

特定非営利活動法人

VOL.41

南国暮らしの会

2008年 夏季号



平成20年8月2日



NPO法人 南国暮らしの会

南国暮らしの会

会報2008年夏季号

目次

(敬称略) ページ

平成20年度総会

理事長就任ご挨拶	No. 712	高田 勝弘	1
理事長退任ご挨拶	No. 163	宮崎 哲郎	2
平成20年度通常総会議事録			4
20年度支部長会・役員会共催報告			5
役員・業務分担表			6
20年度委員会の構成表			7

チェンマイ支部特集

チェンマイ支部について	No. 54	山口 洋二	8
早や七ヶ月	No. 239	伊藤 寛	11
チェンマイのテニス事情	No.1081	川本 雄二	12
南国で愛犬と共に	No. 500	下田 紀美恵	14
チェンマイ医療事情	No.1008	田中 勉・美子	16
チェンマイでトライ	No.1053	加藤 ひろみ	17
チェンマイに於ける短期滞在者向けの賃貸住宅について	No. 898	濱田 朋子	18
タイチェンマイでロングステイをする動機	No.1286	関 登志子	20
海外生産の日本製品	No. 54	山口 久美子	21

一般投稿

バリ島LS視察旅行に参加して

インドネシア・バリ島ロングステイ研修旅行7日間に参加して	No.1244	金井 修二	23
“祭礼の島”バリ・ヒンドゥーイズムの体験ツアー報告	No.1161	永島 和雄	26
バリ滞在3日目	No.1275	渡邊 和夫	27
ボロブドゥールとプランバナナ遺跡巡り	No. 434	大野 悦子	29
バリ島LSお宿探し	No.1131	鶴野 富佐孝	31
バリ病院体験報告「水はやっぱり危ない」	No.1041	中西 岩夫	33
複数目的のタイとマレーシア3か月 (初級ダイビングライセンス取得の奮闘記録)	No. 957	谷澤 誠一	34

ペンショナー	No.1063	伏見 卓	38
チェンマイ マジックボランティアの思い出	No.1084	内倉 恒治	39
南国暮らしの経済モデル	No. 922	檜尾 隆之	41
男3人、マレーシア滞在2ヶ月	No.1075	三上 英司	46

シリーズ「お役立ち情報」

チェンマイ(タイ)のゴルフ事情	No. 909	鈴木 通弘	50
-----------------	---------	-------	----

投稿写真コーナー			54
----------	--	--	----

支部便り			55
------	--	--	----

部会伝言板			60
-------	--	--	----

編集後記			60
------	--	--	----

理事長就任ご挨拶

理事長 No 712 高田 勝弘

この度、平成20年度総会にて信任され、池田元理事長、酒匂元理事長、宮崎前理事長の後任として、理事長の大任をお引き受けする事に成りました。

元及び前任各理事長は当会を此処まで発展させて来た功績のある方々で、いわば当会を設立、建設する為に身を賭した方々であります。



それに引き替え私は当会の諸先輩方が築いて下さった今日迄の南の会を預かると言う立場と心得て居ります。

当会の目的である会員相互の目的、親睦を図りながら併せて南の会の国々及びその人々との親善と協力を行うを基調として、そしてそれを南の会設立の原点と考え、原点を忘れずに微力ながら優秀な理事の方々と共に会の皆様の為に、又南の会の益々の発展の為に寄与したいと思います。

私も当初は、南の会の主旨に賛同して入会させて頂きました。

そして多くの会の先輩より海外ロングステイの情報を頂き、又実際に各地に下見ツアーを行い、そこでも会の諸先輩の親身のお世話を頂き会の素晴らしさを体験した一人です。今は一年の半分をハワイで過ごし、時によりチェンマイにシーズンスティしており、海外生活を夫婦共々満喫して居ります。

さらにこの会を通じて多くの仲間と知り合い楽しい第二の人生を過ごして居ります。その会への報恩の為、今度は私も諸先輩と同じく新しく入会される方々の為に、又会の発展の為に少しでもお役に立ちたいと言う思いで会の運営に参加し奉仕させて頂きます。

さて、日本国は明治維新より戦前まで武力中心の国家主義で世界に名を馳せてき、第二次世界大戦以後はその復興ばかりでなく世界より経済アニマルと呼ばれる様な国と成りました。しかし今後は人間主義を根底に文化、教育、平和運動を推進して行く国でなければいけないのではないかと常々考えて居ります。

其の為に当会は単に年金で第二の人生を南の国で暮らそうだけではなく、若者ほど体力はないかも知れないが又そんなには長くは海外で貢献出来ないかも知れないが、若者に無い知力、知識は有ります、よって私達も日本の文化と海外の文化の交流に大きく貢献出来るのではないかと考えています。

人間当たり前の行為を当たり前の行為としか考えていなければ、それは其れまでであり、当たり前の行為をもう一步深く考えていけば、そこに感謝の念が生まれてくると思います。お互いが感謝の念を持てれば、そこに平和が訪れて来るでしょう。

私個人には力は有りませんが、そんな考えの人々が集まったならば此れから益々大きく成るであろうこの良き会を維持・発展させることができ、さらには次の世代の方々のお役に立てる役員の方々が自然と育って頂けるような土台を築いて行けるのではないかと、そんな想いでこの二年間を会に貢献していきたいと思っています。

私達の会は今や、正会員約700名(家族会員を合わせれば1000名以上)の大世帯となりましたが、南の会といえども私達会員の一人一人組織された人間の集まりです。しかも日本全国、海外各地に居住してお互いに名簿以外知り得ない人間関係になって居るのではないのでしょうか、従って各支部の地域活動が大事になって来るでしょうし、少しでもお互いの顔の見える組織運営をしていく必要が有ると考えてます。従って本部では各理事の方々の役割分担を尊重

し 自分の大事な時間と体力を無報酬で使って下さる全国海外の各支部の役員の方々にもあわせて感謝し、更に会員お一人お一人のご協力を期待し会としての組織運営を推進していきたい

と考えています。

そして共々に会の発展の為に奉仕する事を誓い、私のご挨拶にかえさせていただきます。有難うございました。

理事長退任ご挨拶

関東支部 No 163 宮崎 哲郎

皆様お世話になり有難うございました。
2008年度総会を終え、2年間務めさせて頂きましたお世話役の理事長をこの度退任致しましたので、一言ご挨拶申し上げます。

業務遂行にあたり会員並びに役員の方々には一方ならぬご協力、ご援助を賜り厚く御礼申し上げます。

2年前理事長役をお引き受けしたと同時に「裁判」を起こされるなど、前途多難な出航でしたが、そのうち順風満帆の航海が出来るだろうと気を引き締め舵取りに専念致しました。然しながら力及ばずという所で、皆様には先ずお詫び申し上げます。本来ならば「何とか任期まっとう・・・」などの言葉をとりましたが、正直裁判にあけ暮れた毎日で、自分の目指した「南の会」の理想像実現には殆ど手をつけることが出来ないほど多忙で、あっという間に2年が過ぎました。

そうした中で、明るいニュースとして

1. ロングステイが逆風現象傾向であるのに当会は会員数が前年に比べ減少することなく確実に増加している事。しかも団塊の世代の会員数が半分以上になっております。然るに類似のLSの会が会員減少傾向で困っておられます。そうした会の幹事の方の感想ですが「南の会」は暖かい南の国に特化しているからだと言われております。我々の志向は誠に適切である事の証明です。
2. 一部の支部を除き、国内・海外の支部の活動が本部を頼ることなく大変活発でそれぞれ自主的に素晴らしい運営をされている事。



MLで各支部サロン会報告を見ると歴然です。誠に頼もしい限りです。

以上ですが、これは一重に本部・支部のお世話役及び会員の方々の献身的活動の結果であり大変喜ばしいことと思います。

さて会運営に永年携わり今退任にあたり如何なるメッセージを皆様にお伝えしようかと考えましたが、やはり日頃目に見えない所で、皆さんの為に努力している「理事会・理事の活動」について詳しく知って頂くことだと考え、下記の様に纏めましたのでご理解いただき会運営にご協力賜れば幸いです。

1. 理事は本部・東京で行う理事会に出席可能な地域に住み、志願者でなく殆どが依頼され、会に対する恩返しの気持ちで無償奉仕協力される方です。従って広く全国から適任者を探したいのですが出来ず関東支部部員が主体です、しかし常に人材不足です。このような成り立ちですから、公式論は別に内部的には「理事・理事会」は会員に運営を依頼され奉仕精神で行っているため、会運営を務めるに

あたり「義務」「責任」「強制的実務遂行義務」論などを押し付けられると困惑します。

2. 一般会員と同じ会費を払い同じ目的で入会し、偶々理事になったため、会の世話と言う無償奉仕をします。理事会の年間スケジュール（8～9回）の関係で皆さんと同じ様に自由にL Sが出来なくなります。さらに理事はNPO法で無限責任を負います。

このような理由でなり手が少ないのです。特に裁判やトラブル・クレームが多いとナーバスになり就任を拒否されます。従ってむやみに理事・理事会に対しクレームをしないで下さい。会の運営に支障を来し、会が弱体化し結局皆さんの大事なL Sに重大な支障が生じる事になります。

3. 理事の中で特に総務・会員・経理・広報（ML委員・ホームページ）の関係者はほぼ毎日の業務があり特に忙しく、自分の時間の大半を奉仕に使います。

理事長はその方々に常に関わりますので丸一日仕事をしています。

「南の会」は「ボランティアの会」ではありませんが理事は会員への「ボランティア」であると強く認識してください。

4. 理事会の運営は民主的でなくてはなりませんので常に関係部会担当理事との話し合い、合意を基に行います。独断専行はありません。毎日会社のように出勤しませんので関係者が一人でもいないと物事の取り決め処理に時間が掛かります。そのため迅速性が損なわれます。昔はスカイプ会議など無く都内の喫茶店で会議をしましたのでもっと時間が掛かりました。現在は「南の会」の為に思うほど革命的なこの「スカイプ会議」の手段を多用しておりますので経費・時間が大幅に改善されました。
5. 会員数が多くなりますと、トラブルが多発します。それを理事会に持ち込み処理の依頼をしますが、「自己責任が原則」ですから先ず自分で解決するのが「絶対原則」です。理事会は「裁きの場でない」し裁判所でも有



りません。今回の裁判もこれが原因でした。専任でなく限られた人数・時間で会は運営されており皆苦勞しています。最近「NPO法人解体論」や「第2南の会創設論」が出てくる所以です。

2年前の就任時の会報において「あなた世話する人」「わたし世話される人」の意識をお互いに持つことなく、すなわちお互い「楽しむため」に「義務のシェヤー」をして下さいとお願いし、「全ての会員が主体的な意識をもち会の活動に協力して下さい。理事はそのためにお世話し奉仕しております。」等々を願いしました。先日論争となった控訴のMLで理事会・理事を「悪し様なひどい言葉」で反対論を述べた数人の方がいましたが、反対するのは結構です、しかしこうした言辞は絶対にやめて下さい。そんな方に良識を求めます。これを見て理事数人が辞任したいとの意向を示し、困っております。それが目的の投稿ならもっと悪質です。

MLでのバギオ支部長の世話役に対するお言葉「労多くして、益なし」「労多くして苦もまた多し」は正に箴言です。

以上皆さんが今「楽しまれている」「楽しむことができる」のはこうしたお世話役のこのような地道な「汗・努力」が有るからと敢えて言わせて頂くことをお許してください。

苦言ばかりで申し訳ありませんが「組織の長」の宿命かもしれません。

最後に引継ぎをされる高田新理事長に是非皆様のご援助頂き運営がスムーズに行くようにご協力をお願いし、退任のご挨拶と致します。

特定非営利活動法人 南国暮らしの会 平成 20 年度通常総会議事録

日 時 : 平成 20 年 6 月 8 日 (日) 10 時 00 分 ~ 11 時 30 分

場 所 : 東京都大崎労政事務所・南部労政会館

出席者 : 332 名 (うち欠席者の表決権行使状 284 名)

司会の菊地副理事長は、今総会の表決権所持会員数が 569 名であることから定款第 26 条により本日の通常総会が成立することを説明し、定款第 25 条の規定により議長として会員稲田聰氏(九州支部長)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、まず審議の進め方の説明を行い、引き続き議案の審議に入った。

議 案

第一号議案 平成 19 年度事業報告・決算報告・監査報告について

平成 19 年度事業報告

菊地副理事長が事業報告書に基づき、理事の定員、国内外支部の動向などにつき詳細な事業報告を行った。

平成 19 年度決算報告

渡辺理事が同年度の会計収支計算書及び貸借対照表に基づき新規入会者が予算ほどの伸びがなく期央チェックを行い支出抑制を図ったことなど詳細な決算報告を行った。

平成 19 年度監査報告

鈴木監事から、当会は同定款等に基き適切に運営され、収支計算書等はいずれも正確である旨の報告が監査報告書に基き行われた。

議長は第一号議案について賛否を諮り、賛成 332 の満場一致にて承認された。

第二号議案 監事任期満了に伴う監事の選任について

宮崎理事長から今期任期満了の鈴木剛、斎藤彰、金子良三の 3 監事から再任の意思表示があったとの報告があった。議長はその賛否を諮り、賛成 332 の満場一致にて第二号議案が承認された。

第三号議案 理事任期満了に伴う理事会の選任理事の信任について

宮崎理事長から任期満了理事 20 名中下記 16 名の再任及び下記 4 名の新理事が第 5 回理事会において承認・選任されたとの説明がなされた。議長はその賛否を諮り、賛成 330、反対 2 で第三号議案が信任された。

再任理事：渡辺義郎・宮崎哲郎・菊地功・村松幸子・大野悦子・小林孝・橋本慧・細田良子・磯崎興志・平方譲・今野力男・高田勝弘・馬場章介・島林健二・中山恒夫・浅山簇治

新任理事：高橋実・勝本隆文・永田隼人・佐々木一信

第四号議案 平成 20 年度事業計画・予算について

菊地副理事長が平成 20 年度の事業計画書案および会計収支予算書案に基き詳細な説明を行った。出席者から定款第 11 条(除名)をより行使しやすくする改訂の提案があり、菊地副理事長が定款改訂の意義・

難しさについて答えた。議長は同予算案等について賛否を諮り、賛成 329、反対 3 にて承認された。

議長は本日の総会における議案の総てが終了したことを告げ、議事の進行に関し出席者の協力を謝し、退席した。次いで宮崎理事長が、以下の説明を行い、次に総会議事録署名人として金子良三監事を推薦し諮ったところ、同氏が選任された。

理事の紹介・理事業務分担の説明

裁判経過報告

出席者 2 名からより詳しい説明を求める発言があり、宮崎理事長が補足説明を行った。

最後に宮崎理事長が理事長退任の挨拶を、高田新理事長が就任の挨拶をされて総会は閉会となった。

平成 20 年 6 月 8 日

議事録署名人

議 長

稲田 聰 

出席者

金子良三 

20 年度支部長会・役員会共催報告

日時:平成 20 年 6 月 7 日(土) 13 時~16 時 30 分

場所:東京都大崎労政事務所

出席者:関西支部松本支部長・東海支部高橋支部長・関東支部馬場支部長・九州支部稲田支部長・甲信越支部橋本支部長・北海道支部工藤支部長・宮崎理事長・磯崎副理事長・菊地副理事長・高田理事・今野理事・渡辺理事・大野理事・小林理事・横井理事・細田理事・村松理事・島林理事・浅山理事・中山理事・ハワイ大黒支部長・ペナン川崎支部長・酒匂相談役・永田新理事・佐々木新理事

1)19 年度支部活動総括及び今年度の計画について

北海道支部:情報交換会を年 2 回実施、例年支部長会後の情報交換会時、支部総会開催。今年は 6/14、40 名参加予定。会員の 9 割が札幌在住だが、札幌では会場の確保が難しくまた会場費が高いという悩みがある。1 回/年ゴルフ会実施中。ミニサロン会(2 回/年)は女性の参加者が多い。また HP を見て行事に参加する人が多くなっており、この人たちは入会される場合が多い。8 割が現役の方のため支部役員候補者の不足が悩みとなっている。

東北支部 :支部長欠席。今年度は組織の立て直しをして出直す予定との連絡があった。

甲信越支部:すでに海外に拠点を移している会員が多く、地域的問題から行事は年一回一泊懇親会を行うこととしており、19 年度は石和温泉で総会実施、本部より 3 名が参加した。交通事情の現状に伴う支部エリアの再編(関東・東海・関西に分離併合)を実現しなければと考えている。

関東支部 :新体制で新鮮な支部運営をしたいと考えている。新規会員が増加、今や 1,000 番以上の方が 70%を超すようになった。サロン会を毎月実施、人数が多く地域が広いゆえの大変さ、課題もある。下見ツアーはチェンマイ・コタキナバル・海南島・ハワイ・パリを実施。支部主催旅行時の事故時の責任体制についても考えてゆきたい。

東海支部 :定例会は例年通り 12 回/年実施、4 月は支部総会、1 月は新年会として実施。加えて平日サロン会実施、こちらは参加人数は少ないが、休日出られない人のためなので継続。いずれも face to face で話ができ、好評。ゴルフコンペ 2 回/年実施。一泊温泉旅行実施(2 回/年)。ダバオ・バギオへの視察ツアー実施(10 日間)。今年の視察旅行はハワイ・台湾を予定。会員は 100 名弱、大きな増減なく、増員策を検討中。

関西支部 :6 回/年例会実施。毎回約 30 名参加。ゲストは 5 名くらい参加。会員間の懇親度はアップしている。2 月に下見ツアー実施、22 名で KL・コタキナバル・ペナン訪問(昨年のチェンマイは 14 名)。その他、ゴルフ会・ハイキングを実施。LS に男性だけ参加の傾向があるため、ご夫妻で LS をされた方の講演とか、サロン会に女性優遇策(特別ケーキプレゼント)を実施し、効果が出ている。関西支部は地域が広いので、5 月に瀬戸内海の島で巡回例会を行い、広島・米子からの参加があった。今年度は役員を増員し 13 名で臨む予定。昼の例会、造幣局・領事館見学なども計画している。

九州支部 :昨年度情報交換会 4 回/年実施。内 7 月は支部総会、1 月は新年会をそれぞれ兼ねた。また 4 月は九州南部の会員が参加しやすいように熊本で実施した。この方式を今後も踏襲したい。尚役員会は例年総会終了後実施しており、副支部長を 2 名として 1 名を熊本在住者とした。チェンマイ・フィリピンで実施したソバ打ち会が好評であった。昨年実施したコタキナバルの下見ツアーは成果があった。今年度は台湾を予定。また山口県が九州支部に入っているが、中国・四国地区が関西支部になっていることも含め検討の余地があると思う。

その他の支部など :ご出席のハワイ支部長、ペナン支部長から支部概況のご報告がありました。また菊地副理事長から支部関連予算の配分について、宮崎理事長から支部主催ツアーの危険性とその対策に関する説明がありました。

2)役員会概況報告

* 現在係争中の裁判及びそれに関連する問題、更には新たに発生した会員間の問題など、会本来の目的からは遥かに外れた諸問題に理事・理事会が深く係らざるを得ない現状に鑑み、これら一連の苦情処理的問題は一切会としては取り扱わないという何らかの条項を細則に設ける提言が、今回酒匂相談役からなされた。

* それに対し、何らかの規制をしても「完全な線引き」は存在しないのでむしろ初めからこれら線引きはしないほうが良い。また現行細則の退会勧告条項をよほど慎重に扱う事が重要である等の意見が出された。

* 本件は理事会でも既に議論されているが、役員会の場合は、違う立場の種々のご意見を拝聴し理事会が可能な限り正しい判断を得るようにするという位置付けなので出席理事も積極的に議論に加わった。

以上 (文責:菊地 功)

役員・業務分担表

平成20年6月8日現在

理事業務分担 凡例 ; 部会長・ ; 副部会長・ ; アドバイザー 業務を分割(テーマ、期間)して行う

部門担当	氏名	業務内容
理事長	712高田 勝弘	・会総括代表・総会招集・臨時総会招集・現況情報収集・資産の管理 ・理事(役員)会招集・理事(役員)会議長・官庁関係資料の提出
副理事長		・理事長の補佐・理事長の事故又は欠けた場合は理事長の職務代行
*総務部会 (事務局)	462小林 孝 465橋本 慧 434大野 悦子 660平方 穰	・定款(会則)等の改廃・本会日常運営案の作成・予算案の作成・官庁関係資料の作成・総会、例会、懇親会、催し等の企画及び実施・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・各委員会の纏めのチェック。 ・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、資産税等々)
*支部推進部会	670今野 力男 465橋本 慧	・支部統括 ・支部活動支援 ・支部地域区分再編作業 ・支部関係規定作成。
*経理部会	60渡辺 義郎 434大野 悦子	・入会金・年会費徴収・一般収支・金銭出納記録・決算の事務 ・総会、情報交換会、懇親会、催し等の会費徴収協力及び会計処理、 ・会費納入票回送
*会報部会	732馬場 章介 900島林 健二 60渡辺 義郎 470細田 良子 1125佐々木 一信	・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。 ・会報等の送付先の掌握及び宛先シール作成。
*調査部会	900島林 健二 281村松 幸子	・賛助会員資格審査・ダイレクトメール等々の審査・会員意識調査 ・外部機関からの調査依頼(アンケート等)書等の解答原案作成・その他
*厚生部会	888勝本 隆文 470細田 良子 999中山 恒夫	・対象国の医療、介護及び施設等の調査、・リタイアビザ再調査(内容の洗い直し) ・南の国関係の居住地情報収集(関係不動産物件調査、対象国のホテル、旅行社等の協定を会員に啓蒙)・ツアー等の企画及び実施、・その他
*広報部会	1089浅山 簇治 670今野 力男 281村松 幸子 735高橋 実 712高田 勝弘	・「南国暮らしの会」ホームページ作成/修正/保守 ・メーリングリスト管理・新規会員拡張対策・寄付金募り啓蒙 ・他機関への投稿・新聞、雑誌等の関係情報収集 ・南の会の対外的広報活動・マスコミ取材関係口、 ・会員(出来れば全会員)へのインターネット、Eメール等の普及啓蒙。
*会員部会	923永田 隼人 999中山 恒夫 1125佐々木 一信	・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発送・会員対応。 ・会員名簿作成・南の会必携編集作成。・問合せ向け「南の会」案内書編集作成。 ・体験滞在取次・会員からの情報収集。・会員証発行。

監事 業務分担

監事	22齊藤 彰 315鈴木 剛 512金子 良三	・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。
----	-------------------------------	--

注1 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。

注2 各業務担当理事は各部門の新年度事業計画及び予算申請を3月末までに行う。

相談役 業務分担

相談役	24酒匂 景輝	・会運営のキャリアを活かし理事長及び理事への支援。その他。
-----	---------	-------------------------------

顧問

顧問	18木村 義光	
----	---------	--

業務についての問い合わせ

役員への業務に関する質問、問い合わせ、要望などは、ご自分の会員番号、氏名、メール・アドレスを明記の上、原則メールで下記のアドレスあてにご連絡下さい(F A X、郵送の場合の宛先は会報の奥付記載を参考にしてください)。尚、各担当役員はL S、旅行等で不在の場合があり、返事に時間がかかることがあります、予めご了承下さい。

問い合わせメール・アドレス : home@minaminokai.com

20年度委員会の構成表

平成20年6月8日
NPO法人 南国暮らしの会

- *委員会について**（委員の委嘱状は発行しない。但しこの委員会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、副委員長は理事会において選任し、長はその任を遂行する。
 - ・委員長、副委員長は理事が兼務し、当該部会に委員会の議事録にて経過報告を行う。
 - ・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。
出来るだけ有識会員の意向も取り入れた会発展に寄与する人選をする。
 - ・委員会は出来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事もある。
 - ・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。

委員会及び構成員 凡例： 委員長、 副委員長、 アドバイザー、 *理事以外

企画委員会	712高田 勝弘 462小林 孝 465橋本 慧 163宮崎 哲郎 259菊地 功 *24酒匂 景輝
総務委員会	465橋本 慧 462小林 孝 434大野 悦子 660平方 穰 60渡辺 義郎 163宮崎 哲郎 259菊地 功 *24酒匂 景輝
規定・必携編集委員会	462小林 孝 712高田 勝弘 259菊地 功 163宮崎 哲郎 923永田 隼人 *24酒匂 景輝
支部推進委員会	670今野 力男 465橋本 慧 586磯崎 興志 *18木村義光 712高田 勝弘 163宮崎 哲郎
経理委員会	60渡辺 義郎 434大野 悦子 *1168迫野 正彦
会報編集委員会	732馬場 章介 900島林 健二 60渡辺 義郎 281村松 幸子 465橋本 慧 470細田 良子 1125佐々木一信 *240菊地 範夫 *1256大塚 眞一
調査委員会	900島林 健二 281村松 幸子 *1068山科 滋雄
医療介護調査委員会	999中山 恒夫 470細田 良子 586磯崎 興志 888勝本 隆文 *110藤本 靖人 *1161永島 和雄
広報委員会	1089浅山 簇治 今野 力男 712高田 勝弘 281村松 幸子
HP委員会	1089浅山 簇治 735高橋 実 470細田 良子 900島林 健二 923永田 隼人 *996歌田 晃一 国内各支部より1名
メール委員会	670今野 力男 60渡辺 義郎 *80阿部 功 *625工藤 俊一 *111堀江 幸博
会員担当委員会	923永田 隼人 999中山 恒夫 1125佐々木一信
特別委員会	事業拡張調査委員会 停止中
	苦情処理委員会 都度任命
	特別委員会 163宮崎 哲郎 259菊地 功 586磯崎 興志 712高田 勝弘 465橋本 慧 462小林 孝 *24酒匂 景輝

チェンマイ支部特集

チェンマイ支部について

チェンマイ支部長 No.54 山口 洋二

チェンマイ支部には、現在 11 組 20 名の会員が所属しており、日本国内 7 個、海外 4 個の計 11 個の支部の内、サロン会を毎月定期的に開催しております国内外 4 個支部の内の一つで、しかも唯一の海外支部であります。

年間のサロン会参加者数は関東支部の年間参加者数 783 名の約 4 割の 314 名を数え、ほぼ東海支部に匹敵する活動を行っております。



ドイステップを望む

ところでチェンマイ支部とはどのような支部なのでしょう、

南国暮らしの会定款には、その目的として「年金等で豊かな老後生活を楽しみ、安心して適切な介護、療養を受けられる地域を調査・開拓しさらに啓蒙・斡旋しその成果を、会員及び広く国民に普及するほか、会員相互の交流・親睦を図り等々」と書かれており、かつ細則には「南の国々に健康的で楽しい生活の場を前向きに検討している会員及び海外居住者が、楽しく過ごすために体験滞在や情報収集・提供を通し会員相互の交流を図り、会員の夢の実現と親睦を目的とする」と書かれております。よって当然のことながら国内支部の活動は、この目的に沿って「海外生活をするための情報の提供」を第



ロイクラトーンの様子



市内北側を望む

一義として活動されておりそれに尽きると思います。

しかしながら海外支部に付きましては、支部会員は既にその夢を実現された方々をもって構成されており、国内支部と同じ目的では支部活動は成り立たず、自ずと支部の活動重点は異なるものが必要となります。

このためチェンマイ支部も支部独自の異なる重点を設定し活動を行っております。

それは細則の最後に書かれております「海外居住者が楽しく過ごすために情報収集・提供を通じ会員相互の交流を図り、親睦を図る」を第一義として活動をするということです。

よって私どものサロン会は、支部会員の「チェンマイ生活をより快適にかつ楽しく有意義にす

るための情報交換（ショッピング・美味しいレストランの場所、日本食材等、コンドあるいはビザに関して等いわゆる生活等情報の交換）」を主体として活動しようとしております。

私自身は、普段余り接触のない支部会員の方とも月1度サロン会にて会い、親しく話を交わす機会をもてるのも、自分自身の交友範囲を広げる意味でまた有意義かなと思っており、楽しみとしております。

しかしながら、一部の会員の方は、海外居住の夢を実現された現在『今更会から何ら得る物が無い。現地に友達も出来たし、これからは十分自分の力で生活できる』と思われるのか、あるいは支部活動に対する不満等からか退会をされる方がここチェンマイにも毎年のように居られるのは残念です。



サロン会の様子

ところで、チェンマイに体験滞在あるいは比較的短期に滞在される会員の方々に、支部は如何に対応しようとしているのでしょうか、

それは春季号の支部便りに記載しております。熟読し理解していただければと思います。

尚サロン会等に集まれば、支部会員は生活を営んでおりますので生活情報や世間話が主体に、方や短期滞在者等は滞在を楽しむための情報やチェンマイでの体験が主体になるといった話題の違いがあり、このため支部会員の話題に入っていく難いといった面があるかと思いますが、臆することなく積極的に支部会員から情報入手することに心がけていただければと思います。

私どもはあなた方の知らない生情報を沢山もっています。

しかし私どもから積極的に情報を開示するこ



サロン会の様子

とはありません。なぜなら皆様方それぞれの細部ニーズが分りませんし、かつ私どもは物知り顔にてお話しすることを好まれない方々ばかりだからです。しかし訊いていただければ支部会員の方は必ず親切にお答えします。

情報は与えられるのを待つのではなく自ら勝ち取って下さればと思います。知らなければ損をすることはあっても得をすることは一つありません。聞くのも聞かぬもあなた自身です。全ての結果は自己責任で。これが海外生活を実施する上での合言葉です。

又一概に海外支部と申しましても、それぞれの地域や支部会員数等により、支部の活動重点も異なってまいります。これはあくまでチェンマイ支部の場合でありますので誤解なきようお願いいたします。

次にチェンマイ支部の会員とはどういう方々なのでしょうか

チェンマイ支部に所属しております会員は、全員その濃淡はありますが日本国内のそれぞれの地域の支部に所属しております。

よってわれわれは日本国内のそれぞれの地域の支部に所属しておりながら、チェンマイ支部にも所属しているといういわゆる2重会員であるというのが実態です。つまり日本にいるときは、それぞれの地域の支部に所属し、海外にいるときはチェンマイ支部に所属しているというわけです。

ではどのような条件があれば、チェンマイ支部会員となるのでしょうか。

只単にチェンマイに何度か滞在をすれば会員

となるのでしょうか、又は1年のうち合算で半分以上、あるいは半分近くチェンマイに滞在さえすれば会員となれるのでしょうか、

現在のところ海外支部会員の条件については、本部の定款等に特に規定はなく、定められたものはありません。そこでわれわれチェンマイ在住の会員でもって勝手に決めております条件は、

- ①1年ビザをもっていること。
- ②チェンマイに1年の内半年以上居住していること。

以上2つの条件をクリアした人をもって支部会員としております。よって1年の内半年以上滞在しておられなくても、1年ビザをもっておられない場合、あるいは1年ビザをもっておられなくても半年以上滞在しない場合は、支部会員とは認めておりません。

それでは支部会員と非支部会員では、こちらでの対応に何らかの違いがあるのでしょうか、御心配なさらなくても結構です。全く違いはありません。

只チェンマイ在住私達ロングステーター者の認識の差、長期滞在者か一時的滞在者であるかの認識の差しかありません。つまり単なる格付け、分類分けにしか過ぎないということです。

尚支部会員数は、ここ最近はずいぶん増加傾向にあり、良き仲間が増えつつあることを喜んでおります。

最後に**支部としての活動**は、『仲良く・喧嘩せず』をモットーに大きく2つ

- ① 4月を除く毎月のサロン会の実施
- ② 同じく4月を除く毎月の昼食会の実施
(参加資格:女性のみ)

以上の活動をしております。

尚私どもは、チェンマイでいかに過ごされるかにつきましては、『各人の問題である』との認識から支部活動としては取り入れておりません。支部会員はもちろんチェンマイに来られます皆様が、自ら個々に開拓していただければと思います。



サロン会の様子



食事会の様子

それでは機会がありましたら一度チェンマイにおいでください。そして是非サロン会や食事会に参加していただければと思います。出来れば参加人数が比較的少ない5月から10月までの時期を選ばれてお出でいただければチェンマイ支部の雰囲気等を十分に肌で感じることができると思います。

私どもは、皆様をいつでも歓迎いたします。



早や七ヶ月

チェンマイ支部 No.239 伊藤 寛

治安が良いと初代鈴木支部長奥様の言葉が印象的でした。

友人が温泉で知られてるサンカンペン地区に児童養護施設を開設したこともあり、年に二回程訪問するようになりました。

2月(第一土日)のフラワーフェスティバル(花祭り)。土曜日8:00からの美人が乗った花で飾りたてた花の山車のパレードは圧巻です。

11月(タイ暦の満月因みに本年は12日)のロ-イ・クラトン祭り(灯籠流し)。ビン川に願いを込めて流す数え切れない灯籠の灯火。夜空に浮かぶコム・ローイ(あんどん型の熱気球)。夜の灯籠パレードと盛りだくさんの催し物。

昨年一月二月(観光ビザ60日)滞在の折、銀行口座の開設、滞在用のコンドの契約を終える。また、犬にかまれたり、帯状疱疹が出たりで、チェンマイ・ラム病院で治療経験。

十月に日本でロングステイオーAビザ取得(新年号56ページを)。

11月13日からチェンマイ入り、早いもので七ヶ月すぎました。

まずは町の探索をすると、各種の露店、金メッキ屋、靴カバン修理屋、足踏みミシンでの洋服修理屋(ズボンのすそ上げ20B)。時計店でダイバーウォッチの竜頭のピンが折れたのを修理(120B)。自動巻き、手巻きは大体修理可能(修理見積もりだしてくれます)。

こちらではなんでも捨てないで直すのが基本のようです。

シネコンの映画館(平日70B)で王様賛歌が流れると全員起立その後本編が始まります、冷房が強く、途中で帰ったこともあります。300人収容でいつも20人位。

毎週土日はフリーマーケットで掘り出し物探し。

疲れで腰が痛くなると盲人会館でマッサージ(100B)。西洋人が多く、どこかの本に載っているのかな。



日本の国際自動車運転免許証をタイ免許証に書き換えるに、健康診断書が必要で、教えてもらった医院の受付にパスポートを提示すると、その場で書いてくれました(30B)。書類揃え陸運局に行き、書き換える。普通とバイクの2種類(計360B)。

こちらでは無免許で、自分で用意した自動車、バイクを陸運局まで運転し実地試験を受け、不合格でも、無免許運転して車を持ち帰るそうです。

一昨年11月中旬にメーホーソンで一泊しクンユームから車で走ること30分位のメーウコー山のドーグ・ブアトーンへ。メキシコ向日葵がすばらしかった。

チェンマイからクンユームまで山また山、九十九折の山道の山岳地帯の行程。それを忘れさせるほどでした。

私は基本的には何もしない、きょうの仕事はあずに延ばすの生活です。

脳細胞を早く退化でなくタイ化するとストレスもなく、血圧も安定、快調の毎日です。

チェンマイのテニス事情

チェンマイ支部 No.1081 川本 雄二

私は3年前から、念願のロング・ステイを家内と開始しています。18年くらい前から、こうすることを念頭において、世界各国を見て回った結果、当面のステイ地をチェンマイとキャメロン・ハイランドに決めました。総合的にはチェンマイの方が好きですが、チェンマイの暑さや煙害を避け、日本の寒さと花粉症から逃げるために2月から4月はキャメロン・ハイランドにステイしています。

チェンマイには6月から8月と、10月から12月の合計6ヶ月間、ステイしています。残り3ヶ月は日本に帰国という渡り鳥生活です。

さて、今までに、2度、当会報に投稿依頼があり、投稿しましたが、今回は、標題についての投稿依頼があり、取りまとめてみました。

まず最初に、我々のチェンマイでの生活の様子について、触れておきます。

住まいは、年間契約しているアパートです。チェンマイ大学表門の近くですが、買い物も、交通も大変便利なところ。ゴルフとテニスが、日常の活動の中心ですから、ゴルフ場やテニス・コートに近い場所に住んで居ます。

朝食と夕食は、自炊することが結構、多いです。朝食は、ご飯に味噌汁、夕食は友人と会食する時や家内と外食する時以外は、和食中心の惣菜を自炊しています。昼食は、ゴルフ仲間やテニス仲間とタイ料理を会食します。

週のうち、3-4回、ゴルフをしています。テニスは、週のうち、3回です。

ゴルフはランナー・ゴルフ場の会員で、ゴルフクラブはロッカーに預けてあるため、身軽に、赤ソングテウに乗って、10分以内に到着します。テニスは同じアパートに住むテニス仲間の家用車で送迎してもらっています。こちらもおよそ10分で到着します。

さて、本題に入ります。

1. チェンマイのテニス・コート事情

チェンマイには、おそらく20箇所以上のテニス・コートが、あるはず。です。

日本は、今はオムニ・コートが主流ですが、チェンマイは、すべて、ハード・コートです。ほとんどのコートは夜間照明設備をそなえています。多くのタイ人・プレーヤーは、朝や昼はプレーせず、夕方から夜にかけてプレーします。多くのコートでは、夕方以降は予約で埋まっていて、コーチ付でレッスンする人が多いです。

逆に言うと、朝は、いつ行っても、予約無しでプレーできます。コート使用料は1面1時間が50-80バーツ程度(200円程度)です。

以下は、私がプレーしたことのある4つのコートです。

① 700年記念運動公園

ここは、公営の巨大な運動施設で、陸上競技場、50m競泳プール、体育館などがあり、テニス・コートも11面あります。ここが、我々のテニス仲間の本拠地です。

チェンマイのダウンタウンの北西のやや郊外に位置し、アマリ・リンカム交差点から15分くらいです。



② アナンタシリ・テニスクラブ

ここは、私営のテニス・クラブで、6面のコートがあります。我々のテニス仲間の第2コートで、700年記念運動公園が、大会などで、使用できない時に使います。場所は、アマリ・リンカム交差点から、スーパーハイウェイ行き、グランド・ビュー・ホテルの、もう少し先にあります。

③ アマリ・リンカム・ホテル

ご存知、アマリ・リンカム・ホテルの中のテニス・コートです。1面だけですが、宿泊客は無料で使用できます。旅行で行く時に、手軽にテニスをやりたい方にはいいと思います。



④ チェンマイ・ランド・スポーツセンター

チェンマイ・ランドはダウンタウンの南方にある歓楽街ですが、その中に25mプールと、3面のテニス・コートを持つ、私営のスポーツ・センターがあります。チェンマイ・プラザ・ホテルなど、ダウンタウンの南側に泊まる場合は、ここが近いです。



2. チェンマイのテニス仲間

私は、一昨年から、このグループに参加させてもらっています。

このグループは、日本人を中心にして、テニス愛好家が自然に集まってできたように理解しています。南国暮らしの会とは特に関係はありません。メンバーは季節によって変動しますが、少ない時で、8名、多い時で、16名くらい集ま

ります。延べ人数で言うと、20名を超えます。

このグループ以外に、チェンマイで、まとまってテニスをやっている日本人グループは、おそらく無いと思います。メンバー構成は、1人の白人と、2人のタイ人以外は日本人です。チェンマイに住んでいる人は、9名で、残りは、我々も含めて、シーズン・ステイヤーです。夫婦での参加は6組、12名で、残りは男性のみの参加です。つまり、ピーク時でも、女性は最大で6名しかいません。女性のメンバーが、もう少し、増えて欲しいです。

年齢構成は、タイ人は30台、40台と若いですが、日本人は、50歳後半から最長老が73歳です。正確には、判りませんが、日本人の平均年齢は60歳台の前半です。50歳台は私を含めて4名ですが、60歳台の前半が多数です。73歳の長老は別名、鉄人73号と呼ばれるスーパーマンで、この方の年齢と元気さは別格です。

さて、テニスの技術レベルですが、日本のアマチュア・トーナメントで、優勝するような、突出して上手な方はいませんが、逆に、初心者もいません。ほどほどに、ゲームができれば、問題なく参加できます。このグループは、あくまでも、テニス同好者の集まりで、来るもの拒まず、去るもの追わずのスタンスですから、気軽に参加できます。入会金も無く、都度、コート代とボール代を実費精算しています。安い遊びです。

毎週（土）、（日）、（火）の9時から11時半の間、700年記念運動公園のテニス・コートで、やっています。コートはいつも空きがあるので、人数に応じて、2面－4面を、その都度、借ります。ボールは幹事が用意してくれます。

終了後は、皆さんで、レストランへ移動して、昼食を一緒に食べます。ビールが好きな人は飲みますから、毎回、ミニ宴会のようなものです。

3. 気候とテニス

我々は、チェンマイに、雨季3ヶ月、乾季3ヶ月間ずつつステイしています。

乾季はもちろんですが、雨季も雨でテニスが流れることは、まず、ありません。午前中に雨

が降る確率が少ないからです。私、個人的には、雨季のチェンマイが好きです。曇天が多いため、日本の夏のような猛暑は無く、日本よりも過ごしやすく、かつ、スコールで、午後や夜に雨が降ってくれるため、空気が洗浄されて綺麗になるからです。雨季は暑くないとは、言いませんが、充分、テニスができる気候です。でも、この時期は、日本からシーズン・ステイに来る方が減り、ホテルなども安いので、是非、皆さんにいらして欲しいと思っています。乾季は言うまでもありません。空気が汚くなるという欠点を除けば、気温も下がり、快適な気候になるため、テニスをやるには、良いシーズンです。しかも、郊外の空気は綺麗です。この時期は、日本は寒いですから、シーズン・ステイヤーがたくさん、来チェンされます。

さて、ここまで、チェンマイのテニス事情を書いてきましたが、ご参考までに、私がチェンマイを気に入っている理由を要約します。

- ① ゴルフが安くできる。(ランナー・ゴルフ場のメンバーのグリーンフィーは330円)
- ② 海外だけれど、そこにテニス仲間がいる。
- ③ 全体に物価が安い。(私のアパートは2LKですが、大変安いので、年間契約しています)
- ④ 日本の暑さ、寒さ、から逃げられる。
- ⑤ 食事やビールが安くて美味しい。
- ⑥ マッサージが安い。

最後に、もう一度。

チェンマイでも、テニスをする環境はあります。仲間も居ます。テニス同好の士は、気軽に、いつでも参加してください。特に、夫婦連れの方、大歓迎です。

南国で愛犬と共に

チェンマイ支部 No.500 下田 紀美恵

チェンマイへ移り住んでから早や4年の月日が流れました、いつも南国のまぶしい太陽の下で時の過ぎゆくままにのんびり暮らしています。チェンマイへ来られた方が驚かれる事の 하나가ノラ犬がとても多い事の様です。

町の至る所でノラ犬の多くは道端や寺院の境

内に寝そべって、暢気そうに顔つきも心なしかのんびりと、けだるい午後を過ごしています。

我が家には日本から連れて来たマルチーズ犬(メス10歳 名前はモモです)がいます。

性格は寂しがり屋で甘えん坊、もし人間だったら激しい恋をしそうなタイプ(情熱的)。モモは日本でもチェンマイに住んでからも病気をした事が無く至って元気……

チェンマイには予防注射をしていない様な犬が多いので、動物病院での用心の為の健康チェックは欠かせません。治療方法は日本と全く変わらず、診察そのものは個々の病院で多少の違いは有る物の親切丁寧な治療をして貰えます。動物病院は沢山有り必要な医薬品の他、ペットフード、間食用おやつ、グッズ等も扱っています。

グッツと言えばチェンマイも12月にはかなり特に朝夕は寒くなり気温も下がって、犬達も洋服を着込んでいる姿には初めは正直びっくりしました。動物病院での治療費は症状にも依るでしょうが日本の3分の1位です。

*全身のチェック、ノミの薬、フィラリア、耳掃除、爪切り……500バーツ(日本円で¥1,700位)

*5種混合ワクチン、狂犬病予防注射……………
1,000バーツ(¥3,300位)

*トリミング(体毛カット)……………
200~300バーツ(¥1,000位)

時には皮膚病にかかっている犬がいたり、飼い主なのに怪我をしても病院へ連れて行かなかつたり。タイ人は動物を可愛がる割に余り管理をしない人が多く不思議です。それにタイの人達は物事を深く考える事が苦手の様で何事も有るがままに受け止めると言う風習が強く犬の怪我も、そのうち何とか治るだろうと考える様です。

希に犬に嘔まれたと言う話を聞きますが、タイ人は犬を虐待したりしないので総体的におとなしい犬が多い様です。

犬も人を見るのでは……犬の体が汚れても毛が伸び放題にボサボサでもマイペンライ(気にしない)。そこが、おおらかと言うのかタイ人らしいと言う人もいますが、怪我の治療もし

ないで傷ついたままの足を引きずったり、いつ洗ったか解らない位に汚れた犬を見ると、待て～！待て～！とシャンプーを持って追いかけてくなくなる時があります。

我が家はピン川沿いに有る12階建てのコンドミニアムで、4年前に住み始めた頃はコンドでも犬を飼う事は出来ましたが、これから住む人は飼う事は駄目に成りました。他のコンドでも飼う事は出来ません。中には内緒で飼っている人を時々見かけますが、コソコソと肩身も狭い思いをして飼ったら犬もかわいそうですし、タイ人は気持ちがおおらかなので咎める事も少ないので余計に気が重く成ると思います。チェンマイで犬を飼うとしたら一戸建てに住む以外に有りません。友人の中にも飼いたいと言う人はおりますが、コンドミニアムに住んでいる為に皆さん我慢をされている様です。一戸建てで飼っている方もおります。暑いタイで犬を飼う事に初めは不安と戸惑いで一杯でしたが（案ずるより生むが易し）、日本であろうがタイであろうが何処に住もうとも飼い主とずーっと一緒に暮らせる事が一番のシアワセ（猫は家に付き犬は人に付く）です。

南国での犬の散歩も気を使います。多少の四季が有るとは言っても日中の気温は一年を通じて30度前後ですので、アスファルト道路は熱したフライパン状態に成り、自然にその時間帯は散歩も控える様にします。日中は暑くても朝夕の涼しい時間に散歩に出掛けコンドの近所を歩いたり（ピン川沿い）、週に2～3回位、車で20分程の運動公園へ連れて行きます。公園に着くとシッポを振って目が生き生きとして来ます。仲良しに成ったワンちゃん達に会えるのも楽しみの一つです。チェンマイは狭い町ですが散歩に適した公園が何カ所か有ります。

*チェンマイ大学構内・・・広大な場所に樹木が生い茂る心安らぐ空間。しかし残念ながら最近構内での犬の散歩は一部禁止に成りました。

*スワン・スカパーブ公園・・・園内の一部で



は森林浴気分が味わえる広々とした運動公園で、ジョギングやストレッチをしている人々の姿が見られます（園内のコンベンションセンターではコンサートやイベントが催されます）。

*ブアック・ハット公園・・・お濠の内側に有る、こじんまりした公園（2月の花祭りのメイン会場）

*ラーマ九世公園・・・町の中心から少し離れた場所に有り広々としているが園内の整備は今ひとつ。

朝夕モモがスキップ？をしながら楽しそうに散歩している姿を見るに付け、近所のワンちゃん達も（楽しそうだな～オイラも行って見っかな～）と少しずつ散歩をする様に成り、排泄ウンチも不慣れな手つきで始末する光景が時々見られます。しかし実際に町中で見かける犬の数から比べると暑さのせいもあるでしょうが散歩をする犬は少ない様です。最もノラ犬はいつもフラフラと歩き回っていますので散歩をしている様なものです。

散歩をしていると近所のホテルのドアーマン、レストランのコックさん、オカマバーの怪しげな美女達？etc・・・あちこちからモモ～！モモちゃ～ん！！と声が掛かりモモはクリクリ目を更に大きくして、とても嬉しそう楽しいワン～。

人間の勝手に仲良しだったワンちゃん達と別れ異国の地に連れて来てしまい、いつも心の中で、ごめんねと謝っています。

モモは我が家の第一夫人と主人はいつも言います。私も、いつまでも第二夫人として元気で出来る限りの愛情を注いでマイペンライの国を愛しタイの人々への感謝の気持ちを、いつも忘れずに漂えど沈まずにモモと共に悠久の時をのんびり過ごして行きたいと思っています。

チェンマイ医療事情

チェンマイ支部 No.1008 田中 勉・美子

毎日朝・昼・夕方と必ず血圧を測り自分なりにチェックする夫が、二月のある日「今日は朝から脈拍が高くて下がらない。」と心配そうに話し、二、三日まえから風邪気味だったからその為かと思いつつも「病院に行ってみよう」ということに・・・

ドクターチェックで即入院それもICUに・・・！！

あれよあれよという間に主人の体には、点滴が数本、心電図などなどのチューブに繋がれ日がたつにつれ気のせいかわ弱って病人らしくなる夫・・・

それから十日間ほどあらゆる検査と治療を受ける事になりました。

此方での医療技術、設備などは素晴らしいものだと感じましたが、一番問題なのは言葉の問題の様に思います。

病院には日本人通訳が必ず居ますが、説明やちょっとした微妙な所の意思の疎通が上手くいかなかったように思います。

主人の場合はすぐには日本に帰る飛行機には乗せられないし、医師同伴でないと帰せないと言われましたので、此方での治療選択するのか？日本での治療を無理にでもお願いするのか？不安と心細さの中で選択しなければなりませんでした。

結果主人の場合心臓以外に気になるところが幾つか見つかりましたので帰国して検査、治療することにいたしました。

私達はハワイに四年、チェンマイに二年半と健康に楽しくロングスティを謳歌していて、今回のような事は初めての経験となりました。

ハワイの時はアメリカでの医療費の高額さを聞いていましたので、カード付帯保険を延長して旅行者保険にも入っていましたが、タイでの医療費は安いと聞いていたし今までに一度も保険のお世話になっていなかったこともあり、不注意にも今回保険には入っていませんでしたので全額自己負担になりました。

ちなみに十一日間のICUでの入院、治療費すべて含めて約170,000 B、二日間の個室料金は一泊5,000 Bでした。

チェンマイの医療事情

東南アジアの中でもタイの医療レベルは高いと評価されているようです。

設備に関しましてもレントゲン室・CT・MRIなどの医療機器も充実したものですし、検査システムもしっかりしたものだとお聞きしました。

病室や待合室などとても綺麗に整っています。個室の設備はすばらしく広さもありサービスも充実したものでした。

食事に関してはラム病院では外からのデリバリーシステムでレストランの出前メニューから選びます（日本では考えられない）。私の場合はお弁当を作って運んでいました。

ドクターは中国系タイ人が多くアメリカ・シンガポール・イギリス・日本で最新医療の研修を受けておられるようです。先生方はとてもフレンドリーで熱心に治療に当たっていただけのように思います。

言語はタイ語と英語ですが主な病院には日本人通訳のスタッフが常駐しています。

医薬品は日本と同じ物もあるようですが、ない物も数多くあるようですので、持病のある方は薬の名前や使用目的などを英文でお持ちになった方がよろしいかと思います。

医療費に関しましては病院によってサービス（薬のみ60歳以上は10%OFFとか）、金額には多少の違いはあるようです。

海外旅行保険のキャッシュレスサービス（治

療が日本時間の土曜日・日曜日・祝日に掛かる場合は立替が必要な場合があります)、国民健康保険請求書類の作成など主な病院ではやって頂けます。

私共はお陰さまで日本での検査も終えましてお薬での治療が効果を得まして又チェンマイに戻っておりますが、今も二週間に一度の血液検査にドクターチェック・一ヶ月ごとにお薬を頂くに病院に行っています。

今回保険にも入りましたが主人の場合は持病という事で、これに関しては保険料は下りません。

検査だけの時は1000Bほどでお薬を頂く時は2800B支払っています。

日本では海外出国手続きをして来ていますので国民健康保険料は払っていませんので保険料と思えばいいかと納得しています。

主な病院

チェンマイ大学付属病院 スワンドーク門近く
シーパット病棟 (外国人専用フロアー)

053-946900

歯科専用

053-944491

チェンマイラム病院 センタンの裏

053-895001

ランナー総合病院 ハイウェー沿い

053-357234

ラジャブエー総合病院

053-801999

最近やっと元気を取り戻しうれしそうにゴルフに行く主人を見て幸せを感じるとともに健康でなければと改めて感じる今日この頃です。

このたびの事では日本から心強いアドバイスをしていただきました磯崎先生、病院に来て頂いたり励ましのお電話を頂きました南の会の皆様にこの場をお借りいたしまして心よりお礼を申し上げます。

チェンマイでトライ

チェンマイ支部 No.1053 加藤 ひろみ

「お母さん、タイに行ったらゴルフをやろう。」ゴルフ暦40年の主人が勧めてくれました。私もそれに気になって、用意してもらったハーフセットを荷物に加えて、2006年12月15日チェンマイでロングステイを始めました。

当初の4~5ヶ月、ゴルフの練習はやる気が起きなくて、日本から様子を見に来た兄や遊びに来た友人たちと市内はもちろんスコータイ、ピッサノロック、チェンライ等の観光に出かけたし、出張でタイに来た息子に会うため、主人とパタヤまで足を延ばしました。バンコクから路線バスで、宿泊先のシラチャーで息子に会うことが出来ました。その翌日南パタヤまでバスで行きワット・プラヤイで心地よい風の中で仏像を拝みました。次はソントウで北パタヤの名所サンクチュアリー・オブ・トゥルースへ行ってみました。それは謎の木造巨大建築で圧倒され見応えあるもので、その場から去り難かったくらいです。

そこで、同世代のロングステイヤーご夫婦と偶然お会いしてお茶を飲みながら、パタヤの様子を聞かせてもらいました。そのご主人がスクンピット通りのバス停まで、オートバイで送って下さいました。それもわざわざパタヤ海岸を通っての気配りでした。感謝。でも3人乗りは怖かったです。ハラハラ、ドキドキのパタヤでしたが無事旅行してチェンマイに戻って来ました。

タイ食に、甘い、辛い!、酸っぱい、ソムタム、ガイヤーンと慣れてゆき、市内を徘徊しておりました。半年を過ぎた頃からゴルフの練習を始めました。初めの計画では2008年1月がゴルフデビューだったのですが、いまだ果たせず、コーチ(主人)からなだめすかしてもらった練習です。現在は、構えたまま動けずの状態から抜け出せたかなと思っています。練習場で、たまに会う方から「コースに行く気になったらご一緒しましょう。」と誘って頂いたのが励みになっています。

主人は、ほど良くゴルフを楽しんでおります。それと、2007年6月オートバイを買って毎日のように乗り、市場へ食料品などの買出しで頻繁に利用しています。

昨年の盆休みに遊びに来た孫のためか、オートバイを走らせたかったのか、主人は象キャンプ場まで下見に行ってきました。途中でどしゃ降りの雨に打たれてしまったおまけ付きでした。

さて、私のゴルフデビューは年内としましょう。なので、しばらくコーチはそのまま続けてもらいましょう。

もうひとつのトライは、タイ語です。タイ色に染まってみようかと習い始めて、休みやすみですが1年が過ぎました。文字から入ってコー・カイを読む。最初3ヶ月くらいは頭の中が絞られるようでかなり疲れるので、やめたくなりましたが、やめてしまっはもったいないと継続中です。テストがあるわけではなく、競争するでもなく、何回も同じことを聞いて、先生にはごめんなさいですが、ここのところちょっと楽しいです。では通じるかというところ・・・。美容院ではヘヤーカットが私の気に入るように出来上らず、食堂では頼んだものがこなかったり、頼まなかったものが来たりするんです。タイ人は発音を何度も直してくれます。タイ語を大切にしているようで親切に教えてくれるので、口真似しているうちに私は余計に分からなくなるのです。

こんな様子で1年半が過ぎました。

「南の会」の方々の情報とアドバイスを頂きながら、家族や子供たちの協力もあり、こうしてチェンマイでロングステイが続けられる事は幸せです。

チェンマイに於ける短期滞在者向けの 賃貸住宅について

チェンマイ支部 No.898 濱田 朋子

ここ数年チェンマイの暮らしやすさやその魅力が日本のテレビや雑誌等で報道、紹介されていることもあってか毎年訪問者は増加の傾向にあります。

住まい選びは、ロングステイヤーは勿論の事、短期滞在であっても皆様の最大の関心事ではないでしょうか。

私たちの場合、チェンマイでの滞在はおよそ3年半になりますが、初めての下見の時には、1ヶ月間はホテル暮らし、その後の1ヶ月はサービスアパートメントを利用しました。そして、本格的なロングステイのスタートでは下見で予め見当つけておいた候補の一つである condominium に入りました。

当初は1ベッドルームでしたが、数ヶ月後に今の1ベッド、1リビングルームに移ることが出来、今日に至っています。

このように大方のロングステイヤー達は既にいろんな情報の収集や、貴重な体験をしたりしてほぼ自分達に合った住まいを確保してきてます。

そこでこれからチェンマイでの滞在を予定されておられる方々の参考としていただくために、今迄チェンマイに訪れた会員(長期を除く)が滞在された地域を調べてみたところ、その殆んどがセンターン附近から、ホイケオ通り、アマリリンカムを経てニマンヘミン通り周辺に集中してました。

このような事もあってか将来の需要を見込んでのホテルや condominium 等の建築が進んでいます。

それで今回はこの地域に限定して短期でも借りられるコンド等に絞って物件を調査し掲載しました。

賃貸料や入居条件は時々変わったりまた交渉次第という事もありますので一応の目安としてご利用いただければ幸いです。

住宅の種類別

- condominium (ヒルサイド3, 4, 103)
分譲マンションですが、部屋ごとにオーナーが異なり賃貸料も違います。
- サービスアパートメント (ピンナコン、プーハウス)
大方の生活用品が揃い、ベッドメーカー等

のサービスが有り。

- アパート・マンション (グリーンヒル、その他)
ひとつの建物を一人のオーナーが管理するワンオーナー形態。一般的に入居時、デポジット2ヶ月分と前家賃1ヶ月分が必要ですが、退去時にデポジットは返還されます。但し中途解約した場合は返金されません。

物件内容 (2008年6月現在)

(注)「有、無」はキッチンの有無を示す。

- ①は1ベッドルーム ②は1ベッド、1リビングルーム ◎印はワンオーナー

堀の内側 (チェンマイ・ラム病院向かい)

- ◎プーハウス (本来は15000B、南の会会員限定割引、TV、インターネット、水道代込) (週1ベッドメイキング、掃除)
②62㎡ 有 13000B (6ヶ月以内13000B) (6ヶ月以上12000B)



プーハウス

センターン近く (ホイケオ通り)

- ◎ホイケオレジデンス(プール有)
①24~32㎡ 無 5000~6500B
②47㎡ 無 1200~1600B
◎ホイケオプレイス
①30㎡ 無 4000B
②60㎡ 有 8500~9500B
◎チャイマンション (インターネット代込み)
①20㎡ 無 4500B (3ヶ月以上4000B)
②24㎡ 無 5000B

(3ヶ月以上4500B)

- ◎ドーム
①24㎡ 無 8000B (3ヶ月以上5000B)
②45㎡ 有 13000B (3ヶ月以上10000B)
◎ヒルサイドコンド4 (プール、ジム有)
①45㎡ 有 10000~14500B
②125㎡ 有 25000B

アマリリンカム近く (ハイウェイ沿い)

- ◎グリーンヒル (ジム有)
①40㎡ 有 12000B
②80㎡ 有 24000B



グリーンヒル

ニマンヘミン通り近く

- ◎103 (スマイリー管理物件のみ短期可、台所用品付き)
①35㎡ 有 6500B
◎バンタイ (プール有)
①32㎡ 無 5000~5200B
◎ヒルサイドコンド3
①37㎡ 有 10000~12000B
②64㎡ 有 20000B
③83㎡ 有 20000B
◎ピンナコン (TV、インターネット代込)
(週1ベッドメイキング、掃除)
①30~40㎡ 有 10000~14000B
②58㎡ 有 18000B
◎ビアンピンマンション
(週1ベッドメイキング、掃除)

- ① 44㎡ 有 18000B
 ② 56㎡ 有 25000B



ヒルサイドコンド3



ピンナコン

他にシータナコンド、ナコンピンコンドなどありますが6ヶ月以上でないと、借りられません。但しオーナー直接交渉だと可能の場合もあります。

タイ チェンマイでロングステイをする動機

チェンマイ支部 No.1286 関 登志子

私たち夫婦が、タイ チェンマイにお世話になるきっかけは、かねがね 夫婦共々元気なうちに、一度海外生活を体験してみたいという願望がありまして、仕事を完全にリタイヤーしてから 色々な国々、マレーシアのペナン、ゴールドコースト、カナダ バンクーバー、ハワイ、フィリピンとセミナーにも参加したり、又夫婦で現地にも足を運び、結局タイ チェンマイに住んでみようとなりました。

他の国々は、物価が非常に高くロングステイ

の場合ビザを取得するのにオーストラリアなどは、預金残高一億円以上が必要とかでとても手の届く額ではありません、その点タイ チェンマイの場合は80万バーツ預金すればビザの取得が可能でしたので、その点は他の国々より良い条件と思いました。

南の会に入会した動機

現在私たち夫婦が住んでる住居はムバーンと申しまして、個々の家々が集落を造っている、いわば団地でございまして情報らしい話がなかなか入ってこない状態です、やはり何処かにつながりをもたないと、と思っているときに、たまたま、友人の方より南国の会の存在を教えていただき体験で一度出席をさせて頂いたのが、入会をするきっかけとなりました。

南の会に入会をした感想

まず皆様和やかで、親切な方々で何となくホッとして安心いたしました。

南の会の主旨は、皆様楽しくチェンマイでの生活をエンジョイする為の会だとお聞きして、もっと早くにこうゆう会がある存在を知っていたらよかったですと思いました。又近年婦人だけで食事の会を催し色々な世間話を聞くのも楽しみの一つです。ショッピングのこと、又食事処のこと学ぶところが多々あります。又良い所は、グループに分かれるのではなく、皆様都合の良い人は全員参加で、行なわれる所がうれしいです。月に一度の例会に出席させて頂くのが大変楽しみになって来ました。

さて、チェンマイ生活も2年を過ぎようとしている、私達夫婦でございすが、少しばかりこれからチェンマイに来られる方々の参考になれば幸いです。

チェンマイは、バンコクから約750キロの四方を山々に囲まれた標高約300メートルの小高い所に在る街で、700数十年の歴史を持つ街でもあります。名所、旧跡も多く、緑豊かで、物価も日本に比べると大変安く、治安の方も気をつけさえすれば、良いのではないでしょ

うか。

チェンマイは、3月～4月が夏で、4月にはチェンマイ大イベントのひとつソンクランフェスティバルが有ります、4月のソンクランがタイのお正月と言われていて、お互い水を掛け合っ
て厄を落とし新しい年を迎えるという行事だ
そうです、近年は欧米人の方々が、大勢来てこの水掛け祭りを楽しんでいます。

5月～9月が雨季で、雨季と申しましても
ただらと一日降るというのではなく南国特有のザーと降るいわゆるスコールシーズンです。

11月に行なわれるローイクラトンは、ち
ょうど日本のお盆にあたる様です、灯籠を流し、仏の霊をなぐさめるようです。夜には、空の星が真っ赤になるような光景が、あちこちで見られ、それは1メートルくらいのバルーンの打ち上げによるもので、日本では見ることの出来ない、情緒あふれる光景です。

11月～2月迄は、晴天が続き全く雨が降らないのが不思議ですが、このシーズンは、ゴルフ、観光と旅行客が、色々な国からドーンとふえる時季です。

90日ビザで来られるにしろ、ロングステイで来られるにしろ、やはり急病になった場合の医療と病院のことは、大変心配事のひとつではないでしょうかと思いますが、チェンマイには、国立、県立、私立と大病院が、数多く有り、中には、日本人スタッフの方が、きちんと対応をしてくださる病院もいくつか有りますので、それ程心配は要らないのではないのでしょうか。

タイは、気候が良いせいでしょうか、自然の恵みが沢山ありまして、そのひとつが果物です、種類も非常に多く安いのはびっくり致します。

又、ゴルフなどのプレー代も安いと聞いております、ゴルフをする方は、天国ではないでしょうか、こちらに来て、奥様もプレーを始める方も多いようです。

タイ国は、仏教国でも有名で国民の九割が、仏教信者だそうで、お寺さんとの関わりは大変なもの
です。人柄も大変やさしく、日本と非常に良く似た所が多く親しみやすさを感じます。

人生初めての海外生活ですので、最初は2年間位お世話になるかと思って住みましたが、住んでみるとどこの国もそうでしょうが奥が深くまだまだみたい所、伝統、文化を学びたいという欲が出てきた今日です。

まだ足りぬ、学び学びて、死ぬ日まで

海外生産の日本製品

チェンマイ支部 No.54 山口 久美子

チェンマイでロングステイをして約4年、こちらでゆったりとした毎日を過ごしています。

ここ2年余りの生活パターンとしては、午前中は、家にて片づけをしたり、他の事をしたりしてのんびりとしています。

午後はほとんど毎日ホテルのフィットネスで3時間ほど汗を流し、サウナやジャグジーでお風呂の気分を味わっています。

そして時々南の会の人たちとお食事をしたり、話をしたりして楽しんでいます。

生活はこんな風に、時間の流れるままゆったりと過ごしています。

こちらに来て4年余りやはりいろんなものが変わってきました。タイも少しずつ生活が豊かになってきました。来た頃に比べると車がずいぶん増えてきました。それも新車の車です。ところが最近のガソリンの高騰でタイの人たちも自転車に乗るようになりました。

私たちが来た頃には、全くとっていいほど自転車は見かけませんでしたが、最近に乗っている人たちを、ずいぶん見かけるようになりました。

又生活の向上とともに、食生活も少しずつ変化しています。チェンマイには日本料理店が増え、タイ人もお寿司や刺身などを、食べている風景をよく見かけるようになってきました。

タイでも健康ブームとともに、日本食はヘルシーということでお茶とともによく好まれています。

日本食材も、以前はリンピンスーパーぐらいしかなかったのですが、今ではほとんどのスーパーマーケットに置かれるようになりました。2年半ほど前に『チェンマイで日本食』というタイトルで会報に載せましたが、今回は海外で生産された日本メーカーの商品と、タイで作ら

れた日本的食材などを私の知っている範囲で紹介したいと思います。



スーパー内部

海外で生産された商品:

食品やそれ以外でも日本メーカーということで安心感とともに値段も安く、生活をするには助かります。

まずは車と電化製品:

これはとりたてて書く必要もなく皆さんご承知の通りです。

生活用品:

洗剤、シャンプー、リンス、殺虫剤などがあります。下着のワコール、靴のエコシューズなどもあります。

まず花王の製品。洗剤、アタック、マジックリン、ハイター、ビオレなどがあります。特にマジックリンは重宝しています。

チェンマイは乾季には埃やスモッグがひどく部屋も黒いシミになったりしたときにマジックリンで拭いたりしています。タイ人にも掃除をして油污れなどが落ちないとき使ってみせるとよく落ちるので驚いたりしています。

シャンプー、リンス等バスルームで使う商品も日本におかれているメーカーのものがあります。

殺虫剤ではキンチョーの製品があります。こちらは蟻が多く欠かせません。ゴキブリにも効果があります。

一度タイの製品のものを使ったのですが、オ

イルのような匂いがして閉口しましたが、キンチョーを使い出してからはそちらにしています。もちろん渦巻きの蚊取り線香もあります。

食品:

これもここ1年ずいぶん種類が増えました。

まずは手軽な食品としてインスタントラーメンがあります。日清食品の出前一丁、カップヌードルが最近売り出されました。生産地は香港とタイですが、麺は日本のものと遜色ありません。ヌードルはさすがにタイで作られていますので、トムヤンクン味などがあります。価格もラーメン26パーツ、カップヌードル12パーツとお手軽に購入できます。私は常備食品として置いています。



その他の商品:

ヤクルト、牛乳、ヨーグルト（明治）、リポビタミンD、ポッカのウーロン茶、缶入りカルピス、緑茶、



バリ島LS視察旅行に参加して

インドネシア・バリ島
ロングステイ研修旅行7日間に参加して
関東支部 No.1244 金井 修二

今人気の南半球リゾート地バリでのロングステイを考えているメンバー21名が5月25日から31日までの1週間バリ島で一番にぎやかなクタ通りにあるラマヤナホテルに宿泊し毎日が魅力満載の日々を過ごしました。

参加21名の内訳は、ご夫妻6組、お一人参加が9名でした。

ガルーダ航空、直行便で7時間15分南国バリ、デンパサール空港に到着です。

21名がここで初めて揃いご挨拶からスタートです。顔なじみの方、初めてお目にかかる方、まだなんとなく遠慮がありました。

そして空港を出たところで驚きの歓迎が待っていました。

現地南の会会員の小林繁之氏（バリ文化芸術振興協会委員長）の歓迎は花の首飾りをバリダンスの踊り子さんから一人一人首にかけてもらい大満足です。空港の通路は南の会の歓迎撮影会となりました。

その足で初めての食事はバリのレゴンダンスを生で見ながらのインドネシア料理でした。そしてホテルに着いたのは夜の9時過ぎでしたがすぐ寝た人、それからまだまだ賑やかなクタの町へ、ジャランジャラン（散歩）の人とで1日目は終わりました。

2日目

インドネシア、バリ島が初めての人も多く2日目は終日強行スケジュールのバリ島観光を実施。

バリ島の気候は丁度乾季に入ったところで気温は24℃から30℃ぐらいで爽やかな風が吹きぬけます。日陰は入れば暑さはさほど気になら

ない様です。今朝も早く起きてホテルから歩いて5分位のクタビーチを散歩してきた方が大勢いました。朝の海岸はまだ物売りもいなくて広い海岸線を一人占め、空気もうまいザザーという波の音だけ……

観光バスでバロンダンス観賞、洞窟遺跡ゴア・ガジャ、バリ島で一番美しい景勝地キンタマーニ高原、聖なる湖バトゥール湖……ここは本当にきれいでした。食事もインドネシア・バイキングでしたが美味しかったです。（エナック・スカリ）。またここは売子の子の評判が悪いところで断っても断っても、かもの日本人は離さない、シャンコ、シェンエン（3個千円）、10個でシェンエンと追いかけて続けますので要注意です。売っているTシャツも粗悪品です。見本は良いものを見せますが、家に帰って開けてみれば変わっていますよ。

人気のウブドを通過して美しい棚田をみて夕日の美しいウルワツ寺院へ。インド洋に沈む夕日をバックにあのチャ・チャカチャカ・チャカチャカ・チャ・チャのケチャックダンス観賞です。夜空には満天の星、南十字星も見えるぞ！初めて見た南十字星感動だ！……さあ夕食は人気のジンバランビーチでした。デンパサール空港に着陸する飛行機のライトを見ながら砂浜で海鮮料理、海老、蟹、魚の丸焼きが大きなお皿にこれでもかと、ビールはビンタンビール、椰子の実ジュース、新鮮な果物のジュースが美味しい、満足、満足……食事がうまいが皆さんの感想です。

そこに生バンドがアンニョン・ハセヨとご挨拶……違うだろう！オランジャパン（日本人だ）、途端にスキヤキソングに切り替えですね。そして懐かしいインドネシア民謡、ブンガワン・ソロのリクエスト、ノナマニス（可愛いあの娘）など、スバルをリクエストした方も夜

空の星とぴったりの楽しい夕食でした。

3日目

いよいよ今日は、今回の目的であるロングステイ候補地の視察です。

まずは病院です・・BIMC HOSPITALはデンパサール市内にあるきれいな衛生的な感じの病院です。専用の救急車もあり、すぐに来てくれるということで安心（インドネシアの一般的な救急車は有料で呼んでもなかなか来てくれない）。日本人スタッフも3人いて、日本人スタッフの方が分かりやすい説明をしてくださいました。病室も手術室も見せていただき、これなら安心して病気になれそう？・・・ですがお値段は高そうなので（1泊すると2万5千円）かかるそうですよ。ぜひ海外旅行保険に入ってから来て下さいとのこと。質問もいろいろ、ついつい日本人同士ということもあり聞きづらい事も、遠慮もせずに聞きまくり時間大きくオーバーしてしまいました。・・この話後日談がありましてメンバーの方で早速勉強熱心のあまり、この旅行中にこの病院にお世話になった方がいたそうです。

その後はBaPak・BALI（バリの父）と呼ばれた一人の日本人（三浦襄）のお墓参りにいきました。インドネシア独立のために命を捧げ、いまだにバリの人に慕われてお墓を守って頂いているそうです。ほとんどが戦中、戦後直ぐ生まれたメンバーは合掌。一人一人何かを感じたのでは・・・

そして長期滞在コテージ見学、大きな民家の敷地にインドネシア風な家が建ちプールがありオーナーから直接説明がありました。

ここは、全くのインドネシア生活が出来ないとちょっと無理かな、住みつく覚悟が必要と皆さん感じたのでは・・・バスタブがあるのか、お湯がでるのか、停電は多いのか蚊は多いのか、買い物は近所で出来るのか、治安は等々・・ここはインドネシア。

日本人は全く近所にはいません、半インドネシア人生活ですね、

もう一箇所はもっと田舎の小さな部屋でした・・・説明してくれるオーナーは良さそうな人だが、ここはインドネシア語が出来ないと暮らしていけそうも無いと思いました。難しい・・・

夕食は現地会員の小林氏と現地スタッフとの交流会を兼ねた中華料理でした。

3日も経つと大分皆さん顔なじみになり、大いに盛り上がり、そんな中ハッピーバースデーの歌と大きなケーキ出てきました。そうメンバーの一人の誕生日だったのです・・・全員で大きな声でハッピーバースデー to youの大合唱でした。

4日目・5日目

自由行動です。それぞれがやりたい事、行きたい場所へ人気があったのはバリ人のお祭りの正装をして各人で作ったお供え物を持ってお祭り参加です。通常のツアーにはありません。貴重な体験でした。

人気のウブドへ日本女性に人気の籠（アシタバ）工房へなど・・

そして朝早く、帰りは真夜中になる世界遺産のボルブドゥールとプランバナン寺院は中部ジャワのジョクジャカルタにあります、バリ島から飛行機で1時間ちょっとの旅行です。

初めて目にするボルブドゥールは感動と感激、その世界最大級の仏教寺院すごい！

しかしここも悪評高き物売り集団の一斉攻撃が始まります。どうにかならないのか、ならないのがインドネシアです。現実生きていく為の必死の商売ですから・・・

バリ島からもっときれいな海を求めて離島にプロペラ機で飛んでいった人もいました。サブマリンに乗船してお魚さんを見に行ったり、海中ウォークにいった人、現地の人しかいけそうも無い地元の大きな市場に行ったり、そして美を追求してエステ通いを続けた人・・・南の会のメンバーは行動力がすごい、テリマカシ（ありがとう）、スラムツ・パギ（おはようございます）、この二つのインドネシア語をあやつり

いけいけどんどんですね。

ホテルの近くにもコンビニ（サークルK）が多いですね、地元のスーパー、マタハリは皆さんに人気がありました。美味しいそうな南国のフルーツ（ドリアン、マンゴー、マンゴスチン、ランブータン、パパイヤ、スイカ、ドラゴンフルーツ、パッションフルーツ）等、値段も安い、美味しい・・・



そんなところを毎日ジャランジャランしていた人も、同じホテルに連泊すると行動半径が一日一日広がっていきます。すっかり皆さんバリ人に成りきり・・・

4日目の夕食は地元の名士の方たち（全インドネシア王族交流会議の会長さん達）と文化芸術振興協会の若い人たちのタリ・バリ（バリの踊り）を見せていただき、だんだん盛り上がり最後はみんなでバリダンスを踊りました。毎日毎晩美味しいビンタンビールのみ楽しい日々もいよいよ最後の日・・・



サヌール地区の長期滞在用コテージを見学に行きました。サヌール地区はバリでも一番古いリゾート地区で落ち着いた町並みです。

ホテルアリップビーチ内のコテージです。部屋からプールへ直接行け、すぐ前は海です。

部屋もきれいでバスタブも、キッチンもついています。オーナーの奥様は日本人です。朝食付で1ヶ月6万円から8万円で2人になると20%増しということでした。

ここはメンバーからいいねと評判良かったです。もう一箇所ホテル セガラアグンも見ましたがちょっと古い、暗いという感じがしたのは私だけかな。

わずか1週間の旅でしたが中身の濃いバリ好きが増えた、そしていい仲間と知り合えた。



本当に楽しく、驚きと、感動の日々でした。ここまで楽しくやれたのは現地南の会会員の小林繁之氏の毎日毎日のご配慮と現地旅行社のデカデイの社長婦人れいこさんとガイドのタマちゃんや良いメンバーにめぐまれました。

今回バリ島でお世話になった人の中になんと日本人女性が多いことか、・・・

バリ島よ・・・スラマツテンガル・サンパイジュンパラギ。

“祭礼の島”バリ・ヒンドゥーイズムの 体験ツアー報告

関東支部 No.1161 永島 和雄

バリに到着した日、到着ロビーを出た所で、現地の小林さんから「皆さんは日本人がバリで経験した事のないことを今回の旅で経験することが出来ます」と言われ、その時からこの体験ツアーを楽しみにしてきました。

28日当日は朝9時にホテルを出発、昨日この貴重な体験の話を聞きつけ、急遽ロンボク島ツアーを取りやめ参加された中村ご夫妻を含めて総勢14名が胸をときかして出発。最初に順番通りお供え物作りに行くのかと思いきや、まずはその前に、バリ独特の籐製品(?)のASITABAという工場兼販売店に見学兼お土産物買いに立ち寄る。実は籐と違いアタという蔓(ツル)草状の植物の蔓を使い、外側の固い皮の部分をとって柔らかく、細くしたものを細い籐のように使って籠やランチョンマットに加工する。仕上げに燻製にして、艶と色を出し乾燥させてシッカリさせたもの。参加者のみんなもお手軽で良いお土産になると幾つも買っていました。因みに日本にも東京の代官山に支店があるらしい、出かける前に一度下見をして置くのも手かも!

1時間ほどASITABAで見学とお土産の買い物をした後、いよいよお祭りの為のお供え物作りにチュルクの村へ向けて出発。

到着したのは二日前に来た銀細工のお店、ガイドのタマちゃんの話では、14人にお供え物作りを教えるにはそれだけの人数と場所が必要で、この銀細工のお店が打って付との事。お店の裏にあるお祈りをする建屋で、お供え物を作るお店を広げて若い女の子に手とり足とり?教わりながら14人分のお供え物を1時間半ほどかけて制作。材料はヤシの若葉とバナナの葉それらを繋げる細い竹串、後は色とりどりの花で飾りつける。全て天然の材料なので、捨てても後は土に戻るだけ、極めてエコな代物。ただ、写真で見ても分りの通り、お供え物の器を作るのにヤシの葉を切って重ねてナイフで細工をし、



扇のように広げて出来上がりは飾りの付いた綺麗な入れ物に、その手際の良さと器用さは毎日作っているとはいえバリ人ならではのモノでした。われらが女性陣も負けじと先生?に習ってお供え物を制作、その出来栄はなかなかのモノでした。

お供え物の次は正装です、お寺のお祭りに参加し、お参りするのですから完全なバリの礼装にします、とは言っても女性は簡単で巻きスカートをくるくるっと二重に巻いて、後は上着を着るだけ。男性は南の国では煌びやかです、巻きスカートを二枚重ねて着ます(ズボンの上からなので暑い!)、上着を付けて、更にウーダンという鉢巻きをします。参加者は日本で出発一週間前に体のサイズを詳細?に連絡したのですが、どうも着付けた服の方はフリーサイズだった?様な気がします。写真でお分かりのように日本人にもピッタリ合い、みんな既にバリ人に成り切っています。

さあ、準備も万端、バスに乗っていよいよお祭りのお寺があるギアニヤルの町へ出発、所々今日は何のお祭り? みんな訳も分からずにお供え物を作りましたが、タマちゃんの説明で、“お寺の誕生日祝い”と聞いて何となく納得。ただ、バリでは年中お祭りをやっているらしい、オダランというお寺の誕生日のお祭りが年2回ある(バリのウク歴では1年は210日の為)、何とバリには2万を超える寺院がある。お葬式もお祭りのようなイベントになっていて、村中で行われる。ただお金のない人は5年に1回共同のお葬式で火葬するとの事、どこも厳しい事



このツアーにはオマケが二つ、一つは夕食で全インドネシア王族交流会議の会長とソロ国の王様、更にインドネシア共和国退職者協会の皆さんから歓迎を受け、参加者一同でバリダンスを踊りました。二つ目はメンバーの中でお坊さんから頂いた有難い聖水を飲んでしまい（タマちゃん

情がある。また、お坊さんの修業をしている人が一人前のお坊さんになるときに、お祝いがあるような、更に結婚式のお祝い、妊娠3カ月のお祝い、妊娠9カ月のお祝い、誕生祝い、生後3カ月のお祝い、歯が出た時のお祝い、歯切り式のお祝い（成人式）などなど、バリでは1年中どこかでお祭りがおこなわれているようです。

んが飲んで大丈夫と言ったのですが）、大変な下痢、吐き気で病院通いになったご夫婦が一组。

何はともあれ大変貴重な体験をさせていただき参加者一同感激、小林さんと関係者の皆様に感謝、感謝！！

バリ滞在3日目

関東支部 No.1275 渡邊 和夫

バスで向かったギアニヤル町のダレムサンブランガン寺院前ではお祭りのため交通渋滞で車がいっぱい。寺に入ると村の人々が家族総出で正装し、思い思いのお供え物を持ち寄り、ごった返していました。変な奴が来たという人々の視線を感じながら、一応バリの正装をしてバリ人の仲間入りを果たした感じで待つこと約1時間。お寺の境内の更に中の広場へ入り、地べたに座り込んで（せつかくの正装が汚れるのではないかと内心心配しながら）、村の人たちと一緒に、ヒンズー教のお坊さんのサンスクリット語の耳と心に心地よいお経を厳かな雰囲気の中で聞き、お坊さんから聖水とご飯粒少々を戴き無事お参りは終了。お参りの後、境内には屋台が出て、食欲を誘う香ばしい匂いをさせながら色々な食べ物を売っていた。バリの人々はお参りが終わるまで何も食べていないので、ここで朝食兼昼食（ランチ）をとっていた。2時過ぎに無事お参りも終わり一行は遅い昼食を食べにサヌールへ、お祭りは無事終わった！

本日の目的は、バリ・ロングステイ施設視察である。

1、医療関係

市内にあるBIMC病院を訪問する。

病院では高倉（女性・横浜出身・通訳）さんに施設の案内と総合説明を丁寧にいただいた。

この病院はオーストラリア人による経営で日本人は医師（外科）1名、看護婦1名、通訳1名が常駐しており（9：00～19：00）、日本語の対応が可能である。ベッド数は一般ベッド11床、ICU3床である。救急車は大型2台、小型1台を保有している。産科と歯科の診療は出来ない。CTスキャンは年内に導入するとか、心臓病に対してはバリNo1と自負している。病院の患者の割合は西洋人50%日本人40%、インドネシア人（配偶者が日本人等）10%である。病気としては下痢が最も多く、発熱とし

ては Dengue 熱可能性が多いため虫予防が大切である。マラリヤは少ないようだ。また野犬にかまれる狂犬病も要注意である。バリの規則でクリニックには同一人が 24 時間以上滞在することは許されない。病院は 24 時間以上患者が正常に戻るまで滞留可能である。

薬は日本の薬を供給することは難しく、現地処方となり病院から直接支給となる。

支払いはキャッシュかカード払いとなる。

調査団一行の内この病院を体験された方がおられますので、体験談は後述されます。

この病院の道路の対面に日本語で「たけのこクリニック」の看板を見ました。たずねてはおりませんが日本語の通ずるクリニックであるとガイドブックにはあります。

2、三浦襄の墓

病院視察の後、現地長期滞在の小林氏（前述）の案内である墓地を訪問した。

三浦襄（仙台出身）は戦争以前からバリ島に住み自転車修理業を営み、島民と深い親交があった。開戦直前日本に帰国したが、日本軍に請われ、白人の圧政からインドネシアを開放するためバリ島攻略部隊の通訳として再びバリ島に入った。バリ人たちは三浦の再来を大いに喜び安堵し、日本軍も彼を信頼し住民統治の仕事を委ねた。

彼は軍から責任ある任務を任されたが、バリ人の要請をできるだけバリ人のためになるように日本軍に取り持ったことでバリ人たちの彼に対する敬愛と信頼の念はますます強くなっていった。当時スカルノ氏が進める独立運動の中で、氏は日本人としてただ一人、請われてバリの建国同志会に参加し事務総長に就任したが、翌年 8 月 15 日、氏のもとに日本軍の敗戦の報が届いた。強い衝撃を受けながらも彼は島内百数十箇所を駆け巡り、日本の敗戦でインドネシアの独立援助の約束が果たせなくなったことを詫び、日本兵が約束を守れないまま帰国するのは祖国再建のためであることを説明し、最後に「この地と人を愛するがゆえに自分は自決して、全日本人に代わってインドネシア独立の人柱となり、

独立達成を見守る」と熱い思いを語り、翌日、日本がインドネシア独立を許容すると約束した 1945 年 8 月 7 日早朝彼は自宅で拳銃自決を遂げた。

氏はバリ人のために生き、インドネシア独立のために死んだ人である。その葬儀には、三浦氏の死を悼み全島から 8 人の王をはじめ万人を超える人が参列し、その壮大華麗な葬儀の記録はまだ破られていないそうである。

バリの人々が日本人に友好的なのは三浦氏の生涯をかけた努力があったからといわれております。彼の墓は香華の絶えることがなく、本年 5 月に氏を慕うバリ人達の手によって大改修工事が行われ完成しました。

当日、墓（ヒンズー教の墓地の中央）には Mr. プガル（三浦襄墓地改修委員長）というヒンズー教の上席のお坊さんと 2 人の坊さんが墓地に待っており、プガル氏の寄付と借金による 3 年に渡る墓地改修の苦労話の挨拶があり、ある感銘のもと小林氏が持参した線香と切花を持って参列者一同お参りを済ませた。

3. LS 用コテージ視察

墓参のあと昼食をフードコートでとり、本来の目的の LS 用コテージをバトゥアン村など 2 箇所視察した。最初の物件である元軍人（大将）さんの所有するコテージは緑の多い敷内に数棟の平屋または 2 階建ての家が点在し、プールもあり生活をするには快適そうであった。次に訪れたのは敷地内に中庭があり明るい感じのところであったが、部屋数は少なかった。この双方とも町から相当離れており、車がなければ生活は厳しいのではないかと感じられた。バリでの LS では車が必需品であると小林氏（前述）のコメントにありました。

当日訪問予定であったサヌールの ALTIS BEACH BANGALOWS は予定が変更となり 6 月 30 日の最終日に訪問しました。ここは LS にはすばらしそうなところでした。

この詳細については別項で記述されます。

ボロブドゥールとプランバナンの遺跡巡り

関東支部 No.434 大野 悦子

バリ島からのオプション・ツアーで、世界遺産ボロブドゥールとプランバナン遺跡への日帰りツアーに出掛けたいのですが、日本からバリ島へ出掛ける日、成田空港へ向かうスカイライナーで、隣に乗り合わせた方が、仕事でジャカルタへ何度も行かれていて、「ボロブドゥールへ行くのなら、泊りがけの方がいいですよ!!」と、教えて下さいました。そんな事もあり、強行軍になると覚悟しておりました。

当日は、朝、5:00にモーニング・コール、身支度を整え、6:00から朝食、6:30ホテル出発、空港へ。8:00発のマンダラ航空 RI 570便で、ジャワ島のジョグジャカルタへ。1時間のフライトで、1時間の時差（ジョグジャカルタの方が1時間遅い）なので、8:00にジョグジャカルタに到着。現地の旅行会社のガイドが空港に迎えに来ていました。

最初は、これも世界遺産に登録されている「プランバナン寺院群」へ。この日は、35度を超える暑さで、ボロブドゥールは、夕方になってから見学することになりました。ちなみに、ガイドブックによりますと日中の遺跡見学の暑さと混雑を避けるために「ボロブドゥール日の出ツアー」があるそうで、朝の清涼な空気と日の出の美しさは、格別とか・・・。

プランバナンは、約5km四方にわたって、いくつもの遺跡が残る巨大な寺院群で、その中心



プランバナン

部がシヴァ神殿のあるロロ・ジョングラン寺院である。この周辺は遺跡公園となっていて、駐車場から寺院まで歩いて行きました。バリ島でのガイドの「タマちゃん」から「遺跡などの観光地では、物売りがすごいから大変ですよ!!」と聞かされておりましたが、早速、木彫りの人形や、ブレスレット、ガイドブックの押し売りがしつこくやってきました。ここでは、負けずに振り切りました。

ロロ・ジョングラン寺院は、サンジャヤ王朝のピカタン王によって856年に建立されたようで、中央に聳え立つ主堂シヴァ神殿は、高さ47mにもなる。シヴァ堂に描かれた「ラーマヤナ」の物語は必見で、「ラーマヤナ」とは、古代インドの抒情詩で、ラーマ王子と妻シータ姫を巡る一大物語だそうで、そういえば、バリ島での宿泊先のホテルの名前が、「ラーマヤナ・ホテル&スパ」です。シヴァ神殿の左右にプラフマ神殿、ヴィシュヌ神殿が並び、それに向かい合う形で3つのヴァーハナ堂が並んでいたが、2年前のスマトラ沖の大地震で被害に遭い、2~3の堂の修復作業が日本などのODAによって行われていました。

ロロ・ジョングラン寺院出口から史跡公園内を巡る列車型の観覧バスが運行されていて、暑い中を見学して疲れていたのも、乗ることにしました。料金は、5,000ルピア（約65円）でした。オープン・バス（屋根付で窓なし）なので走り出すと風が心地よく、疲れもとれました。

この後、史跡公園奥のセウ寺院で降り、見学しました。セウ寺院は、仏教的要素が色濃い寺院で、「千の寺院」という意味だそうです。かつては240基に及ぶペルワラが広い敷地を埋め尽くしていたそうです。この後、また観覧バスに乗り、公園出口に戻りましたが、バスに乗るまでお土産売り攻勢でした。それから次の遺跡に寄ったのですが、入り口にお土産売りの人達が待ち構えていたので、恐れをなして降りて見学するのをやめました。

この後、昼食まで時間があるということで（先程、見学を一箇所省いたため?）、銀細工

の工場見学と工事内のショップでお買い物！！美智子皇后と秋篠宮紀子妃殿下への贈り物（ブローチ）は、この工場で作ったそうです。そして、昼食となり、バイキング・スタイルのインドネシア料理のレストランへ行きました。この味は、比較的美味しく、私達の他にも日本人観光客が来ていました。

午後からは、まず、王宮（クラトン）へ。内部は南北のふたつに分かれており、私達は、博物館のある南側の王宮を見学しました。現在も王（ハメンク・ブオノ10世）が実際に住んでいるようで、「謁見の間」（今年の1月下旬に秋篠宮両殿下がいらしたそうです）、博物館などを見学、歴代のスルタンの使った家具調度品、写真、肖像画などが展示されていました。クラトン内では、ジャワ伝統の民族衣装を着た老人達が王宮の管理にあたっていました。

次は、ジャワ更紗の工場見学で、ろうけつ染めの実演などを見た後、ショップで家族へのお土産物を買いました。

そして、いよいよ今日のツアーのハイライト、「世界遺産ボロブドゥール」に向かいました。ジョグジャカルタから北西42kmほどで、1時間ほどで着きました。

1991年にインドネシア初の世界遺産に登録されたこの遺跡は、1814年、当時ジャワを占領していたイギリスの副総督として赴任したトーマス・ラッフルズにより発見されるまで、約1000年以上、風雨にさらされて崩壊状態だったそうです。

8世紀頃、この地に栄え、仏教を奉じて君臨したシャイレンドラ王朝によって建立されたのだが、その後、シャイレンドラ王朝は崩壊し、ヒンドゥー教国のサンジャヤ朝がこの地を支配したため、歴史の舞台から姿を消し、密林に眠っていたそうです。ラッフルズは、巨大な仏教遺跡の伝説を信じ、言い伝えのあった小高い丘を掘り起こして、歴史的な偉業を成し遂げた。

この後は、主権を奪い返したオランダ当局によって管理され、1907年から4年間かけて修復工事が行われた。さらに1973年、今度はアジアの遺跡では初めてユネスコ主導で保存、



ボロブドゥール

修復され、日本からのODAなどにより1983年に史跡公園も完成され今日に至る。

この遺跡は、特別なガイドしか案内が出来ず、旅行社のガイドとは、博物館で交代しました。

博物館の中でまず、遺跡の全体の構造の説明を10分ほど受けてから、いよいよ寺院に向かいました。

ここから物売り攻勢がまた始まり、参道のところからは、新たな「サービス押し売り」が登場しました。午後、4時頃でしたので、まだまだ暑くて、傘を差しかけてきて「暑いね。暑いね！！」と、日本語で言って寄って来ました。私は、すぐ持参していた傘を出して「あるからいらない！！」と、断ったが、今度は、扇子を広げてあおいできたので、私は、すかさず、自分の扇子を出して、「持っているから、いらない！！」と、強く断ったのだが、女だと思って、しつこくついて来た。

いよいよ寺院の入り口を入り、専門ガイドが、回廊に刻まれた釈迦の生涯を描いたレリーフの説明を始めました。例の押し売り達も一緒になって各々がめぼしを付けた「鴨」（私達）のそばに寄り添い、一つの説明が終わった後、写真を撮ろうとしていると、説明までしてお節介をします。専門ガイドは、その押し売り達を諫めたりしないので、困りました。

遺跡の階段の所では、「危ないよ！」とあって、支えようとするのですが、狭い所等では却って危ないくらいでした。一番上の塔の周りを3周すると幸福になると言われ、皆でくるくると廻る間も、その御付達もついて廻ってきました。

「チップ」欲しさの行動でしょうと感じておりました。そして、最後に、「幸福の仏像」にさわると願いが叶うというので、よじ登って挑戦しました。上手く触れたので、叶うことを信じております！！これでボロボドゥールの観光は、終わりで、遺跡を降りることになりました。ここから、また御付の世話焼きが始まりました。皆、「チップ」の要求を逃れようと早足になりましたが、とうとう、断りきれなくて、特に女性陣は、払うはめになりましたが、「千円！！」というところを、500円に値切りました。上手な方は、20,000ルピア（約260円）にさせたそうで、まだまだ修行が足りませんでした。

この後、寺院の出口から史跡公園の博物館までの間は、また土産物の押し売り攻勢が始まり、私達一行は、皆、無口になり、早足の達人になりました。折角の世界遺産の素晴らしさをもっとじっくり、鑑賞したかったのに、邪魔をされたように感じたのは、私だけではないと思いました。

バスに乗り込み、夕食をとるためレストランに向かいました。中華料理のレストランでしたが、オーナーがイスラム教徒のため、アルコール類がなく、暑い中、押し売り攻勢に立ち向かっての疲れを取りたかった私達は、ガッカリでした。夕食後は、バリ島に戻るため、空港に向かいましたが、そのバスの中で、今回のアンケートを書いたのですが、皆さん、「また訪れたいとは、思わない」という所に○を付けた方がほとんどでした。本当に残念です！！現地のガイドさんは、そのアンケートの結果を見て、「どーして？なぜ？」と、がっかりしておりましたが、押し売りの激しさを指摘したら、「インドネシアは、資源はあっても、まだまだ後進国だからしょうがないよ！！」と、言い訳しておりました。

そして、飛行機に乗り込み、23:00にデンパサール空港に着き、ホテルに戻ったのは、23:30でした。長い、長い一日でした。

この日の出来事を以前に行ったことがある方たちに報告したところ、「物売りはあったが、

サービスの押し売りは、なかった。」そうです。これさえなければ、文化的歴史の素晴らしさに素直に感動したところですよ！！

バリ島 L S お宿探し

関東支部 No.1131 鶴野 富佐孝

入会して約2年、いつも皆さんから貴重な生情報をいただき感謝しています。今回のバリツアー参加では、【2年後、バリ島で1ヶ月間LSする】という前提で、ロスメンを主体に宿探しをしてみました。1カ月間LSを10日ずつ3区分、宿を替えてみてそれぞれの場所・LS先を楽しめれば！と考えての宿探し旅でした。

① ロスメン（ウブド） ② Cクラスホテル（クタ） ③ Bクラスホテル（ヌサドゥア）

①では、ウブドの絵画・木彫りなど楽しみながら町を散策、ライステラス（棚田）の写真撮影、キンタマーニからのなだらかな下り一方のサイクリング・トレッキングにチャレンジ

②では、ショッピング中心の街歩き

③では、ビーチサイド・プールサイドで日がな一日、のんびりと本でも読みながらホテルライフを！

などと想定して、3つのタイプを組み合わせってみました。

ロスメンを主体に12カ所の宿をあたりましたが、皆様にご紹介できる宿は3件のみ。設備・衛生面・価格などから熟年メンバーにはチトあわないと思える宿が殆どでした。「地球の歩き方・バリ島」（主として若者向け？）資料からこれは！と思う宿を見つけて、あたりましたが、記事内容と自分の実感にはかなりの差がありました。

なお、関西支部の村上さんからの紹介で全員・最終日に見学したALIT'S BEACH BUNGALOWSは全員がぜひLSしてみたいというほど素敵なバンガロウでした。経営者夫人は日本人、「南の会」向けに特別価格を検討中。とのことですので連絡あり次第、サロン会で佐々木さんから発表予定です。

【ロスメン】

バリには「ロスメン」といわれる民宿型の宿

泊施設が多数あります。インターネットで「バリ島・ロスメン」と入力すれば沢山のロスメンがヒットします。

「ロスメン」には大きく分けて2種類のタイプがあります。

- (i) 家族の居住区内に宿泊施設を建て、家族で切盛りしている「正統派ロスメン」
- (ii) 半商売的にDクラスのホテル施設をつくり「ロスメン」としているタイプ。

値段は500円～3000円と幅があり、宿泊日数によっても大きく異なり、部屋の設備もバスタブ付き・温水シャワー・冷水シャワー・水洗トイレ(水洗でないトイレが多い)・・・で値段が差がつきます。1500円以下は冷水シャワー・非水洗トイレ・ベッドなど衛生面でも問題あり、とのことで、2000円以上・部屋の眺めもよく・安全面でもという観点から選択しましたが合格に値する「ロスメン」は8件中1件のみでした。

① Gunug Merta (グヌン・ムルタ)

(警察署の隣) : 10室・朝食付き

(i) タイプで、敷地は15m×80m程度。敷地内はバリ式の門で、3区画に分れ、草花がとても美しい。一番奥の2階建てバンガロウが眺めも良く、八畳間程度の部屋にダブルベッド(またはシングル2ベッド)、外のテラスからはライスフィールドビュー。バスタブ付・温水シャワー・水洗トイレ。ウブド中心部まで車で5分(無料送迎有)。バリ舞踊・お供え物づくり・絵画レッスンなど文化体験もOK。オーナーと子息(一流ホテルのフロント経験)は日本語堪能。

宿泊費：ガーデンビュー (S) 1泊 2000円
(D) 1泊 2800円

ライスフィールドビュー (D) 1泊 3800円
7泊 2500円 30日 2200円

日本人で年3～4回程度、計30回以上のリピーター客があるとのことでした。

- ② La' Walon. H. (クタ) : 50室・朝食付き
海岸線から300メートル レンギャン通へ入る。全室：バスタブ付・温水シャワー・水洗トイレ・エアコン付き。広いプール有。

宿泊費：(S) 1泊 2500円、14泊 2200円、
30日 2000円、(D) 1泊 2800円、14泊
2500円、30日 2300円

- ③ Oasis Bena (ヌサドゥア) : 118室(最終の10日間はチョット優雅にホテルライフ!)
ビーチに面しており、高級ホテルの並ぶこのエリアでは極めて経済的な宿泊料金
宿泊費/1泊 (スーペリア) 8000円
(デラックス) 9000円

10日以上宿泊 20%程度のOFF交渉可能?

- ①、②、③ 宿泊日数をうまく組み合わせれば、宿泊費は2人で平均3000円～3500円も可能?

上記は、あくまでも参考資料です。LSされる場合は自己責任でリサーチされるようお願いいたします。

なお、今回の旅行では、現地代理店のDEK ADAI TOURS社長・社長夫人に昼夜にわたる陣頭指揮で大変なご協力を頂たことを付記し、お礼申し上げます。



ウブド・ロスメン・グヌン・ムルタ入り口



グヌン・ムルタ中庭

バリ病院体験報告「水はやっぱり危ない」

関東支部 No.1041 中西 岩夫

2008年5月25日からの、関東支部バリロングステー視察ツアー中、5月29日：まさかの診療体験報告。

視察4日目、基本的な視察も終え、オプションでの現地のお祭りに体験参加することになりました。地元の方達の中に、民族衣装で正装して参加すると言う企画は、考えていた以上に貴重な体験となりました。

旅行の事前注意として、現地の水は飲まないこと、必ず、ペットボトルの水をと注意されていたのですが、お祭りの雰囲気とに飲まれたのか、神事の、聖水で身を清める段階で、ガイドさんの「水は大丈夫ですよ」の言葉を飲んでもいいと誤解してしまい。口をすすぐふりのところで、誤って飲んでしまいました。そのときは、午後2時ごろ、気温も高くかなりの暑さでしたが、水を飲んだことが後で大きな問題になることなど、気にも留めずに、無事終了、良い体験だったねと、参加者一同は喜んで、お寺を後にしました。

夕食は、イタリアンレストランでしたが、おなかの張りを感じ、食欲はやや無く、胃がむかつく感じがありました。

ホテルへ帰り、トイレで下痢に3回見舞われましたが、疲れと慣れない食事での下痢かなぐらいに考え、持参した胃腸薬を飲んで就寝しました。翌日はフリーにしていたので、ゆっくり睡眠とって、近場を散策しようと計画していたのですが、起床してからも嘔吐と下痢がひどく、なんと一昨日視察したBIMC病院へ、ちょうど居合わせた旅行会社の方に送っていただき診察、運よく視察のときに説明案内して下さった日本人スタッフがたまたまいて、より安心しました。

病院の内容は、視察のときに安心と感じたように、まったく心配の無いというか行き届いたものでした。医師の診察は、日本人スタッフ同席で行われますし、不安はまったく無く、日本にいるようでした。薬も病院内で処方されます。

行ったときは、前に2組、後から1組の患者さんが、診察に来られていて、日本人の子供さんの目の怪我、同じくカップルの女性の方がぐったりと食あたりのよう、オーストラリア人の方がアイスクリームで下痢と、にぎわっていました。

私は、今回は旅行傷害保険に入っていなかったため、カード付帯の保険での、対応になりました。

支払は現金・またはカードで立替、現地で、領収書や診断書は自動的に出してくれますので、日本に帰国してから、請求いたしました。カード会社の保険デスクに、帰国後すぐに手配し、7日で入金確認できました。支払は支払確定日前日の換算レートで計算されているため、円換算の金額は立替金額と保険金額が違うことがあります。

金額は診察と処方で約8、600円(754.500 RP) ちなみに入院は、一泊550ドル。

視察のときに、旅行傷害保険はなるべく入っておいたほうがいいですよとアドバイスを受けていました。傷害保険の契約書があれば、病院で一切の手続きはしてくれますので、わずらわ



しいことはありませんし、金額内であれば最高の診療を受けられると思います。当然このような病院は、まったく診療に関して不安はありませんが、ほぼ外国人が対象のため、現地の一般の方がかけられる金額ではありません。

ちなみに、バリのスーパーのレジ係で、月収：1万円、ホテルのウエイトレス：1.5万円ぐらいのとの情報です。

同行した方のアドバイス、

- ① 旅行傷害保険は自分にあった範囲を選択して作ると金額が下がり良いとのこと

- ② 皆さんが持参していたもの、梅干・正露丸。

梅干は毎朝ほとんどの方が、食べていました

- ③ 正露丸を飲んで帰国したら、ビフィダス菌の入ったヨーグルトを必ず食べる。

多くの旅行をされている方は、抗体が出来ているか、しっかりと用心されているようで、勉強になりました。視察旅行に同行した皆さんには、大変ご迷惑おかけいたしました。おかげで、病院の体験談書くことができました。ありがとうございます。

複数目的のタイとマレーシア3か月

初級ダイビングライセンス取得の奮闘記録

関西支部 No.957 谷澤 誠一

タイで過ごした1か月

昨年12月から今年2月まで年末年始10日間を除いてタイとマレーシアに居た。

タイでは到着と同時に首記初級ダイビングライセンス取得の手配をして12月5日タオ島に行き4日間トレーニングを受けてライセンスを取得した。これは後半に別項で詳述する。

そのあとチェンマイに飛んで南の会チェンマイ支部の集まりに出席した。

バンコクへ戻って12月15日、日本から2人の婦人ゲストを迎えてチャンタブリーやクワイ川鉄橋その他にバンコクからタイ周辺部へヨーヨーのように行ったり戻ったり、カンボジャ国境のカンボジャ側、カオプラウィハーン遺跡(大部分崩壊しているクメール遺跡)を見学した。

長距離交通手段はチャーター車、安ツアー、鉄道、鉄道夜行寝台、バス、ガイドの所有車、川を走るスピードボート、などであった。

さらにコラートまで戻ってピマーイ遺跡を見学した。この遺跡は半分以上崩壊しているがタイ領のクメール遺跡としてはNo.1だろう。アンコールワットより古い。

バンコクから北上、タイ人ガイドを雇ってスコタイ仏教遺跡を見て回りチェンマイに入った。

あまり話題にならないチェンマイのチャイナ

タウン、・・・にあるNew Mitrapop Hotelは中級程度のレベルだが価格は330.Bt/1泊(日による変動は多少ある)で円換算約¥1,000.-で安宿なみ、拾い物である。

チェンライ近くにメーサロンという中国国民党が開いた1,000m以上の高地の町がある。12月24日に桜が満開で花見ができた。地元の人もSAKURAと呼んでいる。

あとチェンライからバンコクへ飛んだ格安航空のAir asiaは空港税、燃料チャージ以外は運賃無料であった。日本でインターネットで早く申し込んであったものだがそれにしても無料とは不思議である。

注) 運賃は毎日、毎時間変動する仕組みで、0から出発して残空席の数により当日に近づく通常航空の運賃と差が無くなるようだ、これは人の話からの推測である。

12月28日一旦、年末帰国した。

キャメロンハイランドで過ごした1ヵ月

旧知のMr.Eng Chong氏、タナラタの店の名は「益昇」から豪邸を安く借りた。(RM1,300./Monthの割合)

キャメロンハイランドでの1か月は日本語教育ヴォランティアで過ごした。関西に本部があ

るキャメロンハイランドクラブが組織運営をしており、今期初は生徒数 100 人以上集まって
1月12日(土) ヘリテージ H, でオープニングセレモニー。

私が受け持ったクラスは初中級、全員女性で中国系マレーシア人、主婦、社会人が 4 人、他は高校生の合計 9 人、1月14日(月) から始まって週 3 回、午後 6.30 から 1 回 2 時間のレッスン、

初級文法の復習テキストや J301 という中級教材で第 2 課金子みすずの詩「私と小鳥と鈴と」や第 3 課「デスクトップパソコンとノートパソコン」など教えた。

この中級教材は生徒たちに少し難しかったようである。

2月1日(金)、毎回レッスン最終日に生徒たち持ち寄りでレストランに招待される、この回はリングレット(タナラタの下の町)に新しく開店した中国レストランで日本人が知らない料理も賞味できた。

イポーで英語受講と難渋して住んだ1か月

2月初めイポーに降りてきて英語学校の情報入手するため YWCA ホテルに何日か過ごした。

2月7日から3日間、タマンヌガラ国立公園へツアーで探訪

Chinese New Year でうごきがとれない間に行ったタマンヌガラは半島マレーシアの中央部にある太古の原始ジャングルが残されている地域で世界最長のキャノピーウオークやトレッキングコース、ボートで急流遡行、山岳民族の集落などがある。

* 英語を学ぶにはマレーシアが安く学べて、イポーの英語学校なら暑さに疲れたら週末にバスで 2 時間余と簡単にキャメロンハイランドへ逃げられる。私の知人が昨年 ELS という、レベル別クラスを持つアメリカ系英語学校で学んでいた。

私も 2 月には ELS に入学するつもりでいたが昨年 9 月閉鎖になったことを知って同規模の学校をイポーで探したが見付からなかった。

2月11日から、ある教員夫妻の家で間借り

して、やむを得ず ILTI という英語教育機関へ通ってプライベートレッスンを受けることにした。週 5 日、日に 2 時間、先生はインド系マレーシア人夫妻だった。

しかしクラスコミュニティーが無く知合いや友人ができない環境で短期間習ったところで殆んど効果はあがらない。

タマンイポージャヤという地域に住んだその期間、そこらに 1 人の日本人も居ないから日本語を話すことはなく、新聞、テレビもない、AC もなくファンだけ。散歩に出ようとしたら昼間は暑さで目がくらむ、持ち込んだ文庫本などすべて読み終わっている。

これでは気分転換ができず精神的に参ってしまって英語の復習も十分出来なかった。

しかしナイトマーケットの賑わいの中をうろついたり、中国、インド、マレー、ヴェジタリアンの 4 種のレストランで何が美味しいか迷ったり面白いこともある。イポーの市内路線バスにかなり乗りこなせるようにもなった。

こんな満足度の低い滞在(数の中にはこんなこともある)でも次回に役立つから体験は貴重だと思う。

2月23日(土) ペナンへ行き南の会ペナン支部と関西支部体験ツアーの交流食事会に出席した。金門スチームボートはペナンで一番美味しいと聞いた。

2月29日深夜離陸、関空へ帰国の途についた。

初級ダイビングライセンス取得の奮闘記録

以下の記録は昨年(07年)12月、タイ南部のタオ島にある BAN' S ダイビングリゾートで PADI の Open Water Diver のライセンスを取得した時のものです。

その時の 5 日間の記録を無修正で記事にしたいが、原文のままでは自分だけに分かっても読む人に意味が通じない部分があり、その部分に限って補完したり、注)を入れました。ベテランのダイバーの方もおられると思いますが、少々拙くても見逃して下さい。

1 2月2日 (日)

朝、ホァランポーン駅（バンコク中央駅）近くでクエチャオスープ（米粉から作る柔らかい平たい麺、南中国のもので東南アジアのどの国にもある）で朝食、現地携帯電話のバッテリーとシームを買った。ツクツク（小型オート3輪）で**カオサン通り**（バンコックにある世界最大の安宿街で名所でもある）へ移動し「竹亭」（カオサンの日本レストラン）で昼食、ビール大、とんカツ、新香巻き。

MPツアー（日本人と共同経営の旅行社）の**森さん**に相談して一切の手配を済ませ、タオ島でのダイビング初級ライセンス取得の斡旋を受けた。

〔（注）バンコクからの往復のバス、フェリーのチケット、ダイビングのトレーニング費、ダイビング機材のレンタル料、宿泊費3泊の総合計は ¥換算 約¥39,000.〕

この年齢でも出来ますか？の質問に、森氏、「大丈夫」と言うから駄目元で挑戦することにした。

注）ダイビングに関しては若い時から憧れがあり膝を傷めて山に登りにくくなった（キリマンジャロを考えていた）ので「山が駄目なら海があるさ」と言いたかった。それでこの年齢でも挑戦が可能かどうかを森氏に相談した。

後日、「ライセンスを取った」と森氏に報告と礼を言いに行くと驚いたあと喜んでくれた。

ヴィエンタイホテル（中級）1Fのマッサージ屋でタイマッサージをした。180Bt/1時間（円換算¥535.-日本の相場の1/11という爆安）。

午後7時MPツアー前へ迎えが来て裏通りの旅行社で1.5時間ほど待ちチュンポン（タイ南部の最も半島の細くくびれた部分にある小都市）の船着場へ向けてバスは出発した。

1 2月3日(月)

AM05.00 ころチュンポンの船着場に着いた。2時間くらい待つて船（100tくらい）でタオ島へ、波が荒く木の葉のように船は揺れた。

10時ころ**BAN'S**に到着、すぐ学習室でvideo学習に入る、分厚いテキストを渡され予習

しておくように言われたが全く時間が足りない。

注）**BAN'S**ダイビングリゾートはダイビングの総合施設、ダイビング母船、ボート、機材一式を持ち、宿泊施設、レストラン、プールもすべて整っている。各国からダイヴァーやライセンス取得目的の人々が集まり毎年相当数の日本人もライセンスを取っているそう。

個室は2Fでエアコン付き、ベランダの下にプールを見下ろせ白人のグループが訓練を受けているのも見た。

自分付きのインストラクターは**TSUYOSHI OKADA**（日本人、30歳くらいと見た）、他に男1人、女2人の日本人アシスタントがいる。

寸暇を惜しんで学科自習し夜11時半まで。夕食はホテルの食堂でポークヌードル、エアコンの無い海岸の吹き抜けレストラン、暑いのに熱い食事だから汗で困った。

1 2月4日 (火)

吹き抜けの学習室で**TSUYOSHI**インストラクターのマンツーマン講習で1章～3章まで、模擬テストでは90点とれたから何とかかなりそうだ。

午後プールで実習、これはえらいことだったが、水中で呼吸が出来ること、水中に浮遊して泳げること、これは実際の海でなくても体験印象は強烈だ。

いろいろのスキル訓練を受けた。水上でのBCM(チョッキのような形の中にエアーを入れて浮力をつける重要な着用用具)とエアポンベの着脱にはかなり困った。数回失敗の後まぐれで出来てパス、その他はほぼ順調にこなすことが出来たし水中に長く居ることに慣れてきた。

明日は海だから更に強烈な体験になるだろうが今日の経験も大きい。

1 2月5日 (水)

何という充実した1日だろう。AM7.30 フロントに集合、機材をもって小型ボートで中型船へ、そこから**ポイントTWINS**（ダイビングポイントの名）へ、長い鰭を両足に着けて船から最初の飛び込みはそれは怖い。インストラクター

の指導に従って耳抜き（口を閉じ鼻をつまんで息を内耳に入れて水圧とのバランスをとる）をしながら12mまで降下した。

若干のスキル訓練もあったが大部分は遊泳練習、何とか浮き上がり、沈みこみ、水平進行が呼吸や体位の調節で出来る。

なんと素晴らしい眺めか！、海老とハゼの共生（海老が穴を掘りハゼが天敵の見張りをしている、危険が近づくと両方その穴に隠れる）、うつぼ、くまのみ、他に珍しい魚も見た。魚の群れ、海中の岩礁、海面から12m下の海底の風景に感動、みな驚異である。

40分で上がって1時間余休憩後、**次ポイントWHITE ROCK**へここも水深は12mでオープンウォーターダイブ2、（トレーニングの科目名）の若干のスキルと遊泳、この2回目潜水も40分。

午後学科4章と5章受講、

注）ダイビングトレーニングも学科講師も試験も同一インストラクターが行う。

そのあと**本試験**（これは本番だと言われて1人受験、浮力の問題など易しいが体内に残る残留窒素の減少を待つ時間の計算など難問がある）**50問中38問正解（75点）が合格ライン**のところ正解36で失敗、問題を代えて再挑戦、**正解40ですれすれパス**。朝6時からコンビニ調達したパンを齧りつつ猛勉強した結果だ。この安堵感、喜び、は貴重な体験だ。

100Bt払ってライセンス用写真を撮った。明日18mと14m2回潜って終了する。

LOG BOOKの記録（各ページ、トレーニング記録と環境、遭遇した魚の名も含めてインストラクターのサイン入りでそのまま転記したもの）

オープンウォーターダイブ1 27℃/ 透明度10m 深さ12m
ウエイト5Kg、半袖、半ズボンウェットスーツ（3mm）、AL12Lタンク
たびうつぼ、レッドマージンシュリンプ、ゴビー、にしきてつぼうえび、とうあかくまのみ。

オープンウォーターダイブ2 27℃/ 透明度10m 深さ12m
レギュレーターリカバリー、マスク半全浸水クリア、オクトパス使用、停止、浮上、フィンピボット。

12月6日（木）

学科試験は昨日パスしたから気が楽、今日潜る18mも14mも感じは同じ、と聞いている。

学んだことは、エアーを吸わずにゆっくり吹きながら浮上すること、と海中でコンパスを見て方向を決め往復することなど。

変わった鳥賊が目前を泳ぐ姿や幾種かの魚、魚群をみた。インストラクターが海中で手白板に書いて魚の名など教えてくれる。水中で会話はできない、すべて手信号で意思伝達する。

18mも海の底に潜ったなんて信じられない気分。12時ころすべて終了した。

仮ライセンス証獲得（本免は後日アメリカから送ってくる）、76歳にして記録の快挙であった。

オープンウォーターダイブ3 28℃/ 透明度8m 深さ18m
コントロールされた緊急浮力浮上、BCOに口でエアー補給、マスク浸水クリア、
ふうらいぼら、こがねあじ、やしゃべら。

オープンウォーターダイブ4 28度/ 透明度8m 深さ14m
マスク着脱、オバリング、コンパスナビゲーション

半島へ帰りの船では往よりも海は大荒れ、不規則大揺れで船室を歩くと転倒して怪我をしそう。

バンコクに戻って小ホテルで寝たのは午前3時半、次の朝「One Two Go」という格安航空でチェンマイへ飛ぶ予定になっていて午前8時にはドンムアン空港（旧空港）に行かなくてはならない。

超高密度、全力投球（写真を撮ることも忘れていた）の4日間であった。

ペンシヨナー

関東支部 No.1063 伏見 卓

投稿の機会を利用し、自分なりのリタイアライフを、振り返って見ました。

ペンシヨナー（年金生活者）は私の名刺の肩書きです。

私は四年前にリタイアし、妻と共に、北関東は那須高原の、森の中に住んでいます。

那須は豊かな変化に富んでいて、春秋はもちろんです、夏の暑さもほどほどで、大変、過ごし易いところです。

山菜採りやキノコ狩、温泉三昧に溪流釣り、と暇つぶしにも事足りません。

そんな那須で私は、この四年間、アジア学院（ARI）でボランティアをして、時間を過ごしています。

ARIは時々、メディアにも紹介されますので、ご存知の方も居ると思いますが、世界中の貧困な国々に、環境にやさしい有機農業を広めようと、その指導者を養成する為の、私的な学校法人です。

そのARIも今年、36年目を迎えました。千人以上の外国人卒業生と、三千人以上の内外ボランティア経験者がいて、そのネットワークが世界中に広がっています。

私はそこで、校内のメンテナンスや、外国人学生受け入れの、ボランティアをしています。詳しくは下記HPをご参照下さい。

ARI HP URL : <http://www.ari-edu.org>

MYBLOG URL :

<http://takashi44.cocolog-nifty.com/pensioner/>

しかし、そんな那須も、冬には雪が降り、寒さも厳しくなります。

そこで、ARIが冬休みの間、一、二ヶ月を、最近バンコック近郊のコンドで、過ごしています。

私達夫婦の南国滞在は、避寒や健康や年金生

活の為、そしてARIの卒業生達を訪ねる機会でも有ります。

今年はタイと、ラオスの卒業生、二家族を訪ねました。

そんな事を、少ない年金で楽しんでいます。

海外ではいつも同じ安いコンドを借りて、日本にいる時と同じように、朝起きてランニングをし、読書をしたり、スイミングを楽しんだりします。

又、ネットカフェで時間を潰したり、街をブラついたり、ショッピングを楽しんだり、ARI関係者などの知人を訪ねたりもします。

おいしそうなレストランや、面白そうな場所を見つけてはそこで過ごします。

コンドの住人たちと、お茶をしたりもしますが、観光は殆どしません。

しかし、いろいろな所に住んでいる卒業生を訪ねる行き帰りが、それなりに楽しい旅行になります。

今回、ラオスに行った時も、日本では滅多に乗れない、寝台特急で行きました。

海外では、日本では出来ない、陸路での国境越えが、面白いです。

長い海外生活は、奥さん主導の方が、上手く行きます。

現役時代、私は単身で、東南アジアに赴任していましたので、海外生活に慣れていますが、妻はそうでは有りません。二ヶ月位が、限度です。しかし、一人で行ったのではつまりませんし、経済的でもありません。

ところで、私が海外勤務から国内勤務に変わった頃、丁度、プラザ合意と重なり、現地で持っていた、ヘソクリが半減したという、苦い経験



ミャンマー国境にて



タイ北部、ARIのラフ族卒業生施設にて

があります。

その時の教訓として、為替は時に、劇的に変動する。両替は目減りする。と言うのが有ります。

その頃は、ある国に入国する時「一定金額を現地通貨にしなければならない」と言うことが途上国ではよく有りました。日本もそうだったようです。

又、赴任地に共産ゲリラが出没していて、治安も悪く、銃を持った兵隊にガードされていました。20年以上前の事です、知人がトラブ

ルに巻き込まれて、殺されたりもしました。

場所によっては、クーデター等、日本では考えられないような危険な事もあり、滞在時も国際空港へのアクセスなど、セキュリティには気を配っています。

年金暮らしは、経済的に豊かではありませんが、時間だけはたっぷり有ります。

体力も衰えてはきますが、出来る範囲で今のリタイアライフを、楽しめたらと思っています。

会の皆様も安全な南国生活を、お楽しみ下さい。

チェンマイ マジックボランティアの思い出 さんの家を訪問

関東支部 No.1084 内倉 恒治

最近マジックブーム

マジックは最近 日本ではあちこちでブームになっています。

ステージ、サロン、そしてテーブルマジック等、不思議さを楽しむ雰囲気が巻き起っているように思われます。テレビをはじめとしてバーやレストランなど身近なところで盛んです。

マジックを始めたきっかけ

私がマジックを始めたきっかけは、サラリーマンの現役時代に、宴席での余興といえど決まっ

て手拍子による軍歌が定番でした。当時はカラオケなどない時代でしたから上手に歌うことも出来ない付き合いは苦痛のきわみでした。そんな時、ちょっとしたきっかけから2~3のマジックを覚えて披露してみますと何か特別な反応が返ってきたことでした。

一昨年チェンマイのサンカンペーンの養護施設でマジックを披露しました。そのときの様子はまさに自分がマジックを始めた時の反応に似たものでした。

丸々とした大きな瞳、食い入るような眼差し、不思議さに驚くしぐさなど忘れることの出来ない思い出です。

養護施設（さんたの家）

南の会に所属している伊藤寛さんからの紹介でサンカンペーンの養護施設に行きました。

サンカンペーンはチェンマイから東に4～50kmの田舎町で田んぼの中に建てられた小さな施設でした。ホテルからは市内ソントウ、長距離ソントウに乗り換えて、更に施設から車で迎えに出てくれるほどの遠い距離でした。

生徒数は20名程度で、小学生から中学生でほとんどの子供は孤児や貧しい家庭の子供たちでしたが、少しの寂しさもなく元気に飛び回っていました。

子供たちは4時まで学校があり、4時過ぎに三々五々集まってきました。

前もって知らせてあったのか施設中央のオープンテラスにはテーブルが並べられていてマジックのステージ準備が完了していました。

始めて見るマジックに多くの拍手

われわれはあらかじめ用意していたシルク、ロープ、カード、そして日本古典のお椀と玉などを披露しました。子供たちは初めてのマジックに歓声を上げて喜んでくれました。

遊びの少ない子供たちにとっては特別なものとして見たことでしょう。丁度、私たちが育った戦後の日本を思い出す一齣でした。

特にサムチップを使ったマジックではどこに消えたかと思議さを示してくれました。

また、ちょっと困ったことには、折りたたみの帽子を捨て箱代わりに机の上に置いて終わりますと、帽子の手品をアンコールとして要求されとことでした。普段から手品は帽子を使うもので、帽子の中から何かが出てくるものかと思っているようでした。

丁度、2時間程度でしょうか、夕暮れが迫って子供たちと別れることになりました。子供た

ちみんな手を振って別れを惜しんでくれました。

タイでの日本人ボランティアに感激

理事長の吉田登さんは10年ほど前から日本での職を引退してこのボランティアに尽くして居られる方で、施設の開設当初からのお話や施設建設の苦労話を伺いました。

施設建設の建設計画の大幅な変更、修正、資金集めや施設開設に際して施設に入居できない人達や入居して親元へ帰れない事情の人たちなど大変なご苦労をされたようでした。

このような話を伺い、この僻地で活躍されている日本人の方々にお会いしますと何てすばらしいことかと心を打たれるとともに感動し、とても良い体験ができたと感謝しています。



南国暮らしの経済モデル

関東支部 No.922 樫尾 隆之

退職後の経済

原油が異常な値上がりです。国際的に穀物などの食糧価格が高騰しています。ビールも値上がり、野菜や魚だけでなく、味噌、しょうゆ、小麦粉、豆腐も値上がり……

私たち、南国暮らしの会にいらっしゃる方々の多くは、すでに年金暮らしになっていて、今から収入を増やそうとするのはなかなか困難です。

事実上インフレの現在、私たちの生活は、どのように守れば良いのでしょうか。

南国暮らしの会の会員の多くも、様々に厳しいサラリーマン生活を経験しても、努力の結果、ここまで来られたわけです。退職時に無事、退職金も貰えた方が多い。

個人差はあるとしても一応、真面目にサラリーマンを勤め上げてきた方の現在、60才台の標準的経済モデルとして、次のような状況を前提にします。

60才台の標準的経済モデル

60才で退職した。それまでに、一戸建てまたはマンションのローンを完済できた。

退職後2年間は仕事を心得、事業所に勤め、その間、年収400万を得た。

65才から全額支給されている厚生年金は月額、本人分23万、やや遅れて、専業主婦だった奥様分の国民年金が、勤めていた時代の厚生年金も合わせて月額、7万受け取れるものとしましょう。他に、個人年金または企業年金が月額、15万。つまり、夫婦2人所帯の年金収入は月額、45万と仮定します。

それまでに退職金などから、貯金や有価証券などで運用してきた安全資産の蓄積が3,000万あるとします。

内閣府が5月13日に発表した高齢者の経済生活に関する意識調査結果によると、60歳以上で「年金が生活費に足りない」と思う人の割合

は56.9%、「年金で生活をまかなえる」とする人は32.7%となっています。

したがって、この経済モデルは、やや余裕のある方のケースかも知れません。



支出金額

支出金額を考えます。

まず、生活費は月額、25万です。内訳、食費、衣料費、医療費、交通費、ガソリン代、電気、ガス、水道、新聞代、クリーニング、電話代、インターネット代、テニス、ゴルフ、諸会費、雑貨費、電気製品、自動車維持費、消費税を含む……やはり、月額、30万かな。

節約が必要と感じます。

税額は年120万、月に換算すると10万。所得税、地方税、固定資産税、自動車税、国民年金保険料、健康保険料……

こうして見ると、定常的な支出は生活費と税金と合計、月額、35万程度はかかります。

生活費を切り詰めて、年金収入が月額45万の場合に、ようやく月10～15万（年額120～180万）が旅行やロングステイに回せる……よく考えないと、かなり厳しい。

新車や薄型テレビも欲しいし……

どうしても3,000万の余裕資産を次第に取り崩して、旅行や海外ステイなどに使うことにな

りそうです。

この他、冠婚葬祭、お歳暮、お年玉、お祝い金、子供に生活援助なども必要、高額になりつつある医療費、事故賠償金などが臨時に支出されるかも知れません。事故や病気になったら足りないかも。

南国暮らしの経済

では、生活費が日本にいる場合の半分以下になると言う海外で居住すると、どうなるのか・・・南国暮らしの会の会員のサロン会などでの報告から考えます。

10年ほど前、諸先輩に伺ったところ、中国などは物価が安いので、日本にいる時の10分の1の生活費で暮らせる。タイやマレーシアに行けば、日本の5分の1か・・・とか聞いたような気がします。

でも、その後、現地通貨は、対円で強くなっています。加えて、食料品や石油製品など、世界的なインフレ傾向はどこも同じです。

2007年に、チェンマイのコンドミニウムに3ヶ月滞在したところ、生活費は月額、289,550円だったという報告を聞きました。

内訳は、コンドミニウムの部屋代、食費、ビール代、ソントウなど交通費、水、お茶代、電気、水道、テレビ、洗濯、インターネット代、その他です。

その他には、3ヶ月間の下記の費用、147,000円が含まれます。

日本-チェンマイ往復の航空機代、ホテル4泊、携帯電話購入、タイ国内およびシンガポール旅行、ビザ延長費用、お土産代。

すると、生活費そのものは月額、142,550円ということでした。

2008年5月の関東支部サロン会では、日本の留守宅を維持しながら、マレーシアにコンドを借りて1年間滞在した場合のケースが報告されました。

それによりますと、マレーシア滞在のための生活費はご夫婦で、月額、255,750円でした。自動車を使用、ガソリン代、2人で週1回のゴルフ代、国内旅行代、旅行保険料が含まれてい

ます。

この間、日本の留守宅で、電気、ガス、水道、電話代、マンション管理費、固定資産税、生命・医療保険料、インターネット代、その他が、月額、97,208円かかっています。

また、マレーシアと日本往復のための航空券、燃油付加運賃、空港施設利用料などが、1回につき80,000円ほどかかりました。

最近では日本での生活費、月額、35万程度と比べて、短期滞在の場合は、著しく費用が少なく済むとは言えないかも知れません。

やはり費用を考えるよりも、温かい南国で、スポーツや趣味を楽しみながら過ごせることの充実感の方が重要になるでしょう。

夫婦で月、4～5回のゴルフは、日本では望めないでしょうし、少し移動すれば透明度の高い海でシュノーケリングができます。

土地の人たちと交流するのが楽しい。

それでは、夫婦で完全に南の国に移住した場合はどうなのでしょう？

国情の違いでさまざまなケースがあろうかと思いますが、移住のためのビザ取得や、その資格の中に、移住先の国の銀行に銀行預金が円換算100万以上必要とか、日本での年金額月収を証明するなどの手続きや費用が必要とか聞きます。

移住先の国で、居住用不動産を購入、もしくは賃貸物件を探すことを考えると・・・移住した場合、医療保険や税金は・・・

私は3ヶ月程度の短期滞在を志向しているため、移住のケースは研究不足で、知識がありません。このあたり、どなたか詳しい方に、補足をお願いいたします。



生活費は、日本で暮らす場合の、3分の1になるのでしょうか。

これまでの所、日本の消費者物価は、アジア各国に比べて、安定しています。

資料：アジア主要国の対前年比、物価上昇率、
(出典：アジア開発銀行まとめ、日本は総務省資料) (2008は予想)

	日本	タイ	中国	韓国	シンガポール
2008	0.3	4.0	5.5	3.4	5.0
2007	0.0	2.4	4.8	2.4	2.2
2006	0.3	4.6	1.5	2.2	1.0
2005	-0.3	4.5	1.8	2.8	0.5
2004	0.0	2.8	4.0	3.7	1.8

収入を増やす

支出だけを考えているわけにはいきません。あえて、収入を増やすことを考えます。

本当にそうするかどうかは別にして、選択肢を考えておくのは必要です。

私の友人の歯医者さんは10年ほど前に、ローンを組んで今の診療所を新築しました。

ローンを返済してしまえば、63才で自己所有の不動産です。自宅付き診療所、土地は400㎡もありますから時価評価額は、1億円以上かも知れません。

息子が3人いますが、誰も歯医者をやろうと言う者がいないので、自宅付き診療所を換金して良いと発想すれば、選択肢としては別の道があります。65才で歯医者辞めて、南の国に移住しても大丈夫です。

堅実に考えれば、住む場所は温存しながらも、収入を増やすことの方が良さそうです。

収入の道として誰でも考えるのが、アパート経営、駐車場経営など。

資産を殖やす

不時の出費を除いた生活費は月々の年金収入だけで賄えると考えました。したがって、安全資産3,000万は、生活費とは別にとっておこう。これを三等分して運用します。

その内、1,000万は、普通預金です。1,000

万は、外国株式などに投資する投資信託で運用します。残る1,000万は、債券投資または、都心のオフィスなどの不動産に投資する不動産証券の投資信託で運用することにしました。私は投資対象の性質が異なるため、3分法によればリスクヘッジができるものと考えました。

しかし、2007年から2008年にかけて、米国発のサブプライム問題によって、あらゆる国の証券化金融資産の値下がりという予想外の事態が起きました。

価額が下落した時に解約してしまえば、多額の損失が出ます。

幸い、2008年4月を境に、世界的に株式や不動産証券など有価証券資産が総じて価格上昇に転じていますから、5年後には平均年利3パーセントの運用が大丈夫となる見込みです。

短期に儲けようと考えないで、長期に世界経済を勉強して、資産を減らさないようにすることが肝心です。投資信託は目論見書を見ると、個別には差がありますが、申し込み時に手数料3%、信託報酬が年2%、解約時手数料0%などが掛かります。これらは、信託して運用をお願いするための報酬で、証券会社や信託銀行の収益になります。このため、投資対象が3年で10%以上の値上がりが見込まれる必要があります。

それでも、申し込み時に支払った金額(元本)と、解約すれば返ってくる時価評価額とを、月に1回比較して、監視していれば、元本割れなどを起こさないようにすることができます。

これまでに、資産を大きく殖やそうと無理のある運用を考えると、結局は資産を減らしてしまう結果になりました。

解約して得た現金は、すぐには再投資せずに、しばらく現金のままにしておきます。

いずれ投資対象の市場価額が下がってきたら、その時点で最良と思われる投資対象に再投資します。

世界経済をシンプルに見る

世界経済も考えようにより、思い切って単純化することができます。

私は現在、次の4つの要因を考えていれば難しくはなく、おおむね間違いがないように思います。

1. 人口爆発
2. 資源インフレ
3. 環境問題とその対応
4. 資金の過剰流動性

日本は資源が少なく、人口も減少していますので、海外の投資家に注目されることが少なくなりました。

日本経済が1980年代のように再び復活するためには、日本の人口減少に歯止めがかかり、同時に日本国民の給与水準が上がる必要があります。

日本国内で内需が拡大していけば、住宅、不動産、自動車、家具、衣料、医薬品、医療、旅行、サービスなどの消費が活発になります。年金生活者には困ったことですが、どうしてもインフレの傾向になっていきます。

技術立国しかない日本の経済成長のためには、環境問題への対応技術や、資源の効率的利用技術、製薬技術や万能細胞などの医療技術、半導体を使用する製造装置開発技術、輸送システム技術などがカギを握ります。

技術革新による商品・サービスなどの需要の掘り起こしが重要で、今後その輸出先は、これまでの欧米よりも、急速な経済発展中の中国、インド、イスラム諸国をはじめとする人口の多い新興国にシフトすることになります。

米国民はローンを組んでまでも消費するようなどころがありました。住宅ローンの破綻の問題をきっかけに、消費バブルがはじけて、購買力が低下すると見られます。通貨としてのドルも安くなりました。

代わりに、中国、インド、産油国の購買力が大きくなっています。中国の通貨、元は強くなる方向です。中国、インドやアジア諸国は明らかにインフレ傾向です。

資料：アジア各国の2008年4月の消費者物価指数の前年同月比伸び率、2007年実質GDP成長率（出典：アジア開発銀行資料）

4月の消費者物価伸び率/2007 実質GDP成長率

中国	8.5 %	11.4 %
韓国	4.1 %	5.0 %
インド	7.9 % (3月)	8.7 %
シンガポール	6.7 % (3月)	7.7 %
ベトナム	21.4 %	8.5 %
インドネシア	9.0 %	6.3 %
フィリピン	8.3 %	7.3 %

医療のための支出

医療が経済モデルの中に入るかどうかは、異論があるかもしれません。

しかし、なりたくもない病気で、お金がかかるのは何とか避けたいものです。医療費もまた経済問題だと考えられます。

高齢者の経済生活に関する意識調査結果によると、日常で負担を感じる支出では「医療費」が46.0%でトップ。「現在の暮らしに経済的に心配がある」は37.8%と、5年前に比べ10ポイント近く増加しました。

最近では、メタボの基準とか、高血圧の基準が話題になっています。腹囲：男性85センチ以上、女性90センチ以上は、メタボ（内臓脂肪症候群）です。

空腹時血糖値100mg/dl以上、中性脂肪150mg/dl以上、HDLコレステロール40mg/dl以上、血圧下85mmHg以上、上130mmHg以上は、生活習慣を改善するように保健指導の対象になります。

腹囲の男性85センチというのは、60才台男性の標準値以下ですから、誰がどのような考えで、基準値を決めているのかという問題も感じられます。

5月16日のNHKクローズアップ現代でも、この問題が取り上げられていました。

私の考えでは、腹囲85センチ以上、血糖値100mg/dl以上、血圧上130mmHg以上などは、身体の状態を示す測定値ですが、それが直ちに病気ではありません。

ただ、この身体の状態を示す測定値以上になると、治療が必要のように感じる方がいたり、医師によっては薬剤を処方する場合があります。

です。

現在はまだ、将来の死亡率との関係を示す、臨床データの明確な裏付けも乏しいものならば、個々人が自らの健康に関心を払い、病気の予防を開始する契機にするための数値として利用するのが正しい考え方ではないかと思えます。

さらに、保健指導の対象として、体温の基準が無いのは不思議なことです。

体温を下げてしまうと、免疫作用を弱めてしまい、肺炎、インフルエンザ、肺結核、带状疱疹などの感染症にかかりやすくなります。体温が低いと、癌細胞ができやすくなります。

明るく、楽しく、気持ち良く

日本は米国をも、しのぐ技術力で、経済のエンジンを具備する必要があります。

日本人の教育水準の高さ、聡明さは全く失われていないので、21世紀の世界で意外な「しぶとさ」を発揮して行きます。

60才台の経済には、次のような指針があるように思います。

- ・まだ住宅ローンがある方は、できるだけ早く完済しましょう。
- ・生活資金と、予期せぬ事態に備えた安全のための資金を区別しましょう。
- ・生活資金と余裕資金の、それぞれの収支を監視する仕組みを作りましょう。
- ・明るく、楽しく、気持ちの良いことをして、身の丈ほどに上手に散財しましょう。
- ・向こう20年の、予定収入、予定支出のバランスシートを作ってみましょう。
- ・病気にならないようにしましょう。事故を起こさないようにしましょう。現在、進められている医療制度改革は医療費を抑制することを志向しています。保険の対象とするか、しないかの線引きの見直しなどで、健康保険の負担を軽くします。これまでと同じ、医療の質や回数を望めば、患者の側の医療費負担が増えることとなります。
- ・テニス、ゴルフや散歩などで運動量を増やし、食事に気を配り、減量して、なるべく薬は飲まなくても済むような工夫をします。

- ・ストレスのかかるような議論は避けます。
- ・早く寝て、朝は5時や6時には起きます。自律神経を正常化するためです。
- ・そして、何でも良いから、1日1回、感謝する。その日、何もなくても、感謝する。

後記

情報源の多くは、書籍、雑誌、新聞、インターネットなどから得ていますが、文中にも出てくる歯医者さんなど、テニス仲間、ゴルフ仲間の雑談の中からもヒントを得ました。

東京都では平均の支出が現在、月35万とされているようで、私の仮定とよく一致しています。

しかし、収入については、夫婦合計の年収が540万で、これは平均より多すぎるとのご指摘が多くありました。

年金はそんなに多く貰っていない。どちらかと言うと、退職時にあった貯金などを取り崩して、海外に行っているという姿が見えてきました。

収入を補うために、アルバイトなどの副収入を得ている方も多いようです。

また、退職金などを、株式などに投資して、資産を減らしてしまった方が、相当に多いようです。

友好団体紹介コーナー

☆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://c11.thaijp.net/>

☆ワールドステイクラブ (WSC)

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

☆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 (LANL)

<http://janl.exblog.jp/>

☆バンコク日本人会 ☆西豪州日本クラブ

男3人、マレーシア滞在2ヶ月

関東支部 No.1075 三上 英司

昨年、早期退職した団塊の世代。この春で入会して約2年になります。会報や関東支部サロン会等を通じて、多くの先輩会員の皆様から貴重な情報やアドバイス等を頂き、夏と冬に待望のロングステイ（以下「LS」とも記載）をすることができました。

今年の正月明け、男3人でマレーシアの南端から北端まで縦断し、ちょうど2ヶ月間滞在。単身赴任型のロングステイ初心者として、準備段階や帰国後も感じるが多々あります。

1 概要

①期間 平成20年1月8日から3月7日まで
60日間

②滞在地及び経路

マラッカ 4泊

ペナン 11泊

キャメロンハイランド 35泊

(ホテル20泊)

(コンドミニウム15泊)

コタキナバル 4泊

ケニンガウ 4泊

成田空港からクアラルンプール空港へ入国。マラッカまでタクシーで往復し、飛行機でペナンへ。バスでイポーを経由し、キャメロンハイランドに1ヶ月余り滞在。バスでクアラルンプールを経由し、飛行機で旧ボルネオ島（カリマンタン島）のコタキナバルへ。タクシーでケニンガウを往復し、コタキナバル空港から出国。

③総費用 約40万円

航空券、宿泊、ゴルフ、飲食、観光ツアーなど一切を含む。毎日お酒を飲み、ゴルフ三昧であったが、3人なのでホテル代、移動のタクシー代が安くなり、コンドミニウムにも滞在したので、かなりの経費節減となった。

2 ロングステイの同行者

我が夫婦のセカンドライフの過ごし方の違いが次第に明確になってきたのは、数年前のことである。僕は元気なうちにゴルフ、テニスや国内外の旅などをしたい。妻は最近始めたガイドの仕事や娘、孫の世話などにも関心が強くなっている。夫婦同伴でロングステイをする方が羨ましいので、何度か妻を誘ったが、「海外には誘わないで、1人でどうぞ」と懇願された次第である。そのため、僕のLSのスタイルは「単身赴任型」の一人旅となっている。

趣味などが全く違う夫婦同伴のロングステイは、短期間の観光旅行と違い、気まづくなる恐れが濃厚であるという。下見ツアーで初めてLSの素晴らしさを知ったというケースもあるが、無理に付き合っただけ失敗したという事例も意外とあるようだ。

一人の旅は、自由気ままに行動できるのが魅力。だが、海外では特に、ホテル代、タクシー代など経費が割り高となり、観光ツアーではかなりの追加料金を請求されることも多い。荷物や時間管理、案内版などの判断、レストラン利用など不都合な場面も少なくない。何と云っても、同行者が一緒だと何かと好都合な場合が多いのは確かであろう。

最近、南の会関東支部の有志が「一人旅の会」を立ち上げたところ、まだ具体的な活動をしていないようだが、かなりの賛同者がいる。同じような思いの方が意外と多いということかな？

今回の同行者は、昨年夏にキャメロンハイランドでゴルフを通じて知り合った二人である。僕がホテルや航空券の手配などの企画原案を作成し、同行していただけることになった。兩人とも性格は温厚で、協調性に富み、単身赴任歴が長く海外旅行体験も豊富で、しかも料理好きである。趣味や嗜好、ゴルフやパソコン、英会



ケニンガウにて

話などの思い入れに違いはあるものの、理想的な同行者を得ることができた。

2ヶ月間の滞在中、トラブルらしき課題がなかったのは、お互いの好みや行動を尊重し、同一行動を少なくしたのも一因かな。最大の問題は、僕がパソコンにこだわり、コンドミニウムに半月遅れで入居したことかな、と自責の念に駆られている。

3 航空券の手配

飛行機の乗った距離に応じて無料航空券を入手できるマイレージクラブ（ノースウェスト航空の「ワールドパークス」）に加入したばかりなので、その活用をまず考え、マレーシア航空を利用することにした。

航空券の種類には、最も安いFIXやLS用の「JIMAT」、変更が可能で追加手数料なしの「オープンチケット」があることを知る。FIXは格安だが日時の変更ができない。滞在中が2ヶ月となると、スケジュールの変更や、予定を中断する可能性は十分にある。そこで、オープンチケットはやや高くなるが、変更のリスクを考慮すると、割高はないと判断。購入先は価格ドットコムや大手旅行代理店を比較して、マイレージを利用できる会社を選定。

料金は出発日によって2倍以上も異なり、日本の正月明けは最安値の部類になる。成田ークアラルンプールーペナンーコタキナバルー成田。3ヶ月オープンで72,000円。その他、燃油サーチャージ、空港使用料等が約2万円（07.12.7現在）。

4 ホテルの予約

航空券と併せて、マラッカ、ペナン、コタキナバルのホテルの手配。とりあえず各地に4泊し、あとは現地で延長または他のホテルに移動することにする。予算は、1室3人利用、朝食付きで泊1万円以下。ネット予約が安いとのことなので、初めて挑戦。

ネット予約の操作方法は容易でない。代金支払いや取消料の扱いなど同行者の確認をとるため、操作を一時中断せざるを得ない。暫く中断すると、それまでの操作は無駄となり、何時間費やしたかは定かでない。ようやく出発1ヶ月前に最終決定し、ホテル予約券を自分で印刷することができた。

ネット予約の変更手数料は、利用開始10日以前は1000円程度だが、それ以降はキャンセル扱いとなり1泊分の宿泊料がかかる。利用者名や日数など一部の変更でも手数料が発生するので、特に確認が必要。

ホテル料金は、一般的に宿泊日数が長いほど安くなる。また旅行代理店やフロントに直接申し込むより、ネット予約が最も安いようだ。だが、実際はやや違う。

ペナンのパラダイスサンデーホテルをネットで4泊予約をし、現地フロントで延長の料金交渉をしたが、ネットで予約したより安くはならなかった。そこで、隣接のコプトーンオーキッドホテルのフロントで直接交渉したが、ここも同様に高い。あきらめず、現地の旅行業者を通じたら、フロント提示より安いには驚いた。同一のホテルでも料金体系が複雑なのは、航空券と似ているのかな。

1室3人利用なので広い部屋を想定したが、実際どこのホテルも3人用の部屋はなかった。簡易ベッドを持ち込むので、3人がスーツケースを開ける余裕は少なく、持参のパソコンを操作するにはかなり難儀した。

1室3人利用が長期間となると、生活リズムも違うのでお互いにストレスが溜まる可能性が高くなる。しかもエキストラベット追加料金がかかるので、2部屋を確保するのがベター。

5 マレーシア各地で

マレーシアを選んだ理由は物価が安く親日的で治安が良く、温暖な気候で英語が通じるから。寒い日本を脱出して、暑いところに滞在し、格安のゴルフやテニスを満喫できるのが最大の魅力。滞在地の感想を簡単にまとめると次の通り。

マラッカは、史跡が数多く残るマレーシア最古の街。博物館が多く整備され、観光地として魅力的なスポットも多いので、行ったことのない方には是非お勧め。夕方、クアラルンプール空港に到着後、その日のうちにタクシーでエクアトリアルホテルに着き、4泊したのはベストチョイスだった。

ペナンでは北部のタンジュンブンガ地区の2箇所のホテルに宿泊。ガーニードライブの屋台街やショッピングモール、ジョージタウンの街並み、バトゥフェリングのビーチなど魅力的な観光スポットやゴルフ場も多数。ホテルやコンドミニアムも多く、ロングステイ地として人気が高いのは当然である。

昼は30度超の暑さでも爽やかで、朝夕は意外としのぎやすい。寒い日本を離れ、心地良い汗をかけるのは最高。ここは寒さの苦手な人には向いているが、汗っかきには不向きかな。

既に滞在している会員の同伴でゴルフ、テニス、卓球に興じることができた。ハイグレードのゴルフ場もあるが、割安なコースもあるという。コンドミニアムのテニスコートでは、宿泊者はただ同然でプレイできるようだ。

1月14日開催のペナン支部の新年会では、非会員の同行者も特別に参加させていただき、楽しく過ごすことができました。どうもありがとうございました。

予定していた滞在期間を短縮したが、今回はもっと長く滞在したい街である。

ランカウイ島への日帰りツアーを勧められ、ペナンから片道約2.5時間の高速船の旅となった。島内の滞在時間が短く、展望台に登り、自然アドベンチャーのクルージングをしたものの、

期待した美しいビーチを見ることができなかったのは残念。結構大きな島でホテルも多いので、日帰りツアーではもったいない。ペナンから至近のパンコール島に行く機会を逃したので、次は是非訪ねたい。

キャメロンハイランドは、高原の小さな街でマレーシアの避暑地として人気も高い。1年を通じて昼間は半袖、短パンで過ごせるが、朝夕はかなり涼しく、東京の5月頃の陽気かな。ここは暑さの苦手な人に向いている。

観光スポットや居酒屋など娯楽施設はほとんどないが、森林に囲まれ、空気がとても澄んでいるので、のんびり静養したい方や、ゴルフ、トレッキングなどをする方には最適。1ヶ月余の滞在中、平日の午前はゴルフ、夕方はテニスとダブルヘッターの日もあり、週末はトレッキングと運動に明け暮れた日々でした。

唯一のゴルフ場のグリーンは、整備があまり良くないが、公営なので信じられないほど格安。プレイ費、カート代、交通費、昼食など一切の経費は1日あたり2千円もしない。

テニスコートは、古く狭隘であるが、公営なのでタダ同然。LS仲間のテニスサークルでは、初級者にも丁寧に指導してくれるのでとても魅力的である。

トレッキングコースは良く整備され、初級者向けから上級者向けまで多数ある。

日本人が多く利用するヘリテージホテルは、ホテルサービス等に満足できない面もある。だが、当地を活動拠点とするロングステイ団体もあり、仲間も増えるのでLS初心者にはお勧め。日本から下見ツアーの団体客も多い。

1月から2月並びに7月から8月のピーク時には、日本人の滞在者が300人超とも推計され、さながら日本人村。リピーターが年々増加していても不思議ではない。(会報2007年秋季号38巻 No.1081 川本さんが詳細に報告)

コタキナバルは、旧ボルネオ島東マレーシア最大の都市で、人口約30万人の大変賑やかな

街。自然が満喫でき、魚介類なども豊富で、高原も近く割安なゴルフ場も多いので、観光客が急速に増加しているのも納得。宿泊したプロムナードホテルの朝食は、大食漢の僕でも食べ切れないほど種類も豊富で評判どおりベスト。

ゴルフ好きの方には天国で、キナバルハイランドを冠したロングステイ団体もあり、ネットで検索できる。人気が高まり、多くの方が押し寄せるのを心配する人もいますが、同感です。

(会報2006年春季号32巻 No.327 市東さん並びに2007年春季号36巻 No.1134 亀山さんが詳細に紹介)



コタキナバルにて

ケニンガウはコタキナバルから約100Kmほど離れた山間の小さな町で観光ガイドブックにあまり紹介されていない。暑すぎず程よい気候なので、ゴルフやテニスなどに最適。

特にケニンガウG・Cは、コース全体の風景が素晴らしく手入れも行き届き、しかも格安ときている。(トータルで約2千円位かな)

日本人が多く利用するジュタホテルに宿泊したが、朝食があまりにも貧弱で冷蔵庫もないので不満足。次回は立派なテニスコートが目前にあるペーカサホテルを利用しよう。

(会報2008年春季号 40巻 No.876 深井さんが紹介)

6 コンドミニアム初体験

ロングステイのホテル代は、長期滞在の割安

料金を適用しても朝食付で1泊4千円前後となり、月約12万円にも達する。そこで、経費を節減するために、キャメロンハイランドで初めてコンドミニアムを体験した。

同行者が評判の良い業者を知っていたので、1ヶ月契約ができ立地条件の良い物件3~4箇所を案内してもらおう。広さはいずれも100㎡超で、3寝室、居間、家具、TV、バスシャワー、食器などもあるのが一般的。インターネット利用は僕の強い希望であるが、できる物件が見あたらないのでかなり躊躇した。

宿泊中のヘリテージホテルと交渉し、コンドミニアムに移ってもホテルロビーでネット利用が可能となった。そこで、ホテル隣接のコンドミニアム(グリーンヒル)と契約し、僕が半月遅れで入居することで妥協。光熱水費等込みで月約6万円前後。1人当たりの家賃約2万と超格安。

各自が1部屋を専有するので、自分のペースで生活ができる。炊事、洗濯、掃除も苦にならず、学生時代の合宿を思い出す。屋台など食堂も多いので外食が多かったが、手作り料理で仲間を招待したり、招待されたり。カラオケやマージャンの誘いもあり、夜も楽しく過ごすことができた。

安く有意義なコンドミニアムを体験できたのは、現地に滞在したこともあり、同行者がコンドミニアムの経験があったからで、初めて訪れる方には、お勧めできない。

なお、**中国の春節(旧正月)**の3~4日間は、都会から大勢の人が移動するので、道路やホテル、コンドミニアムは大混雑。1ヶ月前にホテルなどの予約は満員となる様相。今年は2月7日だが、太陰暦のため毎年変更となるので要注意。ちなみに**2009年は1月26日。2010年は2月14日。**

7 旅行体験談

帰国後、久しぶりに会った知人から、「海外に行っていたの? どうだった? 写真見せて」など体験談を聞かれる機会が多い。具体的に話をしても、ほとんどの場合、最後には「悠々自

適で羨ましい身分ですね」となる。

また「老後の生活が心配で遊んでられない」「奥さんがよく許可したね」などなど。

「老後の生活を安くかつ有意義に過ごす方法だ」と話をしても本気にされない。共通の話題でないで盛り上がり、自慢話に受け取られている模様。

最近、次のような事例を見聞きした。地元のサークルの会長は、人望もあつく世話好きでありながら、多くの会員からは敬遠されている。その要因は、海外旅行に行く機会が多く、そのつど体験談を語るからだという。海外旅行に関心のない方にとっては、自慢話を聞かされてウンザリだという。僕の周辺では、まだまだ、海外旅行は高嶺の華、羨望の眼差しで見られる。

妻は近所の方や親戚、知人などに対して僕のLSのことはあまり語らず、「しばらく不在」で済ませているらしい。一人旅なので、準備の段階や帰国後も、夫婦の共通の話題にならない。初めての頃は話をしても会話は弾まず、不機嫌になることもしばしば。好き勝手に海外に行っている間、周囲にも気兼ねをしているのだから当然だろう。最近、僕も、知人や親戚などにも、できるだけロングステイの話をしないようにしている。

南国暮らしの会員の会合では、気兼ねせず語りあえ、ホットする。関東支部の月例サロン会は参加者が多いので、さまざまな情報を得る機会となる。行ったことがある地域の話は懐かしく、盛り上がる。予算、宿泊先などによって全く異なることもあり、次回の参考にもなる。これから行きたい地域の体験談は、今後の旅の貴重な情報となる。

最近発足したテニス同好会やパソコンの同好会は趣味が共通なので、終了後の懇親会ではいつも盛り上がり、次回の会合を楽しみとしている。

8 帰国後

滞在中は、パソコン、デジカメ、音楽携帯プレーヤーのアイポッドなどにも興じ、ロングステイの旅を十分満喫し、この夏のホテル予約を済ませて帰国。

だが、2ヶ月の留守の間、家庭の状況は変化し、家族サービスのために、夏の予約はキャンセルせざるを得なくなった。今後も、自分の健康、老親の介護、子供や孫の状況などで、行ける機会は制限されるだろう。

行けそうな時に行かなければ、いつまでも行けないだろう。日本食、日本の文化、歴史、風土などを改めて認識するが、正月明けには、また海外へ行きたい。同好の士とともに。

シリーズ「お役立ち情報」

チェンマイ（タイ）のゴルフ事情

関西支部 No.909 鈴木 通弘

近年チェンマイのロングステイヤーが急増している。南国暮らしの会（略称「南の会」）の皆さんの多くはゴルフが主要目的の一つと聞く。

今回、チェンマイのゴルフ事情と「南の会」会員がどのようにしてゴルフを楽しんでいるかを報告したい。

そのため、チェンマイの一般事情は必要最小限にとどめた。尚、当地事情については、伊沢豊氏（会員番号 558）の「チェンマイ便り」が

非常に役に立つので一読をお勧めします。

目次

- 1 チェンマイ及びタイの一口メモ
- 2 代表ゴルフ場概要（ロケーション、料金体系、他）
- 3 「南の会」有志のゴルフコンペについて
- 4 その他

1 チェンマイ及びタイの一口メモ

- 1) チェンマイはバンコクの北北西約 700 km に位置。
- 2) 人口約 25 万人（近郊を含む）。タイ第二の都市。主産業は農業と観光。
- 3) 季節
乾期 11月～3月上旬 平均気温 23度
雨はほとんど降らない。
酷暑季 3月中旬～5月 平均気温 28度
最高気温 40度（盆地のため）
雨季 6月～10月 朝、夕シャワー程度が多い 1日中降ることはない。
- 4) 一人あたりの年収（06年）
タイ 2,660 USドル、1ドル＝110円として約 29万円。日本 36,000 USドル 約 396万円
- 5) 北タイ（チェンマイ中心） 3か月以上滞在の在留邦人数の推移
1995年 580人
2000年 1,111人
2005年 1,953人
2007年 2,654人
※総領事館に届け出をした人数で実際は2～3倍との説もある。
- 6) 観光都市
バンコクを東京とすれば、チェンマイは小京都に例えられる。外国人観光客は圧倒的にヨーロッパ系が多く、近年は日本、韓国も増加している。

2-1 代表的なゴルフ場概要

街の中心から車で1時間以内のところに10カ所以上のゴルフ場がある。ウィークデイ ビジタープレイフィー（カート代別） 7千円前後。ゲスト制度を利用すれば5千円前後。

コースが平坦でキャディが一人ずつ帯同するのでロングステイヤーのほとんどはカートに乗りません。

本稿では日本人が多く利用する「ランナゴルフ場」、「グリーンバレーゴルフ場」について詳しく述べたい。

2-2 チェンマイのゴルフ事情

- 1) 近年タイでもゴルフの人气が上昇中だが、まだまだ一部の富裕層の遊びであり、ほとんどのゴルフ場は外国人頼みの経営である。
- 2) 外国人プレイヤーは12月～2月のハイシーズンに圧倒的に多い。ソウル・チェンマイ間の直行定期便の開設（07年）もあり、ハイシーズンは韓国人グループ（ロングステイパック旅行）が激増しており、グリーンバレーゴルフ場などは観光バスの列で良い時間帯（8～10時）のスタートは予約が困難になりつつある。
ゆっくりゴルフを楽しむなら6月～11月が一番である。雨季とは名ばかりで盆地のため夜または早朝に定期的に一雨くるが、日本の梅雨時のように一日中降ることはない。むしろ緑が映えて快適なラウンドが楽しめる。
- 3) マナーについて
日本人プレイヤーの評判はよい。チップの多い、少ないではない。時間を守る（予約時間通りに集合する）。キャンセルの場合も必ずゴルフ場に連絡する。大声を出さない。キャディに威張らない。むしろフレンドリーである。などが理由である。
ロングステイヤーを中心とした先人が親タイを常に心がけて行動されてきたお陰だと感謝している。このDNAは引き継いで行かなくてはならないと思っている。
一方、すこぶる評判の悪い国もある。あるゴルフ場ではその国の団体旅行全体の来場が断られたくらいである（現在も継続中）。自戒したい。
- 4) キャディとチップ
タイで初めてゴルフをした人が驚くのはキャディの多さであろう。ランナゴルフ場には400人～500人いる。プレイヤー一人についてキャディ一人が帯同する。タイでは一組で6人まで一緒にプレイすることがあるのでショートホール（パー3）がコールホール（先組がオンすると後続がティアップする）の場合、グリーン横にプレイヤー・キャディ合わせて12人がいる風景は圧巻である。

代表的なゴルフ場（概要）

1 バーツ（B）：3. 3円見当

	ランナゴルフ場	グリーンバレーゴルフ場	備考
1. ホール数	27ホール (9,910ヤード)	18ホール (6,490ヤード)	レギュラーティより
2. 所要時間（車で）	15～20分	25～30分	街の中心から
3. 料金体系（18H） 1) グリーンフィ 2) キャディフィ 3) キャディチップ 4) カート1台（1人） 5) レンタル ゴルフセット シューズ	ビジター 1,000B (1,200) ゲスト 500B (500) (メンバー1人にゲスト2人まで) メンバー 100B 200B 150～200B 400B 500B 70B	ビジター 1,800B (2,400) ※ ゲスト 1,080B (1,140) (メンバー1人にゲスト3人まで) メンバー 200B 200B 150～200B 500B 700B 100B	() は土、日、祝料金 ※'08年4～10月まで キャンペーン： ビジターフィ1,000B キャディへ直接し払う 定員2名（含むキャディ）
4. 設備 ロッカー（当日用） シャワー 食堂	20B（タオルを含む） 有り 有り（大衆料金）	無料 有り（タオル無料） 有り（やや高め）	日本式風呂はありません
5. 会員権相場 ('08年1月現在) 理由	35万B 上昇傾向 タイ人から外国人への譲渡 は禁止されているので供給 不足のため	10万B 下降傾向 経営母体がここ数年繰り返 し替わっているため	1) 書き換え料を含む 2) メンバー年会費無料 3) 配偶者：年会費 (1,500B前後) でメン バー料金
6. その他	第3コース（9ホール）は 競馬場内を通過	日本のゴルフ場に似た芝	

① キャディの給与

キャディは固定給料は無い。収入はゴルフ場からのキャディフィーとお客からのチップのみである。前述のようにキャディ数が多いからハイシーズンでも就労（お客が付く）出来るのは週の内3～4日であろう。しかもキャディフィーの内15%～40%（ゴルフ場により異なる）はあぶれた他のキャディ（当然給料はゼロ）の助け合い金として差し引かれるのである。従ってキャディにとってお客から貰うチップはどれだけ重大かはお理解頂けると思う。

② キャディのプライド

キャディの本来の仕事はクラブ運びやボール

探しでは無い。プレイヤーが楽しくラウンドし、より良い成績をあげるよう、サポートすることである。長年働いているキャディは当然コースを熟知しているし、グリーンの状態（早い、遅い、右・左・まっすぐ）を的確にアドバイスしてくれる。しかし、お客の不正（スコアの過少申告、ロストボールの処置など）に対してはやさしくも毅然として対処してくるのである。“キャディ侮るべからず”バーディチャンスに付けるとキャディの眼は一変する。芝目を読む眼が鋭くなる。キャディの腕の見せ所である。と言うのも長年の慣行でバーディー個について20バーツのチップが追加されるからである。プレイヤーとキャ

ディが両者一体となって熱くなる時でもある。

3 「南の会」有志のゴルフコンペ

コンペは同好者により自然発生したもののだが、シーズンスティayerが多くなるハイシーズンには20名近くに達する。

1) コンペの内容

期間 12月～2月

日時 毎火曜日と木曜日

朝6時15分集合。6時30分スタート(18ホール)

場所 ランナゴルフ場

組合せ 当日抽選により決定

方法 ①順位付けはしていない

②ニアピンは一時実施していたが、不参加者も出て休止中

③個人同士のチョコレート賭もほとんど無い

④今後の課題 一部の参加者から「現行のままでは単純なので何か刺激策を」の希望

懇親会 終了後ゴルフ場内の食堂で昼食を兼ねて懇親及び情報交換を行っている。ゴルフ以外についても、いろいろなアドバイスが得られるので好評である。

その他 ①ランナゴルフ場会員権所有者が多くなったのでビジターでもほとんどの場合ゲスト料金を適用。

②「南の会」会員の紹介があれば会員外の人でもゲスト参加が原則として認められている。

③ハイシーズン以外でも有志により随時プレイしている。

2) 参加者の実力(スコアは?)

試みに08年1月～2月 5回以上参加した者の自主申告を集計した結果

①全参加者の平均スコア 101.5

②ベスト者の // 93.6

③ワースト者の // 112.9

上手なのか下手なのかは読者の判断にお任せする。ただし、参加者全員が大いに楽しんでいるのは間違いない。

チェンマイに来てゴルフを始めた女性も少なくない。練習場は「近くて・安くて・安心」で

ある。基礎から教えてくれるコーチの費用も日本に比べて格安である。定期的な練習により上達は早いし、いま流行のメタボリック・シンドローム(内臓脂肪症候群)とも無縁になる。

4 その他

1) ゴルフ場への交通の便

ソントウ(乗り合いタクシー)をチャーター。

①ゴルフバックを含んで9人までは十分乗れる。

②往復料金(一車)

ランナゴルフ場200バーツ

グリーンバレーゴルフ場400バーツ

利用者が割り勘にすれば格安。ただし、ガソリン代の高騰に伴い今後値上げが予想される。

③各人宅を順次ピックアップ、ドロップオフしてくれる。

④ほとんどの運転手は日本語を解さないが南の会ゴルフでは日本語の堪能な運転手を予約している。

2) ゴルフ場申し込み方法

オフシーズンは予約無しでも良いが、ハイシーズンは予約が必要。

①会員を通じて予約

会員と一緒にプレイすれば30%～40%のグリーンフィー割引が適用される(人数制限あり)。

②旅行者・ゴルフ場取扱業者を通じて予約イ)グリーンフィー15%～20%の割引制度がある業者もあり。

ロ)送迎料金込みしか予約受付をしない業者もあり。

ハ)一部のゴルフ場(ランナゴルフ場を含む)は業者を通じての予約制度はありません。

③直接予約

謝絶されるリスクも少しはあるが、電話またはゴルフ場で申し込み可(日本語は通じません。英語、タイ語のみ)。

チェンマイはゴルファーにとって天国に近い所ですが、言葉、風習の違いにより誤解も生じます。コミュニケーションを十分にとってゴルフ生活をお楽しみください。

投稿写真コーナー



支部長会・役員会（6/7 東京・大崎）



2008年度総会（6/8 東京・大崎）



関東支部バリ島ツアー（5/28）

支 部 便 り

九州支部

4月13(日)、14日(月)阿蘇で情報交換会

九州では定例の年4回(1月、4月、7月及び11月の原則として第1日曜日)の情報交換会のうち、昨年から4月分を南九州の会員の便宜を考慮し、九州の地理的中心である熊本で開催しています。

今年は観光も兼ね1泊で阿蘇で開催しようということになり、熊本の会員の尽力で実現できました。参加者はやや少なかったのは、予想どおりでしたが、飛び入りの参加者もあり有意義な2日間でした。

情報交換会・宿泊場所は、南阿蘇国民休暇村(温泉)で、高森の桜は丁度満開、翌日は外輪山を出て大分県へ、「夢の大吊橋」を渡ってきました。この日は天気がよく絶好の観光日和でした。来年は情報交換会の参加者を考慮し、情報交換会とは切り離して国内旅行会にすることも検討しています。

東海支部

4月度定例会議事録

4月13日(日)

定例会(総会を含む):13~16:30 ウイルあいち

サロン会(旧懇親会):16:45~19 唐渡屋

高橋支部長の挨拶の後、年度始めの総会を開き議案を審議した。その後通常定例会に移行した。

1. 東海支部総会

以下の件について説明と提案があり、参加者の承認を得た。

- 1) 昨年度行事報告
- 2) 昨年度会計報告
- 3) 本年度組織
- 4) 本年度行事計画

その後、2006年配布の南の会必携保存版を用いて

- 5) 南の会のルールに関して再確認を行った。
特に会を有意義にするため会のルールとモラ

ルを守り、各会員が主体的に貢献をしようと言うことになった。

2. 定例会

- 1) 進め方について議論し、次回から時間の一部を使って希望国別の島を作り打ち合わせする方法が提案された。

- 2) ゴルフコンペ(5月開催)の参加募集がされた。

- 3) 佐伯さんからキャメロンハイランドの報告
・ビザを取得し、ほぼ現地を中心に5年間生活している。

- ・キャメロンは高度1500mの高原で、小さな町だが気候が良い。

- ・エアアジア(格安航空会社)を利用して近隣諸国へ小旅行を時々する。

- ・ビザの取得が難しくなったことと、名古屋からの直行便が無くなった事が残念。

- 4) 加藤さんからチェンマイの報告

- ・チェンマイの1番良いところは、人が優しいこと

- ・LSビザを取るのに結構苦労した

- ・4つの大病院があり、そのうち3つは日本語が通じる診察で待たされない。

- ・悪い点は、空気があまり良くない、歩道が整備されていない、バイクが多く事故に注意。

3. 来月度のテーマについて

- 1) LS報告と体験談

- ・ハワイ報告

- ・「私が経験したトラブル」

- 2) リタイア後の資金計画

- ・家計管理

- ・資産計画

5月度定例会議事録

1. 日時・場所:5月10日(土)

- ・定例会:13:00~16:30 ウイル愛知・会議室6

- ・サロン会:17:00~18:30 餃子王

2. 出席者:25名

3. 内容

高橋支部長の挨拶後、村田副支部長の司会で定例会を開催した。

(1) オブザーバーの紹介など

オブザーバーや久しぶりに出席した会員の紹介と挨拶。

(2) ロングステイ報告と体験談

各々20分位報告後、個別テーマごとに島に分かれて質疑応答した。

① ハワイ報告 (報告者: 岩月・山本・浅野・土井)

ハワイ支部一周年行事に参加して楽しく、また他支部の方々とも、交流を深めた有意義な滞在だったとの報告があった。

② 台湾報告 (報告者: 高橋支部長)

台中を訪問し、東海支部で新春講演会「台湾LS情報」を講演した謝さんに案内してもらいコンドミニアム・市場など見学。思った以上に近代化されており好印象を持ったとの報告があった。

③ 沖縄報告 (報告者: 中田)

那覇市に3.5ヶ月間ペット同伴で冬季滞在中し釣り・ダイビング等 アクティビティ、費用、留守宅の管理など 快適に過ごしたとの報告があった。

(3) メールの上手な使い方について笠井さんから解説。

長文は避ける、返信に原文は添付しない、個人的なものはブログにするなど。

4. お出かけ情報紹介

チェンマイ (横井さん)、ペナン (小鷹さん)、ヨーロッパ (小林さん)

5. 来月度のテーマについて

(1) 年金で快適に過ごせる北海道ロングステイの紹介 (岩月さん)

(2) ロングステイの資金計画 (笠井さん)

その後会場を移し、サロン会で美味しい中華料理を食べながら楽しく懇親を深めた。

6 月度定例会の議事録

1. 日時・場所: 6月8日 (日)

・定例会 : 13:00 ~ 16:30 ウイル愛知・会議室6

・サロン会 : 17:00 ~ 19:00 餃子王

2. 出席者: 17名

3. 内容

清水副支部長の挨拶後、村田さんの司会で定

例会を開催した。

(1) 年金で快適に過ごせる北海道ロングステイの紹介 (岩月さん)

簡易キャンピングカーでいく北海道ロングステイで、時期・日数、交通手段、宿泊、温泉、トレッキング、雨天の過ごし方、各地の見どころロングステイ予算などの紹介があった。他の経験者やこれから行きたい人から活発な質問があり、寒い時期は南国で暮し、暑い時期は北海道で暮す参考になったと好評。

(2) 東海支部H20年度行事計画について (岩田さん)

東海支部H20年度行事計画について進捗状況の説明があった。

ロングステイ下見 (ハワイ) は岩田さん担当でハワイ支部長・大黒さんに協力をお願いし、9月20日ハワイ支部サロン会参加予定で進めている。現地集合の予定。

もう一方のロングステイ下見 (台湾) は井本さんの担当で、第一希望は12月上旬から中旬にかけて9泊10日で計画中。第2希望は1月下旬から2月上旬 (春節前)。

中部国際空港から台湾ロングステイ協会・謝さん同行の見込み。

(3) タイフェスティバル イン 名古屋 2008 について (土井さん)

5月24日 (土) 25日 (日) 開催のタイフェスティバル見学の報告があった。

(4) 連絡事項など

① 定例会会場のウイル愛知への申し込み方法の変更申請につき山田さんから報告があり了解された。

② 東海支部HPのブリーフケースに定例会資料を掲載する試みについて、土井さんから報告があり了解された。

③ 南国東海メールの発信に対して返事を出し南国東海メールを活性化しよう、村田さんから呼びかけがあった。

4. 海外お出かけ情報紹介

・チェンマイ 横井さん 6月21日から7月5日

・チェンマイ 村田さん 6月24日から7月4日

・ペナン 小鷹さん

・ヨーロッパ（イギリス、スイスなど）小林さん 6月24日から7月15日

5. 来月度（7月12日）のテーマ候補

- (1) 帰国報告
- (2) ロングステイの資金計画（笠井さん）
- (3) トラブル事例の紹介（岩田さんほか）

定例会後、会場を前回好評だった中華料理店に移しサロン会で、美味しい中華料理を賞味しながら楽しく懇親を深めた。

関西支部

関西支部長 松本 都志重

○ 岡山例会の開催

関西支部の受け持ち範囲は、近畿、中国、四国、北陸の一部（福井・石川）と広範囲に亘っています。このため支部では、遠くの人でも参加しやすいように、年1回地方での巡回例会を開催し、情報交換とお互いの交流・親睦を図ることとしています。

昨年は、高知県の「桂浜国民宿舎」で開催し28名が参加しました。

今年は、5月18日に岡山県倉敷市の国民年金保養センター「しもついで」で開催し31名が参加しました。

巡回例会は、参加者のほとんどが泊まり込みで参加するため、大変くつろいだ雰囲気の中で相互の交流を楽しんでいます。例会の情報交換もさることながら、入浴後の懇親会は最大の楽しみです。今回は、余興として参加会員の長田ケイ子さんがマジックショーを披露し、プロ並みの演技に拍手喝采でした。大広間での懇親会終了後も余韻冷めやらず、一つの部屋に集まり、ア



ルコールを持ち込んで遅くまで歓談しました。翌日は、ゴルフ組、観光組などに分かれて岡山での例会を楽しみました。来年の巡回例会の開催場所は未定ですが、沢山の会員の皆様の参加をお待ちしています。

○ ハイキング会の実施

支部の行事として、会員相互の交流・親睦を図ることを目的として、奈良県天川村でハイキング会を実施しました。

リーダーの谷澤副支部長の報告です。

5月15日（木）南の会関西の企画ハイキングを実施しました。

- ・行先奈良県天川村、御手洗溪谷、リーダー 谷澤誠一
- ・近鉄阿倍野から9時10分発吉野行き特急で8人出発、下市口で1人加って9人、奈良交通バスで約1時間、「天川川合」バス停着、天川村は山深い。
- ・参加者は山田智丈、有元義晶、丸山百合子、浅見美智子、藪本毅、野村節子、谷澤誠一、藤本晴久、本田悦子（丸山さんのお友達、会員外）の9名。
- ・御手洗溪谷は澄んだ溪流、エメラルドグリーンの淵、連続して折り重なる大小の滝、巨岩、奇岩がおりなす溪谷美は近畿随一と言われる、まさにその通りでした。
- ・一行は川合を11時25分に出発、しばらく右岸を進み、つり橋を渡って左岸（上流に向かっては右側）を通過、このあたりから谷が美しい。約30分後コースがV字型にターンするあたりから梯子階段やつり橋を越えると突如、ごうごうと水しぶきをあげる御手洗の滝が現れる。昼食休憩1時間、「ええとこやなあ！」との声。
- ・出発して小さい滝、中くらいの滝が連続する右側を捲いて階段と梯子の道をあえぎながら20分ほど登りあとは平坦な山道を通ってバス停「観音峰口登山口」に着き一休みした。さらに50分、洞川（どろがわ）温泉に到着、洞川温泉は昔から大峰山登山基地である。大峰山は全国で唯一残る女人禁制の修験道の山で女子は普通隣の峰、稲村が岳に登る。



- ・ 予定した帰りのバスまで時間が足りなくなって、旅館街を素通り散歩、大形の温泉センターでばたばたと汗流し、その代り6時ころ阿倍野に帰着してから居酒屋で有志7人、堪能するまで打ち上げをやりました。
- ・ 「ちょっとしんどいハイキングをやって、温泉に浸かってAL付き打ち上げ、これって最高の一日や!」との参加者の弁でした。(谷澤記)

バギオ支部

「いよいよバギオは開市百年目に」

この会報夏季号が会員の皆さんのお手元に届く頃、日本は暑い夏が真っ盛りでしょう。バギオの夏は3月から5月ですから、8月は雨季でシーズン オフです。高原の松林を霧雨が覆う静かな時期です。雨季は10月迄続きます。

8月後半から9月に掛けては日本は台風シーズンですね。その日本へ向う台風はバギオのあるルソン島東部の太平洋上で多く発生します。発生したばかりの台風はまだ小型ですが、動きが遅いので数日間雨が続きます。

幾つかの台風が連続して発生すると1週間以上雨の日が続く事もあります。高原のスポーツ、ゴルフやテニスも間々ならない日が多い時期です。テラスで読書を楽しむとか、英語の研修に励むとか、趣味に打ち込むにはいい季節です。

9月になると台風の発生場所が次第にルソン島から遠ざかり、段々と台風の影響も少なくなります。後半は好天の日が多くなって来ます。

今年の9月はバギオはいろいろな催しが花盛りでしょう。9月1日のバギオデーは、1909年にバギオに市制施行されて丁度百年目のス

タートの日となります。百年祭は来年、2009年9月1日ですが、これからの1年間はバギオは華やかな1年になりそうです。

1898年米西戦争の結果、敗れたスペインからフィリピンを買い取り植民地化した米国は早速マニラに総督府を置きましたが、3月から5月の間のマニラの夏の暑さと湿気にはほとんど参り、早速夏の間首都機能を移転する場所を探しました。

そして白羽の矢が立ったのが海拔1500mの高原地帯バギオでした。当時のバギオはまだ全くの未開の場所で、開発のスタートは1900年の登山道路の建設からでした。大変な難工事でしたが、途中から参加した日本人の活躍で1905年に完成しました。延べ2600人以上の日本人工夫のうち600人以上が犠牲になりました。

その日本人達の一部が、道路の完成後バギオに残り、町の開発にも大きな貢献をしました。今でも町の繁華街になっているセッションロードの両側の商店は殆どどが日本人の経営だったそうです。

登山道路の完成により、バギオは急速に発展しました。夏の首都「サマーキャピタル」として米国人中心に町は形成され、日本人が商業部門や農業の中心的役割を果たしました。

1909年9月には市制も施行され、太平洋戦争開始直前には人口3万人の北部ルソン最大の都市に成長しました。マニラとの間にはアジア最初の民間航空機の定期航空路も開設しました。

この時期、日本人は1200人以上が定住し、日本の学制による日本人学校もありました。バギオの日本人の一番華やかな時期でもありました。

終戦によって日本人は全て強制送還され、バギオの町から日本人の姿は全く消えてしまいましたが、最近また少しずつ日本人がバギオに戻って来ています。

その今の日本人の活躍の中心が「北ルソン日本人会(JANL)」です。来年の開市百年祭に向けて今からいろいろ準備を始めています。活動を伝える日本人会のブログもこれから面白くなりそうです。

バギオは、国際観光都市として、また高原リゾートとして海外、特に米国では良く知られています。多くの欧米人が既に「ハッピー リタイヤー」の生活を楽しんでいます。

最近脚光を浴びだしたのが、バギオでの英語研修です。主体は韓国人ですが、日本人の英語研修生もそろそろ百人を超えそうです。会員の研修生も頑張っています。

バギオには、乾季と雨季がありますが、気温は1年間ほぼ一定しています。1年間を通して最低気温は13度から16度、最高気温は23度から26度です。バギオには寒さも暑さも関係ありません。

日本が、これから残暑の時期から素晴らしい秋、そして寒い冬に向う時、バギオは雨季からバギオのシーズン、乾季に向います。残暑も、秋も冬も無関係です。丁度百年目の節目の年ですから、イベントも花盛りでしょう。

来年の百年祭のパレードには、日本人が沢山参加する様に既に市当局から依頼されています。何時もJANLの強い助っ人は南国暮らしの会です。今迄にも2月のフラワーフェスティバルのパレードには何回も参加しています。

パレードの他にも、日本の生け花やお茶、それに武道まで幅広い分野でも日本文化の紹介の機会もあるでしょう。

今年の9月1日からの1年間は、会員が海外で活躍するいいチャンスです。支部としても今迄以上に多くの会員がこれからバギオを訪れる事を期待しています。

その登山道路の建設に始まり、初期のバギオの発展に寄与してきた日本人が再びバギオで脚光を浴びる姿を待ち望んでいます。

関 東 支 部

関東支部長 No.732 馬場 章介

このたび関東支部長の役割をすることになりました732の馬場です。

前任者の市東支部長及び役員の皆様長い間ご苦勞様でした。

関東支部の仕事は「毎月のサロン会の開催」が中心となりますが新組織と役割を決めさせてもらいましたので下記のように報告させていただきます。

6月に支部役員会を開催し支部スローガンの実現に向けて役員一同チームワークを大事に会員の皆さんがより楽しんでいただけるよう役割を果たすよう確認いたしました。

諸先輩方の築かれました実績をさらに発展させるべく微力ですが役割を果たしていく所存です。支部会員の皆様方の一層のご協力をお願い致します。

関東支部役員の仕事と担当者（敬称略）

役割	業務内容	担当委員
支部長	* 支部統括、委員会の開催、サロン会の開催	732馬場
副支部長	* 支部長の補佐	60渡辺、888勝本
会計	* 経理全般	434大野
監事	* 業務執行の状況を監査	469小林
総務グループ (勝本)	* 支部運営全般の企画・推進及び同好会の活性化	馬場、渡辺、勝本 999中山恒夫、1089浅山
	* 視察旅行の企画・推進及び親ぼく旅行の企画・推進	670今野、浅山、1125佐々木
	* 記録、書記、ホームページ関連	735高橋、900島林
	* 渉外	馬場、渡辺、勝本
経理グループ (大野)	* 予算管理、現金出納、及びサロン会、親ぼく会の受付・集金・支払い	大野、281村松、470細田、923永田 1068山科、1161永島、1168迫野

部 会 伝 言 板

総務部会

担当理事 No.462 小林 孝
No.259 菊地 功

A) 会報春季号以降の総務部門の主な活動

- 08/05/02 裁判関連打ち合わせ
- 08/05/10 会報春季号発送アシスト
- 08/05/12 東京地裁にて第 16 回裁判
- 08/05/27 裁判関連打ち合わせ
- 08/06/01 平成 19 年度第 6 回理事会開催
- 08/06/07 支部長会・役員会共催
- 08/06/08 平成 20 年度総会・懇親会開催
- 08/06/23 東京地裁にて第 17 回裁判
- 08/06/27 総会議決事項の登記・都への届け出(一部再提出となる)
- 08/06/28 平成 20 年度第 1 回理事会開催
(担当弁護士・酒匂相談役を招聘)

B) 裁判経過

6/28 理事会にて 6/23 地裁判決への控訴を賛成多数で決定、特別委員会がその準備作業に着手。本会報への報告に先駆けて同日MLにその旨を発表した。尚控訴決定の概要説明等は同封資料をご参照ください。

C) 細則改訂の報告

第 6 回理事会にて以下の細則改訂が承認されましたので細則第 13 条に基づき以下ご案内します。

*細則第 10 条(10)項中の次の文章「但し、經理の任期は 2ヶ年とし、留任は認めない。」を削除する。

会 報 部 会

会報部長 No.732 馬場 章介
前任者の村松さんから部会長のバトンを渡されました馬場です。従来どうり年 4 回の会報発行を果たしてゆく所存です。編集委員会に新しい会員の方に加わっていただき、さらに会員の皆様に楽しく、役に立つ会報をお届けできるよう部会員一同頑張ります。

そこで今夏季号は早速新人の佐々木さんに編集担当をお願い致しました。今後の予定としまして、秋季号の編集担当は島林さんをお願いし、ペナン支部特集を予定いたしておりますので支部の方々のご協力をお願い致します。

秋季号原稿のメール宛先

kkshima_san@ybb.ne.jp

編 集 後 記

会員の皆様から沢山の投稿を頂きまして、心より感謝申し上げます。

又、チェンマイ支部特集では、山口支部長以下会員の皆様に御礼申し上げます。途中で私のパソコンにトラブルが発生！丸一日受信不能となり、指摘されるまで気がつきませんでした。大変ご迷惑をおかけし、お詫び申し上げます。

無知、未経験、初体験で諸先輩の指導の下、新鮮な気持ちで仕事をさせて頂きなんとか、予定通りにこぎ着けました。

又、各支部、会員の皆様との交信で新しい出逢いが生まれたことを嬉しく思います。

☆次回の秋季号は島林会報部員により、ペナン支部特集を予定しております。引き続き皆様のご協力をお願い申し上げます。有難うございました。
No.1125 佐々木 一信

写真ご提供有り難うございます

表紙：本号のテーマは「チェンマイ・ロイクラトーン」です。写真は全てNo.1168迫野正彦さんのご提供です。

左上から時計回りに「善男善女も点火」、「祭りのパレード1」、「同2」、「同3」、中央は「コーム・ローイ天上へ」

裏表紙：

1. 支部長会 (2008年6月、東京)
2. チェンマイ支部サロン会 (2008年6月)
3. 九州支部阿蘇情報交換会 (2008年4月、阿蘇)

「南国暮らしの会」からのお勧め

*** 自己責任 * 納得の上 * 自己決定**

南国で不動産等の買い物をするときは、すぐ買わず、情報を幅広く集めて、自分の目で確かめて、しばらく試してみて納得してから、自分の責任において自己決定する。

南国暮らしの会ホームページに最新の情報が 있습니다。ご覧になって下さい。

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

会員相互の情報交換には、南国ML（メーリングリスト）が便利です。

会員の方で新しく参加希望の方は下記へ参加申込を。

メールアドレス：mail.iinkai@gmail.com

(メールには会員番号、氏名、ご自分のメールアドレスおよびウイルス防止のためご利用のウイルス防止ソフト名あるいはプロバイダのウイルスチェック契約の有無を明記して下さい)

【編集委員】 一順不同一

No. 732	馬場 章介	No. 900	島林 健二
No. 60	渡辺 義郎	No. 240	菊地 範夫
No. 281	村松 幸子	No. 465	橋本 慧
No. 470	細田 良子	No.1125	佐々木 一信
No.1256	大塚 眞一		

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 高田 勝弘

〒140-0002 東京都品川区東品川3-22-20-1208

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

E-mail: imfo@minaminokai.com



投稿写真コーナー



支部長会（2008年6月、東京）



チェンマイ支部サロン会（2008年6月）



九州支部阿蘇情報交換会（2008年4月、阿蘇）