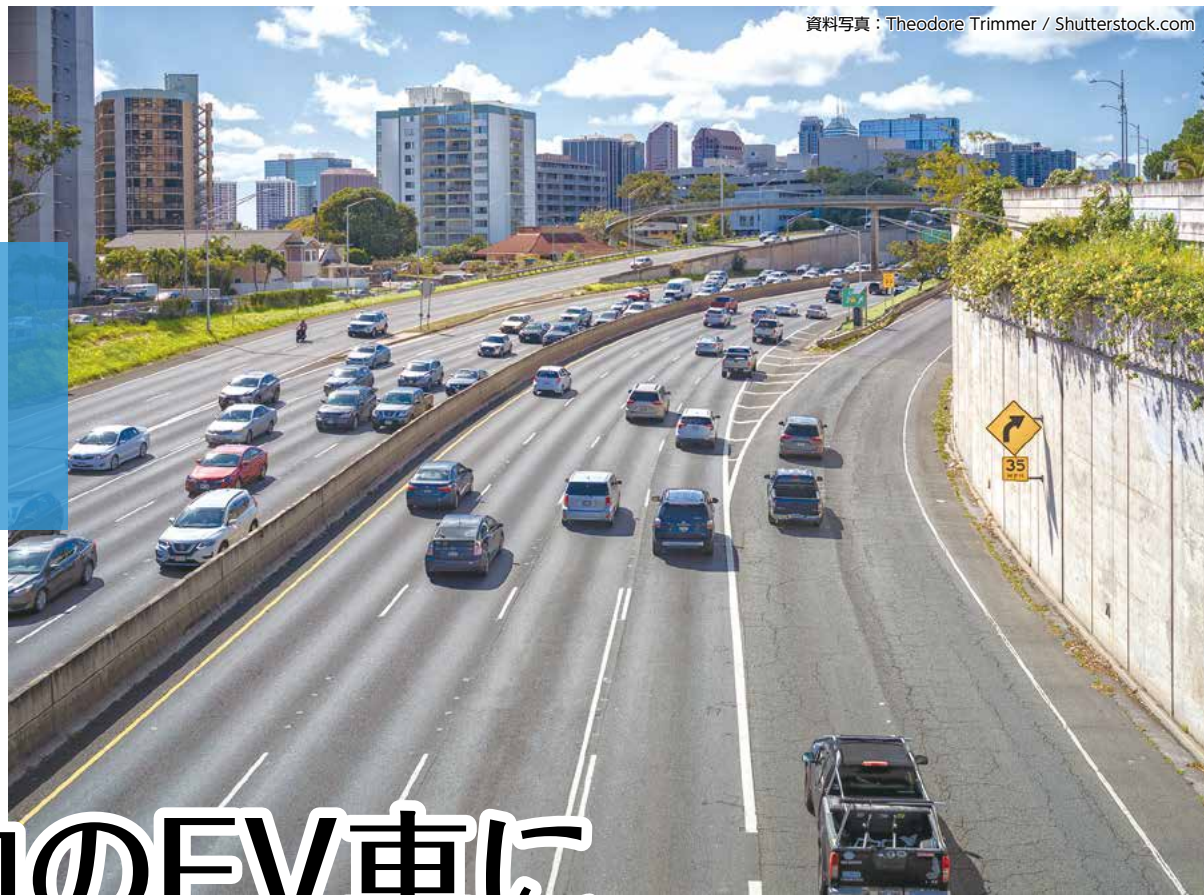


日本からの到着人数
週間合計人数(7月7日~7月13日)
18157人
提供: STATE OF HAWAII VISITOR INFORMATION PROGRAM

2023
JULY **15**
SATURDAY

マーケット情報 (7月13日)
日経平均 32,419.33 +475.40
NYダウ 34,391.23 +43.80
ドル/円 138.03 (7月13日 午後6:32 UTC)



資料写真: Theodore Trimmer / Shutterstock.com

増加傾向のEV車に 道路使用料の導入を検討

給油の際、ドライバーはガソリン税を支払っており、その税収は道路のメンテナンス等に充てられているが、しかし最近のハワイでは電気自動車(EV)が増え、税収が減少していることが問題となっている。

ハワイ・ニュース・ナウの報道によると、12日(火)、マウイ郡議会議員(Maui County Councilmembers)は、郡レベルでも実施可能な新しい州税「道路使用料(road usage charge:RUC)」について話し合ったという。

RUCとは、運転者が使用した燃料のガロン数ではなく、走行距離に対して課金されるものだ。RUCプロジェクトのプロジェクト・マ

ネージャーであるミンディ・キムラ氏によると、現在RUCプログラムが実施されているのはオレゴン州、ユタ州、バージニア州の3州。グリーン州知事は最近、ハワイを4番目の州にするための法案に署名したばかりだ。

キムラ氏によると、ハワイのRUC(HiRUC)は1マイルあたり0.008ドルで、年間50ドルを上限とする予定だという。「RUCの考え方は、ドライバーは純粋に走行距離に従った道路使用料を支払うことになるため、ドライバーの車種のみに基づいて支払いが行われる既存のシステムと比べて、より公平に支払いが行われるというものだ」
【2面へつづく】

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

NIKKANSAN

20th 日刊サン

日刊サン 定期購読
お申込みは
こちら

毎週土曜は 日刊サン週末版
印刷版発行中 (デジタル版は毎週月・水・金に公開)

広告募集中
お申し込みは
こちらから

20 Nikkan San Hawaii Since 2003
おかげさまで20周年

日本語でフルサービスの
インテリアデザイン会社
DAIZU Hawaii
808-260-3456 Email tomii@daizuinc.com Website www.Daizuhawaii.com
日本在住のオーナー様も、Zoom等で
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
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 ・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!!
見積依頼
ご相談
TEL: 808-800-7980 日本語・ENG
Email: 808betterhome@gmail.com
ロコミ信頼18年
小さな仕事でも喜んで!
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 アライアンス パーソナル 随時更新中!
お探しの皆様 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

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

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

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/>

【トップニュース: 増加傾向のEV車に道路使用料の導入を検討 — 1面からのつづき】

マウイ郡議会議員の意見は全体的にこのプロジェクトを支持するものだった。エバン・ダスト氏は、「強力に推進することを断固として勧める。ガソリン税よりもずっと良い解決策だ」と述べている。

州運輸局(HDOT)のエド・スニフェン局長は、これは最初のステップのひとつだとし、「連邦政府も道路使用料について動き出すだろうが、最悪なのは、我々が彼らに遅れをとることだ」と述べている。

問題は税の徴収方法だ。キムラ氏によると、州は毎年の安全検査で走行距離を監視する予定だが、「年に一度の安全検査で自己申告に頼ることになる上に、多くの方は検査を受けていない。確実に支払ってもらう方法を考えなければならない」と述べている。

HDOTのコンサルタントである「CDMスミス」社のシニアプロジェクトマネージャーのジン・ジン・フェルナンデス氏は、まだ詳細を検討中だと

語った。「車両安全検査ステッカーが無効であったり、期限切れであったり、車両登録が期限切れであったりすると、警告が出される。だから、取り締まりは少し違って来る」

HiRUCに関する詳細はこちら。
<https://mauicounty.legistar.com/View.ashx?M=F&ID=12153521&GUID=37D632E4-8B31-4523-98F4-D43AB4505F97>



イベント情報

7月6日(木)~30日(金)

ホノルル・サーフフィルム・フェスティバル2023
3年ぶりに対面式で開催されるホノルル美術館主催のサーフィン映画祭。過去の話作から最新作まで、ドリス・デューク・シアターで数々の作品が上映される。
<https://honoluluuseum.org/theatre/honolulu-surf-film-festival-2023/>

7月6日(木)~8月3日(木)

スクリーン・オン・ザ・グリーン
午後7時~9時半
上記期間中の毎週木曜日にワイメア渓谷で開催される無料の野外シアター。同時開催のハレイワファーマーズマーケットでフードを購入することもできる。
www.waimeavalley.net/screen-on-the-green

7月10日(月)~15日(土)

ワイキキ・スチールギター・ウィーク
ロイヤル・ハワイアン・センターのロイヤルグローブで、ハワイを代表するスチールギターアーティスト達がパフォーマンスを繰り広げる。14~15日にはフェスティバルも開催。
www.waikikisteelguitarweek.com

7月15日(土)

第46回プリンスロット・フラフェスティバル
午前9時~午後4時
ハワイの非競技フラフェスティバルの中では最大規模。ホノルル市庁舎の広場に於て4年ぶりに対面式で開催される。クラフトフェア、カルチャー実演、ローカルフードの販売もあり。
www.moanalugardensfoundation.org/prince-lot

バーに過剰摂取特効薬を義務付け オアフ

ホノルル市は、アルコールを提供する約850のバー、ナイトクラブ、レストランに対し、オピオイド関連の過剰摂取に対処するためのナロキソン点鼻薬の常備を義務付けることが決定したとホノルル・スター・アドバイザーが報じている。

ホノルル市議会は12日(水)、来年1月1日に施行される予定の法案28の第3回最終読会を行い、7対0で可決した。なお、アンドリア・トゥポラ議員とラディアント・コルデロ議員は欠席した。

タイラー・ドス・サントス=タム議員が3月に提出したこの法案は、この種の法案としては国内初となる。米国食品医薬品局(FDA)がオピオイド特効薬のナロキソンの商品名であるナルカン(Narcan)を店頭販売することを初めて承認したのはその4カ月前のことだ。

これを受け、リック・ブランジャルディ市長は22日(土)までに法案に署名する必要がある。市長は12日(水)午後1時に発表した声明で、今回の法案可決は重要なマイルストーンであると

し、「フェンタニルが私たちの街に及ぼす危険な影響は、いくら強調してもしすぎることはない。過剰摂取による死亡者が驚くほど増加しているのを目の当たりにしており、医療制度や第一応答者に与える深刻な負担は特に大きい。この法案にできるだけ早く署名することを楽しみにしている」と述べている。

影響を受ける企業がナロキソンを入手するのを支援するため、ホノルル市種類委員会(HLC)は、すべての酒類販売免許取得者に無料の「スターター用量」を提供することに同意した。ドス・サントス=タム議員は、現在から1月1日の実施までの間に、「我々はこの件に関して先手を打つことができ、また、オピオイド合意金を使って、バーやナイトクラブのオーナーが無料でこれを手にすることができるよう支援することが可能だ」と語った。

また、今回の法案28の可決によって、州保健局(DOH)が非営利団体「ハワイ・ヘルス&ハームリダクション・センター」(H3RC)と提携し、ハワ

イの全住民にナルカンを無料で提供することも決まった。

同局はまた、ハワイの各郡のすべての酒類販売免許取得者に2回分のナルカンを提供することに合意している。

DOHは、2017年8月から2018年8月までの州内のオピオイド過剰摂取による死亡者数を59人と報告している。

2020年までにその数は274人に急増し、364%の増加となっている。

なお、鼻腔スプレーのナルカンの使用は一般的に安全であると考えられており、現在ホノルル消防署員、救急隊員、HPD警官が使用している。また、オピオイドの過剰摂取ではない意識のない人に誤ってナルカンを投与したとしても、危険な副作用や健康上のリスクはないとされている。



Hanson L / Shutterstock.com

保険適応! 旅行保険、HMSA、UHA、Medicare、自動車保険、労災保険もOK
医師の診断の元、米国学院を修了した理学療法士が日本語で治療を行うので安心です
肩こりや腰痛、ひざの痛み、めまいなど日本語のセラピスト(男女)が対応
井元洋平 PT. DPT
Imoto Physical Therapy ☎808-304-6676
日本語でどうぞ
シェラトンプリンセスカイウラニ「ドクターズ・オブ・ワイキキ」のクリニック内 *1時間無料パークングあり

REIWA FINANCIAL INSURANCE - INVESTMENTS - INCOME INNOVATE WITH REIWA
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?
808-268-1613 日英両語対応
reiwafinancial.com
ksoga@reiwafinancial.com
10885 NE 4th St. Ste. 1400 Bellevue WA 98004
ご相談は無料です

NEWS LETTER 日刊サンニュースレター
配信 登録はこちらから

日本人医師なら ワイキキ緊急医療 クリニック総合科
ワイキキでドクターが必要になったら... 日本人医師の主治医をお探しになっている方...
最新設備の整った衛生的なクリニックで皆様のあらゆるニーズにお応え致します。
●まだコロナ検査も行ってあります
●海外旅行保険取扱指定医院
●ローカル保険HMSA (PPO, 65c+プラン), HMAA, UHA, その他が使えます
●保険のない方、既往病のある方は、国・社保険の申請書類のお手伝いいたします
診療時間
月~金 9am~5pm
日 9am~12pm(正午)
土、祝日: 休診
予約を受け付けています。お電話でご予約下さい
808-924-3399
2155 Kalakaua Ave. Suite #308 場所はバンク・オブ・ハワイ ワイキキセンター3階308号室

ハワイで開業36年! 信頼と実績が自慢です 山田歯科医院 一般歯科・審美歯科 インプラント治療
☎808-955-2439 輝く笑顔に!
急な痛みにも... 初めての方もお気軽にどうぞ! ハワイ州、カリフォルニア州歯科医師免許
取り扱い保険多数 HDS, HMSA, HMAA, 他
アラモアナ近くで通院に便利! Best Dentists
パンナムビル1319号室 1600 Kapiolani Blvd 1人を選ばれました!

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.

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 \$58 1時間
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 odaohanchiropractic.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

ハワイの公立学校 暴力防止対策の遅れ



ハワイの公立学校は、校内での銃乱射事件を防ぐための生徒の監視に関して著しく遅れていることがわかった。

専門家によると、州の公立校および公立チャータースクール295校のうち、国のベストプラクティスに合致した「行動介入脅威評価チーム」(BITAT)を運営しているのは1校だけだという。

ホノルル・スター・アドバイザーの取材によると、ハワイの暴力防止イニシアチブ「スレットチーム・ハワイ」のベブ・バリガッド委員長は、このようなチームがあるのは、今のところ州教育局ではカポレイ中学校だけだと語っている。「この件に関して最前線にいるのは、銃乱射事件や集団暴力を経験した州だ。そこでは実際に子どもの生命が奪われている。ハワイではまだこのような事態に遭遇してい

ないが、その時は迫っている」同氏は、全米を狙った悲惨な集団暴力の波が再びハワイを襲うのは「もし」ではなく、「いつ」の問題だと考えているという。

行動介入脅威評価チームとは、脅威となる可能性のある人物を特定し、暴力事件が起こる前に効果的な解決策を提供する、科学に基づいた実証済みのシステムに従うよう正式に訓練されたチームのことだ。バリガッド氏は、学校が安全委員会を設置したり、ロックダウン訓練を実施したりするだけでは不十分だと主張する。

「Safer Schools Together」の創設者であり、社長兼CEOであるテレサ・キャンベル氏は、ハワイ州議会が学校での標的型暴力を防止するための認証BITATシステムを特に義務付けていないことに失望していると述べた。「アクティブシューター訓練

は今でも非常に重要だ。しかし、学校の安全全般に対して、予防に重点を置いた包括的なアプローチが本当に必要なのだ」

標的型暴力の加害者のほとんどは、事前に何らかの形でその意図を「漏らして」おり、生徒の暴力脅迫の90%はネット上に投稿されているとキャンベル氏は言う。「無意識であれ意識的であれ、それは助けを求める叫びであることに変わりはない。それを特定できれば、暴力に発展する前に介入する時間ができる」

ハワイで最後に銃乱射事件が起きたのは1999年で、ホノルルのゼロックス社オフィスで不満を持った従業員バイラン・ウエスギが発砲し、7人が死亡、1人が負傷した。

イベント情報

7月15日(土)

HSO - ウーメン・ロック
午前7時半～9時半
\$15～\$75
ワイキキシェルで開催されるハワイ交響楽団の野外コンサート。パワフルな女性ロッカーやシンガーソングライターがオーケストラとコラボレーション。
www.myhso.org

7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、ベイクドグッズ、アパレルなど、ユニークなアイテムが並ぶ。
www.islandcraftfairs.org/oahu

7月16日(日)

ホノルル美術館ファミリーサンデー
午前10時～午後2時(美術館は6時まで)
バンク・オブ・ハワイ提供のもと、毎月第3日曜日に開催されるホノルル美術館のファミリーイベント。子ども向けのアクティビティが盛りだくさん。カマアイナは入場無料。
<https://honolulu.museum.org/family-sunday/>

ケイキ・コンサートシリーズ「ピーターと狼」
午前10時半～11時15分 / 午前11時45分～12時半
ホノルル動物園の入園料のみ
ホノルル動物園を舞台に、ハワイ交響楽団が子どものための音楽作品交響的物語「ピーターと狼」の公演を行う。
www.honolulu.zoo.org/visit-honolulu-zoo/peter-and-the-wolf-concerts/

ビアパブがゴキブリとネズミ被害で一時閉鎖 マウイ

州保健局(DOH)は、12日(火)の検査で複数の違反が見つかったことを理由に、マウイ島ラハイナにある地ビールパブ「マウイ・ブリューイング・カンパニー」を閉鎖したとハワイ・ニュース・ナウが報じている。

DOHの捜査官によると、食材や調

理場、冷蔵庫の中から、ゴキブリの糞と生体が確認されたという。また、鼠からは2匹のネズミの死骸も発見された。それに加えて、害虫が入り込む穴や開口部、油や食べかすの蓄積、害虫を引き寄せる雑然とした環境、キッチンの手洗いシンクに石鹸と

ペーパータオルが不足していることなどが指摘された。

同局は、レストラン再開の許可には、害虫を根絶し、これらの他の問題の修正が必要だとしている。再検査は13日(水)に行われる予定となっている。

福岡、湯布院&釜山パッケージ

\$1499~

含まれるもの

福岡3泊、釜山3泊、湯布院1泊
ビートルフェリー往復
ゆふいんの森号往復
毎朝食、夕食1回

格安航空券のお問い合わせは下記まで

✉ hnl02@jtbusa.com
www.jtbusa.com/honolulu

808.979.0111

日英バイリンガル
ホノルルオフィススタッフ募集中

*お値段は2名1室利用1名様にて空き状況により変動致します。

営業時間：月～金 9am～5pm

日刊サンの
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

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!

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)

日刊サニ

毎週土曜日
印刷版発行中

引越し後と売却前に、
ハウスクリーニング
& カーペットクリーニング 致します

丁寧に

不動産各社からも絶大な
信頼を得ています!

220-7205

Uビーター多数 日本語 OK! MABOまで

広告募集

お申し込みは
こちらから →

nikkansan.net/ad-inquiry/

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

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

PACIFICAIRCARGO.COM

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

808-834-7977

Next Day Service
VIP Pet Service
Oversize Items

cameronbrooksart.com

WEEKLY HAWAII NEWS

ウィークリーハワイニュース
7.7 ~ 7.12 2023



イオラニ宮殿の人気ツアーが日本語に対応

イオラニ宮殿で行われているガイド付きツアー「ハワイと日本のロイヤル・コネクション」が、好評を受けて、日本語でも行われることになったとKHON2が伝えている。

このツアーでは、ハワイ王国と日本との関係や、1881年にカラカウア王が当時の米国を訪れた際の旅路について、知識豊富なドーセント(ガイド)の解説を聞きながら、宮殿内を見学することができる。また、立入禁止区域に入り、展示物や資料を間近で見

ることもでき、参加者は特別な記念品を受け取ることができる。

「フレンズ・オブ・イオラニ・パレス」のエグゼクティブ・ディレクター、ポーラ・アカナ氏は、「私たちは、イオラニ宮殿の歴史と遺産を世界と共有する方法を改善するため、常にサービスの拡充に努めており、このユニークなツアーを日本語で提供できることを誇りに思う。ここに訪れる多くの日本人来場者に対応できるようになる」と述べている。

「ハワイと日本のロイヤル・コネクション」の日本語ドーセント・ツアーは、毎週水曜日の午後1時15分から開催される。

参加するには、72時間前までにEメール(reservations@iolanipalace.org)または電話(808-522-0832)で申し込みを。

ツアー料金は大人77.95ドル、5歳から12歳までの子ども51.95ドル。

日刊サン 2023.7.7配信

オアフ島の人気ビーチで違法パーティー頻発

オアフ島東海岸のカイヴィ・コーストでは、頻発する違法パーティーの問題を受けて、より厳しいルールと規制を敷くべく、州立公園にする計画が出ているとハワイ・ニュース・ナウが報じている。

新型コロナが大流行した2021年には、「アラン・デイヴィス・ビーチ」として知られるこの人里離れたビーチで違法なパーティーが開かれ、300人以上が集まり、ハワイ州土地自然資源局(DLNR)によって4人が検挙された。このビーチへ向かう小路の入り口はマカプウの駐車場にあり、そこにはルールを記した州の標識が設置さ

れている。規則にはキャンプ、アルコール、焚き火の禁止が含まれている。この入り口からビーチまでは徒歩10分ほどだ。

2021年にDLNRに大規模なパーティーの通報をした数人のうちの1人、カプア・メデイロスさんは、「ここは道路から見えないところにあるため、人々は何をやっても許されると感じている」と語っている。

当ビーチは、DLNR州公園課の管轄で、州の海岸線とみなされる340エーカーの地域にあるが、正式な州立公園ではない。

クリス・リー州上院議員は、最近こ

のビーチを公式の州立公園に指定するよう求める法案に署名した。この提案は自然資源委員会の承認を得る必要があるが、承認されれば、2024年に施行される。DLNRは、この変更によってこの地域がより法的に保護されることになるとしている。リー氏は、新法には将来カイヴィ・コーストを保護するための記述もあると言う。

同氏は、このような保護を法律で定めている州立公園は他にはほとんどなく、非常にユニークであるとし、「この土地は、ありのままの姿を維持するために、非常に具体的な方法で保護されなければならない」と述べて

イベント情報

7月20日(木)、8月10日(木)

ケ・カニ・オ・ケ・カイ2023
5時半~9時半(午後7時開演)
1公演 \$55(3公演で\$140)
海に面したワイキキ水族館の野外スペースで行われる、夏の人気コンサートシリーズ。
ハワイのトップアーティストの演奏やフラパフォーマンスが鑑賞できる。
フード屋台もあり。
www.eventbrite.com/e/ke-kani-o-ke-kai-july-20-concert-tickets-598057946417

7月21日(金)~22日(土)

キミエ・ミラー
午後6時半~/9時~
\$38~\$48
グラミー賞やナホクハノハノアワードなど数々の賞を受賞しているハワイを代表する女性アーティスト、キミエ・ミラーのコンサート。
ブルーノートハワイで開催。
www.bluenotejazz.com/hawaii/

7月23日(日)

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118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・ウクレレ・フェスティバル
午前10時~午後5時
カピオラニ公園のステージで行われるウクレレのライブ演奏をはじめ、クラフトグッズの販売やバラエティ豊かなフードコート、キッズコーナーなど。内容盛りだくさん。
<https://hawaiiukulelefestival.com/>

いる。

過去30年にわたり、この地域の管理を手伝ってきたリース・リゲット氏は、「ここは長い間パーティーの場所となっており、この地域を守るために接触戦を続けてきた」と述べ、地域保全の必要性を訴えた。

日刊サン 2023.7.10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

エクストラヘルプとは?

エクストラヘルプとは、メディケアの特別支援のことです。メディケアに加入している人は誰でもメディケアの処方箋のヘルプを申請することができます。収入と資産の制限がありますが、追加の援助を受けられる場合があります。

特に、ブランドの高い薬を必要としている方にとってはかなり節約することができ、年間にして\$5,300の価値があります。

- 月保険料が安くなる、あるいは支払いを免除しても

らえる

- 年間免責金額が安くなる、あるいは免除してもらえ
- カバレッジギャップが無くなる
- 年間を通して薬代が安くなる

エクストラヘルプ申請に多くの方が該当しますが、このような大きな節約ができるのを知らないで見逃しているケースが多いようです。

【2023年の所得と資産の制限】

	独身	既婚
月収	\$1,660~\$1,843	\$2,239~\$2,485
資産	\$10,590~\$16,660	\$16,630~\$33,240

資格を得るには申請をしてください

メディケアへのエクストラヘルプの申請書を下記のいずれかの方法で提出する必要があります。

- 処方箋薬のヘルプ申請書(FORM SSA-1020)
- 電話にて申込用紙を依頼(1-800-772-1213)

- オンラインでの申し込みは www.ssa.gov/extrahelp
- ソーシャルセキュリティの事務所へ行って申請する。

【「資産」にあたるもの】

- 不動産(主な住居以外)
- 当座預金、普通預金などの銀行口座、預金証書
- 株式
- 米国貯蓄債券を含む債券
- ミューチュアルファンド
- 個人退職口座 (IRA)

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
7.7 ~ 7.12 2023



ルービックキューブ ハワイでブーム再燃

かつて1970年代から80年代にかけてブームとなり、どの家庭にもあったルービックキューブだが、近年猛烈な勢いで復活を遂げており、ハワイのキューバーと呼ばれる競技者たちが活躍を見せているとホノルル・スター・アドバタイザーが伝えている。

以前と違うのは、キューブを5秒、あるいはそれ以下で解く「スピードキュービング」が主流となっていることだ。スピードキューバーたちは、ア

ルゴリズムと呼ばれるさまざまな動きを計算しながらキューブを回転させていく。

ハワイ島に住む16歳のマティ・ヒロト・イナバさんは、世界トップクラスのキューバーの一人で、大会では10数回5秒を切るスコアを出し、世界中の62の大会で優勝している。彼は、昨年9月にワイキキで開催されたホノルル・キューブオフ大会で、約50人の地元の若者たち(そのほとんどが

大会初出場者)とともに参加し、優勝した。プナホウ・スクールに通う13歳のトラビス・デュマランさんは、競技キューバーの姿勢を象徴している。彼のベスト競技タイムは現在約9秒で、3つの公式大会に参加し、2つのトップ3入賞を果たしている。

現在使用されているキューブは、親世代が慣れ親しんだものとは少々異なり、中に磁石が入っており、よりなめらかに、より速く動くように技術的

イベント情報

■盆ダンス&フェスティバル■

7月14日(金)~15日(土)

●ワヒアワ曹洞宗龍泉寺
午後7時~10時
164 California Ave.,
Wahiawā

●真宗教会(ホノルル)
午後5時半~10時半
フード屋台や太鼓演奏もあり。
1631 S. Beretania St.
Honolulu
<http://shinshukyokai.org/>

7月21日(金)~22日(土)

ハレイワ浄土院
午後7時~10時
66-279A Haleiwa Rd.
Haleiwa

改良が加えられている。

ハワイではルービックキューブの大会やイベント、選手同士の交流などが盛んに行われている。詳しくは、ハワイ・キュービング・コミュニティのウェブサイトで。

www.hawaiicubingcommunity.org/

日刊サン 2023.7.10配信

ロス・ドレス、未登録の消毒剤を販売し罰金

米国環境保護局(EPA)は、オアフ島の店舗を含む場所で6種類の未登録の消毒剤を販売したとして、「ロス・ストアーズ」社に5万5000ドルの罰金を科したとホノルル・スター・アドバタイザーが報じている。

EPAによると、これらの違反は2021年2月3日にアイエアにある「ロス・ドレス・フォー・レス」店と、3月9日にカリフォルニア州コンコードにある別の店舗を検査したことに起因する。ハワイ州農務局はハワイのロス店舗の検査を行った。

ロス・ストアーズ社が販売した6つの未登録製品は以下の通り。

・CIFパワー&シャイン マルチパーパスワイプ(オーシャンフレッシュ)CIF Power & Shine Multi-Purpose

Wipes (Ocean Fresh)

・CIFパワー&シャイン マルチパーパスワイプ(シトラスフレッシュ)CIF Power & Shine Multi-Purpose Wipes (Citrus Fresh)

・ドメストス・プロフェッショナル・ディスインフェクティング・サーフェス・ワイプDomestos Professional Disinfecting Surface Wipes

・CIFマルチパーパス・ディスインフェクタント・スプレーCIF Multi-Purpose Disinfectant Spray

・ドメストス・マルチパーパス・ディスインフェクタント・スプレーDomestos Multi-Purpose Disinfectant Spray

・アヴァランチ・アンチマイクロビアル・テンパード・ガラス(iPhoneスクリー

ン保護シート)An iPhone screen protector marketed as Avalanche Antimicrobial Tempered Glass

EPAによると、これらのワイプやスプレー製品は「99.9%のバクテリア(細菌)除去」を、iPhoneのスクリーン保護シートは「抗菌」を謳っていた。しかし、カリフォルニアに本社を置くロス・ストアーズ社は、連邦殺虫殺菌殺鼠剤法(FIFRA)で義務付けられているEPAへの製品登録を行っていなかった。

「殺菌、消毒、除菌」といった言葉を製品のラベルに使用する前に、EPAはそのような主張を裏付けるデータの提出を企業に求めている。EPAは、「効果のない製品の消毒に頼ってい

る消費者は、細菌やウイルスにさらされるリスクが高まる可能性があるため」だと述べている。

さらに連邦法では、細菌やウイルスを殺す、破壊する、予防する、撃退すると主張する製品は殺菌剤とみなされ、米国内で流通・販売されるそのような製品はすべてEPAの登録を受けなければならないとしている。

EPA太平洋南西部局長のマーサ・グスマン氏はニュースリリースの中で、「すべてのアメリカ人が、購入した消毒剤が安全で効果的であると信頼できることは極めて重要で、今回の決着は、消費者と公衆衛生を守る法律を施行するというEPAの取り組みの証だ」と述べている。

日刊サン 2023.7.7配信

コラム

Column



女性の方が男性よりも、寿命が長い!?
その理由

皆さん1度は、日本が長寿大国であると言う事は聞いたことがあるでしょう。しかし、女性の方が男性より長生きする理由は、聞いたことがあるでしょうか。この記事では、女性が男性よりも、長生きする理由について、インド医学のアーユルヴェーダの観点からお話ししたいと思います。

WHOの2021年報告書に記された平均寿命を「国別にランキング化」されたものによると、日本は平均寿命が84.3歳で世界一を誇っています。性別では、日本

の女性が86.9歳、日本の男性は81.5歳です。ここで、女性の平均寿命が男性に比べて、約5年長いことにお気づきでしょうか。この期間についてアーユルヴェーダでは、生理の期間分だけ女性が長生きするという考え方をします。

生理について、男性には関係が無いように感じるかもしれませんが、女性にとっては面倒なことかもしれません。しかし女性が経験する生理は、十分に尊重されるべき事柄で、インド医学であるアーユルヴェーダでは、診察時に生理の状況について、お医者さんから問診を受けるほどです。「生理は女性だけが経験できるもっとも美しい人生のサイクルの一つです」という表現があるほど、生理は隠したり、お薬でコントロールするものではなく、十分に尊重されるべきものです。

もともと、生理用の使い捨てナプキンが作られる前のインドでは、生理期間中、女性は、完全に休息を取るべきだと信じられていました。女性は仕事や家事を全て行わず、部屋で休養することが推奨されていたとのこと。この時期は、経血を下に出すエネルギーが強くなり、体内に溜まった過剰な熱や、いらぬものを体外に出

すことに体を集中させてあげる必要があるのです。

もし、生理が不順であったり、PMSや生理痛に悩みがある場合は、休息が必要かもしれません。女性だけが大変な思いをするのではなく、周囲に助けを求めて自分のための時間を作る選択肢が自分にあることを、忘れないでください。

生理は女性にとって、とても重要なサイクルの一つです。デトックス期間と捉えると良いでしょう。家族やパートナーがいる方は、生理期間中はなるべく家事を手伝ってもらったり、自ら刺激を与えるような行動は避けることをお勧めします。また、食事も、生理の期間中は暴飲暴食は避け、温かい食事で体を冷やさないように気をつけてください。生理の有無に限らず、自分にとって必要な休息を必ず取るようにしましょう。

加藤ジェシカ

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

WEEKLY HAWAII NEWS

ウィークリーハワイニュース
7.7 ~ 7.12 2023

ハワイのZ世代の親、スラング語彙が豊富

新しい調査によると、ハワイの親は、スラングに関するボキャブラリーが「slay(イケてる、完璧な、といった意味のスラング)」だということがわかったとハワイ・ニュース・ナウが伝えている。

全米の親3000人を対象に行った調査で、USDictionary.comは、Z世代の親のスラング能力を評価した。その結果、ハワイのZ世代の子を持つ親たちは、「rizz」、「slay」、「busssin」などのスラングを75%知っていたという。

この調査によると、親のスラング習熟度が全米で最も高かったのはアイダホ州で、Z世代のスラングに最も疎いのはバーモント州の親だった。

Z世代のスラングを知っているかどうか、USDictionary.comのテストを受けるにはこちら。

<https://usdictionary.com/research/parental-prose/>

日刊サン 2023.7.7配信



コナビレッジ・リゾート、リニューアルオープン

2011年の大地震による津波被害を受け、長らく閉鎖されていた「コナ・ビレッジ・リゾート」が、7年にわたるゼロからの改装工事を終えて再オープンしたとホノルル・スター・アドバタイザーが伝えている。

カリフォルニアを拠点とする世界的な不動産投資会社、「ケネディ・ウィルソン」が開発したこのリゾートは、今月1日(土)、ローズウッド・リゾートのコナ・ビレッジとしてリニューアルオープンした。

ニューヨークのローズウッドホテルをはじめ、世界18カ国に31のラグジュアリーレジデンス、ホテル、リゾートを展開する「ローズウッドホテル&リゾート」のハワイ初進出となる。

コナ・ビレッジ・リゾートは1965年にハワイ島コナ・コーストの81エーカーの敷地に建設された象徴的なリゾートだった。2011年に日本沖で発生したマグニチュード9.0の地震による津波でガス、水道、電気、廃水ラインが破損し、当時125棟あったバンガローのうち約20棟、レストラン2軒、メインオフィス、オーシャン・アクティビティ・センターなどが被害を受けた。

当時のオーナーであった「コナ・ビレッジ・インベスターズLLC」は、コン

ピューター界の大物マイケル・デル氏と投資管理会社「ロックポイント・グループLLC」の関連会社だ。同社は再建を誓ったが、金銭的な問題で最終的に「ケネディ・ウィルソン」がリゾートを引き継いだ。地主であるカメハメハ・スクールズとケネディ・ウィルソンは、2016年に地上権に関する最終合意に達し、修理と改修工事の再開への道が開かれた。

ケネディ・ウィルソンの会長兼CEOであるウィリアム・マクモロー氏は、6月28日(水)に行われたリゾート再開のブッシングの後、ホノルル・スター・アドバタイザー紙の独占インタビューに応じ、開発の焦点は、リゾートの文化的歴史と自然の美しさを強調する「ライト・オン・ザ・ランド」アプローチであると語った。

同氏はまた、開発における50%のパートナーはローレン・パウエル・ジョブズ氏であり、地域社会との関わりから開発、運営に至るまで、すべての重要な決定は密接に連携したパートナーシップの賜物であると付け加えた。

パウエル・ジョブズ氏と彼女の亡き夫でハイテク業界の先見者であるステーブ・ジョブズ氏とその家族は、マクモロー氏と彼の家族と同様に、津

波で閉鎖される前のコナ・ビレッジに長年滞在していた。

ローズウッドのハワイ初となるこのリゾートは、元の施設よりも25棟多い150棟の独立したゲストハウスがある。わずかな拡張をしながらも、オリジナルの間取りの多くを活かした構造で、過去に漁村だった歴史をオマージュした、レトロなハワイアナの雰囲気を持つリゾートとして生まれ変わった。

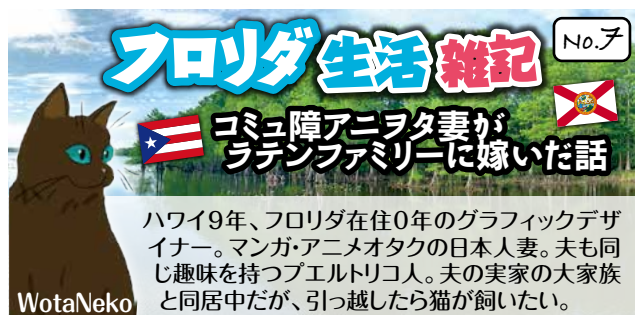
1泊2000ドルからの同リゾートは、Wi-Fiを完備し、携帯電話の使用は禁止しないものの、テレビはリクエスト制となっている。大規模な太陽光発電所によって100%再生可能エネルギーで電力を供給し、逆浸透膜と廃水処理プラントも自前で運営している。

敷地内には、ジャクソン夫妻のスクーター船を改装したオリジナルの「シップレック・バー」や「トーク・ストーリー・バー」といったダイニングがある。その他、屋外レクリエーション・プログラムや、フィットネスセンター、テニスコート、複数のスイミングプールも完備。地域や学校のグループを受け入れる文化センターも建設が進んでいる。

日刊サン 2023.7.11配信

コラム

Column



ハワイ9年、フロリダ在住0年のグラフィックデザイナー。マンガ・アニメオタクの日本人妻。夫も同じ趣味を持つペルトリコ人。夫の実家の大家族と同居中だが、引っ越したら猫が飼いたい。

我が家のワンコたち

現在居候させてもらっている夫の実家には、義母が飼っている犬が3匹います。種類はたぶんミックスで大型の狩猟犬のヴァンダル(オス)、アラスカンハスキーのアスピン(メス)、そして種類はよくわからないけどちょっとマルチーズに似た見た目の小型犬クローイー(メス)が仲良く暮らしています。仲良くと言っても、この3人(あえて3人と呼ぶ)は、お互いが全く干渉し合わないし、喧嘩もしない、我が道をゆくタイプ。犬種も全く違いますが、こんなにも性格が違うのかというほど、三者三様です。

まずは大型犬のヴァンダル。名前の意味「略奪・蛮行」からして、子犬の頃はきっと相当ないたずら子だったのかと想像しますが、コイツは本当にマイペースでイージーゴーイング。ごはんの時間になっても催促しないし、ごはんの準備をしても、他の犬は待ちきれずに興奮している中で、さながら「くれるならもうけど(←本

当はめちゃうちゃ嬉しい)」と、無関心を装いつつも遠くから嬉しさを隠せずソワソワ。でも庭に放しているときは、狩猟本能からか、よくネズミなどの小動物を狩ってしまっている様子。普段はのんびりだけど実はアグレッシブなヴァンダルです。

つづいて、アラスカンハスキー(犬種ではなく犬ぞり用に交配された、まあいわゆる雑種)のアスピン。ハスキーの血筋からか青い目をしています。ハスキーと言えば人懐っこいイメージですが、アスピンの場合は人懐っこいを乗り越えて、もはやスターカー。我が家には母屋のキッチンからそのまま続く、第二のリビングのような(パティオのような?)部屋があり、その部屋が犬たちの部屋になっているのですが、その部屋に用があって行くと、「かまって!かまって!なんかくれ!なんかくれ!」と、人の後をついてまわるのがアスピンです。

犬の部屋のドアはガラスばりになっていて、キッチンに誰かがいると、アスピンはドア越しからお得意の上目遣いで、ジツリとこちらを見つめてきます。いやほんと、そのジツ目やめいっ!!「へえ~その美味しそうなおもアタシにはくれないんだ…」とでも言っているような、「嫉妬の演技」がお見事で、綺麗な青い目で見つめてこちらの罪悪感をくすぐります。そんな大女優アスピンに、私は「主演女優賞」というニックネームを授けました。



アスピンの十八番「必殺・上目遣い」

そして、小型犬のクローイー。ちょっと臆病だけど、慣れればとても人懐っこい可愛いヤツです。でも最初は、私とクローイーには少し距離がありました。1年前に私がここを訪れた時には、実はもう1匹小型犬がいました。その子の名前はギズモ。残念ながら去年死んでしまったそうなのですが、まだギズモが生きていた1年前、ギズモとクローイーは、私と初めて出会った瞬間、めっちゃ吠える吠える、いやもう噛み付く勢い、いやちょっと噛んだ?(服の裾を)。そのときは短い滞在だったので、手懐けて仲良くなる時間もなく、さよならしました。

そういう経緯もあったので、今年クローイーに会ったとき、また吠えられるのかなあ…と心配していたら、吠えることもなく逆に距離を取られました(汗)。ギズモがいなくなってしまったので、一緒に吠えてくれる人がいなくて、臆病になっていたのでしょうか!ところが、ヴァンダルやアスピンは、会っていきなり私に対して「大好き」アピールしているのを目の当たりにしたクローイーは、「あ、大丈夫な人なんだ!」と気づいたらしく、手のひらを返したように、まるで催眠術から覚めたように、さっきまでビビって距離を取っていたくせに、一瞬でスイッチを切り替え、私に飛びついて顔を舐める勢い。なんという変わり身の早さよ、クローイー。初対面の時、ちょっと噛んだのも忘れて、まわりの意見に流されて「大好き攻撃」を開始した、とても可愛いクローイーです。

猫派の私ですが、個性的なワンコたちに日々癒されています。

WEEKLY HAWAII NEWS

ウィークリーハワイニュース
7.7 ~ 7.12 2023



ホノルル鉄道の有料乗車人数修正 2倍以上に

7月4日の無料期間終了から5日間、有料でスカイラインに乗車した人数は、当初発表された8127人から1万8329人に急増したとホノルル・スター・アドバイザーが伝えている。ホノルル市交通局(DTS)が発表した最初の数字は、9つのスカイライン・ステーションのいずれかで直接乗車した人数のみを計上したもの。この数字には、最初にザ・バスに乗車し、2時間半の乗り換え時間を利用してスカイラインに乗り継ぎをした利用者や、デイリーパス、ウィークリーパス、マンスリーパスの利用者は含まれていなかった。

これを踏まえた再計算では、実際の有料乗車人数は以下のように増加した。
5日(水):1245人→3276人
6日(木):1290人→3203人
7日(金):1390人→3397人
8日(土):1990人→4141人
9日(日):2212人→4312人
修正された利用者数は、直接乗車、乗り換え乗車、各種パス利用者を含むすべてのスカイライン利用者を正確に反映したもの。なお、DTSは、スカイラインの有料サービスは、ザ・バスと同様、秋の学校再開とともに利用者が増加する見込みであること

を強調した。DTSのジョン・ノウチ副局長は声明の中で、「有料運賃を開始した最初の週の鉄道利用者数が、以前に報告されていたものを上回ったことに興奮している。当局は、住民や旅行者がオアフ島の最新の交通手段を知るようになるにつれ、スカイラインに多くの乗客を迎えることを楽しみにしている」と述べている。スカイラインの運行時間は、平日は午前5時から午後7時まで、週末と市の祝日は午前8時から午後7時までとなっている。
日刊サン 2023.7.11配信



President Biden @POTUS
7月6日 12:30 PM
中国はあまりにも長い間、重要な製品に必要な原材料の生産を独占してきました。今、私たちはバッテリーのサプライチェーン全体を自国に戻し、ミシガン州からジョージア州まで伸びる「バッテリーベルト」を作ることを目標に、世界中で提携関係を築いています。
China has dominated the production of raw materials needed for critical products for too long. Now, we're building alliances across the world with the goal of bringing the full battery supply chain home — and creating a "Battery Belt" stretching from Michigan to Georgia.

7月7日 5:10 AM
2年半で、これまでどの大統領が4年間の任期中に創出したよりも多くの雇用を生み出しました。そして、バイデノミクスが機能している理由は他にもあります。
More jobs added in two and a half years than any president has ever created in a four-year term. And more reasons Bidenomics is working.

7月11日 2:10PM
(ホワイトハウスによる猛暑に対する注意喚起の投稿をリツイート)今、アメリカ中の家族が、洪水から猛暑まで、気候危機の壊滅的な影響を経験しています。私の政権は、地域社会が備えをし、人々の安全を守るために必要な資源を確保するために、歴史的な気候に関するアジェンダを引き続き実施していきます。
Right now, families across America are experiencing the devastating impacts of the climate crisis — from floods to extreme heat. My Administration will continue to deliver on our historic climate agenda to get communities the resources they need to prepare and keep folks safe.

7月12日 3:49AM
(ジェームズ・ウェッブ宇宙望遠鏡が捉えた画像の動画を投稿し)1年前、NASAはジェームズ・ウェッブ宇宙望遠鏡の画像を公開し、アメリカが大きなことを成し遂げることができることを思い出させました。
One year ago, NASA released an image from the James Webb Space Telescope that reminded us America can do big things. Today, they've done it again.

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

ハワイのプロサーファーがサーフィン事故で死去

ハワイのプロサーファー、ミカラ・ジョーンズさんが、インドネシアでサーフィン中に事故に遭い、亡くなったとハワイ・ニュース・ナウが報じている。なお、事故の詳細は明らかにされていない。44歳のジョーンズさんは、

チューブライディングでハワイのみならず世界に名を馳せていた。サーフィン情報専門メディア「Surfline」によると、「21世紀で最もフォトジェニックなサーファーの一人」とされていた。ジョーンズさんは、数えきれないほ

どの魅力的なGoPro映像を残しており、常にサーフ・フォトグラフィーを再定義する人物として知られていた。ジョーンズさんの訃報を知り、サーフィン界から彼を偲ぶ声が続々と寄せられている。
日刊サン 2023.7.11配信

ハワイ、北米、日本、不動産のことなら
スタート・インターナショナル・ハワイ
ハワイ進出40年!
畑 華子(R) 内線201
808-947-2280 日本語
www.startshawaii.com
1953 S. Beretania St. PH-C

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

デジタル版は毎週月・水・金曜日公開中!!
(金曜は土曜印刷版(週末版)と同内容)
日刊サンウェブサイトを毎日更新中!
日刊サンウェブサイトを毎日更新中!

ハワイ不動産の売買、運用、1031 Exchangeのお手伝いをいたします。
長年にわたりハワイ不動産業に関わり、経験と実績を持つ中村浩子が、不動産に関するあらゆるご相談を誠実にお受けいたします。
awaiiResourceRealty
1357 Kapiolani Blvd., Suite 1080
日本語でどうぞ
808-284-4820
中村 浩子(R)
License #: RB-16363 Hiroko Nakamura

ゆるっと脳活 ナンプレの答え
4 8 2 3 1 7 5 6 9
6 1 7 5 9 2 3 4 8
9 5 3 8 4 6 2 7 1
3 2 8 4 7 1 6 9 5
5 6 4 9 2 8 7 1 3
7 9 1 6 5 3 4 8 2
8 7 9 2 3 4 1 5 6
1 3 6 7 8 5 9 2 4
2 4 5 1 6 9 8 3 7

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
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
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!
先代社長の秘書を務めてるよ・ワナーが二代目社長に就任 (RB-22672)

センチュリー21 ハワイアンスタイル CENTURY 21
信頼と実績で35年
ハワイ不動産のご購入・ご売却・物件管理は、ワイキキで唯一のセンチュリー21ハワイアンスタイル社にお任せください。
孝子マクミラン(R)
ハワイ州公認不動産取引主任免許 RB-21075
Tel: (808) 382-6551
c21Takako@gmail.com
www.takahawaii.com
1888 Kalakaua Ave. #C-108 ワイキキ・ランドマーク1F
パケレン、長期賃貸、空き家管理 ご相談ください
【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。

WEEKLY HAWAII NEWS

ウィークリーハワイニュース
7.7 ~ 7.12 2023



脇見運転の死亡事故 全米でワースト2 ハワイ

新しい分析調査によると、ハワイ州はニューメキシコ州に次いで、注意散漫な運転による死亡事故率が全米で2番目に高いことがわかったとハワイ・ニュース・ナウが伝えている。

法律事務所ヘニング・ガリソン・デビスは、米国土道交通安全局の

データに基づき、分析を行った。

その結果は、ニューメキシコ州がトップで、死亡事故の41%が脇見運転によるものだった。全米平均は8%なので、同州の数字はその5倍以上にあたる。

また、2位のハワイ州は29%、続いて

カンザス州が3位となった。

注意散漫な運転の原因について、携帯電話の使用が最も一般的である一方、ドライバーは同乗者、物体、または「何かの出来事」に気を取られたとも報告している。

日刊サン 2023.7.12配信

犯罪撲滅のため 民間警備員がワイキキを巡回

警察官不足の穴を埋めるための対策として、ホノルル市では、州内で最も旅行者の集まるワイキキでの夜間パトロールに民間の警備チームを導入する新たな試みを行っている

とハワイ・ニュース・ナウが伝えている。警備チームはホノルル警察(HPD)の非番警官で構成されている。ワイキキ・ビジネス・インフラ・ディストリクト(WBID)の会長兼エグゼクティブ・ディレクターであるトレバー・アバズーラ氏は、「彼らは犯罪を犯している可能性のある人物や、そこにふさわしくない人物に近づく方法を知っている」と言い、警備チームの活動が人々に安心感を与えていると語っている。

警備員は全員、「マット・リヴァイ・セキュリティ」で働く非番の警官で、胸に「ML Security」、背中には

「SECURITY」と書かれた黒いシャツを着用している。合計4人の警備員が、週7日、夜8時から朝4時までの各シフトで働いている。警官としての任務中とは違い、手錠や職務用の武器も携帯していないため、より深刻な対応が必要な場合は、警察を呼ぶことになっている。

費用についてはパンデミック後の連邦復興基金から45万ドルが充てられており、市とマット・リヴァイ・セキュリティとの契約は6カ月間(11月末まで)となっている。

リック・ブランジャルディ市長は、WBIDと協力してこのプロジェクトを実現した。ワイキキの安全性を確保することで、さらに存在感をアピールすることにつながるためだ。市長は、「これは、地元の人々、旅行者、ビジネスなど、誰にとっても良いこと

だ」と述べている。

HPDは、現在、400人近い警官不足に悩まされている。アバズーラ氏は、勤務中の警官には、現在警備員が行っているパトロールを行うよ

うな時間はないと語る。同氏は、「民間の警備員はひたすらビーチに専念している」とし、民間警備チームは貴重な人材資源だと述べている。

日刊サン 2023.7.12配信

州職員の雇用で縁故採用が禁止に

11日(火)より、州職員の縁故採用(ネポティズム)を禁止する新法が施行されているとKHON2が報じている。この法律は、州の雇用プロセスに誠実さを与えることを目的としている。ハワイ州倫理委員会の執行ディレクターであるキー・キャンベル氏は、「この法案の可決により、家族のつながりではなく、才能やスキル、資格に基づいて機会が与えられるようになる」と述べている。

新法の遵守には、個人を親族や同居人に雇用・監督させないこと、親族や同居人が所有する企業に契約を発注しないことが義務付けられてい

る。制限事項は倫理委員会のウェブサイトを確認できる。

このネポティズム法に違反した場合、1回の違反につき最高1000ドルの罰金が科されるほか、有利な待遇が無効になる可能性もある。

なお、この法律は立法府や司法府の職員には適用されない。

ハワイ州倫理委員会のウェスト・フォング委員長は、「この新しい法律により、州政府の誠実さに対する世間一般の信頼度が増すだろう」と語っている。日刊サン 2023.7.12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

シミを除去し美肌へ導く!
ピコシユアレーザーPro

ご予約時に「日刊サンを見た」で
シミ取りレーザー **\$50引き!**

有効期限 8/31/2023

- *ピコスポット シミ取り(15分以内)
通常 1個 \$150 10個迄 \$300 20個迄 \$500 全額取り放題 \$650
- *ピコフラクショナル シミ取り+小じわ・毛穴引きしめ
通常 全額1回 \$550 3回セット 10%引き 6回セット 15%引き
- *ピコトーニング くすみ・肝斑のシミ
通常 全額1回 \$400 3回セット 10%引き 6回セット 15%引き

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

ベストドクターズ
イン・アメリカ
12年連続受賞
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 (テキストOK)

☎808-386-4914

営: 10am-4pm 日・月休
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/>

LINE 無料相談

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

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/>

WEEKLY HAWAII NEWS

ウィークリーハワイニュース
7.7 ~ 7.12 2023



一部のレストランで 10%のサプライチェーン手数料を加算

ハワイの一部のレストランでは、「サプライチェーン調整」と称して、会計に10%の手数料を上乗せしており、店によっては、伝票を受け取るまで手数料が上乗せされていることがわからない場合もあるとKHON2が伝えている。

ハワイ・レストラン協会(HRA)エグゼクティブ・ディレクターのシェリル・マツオカ氏によると、多くのレストランがさまざまなコスト上昇に苦しんでいるため、サプライチェーン調整と呼ばれる手数料を追加している店が増えているという。

同氏は、「これ(手数料の追加)は、食材価格や仕入れコスト、光熱費など、あらゆるものが上昇する中で、生き残るための方法となっている」と語

る。また、マツオカ氏は、「レストランは、必ず、手数料という形で消費者にコストが転嫁されることを、客に分かるように掲示すべきだ」と付け加えている。しかし、そうしていないレストランもあるという。

ハワイ州消費者保護局(Office of Consumer Protection:OCP)によると、事前の告知なしに手数料をチャージすることは違法にあたるという。

OCPのエグゼクティブ・ディレクターのマナ・モリアーティ氏は、「一般的な消費者は、会計に10%上乗せされるとは思っていない。前もって通知することなく料金が発生した場合、彼らはそれを知るべきがない」と述べて

いる。こうしたケースにおいて、顧客はレストランをOCPに通報することができ、OCPはその事業者に対して訴訟を起こすことができる。モリアーティ氏は、「裁判所の命令により、その行為を停止させることができ、罰金や罰則が科せられる可能性がある」と語る。

オアフ島で4つのレストランを経営するトム・ジョーンズ氏は、追加料金を上乗せしていない。多くのオーナーはコストを相殺するために様々な方法を試しているが、メニューの値段を上げるのは最良の選択ではないと言う。「値上げすれば、客はアイ스티ーを1杯減らしたり、デザートを抜いたり、サラダをシェアしたりす

ブランジアルディ ホノルル市長の ツイート

Mayor Rick Blangiardi @MayorRickHNL

7月11日 9:54 AM

ここで再び、フォーブス誌がホノルル市を「アメリカ州別、最も働きがいのある会社」に選出するのに貢献した、勤勉な男性と女性について知っていたらと思えます。今週は、環境サービス局のノーマン・ラーソン氏をご紹介します。
https://youtu.be/3r07x_YsMsQ

Get to know some of the hard-working men & women who have helped Forbes distinguish the City & County of Honolulu among America's Best Employers by state once again! This week, we introduce you to Norman Larson from the Dept. of Environmental Services.
https://youtu.be/3r07x_YsMsQ

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

る。だから、値上げしたからといって、必ずしも収益が増えるとは限らない」。

また、メニューの値上げは、客がより多くのチップを支払うことにつながるため、レストランが別の手数料を追加することは、客にとっても良いことだと指摘した。

中には、キッチン手数料を追加しているレストランもあるという。ジョーンズ氏は、客は注文する前に追加料金について前もって聞いておいた方が良いと語っている。

日刊サン 2023.7.12配信

シミを除去するとともに美肌へ導く! シミ取りするなら、最新ピコシユアレーザーPro

FDA承認済みの最新のピコシユアレーザーProによるシミ取りなら、ダウンタイムも短くテープで保護する必要がありません。肌を滑らかにするピコフラクショナルを顔全体に照射することで、コラーゲンの生成を促進し、小じわや毛穴の引き締め、ニキビ跡の改善効果が期待できます。ピコフラクショナルとピコスポットを組み合わせると、同時に美肌効果も得られ、より早くシミを取ることができます。肌のくすみや肝斑のシミが気になる方には、ピコトーンングがおすすめです。

肌の状態により、治療法が異なるので、まずは無料カウンセリングに行ってみましょう。

こんな方におすすめ!

シミ、肝斑のシミを取りたい
キメ細やかな肌を手に入れたい
妊娠線(ストレッチマーク)が気になる
毛穴や小じわが気になる
弾力性やハリを取り戻したい

施術毎に肌に艶と張り。
毛穴が締まって滑らかに。
顔中にたくさんあった、ソバカスや
老人性色素斑のしみがなくなり、
全体に肌の艶がアップ。肌のハリ
とたるみもかなり改善され、しわも
浅くなり若返り効果を発揮。



施術の流れ

1 カウンセリング 15分

肌の状態等を実際に診察した上で、悩みや希望をお伺いし、最適な治療プランを提案します。

2 洗顔 5分

施術前にメイクを落とします。

3 表皮麻酔 15分

照射部位に表皮麻酔クリームを塗り、麻酔が効くのを待ちます。



日本語カウンセラー兼エステティシヤンのミエさんより

ピコシユアレーザーは1か月に一度の割合で、6回を1クールで行うのが理想的です。施術毎にシミが徐々になくなり、肌に艶と張りが出て、毛穴が締まり、滑らかな感じになってゆくのを実感いただけます。継続することで、コラーゲンの生成も促されるので、リフトアップ効果も期待できます。

“日刊サンを見た”と
予約時にお伝えいただくと

シミ取りレーザー \$50引き!

有効期限 8/31/2023

セット購入で
さらにお得!!

ピコスポット ※15分以内で施術できる範囲

通常価格 しみ取り1個 \$150 10個まで \$300 20個まで \$500 全顔しみ取り放題 \$650

ピコフラクショナル

通常価格 全顔1回 \$550 3回セット 10%引き 6回セット 15%引き

ピコトーンング

通常価格 全顔1回 \$400 3回セット 10%引き 6回セット 15%引き



アジア パシフィック美容整形外科 Shim Ching MD

www.drching-jp.com 1401 S. Beretania St., Honolulu, HI 96814
Hale Pawaa Suite 888 (ケアモク通りとベレタニア通りの角)

日本語ライン(ミエ) ☎808-585-2833 ✉info@drching-jp.com

当院でも人気のピコシユアレーザーはシミ対策だけでなく、ハリ・弾力性とツヤのある若々しい肌へと導きます。長いダウンタイムが取れないが、より効果の高い治療を受けたいという方に最適です。 担当医 Dr. Ching



コラム Column



No. 344

ついに食品に?! フード3Dプリンター

従来、工業製品の構造物を生成するのに使われてきた「3Dプリンター」が最近、金属などの材料の代わりに柔らかい材質、たとえば、食材を原料にして、見栄えの良い食品形状を生成することなどに使われ始めてきました。「フード用3Dプリンター」というのがそれです。主な仕組みは、ペースト状にした食材をノズルから射出し、縦横に動かしながら積層するというものです。つまり、食べ物を造形できる機械のことです。



ブロッコリの制作

食とサービス(和洋菓子、介護食、人工肉、培養肉など)を組み合わせた新しい分野での技術です。原材料溶液をレーザーで加熱、糊状にして積層し、立体構造を作るのです。色彩には野菜の粉末を利用し、水と混ぜてフードインクとし、薄い膜をたくさん重ねて造形します。この概念は長い歴史を持つ「練り物(かまぼこなど)」作りなど、よく似た分野がありました。噛む方向によって食感が変わるので、やわらかさだけでなく、噛み切りのよさなども工夫される必要なのですが、フードインクは噴射方法によって多彩な生成が可能です。



豆乳や凝固剤を使って作った「魚の形のゼリー」

柔らかいものを作る場合には、ブロック式、シリンジ式などがあり、プルプルで柔らかい食品や積層できない場合に利用します。また、ある程度の硬さを持つ食品生成には、スクリュー式で高粘度のデザートなどを作ったり、液槽レーザー式で弾力感のあるものを、あるいはパウダー式レーザー法で、パリパリ感

や歯応えのあるものを作ったりします。もちろん、複雑な断面を持つ食品作りなどは大の得意技です。

この技術は、介護食での柔らかさの工夫や、お菓子作りでの面白い形の食品作りに大きく役立ちます。介護食を美味しくようにするのは大変難しく、食材をドロドロにしたミキサー食は見た目の悪さに食欲減退です。高齢者などは栄養不足に陥りがちで、栄養があり、しかも美味しく見える食事を提供する上で、この技術は利用価値がありそうですね。

米や小麦、野菜、肉などを粉末にして保存し、食べる時に「フード3Dプリンター」で成形できれば、廃棄食材を減らすこともできます。今後は味、食感、見た目について、さらなる磨き・改善が必要になります。

画像: 山形大学のウェブページより



となりのおじさん

在米40年。生活に密着した科学技術の最新応用に興味を持つ。コラムへのコメントは、miyamotoi001@hawaii.rr.comまで

木村伊量のニュースコラム 「皇帝の料理人」が包丁を研(と)ぐとき

北朝鮮の「首領」だった故金正日・元総書記の専属料理人として仕えた稀有(けう)な経験を持つのが、藤本健二さん(ペンネーム)です。金正日氏の好物がマグロのトロの握りだったとか、彼でしか知り得ない「国家機密」の一端がメディアに明かされて話題になったものです。

ロシアに君臨する現代の皇帝、プーチン大統領の「お抱え料理人」と呼ばれてきたのが実業家出身のエフゲニー・プリゴジン氏でした。食材の「ケータリング・サービス」をきっかけに軍に取り入り、プーチン氏と親密な関係を築き上げ、やがて傭兵のケータリングに手を染め、民間軍事会社「ワグネル」という名のコンゴロマリットの総帥として、ロシアの政治・経済にも巨大な影響力を持つようになっていくのです。

どことなく、ロシア帝政末期に皇帝ニコライ2世一家に取り入って暗躍した怪僧ラスプーチンを彷彿(ほうふつ)とさせるプリゴジン氏。彼の思いもよらぬ「反乱」に、プーチン氏が青ざめたことは間違いありません。「飼い犬に手を噛(か)まれた」どころの騒ぎではないでしょう。

ただ、「首都モスクワへ進軍」と言えば勇ましいけれど、実態は傭兵の待遇改善と軍上層部の刷新を求める陳情のためのクレムリン詣(もう)で、ではなかったのか。プーチン政権打倒の野望があったとは思えません。あっけなく矛(ほこ)をおさめたプリゴジン氏が、やがてラスプーチンのように消さ

れる末路をたどるのか、それはわかりません。確かなのは、プーチン政権がワグネルに汚れ仕事を押しつけながら、プリゴジン氏と一心同体となって貪(むさぼ)って来た利権を手放す気はさらさらない、ということです。

米戦略国際問題研究所(CSIS)などによると、ワグネルはリビア、スーダン、中央アフリカ、マリなどアフリカ諸国を中心に、受刑中のならず者らをリクルートした傭兵の戦闘員を派遣し、正式の軍隊のような扱いを受けてきました。ワグネルの傭兵たちが肩代わりしたロシアの軍事支援の見返りに、「金、ダイヤモンド、ウラン」などの希少鉱物資源の採掘権を手にし、ロシア政府とワグネルで莫大な利益を分かち合ってきた、という見方は絶えません。

だとすると、プーチン氏が「ワグネルには兵員給与や賞与の支払いに、ロシア政府は年に10億ドル分を負担した」と金くい虫ぶりを嘆いたところで、これまでさんざん「捨て駒」として便利に使ってきたワグネルを、いきなり切っ捨てて捨てるのは難しいでしょう。「裏切り者」プリゴジン氏の処断は別にして、持ちつ持たれつ「腐れ縁」はなお続く、と見た方がよさそうです。

ロシアと同盟関係にある隣国ベラルーシのルカシェンコ大統領が、一時的であれ、プリゴジン氏をかくまったのも、スーダンでの金採掘権などをめぐって、ワグネルはまだまだ利用価値がある、と踏んでのことに違いありません。

傭兵といえば、フレデリック・フォー

サイス原作の『戦争の犬たち』(1980)を思い出す人がいるかもしれません。アフリカの架空の国ザンガロで、英国の北アイルランド出身の主人公が率いる傭兵部隊が独裁政権を倒す物語です。

傭兵の歴史は古く、不況やペスト禍に見舞われた近世の欧州では、出稼ぎ農民たちが戦場に傭兵として駆り立てられました。19世紀後半、インドシナに侵攻したフランスの傭兵たちは「外人部隊」として知られました。ローマのバチカン市国は、イタリア兵ではなく、スイスの傭兵が警護についています。

文豪ヘミングウェイは、スペイン市民戦争に義勇兵として参加しました。では、傭兵に応じる、あるいは志願兵として海外での戦闘に参加する、そうしたことが日本で許されるのでしょうか。2019年、過激派組織イスラム国(IS)に戦闘員として参加するために、シリアに渡ろうとした北海道大学生ら5人が刑法93条の「私戦予備及び陰謀



罪」に問われて書類送検されました。結局、全員が不起訴になりましたが、法律家の間でいまだに議論が絶えません。

「プリゴジンの乱」が浮かび上がったのは、正規兵の犠牲をできるだけ抑えて国民の批判をかわす一方で、高額報酬をエサに集めた、命知らずの下請けの傭兵たちは、いくらでもスペアがある「消耗品」として使い倒される現実です。彼らがプーチン氏の無謀な戦争を支えてきたのです。

さて、威信が大きく揺らいだ70歳のプーチン氏の運命やいかに。大胆に予測するなら、プーチン氏は来年3月の大統領選挙を機に、大統領を辞任すると思います。順当なら、元国税庁長官で、経済センスが評価されているミシュースチン首相への禅譲、となるのではないのでしょうか。

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藝術研究所シニア・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 三酔人文明究極問答』(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。



HAWAII RESTAURANT

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

今日はどちらの気分?

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

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

この広告をご持参で
10% OFF! 2023年7月末まで
Exp. 07/31/23

WEEKLY HAWAII NEWS

ウィークリーハワイニュース
7.7 ~ 7.12 2023



ハワイと日本の各界リーダー 姉妹州・姉妹都市サミットで意見交換

今月27日(木)と28日(金)の2日間にわたり、ワイキキのヒルトン・ハワイアン・ビレッジにて、ハワイと日本の姉妹州・姉妹都市サミットが開催される。

今回が初となるこのサミットには、両国の政府高官やビジネス界、市民団体のリーダーら数百人が出席予定であるとホノルル・スター・アドバイザーが伝えている。

このサミットは、「絆」をテーマに、パンデミック後の姉妹関係を活性化させ、日本とハワイの貿易、直接投資、コラボレーションを促進する新たなイニシアチブを生み出すことを目的としている。

今回、日本からハワイへの旅行者数の回復が、パンデミックの影響で遅

れ続けている中でのサミット開催となる。ハワイの多くの観光インフラやビジネスが、日本からの旅行者に対応するために構築されてきたため、日本市場を専門とするハワイの企業も、日本からの旅行者の継続的な減少が、ハワイの映画産業や教育交流プログラムの回復に影響を及ぼしていると指摘している。

パクリム・マーケティング・グループの創設者であり、CEO兼社長であるデイブ・アードマン氏は、「ハワイ国際映画協会(HIFA)が支援するハワイ映画ビザ免除パイロット・プログラムがないため、適切なビザを取得するための重要な問題や障害が続いている。これは、ハワイのポジティブなプロモーションを後押しするプログラ

ムやメディアコミュニケーションの数に劇的に影響を与えている」と述べている。

現在、サミットの主催者は、主要なビジネスや文化界、教育界からのリーダーたちが、現在だけでなく将来の関係強化も視野に入れ、参加することを期待して、あらゆる手段を講じている。

ジョシュ・グリーン州知事とハワイ州の4つの郡長全員が出席する予定であり、日本からは6つの県と、ハワイの州や市と姉妹関係にある16の市と町からの知事や市長が出席予定となっている。

「姉妹関係の力」をテーマにした開会パネルディスカッションは、サミットの協力的な基調を作ることが期待さ

れている。

パネリストには、セントラル パシフィック バンクのポール与那嶺名誉会長、湯崎英彦広島県知事、ブライアン・タニグチ前上院議員らが名を連ねる。

また、「姉妹サミット・マーケットプレイス」では日本とハワイ双方から最大35のブースが出展し、サービスや製品が紹介される。

サミットの登録締め切りは15日(土)。サミットの詳細および登録はこちら。

(日本語) <https://www.jashawaii.org/summit-japanese>



日刊サン 2023.7.12配信

在外選挙の 制度と手続 について



在留届の提出も
忘れずに!



在外選挙登録資格

- ① 満18歳以上
- ② 日本国籍保有者
- ③ 海外に3か月以上居住
(出国時登録申請者を除く)

同居家族による代理申請もできます。



申請者の上記書類と署名入り在外選挙人名簿登録申請書と申出書*、代理の方の旅券を御用意ください。

*申請書と申出書は領事窓口または総務省のホームページから入手できます。

登録・投票は簡単です

必要書類を準備し
申請書に記入、大使館、
総領事館窓口で登録申請

3か月の居住期間経過後に
大使館などから住所確認の
連絡を受ける

選挙人証の受取

用意する物

- ・旅券
- ・申請書
- ・居住している事を
証明できる書類
(在留届を提出済の方は
不要です。)



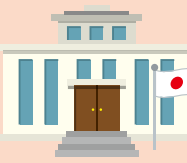
選挙人証



※選挙人証の受取までに3か月ほどかかる場合があります(申請時に3か月居住している場合のみ) ※選挙人証は郵送又は窓口での受取が選べます

在外投票は次の3つの方法から選択できます

在外公館投票



直接日本大使館・総領事館
(領事事務所)に向いて
投票する方法。

郵便等投票



投票用紙等を事前に請求して、
記載の上、登録先の選挙管理
委員会へ郵送する方法。

日本国内で投票



一時帰国した方や、帰国直後で
転入届を提出して3か月未満の方は、
日本国内でも投票できます。

外務省

- 1 平成22年5月に憲法改正国民投票法が施行されました。在外選挙人証をお持ちの方は国民投票にも投票できます。
- 2 平成30年6月から出国時登録申請が始まりました。国外転出する際に市区町村の窓口で申請できます。
- 3 令和5年2月に最高裁判所裁判官国民審査法の一部を改正する法律が施行されました。在外選挙人証をお持ちの方は、国民審査にも投票できます。

詳しくは、在ホノルル日本国総領事館

TEL: 808-543-3111

Mail: ryoji@hl.mofa.go.jp

または
外務省 在外選挙

検索 まで。





足のお悩みを解決! ハワイ初の本格フットケアサロン

最近、外反母趾がひどくなったのか、幅広の靴を履いても足の親指や土踏まずの筋が痛くなる。これ以上悪くしないうちに何か対策をと悩んでいたら、足のトラブルの駆け込み寺的なケアサロンがあるという。

ハワイで初めての、本格的なフットケアサロン『Foot Source フットソース』だ。



一見楽チンなビーサンが、開帳足を悪化させている!?

ユキコさんはドイツ式メディカルフットケア“フスフレーゲ”を習得したスペシャリスト。ハワイ在住歴は21年で、ネイルサロンやマッサージサロンでキャリアを重ね、2013年に『フットソース』を開業。最近、日本で姿勢を改善するための専門家養成講座も修了し、資格も取得。姿勢の改善や歩行のレッスンも行っている。

「全身を支える大切な器官が足なのに、足が痛くても我慢している人があまりにも多い。以前、老人ホームを訪ね、何人もの車椅子の方のフットケアをしました。そこで聞いて驚いたんですが、歩かなくなった、歩けなくなった理由が外反母趾や巻き爪だったんです。早くケアすればなんでもなく歩き続けられ

たのに、トラブルを放っておいたために車椅子生活になってしまう方がいかに多いか」

サロンでのケアはまずカウンセリング。筆者は外反母趾で足が汗かきなので、休日は楽なビーサンを履くことが多い。

「実はビーサンは足の元凶なんです。ビーサンで歩くとペンギンのようなペタペタ歩きになってしまうんです。足指の付け根の反りを使わずに歩くから、甲の横アーチがつぶれて広がってしまう、開帳足(カイチョウソク)になることが多いのです」

開帳足は、足の指と指を寄せる筋肉が緩んでしまうトラブルのこと。本来足の横アーチは地面からの衝撃や自重を吸収するバネの役割をしているのだが、靴選びや歩き方の影響でバネが伸びきってしまい、足首や膝、腰などに直接衝撃がかかり、全身に悪影響を及ぼしてしまう。

「外反母趾だと3Eの幅広靴を選んだりしますが、それも足の横アーチを固定できないので逆効果です。フットソースではカウンセリング後、足の緊張や歪みを矯正するマッサージに加え、外反母趾や開帳足をサポートするテーピングなど、悩みに合わせてお手入れします」



- 角質ケア……\$85～
 - 外反母趾ケア……\$85～
 - 爪、変形、肥厚爪ケア……\$85～
 - 巻き爪ケア軽度～重度……\$80～\$120
- ※フットケアは全て、フットバス、スクラブ、マッサージ、ホットタオルが含まれています。

カスタムメイドできる、靴のインソールもある。「足の二大トラブルである巻き爪や、抗がん剤の副作用による爪異常の方も効果を実感していただけました。我慢したり恥ずかしがらないで、一緒にケアしましょう」

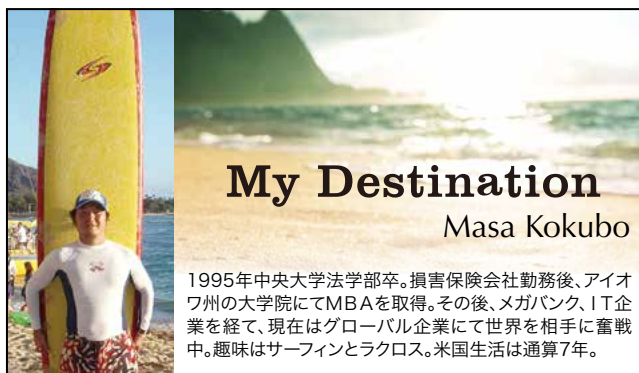
一生、快適に歩くために。

フットソース

ご予約・お問い合わせはお電話、またはウェブサイトどうぞ
1585Kapiolani Blvd.#740 (アクシスヘア内)
アラモアナパシフィックセンター7階(1階に食堂レストランのビル、アラモアナセンター3階駐車場が直結)
【TEL】(808) 554-4185 (Yukiko Higa)
【営業時間】9am～5pm
【URL】www.footsource-hawaii.com

コラム

Column



My Destination Masa Kokubo

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

No. 238 第3章「再挑戦」

幕引き 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。2013年4月下旬、遂に理想とするグローバル企業から内定通知が届いた。

ここ数日8年前に他界した父のことを思い返していた。当時、父には勤務先のメガバンクを退職したいということは話していた。それに対して父は「立つ鳥跡を濁さず」の精神を話した。皮肉にもそれが父の遺言となった。内定をくれた会社からは、6月から来てほしいと言われている。限られた時間の中で一手手違いがあると「跡を濁す」ことになりかねない。だから、退職を伝えるべき人には早めに伝えることを重要視した。また、私はこの会社の経営企画の責任者であり、その者が会社を去るといいうことは、捉え方によっては経営不安のような憶測を呼びかねない。これに対しては、退職理由を正直に説明することが必要と考えた。

社長との面談は、内定通知が届いてから数日後の2013年4月22日のことであった。一連の説明を終えると、社長は「小久保は今日まで本当によくやってくれたよ」と退職理由など一切聞かずに、今までのことを労ってくれた。そして、「ただ、このことは今週の拡大経営会議で触れざるを得ないだろうな」と言った。私は黙って頷いた。

数日後に開催された拡大経営会議は圧巻だった。これまで取締役会の一つ下の意思決定機関として経営会議という会議体を運営していたのだが、この度の一連のM&Aで関係会社が急増したことに伴い、それぞれの会

社の代表者数名を経営会議に招へいすることにした。それを拡大経営会議と呼び、その栄えある第一回目を迎えたのであった。

会議の終わり際、社長が私の退職について触れた。社長と常務以外は全くの初耳であり、会場が一気にざわついた。今回グループに加わった会社のある幹部は、驚きのあまり椅子から転げ落ちた。その場の全員が私の発する言葉を待っていた。

「子供のころから世界を相手に仕事することが夢でした。先日40歳となり、大きな方向転換とリスクが伴うチャレンジを行うのは、今回が人生でラストチャンスと思いました。そのような中、とある企業からお声がかかりました。会社が新たな船出をする時に一緒に来ずに申し訳ないですが、どうか夢にチャレンジさせてください」

会場が静まり返った。長い沈黙を破ったのは数名から沸き上がった拍手であった。「それは、頑張り」という掛け声などと共に盛大な拍手となった。これを機に、担当していた株主などへの退職の挨拶を超過密スケジュールで行ったのだが、慰労や激励の言葉こそあれ、トラブルに発展したケースは1点たりとも無かった。

すべての引き継ぎを終えた私は、スーツケース片手に成田空港に向かっていった。手にはホノルル行きの航空券が握られていた。5月中旬のことだった。(次回につづく)

誰も教えてくれなかったフットケア

痛みのない足を目指して!

トラブルフット専門家 比嘉 由希子

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

www.footsource-hawaii.com

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



No. 127

歩ける身体は資産です!

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、ハワイのフットケアサロンから、足の健康にまつわるコラムをお届けします。「楽になるヒント」が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。

ハワイも日中の気温が上がって暑くなってきました。クーラーの効いたお家で、テレビ三昧も気持ち良いですよ! でも体がだるくならない程度に注意してくださいね。

運動不足にならないように簡単に始められるウォーキング、お勧めです。せっかく歩くならモデルのように、カッコ良く歩きたいところですが、どうしたら良い歩き方ができるのでしょうか? ご自身の歩き方が悪いと自覚のある方。歩き方が悪い原因は「足に合わない靴」が作りだすこともあるのです。

さらに、おうちの中で靴を脱いでも靴を履いている時と同じ悪い歩き方が癖になってしまいます。足に合わない靴が歩き方に大きく作用し、その歩き方が体の不調の原因になることもあるのです。靴が、体に与えている影響はかなり大きいということですね。

例えば、足裏が痛い時はどうされますか? 柔らかい中敷きを入れるのが良いのでしょうか? いつから痛みだしたのか、何をしたら痛みが出たのか振り返ってみると、原因が靴なのかもと気が付くかもしれません。新しい靴、古くて型崩れした靴、ゆったりした靴、伸び

る素材の靴など、原因がたくさん見つかるはずですよ。

足は26個の骨があって、自由な動きができます。踏ん張ったり、指を曲げて縮めたりできる代わりに、簡単に外側に倒れたり、踵がぐらついたたりして安定せず、足裏に負担をかけてしまいます。

靴がしっかりと踵のぐらつきをサポートし、紐などで足がつま先の方に滑っていくのを防げたなら、きっと足裏の痛みは出ないでしょう。

靴をきちんと履くというのは、特別なことではありません。今まで通りのおしゃれも楽しんで良いです。ただ、体の歪み、腰が痛い、肩が凝っている、首が疲れている、体が冷える、頭痛がするなど、体調がいまいちすぐれない時に、しっかり靴を履く&ウォーキングをすることで体が喜びます。このことをもっと多くの方に知っていただいて、今からでも対策していただきたいと思っています。

私たちは元々、復元できる力を持っています。どんなに整えても歪みますが、どんなに歪んでもまた整います。ずっと歩ける足を目指しましょう!

日サ FREE 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!

キャンペーン実施中

2023年7月31日(月)までに
お申し込みいただいた方は割引特典あり!

- 1 month \$12
- 6 months \$66 → \$60
- 1 year \$120 → \$108

**毎週土曜日
印刷版(週末版)発行**

定期購読ご希望開始日
年 / 月 / 日

Name _____

Address _____

City _____ State _____ Zip _____

Tel _____ E-mail _____

PAYMENT INFORMATION

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

Charge my VISA MasterCard AMERICAN EXPRESS

Card No. _____ - _____ - _____

Exp. Date _____ / _____ CVV _____ Zip code _____

Signature _____ Date _____

お申し込みは、必要事項をご記入の上、下記住所まで郵送してください。

NIKKAN SAN (JAPAN PRESS SERVICE, INC.)

1341 Kapiolani Blvd. #8B Honolulu, HI 96814

はちねこ☆JAPAN

はちろう NO215 嗅覚 キューたろう・ななみん



マが知識【嗅覚】

匂いを感じ取る感覚のことを嗅覚というニャ。嗅覚には、自分の身を守るために「物が燃える時の煙の匂い」「腐った食べ物を嗅ぎ分ける」「ガス漏れなどの異常事態を、臭いによって早く察知する」役割などがあるよ。あとは、食事をするとときに、匂いを嗅ぐことによって、食欲が増進したりするんだニャ。オレたちは、食べ物の匂いの嗅ぎ分けなら得意かも!! byはちろう



@まつだりえ

高尾義彦の ニュースコラム

若手音楽家を支援してきた千葉・薔薇の館のコンサートに暗雲

ロサンゼルス・ビバリーヒルズをもじって、チバリーヒルズと呼ばれた一帯が千葉市東部(土気)にある。パブル景気さなかの1989年に一戸当たり数億円の豪邸が10棟ほど分譲され、その一画に歯科医、本間憲章さん(75)のローズガーデンがある。本間さんはバラの季節に若手音楽家を支援する連続コンサートをここで開いてきたが、昨秋、脳幹出血に倒れ、支援活動の先行きが危ぶまれる。

ドクター本間は日本歯科大学を卒業し、医療法人本間歯科理事長として、松戸市、千葉市、浦安市など5か所の診療所を経営してきた。そのかわり、NPO法人、GRCT(The Guiding Rose for the Cultivation of Talent)、つまり「才能を育成する案内役としてのバラ」の理事長として、若い音楽家らに対する支援活動を続けていた。

才能はありながら父親がいないなど経済的に厳しい家庭環境にある若手を支援する活動で、筆者も10年ほど前にこの活動を知り、毎年5月のバラの季節には、バラと音楽を楽しませてもらってきた。プールやテニスコート、宿泊施設を備えた敷地1,300坪の豪邸には、定員100人近いホールがあり、古典的なベヒシュタインのピアノが置かれ、ピアノや声楽の若手音楽家の発表の場となってきた。

音楽家支援のNPO活動を始めたきっかけは、市川山岳会に所属していた診療所スタッフの一人が中国の未踏峰遠征で遭難し、不慮の死に直面し

た経験だった。残された子供に対する「遺児育英基金」を創設、プール遊びやバラのオープンガーデンに知人を招いて協力を求め、この活動は遺児が成人するまで続けた。

この活動からバラのオープンガーデンを活用してチャリティー活動を、という発想が生まれる。同じころ、暁星中・高校時代からの友人だった女性が、自分の娘を東京藝大に進学させたいと希望しながら、母親と娘三人の生活を維持する中で、学費などに苦慮している事情を聞いた。

支援活動のポイントは、コンサートの入場料収入のほか、応援する音楽家を指名して一口3千円を寄付する仕組み。コンサートの準備などは各診療所のスタッフが担ってきた。

才能育成のために応援してきた音楽家は男女14人。ピアノ、ヴァイオリン、チェロなどの器楽と、ソプラノやテノールの声楽など多岐にわたり、東京藝大、武蔵野音大、東京音大などの出身者だ。音楽家だけでなく、車椅子テニスで世界の舞台で活躍する上地結衣さんも、チーム本間が応援してきた。本間さんは学生時代からテニスやスキーが趣味のスポーツマン。テニス一家で知られる沢松順子さん、和子さんの娘さんの奈生子さんもテニスグループの一人。

上地さんへの応援は、こうした人脈を通じて高校二年生の時に会って、実現した。海外で活躍するためのネッ

クの一つは遠征費だが、たまたま日本航空のトップがドクター本間の診療所の患者だったことから、日本航空が航空運賃を負担する話がまとまる幸運もあった。日本航空のCMに上地さんが登場した背景に、こんなエピソードがあった。

本間さんの祖父は、新潟県佐渡ヶ島で内科医院を開業していた。ところがスペイン風邪の治療などにあたるうち、自らも38歳で病に倒れ、本間さんの父は、3歳で自分の父親と別れを告げた。15歳の時に母親も失った父はその後、松戸市で歯科医院を開業、87歳まで診療にあたった。「親がいない人に親切にしろ。いじめたりしてはいけない」と幼いころから言い聞かせてきた。この教えがGRCT活動の原点、という。

庭園には最盛期には700本を超えるバラが植えられていた。アンジェラ、エクスペローラー、ティディベア、プリンセス・ドゥ・モノコ、オーバーナイトセンセーション、ピース、芳純、ダイアナ、ニュードーンなど名前を上げたらきりが無い。いまも250~300種類が育てられていると推定される。

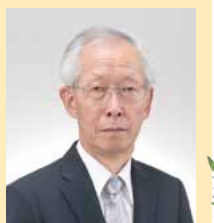
本間さんはフェイスブックで、ローズガーデンの様子や支援する音楽家たちの活動を、こまめに紹介してきた。ところが昨年11月13日を最後に更新されず、我々が応援し最も親しくしてきたピアニスト、近藤和花さんから、本間さんが倒れたことを知らされた。今年5月のローズコンサートは開催されなかった。

追いかけるように息子さんから「父は脳幹出血により入院し、現在も闘病生活が続いています」と、父親に代わってGRCTと医療法人の理事長に就任する挨拶状が6月初めに届いた。GRCTの活動も縮小する方針が告げられていた。これまで、支援者の善意だけでなく、本間さん個人が私財を投入してきた活動は、これ以上続けられない、との事情が読み取れた。

日本では、善意に基づく「寄付文化」は十分に育っているとは言えない。そうした状況の中で、本間さんの活動は若い音楽家にとって心強いもので、支援の輪をさらに広げてほしい、と願ってきた。病により活動が一時休止となったことは残念だが、本間さんの回復と支援活動の復活を祈りたい。

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『陽気なピエロたちー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、IV』を自費出版。



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 \$23~/h
 ・キッチンヘルパー \$19~/h
 ・ディッシュウォッシャー \$14~/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

【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

COSMORAMA INC. 募集

CDLドライバー 時給\$25~
バンドライバー 時給\$19~
ミニバスのドライバーは月\$5,000以上補償

オフィススタッフ
土日含む週3日~フルパート
エクセル必須

日本語可 808-425-5848 info@cosmoramainc.com

ウェブサイト www.abc-taxi.net もご覧ください

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
やる気あふれる方、フットワークの軽い方大歓迎
未経験者歓迎 日英両語

要就労ビザ または グリーンカード・市民権

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

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
健康保険、有給休暇、リタイアメントプランなど
ベネフィット完備

まずはお気軽に日本語でご相談ください!

問い合わせ先 hr@ixhawaii.com
(808)836-4744

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

募集 STIX ASIAにニューオープン!
キッチンスタッフ フル/パート

経験問わず/保険・研修・賄い有り
給与は応相談
ご質問だけでもお気軽にどうぞ!
(808)518-0740
tomash4528@gmail.com

ワイキキ アウトサイドセールス

ホテル、ウェディング会社、旅行会社などへ
ユニフォームやプロモーショングッズの営業
高コミッション 月~金 時間はフレキシブル
日英両語、経験者歓迎

応募先: ckk4653@aol.com (金城まで)
☎808-255-4653 CKK Uniforms & Apparel, Inc

三行広告
Classified Ad.

求人

--H-11
調理 補助 ダウンタウンお弁当屋
月~金の週2日~時間応相談
未経験者歓迎 要W-4提出 Ohana Dish
808-594-9257

コラム

Column



日本の小中高生自殺、統計以来最多の514人

日本警察庁の統計によると、2022年の小中高生の自殺者数は514人である。この数字は、1980年統計が始まってから最多となった。内訳は高校生が354人で7割近くを占め、中学生は143人、小学生が17人だった。原因や動機は、本人が残したものと遺族からの聞き取りなどをもとに、主に4つの理由が挙げられた。最も

多かったのは「学業不振」が83人。次が「進路に関する悩み」が60人だった。「病気の悩み・病気の影響(その他の精神疾患)」が56人で、「学友との不和(いじめ以外)」が49人、「うつ病の悩み・影響」が44人、「親子関係の不和」が40人と続いていた。

2009~21年の長い期間の統計を見ると、小学生は「家庭問題」の割合が高く、「家庭からの叱責・しつけ」が2割をこえていた。中高生は「学校問題」の割合が高い傾向があった。

東京都庁で自殺予防策を担当している課長の話によると「自殺の理由はわからない領域が非常に大きく、色んな要因を積み重ねていることが多い」とした上で、「的外れな対策を取らないために、国レベルでの理由の分析は必要だ」と話している。

いじめを苦にした事件が大きく報道されることが多いが、統計では以前から、学業不振や家庭内の不和が動機の上位にあった。都の対策は、電話やSNSでの相談支援に重点を置いているが、「悩みの原因を根本的に解決するために、教育委員会や児童相談所などの連携や、自殺未遂者へのサポートももっと必要だと感

じている」という。

都立多摩北部医療センターの小児科の医師によると、搬送されてきた子どもの手当てが終わった後、心理士や自身が聞き取った範囲では、「親の期待に沿えない」「一生懸命受験して入った学校で勉強についていけない」といった学業や家庭での悩みが多いというのである。

医師によるとその他にも、睡眠障害を起こしている子どもも少なくない。ストレスを積み重ねている状態で、睡眠が足りていないと、さらに何かのストレスを受けたとき、抑うつ状態に陥りやすくなる。「夜遅くにコンビニで買ったおやつを食べながら歩く塾帰りの小中学生をよく見かけますが、心身の健康を保つために、社会全体で子供の睡眠をどう確保するかがもっと議論されてもいいと思うのです」とも述べた。

我が国は少子高齢化が世界的に最も厳しい状態にありながら、毎年500名以上の若者が自分の尊い命を絶たざるを得ない状態は放置してはおけない。いかなる原因であろうと、早急に解決や改善の必要があることは言うまでもない。



No. 105

日本の夏、ハワイの夏。のおはなし

去年の今頃、数年ぶりに日本に帰っていたことを思い出しました。

ちょうど、日本はまれにみるほどの猛暑、酷暑といわれていて、成田空港に降り立ったその瞬間から、まるで蒸し器の中にいるかのような暑さでした。まだまだコロナ禍も続いていて、出国前に陰性証明書をとったり、アプリで予防接種履歴を登録したり、着いたら着いたで検疫があったりと、色々大変な時期でもありました。あれからもう一年も経ったことに驚くとともに、観

光客の賑わいが戻ってきたワイキキを見ると、ようやくコロナの悪夢も明けたのだろうかと思えます。

そのときの写真を見返すと、短い滞在でありながらも、そして制限がある中ではありながらも、会いたい人に会い、食べたいものを食べ、行きたいところに行き、買いたいものを買い、本当に楽しい毎日だったことがわかります。久々の日本ということで浦島太郎状態ではありましたが、旧友と東京のおしゃれなカフェで再会を喜び合い、故郷香川ではうどん三昧。初めての電車に大興奮の甥っ子。今も続く円安のおかげもあり、財布のひもはゆるみっぱなし。マスク姿の写真が多いことはちょっと残念ではありますが、それもこれも今となってはいい思い出です。

思えば、ハワイに引っ越してくる前は、日本にいながらハワイにこうやって思いをはせていました。あのころは、今すぐにもハワイに行きたいな、ハワイに住めたらどんなにいいだろうと思っていたものです。

しかし、いざハワイに住んでみると、日本の便利さや暮らしの快適さを羨むことばかり。何でもなかった日

本での日常が恋しくなり、帰りたいと何度も思いました。もちろん、ホームシックもありましたが、人は(私は?)、なんとも「ないものねだり」をする生き物なのでしょう。それはもう仕方ないとして、手の届かないものを欲しがらるあまりに、目の前にある幸せを逃すことのないようにしたいものです。

さて、今年も帰りたいのはやまやまなのですが、難しそう。せっかくいろんな規制がなくなったのだから、思う存分楽しみたいのですが、今回は見送り。今は、いつかまた日本に帰った時のために、行きたいところや食べたいものをリサーチをしながらも、ここハワイの夏を存分に楽しみたいと思います。

金平 薫 (Kaoru Kanehira)

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



小笠原流32代清基氏が伝える 武士の動きの本質

ハワイにおける日本文化の発信に取り組むホノルル・ファウンデーションは、小笠原流32代・小笠原清基氏を招き、6月29日～7月2日、ホノルル市内6カ所で各種催事を開催した。

小笠原流は、鎌倉時代～江戸時代に歴代将軍の師範として、礼法、弓術、弓馬術を伝えてきた武家だが、明治時代以降は門戸を広く一般に公開し、武士の動きを現代の生活に活かす形で伝えている。

ハワイの繁栄と平和を祈念して 1本の矢を放つ

小笠原流の重要な儀式である「暮目(ひきめ)の儀」が6月30日、クリオウオウの解脱教会の庭で行われた。行政、神職、一般市民が見つめるなか、清基氏は、ハワイの繁栄と平和を祈念して、1本の矢を放った。

承安元(1171)年正月23日の夜、京都の宮中、紫宸殿の上に車輪のような妖しい光が現れた。高倉天皇に、この光を鎮めるようにと召し出された遠光は、宮中の不動明王に祈願した後、妖光へ矢を放つと、不思議な光は消え失せた。天皇は大変喜ばれ、小笠原家の家紋を勅許し、遠光の子の長清が元服した折には「小笠原」姓を賜った。

暮目の儀は、江戸時代までは非公開で行われていたが、明治時代以降は公開され、海外での実施は今回が4回目。

体の中心を使う動き方が 武士の体を鍛えた

7月1日は、セミナー「疲れない身体を作る 武士の体の鍛え方」と「神事と流鏝馬(やぶさめ)」をハイアットで開催。武士の体の鍛え方の要旨は、次の通り。

「小笠原流は、武士の動きを現代の生活に活かす形で伝えている。例えば、コート脱ぐ、靴を揃えるといった動きも、体の使い方が重要だ。武士は、重い鎧を着て戦い続けなければならなかったため、体を効率的に使い、無駄な動きをしなかった。武士の動きを体験していただきたい。

まず、立つ姿勢。耳が肩の真上にくるのが正しい。真上を見て、首の後ろを伸ばして正面に顔を戻すと、耳は肩の真上にくる。体は反りやすいので、へその下を締めると、真っ直ぐになる。

次に、椅子に座って、立つ。体を真っ直ぐにして、一定の速度で座り、立ち上がる。体を前後に振らない。動く時に腿の側面を内側に巻き込むようにして体の中心を使うと、動きやすい。

次に、しゃがんで、立つ。腰から上は真っ直ぐにしてリラックスする。立ち上がる時、背中の腰を伸ばすと、足の上に尻と腰が来るので、動きやすい。昔の鎧は重いので、真っ直ぐに動く必要があった。

しゃがんで立つを1日15回、椅子に座って立つを1日15回。それを週4回以上、3カ月続けると、筋力がどう変わるのかという研究を行なったところ、年齢・性別に関係なく、筋力が上がった。武士の動き方をするだけで、筋力が鍛えられることが証明された」。



呼吸(心)と動作(体)を一致させる

「お辞儀は、自分の弱い部分(頭)を相手に見せて、相手を信頼していることを示す行為。頭を下げようとすると、首が下がったり、背中が丸くなるので、腰を曲げることを意識すると、頭は自然に下がる。手は、脚に添えて体を倒していけば、自然に膝のほうへ進んでいく。

お辞儀に呼吸を付ける。息を吸いながら体を倒して、体を倒したところで息を吐き、息を吸いながら体を起こす。皆様は、運動をしている時に、呼吸を意識する。それは呼吸と動きが合ったほうが動きやすいからだ。日常の、階段を昇る時、歩く時にも、呼吸と動作を一致させると、楽に動ける。



暮目の儀

弓術は、静止している的に矢を飛ばすが、同じところに矢は飛ばない。それは自分の体や心がずれるからだ。そこで、自分の呼吸を意識して、自分自身を整えて、弓に向き合う。すべての動きに自分の呼吸との一致を意識していく。そうすると、すべての動きがひとつの流れの中にある動きとなる。

ご体験いただいたように、武士の動きをすると筋力を使うが、稽古をしていくと、体の内側の筋肉を使えるようになる。小笠原流は、将軍に体と心=呼吸を一致させる動きを教えることで、将軍としての風格をもった所作を作りあげていった」。

馬に乗って弓を引く 流鏝馬(やぶさめ)は最高の武術

「神事と流鏝馬」では、最高の武術である流鏝馬について、その装束と、技を習得するための体の使い方を紹介した。要旨は次の通り。

「流鏝馬は、全速力で走る馬の上で弓を引いて、約20秒で3つの的に矢を射る演武。当初は狩りや戦いの練習だったが、平安時代には公家が行う儀礼となり、鎌倉時代から武士が行うようになった。平和な江戸時代になると衰退するが、江戸中期に復活した。

装束は、冠を被り、鎧直垂と袴を着て、その上に鹿の皮で作った行騰(むかばき)を両脚に付け、弓に左袖が当たらないように左手首から肩を覆う射籠手(いごて)を付け、靴を履いて馬に乗った。

矢は、馬に乗って、次の的を見ながら弓につがえる作業ができるように、弓の弦と接する筈(はず)の形を工夫している。

馬具は、400年前のものを使っている。

馬は、外国産を使っている。いろいろな馬に乗れるように、射手が観察力や経験を積むことが武術の向上には必要だ」。



馬の上で腰の位置を変えずに弓を引く

「馬の上の姿勢を体験していただきたい。脚を肩幅よりも広げ、ハの字にする。手を床につき、背中と床が平行になるように尻の高さを調整する。腰の位置を変えずに上半身を起こし、踵(かかと)に体重を寄せ、膝を開く。手を前で組んで、上に上げ、下げ、掌を返し、手を上げて耳の後ろへもっていき、両側に放す。尻の下に馬がいると想像しながら、この体操を繰り返す。馬に触れるのは踵だけ。流鏝馬は20秒で終わるが、この体操を50回できるように稽古し、この姿勢で馬に乗って弓を引く。

流鏝馬の稽古は、馬の上での姿勢、地上での動き方の確認、木馬に乗って、この姿勢で弓をつがえ、弓を引く、型の稽古を中心に行う。生きている馬に乗るのは本番だけ。木馬の稽古がきちんとできていれば、生きた馬にも乗れる。『馬は怖くない、これは稽古と同じ』と思えるように、呼吸と動作を一致させ、精神状態を保つ。流鏝馬は、上手い人ほど、流れるような、きれいな動きができる」。



ハワイでの流鏝馬を2026年に計画

清基氏のハワイ訪問は4度目。1996年の第2回ホノルルフェスティバルでの米国初の流鏝馬を控えて、使用する馬を決めるために1995年にハワイを初訪問。当時は14歳。アウアヒ通りに馬場を作り、クアロア牧場のクォーターホース7頭を使い、2万人の観客を前に清基氏は最年少の射手を務めた。2000年の第6回ホノルルフェスティバルで再び流鏝馬を開催。矢が的に当たるたびに大歓声が沸き上がった。

清基氏は、2026年にハワイで流鏝馬を計画していることを明かし、協力を求めた。射手は、日本と米国で流鏝馬の稽古をしている人たちが務めるが、30人の役が必要。役の所作は事前に稽古し、装束は貸出し、着付けをする。問合せはホノルル・ファウンデーションへ。info@honoluluFOUNDATION.org (取材・文 大柳英人)

はろろ 証明写真

No. 531 By Michi

あ〜そうか。この書類に証明写真が必要だね。馬車ホームにアークアウトのあつた。

証明写真って犯人みたい撮らなきゃだめだよ...

証明写真

さあ! 自分撮れるのね?

え? 修正可能? 美肌: 肌をきれいに 美白: 肌を白く 美肌+美白: シヤシヤする

なにこれ... 線の高さを 目線と一致...

証明写真にこんな加工が許される日本って... スゴいな!

修正前 → 修正後

よく撮れる!

ゆるっと脳活

答えは、7面へ

		2		7	5	6	9
6			5	2	3	4	
			8		2		
3			4			9	5
	6		9	2	8		3
		1	6			8	2
	7	9					
1	3			8	5	9	2
		5		6	8		

ナンプレのルールと解き方

空いているマスに1~9のいずれかの数字を入れましょう。

- ①タテ9列のどの列にも1~9の数字がひとつずつはいる(同じ数字は入らない)。
- ②ヨコ9列のどの列にも1~9の数字がひとつずつはいる(同じ数字は入らない)。
- ③太線で囲まれた3x3=9マスの、どのブロックにも1~9の数字がひとつずつはいる(同じ数字は入らない)。

もっとナンプレを解きたい方は、こちら!! → → → →

問題提供: 「ナンプレ京」 <http://nanpre.adg5.com>

毎週土曜日連載中の はちネコ★JAPAN から とっておきの「マメ知識」再掲載

マメ知識 【カタルシス効果】

胸のうちにしまっていたこと、心の中に留めていたことを、話すこと(言動)として外に出すと、スッキリするよね。このことを「カタルシス効果」というんだってニャ。内面を言葉にすることは、話している自分自身を客観的に知る機会になるから、思っていた本当の気持ちに気がついたりもするんだって! モヤモヤしたことは、一度、自分の口で話してみるといいよね。 byはちろう @まつだりえ

製麺機 売ります!
Noodle Factory A1 shape
Feeder, compound pressing machine, mixer
MY 375-5M2, My129-A
Marukiku Menki
JiffyMovers@aol.com

信用第一! お任せください

DREAM CONSTRUCTION, INC.
ハワイ州公認ライセンス:
BC-32084 BC-32085

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

dreamhawaiiusa.com
usadreamhawaii@gmail.com **見積り無料!**

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

住まいのトラブルに...

住まいの911

特殊なコーティング技術で、古く汚れたお風呂が **Before** **新品同様** **After** になります!

★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 ウォッシュレット
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 www.oahutubdoctors.com 施工例や詳細はコチラ

住まいの “困った!” を 解決します。

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

ペインティング/プランニング/電気周り/掃除

日本語OK

お見積り無料! **レインボー便利屋**
C.M.Y Builders (BC-29778)

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

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

良心的なプライス!
幅広い品揃え!
経験豊富なスタッフ

ROOTS & RELICS
TEL: 538-3311

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

日刊サンウェブサイト 毎日更新中!

日刊サン

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、パンナー
ポスター(22"x28") \$30~
パンナー(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。