

NANGOKU NANGOKU NANGOKU

特定非営利活動法人

VOL.70

南国暮らしの会

2017年 夏・秋季号



東海支部 NO.1216 小鷹 益雄氏提供 アラワイ・ヨット・ハーバー(オアフ島ワイキキ)



登録第4810100号
REGISTRATION NUMBER

NPO法人 南国暮らしの会

平成29年9月8日

NANGOKU NANGOKU NANGOKU

南国暮らしの会 (2017年夏・秋季号) 目次

平成 29 年度総会案内

(敬称略)

平成 29 年度 南国暮らしの会総会のご報告とご挨拶	No. 434	大野 悦子	1
平成 29 年度 (第 20 期) 通常総会議事録			2
平成 29 年度 役員会・支部長会議事録			5
平成 29 年度 役員・業務分担表			10
平成 29 年度 委員会の構成表			11

会員からの投稿

東地中海クルーズ「初めての船旅」春号続き	No. 1763	小西 隆司	12
初めてのロングステイは語学留学だった(フィリピン、クラーク 8 週間)	No. 1733	明間 崇文	15
一度は行ってみたかったインド	No. 1431	兼森 省治	20
私たちのツール・ド・モンブラン体験記	No. 581	朝永 清寿	22
イポーの我が家一家のトラブル色々	No. 1660	北村 裕志	27
チェンマイこの指とまれに参加して	No. 1598	鈴木真理子	32
ハワイオアフ島：カイルアを中心に	No. 1278	外池 一子	34
NPO 法人・日タイ里親協会の活動	No. 1739	榊原 正子	37
スカイプで英会話	No. 1437	金澤 正子	38
日本 100 観音と四国八十八ヶ寺遍路を終えて	No. 900	島林 健二	39

お役立ち情報

タイ・ロングステイについて	タイ国政府観光庁 マーケティングマネージャー	藤村 喜章様	44
---------------	------------------------	--------	----

支部便り

北海道支部便り	No. 1285	桂 裕章	47
東北支部便り	No. 1027	佐藤 周司	47
関東甲信越支部便り	No. 1607	阿部 滋敏	49
東海支部便り	No. 1601	高島 恵	52
関西支部便り	No. 501	大川 泰永	56
九州支部便り	No. 651	穴見 保彦	58
ペナン支部便り	No. 1630	菅野 純	58
クアラルンプール支部便り	No. 1682	守田 章	59
ダバオ支部便り	No. 1261	藤本 晴久	60
セブ支部便り	No. 1623	田口 秀男	61
チェンマイ支部便り	No. 239	伊藤 寛	62
ハワイ支部便り	No. 1439	塩川 亨	63
バギオ・パンガシナン支部便り	No. 227	斎木 一	63

部会伝言板

総務部会	No. 1763	小西 隆司	63
------	----------	-------	----

友好団体紹介コーナー

南国暮らしの会 支部一覧			64
--------------	--	--	----

編集後記

			64
--	--	--	----

平成29年度(第20期)南国暮らしの会総会のご報告とご挨拶

南国暮らしの会 理事長 No.434 大野 悦子

今回の「2017年 夏・秋季号」で「南国暮らしの会」の会報も70号を発刊する運びとなりました。これも偏に会員の皆様のご協力と歴代の「会報担当」の役員の方々のご尽力の賜物と、感謝申し上げます。

今年もヨーロッパなど各地でテロが続いていて被害に遭わないか心配しております。会員の皆様におかれましては、この夏もあちこちへ出掛けられた方が多いと存じますが、ご無事で活動されていることと存じます。

さて、毎年恒例の「役員・支部長会」が5月27日(土)に、国内6支部と帰国中のセブ支部の支部長と、役員(理事、監事)、相談役に御出席頂き、開催されました。毎年、この時期に、一同が会して、この1年間の活動報告や今後の活動予定の報告がございました。また、会の運営につきましても積極的な意見交換を行うことが出来ました。(詳細は、「役員・支部長会議事録」をご覧ください。)

そして、その翌日の5月28日(日)には、平成29年度(第20期)の「通常総会」が開催され、会員の皆様のご協力によりまして第1号議案から第5号議案まで御賛同を頂き承認をされましたことに感謝を申し上げますと共に、総会が終了致しましたことをご報告致します。(詳細は、「通常総会議事録」を御覧下さい。)

さらに、6月29日(木)には、NPO法人としての義務であります、この1年間の活動報告など各種書類の提出を東京都庁と法務局に出向きまして提出し、全て受理されましたことを重ねてご報告致します。

この総会まで理事、監事をして下さった役員の方々にご協力を頂きましたことに感謝申し上げます。また、今期、新しく加わって下さった理事や監事の方々と、残って下さった理事の方々のご協力を頂いて、「南国暮らしの会」の活動がより良く進められますよう努めてまいりますので、会員の皆様には、どうぞご理解とご協力をお願い申し上げます。

最後に会の益々の発展と会員の皆様及びご家族の皆様のご健康を願ひまして、総会を終えてのご挨拶とさせていただきます。



特定非営利活動法人南国暮らしの会
平成29年度（第20期）通常総会議事録

1. 日 時：平成29年5月28日（日）10：00～11：50
2. 場 所：東京都港区芝5-18-2 港勤労福祉会館 第一洋室
3. 正会員数：409名
4. 出席者数：247名（内、総会出席者34名、書面・電子・表決者213名）
5. 審議項目

- (1) 第1号議案：平成28年度事業報告及び会計報告・監査報告について
- (2) 第2号議案：退任理事に伴う理事会の選任理事の信任について
- (3) 第3号議案：退任監事に伴う監事の選任について
- (4) 第4号議案：平成29年度事業計画（案）について
- (5) 第5号議案：平成29年度活動予算（案）について

6. 議事の経過の概要及び議決の結果

進行司会の阿部理事は、総会の表決権所持会員数が409名、出席者34名、委任状213名、合計247名で定款第26条により1/3以上であることから、本日の通常総会が成立することを説明し、定款25条の規定により議長として会員No.996歌田晃一理事を推薦し、満場一致で議長に選ばれた。

議長は開会を宣言し、議長の立場からもこの総会が成立している事を再確認し、最初に総会における議事録を確認して頂く議事録署名人としてNo.1068山科監事を選任、書記はNo.1225高橋理事を選任し満場一致で承認された。

次に、審議の進め方の説明を行い、議案の審議に入った。

議案の審議

(I) 第1号議案 「平成28年度事業報告及び会計報告・監査報告について」

大野理事長が平成28年度事業報告書（会報春季号P.3～12を参照）に基づき詳細な事業報告を行った。

続いて瀧川理事が同年度の会計収支計算書、貸借対照表（会報春季号P.13～14参照）に基づき詳細な決算報告を行った。

最後に山科監事から、当会は同定款に基づき適正に運営され、収支計算書はいずれも正確である旨の報告が監査報告書（会報P.15参照）に基づき行われた。

議長は質疑・応答の後、第1号議案について賛否を諮り、賛成多数で承認された。

（書面表決者213人中212名賛成で反対1）

***（本議案に関連する質問・要望事項）**

質問1：昨年の総会でアフター・ロングステイは、支部で行なうべきで、本部で行なうのは定款違反である、と申し上げたが、理事会としてこの一年何の改善もしてこなかったのではないか。

回 答：今期、理事会では改善案について3回話し合い、更に都庁のNPO担当か

質問 2：この「企画」と言う文面は改訂しないのか。

回 答：各支部の企画で参加者を集めるのではなく、個人が企画しそれに賛同する仲間が集まるだけである。お金を徴収すると問題が起きる場合があるが、それはないので、仮に事故があっても、人数が多いと「南国暮らしの会」の名前は出るが、参加条件に「自己責任」を謳っているので問題はないと考える。

昨年度も「企画」という文言を使用しており、特に問題は発生していなかったが、今後改訂が必要であるということになれば、次年度の計画書に反映させたい。

「必携」・「定款」もかなり古くなり、現在に合っていない部分もあり、「必携委員会」で今期見直しの時期に来ているので、会を立ち上げた当時の先輩の気持ち（魂）を大切に、現代に合わせた「必携」・「定款」も含めて見直し検討する事を予定しています。

細則第 16 条により次年度は細則見直しの年になっており、これに併せ、定款についてもその見直しの可否を規定・必携編集委員会にて検討したい。

(V) 第 5 号議案 「平成 29 年度活動予算（案）について」

瀧川理事より平成 29 年度活動予算案（会報春季号 P.17 参照）の説明に先立ち、以下 3 点の誤記訂正を行い、詳細説明がなされた。

- ・訂正 1、資料売収入前年度予算 A 部 85,000 が 56,000
- ・訂正 2、資料売収入差異（B - A）部 ▲ 39,000 が △ 10,000
- ・訂正 3、基本金等利息収入差異（B - A）部 ▲ 1,000 が △ 1,000

議長は平成 29 年度活動予算案について賛否を諮り、賛成多数で承認された。

（書面表決者 213 名中賛成 212 名で反対 1）

7. その他 . 役員業務分担紹介と退任・退任理事紹介

「平成 29 年度役員・業務分担表」に従い、大野理事長より新年度の役員の業務分担の説明及び、退任・新任理事の紹介と挨拶がそれぞれなされた。

（詳細は、会報 夏秋季号に掲載予定）

議長は本日の総会における議案のすべてが終了したことを告げ、議事進行に関し出席者の協力を謝し、閉会を宣言した。

以上、この議事録が正確であることを証する。

平成 29 年 5 月 28 日

議 長 歌田 晃一 ①
議事録署名人 山科 滋雄 ①

平成 29 年度 南国暮らしの会 役員会・支部長会議事録

日 時：平成 29 年 5 月 27 日（土）13：00～16：07
場 所：品川第二地域センター区民集会所 第1会議室(京浜急行青物横丁駅徒歩5分)
(住所：東京都品川区南品川 5-3-20 電話 (03-472-2000)
出席者：大野理事長 (No.434)、歌田副理事長 (No.996)、平山理事 (No.173)、
今野理事 (No.670)、宮原理事 (No.1207)、澁谷理事 (No.1208)、
高橋理事 (No.1225)、青木理事 (No.1309)、兼森理事 (No.1431)、
山本理事 (No.1578)、吉田理事 (No.1575)、川野理事 (No.1640)
山科監事 (No.1068)、肥後監事 (No.1591)、馬場相談役 (No.732)
桂裕章北海道支部長 (No.1285)、佐藤周司東北支部長 (No.1027)、
阿部滋敏関東甲信越支部長 (No.1607)、高島恵東海支部長 (No.1601)、
大川泰永関西支部長 (No.501)、穴見保彦九州支部長 (No.651)、
田口秀男セブ支部長 (No.1623)
新理事候補者：勝本隆文 (No.888)、明間崇文 (No.1733)、小西隆司 (No.1763)

議長は大野理事長、司会進行は前半の議題（1～6）を歌田総務部会長、後半の議題（5～7）を今野理事が行う。

大野理事長より平成 29 年役員・支部長会議の開会挨拶があった。

1. 役員・支部長・出席者の自己紹介

歌田総務部会長より本日の会議出席者は 25 名。尚、役員の大瀧理事、寺田理事、黒川理事、榎野理事、木村監事及び横山新理事候補者、北峯新理事候補者が欠席との報告があった。先ず各支部長の自己紹介、続いて理事役員の自己紹介があった。

2. 役員・理事の選任及び推薦について

役員・理事の選任について大野理事長から説明があった。

退任理事：歌田晃一 (No. 996)、青木一義 (No.1309)、山本雅巳 (No.1578)、
黒川敏彦 (No.1581)

新任理事：勝本隆文 (No. 888)、横山正紀 (No.1323)、北峯康夫 (No.1704)、
明間崇文 (No.1733)、小西隆司 (No.1763)

退任監事：木村秀男 (No.1361)

新任監事：馬場章介 (No. 732)

3. 平成 28 年度事業報告と南の会の現況

大野理事長より、事業報告があり、内容については会報春季号 P.3～7 を参照。

尚、今年度は関西で初めてのロングステイフェアに出展参加して 12 名の新規入会者があったとの報告があった。

4. 平成 29 年度事業計画、役員業務分担

大野理事長から 29 年度の事業計画の説明がなされた。(会報春季号 P.16 参照) また、役員の業務分担について説明があった。(役員・業務分担表参照)

ここから今野理事に司会変更し、各支部の 28 年度支部活動報告と 29 年度支部事業計画の報告と説明があった。

5. 各支部の活動報告及び活動計画

(会報春季号 P.7～11 と配信済み資料参照)

①北海道支部 桂支部長より

活動報告は会報に記載の通り。新年度サロン会は年 2 回、8 月は冬期どこに行くかを話し合う為と 11 月には忘年会を兼ねて開催予定。毎月行うには会員が少ない。女性のサロン会を年 2 回やっている。ゴルフ会を恒例で 5 月と 9 月に開催。4 月に新会員が増え行きたいところがたくさんある。今年は既に 4 月に 10 名位でアンコールワット、ベトナムのハロンに行った。今、ニュージーランドを計画中。それから北海道 LS を南の会メンバーには出来る範囲で支援して行きたい。会計報告は殆ど懇親会の経費である。

②東北支部 佐藤支部長より

28 年度から支部長を務めている。現在会員は 10 名。サロン会 & 懇親会を支部総会と一緒に泊り掛けで昨年 4 月 17 日に開催。参加者 6 名。支部主催セミナーを本部の参加も得て昨年 10 月に開催、詳細は会報参照。今年は 4 月 23 日にサロン会 & 懇親会を鳴子温泉一泊二日で開催し各会員の LS 体験記などが発表された。外に出て新しい発見という意味でフィリピン・ダバオ 7 日間の旅実施予定。次回は 9 月 27 日に温泉一泊二日を予定。

③関東甲信支部 阿部支部長より

28 年度総会 & サロン会・懇親会は 4 人の外部講師を招いて 8 月と 2 月を除いて 10 回実施した。支部役員会も 10 回行った。11 月のロングステイフェア開催時には支部も支援を行った。新年度フェア開催に於いても引続き積極的に支援していきたい。詳細その他会報 8 頁 3 番にある通り。29 年度は資料にある通りだが、他支部との交流会も復活して行きたい。会計報告は収入 133 万円支出 124 万円で 9 万円の黒字であった。殆どが懇親会の費用である。

④東海支部 高島支部長より

定例会は 1 月以外毎月計 11 回開催。懇親会も定例会後に開催 (10 回)。平日サロン会を

毎月第3月曜日に実施（12回）。出張サロン会としてミニサロン会を浜松で開催（2016年4月3日）。その他会報8～9頁4番にある通り。今年は1週間位「この指とまれ方式」でチェンマイ下見ツアーを計画している。行事として別組織で年配の人のオールドフレンズ会の開催も予定している。その他資料にある通り。最後に会計報告がなされた。

⑤関西支部 大川支部長より

活動報告と活動計画は会報春季号及び配信済み資料の通り。サロン会は忘年会も入れ計5回開催。忘年会は従来居酒屋で開催していた所20名位しか集まらなかったがイタリアンレストランに会場変更したところ5割位人数が増えた。場所の選定も重要だと認識した。パソコン教室を以前は年4～5回やっていたが年2回の開催とした。各種親睦行事として、女性による“ゆりの会”で花見を実施し17名参加。5月17～18日城崎温泉で開催のゴルフには15名が参加。最後に会計報告がなされ、新年度への繰越額がマイナスの原因は29年度サロン会の会場費2回分を3月に前払いした為との説明があった。

⑥九州支部 穴見支部長より

28年度はサロン会を福岡市で2回、熊本市で2回、北九州市で1回開催した。又、10月は栗拾いとゴルフ & 温泉サロン会を実施。この指とまれで台湾台中市 & 台南市を現地旧正月中に16名参加で行ってきた。また29年度も実施して欲しいとの声もあるので検討中。29年度情報交換会は3月30日熊本市で既に開催済み。福岡市で6月、北九州市で10月に行う予定。バギオバンガシナン支部から寄付があった1万5千円は熊本城の復興資金ということで熊本城に持参した。最後に会計報告がなされた。

⑦セブ支部 田口支部長より

セブは11月から3月並びに8月9月がダイビング、ゴルフで来訪者が増える。殆ど毎日スターバックスに集まって情報交換会を行っている。スマホ、パソコン等の操作方法に関しても鶴岡会員、加藤前支部長から教えてもらい使えるようになっている。懇親会は年2回開催。セブは以前、10数名のロングステイ者がいたが現在はサロン会に出席しているのは4～5名程度である。29年度は懇親会を大勢の人で行いたいので参加者の多くなる時期を選んで実施したい。

6. 各支部からの提案、要望

(大川関西支部長)：メールアドレスや電話番号が載っている名簿がもらえないか。

(澁谷理事)：会員部会からは個人から問い合わせがあっても直接その人に個人情報を開示することはできない。新入会員に関しては各支部長に情報を流している。

(高島東海支部長)：補助金の算定基準はどのようになっているか。足りない分はその都度集めたりしている。補助金を増額してもらおう事は出来ないのか。

(今野理事)：会員数減少傾向にあり収入も思わしくなく現状では増額が困難である。各支部も会員増加に努力をお願いしたい。

(平山理事)：関西は会場費が高い。例会費を UP して 200 円から 500 円にした。

(歌田副理事長)：あくまで補助である。元に戻したいが会員の伸びがいまいちである。将来会員を増やすとお金がかからないようにするというのが理事会の考え方である。

(穴見九州支部長)：栗拾いサロン会の時に提案があったが、再入会の際の 5,000 円は免除してもらえないか。

(今野理事)：理事会の検討事項ということにしたい。

(穴見九州支部長)：ML を前のように見れるようにできないか。

(山本理事)：不特定多数に送るものではない。BBS を始めて 3 年、200 名以上の新入会員がいる。旧会員は 300 名。BBS で育てており違和感はない。アドレスを持っていない人もいるし、400 以上のアドレスを管理していくのはかなりハードである。

(大川関西支部長)：関西は ML を希望。南の会として ML に一本化してはどうか。

(今野理事)：炎上するという問題もある。この提案は継続検討課題としたい。

(歌田副理事長)：委任状の電子化に関しても国内まで入れようかと思ったが、パソコンでホームページを利用出来ない人もいる事やセキュリティ対策に問題もあり、今回は海外だけとした。

(高島東海支部長)：新入会員申し込みの際、夫婦での場合、奥様は後からでないと会員証がもらえない。一度に送れないのか。

(高橋理事)：検討する。名札が封筒に 2 つ同時に入れられない等の問題があると思う。

(高橋理事)：申込書に記載されたメールアドレスが手書きで読み取れなかったり、携帯のメールを入れる人がいるので、新入会者がある時には各支部長に注意をお願いしたい。新たに緊急連絡先も入れてもらうようにしたい。

(阿部関東甲信越支部長)：ML の話に戻るが、関東甲信越支部は基本的に BBS を利用。サロン会の案内は ML で実施。700 名だと名簿管理が大変。会全体でやるのは対応出来ない。BBS には UP したい人が行う。

(大川関西支部長)：管理の問題でなく炎上が問題だが、炎上は避けて通れない。管理はできると思うので会員の要望を大事にした方が良いのでは。

(桂北海道支部長)：マスコミ等にサロン会の写真などの集合写真が載ることがあるが、その際、南の会という事がわかる横断幕などがあると良い。

7. その他（各部会及び委員会からの連絡、要望も含め）

青木会報部会長からのお願いとして、①全員参加型の会報にしたい。国内6支部満遍なく会報に投稿頂きたいとの発言があった。

大川関西支部長より原稿は何を書いたら良いかわからないので、特集を組むとかで原稿を集めたらどうか、それと会報に原稿募集の趣旨説明文を掲載されてはどうかとの2提案があった。

青木会報部会長より範囲を狭めないで自由に原稿集めた方が良いとの発言があった。

②会報部会から支部便りと支部活動報告は別物であり混同される事がないようにとの説明があった。

小西理事候補より東海支部で話されたオールドフレンド会の内容説明が求められた。

高島東海支部長より既に退会した人が中心になって同窓会みたいな形で年2回くらい集まってランチ、工場見学、地域の歴史見学等を行っている。現会員も自由参加で人数は合計10名位。

宮原広報部会長よりアフターロングステイ委員会の経過と方向の説明があった。

まだ発足したばかりで広報部会は連絡役として支援してきた。次年度からは特別委員会という形で、高齢者対策の一環として前向きに取り組んで行き、軌道にのったら全国に広げていきたいとの発言があった。

歌田副理事長より今回で理事は退くがホームページはこれからも担当していくので各支部からの投稿、写真などの情報が欲しいとの発言があった。関西・東海は十河会員、北海道は佐藤会員、九州は朝永会員、関東・東北は歌田副理事長が継続して担当するとの報告があった。

大野理事長からの閉会の挨拶があり、役員会・支部長会を終了した。

平成29年5月27日

NPO 法人 南国暮らしの会

議 長 大野 悦子 ㊞

議事録署名人 今野 力男 ㊞

平成 29 年度 (20 期) 役員・業務分担表

◆理事業務分担

凡例：◎部会長

○副部会長

2017年6月17日現在

部門担当	担当理事	業務内容
I 理事長	434 大野 悦子	・会総括代表・総会、臨時総会招集・現状情報収集・資産管理 ・理事会、役員会招集・理事会議長・官庁関係資料の提出
II 副理事長	1607 阿部 滋敏 1763 小西 隆司	・理事長の補佐 ・各分会総括
総務部会 (事務局)	◎ 1763 小西 隆司 ○ 1607 阿部 滋敏 1225 高橋 眞治 1431 兼森 省治 1640 川野 俊次 1704 北峯 康夫	・定款(会則)等の改廃・日常運営案の作成・予算案の作成・官庁関係資料の作成 ・総会、例会、懇親会、催しの等企画及び実施、同会費徴収、テーマ策定 ・会場設定、運営、記録、発表、総会議事録作成・各委員会のまとめ及び確認 ・理事(役員)会テーマ策定資料・理事(役員)会招集実施(会場設定、運営管理、記録、発表) ・理事(役員)会議事録作成・税務関係(法人税、資産税管理等) ・「南の会」必携編集作成
(支部推進)	○ 670 今野 力男 173 平山 三雄 1704 北峯 康夫	・支部統括 ・支部活動支援
経理部会	◎ 1032 瀧川 清人 1733 明間 崇文	・入会金、年会費徴収 ・一般収支・金銭出納記録 ・決算の事務 ・会費納入票回送
会報部会	◎ 1208 澁谷 幸一 ○ 1575 吉田 博 1323 横山 正紀 1431 兼森 省治 1640 川野 俊次 1733 明間 崇文	・会報等の原稿収集、編集、整理、校正、印刷、製本、発送 ・会員への情報提供及び会員からの情報収集 ・年3回(新年・春・夏)発行
広報部会	◎ 1207 宮原 正宇 ○ 1388 寺田 光江 888 勝本 隆文 1575 吉田 博	・「南の会」の対外的広報活動・マスコミ取材窓口(ロングステイ財団窓口) ・他機関への投稿・新聞、雑誌等の関係情報収集
ネット部会	◎ 888 勝本 隆文 ○ 670 今野 力男 173 平山 三雄	・南国掲示板(BBS)運営 ・会員メールアドレスの管理 ・「南の会」HP作成、修正、保守
会員部会	◎ 1388 寺田 光江 ○ 1225 高橋 眞治 1208 澁谷 幸一 1668 横野 昭一 1323 横山 正紀	・会員入退会・会費等の納入チェック・問合せ者の資料等の作成及び発送 ・会員名簿作成・問合せ向け「南の会」案内書編集作成 ・会員からの情報収集・会員証発行 ・会報等の送付先の掌握及び宛先シール作成(会報部会と連携)
監事	732 馬場 章介 1068 山科 滋雄 1591 肥後 信彦	・理事の業務執行状況の監査・この法人の財産の監査 ・定款に違反する重大な事実が発見されたら総会を招集し報告又は所轄庁に報告 ・理事会業務執行に対する会員苦情等の精査

理事、監事の業務は本分担表に記載なき事項でも、本会定款に記載ある事項はこれを優先する。

平成 29 年度 委員会の構成表

◆委員会について（委員の委嘱状は発行しない。但し、この構成表が全会員に配布される。）

- ・部会は部会運営上の調査・研究等を委員会に委嘱することができる。
- ・理事会は特別委員会を開設し、特命事項を委嘱することができる。
- ・特別委員会は理事会委嘱の特命事項の調査・研究を行う。
- ・委員会の委員長は理事会に於いて選任し、長はその任を遂行する。
- ・委員長は理事および理事経験者が担当し、当該部会に委員会の経過報告を行う。
- ・構成員は委員長に一任する。但し理事会にその構成員の報告を行う。
できるだけ有職会員の意向も取り入れた会の発展に寄与する人選をする。
- ・委員会はできるだけ半年から一年以内に答申を行う。案件の答申は部会経由で総務部会にてチェック後、理事会に諮り、決定後は当該部会にて業務を遂行する。但し、単発的な案件は理事会決定後、実行委員会で業務の遂行を行うこともある。
- ・特別委員会の委員長はその答申を理事会に提出する。決定は理事会に委ねる。

◆委員会および構成員 凡例：◎委員長 ○副委員長 *理事以外（凡例ごとに会員 No. 順掲載）

総務委員会	◎1763 小西隆司 1225 高橋眞治	○1607 阿部滋敏 1431 兼森省治	434 大野悦子 1640 川野俊次	670 今野力男 1704 北峯康夫
規定・必携編集委員会 官公庁申請	◎1763 小西隆司 *1017 光城保之	○1607 阿部滋敏	434 大野悦子	1032 瀧川清人
支部推進委員会	◎ 670 今野力男	○1704 北峯康夫	173 平山三雄	
経理委員会	◎1032 瀧川清人 434 大野悦子	○1733 明間崇文	*1537 鈴木元恵	*1695 須藤包子
会報編集委員会	◎1208 澁谷幸一 1575 吉田 博	○*1309 青木一義 1640 川野俊次	1323 横山正紀 1733 明間崇文	1431 兼森省治
広報委員会	◎1207 宮原正宇	○1388 寺田光江	888 勝本隆文	1575 吉田 博
ネット委員会	◎ 888 勝本隆文	○ 670 今野力男	173 平山三雄	*1578 山本雅巳
HP委員会	◎* 996 歌田晃一 (北海道支部：*245 佐藤真理子、九州支部：*581朝永美代子)	○ 888 勝本隆文	*1391 十河和夫	
会員担当委員会	◎1388 寺田光江 1668 榎野昭一	○1225 高橋眞治 * 923 永田隼人	1208 澁谷幸一 *1784 吉開 博	1323 横山正紀
特別委員会 (アフターロングステイ)	◎* 163 宮崎哲郎 1388 寺田光江	○* 712 高田勝弘 1668 榎野昭一	* 302 末 英樹 1431 兼森省治	1207 宮原正宇
国内支部	・北海道支部長 1285 桂 裕章 ・関東甲信越支部長 1607 阿部滋敏 ・関西支部長 501 大川泰永	・東北支部長 1027 佐藤周司 ・東海支部長 1601 高島 恵 ・九州支部長 651 穴見保彦		
海外支部	・バギオ・バンガシナン支部長 227 斎木 一 ・チェンマイ支部長 239 伊藤 寛 ・ベナン支部長 1630 菅野 純 ・ゴールドコースト支部長代行 586 磯崎興志 ・マニラ支部長	・ダバオ支部長 1261 藤本晴久 ・クアラルンプール支部長 1822 酒田 充 ・ハワイ支部長 1439 塩川 亨 ・セブ支部長 1623 田口秀男 ・バンコク支部長		

東地中海クルーズ「初めての船旅」

関東甲信越支部 No.1763 小西 隆司

(前号 P.29 からの続き)

●クルーズ4日目：晴れ、ピレウス7時半到着。

本日の EXCURSION は、アテネ・アクロポリスの観光です。添乗員はギリシャ人で日本語が堪能な年配の女性です。どこで日本語を習ったのか聞いてみると、何とギリシャ。自宅近くに日本人の女性が住んでいて、その方から習い日本大使館で試験を受けて添乗業についたとの事。とても滑らかに話します。

ピレウスは、ギリシャの中でも最も活気がある港の一つと聞いていましたが、経済情勢を反映しているのか私には、全体にフィルタを掛けたような無表情の様に見えます。

アクロポリスの丘に到着して見渡すと、丘は全体が岩山です。ここにあるのが紀元前5世紀頃に建てられ有名なパルテノン神殿です。重厚で壮麗ではあるが残念ながら現在修復中でした。

パルテノンと並んで、女性の彫刻が柱を形成しているカリアッドの玄関で有名なエレクトイオン神殿も見えます。カリアッドの玄関は、6体あった像の内1体は大英博物館に展示され、残った5体も全てレプリカと説明がありました。



パルテノンとカリアッドの玄関

昼食時にギリシャは蛸が有名と添乗員から説明がありましたが、烏賊のから揚げとビー

ルで乾杯しました。一人12€位です。良く考えると、我々は知ってる言葉で注文しやすいのかビール・ワイン・烏賊のから揚げが昼食の定番でした。

アテネの街で、興味を引いたのは電車です。軌道の両側は植樹で隠されていますが、軌道面は草が伸び放題です。交差点で信号が車の交通信号と同じ光景に出会いました。電車と車が同じ信号を共用しています。又、出会った時間が場違いなのか乗客は少なく、電車もゆっくりと走っていました。

街で見かけた印象的な花はギリシャらしく月桂樹です。色も赤と白があり日本の夾竹桃とよく似ていて、郷愁を感じました。

●クルーズ5日目：晴れ。イオニア海から朝日を見ながらの朝食は、至福の時間でした。力強い希望の様なものを感じます。

朝食後屋上のデッキに出ました。本日は晴天、波は静かで船は悠々と進みます。何処までも青い空、青い海、遠くに緑の島々、白いヨットも見えます、鷗こそ飛んでませんが童謡の世界を彷徨っているようです。記憶の中で、こんな雅らかに時を過ごしたことがあるだろうか。世界で一番貧しいと言われた、前ウルグアイ大統領のホセ・ムヒカさんの言葉ではないが、『ものを買うとき、人は金で買っているように思うだろう。でも違うんだ。その金を稼ぐために働いた、人生という時間で買っているんだよ…。』こんな言葉を思い出しました。今回は働いた人生の時間に利子をつけて返してもらった感じがします。

コルフ島には12時半到着。本日は EXCURSION で【アヒリオン宮殿】に行きます。

コルフ島は地中海性気候の温暖で素晴らしい島ですが、港にも街にもホームレスが目につきました。教会の階段にもたれるような恰

好で佇む姿がやるせません。

バスは高台にあるアヒリオン宮殿を目指しますが、途中カノニ「キャノン砲」の意味から海に浮かぶベラキヘルナ修道院や教会が見える展望台に一時停止です。



海に浮かぶベラキヘルナ修道院と教会

ここは確かに景勝地だが、近くに「すしレストランさくら」の日本語看板が見え、違和感を覚えました。教会の直ぐ近くに海拔すれの空港があります。夏の間は観光客が多く国際空港として使用しているそうです。

アヒリオン宮殿は、オーストリア皇妃エリザベートの別荘として建設されました。庭園はギリシャ神話を基に種々の彫像がありますが、一部は経済的理由で現在は閉鎖されています。宮殿正面の前に、臍に矢を打たれ苦痛の表情をしたアキレスの像があります。矢は折れ、像はくすんでいます。やはり手入れが行き届いていない点は否なめません。



神話を基にした彫像

●クルーズ6日目：晴れ。コトル【モンテ・ネグロ】7時着、最終寄港地。

コトルは小さな港町。モンテ・ネグロは発見当時黒松が覆い、遠目に山全体が黒く見えたことから命名されたそうです。

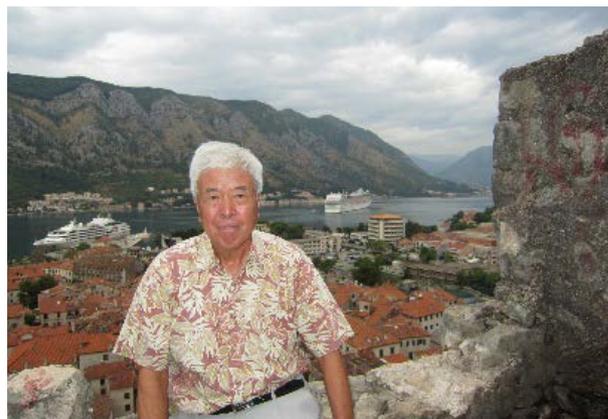
本日は EXCURSION でリゾートホテル群の島と、旧城壁の町へ行きます。最初は世界的な有名人が訪れた島全体がホテルになっているリゾート島です。

島へ行く途中の街の景色は日本の熱海と良く似ています。熱海は廃れてしまったが、ここはシルベスタ・スタローンやマドンナ、ミック・ジャガーなども訪れた場所で、公演などが行われたと説明がありました。

添乗員は、話好きの男性で時折ジョークを交え熱心に説明してくれます。その分日本人の添乗員が通訳するため全体に説明時間が長く、観光や写真撮影の時間が短くなる。景色も見たいし説明も聞きたい、映画と字幕と字幕の説明を聞いているようでジレンマを感じます。

島から港へ戻り城壁の町へ。こんな狭い町でも老婆のホームレスが教会の前で物乞いをしていました。

コトルは、山からの侵略を防ぐ目的で作られた長城や城壁が現在も残り、侵略の歴史を色濃く残す港町です。



現在も残る長城

作物はオリーブ、葡萄や野菜などが取れるそうだが畑作に適した場所は限られ、それ程多くないとの事。

城内で添乗員から勧められた地ビールの「ミック・ビール」を頂いたが、味はそこそこ。

チェックしようと店員に声をかけたが、対応しようとしなない。店では指示をする人、注文を聞いて配膳する人の分業が進んでいるのかもしれませんが、当然店員の愛想は良くありません。

城壁の正門の右側に市場があります。古い市場ですが城内の店と違って活気があり、野菜、肉、魚、乾物等なんでも売っています。ここでは生ハムのプロシュートが有名と聞いたので試食しましたが、私には少ししょっぱくて購入は諦めました。

本日は船で過ごす最後の日で、夕方屋上のデッキでは多くの人達が思い思いの格好で寸暇を惜しんでいます。アドリア海に沈む夕日が長く揺曳して、クルージングの終わりを告げているようでした。



アドリア海の夕日

21時からシアターで「忍者」のショウを鑑賞しましたがフィナーレは感動的でした。7人のスタッフが全身真っ黒の衣装で登場します。皆、首からアルファベットの付いた大きなカードを下げ、緩やかに動きながら位置を変えアルファベットを組み合わせて言葉を作ります。

THANKS、MERCI、DANKE、GRACIAS、GRAZIE など順番に組み合わせた時、言葉の国の人々が盛んに拍手をして、口笛も吹い

ていました。最後の GRAZIE には、一段と拍手と口笛が大きかったのが印象的でした。

●クルーズ7日目：晴れ、ベネチア9時着。ついにクルージングが終わってしまった！

V.ベネチア：暑い暑い1日でした。下船後水上バスでサン・マルコ広場近くへ上陸します。

ベネチアではゴンドラに一度乗ってみたいと思っていました。早速ゴンドラ乗り場に行くと、我々のツアーで乗船希望者は10名います。

ゴンドラは定員制で8人が上限で、4人と、6人に分かれて乗船しました。船頭にいくらか聞くと80€との事、人数に関係なく1艘80€です。

ゴンドラはバランスを取る為、座る位置が決められ立つ事も途中席を移動する事も禁止。約30分迷路の様な建物の周りを進んでいきます。途中橋の下を通る時は映画に出てくるワン・シーンを思い出し、スクリーンの中に入るような素晴らしい経験をする事が出来ました。



ゴンドラで船遊

船から上がりサン・マルコ広場を歩き回りましたが、とにかく暑い日でした。日差しを避けて細い路地を歩き、カードの使える店を探して一休み。スパゲッティと烏賊のから揚

げのセットランチ、ピザ・マルゲリータ、生ビールを2杯注文、サービス料・税金を含み一人約20€。ミラノよりは若干安く感じます。

Ⅵ. ミラノ・マルペンサ国際空港：これですべての観光を終え、最終目的地の成田国際空港へ帰ります。チェックインの後、ラウンジへ行きたいのですがマルペンサ空港は広くて迷います。係員に2回ほど確認しながらラウンジに到着しました。早速4人で旅の思い出をつまみに打ち上げの乾杯をしました。

Ⅶ. 旅を終えて：初めてのクルージングは、毎日新たな発見があり新鮮な感動を受けました。毎回同じような食事には少し食傷気味となりましたが、クルージングは「又行きたい」との思いが余韻のように残り、虜になる理由が良く分ります。私達も国内外のクルージン

グ資料を取り寄せ、次はどこへ行こうかと思案中です。

【参考】

●費用概算：往復航空機運賃、ホテル代、船代、船内での生ビール14杯、ミネラル・ウォーター1,000ml 7本、EXCURSION5回分を含み523,640円／2人。

但し、寄港地での食事代、ゴンドラ乗船代、ショッピング代を除く。

●クルーズ船概略：MSC OCESTRA、パナマ船籍のカジュアル船
運用：イタリアのMSC社、就航：2007年6月、92,409トン。乗客数：2,550名、乗組員：987名、デッキ：12層、全長：293.8m、全幅：32.2m、巡行速力：23ノット。

初めてのロングステイは語学留学だった(フィリピン、クラーク 8週間)

関東甲信越支部 No.1733 明間 崇文

1. 動機

定年後は海外にロングステイ（以下LS）をとの思いで「南の会」に入会して早2年余、従来は先輩方の体験談を羨ましく拝聴するだけでしたが、この度漸く人生初のLSを経験しました。たいして面白い話は無いのですが、多少でも何かの参考にでもなれば幸いと思ひ寄稿します。

さて、「何処に行くか」決めなければ何事も進みません。家族に定年後は海外にLSすると宣言はしていました。でも、特定の場所は具体的には未定でした。最初は海外支部のある場所で、海が綺麗で、ゴルフもそこそこ出来て、しかも費用もなるべく安価に等と考えました。マレーシアは既に2回弾丸ツアーで目ぼしい場所は行っており、そうするとチェンマイかダバオのどちらかと思ひました。次に、自分は本当に何をしたいのかと…考えました。しかし、中々思いつくものが出

て来ません。毎日海を見ていても飽きるし、毎日ゴルフでは軍資金が枯渇してしまうだろうな？いや、それ以前に総費用はどの程度必要なのか？等々思案の末、行きついた先が、総額が簡単に推定できて、きわめて安価と思われる「フィリピンの語学留学がLSの素人向きで良い」との結論に達し、フィリピンに決めました。ただ若い学生達の中で、海外出張の経験もない自分が本当に英語漬けに耐えられるのか？との多少の不安もありました。4週間では短いし、8週間位なら何とか耐えきれらるだろうと思ひ、8週間に決めました。当初はダバオへと思ったのですが、決定直前に爆弾テロが発生し、安全率が高い（と思われる）クラークに変更しました（2017年1月14日～3月11日）。

2. 学校の概要

クラークはルソン島のマニラから北へ70km、車で2時間程のパンパンガ州にあり

ます。米軍がフィリピンに駐留していた頃、空軍基地としていた飛行場のある地区です。現在はフィリピン空軍の本拠地ならびにクラーク国際空港になっています。韓国インチョンや香港からの直行便があります。学校の所在地は空港から30分少々離れたアンヘルズ市です。校名はCLARK INSTITUTE OF THE PHILIPPINS（以下CIP）。学生数は120人の思ったより小さな学校です。校舎、寄宿舎、カフェテリア、プール、体育館等すべての施設が併設されており、宿舎は2人部屋（1人で申し込んだ場合、1人で使用）と3人部屋です。この学校は韓国人のオーナーですが、食事は日本人が多いこともあり、味付けは辛くありませんでした。ここのセールスポイントはネイティブスピーカの比率がフィリピンの語学学校で一番高い（15～16名）と言う事です（内、白人ティーチャーは5～6名）。CIPを選択した理由を他の学生に聞くと、ネイティブとの1:1レッスンが出来るので選択したとの答えが皆一様に返ってきました。入学テストの成績により、学生は13段階に分類され、使用する教科書が決まります。後はIELTS / TOEIC / TOFEL等の試験対策コース、海外留学コース、ビジネスコース、インテンシブコース等各自選択のコースに分かれます。グルーブレッスンは上級／中級／初級の3段階にクラス分けされます。私はインテンシブコースCを選択しました。ネイティブとの1:1を1コマ、フィリピン講師との1:1を3コマ、ネイティブ・グルーブレッスンを1コマ、フィリピン人講師・グルーブレッスンを1コマの毎日6レッスンです。2週間後、オプションでネイティブとの1:1を1コマ、4週間分を追加しました。

授業時間は45分間、5分休みです。

もっと詳しく知りたい方はCIPでネットを検索して下さい。直ぐに幾つか出てきます。

<https://www.cipenglishschool.com/ja/program-overview/>（参考）

尚、私の場合、当初の渡航予定が体調不良により急遽3.5カ月程延期となりました。CIPの場合、1回に限り6カ月以内の変更であれば追加費用は無く、入校時期変更が可能でした（各学校により規定は異なります）。



CIPのシンボルマーク



ネイティブ・グルーブレッスンのメンバー

3. 入学費および追加費用

- 1) 入学金：100US\$
- 2) 授業料：2,700US\$（3人部屋、インテンシブコースC、8週間、3食付き、洗濯費用込み）但し、学校側およびエージェントの特別割引キャンペーンで実際の支払額は変動（私の場合、日本円にして5万円程安くなった）。
- 3) CIPへの直接支払い分（総額：33,855ペソ、8週間、1ペソ：約2.3円）

<内訳>

滞在ビザ延長料（31日～8週間）：

3,630ペソ

SSP（学習許可）：6,500ペソ

電気使用料：2,400ペソ

水道使用料：1,200 ペソ
部屋の清掃費：2,000 ペソ (週に 2 回)
IDカード：150 ペソ
デポジット：3,000 ペソ (部屋の破損等無ければ戻る)
空港ピックアップ費用：50US\$ (2,475 ペソ)
オプション選択：ネーティブとの1:1
12,500 ペソ (4 週間分)

4. 通信事情

学校案内では Wi-Fi 環境は良好と記載されていた。しかし、実情はふれ込み程良くなかった。毎日宿題が出され、夜の 21 時頃は皆が学習に集中する為脆弱で、極端にレスポンスが悪くなる。単語一つの検索にも時間がかかり、これには当初本当に参りました。また、半日使えない日も 3 回程ありました。されど、これは学内の Wi-Fi 環境の不備と言うよりは、フィリピン国自体のインフラ整備の遅れによるものと思われます。最悪は金曜日の午前中にダウンして土曜日の夕方頃まで接続不能な事もありました。

5. 医療事情

東南アジアでは「生水は飲むな」が常識です。校舎や寄宿舎の入口にはウォーターサーバーが設置されています。オリエンテーションの際も水道水は絶対飲まないようにと注意を受けます。しかし、実の所水道水が原因と思われる腹痛で寝込んだ若い人を 3~4 名見聞きしました。大抵は来たばかりの若い学生さんです。一番重症の人は入院し、4 日間点滴を受け、1 週間後に復学しましたが、全員水道水は飲んでいないとの事でしたが、急激な環境変化に菌磨きや生野菜の洗浄水、街中での氷入りドリンク等が複合して発病したものと思われます。CIP は市内の病院 (含む歯科) と提携しており、重病の場合は病院まで送ってくれます。また、毎週金曜日の午後に医師が来校し、診察と簡単な治療・投薬のサービスもあります (事

前に保険会社名、症状等をスタッフに連絡、診察予約する。契約の保険会社によりますが、大抵は個人支払い無し)。今年のフィリピンは異常低温であったようで、2 月上旬~中旬の寒さで体調を損ねた学生が多かったようです。短パン、T シャツでは寒くて風邪を引きました。私も 2 度程風邪を引き、持参の薬でしのぎました。

6. 道路交通事情

クラーク周辺ではジープニーとオートバイにサイドカーを取り付けたトライシクルが移動の主流です。タクシーも若干はあるようですが、CIP 周辺ではまず見かける事はありません。バスは長距離バスのみで、近くのショッピングモール付近で見かけることはありませんでした。ですが、朝夕の幹線道路のラッシュはひどいようです。しかし、CIP はアンヘルズ市街から離れており、そこそこ高級な住宅街に立地しているようで静かです。一番近いショッピングモール (ネポモール)迄トライシクルで 6~7 分位 (40~50 ペソ)、徒歩でも 25 分位です。

7. 地域との交流活動

CIP では交流活動として孤児院への訪問、山岳原住民の子供達との交流会が毎月 1 回ずつ行われています。掲示板に参加者募集が貼り出され、人数が少ない時は引率のティーチャーが個別に参加者を勧誘していました。

8. 課外活動

校内には小さなプール (12m x 6m 位か?) および体育館があり、プール、筋トレ、卓球、バトミントン等は無料で使えます。火曜日の夜はゴーゴードダンス、木曜日の夜はバスケットボール/バレーボール/バトミントン大会が順番に開催されます。毎月末のプログレステストの週を除き、毎回ティーチャー、スタッフ、学生が参加して汗を流します。私もダンス教室はほぼ毎回参加し、爽快な汗を流しました。



ゴーゴードアンスのメンバー

9. 街の様子

クラーク近辺の街は4つです。空港隣接のエア・ホース・シティー、大人の街・繁華街のバリバゴ、コリアンタウン、そしてCIPの近くのアンヘルズです。CIPからは月曜の夜、一番近いアンヘルズのネボモール迄往復の車が出ます。金曜日の夜はコリアンタウン行の車（迎えなし）が出ます。土曜日はバリバゴの近くのSMモール迄午後に往復の車が出ます。どれも無料ですが乗車人数により、貸し切りのジープニー、スクルールのバンまたはバスの何れかとなります。ジープニーやバンの場合、乗車定員はシート数とは関係なく、ぎゅうぎゅう詰めに乗れるだけ詰め込まれます。フィリピンには乗車定員と言う規定は無い様で、とにかく乗れるだけ乗っても良い様です。小さなバイクに家族5人で乗っている光景も珍しくはありません。

ネボモール周辺では大集団ではありませんが、ストリートチルドレンがいます。迎えの車待ちをしていると、2～3人の子供達がやって来て次々に手を出してお金をせがみます（相手にしないで無視していれば、そのうち何処かに行ってしまうが…）。

この付近で一番大きいSMモールではCIP以外の語学学校からも沢山の送迎車が見かけられます。実際、モール内では韓国語が耳に飛び込んできます。特にスーパーマーケット内では韓国語の大声で買い出し中の人達の声が度々聞こえてきました。

尚、ショッピングモールに入店の際は拳銃を携帯したガードマンに身体検査とバッグの中をチェックされます。スタバやジョリビー（MAC、KFCと同類）等カフェ入口にも拳銃を携帯したガードマンがいて、ドアを開けてくれました。

10. 治安

女性ティーチャーに聞くと、以前夜間の女性の一人歩きは危険で出来なかったと言います。新大統領になり、街の治安は大幅に改善され、夜のショッピングも出来るようになったという事で、庶民には大人気の大統領です。しかし、街中ではストリートチルドレンを見かけますし、モール付近ではいわゆる乞食も見かけます。安全の為、モールから離れた暗がりには少人数で出かけることは慎むべきでしょう。私達も週末に食事会に出かけた帰り道、薄暗がりですトリートチルドレン3～4人に1ブロック付きまとわれた事がありました。

入学から1カ月も過ぎると、生活に少し慣れて来て昼間モール間の移動にジープニーを使う機会も出てきます。混んだジープニーは危険で、スリや強盗の話が学校側からよく聞かされました。実際知人もジープニー待ちの時、ポケットのスマホをストリートチルドレンに抜き取られたと言っていました（たまたま、トライシクルのドライバーが協力してくれて、なんとか金銭トレードでスマホは取り戻したとの事）。ズボンのポケットに財布やスマホは厳禁です。貴重品はバッグに入れ、体の前側に置き、腕で抱えましょう。

11. 週末の楽しみ

CIPから100m位の所にサリサリストアー（食料品やたばこなど何でも最小単位で買える店）があります。ここはオーナーの庭の一角を開放し、椅子やテーブルも用意されています。金曜日やスポーツ大会の晩はCIP関係者30～40名位が庭に溢れかえります。フィリピンはお酒が安くこのサリサリでは

ビールのレッドホースが40ペソ、サンミゲル？35ペソ、カクテル35ペソ、韓国のショージュ100ペソ（その後120ペソに値上げ）でした。ポテトチップスの中サイズ袋が50～60ペソ位です。学生もスタッフもティーチャーも皆酔うほどにテンションと声が高まり近所から苦情が来るほど盛り上がります。（特定の人を除き、）平日は皆宿題と予習に追われ、酒を楽しむ余裕はありません。多くの学生達にとって週末の晩は癒しの一時です。私も同室の相方（当初1週間は24歳の台湾人、後半5週間は25歳の中国人）と時々飲みに行きました。一人250～300ペソも持って行けば、千鳥足寸前で帰寮可能です。

多少お金にゆとりのある人は街に出て友達と夕食を楽しみます。そして大抵マッサージ店に向かいます。コースにより料金に幅があるようですが、オイルマッサージ50分で350ペソ位です。私は土曜日のサービスタイムを利用し、250ペソで楽しみました。更にリッチな人達は、週末や帰国前にセブやパラワン他のリゾート地へ小旅行を楽しんでいました。



試験後に1泊旅行（ハンドレッド アイランド）

12. 所感

マニラ到着は19時近くでした。空港には学校の日本人スタッフの出迎えがあり、早々に車に乗り込み、クラークに向かいました。丁度マニラ市内は夜のラッシュで車、ジープニー、トライシクルが道路狭しと入れ乱れ、とても日本人には運転出来る所では無いと思

いました。また、薄暗い場所も多く、ストリートチルドレンや低所得層の人々が沢山目に映りました。勿論場所によるのですが、クラークを選択して良かったと感じました。校内では、ティーチャー、事務所スタッフ、カフェテリア、ランドリーサービスの人々は誰もがフレンドリーで、笑顔も多く、親しみ易い人達でした。校内の人種構成は当初（1月）日本人3割、韓国人2.5割、台湾人2割、中国人1.5割、残り1割がタイやベトナム人でした。この中で、特に韓国および台湾の若い学生達は、儒教の影響と思われるが日本人学生以上に年長者に対し、細やかな気使いを示してくれました。彼らは礼儀正しいと話には聞いておりましたが、真実である事を確認できました。

しかしながら、2月中旬以降日本人大学生が急増し、3月の初めには日本人が45名程に達しました。丁度この時期帰国する人達（主に韓国、台湾）が増えてきた事もあり、感覚的には日本人が6割を越える様な状況で、日本人多すぎだよと感じました。

日本人学生の年齢構成はおよそ半数強が大学生ならびに大学を卒業してまだ数年の若者達です。彼らの一部は欧米の大学等への留学やワーキングホリデーを目指しています。また、多くの大学生は将来外資系や有名上場企業への就職を目指しています。次に多い30歳代は企業からの研修派遣者です。期間は4～8週間の人が多く、彼らの多くは相当のプレッシャーに耐えながら猛勉強していました。このような年齢構成でしたので我々の様なリタイア組やおば様連は気楽なもので、休息时间になると入学したての新入生をつかまえては先輩としての教育的指導に励む人も散見されました。

さて、纏めになりますが、食事ではぶつ切りのままの骨付き肉が出て来る（改善を要望－差し歯破損）。好き嫌いの多い人は食事が美味しくないを連発（ふりかけ持参を推奨）。



CIPのマドンナとツーショット

勉強机の上に小蟻が徘徊する。部屋の清掃日、ドアや窓を開けるので、ハエや小さな飛翔虫が侵入し、その都度駆除作業が発生。室内に

テレビはあっても映らない(他の部屋も同様。時間的な余裕がないのでテレビを楽しむ時間はないけど)。わずらわしい早朝の鶏や犬の鳴き声(耳栓使用)等新興国特有の不満は沢山あります。でも、総費用からすればある意味致し方ないのかも知れません。結論として、トータルで考えればコストも安く、学習に集中でき、日本語を話さない友達も出来て結構楽しく心豊かに過ごせました。多分、いや恐らく私は来年もフィリピンに渡航する事になると思います。

一度は行って見たかったインド

関東甲信越支部 No.1431 兼森 省治

インドと言えばタージ・マハル、聖なる河ガンジス、アジャンター遺跡などがまず頭に浮かぶ。インド料理?本場のインド料理というのは一体どんなものだろうと興味深々である。今回インド旅行は知り合いのいるチェンナイ(旧マドラス)を目的地として入りそこから近くの観光地を訪れ、その後、帰途デリー経由アーグラにあるタージ・マハル見学を行ってニューデリーに戻ってそこで2日ほど過ごして帰るという日程で旅行を組みました。

- 成田⇒デリー経由チェンナイ:インド航空(デリーでインド航空国内便に乗り換え)
- チェンナイ⇒デリー:インド航空
- デリー⇄アーグラ:ガイドブックに載っていたインド旅行会社にメールで運転手付きレンタカーを予約、デリー空港まで迎えに来てくれるように頼む。最初英語でメール発信したが向こうからは日本語で帰ってきた。アーグラ到着後タージ・マハルを見学一泊の後アーグラ近くの世界遺産アクバル帝の城を見学後、ニューデリーのホテルまで送って

もらう。3人で利用の2日間のレンタカーだったが料金サービス共満足が行くものだった。

- ニューデリーで2泊の後 デリー⇒成田:インド航空

チェンナイはインドの南に位置するので文化も食事也大分異なっていると聞いているので、帰りに寄るニューデリーと食べ比べできるのも楽しみの一つである。先ずチェンナイに入るには3つのルートがある。バンコク経由のタイ航空。コロンボ経由のスリランカ航空。但し乗り継ぎ時間が短いので荷物の積み替えに心配が残る。デリー経由のインド航空。インドは最初着いた空港で入国審査、荷物の通関が行われるのでデリー経由の場合は荷物は一旦受け取りが義務付けられる。そういう意味ではタイ航空やスリランカ航空などの直接チェンナイに入る飛行機がお勧め。しかしぐずぐずしているうちに安いチケットはインド航空だけとなり、飛行機はインド航空を予約しビザが必要なので領事館に申請に行く。インターネットで調べた通りの書類を持って行ったつもりなのに、受付前のチェック嬢からこことここを書き直してと言われ、その場

での手書きで訂正はダメ？と言われ、持ち帰ることに。特に私などは職業欄に無職と書いていたところ以前勤めていた会社名住所電話を記入するように言われ、大分前の事なんですと言ったが、それでもいいから記入するようにと言われ納得できなかった。リタイア組はインドに行けない？

翌日持っていくと、今度は違うチェック嬢で、『写真はこれでいいといわれました？』とのご下問。はい昨日は何も言われませんでしたと返事。写真は家で作成したもので確かに若干鮮明度に欠けるものではあったが、やっと受付控室にたどりつけました。ざっと30～40人が待機中。さすがインドは行く人が多いんだね。呼ばれているのを聞くとHISとかJTBとか言っているので個人旅行は少ないのではという印象。ビザを取るのにこれだけ面倒だとさもありなん。パスポートは一件ずつ自宅に送付するというので、ビザ代と送料を別々に支払って到着を待つ事に。

チェンナイからの観光は南のマハーバリプラム、南西のカーンチープラムに車で行く事に。

マハーバリは岩の多い海岸に面した場所で、世界遺産の海岸寺院、岩の彫刻、クリシュナのバターボールと言われる巨大な岩などがあり見どころたくさんである。結構外国人観



海岸寺院

光客も多い。お昼は海岸に面したリゾートホテルのラディソン・ブル・ホテルで食事。

カーンチープラムはそびえるように高い塔門があちこちに点在し、そこにお寺があるのがわかる、その門をくぐってお寺に入る。お寺というよりヒンドゥー教の神々を祭った神殿というのが正しいのではないか。インド人が今も信仰の対象としており人の出入りも多い。カーンチープラムは絹織物の産地ということで街中には販売する店が軒を連ねている。店の中に入って絹織物を製作しているのを見学もできる。マハーバリプラムと違って余り外国人観光客を見かけなかった。



南インド料理はバナナの葉に様々なカレーを並べて食べ、違ったカレーの味と香りを楽しむというのが一般的だった。帰りに立ち寄ったタージ・マハルは観光客も多くさすがインドで有名な観光スポットだけの事はある。建物の中も見学できるが、色んな角度から遠景で眺めるのが一番という印象であった。

ニューデリーは人通りも少なく建物が緑の中に建っているという景観で、サルが歩いているのを見かけるなど、静かな町という印象であるが、隣接のオールドデリーは人と店が溢れており、古い建物が軒を連ねており簡単



には入って行けないのでガイドが必要。ニューデリーではホテルでヨガをしたりプールで日光浴をしたり、食事はホテルで食べるか外のインドレストランに行ってタンドリーチキンを食べたりゆっくりくつろいだ過ごし方をした。インドのお土産はスーパーに行って、紅茶、石鹸、サフランなどを購入。

思った以上にインド旅行は楽しめた気がする。



私たちのツール・ド・モンブラン体験記

九州支部 No.581 朝永 清寿



ヨーロッパアルプスの西端、フランス、イタリア、スイスの3か国にまたがる国境地帯に、西ヨーロッパの最高峰モンブランを主峰とするひとまとまりの大きな山塊があります。このモンブラン山群を一周する長いトレッキングコース、これがツール・ド・モンブラン（TMB）です。7つの谷を渡り、峠を越え、全長は160～170km、アップダウンの累積標高差は1万mを超えます。

1年のうち1か月だけのサマー・ヴァケーションを海外で過ごすのがここ8年間続けている我が家の約束ごとですが、以前スイスに行っ

た時から、出来るものならツール・ド・モンブランにも行ってみたいと思うようになっていました。

そんな時ネットで、TMBを歩くマニュアル本が発行されていることを知り、読んでみると、素晴らしい景色の中、素敵な山小屋を巡りながらTMBを楽しむ方法等が網羅されていて、この本さえあればなんとかなると思ひ、挑戦することにしました。

●行程プランの作成

例年なら、植木にダメージが少ない梅雨時を中心に海外へ出かけるようにしていたが、今回は山の残雪や雨の状況などを考えて、出

発時期を遅らせ7月中旬とした。

●航空券の予約等

今回は、パリ往復のフライトに決め、パリからシャモニーへ移動して翌日にはすぐ登山開始するので、疲れを極力軽減するため、日本航空の直行便を利用することにした。

燃油付加税が廃止になる4月1日まで待つて、エコノミークラス2人分、すべて込みで260,440円。成田からパリまで12時間30分、帰りのパリから羽田までは11時間55分。これまで格安航空券ばかり使って、経由地の待ち時間を当たり前と思っていた私達には、画期的なことだった。

●宿の手配

TMBの宿(ホテル、山小屋)は、TMBの公式サイトからたどって、予約サイトに行き、目的の小屋にアクセスするが、受け付けないところなどあったため、シャモニー観光案内所にメールを送りすべて一括してお願いすることにした。(シャモニー観光案内所の中には日本語案内所があって、日本語が堪能なベルナデッドさんという女性の方が、日本から訪れる人たちのお世話をしてくださっている。)しかしその時点で、初日の宿泊場所と決めていた小屋がすでに満室、その小屋はガイドブックの中でも特におすすめの小屋だったので、日程変更し一日スタートを早めることにした。

結局すべて決まったのが6月3日。山小屋の変更など、ベルナデッドさんとのメールのやり取りは10回を超え、デポジットの問題、クレジットカードの担保など、大変お世話になった。

●福岡からシャモニーへ

いよいよモンブランに向けて出発。福岡空港から成田空港への出発時間が7時20分と早朝だったため、福岡空港に一番近い博多駅近くのホテルに前泊した。

成田で乗り継いだ後12時間30分でパリ・シャルルドゴール空港に到着。さすがJAL、

「ベスト・エコノミークラス・エアラインシート」賞を受賞したとかで、広くて楽だった。

空港からバスで約1時間、パリ・リヨン駅に到着、すぐ近くに予約したホテルを見つけた。

チェックインを済ませてから翌朝早い時刻の出発のためにリヨン駅に下見に行った、駅は広く入口やプラットフォームがたくさんあって、下見をしていなければ搭乗に手間取ってしまう。

パリからジュネーブ行のチケットは、事前にraileuropeで一等・二人分16,000円、予約手数料1,500円で購入していた。

ジュネーブ行の列車は翌朝8時11分発で3時間16分の所要時間。重いスーツケースを引いているので、出発のホームが電光掲示板に表示されてから発車まであまり時間がなく不安だったが何とか乗車できた。

一等は軽食付きだが、パンと水と小さなクッキーだけで期待外れ。

ジュネーブ駅はフランス国鉄とスイス国鉄が乗り入れている。TGVを降りてホームから通路を行くと途中で国境があり、税関を通過するがフリーパスだった。

スイス側待合所でジュネーブ空港行きの列車に乗ったが、チケットの購入方法がわからず、モタモタしていると、そばを通りかかった女性が見かねて買ってくれた。

ジュネーブ空港からシャモニー行きのバスは、ヨーロッパの格安航空会社easyJetが運営するeasybusが一番安いということだったのでこれを利用した。

シャモニーは昨日まで大雪続きだったそうだ。

午後6時、シャモニーツーリストオフィスのベルナデッドさんに会いお礼を言うとともに、明日からのコースについていろいろアドバイスを受けた。

明日からは天気は回復するだろうが、残雪で危険が伴うコースもある。まず翌日のラックブラン小屋へは安全なコースを進められた。

●一日目(7月15日) ラックプラン小屋へ

山に持って行けないスーツケース等はホテルに預け、リュックだけ担いでいよいよTMBトレッキングのスタート。

最初の小屋まではウォーミングアップのつもりで、歩く距離は控えめ。昨日まで天気が悪かったのと、多分ラックプラン湖は氷の世界だろうと、途中の残雪具合も観察しながらの登山となった。

右手にモンブラン山群を見ながら登って行く。明日はまた同じコースを逆戻りする。12:40 今日の目的地ラックプラン小屋に到着。

テラスで昼食、もちろんビールで乾杯。

14:00 頃部屋に入ったが、寒い、でも暖房もなし、先が思いやられる。

明日からは本格的なトレッキングとなるので早々に就寝した。とにかく寒くて、持参していたシュラフ・シーツを早速使用。これが大当たり。ペラペラの極薄生地なのにかぶった途端にぽかぽかとなった。



●二日目 タピラック小屋へ

6時起床、6時半から朝食。頼んでいた弁当を受け取って、チェックアウト。今日は当初予定の小屋、ベラシャ小屋が満室で予約で

きなかったため、次に近いタピラック小屋までさらに5~6km歩くことになってしまった。とても不安だったがその不安は的中。ロープウェイを利用して1時間50分時間短縮をしたが、この日は10時間歩き続けた。二人とも足を引きずりながらやっとのことで小屋にたどりついたときは、5時半を過ぎていた。最低でも3時までには小屋に着くのを目標にしていたが、2日目から崩れてしまった。一日の歩行距離、なんと25.79km、総歩行数37,681歩。疲れたがビールはとてもおいしかった。夕食タイムは国際交流。こんなところで出会う人は本当親しみやすい。



●三日目 ホテル・プラリオンへ

8:48 小屋を出発。途中食料等を調達して昼頃ヴォザ峠に到着、ここはモンブラン鉄道の ترامウェイ 駅でもある。山の上から降りてくる登山列車に出会った。

ヴォザ峠でゆっくりランチタイムを楽しんで、もう一登り、40分で今日のホテル・プラリオンに到着。広いテラス席には人がいっぱいだったが夕方にはみんな帰ってしまって宿泊客は私達二人だけ。ホテルを貸し切ったのは人生でこれが初めて？



●四日目 レ・コンタミンヌ小屋へ

今日もいい天気。一週間の予報はすべて快晴。今日のコースは昨日登ったヴォザ峠駅までいったん降りて、モンジョワ谷の村々を

通って谷底の村に降りる。800mの下り、ガイドブックによれば容易なコースで翌日に備えて休息が取れると書いてあった。しかし、また道標を見逃して、とんでもない遠回りをしてしまった。

重い脚を引きずりながら、バス道路を、延々と登って行かねばならず休息どころではなかった。



●五日目 ボンノム小屋へ

今日のコースは登りだけで標高差が1,312m。

TMBの中でも最も厳しいコース。足を痛めているのに大丈夫か、やや不安。

このコースは人気のコース。昨日までに比べてハイカーが多くとても賑やかだ。みんなユックリと歩き、ゆっくりと休んでいる。ランチはフランスパンとトマトとピーチの丸かじり。

今日の宿、ボンノム小屋は100人収容で私たちが到着した時はすでに大賑わい。4～5人くらいのスタッフ、まだ2時過ぎと早い時間だったのに、受付は並んでかなり待たされた。

ここで日本からの、O夫妻に出会った。久しぶりに日本語でお話できた。



●六日目 エリザベッタ小屋へ

今日も雲ひとつないいい天気。朝6時頃に1階の食堂に降りていくと、O夫妻がすでに朝食をとっておられ、小屋のスタッフにフル峠越えの様子を聞いたところ「ノープロブレム」だよと教えてくれた。

今日のコースは登りが約1,000m、下りが約1,200mと、かなり強行軍である。でも割りと簡単に「ノープロブレム」と聞いたので、スパッツもアイゼンも付けずに出発して、大変な目にあった。

フル峠からの下り、雪溪の急斜面が目の前に広がった。アイゼンもスパッツも付けていない。スティックも一本。かかとで踏ん張ってもズズズッと滑る。怖くて何度も尻もち付きながら、なかなか先に進めない。おまけに靴の中には雪が入ってくる。雪を掻きだしたいが滑ってかがめない。四苦八苦しなながら、汗だくになって降りた。

悪戦苦闘した後は、さわやかな草原が広がっていた。





●七日目 クールマイヨールへ

予定通り行くと午前中には予約している山小屋に着いてしまうので、いろいろ考えて予約の小屋をキャンセルし、街中のクールマイヨールのホテルまで行ってゆっくりすることにしました。このホテルは 宿泊室は5部屋しかない。洗濯機はないか聞いたら、洗濯してくれるという。翌朝7時までには仕上げてくれるというので、上着から下着まで頼んだ。中間地点で良い休養になった。

●八日目 ボナッティ小屋へ

昨夜は町のホテルで久しぶりにゆっくりできた。汗も汚れもみんな落として体が軽くなった感じ。7時には約束通り洗濯物をフロントにもらいに行った。気持ちがいい。今日から後半、でも外は雨模様。左側にモンブラン山群を見ながらほとんど勾配のない道が続いた。

ボナッティ小屋は個室だった。

●九日目 ホテルエーデルワイスへ

気持ちのよい山小屋から大フェレ峠を越えて、いよいよスイスに入る。山を下って登って下る、標準18km弱の強行軍。朝から曇り、1時間くらい過ぎてから雨が落ちてきて、合羽を出して着たり脱いだりしながら歩いていたが、ついに大嵐の中、大フェレ峠越えをすることになった。

12:22 峠を越えてラ・プールの小屋に到着。雨はすっかり上がって、傘はもちろん、着ていた合羽も食事の合間にすっかり乾いた。雨の登山で体力を消耗したのでちょっとだけ休養を取った。コーヒーが体を温めてくれた。



●十日目 アルペット小屋へ

今日のコースはバス路線を下るコースから始まる。多くのハイカーはあまり眺望のよくないこの区間はバスを利用する。私たちも途中までバスを利用。約2時間の登山でシャンペ湖に到着。町は歩行者天国となっていて、人通りも多くお祭りの真っ最中。十分すぎる時間があり、ここでゆっくり骨休めすることが出来た。アルペット小屋はバス、トイレ付きのホテル。



●十一日目 トゥリアンへ

正午ボヴィーヌの小屋に到着。小屋はハイカーで大賑わい。日本からの団体さんも、四国からのツアーだったようである。ここで紅茶を頼んでランチにした。

約7時間の行程でトゥリアンに到着。ホテルのバーでウイスキーを頼んだら、カウンターのから一緒に日本語で「乾杯ー」をしてくれた。



●十二日目 シェラミヨン小屋へ

TMB 最終段階、ハードな登りもこれが最後、時間も余裕があり楽しい一日となった。バルム峠からの眺めが素晴らしく、最初見たモンブランの姿が目の前に現れた。

シェラミヨン小屋まではお花畑。



●十三日目 シャモニーへ

いよいよ今日でTMBはおしまい。天気にも恵まれ、いい空気をたくさん吸って、最後にはおもてなしっぱいの小屋で締めくくり、いいトレッキングだった。

連日7時間を超える山歩きだったが、あの素晴らしい景色がまだ目に焼き付いている。終わってみると疲れよりも達成感が大きかった。

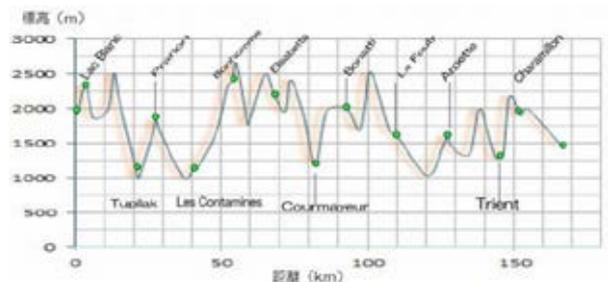
アラセブンの挑戦はまだ続く。



●下記は - - - - - 実際に歩いたルート



●標高と距離



●は宿泊した山小屋

イポーの我が家一家のトラブル色々

関東甲信越支部 No.1660 北村 裕志

2015年春号のマレーシア特集で我々夫婦がマレーシアのイポーに家を購入した顛末をご紹介させていただきました。早いもので、購入後に初めてイポーの家を訪れてから、2年半が経ちました。今回はイポーの生活についてというよりは、その間に経験したいろいろなトラブルやエピソードについて紹介させていただくこととしました。

●天井から水漏れ

この家に初めて滞在した時から気になったのがキッチンの天井からの水漏れでした。天井の端にある点検口のようなところに漏水によるとみられる穴が開いており、床に水がたまった跡がありました。これが1年経った2015年の年末に突然ぽたぽたと水が垂れ始めました。あら大変！

とりあえずバケツを下に置いてお向かいのインド系のご夫婦にどうすれば良いか聞くことにしました。ちょうど奥さんが庭に出たので相談すると、「うちのキッチンも天井から水が漏れて大変なの。見てみる？」と言って家の中に案内してくれました。なんとキッチンの天井の真ん中に長いひび割れがあり、そこからボタボタと水滴が落ちてきます。明らかに我が家より重症です。「知り合いの職人に見てもらおうからヒロシの家も見てもらおう。」と言うことで翌日その中国系の職人さんに見てもらいました。マレーシアの家は天井が非常に高いので、天井での作業には大きな脚立が必要です。うちの天井高も3.5メートルほどあります。お向かいから脚立も持ち込んで修理してもらいました。修理代は部品代込みでたったの50リングでした。(約1,300円) ちなみに原因は2階の客間用バスルームの排水管にあるトラップのパッキンがダメになっていたことでした。

ここで学んだことは、工事や修理を店や会社に頼むのではなく知り合いのネットワークで職人に直接やってもらうと安く済むということ。そのためには脚立などある程度の道具を持っていないと頼めないということでした。早速、脚立を購入しました。



キッチンの天井の点検口から見えるトラップのふた

●水道のパイプからエア抜き

家の水道は、水圧を上げるため、2階の天井裏(屋根裏)にタンクがあり、ウエットキッチン以外の水は、一旦タンクにたまった

水を使っています。その割には2階の主寝室のシャワーの水圧が低いのが悩みです。

さて、何か月も家を空けるのでタンクの水はその間たまったままです。半年ぐらい使わずにおいても、腐ってはいないですが、なんとなく気持ちが悪い感じ。そこで2度目に滞在した時の初日に、水道の元栓を閉めたまま家中の蛇口を開いてタンクの水を空にしました。30分ぐらいで、ボコボコボコッと空気の音がして水が出なくなります。その結果、大変なことに。

タンクが空になったところで、元栓を開いてタンクに水を入れました。1時間ぐらいして、水を出そうと洗面所の蛇口を開いても、ボコボコいう空気と一緒に水がチョロチョロとしか出てきません。パイプに空気がたまってブロックしているのです。少しずつ良くなりますが、1階のキッチンでもなかなか以前のように、水が勢いよく出てきません。

結局その時はあきらめました。次の滞在時にKLにいる中国系の友人の旦那に空気抜きの方法を聞きました。彼は工場などの配管の設計と施工をしていたとのこと。やり方は簡単で、蛇口を全部閉じてから、タンクに一番近い蛇口を全開にして水を出して空気を抜き、徐々にタンクより遠いところの蛇口で同じことをします。何時間かかかってやっと家中のパイプから空気が抜けました。ぐったり。

●電気の配線がめちゃくちゃ

2階には客間が大小2つあります。小さいほうの部屋はエアコンもなく使っていなかったもので、最初は気が付きませんでした。照明の配線がひどいことになっていました。なんと隣にある客間用バスルームの照明と配線が交錯していて、両方の照明のスイッチを入れないとバスルームの照明が点かないことがわかりました。今は小さいほうの部屋を使っていないので大問題になりませんが、この部屋に人が寝ていたら、ほかの客が夜中にトイレに入るときは、

寝ている人を起こさないとトイレが使えません。

照明を交換するとき電気屋さんに見てもらいましたが、壁の中に配線を追加しないと直らないとのことでした。リノベーションするときやるしか見栄え良く修理する方法が無いようです。この家は新築で買ったわけではありませんが、以前のオーナーは住んでいなかったのかこのようなことが起こります。誰も住んでいない家を買うときは、電気の配線は是非チェックし、問題があればオーナーに修理させましょう。



右と左の両方をONにしないとバスルームの電気が点きません

●エアコンには苦労しました。

1. 修理に来ない：

家を買って最初に取り付けたのはマスターベッドルーム（主寝室）のエアコンでした。2015年1月、最初に訪れた時に取り付けました。静かなモデルが良いと思い、マレーシアでは珍しいインバータータイプのエアコンにしました。これが問題のもとだったようです。4か月後の同年4月末に再度訪れると完全にガスが抜けて全く冷えません。早速、買った電気屋に電話しました。電話に出た英語が出来るお姉さんと話をします。何度も聞き返しながら、何とかわかったのは、今日は職人が出払っていて無理、明日5月1日は祝日で無理、2日は土曜日だが既に一杯。修理に行けるか聞いてみるが、私が言えるのは聞いてみるだけ。3日は日曜日でだめ。4日の月曜日ならOKとのこと。4日は、既に帰りの飛行機に乗っていると言うと、では次回来た時に…、みたいなことを言います。仕方がないので、あさって土曜日に来

るか確認して電話をもらうことにし、電話をいったん終了しました。

その後、妻とメールでやり取りしたら、「客間に1台買うからついでに直してくれと言ったら来るかもね」と言うので、「なるほど!」と思い、早速、電気屋の社長にメールを書きました。するとすぐに別の女性から電話があり、取り付けるエアコンの馬力は1HPで良いのか、設置はBack-to-Back（室内機と室外機を、壁を挟んで背中合わせに取り付けること。配管が短くて済み、一番安いやり方）で良いかなど確認して、Non-InvertorでGST6%込みで1,250リングで手を打ちました。これで、土曜日に修理に来ることは確実に。但し、土曜日はほぼ終日外出できなくなり予定は相当狂ってしまいました。なんと現金な連中でしょうか。

2. ひどいエアコンの取り付け：

そんな電気屋ですが、社長とメールで直接やり取りできるのは中々珍しいようで、マレーシア初心者としては重宝していました。

今度は1階のリビングに大きなエアコンを付けることにしました。ところがこれも問題発生です。彼らに勝手に取り付けさせると自分たちの脚立の高さに合わせて取り付けてしまいます。気が付いた時にはもう遅い。電気の配線がエアコンの上にむき出しです。それでもあんたらはPanasonic Shopかと言いたい。後に照明屋さんが来て配線がむき出しなのは危険だと言っていました。



この段階で気が付かないといけない



エアコンの上に電線が…

ちなみに、街中で大きなダイキンの看板を掲げた空調機専門店を見つけたので入ってみました。若い女性の店員と話をするとう空調機のことについて大変詳しい。次にエアコンを付けるときは、この店にすることにしました。

●照明器具の交換

トラブルではありませんが、照明器具を交換するときも色々苦労しました。

家中の照明は、約10年前の竣工以来ずっと付いていた直管の蛍光灯のみでした。

照明器具の交換は、日本なら椅子に乗って天井の照明器具をガチャッと回すと簡単に取り外し、取り付けができます。マレーシアではそうはいきません。まず天井が高いです。我が家の1階の天井高は3.5メートルは優にあります。トラックでないと運べないような長い脚立に上ったとしても背伸びしてやっと手が届くぐらいです。大変危険で我々では手が出せません。蛍光灯の交換も電気屋さんに行ってもらいました。

その上、照明の配線は、電線が天井からぶら下がっているのみです。本体はドリルで天井に穴をあけてねじで取り付けます。自分でやるのは大変危険ですので、照明器具を取り付けるのは電気屋さんにお任せです。

そして照明器具選びです。イポー市内にも大きな照明器具店はいくつもありますが、大きな店の店員はほぼ中国系、経営者も中国系なのではないでしょうか、我々の求めるテイストとは相当違ったド派手な形やドギツイ色使いの商品



照明器具の取り付けは電気屋さんにお任せ

ばかりの様でした。私たちは間接照明主体にしてあとから移動変更できるようにLEDのスポットライト式にしようと思っていました。

イケアなども見ましたが、イメージに合うものが見当たらず、イポー市内で照明屋探しを続けていました。

ある日、イポー市内から家へ戻る道すがら、店が数件しかない小さなShoptopの一角にちょっと大きめの照明器具店が見えました。早速車を止めて中へ。通常このような郊外の店では英語は通じにくいのですが大丈夫でした。色々話をして数日後に一家所の蛍光灯を一本のレールと3個のスポットライトに交換してもらいました。数か月後のゴールデンウィークに来た時も壊れていなかったのも、品質もそこそこ踏んで、家中の照明をLEDに交換しました。



家の中はLEDライトで間接照明主体に

●家具屋探しから家具の搬入

最初の家具と電気製品の購入に関しては、2015年春号のマレーシア特集で書きましたが、その後も家具探しには苦労しました。最初

に友人に譲ってもらった家具が、インドネシアの木製家具で大変気に入ったので、同じようなもので揃えようとした事が苦労の原因でした。

KL やペナンでの印象も同様ですが、イポーの家具屋は二極化しているようです。(実際は三極で一番下は見たことがないのかもしれませんが…) ショッピングセンターなどにある普通の家具店は主に中国系の人好むレザー系のソファやベッドばかりである程度の品質の木調家具は見当たりません。KL やペナンの高級な店にはヨーロッパ調のチーク材の家具がありますが、コーヒーテーブルが4000リング以上して日本の値段とあまり変わらない感じです。

ある日、ショッピングセンターに行く道の間違っていつも通らない道を走っているとインドネシア製らしき木製の家具を並べた安っぽい店を発見。すぐさまUターンして車を止め、店に入りました。



いかにも安そうな店構えの家具屋



インドネシアの木製家具がいっぱい

店の中には今まで探していたような家具がゴロゴロしています。それも1000リング台で。早速もう1台ほしいと思っていたデイベッドと

大きな鏡を購入し即日運んでもらいました。このときは置く場所が1階だったので問題なし。

数日後、また前述の家具屋に行って、今度はイギリス駐在時代に買い集めたティーカップやクリスタルのグラス類を入れる飾り棚と2階の客間用のクローゼットを購入しました。階段を上げるのが大変なので2つに分かれるタイプのものにしました。翌日運んでもらうことにしましたが、これが大問題でした。

次の日、時間通りに家具屋が来て、クローゼットを2階に上げようとしたのですが、大きい方がどうしても階段の踊り場まで持ち上がりません。3人がかりで頑張りましたが、高さが手前の天井に引っ掛かるし幅も入りきらない。とうとう、階段の天井の角をがりがりに削ってしまいました。結局2階に持っていくのはあきらめて、1階のメイド部屋に置くこととしました。

そんなに狭い家ではないと思いますが、インドネシア製の家具の大きさが半端ではないということがわかりました。駐在員が帰国するとき、こちらの家具を持って帰ったが、日本の家に入らなかった…という話を聞いたことがあります、なるほどと思いました。



結局1階のメイド部屋に置くことになった家具

●火災保険

気が付いたら家の火災保険が切れていました。

日本ならありえないことです。保険会社が郵便や電話で更新の案内を送ってきますよね。

マレーシアではそんなことは無いようです。それとも私がコンタクトしている東京海上のイポー支店の担当者がいけないのでしょ

うか。車の保険も彼に頼っていますが、毎年私から更新のお願いをする始末です。

車は保険より税金(Road Tax)が大変です。私の車は4月28日が税金の更新期日になっています。毎年、ゴールデンウィークにマレーシアに行き、着いた日に車の税金を納めに役所へ駆け込んでいます。

●最後に

このように、イポーの家を購入後、様々なトラブルに遭遇していますが、それも含めてイポーでの滞在を楽しんでいます。

最近、昼食に日本から持ち込んだ生蕎麦

や乾麺のうどんをゆでて食べるが多々あります。自分たちでも驚いています。というのも、我々夫婦は海外旅行で日本食を食べることは殆どありません。その土地のものを楽しむことをモットーにしているからです。そこでハタと思ったのが、すでにイポーは我々夫婦にとって海外旅行先ではなく“生活の場”になってきているということです。

来年の今頃(2018年夏)はイポーに移り住んでいると思います。今後もネタには尽きないと思いますので、折を見て寄稿させていただきますので宜しくお願い致します。

チェンマイこの指とまれに参加して

東海支部 No.1598 鈴木 真理子

今年の新会員の為にロングステイ第一歩としてのチェンマイ企画でしたが、蓋を開ければ渡航経験者数名と未経験者1名(鈴木)が意思表示をし、新会員の参加者は0でした。

ともあれそれぞれの出入国日はバラバラで私は一人旅で不安を感じながらも、現地入りした10日以外は、野田さん所有のコンドミニアムに移り、そこを起点に約10日間の滞在生活を始めました。何しろ初めてのチェンマイですが、周りの経験者のアドバイスや情報満載のタブロイド紙チャオを参考にしながら、時には一人で時には仲間と一緒に、毎日活発に動き回りました。

最初の冒険は、20歳前後の若者たちに交じりかなりの年齢差を感じながら、ドイインタノン国立公園ツアーに参加しました。タイで一番高い山の頂上では、梅雨時のせいかわ自称雨女の影響か、小雨混じりの強風で寒く(13℃)白い靄に包まれて絶景とはならず、強がり可言えば幻想的な風景でした。

その中で元気な若者の後を追いかけてほしい思いをしながら、アップダウンのトレッキングをして数ヶ所の滝やパゴタを見学しました。



又ロイヤルプロジェクトで育てられた有機野菜や果物、ドライフルーツの市場では地元の人達と価格交渉して買物も楽しめました。



仲間と旧市街の4寺院巡りをして、敬虔な仏教徒タイの人々の参拝に接し日本人が失いつつある神仏への深い信仰に心打たれました。ある日は、一日チャーターしたタクシー

でゾウ乗りとショウ・筏下り・水牛乗りと観光ルート of 王道も体験。

他の日には、行き当たりばったりのランブーン郊外での散策と日本の30～40年前の原風景である人力による田植え姿を懐かしく見る機会もありました。



滞在中タイミングよく、タイ観光庁主催の日本人向けロングステイセミナーがクムカントークで開催されました。タイの文化・踊りや食事を堪能できました。そこで会った日本語を学ぶ無垢なボランティア大学生に積極的に話しかけ、興味深い話題（SKBやマンガ）で盛り上がりました。



川地夫妻の音頭で、東海支部の人々や他支部から参加者達との食事会が開催され交流することもできました。皆さんチェンマイ生活とゴル

フ通いを満喫され、とっても活動的に快適に暮らされている様子にあこがれを感じました。



タイのマッサージを体験すべく推薦していただいた2ヶ所のお店で計3回通いました。日本で体験皆無でしたが、思い切って訪問し丁寧なマッサージに心身ともにほぐれ、もっと通う回数を増やせばよかったと少し悔やまれます。値段もお手頃で、ボディとフットで2時間300バーツプラス50～60のチップでお値打ち。他に女性として興味があったのは、美容院です。日本女性間では信頼あるB-Nで、髪セットコースを日本の1/3の費用で受けることができました。その後思いがけなく“皆がやっているよ”の声に励まされ、眉毛のタトゥーにも初挑戦。痛い思いをした分化粧時間短縮に貢献しています。

帰国前日には日本人対象のバンコク病院見学がありました。去年開業した最新鋭の医療機器を備えた病院で、日本語通訳の女性が2名在席しているので便利ですが、入院費用は日本と余り変わらない金額でした。

帰国日朝は幸いにも横井さんが空港への送迎を引き受けていただき、チェンマイ国際空港では3人組と合流し、落ち着いた気持ちでスムーズな帰路でした。

今回初めてのチェンマイでしたが、毎日盛沢山で東海支部の仲間たちと色々な場面での交流を通して、皆様の豊かな人生観や知識を身近で接し、短期間でも大いに刺激を受けた旅行でした。将来機会があれば、他の仲間とも一緒に合流し、チェンマイを再発見したいと願っています。

ハワイ オアフ島情報：カイルアを中心に

関東甲信越支部 No.1278 外池 一子

私が初めてハワイ（ホノルル）に行ったのは1978年のことで、それから40年近くが経ちハワイの姿は大きく変わりました。ワイキキには高層ホテルが林立し、かなりの料金を払うか幸運でなければ、朝起きて眼前に広がる青い海に感動！という体験は難しいのが最近の現実です。そんなワイキキの今一番新しいスポットは新しくなったインターナショナル・マーケットプレイスですが、シンボルのモンキーポッドの木以外は昔の姿をしのばせるものはなく、アラモアナ同様高級店が軒を連ねています。



International Marketplace



写真／肥後信彦氏提供

さて、私の独断ですが、ハワイのベストシーズンは日本の気候との兼ね合いで夏です。南国暮らしの考えは「寒い時に暖かいところで暮らす」ですが、12月から3月頃まではハワイでは雨季にあたり、有名なダイヤモンドヘッドが土色から緑に変身します。今年は1週間の長雨もあったそうです。

さて、本題のカイルアについてですが、ワイキキには滞在したことがあるが、カイルアには行ったことがない方を前提に紹介します。



カイルアはオアフ島のワイキキから見ると反対側（北側）にあるビーチタウンで、近年観光地としても住宅地としても人気が高まっています。カイルアというのは「二つの海、ラグーン、海流」という意味だそうです。地元の人たちはカイルア・タウンと呼んでいます。

カイルア近くの友人宅に毎年泊まりますが、近年は日本人の姿を非常によく見かけますし、その数は年々増えていると実感しています。ハワイで育ったオバマ大統領がクリスマス休暇を過ごしたことで有名になりました。（友人はカイルア・ビーチでオバマ大統領の一家と会ったそうです。）

1. 特徴

（少なくとも以前は）白人の比率が高い地区で、のんびりした、“意識の高い人（自然保護、エコ、etc.）、高収入の人が暮らしているイメージのビーチタウンで、高級スーパーの Whole Foods が最初にオープンしたのもカイルアとカハラです。

カイルア・ビーチの先にあるラニカイ（天国の海）はホノルルに住む人たちの週末の別荘地だったものが、今や超高級ビーチフロント住宅地 & 別荘地になっていて、セレブの別荘もあります。

2. 行き方

レンタカー：Pali Hwy で1本（30分）

バス：アラモアナセンターから The Bus で40分程度で行けます。トンネルを抜けたところで窓から見える景色は絶景で、乗用車から見る景色よりも、座席が高い分よく見えるはずです。

レンタカーで行けば、「絶景ポイント」で止まります。

みなさまご存知だと思いますが、ワイキキからアラモアナまでは、JCBカードを持っていると無料で乗れるピンクトロリーがあります。

The Bus を利用した場合、カイルアで降りる停留所は3ヶ所ありますが、どこで降りても、町が小さいのでどこへでも徒歩で行けます。ただし、カイルア・ビーチは少し遠いので歩くのはお奨めしません。The Bus でも行けますが1時間に1本しかありません(所要時間10分くらい)。レンタサイクルを借りている日本人をよく見かけます。

3. ビーチ

カイルア・ビーチ：海底がなだらかに傾斜していて、サンゴ礁がないので適度な波があるきれいなビーチです。



Kaikua Beach

カラマ・ビーチ（カイルア・ビーチの西側）：観光客がいなくて、こじんまりした居心地のいいビーチです。

ラニカイ（天国の海）・ビーチ：ターコイズブルーの本当にきれいな海で、フラット・アイランド、モクア・アイランズ（双子の島）がシンボルです。



Lanikai Beach

最近では観光客が押し寄せるので、週末の日中はラニカイは路上駐車禁止なので、レンタカーで行く場合は要注意です。

4. レストランなど

Boots & Kimo's を始めとして、行列のできる店がたくさんあります。

Bee & Tea：大粒のタピオカが入ったジュース・スムージーなど（免疫・ビタミン・ホエイのタンパク質などの効能を謳っています）。お値段は高め。

Over Easy：最近できた朝食のレストラン。出汁をかけて食べるお茶漬け風の料理もあります。



Boots & Kimo's



Bee & Tea

Cinnamons：地元の人に人気の朝食のレストランですが、この間行ったときには女子学生と思しき日本人観光客が来ていました。

Buzz's Original Steakhouse：オバマ大統領も訪れたカイルアビーチ近くにあるステーキハウス。

Crepes Na Ka Oi：人気のクレープ屋さん。外の席はペットOKです。



Over Easy



Cinnamon's



Buzz's Original Steakhouse



Crepes No Ka Oi

5. Supermarkets

Whole Foods, Target, Longsをはじめ、Safeway, Foodlandもあります。(ボウリング場もあります。)



Whole Foods



Pali Lanes (ボウリング場)



Target



Longs Drugs

最後に、Kapiolani Community College (KCC) で開かれるものが有名で、最近人気のファーマーズマーケットの情報です。比較的大きなものはHFBB (Hawaii Farm Bureau

Federation) がスポンサーとなっていて、以下の通り毎週決まった曜日に開催されています。

土曜日

The Saturday Farmers' Market at KCC

(HP) <http://hfbf.org/market/kcc-weekly-tip-sheet/>

場所：Kapiolani Community College, 4303 Diamond Head Road.

時間：7:30 a.m. ~ 11:00 a.m.

The Bus：3,22,58

日曜日

The Mililani Sunday Farmers' Market

(HP) <http://hfbf.org/market/mililani-weekly-tip-sheet/>

場所：Mililani High School Parking Lot, 95-1200 Meheula Parkway

時間：8:00 a.m. ~ 11:00 a.m.

The Bus：52,84,84A

火曜日

The Tuesday Farmers' Market at KCC

(HP) <http://hfbf.org/market/kcc-night-weekly-tip-sheet/>

場所：Kapiolani Community College, 4303 Diamond Head Road.

時間：4:00 p.m. ~ 7:00 p.m.

The Bus：3,22,58

水曜日

The Honolulu Wednesdays Farmers' Market

(HP) <http://hfbf.org/honolulu-night-weekly-tip-sheet/>

場所：Neal Blaisdell Concert Hall, 777 Ward Ave

時間：4:00 p.m. ~ 7:00 p.m.

The Bus：3,9,40,52,53,62

Aloha Tower Farmers' Market

時間：11:00 a.m. ~ 1:30 p.m.

木曜日

The Kailua Thursday Night Farmers' Market

(HP) <http://hfbf.org/market/kailua-night-weekly-tip-sheet/>

場所：Kailua のロングス裏の駐車場

時間：5:00 p.m. ~ 7:30 p.m.

The Bus：56,57,57A

カイルアでは木曜日以外に土曜日や日曜日にも小規模なファーマーズ・マーケットが開かれていますし、ワイキキにも、非常に小規模ながら、ファーマーズ・マーケットはあります。(ハイアット・リージェンシー、キングズ・ビレッジ) 野菜や果物も売っていますが、やはり観光客向けの食べ物中心の感じですか。

最後になりましたが、最新のハワイ情報が盛りだくさんのサイトを見つけました。最新の観光情報から日本のスマホの現地利用の方法など、お役立ち情報満載で、しかも頻りにアップデートされているようです。是非一度ご覧ください。サイトの名前は「お金なくてもハワイに行きたい」です。

○ <http://www.nakutemo-hawaii.com/>

NPO法人・日タイ里親協会の活動

東海支部 No.1739 榊原 正子

日本とタイを結びつける活動は、さかのぼる20年も以前のスタートです。

愛知県知多農協が、タイのナコンラチャシマ地区のピマイ農協とのつながりがあり、現地の中学生が親の都合で学校へ行けない子供達を支援したいとの思いから、誰もが教育を

受けられるよう裾野を広げていこうと知多農協を通じて里親を募集しました。

社会情勢は変わり日本企業は、海外特にタイ王国には自動車メーカーを中心に日本は空洞化するように海外へシフトしていきました。

そのころ私も何か社会活動をしたいと思

い入れがあり、タイの子供の里親になることを決心しました。里子は、現地学校から選ばれて、現地農協を通じて、知多農協からそれぞれに子供の里親が選ばれておりました。

あれから、長い年月をかけて、日本企業の進出とともに、タイ王国の農村にも各家庭で現金収入を得られるようになり、生活も豊かになり、義務教育は無償で子供達にとっては素晴らしい環境も整ってきました。

このような仕組みを作りあげるまで、農協も現地担当者も里親も、多くの苦労があったのですが、現在ではたくさんの卒業生を出すに至りタイ国内外で活躍しています。

さらに進化し続ける中、タイ王国内外で専門職として活躍できる人材、医師・教師・看護師・語学教師・日本の一流企業で働く優秀な人材など多くの素晴らしい活躍をしている今日があります。今の私の里子は、お医者様

を目指す医大生で、病院でのインターン生として勉強中です。一人前の医者として成長するまで、まだ数年かかりますが成長を見守りながら、子供達とは現地へ会いに行ったり、日本文化を学びに来日してもらったりしながら交流を深めております。すでに結婚して家庭を築いている子供もいます。

こうして、日タイ里親協会の活動は、大きく成長し続けてきました。

平成28年は、現地へ日本の桜の木を植樹するために渡航いたしました。

さて、4月には、日本では満開になる“ソメイヨシノ・彼岸桜・花桃”など果たして四季のないタイ王国で芽吹いてくれるのでしょうか？とても楽しみにしています。これからもタイと日本を行き来しながら、子供の成長と国内外で活躍出来る人材育成を見守りながら、シニアライフも楽しんで行きたいと思っています。

スカイプで英会話

関東甲信越支部 No.1437 金澤 正子

「ハローゥ。マサコサン。グッドモーニング。ハウアーユー」

「アイアム、グッド。ハウアバウチュウ」
(まあまあですよ。貴方はどうですか?)

「アイム、オールソウグッド。サンキュー、フォア アスキング ミー」(私もいいですよ。尋ねてくれてありがとう)

今日の英語の講師はマークだ。彼は声に力強さがあり聞きやすい。万年初心者の私にもチャットボックス(メッセージのやりとりができる)を使い丁寧に教えてくれる。多くの講師は私が年配で覚えが悪いと分かると、チャットボックスも使わずただテキストを読むだけだし、質問しても分からないと無視をして次に進む。彼にはそれがなく分かるまで教える。

去年の7月からスカイプで毎日、25分英会話レッスンをしている。スカイプとは、パソコンのインターネットを利用するテレビ無料電

話だ。毎日25分のレッスンをしても授業料は、6,780円。レアジョブと言う会社で、日本人社長がフィリピン人の英語教師を雇い日本人に英語を教えている。今は家で利用しているが、パソコンとインターネット環境があればどこでも教室で、北海道でも外国でもできる。フィリピンはマイナス1時間の時差で時間的にもいい。20代から50代の大学を卒業した優秀な3000名程の講師がいる。講師はできる時間を提示し、生徒がその中から気に入った講師と時間を選ぶ。朝6時から夜の12時まで可能だ。今のところ私はマークの他に男性はオスギ、女性はアイカ、リンがお気に入りだ。

講師は優秀だが生徒の私は高年齢のせいもあり覚えが悪く、全く身に着かずいつ辞めようかと腐っている。かといいい他に何もないので、ズルズルと引きずりながらやっている。

先日もマークを講師にレッスンした。いつ

もは映像をオフにして姿を見せないがその時はビデオをオンにしてTシャツ姿で現れた。20代半ばで若々しい。パソコンについているマイクを見せて「このマイクを二つ買い、一つは自分が使い、もう一つは友達のアイカが使っている」と言う。ん、そういえばアイカも同じ北フィリピンのイサベラ市だと言っていた。そしてマークは、アイカは私が「好奇心がありいい生徒だ」と言う。なぜアイカが私を好奇心が強くない生徒だと言うのか分からないが、褒められていい気分になる。

いつものようにテキストをやり始める。私は〇〇と言う性格です。例えばシャイですと形容詞を入れていく。5問の問題をやってから、逆に私はマイクに貴方はどんな性格ですか？と聞くと「私は勤勉な人だ。と言う。毎日、休まず働き10時間（20単位）レアジョブで働いている。彼は教師だが「弁護士にもなりたくて勉強している。父親がいないので、大学の奨学金返済をしている」とチャットボックスを使い説明する。マークが生まれた時、父親はすでに蒸発したらしい。

アイアム・アトリビングルーム。（私は居間にいます）と言う文章を練習している時に、私の家の部屋は何部屋あるのか聞くので3部屋

だと伝える。私の部屋と夫の部屋と畳の部屋があると伝えると「その畳の部屋に泊まりたい、いくらで貸してくれる？」と聞くので、急なことで面食らったが「フリー（無料）」、と言う言葉に「私は部屋代を払いたい」と。本心ではないだろう、だってその前に「ラーメンを注文する時は一番安いラーメンはどれですか？」と聞くと言っていたのに。なかなか策士だ。

いつ日本に来たいのか尋ねると「四年後の東京オリンピックの時に来たい」と言う。当然フィリピンでも東京オリンピックのニュースは流れている。日本に興味がありインターネットで調べているのだろう。

マークが来たら、どんな所に連れていこうか？お寿司や日本料理、スカイツリーやディズニーランドなど喜ぶだろう。しっかりしているようでも、若いから日本の豊かさや文化に憧れるのだろう。親心のようなものが出てくる？

7月に、レアジョブが行うスピーキングテストを受けてみた。結果はレベル3で、スタート時点もレベル3だったので上達なしだ。ガッカリしてもしょうがないので「石の上にも三年」のことわざを思い出す。目標はレアジョブの教材がなくても彼等とふつうに世間話ができること。さて、何年後になるだろうか？

日本100観音と四国八十八ヶ寺遍路を終え

関東甲信越支部 No.900 島林 健二

1.はじめに

本会報は、会員の南国への訪問、滞在記そして世界の著名な観光ポイントの訪問体験などが中心ですが、ここでは高齢になるといっても体感する精神面の命題ともなると思われる領域のテーマにもなる、一つの体験を紹介します。

2.遍路への取り組み

定年退職して、それ以降の生活をどう過ごすかについてはぼんやりした考えはあったもののいざ毎日が日曜日となると時に気も緩

み、無為な時間を過ごす状態になりがちでした。そんな中、リタイア組が南国に滞在し余生を満喫しているとの新聞記事が目に入り、早速自分たちも体験滞在をし、その時知った「南国暮らしの会」に帰国後入会し、それからはチェンマイに20回を超える滞在の体験をし、これは今も続いています。

一方で、60歳を過ぎてからは結婚式に出るよりお葬式に出ることのほうが多くなったこともあり、両親や親戚、友人・知人の死に遭遇し、弔事の儀式に出る機会を経て死後の

ことや、お寺、宗教、信仰について、自分のこととして真剣に考えることが自然の動きとなっていきました。両親や親戚の葬儀で、経本がなければ満足にお経も唱えられない状態でしたが、それでもそうした雰囲気にいるときは何か心が落ち着いたように思います。もっとも社会人になるまでの23年間の田舎の実家の生活では、起床後洗顔し、そのあとは家族全員が神棚と仏壇にお参りし、そして皆で揃って朝食をとるとというのが決まった日課で、一日たりともこれが変わることはありませんでした。子供のころは意味も分からず、親のするとおりに神棚では手を打ち、仏壇では手を合わせていましたが、なんとなく神や仏に対する崇拜や畏敬の念は心に沁みついていったように思います。

そんな部分と、この年齢で体験する弔事が加味されて宗教や信仰心、お寺関連に関心が深まっていきました。そうした中でお寺参りでもしてみようか、というのにつながったように思います。

とはいえまだ60歳を過ぎたばかりでは興味本位の域を出ず、旅行好きの自分にとっては物見遊山的な部分が大勢を占めていたように思います。そして都会の喧騒から隔離された、珍しい滅多に行けない地方に行けるといふ物珍しさも手伝っていたことは否めません。そんな中で、数あるお寺詣りの中でも国内でもっとも著名な日本100観音を巡礼してみようと思立ちました。そして平成13年から8年余で100観音を満願しました。

100観音満願で一段落と思っていたのですが、その後自分にとっては痛恨にも妻の急死に見舞われ、妻の3回忌を前に妻を供養するため四国88ヶ寺の遍路を決意しました。100観音と四国88ヶ寺の参拝とは、動機、意味づけ、取り組み姿勢や内容が全く異なりますが、2項に分けて状況を紹介します。

3. 日本100観音

日本100観音とは、坂東33観音、西国

33観音それに秩父34観音を合わせて100になることから名づけられました。33という数字は、観音様が33の姿に変化（へんげ）して人を救済することに由来し、秩父も33観音であったものを切りのいい100観音霊場にするために、秩父に1ヶ寺を加えたとされています。33とは無数、無辺を意味する数字で、観音様はどんな姿にでもなって人を救ってくださることを意味します。とはいえ仏像の姿として現れるのは、聖観音、千手観音、馬頭観音、十一面観音、准胝観音、如意輪観音の六観音またはこれに不空絹索観音を加えた七観音とされています。

私が参拝した順序は、まず坂東33観音が平成13年4月から平成14年5月の14か月で、次いで秩父が平成14年の10、11月の2か月で、そして西国が平成16年の3月から平成21年11月の5年8か月で満願しました。しかし本堂でお経を詠むわけではなく、お賽銭を上げお参りし納経帳に記帳してもらうことに重点を置いていたため、いまひとつ心からお参りをしたという実感がなく、参拝したという事実だけの巡礼になったことは反省しています。

それでも坂東33観音の満願後に善光寺と北向観音に結願のお礼参りをしたときは自分なりの満足感と充実感を感じ、大袈裟ですが仏様の足元くらいには跪けたかなと思っています。チェンマイでお寺や祠に近づくとタイ人は必ず手を合わせてお祈りをするポーズをしますがその行為が何かわかるような気がしました。

4. 四国88ヶ寺遍路

四国88ヶ寺遍路は、日本100観音巡礼とは前にも述べた通り、動機が全く異なることをお断りしておきたいと思います。私事ではありますが、一昨年6月に妻が突然倒れ、その後2時間もせずに一言の言葉を発することもなく他界しました。あまりの突然の死でしばらくは何も手がかず、何とか生きてこられたというのが不思議なくらいでした。それから2年弱の間で、少しは落ち着き、皆様か

からお悔やみや激励のお言葉をいただき、故人の気持ちを推し測って、自分は元気に生きなければと思うようになりました。そして今までの2年間一瞬たりとも妻のことが頭を離れることがない毎日を送るなかで、妻の死にいつまでも沈み込んで打ちひしがれているのは、亡き妻も喜ぶまいと思い、落ち込んだ気持ちを少しでも元気づけるため、そしてこれからを有意義に過ごすために何をすればよいかを考え、新聞やネットで調べたり、図書館にも通いました。

そうして本年2月、3回忌を前にその一つとして四国88ヶ寺の遍路に思い至りました。

四国は妻が生まれて以来、結婚後も含め29年間住み慣れた地域であり、自分も12年間奉職した地域でもあり、浅からぬ因縁のある四国でお寺を巡礼することの意義を感じました。リフレッシュした新たな気持ちでこれからの余生を送ることが大切と思い、また妻もそう思っていることと思い、妻を偲び、妻を供養するために、そして自分としても一つの気持ちの区切りに加え気分転換をすることに大きな意味がある様に思い、実行に至りました。

四国遍路は弘法大師が開いた修業の場であり、814年の開祖以来今日まで1200年におよび、国内で屈指の修業の場として知られています。四国遍路は衰えることなく、むしろ最近の一つのブームにもなって参拝者は増加の傾向にあり、また外国人の参拝者の増加が目立つといわれています。

世界中で紛争、貧困、犯罪、病気、死別、不平等、自然災害など精神的、物質的に不安材料が噴出する中で、人は誰もが精神的な安らぎを得たいものです。そうした場を一時的にでも与えてくれるのがこうした修行の場ではないでしょうか。全行程が1,400kmという四国88ヶ寺はそれなりに難所もあり、ある程度の体力、気力が必要になります。とはいえロープウエーやピストンマイクロバス等の普及により、昔に比べ大幅にお参りしやす

くなったとは言えると思います。遍路の方法としては、①一切の交通機関を使わず歩くのみの方法、②マイカーによる方法、③電車、バス等の交通機関による方法、④一切の交通手段が含まれるツアー形式などがありますが、自分の場合は①は頭から無理と判断、②は車がないので無理、③は検討しましたが、鉄道、バス便が少なく、相当な日数が必要となり断念、従い遍路という趣旨からは少し外れますが④の方法しかないことになりました。そこでネットで巡礼ツアーを企画する旅行会社を検索し、企画内容から本文末のものに決めました。

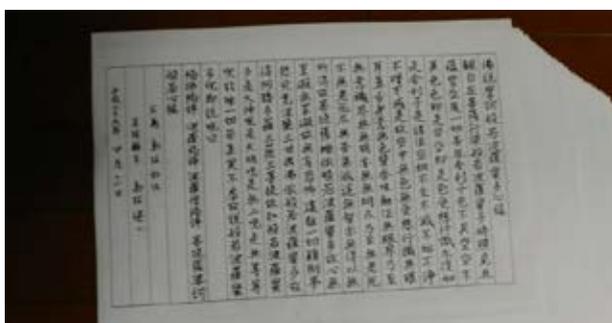
巡礼の日程と内容が決まり、続いて遍路に備えていろんな準備に入るとともに、88ヶ寺の背景や歴史、般若心経など予備知識の勉強にかかりました。ツアー参加決定から出発まで二か月足らずでしたが、ツアーのため訪問の段取りや宿、食事の心配は必要無く、また必要な巡拝用品（白衣、輪袈裟、数珠、菅笠、金剛杖、納札、ろうそく、線香など）はツアー企画社が手配してくれるので、一番課題となったのは「般若心経」の「写経」でした。

4-1 般若心経

般若心経は、大乘仏教の根幹をなす經典で、天台宗、真言宗、臨済宗、曹洞宗など多くの宗派で詠まれているお経です。262文字（最後の「般若心経」を含めると266文字）からなる般若心経の中に、「空」は7回、「無」は21回、「不」は9回出てきます。つまり般若心経の思想は「空」の思想で、「空」とはサンスクリット語でうつろ、ふくれたもので中がない状態を言います。そこからこの世の中一切のものには固定的、実体的な我や自性などというものはないということで、有に対する非有という意味になります。一切のものは有であるという執着、妄見を否定するところから出た概念で、したがって空に対する執着も排斥される、と説明されています。どんなもの

にも固定的な実体はないというのが「空」の考え方で、すなわち般若心経を心の依り所として生きることは「空」に生きるということだそうです。

出発前には「写経」とともに、般若心経を暗記するまでに何度も読経しました。完全な意味が分からないまでも漠然とお経の概念がつかめたように思いました。例えばお経の中の一節に「無老死亦無老死盡（老や死がなく、また老や死が尽きることもない）」という文言がありますが、これはまさにこのお経の「空」を表しているように思います。これに似た表現は随所に出てきます。



4-2 写経

「写経」とは262文字からなる「般若心経」を模写することです。この写経したものを参拝時に本堂と大師堂に各1枚納めるのです。高野山を含め最低2枚×89 = 178枚必要となりますが、時間的に難しいので、各お寺の本堂のみに納めることとし、89枚余を用意しました。写経は1枚完成するのに30～40分かかり、集中してやっても60時間は必要となります。しかし写経に向かっている時間は、漠然とお経の意味を感じながら外界と隔絶した環境で「経文を模写する」ことに集中できたことは貴重な体験でした。これに加えて「納札（おさめふだ）」もありますが、これには住所、氏名、年齢と裏面には願い事を書いて納めるのです。納札は参加者のほぼ全員が準備しましたが、写経を準備した人がほとんどいなかったというのは意外でした。

4-3 遍路

11日間で89のお寺を遍路したので1日に6～12のお寺にお参りしたことになりますが、バスの駐車場のすぐ近くのお寺や、駐車場から2、30分近く坂道や階段を歩くお寺、あるいは駐車場からさらに小型マイクロバスで、あるいはロープウエーでお寺近くにまで行く方法など朝早くから夕方まで効率よくお参りできたと思います。

各お寺にお参りした詳細は省略しますが、バス遍路の期間中、朝バスに乗って最初のお寺につく前と、1日の参拝を終えて帰りのバスでホテルに着く前、そしてもちろん各お寺の本堂と大師堂で各1回、先達の先導で全員が般若心経を読経したので、11日間で200回以上読経したことになります。また食事前には必ず合掌し、般若心経の呪文「羯諦羯諦 波羅羯諦 波羅僧羯諦 菩提薩婆訶（ギャーテイ ギャーテイ ハーラーギャーテイ ハラソウギャーテイ ボージソワカ）、ありがたくいただきます」と唱えてから食事に入ります。バスによる遍路とはいえ、88のお寺を11日間連続してお参りし、こうしてお経を唱えていると自分なりに修業をしたのだという感覚になったように思いました。



ツアーには先達（我々の今回の先達はお遍路ツアー会社の社長で今回の遍路はなんと248回目）、世話人等の3人を含め、合計35人の団体で遍路の旅が始まりました。一般参加32名の内訳は、男14名、女18名で夫婦が3組、従い単身参加者は男11名、女15名（台湾人1名含む）でした。平均年齢は大雑把にみて70歳前後くらいでしょうか。

そして驚いたのがここ半年～3年の間に奥さんを亡くした人が自分も含め5人もいたことでした。この5人は同じ目的で参加していましたが、他の参加者もそれぞれの事情なり目的で参加しているのだろうと推測されました。自分の場合、たまたま同じ状況の人たちとバスが相席になったり、宿で同室になり、お互いの境遇を話し合ったりできて心が安らぐ時間があったこともよかったと思っています。また納経帳にも88ヶ寺を満願したという御朱印をいただき、達成感と充実感を感じています。

最後に宿については、ほとんどがビジネスホテルクラス以上で、宿坊にも6回泊まりましたがウォシュレット付き、共同浴場ありで事前の予想と全く異なり、とりわけ33回の食事也大満足でした。



4-4 四国88ヶ寺遍路の感想

今回のお遍路は、急に思い立って決行しましたが、企画会社の思いが反映された、そして自分にとっては故人を偲び、供養するという目的が達成でき、大いに満足感のする遍路であったといえます。読経の途中でいろんな思いが交錯し、涙が出て止まらない場面が何度かありましたが、今思うと良い思い出になりましたし、良い遍路になったと思います。亡き妻も天国で見えてくれたのではと思っています。

遍路でいう「同行（どうぎょう）二人」とは、弘法大師と一緒に巡礼することを意味するのですが、時に妻と一緒に同行二人とも感じるものがありました。もし都合がつけばもう一度行ってみたいとさえ思っています。会員の皆様もご夫婦連れで行かれれば、一層お二人の絆が強固になり、そしてますます健康への志向が高まると思います。また最近「自分自身を見つめなおす」ために巡礼に出る人も増えているそうです。私からもぜひお勧めします。

最後に、私の参加した遍路の旅は、株式会社光明トラベル（電話0883-79-3544）の企画によるもので、同社は徳島にあって四国内の霊場参拝を専門に扱う旅行業者です。88ヶ寺遍路は毎年3月～11月（7、8月はなし）に開催しています。参考までに旅の部分の費用は、徳島での集合・解散で一人188,000円でした。

拙文ではありますが、この報文を亡き妻に捧げたいと思います。（完）

タイ・ロングステイについて

タイ国政府観光庁 マーケティングマネージャー 藤村 喜章

タイ国政府観光庁では、1999年からロングステイ財団の協力のもと、タイのロングステイを誘致してまいりました。

①1999年から2004年

年金をもとにどうやって海外で暮らすかをテーマに誘致活動を実施。特に旅行会社とセミナーを実施し、旅行会社も下見ツアーを積極的に参加者にPRしていました。この時期の目的地はハワイやオーストラリア、カナダ、アメリカなどが中心でした。

②2005年から2014年

第2の人生をいかに楽しく海外で暮らすかをテーマに誘致活動を実施。このころの誘致活動はロングステイフェアに参加及びセミナーなどで販促活動を実施しました。しかしながら、旅行会社は彼らのビジネスにならず、ロングステイを個人旅行の一つとして設定し販売。その代わりにロングステイを専門にする会社がサポートを開始。この時期の目的地としては、タイやマレーシア、フィリピン、インドネシアなど東南アジアが躍進。

③2015年から2017年

海外のみならず、地域創生というテーマでは各自治体に移住などの制度を充実し、CCRC（Continuing Care Retirement Community）といわれる、高齢者が健康なうちに入居し、必要に応じて介護や医療のサービスを受けながら、人生最期の時までを過ごせる生活共同体の形成を目指している自治体もでてきました。当庁としては、ロングステイフェアを中心に誘致活動を実施。5年から20年までビザを取得できるタイランドエリートカードの販促もサポート。

専門会社や個人で渡航する人がほとん

ど。東南アジアに加え、台湾なども選択肢に。地方創生の国策として、地方へ移住という選択肢も加わった。

上記の活動と合わせて、タイでロングステイを検討している方々を対象に、ここ4年間チェンマイ・ロングステイ・フォーラムを実施してまいりました。第4回目の今年は参加者数35名（うちロングステイ専門会社や旅行会社を通じて申し込んだ人19名）が参加しました。このフォーラムは1日のイベントで、午前の部は、ソントウに乘車し、銀行や病院、サービスアパートメント、スーパーマーケットを視察します。



病院



サービスアパートメント



銀行



スーパーマーケット

午後の部はクムカントークレストランにて、チェンマイロングステイライフクラブの方やロングステイ財団の方とパネルディスカッションを実施し、会場からの質問に答えたりしております。チェンマイの業者（不動産やゴルフ場、銀行、病院など）が参加し、情報提供を行います。最後は、チェンマイ県知事なども交え、カントーク料理を堪能いただきました。しかしながら、年々参加者数が減少している状況もあり、来年度の実施については要検討となってしまいました。



二日目はオプションとして、ゴルフやマッサージ、タイ料理などのオプションを50%オフにて提供し、参加者に楽しんでいただきました。



タイは、5つの地域でチェンマイ以外の場所も誘致しています。たとえば、タイ北部のチェンライは、チェンマイから車で約1時間半のところであり、長期滞在をする日本人が増えていると聞いております。

タイ中央部のバンコクは、首都なのでもちろん長期滞在できますが、生活費は上がり気味と聞いております。バンコクから車で2時間のところであり、王室の避暑地でもあるホアヒンは生活の移動手段を考慮する必要がありますが長期滞在可能なところではあります。

タイ東部のパタヤやシーラチャもビーチリゾートで、日系企業の駐在員が多いところなので、日本文化がいたるところにあり、初めての方でも可能なところではあります。しかしながら、企業の駐在員が滞在していることもあり、比較的住居の面で難しい点があります。

タイ南部ではプーケット島やサムイ島でも長期滞在しているマリニアクティビティが好きな日本人も増加傾向にあります。また、クラブもこじんまりしていて、ビーチリゾートではありますが、長期ホテルステイなどで楽しめる場所かと思っております。

最近では、タイ東部のコンケンに長期滞在している方もいらっしゃいます。コンケンは学園都市で、まだまだ後発の地域ですが、その後発的なところを好む人には長期滞在が可能なのではないかと思っております。もちろん、すべて自分で動かないといけないとは思いますが、このようにタイには特徴のある地域がたくさんありますので、次回渡タイされたときに、一度訪問されてみるといいかと思っております。

当庁としても、チェンマイ以外の新しいロングステイ先を提案して行ければと考えております。

当庁が2016年3月から4月にかけて、フォートラベルを利用して、1,969名の方にロングステイに関するアンケートを実施しました。その結果をシェアしたいと思います。

○アンケートにお答えいただいた年齢層

50代	902
40代	580
60代	387
70代以上	66
30代	30
～20代	4
合計	1,969

1. 体験したい、またイメージしているロングステイは？

ビーチリゾートでの暮らし	932
山や草原など、緑に囲まれた暮らし	475
発達した都会での暮らし	422
その他	140
合計	1,969

2. ロングステイの目的(重複可)

現地に住む人々との交流	715
語学レッスン	485
年金や貯蓄の有効活用	391
アウトドア/スポーツ	384
趣味などの習い事	218
ボランティア	93
その他	167
合計	2,453

3. ロングステイの期間は？

2ヶ月以上3ヶ月未満	239
1ヶ月以上2ヶ月未満	226
1年以上	225
1ヶ月未満	208
3ヶ月以上6ヶ月未満	207
6ヶ月以上1年未満	132
未回答	12
合計	1,249

4. タイが魅力的だと思った理由

日本人が生活しやすい国柄	891
物価/滞在費の安さ	513
医療水準の高さ	229
多彩な食文化	123
魅力を感じられなかった	80
由緒ある寺院や建造物	78
ゴルフなどのアクティビティ	36
その他	19
合計	1,969

5. 不安だと感じる点(重複可)

治安	2,598
滞在費用	1,960
言語/日本語によるサポート	1,253
衛生面	402
医療水準	317
日本との距離/移動時間	210
食文化	136
住居水準	92
交通手段	64
日本との連絡手段	45
その他	374
合計	7,451

6. どんな国にロングステイしたいか。(重複可)

タイ	1,073
マレーシア	823
ハワイ	820
オーストラリア	635
ニュージーランド	483
ヨーロッパ	377
カナダ	369
シンガポール	346
インドネシア	328
ベトナム	296
台湾	280
フィリピン	219
アメリカ	209
グアム/サイパン	192
モルディブ/フィジー	182
香港/マカオ	85
韓国	51
その他アジア	41
ネパール	35
インド	33
中国	28
モンゴル	22
その他	52
合計	6,979

支部便り

北海道支部便り

No.1285 桂 裕章

北海道支部の今年前半の主な活動を紹介します。

☆アンコールワット・ベトナムへのお誘い旅行

- ・日 時：平成 29 年 4 月 13 日～ 4 月 19 日
- ・参加者：7 人
- ・募集期日：～ 28 年 12 月

・前年の会員旅行先アンケートなどから、希望先として多かったカンボジア、ベトナムへの旅行を実施。



・今回はツアーを利用して、世界遺産のアンコールワットとハロン湾のクルーズに参加した。

☆29年度北海道支部総会

平成 29 年 6 月 18 日 (日) 13:15～16:00

- ・場 所：かでの 2・7 1050 研修室(7階)
札幌市中央区北 2 条西 7 丁目

総会出席者 39 名 (北海道支部会員以外 6 名含む)

1. 議事審議状況

- ・事務局からの提案事項は、全件で承認されました。

2. 会員報告 (情報交換)

- ・No.1711 吉田 利昭 チェンマイ生活報告
- ・No.1757 田中 ひろみ 初ロングステイについて

3. その他

- ・グループ別の情報交換とトーク (LS 全般、チェンマイ、女性サロン会関連など)



☆懇親会

出席者 37 名 (北海道支部会員、本州支部等の会員 5 名を含む)

- ・懇親会場：cugurido (くぐりど) 赤煉瓦テラス 3 階
札幌市中央区北 2 条西 4 丁目

東北支部便り

支部長 No.1027 佐藤 周司

○東北支部サロン会&懇親会 報告

29 年 4 月 23 日 (日)

サロン会：PM4:00～6:55

懇親会： 7:00～9:00

宮城県大崎市鳴子温泉。幸雲閣 1泊2日
7名参加

議題

1. 会計報告

会計舟田 (代読、氏家) (敬称略)

2. 28 年度の役員支部長会の概要報告

支部長

3. 参加者各自のロングステイ体験等発表 (概要報告)

- ①中国、北京観光。オリンピック会場(鳥の巣) 故宮、天安門、万里の長城等の

様子をプロジェクター投影して合わせて説明を行う(大国! 壮大なスケール)

6,000kmに及ぶ城壁、500m×800mの世界1の面積の天安門広場に感動。

No.1027 佐藤

- ②7日間船の旅。出雲大社、国宝松江城、鳥取砂丘、姫路城、名古屋城、熊野古道、那智の滝等、満開の桜花見を兼ねた思い出に多い、残像を説明とスクリーン投映で味わえた。

行く場所の地図にマーカーで印付け、飲み、歩き、気軽に声掛けできる快活人間。

ゲスト 伊藤

- ③中国の民宿、ユースホステル、知人宅での生活体験等の様子を200枚の写真を拡大しての投映やその時々の写真説明で日常の生活感も絶景も見えた。

その他ペナン島等の様子も教えてもらった羨ましい旅!

(時間が無くなり最後まで聞けなかったのが残念!!)

No.498 氏家

- ④フィリピン、セブ島、現地に友人、知人も多く渡航回数も多数あり詳しい説明と動画で素晴らしい景観を頭に焼き付ける事ができた…。ハロン湾の島々は日本三景の松島と比べものにならない壮大な美観に圧倒した(通いなれた所を詳細説明。通な人)。

No.467 渡邊

- ⑤のんびりと菜園で野菜作り、趣味のダンスは週5回6年も習っているがまだ素人?

今回はフィジーに1ヶ月間ステイ周囲は自然そのまま、のんびりできて満足! 観光なんて目じゃない、でも学ぶ意欲は大ありで現地人とのふれ合いや語学研修で英語を若い世代と教室で励んだ情熱的な男性(誰とでも気楽に付き合いの出来る好人物)。

No.1356 小松

- ⑥孫の成長が今の楽しみだが、渡邊さんで行った素晴らしい海外旅行でお尻に火が付き10年間長生きしていろいろな国を旅したく、今回参加されました。気さくで話好き。かたい国税庁勤務から今は税理士重責のある方、私たちが得るものが多い(丈夫で長生きして、社会貢献を期待する)会員登録を是非行い来年も、お会いしましょう。

ゲスト 遠藤(渡邊さん紹介)

- ⑦No.1666 舟田、No.1445 渡邊両名からも多数の文書と写真を参考資料として提供頂き映像を拡大して紹介、新たな知識を得た。

初の企画。No.467 渡邊氏の呼びかけで会員3名にて8日間、セブ島観光実施決定しました。次回も期待します!!

次のサロン会、29年9月24日(日)1泊2日某温泉?

サロン会会場には、プロジェクター。スクリーン。パソコンを用意しておりますので各自持ち込みの資料は写真等SDカードに保存してお持ちください。

映像拡大して、観賞、質問等で、参考になる点も多い!! 楽しい!!





関東甲信越支部便り

No.1607 阿部 滋敏

関東甲信越支部の活動状況を紹介します。

◆3月サロン会

日 時：3月26日（日）13:00～16:30
場 所：東京都南部労政会館 第5会議室
参加者：59名

1. フランス鉄道旅行

No.1431 兼森省治

25日間に渡るフランス鉄道旅行の旅は、パリを拠点に3ルートを回る変化に富んだ旅。

約300枚の画像とともに歴史的な説明も添えながら有名なモン・サン・ミシェル、ノートルダム大聖堂、古城めぐりなど、あたかも一緒に旅をしているような楽しい発表であった。今後フランス鉄道の旅を試みたい人にとっては必見のプレゼンであった。

2. 遺言書を書く

前日本大学 船山泰範教授

前回お話いただいて好評だったので再度「遺言」に的を絞りお話しいただいた。

自筆証書遺言と公正証書についてなどの説明から、実際に自筆証書を書いてみるワークショップなど参加者は皆真剣そのものであった。

3. 情報交換会

4つのグループに分かれて活発に意見を交換。(1. 遺言について、2. チェンマイ、3. フランス鉄道の旅、4. その他)

4. 懇親会

ゲストの方も参加されて和やかに話が弾

んだ。

懇親会参加者 49名



フランス鉄道旅行を話す兼森省治さん



遺言書の説明をする船山泰範教授



実際に全員で遺言書を書くワークショップ

◆4月サロン会

日 時：4月22日（土）13:30～16:40
会 場：東京都南部労政会館 第5・6
会議室

参加者：49名

1. 「最新のハワイについて」

No.1278 外池一子

ハワイには40年程前から行き来している。今回は、ワイキキの反対側で近年観光地として人気のカイルア地区(富裕層多い)のお店、レストラン、3つのビーチ等の紹介及びアクセスとAirBnBを通しコンド予

約、滞在時の宿泊料金は部屋代に+諸税、サービスフィー、清掃代、駐車料金等で約20%程度が別に加算された額が支払額となるとの事。又、ワイキキも変貌中とのお話があった。



最近「ハワイについて」No.1278 外池一子

2. 「仮想通貨ビットコインについて」

No.1591 肥後信彦

仮想通貨の由来や種類が1,000以上あり、うち9割破綻、詐欺も多い、その中で代表的なビットコインは世界的に取引量が多く流通している。

この仮想通貨のメリットはネットで時間も何処でも短時間で決済、送金、安く書類不要で可能。使用可の店舗拡大中の為益々便利になる。

デメリットは通貨として信用性が低い、使用には相手の承諾要、大口は困難、価格の値下がり、法的、換金等のリスクが有る事。

ご本人が実際に使用した結果も織り交ぜて分かり易くご説明を頂いた。



「仮想通貨ビットコインについて」No.1591 肥後信彦

3. 「情報交換会」

テーマ毎に4ブロックに分かれて実施。

- 1)ハワイ 2)ビットコイン
- 3)KL 4)チェンマイ & マニラ他。

4. 「懇親会」

場所：「ロオジ」ゲートシティー大崎ウエストタワー地下1F

参加者：41名

会員同士が懇親の輪を広げる対策に開始時は予め席を指定し日頃会話が少ない方々でも交流機会が持てる様に配慮した結果、制限時間を忘れる程の盛会であった。



4月サロン会の様子

◆平成29年度関東甲信越支部支部総会

日時：5月28日(日) 13:30～14:00

場所：港勤労福祉会館 第一洋室

議題

1. 平成28年度事業計画

①サロン会 & 懇親会

8月と2月を除き毎月第4日曜日13:00～実施

サロン会：総参加者560名、平均56名

懇親会：総参加者450名、平均45名

②パソコン教室 講師 No.60 渡辺会員

8月と1、2月を除き9回実施 平均17名

③ロングステイフェア 11/26 東京ビッグサイト 積極的に支援

④「この指とまれ」12/4 箱根湯本伊東園ホテル 18名参加

⑤南国テニス 12月を除き11回実施 10/27～28 山中湖にて合宿

2. 平成29年度事業計画案

①サロン会 & 懇親会

8月と2月を除き毎月第4日曜日13:00～実施

- 6/25、7/22、9/24、10/22、
11/26、12/24、1/28、3/25、4/22
- ②パソコン教室 講師 No.60 渡辺会員
- ③ロングステイフェア 11/20 東京国際フォーラム 積極的に支援
- ④「この指とまれ」年2回実施
- ⑤南国テニス 毎月開催
- ⑥他支部との交流会 内容未定

3. 平成29年度支部役員

・重任 (11名)

- No.1607 阿部 滋敏 支部長
- No. 923 永田 隼人 副支部長
- No.1225 高橋 眞治 副支部長
- No.1537 鈴木 元恵 会計
- No.1717 丸山 俊江 会計
- No. 670 今野 力男 No.1032 瀧川 清人
- No.1431 兼森 省治 No.1640 川野 俊次
- No.1660 北村 裕志 No.1763 小西 隆司

・新任 (2名)

- No.1278 外池 一子
- No.1572 竹富 千津子

◆5月サロン会

日 時：5月28日 (日) 14:00～16:30
場 所：港勤労福祉会館
人 数：47名

1. 「ガラケーからスマホへ変更」

No.60 渡辺義郎

毎月一回会員の方にパソコン教室を開催されている渡辺会員から教室の活動状況の報告と、ご自身のガラケーからスマホへ変更の体験から格安スマホの会社の初期費用や問題点を伺った。

＜ガラケーからスマホへ変更の手順＞

- ①現在のガラケーの解約について調べる
- ②ガラケーにある電話帳などのデータをSDカードに保存する
- ③ケータイメールがなくなるのでケータイメールをする相手に変更を通知する (実質的にこの作業が最も難関)
- ④電話番号をスマホに引き継ぐ手続きを行う

- ⑤MVNO (格安スマホの会社) からSIMを購入
 - ⑥MVNOからスマホを購入
 - ⑦SIM・スマホのセット販売 (⑤、⑥は不要) を格安スマホ会社から購入
 - ⑧格安スマホ会社と契約
 - ⑨スマホの初期設定(Wi-Fiの環境が必要)
 - ⑩スマホの開通処理
- 以上で格安スマホに移行できる。



渡辺義郎会員

2. 情報交換会

- 1 スマホ・パソコン
- 2 北海道お試し移住体験
- 3 会員各自のロングステイの情報交換



情報交換会風景

3. 懇親会

時 間：17:00～19:30
場 所：「ロオジ」ゲートシティ大崎ウエストタワー地下1階
人 数：33名

◆6月サロン会

日 時：6月25日 (日) 13:30～16:40
会 場：東京都南部労政会館 第6・3会議室
出席者：48名

1. 「海外ロングステイ事情」

ロングステイ財団 常岡 武 事業部長

最近のロングステイの状況を見ると、65歳以上の男性と40歳代の女性の海外長期滞在の数の伸びが急である。

人気のロングステイ先の順位は変わらない。3位のハワイでは、ロングステイ財団のメンバーはハワイシニアライフ協会のイベントなどにメンバーとして参加できる。

国内のロングステイについては、滞在施設の拡充が必要だが、地域の町づくりに参加するなどで交流人口や観光客が増加すれば、人口減少問題への取り組みや地域の活性化にもなる。

最後に、海外旅行でのトラブル体験のお話もあった。



ロングステイ財団 常岡武事業部長

2. 「チェンマイ最新情報」

No.1388 寺田 光江

今年1月にメンバーが120名ほど滞在していた時期（サロン会出席者78名）のチェンマイでのロングステイの様子を、メンバーが写ったたくさんの写真を紹介しながら、風邪をひかれていたにも関わらず軽妙な語り口で紹介してくださいました。この時期のチェンマイ滞在では、ほぼ毎日食事会があり、ビザ延長のためのマンマー旅行から近場への小旅行までとても充実した毎日を過ごされていた様子がよくわかった。お気に入りのモンチャムがすっかり観光化してしまっていたのにはガッカリしたとのこと。

また、チェンマイに初めていかれる方は、チェンマイ支部ホームページの「一口アドバイス」を必ず読んでくださいとのことであった。



No.1388 寺田光江

3. 「情報交換会」

テーマ毎に3ブロックに分かれて実施。

- 1) 海外ロングステイ事情
- 2) チェンマイ
- 3) フリートーク

4. 「懇親会」

場 所：「ロオジ」ゲートシティ大崎
ウエストタワー地下1F

参加者：35名

5. 「パソコン教室」

毎月 No.60 の渡辺会員にご指導いただいている。

6. 「南国テニス同好会」

No.1068 の山科会員を中心に毎月楽しんでいきます。



6月サロン会の様子

東海支部便り

支部長 No.1601 高島 恵

1. 2017年3月定例会

1. 1. 2017年3月12日（日）「ウィル愛知」で13人が参加して定例会が開かれました。

支部長から2017年度の新役員体制について説明後、オールドフレンズクラブ活動報告。続いて山田さんから浜松市に

て平日サロン会：9月18日（月）、19日（火）実施予定。今年の「この指とまれツアー」は、チェンマイ訪問予定。日本側窓口鈴木さん、チェンマイ側窓口川地さん。6月初旬～6月中旬。希望者は日程を3月20日までに連絡すること。航空券の手配は各自で行う。催事・鈴木さんが4月に花見・工場見学を計画。

1. 2. お出かけ報告は、加藤さん：1月～3月チェンマイ、バンコク、KL各所で東海支部の前田さん、清水さんと会食。KLでは春節イベントを堪能。

岩田さん：2月ドイツ、オーストリア、ポルトガル訪問。ウイーンでオペラ鑑賞。初めてのポルトガルでは失敗談を披露。時差1時間調整忘れ。タクシーストと遭遇など。一方、物価は安く、住みやすい印象がありました。

2. Old Friends Club 開催

2. 1. 第1回 Old Friends Club

第1回の集いが、2月28日（火）に国際センタービル25Fの東天紅で8名が出席して開かれました。2004年に3グループに分かれて大勢でチェンマイを訪れてから13年になり、この時同行したオールドフレンドです。

再会して、はじめは言葉が出ませんでした。握手して、抱き合っ、お互いの健康を祝しました。昔を懐かしみ、楽しく、嬉しい会話が飛び交いました。オールドと、ヤング一緒のパーティでした。

2. 2. 第2回 Old Friends Club

2017年3月28日（火）半田市の魚料理店「魚太郎」で第2回オールドフレンドズクラブが開催され、11名が参加して美味しい魚料理を食べながら和やかに懇談しました。当日は元会員で半田市在住の方も参加して、懐かしい昔話や、ゴルフ、チェンマイ、健康問題、半田市の今昔など多岐にわたり話がはずみまし

た。終了後ミツカン酢の「ミツカンミュージアム」を見学し、酢の種類、作り方、健康への効果など楽しく学び、あっという間に1日が過ぎました。

半田市は歴史のある綺麗な町でした。



魚料理店「魚太郎」の前で記念写真



酢を運んだ和船



寿司握り体験

3. 2017年4月新体制の船出！

3. 1. 2017年4月9日（日）「ウイル愛知」にて参加人員21名で、総会・定例会を開催。

2016年度活動報告・会計報告、2017年度活動計画承認後、新役員が選出され、新しい体制が船出しました。

3.2. 報告事項

- ①オールドフレンズクラブ
- ②浜松 PC 勉強会：4月4日～4月6日

3.3. 行事計画

- ①タブレット・スマートホン勉強会：
5月14日（日）12：30～於ウィル愛知
- ②北海道：前田さん応援ツアー予定

3.4. お出かけ報告

- ①ミャンマー 3月22日～3月28日 気温は32度から35度と非常に暑い。仏塔（パゴダ）がたくさんある。物価は安い。現時点ではロングスティには不向き。
- ②オーストラリア12日間の旅 セントレア→バンコク→シドニー 飛行機、レンタカーを使ってシドニー、ウルル、キャンベラを周遊。エアーズロックでは蠅に注意。

4. 小牧山で花見サロン会!楽しかった!!

2017年4月10日（月）愛知県小牧市の小牧山で、花見を兼ねて東海支部のサロン会が開かれました。家族ずれも含めて23名が参加して親睦を深めました。桜満開の小牧山をボランティアガイドの説明を聞きながら登山し、小牧山に居を移した織田信長から徳川家康の時代まで、歴史に思いを馳せて楽しく散策しました。その後、小牧市役所で昼食・花見弁当に舌鼓をうち、場所を変えて、近くの三菱重工航空資料館で名物ガイドの館長さんの説明を聞きながら戦前の航空機の歴史や戦後の航空機製造技術復活の苦労話に耳を傾けました。



下の写真は、満開の桜を目指して、いざ出陣！



下の写真は、非常に珍しい小牧城の一直線の大手道。

普通の城はジグザグになっているが、信長の性格を表しています。



小牧山頂上の小牧山城（歴史資料館）は個人の寄付で建てられました。



小牧市役所の食堂で花見弁当の昼食。



近くの三菱重工・航空資料館で、名物館長さんから航空機の歴史を学びました。



支部会員の高島寛さんは元南極観測隊のヘリコプター操縦士。

南極で使った愛機（同型機）の前で。



5. 2017年5月定例会

2017年5月14日（日）「ウィル愛知」にて定例会が開かれました。開始に先立ち、12:30～「スマホPC相談会」を開催。Lineについて「南の会東海」というグループを作り、9名がグループトークに参加できるようになりました。下の写真は定例会の風景。



(1)出席者の近況報告とオブザーバーの自己紹介。

北海道滞在の前田さんから近況報告がありました。今年も北海道に行かれるそうです。

(2)お花見や同好会報告

・4月お花見平日サロン会、麻雀同好会、ゴルフ同好会の報告と予定の説明。

(3)高齢者住宅の見学会計画。

(4)この指とまれ旅行

・チェンマイ参加追加希望者あり。

・北海道→皆の予定をまとめ、可能な札幌で食事会。

(5)最近の経験談

「てるみくらぶ」の地中海クルーズに申し込み、破産問題を出発前に知ったが、航空機と船は確保されているとわかり、決行した。ホテルとオプションツアーはキャンセルされて使えず15万円ほど追加料金がかかった。はらはらしたが、いい経験ができたそうです。

定例会終了後、太閤本店・主税町店にて13名が参加して懇親会を開き、親睦を深めました。



6. 2017年6月定例会

2017年6月11日（日）「ウィル愛知」にて、南国暮らしの会・東海支部の定例会開催。

(1)定例会前に、スマホPC相談会実施。前回に続きLineの便利な使い方を練習（ボイスメッセージ、写真の送り方、トークの一部削除方法、通知音の消し方、友達名の変更方法等）

(2)定例会 1時30分～、セミナールーム5にて

①支部長挨拶・連絡事項：全国支部長会議（5/27）、南の会総会（5/28）報告。

②平日サロン会について東天紅以外にも、小牧の花見を参考に行事を追加する意見多数。

例：浜松サロン会、名古屋城見学を兼ねる、産業技術館見学を兼ねる…etc.

③久しぶりに参加の方から近況報告がありました。

④北海道この指とまれツアーの進捗状況報告。

8月下旬に北海道に滞在する方が多いので、8/26に札幌で特別サロン会を開催する。

⑤南の会の情報を共有活用するためのインターネット活用。

→以下のネットが参考になります。クリック又はコピー・貼り付けして、ご覧ください。

A. 東海支部の活動状況が見られるブログ <http://yaplog.jp/n-tokai>

B. 南国暮らしの会ホームページ <http://www.minaminokai.com/>

⑥旅の報告・写真上映

・榊原さんから台湾旅行の動画での紹介がありました。

・加藤さんから、弘前の「いなかだて」村の田んぼアート（長年行っている）の紹介や、バンコク・イラン・イギリスの写真・動画（音楽付き）の紹介がありました。

終了後、太閤本店・主税町店で懇親会。
10名参加

関西支部便り

支部長 No.501 大川 泰永

関西支部の主な活動をご紹介します。

☆3月「青春18きっぷの旅 金毘羅さん」

日 時：平成29年3月22日（水）午前7時～21時

場 所：金刀比羅宮

列車でのんびりと金比羅宮と讃岐うどんを楽しんできました。男5人のむさくるしい旅ではありましたが、それはそれなりに楽しかったです。

但し、1368段の階段はたいへんキツイです。



☆4月花見会

・日 時：平成29年4月4日（火）午前10時～15時

・場 所：桜宮公園 大川端

今年も関西支部は、17名の会員が阪急夙川駅に集まり花見の会を楽しみました。今年は3月下旬になっても真冬並みの寒さが続きました。

桜もまだチラホラ咲きに近い咲き加減です。

しかしこの日10時に阪急夙川駅に集まった皆さん久しぶりにお会いする方もいらっしやっただせしょうか。おおいに盛り上がったために、なんと5時間後の午後3時にお開きとなりました。



☆4月例会報告

日 時：4月22日（土）13:30～17:00

場 所：大阪市立生涯教育センター

参加名：48名（ゲスト含む）

①例会

・「鉄道ファン・青春18きっぷ」～谷澤誠一さん

- ・「チェンマイロングステイ」～森川建さん
- ・「健康管理について」～河南祐子さん
- ・「海外での危機管理」～大川泰永さん

②懇親会

19時過ぎまでワイワイ、ガヤガヤいつもながら、一番盛り上がった一時でした。

料理も美味しかったです。

今回は中華料理「遥華」で開催。

☆ロングステイフェア参加報告

日 時：5月13日（土）10:00～17:00
場 所：大和ハウス工業株式会社 大阪ビル 2F

- ・今年もやってきました大阪ロングステイフェア！

役員他の有志10名と様子見に来られた会員も数名いらっしゃいました。昨年は2日間でしたが、今年は1日でありました。

あいにくの雨にたたられたためでしょうか、2年連続のためでしょうか。昨年ほどの参加者には恵まれませんでした。

しかし、南の会のメンバーは、出展団体のどこよりも熱心に勧誘いたしました。

結果6月の例会は6名ゲスト参加いただきました。



☆関西支部 ゴルフ同好会

日 時：平成29年5月17・18日

場 所：鳴門カントリークラブ・徳島カントリー倶楽部

参加者：15名

- ・昨秋、台風の影響でやむをえず中止となった徳島1泊2ラウンドゴルフが、この度、快晴のもと、徳島県最古の2ゴルフ場で開催されました。

徳島県在住で、かつ両コースのメンバーである菅生様のご尽力により、ゴルフのみならず夜の大宴会まで至れり尽くせりの2日間を参加者全員で堪能させていただきました。

今回は、チェンマイから一時帰国されていた鈴木通弘様も参加され、楽しい時間を共有できたことも何よりでした。

参加いただきました老々男女の皆様、お疲れさまでした。



☆平成28年度総会・例会の開催報告

日 時：平成29年6月12日（月）13:30～17:00

場 所：大阪駅前第二ビル6F「大阪市立生涯学習センター」

参加者：38名（うちゲスト参加10名）

- ・今年の総会は森川様を議長に選任し各議案の審議をいただきました。

審議の結果、満場一致で各議案とも承認をいただきました。

また、今回は役員人事が大幅に変わりました。

退任者は有元様、坂本様、安藤様、新役員は富崎様、丸山様、平山謙佑様、佐々木様、谷口様です。

新支部長に大川様が就任され、前支部長の平山様には監事を引き受けていただきました。

①総会

全議案とも全員賛成の拍手で承認されました。

②例会

- ・「台湾を旅して」～村上加代子様

- ・「ダバオに暮らして」～ダバオ支部長 藤本晴久様
- ・「タイ国の魅力」～タイ国政府観光庁 井上朱美様
- ・「情報交換会」



③懇親会

今回は中華料理から、居酒屋「呑」に戻り飲み放題で盛り上がりました。



☆パソコン教室開催報告

日時：6月21日（木）13:30～17:00

場所：大阪市立生涯学習センター

参加者：8名

- ・今回は「サブノートを使いたおす」をテーマに実演を交えて紹介いただきました。

九州支部便り

支部長 No.651 穴見 保彦

最近、北海道でのロングステイが注目を集めているようです。

今回は、九州のロングステイの場所を報告します。

私も1か月滞在し、体験してみました。

名称：ホリデーハウス〔御園〕

場所：大分県別府市内成

JR 別府駅より車で15分ぐらいの郊外にあります。

築100年ぐらいの農家古民家を長期滞在用に改築し、自然に囲まれた中で自宅にいるような快適な生活ができ、設備が充実し、ステイには申し分ないところです。

運営は、立命館太平洋アジア大学と別府市内成地区の人です。

夜は満天の星空、田んぼの中のカエルの鳴き声が聞こえる田舎体験です。

別府と言えば温泉、秘湯、単純泉、硫黄泉、砂湯、都市型温泉、泥湯、色々な温泉が楽しめます。温泉三昧。

食のほうは、有名な関アジ、関サバ、豊後牛等食材も豊富にあります。

敷地内の野菜は自由に収穫できます。自分で植えてもOKです。

あっ、ゴルフでしたね。車で5分ぐらいのところに、結構リーズナブルに食事つき、5,000円～6,000円位でできるコースがあります。近場にも数か所のコースがあります。

人気の温泉湯布院は30分圏、仏の里國東「くにさき」半島にも1時間圏で行けます。

マイカー、レンタカーは必要です。

ペナン支部便り

No.1630 菅野 純

前・春季号以降の活動報告

4月29日 2016年度 最終役員会

於 Winter Warmers

5月11日 支部総会 出席者10名（含家族会員）+ゲスト2名

於 Daily Fish PG Sdn Bhd

5月20日 役員会 新役員の担当決め及び今後の活動計画打ち合わせ

於 Winter Warmers

6月3日 役員会 次回サロン会について
於 Winter Warmers

6月14日 サロン会 出席者14名（含
家族会員）+ゲスト2名

於 Green Garden Restaurant

ペナンの交通事情

ペナン島内には鉄道が無いので、自家用車
以外は路線バスかタクシーになります。

バスは、通常距離ではRm1.4（約40円）
ですが、MM2H取得者は半額になります。
バス停間の距離は比較的短く、徒歩でも5分
間程度毎にあり、運行本数も多く、7～8分
間隔ですが、交通事情によっては、続けて2、
3台同じタイミングで来たり、たまに10分
以上待つ事もあります（バス内でのスリ事件
の発生も有り、年に数回領事館より注意喚起
が出されています）。

タクシー料金も比較的安いので、利用する
方も多く見られます。メーター精算でなく、
乗車時に料金交渉しますが、日本の3割程度
ですが、祝祭日の混雑時には、少し高めにな
る事が多いです。ただ日本と違い、通常、空
車で流してる車は非常に少なく、多くの空車
はショッピングモールとかスーパー等、人の
往来が多い場所で待機して客待ちしているの
で、外出の際は、予め予約して迎えを頼む事
が良いと思います（予約、迎車料金は、かか
りません）。

「登録車 白タク」

1年程前から、（他国でも話題になってい
る）「Uber」とか「Grab」と、言う「登録車
白タク」が、非常に流行っています。どちら
も利用方法は、殆ど一緒ですが、通常タクシー
の半額以下程度です。

まず、無料アプリを取り込み、コンタクト
すると、Google Mapsの様に、入力地周辺
の地図が出て、その付近にいる「登録車白タク」
が何台か表示され、「行き先」を、入力
すると、受諾した「白タク」が「到着時間」
と「料金」が表示され、併せて「ドライバー
の顔写真」、「ドライバーの名前」、「プレート
ナンバー」も表示され、通常では5～10分

以内に到着します。又、領収書も翌日にはメー
ルで届きます。

夜の会食等に利用される方も多く、大変安
く、便利になっています。

（15分位の距離であれば、300円以下で利用
出来ます）

但し、Wi-Fiが通じていないと利用出来な
いので、注意が必要です。

終わりに（毎回、ご案内していますが）、
ペナンでは相変わらずコンドミニアムの建設
ラッシュが続いており、賃借料の低下も進ん
でおりますので、是非とも、物価の安いペナ
ンでのロング、ショートステイを楽しんで頂
けたらと思います。

皆様の来ペを、支部全員で、お待ちしております。



支部総会（ペナン中期滞在の東北支部 千葉ご夫婦と共に）

クアラルンプール支部便り

前支部長 No.1682 守田 章

新生クアラルンプール支部も今年8月で4
年目を迎えることになりました。この間、海外
であること、任意団体であることの宿命として、
会員の移動が常にあり会員数が増えていかな
い悩みが続いています。受け身のままでは会
員の漸減、悪くすれば再びの支部消滅の怖れ
も考えられることから、最低でも現状を維持
することを目標に支部会員一丸となって口コミ
による勧誘活動を積極的に展開しています。

7月9日レストラン「日本海」において第
4回定期総会が開催され、前年度活動実績、
決算報告が承認されました。新年度活動はサ

ロン会、ゴルフ会、訪問会員対応を通して支部会員相互の親睦を深めるとともに、訪問会員に対してKLでの魅力ある生活を理解してもらうことに努め長期滞在を促すことにしました。また、一時帰国時には各地国内支部サロン会に出席しKLの魅力を発信し続けることを確認しました。

支部発足当時とは会員構成が大きく変わっていることもあり、役員を改選刷新しました。構成は以下の通りです。宜しくお願い致します。

- 支 部 長：No.1822 酒田 充
- 副支部長：No.1819 田中 早苗
- 会 計：No.1831 西田 富男



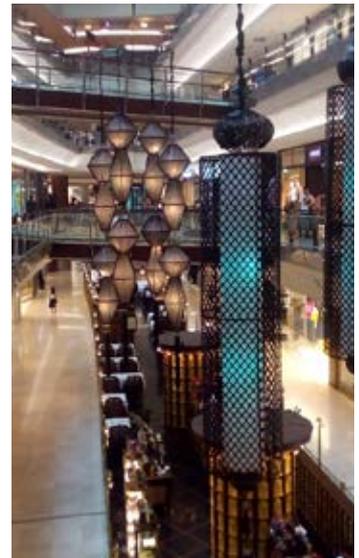
イスラム国家であるマレーシアでの最大の祝日は断食月（Ramadan）明けのハリヤプアサ（Hari Raya Puasa/Aidilfitri）です。今年6月25日、26日になりました。1カ月にわたる断食を終えた達成感を家族、友人と共に祝いします。

今年日廻りが良かったため、断食明け前の土曜日から高速道路で大規模な帰省渋滞が発生しました。片やKL市内の1週間は飲食店も閉り人通りも少なく、まるで日本の正月休みのような閑散とした状態が続いています。

ハリヤプアサ初日には各所でオープンハウスが開かれ近隣住民にごちそうが振舞われます。王宮や首相官邸でもこの日は一般に開放され食事やお土産が用意されます。

街中にはお祝いの飾り付けで溢れていますが、中国正月の飾り付けと違い大変落ち着いており、文化の違いが見て取れて興味深いも

のです。飾り付けで一般的なものは緑色と黄色の網目模様の菱形をしたKetupatを表したものです。Ketupatとは編んだヤシの葉の中にお米を入れ蒸して保存食としたもので、断食の苦行を無事に終えた喜びの儀式と重なって、この飾り付けが一般的になったとのこと。



ダバオ支部便り

No.1261 藤本 晴久

ダバオに住み始めたころ夜屋上で涼んでいると友達から“今日は南十字星がよく見える”と言われて南半球でしか見ることができないと思っていた私は驚いたものでした。それほど赤道に近いんですね。ただ日本で想像するのと違い日本の夏のほうがムシムシしてはるかに暑いし避暑に日本から夏に滞在しに来られる方もおられるほどです。日中は30度を超すダバオですが年間通して温度差がないため体は慣れてしまいます。短パンTシャツの気楽な恰好で年中いられるのは非常に楽ですし洗濯も簡単です。4月～5月は夏季になり学校は休みとなります。この時期になると家族づれで山や海に避暑に行きます。きれいな海はこの欄で何度かご紹介いたしました。今回は山（高原）をご紹介します。ここは



南国の高原

ダバオ近郊北部。一般道で約2時間の標高1,500mで日中24~22℃の高原地帯です。このエリアは観光イチゴファームや



日中でも気温は24℃

高原野菜の販売所もあり、日本で言うと軽井沢といった所でしょうか。ただ冬場に寒さが厳しい軽井沢と違い年中一定の気温です。いま観光開発が行われており小規模ながらイチゴシェイクの美味しい喫茶店やレストラン、



リゾート建築中 寒くてプールに入れない?



スペインレストラン



名物イチゴシェイク

いろいろなリゾート（遊園地？）が建設中ですし、併設したホテルも建設されております。こちらを訪れるとあまりに気持ちがいいのですぐ眠たくなってしまいます。多分夜寝る時は布団が必要ですね。この近郊はカカオの産地でもありチョコレート工場とともにカカオ博物館もあり、オリジナルチョコレートの作成もできます。私が当初海外永住を考えた要件に山と海がある場がいいと思っていましたが正解でした。ダバオご訪問時には訪ねられたらいかがでしょうか。

セブ支部便り

No.1623 田口 秀男

今フィリピンでは、南部ミンダナオに戒厳令が敷かれ激しい戦闘が行なわれており、多数の死者が出ています。

しかしここセブではそれを全く感じさせない、平穏な日々が続いていて、日本からの語学留学生も増えています。

その大きな理由のひとつが物価の安さでしょう。

ただセブでも3年程前から物価がジワジワと上がっています。一時1ペソ2.8円程に下がっていた円がこの所の円高で1ペソ2.22円に回復して来ているので、物価の上昇もある程度緩和されています。

そこで毎日の食事に必要な食品の物価を調べてみました。フィリピンのスーパーではほとんどの食品はkg単位で値段が表示されており、日本円への交換レートは今日の1P（ペソ）2.22円です。

食品の価格はkg単位で表示しました。

・牛ひき肉	170P/kg	377円/kg
・豚バラ肉	250P	55円
・鳥モモ肉（小）	102P	227円
・ジャガ芋	49P	109円
・人参	45P	322円
・キャベツ	106P	235円

- ・玉ねぎ 59P/kg 130円/kg
- ・ステーキ用鮭 595P 1,320円
- ・ビール小瓶 35P 78円
- ・タクシー初乗り 40P 89円
- プラス200m/毎 3.2P 7円

スーパーで売っている牛肉はすき焼用や、ステーキ用でも脂肪分がほとんど無く硬くておいしくありません。

1kg700～800円と非常に安いですが、日本人には不向きだと思います。

引き肉で作るハンバーグ等は結構おいしく食べられます。魚は日本で売っていない物が多く比較になりませんが、白身の魚が多く150P/kg(約330円/kg)～550P(約1,220円/kg)程と安いですね。

肉も魚もスライスしたり、切身で必要なだけ買って利用できます。

ところで、7月3日セブ支部で、台湾シャブシャブのレストランで懇親の夕食会を行いました。

セブ滞在者が集まって、ワイワイと雑談に花が咲き、途中から会員の奥様等も加わって、10人の食事会になりましたが、その代金は4,891P(約10,900円)と、日本では考えられない安さで、しかも会員全員がシニアの証明書を提示し、更にここから679P(約1,547円)割引きとなり、4,212P(約9,350円)となりました。

この店は安くておいしいと評判で、予約しないと満席で食べられない事が多いのですが、この日は全員飲んで食べて、おおいに語って楽しい食事会でした。



ドテルテ大統領になって犯罪も激減したセブは我々滞在者にとって、更に住み安くなりました。

皆様も暇を見つけて是非一度おいで頂けたらと思います。

「セブは良いとこ、一度はおいで」ですね。

チェンマイ支部便り

支部長 No.239 伊藤 寛

チェンマイは10月後半のロイクラトンまで、雨季が続きます。2年ほど前は夕方にスコールの様に雨が降るだけでしたが、不規則に大雨が降る様になって来ています。

この時期は多くの南国の果物がいたるところで販売、提供され至福のときを迎えています。食生活に関しては、この時期に関わらず、日本人は余ったら冷蔵庫で保管して翌日に食べますが、タイ人はその日その日で消費する習慣がある様です。傷みやすい、冷蔵庫の温度が下がりにくいなど、危険回避が身についているように感じています。

街は相変わらず、観光客が多く見受けられますが、長期の滞在者は少なく、コンドミニウムも閑散として修繕に精を出しています。とは言え、ハイシーズンの予約は3ヶ月を目安の滞在者を優先して考えているのか、短期の問い合わせには満室ですとの返事がありました。時期とタイミング重要な感じですね？

ランナーゴルフ場で今年の初めに募集していた1年会員募集は打ち切られた様です。今はゆったりとプレーできますが、会員1名にゲスト2名までの縛りは、11月からのハイシーズンには厳しい状況が予想されます。

ここの所、新規ロングステイの方とお会いすることも増え多少なり嬉しい限りです。まだまだコストパフォーマンスの魅力は充分にあるチェンマイですが、より快適に過ごすための準備住居、移動手段、会員権等の手配は早めが良い様です。

タイでは、確実にという意識が低いですから、全てのことに於いて、ダメだった場合の他の手立てが必要と考えておく、が快適に生活する方法だと思っています。体験されたことが、他の方にも同じ条件で提供されるか確約できないので、その時の情報とご理解ください。

その緩さが、いろいろなことに縛られず老後の人生を豊かにする。そんな余裕で是非お越しお待ちしております。

ハワイ支部便り

支部長 No.1439 塩川 亨

例年6月に南国暮らしの会のメンバーがハワイのオアフ島に集まります。

今年は16名集まりポットラックパーティ、南の会オープンゴルフ大会、サロン会、サヨナラパーティーと楽しい集いを行いました。

今年のワイキキはリニューアルされたインターナショナルマーケット、ワイキキショッ

ピングプラザ、ワイキキトレードセンターなど見るところが多く、皆さん楽しんでおりました。特にアラモアナショッピングセンターにある白木屋の1ドルビールは最高でした。

デューティーフリー内にあるカードラウンジは日本の新聞、雑誌、テレビがあり無料のコーヒー、ジュースがあり毎日行っておりました。相変わらず風が気持ちよく青く澄み切った空と海を見ながらの散歩はハワイに来て良かったと感じて帰国しました。

バギオ・パンガシナン支部便り

支部長 No.227 斎木 一

会員の皆様こんにちは。お元気ですか？私は今体調やや不良で自宅療養しています。

長時間の外出はまだ無理ですね。回復しばらく掛かりそうです。その間は支部については情報の提供程度になってしまいます。

申し訳ありません。早期回復に努めます。

部 会 伝 言 板

新たに総務部会長となりました小西でございます、不慣れですがよろしく願いいたします。

5月28日に総会が終わり、平成29年度となりました。今年度は歌田さんの代わりに小西が総務部会を担当いたします。昨年度は9名体制でしたが今年は8名体制で頑張ります、どうぞよろしく願いいたします。

【総務部会メンバー】

No.1763 小西 隆司 (部会長)、
No.1607 阿部 滋敏 (副部会長)、
No. 670 今野 力男 (支部推進)、
No. 173 平山 三雄 (支部活動支援)、
No.1225 高橋 眞治、No.1431 兼森 省治、
No.1640 川野 俊次、No.1704 北峰 康夫

【主な活動計画】

- ・第1回理事会 6月17日
- ・都庁への事業報告、役員変更等届出提出 6月29日
- ・法務局への変更登記申請 6月29日
- ・細則の定期見直し
- ・国内向け委任状の電子化検討
- ・平成30年度体制案・予算案
依頼：12月⇒検討：3月⇒承認：4月
- ・理事会開催 (6回)
第1回：6月17日 第2回：10月14日
第3回：12月9日 第4回：3月17日
第5回：4月7日 第6回：5月12日
- ・役員・支部長会議 5月26日 (予定)
- ・総会 5月27日 (予定)

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>

★チェンマイロングステイライフの会 (CLL クラブ)
<http://www.cll-thaijp.net>

★ワールドステイクラブ (WSC)
<http://worldstayclub.life.coocan.jp>

★THE JAPAN CLUB OF KUALA LUMPUR KL
 (クアラルンプール) 日本人会
<http://www.jckl.org.my/>

★北ルソン日本人会 (JANL)
<http://janl.exblog.jp>

南国暮らしの会 支部一覧

2017年9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	1027	佐藤 周司	shujisato1947@yahoo.co.jp
関東甲信越支部	1607	阿部 滋敏	abe-shigetoshi@d05.itscom.net
東海支部	1601	高島 恵	kankei@outlook.com
関西支部	501	大川 泰永	okawayasuhisa@yahoo.co.jp
九州支部	651	穴見 保彦	yasu325anami651@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	—		
ベナン支部	1630	菅野 純	Jk700115@icloud.com
クアラルンプール支部	1822	酒田 充	mysakeda@gmail.com
マニラ支部	—		
セブ支部	1623	田口 秀男	guccideo@yahoo.co.jp
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

初めて会報作りに参加して、これまで担当されてきた方達の苦勞が少し分かりました。そして多くの方の協力を得まして、夏・秋季号の発行となりました。今期は今号担当の私たち二人（下記）以外に、No.1208 澁谷幸一、No.1575 吉田博、No.1431 兼森省治、No.1733 明間崇文の6人体制で編集を行ってまいります。

さて、昨今は米、仏、韓の大統領交代や相も変わらぬ北朝鮮の挑発、世界各地で頻発するテロ等不安定な世界情勢となっております。国内では都議会選挙で都民ファーストの会の圧勝、自民の大敗となり国政にも影響を及ぼしそうな不安定な政治状況となっております。そんな中、南の会の会員におかれましては、種々状況に留意されながらも海外、国内で楽しい南国暮らしを謳歌されていることと存じます。

今号でも皆様の貴重な体験や情報をたくさん掲載することができました。貴重な時間を割いて寄稿していただいた皆様方に深く御礼を申し上げます。

会報部会としては皆様に役立つ情報を継続して掲載していくよう努力していきたいと思っております。今後とも皆様方の貴重な体験や情報を積極的に投稿していただきますよう宜しくお願い申し上げます。

編集委員

No.1323 横山正紀

No.1640 川野俊次

「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) 会報に関するお問い合わせ kaihou.henshu.iinkai@gmail.com
 - (2) メールアドレスの変更 mail.iinkai@gmail.com
 - (3) 会員関係（住所変更など） kaiin.bukai@gmail.com
 - (4) 経理関係（会費、名刺ロゴマークなど） keiri.iinkai@gmail.com
 - (5) 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。)

会報原稿、写真募集期間 年間予定

会報夏秋号	6月1日 から 7月10日迄	会報発行日 2017年9月8日
会報新年号	10月1日 から 11月10日迄	会報発行日 2018年1月10日
会報春号	2月1日 から 3月10日迄	会報発行日 2018年5月11日

原稿募集初日、BBSにて会報担当者名、送信先メールアドレスをご案内致します。

【編集委員】

No.1208	澁谷 幸一	No.1309	青木 一義	No.1323	横山 正紀
No.1431	兼森 省治	No.1575	吉田 博	No.1640	川野 俊次
No.1733	明間 崇文				

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



新旧役員・支部長



関西支部



ハワイ支部