

南国暮らしの会

2016年 春季号



千鳥ヶ淵
No.1612 堀江 健夫氏提供

平成28年5月9日



登録第4810100号
(REGISTRATION NUMBER)

NPO法人 南国暮らしの会

南国暮らしの会 (2016年 春季号) 目次

平成 28 年度総会案内

(敬称略)

平成 28 年度(第 19 期)南国暮らしの会総会のご案内	No. 434	大野 悦子	1
平成 27 年度事業報告書	No. 434	大野 悦子	3
平成 27 年度 特定非営利活動に係る事業の会計 収支計算書			11
平成 27 年度 特定非営利活動に係る事業の会計 貸借対照表			12
監査報告書			13
平成 28 年度事業計画書(案)			14
平成 28 年度特定非営利活動に係わる会計収支予算書案			15

会員からの投稿

マレーシア(ペナン・クアラルンプール)にロングステイしてみた	No. 1346	池田 諭	16
東海支部マレーシアこの指とまれツアー報告	No. 1601	高島 寛	18
ビルマで感じたこと	No. 1391	十河 和夫	21
Our longstay in Hamilton・NZ	No. 1225	高橋 眞治	25
セブとマニラに暮らしてみた	No. 1693	犬飼 泉	28
中国・マレーシア訪問記	No. 498	氏家 孝	31
北海道支部ダバオ訪問記 ひえー、日本ではありえない。	No. 358	松村 久一	36
フィリピン ダバオ ショートステイ	No. 742	池田 邦彦	37
ダバオ訪問記	No. 1285	桂 裕章	38

南国写真サロン

ダバオ山間僻地の小学校で	No. 1473	名倉 孝	39
インド・ケララ州アービックのお祭り	No. 1572	武富千津子	39
沖縄・座間味島の海で	No. 1581	黒川 敏彦	40
バリ島・ウブドの棚田	No. 1071	松尾 桂子	40
タイ・チェンセーン	No. 1607	阿部 滋敏	40
ラオス・ブイエンチャ 田舎の坊さん	No. 1518	恵 功	40
イギリス・ウインザー城	No. 1075	三上 英司	40
スロヴェニア	No. 1758	大下 理	40

お役たち情報

海外旅行傷害保険とクレジットカード	No. 1591	肥後 信彦	41
マレーシアでの病院(医療)事情とペナンの病院について	No. 1546	渡邊 照夫	45
チェンマイラム病院に手術入院して	No. 1244	金井 修二	48
バンコク LCC 乗り換え	No. 1108	山田美弥子	49
寄稿文 フィリピン・ダバオ市での介護のご案内		町田 隆一	51

支部便り

北海道支部便り	No. 1285	桂 裕章	53
東北支部便り	No. 498	氏家 孝	53
関東甲信越支部便り	No. 1118	肥後 憲尚	54
東海支部便り	No. 1544	森 幸太郎	55
関西支部便り	No. 173	平山 三雄	58
九州支部便り	No. 581	朝永 清寿	58
チェンマイ支部便り	No. 239	伊藤 寛	59
ペナン支部便り	No. 1546	渡邊 照夫	60
クアラルンプール支部便り	No. 1682	守田 章	62
バギオ・パンガシナン支部便り	No. 227	斎木 一	63
ダバオ支部便り	No. 1261	藤本 晴久	64
ハワイ支部便り	No. 1439	塩川 亨	65

部会伝言板

総務部会	No. 1607	阿部 滋敏	66
広報部会	No. 1207	宮原 正宇	66
会報部会	No. 1309	青木 一義	67

友好団体紹介コーナー

南国暮らしの会 支部一覧			68
編集後記			68

平成28年度(第19期)南国暮らしの会総会のご案内

理事長 大野悦子

陽春の候、ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。また、南国暮らしの会にご理解とご協力を頂き感謝申し上げます。

さて、通常総会を下記要領にて開催致しますので、ご出席賜りたくご案内申し上げます。

表決権を有する会員は同封の葉書に出欠を記入しご返送願います。また欠席の方は同じ葉書下部記載の「平成28年度総会表決権行使委任状」に記入しご返送をお願い致します。

尚、今年度の総会表決権行使資格者は、本年3月31日迄に平成28年度会費を納入された継続会員の方(細則第13条4)です。ご承知おき下さい(葉書は議決権を有する方のみ同封しております)。

記

日 時：平成28年5月29日(日) 午前10時～11時55分

場 所：東京都南部労政会館 第5・6会議室 JR大崎駅 南口徒歩3分(案内地図2頁参照)

1. 総会議題

*第1号議案：平成27年度事業報告及び会計報告・監査報告について

(会報春季号3～13頁参照)

*第2号議案：理事任期満了に伴う理事会の選任理事の信任について

①退任理事：No. 843 土井 研一 No. 1108 山田美弥子 No. 1244 金井 修二
No. 1533 森川 文枝 No. 1537 鈴木 元恵 No. 1591 肥後 信彦
No. 1612 堀江 健夫

②重任理事：No. 173 平山 三雄 No. 434 大野悦子 No. 996 歌田 晃一
No. 1207 宮原 正宇 No. 1208 澁谷 幸一 No. 1309 青木 一義
No. 1388 寺田 光江 No. 1578 山本 雅巳 No. 1581 黒川 敏彦
No. 1607 阿部 滋敏 No. 1640 川野 俊次 No. 1668 榎野 昭一

③新任理事：No. 670 今野 力男 No. 1032 瀧川 清人 No. 1225 高橋 眞治
No. 1431 兼森 省治 No. 1575 吉田 博

*第3号議案：監事任期満了に伴う監事の選任について

①退任監事：No. 712 高田 勝弘 No. 750 小松 勝正

②重任監事：No. 1068 山科 滋雄

③新任監事：No. 1361 木村 秀男 No. 1591 肥後 信彦

*第4号議案：平成28年度事業計画(案)について

(会報春季号14頁参照)

*第5号議案：平成28年度予算(案)について

(会報春季号15頁参照)

***第6号議案：定款の一部改正について**

海外在住の会員から「総会の議案に対する表決を電磁的方法で行いたい」との要望を受けて、下記のように定款の第28条（総会での表決権等）の2を改正致します。

2 やむを得ない理由により総会に出席できない正会員は、あらかじめ通知された事項については書面若しくは電磁的方法をもって表決し、又は他の正会員を代理人として表決を委任することができる。

2. 総会の議事進行について

総会開催に当たり、会員の皆様には各議案内容を本会報にて事前にご検討して頂き、ご出席出来ない方は同封葉書「平成28年度総会表決権行使委任状」を予めご提出頂くことにしております。（提出期限は5月26日必着。この期限を過ぎた委任状は失効しますのでご注意ください）。

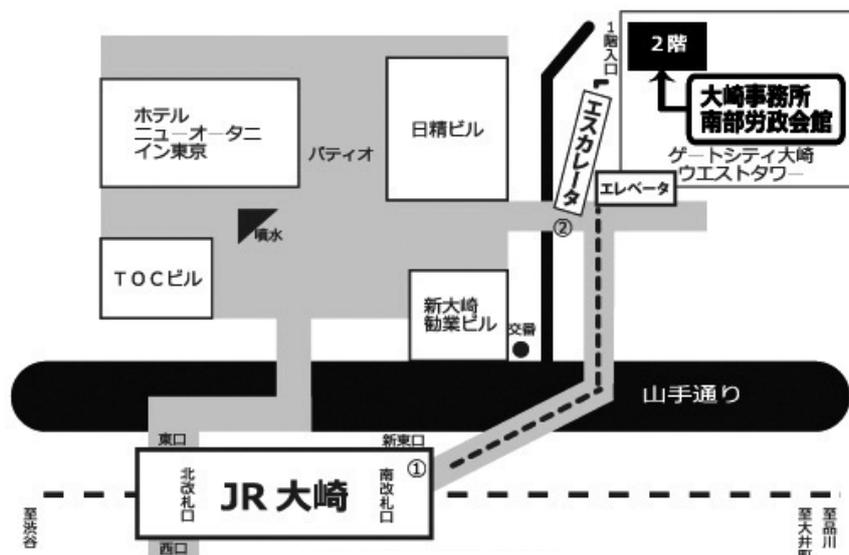
当日ご出席の方は員数確認のため必ず10時迄に受付を済ませて入場して下さい。

受付係りも表決権者ですので10時にて受付を終了します。（遅刻されますと表決権は失効します）。

総会の議事は資料の詳細説明は極力省き、質疑応答から開始し効率よく進行を図りたいと思いますので皆様方のご協力をお願い申し上げます。従って当日は本会報（他に総会関連資料が同封された場合はその資料を含む）を必ずご持参下さい。

なお、議決権を有しない会員（4月以降に入会された新会員、会費納入が4月以降の継続会員及び家族会員の方は別の席：総会会場議長席に向かつて左側）を設けてありますので、そちらにご着席下さい。

・・・総会会場（東京都南部労政会館）のご案内・・・



- ① JR 大崎 南改札口・新東口より3分
 - ② 連絡デッキのエレベーター、またはエスカレーターで1階に降りて、1階入口より入る
- 所在地 〒141-0032 品川区大崎 1-11-1 ゲートシティ大崎ウエストタワー 2階
東京都南部労政会館 ☎：03-3495-4915

平成27年度事業報告書

(平成27年4月1日から平成28年3月31日まで)

特定非営利活動法人 南国暮らしの会
理事長 大野 悦子

1. 事業の成果

1) 理事会

本年度は、昨年度、新規に加わられた理事も2年目となり、それぞれの役割にも熟練され、また、本年度は、名の理事が退任され、その補充として新たに3名の理事に加わって頂き、総勢19名の理事で会の運営も支障なく実務を遂行することが出来ました。

2) 国内支部の活動

各支部ともサロン会、情報交換会、旅行企画など活発な活動が行われました。平成27年5月30日(土)には、国内支部長及び役員会が開催され、各支部の活動報告や活動予定が報告され、意見交換も行われました。

東海支部で支部長の交代があり、No.1544 森 幸太郎氏が就任されました。また、東海支部では、「ウィルあいちフェスタ2015」が開催され、参加して会のPRを行いました。

北海道支部では、「北海道新聞」に取材協力し、記事が掲載されました。(詳細は、支部の活動報告やHPをご覧ください)

3) 海外支部の活動

海外支部では、サロン会、食事会、ゴルフ、その他短期訪問会員への支援も活発に活動して頂き感謝致しております。ハワイ支部では、一昨年からの15周年記念行事の一環として、昨年6月に「記念サロン会」が開催され、7月には支部長の交代が行われ、No.1439 塩川 亨氏が就任されました。

また、セブ支部で支部長の交代があり、No.1410 加藤正也氏が3月の理事会で承認されました。

4) 会報について

年に3回を春、夏・秋、新年の各号として発行致しました。会報は会員のLSに関する各種の情報を入手する重要な手段として定着しております。また電子化により「南国暮らしの会」のHPでも閲覧でき便利になっています。出来る限りの情報を掲載するように努め会員の皆様のご協力もあり、一定の評価を頂いております。

5) 広報について

毎年、新年度早々に、ロングステイ財団及び、マレーシア観光局、フィリピン政府観光省、タイ政府官公庁等、関係官公庁を訪問し、各事務局との連携が強化し、各国のセミナーやレセプションに参加して会のPRが出来ました。また、「イカロス出版社」から「フィリピンでロングステイ」という本の出版にあたり、取材協力の依頼があり、ダバオ支部やマニラ支部などの協力のもと無事刊行されました。

ご協力下さいました皆様に厚く御礼申し上げます。

6) HP及び南国暮らしの会掲示板(BBS)について

新規入会者は、HPを見て入会される方が大多数でHPの意義は当会にとって大きな存在ですが、絶えず情報のメンテナンスを行い新鮮な情報を外部に発信出来るように努めました。

「南国暮らしの会掲示板(BBS)」発足より2年が経過し、会員の皆様の情報発信の拠り所となってきたことと存じます。スレッド数も増え、新しいスレッドの増設の要望もあり、今後ともより良い運用をして頂けるように努めてまいりたいと思います。掲示板本体には、過去1年間143件、また、スレッド単位で見ますと「チェンマイ訪問、帰国報告」「セブ便り」が共に225件などです。

「南国暮らしの会HP」は、日に、200アクセスほどあり、閲覧数も年々増えております。

7) 会員部会について

「南国暮らしの会」への資料請求者に従来は、A4封筒にて既刊の会報および南の会概要・定款等を記載した「南国暮らしの会のお誘い」を同封し宅急便にて発送しておりましたが、発送費大幅値上げのため資料送付内容の見直しを致しました。既刊会報・定款は、HP委員会の協力を得て資料請求者専用のパスワードを発行し、HP上で閲覧することが出来るようになりました。このため資料内容は「入会のお誘い」と題してA4用紙1枚にまとめた事で定形郵便にて送付可能となり、発送費の大幅削減に繋がりました。

住所変更・メールアドレス変更届けに関し会報を通して周知した結果、会員から会員部会への届け出が増え、会報未配達数が減少致しました。

8) 支部補助金について

支部補助金の支払い実績は、以下のとおりです。また海外支部長には各5,000円の支部長活動費を支出しております。

今年度の収入は前年度対比約46万円ものマイナスになっており、来年度も今年度並みの収入予算としております。従いまして補助金につきましては減額せざるを得ない状況であることをご理解賜りますようお願い申し上げます。

【支部補助金】

(単位：円)

	平成 27 年度	平成 28 年度 (案)	差 額
関東甲信越支部	90,000	45,000	- 45,000
関 西 支 部	75,000	40,000	- 35,000
東 海 支 部	60,000	30,000	- 30,000
九 州 支 部	55,000	30,000	- 25,000
北 海 道 支 部	45,000	30,000	- 15,000
東 北 支 部	10,000	10,000	0
マニラ支部	20,000	10,000	- 10,000
チェンマイ支部	50,000	35,000	- 15,000
ペナン支部	30,000	15,000	- 15,000
セブ支部	30,000	10,000	- 20,000
K L 支 部	25,000	15,000	- 10,000
バギオ支部	25,000	10,000	- 15,000
ハワイ支部	30,000	15,000	- 15,000
G C 支 部	20,000	10,000	- 10,000
ダバオ支部	30,000	15,000	- 15,000
計	595,000	320,000	- 275,000

2. 事業の実施に関する事項

1) 会報作成／発行

- ◎春季号 (Vo.63) 平成27年5月9日発行
 - ・平成27年度総会の案内
 - ・マレーシア特集
- ◎夏・秋季号 (Vo.64) 平成27年9月5日発行
 - ・平成27年度総会報告
 - ・フィリピン特集
- ◎新年号 (Vo.65) 平成28年1月8日発行
 - ・支部ごとの物価比較、夫々のLS地の今昔

2) 広報部会

- ① ロングステイ財団及び、マレーシア政府観光局、フィリピン政府観光省、タイ政府観光庁など関係官公庁に対し、表敬訪問する。(6月)
- ② ロングステイ財団主催「ロングステイヤーの集い」セミナーが大和ハウス工業東京本社にて開催され、「南の会」もブースが与えられ、宣伝に努めた。(6月27日)
- ③ フィリピン政府観光省の横山氏からの招待を受け、帝国ホテルにて開催された「フィリピンビジネスミッション・レセプション」に大野理事長、阿部副理事長、寺田広報副部長が出席し、フィリピン大使、各国官公庁のトップ、大手旅行会社役員などと交流し、「南の会」のPRに努めた。(6月24日)
- ④ 「イカロス出版社」から「フィリピンでロングステイ」の本の出版にあたり、原稿の投稿依頼があり、広報部3名で表敬訪問し、ダバオの藤本支部長と佐々木一信氏、元理事長の宮崎哲郎氏、マニラの中山支部長を紹介し、各氏が記事を投稿して無事刊行の運びとなり、この本を読んだ一般読者から4人の方が、新規会員となった。(7月)
- ⑤ ロングステイ財団主催の「台湾セミナー」が大手町で開催され、広報部会の3名が出席し、台湾におけるロングステイの現状につき、情報収集した。(7月29日)
- ⑥ JTB本部のコーポレートセールス総合受付担当の市川氏より広報部会宛に面談要請があり広報の3名で霞が関ビルの事務局を訪問し、面談の結果、JTB者では、フィリピンにJTB支店を置くこととなり、その事前調査としてフィリピンにおけるロングステイの現状についての実情聴取を受けたため、分かる範囲での意見交換、情報交換を行った。
- ⑦ 昨年来、「南の会」の会員による同好会として発足し、活動を続けていた「アフターロングステイクラブ」がその活動意義を認められ、10月10日の第2回理事会において正式に広報部会の下部組織として位置づけられ、「アフターロングステイ委員会」として新たなスタートを切った。当面は75歳以上の高齢会員にとって切実なテーマである「終活問題」にスポットをあて、20項目以上のテーマに優先順位を付けて個々に研修を重ねる方針にて、今後の活動結果が期待され、広報部会としても組織運営面での十分なバックアップを図っていく。
- ⑧ 11月21日に開催されたロングステイ財団主催の「ロングステイフェア2015」に参加、今回で「南の会」として4回目の出展を果たし、当日、広報部会を中心に理事会メンバーを含む約10名が手

弁当で設営に参加した。来店者から80枚以上のアンケートを回収し、そのアンケート協力者に対し、関東甲信越支部の「月例サロン会」へのゲスト参加を呼び掛けたところ、12月、1月の各月にそれぞれ約10名前後のゲスト参加があり、その場でオリエンテーションを実施した結果、2か月合計で、12名の新入会員獲得という快挙に繋がった。

- ⑨ 3月18日にロングステイ財団において主として国内におけるロングステイの普及を目的とした「長期滞在型ロングステイ観光学会」を設立することとなり、その設立総会と基調講演、及び学識経験者をパネリストに迎えての公開討論会が開催され、「南の会」にもパネラー参加の要請があり、大野理事長がパネリストとして参加した。

3) ネット委員会

昨年10月には、「南国暮らしの会掲示板(BBS)」のスタート以来初めてパスワードの変更を致しました。目的は、南国暮らしの会掲示板をあくまでも会員相互の情報ツールとするための措置で、非会員の閲覧を防ぐ為のものでした。この変更は、今後とも定期的に行っていきたいと考えております。

HPを見て入会する方も多くおられます。今後も会員外・内問わず、コンテンツの充実をしてまいります。

4) 国内外支部活動関連

1. 北海道支部

- ①総会：2回開催（6月、10月） 参加者総計74名
- ②女性サロン会：2回開催（9月、1月） 参加者総計18人
- ③支部役員会：3回開催（4月、8月、1月）
- ④ゴルフ会：1回開催（9月） 参加者12名（雨天決行）
- ⑤チェンマイ情報交換会：1回開催（7月） 参加者21名

*その他

- ・「夏の避暑地北海道」にステイ、季節移住する会員への対応
- ・タイロングステイセミナーの開催（4月）参加者10名（タイ観光省主催）
- ・北海道新聞海外ステイ講演会（7月）参加者80名
- ・ダバオ体験報告会（12月）参加者25名
- ・北海道新聞に投稿多数（1か月に2回の頻度）

2. 東北支部

- ①9月27日 情報交換会と懇親会 福島県土湯温泉 参加者8名
- ②9月28日 パークゴルフ大会 参加者4名

東北支部は会員9名の支部ですが報告・連絡・相談を密にしていきます。

3. 関東甲信越支部

- ①サロン会&懇親会：9回実施 参加人数、月平均53名参加
- ②支部役員打ち合わせ：9回実施
- ③支部会員懇親活動： 6月 築地市場散策 35名参加
12月 台湾高雄観光 14名参加

- ④サークル活動：パソコン教室 毎月開催、
南国テニス同好会 毎月開催 8月テニス合宿(千葉御宿)

4. 東海支部

- ①定例会：11回(1月を除く毎月開催) 総参加者人数 197名
- ②懇親サロン会(定例会の後)：10回(総参加人数92名)
- ③平日サロン会：12回(第3月曜日実施、総参加人数131名)
- ④支部役員会：6回実施
- ⑤ゴルフ会：2回実施(参加総数25名)
- ⑥外部講師による講演会開催
 - ・健康講座：2015年11月8日(日) 講師：「あいち健康プラザ」池野尚美さん
 - ・マレーシアセミナー：2015年10月11日(日) 講師：石田ファラさん
- ⑦「ウィルあいちフェア2015」に参加：2015年11月21日(土) 来訪者30名
- ⑧ミニサロン会開催
 - 第1回浜松ミニサロン会：2015年7月3日 14名参加
 - 第2回浜松ミニサロン会：2015年9月3日 10名参加
- ⑨第1回マレーシア下見ツアー：2015年11月25日～12月4日、参加者11名
第2回マレーシア下見ツアー：2016年1月19日～31日、参加者12名
- ⑩その他：タブレットやラインの勉強会を適宜実施

5. 関西支部

- ①支部役員会(4回)：4月、5月、6月、10月 参加者総数42名
- ②例会：サロン会開催(5回) 参加総数183名
 - 4月 「九州支部とのサロン会」LS下見とセブ島・KL・ダバオについて
 - 6月 総会 1-3号議案の承認
例会 「チェンマイステイについて」「ハワイの最新事情」「情報交換会」
 - 8月 ビアパーティー
 - 10月 例会：ビルマ鈍行旅行・宇和島体験移住・HOTな台中ステイ、
健康について
 - 12月 忘年会
- ③親睦行事：パソコン教室2回開催(5月、11月)
お昼のサロン会開催 2月 参加者総数29名

6. 九州支部

- ①サロン会(例会)&懇親会：4回実施 参加総人数79名
- ②支部役員会：5回実施(4月、10月、12月、1月、3月)
- ③パソコン勉強会：2回(例会当日、開始前2時間程度実施、参加総人数22名)
- ④パソコン勉強会&ゴルフサロン会：9月 熊本で開催 11名参加
- ⑤阿蘇ゴルフサロン会：10月 熊本 12名参加
- ⑥ベトナム下見ツアー：1月実施 10名参加

7. マニラ支部

- ①サロン会は、在比、南の会の会員が少ない為、開催しませんでした。
- ②日本、その他より南の会会員の訪問があり、懇親、情報交換を行いました。
- ③8月15日に日本大使館主催の「カリラヤ日比戦没者慰霊祭」にバギオ・パンナシガン支部長の斉木氏と共に参加し、「南国暮らしの会」で献花致しました。
- ④天皇皇后両陛下が来比され、2016年1月29日にカリラヤの戦没者慰霊碑にご参拝なされた折、列席させて頂きました。

8. バギオ・パンナシガン支部

- ①本年度会員滞在者はいなかったため支部としての例会などはありません。
- ②平成27年5月15日～25日、会として支援している大学生が日本訪問、東京・大阪・神戸・京都見学
- ③平成27年8月15日、マニラ近郊カリラヤ日本庭園で行われた日本政府主催比島方面戦没者慰霊祭に出席。マニラ支部と一緒に南国暮らしの会として献花
- ④会員の協力で12月13日、バギオ日系人会館での日系人奨学生のクリスマスパーティに会としてクリスマスプレゼントを学生達に提供
- ⑤平成28年2月16日、バギオで行われた日比国際友好協会主催慰霊祭に参列、会として献花
- ⑥奨学生14名を支援

9. セブ支部

- ①スターバックスでの朝ミーティング、情報交換会、発表会をアヤラ休館日以外は毎日開催
- ②来セブ会員のダイビング及び病院紹介、スマホ最新情報、リタイアメントビザ更新情報等ヘルプを実施

10. チェンマイ支部

- ①サロン会&懇親会（7月：39名、12月：35名、1月：88名）年間3回開催、参加総人数162名
- ②ゴルフコンペ：1回（8月参加46名、2月雨天中止、申し込み50名キャンセル待ちも残念）
総数46名参加
- ③定例ゴルフの実施：週3回のゴルフの運営 月・木・金曜日（参加者多数）
- ④その他、日本の支部窓口による食事会、小旅行の実施
- ⑤チェンマイ役員・窓口リストは掲示板に掲載。2016年度版

11. ペナン支部

- ①支部総会実施（5月23日）前年度活動報告、会計報告、役員の就退任及び会員の入退会の承認
- ②サロン会4回実施（5月、6月、12月、3月）、BBQパーティー2回実施
（8月：48名、2月：49名参加）
- ③「南の会」会員の来ペナン時の食事会の実施（5回 9名）及び懇親と情報提供
（会員の方は来ペナンの際は、遠慮なくペナン支部役員に声をお掛け下さい）
- ④支部役員会 10回実施（原則月1回開催 第2土曜日開催）

12. ハワイ支部

- ①サロン会&懇親会：8回（4月、5月、6月、7月、8月、10月、11月、12月）90名
 - ②ゴルフコンペ：1回 定例会：7回
 - ③BBQパーティー：1回 55名（うち 会員20名が参加）
 - ④ホノルルマラソン：1名参加
- その他、HOMEパーティーや食事会などを実施

13. ダバオ支部

- ①ダバオ支部総会：2回 4月 10月 開催
- ②ダバオ支部サロン会： 4月 10名参加
10月 北海道支部、九州支部親睦会 19名参加
忘年会 10名 2月 15名
- ③年忘れアイランドホッピング：6名
山間僻地学校に菓の配布：3回 6名参加

14. ゴールドコースト支部

- ①支部会 4～5回／年
- ②観光、宿の斡旋、携帯貸付など

15. KL支部

- ①支部定期総会実施（2015年8月4日）：2015年度活動実績、決算及び2016年度活動計画、予算について原案どおり決定した。役員転出に伴う担当の変更について承認された。
- ②サロン会開催：2015年8月定期総会を兼ねて実施した（参加者9名）。2015年11月、会員移動に伴う壮行会及び東海支部訪問団歓迎会を兼ねて実施した。（参加者15名）
2016年1月新年会及び東海支部訪問団歓迎会を兼ねて実施した（参加者19名）。
- ③訪問会員対応：日本から11会員+帯同者を迎えた。会食、コンド案内、MM2H取得相談、ショッピングモール案内、ゴルフ同伴など可能な範囲で希望に沿った対応をした。

3. 会の管理に関する事項

1) 総会開催

日 時：平成27年5月31日（日）10：00～11：30
場 所：東京都南部労政会館 第5、第6会議室
正会員数：463名
出席者数：292名（内、総会出席者41名、書面表決者251名）

2) 役員・支部長会議

日 時：平成27年5月30日（土）13：00～16：30
場 所：品川第一区民集会所 第1会議室
出席者数：理事17名、支部長6名、監事1名の計24名

3) 理事会開催

			出席理事	委任状	出席監事
平成26年度	5月16日	第6回理事会	14名	2名	2名
平成27年度	6月13日	第1回理事会	13名	5名	0名
平成27年度	10月10日	第2回理事会	18名	0名	1名
平成27年度	12月5日	第3回理事会	15名	3名	1名
平成27年度	3月12日	第4回理事会	17名	1名	2名
平成27年度	4月9日	第5回理事会	16名	2名	0名

4) 法務局変更登記・東京都庁申請 平成27年6月19日

・理事退任(2名)

No. 513 青木 方子、No. 816 有元 義昌

・重任理事(16名)

No. 434 大野 悦子、No. 843 土井 研一、No. 996 歌田 晃一、No.1108 山田美弥子、
No.1207 宮原 正宇、No.1208 澁谷 幸一、No.1244 金井 修二、No.1309 青木 一義、
No.1388 寺田 光江、No.1533 森川 文枝、No.1537 鈴木 元恵、No.1578 山本 雅巳、
No.1581 黒川 敏彦、No.1591 肥後 信彦、No.1607 阿部 滋敏、No.1612 堀江 健夫、

・新任理事(3名)

No. 173 平山 三雄、No.1640 川野 俊次、No.1668 槇野 昭一

・重任監事(3名)

No. 712 高田 勝弘、No. 750 小松 勝正、No.1068 山科 滋雄

4. 会員動向

平成26年度から平成27年度への継続会員数：507名

平成27年度新規会員数： 42名

平成27年度再入会者数： 2名

平成27年度退会者数： 2名

平成27年度休会者数： 0名

平成27年度期末の会員数： 549名

平成27年度賛助会員数(個人)：1名でした。

また、平成28年3月31日までに平成28年度会費を納入された継続会員は436名で、会則により平成28年度の総会表決権者数は436名となります。

平成27年度 特定非営利活動に係る事業の会計 収支計算書

平成 27 年 4 月 1 日から平成 28 年 3 月 31 日まで

特定非営利活動法人 南国暮らしの会

(単位:円)

科 目	予算額 (A)	実績 (B)	差額(B - A)	摘 要
I 収入の部				
(1) 入会金収入	375,000	220,000	△ 155,000	44 名
(2) 会費収入	3,085,000	2,785,000	△ 300,000	
(3) 資料売収入	85,000	56,000	△ 29,000	56 件
(4) 寄付金収入	0	0	0	
(5) 基本金等利息収入	5,000	378	△ 4,622	
(6) 雑収入	0	30,000	30,000	講演謝礼金
(7) 前期繰越金より繰入	0	0	0	
1. 当期収入合計	3,550,000	3,091,378	△ 458,622	
II 支出の部				
(1) 事業費	3,040,000	2,520,205	△ 519,795	
①会報等事業費	1,190,000	1,146,273	△ 43,727	年 3 回発行
②会報等送料費	505,000	311,781	△ 193,219	年 3 回発行
③資料等製作事業費	160,000	56,221	△ 103,779	
④報告書等製作事業費	150,000	108,043	△ 41,957	会員名簿製作
⑤広報活動事業費	395,000	257,887	△ 137,113	LS 財団賛助会費を含む
⑥支部関係事業費	640,000	640,000	0	明細は事業報告にあり
(2) 管理費	866,000	759,688	△ 106,312	
①旅費・交通費	670,000	598,616	△ 71,384	
②通信運搬費	75,000	51,779	△ 23,221	携帯電話使用料、総会委任状等
③雑費	80,000	68,493	△ 11,507	会議室使用料、振込手数料等
④支払い使用料	41,000	40,800	△ 200	事務所使用料、会計ソフト使用料
(3) 予備費	100,000	0	△ 100,000	
2. 当期支出合計	4,006,000	3,279,893	△ 726,107	(1) + (2) + (3)
III 当期収支差額 (1 - 2)	△ 456,000	△ 188,515	267,485	
(1) 前期繰越金	1,857,503	1,857,503	0	
(2) 事業拡張準備金へ繰入	0	0	0	
次期繰越収支差額 (III + 1 - 2)	1,401,503	1,668,988	267,485	

上記監査の結果、いずれも正確であることを認めます。

平成 28 年 4 月 4 日

特定非営利活動法人 南国暮らしの会 監査会

監事 高田 勝弘 印

監事 小松 勝正 印

監事 山科 滋雄 印

平成27年度 特定非営利活動に係る事業の会計 貸借対照表

(平成28年3月31日現在)

特定非営利活動法人 南国暮らしの会

(単位:円)

科 目	金 額		
1. 資産の部			
(1) 流動資産			
現金	41,022		
普通預金	399		
郵便貯金	1,493,732		
郵便振替口座	3,628,835		
定額貯金	1,300,000		
流動資産合計		<u>6,463,988</u>	
資産合計			<u>6,463,988</u>
2. 負債の部			
(1) 流動負債			
未払金	0		
前受金	2,395,000		
預かり金	0		
流動負債合計		<u>2,395,000</u>	
3. 正味財産の部			
基本金		300,000	
事業拡張準備金		2,100,000	
次期繰越金		1,668,988	
正味財産合計		<u>4,068,988</u>	
負債及び正味財産合計			<u>6,463,988</u>

上記監査の結果、いずれも正確であることを認めます。

平成 28 年 4 月 4 日

特定非営利活動法人 南国暮らしの会 監査会

監事 高田 勝弘 印

監事 小松 勝正 印

監事 山科 滋雄 印

監 査 報 告 書

特定非営利活動法人南国暮らしの会の平成27年度(平成27年4月1日から平成28年3月31日まで)における監事監査に関し、監査の方法及びその結果について協議し、本監査報告書を作成し、以下のとおり報告します。

1.監事の監査方法の概要

監事会は予め定めた監査の方針等に従い、理事会その他重要会議に出席し、理事会の運営、理事の業務執行、事業活動及び財産の状況を調査し、必要に応じて理事等から報告を求めました。

2.監査の結果

- ①事業報告書・役員名簿・社員名簿は、法令及び定款に従い、法人の活動状況を適格かつ適正に示していることを確認しました。
- ②計算書類(収支計算書・貸借対照表・財産目録)は、記載すべき事項を正しく示しており、正確かつ適正であることを確認しました。
- ③理事その他役員の職務遂行に関する不正行為または法令もしくは定款に違反する重大な事実は認められません。

平成28年4月4日

特定非営利活動法人 南国暮らしの会

監事 高田 勝弘 印

監事 小松 勝正 印

監事 山科 滋雄 印

平成 28 年度事業計画書 (案)

(平成28年4月1日から平成29年3月31日)

1. 事業の方針

- 1) 会報事業は年3回(新年号、春季号、夏・秋季号)の発行とする。(会報部会)
- 2) 更なる南国暮らしの会掲示板(BBS)の健全な普及啓蒙を目指す。(ネット部会)
- 3) HPの一層のレベルアップを推進し、対外的に南国暮らしの会を広くPRするとともに会員の為の情報提供に役立つようにする。(ネット部会 HP)
- 4) 会報の閲覧は、南国暮らしの会のHPに掲載し、HPによる閲覧を推進する。(ネット部会 HP)
- 5) 広報活動を活発に行い、南国暮らしの会の活動や認知度をあげ、新規会員を増やす。(広報部会)
- 6) 友好団体との交流を深め、情報交換をし合い、お互いの会の発展を図る。(広報部会)
- 7) 入会希望者に各支部のサロン会にゲスト参加をして頂くよう推奨する。(会員部会)
- 8) 国内外支部と連携を密にし、会員のための会運営を推進する。(支部推進委員会)
- 9) 支部の組織化・活性化を更に推進し、各支部がサロン会を軸に情報交換会、講演会などを開催し、会員相互の親睦と研鑽を深める。(支部推進委員会)
- 10) 上記サロン会等のみならず、同好会活動を通じて、会員間の一層の親睦を図る。更にパソコン教室等を開催してLSに必要な技量アップを図る(パソコン教室、各同好会など)。
- 11) 南国暮らしの会及び各支部が企画する旅行会、下見ツアー等に対し、基本的に会員各自の自己責任であることを周知徹底する。(総務部会・支部長会)
- 12) 益々盛んになるであろうLSに対しLS地での会員の良識ある行為を求める為、「必携」の「海外べからず集」を一層会員に周知させる。(規定必携編集委員会)
- 13) 高齢者や障害者等の為の介護・療養に関する情報や海外でのロングステイを卒業後の活動の情報の収集、調査研究を行う。(アフターロングステイ委員会)

2. 事業の実施に関する事項

(1) 特定非営利活動に係る事業

事業名	事業内容	実施時	実施内容	備考
1、リタイア後、南の国々に居住することを推進していく活動	情報交換し、ロングステイを楽しむ	随時	国内外支部	広報部会、会員部会 各支部
2、高齢者、障害者等のための介護・療養に関する情報の収集、調査研究及び活動	情報収集する中で調査研究を推進し会員と共有する	常時	勉強会の実施 HPの活用	広報部会 HP委員会 アフターロングステイ委員会
3、体験滞在、旅行会等の情報提供	国内外支部、定例サロン会を中心に情報提供・交換する	常時	国内支部実施 国外支部実施	国内外支部定例実施 会報部会、会員部会 広報部会
4、南の国々の風俗、習慣、国民性、生活環境等の情報収集、調査研究活動	国内外の情報を収集HPやBBS・会報に掲載し共有する	常時	HPの活用 BBSの活用 会報に掲載	HP委員会 ネット委員会 会報部会
5、南の国々の暮らしに関する講演会、講習会、研究会等を主催する	国内外支部定例サロン会、総会開催時に講師を招き実施する	定例化	国内支部随時 総会開催時	国内6支部、国外各支部にて開催し、年1回総会開催時実施
6、南の国々の暮らしに関し内外の学校・研究所・医療機関等の団体と連絡・協力し、資料・情報の交換を行う	友好団体と交流し、情報交換を理事各位で図り、その情報開示を定例理事会で確認する	友好団体は、随理事会、定例化	同業団体 政府観光協会	国内外各支部長 担当部会 各理事
7、会報、案内書、報告書等を作成し、配布する	会報発行(新年号、春季号、夏・秋季号)。年3回継続発行	定例化	会報部会 会員部会	全会員へ配布 新入会員、入会希望者への送付
8、これらに関連する事業、及び事業の情報を収集し、保管し、開示し、更に広報活動を行う	HP、BBS、会報に掲載し閲覧推進する	随時	随時閲覧可能	会報委員会 ネット委員会 HP委員会

3. 収益事業：なし。

平成 28 年度特定非営利活動に係わる会計収支予算書案

(平成28年4月1日から平成29年3月31日まで)

特定非営利活動法人 南国暮らしの会

(単位:円)

科 目	前年度 予算額 (A)	本年度 予算額 (B)	差異 (B - A)	摘 要
I . 収入の部				
1) 入会金収入	375,000	220,000	△ 155,000	新規入会 44 名想定
2) 会費収入	3,085,000	2,785,000	△ 300,000	会員数 552 名想定 (継続 + 新規 + 賛助)
3) 資料売収入	85,000	56,000	▲ 29,000	
4) 寄付金収入	0	0	0	
5) 基本金等利息収入	5,000	1,000	▲ 4,000	
6) 雑収入	0	0	0	
1. 当期収入合計	3,550,000	3,062,000	△ 488,000	
2. 前期繰越	1,857,503	1,668,988	▲ 188,515	前年、当年度決算での繰越額
3. 収入合計	5,407,503	4,730,988	▲ 676,515	1. + 2.
II . 支出の部				
1) 事業費	3,040,000	2,095,000	△ 945,000	
① 会報等事業費	1,190,000	1,070,000	△ 120,000	年 3 回発行会報制作費、会報委員会
② 会報等送料費	505,000	250,000	△ 255,000	メール便、海外送料費
③ 資料等製作事業費	160,000	40,000	△ 120,000	入会者向け資料、会員証、送料代等
④ 報告書等製作事業費	150,000	80,000	△ 70,000	会員名簿
⑤ 広報活動事業費	395,000	290,000	△ 105,000	LS 財団会費、LS フェア、プロバイダー
⑥ 支部関係事業費	640,000	365,000	△ 275,000	支部補助金等 (明細は事業報告書にあり)
2) 管理費	866,000	909,000	43,000	
① 旅費・交通費	670,000	730,000	60,000	理事会等交通費、その他行動費
② 通信運搬費	75,000	68,000	△ 7,000	南の会携帯電話、総会委任状
③ 雑費	80,000	70,000	△ 10,000	理事会会場費、コピー、事務用品
④ 支払使用料	41,000	41,000	0	ネット会計、事務所使用料
3) 予備費	100,000	100,000	0	
4. 当期支出合計	4,006,000	3,104,000	△ 902,000	1) + 2) + 3)
5. 当期収支差額	▲ 456,000	▲ 42,000	414,000	1. - 4.
6. 次期繰越収支差額	1,401,503	1,626,988	225,485	3. - 4.

マレーシア(ペナン・クアラルンプール)にロングステイしてみても

ペナン支部 No.1346 池田 諭

マレーシアにロングステイして約6年(内訳としてペナン4年、クアラルンプール2年)住んでみてクアラルンプールとペナンの違いを投稿いたします。

住宅環境、医療全般、交通全般、趣味、ショッピング、外食、気候についての項目で投稿いたします。



KL支部の皆さんと食事会

1. 住宅環境

住宅については、多くのロングステイヤーはプール、スポーツジム付のコンドミニアムに住んでおり、これは、クアラルンプールもペナンも同じです。

ペナンとクアラルンプールの大きな違いは家賃です。ちなみにクアラルンプールでは2000RM～4000RMの家賃を払っている方が多いです。ペナンでは1500RM～2500RMの家賃を払っている方が大半です。

クアラルンプールの家賃が高いのにはいくつかの理由があります。ペナンに比べ室内設備、共同エリアの設備が充実していることと、企業が家賃を負担する駐在員が多いためと思われます。最近では円安だったため、ロングステイヤーは安いコンドミニアムに引っ越した

り、同じ家賃でも新しいコンドミニアムに移っていかれる方が多くみられます。



KLで住んでいたコンドミニアムのプール

2. 医療全般

クアラルンプールには数多くの医療施設があり、日本人対応も充実しています。中には日本人医師もおり、設備もペナンに比べて充実していると思います。

ペナンにも日本人対応できる医療機関はありますが、施設の数ではクアラルンプールにかないません。しかし、通常の病気対応では困ることは一切ありません。(私たちの経験ではクアラルンプールに比べ、ペナンの方が親切でした。)

3. 交通全般

公共交通機関はクアラルンプールには電車、モノレール、バス等が充実しています。が、日本の大都会のように縦横無尽に交通網が張り巡らされてはいません。やはりクアラルンプールに住むとなると車が必要不可欠です。

ペナンは公共交通機関はバスしかありません。人口の割りに車、特にバイクがとても多いです。

交通マナーは、日本に比べるとクアラルン

プール、ペナンどちらも悪いですが、強いて言えば、ペナンの交通マナーの方が悪いと思います。理由のひとつとしてバイクの多さ、多いだけではなく右側、左側から車の前に割り込んできます。1週間も走っているとバイクの交通事故を多く見ます。そのため、ペナン在住のご夫婦はご主人は運転しても奥さんは運転しないという方が多いです。

クアラルンプールは交通に関してはすべての点で良いわけではなく、クアラルンプール市内を車で走っている時に1本道を間違えると、脇道がないので遠回りして高速代を払い、もとの場所に戻るはめとなることが多いです。また、新しいロングステイヤーはカーナビの指示に従っても目的地に着かないという話をよく耳にします。(最終的には目的地に着いているようです)

タクシーは、クアラルンプールはほぼメーター制ですが、ペナンは未だに交渉制であり、旅行者はぼったくられることもあります。

4. 趣味、ショッピング、外食

趣味と言えばゴルフ、テニスが思い浮かびますが、ゴルフについてはクアラルンプールの方が、ゴルフ場の数、設備、及び近さはペナンに比べて上回っていると思います。しかし、料金に関してはペナンの方が平均して安いと思います。

テニスについてはペナン、クアラルンプールともに同好会的なグループがあり、定期的にテニスコートのあるコンドミニウムに集まり、プレーを楽しんでいます。

クアラルンプールとペナンの大きな違いは日本人会の存在です。クアラルンプールの日本人会は日本人学校の管理運営だけでなく、サークル活動が充実しています。体育系、文科系など約70以上のサークルがあり、私たちは蕎麦打ち愛好会、生麺クラブ、マージャ

ン同好会に加入していました。(クアラルンプールの日本人会は世界に誇る日本人会だそうです。)

ペナンのショッピングモールは、コムタ、クイーンズベイ、ガーニーの3箇所だけです。クアラルンプールには数多くのショッピングモールがあり、私たちの2年の滞在では把握できないほどです。

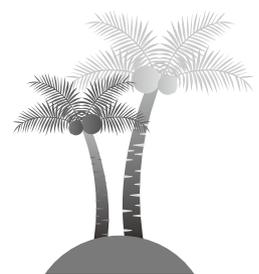
外食はクアラルンプールには日本にある有名チェーン店が数多くあり、また日本食のレストランも多く見受けられます。ペナンにも日本食レストランはありますが、ペナンは中華系が多いため、中華レストランが充実しています。

5. 気候

クアラルンプールとペナンを比べると、気温はほとんど変わりはありません。日中の日差しはクアラルンプールに比べてペナンの方がきついです。クアラルンプールは都会の暑さです。

室内の温度はペナンの方が2度ほど低く、涼しく感じられます。島なので海風、山風が定期的に吹くためだと考えられます。ペナン在住の方々はクーラーはほとんど使わず、ファンのみの生活をしています。

ヘイズ(煙害)はクアラルンプール、ペナン共、去年は特にひどく学校が臨時休校になったほどです。笑い話でヘイズのひどい時にゴルフに行くとゴルフボールが見えないほどです。一般家庭では窓を締め切り、クーラーをつけて過ごし、外出は極力控えていました。



6. 最後に

クアラルンプールとペナンとではどちらが住み良いかという、どちらも一長一短があり、クアラルンプールはとても便利な都市、ペナンは不自由を感じない町といえると思います。

以上の投稿は個人的な意見がかなり含まれていますので、実際のところ、クアラルンプール、ペナンに来馬してご自身で確認してください。



ペナンで住んでいるコンドミニアムからの眺め
ペナン大橋と第2ペナン大橋が見えます

東海支部マレーシアこの指とまれツアー報告

東海支部 No.1601 高島 恵

期間：2016年1月19日～31日

参加者：会員11名

1601 高島 寛・恵、1564 安田 征市・八代、
741 村田 千岳・秀子、877 梶野 祥司・恭子、
1359 加藤 哲也、1606 川澄 一夫・信子

目的：現地に在住している東海支部会員の鈴木保史さんにKLを案内してもらいながらロングステイ候補地としてのKLを視察する事及び南の会KL支部との交流。

ツアーメンバーの役割分担など：

連絡係（高島恵）

- ①行く前の段階で、KL支部とのメール連絡及び参加メンバー同士の情報の共有のために全員に参加メンバーの氏名や連絡方法、旅行日程を作成し送る。
- ②『南国暮らしの会』必携にある『海外支部のある地域に滞在する場合のべからず集』を参考に、案内して下さる鈴木氏やKL支部の方々に対してのお礼をどうするかメンバーに相談する。
- ③滞在中は東海メールに経過報告送る。

④帰国後は定例会に報告を出す。

会計係（梶野さん）

①お礼の菓子などの用意

②滞在中の乗り物代食事代など会計

KL支部の方々・鈴木さんへの手土産

一人1000円出し、梶野さんに用意してもらった。

滞在中、案内してもらった際の、鈴木さんの食事代や交通費はメンバーで負担した。

通貨：1R（リンギット）約30円

滞在ホテル：ホリデイ ヴィラ ホテル & スイーツ スパン

（ツイン or ダブル1部屋1泊280R 朝食バイキング付）

場所はKL中心部から電車で約25分の郊外に位置する都市型リゾートホテルでプール、テニスコートなどの屋外運動施設も充実。部屋は48㎡。電車のスパンジャヤ駅まで定期無料シャトルバスを運行。

*滞在中の部屋のトラブル等にはすぐ対応してくれた。スタッフが感じ良かった。

チップはいらなかった。

気候：滞在中はほぼ晴天で、気温は25度から33度ぐらい。陽射しは暑いがさわやかさを感じる。プールで泳ぐのも朝7時から夜9時頃まで快適にできる。

交通：高架鉄道その他、モノレール、鉄道、バス、タクシー。

滞在中、すべての交通機関を経験。思った以上に便利、快適。(ただし、KLは現在進行形で発展している場所なので、工事中の箇所もあり、2～3年後にはまたさらに便利になると思う。

クレジットカード：ホテルではVISAとマスターカードは使えたが、アメリカンエクスプレスカードは使えなかった。(アメリカンエクスプレスカードはKL街中の一部の店でしか使えない。ペナンではほぼ使えない。キャッシングもできない。)

キャッシング：ATMは大型ショッピングセンター内にいくつもあるが、少額しかおろせない事が多かった。

(meybankのATMのリミットは1500MRの情報もありましたので銀行によっての違いと思います。)

自家用車：KL支部の方たちは皆自家用車を持っていた。道路は日本と同じ右ハンドル左側通行。

食べ物：マレー、中国、インド料理の他、その他のアジア料理やインターナショナル料理。値段は1食12R(現地食)～200R(日本料理)まで体験。酒類は日本より高い。普段の食事なら12Rで十分満足できる。水は、安全のために必ずペットボトルの水を飲む。

住居：KL在住の日本人はKL中心部に近い場所に住む人と郊外に住む人とに別れるようだ。



ツインタワー



街歩き



KL支部交流会



ヒンズー教大祭



モスク見学



屋台

一戸建ても沢山見られたが、セキュリティの面から、コンドミニウムがおすすめ。

言葉：英語がどこでも通じる。

ショッピング：大型のショッピングセンターが駅やバス停の近くにあった。駐車場も大きい。

携帯電話：滞在中のお互いの連絡方法として、10日間有効のシム（19R）購入。購入時に店舗によってはパスポートの提示を求められる。コピーでOKの店で購入した。マレーシア国内ばかりでなく、タイでも使えるとの事をあとで聞いた。（チェンマイでも使えたが、通話料は跳ね上がったそうで、やはりその国のシムカードの使用が良いようです）

インターネット：ホテル内はパスワードをもらって快適につながった。インターネットは今回のように集団で相手の支部などにお世話になる場合には相互の連絡を取るためにも絶対に必要。

医療：施設や人員の整った大病院がある。2泊3日の人間ドック（LCC代含め日本より格安かつ高度最先端医療受診可能）もアジアの富裕層対象にあるらしい。日本人コーディネーターのいる病院もあるとのこと。

教育：マレーシアの大学はイギリスやアメリカの大学に編入できる大学などもあり、日本人の学生ももっと利用してもいいと思う。

安全：イスラム過激派の情報に気を付けていたが、現地は特に動揺している様子はなかった。また、ヒンズー教の大祭がある場所に行ったときには、スリなどに合う恐れのあるため、最低のお金と水。携帯とカメラを持って行ったが被害はなかった。

ゴルフ：パスポートコピー持参すれば、100R。なければ150Rになる。コースによってはパスポート原本も必要。ペットボトル

は2本持参する事(コース途中での販売はない)

鈴木さんおすすめKLみやげ: カロチーノ…100%天然ピュアな植物油。このオイルの赤い色は、天然のカロテンの色で、抗酸化力の強いカロテン(体内でビタミンAに変わる)ビタミンE、さらにコエンザイムQ10など優れた栄養素を含んだクッキングオイル…スーパーマーケットで売っています

MM2Hビザ: マレーシアに10年間住めるビザ(更新も可能)

これを持つと定期預金金利の良いマレーシアに銀行口座が持て、利子に対する税金も免除。就労もでき、家族も連れて行け、孫もマレーシアの大学に通わせられる…元気な老後にピッタリな国のようです。

滞在中の観光:

- ① KL市内の各交通機関使い、サンウエイ・ピラミッドからツインタワー、ブキビントンを巡る
- ② マレーシアツーリズムセンター(観光庁)での無料の伝統芸能鑑賞
- ③ マラッカ一日旅行(小型バスをチャーター

し鈴木さんの案内で歴史遺産の街を回る)及びピンクモスクの夜景

- ④ カニ島半日旅行(加藤さんを団長にして7人で電車と高速フェリーを乗り継いで行き海鮮料理を食す)、夜は旬のドリアン食す
- ⑤ ヒンズー教の大祭見物(足に自信のある7人で、電車でバトゥケイブに行き祭り見物。神輿や聖人を間近で見る。)
- ⑥ ペトロナスツインタワーにあるコンサートホールでのオーケストラ演奏鑑賞。
- ⑦ 有志のメンバーによるゴルフ体験2回
- ⑧ ブルーモスク、国立植物園、飲茶、喫茶店の食べ歩き。
- ⑨ 加藤さんの部屋で行った最近の訪問地の写真写真会
- ⑩ バクチー、韓国料理、ドリアン食べ歩き(川澄夫妻他)
- ⑪ KLCCでのモーツアルトコンサートの練習拝聴(川澄夫妻他)
- ⑫ 火鍋屋さんの"COCO STEMBOAT"でKL支部10名東海支部10名で食事会

ビルマで感じたこと

関西支部 No.1391 十河 和夫

1.なぜビルマ旅行を計画したか?

2011年3月、軍事独裁政権ビルマが「民政移管」した。2012年1月には、ビルマ軍政と武装抵抗運動を続けてきたカレン民族同盟と停戦合意した。東南アジアの東西回路「アジアハイウェイ1号線」の建設も進められている。旅行会社のパックスツアーで観光客も増加しているようだ。ビルマは急速に変革に向

かっているように見える。そして、観光客が増えると古い町の伝統が急速に失われていくのはタイの田舎で経験してきたことだ。

こうした現状を前にして、旅行は早いほうがいいと決断して2015年1月27日から2月27日までビルマを旅した。

2.ビルマかミャンマーか

1988年に登場した軍事政権は1989年に英

語のパーマ（ビルマ）という名称がビルマ族だけを表し、他の少数民族を包含していないという理由で、国名をミャンマー連邦に変更。あわせて首都の名もラングーンからヤンゴンに改めた。

しかし、アウンサンスーチーは、ミャンマーという国名を認めていない。軍事政権が一方的に国名を変更したのは、自分に都合のいいように歴史的な事実をも書き換える意図があると判断したからである。反植民地闘争を指導したアウンサン将軍のビルマ独立義勇軍の名称をも変更しているからである。私の立場でいえば、民主化を戦っている人に賛同する意味をこめてビルマで統一した。



3.旅行日程

ビザ取得のためバンコクから旅を始めた。

- 1.バンコクから飛行機でヤンゴンに入国
- 2.ヤンゴンからバスでマンダレーへ
- 3.マンダレーからクルーズ船でバガンへ
- 4.バガンからバスでインレー湖へ

- 5.インレー湖からバスでゴールデンロックへ
- 6.ゴールデンロックからバスでバゴへ
- 7.バゴからバスでヤンゴンへ
- 8.ヤンゴンから飛行機でバンコクへ出国

4.入国まえの準備

1) ビザが必要

日本のパスポートは、170カ国にノービザで入国できる。しかし、ビルマはビザが必要である。ゆえに、バンコクのミャンマー大使館でビザを取得。早い！簡単！安い！でした。

2) 入国経路

ビルマは陸路からの入国が難しい。大陸で国境が接している国は通常歩いて、バスで、船で入国できるがビルマは空路でヤンゴンかマンダレーからの入国が唯一の方法である。

5.通貨

私は、その国の経済自立度をドルが使えるかどうかで判断している。自国通貨とドルが同じように使える国は経済が自立していないのではと判断している。ビルマは、都会・地方に関係なくドルが通用する。むしろ高額になればなるほどドルで支払うよう請求される。ホテル、現地ツアー、タクシーなど10\$以上ならドルで支払う方が喜ばれる。

6.服装

ビルマでは伝統的なロンジーは今も人気があり、少数民族地域も含めて国中で広く着られている。公式行事では絹のロンジーが好まれる。今回旅行したどの地域でもロンジーを着用している人がいた。



ビルマの豎琴の中では次のように描いている。「ビルマ人は都会の人でも今だに洋服はきま

せん。むかしながらのあのびろびろとした服装（注：ロンジー）をしています。これは、ビルマ人がまだむかしのままで、日本人のように変わっていないからです。かれらはまだ自分が主になって力や富や知恵ですべてを支配しようとは思わずに、人間はへり下って、つねに自分より以上のものに抱かれおしえてもらおうとねがっているのです。それで、自分たちとは心がまえがちがう、洋服をきている人を信用しないのです。（略）このような態度、世界と人生に対するこのような生き方はどちらの方がいいのでしょうか？どちらがすすんでいるのでしょうか？国民として、人間として、どちらが上なのでしょう？」

ビルマの壺琴が出版されたのは1948年である。その時からビルマ人の気質は変化していないように思えた。でも、ヤンゴンでビルの工事現場の労働者がロンジーとスリッパという服装で働いているのを見た時は驚いた。いくら、ロンジが快適だとしても工事現場では安全帽、安全靴、制服が必要ではないか。

7. 慰霊碑

マンダレーヒルの中腹に日本人の慰霊塔が建立されていた。東南アジアでは、思わぬ所で慰霊碑とぶつかることがある。しかし、ほとんどの慰霊碑は訪れる人も少なく、日本人観光客もその存在さえ知らない場合が多い。東南アジアで日本軍が行なった行為は許されないが、従軍した多くは無理矢理連れてこられた人たちだ。見知らぬ土地で無理な戦いを強いられて死亡した人も多い。日本から遠く離



れた異国で、帰らぬ人となった無念さがひしひしと迫ってきた。慰霊碑には敵方の戦没者も慰霊している。

7. ミャンマーの宗教

ビルマは敬虔な仏教国である。人口の85%近い人が上座仏教徒だとされている。上座仏教はキリスト教やイスラム教のように、絶対的な神を認めない。だから「神のお告げ」というものがない。しっかり座って考えて真理を悟る。それはすべて自分がやること。外の誰かが答えを教えてくれるのではないというのが教義だ。僧には厳しい戒律があり修行を通して涅槃に到達するのである。世俗の人は自分たちに代わって仏門に入る僧侶に敬意を表す。

1) 私の見た托鉢集団。

日の出前に町を散策。道路は閑散としていて、遠くの方から赤服の一团が列をなしてやってくる。近くまで来てそれが托鉢僧と解った。僧は一列の隊列でやってきた。それは長大な百足のようにも見えた。僧の大半は小学生ぐらいの少年僧だった。そのためか列はバラバラで後ろの僧は駆け足になってやっとならんで行くという感じだった。列に着いて一緒に歩いてみて、托鉢僧の歩く速度は意外と早いのには驚いた。これでは少年僧が駆け足でついていかざるをえないような速度だ。町の人々は炊いたばかりの鍋から直接少しずつ投げ込んでいる。ここでは托鉢すると僧が読経を読むという悠長な事をしている余裕などない。



2) 精霊信仰「ナツ神」

ビルマでは仏教の他にナツ神が信仰の対象になっている。仏教は欲望を超越することを教義にしているため仏教に願い事をするのは本来許されないことである。そこで庶民には欲望をかなえてくれる神が別にいる。それが「ナツ神」である

バガンの南東50kmにあるポツパ山ツアーに参加する。参加者の大半は西洋人だ。ミャンマーの土着宗教であるナツ信仰の聖地。一説によるとこの岩塔、ポツパ山にあるクレータと形も大きさもほぼ同じで、過去の大噴火の際、山頂部が吹き飛ばされて現在の場所に落下したものとされている。



山の麓の門から裸足になり急階段を20分程登ると頂上に到着。頂上にはいくつかの建物があり、そこにナツ神が祀られていた。ナツ信仰は現世利益である。ビルマ人は第一に商売繁盛、次に健康祈願を祈る。聖が仏教としたら、俗はナツ神だろう。聖と俗を包み込む祈りがここにあった。

祭礼「ナプエ」を取り仕切るのは霊媒師「ナッカドー」である。鮮やかな原色の着物をまとい、酩酊状態になって歌い踊ることに

より神が憑依する。この祭礼「ナプエ」の儀式は韓国の祭礼「クッ（巫俗）」と似ているように思う。仏教に現地の精霊信仰を取り入れることで、人間的な生活を営むシステムが保たれるようにしているのは同じだ。



3) 巨石信仰。チャイティーヨ・パゴダ (通称ゴールデンロック)

ゴールデンロックは想像していたとは違って、広い敷地のなかにあった。荘厳な雰囲気漂っていると思っていたのだが、まるで遊園地のような雰囲気だ。あちこちで食事会が行われている。多くの人が歩いたり座ったりして落ち着かない雰囲気だ。ゴールデンロックへは男しか入場できない。女の人は遠くから拝んでいた。岩を触ったが普通の岩だ。信仰心が無いと感動も湧かないようだ。

ゴールデンロックを見て、私は和歌山県新宮市の神倉神社のゴトビキ岩を思い浮かべた。神の座として巨石を信仰するのは、日本各地で見受けられる。多くは神仏習合という形で祀られている。このゴールデンロックも岩の上にパゴダが祀られているとはいえ、上

座部仏教の寺としては異彩である。ナツ信仰の影響が強いように感じた。

4) ロヒンギャ問題

ビルマの大半は仏教徒であるが、イスラム教徒も 10% 程度いるといわれている。今年 5 月、人身売買の被害者とされるロヒンギャのニュースが大きく報道された。しかし、この事件の本質は人身売買ではなく軍事政権が生み出した構造的な差別問題なのだ。軍事政権は民族と宗教で国民を階層化した。つまり最上位に仏教徒ビルマ人を最上位に置き、最下位にロヒンギャ・ムスリムを置いた。人々の不平不満が自らの政権運営に向かわないように排外主義を煽り、ロヒンギャをスケープゴートにしたのである。

8. アウン・サン・スー・チーの肖像画は禁止されていたか

ビルマに旅行する前はアウンサンスーチーの写真は禁止されていると認識していたが、現地に行ってみると食堂の壁にアウンサン将軍と

アウンサンスーチーの写真が掲げられていた。

アウンサンスーチーの写真はこの食堂しか見かけなかった



が、2015 年はアウンサン将軍生誕 100 年を祝っていた為アウンサン将軍の写真はどの町にも掲げられていた。

参考文献：

宇田有三「観光コースでないミャンマー（ビルマ）」（株）高文研

根本敬「アウン・サン（現代アジアの肖像 13）」（株）岩波書店

根本敬・田辺寿夫「アウンサンスーチー」（株）角川書店
大野徹「謎の仏教王国パガン・碑文の秘めるビルマ千年史」日本放送出版協会

竹山道雄「ビルマの豎琴」新潮文庫

Our longstay in Hamilton・NZ

関東甲信越支部 No.1225 高橋 眞治・順子

ゴルフ中心のロングステイを紹介させていただきます。ニュージーランド (NZ) は遠い、物価は高いと敬遠されていますが、ゴルフだけは安いです。北島・南島の国内にはゴルフ場が 400 コース以上あり、人口に対するゴルフ場の数が世界一多い国です。日本では人口 5 万 3 千人に対して 1 コースですが、NZ では約 1 万人に対して 1 コース、日本の約 5 倍です。

ゴルフ天国と言われているニュージーランド (NZ) で毎年 12 月と 1 月滞在し、7 回目を迎えます。初めの頃は、1 週間から 10 日ごとにゴルフをしながら各地に滞在していた

のですが、移動するのが面倒になりました。オークランド近郊に家を借りて約 2 か月滞在した時もありますが、近くのゴルフ場は混んでいました。



3年前に南の会の方から、オークランドから車で約2時間の「Hamilton」を紹介され、3年連続ハミルトンで過ごしています。

=ゴルフ=

紹介された「Riverside Golf Club」の会員になると、「Lochiel」と「Narrows」のふたつのゴルフ場をコンペ以外の日は毎日プレーできます。ひとりでもプレーOKです。また、30分位離れていますが、提携先の5カ所のゴルフ場が半額（18ホール \$15～\$20）でプレーできるのも魅力です。



NZのほとんどのゴルフ場はサマーメンバー料金があり、10月から6か月間を一括払いなのですが、南の会の先輩が1か月単位で支払えるようにゴルフ場と交渉して下さっていたので、今回も1か月\$100でした。（今後も変更ないとは確信できませんし、他のゴルフ場は1か月単位での支払いOKなのかは、分かりかねます）

ほとんどのゴルフ場ではAffiliateという会員料金があり、このRiversideGCのメンバーカードを提示すると、Affiliate料金（約20%割引）でプレーできます。

キャディはいません。休みなしの18ホールスループレーです。乗用カート借りる事はできますが、健康のため手引きカートです。プレーフィは年間（週末・祝日）同じ料金です。

=天候=

季節は日本と逆です。1日の中に四季があ

ると言われるほど、1日の間の気温差が激しいです。12月は朝晩多少寒いので長袖の上着があるといいです。1月中旬頃から真夏になり、最高気温30℃位、紫外線は日本の7倍と強いです。

乾燥していますので、コース内は芝が枯れていたり、土がむき出しになっているところもあります。雨は降っても午前または午後のどちらか、一日中降ってはいませんでした。

=宿泊=

「www.holidayhomes.co.nz」で行きたい都市、今回は「Hamilton Waikato」を検索し、4週間以上の長期の料金、備品の希望を問い合わせました。

古い家ですが、水回りを綺麗に改装した3ベッドルームの「Villa on Nixon」を見つけ、2名\$490/Weekでした。（現在は\$600/Weekに値上がりしていますが、4週間以上はもう少し安くなるかもしれませんので、直接オーナーと交渉して下さい）

インターネット・駐車場・光熱費込み、洗濯機・衣類乾燥機付きですが、日照時間が長いので、天気の良い時は外で乾かした方がよく乾き、気持ちよかったです。（電気代が高価のため、大家さんに喜ばれました）

もちろんウォシュレットはありませんので、シャワーヘッドが壁に固定でなく、ホース付きシャワーにこ





だわっています。ご飯を炊きたいので炊飯器も用意していただきました。

このビラは住宅地なので静かですが、近くのレストラン、カフェ、コンビニ、スーパーなどは車を利用しなければなりません。(レストランの料理は \$20 位からです。ビールは \$8 位、コーヒーは \$4 位です)

=レンタカー=

日本人経営の「Take 1」は南の会会員と告げると、30 日以上、車種はお任せ、数に限りありますが、1日 \$22 で借りられます。(クレジットカード払いは 5% の手数料なので、現金での支払いをお勧めします) 到着時刻を伝えておくと空港で待っています。帰りは自宅兼事務所に返却すると、空港またはホテルまで送ってくれます。9am ~ 6pm の間の送り迎えは無料です。

制限速度の表示に従って下さい。ところどころにカメラがありますので、オーバーすると写真を撮られて、後日、罰金の請求書が届きますので注意して下さい。

また、路上駐車違反も罰金ですので、表示をよく確かめて下さい。

ゴルフ場、レストランなどで現地の方々にはビール・ワインを飲んで運転して帰ります。ですが、飲酒運転で万一事故を起こした場合、保険金は支払われませんので、くれぐれもご注意ください。

=フライト=

色々なルートがあります。料金、飛行時間も異なります。

少し高いですが、成田からオークランドまで直行便のエアニュージージーランドは約 11 時間、137,080 円 (1 名) でした。

オークランドから帰国時、直行便のエアニュージージー / ANA は朝 9 時頃出発なので、オークランド空港近くのホテル (1 部屋 7000 円位) に前泊しました。

出国時、エコノミークラスの機内持ち込み手荷物許容量は 7Kg です。重さを測られます。女性はハンドバック、男性は薄型のノートパソコン・iPad は除外されます。

=スーパーマーケット、主に中国加工食材=

食料品は日本とだいたい同じ位です。(アイスクリームは安く、ペーパー類は高いです) 「New Save Asian Fresh Supermarket」
Address : 130/136 Tristram St Hamilton

野菜・果物・肉が安いです。日本の食材も高いですがあります。富士桜という日本米は 2Kg \$7.49 でした。(日本から持参したお米の方がおいしいです)

「Fruit World」

Address : Enderley Avenue, Hamilton

野菜・アジアの食材が多いです。

他に、「Pak' n Save」「Countdown」「New World」のスーパーがあります。

=サタデー・サンデーマーケット=

* 露店がたくさん出店しています。

見ているだけでも楽しく、暮らすように過ごすを実感できます。

「Tamahere Country Market」第 3 土曜日
8:30am ~ 1:00pm (ゴルフ場近く)

*1 階駐車場に夜店 (ほとんど食べ物)

「Hamilton Night Markets」

毎週土曜日 5:00pm ~ 11pm (Kmart Carpark)

※参考 / NZ\$ ≒ 80円

* ケンブリッジ・Victoria Street

「Cambridge Lions Trash & Treasure」

第2日曜日 8:30am ~ 1:30pm、

=観光=

ハミルトンにはハミルトンガーデンと湖、カジノがあります。車で約1時間の「ワイトモ鍾乳洞」では土ボタルを鑑賞できます。

=ロトルア=

ハミルトンから約2時間の「Rotorua」には、吹き上がる間欠泉、温泉、博物館、羊の毛刈りショー、マオリショー、スカイライン（ゴンドラ）などが楽しめます。

=あとかぎ=

ハミルトンはNZ最長のワイカト川沿いに広がる街です。10分位運転すると、緑豊かな牧草地が広がり自然をいっぱい満喫できます。ゴルフ好きには魅力的なところですが、ゴルフに興味がない方には観光地ではないの

で、退屈なところかもしれません。

南の会会員が14名集まった時があります。皆さん口々に1か月\$100で毎日プレーOKのこんなに安いところは他にはない、多数の方々には知れない様に秘密にしておきたいと…ですが、南の会は情報交換を目的としています。NZ行きを検討なさっているゴルフ好きの方々に私達の体験談が参考になれば幸いです。また、もっとよい情報がありましたら、教えていただくと、あり難いです。(1ドル約80円でした)

=お願い=

「」内をインターネットで検索して、もっと詳しい情報を得て下さい。お問い合わせは、サロン会、スカイプでお話しさせていただきたいので、よろしくお願ひします。

セブとマニラに暮らしてみて

マニラ支部 No.1693 犬飼 泉

昨年秋、1年半暮らしたセブと別れを告げ、ここマニラ（マカティ）に移ってきました。引っ越しの理由はいわゆる家庭の事情で、セブがいやだとか、マニラが好きだとかという私個人の好き嫌いの問題ではありませんので最初にお断りしておきます。なお文中1ペソ2.5円くらいで換算してください。

マニラは言わずと知れたフィリピンの首都で、その規模は東京と比べられるくらいです。セブは第2の大都市と行っても、日本で言えば札幌や福岡くらいの規模でしょうか。もよりの空港から出発する国際線の飛行機の本数はこれこそ比較になりません。そのため、東

京と大阪や名古屋との比較より、マニラとセブの都市間の差は大きいと思います。したがって、つまるところ、超大都市に住むのか、そこそこの都会に住むのか、という選択になると思います。

マニラから東京へのフライトは、成田と羽田あわせて1日10本くらいありますが、セブからは1日2.5便といったところでは、このためLCCの本数の多さ、エアライン間の競争により、一般的には東京からだとマニラへの航空券のほうが安いのが見つかりやすいです。

滞在している日本人の属性は、マニラは圧倒的に日本企業から派遣されているいわゆる企業戦士が中心で、長くても5年位の仮の居住でしょうか。もちろん夫婦とも日本人、その子供も日本人がほとんどでしょう。ほとんどのサラリーマンが会社命令で、自分の意思で来たわけではなく、なかなか現地のひととは溶け込めていない方が多いようです。それにこちらでビジネスしている日本人も多く見かけます。フィリピン人の妻を持っている方が多いようです。

一方セブは日本企業がマニラに比べて少ないので、企業派遣はあまりいません。そのかわり、現在人気になってきた英語勉強のための留学生がマニラと比べて圧倒的に多くいます。セブに住んでいた時、同じコンドであった日本人はそのほとんどが、英語勉強のための学生中心の若者でした。まあ学校の休みの時とかが中心で、1-2ヶ月の滞在でいわゆる長期滞在ではありません。南の会のメンバーのような老後を海外で、といったシニア層もセブには大勢います。独身男性がとくに多く現地で結婚されているかたも結構います。マニラもいわゆるシルバー族もいますが、日本人夫婦で来ている方がセブより多いようです。

フィリピンで一番気になるのは治安です。セブとマニラの中で私が住んでいるマカティを比較してみます。一言でマニラと行っても東京23区のようなもので（全体でメトロマニラと呼ばれています）場所によってその雰囲気は全く違います。ここでマニラは大きなメトロマニラを差し、マカティはその一部の市ということで使い分けます。例えて言えば東京と中央区を使い分けるように。

マカティはいわゆるマニラのビジネスの中心街です。東京で言えば、丸の内や大手町といった感じでしょうか。マニラにはマカティ以外にも六本木のような新興ビジネス街もありますが、地元の大手企業や外資系企業の多くはここマカティにメインオフィスを持っています。どの都市のビジネス街とも同じで、平日は人通りが大変多く、土日休日は閑散としています。ただオフィスビルの中に、交通事情が最悪なこの街で、できるだけ職住近接で暮らしたいと思っている外国人向けのコンドも多く立ち並んでいます。もちろんこのマカティにもローカル向けの住宅街もありますが、できるだけ安全な街にしたいという市の方針もあり治安の悪さは殆ど感じません。セブも中心街で生活している限りは、特に危険を感じたことはなかったもので、この点に関してはほぼ互角でしょう。ただ、メトロマニラの中には危険がいっぱい、なんて言われている地域もありますので、もしマニラにロングステイされるなら、居住地域の選択は非常に重要になってきます。

次は交通面です。車を持たない外国人が一番お世話になるのはタクシーでしょう。現在30ペソスタートで、セブでもマカティでも通常の生活圏でひどい渋滞にひっかからなければなら100ペソ（私が毎朝行くスターバックスのコーヒーの値段と同じ）あれば十分です。マカティ内だとうちのコンドからはほとんど60ペソ程度で行けます。ただ渋滞にぶつかる大変です。マカティはさすが首都の大ビジネス街、平日の渋滞の規模は半端ではありません。とくにラッシュアワーは歩いたほうがはやいでしょう。私もそのため、主要なショッピングセンターには歩いて20分くらいで着けるコンドを選びました。遠出は渋滞の少な

い土曜日曜休日に限るようにしています。セブでも道路事情は悪いのですが、マカティほどではありません。

一般的にマニラのタクシーの運転手はひどい、といわれますが、ここに住んでいる人々にはあまり法外なことはいってきません。そもそもタクシーは格安なので、ドライバーの手取りがかわいそうなほど少ないことも考慮して、チップを上げると思って寛大な気持ちでタクシーに乗っています。ただ空港への行き来は特別で、現在マニラの空港付近が工事のための渋滞が半端でないことや、観光客からはほったくれとも思っているのか、とんでもない値段をふっかけるドライバーもいるようです。またセブでは空港や大きなモールからタクシーに乗ると、係員がタクシーの番号を書いたメモをくれます。初めはその意味が分からなかったのですが、なにかタクシーでトラブル起こしたときこれで警察などと掛け合えということなのでしょう。マニラではこんな親切にはぶつかったことはありません。

次に食事の面です。マニラは滞在邦人の数が比較にならないほど多いので、日本料理屋は数えきれないほどあります。とくにマカティには「リトル東京」と呼ばれる日本レストラン、日本食品店、日本人向けクラブの密集地域があります。一般的に日本レストランは他のタイプのレストランと違って割高なところが多いのですが、ここには日本で食べるのより安いくらいの大衆的な日本人経営のレストランもあります。

医療の面では、マカティには日本人会の診療所があり、日本人の医者が常駐しています。健康診断もやっており、通常の病気ならここ

で十分でしょう。ちょっと難しい病気の場合、フィリピン第一の病院と言われている「マカティメディカルセンター」に紹介状を書いてくれます。セブもマニラももともとは保険の請求のためなんだろうが、「ジャパンヘルプデスク」と呼ばれる日本人がサポートしてくれるヘルプデスクがあります。

コンドの家賃に関しては、私の経験と、いろいろ聞いてみたところ、セブでもマカティでもほぼ同じです。便利の良い所で新築初めて入居という条件では、家具、調理道具すべて付きの1ベッドルームで月25,000ペソ位です（管理費込み）。比較するとセブがかなり割高な感じがします。もちろん家賃は立地や築年数によって大きく左右されますので一概には言えないのですが。

現地で普段話されている言葉のわからない我々には関係ないといえないのですが、マニラではローカルの人々はタガログ語を話し、セブではセブ語（ビサヤ語）をそれぞれ母語として話します。タガログ語がフィリピンの国語フィリピン語になっているようです。この2つの言葉は全く別の言葉で、マニラの人ほとんどセブ語がわかりません。セブの人はタガログ語は日常は使わないのですが、国語であるため、学校で教えられていたり、テレビで話されていたり理解はできます。おもしろいことに、セブでは英語もタガログ語も母語ではないため、一般的に英語の普及がマニラより進んでいるようです。セブでは外国人に対してはまず英語で話しかけてきますが、マニラでは外国人とわかっててもタガログ語（私は理解できないので多分）で話しかけてくるのが結構あります。理解できないとわかると英語に切り替えてきますが。

全体的にみて、どちらが良いかの判断は難しいと思います。普通の生活費はほぼ同じです。日本人としての通常の生活の関してはどちらも不満はありません。セブは海に近いので、ダイビングなど海が好きな方はセブ近辺の自然は魅力です。ただセブ市内に住む限りリゾートという感じはしません。せっかくフィリピンにいるのだから、国内や ASEAN 諸国をできるだけ旅行したいという方々には、飛行機の本数が多く、格安チケットも見つけやすいマニラがいいでしょう。ただ、街の中を動きまわるには、コンパクトなセブの

ほうが便利な気がします。中心街のアヤラセンター付近ではほぼすべての用事が足りるからです。マニラですと街が広いので一箇所ですべてとは行かないような気がします。私の場合、すべてマカティで用事をすませればいいのですが、どうしてもその外へ平日しか開いていないところへ出向かねばならない場合、どれくらいの渋滞に巻き込まれるかわからず、ちょっとおっくうな気がします。本当に電車、地下鉄など道路を走らない交通機関の充実が切に望まれます。

中国・マレーシア訪問記

東北支部 No.498 氏家 孝

8月1日(羽田～上海)

朝 8:30 羽田空港発 NH851 便に間に合わせるのに、仙台昨夜 11:40 の夜行バスで東京駅へ、バス停から JR 東京駅までカートを引く。知ったかぶりして、品川駅から京急線で行くつもりが、人身事故で、不通。浜松町駅まで戻って、モノレールで羽田へ、国際ターミナルで降りたら、パスポート入りのザックを車内に置き忘れた。駅員に問い合わせてもらい、終点駅にあり、取りに行く。(以後パスポートはズボンの左ポケットに、財布は右ポケットに入れることにした)

UA のマイレージでチケットを獲得、日にちもあまりずらせないのでビジネスクラスで、上海直行便ではなく、台湾・松山空港経由でとなった。機内食に土曜の丑の日に食べられなかったウナギの卵とじが出て美味しかった。

中国国際航空 CA198 便の台湾発が 1 時間遅れての出発、上海・虹橋空港は天候が悪くて、降りられず、浦東空港に変更。虹橋空港で待ち合わせの黄さん(山東省、煙台市)に乗務

員に電話してもらう。黄さんも承知していて浦東空港に向かっていると言う。乗務員から空港の従業員へ、また別の従業員へとバトンタッチして付き添ってもらった。最後の彼女は 30 分近くも一緒に待ってくれました。(謝謝) 空港で飲料水を買う。20 元(400 円)黄さんが友達と来てくれた。空港内の食堂で 3 人で食事する。食堂では水が 30 元だった。地下鉄とタクシーでホテル(錦江酒店)へ行く。

8月2日(上海～杭州)

スーツケースの車輪が壊れて、また取っ手もないことから新しいものを買うことにした。ホテルから歩いて約 20 分のショッピングセンターに行く。帰りもスーツケースを引いて歩きで、暑いのとで、くたくた。江南地方に旅行に行くのに、余計な荷物を上海の徐嶺の家に預けるように電話してもらう。(徐嶺は数年前仙台の宮教大に留学していた時に面倒をみた女子で、京都で仕事をしていた上海の章さんと結婚して双子の男の子の母親。

現在は小糸製作所の上海工場長の秘書。数回家内とも泊めてもらっている。マンションの10階)。地下鉄で徐嶺の家に向かう。上海体育館駅で降りて、ショッピングセンター(地下)から出られず章さんに迎えに来てもらう。(外に出れば家が解かるのに)徐嶺は資格の勉強で不在。双子の男の子とお母さんという。お母さん(お父さんは数年前に亡くなった)に餃子を作ってもらう。豚肉の角煮も(甘辛い)(私の家内のメニューにもなっている)。16時に徐嶺が帰る前にタクシーで上海南駅に行き列車で杭州東駅へ。切符を買うのが大変。手荷物検査で髭剃り泡が引っかかる。10分くらい粘って見逃してもらう。車内で小学1年生の女子2人とおしゃべりする。(お母さんが少し日本語がわかる)地下鉄で40分、15分歩いて、20:30頃 Rilax Hotel へ到着。

8月3日(杭州)

歩きとバスで西湖へ、携帯の電池を買いに行くも携帯が古くて売っていない。一番安いスマホをかうことに(Samsung 999元)。暑いところを電話番号と通話料を買いに歩く。中国聯通で1年間、外国からも話せるのを500元でかう。午後西湖へ、散策・遊覧船にのる。夜食はホテルの別棟に「すき家」があり、カレーライスと牛丼を半分ずつ、みそ汁、冷奴を食べる。2階にウォルマートがあり果物等を買う。

8月4日(杭州～紹興)

ホテル近くの小食堂で朝食(小籠包、小豆粥、ゆで卵、豆乳)する。バスで靈隠寺に行く。14:00にチェックアウト、隣のケンタッキーでハンバーグ、コーラ、鳥のから揚げで昼食。タクシーで杭州東駅へ。列車のキップを買うのが大変(黄さんがスマホでホテルの予約、列車の時刻調べをしてくれた)。荷物検査で小刀、ひげ剃りスプレー無事通過。

2時間半で紹興北駅へ。(温度:42.8度)タクシーで市内へ、随分遠い。青年旅遊舎へは石畳でスーツケースが大変だった。夜は食堂でチャーハン、ラーメン、晩酌に紹興酒(壺で出てきた)。店のパソコンでインターネットするがローマ字で大変、途中でやめる。持参のタブレットがWIFIでつながるが操作が大変だった。

8月5日(紹興)

朝食は牛乳、包子。AM魯迅の生家・記念館を見学。昼寝。夜は小奇麗なレストランへ(スマホで調べてくれた)でお食事。マンゴー、ボタンキョ、牛乳を買う。夜は部屋が取れないので、ドミトリー(男女別々の6人部屋)へ。

8月6日(紹興)

バスで沈園に行く。市内の旅行社で列車の切符(8月8日PM2:30黄山～上海)を買う。長距離バスターミナルへ行き、黄山行きのバス(朝6:00)の切符を2枚購入。黄さんが食料果物(竜眼、みかんの大きい)お菓子、鳥のもも肉など買ってきてくれたのを半分分けした。(ここから明日は自分1人で黄山に行くと感じていた)

8月7日(紹興～黄山)

朝4:30起床。5:00に黄さんに電話しても起きてこないで1人で行くものと思い、タクシーで長距離バスターミナルへ。後から、黄さんが来た。で、「貴方1人で行くつもり?」。黄山行きのバスにのり早々とトイレに行きたくなる。市内数ヶ所でお客を乗せる。ガソリンスタンドの前で停めてもらい、トイレを借りる。高速に乗っても、サービスエリアがなかなかない、2時間くらいでサービスエリアに着く。ようやく黄山着。山の入口までマイクロバスで40分。マイクロバスの旅館の食堂で山東省からの2人と食事。皆は明朝6時に起床して登ると言う。私は明日(8日)14:

30の列車で上海に行くので、今夕に登って、明朝下りてくることにする。スーツケースは旅館に頼んで行くことにする。山の上の獅林ホテルのドミトリー（6人部屋・紹興の青年旅舎より狭い、300元）に予約してもらおう。明日の予定表を書いてもらい、黄さんともお別れです。ロープウェイで頂上？へ。上は雷雨で1時間ほどで止む。ホテルまで3～40分階段を昇り降り。夜食はパンと牛乳。WiFiでインターネットするのも上手くいかない。

8月8日(黄山～上海)

朝4:00に若者たちは出発。朝食は昨夜の残りのパンと牛乳で済ます。7:30ホテルを出発ロープウェイの駅へ、雲も少し晴れでまあまあの天気。途中すれ違いの人に親指を立てて祝福してもらった。10:00に下の雲風ホテルへ着きスーツケースをもらう。タクシーが来ないので歩いてバス停まで、マイクロバスで黄山市内へ、市内バス停で下ろされる。マイクロバスの車掌さんが近くにいる人々に黄山北駅に行くバスに乗せるよう頼んでくれ、バスが来て皆がこのバスに乗れ乗れ」と言ってくれた。(謝謝)黄山北駅のケンタッキーでハンバーグとコーラで昼食。2:30中国の新幹線で上海虹橋駅へ。(最高303Km/h)15分遅れで上海着タクシーで徐嶺宅へ(90元)。丁度女子サッカー日本対中国の試合があり周辺は大混雑でした。

8月9日(上海)

お昼に近くのマンションにいるお兄さん夫婦、徐嶺の夫章さん子供2人が来て昼食。明日10日朝7:30の出発なので、浦東空港の近くのホテルを予約してもらい、夕食後章さんに送ってもらおう。空港の1つ手前の駅で降りて、白タクがいたが相手にしないで、路上でタクシーを呼び上海空港酒店(ホテル)へ。別線でリニアモーターが走っていると言う。

8月10日(上海～ペナン)

4:30起床、5:30ホテルのリムジンバスで空港へ。タイ航空TG663(ビジネスクラス)でバンコクへ。朝食、ご飯がタイ米なので美味しくなくない。外にパン、オレンジジュース、ヨーグルトが出た。11時過ぎBKK到着。市内スクンビットへ。新しいショッピングセンターの食堂街へ。うどん、寿司、ステーキがあるがタイラーメンにする。19:40タイ航空TG425でペナンへ。国際電話で渚亭へ電話する。タクシー(54RMチケットを購入)でタンジュンブガのフラミンゴホテル前へ、ナンシーさんと石丸さんが迎えに来てくれた。AM1:00就寝。

8月11日(火)(ペナン)

朝5時頃から雷雨、なかなか明るくならない。AM渡辺支部長さんにCIMカード購入、銀行に連れて行ってもらう。PM石丸さんがうどんつけ麺の(胡麻だれ)(試食会)ご馳走になる。

NHKの「花燃ゆ」を2週間分見せてもらう。高木さん宅のコンドに連れて行ってもらう。プールと一緒に入る。帰り道水上モスクを見学、市場(火曜日だけ)で降ろしてもらう。夕食に酢豚丼(豚ではなくチキンだった)を食べる。スマホのカバー、ゴムぞうり、果物(ジャックフルーツ)を買い、ナンシーさんとお茶をする。渚亭は高木さん指導で「うどん屋」(石丸さんが職人)の開店、少し大勢が集まれるようなホール、海水浴客のためのシャワールーム等に改築中で大忙しでした。日本語の話せるLimタクシーに来てもらう。(13日に市内を案内してもらう約束)

8月12日(水)(ペナン)

家の周り海浜を散策。時々、パラセイリング、バナナボート、水上バイク等で若い人が遊んでいる。

8月13日(木) (ペナン)

9:00Lim タクシーで市内見学。遠距離バスターミナル・KL への予約、ホテルへの予約もしてもらう。水上マーケット、プラナカンマンション (中国人のギャング成金博物館、金キラキラ)。13時まで、160RM。午後海浜散歩。夕方6時ペナン支部の方々が会食会を開いてもらう。渡辺亜雄さんの車で参加。中華料店、紹興酒に干し梅干を入れて飲んだ。美味しかった。渡辺支部長御夫妻、渡辺亜雄御夫妻、高木御夫妻、横山御夫妻、野一色さん、私とで10人参加してくれました。ビール10RM、食事58RMでした。ごちそうさま。

8月14日(金)

(ペナン~KL=クアラルンプール)

朝7時、Limさんの知り合いのタクシーで長距離バスターミナルへ。50RM。8:20発KLへ12:20トイレ休憩1回だけ。ジャングルを見て「ビルマの縦琴」を思う。パーム椰子の畑が転々と続く。14:20KL着、バサールスニの路上で下ろされる。運転手さん乱暴です(中国より不親切、トイレに行きたいと言っても聞いてもらえないLimさんから小使用のペットボトルを持参するよう言われたし、持参もしたが不使用でガマンした)。池田さんに連絡、なんとかKLセントラル駅へ。(Limさんにスマホに写真を撮ってもらった、YMCAホテルの住所を見せて道順を聞く)。(助かった)。ホテルにチェックイン、池田さん迎えに来てもらう。池田さん宅へ。写真を撮らしてもらう。3LDK、家賃約6万円、食費3万円、電気水道の他合計で11万円弱。ガソリン代は聞かなかった。マンゴスチンをご馳走になる。同じコンドの松下さん来る。夜KL支部会員が会食会を開いてくれる。海鮮しゃぶしゃぶ・豚肉もあり。スープをヤカンに入れて足してくれる。最後にラーメンを入



会食 海鮮シャブシャブ

れて食べる。守田支部長、池田御夫妻、久保田御夫妻、二瓶御夫妻、松下さん、鈴木さん、私で10人。美味しかった。守田支部長にYMCAホテルまで送ってもらう。マラッカで金土日に夜店が有るとのことで、16日に行くことにする。ナンシーさんにマラッカの宿を予約してもらう。

8月15日(土) (KL)

池田さん御夫妻にバトウ洞窟 (ヒンズー教寺院)、ロイヤルセラランゴール工場・売店 (鈴製品の飾り物) を案内してもらう。お昼にインド系の食堂へ、鳥のから揚げが美味しかった (一度揚げておいたものを客が来てからまた揚げ直してくれ、アツアツ)。チャイナタウンで降りしてもらう。電車を乗り継いでツインタワーへ、途中の駅で掃除のおばさんに聞いた駅は大



KL、バトウ洞窟寺院

分歩くのでやめて、電車でぐるっと回って行く。西洋人の女子がピクチャー、ピクチャーと言って写真を撮ってくれた。



KL、チャイナタウン

8月16日(日) (KL~マラッカ)

KL セントラルから電車で南行きのバスターミナルがある駅へ。バスでマラッカへ。10RM。市内へタクシー 20RM。カワンカワンゲストハウス 86RM。市内を歩く、オランダ式キリスト教会、時計台、博物館。チャイナタウンの夜店を見物(金土日だけ)。



マラッカ、オランダ式教会

8月17日(月) (マラッカ)

自転車を借りて(一日10RM)市内を歩く、橋のたもとのチキンライス店へ、鳥1羽とダンゴが出てきた。多いので半分テイクアウト、夜食にたべる。昼寝、4時から市内へ。7時に帰って来てシャワーする。半日分の部屋代40RM。8時にタクシー20RMでマラッカセントラルへ。22時発ペナン行きの夜行バス45RMに乗る。座



マラッカ、オランダ式教会の
時計台



マラッカ、マレーシア
の婦人警官

席の一番前は足が伸ばせないのでやめたほうがいい。隣の2人席の韓国女子が足を運転手の上に出して怒られていた。

8月18日(火) (マラッカ~ペナン)

夜中にトイレタイム1回だけ。朝6時に半島のバタワース路上でバスを乗り換えさせられる。ペナンの長距離バスターミナル到着。市内バスを乗り継いでタンジュンブंगाの渚亭へ。朝寝する。夜うどんパーティーが開かれる。高木御夫妻、石丸さん、ナンシーさん、氏家、ゲストにヤマトの齋藤さん、香港から移住して来た親子3人、日本語を話すマレー人。

8月19日(水) (ペナン)

高木御夫妻に、日本人会館での英語教室に連れ行ってもらう。岩崎先生、若いお母さん2人、高木御夫妻、氏家。雷雨があり1時間ほどで止んだ。

8月20日(木) (ペナン)

MM2Hビザ取得法について、高木御夫妻に旅行業者ココナツクラブに連れて行ってもらう、宇根山さんに説明してもらう。

8月21日(金) (ペナン)

朝6時、石丸さんに誘われ近くの山(名前忘れた)に登山(40分)。現地人がお茶を振

るまってくれた。南の会・他の日本人は金曜日のゴルフでいなかった。カナダ人の老人(私より2歳年下)と話し込む。昼寝、海浜散歩。

8月22日(土) (ペナン～バンコク)

朝4時半起床、ナンシーさんにサンドウィッチを作ってもらう。5時半Lim タクシーで空港へ。(90RM) 8時タイ航空(TG426)でバンコクへ。8:40分着、夜中の24時まで時間があるすぎるので、市内スクンビットへ。入国管理官が滞在ホテル名を書けと言う。夜の便で出国するのでホテルはない」と言っても聞き入れない。10分位問答をしてやっと入国出来た。フジマーケットを探して相当歩いて

も見つからないのでタイマッサージ2時間350BT。マッサージ屋の旦那に聞いたらすぐ後ろだった。ショッピングセンターで昼食、夜食をとり空港へ。

8月23日(日)

(バンコク～名古屋～仙台)

0時5分タイ航空(TG644)で名古屋へ。8時着。9:40全日空(NH363)で仙台へ、10:55無事仙台へ着きました。

大勢の方々にお世話になりました。ありがとうございます。

北海道支部ダバオ訪問記

ひえー、日本ではありえない。

No.358 松村 久一・祐子

その1. 空港職員が旅行者のカバンに銃弾を!!

その2. APECの開催に伴うJALのマニラ到着が遅れた理由でフィリピン航空の搭乗時刻変更で変更料金を要求された。チケットをまた買える位の料金!!

その2の1 ダバオへの乗り継ぎでマニラ空港待ち時間7時間半、どうやって時間つぶす?

その3. ヤメター……。タ、タブレットのSIMをそんなに素手で直接触らないでくれ!!

その4. ATMの利用料が一回200ペソ(600円)???

その5. ホテルの部屋で。あー、蟻が旅行カバンの中に!・・まー、北海道に連れて行っても凍るから問題なしか。

その6. 朝5時ごろ鶏「こけこっこー」…ここは、確かダバオ中心部の高級ホテルだよな!!

その6.の1 鶏がひもで繋がれている。夜、木に登るって?

その7. えーっ!!また、ボディチェック 本物の銃を携帯してる。普通のショッピングセンターにて。

その8. ひえー、足がもげるー。それにしてもアグダオ市場まで5人乗って、50ペソ、150円、お安い。

その9. えっ、この国、シニアにものすごく優しい。ショッピングセンターにシニアレーンがあるぞ。そう言えば、年寄りが少ないね。

その10. なんだ、このおばさんたち。檻



に入れられている。なんでー?(幼稚園で)

その10の1 それにしても幼稚園児可愛かったなー。



その 11. 地方の空港では、利用料 (200 ペソ/人) 支払いね。マニラ空港では、取られなかったなー。

その 12. ダバオ広江さん運転のバス(ミニトラック、普段豚を乗せているのだと…) で自宅を見学。フィリッピーナの奥さん、若くて綺麗ね。

その 13. マルコポーロ日でのシニア割引ランチのキムチ、予想に反して韓国キムチクラス。うまかったー。

以上、一部正確さに欠けることはあるかもしれないけれど、ざっとこんな感じ。

総合的に見て、ダバオは、面白いシティ、楽しかった。ホテル従業員には、サンキューフォーユアカインドネス!!

ダバオ支部長、藤本さん、佐々木副支部長、北海道支部の佐藤博さん、皆さんに thank you for your kindness!!



フィリピン ダバオ ショートステイ

No.742 池田 邦彦

フィリピンと聞くと直ぐに頭に浮かぶのは、治安が悪く、犯罪の多い物騒なところと

言うイメージがあり、これまで訪問することを躊躇してきた。

しかし、今回ダバオを訪れようと云う気になったのは、ダバオはフィリピンの中で3番目に大きい都市であるにも拘わらず、犯罪が他の都市と較べて極端に少なく、治安が良く安全な街であると多くの南の会の方から聞いたからである。

実際、僅か一週間の滞在であったが、その間一度も不安を感じたことは無く、同時期に北海道から来た南の会の方々の誰からも不安を感じたという話は聞かなかった。

又、ダバオに長期滞在されている方々に聞いても、極めて安心して住める街と云うのが皆さんの感想だった。

ダバオには嘗て2万人もの日本人が住んでいて、麻を加工する産業などで、フィリピンの経済発展に大きく寄与した歴史があり、いたる所にその痕跡が見られ、日本人に対する感情も極めて良く親日家が多い。



フィリピン日系人会インターナショナルスクール (NIKKEI JIN KAIとローマ字で書かれている)



フィリピン 日本 歴史資料館

ステイ中に、日本語を習っている学校も見学させて貰い、若い人達が日本に大きな関心を持っていることも感じる事が出来た。



小高い丘の上のレストランから見たダバオ市街



「日本のトンネルによろこび」と書かれている

我々夫婦は今回タイのチェンマイから直接ダバオに来たのだが、タイと較べても物価は大体3割位安く、日本と較べると物価は5割以下で、特にドリアンやパパイヤ、マンゴーなどの南国の果物はビックリするような安さである。

日本食レストランもいたる所にあり、食事には苦労しない。

ただ、ダバオは観光地では無い為、観光を楽しむことは出来ないが、静かに南国の情緒に浸りながらゆっくりと寛ぐ場所と感じました。

最後になりましたが、ダバオ支部の方は皆さん親切で今回のステイ中は大変お世話になりましたこと厚く御礼申し上げます。



ダバオ支部によって開かれた歓迎会

北海道支部から11名、その他関東支部、九州支部からも参加。この会旗は北海道支部で使用していたものをダバオ支部に寄贈されたもので縁を感じました。

ダバオ訪問記

No.1285 桂 裕章

ダバオの良かったところ

- ・ダバオ支部の皆さんが、元気に過ごしておられ、そしてサロン会の開催や市内のロングステイ住宅訪問などで、温かいおもてなしをうけたこと。
- ・二年前の関東支部のダバオお試ステイの日本の新聞記事が、民宿カサマリアの玄関に飾ってあったこと（驚）
- ・二年前に（本部からの依頼により）北海道支部からダバオ支部に小生が持参贈呈した、「南の会旗」（北海道支部の予備旗）がダバオでも元気でお役にたっているのを、見ることができたこと（嬉）
- ・現地の人とテニスを楽しめたこと。
- ・佐々木副支部長さんには、深夜にもかかわらず長時間の空港出迎えをいただいたこと（感謝）本当にありがとうございました。
- ・11月なのに豊作の美味しいドリアンをいっぱい食べられたこと（旨い）。

反省点

- ・北海道支部としては初めてのお試ステイでしたが、もう少し日にちが長ければ良かったと思いました。
- ・日程がAPEC首脳会議（マニラ、オバマ大統領も来比）とぶつかったため、空港などが大混雑しました。



南国写真サロン



ダバオ山間僻地の小学校で
No.1473 名倉 孝氏



インド・ケララ州アービックのお祭り
No.1572 武富 千津子氏



沖縄・座間味島の海で
No.1581 黒川 敏彦氏



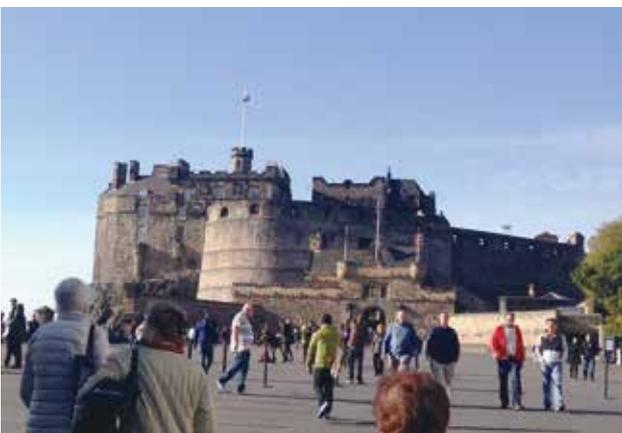
バリ島・ウブドの棚田
No.1071 松尾 桂子氏



タイ・チェンセーン
No.1607 阿部 滋敏氏



ラオス・ビエンチャ 田舎の坊さん
No.1518 恵 功氏



イギリス・ウインザー城
No.1075 三上 英司氏



スロヴェニア
No.1758 大下 理氏

海外旅行傷害保険とクレジットカード

関東甲信越支部 No.1591 肥後 信彦

はじめに

2012年春号にクレジットカードについての特集記事が掲載されています。光城様によるこの記事はクレジットカード付帯の海外旅行傷害保険のことを含めて内容が充実しており大変参考になります。私自身この記事を読んで自分の持っているクレジットカードを見直し、新しいカードに変更した経緯があります。ホームページにアップされていますので、まだ読まれていない方は是非ご覧になられるようお勧めします。ちなみにホームページのパスワードは373nokaiです。

また今年の新年号では、チェンマイ滞在中クレジットカード付帯の保険を使ってケガ治療費を支払った経緯を山本様が書かれています。本会の会員は海外にいることが多いため保険についても関心をお持ちの方が多いと思いますが、いざという時あわてないためにも自分のクレジットカードの付帯保険の内容をよく確認するとともに、場合によっては見直しをする必要があるかもしれません。そこで海外旅行傷害保険のケガ・病気治療費の補償金額について調べてみました。

医療費用

昨年ハワイに滞在中、現地に長く住んでい

る日本の方からハワイは医療費が高いと聞きました。その方は腸のヘルニア手術をするにあたり、手術代が日本円で300万円くらいかかると知ってあわててバンコクに行って手術をしたそうです。

海外での治療費がどれくらいかかるのかネットで検索してみると、各保険会社が支払い事例を載せています。カナダで脳梗塞を手術しチャーター機で帰国したケースで7081万、ギリシャクルーズで肺炎になり家族が駆けつけたケースで3056万、タイでも脳梗塞手術し医療費が400万円のケース等が出てきます。これらは極めて特殊なケースとは思いますが、東南アジアであっても場合によっては高額な医療費が必要になること、必要に応じて家族を呼び寄せる場合はさらに高額になるということは頭に入れておく必要があるようです。

日本の健康保険には海外治療費という制度があり、日本で受けた場合と同様の治療費の7割までは後から還付を受けることが可能です。しかし例えばハワイで虫垂炎手術をして200万円程度かかったとしても日本の健康保険からの給付は総額約40万円の7割で約28万しか出ないそうです。さらにもし高額な治療が必要になった場合、治療費の支払い

		ハワイ	オーストラリア
病院の部屋代 (薬・検査代は含まず)	個室	9万～11万	8万
	ICU/CCU	35万～41万	10万
手術費+入院費	虫垂炎	196万～220万	—
	アキレス腱断裂	372万～388万	—
日本への移送費 定期便利付 添医師+看護師		419万～466万	554万

楽天の資料から抜粋

能力が証明できなければ最悪治療を拒否されることがあるそうです。そうならないためにも保険の備えはしておきたいものです。

個別加入の海外旅行傷害保険

ロングステイや海外旅行の際、その都度海外旅行保険に加入されている会員がいらっ

しゃいます。その方はネットで損保ジャパンを利用されているとのことでしたので、試しにホームページから見積もりを取ってみました。それによると保険期間1ヶ月で東南アジアでも1万円以上かかり、欧米オセアニアは治療費用の保険料が高いこと、中南米は携行品損害の保険料が高いことが解ります。

3月1日～3月31日まで旅行した場合

補償内容	保険金額 (円)	保険料 (円)		
		タイ マレーシア フィリピン	ハワイ オセアニア ヨーロッパ	中南米
傷害死亡・後遺障害	500万	230	230	230
治療費用	1000万	7,600	8,870	7,910
疾病死亡	500万	120	120	120
賠償責任	1億	50	50	50
携行品損害	30万	1,840	2,880	3,090
救援者費用	1000万	520	520	520
寄託手荷物遅延費用	10万	120	120	120
個人プラン、一人分保険料計		10,480	12,790	12,040
上記セットを家族二人分ネット申込		19,500	23,600	22,590
二人分を店頭で申込の場合		28,370	28,370	28,370

加入必須な治療費用の保険料が一番高く、病気死亡をかける場合は傷害死亡・後遺障害もセットで加入が必要になりますが、あとはオーダーメイドが可能です。したがって例えば携行品損害と救援者費用は不要と思えばはずすといった選択が可能です。

個別加入の海外旅行傷害保険はオーダーメイドも可能なうえ、旅行期間や旅行先、補償内容によって保険料も変わってきますので、特定の旅行に限って保険をかけたいとか、補償内容の一部を充実させたいといった個別の要望がある場合に有効な保険と考えられます。申し込み手続きと保険料が別途必要なことが難点かもしれませんが、その分補償内容と金額が自分で選べること、病気死亡補償も選択可能なことがメリットといえるでしょう。

クレジットカード付帯の保険

ほとんどのクレジットカードには海外旅行傷害保険が付帯されています。何もしなくても自動的に保険が付いてくるので、保険はこれで充分と思われている方も多いのではないのでしょうか。ちなみに私の楽天プレミアムカードの場合、補償内容は以下のとおりです。

補償内容	保険金額 (限度額)
(傷害) 死亡後遺障害	5,000万円
障害治療費用	300万円
疾病治療費用	300万円
賠償責任	3,000万円
携行品損害	50万円 (免責金額 3,000円)
救援者費用	200万円

病気死亡と寄託手荷物遅延費用の補償以外は、クレジットカードの保険で一応カバーされています。

ただし海外旅行傷害保険で注意しなければいけないのは次の3点です。

- ①保険がカバーする旅行は3ヵ月（90日）以内が限度である。
- ②旅行が始まってからの発病が対象で、持病を原因とする治療は補償されない。
- ③病死は保険の対象ではない。

特に持病が補償に含まれないことに注意すべきでしょう。定期的に通院していたり、医師の指示を受けて服用中の方、例えば血圧やコレステロールの薬を飲んでいる方が旅行先で心臓病や脳溢血で治療を受けても給付金が下りない可能性があるということです。もっともこの点はカード付帯の保険に限らず、個別加入の海外旅行保険であっても同様です。

またクレジットカードによって次のような注意すべき

点があります。

- ①公共交通機関の旅行費用を事前にカードで支払うことが条件であったり、限度額が変わる。（利用付帯と自動付帯）
- ②家族特約が無く、配偶者が保険の対象ではない。

一方、クレジットカードを複数持っている場合、発行元（注）が同じでなければ、治療費が限度額を超えた場合でも治療費総額までは重複して支払いを受けることが可能です。したがってメインで使用しているカードだけでは補償金額が少ないので不安という方は、治療費が充実しているカードを追加で保有することにより補償を充実させることが可能です。

そこでカードによってどのように治療費の補償限度額が異なるか、増やしたい場合はどれが良いかという観点から、いくつかのクレジットカードをネットで調べてみました。

2016年1月現在

カード	ケガ・ 病気治療	家族特約	自動付帯か	年会費 (本人・税抜き)
エポスカード	270万	無	自動付帯	永年無料
REX CARD Lite	200万	無	〃	永年無料
AJ AMDA	200万	無	〃	初年度無料 次年度以降 1,240円 (提携先により無料)
JCB - EIT	100万	100万	〃	永年無料
SBI ゴールド (マスターカード)	500万	250万	利用付帯	初年度 3,000円 次年度以降 5,000円
三井住友ゴールド (VISA)	300万	200万	自動付帯	初年度無料 次年度以降 10,000円
楽天プレミアム	300万	無	〃	10,000円
JALClub-A	150万	無	〃	10,000円
JALClub-A ゴールド (VISA)	150万	150万	〃	16,000円
JALClub-A ゴールド (JCB)	300万	200万	〃	16,000円
JALClub-A プラチナ (JCB)	1,000万	200万	〃	31,000円

(変更される可能性がありますのでご注意ください)

あまたあるカードのうちごく一部しか比較できませんでしたが、これを見ただけでも同じ会費でも補償内容に差があることが解ります。カードによってポイント還元率や会費、各種割引など様々なセールスポイントがありますので、我々利用者としてはどのようなサービス内容を重視するか決めて選ぶ必要があります。

保険を重視し、特に旅行中のケガ・病気の治療費用リスクに備えたい場合、調べた中ではエポスカードは年会費無料ながら自動付帯で治療費 270 万がついてきます。自動付帯の保険が無料で手に入るわけですから、調べた中ではこれが最も有利なカードと言えます。家族特約はありませんが、ご夫婦でそれぞれが作ることによって同額の保険に加入することになります。

他にも無料・自動付帯のカードがありましたので、それらを加えて複数持てば給付限度額はさらに増やすことが可能です。

SBI ゴールドは会費 5,000 円（初年度 3,000 円）を払えば、本人 500 万、家族 250 万の補償が付いてきます。ご夫婦で海外に出かける毎に 2 万円前後の保険料を支払うくらいなら、カード会費を払ってもこちらの方がずいぶん有利だと考えられます。ただし SBI ゴールドは利用付帯ですので、公共交通機関、航空券やツアー料金をこのカードで支払うことが条件となります。

結論

クレジットカード付帯の海外旅行傷害保険はカードのよって内容や補償金額が異なってきますので、ご自分のカードをもう一度確認してみることをお勧めします。そのうえで、どの程度補償が欲しいか、増やしたい場合はどういったカードが自分に向いているか再度

ご検討されたらよろしいのではないのでしょうか。その際重要と思われる事柄を以下にまとめておきます。

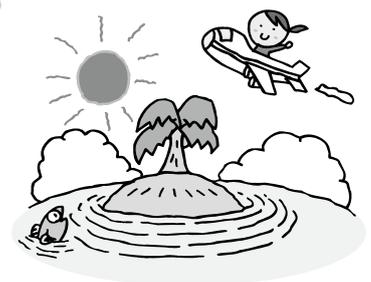
1. 現在保有しているカードの治療費限度額合計を調べる
2. 自動付帯か利用付帯か確認する
3. 利用付帯のカードは航空券の支払い等で利用する
4. 発行元の異なる複数のカードを保有し、治療費限度額アップを謀る
5. 配偶者にも独自に、自動付帯・無料のカードを持たせることを考慮する
6. 治療の際必要な情報を得られるよう、カードの連絡先を控えておく

ただし海外で高額な治療が必要になること自体極めてまれなことから、一度保険見直しをした後は、病気のことなど考えずおらかな気持ちで海外生活を楽しみましょう。

(注).....

発行元とは JCB や VISA といった国際ブランドのことではなく、カードの裏に記載のある発行元のカード会社のこと。発行元が提携先にカードを「卸している」関係と言える。

私の京王パスポートカードの例では、三井住友カード(株)＝「クレジットカードの利用に関するお問合せ先」＝発行元。(株)京王パスポートクラブ＝提携先。



マレーシアでの病院（医療）事情とペナンの病院について

ペナン支部 No.1546 渡邊 照夫

海外での旅行や長期に滞在する場合、考えなくてはならない事に病気やケガをした時の対応が必要になるが、その国の医療（技術・設備・施設、ハード、ソフト面等）について知っておかないと不安材料になりますし、実際そのような場面に直面したとき大丈夫なのか？ましてや、長期の滞在をする国として考える場合、不都合な事はないか重要な要素となると思います。それでは、マレーシアの場合の病院や医療の実態はどうなのか、みなさんも興味があり知りたいと思いますので、今回は、私の知り得る限りの情報ですがお伝えしようと思います。

マレーシアでの医療は結論から言うと合格点だと思います。海外の中でも比較的充実していると言えます

まず、病院ですが、大きく別けて公立の病院と私立の病院に大別できます。どちらかと言うと、比較的私立の病院は医療設備が整い高度の医療が受けられると思います。（公立の病院が医療設備が悪いと言う訳ではありませんが）それは、私立の病院は経営上立派な建物と医療設備・器具等を用意し、医師はその専門分野での診察室を借りて治療に当たるという契約になっており、その病院の施設や設備を使うという関係になっています。（私立病院勤務の医師は、独立した存在で病院内のスペースを借りて個人経営をしているケースが多くなっています。つまり私立病院の中でたくさんのクリニックが間借りをしている状態です。多くの医師が複数の病院の中に自分のクリニックを開設しており、掛け持ちで医療サービスを提供しています。

公立病院に関しては日本と同じように医師も病院に雇用されており、掛け持ちなどはしていません

また、医師は、イギリスやアメリカの医学を学びマレーシアに戻って治療に当たっている人がほとんどです。

特に大きな私立病院であれば、日本人が受診できる設備が十分に整っています。ほとんどの医師は英語を話すことができ、私立病院では邦人スタッフや日本語で診療が可能な医師が勤務していることもあります。

積極的に日本人患者へのサービスを行っている病院では、日本の大学を卒業した医師を指名することや日本の看護師資格を有する人材や医療に詳しい通訳を置いているので、受付でその旨を訊ねることも可能です。〔ペナン島内には私立病院の大きな総合病院で私の知る限りでは3か所、日本語の解るスタッフが24時間体制（携帯番号を教えてください）で対応してくれます。3病院について少し後述します。〕

私の場合は、3年ほど前から血圧の薬と高脂血症の薬の2種類を飲んでいましたので、今は3か月ごとに薬を貰いにペナンの『ローガンライ病院』に通っています。勿論診察の時は、担当医師と英語で会話しますが、日本語の解るスタッフの通訳のもと不自由なく診察してもらっています。（薬は医師や病院で売ることが認められていますので病院内でまたは町の薬局でも勿論買えます。）

病院内も清潔で待合や診察室もとてもきれいで日本の大学病院みたいです。中には、食堂（レストランやカフェのような）やパン屋

さんもあります。勿論、コンビニや花屋などもあります。個室の病室は日本と同様の設備(TV、冷蔵庫、トイレ、洗面室など)が備わっています。

次に病院の支払いですが、私の場合は日本の国民健康保険に入っておりますので、その場合、その都度現金で一時立替払いしています。その時に所定の用紙に医師の証明や病院の領収書を手し、後日、日本に帰った際、所轄の役所に書類を提出すれば、自己負担分以外の保険分が戻ってくるようにしています。他の方法としては、クレジットカード付帯の傷害保険や損保会社が扱う海外医療保険等でキャッシュレスで対応している人も多くいます。(私の場合、日本に住所が在るため、いろいろ調べてみましたが、長期の滞在でも万が一病気等で日本に戻らなくてはならなくなった時などを考慮し、今のところ国民健康保険に加入しています。)

マレーシアの医療費はどうか? 近隣諸国及び欧米と比べても安いと言われていています。最近、マレーシアでは国をあげて高度な医療と低価格な費用を武器に「メディカル(医療) ツーリズム」(医療を受ける目的で他の国へ渡航すること)を推し進めており、諸外国からの患者を受け入れ、外貨獲得にも力を入れています。(確かに医療費の各国の比較などの資料を目にしますと平均半額ほど安いように書かれています。)

最近聞いた話ではこちらに居る日本人で、インプラントの治療をしたそうですが、やはり日本の半額ほどの料金だったそうです。また、安く手軽に出来るということで、顔のしみ抜きの治療を受けたりとか、眉を刺青にしたりと、実際に行った身近にいる日本人の奥さん方も知っています。

こちらの病院でも、日ごろ日本で受けてい

る成人病検査の項目をすべて行えるプランも用意されています。また、老人ホームはもとより、介護の問題に関しても日本人を対象とした受け入れの準備も KL を中心に進められていますので、日本人の終の住処としてのマレーシアが近い将来に実現して来るかと思っています。

誰でも健康で暮らせたなら何の問題もありませんが、病気になって手術でも受けるようになった時は、迷わず日本に帰ろうと思っています。いつ何時、何が有るかわかりませんが、ボケずに、寝たきりにならずに生きたいと思います。こうして好きな事を自由に出来るのも健康でなくては出来ませんので、日ごろの運動やメディカルチェックも怠らないようにしようと思っています。

以下に日本語が話せるスタッフが居る病院として (3 病院)

① LOH GUAN LYE SPECIALISTS CENTRE

T E L : 04-238-8888

住 所 : 238, Macalister Road, 10400
Penang

診療時間 : 月~金曜 10:00 ~ 12:30/

14:30 ~ 16:30、

土曜 10:00 ~ 12:30

※緊急時は 24 時間対応

休 診 日 : 日曜

英 語 : 可

必要書類 : パスポートなどの身分証明書、
海外旅行保険証

入 院 : 可 (ベッド数 240)

詳 細 : <http://www.lohguanlye.com/>

※入院にはデポジットが必要 (病室のカテゴリーにより違いあり)。

※日本語の出来る医師はいないが、日本語の出来るスタッフがいる。

ペナンでは、支部の会員はほとんどローガンライ病院を利用しています。ここで、手術をしたり、治療、通院されています。カード利用も出来ますし、何より加入している保険を利用してキャッシュレスで治療出来る為、皆さん利用されています。また、この病院では、私の知る範囲で5人の日本語が解るスタッフが居て、且つ、スタッフの連携もよく、よく勉強されていて難しい医療の専門用語も通訳してくれて、英語が苦手な人にとってはとても有難い存在で、不自由なく治療に専念できます。

ローガンライ病院

<http://www.lohguanlye.com/>



パンフレット（全ページ日本語の案内）



ローガンライ病院の受付

②ADVENTIST HOSPITAL

T E L : 04-222-7200

F A X : 04-222-7602

住 所 : 465 Burmah Road, 10350

Penang

診療時間：月～木曜 08:00～13:00/

14:00～16:30、

金・日曜 08:00～12:30

※緊急時は24時間対応

休 診 日：土曜

英 語：可

必要書類：パスポートなどの身分証明書、
海外旅行保険証

入 院：可

→入院にはデポジットが必要。カード使用可（VISA、アメックス、マスター、ダイナースのみ）

詳 細：<http://www.pah.com.my/>

※日本語の出来る医師はいないが、日本人スタッフと日本語を話せるスタッフがいる。

③ISLAND HOSPITAL

T E L : 04-228-8222

F A X : 04-2267989

住 所 : 308 Macalister Road, 10450
Penang

診療時間：月～金曜 09:00～13:00/

14:00～17:00、

土曜 09:00～13:00

※緊急時は24時間対応

休 診 日：日曜

英 語：可

必要書類：パスポートなどの身分証明書、
海外旅行保険証

入 院：可（ベッド数240）

→入院にはデポジットが必要（病室の 카테고리により違いあり）。

詳 細：<http://www.islandhospital.com/>

※日本語の出来る医師はいないが、日本語の出来るスタッフがいる。

月～金曜 09:00～13:00 は、日本語通訳サービスあり。

チェンマイラム病院に手術入院して

関東甲信越支部 No.1244 金井 修二・和子 (2015年12月～2016年3月LS)

12月26日ラム病院に妻がおなかが痛くてガマンできないとのことでカード会社に連絡して診察をうけました。診察結果は胆石 胆のう全摘出の内視鏡手術でした。すぐに手術するか、2～3日中に日本に帰り手術をするかのドクターからの説明でした。我が家の判断は、年の瀬も迫った28日にラム病院での手術となりました。ここまではよくある話ですが……保険会社から連絡が入り今回は保険適用にはならないとの事!

手術費用を聞いてみると一般的には早い人で2泊3日～1週間ぐらいの入院になり25万パーツぐらいの準備をお願いされました。日本円で約80万円です。……今までのチェンマイ生活で残ったお金をコツコツと定期預金にしていたので定期預金を解約しました。

手術は順調に終わりその後の経過もよいので2泊3日の12月30日に退院ができました。そして費用の支払いになり……請求書をみると12万パーツ〈約40万円〉で済みました。…が なぜ今回はカード保険が適用されなかったかが重要です。

それは初回のドクターとの診療中の会話の中で過去に日本で胆石があるといわれたことがありますか問いに、妻が今年の夏に肝臓の検査をしたときにその先生に胆石がありますね…といわれたことを話してしまいました。胆石があるといわれても別に痛くもかゆくもないのでその病院では特に話だけで通院もせずに妻は病歴はなしと判断しましたが保険会社はダメ!……と丁寧にお断りの連絡がはりました。今はそのお金を取り戻すべく努力

をしています。

ネットで健康保険の海外申請書と兄にたのみ民間の手術保険の海外用請求書を日本でとり、チェンマイに届けてもらい(兄も1月7日からチェンマイ、LSでした)、そして2つの診断書を病院に依頼をしました。……その1ヶ月後に診断書をうけとり(診断書は無料)日本に帰国してから、手続きに入りました。たまたま同時期に同じ手術をした、友人Mさんの例では

- ・国民健康保険で日本で胆石の手術
(2016年1月) …………… 自己負担額30%
- ・手術費 20万円 …… 全額で24万円を払う
- ・入院7日間
- ・私的な保険 28万円
(1日一万円入院保険付き) …………… 戻る
- ・高額医療請求
…………… 20万円 - 13.5万円 = 6.5万円戻る

南の会会員Y子さんの例では

同じラム病院で胆石手術入院7日間で70万円の請求された様なことを聞きました。(カード保険で支払い) 自己負担ゼロ。

我が家は3月3日帰国、翌日の4日に市役所の国民健康保健課に申請書を提出パスポートコピー・病院の領収書と明細(英語を日本語に訳したもの) 審査して2ヶ月後に連絡するとのこと。……金額わからず。40万の内、自己負担が30%ですから12万円が残る28万円が市が負担? 審査次第? …日本では胆石の内視鏡手術はもっと高いのでは…アメリカでしたら、うん百万円でしょうね。

それによって高額医療保険金額が決まるの

で2ヶ月以降の連絡とのことでした。

保険の有効期限は2年間あり。金額わからず。日本では通常入院した病院で高額医療の申請をしてくれるので市役所職員はよく内容がわからないようです。

妻の私的保険は手術の最高金額が20万円で入院が1日(5千円)なので21万5千円戻りかな?私的保険会社は病院で書いたもの(英文)をそのまま送ればOKとのことでした。保険のおかげでマイナスにはならないと思いますが戻るまではわかりません。自分の中では28万円+21.5万円で約50万円戻り、プラス10万円になればバンザイです。

そして……病院の診断の時に余計なことを話さないことを徹底しましょう!

よけいなおしゃべりは災いの元です。わかりません ありません しりません これで通しましょう。保険会社はプロ中のプロです。カード保険で済めば本当に簡単です。

全て解決するのは5月中ぐらいになるでしょう。

医療控除の確定申告は高額医療・国民健康保険の戻し金額が確定しないと申告できないので5月~6月頃に税務署に確定申告に行く予定です。

お役立ち情報

バンコク LCC 乗り換え

関東甲信越支部 No.1108 山田 美弥子

1. バンコク市内からドンムアン空港へ

バンコク市内から空港へはリムジンバス・列車・タクシー・路線バスが利用できる。

今回は市内から BTS か MRT (地下鉄)を利用して路線バスに乗り換え空港へ行くことにした。BTSは終着駅モーチャット駅、MRTはチャトゥチャクパーク駅のどちらかで下車。私のお勧めは MRT。BTSは駅がモール等に連絡しているが、構内から乗り場までは20段ほどの階段で上り下り、エスカレーターはない。スーツケースを運ぶのは至難の業。MRTはエスカレーター直結で地上に出ることが出来る。

地上に出て10m位歩くと空港行きバス停(屋根付)があり、係員がいる。空港へはA1系統の路線バスで、料金30B・所要時間30分位。15分間隔くらいで出ているらしいが、ここはタイ。交通事情も考えて

時間に余裕を持ったほうがいい。実際、私たちと一緒にバス停で待っていた欧米人は時間を気にしてタクシーに乗ってしまった。バスはエアコン付だが、乗客は少なくスーツケースを持ち込んでも余裕だ。

途中の車窓に建設中の BTS (たぶん)が見えたので、完成すればスアンナプーム空港のように市内と直結し便利になるだろう。

2. ドンムアン空港ターミナル

LCCターミナルはリニューアル完了で真新しかった。乗り入れている航空会社も多く乗客で混雑していた。

出発ゲートでパスポートを提示して中へ。手荷物検査後のロビーはかなり広く、店舗も多い。搭乗ゲートは左右に延びていてチェンマイ行きのゲートは右手奥。ロビーからゲートまで20分程。ゲートへは途中で階下へ移動するがそこから先が長い



廊下で先が見通せない（不安になりそうな距離）。ここで注意。手荷物検査場（2度目）を通過した先は窓のない狭い通路に多数の搭乗ゲートが並び、ショップも2箇所だけ。乗客で溢れ座る場所の確保も困難なほど。搭乗ゲートを通過し広い待合室に入れば開放感。この落差はかなり大きい。2度目の手荷物検査場を通過する際は時間調整が必要のようだ。

3. チェンマイ空港からドンムアン空港経由して成田へ

チェンマイ空港からバンコクを経由して国際線に乗り換えるのはあっけないほど簡単だった。チェンマイ空港カウンターで「Fly Thru」のシールをもらい上着に貼り付ける。バンコクに到着すると係員がすぐにシールを張った人を乗り換え口に誘導。パスポート検査所を通過しエスカレーターを上ればそこはもう国際線の搭乗ゲートが並ぶロビーだ。



Fly-Thru シール



国際線ロビー

4. おまけ

チェンマイ空港でパスポート検査を受け待合室へ。時間的にはかなり余裕だった。次々とバンコクやその他地域への搭乗口から人々が機上して行った。しかし私達の便の搭乗口には案内すら出ない。搭乗予定時間になっても係員さえ現れない。不安が募った。欠航!? 他の搭乗口にいたエア・アジアの係員に問い合わせると余裕で案内を待てという。だって、搭乗予定時間は過ぎているじゃないか…バンコク乗り継ぎは大丈夫なのか…おまけに搭乗口付近に大勢いるはずの案内待ちの乗客もいない…もう一度確認するとかの係員曰く「私はエア・アジアの社員です。欠航しません。あと10分ほどで案内します。」思わず「本当に?」と日本語で聞き返してしまった…

しばらくするとかの係員が私たちを呼んで搭乗手続きをした。乗客は3人だけ! エッ? 飛行機までのバスを待っているとマイクロバスが来た。車椅子を使用する家族4人。結局7人で飛行機内部へ。ホント? エア・アジアでもこんなことあるんだ…記念に機内の写真を撮ろう! ふと窓の外のバスに目がいく。次々と飛行機に横付けされるバス…

結局、いつものように機内は満席となり出発。国際線から搭乗したのが3人、車椅子優先搭乗が4人、あとの乗客は国内線利用者だった。

笑い話で機上の人となり、チェンマイを出国し日本へ帰国するという一抹の感慨もどこかへ吹き飛んでしまった幕切れだった。

寄稿文 フィリピン・ダバオ市での介護のご案内

NPO 法人日本フィリピンボランティア協会 ダバオ事務所代表 町田 隆一

NPO 法人日本フィリピンボランティア協会 (JPVA) では、1990 年代初頭より高齢化問題に取り組み、2007 年より、介護が必要な高齢者の方へフィリピン・ダバオ市でフィリピン人介護士による 24 時間日本語対応の介護サービスを提供しています。フィリピン人スタッフの中には、フィリピン国内の日本語教育で有名なミンダナオ国際大学の社会福祉学科の卒業生もいます。同学部では、日本式の介護を日本語で勉強する授業が行われています。

敷地 (マリナオンドミトリー) 内には JPVA の事務所や日本人向け宿泊施設もあり、日本人スタッフが常駐しています。



毎日介護士が付き添って敷地内をお散歩



浴室は車椅子のままでもご利用いただけます



たまには車でお出かけもします



お誕生日を近場のビーチでお祝いしました

JPVA の介護の特色として、日本やフィリピンの伝統・文化を重んじるという点があります。お正月やクリスマスにはスタッフが集まって利用者様とイベントをお祝います。また、お食事は現地の材料で日本食を調理しています。カロリーや栄養配分にも注意し、美味しくご飯を食べていただけるように心がけています。



お部屋に七夕飾り



お誕生日をスタッフ皆でお祝い



フィリピンの南部に位置するミンダナオ島にダバオ市があります。日本とダバオは歴史的な関係が強く、戦前には約2万人もの日本人が居住しており、主にマニラ麻の栽培・加工関連の仕事に従事していました。

ダバオ市内はフィリピンの中でも治安が非常に良く、平均気温が27度と温暖です。台風も滅多に来ないため、ロングステイヤーが年々増加している住み心地のよい場所です。



ひな祭りの時期のお部屋の様子



日本のイベントに合わせて模様換え

JPVA 施設のすぐ傍に日系人会総合診療所もあるため、医療面も心配ございません。また、緊急な治療や入院が必要な場合は、JPVA ハローワールドツアーという関連旅行会社で日本語の通訳や病院、先生の紹介を行っています。



日本の景色を写真や貼り絵で表現



日本語でNHK がいつでもみられます

現在設定している料金は、宿泊費、介護費用、食費を合わせて「2万5千ペソ」からとなっております（医療費、おむつ代等除く。お値段は変わることがございますので詳細は下記連絡先までお問い合わせください）。

JICA の援助を受けながら今後介護事業を拡充し、よりフィリピンでの雇用創出に貢献し、日本の高齢化社会、なかなづく介護問題に取り組むべくプロジェクトを進めています。

ご興味のある方は下記連絡先までお気軽にお問い合わせください。

特定非営利活動法人 日本フィリピンボランティア協会

東京事務所 Tel : 03-5384-9536 (担当 : 中井)

ダバオ事務所 Tel : +63-82-235-1865 (担当 : 町田)

Email : jpva@mua.biglobe.ne.jp or machidatakakazu@gmail.com

JPVA ホームページ : <http://jpva.org/>

JPVA ブログ : <http://ameblo.jp/morimonaise/>

JPVA フェイスブック <https://www.facebook.com/jpva.philippines.davao/>

支 部 便 り

北海道支部便り

支部長 No.1285 桂 裕章

○「お試しロングステイ」の企画・実施

- ・11月にダバオのお試し旅行を実施しました。
北海道支部としては、初めてのお試しロングステイ。

参加者は想定外の12人にもものぼりました。

初めての企画で不慣れなために大変でしたが、役員の方々とダバオ支部のメンバーの親切なご協力によって、参加者も無事に楽しく過ごさせていただきました。



ダバオでのサロン会

・今後のお試しロングステイについて

支部会員から希望のある、バリ島、ニュージーランドなどで、お試しロングステイを企画する予定です。

なお、実施方式は「現地集合、現地解散」の自己責任の形を採っていきます。

○新聞掲載記事について

昨年の3から北海道支部のメンバーによる、海外ロングステイの体験談が「北海道新聞」で隔週月曜日に一年にわたって掲載されています。

これらの記事は、南の会のホームページ

にも「南国便り」・「マスコミ掲載記事」(HP表紙の左側、中央部分)として同じものが載っていますので、どうぞご覧になってください。

なお、この新聞掲載は本年の4月まで続く予定となっております。

東北支部便り

支部長 No.498 氏家 孝

寒い冬の期間、冬眠していた、東北支部でしたが春の息吹を肌で感じられるようになり活動開始です!!

28年度東北支部活動方針第一弾は4月の3日曜日宮城県仙台の奥座敷、開湯1400年の古い歴史を誇る秋保温泉秋保グランドホテルにてサロン会(情報交換会)懇親会を行います。

東北の各県遠方から時間をかけての参集になるので、夕方4:00ごろからサロン会~懇親会と続きますのでホテル宿泊になります

周辺観光スポットは、磊々峡溪谷、秋保大滝。ニッカウキスキー峡蒸留所見学や試飲も楽しめます、また直売所も沢山あり行き帰りをふくめ観光巡りは楽しい2日間の旅になると思います。

28年度第2弾は9月の最終日曜日のサロン会(懇親会)、開催場所は会員が交代制で選定する運びで、何処になるのか楽しみです
今現在会員数9名の弱小支部で今年度は上記の2回の会合だけですが内部固めをしっかりとこない参加人員を増やすべく、頭を痛めて努力中。

サロン会の案内も全会員にメールで連絡。ハガキでも会員全員に連絡、南の会の掲示板にも掲載し各種の案内 サロン会の出来事、報告等を3種の方法で全会員に伝達しております。返事も往復はがきに参加。不参加の、どちらかに丸印と氏名を記して投函で簡単に事足りるが、消息不明か？毎回、返信されない会員もあり……残念です、これに懲りず、繰り返し連絡を続け参加者を増やしたい。

サロン会参加だけで集まるのではなく周辺観光、食べ歩き等も 考えて行動すると、楽しさも倍増します 今までも山形の加茂水族館。日本一のクラゲ、松島では遊覧船で島めぐり、松島水族館鑑賞と、私はおもしろく歩き回って楽しんでいます。皆さんもどうですか？

また人員さえ集まればサロン会の後、パークゴルフ・ゴルフ・小グループでの旅行、やりたいですね！（近い将来実現出来れば良い）

楽しく生きなきゃつまらない

関東甲信越支部便り

支部長 No.1118 肥後 憲尚

関東甲信越支部の活動を報告します。

○11月サロン会

サロン会 参加者 45名

司会進行役 平澤 信さん

第一部 テーマ

①「遙かなるサウジアラビアに15年」

…………… 榎野 昭一さん

お仕事でサウジアラビアに15年間赴任されていた時の様子等をお話頂きました。

②「楽しいハワイ暮らしのノウハウ」

…………… 高田 勝弘さん、高橋 順子さん、
塩川 享さん

お三方よりハワイでの過ごし方等お話を頂きました。

第二部 サウジアラビア、ハワイ、アジアを中心にすべての国々と3グループに別れ活発な情報交換を行いました。

第三部 懇親会

参加者 36名 レストラン「ロージ」

○12月サロン会

サロン会 参加者 54名

司会進行役 宮原 正字さん

第一部 テーマ

①「南米ボリビア旅行の旅」

…………… 飯島 省蔵さん

先住民が多い国ボリビアを1ヶ月間旅をされた様子をお話頂きました。

②「相続と遺言パート2」

…………… 日本大学法学部教授 船山 泰範さん

法律専門の外部講師を招き遺産相続等専門的なお話を頂き弁護士でもある為各種質問にお答え頂きました。

第二部 「情報交換」

「ボリビア」「船山先生」「新会員、ゲスト」「その他」4グループに別れ活発な情報交換を行いました。

第三部 懇親会

参加者 41名

○1月サロン会

サロン会 参加者 49名

司会進行役 北村 裕志さん

第一部 テーマ

①「相続と生命保険」…………… 肥後 信彦さん

生命保険と遺産相続の関わりに関し詳しくお話しをして頂きました。

②「南米エクアドルの旅」……居島 勉さん
数回に渡りエクアドルに渡航された時の様子をお聞きしました。

③「この指とまれ」(台湾、高雄ツアー)の報告 …………… 歌田 晃一さん
和気あいあいの楽しかった高雄旅行報告をお聞きしました。

第二部 「情報交換会」

4 グループに別れ自己紹介から始まり活発な情報交換をしました。

第三部 懇親会

参加者 43 名

☆毎月 渡辺 義郎さんのご好意により「パソコン教室」を開催しております。

☆毎月「南国テニス同好会」を東京の一等地日比谷公園、芝公園で開催し、夜は大勢の人達と懇親を深めています。

☆「この指とまれ」12月6日台湾高雄ツアーを総勢14名で行いました。



東海支部便り

支部長 No.1544 森 幸太郎

秋も深まり冬を迎えると南国暮らしが恋しくなります。東海支部では定例の活動に加えて、秋と冬にマレーシア下見ツアーを開催しました。

1. 2015年11月定例会

2015年11月8日(日)に東海支部の11月定例会と懇親会を開きました。

当日は「健康講座」が開かれ、講師として「あいち健康プラザ 健康運動指導士」池野尚美氏を迎え、講義と実技で楽しく指導していただきました。

(1)愛知県健康寿命は男性71.74(全国1位)、女性74.93(全国3位)

男性は脳血管疾患が多く、女性は関節疾患が多い。

(2)実技指導:手足の運動、姿勢のチェック。

(3)食事と運動のバランスが大切。



指と頭を使ったボケ防止の実技指導

次いで、「フィリピン語学留学」の報告が神谷さんからありました。マニラ近郊ケソン市で8月18日～10月14日まで8週間 1日6時間のプライベートレッスンを受講し、かなりハードな生活が続きました。高温多湿、最高気温35度～33度。アメリカ式発音に苦労したそうです。



滞在していた部屋



語学学校の建物

最後にこれからのお出かけ情報が紹介され、終了後「太閤本店」主税町店で懇親会を開き、思い出話に花が咲きました

2. 「ウィルあいちフェスタ 2015」

公益財団法人「あいち男女共同参画財団」主催の「ウィルあいちフェスタ」が2015年11月21日（土）に30団体が出展して開かれました。東海支部も出展し「南国暮らしの会」を紹介しました。展示のタイトルは「Enjoy! セカンドライフ」＜海外ロングステイの楽しみ方＞。

展示の趣旨は、「高齢化時代になり、退職後を元気に楽しく過ごしたいと思っておられる方に私達「南国暮らしの会」の経験豊富な情報を発信し、男女を問わず足踏みされている方々にも背中を押して第一歩を踏み出すお手伝いをします」。

事前に「南国暮らしの会」HPの「南国暮らしの会概要（広報用）」と、東海支部作成の「入会のお誘い」を200部ほど用意。当日は支部会員8名が対応に当たり、パソコンとプロジェクターを使って「南国暮らし」の楽しさを写真で紹介。来訪者には「会報」や「ロングステイ報告書」なども交えて個別に入会勧誘。約30名の来訪者があり、うち数名は支部定例会にオブザーバーとして参加したいとの事でした。

3. マレーシア下見ツアー

東海支部では「この指とまれ」方式で、秋と冬の2回に分けてマレーシア下見ツアーを行いました。ホテルはクアラランプール近郊の「Holiday Villa Hotel & Suit Subang Jaya」。

- ・第1回マレーシア下見ツアー：2015年11月25日～12月4日、参加者11名。
- ・第2回マレーシア下見ツアー：2016年1月19日～31日、参加者12名。

クアラランプール（以下KL）の鈴木さんが親切に面倒を見ていただいて快適な旅でした。

KL支部との交流会、KL市内観光、パトウケープやマラッカなど近郊の観光。迎賓館「カラコサ」でピアノの生演奏を聴きながらアフタヌーンティー、ゴルフなどで楽しく過ごしました。

KLは高温多湿 気温は32～33度 スコールが毎日2時間ほど。

ホテル滞在費（朝食付き）2,240リンギット／8泊。



「Holiday villa hotel & suit」の入り口



KLのシンボル「ツインタワー」



迎賓館「カラコサ」でアフターヌーンティー



KL 支部と東海支部のミニサロン会

4. 2015 年 12 月定例会

東海支部の 12 月定例会が「ウイル愛知」で 2015 年 12 月 13 日(日)に開かれました。

- (1) 第 1 回マレーシア下見ツアー報告。
- (2) 会員の榊原さんから NPO 法人 日タイ里親協会の活動紹介がありました。

JA 知多とタイ・ピマイ (Phimai) 農協が提携してピマイの中学に行けない子供の教育支援を行う事で 2000 年にスタート。

現在は高校生、大学生、社会人に成長した人もいて、タイ国の発展に貢献しています。

- (3) 安田さんからバルカン諸国報告があり、トルコ、スロベニア、クロアチア、ボスニアヘルツェゴビナ 4 カ国訪問。ボスニアは今でも戦争の傷跡が生々しかったが、各国とも歴史を感じさせられ、大変素晴らしく美しい国でした。
- (4) 山田さんから 1 ヶ月かけた北米 4,000km ドライブ旅行の報告がありました。ラ

スベガスでミラージュなどホテルに 10 日間滞在したあと、ラスベガス周辺の国立公園を周遊ドライブ。ホテル代金は 55 ドル～135 ドル 平均 80 ドル。シティホテルに比べ割安。現金よりクレジットカードを重要視されました。

- (5) 岩月さんから「ウイル愛知フェスタ 2015」実施報告がありました。

南の会の PR。会員勧誘のため 11 月 21 日開催。勧誘ビラ 200 枚、会場来場者 30 名。

- (6) お出かけ情報の発表

定例会終了後、13 名で太閤にて懇親会、忘年会実施。

5. 2016 年 2 月定例会

2016 年 2 月 14 日 (日)「ウイル愛知」で開催。来年度計画について話し合い、浜松ミニサロン会、三重ミニサロン会開催などが決まりました。次いで高島さんから第 2 回マレーシア下見ツアー報告、大下さんから船旅によるヨーロッパ周遊旅行報告、神谷さんからハワイステイ報告などがありました。最後に各自から、これからの「お出かけ情報」の報告があり、終了後いつものように太閤本店で懇親会が開かれました。

やがて春になると南国暮らしから帰ってくる人も増え、にぎやかになるでしょう。

2016 年 5 月 12 日には春のゴルフ会「南国マスターズ」を開催予定です。

関西支部便り

支部長 No.173 平山 三雄

○12月サロン会の開催報告

27年12月16日(水) 11時～14時

大阪駅前マルビル「パパミラノ」にて

- ・今回は平日の開催、食事場所の変更にもかかわらず33名もの参加者がありました。
- ・大川さんの開会挨拶、徳永さんによる乾杯の音頭でサロン会が始まり和やかな雰囲気の中で情報交換が行われました。
- ・企画担当による「ビンゴゲーム」が取り入れられ景品争奪で会場が大いに盛り上がりました。(参加者 33名)



○ウィークエンドお昼のサロン会報告

28年2月6日(土) 午前11～15時半

大阪、天満「一軒目酒場」

突然の呼びかけにもかかわらず会員10名が集合、関西支部の居残り組は、海外組に負けないうらい大阪は天満で盛り上がりました。

11時スタートのお昼のサロン会は、解散いたしましたのは、なんと15時半でした。

時間無制限、注文し放題、4時間半飲み、食べ続けて、会費はなんと2,500円。(早退された方はもっと安い)

情報交換に大いに盛り上がりました。

超大衆的なオヤジ居酒屋、わが女性陣の

皆様、いかがだったでしょうか？

(参加者 10名)



九州支部便り

支部長 No.581 朝永 清寿

九州支部の活動を紹介します。

○平成27年11月8日、「北九州情報交換会」を開催しました。

曇り空の中でしたが、小倉の町には早々とクリスマスの飾り付けがしてあって、クリスマスソングを聞きながら、情報交換会の会場に向かいました。

参加者が12人と、ちょっと寂しい会になりましたが、でも内容はいつもと変わりなく和気あいあいと楽しく情報を交換することが出来ました。

●パソコン勉強会

前回の勉強会に参加されていない方がおられたので、前回と同じ内容で学習しました。

freeml 関係 支部ホームページ関係、南国掲示板、会報電子版、Snipping Tool の使い方等2

●体験発表

- ・あべちゃんの旅人生

..... 943 阿部 健次さん
どこにいても飛びぬけた存在感で、行

く先々で人気を独り占めされているその秘密について、これまでの人生を3部に分けてお話いただきました。

ドキドキハラハラの裏話もいっぱい。大爆笑の発表でした。

- ・初めての台湾 …………… 1709 村山 壽人さん
3泊4日で初めて台湾を旅行されたとのことをお聞きして、急きょお話をお願いしました。

旅の間、台湾の人々の思いやりに随所で触れ、是非又訪れたいとの感想でした。



○平成28年1月11日(日)新年に入って初めての情報交換会を福岡市で開催しました。

今回は特に瀬崎会員のプロ歌手デビューの激励会も兼ねて、いつもにも増して明るく楽しい会になりました

●体験発表

- ・台中お誘いステイに参加して
…………… 1624 松井 敬さん

サポート 1651 田中 栄一さん
1568 鴨粕 啓子さん

27年11月4日～12月4日の1か月間、関西支部の会員さんのお誘いで、振英会館にステイするこの指とまれに参加した。お世話いただき、何の不安もなく日常の生活を満喫した。(鴨粕 啓子さん)
台北と台中の山に登った。

日本で調べていくことが不可能で現地に行ってから本屋さんへ行ったり、フロ

ントで聞いたりして情報を集めた。タブレットは情報収集にとっても役立った。

●瀬崎さんおめでとう

瀬崎さんのオリジナルCD「限りある時の中」を手にして、激励の言葉が飛び交いました。



(懇親会)新年会と瀬崎さんの激励会ということもあって、今回は少しグレードアップ、「アークロイヤルホテル福岡天神・レストラン花水木」においていつもより華やかに盛り上がりました。

22名の参加でした。



チェンマイ支部便り

支部長 No.239 伊藤 寛

チェンマイの街のハイシーズン(11月～翌2月)は、例年になく観光客、シーズンステイの日本人含めた外国人の姿が目立ちます。大型バスや観光施設での賑わい、レンタルバイクでの観光地周りとは様々ですが、宿泊先の確保の容易さは、一見の旅行者や短期の滞在者にとっては、食の多様性とともにも不動の一位なのではないでしょうか。

日本人にとっては、円安や年金問題、初期のステイヤーの帰国、チェンマイの物価

高等の理由で、減少の傾向かと言われていましたが、シーズステイに関しての勢いは衰えていないように感じています。12月のサロン会では、初めての方が0人でしたが、1月のサロン会は88名の参加者の中9名が初めてといううれしい結果になりました。

このシーズンにチェンマイで逢いましょうという方や、日本から1～3カ月単位で、団体で来られ各自自由なチェンマイでの生活を楽しまれるなど、今までの生活パターンのステイヤーの方に加え、多様化？上手な利用方法を体験されているなという印象も受けました。

これなら、保険もカード付帯一枚で済みますし、イミグレーションの90日届で並ぶ苦勞もありません。

ゴルフ場もメインのランナーゴルフ場は曜日によっては日本人で混雑していますが、知人同士で他のゴルフ場にも分散したり、現地のゴルフを楽しむグループに加わったりと活動範囲や、楽しみ方も選択肢が増えています。又観光にも、CLLにも所属されたり、利用したことのある旅行社からの提案で参加したり、個人で公共交通機関を利用して小旅行したりと、つくづくチェンマイは情報の多い町だと感心させられます。

人生の考え方、生活の制約が個々で違うとは思いますが、チェンマイは多くの楽しみ方が味わえる街だと自負しています。豊かな人生を味わえるチェンマイで、又会いましょう。イミグレーションでの日付のスタンプの誤記が複数報告されています。必ず入国時確認ください。

4月からの新年度を迎えるにあたり、1月9日に役員会を開催し、来期も現役員が留任して頂けることとなり感謝しています。役員の名刺リストは掲示板に掲載させていただきます。



ペナン支部便り

支部長 No.1546 渡邊 照夫

今回のペナン支部便りは、支部活動の内容と最近のマレーシア（ペナン含む）の気象、物価、為替等について報告したいと思います。

支部の活動を紹介しますと①『サロン会』があります。今年度（2015年度）は2か月に1度の割合で実施を予定していましたが、開催予定月に在ペの会員が一時帰国等で少なかったこともあり、変則なサロン会になりましたが、年間で4回実施しました。サロン会は支部員の親睦や情報交換の場として、和気あいの食事会です。ペナンは食の宝庫そして美味しい店が沢山あるとガイドブックやその他で紹介されている様に、確かに住んでいる的外れではないと思います。役員の担当割にはサロン会を担当する役員を設けているのも、より美味しく会員の皆さんが満足できるお料理を堪能できるようにするためといっても過言ではありません。その実施には、事前に予約（日時は勿論、値段交渉、人数、メニューを決めたりする）を常として、当地では特に、中華系の料理が多くなるが、大勢で6～7種類ほどの料理をシェアする形で食べる様は、サロン会担当者の苦勞を一掃してくれる程、料理の数と美味しさで、皆さんから

満足の言葉が溢れるサロン会となります。また、南の会の会員ゲストも参加することもあります。みなさん一様にとても美味しいし、値段は一人当たりだいたい30～35RM（リングギット）と手ごろな、むしろ安いと感じるボリュームと味ですから驚かれることが常です。また、ビールは各自払いです。他のアルコール類は持込み可のお店が多く、しかも氷はサービスでと云う処も多く、飲んべえにはたまらない店ばかりです。だから、毎回いろいろな店に出向き、継続しているのです。



②『BBQ パーティー』について、年2回（8月、2月）に実施しました。昨年8月のBBQ パーティーは支部員の住むコンドのプール際に有るバーベキューコーナーを借り、（当地では大概のコンドにはバーベキュー設備が完備されているのが普通です）支部員の参加は勿論のこと、会員の友人・知人をはじめとしてゲスト参加を募り、いつも総勢50名ほどの大人数で実施しています。前日のサーロインステーキの肉の買い出し、焼きそば、焼きチキン、トウモロコシや、デザートのスイカ等、今では手慣れた買い出しと下拵えで、みなさんおいしいととても好評のBBQ パーティーです。支部員はそれぞれ手分けして、その役割を理解し、お肉を焼いたり、焼きそばを作ったり、と忙しくゲストへの『おもてなし』に心がけます。当ペナン支

部で、ゲストさんが驚かれること感心されることは、これら、お肉や、焼きそば、焼きチキンの温かい食材を保温する器材があります。よくホテルのバイキング等で食材を固形燃料で温める保温器があることです。しかも6台もあり、温かく、美味しく食べれる、なくてはならない調理機材として、その役割を發揮しているのです。

今年の2月は、会員の高齢化も進み？事前の買い出しや、食材の準備等、また、当日の肉や、焼きそばの料理に大きな負担があるので、当地で宿泊および飲食を手掛ける『渚亭』と云うところで基本的には全部お任せする形で実施しました。狙いは会員の負担減と会員・ゲストとのコミュニケーションを図れるようにする事です。



結果、料理やゲストとの親睦も大いに図られ、盛会でした。パーティー終了後の会員及びゲストからのアンケート等から見ても、初の試みは好評の内に終了できました。また、余興として、抽選会と称して、安いですが、機能的な、役立つ賞品を買い揃え、ゲストの方には、思いがけないプレゼントとして好評を得ています。そして、ペナン支部の存在や興味が伝われば幸いと考えているのです。

③『気象・物価・為替』について

毎年9月、10月頃にマレーシア半島全島に亘り、インドネシアから来る野焼き等の有害な煙が風に流され、『ヘイズ』がやって来て、



視界が悪く、喉や目が痛くなる日が続く健康被害も発生しています。昨年はこの時期、嘗てないほどのヘイズで悩まされました。外出もままならない日々が何日も続きました。我々ではどうすることも出来ない気象状況ですので、国を挙げての根本的な解決が望まれます。この時期はマレーシアへの旅行は控えたほうが良いでしょう。

マレーシアの物価については、昨年4月に導入されたGST（6%のTAX）により便乗値上げも含め、値上がりしています。日常の食料品をはじめとしてすべてに亘り値上がりしていると云うのが実感です。外食することも多いわけですが、その値上げ幅も日本ではあまり考えられない20%以上の値上げが当たり前のように実施されるので、ため息が出るばかりです。唯一、ガソリンの値下げが我々にとっての救いです。現在1.75Rm/L（48円）まで下がりました。（MaX 2.3Rm/L）値下げの理由は原油価格の下落にあります。マレーシアは原油の産出国でもあり、経済のけん引力はこの原油が大きなウエイトを占めていますので、これから先の動向が気になるところです。

為替については、海外で暮らす上では、大いに気になるところです。原油の下落とともにマレーシアの通貨もリングギット安が昨年9月頃からじわりじわりと続いています。日本円からの両替には好機ですが、マレーシア預

貯金の目減りや、日本からの年金に生活費を頼る長期滞在者にとっては為替の変動は大きな関心事です。生活に関わって来ますので常に状況判断が必要です。一方、日本から来られる短期滞在、旅行者にとっては、今がチャンスですので、この時期に常夏のマレーシア、ペナンへのお越しを心よりお待ちしております。

クアラルンプール支部便り

支部長 No.1682 守田 章

12月から3月にかけて、日本から多くの方がクアラルンプールを訪問されますが、南の会会員も例外ではなく避寒を兼ねての訪問者が増加します。その中で特筆すべきは昨年10月と今年1月の2回に分けて東海支部による「この指とまれKLツアー」で大勢の皆様がKLを訪問され、会食やゴルフを通じてKL支部会員との交流が行われました。



初めて訪問された方、毎年定期的に訪問される方、半分定住されている方と色々な経験をお持ちの皆さまでしたが、それぞれにKLの雰囲気を感じて頂いたと思っています。

KLでは日本人会が世界でもまれにみる充実した組織活動をしていることは、すでに皆様もご存知のことと思います。お陰様で長期滞在者や駐在員家族は愛好会活動や各種講演

会に参加することで、暇を持て余すこともなく趣味や知識の充実に役立てています。

日本人会にはこれら会員相互で行われるサークル活動の他に日本人会が開催する公式行事が一年を通していくつかあります。日本人墓地で行われるお彼岸法要もの一つです。

KL 日本人墓地は 1899 年に開設され 110 年以上の歴史を持っていますが、一時は存在が忘れ去ったように荒廃が進み埋葬者も不詳になるような時期があったようです。1965 年から日本人会の発足に伴って墓地管理を引き受けることで現在の整備された墓地に生まれ変わりました。以降併設された慰霊堂（吉隆寺）において日本から和尚を迎えて毎春秋に法要が執り行われ慰霊の念を捧げています。



慰霊堂（吉隆寺）

埋葬者には、明治・大正時代に出稼ぎ労働者として異国の地で生涯を終えた方々、その多くは「からゆきさん」と呼ばれた女性があります。戦中・戦後には日本軍進駐に伴って渡来した軍属や戦後処理のために残留した軍人も含まれています。

現代の繁栄した日本では想像できない過去の悲惨な記憶、先人たちの弛まぬ努力に思いを馳せる機会になると思い墓参に参加してきました。

バギオ・パンガシナン支部便り

支部長 No.227 斎木 一

日本の春、もう何年も経験していませんが、素晴らしいですね。

フィリピンには四季がなく乾季と雨季の 2 シーズンです。乾季は 11 月から 5 月まで、3 月～5 月は乾季の高温の時期です。

3 月、4 月は学校も期末休みで、学生達は「サマーバケーション」と呼んでいます。

サマーバケーションの季節は「バギオの季節」です。熱帯地方でありながら海拔 1500m の高原ですから最高気温が 30 度を越えることはありません。爽やかな高原の冷気に誘われてマニラ首都圏から多くの観光客が集まります。

パンガシナン州は南シナ海沿岸に多くのリゾート地が広がります。リングエン湾に面したビーチは広い砂浜と並静かな海岸が家族連れに人気が集まっています。

残念ながら会員の滞在者はいませんが、バギオ・パンガシナン地区、日本人の姿が徐々に増えてきています。

特にバギオは英語研修校で学ぶ若い世代、そして家族で移住する 30 代から 40 代の日本人が特徴的です。

バギオの日本人会の活動も活発で、2 月に行われた「フラワーパレード」ではコスプレパレードに日系人やフィリピン人も多数参加して人気を集めていました。

7 月の「日比友好月間」はここ数年日本映画祭や七夕祭りがバギオで行われていますが、特に七夕祭りはバギオ市の公式行事として認定されています。今年は「仙台七夕」特に江戸時代初期にマニラに寄航した日本で作られた様式帆船「伊達丸」をメインテーマにするそうです。

日本の暑い夏を、熱帯地方のフィリピン・バギオで涼しく過ごす、そんな日本人の姿が今年もバギオで見ることが出来そうです。

ダバオ支部便り

支部長 No.1261 藤本 晴久

ダバオには毎年各支部から会員の方が多数お越しになられています。

その時に同郷から来られた方や仕事で昔の勤務地から来られた会員の方と美味しい居酒屋のこれが美味しかったとか このコーヒESHOPのケーキをよく食べたとか このラーメンが最高だとか地元の方しか解らない話題で盛り上がり楽しいひと時を過ごすことができます。海外に長期に住んでいる者にとっては国内支部の方との交流は久しぶりの日本を感じるひと時です。北海道支部とダバオ支部も深いご縁があります。寒い北海道と南国のダバオが？とお思いになれるかもしれません。ダバオの紹介写真によく写っている南国暮らしの会の旗は実は大切に北海道支部で保管されていた2つの内の1つです。やはりサロン会の時などに旗があると一体感がわきます。昨年桂支部長をはじめ支部の方がダバオにお越しになられ改めて授与式を行い旗に記念に“北海道支部からの贈呈”とご記入頂きました。大事に使用させていただきます。北海道支部の皆様この場をお借りして改めて感謝申し上げます。ありがとうございました。

また昨日ご滞在の国内支部の方から“ジャズがライブで聴けるお店を教えてください”とのご要望がありました。マニラ、セブには及びませんが生まれながらのエンターティナーがいっぱいいるフィリピンですのでライブバンドの店は山ほどあります。ご興味があるだけに既に有名処ろは行かれているみたいで別

のお店に同行いたしました。ホイトニーヒューストンのリクエストを難なく歌い上げる歌手にさすがフィリピンと唸ってしまいました。安価な値段でライブバンドが聞けるのもダバオの魅力の1つですね。ここに住んでいると生活が単調になりがちでこのような非日常の体験はいい刺激になります。このように新たにダバオの魅力を再発見できるのも国内支部の方のおかげです。これからも国内支部の会員の方と楽しいお付き合いをさせていただきます。今後共ダバオ支部宜しくお願ひ申し上げます。



ダバオのライブバンド



ハワイ支部便り
支部長 No.1439 塩川 亨

私は6月1ヶ月しかステイしていませんので、前支部長の村林修次様に下記の支部だよりを報告して頂きました。

* * *

ALOHA

ハワイ州オアフ島の最大ショッピングモールである「アラモアナショッピングセンター」に昨年11月「ニューエヴァエリア」が誕生しました。

アラモアナショッピングセンターの西側が延びて40店舗以上のお店がオープンし、中でも超高級デパート「ブルーミングデールズ」はディスプレイは美しく、お値段もワンランク上のようなようです。

このデパートはニューヨークに拠点を置くセレブを顧客に持つデパートと聞きましたが、ハワイ初上陸ですがハワイの人達は既に「ニーマン マーカス」や「メーシーズ」があるので比較的覚めているように見えました。

新しいショッピングモールと言えばワイキキの中心街にありました「インターナシヨナ

ルマーケット」が2014年末で閉鎖し、隣接するミラマーホテルも取り壊されてカラカウ通りからクヒオ通りまで抜ける広大な敷地に「ニューインターナショナルマーケット」が今年8月にオープンします。

クヒオ通りに面したところに変な大きな駐車場が出来ているのを見るとこちらは観光客だけでなくハワイの人達も歓迎ムードなのかなと思います。

クヒオ通りのワイキキトレイドセンターですが建物全体の利用効率が悪いので利用形態をオフィスからコンドミニアムに対応を変える改修工事が始まっています。

同じクヒオ通り山側では「オハナウエストホテル」も改修工事中です。

我々にとって一番困った話題が「フードパントリー」が閉鎖されると言う噂です。

「フードパントリー」は昔からワイキキの胃袋と言われ観光客にもハワイの人達にとっても利便性もあり貴重な存在なので無くなると大変不便になります。

とも角ワイキキはこの1～2年内に大きく変貌を遂げると思います。

MAHALO



ワイキキトレイドセンター改修工事の様子



部 会 伝 言 板

総 務 部 会

担当理事 No.1607 阿部 滋敏

1. 第3回理事会 平成27年12月5日(土) 品川第一区民集会所(新馬場)

- ① 予算進捗報告と来期(第19期) 予算作成の依頼
- ② 役員必携見直し 各部会の内規、規定類の見直しは午前中の部会長会議で審議、承認された。細則の見直しは本理事会で審議、採決の結果、全会一致で承認された。
- ③ 各部会からの提案、報告について
 - ア. 理事会欠席時の欠席届化(総務)
 - イ. 印刷会社の変更による会報事業費の削減(会報)
 - ウ. ロングステイフェア2015(11/21) 報告(広報)
 - エ. アフターロングステイ委員会(広報)
- ④ 来期役員、業務分担案作成について(理事長)

2. 第4回以降理事会開催予定

3/12(土)、4/9(土)、5/14(土)

3. 第1回臨時総務部会 平成28年2月8日 大崎労政会館

第4回理事会では来期予算や役員体制など重要な議題が多いので、事前に臨時総務部会を開催し、部会としてのベクトル合わせを実施した。

広 報 部 会

担当理事 No.1207 宮原 正宇

この度は広報部会から二つ程、皆様にニュース連絡を申し上げます。

一つ目は「南の会」の新入会員増強対策についてであります。

昨年7月に日頃交流のある四谷の「イカロス出版社」の戸部氏を表敬訪問した際、同氏より当時手掛けていた海外旅行雑誌「フィリピンでロングステイ」に「南の会」の会員からフィリピン事情についての記事を投稿して欲しい旨、依頼されました。

広報部会で手配し、「南の会」の会員からフィリピン事情に詳しい3名の方を推薦申し上げ、3名の方の記事がそのまま採用され、無事出版にこぎつけました。

後日その雑誌を読んだ一般読者の中から4名の方がその記事に触発され、「南の会」に入会されるという好結果に繋がりました。

更に昨年11月に有明の東京ビッグサイトで恒例となったロングステイ財団主催の「ロングステイフェア」が開催され、今回も「南の会」から出店し、大いに「南の会」のPRに努めましたところ、80名以上の来店者からアンケート記入のご協力を頂きました。

その80名のお客様方に12月と1月の「南の会関東甲信越支部サロン会」へのゲスト参加を積極勧誘したところ、各月とも10名前後のゲスト参加があり、その場でオリエンテーションを実施した結果、2ヶ月合計で実に12名の新規会員が即日入会という快挙に繋がりました。

近年「南の会」でも高齢化が進み、体力の

限界を感じ海外ロングステイをやめて国内に引き上げられ、同時に「南の会」も退会されるといった残念なケースが増えております。

海外ロングステイに対する世間一般の興味関心も一渡りして、一頃のような自然増員が見込めなくなった昨今、このままでは会員数の激減を招来し、会の活動自体がじり貧となってしまうため、これまで以上に意識した新規会員の増強対策が必要となっております。

広報部会の本来業務である「南の会」の活動全般にわたる情報宣伝活動への取り組みは当然のことながら、広報部会の特質である対外的交流域の広さや豊かな情報ネットワークを最大限利用し、機会あるごとに新規会員の獲得を心掛けていくことも重要な活動の一貫であると再認識いたしております。

一般会員の皆様におかれても是非機会あるごとに新規会員獲得のためにご尽力頂ければ幸いです。

二つ目のニュースは昨年10月の理事会で正式承認を受け、広報部会の下部組織として新たに発足した「アフターロングステイ委員会」の活動についてであります。

この委員会の本来的活動の趣旨や活動内容については、前号の会報誌（VOL.65）の伝言板にて記載しておりますのでここでは省略いたしますが、元理事長であられた宮壽哲郎氏と現監事の高田勝弘氏を推進リーダーとしてこれまでに15名の会員が参加され、3月28日に予定されている例会には更に4名の会員が新たに参加される予定です。

会の主要課題として捉えている「終活問題」について相続や遺言といった20項目以上にわたる研究テーマを取り上げ、これに優先順位をつけて一つずつ地道に研修を重ねていく方法で取組み開始しております。

いずれ活動が軌道に乗れば将来的には部会

への昇格をも検討されるところでありますが、その成果についてはまだまだ未知数であり、広報部会としても今後は組織運営面での十分なバックアップを行っていく所存です。

この委員会活動に明確な問題意識と共感をお持ちの方々の参加をお待ち致しております。

以上

会 報 部 会

担当理事 No.1309 青木 一義

年3回発行の会報も会員の皆様のお蔭をもちましてこの春号で66巻になりました。

会員の皆様にとって有益で読んで楽しい会報作りに会報委員一同励んでおりますが限られた人数での情報収集には限りがあります。

しかしながら600名にも及ぶ会員諸兄の中にはLSを目指す我々にとって貴重な体験や情報をお持ちの方あるいは異境の地に変った旅をされた方等が少なくはないと思われまます。

後に続く会員の為にも是非こういった方々の自薦、他薦の積極的な投稿をお待ちしております。参考迄に会報の年間の大よそのスケジュールをご案内致します。

・会報春号 原稿、写真募集期間

2月1日から 3月15日迄

会報発行日 5月7日

・会報夏秋号 原稿、写真募集期間

6月1日から 7月15日迄

会報発行日 9月8日

・会報新年号 原稿、写真募集期間

10月1日から 11月15日迄

会報発行日 1月8日

以上



友好団体紹介コーナー

★一般財団法人ロングステイ財団

<http://www.longstay.or.jp>

★THE JAPAN CLUB OF KUALA LUMPURKL

(クアラルンプール) 日本人会

<http://www.jckl.org.my/>

★チェンマイロングステイライフの会 (CLL クラブ)

<http://cll.thaijp.net/>

★北ルソン日本人会 (JANL)

<http://janl.exblog.jp>

★ワールドステイクラブ (WSC)

<http://homepage3.nifty.com/worldstayclub/>

南国暮らしの会 支部一覧

2016年5月現在

支部名	会員番号	支部長名	e-mail アドレス
北海道支部	1285	桂 裕章	hiro-katz1743@nifty.com
東北支部	498	氏家 孝	takashiujiie3322@yahoo.co.jp
関東甲信越支部	1118	肥後 憲尚	higoyoshi@hotmail.co.jp
東海支部	1544	森 幸太郎	moro-12-13-18@herb.ocn.ne.jp
関西支部	173	平山 三雄	hira629@yahoo.co.jp
九州支部	581	朝永 清寿	ktomo581@yahoo.co.jp
チェンマイ支部	239	伊藤 寛	kan_itoh_9@hotmail.com
バンコク支部	—		
ペナン支部	1546	渡邊 照夫	ftxqj863@ybb.ne.jp
クアラルンプール支部	1682	守田 章	akirmori@hotmail.co.jp
マニラ支部	999	中山 恒夫	kazuyo.nkym@gmail.com
セブ支部	1410	加藤 正也	m@kato.sh
バギオ・パンガシナン支部	227	斎木 一	saikihajime@hotmail.com
ダバオ支部	1261	藤本 晴久	katorudawann@yahoo.co.jp
ハワイ支部	1439	塩川 享	t.007.shiokawa@jcom.home.ne.jp
ゴールドコースト支部	※ 586	磯崎 興志	iso4549@sirius.ocn.ne.jp

※は支部長代行

編集後記

初めて会報作りを担当させていただきました。不慣れなPC作業で当惑いたしました。何とか春季号の発行の運びとなり安堵しております。皆様の南国暮らしで多少なりともお役に立てば幸甚です。お忙しい時間を割いて貴重な体験をお寄せいただいた皆様、寄稿を

いただいた日本フィリッピンボランティア協会町田様、そして、浅学の我々に御指導いただいた諸先輩に厚く御礼申し上げます。

編集委員

No.1208 澁谷 幸一、No.1108 山田 美弥子

「南国暮らしの会」から自己責任の徹底！

南国暮らしの会は南国暮らしの情報提供・交換・親睦の場です。これらに基づいた集会・行事・旅行、或いは不動産の購入などについて、個々人の自己責任であることを肝に銘じて判断し行動してください。すべての判断・決定は自己責任です！

(参照：「南国暮らしの会」細則第10条【自己責任の原則】)

【連絡先一覧】

- (1) メールアドレスの変更 mail.iinkai@gmail.com
 - (2) 会員関係（住所変更など） kaiin.bukai@gmail.com
 - (3) 経理関係（会費、名刺ロゴマークなど） keiri.iinkai@gmail.com
 - (4) その他一般 home@minaminokai.com
- (メールには要件の他に会員番号、氏名、ご自分のメールアドレスを明記して下さい。)

[編集委員]

No.1309	青木 一義	No.1108	山田美弥子
No.1207	宮原 正宇	No.1208	澁谷 幸一
No.1578	山本 雅巳	No.1581	黒川 敏彦

記事の無断転載・複製を禁じます。

発行者 特定非営利活動法人（NPO法人）

「南国暮らしの会」

©minaminokai

理事長 大野 悦子

<http://www.minaminokai.com/>

E-mail: info@minaminokai.com



投稿写真コーナー



チェンマイ支部 サロン会



ダバオ支部



ペナン支部 サロン会



クアラランプール支部



九州支部 サロン会



東海支部



関西支部