DECEMBER 16 **SATURDAY**



週末版

マーケット情報

日経平均 32.686.25 -240.10 NYダウ 37,198.44 +108.20

ドル/円 141.79 (12月14日 20:45 UTC)



オンラインショップのMerchoid.comが行った調査による と、ハワイで最も好まれないクリスマスプレゼントは、ダイエッ ト本や減量プログラムのメンバーシップであることがわかっ たとハワイ・ニュース・ナウが伝えている。

Merchoid.comは、3000人を対象にアンケートを実施 し、ユーモアを交えながらアメリカでの最悪のクリスマスプレ ゼントのリストをまとめている。

ダイエット本や減量プログラムのメンバーシップがプレゼ ントとして嫌われているのはハワイだけではないようで、この 項目を「最悪のプレゼント」として投票した人は全体の28%を 占め、全米で最も迷惑なクリスマスプレゼントに位置づけら れた。調査結果コメントでは、「お礼のないプレゼントのトップ。 『メリークリスマス、さあ余分な体重について話そう!』と言っ ているようなものだ」と書かれている。

望まないクリスマスプレゼントの2位以下とコメントは下記 のとおり。

2. 好きでもない活動への寄付:18%

大切なのは気持ちだが、それが的外れなこともある。「『犬 より猫が好きな人の会』に寄付してくれてありがとう、でも私 は猫アレルギーなんだ!!

3. デオドラント・衛生用品:16%

デオドラントほど「気を使っている」ことを伝えるものはな い。「爽やかなクリスマスをあなたに!」

4. 頼まれもしない自己啓発本:11%

頼んでもいないのに、「あなたの人生を修復するためのガ イドブックをどうぞ!]と叫んでいる。

5. 掃除用具または掃除機:10%

家事を思い出させてくれるものほど、ホリデー気分を盛り 下げてくれるものはない。

6.ソーシャルスキルやマナーに関する本:8% 「少しは上品になれよ」という微妙な後押し。

7.ありふれたアイテムの大量パック:4% 靴下や電池など、良いプレゼントが全 く思いつかない時の必需品。

8. 事務用品:3%

ホッチキスほど、休日にオフィスを思 い出させるものはない。

9. 初心者向け料理本:2% 水を燃やすのが得意な「シェフ」に 最適。

これからプレゼントを購入する人 は、参考にしてみては?!







この仕事が大好きです!

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





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





あなたはどっち?

ななつぼし

がお米の**食感**を楽しみたい ・ 北海道産ななつぼし! /



こしひかり

お米の**甘み**を楽しみたい 新潟産こしひかり!





お米は**新潟産こしひかり**と**北海道産ななつぼし**を使用しております。ここ ハワイで精米するため、その年に収穫された玄米だけを日本から輸入し、 ハワイで入手できる最も新鮮なお米です。



部好砂压力又包可引以!

精米具合を変更したり、必要な分だけ 1 パウンドから購入することができます。精米具合を上げると、お米の旨みをダイレクトに感じられますが、栄養分は失われてしまいます。そんな細かいご要望にもお応え致します!



お友達的家族へのプレゼント、自分へのご褒美にもピッタリ!

50%

Brown

精治しい

White

30%

精彩全ほ?》

精米とは、**玄米から米ぬかと胚芽を取り除くこと**をいいます。収穫された時のお米は、黄色い殻「籾(もみ)」に包まれており、そこから、籾(もみ)すりをすることで「玄米」となります。

安田精米では、その玄米を日本から輸入してお客様 により新鮮で美味しいお客様のお好みにあったお米 を提供しております。

玄米

0%

10%

一分づき

三分づき

30% Milled

五分づき

50% Milled

七分づき

70% Milled

白米

White rice 食べやす

Ĺ ዸ養価が高い



都匠管切

Brown rice 10% Milled



ELYCORE STATE

新潟県産「こしひかり」のお米をハワイのピュアウォーターで丁寧に炊き上げております。様々なおにぎりをご用意しておりますので、 まずおにぎりを食べてお米の味をお試しください





2310 Kamehamena Hwy. Honolulu, HI

事故調査の不適切な処理でHPD警官を調査中

現役の警察官が起こした交通事故 に関し、ボディカメラの映像から事故 捜査の不手際が明るみになったとハ ワイ・ニュース・ナウが報じている。

9月22日の夕方、ホノルル警察 (HPD)のバサイ・イサラ警部補は、アロハ・スタジアム近くのカメハメハ・ハイウェイでオートバイの運転手の後ろに激突した。同警部補は補助車(警察業務に使用される個人所有の自動車)を運転しており、事故当時、「最後のチャンス」の観察期間中だった。記録によると、オートバイを運転していた62歳のランディ・サガリオ氏は脳震盪と重い脊椎損傷で病院に運ばれた。

捜査当局は最終的にイサラ警部補 が事故を起こしたと断定した。また、 同警部補は飲酒運転をしていた可能 性があると見られている。

しかし、ボディカメラのビデオに収

められた会話の中で、イサラ警部補は駆けつけた警官に、自分もオートバイの運転手もひき逃げの被害者だと主張している。現場にて、警官は、同僚に何が起こったのかを説明する際、「彼(イサラ警部補)は(犯人が)逃げたと言った。バスが自分の車にぶつかったと話した。詳しい話を聞こうとしたが、彼は加害者ではないと言っていた」と語っている。

事故の前、イサラ警部補はパーティに出席していたことがわかっている。ところが、事故報告書によると、現場に駆けつけた警官は同警部補に飲酒検査を実施しておらず、運転能力についての欄は空欄になっていた。イサラ警部補は18年の経験があるベテラン警官だが、飲酒運転の疑いがかけられたのはこれが初めてではなく、7年前にも飲酒運転で電柱に衝突して

逮捕されている。その後、裁判官は 2016年の飲酒運転と不注意運転の 容疑について無罪を言い渡した。

被害者のサガリオ氏は、「ただ真実を話してほしい。警察官は説明責任を果たす必要がある」と述べた。同氏は、事故から2カ月半が経った今も、頭痛と吐き気、背骨と肩の不調に悩まされているという。この件に関してリック・ブランジャルディ市長は、「私が就任して以来、これほど警察問題に関心を持ったことはない。なぜなら、これは信頼性と誠実さに関わるからだ」と述べ、問題視する意向を見せた。

ハワイ・ニュース・ナウがこの件を 公表したことで、HPDはイサラ警部 補をデスクワーク当直とし、警察権を 剥奪した。HPDはまた、駆けつけた警 官の「事件処理」についての内部調査 が進行中であると述べている。

大手3チェーン、ウォータービーズの販売を中止

今年9月、米国消費者製品安全委員会(CPSC)と「バッファローゲームズ」社がターゲット社で販売された「チャックル&ロアー・アルティメット・ウォータービーズ・アクティビティ・キット」約5万2000個のリコールを発表しているが、これに続き、人気の大手小売りチェーン3社が同様のウォータービーズ製品の販売を中止したとハワイ・ニュース・ナウが報じている。

バッファローゲームズ社のリコール に関する記事はこちら。

https://nikkansan.net/news/hawaiinews-091523-4/

アマゾン、ターゲット、ウォルマートの3社は、議員や公衆衛生当局がウォータービーズの販売禁止を求めたことを受け、自主的に販売を中止した。

ウォータービーズは、非常に吸収性 の高いポリマー素材でできた小さな ボール型のおもちゃで、幼児が手指 の運動能力を鍛えたり、数を数えるの に役立つと言われている。

しかし、消費者製品安全委員会 (CPSC)にると、ウォータービーズは 液体に触れることで大きさと重さが 100倍まで膨張することから、子ども がビーズを口にした場合、窒息や内臓破裂などの深刻な健康被害を伴う可能性があるとしている。

今年初め、CPSCはこのビーズについて、様々な重篤な症状や生命を脅かす傷害を引き起こす可能性があり、摘出手術が必要になることもあるとして、安全警告を発表した。

また、バッファローゲームズ社のウォータービーズ製品に関しては、生後9カ月の乳児が腸閉塞を起こし、ビーズを取り除く手術が必要となり、また生後10カ月の乳児が亡くなっている。

イベント情報

(12月2日(土)~29日(金)

ホノルル・シティ・ライツ 点灯式 2日午後5時30分~ エレクトリック・ライト・パレード 2日午後6時30分~ ホノルル・ハレ 無料

高さ50フィートのクリスマスツリー の点灯、装飾したツリーとリースの 展示、フードブースの出店など。 www.honolulucitylights.org/

(12月14日(木)~30日(日)

ショウ・アロハ・ランド2023 午後4時30分~10時 アロハ・スタジアム駐車場 ワンダーランド&ドライブスルー バンドル 1名39.94ドル 駐車料金 1台9ドル ドライブスルーのみ 1台49.94ドル きらめく光のアトラクションを家 族や友達と一緒にクルマで楽し く通過。ドライブの後はワンダー ランドでのアトラクションへ。 ザ ビエル急行列車、ビクセンのバ ブル・ランド、ふわふわアトラク ション、雪あそび、サンタさんと の記念撮影、星空の食事などが 楽しめる。

https://showalohaland.com/

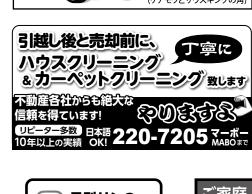
12月15日(金)・16日(土)

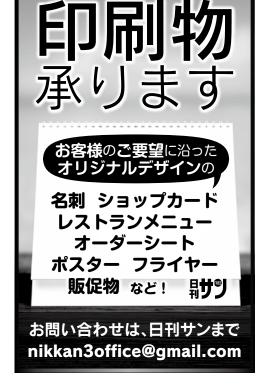
クリスマス・イン・ハワイ・ウィズ・キミエ・マイナー&フレンズ午後6時30分~/午後9時~ブルーノート・ハワイ\$35~+飲食代ナ・ホク・ハノハノ賞を受賞した歌姫が、キャロルの古典からオリジナルのホリデー・メレまでを歌う。www.bluenotejazz.com/hawaii/shows/?eid=13099695















ヘイトクライムの報告を地域に呼びかけ

現在、ユダヤ教の年末の祝祭であるハヌカー/ハヌカの期間中だが、全米の傾向と同様、ここハワイでもヘイトスピーチが増加しているようだ。ハワイ・ニュース・ナウの報道によると、ユダヤ教の会堂であるシナゴーグを標的にした爆破予告と、H-1フリーウェイの道路標識にユダヤ人嫌悪を示す落書きが発見されたという。

H-1での落書きは、ダビデの星と 鉤十字がスプレーで描かれており、 約10マイル(約16キロ)にわたって続いている。ダビデの星はユダヤ人の 信仰とイスラエル国家を象徴するシンボルであり、鉤十字は600万人の ユダヤ人を虐殺したナチスのシンボルであることから、ユダヤ人及びイス ラエルを標的にしたヘイトスピーチと 見られている。

ハワイ州運輸局(DOT)のエド・スニフェン局長は、「2006年から当局に勤務しているが、このような反ユダヤ的な落書きやヘイトスピーチを見たのは初めてだ」と語った。なお、今のところ逮捕者は出ていないが、犯人が見つかった場合、清掃費用や罰金が科せられる可能性がある。

イスラエルとハマスの間で武力行使が始まって以来、ヘイトクライムは増加の一途をたどっている。 KHON2の報道によると、先週末、エマヌエル寺院をはじめとするシナゴーグを脅迫するメールが警察とFBIに報告されたという。 エマヌエル寺院のチェリ・ワイス司祭は、「法執行機関だけでなく、他の信仰指導者やここに住む他の個人からも、私たちは支援を受けている。私たちに連絡し、彼らがどれほど気にかけているかを知らせてくれたことは、本当に意味のあることだ」と述べた。

昨年、ハワイでは33件のヘイトクライム事件が報告されたが、クレア・コナーズ連邦検事によると、これらの事件は過小報告されているという。FBIは、ヘイトクライムを発見した場合、法執行機関に報告することを奨励しており、911で地元警察に通報した後、tips.fbi.govまたは電話800-CALL-FBIに連絡するよう一般市民に求めている。

【世界のこぼれ話】 Z世代、人生の節目を先延ばしにする傾向 アメリカ

カリフォルニア大学ロサンゼルス校 (UCLA)の最近の研究によると、Z世代の約38%がセックスやその他の節目を迎えていないことが判明したと KHON2が伝えている。

Z世代は1997年から2012年の間に生まれた人々を指す。Z世代に関する研究はこれまでにもいくつかあるが、団塊の世代やX世代、ミレニアル世代などの前の世代に比べて性行為が少ないことを示唆している。

Z世代の性行為の遅れや不在を招

いている要因のひとつは、経済的機会の低下だと研究者は述べている。 UCLAの調査によると、Z世代は経済発展や機会に対する保守的なアプローチから最も大きな影響を受けており、それが「アメリカン・ドリーム」に参加できないという形で現れているという。 Z世代は経済的な安定を得ることなく、以前の世代が受けていたような統制を受けずに、安定へのアプローチを自分たちで作り出していることを示している。また、同調査では、Z世代は 飲酒量が減っていることも示されている。基本的に、この世代にとってはすべてが後回しになっているのだ。

調査によると、団塊の世代、X世代、ミレニアル世代など、過去の世代の最初の性的出会いは一般的に16歳前後だったが、Z世代(2023年現在、11~26歳くらい)はまだ待っている状態だという。また、52%がフルタイムの仕事を1つ以上持ちながらも、経済的には貧困ライン以下で生活していると回答している。

イベント情報

(12月16日(土)

スーパー・サタデー・ハワイ・ウィンター・フェスティバル 午前9時~午後9時 ハワイ・コンベンション・センター \$15

あらゆる年齢層向けのエキサイティングなアクティビティ、食べ物、収集品を取り揃えたイベント。アニメ、グッズ、K-POP、ゲーム、スナック、エンターテイメントなどが1日中楽しめる。

www.eventbrite.com/e/ super-saturday-hawaiiw i n t e r - f e s t i v a l tickets-733223801127

12月16日(土)

クリスマス・ウィズ・ザ・マカハ・サンズ 午後7時~ ハワイ・シアター \$40~ 数々のナ・ホク・ハノハノ賞を受賞

数々のナ・ホク・ハノハノ賞を受賞し、2013年にハワイアン音楽の殿堂入りを果たしたグループの創立40周年コンサート。ゲストは、ジョン・クルーズ、メルビン・リードほか。www.hawaiitheatre.com/upcoming-events/

サンタと撮影会午前9時~午後2時戦艦ミズーリ記念館無料要予約

※プロのカメラマンによるパッ ケージ(印刷+デジタル)の販売 もあり。

https://ussmissouri.org/ jp/events/communityevents/photos-with-santa

ハワイ島、マウイ島、カウアイ島で1日領事館!

~日本国総領事館から領事出張サービスのお知らせです~

○ハワイ島 コナ

日時: 2024年1月17日(水) 午前11時~午後4時

場所:キング・カメハメハズ・コナ・ビーチ・ホテル(第2会議室予定)

~コナ会場を御利用の皆様へ~

*ホテルの駐車場を御利用の方にバリデーションを致しますが、この場合も駐車料金が必要です。

○マウイ島 カフルイ

日時: 2024年1月24日(水) 午前11時~午後4時 場所: マウイ・ビーチ・ホテル(モロカイ・ルーム予定)



日時: 2024年1月31日(水) 午前11時~午後3時

場所:ロイヤル・ソネスタ・カウアイ(ナウィリウィリ・ルーム予定)

○ハワイ島 ヒロ

日時:2024年2月7日(水) 午前11時~午後4時場所:ヒロ・ハワイアン・ホテル(モクオラ1号室予定)

領事出張サービスでは、パスポートの交付、在留証明書・出生証明書など<u>証明書の交付</u>、在外選挙人名簿登録申請受付、 在留届受付、その他領事業務に関する相談等を行います。 本サービスの詳細につきましては、総領事館領事班へお問い 合わせください。

在ホノルル日本国総領事館

1742 Nuuanu Avenue, Honolulu, HI 96817 電話: 808-543-3111 FAX: 808-543-3170

ホームページ: http://www.honolulu.us.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html

※ ※ ※ 文芸スクェア ※ ※ ※

ハワイ短歌会

初心者歓迎

ブログ:https://note.com/hawaii_tankakai お問合せ Eメール:hawaiitanka@gmail.com 電話:(808)258-2410 まで

月例会は対面歌会(第4日曜日1:30~天理文庫で)と ズーム歌会(3:00~5:00)を隔月実施

ズーム歌会(3:00~5:00)を隔月実施 亡き母の作りし黒豆艶々に大きな粒に笑顔映れり 伊藤美枝子

風薫るパサデナ街の道すがら汗ばむ手をとり君を知り初む 今森貞雄 大逆転を果たし勝利の一手指す藤井聡太の指は震えず 鵜川登旨 一日中ピアノの響くキッチンで我が物顔に歩くゴキブリ 大室やよい 十日間留守した我に猫太郎遠くにすわりて知らんぷりせり 岡まなみ 自転車の前後と背中に子をのせてママはこぐこぐ仕事に急ぐ 小野貴子

自転車の前後と背中に子をのせてママはこぐこぐ仕事に急ぐ 小野貴子 大好きなきみの笑顔を見るために寄り道をしてチョコレート買う 小島夢子 上水のフェンスを絡みし野葡萄の実はそれぞれに自己の色持つ 近藤秀子

大きなる網を広げし蜘蛛の巣にからめとられし虫の残骸 関本なつ 大きくて開いた心爽やかにしあわせ受ける大きなお皿 田中えり

バイバイと笑顔で幼児は画面から光とともにスイと消えたり 筒井みさ子 色あせし風鈴なれど風うけてカラコロカラと音流れゆく 原 葉

新しい服はいつでも大き過ぎ入学写真の大まじめ顔 藤代敏江

英国のチャールス三世王となる修道院にて七十年ぶり 三浦アンナ 電線で品定めするかカラスたち日ごと色づく大きな柿を 森田郁代

楽満眞美

朝露に光の射して輝ける草に見とれてシューズを濡らす 山下ふみ子

大幅に痩せた姿を夢見ては日々筋トレと糖質制限 六甲もこ

柿の木に名残の秋の実がふたつ眺めいる間に夕闇包む

ウィークリーハワイニュース 12.8 ~ 12.13 2023



AIはハワイの教育者の 役に立っているか?

人工知能(AI)は急速なスピードで 進化しており、教育者にも教え方の 再考を迫っている。

「ハワイ教育協会」は、9日(土)、教 育者ワークショップを開催し、教師た ちにこの新たな問題に取り組む機会 を与えるとともに、このテクノロジー が教育分野に役立つ方法を提示した とKHON2が伝えている。

カウアイ高校の国語科教師である ジョナソン・メデイロス氏は、ワーク ショップにて、「生徒たちが好奇心を 持ち続けること、そして私たちが多く のことを知らないということを発見し 続けるのは良いことだと学んでくれ ることを願っている。一番願っている

のは、私を含めここにいる教師たちが 生徒たちにジェネレイティブAIについ て話し始め、会話を広げることだ」と 語った。

ワークショップでは、AI分野の専門 家2人が進行役として参加した。

日刊サン 2023.12.11配信

ビーチに個人用ロッカー設置を提案

太陽の下での楽しい一日が、ビー チでの盗難によって台無しになるこ ともある。

ワイキキ・インプルーブメント・アソ シエーションの会長であるリック・エ グド氏は、利用者の盗難防止のため にビーチにロッカーを設置するようホ ノルル市に働きかけている。

KHON2の報道によると、ワイキキ ビーチの個人用ロッカーの設置は、6 日(水)にハワイ・コンベンション・セン ターで開催された年次ビジター公共 安全カンファレンスにおいて、州当局 が議論した多くの新しい犯罪防止対 策のひとつだという。

エグド氏は、「ビーチでの私物の盗 難は、ハワイにおける大きな犯罪問 題のひとつとなっている」と語ってい る。

ハワイ・ロッジング&ツーリズム協 会の会長兼CEOであるムフィ・ハン ネマン氏は、「ワイキキは、旅行した り、遊び、休暇を過ごし、働き、住むの に素晴らしい場所だと言える。しか し、安全な場所でなければ、人々は旅 行には来ないし、そのような所で働こ うとは思わないだろう」と語った。

犯罪防止についてのその他の提案 としては、警察の駐在を増やすこと や、再犯者への厳罰化、ホームレスの ための診療所などがある。

エグド氏は、「私たちは、ホームレス の精神的な問題に立ち戻っている。と りわけ、ホームレスの身元を確認し、 治療を受けさせ、レスパイトセンター (一時療養施設)を作ることだ。つま り、彼らは犯罪を行なっているわけで はないが、助けが必要なのだ」と語っ

2022年9月から実施されているワ イキキ・セーフ・アンド・サウンド・キャ ンペーンは、財産犯罪と暴力犯罪の 発生率を劇的に低下させた。

これはホノルル警察、弁護士事務 所、裁判所がより良い判決を下した ためだと言われている。

エグド氏によると、ワイキキ・セー フ・アンド・サウンド以前は、ワイキキ で犯した犯罪で地理的制限を受けて いたのは10人以下だったが、現在は 200人以上になっているという。

観光産業はハワイ州最大の基幹産 業であり、ハンネマン氏によると、25 万人以上の雇用と90億ドル(約1兆 3000億円:144.5円/ドル換算)の税 収をもたらしている。

日刊サン 2023.12.8配信

イベント情報

(12月16日(土)

ホリデー・ウィズ・ザ・アニマルズ 午前10時~午後2時 ホノルル動物園 3~12歳\$13、13歳~\$21 この季節を祝い、動物たちに、お 気に入りのおやつを包装して、 園内で15分毎に配布。動物たち がプレゼントを楽しむ様子を観察 しよう。子供たちはハレ・イミイ ケでサンタと写真を撮影できる。 https://www.honoluluzoo. org/holidays-with-theanimals/

(12月16日(土)・17日(日)

メレ・カリキマカ・マーケットプレ イス 午前10時~午後8時 16⊟ 午前10時~午後5時 ールSプレイズデル・センター 展示ホール \$6

芸術品、工芸品、食品、アパレル などのベンダー約250社が出展 し、メイド・イン・ハワイのクリスマ ス・ギフトを購入できる。1日中楽 しめるエンターテイメントも開催 http://www.melekalikimak amarketplace.com/

バレエ『くるみ割り人形』 16日 午後7時30分~9時30分 17日 午後2時~4時 ールSプレイズデル・センター アリーナ \$45~ バレエ・ハワイが1980年から40 年以上にわたって毎年公演して いるチャイフコスキー作のバレ 工組曲『くるみ割り人形』。 ballethawaii.org/events/ the-nutcracker-2023/

【 12月16日(土)・20日(水)・23日(土) 】

ホリデー・パフォーマンスとアロ ハ・サンタとの写真撮影 午後5時~ ホリデー・パフォー マンス 午後5時30分~7時30分 アロ ハ・サンタとの写真撮影 ロイヤル・ハワイアン・センター ロイヤルグローブ 無料 <u>jp.royalhawaiia</u>ncenter. com/events/santa-photos-

and-performances-xtx59

Column

コラム



もみの木の精油

早いもので、今年最後のコラムとなりました。毎月 あっという間だと思うので、もちろん1年なんて本当に 早いものですね。ありきたりですが、みなさんはどのよ うな一年を過ごされましたか。パンデミックも落ち着 き、ほぼ通常の生活を取り戻した方が多いのではない でしょうか。

さて、私はこの時期にはクリスマスの香りを作る機 会がたくさんあります。みなさんにとって、クリスマス やホリデーの香りと言ったら、どのような香りをイメー ジしますか?アメリカ人は、シナモンやクローブなど温 かいスパイスの香りや、キャンディーケーンのように、

甘いお菓子の香りなんかを想像します。私は、もっとも みの木や、雪の降る森林を思わせるような透き通った 空気の中の木々の香りを想像します。

もみの木は、そこまで身近というわけではないので すが、みなさんがもっと身近に感じる松の木と同じマ ツ科なので、同系統の"森林浴"とよく表現される香り がしますね。もみの木は、英語ではファー(Fir)と言い、 シベリアンファー、シルバーファー、バルサムファーな どいくつか種類があります。日本国産のもみの木とし て知られているのは、トドマツだそうで、北海道原産で す。シャッキっとシャープな香りよりも、ウッディーな 温かみのある香りが特徴です。私も、何年か前に、北海 道のもみの精油と、富良野のラベンダー、ハワイのお花 の香りをブレンドしたスペシャルなコラボ精油のオー ダーをいただいたことがあります。とても素敵な香り ができて、お客様も喜んでくださいました。

話はもみの木に戻りますが、もみの精油にはどのよ うな効能があるのでしょうか。抗菌、抗ウイルス作用、 免疫力アップなどに加え、気分を落ち着けたり、リフ レッシュさせてくれる効果が期待できます。もみの精 油と聞くと、どうしても期間限定のような気がしてしま いますが、先に述べた私がコラボして作った精油のよ

うに、他の精油とブレンドすることによって、一年中使 える精油となります。例えば、ヒノキなんかは季節を問 わずにいつでも使いたいと思いますよね。もみの精油 も、それと同じです。血行促進効果もあるので、お風呂 上がりのボディケアに使ったりするのも良いですね。そ う言えば、どこかで本物のクリスマスツリーをこの時 期に家の中に飾るというのは、風邪を引いたり体調を 崩しやすい時期なので、免疫力を高めたり、ウィルス除 去のためだったりするとか。なるほど!と言う話を聞い たことがあります。

ハワイも雨季で、雨が降ったり急に寒い日があった りと、やはり体調を崩しやすい時期ですので、少し早い ですが、アロマのある生活で、みなさん元気に新しい年 をお迎えください。

本年も、私のコラムを読んでくださってありがとうご ざいました。



山中麻瑠 Maru Yamanaka

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

ウィークリーハワイニュース 12.8 ~ 12.13 2023



花火の違法販売が組織犯罪を助長

ハワイ州法執行局は、5カ月前に違 法花火タスクフォースを発足させ、現 在その証拠を保管するための秘密の 場所を持っている。違法花火はハワ イでの組織犯罪を助長する要因と なっており、その取り締まりが強化さ れているとハワイ・ニュース・ナウが報 じている。

違法花火タスクフォースは、これま でに3000ポンド(約1.4トン)の違法 花火を押収している。法執行局の ジョーダン・ロウ局長は、違法な打ち 上げ花火は新年のお祭りを祝うのに 人気となっているが、安全ではないと し、「率直に言って、花火を家の中や ガレージに保管すべきではない。家 の中で火がついたら、深刻な被害を もたらすことになる」と述べた。

州では、これから年越しや新年に 向けて違法花火が増えることを懸念 し、市と州及び連邦の協力により不

要花火の回収イベントを開催する。こ のイベントは恩赦となり、持ち込む花 火が違法であったとしても処罰を受 けることはなく、個人情報などについ て質問されることもない。

花火の回収は、17日(日)午前10 時から午後2時まで、以下の消防署で 行われる。

- ●カカアコ:555 Queen St.
- ●ワイパフ:94-121 Leonui St.
- ●カポレイ:2020 Lauwiliwili St. (コストコの近く)
- **●ミリラニ・マウカ:95-1990** Meheula Parkway

今回の花火回収イベントでは、爆 竹、線香花火、噴水、クラッカーボー ル、空気砲弾、空気チューブ、ローマ ンキャンドル、ケーキ、ロケット花火を 持ち込むことができる。なお、自作花 火や改造花火、即席爆薬、銃、弾薬は 受け付けない。

国土安全保障省搜查局 (Homeland Security Investigations)の特別捜査官であ るジョン・トボン氏は、「花火について 市民に伝えておかなければならない ことは、違法花火はここハワイ州の組 織犯罪の燃料になるということだ」と 語り、ハワイへの花火の密輸に利用 されているのとまったく同じ方法が、 銃や麻薬、その他の危険物の密輸に も利用されていると説明している。

なお、違法花火の回収イベントに 花火を持ち込む際、花火は車のトラン クか後部の容器に入れなければなら ない。また、係員が回収する間、本人 は車内にいなければならない。

花火回収イベントへのお問い合わ せは、808-837-8470までお電話 を。

日刊サン 2023.12.12配信

グリーン知事就任1年、 進捗状況と今後の計画を発表

ジョシュ・グリーン州知事は、就任1 周年にあたり、先週、ハワイの最大の 課題に対する進捗状況や今後の計画 を詳しく紹介するビデオを公開したと ホノルル・スター・アドバタイザーが伝 えている。

主なハイライトは下記のとおり。

●ホームレス問題

1年前、ハワイは1人当たりのホー ムレス率が全米で2番目に高く、州全 体で8000人以上、そのうち子ども 300人が家のない状態にあり、多く が精神疾患や依存症に苦しみ、平均 寿命はわずか53歳という現実に直面 していた。今年1月、ホームレス問題 に関する緊急宣言に署名し、必要な 措置を妨げていたお役所仕事を断ち 切り、今後数年間に州全体で最大12 のカウハレ・ビレッジ(一時滞在所)の 建設を開始できるようにした。

●教育者の待遇

ハワイ州教職員組合(HSTA)の新 たな4年契約は、新規採用教員の大 幅な昇給と、経験豊富な教育者への 昇給とボーナスを提供するもので、 HSTA組合員の92%の圧倒的支持を 得て批准され、州全体の教員、生徒、 公立学校の勝利となった。

●観光への取り組み

今年5月、1年以上にわたる対立と

混乱の末、観光マーケティングとマネ ジメントに関する別々の契約を締結 し、ハワイ先住民振興協議会とハワ イ・ビジターズ・アンド・コンベンショ ン・ビューロとの間に和解をもたらし、 ハワイを持続可能な観光業へと前進 させることができた。これらの契約は 総額6500万ドル(約95億円:146円/ ドル換算)を超えるもので、ハワイを 訪れる旅行者にハワイを尊重し、地 元の文化的慣習を意識してもらう キャンペーンの重要性を強調してい

●財政削減

2024年度と2025年度にかけて、 行程拒否権によって22の財政削減を 行い、州にとって10億ドル以上の節 約となった。これらの大幅な削減によ り、ホームレス問題、住宅不足、医療 提供者不足といった重要な問題によ り適切な対処ができるようになった。

●銃器の買い取り

10月21日(土)、この数十年で初め て有意義な銃の買い取りを州主催で 行い、前例のない成功を収めた。わず か数時間で、法執行局と公安局は、質 問もIDも必要なく、フードランドのギ フトカードと引き換えに、ほぼ500丁 の銃器を路上から撤去することがで きた。

●医療従事者不足

長年にわたりハワイは医師や看護 師、その他の医療専門家の深刻な不 足に悩まされてきた。そこで9月、こ の危機に対処するための画期的な ローン返済プログラムを発表した。 ヘルスケア教育ローン返済プログラム (HELP)は、ハワイの患者にケアを提 供する免許を持つ、またはその他の 資格を持つ医療専門家に、前例のな い3000万ドル(約43.8億円)の教育 ローン債務返済を提供する。

●医療の拡充

ハワイ島、マウイ島、カウアイ島の 地方病院と隣島の病院の必要な改善 に1億2800万ドル(約187億円)を投 資し、ハワイの看護施設とファミリー・ アセスメント・センターに1400万ドル (約20億円)以上を投資し、州全体の ケアへのアクセスを拡大することで、 ハワイの医療システムをさらに強化 した。また、メディケイド受給率の引き 上げに年間7300万ドル(約106.6億 円)の州連邦政府資金を投入し、現在 メディケイドを受給している45万人 のハワイ州民のケア

を改善した。

知事のスピーチ動 画はこちら。



日刊サン 2023.12.11配信

イベント情報

(12月17日(日)

ファミリー・サンデー 午前10時~午後2時(美術館は 午後6時まで)

ホノルル美術館

ハワイ在住者(カマアイナ)は無料 子供向けの魅力的なアクティビ ティ、エンターテイメントのプロ グラムが用意され、家族一緒に 創造的な時間を過ごせる。午後 2時からドリス・デューク・シア ターで細田守監督の映画『未来 のミライ』を上映。

https://honolulumuseum. org/

アイランド・クラフターズ・マーケット 午前10時~午後5時 アラモアナセンター2階マウカ・ ウイング
ターゲットの近く 入場無料 手作りのジュエリー、、アパレル、 ペーパークラフト文具、レジン、

ンブラー、軽食などを販売。 https://islandcraftfairs. org/

ホオケナ・フォー・ザ・ホリデーズ 午後4時~/午後7時30分~ ブルーノート・ハワイ \$35~+飲食代 ナ・ホク・ハノハノ賞を受賞した グループのクリスマス・ライブ。 ゲストは、マイラ・ギブソン。 www.bluenotejazz.com/ hawaii/shows/?eid=12904305

(12月18日(月)

ライアテア・ヘルム・ウィズ・ザ・ ホノルル・ブラス・クインテット 午後6時30分~

ブルーノート・ハワイ \$25~+飲食代

ナ・ホク・ハノハノ賞を受賞した 女性ファルセット歌手が、金管五 重奏団を迎えて、クリスマス・ソ ングを歌う。

www.bluenotejazz.com/ hawaii/shows/?eid=13497998

〔12月19日(火)~25日(月)

クリスマス・ホリデー・メレ・ ショーケース

午後6時~7時 ワイキキ・ビーチ・ウォーク・プラザ 観覧無料

地元のフラ・ハラウと有名なエン ターテイナーによる伝統的なフ ラと歌の1週間にわたる祭典。 www.waikikibeachwalk.

【 12月21日(木)・22日(金)・24日(日) 】

ハワイアン航空 ダイヤモンド ヘッド・クラシック

21日 午後3時~

22日 午後5時~

24日 午後1時30分~ スタン・シェリフ・センター シン

プリファイ・アリーナ \$10~

ジョージア工科大学、ネバダ大 学、オールド・ドミニオン大学、 ポートランド大学、テンプル大 学、テキサス・クリスチャン大学、 マサチューセッツ大学、ハワイ 大学のバスケットボール男子 チームによるトーナメント大会。 https://espnevents.com/

hawaiian-airlines-diamondhead-classic/

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。

ウィークリーハワイニュース 12.8 ~ 12.13 2023



2024年のハワイは低成 DBEDTが予測

ビジネス経済開発及び観光局 (DBEDT)が発表した報告書による と、2024年に向けて州全体の経済 成長は低調になる見込みであること がわかった。

KOHN2の報道によると、国内総 生産(GDP)で測定した場合、 DBEDTは2023年の成長率を1.9% 上方修正すると予測していたが、 2024年の成長率は1.5%から1.3% に引き下げられたという。

米国経済分析局が発表したデータ によると、2023年上半期のハワイの

経済成長率は2.4%で、全米平均の 2%を上回った。しかし、DBEDTの報 告書によると、8月に発生したマウイ 島の山火事が州経済に打撃を与え

2023年8月から10月までの旅行 者の到着人数は、2022年の同時期 と比較して51.4%減少した。しかし、 マウイ島への訪問者が急減した 2023年の8月から10月にかけて、オ アフ島への訪問者は12.7%、カウア イ島は6.5%、ハワイ島は1.9%とそ れぞれ増加となった。

8月から10月にかけて、マウイ島の 失業者は87.1%も増加した。9月の 失業率は8.3%で、2021年6月以来 の高水準となったが、10月は7.1%に 低下した。

パンデミックにより州経済は大き な打撃を受けたが、DBEDTによる と、2022年までに州は2019年の 95.8%まで回復し、2023年前半に は、この数字は97.7%まで伸びた。 2019年の水準まで回復するのは、現 在のところ2025年と予測されてい る。 日刊サン 2023.12.12配信

ハワイのサーファー、ルイ・ヴィトンのショーに出演

先週香港で行われた「ルイ・ヴィト ン」の秋の新作発表ファッション ショーが、ハワイのサーファーたちを 起用して話題になっているとハワイ・ ニュース・ナウが伝えている。

ワイキキ出身でロングボード・チャン ピオンのカニエラ・スチュワート氏は、 グリーンのアロハシャツとブレザーの セットアップにお揃いのショートパンツ を合わせたスタイルを披露した。

オアフ島ノースショア出身のマヒ ナ・フローレンス氏は、ラッシュガード を思わせるスタイルにビジネスジャ ケットを羽織り、サーフボードを抱え て闊歩した。そしてカウアイ島出身の タハキ・パプケ氏は、お揃いのグレー のアロハ柄のシャツとショートパンツ に、バケットハットとトラベルバッグを 合わせていた。

ファッションショーの会場には砂が

敷き詰められ、ランウェイ部分はブ ルーの海のデザインが施され、ビー チをイメージした設定となっていた。 今回のコレクションは、ヒップホップ アイコンであるファレル氏が制作を 担当した。

同氏は、このコレクションはハワイ で休暇を過ごすビジネスマンから着 想を得たと語っている。

日刊サン 2023.12.8配信

イベント情報

【12月22日(金)・23日(土)

ポーラ・フーガ ホーム・フォー・ ザ・ホリデーズ 午後6時30分~/午後9時~ ブルーノート・ハワイ \$35~+飲食代 ナ・ホク・ハノハノ賞を受賞したソ ウルフルな女性歌手が、お気に入 りのクリスマス・ソングを歌う。 https://www <u>bluenote jazz.com/hawaii/</u> shows/?eid=13710318

〔12月23日(土)

ホット・インポート・ナイツ 午後5時~11時 ールSブレイズデル・センター 展示ホール/ピカケ・ルーム \$15 クルマの展示を中心に、音楽、 ファッション、食品、アート、エン ターテイメントが楽しめる多文化 交流イベントのクリスマス版。 https://hotimportnights. com/2023/09/december-23-2023-blaisdellexhibition-hall-honolulu-hi/

イージーポスト・ハワイ・ボウル 午後5時30分~

ハワイ大学マノア校 クラレン スT.C.チン・アスレチック・コンプ レックス

\$30~ コースタル・カロライナ大学とサ ン・ホセ州立大学のアメリカン・ フットボールチームが対戦。

www.thehawaiibowl.com/

カラニ・ピア ハワイアン・クリ スマス・ショー 午後7時~ ハワイ・シアター \$45~ グラミー賞とナ・ホク・ハノハノ賞 を受賞したハワイアン・パフォー

ルシー・アイ、ハラウ・リリア・マカ ノエ、ライアテア・ヘルム。 www.hawaiitheatre.com/ upcoming-events/

マーのショー。ゲストはカラエ・バ

リシュ&カレナク、クムフラ・シェ

ハワイ、北米、日本、不動産のことなら スターツ・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

計り広告募集

お申し込みはこちらから⇒ 🔳



https://nikkansan.net/ad-inquiry

ハワイ不動産の売買、運用、 1031 Exchange O 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。



808-284-4820 中村 浩子(R) License #: RB-16363



(金曜は土曜印記) (金曜は土曜印記) 水 版金 週日 (末版」と同内容)日に公開中!!









ウィークリーハワイニュース 12.8 ~ 12.13 2023



ホノルルマラツシ2 2万7000人以上が参加

10日(日)、第51回ホノルルマラソ ンが開催された。午前5時にアラモア ナ・ビーチ・パークからスタートし、ダ ウンタウンからハワイカイ、そしてワ イキキに戻る26.2マイル(42.195キ ロ)の過酷なレースに2万7000人以 上のランナーが参加したとハワイ・ ニュース・ナウが報じている。

男子ではケニアのポール・ロニヤン ガタ氏が2時間15分42秒で、女子で はケニアのシンシア・リモ氏が2時間 33分01秒で優勝した。2人には純金 の優勝メダルが贈られた。

また、ジェレミー・モーガン氏は2時 間37分43秒でハワイ在住完走者の トップとなった。

同氏は、「大きな目標は、ベストを尽 くすことであり、このレースのために 何カ月もハードなトレーニングを積ん できた。この島の他のトップランナー もたくさん知っているし、私たちが接 戦になることは分かっていた。レース で何が起きたのかは、ご覧のとおり だ」と語った。

今年のホノルルマラソンには、日本 から9500人以上のランナーが参加 しており、パンデミック前の数字には 及ばないものの、2022年の2倍と なった。

ホノルルマラソンの日本事務局は、 日本人ランナーグループ、特に英語 が話せなかったり、ハワイの事情に詳 しくない初参加者のニーズに対応し た。

同事務局のタカユキ・マツモト氏は、 「ハワイの気候はとても暑く、脱水症 状に陥る人が多いため、水分補給を するよう促すなど、ハワイをよく知ら ない人へのアドバイスを行っている」 と語った。

パンデミック以前は、ホノルルマラ ソンは毎年約1億3000万ドルの訪問 者消費額を生んでおり、日本からのラ ンナーが全体の半数以上を占めてい たが、今年はその約70%が戻ってき

マツモト氏は、「円安の影響が大き く、移動の手配も大変だ。日本からの フライトは、以前は日本のオフィシャ ルエアラインが日本全国から多くの フライトを運行していたが、現在は便 が非常に限られており、そのため価 格も高騰している。それに、ハワイの

物価は、彼らが慣れ親しんでいるも のに比べて高い」と語った。

それでもなお、ワイキキは盛況を見 せている。マツモト氏は、日本からの 参加者はただマラソンをするのでは なく、ハワイのホスピタリティを楽し みに来ているのだと説明した。また、 ホノルルマラソン会長のジム・バラハ ル氏は、「去年の倍の参加者があり、 とてもワクワクしている。ワイキキや 街を歩いていても、こんなに盛り上 がっているのは何年ぶりだろう」と 語った。

ホノルルマラソンは、米国内最大 級のマラソン大会であり、制限時間 がなく、参加者全員が完走できる唯 一の世界的マラソン大会となってい る。

日刊サン 2023.12.11配信

イベント情報

(12月24日(土)・25日(日)

マイク・ルイスが贈る「チャー リー・ブラウン・クリスマス」 午後6時30分~/午後9時~ ブルーノート・ハワイ \$25~+飲食代 ューヨーク出身のトランペッ ターがハワイのジャズ・ミュージ シャンと共に、ヴィンス・ガラル ディ作曲のサウンド・トラック 『チャーリー・ブラウン・クリスマ ス』の曲を演奏する。 <u>www.bluenotejazz.com/</u>

hawaii/shows/?eid=13129765

~12月24日(土)

サンタと写真撮影 13日~15日 午前11時~午後 16日・18日~23日 午前10時 ~午後8時 17日 午後12時~6時 24日 午前9時~午後4時 アラモアナ・センター エヴァ・ウ イング2階 テスラとオークリー の間 \$39.99~ https://whereissanta.com/

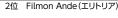
mall/0919

サンタと写真撮影 13日~15日 午前11時~午後 16日・18日~23日 午前10時 ~午後8時 17日 午後12時~6時 24日 午前9時~午後4時

インターナショナル・マーケットプ レイス 1階マウカ・コート \$39.99~

<u>shopinternationalmark</u> etplace.com/pages/santa-photos







3位 Ruben Kiprop Kerio(ケニ









美容•健康 情報

-部サロンの予約もできます





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

松井 俊介さん

総合男子5位(2時間24分47秒)、日本人で1位に輝いた松井俊 介さんに、ゴール直後のインタビューをさせていただきました。

おめでとうございます!

松井俊介と申します。埼玉からやってきました、32歳です。 ホノルルマラソンは子供の頃からの夢で、人生で一度は走り たいと願っていたことが叶い、とても嬉しいです。

初めての出場で、日本人1位の快挙という事で、喜びもひとしお ですね!

上位を狙っていましたが、まさか1位になれるとは思ってい ませんでしたのでとても嬉しいです。

ホノルルマラソンを初めて走られて、どんな感想をお持ちにな りましたか?

もちろん自然の素晴らしさもあるのですが、一番感動したの は、沿道の地元の人達の応援が嬉しくて、感動しました。 ランナーは孤独な闘いですので、ずっと途切れなく声援を 送ってくれる人達の励ましが、本当に気持ちを高めてくれま した。

今後も参加される予定は?

来年はシンガポールの大会に出ますが、再来年には戻ってこ ようと思います。

アロハの気持ちが選手達に届いている事を実感させて頂きまし た。ありがとうございました!



President Biden 📀 @POTUS

12月8日 7:15 AM インフレ率は約3分の2に低下しまし

しかし、多くのアメリカ人にとって、物 価がまだ高すぎることは承知してい ます。

私は、処方箋薬や医療費、光熱費を引 き下げるために全力を尽くしていま す。そして、消費者からお金をむしり 取るようなジャンク料金を撤廃しよう としています。

Inflation has fallen by around two-thirds. But I know prices are still too high for too many Americans.

I'm doing everything in my power to bring down prescription drug costs, health care, and utility bills. And we're eliminating junk fees that rip off consumers.

12月11日 10:39 AM

私は、消防士支援助成金プログラム とSAFER助成金プログラムに数百万 ドルを提供する予算案に署名できた ことを誇りに思います。

これにより、1200人の地元消防士が現場に加わり、訓練、装備、消防士 の健康と安全のためのリソースに数 百万ドルが提供されました。

I'm proud to have signed a budget that provided millions to the Assistance to Firefighters Grant Program and the SAFER Grant Program.

It added 1,200 local firefighters to the field and provided millions for training, equipment, and firefighter health and safety resources.

12月11日 5:54 PM

(ホリデーレセプションにてホワイト ハウスのメノラーを眺めるバイデン 大統領の画像を投稿し)

ユダヤ系アメリカ人は、故ジョナサ ン・サックス卿の言葉を体現していま

「破壊されることのない喜びを持つ民 族は、それ自体が不滅である」

痛みに直面しながらも、誇りや団結、 さらには喜びをもって結集する…… まさに、反抗的に奇跡的に燃えたハヌ カ・キャンドルのように。

Jewish Americans embody what the late Rabbi Jonathan Sacks said:

"A people whose capacity for joy cannot be destroyed is itself indestructible.'

Rallying with pride, unity, and even joy in the face of pain - just like the Hanukkah candles that defiantly burned miraculously



の可能性は低いとの見解を示してい る。

日刊サン 2023.12.11配信

ハワイアン航空親会社が 「アロハ航空」の商号を所有

ハワイアン航空のアラスカ航空に よる買収合併が発表されたが、ハワ イアン航空が保有している「アロハ航 空」の商号がどうなるのかに注目が 集まっている。

ホノルル・スター・アドバタイザーの 報道によると、少なくとも2018年以

ワイキキ緊急医療

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

降のアロハ航空の商号は、ハワイア ン航空の親会社である「ハワイアン・ ホールディングス」の子会社が所有し ている。ハワイアン航空の買収合併 手続きは12カ月から18カ月で完了 し、合併後もハワイアンとアラスカの 両方のブランドが維持される予定と

なっている。

アロハ航空は2008 年、5年間で2度の破産 保護を申請した後、運 航を停止した。1946 年に設立されたこの航 空会社の閉鎖により、 1900人の従業員が職

を失った。アロハ航空の商号は同航 空の最大債権者である「ユカイパ」社 が保有していたが、その後、ハワイア ン航空が法的和解の一環として商標 登録されたアロハ航空の名称を取得 した。

ハワイの航空史家であるピーター・ フォアマン氏によると、この取り決め により、ハワイアン航空は以前最も強 力だったハワイのライバルと再び競 争する状況を回避できたと述べた。ま た、同氏は、ハワイアン航空とアラス カ航空の合併後、アロハの名称を使 用して両航空ブランドのどちらかに 新部門を設立するかもしれないが、そ

日本人医師なら

クリニック総合科





nikkansan.net/ad-inquiry/

アイケアー・インターナショナル 日本語で対応

合理コンツントレンス、給脵灸、緑内障治療など

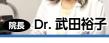
□ 内障でお困りの方お気軽にご相談ください! 遠近両用手術も可能です

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!!



海外旅行保険、

各種保険取扱い





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.







☎808-304-6676 Imoto Physical Therapy

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時間無料パーキングあり



ウィークリーハワイニュース 12.8 ~ 12.13 2023



ラハイナの灰から

山火事に見舞われたラハイナで採 取された灰のサンプルから、ヒ素、 鉛、アンチモン、コバルト、銅を含む高 濃度の有害物質が検出されたことか ら、州保健局(DOH)が住民に注意を 促しているとハワイ・ニュース・ナウが 報じている。

DOHのケネス・フィンク局長は、火 災の残骸に直接触れないよう住民に 警告し、「これらのデータは、ラハイナ の灰に有毒物質が含まれていること を証明している。その濃度はクラの 灰の結果よりは低いが、それでもま だ高いため、引き続き予防措置をとる ことが極めて重要だ。灰の摂取によ るリスクが最も大きいことに変わりは ない」と述べた。

灰のサンプルは11月7日(火)と8日 (水)に、1900年代から2000年代に 建設されたラハイナの100の不動産 から採取された。当局は、ヒ素存在が 最も懸念されるとし、許容範囲とされ る値の11倍も高いと発表した。また、

癌の原因となる毒素の土壌環境基準 値は1キロあたり23ミリグラムだが、 今回の検査報告では平均1キロあた り280ミリグラムだった。

DOHは、ラハイナの火災の影響を 受けた地域に出入りする場合は、保 護マスクを着用し、灰が舞い散らない よう注意を呼びかけている。当局に よると、該当地域周辺の住民は、毎日 モップをかけたり、表面をウェット ティッシュで拭いたりすることで、埃 や灰がついた表面を清潔に保つこと ができるという。また、暴露/有害物 質にさらされることの可能性を減ら すため、頻繁に手を洗うことも勧めて いる。

また、子どもや妊婦はこれらの化 学物質の有毒な影響を最も受けやす いため、灰や粉塵にさらされることを 極力避けるようアドバイスされてい

ラハイナまたはクラのリアルタイム 大気モニターが上昇した場合、一般

市民には以下のことが推奨されてい る。

- ●暴露を減らし、健康リスクを最小 限にするため、屋外での活動を避け ること
- ●屋内にとどまり、すべての窓とド アを閉めること。エアコンを使用して いる場合は、循環設定にすること。
- ●被災地から離れる必要がある場 合は、車のエアコンをオンにし、再循 環オプションに設定すること。

大気モニターの確認はこちら。 https://fire.airnow.gov/

ヒ素は、火山性土壌に含まれるほ か、1900年代初頭に除草剤として使 用されたため、ハワイの土壌から発 見される重金属のひとつである。サト ウキビでできた建材やシロアリ駆除 のために処理された木材にも含まれ ている。

日刊サン 2023.12.12配信

Governor Josh B. Green @@GovJoshGreenMD

12月7日 12:25 PM

(グリーン知事夫妻がパールハー バーを訪問し、12月7日の式典に参 加する様子を伝える画像を投稿し) 今日という日は、全世界、とりわけ ハワイで、世界史の流れを変えた 1941年12月7日の攻撃で命を落と した多くの軍人や民間人の犠牲を厳 粛に追悼する日です。

This is a day for all of the world, but especially Hawai'i, to solemnly honor the sacrifices of so many service members and civilians who lost their lives during the December 7, 1941 attack that changed the course of world history.

12月9日 4:50 PM

(マジカル・マウイ・クリスマスに参加 するグリーン知事の写真を投稿し) マウイ島の山火事の被災者にマジカ ル・マウイ・クリスマスをもたらして くれた救世軍に、特別な感謝を捧げ ます。このイベントは、みんなが求め ているホリデーシーズンの癒しの場 であり、また、癒しの終わりを告げる ものではありません。

A special mahalo to the Salvation Army for bringing a Magical Maui Christmas to the survivors of the Maui Wildfires. This event is a much-needed chance for some holiday healing to occur and it won't be the end of the healing either.

12月10日 7:34 AM

(ホノルルマラソンのスタート地点で コメントを発するグリーン知事の動 画を投稿し)

ホノルルマラソンのスタート地点か ら、おはようございます。今日参加す るランナーのみなさまに幸運を、そ してどうか安全第一で。

Good morning from the start of the Honolulu Marathon, good luck to all the racers out there today and stay safe.

12月11日 2:04 PM

(グリーン知事とジョイ・キムラさん の写真と動画を投稿し)

アメリカン・マザーズが選ぶ[2023] 年ハワイ・マザー・オブ・ザ・イヤー」 に選ばれたジョイ・キムラさんをご 紹介します。

ジョイ・キムラさんはハワイで生ま れ育ちました。ハワイ大学マノア校 で学び、卒業後はワシントンD.C.で ニール・アバクロンビー下院議員の 下で働きました。

Meet Joy Kimura, named 2023 Hawai'i Mother of the Year by American Mothers. Joy Kimura was born and raised in Hawai'i. She attended the University of Hawai'i at Mānoa and upon graduating, worked in Washington D.C. for U.S. Congressman Neil Abercrombie.

twitter.com/GovJoshGreenMD より 抜粋して翻訳、掲載しています。

ホノルル市、初の「ハッピーHoloデーズ」 キャンペーン実施

ホノルル市は、このホリデーシーズ ンに公共交通の選択肢に対する認識 を高めるため、初の「ハッピーHOLO デーズ」キャンペーンを実施する。そ の一環として、市運輸局(DTS)は、今 週、ホリデーシーズンをテーマにした 新デザインのHOLOカード3枚を発 表したとホノルル・スター・アドバタイ ザーが伝えている。

HOLOカードは、ザ・バスやスカイ ライン、ザ・ハンディバンの乗車時に 利用できる非接触型のICカードだ。 新デザインのHOLOカードは、対象 のセブンイレブン、フードランド、ワイ キキのJCBプラザラウンジ、スカイラ インのハラワ駅で購入できる。

DTSは、このホリデーデザインの HOLOカードを人々がオフィスのギフ トやクリスマスの詰め合わせギフトに 入れて配ることで、ザ・バスやスカイ ラインへの乗車が増えることを望ん

6月末より開通したスカイラインに とって、これが初めてのホリデーシー ズンとなる。沿線にはショッピングや ダイニング・スポットがあり、鉄道を利 用することでフリーウェイの渋滞を避 けることができるとDTSのジョン・ノ ウチ副局長は語る。「渋滞から外れた ところに車を停め、ショッピングモー

ルの近くや、スカイラインで目的地ま で行くことができる」

一方、DTSのロジャー・モートン局 長は、2023年後半までにスカイライ ンの利用者を増やすことに関しては 挑戦であるとし、「乗車数が1日3000 人から3500人の間でやっていける かどうか、注意深く見ていくつもり だ。年末年始には、利用者が少なくと も1000人増えることを望んでいる| と語った。

DTSのスカイラインの乗車率デー タによると、11月中の総乗車者数は 8万3148人だった。11月1日の 3547人が最高で、11月23日の

1185人が最低だった。それ以前の月 の方が多く、10月は9万2578人、9 月は9万1088人、8月は9万6178人

日刊サン 2023.12.12配信







カイムキ店 オープン しました! 8th Aveと Waialae Ave角

淹れたてコーヒーが人気

カカアコ店 1001 Waimanu St. (イートインOK)

「ダウンタウン店)<mark>700 Bishop St.</mark> Tapa financial tower ロビー

7am-2pm (土8am-2pm 日曜休)

. 7am-1pm(土•日曜休) www.alohabakehouseandcafe.com

☑ Info@alohabakehouseandcafe.com

高尾義彦の ニュースコラム

処理水か汚染水か、越年する福島の課題

師走を迎えた。政治的、社会的に重 要な課題の中で、最も気になるのは、 福島第一原発の処理水放出、そして廃 炉への道筋であり、人類が原子力にど のように向き合うのか、という重大な 課題の深刻さを、改めて実感する。

福島原発事故から12年。敷地内のタ ンクにたまりにたまった汚染水を処理 して海に放出する作業が8月24日から 始まり、年内の作業は3回に分けて11 月20日に終わった。政府、東京電力は 2015年に「関係者の理解なしにいか なる処分も行わない」と福島県漁連に 文書で約束したが、反対の声には耳を 傾けず、「関係者の一定の理解が得ら れた」として放出を決断した。

廃炉作業に伴う汚染水を多核種除 去設備「ALPS」(アルプス)で処理し、 トリチウムだけはアルプスでも取り除 けないため、濃度を国の基準の40分の 1(1リットルあたり1500ベクレル)未 満まで海水で薄めて年間22兆ベクレ ルを上限に海洋放出する計画だ。年内 の放出は3回分2万3351トンとなっ た。

福島原発敷地内にある1046基(約 137万トン分)のタンクの98%は埋 まっていて、このままだと来年中に満 杯になる。タンクの増設は難しいと東 電側は説明し、海洋放出を計画通りに 進めたとして、完了するには30~40 年かかるという。

政府・東電は、国際原子力機関 (IAEA)が7月に公表した「国際基準に 合致している」との包括報告書などを 放出決断の根拠としているが、中国な ど海外の受け止め方は違った。

最も深刻な反応は、中国が冷凍ホタ テ、アワビ、イセエビなど日本の水産物 の輸入をストップしたことだ。農林水 産省の統計によると、中国への水産物 輸出額は昨年、871億円、輸出額全体 の22.5%と、国・地域別で最も多い。品 目別ではホタテが467億円を占める。 香港も、福島や東京など10都県からの 水産物輸入を禁止した。

中国をはじめ米国、ロシアなど原発 を稼働させている多くの国々は、やは り処理水を薄めて海洋放出している。 こうした事例から、安全性に問題はな いはず、と日本側は主張するが、中国 など海外の受け止め方は異なる。正常 に運転している原発の処理水と、事故 を起こした原発の溶融した炉心に触れ た汚染水では、安全性を同じように判 断することはできない、との主張で、 IAEAのお墨付きもこれらの国々に対 する説得力を欠いている。

さらに本質的な問題点を挙げるとす るなら、トリチウムを薄めて海洋放出 することは、積算される放出量の総体 で考えると、自然界に不要なトリチウ ムを放出し続けることになる。現在、各 国やIAEAが容認している処理法は、 薄める手法を正当化し、放出される総 量が地球や人類の健康に与えるダ メージにあえて目をつぶった選択だと 指摘する識者もいる。

中国の強い反発には、最近の台湾有 事などの政治状況を反映してぎくしゃ

くする日中関係が背景にある。政府は 風評被害対策として800億円の基金 を用意し、風評被害が生じれば東電は 賠償の姿勢を示しているとはいえ、問 題は簡単に解決しそうにはない。

海洋放出は、福島原発の廃炉に向け て必要とされる作業と東電は位置付 けるが、果たして30~40年と想定し ている廃炉作業が可能なのか。福島第 一原発には、核燃料が冷却水喪失によ り溶融して構築物とともに固まった 「燃料デブリ」が250トンほどあると 推定され、これを取り出して安全な容 器に詰めて保管するというのが、国と 東電が描くロードマップ(工程表)だ が、元京都大学原子炉実験所助教、小 出裕章さんは「それは漫画のような話 で、絶対にできない」と断言する(「月 刊マスコミ市民」11月号)。デブリが取 り出せないなら、チェルノブイリ原発 の例のように、全体を石棺で覆って閉 じ込めるしかないと小出さんは提案

日本政府は、危機的な現実に目をそ むけたまま、原発活用に軸足を置く。脱 炭素戦略の司令塔となる「グリーント ランスフォーメーション(GX)実行会

議」を舞台に、岸田文雄首相は昨年12 月、既存原発の運転期間を40年から 60年に延長する方針を打ち出した。 「第6次エネルギー基本計画」(2021年 10月)では「可能な限り原発を低減す る」と閣議決定していた政策の急転換 で、その後のエネルギー政策はこの線 に沿って進められている。

しかし、原発推進の前提となる課題 は何も解決されていない。使用済み核 燃料を再処理した後に出る高レベル 放射性廃棄物、つまり「核のゴミ」をど うするのか、現状ではその見通しも 立っていない。最終処分場受け入れの 前段階である文献調査について、長崎 県対馬市では議会が請願を採択した が、市長は議会の結論に反して応募を 見送る決断を9月に表明した。北海道・ 寿都町と神恵内村では2020年に初め て調査受け入れに踏み切ったが、調査 に伴って支給される巨額の交付金目 当てとの批判は消えず、処分場受け入 れまで進むのか、結論は見えない。

生活に不可欠なエネルギーをどの ように調達するのか。政治任せではな く、一人一人の個人の判断が迫られ

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『陽気なピエロたち一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。



答えは、7面へ











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

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。

●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)。 ❷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)。 ❸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1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

▽☆回離では「レストラン」

レストランは、フランス語の「restaurant」からの 外来語なんだって。日本では明治時代から昭和初期に かけて高級ホテルが開業し、集客の目玉として各国の 料理を提供する西洋料理のレストランが導入されたそうニャ

日本の食材と西洋料理の技法が組み合わさって「レストラン」が 広がっていったんだそう。 byはちろう



ウィークリーハワイニュース 12.8 ~ 12.13 2023



米国の経済雑誌「フォーブス」が発 表したランキングでは、ハワイ州は全 米で4番目に小売店での窃盗被害が 多い州となっていることがわかったと KHON2が伝えている。

フォーブスによると、ハワイ住民1 人あたりの窃盗被害額は288ドルで、 ワシントンCDを含めると全米で5番 目に高い数字となった(全国平均は 173ドル)。2022年、窃盗はハワイの 犯罪の中でも14番目に多く、10万人 あたり平均1532件の窃盗が発生し た計算となった。

最近、ワイアラエ・アベニューにあ るサーフショップ 「ダウニング・ハワ イ」で強盗事件が発生した。同店の オーナーであり、ウォーターマンで地 元コミュニティのリーダーでもあるケ オネ・ダウニング氏は、「彼らは店に 入ってきて、レジに行き、釣り銭を奪っ た。サングラスケースを奪い、帽子を 奪い、さらに多くのサングラスを奪っ ていった。彼らは自分たちが何を狙っ ているのか知っていた」と語った。こ の事件後、同店はオアフ島全土の標 的リストに加わった。

リテイル・マーチャンツ・オブ・ハワ イのティナ・ヤマキ氏は、「連中は、な ぜか刑罰をやり過ごすことができる」 と語った。

6日(水)に開催されたハワイ宿泊 観光協会のパネルでは、この問題に ついて取り上げられた。

ヤマキ氏は、「小売業者は警察に通 報し、報告する。検察は起訴するが、 非暴力犯罪であるため、司法制度と なると、裁判官は刑務所が過密であ るという理由から、軽い刑で済ませる ようなことが分かってきている」と説 明した。

一方、ワイキキ改善地区協会は、市 のセーフ・アンド・サウンド・イニシアチ ブのおかげで窃盗が減っていると主 張している。

同協会のトレバー・アバーズア氏は、 「ワイキキには地理的制限というもの があり、裁判官が『あなたはもうワイ キキに入ってはいけない』と規制する

ことができる。もし、警察が該当者を 再び見かけたら、前科がつくことにな る」と語った。

なお、ホノルル警察によると、オア フ島での商業強盗は昨年に比べ約 10%減少しているという。

フォーブスの小売窃盗データの詳 細はこちら。

https://www. forbes.com/ <u>advisor/</u> <u>business-</u> **E**r insurance/ impact-retail-



theft-on-small-businesses/

日刊サン 2023.12.8配信

300メートルの高さから落下したハイカー、無事生還

カリフォルニアからの旅行者であ る34歳のイアン・スナイダー氏は、オ アフ島のトレイルで1000フィート(約 300メートル)の高さから落下し、滝 のふもとで3日間生き延びたことから 「奇跡の男」と呼ばれている。

12日(火)に開かれた記者会見に て、同氏はレスキュー隊に感謝の意を 表したとハワイ・ニュース・ナウが報じ ている。

スナイダー氏は、片腕をつった状態 で記者会見の場に登場し、「日帰りハ イキングのつもりが、まさかこんなこ とになるとは思っていなかった。何よ りも奇跡だ。ここにいることができ て、ほぼ無事でいられて、信じられな いほどうれしい。皆さんの毎日のお 仕事に本当に感謝している」と語っ

スナイダー氏は、4日(月)、コオラ ウ・サミット・トレイルを一人でハイキ ングしていたところ、トレイルから落 下した。家族がオアフ島のハイキン グ・コミュニティに助けを求めるまで、 彼は何日も消息不明だった。

同氏の妹によると、彼がハイキング 中にソーシャルメディアに投稿した動 画から、どこにいたかを特定すること もできたという。落下から3日後、同 氏は発見され、安全な場所まで空輸 された。

発見当時、スナイダー氏は脱水症 状で青黒くなり、いくつかの骨が折れ ていた。

しかし概ね無事で、レスキュー隊に 直接お礼を言うことができた。同氏が 落下したのは滝の近くで、小川に位置 した場所にいたため、そのおかげで 助かったと見られている。

レスキュー隊員たちは、事故の詳細 を聞いた後、最悪の事態を恐れてい た。しかし、ホノルル消防署(HFD)の ヘリコプタークルーがスナイダー氏 を発見したとき、「信じられないこと に、彼は手を振って私たちの注意を引 こうとしていた」とエイドリアン・グラ ヴァーリョ隊長は振り返った。

ホノルルEMSの救急隊員であるア レン・ジャン氏は、現場に呼ばれたと き、彼と同僚は最悪のシナリオを予想 していたという。「トレイルから300 メートル落ちるなんて冗談じゃない」。

しかし、重傷ではあったものの生存 可能な負傷のみのスナイダー氏を発 見し大喜びした。ジャン氏は、「当時の シフトでは結局14人の患者を治療し たが、スナイダーさん、あなたの通報 が一番印象に残っている」と語った。

スナイダー氏は、恐ろしい転落事 故の後、いくつかの教訓を得たと語っ た。ひとつは、ハワイでは一人でハイ キングしないこと。

もうひとつは、トレイルの計画を立 てるのにグーグルマップを使ったこ と。そのため、ハイキング中に一瞬の 判断で、より危険な道に進んでしまっ たという。

日刊サン 2023.12.13配信

コラム

Column



チャイナ・タウンで不思議体験?

さてさて、先月のコラムで少し触れました、チャイ ナ・タウンで体験した"不思議なこと"についてお話し しようと思います。

3年ぶりのハワイ、絶対に行かなければならない場所 のうちの一つ出雲大社へ、サンダル足も軽やかに向か いました。ヌウアヌ・アヴェニューからチャイナ・タウン へ、何度も通った道筋ですが、なにせ病的と言っていい ほどの方向音痴。スマホのGoogleマップとThe Busの アプリが頼みの綱です。おりしも国慶節のお祭りで、人 出の多いチャイナ・タウンをなんとか通り抜け、ついに

鳥居が見えてきます。じわっと胸が熱 くなるのを感じつつ一礼し、いざ境内

手水を終え、すっくと建つお社(やし ろ)に目を向けた時、ちょうど拝殿に向 かって右側、賽銭箱の横あたりに神職 の男性が純白の幣(ぬさ)を持って立っ てらっしゃるのが見えました。

珍しいことだなと思いながらお参り を終え、またふと賽銭箱の方を見てみ ると、まださっきの神職さんが立ってら して、なんと幣を振ってくださるようなのです。"わぁ、 ラッキー!"とばかりに手を合わせ軽く頭を下げると、 「祓いたまえ、清めたまえ」という厳かな声と共に幣の 風がふわりと頭や肩にかかって、なんともいい気分。何 度かお参りしていますが、こんなことは初めてです。

感動しきりの私は、了承をもらい神職さんの写真を 一枚『パシャリ』と撮らせてもらいました。ところがなの です。この後、iPhonのセンターボタンが完全に作動し なくなり、Googleマップもアプリもなしに、アラ・ワイ 運河近くのコンドミニアムまでとんぼ返りするはめに。 とにかく、充電ケーブルにつないで、祈るような気持ち



国慶節で賑わうチャイナ・タウン(2023年10月8日撮影)

で真っ黒な画面を見つめ、待つ こと30分。無事、復旧いたしま した。一体、私のスマホに何が 起こったのでしょう。

試しに部屋に生けていた花 束の写真を撮り、写真をチェッ クしてみました。すると、どうい うわけか、さっき確かに撮った はずの神職さんの写真一枚だ けが、撮れていないんです。国 慶節の獅子舞の写真の次が、い

きなり花束の写真で。"もしや時空の歪みに入り込ん だ?"そんなことが頭をよぎります。そういえば"あの神 職さん、初めて見た" "境内が異様に静かだった" "スマ ホは確かにフル充電だった"etc...

考えれば考えるほど"?"なのです。その後、ローカル の友人が調べてくれたところ、あの神職さんはパート タイムの方だったそうで、なんとも肩透かしのオチで すが、写真の謎はまだ残っています。私としては、神域 での"時空の歪み"という結末の方が、なんだかロマン チックだなぁ、なんて考えているんですが、皆さんはど う思われますでしょうか。



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。

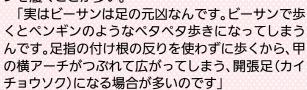


一見楽チンなビーサンが、 開帳足を悪化させている!?

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 かに多いかし

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。



開張足は、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、外反母趾や開張 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」





※フットケアは全て、フッ

が含まれています。

トバス、スクラブ、マッサージ、ホットタオル

●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

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 す。我慢したり恥ずかしがらないで、一緒にケアしま

一生、快適に歩くために。

フットソース

しょう」

ご予約・お問い合わせはお電話、 またはウェブサイトでどうぞ 1585Kapiolani Blvd.#740 (アクシスへア内) 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



この時期、ジンジャークッキーを 食べるのは理にかなっている

私が専門としているインド医学のアーユルヴェーダ は、スパイスやハーブを使用して私たちの健康を保つ ヒントがたくさんあります。今回は、今のこの時期にな るとよく見かけるジンジャークッキーを例に挙げなが ら、スパイスの魅力についてお話ししたいと思います。

ジンジャークッキーは、シナモンと生姜を使っている ことが多いのですが、この二つは、身体の冷える時期に はとても相性が良い組み合わせにです。以下に、生姜と

シナモンの効果についてまとめてみました。

消化促進・・・アーユルヴェーダでは生姜が強力な消化 促進剤として知られており、食事前に生姜を摂ること が推奨されます。

免疫のサポート・・・生姜には免疫力を向上させる作用 があり、体を病気から守るのに役立ちます。

代謝促進・・・生姜は代謝を促進し、体内の毒素を排除す る助けになります。漢方の世界でも、生姜は体の中の寒 熱を調整し、特に寒冷な気候や寒い季節において、体温 を保つ助けとなります。

【シナモンの効果】

抗酸化作用・・・シナモンには豊富な抗酸化物質が含ま れており、細胞を酸化から守り、老化を防ぐのに役立ち

抗炎症作用・・・シナモンは体内の炎症を緩和し、関節炎 やその他の炎症性疾患の症状を和らげる効果が期待さ れます。

抗菌・抗ウイルス作用・・・シナモンには強力な抗菌およ

び抗ウイルス作用があり、風邪や感染症から身を守る のに役立ちます。

消化促進・・・生姜同様に、シナモンにも消化を助ける効 果があります。これは胃腸の健康をサポートし、不快な 消化不良を軽減するのに寄与します。

ここに記載した内容だけでも、スパイスが身体に とって有益であることが伝わるのではないでしょうか。 外食だと野菜不足になったり体調管理が難しい、とい う印象を持たれる方もいらっしゃると思いますが、ス パイスやハーブに意識を向けてメニューを選ぶことも お勧めです。ぜひ、生姜とシナモンを意識してみてくだ 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/malie_ayurveda



2023年のテニスブーム

2023年最大のマイブームといえば、テニス。もとも と好きだったのだけど、なんと勢い余ってテニスを始 めてしまいました。

ことの発端は、5月の帰国中に観たフレンチオープ ン。久しぶりにテニスの試合を観て、すっかりハマって しまったのだった。しかも今年は、私の大好きなジョコ ビッチが勝ちまくりの記録塗り替えまくり(グランドス ラム3勝/マスターズ2勝/ATPファイナル優勝/ナン バーワン記録更新中)。テニス史上最高のシーズンとい われるくらいの活躍でありました。

ジョコビッチの試合を毎日のように観ていたら、自

分でもやりたくなってしまった。だがしかし、テニスっ て一人じゃできないんだよね。

と思っていたら、日本の友人がコロナをきっかけにテ 二スを始めたとのこと。未経験だったけれど、週に2回 のレッスンですぐにある程度できるようになったそう な。そうか、教わるという手があったのか。

実は私は中学時代テニス部だったのですが、軟式の フォームで硬式をやると、全部ホームランになっちゃう んだよね。ハワイでも何度か試してみたけど、ぜんぜん ダメだった。でも、ちゃんと教わればなんとかなるか **も**?

というわけで、友達にラケットを借りて、思い切って レッスンに行ってみました。先生によると、私はコンタ クトポイント(打点)が後ろ過ぎるのだそうな。そして 打つ時にしっかりラケットをホールドせよとのこと。そ れから、もっと軽いラケットを使うべし。なるほど。

とはいえ、頭でわかっていても、なかなか上手くいか ないよね。ぜんぜん上手く打てない。

ところが、バックハンドはちゃんと打てるということ が判明。何回繰り返しても安定していて、同じところに ボールが飛んでいく(私は右利きです)。

それならば、バックハンドのメカニズムをフォアハン

ドにも応用すればいいのかも?で、試しにフォアハンド も両手で打ってみたところ、あら不思議。ちゃんと打て る!いやあびっくりしました。ぜんぜんできなかったの に、両手打ちに変えた途端にちゃんと打てるように なっちゃったんです。楽しい。こうなったら一人でも練

練習場所を探していたら、ハワイはテニスの環境が かなり整っていることが判明。公園には最低2面はテニ スコートがあって、壁打ち用の壁もある。そしてほとん どのテニスコートがすいている。しかも無料!

さっそく休みの日に壁打ちに行ってみました。そして ボールを2個なくしました。でもテニスブームはまだし ばらく続きそうです。



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ビの持ち帰り店「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/hikaruhawaii like us on facebook "Dragon Kitchen Hilo"

求人情報

日刊サンの e-JOB



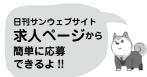
カフェカウンタ・

6:30AM-2:30PMの間で交代制 コーヒーやスムー 簡単なサンドイッチを作るお仕事です。 週1回からでもOK

ローカルのお客様が多い為、日常会話の英語が話せる方 経験者優遇 未経験でもトレーニングします!

ロケーション
●カイムキ ●カカアコ
●ダウンタウン(topaビルディング)

ご興味のある方は、ロケーションの希望と 履歴書(日本語・英語可)をお送りください alohabakehouse@gmail.com 書類審査通過者にはインタビュースケジュールを連絡いたします



QRコードから QRコードから 求人ページへGO!! ➡ 回来

マッサージセラピスト募集

初心者大歓迎です、丁重に指導します。

お気軽にお電話ください 2808-294-7695 R#fle

詳しい内容はWEBをご覧ください リフレハワイ reflehawaii.com

早い! カンタン!!

掲載のお申し込みはこちらから⇒

https://nikkansan.net/ad-inquiry/

Classified Ad.



--L-29

貸部屋 ワイキキ 2寝1浴 光熱 費込 家具・ラナイ付 キッチン&バス共用 女性希望 \$800 808-783-9020

貸し コンド Studio 11階 \$1650 光熱費込み ドンキホーテ裏 清潔、新カーテン、眺望良し Yon Kang 808-428-5111



--A-12

創業15年の総合ハンデイマンサー 創業ビスをオーナー引退の為売り たし。\$12000器材とマンツーマンの指 導込みです 住まいの911 阿部

808-888-9256

クラシファイド

お申込はこちら



nikkansan.net/3-lines/form.cgi



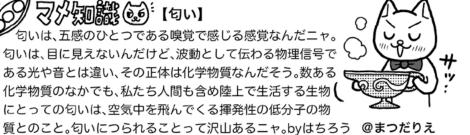






知識(で) [匂い]

匂いは、五感のひとつである嗅覚で感じる感覚なんだニャ。 匂いは、目に見えないんだけど、波動として伝わる物理信号で ある光や音とは違い、その正体は化学物質なんだそう。数ある 化学物質のなかでも、私たち人間も含め陸上で生活する生物 にとっての匂いは、空気中を飛んでくる揮発性の低分子の物



Exp. Date

Signature

日**サ** 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! 1 month \$12 毎週土曜日 印刷版(週末版)発行 6 months \$66 定期購読ご希望開始日 1 year \$120 月/ \Box Name **Address** City State Zip Tel E-mail **PAYMENT INFORMATION** Check enclosed made payable to NIKKAN SAN or JAPANESE DAILY SUN. ○ Charge my □ **V/SA** Card No.

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。

CVV _

Zip code _

NIKKAN SAN (JAPAN PRESS SERVICE, INC.) $_{\circ}$ 1687 Kalauokalani Way A-103 Honolulu, HI 96814

ホリデーシーズンを楽しむなら

リーズナブルなのに贅沢三昧!* 「ロブスターキング」へ!

活ロブスター特製ソースが24.95ドル お刺身で食べても美味しい抜群の鮮原

新鮮魚介を抜群のコストパフォーマンスで味 わえる『ロブスターキング』どこよりもリーズ ナブルなのは、ワイキキの一流レストランな どへ魚介を卸すホールセーラーでもあるか ら。店の奥には巨大な生簀(いけす)が並び、 ロブスター、カニ、アワビ、牡蠣がたっぷり! だから何を食べても新鮮なのだ。ぷりぷりに 弾ける食感とともに甘みが口いっぱいに広が る『特製ソースつき活ロブスター』はメイン 料理と共に注文すると一皿(約1.50lb) 24.95ドルという破格になる。生きたロブス ターをその場で調理する『活ロブスターの刺 身』が食べられるのも同店ならでは。プリン



4lb以上のロブスターを注文すると 刺身、特製ソース炒め、ロブスターヌードルorお粥の 3通りで堪能できます

プリンとした食感と口いっぱいに広がる甘み がたまらない。わさび醤油でいただく刺身は 日本人にも大人気のメニューだ。

ホリデーシーズンこそコスパ抜群のロブスターキングへ!

ホリデーシーズンは、家族や友人たちとの パーティーが目白押しの季節。ホームパー ティーもいいが、それよりもリーズナブルに 豪華なパーティーができるのが同店だ。看板 メニューのロブスターがメインディッシュと なったおトクなパーティーメニューや、秋から 冬にかけてアメリカ西海岸で解禁になる、旨

活ロブスター 特製ソース

-皿(約1.50lb) **\$24.95!**

他のメイン料理と共に注文すると

みたっぷりのダンジネス・クラブもお手頃価 格で満喫できる。メニューは全部で約120種 類。広い店内には大家族で囲める円テーブル や少人数用のテーブルがあるので人数に合 わせて予約しよう。今年のホリデーシーズン は、手間も予算もかけずに気軽にレストラン パーティーを!



ホリデーシーズン到来! 幹事さんに朗報!

パーティーメニュー

あれもこれも味わいたい欲張 りな参加者を満足させる人気 メニューのオンパレード。ロブ スター3匹を使ったメイン ディッシュの登場にパーティー が盛り上がること間違いなし! 10~12名でたっぷり楽しめる ので、予算は一人あたり33~ 35ドル前後。豪華なディナー がこの値段。幹事の株が上が りそうだ!

ROBERT S

華に味わっ

ロブスターキングでは、大きなサイズ のロブスター(3パウンド以上)を注文 すると、調理前のロブスターをテーフ ルに持ってきてくれる。SNSで注目を 集める写真撮影で、パーティーは更に 盛り上がりそうだ。

アルコール類が充実の「Full Bar」 ワインのみ持ち込み可 (1テーブル20ドル!)

SNSで注目間違いなし 「ロブスター」との記念写真

クリスマス・元旦も営業

店の裏に広大な無料パーキング

ホリデースペシャル

販売期間:11月22日~ 12月31日まで (ご購入の翌日から使用可)

A GIFT FOR YOU 808-944-8288

ギフト券(お食事券)



みなさまの お越しを お待ちして います!

1380 S King St. (Keeaumoku St.とKing St.の角)

☎808-944-8288 年中無休 10:00am~10:00pm

JOB NEWS

すると、注目の求人情報を **Eメールでお届けします!!**

見逃し防止!!

読者登録はこちらから➡

https://nikkansan.net/registerreader/

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!



良心的プライス! 幅広い品揃え! 経験豊富なスタッフ ROOTS & RELICS TEL:538-3311

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

住まいの "困った!"を 解決します。



のニュース・求人

新鮮情報満

載

家のリフォーム&修理・管理

ペインティング/プラミング/電気周り フローリング/タイル/掃除



日本語OK 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!

808-425-6877 / 808-217-1683

モノクロコピー \$0.035* 日刊サンを見た!で カラーコピー \$0.23* ポスター、バナー ポスター(22"x28")**\$30~** 10%OFF ⊠9444000@gmail.com バナー(24"x48") \$40~*1000枚以上の料金







あなたの夢を形に変える! ドリーム建設

新築、リフォーム、内装、外装工事、キャビネット、 プラミング、フローリング、タイル、ペイントなど総合 dreamhawaiiusa.com

usadreamhawaii@gmail.com

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





*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 コンセント設置可 売り切れる *浴槽内の手指や吸ぶに、ボールの無料 \$690**→ \$450**(設置料込) 安心の フラント社会時間チャージなし

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 施工例や詳細はコチラ www.oahutubdoctors.com



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