回、舌をゆっくりとできるだけ強く回す。
- ④ 右の掌をおでこに当て、右回りに20回、舌をゆっくりとできるだけ強く回す。
*以上を1セットとし、1回につき2セットずつ、1日1~2回を目安に行ってみましょう。

実践!表情筋トレーニング

トレーニング ① 目の下のたるみを改善!

【下まぶた開閉トレーニング】

- ① 姿勢を正し、顔面と床が平行になるように頭を下げる。
- ② 鼻の下を伸ばし、上唇を口の中に入れて、口をギュッと閉じる。
- ③ 目線だけ前に向ける。
- ④ 下まぶたから閉まるイメージで、ゆっくりと目を閉じ、そのまま5秒キープ。
- ⑤ 目線は前に向けたまま、下まぶたから開くイメージで、ゆっくりと目を開ける。
*以上を1セットとし、1回につき5セットずつ、1日2回を目安に行ってみましょう。

トレーニング ② 上まぶたのたるみを改善!

【目の開閉トレーニング】

- ① 両目をゆっくり、ギュッと強く閉じ、そのまま5秒キープ。
- ② 目を閉じたまま、眉をゆっくりとできるだけ上に引き上げる。そのまま5秒キープ。
- ③ 目をゆっくりと、できるだけ大きく見開き、そのまま5秒キープ。
- ④ まぶたを緩め、元に戻る。
*以上を1セットとし、1回につき5セットずつ、1日2~3回を目安に行ってみましょう。

トレーニング ⑤ ほおのたるみと二重アゴを改善!

その1【「あいう」トレーニング】

- ① 口を「あ」の形にし、できるだけ大きく開ける。5~10秒キープ。
- ② 口を「い」の形にし、できるだけ横に引く。5~10秒キープ。
- ③ 口を「う」の形にし、唇をできるだけ前に突き出す。5~10秒キープ。
*以上を1セットとし、1回につき10セットずつ、1日2~3回を目安に行ってみましょう。

- ④ 右に動かします。
*以上を1セットとし、1回につき5セットずつ、1日に3回を目安に行ってみましょう。



その2【舌出しトレーニング】

- ① 姿勢を正し、右手のてのひらを左側の鎖骨に、左手のてのひらを右側の鎖骨に当てます。
- ② そのまま、目線を上に向けます。天井と顔が平行になるようにします。
- ③ 舌を強くゆっくりと上に突き出し、左に動かします。

はちネコ☆JAPAN

はちろう NO204 パスワード キューたろう・ななみん

1 うーん... なんだったけ?

2 さっきから うなり声をあげて どうしたキュー?

大事なサイトのパスワードを忘れてちゃって... 記号と数字の組み合わせをずっと覚えていられないんだよ...

3 あっ!!わかった!!!

自分で覚えておくのが大変なら、友達や仲間に伝えておいて... 代わりに覚えてもらうといいんじゃない?

おお!!それはいいアイデア!!! 忘れたら聞けばいいのか!!

4 よし!!早速新しいパスワードをLINEで連絡しよう!!

SNSに投稿して知らせてもらいたいと思うキュー~

...とても危険なことをやろうとしている。どうして気がつかないのかしら...

やれやれ...

マが知識 【パスワード】

パスワードは、一般的には合言葉のことを指すんだけど、特にコンピューター関係で使用する場合には、正式の利用者であるかどうかを認証するための、あらかじめ決めた文字列のことをいうんだニャ。利用者の名前やメールアドレスと、パスワードの組み合わせが事前に登録されたものと同じの場合に、サービスを利用できるということが多くなってきたニャ。 byはちろう @まつだりえ

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」。

NFTって何?? 非代替性トークン(non-fungible token、略称:NFT)

NFTとは、ブロックチェーン技術を使用した、改ざんや偽造不可能なデジタル資産です。NFTコレクターとクリエイターの2人、トニー&ともちゃんがNFTと暗号通貨についてお話しします。わかりにくいブロックチェーンやNFT関係の用語を説明したり、NFTマーケティング、NFT投資などの話を沢山しますよ。みんなで楽しく笑いながらNFTと暗号通貨について学びましょう!

是非チャンネル登録をよろしくお願ひします! →

新着エピソード 【NFT心理】
NFTの価格はなぜ下がる?

12:41 / 43:51

対北朝鮮、日米と協力加速 韓国大統領 米議会で演説

訪米中の尹錫悦・韓国大統領は27日、米上下両院合同会議で演説した。尹氏は「高度化する北朝鮮の核の脅威に対応するため、米国の連携と日米韓3カ国の安全保障協力をさらに加速する」と表明した。尹氏は、北朝鮮の核開発とミサイルによる挑発は朝鮮半島と世界の平和に対する深刻な脅威だと批判。挑発を抑止するため、米韓の団結が重要だと

訴えた。今年で70周年を迎えた米韓同盟に関して、「かつてなく強固で、共に繁栄し、他にはないつながりを持つ」と説明した上で、「自由と平和、繁栄を守る基軸だ」と述べ、同盟の意義を強調した。尹氏はロシアのウクライナ侵攻を非難し、ウクライナを積極的に支援すると語った。

森元首相「元理事は便利」と供述 五輪汚職

東京五輪・パラリンピックを巡る汚職事件で、大会組織委員会の会長を務めた森喜朗元首相(85)が昨年、参考人として東京地検特捜部の事情聴取を受けた際、広告大手電通元専務の高橋治之被告(79)=受託収賄罪で4回起訴=の理事就任について、組織委のマーケティングなどのために「便利だと考えた」と供述していたことが27日、関係者への取材で分かった。

副会長を務めた日本オリンピック委員会(JOC)前会長の竹田恒和氏(75)から、スポンサー募集の専任代理店を担う電通出身で

あることを理由に高橋被告を推薦され、森氏も同社出身の理事がいた方がいいと考えたと特捜部に説明したことも判明した。

事件の公判で検察側は、竹田氏の推薦があったとの森氏の供述調書の要旨を朗読したが、電通を意識したとのより詳細な内容が明らかになった。

関係者によると、森氏は推薦を受けて情報収集し、高橋被告が資金集めを得意としており、他の幹部から反対意見もなかったため選任した、と供述したという。

入管法改正案、28日にも採決

与党は、外国人の収容・送還ルールを見直す入管難民法改正案について、28日にも衆院法務委員会で採決する。これに先立ち、与党と日本維新の会、国民民主党などは27日の国対委員長会談で、改正案を修正することで合意。一方、立憲民主党はこれに加わら

ず、改正案に反対することを決めた。改正案は、難民認定審査中の送還停止規定を見直し、3回目以降の申請者を送還可能とする内容。4党などの修正案は、維新の主張を踏まえ、申請者の出身国情報の収集充実や、難民調査官の育成を盛り込んだ。

G7首脳、平和公園訪問へ 宮島も、首相官邸で準備会議

政府は27日、5月19～21日に広島市で開く先進7カ国首脳会議(G7広島サミット)に向けた準備会議を首相官邸で開いた。準備会議トップを務める栗生俊一官房副長官は、G7首脳による平和記念公園(広島市中区)と、世界遺産・厳島神社で知られる宮島(広島県廿日市市)の訪問実現に向けて外務省

が調整していると明らかにした。会議には外務省や警察庁など関係府省庁の局長級約30人が出席し、警備対策や広報対応について協議した。栗生氏は「サミットを安全かつ円滑に開催できるよう政府一丸となって取り組む」と語った。

日本人留学生50万人目標へ 教育未来創造会議

政府の教育未来創造会議(議長・岸田文雄首相)は27日、2033年までに日本人の海外留学生50万人、外国人留学生の受け入れ40万人を目標とする第2次提言をまとめた。

岸田首相は会議で「未来を担う若者が留学を通じて成長し活躍することは、社会を変革するためのカギとなる」と述べ、広島サミットなどを通じて各国と推進していく考

えを示した。夏ごろまでに工程表を作成する。

提言では、日本人の海外留学生のうち学位取得などを目的とする長期留学生を15万人(新型コロナ流行前6.2万人)、国内の大学などに在籍したままの中・短期生を23万人(同11.3万人)、高校段階での研修旅行を11万人(同4.3万人)などとした。

「国境なき医師団」の邦人男性1名 スーダンに残留

紛争地などで活動する国際組織「国境なき医師団(MSF)」は26日、戦闘が続くスーダンに日本人の男性スタッフ1人が残り、活動を継続していると明らかにした。多くの邦人が既に国外に退避しているが、男性は日本政府の関係者とも連絡を取った上で、残留の意思を伝えたという。松野博一官房長官は記者会見で、退避を希望していた邦人1人が残留の意向を示したと明らかにした。これで退避希望者はいなくなったとしている。MSFのスタッフと同一かどうかは不明。

MSFによると、男性は昨年6月に現地入りし、複数あるグループの一つで責任者に就いた。正規軍と準軍事組織「即応支援部隊(RSF)」の戦闘が始まった際には首都ハルツームにいたが、既に国内の比較的安全な地域に移動。現地の情報を収集しながら、今後の支援活動を検討しているところだという。

MSFの医療支援先の一つである西部ダルフール地方の病院には、戦闘に巻き込まれた多数の民間人を含む300人以上が運び込まれ、50人以上が亡くなった。

コラム

COLUMN



ウイスコンシンで独り言 — 今年ハワイで Part5

バス停での小さな出来事

ワイキキに滞在中のある日、バス停に行く路上生活者と思われる人が何か食べていました。そして食事を終えるや否や、通行人に「1ドル恵んで」と言い始めたのです。最初に通りがかった青年はすぐに反応して立ち止まってからお金を差し出しました。そしてそのあとに通った人にもおねだりすると、その青年は一旦通り過ぎたのですが、また戻ってきてお金を手渡しました。

この間わずか数秒で、この路上生活の人は立て続けにお金を手に入れたのです。もちろんこんなことは稀なのかもしれませ

んが、この世の中には結構優しい人がいるんだって驚きました。

また、ある日アラモアナショッピングセンター山側でバスを待っていると、そのバス停を住みかとしている女性がいました。その女性はバス停のイスに腰かけて、頭を深く垂れてあたかも寝ているようでした。

その前を年配の男性がおぼつかない足取りでふらふら、よたよた歩いてやって来ました。そしてその男性が突然その路上生活者と思われる女性の前で立ち止まって、その女性をちょっと見つめると、素早くポケットから札束を差し出し、何も言わずに20ドル札をその女性に手渡そうとしました。寝ていたと思われるその女性はそのお金を目の前に差し出されると何も言わず、黙ってその札をつかみ取って、自分のカバンの中に押し込みました。これも時間にして数秒の出来事でしたが、このよたよた歩いてきた男性は何って気がいいんだって思いました。

その20ドル札を上げた男性はちょっと弱々しく、病み上がりのような感じを与える男性でしたが、頼まれてもいないお金をさっと差し出したこの男性は、優しい人だったのだろうと思います。そんな風に優しくなれたのは、この人自身に何か悩みか体に痛みなどあって、人の痛みが分かるのでは、と想像しました。

またある時、バス停でバスを待っていると、ある路上生活者と思われる人がゴミかごから食べ物をあさっていました。その時、

自転車で通りかかった人が急に止まり、ゴミをあさっていた人の名前を呼び、「俺、仕事みつかったよ! 明日から働くんだ」と嬉しそうに言いました。そうすると、ゴミあさりをしていた人が姿勢を正して、嬉しそうになつて、お札をポケットから取り出し、その自転車乗りの人にあげたのです。その光景を見て、最初は何が起こったかわかりませんでした。

バスに乗ってからしばらくして、少し状況が分かってきました。その自転車に乗っていた人も多分、路上生活者だったのでしよう。でも仕事が見つかり、収入の道ができたのです。ゴミをあさっていた人はそれを聞いて嬉しく思い、祝福の意味でお金を上げたのでしよう。

この世の中には人の痛みのわかる優しい人がいます。バス停で見かけたこんな小さな出来事から、この世の中には優しい人がいるのだな、と嬉しくなりました。

大井貞二(おおいさだじ)

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



誰も教えてくれなかったフットケア

痛みのない足を目指して!

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

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

No. 122

足と歯の健康

このコラムは、「足が痛い」「靴擦れする」「あまり歩きたくない」とお悩みの方に、何かのきっかけで、必要な方に「楽になるヒント」をお伝えできれば良いなと思いながら書いています。少しでも多くの方の靴や足のお悩みに役立てれば幸いです。

昔から私の周りでは「足と歯の健康には密接な関係ある」と聞いたことはありましたが、最近をよく知られるようになりました。体のほかの部分と同様に、どのような関係があるのかを、初めて聞いたという方のために具体的に説明します。

【姿勢とバランス】

足にトラブルがあると、歩行や立ち上がりなどの動作に支障をきたし、姿勢が崩れます。それに伴い、歯並びの歪みやかみ合わせの不良などが生じることがあります。顎が痛い、入れ歯が痛いなど口や歯に問題が出ている場合、関係のある足の指のバランスを同じように整える必要があるかもしれません。

【口腔内の問題と疾患の関係】

足に歪みがあると、骨盤が歪んだりして正しい歩行ができなくなります。歩行する時に使うふくらはぎの筋肉が影響する循環機能が低下し、身体の免疫力も低下します。免疫が低下すると口腔内の細菌や、病原体に感染しやすくなり、歯周病菌や虫歯、口内炎など炎症を引き起こす事があります。

足の健康状態が悪いと栄養素の吸収が低下するため、歯や骨の健康に必要なカルシウムや、ビタミンDなど栄養素が不足し、歯や骨の健康に影響を与えることがあります。

以上のように、足と歯の健康には密接な関係があります。定期的な歯科検診や、適切な運動や、栄養バランスの取れた食事、ストレスを減らすなど、健康的な生活習慣を維持することが大切です。

私の場合、外反母趾が酷かった時代にストレスによる食いしばりがありました。同じ方の歯でかみしめ続け歯が削れやすくなり治療しても何回も同じところが割れていました。現在は、外反母趾を克服し(靴と履き方)歯が割れなくなりました。まだ、半分の歯は残っていますので大切にしたいと思います。

自身の経験ですが、歯の治療と同時に足のバランスを整える必要性を感じています。

【では、実際に何をすればよいのでしょうか?】

- ①爪を切り過ぎず、伸ばし過ぎない、適切な長さを保つ
- ②靴は、自分の足より大き過ぎないサイズを選び靴ひもをしっかり結んで履く
- ③毎日、長時間、ビーチサンダルで過ごさないようにする

ハワイ生活では、靴を正しく履く習慣がおそろかにされがちですが、できることから始めてみましょう!

23年の原油価格、16%下落 食料は高止まり 世銀見通し

世界銀行は27日公表した最新の商品市場見通しで、2023年の商品価格指数について、世界経済の成長鈍化などを背景に、前年比21.2%低下するとの予測を示した。国際原油価格の指標である北海ブレント先物相場は15.9%安の1バレル=84ドルと予想した。

23年の食料価格指数は7.9%低下にとどまり、1975年以降では前年に次いで2番目の高水準で推移する見込み。世銀は「食料不足に直面する約3億5000万人の不安軽減にはほとんどならない」と警告した。

米GDP、1.1%増 3期連続プラス成長 1～3月期

米商務省が27日発表した2023年1～3月期の実質GDP(国内総生産)速報値は、季節調整済み年率換算で前期比1.1%増だった。伸びは前期(2.6%増)から鈍化したものの、3四半期連続のプラス成長となった。市場予想(2.0%増)を下回ったが、個人消費が盛り返すなど底堅さも示された。

住宅投資は4.2%減と、3四半期連続で2桁だった縮小ペースが緩んだ。輸出は4.8%増と、プラスに転じた。

米経済が堅調な成長を続ける一方、インフレは低下基調にあるとはいえ、なお高水準で推移している。景気をさらに冷まし、物価上昇圧力を緩和するため、連邦準備制度理事会(FRB)は来週5月2、3日に開く政策会合で0.25%の追加利上げを決めるとの観測が強まっている。

GDPの約7割を占める個人消費は前期比3.7%増(前期1.0%増)と加速。一方、設備投資は0.7%増(4.0%増)に減速した。

パナマ運河、水不足で通航制限

パナマ当局は水不足の影響で、太平洋と大西洋を結ぶパナマ運河の通航を制限せざるを得なくなっている。

込む。この水源となっているのが、コロンにあるガトゥン湖と、同じく人造湖のアラフエラ湖だ。

パナマ運河庁は今年の渇水期に既に5回、大型船舶の通航を制限している。パナマ運河は世界の海上交通の約6%を占めており、航行する船舶の大半は米国、中国、日本のものだ。

だが、いずれの人造湖も降水量不足で部分的に干上がっている。運河庁によると、3月21日から4月21日で、アラフエラ湖の水位は7メートル低下した。通航料が最も高い大型船舶の通過が制限され、収入にも影響が出ている。

パナマ運河は海拔26メートルの人造湖ガトゥン湖を頂点とし、閘門(こうもん、ロック)で仕切られた閘門式運河。船1隻が航行するたびに2億リットルの淡水が海洋に流れ

2022年度の通航量は1万4000隻以上で、政府の年間歳入は25億ドル(約3300億円)に上った。



2023年のGW

今年のゴールデンウィークは
最長で9日間に
なるらしい

4月29日(土) 30日(日) 31日(月)
5月1日(月) 2日(火) 3日(水) 4日(木) 5日(金) 6日(土) 7日(日)

もしお休みがとりたいなら!

3日(水) 4日(木) 5日(金) 6日(土) 7日(日)

連休延長日 連休日 連休日 有休

「ハワイアン旅行会社に
お申し込みの際は
GWは日本からの
お客様を迎える
ためにみんなが
がんばるんだよ」

「今週末も
休みがとりたい
ぞ!!」

「GWはね
いつものことね」

「休
みだ!!」

「今からじゃ
どうもよははは
みんな予約が
いっぱいよ?」

「あせせ!!」

「熱湯? 箱根? 軽井沢?
海? 山? 温泉?」

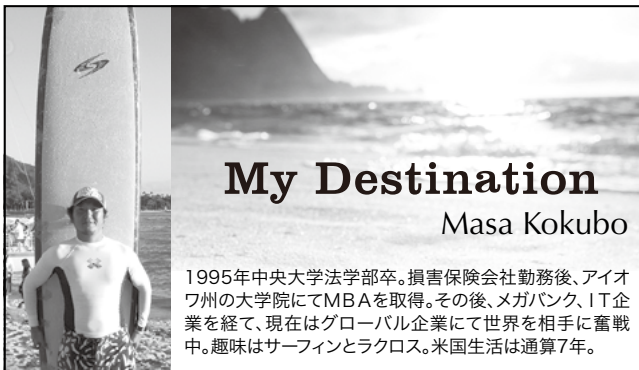
「せめてGWに
日本にいるのだから
どこか行かない?」

「混雑は
正解!!」

「GWは
家ぞろじ
するわ」

「自分は
一泊旅行を
計画してる」

「考えたら
毎日がGWの
ようなものなの?
連休が終ると
つらいぞと
思うよ、あなた...」



No. 233 第3章「再挑戦」

最後のご奉公 Part2

(前回まで)「世界をまたにかけて働く」ことを幼少からの夢としていた私は、意と反して損害保険会社に入社。順風満帆な生活も束の間、会社が経営破たん。その後の人生を切り開くため渡米しMBAを取得。メガバンク勤務を経て、新たなキャリア形成のため、渋谷にあるベンチャー企業の門を叩く。それから7年が経過し

て「幼少からの夢」を追いかけることを決意したところ、複数の資本政策案件が同時に舞い込んできた。

2013年1月ある日の夜。渋谷にある自社の経営企画部長席で、私はこの複数案件をどのようにマネージしていくか何度も考え直していた。そんな時、「部長、飲みに行きませんか?」私の苦悩を察したのか部下たちが声をかけてくれた。これ以上考えても答えは出ない。二つ返事で快諾したのは言うまでもない。

「最初に勤めていた会社が潰れて...」。アルコールが多少進んだ頃、ふとそんな言葉が口をついた。私が27歳の時に勤務先の損保会社が破綻した。若かったこともあるのだろう、そこに骨をうずめるつもりで人生プランを明確に描いていた私は途方に暮れた。そこで私は心機一転、米国でのMBA取得に舵取りを切り替えた。一方、同業他社に転職していった大多数の同僚たちには、しばらくしてから大きな試練が訪れることになった。「敗軍の残兵」ではないが、現在では考えられないような差別的な冷遇を受けることになったのである。

同様の事は前職でも起きている。当時勤務していたメガバンクは、他の銀行を吸収して大きくなった。直前で飲み込んだ銀行出身者の待遇は良いものではなく、優秀な人材から辞めていった。そして、今度は我々が他のメガバンクに飲み込まれる時が来た。それと同時に私は今の会社に転職するのだが、転職から数年後に

当時の同僚と飲む機会があり、そこで昔のエース級だった人たちがひどい仕打ちにあっていることを聞かされた。

一方、この会社に転職して始めて実施したM&Aでは、それまでの私の常識を覆すようなことが起きた。つまり、M&Aにより傘下に入った社員たちを無下に扱わなかったのである。結果、それらのメンバーの多くが実力を発揮し、数年前にNTT東日本から受注した大型案件を、今や会社一番の稼ぎ頭にまで昇華させる立役者となったのも彼らだった。

この時点で、自分の中で何かが吹切れた気がした。私が経営企画職を志すようになったのは、最初の会社のような悲劇を繰り返さないため。一方、私が指揮するM&Aというものの自体が、そのやり方次第で悲劇を生んでしまう可能性を大いにはらんでいる。会社の戦略もさることながら、そこで働く人の人生を考えないといけない。それが良くなるようにするのが私の使命だ。だったら私が担当するM&Aは、人を大切にすることを最優先にしよう。

「部長もう一軒行きましょう!」。この声で我に返った。若い会社には勢いがある。「そうだな」。そう言ってこの店を後にしたのだが、この時以降、これが私のM&Aに対する考え方の基礎となり、その後のステージでさらに洗練されることとなっていく。

(次回につづく)



ダイエットを叶える、 アーユルヴェーダ的 日常生活の過ごし方7選

前号に続き、インド医学であるアーユルヴェーダを活用してダイエットをする方法をお伝えいたします。前号では食事に関して触れましたので、今回は日常生活でダイエットに良いことをまとめました。

一般的には、ダイエットでは運動や食事について触れますが、アーユルヴェーダでは、身体のバランスを管理することも重視するという特徴があります。これは、私たちが自然の一部であるという考え方に基づいており、私たちの身体のバランスが崩れることは、だるさや頭痛の原因になることもあります。ダイエットは必要ないけれど病院に行っても解決しない不調がある、という方は、ぜひ下記の内容を意識してみてください。

特に、ハワイにいても足先が冷えている人や、冷房で身体を冷やしている人がいますので、要注意です。暖かい場所にいる時でも身体が冷えていないか、注意して観察することをお勧めします。

【日常生活】

- 身体が冷えている場合は、靴下、腹巻きで身体を温める
- 10時までに就寝し、6-8時間の睡眠を意識する
- 食後は軽く10分散歩する。無理なら100歩で良いので歩く
- 外出時、風が強い場所にいる場合は、羽織りもので身体をカバーする(耳も覆うとベスト)
- 深呼吸するような動作を意識的に行う(ラジオ体操などでも、呼吸を長くするイメージ)
- 足先が冷えている場合、湯たんぽで足元を温めたり、足湯する

・規則正しい生活をする(不規則だと消化の力が弱まる)

ダイエットというと、体重が減るとか、見た目が変わるなどのメリットを想定しますが、アーユルヴェーダの視点を取り入れてダイエットを行うと、身体に溜まったいらぬものが排泄物として出ますので、快便にもなります。

インドでは、毎朝排便が行われないことを「便秘」と呼ぶが、アメリカでは「1週間に1回」で便秘と呼ぶ、という笑話を聞いたことがあります。実際にアメリカでの便秘の定義は分かりませんが、毎日快便となるためには、食事だけでなく、日常生活の過ごし方も重要になります。

身体と心は繋がっています。小さなこと、できることだけで良いので、生活に取り入れてみてくださいね。

加藤ジェシカ

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

求人情報

日刊サンの e-JOB



美登利寿司
KATSUMIDORI SUSHI
TOKYO

募集職種

- 寿司シェフ \$20~/h
- キッチンヘルパー \$18~/h

経験者優遇
要日英両語
ビザサポートあり

新規採用後3か月勤続された方に
\$1000ボーナス支給!!

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

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/

オフィススタッフ (フルタイム) 募集

総務・人事職
(トレーニングあり)

- PCスキル、日英両語、米就労許可お持ちの方
- 勤務日時: 月~金

問い合わせ先 hr@ixhawaii.com
(808)836-4744

まずはお気軽にお問い合わせください!

International Express, Inc.
2613 Waiwai Loop (空港周辺)



税務スタッフ募集

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



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

募集ポジション

- 税務スタッフ
- 税務シニア

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

勤務地: 500 Ala Moana Blvd., #7-240 Waterfront Plaza 各種ベネフィット有

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

創業90年の
伝統の味を守り続けています

フルタイム 副料理長候補 VISAサポート有
経験者 \$4000/m~ +ベネフィット

パート キッチンスタッフ ☆週2~昼・夜
☆キッチン経験必須(期間・ジャンルは不問)
時給 \$16~ +キッチンサービスチャージ

パート デイッシュウォッシャー ☆週2~
時給 \$14~ +キッチンサービスチャージ

HMAA(健康保険)、まかない有、系列店従業員割引有

応募先 **808-926-8082**
(Ogasawaraまで)
info.bairin@gmail.com

銀座 梅林

日刊サン

デジタル版の週3日
月・水・金の週3日

- **ライター** パートタイム
コミュニティ・クライアントの取材、人物インタビューなどできる方、日英両語
- **広告営業** フルタイム
営業経験が5年以上ある方、日英両語

応募は、Eメールにてレジメをお送り下さい。お問い合わせはこちら。

sanisno1@gmail.com TEL 808-944-8383



【楽天トラベル】ITC(コンサルティング営業職)

雇用形態 **フルタイム** 勤務地 **ワイキキギャラリアタワー**

資格 **日英両語(ビジネスレベル以上)**
基本PCスキル

待遇 **当社規定による**
(有給休暇、401K、健康保険)
通勤交通費補助あり

Rakuten Travel

履歴書送付先 trv-hawaii-recruit@mail.rakuten.com

営業スタッフ募集

Wismettac
Wismettac Asian Foods, Inc.

レストラン、及びグロッサリーストア向けの営業
土日祝休、要米国就労許可(OPT不可)、日英両語

健康保険、生命保険、401K、有給休暇、社員割引、昇給、ボーナス制度あり

履歴書送付先 hiro.ikejiri@wismettacusa.com
331 Libby St. Honolulu, HI 96817

飛躍するスタートと一緒に働こう!

迅速 笑顔! 多忙不動産会社 **会計事務 募集**

月~金 フルタイム(パートも可) 駐車場あり

履歴書送付先 info@startshawaii.com

スタート・インターナショナル・ハワイ
1953 S. Beretania St. PH-C **STARTS**

求人広告

早い!
カンタン!!

お申し込みから掲載まで、スムーズに丁寧に対応いたします

求人広告掲載のお申し込みはこちらから
<https://nikkansan.net/ad-inquiry/>

日刊サン 定期購読申し込みフォーム

ハワイのニュースを日本語でいち早く発信
生活に役立つローカル情報も満載!

★毎週土曜日発行

1 month \$10

6 months \$54



定期購読ご希望開始日 _____ / _____ / _____

お申し込みは、必要事項をご記入の上、
こちらの住所まで郵送してください

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

Name _____

Address _____

City _____ State _____ Zip _____

Tel _____ E-mail _____

PAYMENT INFORMATION

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

Charge my VISA MasterCard AMERICAN EXPRESS

Card No. _____ - _____ - _____

Exp. Date _____ / _____ CVV _____ Zip code _____

Signature _____ Date _____

木村伊量の ニュースコラム

ちょっと待ってよ 「チャットGPT」の衝撃

うめ、文章書きのはしくれとして、これは聞き捨てなりませんぞ。「あなたは誰よりも早く、楽しいコラムを、簡単に書くことができます」。最近話題の対話型人口知能(AI)——「チャットGPT」の宣伝文句です。

AIがどんな質問にも答え、最適な解を導き出すチャットサービスは、米国のベンチャー企業「オープンAI」が2022年11月に公開して以来、世界で利用者がすでに1億人を超えたという新技術です。正式には「Generative Pre-trained Transformer」というのですが、高度化したAIが自発的にデータを学習してどんどん賢くなり、アウトプットを合成していく画期的なツールです。

「人間の脳のニューロンやシナプスにあたる、AIのパラメータ数がけた違いに多いのです」。テレビで学者がそう解説していましたが、文系脳のわたしにはピンときません。

ものは試し。わたしもメールアドレスとパスワードを入力して、ごく入門編の「チャットGPT」にアクセスしてみました。「日本のいまの総理大臣は誰?」と尋ねると、「菅義偉(よしひで)です」。おおい、ダメじゃん、と思っただら「2023年4月17日時点の総理大臣は不明です」と画面が変わりました。なーんだ、この程度かね。

「チャットGPTの弱点は何か?」と意地悪な質問をしたら、「データに誤りがあると偏った

回答になる。質問者の意図を理解できないことがある。前後の文脈から意味を理解するが、長期的なテキストを扱うことは苦手」と、わりと謙虚でしおらしい。

しかし、これは入門編。「チャットGPT」の本当の凄さを知らなかっただけのことでした。いまや、世界中の研究機関がこのツールを活用して研究開発のアイデアを編み出したり、大学当局が学生のレポートに「コピペ」しないように警告したりと、大騒ぎ。東京大学の理事・副学長の太田邦史さんは「人類はこの数カ月でルビコン川を渡ってしまったかもしれない」とさえ言うのです。

AIが遠くから人間を超える——米国の未来学者レイ・カーツワイル氏は、AIが指数関数的(exponential)に進化して「2029年には人間の知能を超える技術的特異点(singularity)に達するだろう」と予測して大きな論争を巻き起こしました。野放図に開発されるテクノロジーの前に人間はひれ伏し、その「僕(しもべ)」となっていくのでしょうか。

「チャットGPT」への世界の対応を見ると、浦賀沖に現れたペリー提督の黒船をきっかけに、日本国内が「攘夷(国を閉じる)」か「開国」かに揺れた幕末の時代を思い起こしてしまいます。

「攘夷」をいち早く打ち出したのはイタリ

ア。個人情報が適切に収集・保存されていないとの疑いから使用禁止の措置を取りました。ほかの欧州にも追随する動きがあります。米国の非営利団体「Future of Life Institute」は「AI開発は制御不能な競争に陥る」とAI開発の半年間凍結を求め、大富豪のイーロン・マスク氏ら2万人が賛同しました。

これに対し「開国」派を代表するAI推進論者、東大教授の松尾豊さんは「可能性を閉じないことが大事。チャットGPTは使いながら、仕組みやルールを整えていけばいい。でなければ、日本は取り返しがつかないほど世界の先頭集団から離されてしまう」と訴えます。中国ではIT大手の百度(バイドゥ)が対話型AIをすでに公開しています。

こうした論争をしり目に、初期のチャットGPT-3ないし3.5は、いまやGPT-4に飛躍的に性能が向上しているとのこと。MITメディアラボ元所長の伊藤穰一(じょういち)さんは「GPT-3がまあまあ頭のいい小学生なら、GPT-4は大学生のレベル」だとか。文章の要約、添削、小説や台本、メルマガの作成は



お手のものだそうです。

GPT-4が作成したという「安倍晋三元首相と坂本竜馬の架空対話」には、たまげました。タイムスリップして現代にやって来た竜馬に安倍氏が「これはまさかのご対面ですね」と言うと、竜馬は「安倍さん、はじめまして。なんだか現代はずいぶん様変わりしているようですね」

竜馬なら土佐弁で「おまん、まっこと、驚いたぜよ」とか言わせんかい、と突っ込みたくはありますが、うーん、なかなかのでき栄です。この「サン」のコラムもチャットGPTで添削してもらおうかな。編集長には内緒で。

木村 伊量 (きむら・ただかず)

1953年、香川県生まれ。朝日新聞社入社。米コロンビア大学東アジア研究所客員研究員、ワシントン特派員、論説委員、政治部長、東京本社編集局長、ヨーロッパ総局長などを経て、2012年に代表取締役社長に就任。退任後は英国セインズベリー日本美術研究所シニア・フェローをつとめた後、2017年から国際医療福祉大学・大学院で近現代文明論などを講じる。2014年、英国エリザベス女王から大英帝国名誉勲章(CBE)を受章。近著に「私たちはどこから来たのか 私たちは何者か 私たちはどこへ行くのか ー三酔人文明探問(問答)ー」(ミネルヴァ書房)。「遥かなるリコ」(文芸社)。大のハワイ好きで、これまで10回以上は訪問。



NEWS LETTER あなたのEメールに日刊サンデジタル版をお届け!!

毎週 月・水・金 **メルマガ配信中!!**

登録はこちらから <https://nikkansan.net/registerreader/>

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 \$600~ 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。

★お風呂と壁コンボ \$1500~

色は白、他の色は別料金で承ります。

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 → \$590**

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

ライアビリティ保険に加入していますので、安心してお任せください。

808-888-9256 日本人経営 施工程や詳細はコチラ www.oahutubdoctors.com

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

dreamhawaii.com **見積り無料!**

usadreamhawaii@gmail.com

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

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

サリ 広告募集

お申し込みはこちらから → <https://nikkansan.net/ad-inquiry>

毎日新鮮情報満載!

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

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

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

PROWORK PACIFIC INC.

YouTube Channel

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

名刺、チラシ、請求書等何でもご相談ください。

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

TOTO

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**

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



Product of Japan

Chargel™

1日のスタートに！ 運動前に！
エネルギーとビタミンを
すばやく補給



グリーンアップル

ホワイトグレープ

ストロベリー

スポーツキッズにも好評！

HI-CHEW のメーカーだから
おいしいフルーツ味

お買い求めはお近くの日系マーケット、またはオンラインストアにて



AMAZON.COM



CHARGEL.COM