

特定非営利活動法人

VOL.39

南国暮らしの会

2008年 新年号



平成20年1月27日



NPO 法人 南国暮らしの会

南国暮らしの会

会報2008年新年号

目次

	(敬称略)	ページ
理事長新年挨拶	No. 163 宮崎 哲郎	1
セブ支部特集		
セブ支部の現状	No. 198 川上 雅久	3
南国 セブ島 のんびり暮らし	No. 636 鶴岡 照郎	4
セブを初めて訪ねて	No. 646 渡辺 徹	5
セブ事情	No. 646 渡辺 徹	9
フィリピンに行ってみよう	No. 178 小野 勝子	10
セブを訪ねて	No. 155 宇井 泰業	10
LS候補地探しにて	No. 555 渡辺 丈雄	11
なんでそんなにセブを？	No. 834 村田 徹	12
セブ病院事情	No. 421 山口 文夫	12
セブのマッサージ事情	No. 983 鈴木 通弘	13
セブ訪問又は滞在に関するアンケート調査結果	No. 646 渡辺 徹	14
一般投稿		
コタキナバル、ロングステイ視察旅行に参加して	No. 750 小松 勝正	17
東マレーシア、ロングステイ下見ツアー	No. 851 稲田 聡	20
フィリピン・ロングステイ下見調査報告について	No. 840 岩田 彬	23
台湾下見ツアー 台北～高雄編	No. 619 鈴木 幸男	28
アラスカ・クルーズとカナダ・ロッキー・ドライブの旅		42
アラスカクルージング・ロッキー旅行計画8日間	No.1089 浅山 簇治	42
アラスカ・グレーシャーベイクルーズの旅	No.1116 田草川 緑	45
カナダ・ロッキー・ドライブ旅行	No. 60 渡辺 義郎	49
エヴェレスト ベースキャンプを目指して	No. 723 山本 幹夫	53
中高年の海外生活での健康管理	No. 586 磯崎 興志	55
お役立ち情報		
旅支度	No. 558 伊沢 豊	56
日本でタイ国ロングステイビザ取得！	No. 239 伊藤 寛	57
世界一美しい町 パースで再びロングステイ	No.1225 高橋 眞治	58
ベトナム・カンボジア帰国報告	No.1144 小野寺 勉	59
「NPOリタイアメント情報センター」が活動開始	(外部投稿)	61
投稿写真コーナー		62
支部便り		63
部会伝言板		70
友好団体紹介コーナー		71
編集後記		72
平成20年度会費納入のご案内		72

新年のご挨拶

南国暮らしの会 理事長 No.163 宮崎 哲郎

会員各位へ謹んで新春のご挨拶を申し上げます。

皆さんにとって今年が素晴らしい年でありま
すように心からお祈り致します。

年頭にあたり一言ご挨拶申し上げます。



昨年末には設立以来会員の通し番号が126
0番台を越しました。そして会の構成メンバー
は団塊の世代が昨年度半ばで30%でしたが、
今年は50%を越すようになるでしょう。

そして会員には色んな方々が入会され、それ
ぞれの「情報収集」「現地滞在」など試行錯誤
をしながら「自分の南国」を探し、「仲間」を
作り、「夢」の実現に向かっておられます。

ところで最近のロングステイ環境の分析をし
て見てみますと、下記の様にはずいぶん変化して
おります。

1. 2000年頃のロングステイ希望先にはア
ジア地区は無かったのですが、昨年の調査
(L/S財団調査)では遂にベスト3は(1)
マレーシア(2)オーストラリア(3)タイ
とアジア地区が選ばれました、そして今後も
続くでしょう。図らずも当会の「南国志向」
が適切であったことが証明されております。

2. 昨年は円・ドルが安くなり、リングgit・
パーツ・ペソ高でこの通貨地区に会員が多い

当会には強い逆風が吹き、皆さんその変化に
大変不都合を感じるようになっております。
平均して約30%物価が上昇したと同じにな
ります。サブプライム問題によっては、この
状況はまだかなり長い間続くと覚悟しなけれ
ばなりません。ステイ先の検討が必要になる
かも知れません。

3. 目的地によりますが、特にアジア地区では
韓国、中国の進出が目覚しく、生活面でかな
り多くの影響を受ける状況となっております。
彼らはリタイヤー層ではなく若い人、中年層
です。オーストラリアではChinese「ニイハ
オ」、Japanese「サヨナラ」と冗談でなく、
最近言われ始めたようです。その国に対する
経済力の差が影響しております。各国でこの
ようなことが起こると予想され、今後の日本
の国際的経済力が心配です。

我々はこれから自分のLSの計画はこのよう
な状況の変化を把握し、将来の見通しをたてな
がら、進めて行く必要があると、昨今痛切に感じ
ております。この状況下他方で「デュアルライ
フ」(海外ロングステイと国内での長期滞在を
交互に楽しむライフスタイルのこと)との声も
聞こえてきます。多様な時代になってきたこと
の認識が必要でしょう。

以上の状況を考慮しながら、今年の「南の会」
を如何にすべきかの展望を少し述べたいと思
います。

1. 会員数と予算の問題

19年度の予算を編成するにあたり、世相を考
慮し、団塊の世代の方々が相当数入会するであ
ろうとの予測をして、計画しましたが生憎、予
想と実際の数字にかなりの乖離が発生しました。
原因はまだ究明しておりませんが、20年度は

慎重に修正を行い予算作成しなければなりません。この世代は予想に反し、1.親の介護があったり、2.年金の延長問題、3.まだ経済的に安定せず再雇用の拡大を利用し大部分の方が仕事を続けて収入を得なければならない事情等々があるのかも知れません。

2. 会員数増加対策の件

過去果たしてこの会の適正会員数はどのくらいが良いか色んな議論がありました。組織体の宿命として自己増殖が行われ、構成員も規模の拡大を善としそれを喜ぶというのが普通です。確かにある規模を持たないと組織として人的な資源・財源などが充実しないため適切なサービスと健全な運営が出来ません。

当会は特別な会員増強策とらなくても、今まで順調に会員が増えてきました。

しかしここに来てそれも鈍化してきました。これは一般的に一時ほどLSがマスコミ等に取り上げられなくなったことでLS希望者が増えなかったこと、特に会員を増やすことに重きを置かない伝統が当会にあって前述のように自らの努力不足もあるでしょう。

会員はある割合で毎年退会します、そして新しい会員がそれ以上増え徐々に総会員が増えるという経過を辿ります。新しい会員仲間の増加によって会は「人的、財的」活性化が出来、より楽しい会が維持されて行きます。

当会が今丁度、常に一定の新会員を必要とする規模になってきたという認識が必要なのではないでしょうか。

以上の認識を踏まえ、今年は会員を増やすもしくは現在の規模を維持する努力をしてゆきたいと思っておりますので皆様のご協力お願いいたします。

具体的な方策として、

- (1) マスコミ対策：従来の関係ある出版社・新聞社・TVはもちろん、新規にこれを広げて行く。
- (2) ホームページの充実：これまで新会員の獲得に最も貢献してきたと思われる当会HP

の内容をより魅力的なものとし、ロングステイに興味のあるビジターに、よりアクセスされやすいHP作りを心がける。すでにHP委員会にてこれを始めました。これには会員の方が常時出来るだけ多く、アクセスするようご協力をお願いすることになります。

- (3) 支部単位での地区会員の拡大を期待する。これから各支部と打ち合わせして行きたいと考えます。

以上のような対策を取り良き仲間を増やして行きたいと思っております。

3. これから会としての計画して行きたい項目

- (1) 定款第3条「会の目的」である「適切な介護、療養を受けられる地域の調査・開発し云々」とあり、そしてこれの会員への普及を目指しております。

この「介護問題」に関し今年あたりからプロジェクトを作り、徐々に進めて行きたいと関係者で計画しております。会員の第一世代であるシニア層には最も関心のあるテーマであり、その他会員にとっても関心度としては大なるものと思っております。

- (2) 会の規模と地域の広がりが大きくなってきました。会員数、支部設置、登録事務所設置などに関し東京都認証では矛盾が出てまいりましたので、そろそろ東京都から総理府(国)の認証団体への移行を検討します。すでに東京都からも指摘を受けております。

以上これからも皆さんの期待される素晴らしい南の会になるべく頑張りますので、ご支援ご協力を賜るようお願い申し上げます。

以上

セブ支部特集

セブ支部の現状

セブ支部 No.198 川上 雅久

南国暮らしの会員の皆様 明けましておめでとうございます。

旧年は沢山の訪問、セブの会員方々と親交を暖める機会が持て、セブ支部在住会員一同感謝しております。拙い案内にも関わらず、沢山の丁寧な感謝メール等頂戴いたしまして有難うございます。又、時間や日程の関係上大した御案内の出来なかった方々には、この場をかりてお詫び申し上げます。

今年も昨年以上の方々との交流が楽しく出来れば幸いと思っております、勿論リーピーターとなられた方々の再度・再々度の御訪問も楽しみにお待ちしております。

セブ支部現状

支部活動・運営は私・川上（支部長）鶴岡さん（副支部長）山口さん（顧問、広報）渡辺徹さん（会計、広報）の4人の定住者が役員となり、チームワークで運営しております。

昨年（2006年）は大勢の会員の方々の訪セブが有り楽しく交流させて頂き感謝しております。又、それに伴い徐々に1ヶ月以上の長期滞在の方々も増え会員相互の交流も盛んになり喜んでおります。

唯、残念な事は2・3、セブへ訪れてセブが気に入り長期滞在型になった人で、会を辞められたり、支部には滞在連絡等なしで南の会・会員を名乗ってセブに居る人がいます。

会を辞められた方の理由：「もうセブへ決めたので会からの情報は必要ないし、利用価値もない」・・・。会は利用するだけのものでしょうか？会員で有ればこそ得たものが有ったはずで、後進の方々に返すのが人としての基本と私

は思います。

支部へ連絡なしで滞在している方へ：自己責任と自己中心は違います。支部へ連絡もなしに勝手に「セブ在住南の会会員」を名乗って現地や日本で活動される事は、支部活動の混乱を意味しますので、支部にとっては迷惑です。お心有りの方は御一考をお願い致します。

セブの魅力

昨年も書きましたが、セブには他の地域（Nagokuメール・会報などを拝見）のように日本人から見ると驚くほどの突出した素晴らしさと言う物が余り有りません。気候（心地よい風が山から風の吹いてる日が多い・大きな台風がない）もマアマア、物価の安さ（最近のインフレと円安で驚くほどは安くない）もマアマア、セブといえば海ですが、海の綺麗さも程々（セブが中心のビサヤ地方は世界有数ですが、世界一とまでは行かないようです）、治安の良さも程々です。多くの事が程々良いのがセブの魅力と言えれば魅力と思えます。

最近良くない事は欧米人・韓国人の大量増加（日本人も少し増えております）に伴い、日本人や外国人が「良いなあー」と思える住居が賃貸・売り物件ともバブル的に値上がりしておると、交通渋滞等がひどく成りつつ有り、5年後10年後を心配しております。

最後に昨年に引き続き「セブで英語を習いたい」と言う、お問い合わせが多いので紙面をお借りして、御質問に関しての現在住んでいる多くの方々（会員以外も含めて）の状況を掲載させて頂きます。

1、新聞・公共機関・外人（日本人も含む）の生活は全部英語なので半年もいれば生活用語は覚えるのでことさらに習わない

*上達は遅いですが生活は何とかやっていると行けると思います。1年も住んでいれば、日常生

活用語は問題ないと思いますが、但し勘違いをストレスにならずに笑って済ませられる人だけです。

2、学校の英語先生を個人教授をお願いして勉強する（毎日1・2時間 p200～p300 / 時間）先生は程度に依って小学校から大学まで個人のレベルに依って選べます。

*セブへ来てから英語を習って、そこそこ話せる人達はこのタイプが多いようです。

3、現地の大学で外国人向けの英語クラスへ入って勉強する、結構ハイレベルなので多少の日常会話ができる程度の人では苦労するようです。

*これから「英語を使う仕事で身を立てよう」とする人以外必要ないと思われます。

「南の会」皆様、本年もよろしくお願い致します。

南国 セブ島 のんびり暮らし

セブ支部 No.636 鶴岡 照郎

早いものでセブでの生活が4年を超し、5年目に入りました。最初はいつまで此処セブで生活できるか心配でしたが、すばらしい先輩会員に恵まれ、生活拠点、行動方法等を紹介案内して頂き今とても充実した南国生活をエンジョイしています。

私は運動嫌いで、ゴルフ、テニス、ジョギング等は出来ませんが此処セブでスキューバダイビングのCカードを59歳で取り、会員の今野様や岡野様や渡邊様や松岡様ご夫妻と共にセブマクタン島周辺に限らず、モアルポアル、アポ島、マラパスクア島、シキホール島、ボホール、バングラオ島、アロナビーチとほとんどのスポットを体験でき、今は潜水回数100本を超しています。水中では同じ所に潜っても日によって魚の種類が代わりインストラクターからの情報で何処に潜るか決めることも出来ます。セブのダイビングは、殿様ダイブと言ひ、ダイバーはダイブスポットに行き、自分ですることはフィ

ン（足ひれ）と マスク（水中めがね）を着けるだけで重機材の運搬装着は全てアシスタント達がしてくれます。後は水中に飛び込みインストラクターの指示、案内に従い水中散歩を楽しむだけです。水から上がる時も機材は水中で外し、それをアシスタントが持ち上げてくれエアーボンベの交換をし、次のダイブの準備迄行います。船から上がった後も、重機材、ウエットスーツ、マスク、フィンの塩抜き陰干しまでしてくれます。これは私にとっては素晴らしいことですが、日本や他の国ではそこまではしてくれず、高齡の私にとってはなかなか他の国に行きダイビングを楽しもうという気持ちが起きません。

セブのダイビング料金の相場ですが、此処にも日本人価格という物があります。ビーチダイブとボートダイブでも価格に差が出ます。

マクタン島の日本人経営ダイブショップでは1本あたり1500ペソから2000ペソが相場です、これがリピータとなって何回か回数を重ねると1000ペソ以下になります。外国人経営のダイブショップの価格はおおかた1本20米ドルから25米ドルで機材込みのダイビングが出来ます。金額的には日本で潜るのと比較すると半値以下だと思われます。

日本人経営のダイブショップの良いところはまず第一に日本語が通じること、2番目は事前の説明注意事項が良く理解できること、深さ、流れ、残圧、合図の説明はいかなる時でも必要最低限確認事項です。安いヨーロッパ系のダイブショップでは同じ説明をしているのでしょうけど、理解できないことが多いです。まして初めて潜るスポットでは最も重要です。3番目は日本語で何時でも申し込みできる、キャンセルできる事です。英語ではなかなか日時指定やキャンセルは大変です。遊びで潜るときまで、語学力のなさに頭を痛めることも無いでしょう。今、ボホール、モアルポアル、サンタンドール リロアンでも日本人経営または日本人インストラクター所属のショップが有ります。水中は、危険も一杯ですが、ルールを守り指示に従って潜ると、そこには地上では味会えない素晴らしい

世界が有ります。セブで初めてジンベイザメに出会ったり、バラクーダの大群や、鰐、アジ、姫ダイの大群に遭遇すると感動します。わざわざニタリ鮫を見に30 - 40m潜る会員も居ます。

また水中カメラを持ってクマノミや小さなきれいなハゼをデジカメ写真に撮っている人も。私はプール等で泳ぐのは10mも泳げません、ダイビングは自分の体に鉛の重りを着けて潜る、と言うことを、講習受けるまで知りませんでした。泳ぐことが出来なくとも潜れる、これが私のダイビング出来る魅力の一つで、エヤータンク一つで約40 - 60分水中散歩が出来、その間、初めて見る動物のような海草や、色々な体型模様の魚たち、珍しい魚のインストラクターからの説明であつという間の小一時間が過ぎ、一休み食事等をとって、又潜る。広い海、ポート貸し切り状態、のんびり贅沢、ダイビング後のサンミゲルビールの旨いこと年金生活者の至上の楽しみを持ってセブで生活しています。

セブを初めて訪ねて

セブ支部 No.646 渡辺 徹

1. 時

3年前の2005年1月7日成田からセブ直行便にて一人でセブ入り。ちょうどセブ最大の祭りシノログの直前でした。9泊10日の日程（マニラは仕事で何回も出張していたが、セブは初めての訪問）。

2. 滞在ホテル

フェンテオスメニャのミッドタウンホテル。シノログ祭り前後期間の特別料金で平常より高いレートでした。

3. 目的

スキューバダイビングと生活の利便性ならびに治安状況を調査し確認する。（インターネットにセブ情報は溢れるほど沢山ありましたので、ダイビングと生活の利便性は高いと思っていたし自分に合いそうだと感じていたので

すが自分の目と身体で確認したかったため計画）

4. なぜセブか

40歳くらいの時はアテネ市の南のエーゲ海に面した別荘地が良いと思っていました。エーゲ海に臨む古代神殿の向うに沈む夕日の風景が気に入っていたからです。しかし、50歳くらいでアテネ近郊は断念。往復に時間がかかり過ぎて疲れるし、長時間の禁煙も辛い。

その後、タイ、マレーシアのダイビング適地を書籍とインターネットで調べ始めました。各地を訪問もし、タイ語、マレー語入門の本も買い、読んでいました。

ところが、2004年12月にスマトラ島沖地震が発生。タイ、マレーシアの海浜リゾートは勿論、インド、スリランカまで大きな被害。これによりインド洋に面したリゾート地も断念。

（この地震のマグニチュードは9.3。マグニチュード7.3の兵庫県南部地震と比べて4000倍のエネルギーとのこと。あれ～あれ～、困ったな～、インド洋に面した海浜リゾートへ行くと言えば家族も心配するだろうな～）。

突然セブという地名が頭に浮かびました。あそこは島に囲まれ直接大洋に面していないぞ！

もともと私の検討対象からフィリピンは除かれていました。犯罪が多いという報道とマニラ出張の際におけるマニラ空港の悪印象から、食わず嫌いでした。

それから、勤務していた会社のマニラのオフィスに半年に1回ずつ泥棒が入るのを東京から苦々しく眺めていた、ということもあります。ガードマンの手引きしかあり得ないと疑ってしまいました。

インターネットでセブを検索すると非常に多くヒットしました。また、載っている情報量の多さにもビックリ。アヤラ、SMの買い物情報からレストラン、ゴルフ、ダイビング、マッサージ、バー、カラオケの場所や料金まであります。再びビックリ。

治安もマニラと比べれば比較的良さそう、との感触。

5. 到着日

6時過ぎの到着で暗くなっていました。空港の両替店は率が悪いので小額に止め、5000円両替。到着ビルのタクシーは割高なので、出発ビルへ移動してタクシーに乗車。

ホテルチェックイン後、ホテルの隣のアブハドス（フィリピン料理）にて夕食会。セブ在住の会員の方4人とたまたま同じ到着便だったSさんと私の計6人。会員の方々のお話を拝聴。翌朝のためにホテル前の両替店の場所を教えてください。

翌朝ミーティング直後、T氏のお勧めにより携帯電話を購入。会友との連絡上、あると便利、というか無いと不便ですから。

6. 朝のスターバックス

毎朝タクシーでミーティング場所のスターバックスへ。会員の方々に加え会員以外の方々も参加されていました。また、私の滞在期間中にお会いした日本からの会員は、Sさんの他、Mさん、Oさん、Tさんがおられました。ここで皆さんの話に耳を傾けたり、質問させてもらったり。



7. ダイビング

滞在期間中3回マクタンへダイビングに出かけました。2回はTさんをお願いして一緒に。1回は自分ひとりで。

ボートからの海の景色が良かったこと、海中の熱帯魚と珊瑚が綺麗なこと、1時間もかからずダイビングショップに辿り着けることに大満足。潜りたくなったらいつでも直ぐに潜りにいける利便性は東京に住んでいたら絶対に得られ

ません。

8. アヤラショッピングモールとSM

アヤラのスーパーマーケットは大きいし清潔感があり、多少の日本食や魚も置いてあり合格水準。

インターネットショップにてメールの送受信ができることを確認。料金の安さにも満足。

両替場所、写真店を確認しているうちに、アヤラショッピングモールの廊下がカーブしており、直ぐに迷子になってしまうことを発見。自分でモールの地図を作ってみました。

ショッピングモールSM、その他のモール、デパートも訪問。

9. タクシー

街の中であればメーターで走ってくれて料金交渉の必要が無いことに満足。（私は料金交渉になるといつもいやな気分になります）。

空港からホテルまでは交渉になり、メーターにプラス60ペソ（当時のレートで120円）のチップということで乗車。

しかし、その後わざと道を間違える運転手も多数いることを発見。運転手に道順を指示できるように書店でメトロセブの地図を購入しました。

10. 両替

街の両替店の率があまり悪くないということを確認。CITIBANKにてキャッシュカードが使えることも確認。ここでの生活の場合、普段は円の現金両替にして万一の時にキャッシュカードを使えばいいな、と思う。

11. レストラン

日本食レストランは、夢や、のんき、川柳、楽（今は違う店名）、来来軒に行き、大体の値段と味について理解できました。海外の地方都市にしては味の水準が低くない店もあることに満足。

フィリピン料理店はアブハドスとゴールデンカオリに行きました。会員とその奥さんに料

理の名前をいろいろお教え頂く。

どの店も一応清潔感あり。衛生面については全く不明ですが、私は長年の海外駐在と出張から、清潔感さえあればあまり気にしないことにしています。(気にしてもどうにもならないという諦めと既に免疫があるという自信)。

夕食会のない時は一人でフィリピン料理店へ行き、魚介類等の味を確かめていました。蟹は美味しいけど高かった。

なお、現在のお気に入り料理は、シズリングポチェロ(コラーゲンが豊富な肉料理)、ポチェロスープ、ベイクドスカロップ(ホタテ貝焼き)、ベイクドタホン(烏貝とチーズと一緒に焼いたもの)、グリルドポシット(イカ焼き)、エッグアンドタロン(ナス入り玉子焼き)、アドボンカンコン(緑野菜の煮物)、アドボンタロン(ナスの味噌煮込み)、ヴェジタブルテンブラ(野菜天婦羅)等です。

12. ホテル

今回のセブ訪問のため、タクシー運転手と3時間の契約をしてホテルとコンドミニアムを10件くらい一人で見て廻りました。部屋の中はやはり自分の目で見ないと分かりません。

ステイする場合、最初はホテル暮らしから始めようというつもりでした。廻ってみて、アヤラに近いゴールデンピークがあまり高くなく便利そうだな、と思う。

13. 観光地めぐり

日本から来ていたSさんが同じホテルだったので、一緒にタクシーを3時間雇い観光地巡り。トプス(山の中腹、セブ市と海を見下ろす)、道教寺院(山の中腹、華僑の寺院)、サントニーニョ教会(フィリピン最古)、マゼランクロス(マゼランが立てたと伝えられている十字架)、サンペドロ要塞(スペインの基地)、カルボンマーケット(何でも安い観光客には少し危なく怖いところ、港にありカーボンの名前から船の燃料市場から発展したものと推定される)

午前中で終了。

14. コンドミニアム

シテイライト(山の中腹)にお住まいの会員のKさん宅とアヤラパークタワー(アヤラビジネスパークの敷地内)にお住まいのKさん宅にお邪魔し見せて頂きました。治安面は両方とも心配無さそう。

シテイライトは山の中腹なので空気は良いし見晴らしも良いが、車を持つ必要がありそう。アヤラパークタワーは空気が悪いがタクシーが下を通るので車を持つ必要が無さそう。

コンドミニアムに入る場合、最初はアヤラパークタワーだな、と思う。

15. 理髪

SMショッピングモールの中の理髪店へKさんと一緒に。清潔感があり日本に比べ格別安い。ただし、細かく指示しないとフィリピンの若者のような超短髪にされてしまう。

16. マッサージ

会員の方々に連れて行ってもらったり、ネットのホームページで紹介されていた店に一人で出かけたりしました。マッサージの腕は店にかかわらず、個人によって違うらしい、と思う。

17. バー、カラオケ

これも会員の方々に連れて行ってもらったり、ネットのホームページで紹介されていた店に一人で出かけたりしました。

連れて行ってもらったバーでビールを一本注文し、皆で駄弁って、会計は30ペソ(60円)。その安さに感激してしまったのを覚えています。(今は倍に値上がりしています)。

18. ジブニー

連日ホテルの周囲はシノログのパレードの練習で混雑していました。マンゴアヴェニューは車が一杯で少しも動かず、タクシーがどうしても捕まりません。仕方なくフェンテオスメニヤ

から州庁舎まで歩き、そこからアヤラまで一度だけジブニーに乗りました。

スリ、引ったくり、強盗が多いと聞いていたので警戒して乗っていましたが、無事アヤラ到着。ホッと一安心。（冒険好きの人を除き、ジブニーは避けることをお勧めします。）

19．ゴルフ

ダイビングを優先（3回）して、このときはゴルフ場には行きませんでした。

マニラを含めアジアの諸都市でゴルフはやっていたので、様子は想像できたからです。

20．調査結果

セブに到着して2～3日で、“退職したら直ぐにセブに来るぞ”、と決めていました。残りの1週間は確認作業でした。

“セブは私に合っている、気持ちの底で通じ合うものがある”という感覚です。（治安が良くないのは住居と行動範囲に気をつければ良いし、空気が悪いのは40年前の東京で経験済みだから我慢できる。それに海（ダイビング）と山（ゴルフ）に行けばいい空気を吸える。

理屈になっていない理屈が頭のどこかに浮かんでいました。人に押し付ける理屈でないのだから、自分が良ければそれで良いではないかとの割り切りも存在。

セブを去るとき会の皆さんに“4月に又来ますからよろしく”と言い残しました。

21．会のありがたさ

セブに決めた大きな要因の中にセブ支部の存在というものがありません。親切な人達、朝のミーティング、夕食会、適切な情報提供とアドバイス、遊び仲間。良い仲間がいれば楽しいし、孤独病にもならずすむ。

22．最後に、セブとロングステイ

私はセブがMAJOR（主要）ロングステイ適地とは思っていません。NICHE（隙間）ステイ適地と思っています。従って、原則としてセブステイを人に勧めません。

“勧めてどうなるものでもない。本人がセブを好きにならなければセブステイは成立しない。ひとえに本人の感性の問題である”と思っています。

私の友達（複数の海外駐在経験があり、マニラへも何回も出張経験があり、今は退職）にゴールドコーストとバンコクと台北と東京にコンドミニアムを持ち、主に4箇所の渡り鳥をしている人がいますが、彼の発言は辛辣です。

“フィリピンなんて自分の金を出してまで行く気がしませんよ。仕事では仕方なく行ったけど。だって、犯罪が多いし、街と空気は汚いし、不衛生だし。部下をマニラに出張に出したら赤痢になって戻ってきましたよ”。

私はニコニコして酒を舐めながら黙って聴いているだけです。ついこの間まで私もそう思っていましたし、何の反論もしません。

セブを訪ねた会員の中にもスリや引ったくりに遭ったり、おなかを壊した方も何人もおられます。

私は毎月メーリングリストに“セブ便り”を投稿していますが、そこには犯罪のこと、病気のこと、不衛生のこと等もきちんと書いています。

これは“犯罪等が多いからセブには来ないほうが良い”と言っているわけでは決してありません。こういう犯罪や病気があるから来られる方は注意して下さい、との趣旨です。知らずに被害に遭われる方を少なくしようという目的です。一応客観的記述に努めているつもりです。

“来ない方が良い”とも言いませんし、反対に“来た方が良い”とも言わないことにしています。

現在セブに住居をお持ちの方々、セブ訪問リピーターの方々には皆“セブの街とセブの人達”とどこかの部分で意気投合している人達です。

私が思っているのは、“セブに興味をもち、セブを訪問し、この街とこの人達に魅せられたらステイ開始を考えたらよいでしょう”ということです。

他人を冷たく突き放した考え方ですが、“自己選択、自己責任”がこの会の原則です。

セブ事情

セブ支部 No.646 渡辺 徹

1. アイランドホッピングの値段

友人が日本から来客があるということでアイランドホッピングのボートを探していた。まずダイビングショップに問い合わせ。

備船は10時～3時の5時間、ホテルと船着き場の送迎付き、昼食はバーベキュー、乗船は6人という内容で値段を聞いたら、一人5千ペソ(0.39換算で12800円)とのこと。8人になったら単価は下がるのかと更に質問したが、やはり一人5千ペソは同じとのこと。あまりにも高いので、ここへは頼まないことに。

最終的に依頼したのはボートを3時間貸し切りで1艘3500ペソ(9000円)(送迎とバーベキューは無し)。8人で乗ったので一人約440ペソ(1130円)。なんと10分の1以下の値段になってしまいました。

私も良い機会だから割り込んで乗船させてもらったのですが、日本からのお客さんたちは涼しい風に吹かれながら青い空と青い海に浮かぶ緑の島々の景色を堪能し、浅瀬では魚にパンを与え、大いに楽しんでいました。

2. ガードマンの誕生日

コーヒーショップからの帰りに、車でガードハウスの前を通るとガードマンが合図して寄ってきます。彼は、“今日は自分の67歳の誕生日なのであそこのアメリカ人が500ペソ(1280円)を私にくれた”、とお金を私に見せます。

私は、“それはおめでとう”、と右へ倣えでお祝いを渡しました。

ある晩、知り合いの警察官から電話があり、“自分のバラングイでフェスティバルがあるので経済的援助をお願いしたい”とのこと。

翌朝スターバックスで待ち合わせ、雑談をしながら封筒を小さく折りこっそり渡しました。(私服ではあるがピストルを腰に下げているので周りの人には彼が警察官であることが分かる。彼が立ち去った直後知り合いのガードマンがやって来て“今のはポリスじゃないか”と言いに来

た)。

“ガードマンが強盗の手引きをすることもよくあるお国柄”という噂もあるので、こういう人達とは極力愛想良くお付き合いしていません。

3. 22万ペソ(56万円)の土地付き(?)家屋

知人(フィリピン人)が、22万ペソ(0.39換算で56万円)の土地付き家屋が売りに出ているから見に行かないか、と誘ってきた。

その値段は安すぎる。日本製の10年経過小型中古車(右ハンドルを左ハンドルに変えペイントをやり直したもの)の値段と大体同じである(フィリピンでは中古車でも非常に高い)。物見高い私は同行することにした。

場所は、タリサイ市(セブ市の南)へ向かうハイウェイと平行に走っている旧街道から山寄りに100mほど入ったところ。車2台が通る道路幅がある。周囲にはサリサリ、食堂等の商店が数軒。

鉄製のゲートを入ると車1台分の駐車スペース。その奥に平屋。2LDKで40㎡位か?ブロックを積み上げた壁の上に細い木材を渡したトタン屋根。知人はすごく気に入った様子。

帰り道で私は知人に、騙されないように一度弁護士のところへ行け、とアドバイス。私の紹介した弁護士のところへDEED OF SALES(不動産譲渡証書)のコピーを携えて行った知人の報告は以下のようなものでした。

あの家屋は不法占拠した土地に他人が建てたもの。今の家の持ち主はその家を8年前に6万ペソ(15万円)で買っている。従ってあの家を買ったとしても運がよければ50年住めるかもしれないし、運が悪ければすぐに追い出されるかもしれない、とのこと。

知人は購入を諦めたようですが、どうもこの地方では不法占拠した土地に建っている家屋も取引対象のようです。

(南国メーリングリストへの投稿「11月のセブ646渡辺徹」から抜粋)

フィリピンに行ってみよう

関西支部 No.178 小野 勝子

私が「南の会」を知ったのが、平成11年6月。そして大阪の情報交換会に一人で恐る恐る参加したのが7月、とりあえず「フィリピンに行ってみよう」と出かけたのが9月であった。

最初のフィリピン旅行はマニラだったが、これが最悪の旅行であった。悪天候で、飛行機が着陸の順番待ちで、1時間上空を旋回したし、やっと降りたマニラ空港は「湖」と化した状況の中にあり、停電していて暗いわ、手荷物は無くなるわ、車の大渋滞に巻き込まれるわで、2日目には帰国を決めていた。あの日以来マニラに行こうとは思わない。そして次に出かけたのが「セブ」であった。年金暮らしは当分先の話になるので、その点は気楽である。英語が全く出来ない私は、毎回何か失敗しつつも、南の会の大先輩の方々にお世話になりながら、フィリピンに数回でかけている。

関西空港から、マニラ経由でセブに到着すると夕暮れがせまっている。前回はタクシーの中から外の景色を見ながら妙に懐かしく感じたのが、自分でも驚きであった。ちなみに、私はセブのリゾート地には足を踏み入れた事はない。ごく、限られた地域の風景しか知らない・・・。

その中で、私が苦手なのは、スーパーの中の「魚売り場」と「肉売り場」である。どうも、臭いがダメなのである。日本のスーパーだと、魚や肉はパッケージされて売られているので臭いはあまり気にならなかったが、嗅いだ事のない独得の臭いがするので、じっくり見る事ができない。出来るだけ近づかないようにしているのが本音である。

女性で、フィリピンを訪れる方は少ないらしい。

私はいまのところ、子供が母親の膝の上を安全な基地として、少しずつ行動範囲を広げて行くように、セブの大先輩の中で過ごさせていただいている。

セブを訪ねて

東海支部 No.155 宇井 泰業

以前よりリタイア後にはどこか南の国でのんびり人生を送りたいと考え、短期の旅行をしながら候補地を探していた5～6年前、マニラで支部長の川上さんとお会いする機会がありました。その後疎遠でしたが川上さんが支部長になったのをきっかけにセブで何回かお世話になるようになりました。

常夏の国、ある程度意思の疎通ができる英語圏、時差がない、ロングステイをするのにビザが有利、短時間で渡航ができる、日本とは同じにはならないがある程度の治安のよさがある、日本人のネットワークがある、年金で暮らせる国、等を条件に探した結果フィリピンのセブがいいなと思うようになりました。

よく友人に外国でのロングステイを語るとき「外国へ行って何をするの？」と質問されるのですが、私は「日本で暮らしているように暮らせばよいのでは」と言っています。

日本では仕事もせずにブラブラしているのはちょっと気が引けますが、買い物に出かけたり、たまに遠出をしたり、友人とのゴルフや外食を楽しんだり、料理を作ったり日本でしているのと同じように、セブでも特に何かをするのではなく日常を楽しむことがよいのではないのでしょうか。このセブでは何をするのも自己責任で許されます。私は大いに怠け者になると思っています。

最近のセブはペソ高、物価高で以前ほどの割安感は無くなりましたが、人件費が驚くほど安価ですので人の手を掛けるサービスはまだまだ日本と比べると格安です(マッサージ、美容院、交通機関など)。また海でのリゾートが充実しており、セブ市を抜け出すといろいろなりゾート地が「海大好き人間」を待っています。

それも一年中です。やしの木陰で居眠り、スキューバ、ジェットスキー、ビール片手に友人との語らい。安価に楽しめます。宣伝みたいです

すが本当なんです。私もボホール島に行きました。セブからフェリーで30分。料金は当時ブロモ期間のため片道550ペソで往復することができました。

ホテルはディスカバリー旅行で予約、一泊約4500円。もう少しいい部屋がよかったかな。友人はスキューバへ、私は船の上から応援です。夜はホテルレストランでフィリピン料理、味はまあまあ。料金は安い。

確かにネガティブな面もあります。スリヤ泥棒は多いし、殺人は日本の10倍だし(人口比)、一日の食事に困る世帯は30パーセントにもなるらしい。日本と同じ治安ではないことをよく理解して行動することが大切です。

私も来年で60歳、いよいよリタイアです。待ちに待ったロングステイの開始です。セブのネイティブな社会に何か役立つ役目をもらい、日本と同じように地域に溶け込んで日本とはまた違った文化を楽しみたいと考えています。

LS候補地探しにて

甲信越支部 No.555 渡辺 文雄

セブへ行こうと思ったのは、初めてダピタン会へ出席した時である。一昨年の10月初めであったと思う。

南国暮らしの会でセブ支部長をしておられる川上さんの「セブに来れば、腰痛は治りますよ」の一言だった。それまで10月になるとコルセット無しでは行動出来なくなっていたのである。

11月20日から2週間の予定で不安を抱えての一人旅立だった。

しかし鶴岡副支部長はじめセブに滞在している会員、また会員以外の人も含めて、スターバックスで行う朝食後ミーティングが、右も左も分からない私にとって非常に心強いものとなった。

確かに三日ほどで腰の痛みはゲンと減ったが、街の中は想像以上の排気ガスで空気は汚れていた。しかし、車で数十分走ると別世界であった。

眼下に広がるパノラマは、まるで緑の絨毯の様で、その美しさにしばし呆然となってしまった。

二週間で帰らなければならなかった時は、後ろ髪を引かれる想いであった。(禿げて髪は無いが・・・)

今年の3月にダピタン会で、私が担当していたスカラ生の卒業にかこつけて、一ヶ月の計画で再訪した。

ところが、治るはずの腰痛が悪化して川上夫妻に通訳兼付き添いを頼み、三日間PERPETUAL SUCCOUR HOSPITALに通った。

幸い痛みは治ったが、原因は胆石症であった。しかし、セブにこんなに大きな病院がある事はLSには心強く思った。

ダピタンはミンダナオ島にある町でセブから見れば遥かに田舎である。それだけに人々は素朴に感じ、自分達の方から擦り寄ってくる人もいなかった。

始めて会ったスカラ生の喜びようを見て、日本で2,3回飲み代を節約しただけの金額で、彼等が大学を卒業できる現実に、日本とフィリピンの物価の格差を改めて思い知らされた。

話は戻るが、LSには楽しい趣味、娯楽も勿論あった方がよい。

その点セブは、スキューバーダイビングやクラブ通い、ビリヤードと遊びに事欠かないし、信じられない安さである。

しかし、他の人も指摘している様に、楽しさの反面、夜の暗闇には、不気味な危険も潜んでいる。

当然私の頭の中のLS候補地としてセブは大きな座を占めているが、夢のような楽しさだけに捕らわれず、まだまだ多くの経験をして候補地を決めていきたいと思っている。

なんでそんなにセブを？

関東支部 No.834 村田 徹

私達夫婦がセブを訪れたのは、2005年に1回、それも6日間。2回目が今年で7日間。計15日間しかありません。LSの域には程遠く、セブの1割もかじってはいないのです。でも次の計画もすでに思案しております。

ではなんでそんなにセブを？ と思う方も多と思います。

セブは確かに物価は安いし、食べ物も日本人の口に合うものが多い。ではそれだけで満足かといえばそんな単純でもない事は在住の渡辺さんの、セブレポートでもご理解できると思いますが、殺人、強盗、引ったくりと危険な場所は多いし経済的にも厳しい国でもあり、国の政策もままならず、街は車の排気ガスで充満しているし路地に入れば、放し飼いの犬もウロウロしています。それが現状である事を知りました。

日本より増した自己責任が問われます。我々は外来者ですので、そのフィールドにあわせた生き方、過し方を持つ必要があると思います。

でも私達が2度も3度もその気にさせてくれる理由は、目線が合うと子供も老人も、男性も女性も私達を笑顔で迎えてくれる事が何よりの癒し気分させてくれるのが1番の理由なのかも知れません。今の日本人には忘れかけたことではないでしょうか？

又、毎朝のスターバックスでのセブ在住の皆さんとの情報交換も貴重な時間です。

困った事とか、何がどこの店に売っていると、話しの中身も多種多様で、あっという間に1～2時間は経過してしまいます。

ゴルフもダイビングもやらない私達に遊び方のノウハウも色々と教授して頂きました。

何よりも、何かの時には相談が出来ると言う安心感。頼りになる現地の方々とのコミュニケーションと言う意味で大いに有意義な事と思いません。海外旅行といえばツアーしか知らなかった

私達ですが、それをやめての旅は空港や、ホテル、レストラン等で沢山の失敗も経験しました。我々のへんてこりん英語でも何とかクリアーできます。“経験は認識成り” 今後も、おそれず、へこたれず。笑顔いっぱい、太陽いっぱいのセブへの旅を続けたいと思います。川上支部長様始め、セブの皆様ありがとうございました。又お会いしましょう！

セブ病院事情

甲信越支部 No.421 山口 文夫

セブには大きな病院というのが数えたことはありませんが、10以上はあるでしょう。そしてそれには私立と公立とがあります。公立は診断料がただです。薬その他の費用はかかりますが。それは施設も建物も古くて、廊下にまでベッドがあふれていてそこで点滴している人がいました。私立にも多くの病院がありますが、双壁はセブドクターとチョンホアという中国系の病院です。そしてそのシステムが日本とは大きく違っていています。日本では大勢の医師が病院に雇われて働いていますが、こちらでは病院の建物やその周辺のビルディングの一室を借りて診療しています。

まず病院の受付に行くと症状を聞かれて医師を紹介されます。そしてその医師を訪ねます。それから日本と同じで、大勢の患者が待っている待合室で待ち医師の診断を受けます。診断の結果レントゲン検査が必要なら、その病院の中にあるレントゲン室に行きます。そこへ行くと何か書いてある紙を渡されてそれを持って会計に行きます。そこでまずお金を払います。そして領収書を持ってレントゲン室に行くと撮ってくれます。こちらでは何をするのも前金です。胸のレントゲンで何百円です。そしてレントゲン写真を見て診断を下すのは最初に会った医師ではなくて、レントゲン専門の医師がやります。その診断の書いてある書類とフィルムを持って最初の医師のところに戻り最終の診断をしてもらいます。帰りに診断料を800円くらい払い

ます。これだけは後払いです。病気になって病院に行くときはこちらの人に付いていってもらうことです。あなたが英語がうまくても相手が英語がうまいとは限らないからです。

もし入院が必要と言われた時はその病院に入院します。ここでも料金は前払いです。退院までに幾らかかるかわからないので病院のいう金額を預けるか、クレジットカードを提出します。そして先ほどの医師が診察に来てくれます。病室は金額によっていろいろですが、最高の部屋でテレビ、冷蔵庫、電子レンジ、シャワー、トイレが付いて一泊7500円くらいです。夜中に誰かが入ってきて危険なので必ず付き添いを付けてくれと言われ驚きました。

医療の水準は素人の私にはわかりませんが、フィリピンでは優秀な人は外国に出て行きますから日本より良いとは思えません。深刻な病気は日本に帰ることで。

歯科も何軒か行ってますが、料金がピンからキリまでで驚きます。この10月に5本治療してもらったのですが15万円ほどでした。治療する前におよその金額を聞くべきでした。腕も良いのか悪いのかわかりません。日本に帰ったら歯科医に治療跡を見せて判定してもらうつもりです。

こちらに来る方は保険には絶対に入ってから来てください。クレジットカードに付いている海外旅行保険で十分ですから。

セブのマッサージ事情

関東支部 No 983 鈴木 通弘

私はセブに滞在して約1年になります。元整体師ということで、マッサージについて担当することになりました。

セブのマッサージはボディマッサージ、フットマッサージ、オイルマッサージ、スパなどがありますが、殆どがタイ式マッサージで、タイにおとらず大小たくさんのマッサージ店があります。朝は10時頃～夜中の12時まで営業し

ています。料金は1時間125～500ペソ（円換算は2.7倍）マッサージ師は約1ヶ月で習得できます（ちなみに日本のマッサージ師は3年勉強した後、国家試験に合格しなければ資格はもらえません）。上手い、下手はマッサージ師によって差はありますが、どこの店に行ってもワンパターンで、やり方は全く同じです。

店内は殆ど暗くて、すべて個室（カーテンで仕切ったところもある）になっているが、床にせんべい布団をひいたものからマッサージ台がある店もある。安いところはあまり清潔とはいえない作りで、女性や潔癖性の方には絶対にオススメできない。このような方は500ペソ以上の店にいてください。チップは20ペソの方もいるようですが、できれば日本人であったら50ペソくらいやって欲しい。

セブのよいところは朝7時スタートのゴルフ、11時に終わってシャワーを浴びてマッサージ、昼寝を兼ねる人は2時間マッサージをして、午後はさらに好きなことをすれば良い。

また、こんな人もいる、午前ゴルフ、終了後、和式風呂に行って三助に全身を洗ってもらい、そしてマッサージと日本では経験できないことも安価な料金でできる。

こちらのマッサージは治療を兼ねたマッサージはできない。あくまでも癒しのマッサージである。本人が気持ちよく満足できればそれでいいのです。

もちろんタイ式マッサージだけではありません。フットマッサージやスウェーデン式のオイルマッサージ、痩身マッサージ、エステなどもたくさんあります。セブはまさにタイに劣らずアジア有数の「マッサージ天国」といっても過言ではないでしょう。

セブに来られてマッサージを希望される方は、南の会特有の利点を生かすため、南の会のメンバーの人の情報をよく聞いて自分にあったところに行くことをオススメします。

セブ訪問又は滞在に関するアンケート調査結果

セブ支部 No. 646 渡辺 徹

調査目的 セブの魅力、欠点、セブにおける生活、今後の抱負を探る。

調査時期 2007年11月

調査方法 アンケートの質問に自由回答。Eメール使用

調査対象 セブ訪問者、滞在者。南国メールで会員に回答を依頼

回答者数 18名

調査集約 646 渡辺徹

調査結果の概要

(注)自由回答形式であり表現がそれぞれ異なっているため項目毎の回答件数を正確に数えるのが難しいこともあるため、原則として比較的多かった回答項目を列挙するにとどめます。

少数派の回答の中には参考となる貴重な記述がたくさんありますので、アンケート集約(生データ)の全回答を是非ご覧下さい。

(編集注:生データは記載していません)

質問A

1.なぜセブを選んでいるのですか?セブの何処がいいのですか、何処が魅力ですか?

(比較的多かった回答)

- ・英語が比較的通じる:英語の勉強にも便利
- ・フレンドリーな街の人々:明るく親切
- ・日本から近くて便利
- ・温暖な気候:腰痛にいい、台風があまり来ない、湿度が低い
- ・セブ支部の人達のサポート、スターバックスミーティング等の存在:遊びや食事仲間、アドバイザー(会友)の存在
- ・遊びやスポーツやリフレッシュ場所が多く安く便利:ゴルフ、スキューバダイビング、バー、カラオケ、海、マッサージ、カジノ、ボーリング、
- ・適当な大きさの都会で生活の便が良い
- ・物価、人件費が安い

・将来介護を受ける時の候補地として調査、勉強できる

2.セブで何をしている時が楽しいのですか?

(比較的多かった回答)

- ・スターバックスにおける朝のミーティングの雑談
- ・ビール、食事、友人知人との会話
- ・ゴルフ
- ・マッサージ
- ・ダイビング
- ・ポーっとリラックス、読書

3.セブで何をすると熱中していますか?

(比較的多かった回答)

- ・ダイビング
- ・ゴルフ
- ・ビリヤード
- ・賭け事、ゲーム
- ・マージャン、カジノ

4.セブで何をしている時リラックスできますか?

(比較的多かった回答)

- ・マッサージ(回答者の約半数、圧倒的に多い)
- ・朝のミーティング、食事会、ビール
- ・昼寝
- ・読書
- ・ダイビング

5.セブの愛すべきところは何処ですか?

(比較的多かった回答)

- ・フレンドリーで親切な街の人達(回答者の約半数、圧倒的に多い)
- ・明るい、気がいい、人なつっこい、スマイル、生活を感じさせる

6.セブ生活の一日の概略をお教え下さい。

(全回答)

- ・1ヶ月滞在した時は、25メートルプール付きだったから、午前中は1km位泳いだ後、読書。昼寝の後2時間英語。夕食後は、ビリヤードかクラブ。
- ・ショッピング、マリンスポーツ、マッサージ。
- ・スターバックスのミーティングから始まりアヤラで午前中、その後それぞれ・・・とコースに流れるパターンですがもう少し工夫したいと思います。

- ・昼は麻雀・夜Casino。
- ・朝食をスターバックスで。その後コンピュータで株式投資 午後はマッサージ、モールを散歩。夜は飲みに行く。
- ・朝食後スターバックスのミーティング。ショッピングセンターをぶらぶら。メールチェック。昼寝。街を探検。時々会のメンバーとの会食。
- ・短期旅行だったのであちこち見学した。
- ・スタバ・ゴルフ(またはダイブ)・ビリヤード(またはカラオケ)
- ・スターバックス(時々朝食)、アヤラモールでの両替と買い物、ホテル又は外食、マッサージ(本命)、夕食(会員の人達と)、ビリヤード他
- ・日本ではまずしないデパートまわり、マッサージ、夜はカラオケバーあたりでしょうか?!
- ・午前中・・・スターバックスにて朝食及び歓談。その後、アヤラショッピングセンターを散歩 午後・・・マッサージ、夕方・・・会友との食事 若しくはマージャン、カジノ
- ・パターンA。コーヒー、インターネット、読書、体操、朝食、スターバックス、インターネット、読書、昼食、読書、昼寝、インターネット、体操、夕食、テレビ又はビリヤード
- パターンB。コーヒー、インターネット、読書、体操、朝食、ゴルフ、昼食、読書、昼寝、インターネット、体操、夕食、テレビ又はビリヤード
- パターンC。コーヒー、インターネット、読書、体操、朝食、ダイビング、インターネット、夕食、テレビ又はビリヤード
- ・朝食(パン、フルーツ)後喫茶へ出かけ、ダベリそしてアヤラでの買い物と軽い昼飯そして読書、後昼寝orマッサージを受ける。グルメ情報で食事探訪、時々ダイビングor近くの島にお出かけ
- ・(パターン1) 8時起床朝食、9時散歩アヤラスターバックス、10時散歩、11時アヤラでサラダを食べる。散歩してホテルに帰り、インターネットカフェ1時間、ときには、マッサージとか友達と会話とか昼寝、夕食、その後バーとか友達と会話

(パターン2) 5時起床朝食、7時ゴルフ、11時ホテル洗濯、昼食、昼寝、マッサージとか、友達と会話、夕食、その後バーとか会話

- ・朝5時半から1時間歩行訓練 7時半朝食洗濯、掃除、10時から買い物 昼食 14時から2時間 wifeが勉強中 散歩 夕食 娘達とskype テレビ 就寝
- ・6時GET UP シャワー 朝食 8時からスタバ 10時に部屋に戻りパソコン、12-1時昼食麺類が主 その後 昼寝かマッサージ、4時頃からパソコン、雑用、6時半から夕食ビール、8時からビリヤード、10時からスカイプ、12時GOTO BED。

7. セブで良い友達が増えましたか?

ほとんど全員が“増えた”と回答

セブで会った全国の会友、朝のミーティング参加者、マージャン、カジノ仲間、現地の人々、(60過ぎてから友人一杯増えました。良い友達は増えました、恐らく日本(地元)では難しいでしょう。)

8. あなたは家族同伴でセブを楽しんでいますか? 単身ですか?

単身 11人(内独身者2人)

家族同伴 6人

単身同伴両方 1人

9. 今後の抱負はありますか? あったら教えてください。(全回答)

- ・もっと沢山の現地の人達と友達を作りたいですね。そしてセブの事も・・・夢は小中学校でのボランティアみたいな事もできればと思っています。
- ・将来的にはセブの田舎(山・海問わず)で自分も含めた年寄り(介護も含めて)のコミュニティーを作りたい。
- ・セブにきてまだ旅行していませんので来年あたり島めぐりでもと思っています。
- ・まずは現地語でその後英語を話せるようにしたい。
- ・タイに比べるとかなり住居費が高いので滞在費を抑えられるようにしたい。
- ・長生きしてセブを楽しみます。

- ・英語で簡単な日常会話ができるようになりたい。
- ・セブの都会生活に慣れたらその後綺麗な海岸に住むのが夢。しかし、将来のことは分かりません。
- ・ボホール等の観光もしてみたい。
- ・今後も避寒で南国暮らし候補地を模索中
- ・もっと のんびり 過ごすこと
- ・セブで英会話を習いたい。
- ・オーストラリアでは、日本人会が月1回主催するシニアの会で 在宅サービス、デイサービスの利用の仕方、退職者ビレッジの 仕組み利用方法等、高齢化社会に向けた取り組みが始まっている。同じオーストラリアに住んでいる方で、最後はKLの医療及び現地の S氏が進めている介護体制がいいと退職者 ビザを取る人も多く、私も勧められたが、何度か訪問しているセブが私には合っている様に思い、今後、セブの医療、介護のシステムについて調べ、ゆくゆくは セブで暮らのもいいかなと思うようになった。
- ・セブに留まるだけでなく、他の町、他のダイブスポットを訪ねたい。次回は家内にもフィリピンの良さを見せたい。
- ・今は家内の母親の介護の事もあり、いずれはロングスティをしたいです。
- ・今年をもってリタイヤしたいと思っているので(予定) セブに長期滞在(1年の半分位・願望)したいと思っています。
- ・これから少しずつ慣れて日常会話くらいの英語は身につけたいとおもいます。
- ・小生は将来ロングスティは難しいのでせめて1ヶ月位のショートスティをしたいなあ...と考えております。

質問B

1. セブの欠点、嫌いなところはどこですか？

(比較的多かった回答)

- ・大気汚染、排ガス
- ・治安が悪い
- ・不衛生

2. セブに変化を起こして欲しい事柄は何ですか？

(比較的多かった回答)

- ・環境一般
- ・大気汚染、排ガス、不衛生
- ・治安
- ・犯罪が多い
- ・住環境
- ・環境、治安が良くて安いコンドミニアムが少ない、騒音、下水道
- ・交通環境
交通マナー、タクシー運転手のマナー、車道、歩道が凸凹
- ・貧困問題
公務員のチップおねだり、相手を見て値段を言う
- ・物価上昇、ペソ上昇
- ・正義感
両替ごまかし、公務員賄賂、

3. セブの生活で苦労するところ困るところはどういうところですか？

(比較的多かった回答)

- ・治安が良くない。一人で散歩できない、警察官でも信用できない、
- ・不衛生。食中毒になった、トイレが汚い、飲料水が心配、レストランの食器や野菜の洗浄が心配
- ・サービスの質があまり高くないのに日本並みの料金のものがある
- ・電気、インターネット、日本レストラン、歯医者

4. セブに不満があっても我慢できるのは何故ですか？

(比較的多かった回答)

- ・物価が安い
- ・遊び代が安い
- ・街の人々、風景
- ・フレンドリー、のんびり、親日
- ・日本で過去のものになってしまった風景
- ・自然(気候や海)
- ・暖かい気候、マイナスイオンがいっぱいの澄んだ空気、きれいな海
- ・信頼できる会員の存在
朝のミーティング、夕食会、情報、アドバイス

コタキナバル、ロングステイ視察旅行に参加して

関東支部 No.750 小松 勝正

コタキナバル、あまり知られていない。マレーシアは西マレーシア（マレー半島）、東マレーシア（ボルネオ島）に分かれており、今回の視察は東マレーシア、サバ州の州都であるコタキナバルにロングステイの視察をしました。

今回、関東支部でコタキナバル、ロングステイ視察旅行をやりたいと支部長の市東明義さんからお聞きしました、以前からコタキナバルは良いところと市東さんから聞いていましたので私は一度は訪問してみたいと思っていましたので参加する事にしました。

日程は9月27（木） - 10月1（月）までの3泊5日です、成田空港出発ロビーに集合したのは市東支部長ほか14名で内訳は、ご夫妻での参加は4組、お一人での参加が6名でした。サロン会でお会いした方もおりました。又、はじめてお目にかかった方もおりましたが、皆さん南の会の会員でありますのですぐに打ち解け、他のツアーとはここがちがうんだなとまず感じた次第です。

マレーシア航空、直行便で約6時間でコタキナバル空港に到着しました、飛行機の窓からのコタキナバルは雲に覆われており小雨が降っておりました、そのはず雨期に入っていたのです。

涼しい、ボルネオ島に来た感じがしなかった、空港からバスに乗り町にはいる、賑やかだ活気がある、車の数も多い。想像していた以上の町であった。

市東さんから詳しい町の地図と注意点の書かれたコピーを頂きホテル、ハイアットリジェンシー、にチェックインしてから食事へ、ローカルレストラン『ルビー飯店』での海鮮料理、海老、蟹、魚、野菜等々、さっぱりとした味マレーシア風である、ビールはあることはあるのですがポットにいれコーヒーカップで飲むとい

う不思議な光景（中西氏談）、食事も無事に終わり、そこにコタキナバルに永年住んでいる安達真澄さん（女性）がこられた、安達さんはスイートホリデイ、マネージャーをされている方で市東さんとは永年の友人とのこと、安達さんの案内で夜の市場、マーケット、コーヒーショップ等々散策しました、安達さんありがとうございました。その後ホテルに戻り更に外山さんの部屋に集まりサロン会を楽しく実施、一日目全員無事終了。

ポーリー温泉とキャノピーウォークツアー（2日目）

朝、天候は曇り時々小雨、それでも全員元気、キナバル山（東南アジア最高峰、4,095m）山麓に広がるキナバル公園に出発、ポーリー温泉とキャノピーウォークの旅（バス）です。バスの窓からは海辺に展開する水上村、綺麗な山麓に点在する地元の民族の高床式の家々、垣間見る民族衣装の人、イスラムのスカーフを被った女性、マレーシアに来た、ボルネオ島を走っているとの感慨を胸に眺めながらキナバル公園に向かいました。

約4時間バスに揺られてポーリン温泉に着きました、ポーリン温泉抜きにはキナバル公園は語れないほど有名な温泉だという事ですが、日本の温泉の感覚とは別で露天の浴槽で水着の露天風呂で私達は戸惑いを隠せませんでした、硫黄鉱泉で病に効くとのこと、女性陣は足湯を楽しんでおりました。

キャノピーウォークはまさにチャレンジ、厳しい山道を息を切って登ると熱帯雨林、森の王様といわれる「メンガリス」の大木につり橋が架けられており、全長157.8m一番高い所で地上41mもあり、細い板の一人がやっとのゆれるつり橋で怖かった、スリルを味わう、熱帯雨林を見渡す、そして満足感と楽しいエコツ



アーでした。

帰路は山麓の民族市場、山あいのレストランでの昼食、等々マレーシアの自然、文化に触れられた一日となりました。

ロングステイ施設及びコンドミニアムの見学（3日目）

コタキナバル3日目は今回の目的でもある高級リゾート、コンドミニアム視察の日です。南国暮らしの会の目的のひとつとしてロングステイがあり、その国でのロングステイはどうか観て回ることは大切なことであり、期待をもって朝出発しました。

最初に訪問したのは、

《マリーナコート》経営管理はプロムナードホテル

高級コンドミニアムマンション、海岸通りで眺望は素晴らしい、レンガ風の高層マンション、家具付き、設備整っている、3寝室、リビング、ダイニング、敷金礼金なし

家賃、月4,000RM（1RMは円では34円）電気、水道、衛星TV等別途。

形とおりの説明であり相対で交渉する余地はあると判断する。

《グレースガーデン》経営は韓国人

新築の高級コンドミニアムマンション、新築で3階建て、芝のガーデン、プール、海岸に近い、セキュリティは完備、家具付き、3寝室、リビング、ダイニング

家賃、2寝室 月、4,000RM

3寝室 月、6,000RM

相対で交渉する余地はあると判断する。

《戸建》市街地までバス15分

2階で広さの確保と広い庭が付いているが手を加える部分が多い、周りの家との付き合い（マレーシア人）、車が必要、セキュリティが課題、6ヶ月以上の契約

家賃、月、3,500RM 前金 3ヶ月分
家具は無しレンタルで揃える必要あり

《リカス、スクエア》日本人も住んでいる、中級リゾートマンション

窓からは緑の森が見える、海の眺望あり、隣がスーパーと雑貨店、プール、スポーツジム
市街地まで車で5分

家賃 2寝室 月、3,000RM

3寝室 月、3,500RM

電気、水道別

今回、視察した中で一番手頃な感じがする、交渉で相当下がるようである、1,750RMぐらいまで。

視察を終わっての感想は、思った以上に高いのと、まだまだ日本人が少なく、そこに魅力を求める人、自らコミュニティを作ろうと考える人には良い所だと思います。



<健康について>

日本で持病のある方は、英文で処方箋を書いてもらい持参する事を勧めます、緊急の場合は日本領事館及びサバ州観光局に日本人が常駐しているので相談が出来ます。

<ゴルフ>

マレーシアはゴルフ場の多い所で、コタキナバルも同じでコースは素晴らしく、今回は出来ませんでした。一度はプレーをしたいと思っています。貸しクラブはありませんので日本から持参することになります、ビジターでは円で7,000円、メンバーで3,500円位だそうです、年間会員権は30万円で1年間何回プレーしても無料だとの事です(ステラハーバーリゾートゴルフクラブ)。

長期滞在者との交流会

夜の食事のローカルレストランにコタキナバル長期滞在している、田口秀雄さんとマレーシア人のロビンさんが来られました。田口さんはキナバルハイランドクラブの会員でコタキナバルには3年住んでいる方です、ロビンさんは中国系マレーシア人で田口さんの友人であり法律事務所に勤務し日本人滞在者の相談にのっている方だそうです。

食事が終わり、ホテルで交流会を田口さん、ロビンさんを囲んで行いました、内容はいろいろありましたが抜粋し箇条書きにします。

田口さんはリカス、スクエア(視察した中級マンション)の13階、3寝室を2年契約で家賃5万円で住んでいるとの事、又全体の生活費は家賃、光熱費、車の維持費、週3回のゴルフのプレー費すべてで、日本円にして17万円から18万円で済むとの事です。

コタキナバルはクアラルンプール、ペナン等に比べて生活費は2割程度安く済むそうです。コタキナバルには200人以上の日本人が暮らしているが、日本人会は日本人学校の父兄が中心でロングステイの人がはいるには向かないとの事、しかしマレーシア人は日本人が好きなので寂しくは無いとの事です。

田口さんは独身なので、のんびりと過ごせるこの地は満足されている様子でした。夜も遅くなり、皆さんも疲れた様なので11時に交流会を終了しました。

4日目の最終日は自由行動

最終日はマレーシアも日曜日、町は朝早くから賑やかです、近隣からいろいろな人たちが集まり、サンデーマーケットが開かれていました。自由行動の日なのでホテルで少しのんびりしてからサンデーマーケットに出かけました、大変な人が集まっています、通りいっぱいにはテントが張られ2列、200mぐらいいは連なっている、ありとあらゆる商品が売られておりました、現地の人、観光客、さまざまな客層です、私達もここで土産を買うことにしました、買う品を決めての価格交渉、商品により20%から40%位の値引きはしてくれました、5RM(170円)から100RM(3,400円)ものですが値引きは嬉しいものです。

2時間近くマーケットを回ってから町の散策を妻とふたりでしました、二人での行動はこの旅行で初めてのことでした、そろそろ昼食の時間でもあり「リトルイタリー」と言うレストランでピザを注文し、通りに面したテラスの席にすわり周りの景色を見ますと、マクドナルド、セブンイレブン、スターバックスコーヒー等々、なんだ何でもあるじゃないか、イスラムのスカーフの女性、中国、韓国、白人、多種多様な人も大勢いるよ、コタキナバルが良く分かるなあ、なんて思いながら、美味しいピザに満足感を味わいました。

夜中の12時30分発の飛行機に全員無事に搭乗する、コタキナバル視察旅行も成田まで後わずか終わる。

思い返すと、現地ガイドのダニーさんは日本語を見事に話し、人の良い大きな目で一生懸命でした、総体的にマレーシア人は穏やかな人が多い、フレンドリーで対日感情も良い、もう少し長く居れば良さは更にわかるのではないかと思う。

最後になりましたが、現地に詳しい市東支部長、案内役の外山さん、お世話になりました、また、中西夫妻、吉野夫妻、斉藤夫妻、杉山さん、荒井さん、新潟支部から参加された渡辺さん、ご一緒に本当に楽しかったです、ありがとうございました。

東マレーシア、ロングステイ下見ツアー

九州支部 No.851 稲田 聡

昨年の初め、当年の九州支部の企画としてコタキナバル（KK）下見ツアーを計画しました。というのは会員でロングステイをしている人がいないKKがロングステイにあるいは適するのではないかと思うようになったからでした。

ご存知の通りKKには、もちろん支部はないし、ロングステイの会員もいません。

ただ、会報には、市東関東支部長がKKの記事を載せておられること、当支部の1132 菊池勲雄会員が2月ほど主としてKKに滞在されたということが頼りでした。

それ以後春季号で1134 亀山京子会員の詳しい記事が出て、これは大変心強く、ありがたく思いました。

一方でネットサーフィンをするうち、KHC（キナバル・ハイランド・クラブ）のホームページにたどり着きました。早速入会させていただきました。送っていただいた会報で、関東の役員に市東さんの名前を発見し驚くと同時に納得もした次第です。

ちなみにキナバル・ハイランドとは、東南アジアの最高峰キナバル山の登山口などを含む麓の高原地帯を称するようで今回行ったラナウという街は標高約1,100mです。

早速市東さんなどKKに行ったことのある会員から情報収集を始めました。市東さんには2回にわたってDVDを送って頂き参加者に回覧しました。

そのうちKK行きをKHCのK会長にメールしたところKK在住のTさんを紹介していただき、計画は一気に軌道に乗りました。

会長のホームページや菊池さん、亀山さんの記事、会報を通じてSlagon Homestayにも興味がありラナウ行きも計画に加えることにしました。

メールによるとTさんは最近Slagonのオーナーの子息 Ceaser 夫妻と食事を共にされたそうで私のことを伝えていただき以後 Slagon Hom

estayでの滞在についてのメールによる打ち合わせがスムーズに行きました。英文の手紙のやり取りが抵抗無くできるようになったのは副産物でした。

また、市東さんの紹介で、KHCのある会員さんが作ったDVDを見せていただき、その出来栄えに驚くと共に大いに参考にさせていただきました。そして現在台湾にステイ中の619 鈴木幸男さんのKK紀行文とスカイプでの情報提供もありました。

このような経過があって今回のツアーの計画がスムーズに進捗を始めました。以後ツアーについて述べます。

1. 往復便など

2007.9.27~10.5

・12名、現地合流（成田往復）2名 計14名
・往復便 大韓航空 福岡(10:30) 仁川(11:55/
18:20) KK(22:30)

KK(00:10) 仁川(06:00/08:00) 福岡(09:15)

10日間FIX格安航空券を987 外山實さんが勤務する代理店から購入（Fuel surcharge, tax込みで約¥74,000）。外山さんにはKKでのホテルの手配もご心配頂きました。

因みに福岡からマレーシアへの直行便はありません。上記のほかキャセイ航空、中華航空がありますが、いずれもストップオーバーが必要です。

立ち消えになった AirAsia の福岡乗り入れが今年実現しそうだと最近聞きました。

仁川では、6時間あまり乗り継ぎ時間がありますが、外山さんのお勧めで大韓航空利用の場合利用できる、無料の食事付市内観光バスに乗りました。Eチケットと共にバウチャーを送ってもらいました。

実際には、市内まで1時間以上かかり食事を摂った後、予定にあった青瓦台、南大門などに

は寄れずアメジストの販売店に立ち寄っただけで空港に帰りました。無料ですから不服はいえませんが。客は我々だけで日本語のガイド付でした。

17年前仕事で訪れたソウルは町が綺麗になり、人口2,300万人と巨大化しているのに驚きました。ただ人口5,500万人の4割も首都に集中しているのには異常さを感じました。格差拡大は日本どころではないようです。

KK着22:30でRMは、空港内のMaybankの向こう側にあるATMからCITI bankのカードを持つ2名が引き出してタクシークーポンを買いました。2名ずつのタクシー分乗で3スター・タン・ダイナシティ・ホテルに向かいました。このホテルは亀山さんの情報どおりで、4F以上は改修済みで清潔でまあまあです。Wawasan Plazaの中にあり、シービューはありません。RM160/泊.B付

翌日コンドミウム3箇所の下見ツアー出発前にWisma Merdekaの1Fの両替店に行き円をリングギットに交換しました。

2. コンドミウム(マリーナ・コート、ワイキキコンド、リカスクエア)見学

マリーナはすばらしいが高い、月15万円位。ワイキキコンドは業者が買い上げたそうで現在show the roomはできない(市東さんのDVDを見ていたので問題はなかったが、説明なしなのでよくわからないが値段も高騰しているという)。リカスは、安く環境もよく町にも近く部屋も十分満足できるもので心が動いた人もありました。



この後サバ・コーヒー工場を見学してKKに戻りました。所要時間6時間強、Tさんが手配してくださったもので、大型バスRM500、ガイド付き(RM300)でした。代理店に依頼すると一人RM200以上はかかるので感謝、感謝でした。

夕食会は街の中心にあるセドコ・コンプレックスでシーフードをいただきましたが、大変美味しく今まで抱いていたマレーシア料理に対する偏見が一掃された思いでした。

3. スラゴン・ホームステイ

11名が、2~3泊しました。KKからの便はCeaserに依頼。往はミニバス1台RM230。復は人数が増えたのでこれに8人乗りToyota Unserを荷物運搬のためRM150で追加しました。

1日遅れでKKから来た女性二人は、荷物をホテルに預けミニバスをラナウで乗り継ぎスラゴンまでやってきました。片言英語、度胸でやってきたのはたいしたものです。

1組のご夫婦は、キナバル登山を試みましたが、超大型台風15号の影響とかで強風が襲い結局3,500mの山小屋宿泊までで下山してきました。登頂直前で断念はその無念さ察するに余りありますが、多分再度挑戦するでしょう。東南アジア最高峰のキナバル山(4,095m)登山は外国人に人気が高く、山小屋宿泊の予約は6か月前で個人では難しそうですが、Dr.Othmanに頼むと値段も安く何とかなりそうです。

ポーリン温泉、キャノピー・ウォーク、ラフレシアの花、キナバル公園に行き、ゴルフをやりました。スラゴンのRM35の貸しクラブは二昔以上前のものです。ラナウのゴルフ場は三菱マテリアルが銅山採掘の際作り、閉鎖後町に寄付したものです。9ホールですが、水はけの面では、1600mの高地にあるキナバルGCよりは良いそうです。キャディ付きで2千円以内ですから世界一安いでしょう。10月3日にはKKから1時間強のミンピアン・ジャディに行きましたが、紹介で昼食付RM77貸しクラブRM30でした。貸しクラブは鉄棒のようで年齢と運動不足もあり背中を痛めてしまいました。この日も非常に暑く普段はこんなことはないと言っ

ていました。

マハティール前首相と昵懇の間柄というOthman氏は、その影響を受けたのか大の親日家です。ドウスン族の重鎮で土地の名士ですがHari Raya祭りで忙しく残念ながらあまり話をする機会がありませんでした。南イリノイ大学出の哲学博士で品格を感じました。オーストラリアの大学でホテル学を学んだという子息Ceaserが私たちの面倒を良く見てくれました。

山荘の部屋はエアコン付のダブル又はツインがそれぞれ3室、RM100の部屋に泊まりました。1Fにはシングルが6室あります。シャワールームの水周りが悪いなど安普請ですが、ホテルとは違うので期待しないようにと、くどく言ってあったので不満は聞こえませんでした？

15haの広大な敷地にテニス・コートなど整備する計画だそうです。部屋のグレードアップを先にやるべきだとKHCの会員がよいことを言ってくれたようです。宿泊者のための自炊用のキッチンを建て替え中でした。

ここでのんびり過ごすというステイにはうってつけと思います。因みにラナウからバスで東海岸のサンダカンには6,7時間だそうです。

4. ステラ・ハーバー・パシフィックに2泊

比較して一番安かった現地代理店に依頼して、1室1泊RM400(税込み)でした。流石に5スターだけのことはありました。12:00のチェックアウト後も荷物は預かってくれ、隣のシャワー付のマリーナクラブが休憩に使えるしホテルのロビーもライブのシンガソングあり。無料の往復シャトルバスが1時間おきに出ているので食事などで街に出るにも便利でした。0時過ぎに出る深夜便で、10時にならないと空港はオープンしないと聞いていましたがそんなことはなく、ただ冷房が入っていないのには参りました。

5. その他感じたことなど

東マレーシアは全員初めてでした。マレー系の55%を占めるといふカダザン・ドウスン族の人たちは、日本人に近い顔かたちで、ほとんどがキリスト教徒で、穏やかで物静か、礼儀正

しい人柄を皆さん感じたと異口同音に言います。特にラナウのFriend's Cornerでの夕食時満席なのに大変静かなのに驚きました。私たちが一番騒がしかったのではと一人が言っていました。この店の味は日本人に大変あうと皆さんの感想でした。

全般に中華系は客家系がほとんどで味付けは醤油が主だそうです。日本人の舌にあうのは当然と思いました。またビールの値段が前のミリメワ・スーパーと同じなので計算を間違えているのではとしばらくは疑っていました。

人種構成、文化、宗教、料理などなど半島との差が大きいことが実感できました。

建国時交わした連邦とサバ州との間の20-point agreementを読むとかなりの面でサバ州は別の国のような独立性を持っています。例えば昨年東京と大阪であったMM2H(My Malaysia Second Home)プログラムのキャンペーンは連邦政府とサバ州政府がそれぞれ独自に行いました。

考えてみると建国50年の新しい国ですから、これが未だ有効だということは当然ともいえるでしょう。ボルネオの独立運動があるとは聞いていないのでこれはこれでいいのではないかと思います。

KK及びその郊外は団地など開発中が多く、これは中東のオイルマネーの流入によるものだそうですが、不動産の価格上昇も顕著でやや疑問も感じました。

個人的には、次回はケニンガウ、タンブナン、クダ及びサンダカンにと1月程度かけて周ってみたいと思っています。今回は肝心のロングステイの評価に至らなかったのが残念です。

フィリピン・ロングステイ下見調査報告について

東海支部 No.840 岩田 彬

東海支部の年間行事としては、初めて標記の下見調査を企画いたしました。参加した会員の皆様、全員トラブル等もなく、無事帰国しましたので、現地でさまざまな形でお世話になりました。在住の皆様にお礼を申し上げますとともに、今後、同国へロングステイを目指す方々の参考になればという思いで、調査の結果について、出来るだけ主観を入れず、参加された方の感想等を参考にして、ご報告申し上げます。

1. 行先の決定

19年6月頃、会員にまず希望の行先を「東海メール」で出して貰った結果、行先の希望は、フィリピンとハワイに集中したが、7月のサロン会で、今回はフィリピンに決定した。

2. 参加者募集

8月のサロン会で、フィリピンでのロングステイ下見調査ツアーの概要を発表し、改めて、「東海メール」で参加者の募集に入った。

3. 下見調査ツアー（基本日程）の概要

- (1) 日程と行先・12月3日出国～12月14日帰国（1泊12日）
ダバオ（4泊）・バンガシナン（2泊）・バギオ（4泊）・マニラ（1泊）
- (2) 航空運賃・名古屋～マニラ往復 64,000円
マニラ～ダバオ往復 148\$
- (3) ホテル・1泊合計金額 307.5\$
（1室2名利用での1名料金）
- (4) 調査および実施事項
 - ア．ロングステイ滞在施設（レンタルルーム・賃貸マンション・貸家等）
 - イ．買物場所（食料品・日用品等）
 - ウ．各種物価
 - エ．現地在住者との交流会・食事会

オ．オプション（ゴルフ・スキューバダイビング・乗馬・マッサージ等）

カ．その他参加者の希望事項

(5) 申込期限・19年9月15日

4. 募集結果

申込期限までに参加の希望が、15名の方から来ましたが、その後、2名（ご夫婦）が両親の病状変化のため、キャンセルになり、13名となった。

企画担当としては、初めての企画であるので、何人集まるのか締め切りまで、予想がつかず、心配しましたが、多すぎず少なからず丁度良い人数に納まりほった次第です。

内訳	基本日程どおり・8名
	基本日程+延泊・2名
	ダバオのみ・・・1名
	バギオのみ・・・2名
計	13名

出発間際に、非メール会員の一人から、このような企画があることを知らなかった。知っていれば是非皆さんと一緒に、フィリピンに行きたかったとの電話をわざわざ頂きましたが、残念ながら追加の参加は適わなかった。

5. ダバオ

南の会の会員のお住まいを始め、長期滞在用の施設をいくつか見学させていただき、大変参考になりました。

賃貸料は偶然なのか、いずれも8,000P。しかも、これも偶然なのか、皆様一様に単身でのロングステイ。ただし、日本に滞在の奥様には毎日、連絡は欠かさないとのこと。これが単身での海外ロングステイ成功の秘訣かも・・・良い勉強になった。

日本人は会社勤めの時代から、子供の教育とかその他諸々の理由で、単身赴任に慣れっこに

なっているから、海外ロングステイも単身では？とも思いましたが、現在は、皆様他の理由で単身のです。

今回、この下見調査に参加された奥様の一人から、ダバオは海が近く日差しが強いので日焼けが心配との意見があり、その理由でダバオは男性のみの単身ロングステイが多いのかと勝手な推測もした次第です。

施設見学の最後に、ダバオの高級住宅街にある瀟洒な2階建てを見せて頂きました。在宅の方はメイドさんのみで、その家の主には、残念ながら不在でお会いすることが出来ませんでした。玄関脇の2階まで吹き抜けの居間の壁面には2～3年まえの結婚式の写真が何枚も飾ってあり（これは、フィリピンでは普通のことらしい）、ご主人は日本人で、年齢は75歳前後で奥様はフィリピン人で20歳代後半の美人で、年齢差はなんと50歳近く・・・全く羨ましい限りの御仁がいらしゃいます。

また、ダバオには、こんなご夫婦もいらしゃると南の会の会員の方からお聞きました。ご主人はダバオに単身で、ロングステイ中ですが、これに対して、奥様は、現在、バンコクでロングステイをしておられるとのこと。今後出てくるであろう未来のロングステイのスタイルを示唆。これは、新しい発見。

夫婦と言えども、必ずしも意見は一致するとは限りません。それぞれがお好きなように、お互いに束縛しないで上手くやりましょうというスタイルです。今後この形態が増えてくるのでは？



ダバオでロングステイ中の会員の皆様との交流会

夜は、南の会の若林さん・渋谷さん・渡辺さんが、日本料理店「雑魚屋」で交流会を開催して頂き、我々は現地の皆様とは、皆初対面でしたが、同じ会員と言うことで、すぐに打ち解け旧知の間柄かのように親しくお話が出来、現地事情等についてもいろいろとご教示頂きました。

6. バンガシナン

マニラでミニバスをチャーターして、車中マニラから同行頂いた、斎木さんに道中の案内を頂きました。斎木さんは、旅行業務の経験をお持ちですが、ツアーガイドは初めてのことだとお聞きしましたが、なかなか堂に入ったものでした。マニラ～ウルダネータ間は観光地ではありませんので、おそらく、この間を日本語で詳しく説明できる方は他には居られないでしょう。

斎木さん一家は、ウルダネータの町はずれにお住まいで、中心部はなかなか賑やかな地方都市です。斎木さん宅も拝見させていただきましたが、永住希望の方には、参考になると思われます。

ここでは、全員がはじめてのトワイライト・トライシクルツアーを体験、その後、我々の泊まるホテルのプールサイドでバーベキューパーティが開催された。

これは、特に奥様が陣頭に立って、斎木家の関係者総動員で、わざわざテーブルやバーベキューのセットをご準備いただき、食材も調達頂き、我々は、食べる人・飲む人に徹することができました。



ウルダネータのホテルのプールサイドでのバーベキューパーティ

南国のプールサイドを吹き抜ける野外のそよ風が心地よく、「サンミゲールビル」と地元バンガシナン産のジン「G.S.M.BLUE」に酔いしれた素敵な夜となりました。

どうか、ご準備いただきました皆様に宜しくお伝え下さい。

翌朝は、斎木支部長の「バギオだより」によく出てきます、カバルアン小学校・サンファビアン（ボラシ）小学校の2校を訪問。

前者の小学校では、我々の前で自慢の鼓笛隊のフォーメーション演奏を披露してくれ、また、後者の小学校では、全員で、「上を向いて歩こう」を披露して、大歓迎してくれました。

フォーメーション演奏や日本の歌の合唱を聞いているうちに、どうゆうわけか、胸に熱いものが込み上げて、はるか昔の貧しかった小学校時代を思い出してしまいました。

当日は、学校は休みにも拘わらず、いずれの小学校も40名前後の学童が登校してくれました。我々からは、訪問記念のお土産として、バトミントンやバレーボールのスポーツ用具を差し上げましたが、当校長先生からも、「長年の夢がかなって、バレーボールが出来るようになった」と感謝され、この程度のプレゼントでこんなに喜んで頂き、我々の方が、逆に感激してしまいました。

こんなところには、日本でよく事件にもなっている「いじめ」などということは、無縁の気がしました。2校ともこぢんまりとした、小学校でしたが、設備はとても充実しているとは、思われませんでした。子供たちの目は澄んでいて、みな笑顔がすばらしかったのが、とても印象的で今でも脳裏に焼きついています。

学校訪問に加え、太平洋戦争時に日本軍と米軍との激戦地となった地点に建立されている鹿兒島連隊の慰霊碑も訪問する機会を与えられ、生きて故国に帰ることの出来なかった多くの犠牲者のことを思うと、戦争体験者としては、この慰霊碑の前に立ち、ただ、ただご冥福を祈る



ボラシ小学校の先生・生徒達との記念撮影

ばかりでした。と同時に、おろかな戦争は2度としてはならないことを痛感した次第です。

60年以上前に日米両軍隊が激突したことなど、誰かに教えてもらわなければ、知る由もない今はのどかな地域です。

年月の経過とともに、今や訪れる方も少なくなり、代わって、地元の斎木さんはじめお近くのフィリッピン人の方々に面倒を見ていただき、「今後も慰霊碑を宜しく」と、ただ感謝とお願いを申し上げるのみです。

7. バギオ

ケノンロードを一気に登り、標高1,500mの高原都市バギオに到着。

会友山田ご夫妻の歓迎を受け、「来来軒」でウエルカム昼食会を開いて頂いた。北ルソン日本人会の小国会長も同席していただき、バギオについての情報と今後の予定について伺った。

バギオ滞在暦10年の山田ご夫妻は、バギオの隅々までご存知で、大船に乗った積りで、ウルダネータでの斎木さんの存在感と同様、バギオでは山田ご夫妻の存在感が大きく、我々も身柄を預け、お世話になることとした。

バギオでの滞在中、ダバオと同様に長期滞在の施設を見学させて頂いた。

山田ご夫妻のお話では、最初の住まいは標高が高く涼しすぎたので、標高を少し下げた所へ移り変られたとのこと。

バギオでは、山の頂上から麓まで住宅が並んでいますので、上に行ったり、下に行ったりし



ケノン道路の見晴台からバスで登ってきた
つづら折れの道を望む

て、自分の希望の気温に住居を変えることが可能です。

そのほか若いご夫婦が子供さんと一緒に生活しておられるお住まいも拝見、目的は、子供さんの英語教育のためにここへ来ておられるとのこと。日本人ではこのようなご家族はバギオでは少ないが、韓国人は既に子供の英語教育のため、1万数千人もバギオにきて、まだ年々増加の一途を辿っているとのこと。

更には、東海支部の松井さんの滞在先の短期貸し別荘なども拝見、その松井別荘では、山田さんの奥さんや松井さんの奥さんの手づくりの日本料理をご馳走になった。久しぶりの日本料理に全員大感激。

ここバギオはダバオと違い单身の方は皆無。従って、お住まいの住居はもう少し広く、賃貸料金も1万数千Pでダバオより5,000P程高くなる。

また、ゴルフ勢は山田さんがメンバーである名門「バギオカントリークラブ」で2日にわたりプレイ。大変難しいコースで、特にグリーン周りグリーンに皆手こずってしまった。スコアについては「ヒミツ」!

山田さんは、ここのゴルフクラブ(創立107年)の日本人では第1号のメンバーで、厳しい審査を経て会員になられ、このクラブの会員ということで、信頼も上がり友人も増えたそうです。

メンバーよりビジターを歓迎する日本の何処



バギオカントリークラブの1番ホールを
クラブハウスから望む

かのゴルフ場とは大違い・・・

ここは、ビジターだけでは、ゴルフが出来ません。会員のクラブライフを重要視する所ですので、ビジターがプレイするためには、会員の同伴が必要です。

全員、乗馬も体験。

我々初心者には、監視者? 指導員? がつく。上級者にはそのような人はつかない。乗馬の料金は、30分・150P、日本でも乗馬をしておられる方の話では、馬? 鹿安だそうで、これなら毎日でも乗れそうとのこと。

監視者? 指導員? の少年の話では、自分達は3頭の馬を任されて、その馬を毎日洗ったり餌を与えたり、お客さんと一緒に馬場をまわったりして給料を稼いでいるそうです。平日のせいか、仕事のない馬が多く、客待ちの馬も心なしか手持ち無沙汰な表情をしていました。

比日友好会館(アボン)訪問

アボンにつきましても、斎木さんの「バギオだより」に良く出てきますが、山田さんの案内で訪問することが出来ました。

山田さんのお宅で、以前BSで放送された「アジアに生きる子供たち」のDVD、アボンでは、シスター海野の「何か私にできること」のDVD、カルロス寺岡の「日系人の誇りを守りたい」のDVDを見せていただいた。

いずれも、フィリピンの現状とフィリピンのために生涯を捧げている人達の感動的な内



初めての乗馬体験・馬も初心者に乗られて
悲しそうな表情？



山田さんご夫婦と齋木さんを囲んでの
サヨウナラ・パーティー

容です。

アボンにも全員が訪問。一人がアボンに対して、献金を申し出て次々と自然な形で献金が集まった。少しでもアボンの力添えになればということで皆の気持ちが一一致したのではと思います。

サヨウナラ・パーティー

我々の下見調査ツアーも終わり、ついにバギオ最後の夜を迎えました。サヨウナラ・パーティーは、我々の宿泊ホテルの近くの中華料理店でした。楽しかった思いを一人ずつ述べることにしました。次に来る時は、最愛の妻と一緒に来たいとの声もありました。

8. 最後に

(1) フィリピンにロングステイの皆様にごこの度お会いして感じましたのは、皆様が一様に、澁刺としておられ、若々しくお元気だということです。

日本にいますと、日常生活の中でややもすると、埋没し勝ちですが、ロングステイの皆様、夫々の地域で存在感があります。これが皆様澁刺として元気な理由なのでしょうか？

(2) これまで、フィリピンは、暑くて喧騒の国というイメージがありましたが、バギオ訪問で、ルソン島北部の山間に正に「ユートピア」を発見した心境。

季節も乾季でダバオ・ウルタネータ・バギ

オで雨の日はなく、安定した天候に恵まれました。バギオでは、毎年12月前半まで、大フィーラムが開催される。この期間中であれば、ゴルフのプレイは不可能で、ホテルの確保も難しくなります。この大フィーラムとクリスマスとの端境期にあたり我々にとっては、ベストシーズンでの訪問であった。

(3) 今回の下見調査ツアーは、いわゆる旅行社の企画したバック旅行でもなく、現地在住の方々のお力添えによる手作りツアーで、観光地回りは少ないが、いろいろなことを体験し、学校訪問・慰霊碑慰霊・比日友好協会（アボン）訪問等では、感動と感涙を与えていただき、我々の出来る範囲でドネーションもさせて頂き、自分自身良いことをさせて頂いた気持ちで満足しています。

(4) フィリピンというよりフィリピンの人達に対して、ますます親近感が湧いてきました。

それは、太平洋戦争で日本は現地の人々に多大に被害を与えてきましたが、今やそれらを許す寛大な心を持っている人が多いこと。また、自分は幸せだと思っている人がアジアで一番多い国で、高価なものを着ているわけではありませんが、いつもさっぱりしたものを着て、清潔好きで、涙もろい人が多いというのも私の感性と合います。

(5) マニラの旅行社フレンドシップの岩崎さんご夫婦には、ダバオ・ウルタネータ・バギオのそれぞれ一部にご同行いただき有難うございました。バギオの佐藤国際社さんにもお世話になりました。

いずれも信頼できる現地の旅行社です。フィリピン旅行の際にはご利用なさると良いと思います。

(6) 山田さん・斎木さんから、感謝の気持ち

は言葉よりも、バギオ再訪で表して欲しいとのご希望・これは、ご両人からバギオへのバザを頂いたも同然で、我々としても大変嬉しいことです。

しかし、今回の下見調査が感動と感涙のツアーになったのは、現地に滞在のご両人のおかげなのは紛れもない事実ですので、お礼と感謝も申し上げたい。

また、お会い出来る日を楽しみにしています。

台湾下見ツアー 台北～高雄編

07'9月13日～07'10月15日

関東支部 No.619 鈴木 幸男

台湾の携帯電話の取得は面倒です。「中華電信」(日本のドコモに当たる)の場合ですが、パスポート・保証人・滞在先など沢山書く所があります。これは「中華電信」に直接行ったので、うるさかったのかも知れません。

携帯ショップでは、本体購入とプリペイドチャージは出来ますが、SIMカードは買えない場合がありますので、確認してください。保証人は不要と言う情報も有りますが、ちょうど台湾人の義理の弟が一緒だったのでお願いしました。

初期にSIMカードを600円で購入すると300円の通話料が入ってます。

どう言う訳か頻繁に電源が切れて、電源を入れ直す度にPINナンバーやPUKナンバーを聞いてきますので、購入時に必ず聞いてメモしておくが良いです。

マレーシアもそうですが、ハードもソフトも日本より遙かに遅れて居ますのでそのつもりで居て下さい。

台北市内のMRTは券売機にお金を入れて、行き先のボタンを押すとプラスチックのコインが出てきます。これを改札の磁気読取機に当てるとゲートが開きます。

プリペイドの「悠遊カード」と言うのが有りまして、市内バスと共通で2割引になります。500円で、内100元がカード代のデポジットに成ります。

台北駅近くの「金財神商務旅店」は、見栄えはしませんが、親切、清潔、便利と、とても良いホテルです。アメニティも揃ってますし、NHKも見られます。

冷蔵庫、バスタブは勿論あり、お湯の出、排水も申し分有りません。

おまけに、この値段で朝食(サンドイッチと飲み物など)と毎日ミネラルウォーターが2本付きます。これで2人で約3500円は安いです。

台北から地方へ行く場合、又帰りなどに1泊しなければ成らない時には是非使ってください。

台北の繁華街「西門町」にも近く、お勧めです。翌日早い時はフロントに言っておくと、朝食をドアの所に下げて置いてくれます(普通、朝食は9時頃フロントに取りに行く)。

本当に親切です。

台湾では配水管が細く詰まりやすい為、各家庭でも、ホテルでも使用後の紙は便器で流さずに

備え付けのゴミ箱に入れます。ちょっと不衛生な感じがしますが、皆そうやって居ます。台湾こそウォッシュレットが必要で、もっと普及しても良いと思います。

一般の家庭で、トイレトペーパーはロールではなく、四角い「チリ紙」を使っています。

「台湾長宿休閒發展協会」(台湾ロングステイ協会)台北事務所へ、行ってまいりました。

MRT新店線の「古亭」駅で降り、進行方向にまっすぐ200mくらい行くとコンビニが有り、そのビルの3階に事務所は有ります。事務所には「方さん」と「袁さん」と言う女性が居ます。お2人とも日本語が堪能で、日本人ロングステイヤー招致を、是非成功させたいと言う意欲がありありと見られます。とても親切な良い方ばかりなので、是非寄ってあげて下さい。詳細な資料なども揃っております。



台湾ロングステイ協会台北事務所」の皆さん

台湾の鉄道は、週末や特異日はとても混みますので、希望の時間帯が有る場合は、出来るだけ早めに予約した方が良いでしょう。WEBや電話でも2週間前から予約できますが、中国語です。窓口ではクレジットカードも使えます。

窓口や、駅構内に限らず、困って居て、近くにお年寄りが居ればほぼ100%「どうしましたか？」と声を掛けてきます。勿論日本語です。

その時は怪訝がらずに、親切に甘えましょう。お年よりも日本人と日本語で話しが出来る事を喜んでいるのです。田舎は英語は余り通じない

場合が多いので、その場合は日本語で話しましょう。日本語の分かる人を引っ張って来てくれます。

台北駅の向、「新光三越デパート」の隣の「統一元氣館」の地下2階に「台湾故事館」が有ります。40年ほど前の台湾の町並みや生活を見られるのですが、日本人としてはもう少し古くて1950年代に戻ったようで、物凄く懐かしいです。

入場料は大人250元、学生・お年より(65歳以上)、障害者などは、150元、子供は100元ですが、この入場料は100%金券として、中での食事代、お土産代に使えますので、非常にお買い得です。

是非、体験して下さい。日本食のレストランも有り、高くないです。お勧めです。

西門町の名物、「阿宗麵線」(オアミスアと言います)はまだ有りました。私が最初に食べたのは、30年以上前ですが、当時は屋台で、オヤジが一生懸命作ってました。当時はお持ち帰りが多かったです。今は店を構えてますが、座るところは無く、路上で皆立って食べています。物凄い人ばかりですので、直ぐ分かります。このオヤジは、この食べ物一つでビルを建て、ベンツを買ったと、昔は評判でしたが、まだまだ大きくなってます。

普通が45元、大が50元です、話の種にどうぞ!!

台北駅のB1階から「台湾高鉄」(台湾新幹線)と在来線の電車が出ています。

改札は別で、プラットフォームも別です。第3月台(3番プラットフォーム)は山線で、台中、台南経由で高雄まで行きます。

第4月台は海線で、花蓮、台東方面です。ちなみに、「全票」は大人、「半票」は子供、老人、障害者、他です。

電車の中は、非常に冷房が効いていて寒いので、そのつもりで用意して下さい。

日本の様に車内販売が有りますが、余り積極

的では無いので買い逃さない様に気を付けて下さい。買い逃した場合は一番先頭の車両の車掌室に行けば買えます。社内販売の弁当は大体1種類で、食事時間でなければ販売しないようです。停車時間も短いので駅弁も買えません。

私達は高雄郊外の「旗山」へ行く為に「新幹線」では無く、在来線の特急「自強号」に乗って行きました。

「旗山」の「大衛栄山荘」と言う「台湾ロングステイ協会」指定のロングステイ施設に行く為に乗りましたが、新幹線の「左栄駅」で下りるとタクシーを使うしかなく、タクシー代が、1250元も掛かると言われてましたので、新幹線は止めて在来線にしました。(後で調べて分かったのですが、左栄の駅から旗山へのバスが出ています。)

「高雄駅」で降りて、近くの「高雄客運」のバスターミナルから「高旗号」(高速道路経由)のバスで、「大林」まで乗ります。「大林」と言うバス停は、「甲仙行」「木梓行」「甲仙經由梅山口行」が止まりますが、運転手に確認して下さい。1時間半くらい掛かります。

「大林」で下りると、看板が見えますので、Yの字を左へ行くと、20分位で着きます。

山荘で話をした所、日本のロングステイヤーが来る時は、事前に在来線の「高雄駅」や「左栄駅」又は「高雄空港」へ着く時間を教えて貰えば、実費が掛かりますが、迎えにいきますとの事ですので、是非利用して下さい。旅なれた方で、私達と同じ事をしたいと言う物好きな方は、行き方を詳しくお教えしますのでどうぞお聞き下さい!!

《旗山 大衛栄山荘》

此処、旗山と言う町は台湾の南、高雄県にあります。台湾第2の都市、高雄市の北東に位置します、人口4万人くらいの小さな町ですが、日本統治時代は砂糖きびの栽培と製糖業で栄えた町で、製糖工場跡があります(台糖)。

「大衛栄山荘」は町の北側、車で20分位行った岡の上に有ります。建ってから10年位との事です。



「大衛栄山荘」全景

この「大衛栄山荘」も、ロングステイヤー向けとしては、まだまだ不十分なところはありますが、中のスタッフも大変一生懸命ですし、経営者の意識も高いので、必ず良くなると思われま

す。来て直ぐに色々不都合な事が起きましたが、直ぐに対応してくれましたし、その意識が非常に大切だと思いました。足りない事、不十分な事は、甘えとか我儘では無く、我慢できる物は我慢して、指摘して上げて下さい。スタッフも勉強だと思って真剣に対応してくれますが、飽くまでもフレンドリーにお願い致します。

私達の着くまで、皆さんが大丈夫か心配してくれて居たそうです。

スーツケースとゴルフバッグは「クロネコ大和の宅急便」で台北から送りましたが、翌日には着いていましたので、台北か空港から送れば送った方が賢明です。

此処の近くには店屋は有りませんので、着いた当日の食事は何か確保する必要があります。山荘内の売店にカップ麺やビール、ワイン、ジュース、つまみ、お菓子、などの食料品が少し売ってますし、ゴルフ場には簡単な食堂が有りますので、利用できます。(10時~19時まで)

此処では、足の問題が一番大きな課題だと思います。タクシーは、旗山市の中心部から片道300元掛かりますから、往復600元でするので大変です。

バスは「旗山南駅」から「大林」まで31元で

すが（旗山にはバスターミナルが、南駅と、北駅の2つが有り、町の中心に有るのは南駅です）「大林」で下りてから山荘まで、20分ほど歩かなければなりません。

午前午後、各2往復位のシャトルバスが必要だと思いますが、どれだけステイする人が居るかに掛かってくるでしょう。

レンタカーの紹介の件も依頼して有りますが、調べてくれるとの事でした。

「旗山」の町自体はとても小さくて、台湾では何処でも見受けませんが「老街」が有ります。他の町の様に観光化してなく、今でも日本時代と同じ様に建物が使われていますが、もう少し整備して、観光客を呼んでも町の活性化の為に良いのでは無いかと感じました。

日本時代に、砂糖きびの生産と製糖業で繁栄した町なので、日本時代の駅舎なども残っています。本当にぼろぼろで勿体無いですが、予算が無いそうです。（後日修繕計画が本決まりに成ったそうです）駅前には昔はさぞ賑わっただろうと思われる趣が有りました。

町の中にも、日本時代の家屋や遺跡が沢山有りますが、手付かずが多いようです。昔の武道館を保存して、レストランとして営業している「武徳殿」と言うところが有りました。（この料理は少し高めですが、量が多く二人前位有ります）「旗山神社」の跡も中山公園に有ります。

市内に「天后宮」と言う、廟も有りますが、地震でやられて雨漏りがひどく、これから修復する所らしいです。

料理は「客家人」が多い為、醤油味付けで、日本人向きかも知れません。

今は製糖より、台湾バナナの生産地として有名です。バナナの他に、パイナップルやレモンも有名ですが、バナナは本当に美味しいですし、パイナップルも見てくれは悪いですが、ジュースでとても美味しいです。

「老街」の露店で、おばさんが売っている野菜や果物は新鮮で安いし、ちゃんと電子秤で計ってくれます。珍しい野菜や果物も売ってますので良いですよ。但し午前中だけです。

特に「蜜蕉」と言うバナナは、今まで食べた事は有りませんでした。お勧めです！！

午前中に老街へ行くと、沢山の露店が市場の周りに出て、居て大変面白く、又、安く物が買えて、夜の屋台街とは違った楽しみが味わえます。

「枝仔氷」と言う有名な老舗のアイスクリーム屋さんが有ります。鰻の蒲焼定食の様なものも有りますが、これは駄目です。しかしアイスクリームは非常に美味しいです。

特に「タロイモサンディ」は、余り甘くなくバナナのシャーベットとタロイモアイスのまったりした舌触りが最高で、お勧め！！

「旗山南駅」の近くに、「百味香素食店」と言う店が有ります。「素食」とはお坊さんなどが食べる、魚介類や肉を植物で代用してその味や形を表現して居る食事で、台湾ではお坊さんだけではなく皆さんにポピュラーでヘルシーな食べ物です。日本人は注文する時に分らなくて困りますが、この店は「自助餐」なので、バイキング形式に自分で好きな物を選べるので楽ですし、料金は目方で出てきますので、これも簡単です。

駅舎の右へ少し行くと、「肉丸」と、大きく書いた看板が見えます。この「肉丸」は、中に肉と野菜の入った澱粉団子の事で、美味しいです。ちょっと小腹が空いた時にどうぞ！

帰りに、バスを降りてから少し歩いた所にバナナ畑が有り、おじさんが木の剪定をしていましたので、少し話しました。おじさんは日本時代の教育を受けているので日本語を少し話しますが、余り話す機会が無くて忘れてしまったと言っていました。この方は「古さん」と言います。「家に寄って行け」と言われてお邪魔した所、バナナを沢山頂いてしまいました。

この様な出会いは、タクシーなどで移動してはとても有り得ない出会いで、歩いたからこそ有ったのです。犬も歩けば棒に当たります。歩きましょう！！

（この後、この、おじさんとおばさんには何度も御世話に成りました、台湾ではおじさん、お

ばさんと言う呼び方がそのまま通じます)

70歳以上の方は大体日本語を理解しますが、外省人(戦後台湾へ来た人々)や女性(勉強の機会を与えられなかった方も多い)で、余り分からない方もいらっしゃいます。

しゃべれば間違いなく台湾人で、日本人のアイデンティティを持ってる方が多いです。

今日は、このおじさんや、携帯をタダで直して貰った携帯ショップのお嬢さん、色々情報を教えてくれた喫茶店のママ、親切にバス停を覚えててくれて下さりしてくれたバスの運ちゃん(運ちゃんと言う言い方も通じます)、皆さん田舎の方はとても親切です。

山荘には3名の陳さんが居ますが、日本語を話せる陳さんは、通称「カオル」ちゃんと呼んで下さいとの事です。勤務時間は8時半から17時半前ですが、この山荘に住んでいますので、緊急の時は連絡が付きまゝ。日本人ロングステイヤーの為に、今日(9月17日)から採用になったそうです。英語を話す、「王さん」という男性のマネージャーも居ます。

背の高い陳美利さんが此処の社長代理の方で、この方が日本人の為に色々な処理を行って来ますし、館内の案内もお願い出来ます。「山荘」は8階建てで、玄関の右側の棟は持ち主は一緒ですが経営者が違います。全部で398室有るそうです。左側の棟がロングステイ用に使う建物です。3種類の部屋が有ります。

1. 約11坪で、17400元/月(私達がお借りしたタイプ)
 2. 約21坪で、26800元/月
 3. 約31坪で、33200元/月
- *週、半月レートも有ります。

部屋はとても綺麗で新しいですが、瓦斯コンロの設備のない部屋も有りますので、事前に確認して下さい。足りない物が有れば揃えられる物は、揃えてくれるそうですので、頼んで見て下さい。部屋の掃除は200元/回でベッドメイキングから掃除までやってくれますので、事前に必要な時に申し込んでください。電話、水道、光熱費、ADSL、清掃料、は別。



室内の一例

228号室がコインランドリー室です。(洗濯・乾燥各50元、10元硬貨を貯めて下さい)

ゴルフ場、カラオケ、BBQ、ビリヤードは有料です。テニスコート2面有り(無料)。

ジムは会員制の為使用できませんが、設備は余り良く無いので必要ないでしょう。

プール、卓球、自転車(2台)は無料です。プールは使用時間が決っていて、それ以外は駄目みたいです(監視員の関係の様です)。

私達は、一番小さいユニットに泊まりました。日本で言うと1Kで、スチューディオと言うやつですね。

調理熱源は電磁ヒーターと、電子レンジ、トースター、LPGですが、LPGコンロはベランダに有り、部屋によっては付いていません。

必要最低限の炊事用品は有りますが、足りなければスタッフに頼んで下さい。

贅沢言わなければ問題ないと思います。

ADSLはケーブルが備えて有りますので、申し込めば直ぐ使えます。(使えない部屋もあります)ロビーが無線ランのエリアに有るそうですが、使った事有りません。

日本語放送は、NHKのBS放送が入ります。

ゴルフ:9ホールで、宿泊客のみ18ホール当たり、平日9時前スタートで700円で出来ます。(9時以後と土日祭日は別です)ロングステイヤーは、月2回、夫婦でグリーンフィ無料でプレー出来ます。キャディフィーと税金などは聞いてみて下さい。

他に、回数券等の特別料金が有るかも知れま



ゴルフコース

せんで確認して下さい。申込みはフロントかスタッフへ直接。朝5時半からスタート出来ます。

ゴルフ場レストランは10時半から夜7時まで、プレーしなくても利用可です。

レストランの方でも日本人向けに、うどんや、鰻ご飯などの日本食メニューを考案中で、アドバイスを欲しいと言う事で、思いついた事を教えてきましたが、日本の様なクラブハウスとは違いますので、レストランも質素ですし、メニューも少ないです。

妻が、「山荘」の担当者4人と、日本人受け入れに際しての注意事項や、必要物品などのアドバイスをしていましたので、今後は良くなる事と思います。

生活に関しての事は、男より女同士の方が分かり合い易いと思われます。

都会は大丈夫ですが、田舎では犬を放し飼いにしていますので気を付けて下さい。

尚、台湾は狂犬病の注意国では有りません。国が無料で犬の予防注射を行っています。

山荘には貸し自転車が2台ありますので(無料)、自由に乗れますが、近場には余り見る所は有りません。山荘を出て前の通りを右に行くと直ぐ左に上る入り口があり、上っていくと「五知山 光明王寺」と言う、大きな立派なお寺が有ります。台湾式と言うより日本風なお寺で、凄く立派です。不動明王を祭ってる密教だそうです。中には入れませんでした、周りを

見られます。(山荘に言うと、連絡を取って置いてくれるらしいです)

戻って、又先へ行くと、軍隊の施設が右に有り、その先は台湾風のお墓が沢山有ります。その先はT字路で、左は旗山の町に行きます。途中に「齋公大仏」と言う仏像が右の山の中腹に有ります。

戻って、T字路を右に行くと右側に廟と小学校が有ります。この向かいに集会場が有り、ここで絞り染めや、陶芸の講習会をやっているそうです。

山荘を出て、左に行きますと、旗山の町からの、バス通りに出ます。この通りを左に曲がり、橋を渡って5分くらい行くとT字路にぶつかります。此処を左に折れて行くと右にスーパーが2軒有り、ここが山荘から一番近いスーパーに成ります。隣にはセブンイレブンも有り、ちょっとした集落になってます。近所には小さな安い食堂も少し有ります。山荘からは自転車で、15~20分掛かります。

隣町の「美濃」へ自転車で行ってきました。スーパーへ行くT字路を右へ曲がって、「月光山トンネル」を抜け、美濃まで45分くらいで行けました。美濃の奥の「胡蝶谷温泉」に入りに行ったのですが、其処までが大変でした。途中「高雄県客家文物館」に寄って見ましたが、改修中で閉館してました。看板には4月~9月17日までと書いて有りましたが、9月21日なのに、まだまだこれからと言う感じでした。台湾流ですね!!(10月に又行きましたが相変わらず閉館中でした)

前に「美濃湖」(以前は中正湖)と言う池が有るのですが、ここも水無しの沼のようでした。(此処も日本時代に灌漑用に作られたとの事です)

途中の水田で「ジュンサイ」を取っているのかと思ったのですが、水の中に入り、細い長さ1mくらいの野菜を取ってました。これは特産の「野蓮」と言う野菜で、炒めてもシャキシャキして美味しいです。ぐるぐる丸く束ねて売っていますが、旗山や美濃近辺の特産だそうです。

美濃には、「美濃七彩単車道」と言う、7本のサイクリングロードが有り、それぞれ目的別に色分けされて、道路にも色のラインが引いてあるとの事ですが、案内板も古くなって良く分からず当てになりません。町で貸し自転車を奨励してますので、あちこちで借りられます。バスで来て、貸し自転車と言う手もあります。

「客家博物館」の入り口近くに「新芳茶行」と言うお茶屋さんが有りまして、道を聞きに行ったのですが、例のごとくすっかりお茶などをご馳走になってしまいました。

奥さんは、日本に何回も行った事が有ると言う事で、女房とすっかり打ち解けて、友達になってしまい、お茶も格安で分けてもらい、又必ず来るように念を押されてました。

此処から山の方へ30分くらい行った所に「黄胡蝶谷」が有ります。日本でもTVで、蝶々の大群が河原の水溜りで水を吸う光景を放送した事が何度も有りますが、凄いらしいです。3~4月に起きるらしいのですが、10月にも小さい現象が有るそうです。私達が行った時は10匹くらいが、ふらふらしていました。

此処から、又、山に30分位上った所に温泉は有りました。地元の人に聞くと、天然では無いとの事でしたが、本に書いて有る通り硫黄の臭いがしました。本では天然の様に書いて有りましたが、入ってみてどうも眉唾の様な気がします。(個室で、1室500元でした)

日本人の書いた台湾秘湯の本なのですが、余り信憑性は有りませんね。お勧めしません。

この「美濃」は住民に占める「客家人」の割合が70%以上になるらしく、食べ物も客家料理が多いです。特に「板條」(稲庭うどんを、きし麺状に幅広くした様な、つるつると喉越しの良い米で作った麺)と、「猪脚」(豚足)が有名で美味しいです。

「板條」は、汁の入った「湯」と、汁の少ない「乾」が有りますが、私は「乾」の方がおいしいと感じました。町の中に大小の店が沢山有り、40年とか50年とか創業年数を競ってます。「板條」は40元~、「猪脚」は1個60元位

なのでリーズナブルに食べられます。

後は、日本で言う「番傘」が有名です。今は洋傘が当たり前なので、装飾用に造られているようですが、歴史を見られる文化村も有ります。

帰りは、「旗尾」を通過して「旗山市内」経由で帰りましたので、1時間半くらい掛かってしまいました。体力に自信のない方には、時間は掛かりますが絶対バスをお勧めします!

9月25日は「中秋節」(台湾では、春節に次いで大きな年中行事です)ですが、先立って今日22日に、山荘でも宿泊者と食事会(パーティ)をやるそうです。今年は22日から25日まで連休に成ります。

残念ながら雨が降って月は見えませんでした。パーティの方は、屋外を屋内に変更して300名以上のゲストで大賑わいでした。抽選会もあり1等はサンヨーの液晶TVでしたが、残念ながら従業員の方に当たってしまい、お客さんからプーイングを受けてました。

食べ物、飲み物、景品全て山荘の負担だそうで、大変ですね。

「大衛栄山荘」を経営している会社の、副社長の「林さん」とゴルフをご一緒しました。

6時スタートと言われたのですが、いかにも早すぎるので、7時にしてもらいましたが、これが後から、まずかったと知りました。

7時スタートして8時頃にはもう汗だくに成ってしまいました。6時頃なら、10時前に上がれるので、暑くなる前にホールアウト出来るとの事でした。

今は雨が多い為、フェアウェイもジメジメしているし、照り返しでムツとしています。シーズンのには矢張り11月から3月までがベストとの事です。

コースはとても綺麗です。フェアウェイの中に中国風の休屋が所々に有り、花も沢山咲いて、池にはスイレンが咲いていて、いかにも台湾風な情緒です。

距離は有りませんが、9ホール中8ホールに池が絡んでいてトリッキーで難しいです。9ホー

ルしか有りませんが、1ホールにティグラウンドとグリーンが2つずつ有り、フェアウェイは共通です。今は片方のグリーンを修理中で、1グリーンがホールが多いです。

グリーンはお世辞にも良い状態とは言えませんが、夏場だし今年は雨が多くてしょうがないとの事です。

フェアウェイとラフは、芝生が日本と違い粘っこくてふかふかで、玉が沈んで非常に難しいです。でも、混んでるのに一人で回ってる人も居れば、4人の組も有り、台湾らしくノンビリしてとても良いと思いました。

私達は、林さんと2人で回りましたが、基本的には一人で回っても皆キャディが付きます。(空いてる時は、1名でも2名でも回れるそうです)

だからキャディは30人以上居るそうで、女性には向いてるコースではないでしょうか。

スルーで18ホール回りますが、ハーフで、待ち時間が有れば、レストランに寄って、無料の野菜入りお粥を食べる事が出来ます。これは嬉しいサービスですね。

レストランには、うどんなどの麺類と炒飯などのご飯類が有ります。ビールを飲む時のおつまみに、30円で小皿料理が沢山有りますので便利です。

売店では、池が多いせいかロストボールを沢山売っていますが、他の小物は少ないので、必要な物は持参した方が良いでしょう。前述した様に、ロングステイヤーには特典も沢山有りますので安くプレー出来ます。

キャディさんたちも、日本の皆さんに沢山来て欲しいと言ってました。是非来て、プレーして見て下さい。貸しクラブも有ります。

終わったら直ぐ部屋へ帰れるのが良いですね!!クラブの搬送も頼めばしてくれますよ。

プレーの後「林さん」とお話しをしました。又、蒸し返しに成りますが、決定事項や、検討中の懸案に付いてお話ししました。

1. 「山荘」への足の問題は、事前に申し込んで頂ければ駅でも空港でも実費で送迎をして

頂けるそうです。

2. ロングステイ中の、買い物等の交通は、実費でシャトルバス・レンタカーなどを検討いたしますとの事で、近いうちに結論を出して頂けるそうです。
3. 滞在中の、イベント・アクティビティ・習い事などの企画。
4. 台湾の方たちとの交流。
5. ゴルフ・テニス等の優待と講習会。
6. 高雄・台南や、温泉などの、日帰り又は、1泊くらいの小旅行の企画。
7. プールの備品などの整備拡充。
8. 日本人向けの部屋のLPGコンロの設置と、什器の充実。
9. 病院の件は市内に大きな公立の総合病院がありますし、日本語が分かる先生やボランティアが居るとの事でした。
10. 将来、温泉を掘って見たいとの事でした。

以上が揃えば、地理的に観光地や、日本時代の日本人の足跡や功績の有った名所旧跡などが沢山有りますので、大変強力なロングステイ滞在地に成ると思います。

台湾の中でも、特に日本人に親しみを持ってくれている方が多い地域ですので、是非体験して頂きたいと思います。スタッフの熱意も、日本人が来てくれてこそ伝わるし、企画が生きてきますので、宜しくお願い致しますとの事でした。

滞在の予約は「台湾ロングステイ協会」の方へしても、迎えなどの詳細の打ち合わせは、直接連絡頂きたいとの事です。日本語の担当者は「カオルさん」(陳さん)宛にして下さい。

連絡先は「台湾ロングステイ協会」に聞けば教えて頂けます。もし分からない事が有れば、私の方にメール下さっても結構です。分かる範囲でお答えします。

*山荘の方で作成したパワーポイントCDが有り、頂きましたので、集りの有る時、言って頂ければお貸し致します。

昨日社長にお会いする機会が有り、前交流協会高雄事務所長(国交の有った時は、総領事の

事)の蒔田さんも同席されて打ち合わせをいたしました。蒔田さんは元外交官でイラク大使館を始め、中国、アジア、中東、オセアニアの大使館員を歴任され、交流協会(大使館と同じ)高雄所長を最後に、昨年12月に退任されてそのまま高雄にお住まいです。

外務省に入り、最初に赴任したのが台湾の大使館で、その時に高雄の人々の温かさに触れ、それから将来退任したら高雄に住もうと決めて居たそうです。

台湾でも特に南部の人はやさしく、日本時代に日本人の努力で、今の自分たちが有ると言う恩を感じている方々が多いです。児玉源次郎、明石元二郎、後藤新平、八田与一、西郷菊次郎や、日本人が神様として祭られている神社もいくつかが有り、今でも敬愛されているそうです。もし機会があればそれらに関する本を読んで見て下さい。



左端蔡社長 右端蒔田顧問



左端カオルさん 林副社長
右端陳社長代理(山荘責任者)

前述の、日本人ロングステイヤーに対する要望などを社長に直接お話ししまして、早急に検

討するお約束を頂きましたので、先が楽しみです。社長は蔡さんとおっしゃって、63歳、温厚で大変気さくな方でした。日本語はあまり分からないとの事でしたが、スイスで教育を受けた経緯があるので、英語は堪能です。

今年は9月25日が中秋節で、台湾では最近、月を見ながら焼肉を食べるのが流行っていて、どこの家庭でも、庭や、公園、河原、果ては道路で焼肉をやります。そのため不完全燃焼のガスと、焦げた匂いや煙が立ち込め公害問題になっています。政府が自粛するように言ってるのですが誰も聞きません。日本では地区的に、いも煮会とかが有名ですが、台湾はスケールが違います。焼肉で大気汚染してしまうのですから凄まじい。

今日が25日ですから多分あちこちで焼肉の匂いがするでしょう。焼き肉材料もすごい売れ行きで、肉、野菜をはじめ、焼き網、炭、コンロなどが飛ぶように売られている様子がTVで放映されてます。

山荘の近くを散歩していて、通りかかったおばさんと話して、家へおいでと言う事に成り、お伺いしたところ、息子さんが居て立派なカラオケ装置が有りました。

つまりは昼から、台日カラオケ大会に成ってしまいました。このおばさんは、「劉さん」と言います。ご主人は亡くなって、息子さんと暮らしてるそうで、80歳との事でしたが、大変元気です。

そこへ、「羅さん」と言うおじさんが来てカラオケに加わりました。このおじさんは、この辺では一番日本語が上手だそうです、本人は謙遜していました。

このおじさんに「家に来い、飯を食おう」と言われ、お言葉に甘えて行きますと、台北と高雄から息子さんと娘さんが、中秋節で帰って来て居て、一緒に御飯を御馳走になりました。子供も孫も簡単な日本語は理解ができるようでした。帰りは息子さんが山荘まで車で送ってくれて、おじさんも一緒に私たちの部屋まで来てく

れました。又、知り合いができました。

おじさんは81歳で、日本軍人として戦地（マニラ）へ行き19歳の時に終戦になり、なんとか無事に帰ってきたそうですが、1万数千人が渡河する時、向こう岸に上がった時には5千人余りになっていたそうです。親しい仲間も、7人のうち残ったのは自分だけだったと言っていました。日本人の兵隊さんに可愛がられたと言う事で、日本時代を懐かしがって、日本語を使えて凄く嬉しいと本当に喜んでもらえました。日本人教師の名前も覚えていて、大変感謝してましたが、すでに皆さん他界されたそうです。

本当に楽しいですね！！ 皆さんは、これも縁だから大事にしようと言ってくれ、感激です。

又、又、貰いもので悪いのですが、「蕃楽（バラ）」（和名バンザクロ、又は、ばんじろう、英名グアバ）を、沢山頂きました。この果物は、暖かい所には結構何処にでも有りますが、台湾の物は品種改良され、「真珠バラ」と言って、大きくて美味しいです。この果物は結構高級なので、本当に申し訳ないです。（ちなみにこれは、女房の好物です）

この果物は糖尿病の薬としても有名ですが、効くかどうかは分かりません。

今日は、従業員の方たちも中秋節で家へ帰っていて、この広い山荘には、我々夫婦と警備のガードマンだけの様です。今年は22日（土）から25日（火）まで、中秋節の連休です。

旗山市に有る、行政院衛生署旗山病院（国立旗山病院）へ行って来ました。案内所に「蔡さん」と言う方が居られ、日本語の通訳を受け持っています。蔡さんは元中学校の先生だったそうです。この病院はこの辺では一番大きな病院です。他に私立の病院も幾つか有ります。クレジットカードの保険は利きません。海外旅行保険も利きませんので、領収書と診断書を貰い、後日、日本で申請と言う形になります。台北、高雄、台中の様な大都市の大きな病院に成ると大丈夫の様です。「MRI」は有りません。「CTスキャ



行政院衛生署旗山病院

ン」と「ICU」は有ります。

もしここで手に負えない場合は、すぐに救急車で高雄の大病院へ搬送するそうで、30分あれば大丈夫との事でした。日本語の対応は先の「蔡さん」が担当するので問題は有りません。大変日本語の流暢な方です。（いつも待機してる訳では無いので、事前に確認して下さい）その月の問診表が案内に有りますので、それを貰ってきておくと、曜日によって担当医師が変わるのがよくわかります。診療科は殆ど全てがそろっております。土曜日は午前中だけで日曜日は休みです。

小さな病気の場合は薬局で薬を買った方が安いし、大きな病気に成った場合は保険で支払える病院へ行った方が良いと思いますので、事前にカード会社や旅行保険会社に聞いて、保険扱い病院を調べておく事も必要です。台湾は狭いから、車で30分～1時間で保険の効く病院の有る大都市へ移動できますので、心配は無いと思います。

スーパーマーケットの特売の価格です。（1元＝約3.5円）

1. 米 3.4kg 99元
2. 健康油 2L 99元
3. 醤油 1L 19元
4. コーヒー 250g 119元
5. サンマ 1匹 10元
6. 牛肉 100g 30元
7. シイタケ 300g 45元
8. ベーコン 200g 72元

- 9 . 砂糖 1 k g 2 4 元
- 1 0 . ラップ 2 5 m 1 9 元
- 1 1 . 粉石鹸 2 k g 9 9 元
- 1 2 . 柔軟剤 1 . 8 k 5 9 元

バスの南駅の近くにセブンイレブンが有りその隣の、牛肉麺店「北方園」はとても美味しいです。牛肉麺（湯）が70元、（乾）が60元です。お勧め！！

山荘から、車で10分位の所の「溝坪」の小学校の前に公民館の様な集会場が有り、そこで日曜日に絞り染めや、陶芸、などの講習をやっております。山荘に申し込みば、実費で参加できます。現地の方とのコミュニケーションに最適です。

まとめ役の「何藩 金花」さんは田中真紀子さんにそっくりで、雰囲気もとても似ています。タクシーの運転手もやってる「し 海同」さんは、日本語もぺらぺらで、色々な事に通じてますので、何か有ったら相談に乗ってくれます。

「し」さんに頼んで、16日の台南への移動はタクシーで行く事にしました。「し」さんは、アクセスのアレンジの相談に乗ってくれるので、何人かで買い物や観光などを計画する時は利用して下さい。料金も交渉に乗ってくれます。

この山荘との提携先を探しに「宝来温泉」へ行ってきました。「宝来温泉」は、ここから1時間ほどの距離の所に有る、この辺では一番有名な温泉です。

2～3軒回ったのですが、その中で「花園温泉会館」と言うリゾートが日本人には良い施設と思いました。部屋が全部離れ形式になっていて、部屋の中に風呂が有り、露天風呂になっている部屋もあります。こちらの大浴場はプール形式に成っていて水着を着て入りますので、情緒的にはちょっと、ですね。でも個室なら問題は有りません。

中はとても豪華で、きれいです。「河畔湯屋」と「観景湯屋」と「四季湯屋」と言う3種類の部屋が有ります。

基本的レートは「河畔」と「四季」は8000元、「観景」は7600元で、2食付ですからとても高いです。しかし、提携がうまく行けば二人で2食付き、税・サービス料込みで、3000元～4000元でやって頂けると言う事ですから、二人で食事つき日本円で10000円～15000円なので、この設備ではとても安いですが、ただし平日のみとの事です。アクセスも送迎をしてくれるとの事ですから、交通費を払っても、世話は無いし、たまの息抜きには非常に良いですね。提携がうまく行って欲しいものです。

帰りの道々に日本時代の名所旧跡が沢山有りました。

高雄へ、一泊どまりで行って来ました。さすがに大都会（都市部の人口150万人）で、人も車も多く、疲れます。「旗津」と言う・観光客に今人気の海鮮料理屋街にも行きましたが、地元の方は、高いし、不味いし、衛生が今なので若い人以外は行かないそうで、成程、観光客とデートの若い人だけでした。

海鮮料理は、市内に有る店の方が美味しいし、良心的との事です。ちなみに美味しい海鮮料理屋は皆「澎湖島直送海鮮」を謳い文句にしています。

「東帝士85」と言う、台北で言えば「台北101」の様な85階建てのランドマークタワーへ行ってきましたが、高雄も余り景気が良くなく、また色々な問題が有り、テナントが入らず空きが多いとの事です。30階からは「金典大飯店」と言うホテルに成っていて、79階の客室は世界一高いホテル客室との事です。

高雄へは、「大林」のバス停から高雄行きに乗ると、一本で行けます。時間も1時間半位です。1時間に一本位しかありませんので、上手く時間を合わせて利用した方がいいです。「甲仙」始発のバスで甲仙発時間に30分足すと大体の「大林」着時間に成ります。

帰りは高雄客運の台鉄高雄駅バスターミナル

から「甲仙行き」が1時間に1本出ていますのでそれに乗り「大林」で降ろしてもらいます。

再度、「宝来温泉」へ1泊どまりで行って来ました。インターネットで調べて「鴻来温泉山荘」と言う所を予約しました。ここは高雄客運のバス停「宝来温泉」のすぐ近くでアクセスが良いのと、値段が安いので決めました。行き方は、「旗山南駅」から2時間に1本有る直通「宝来行き」に乗ると、終点まで1本です。帰りも同じく「宝来」からの直通バスが2時間おきに有ります。

途中の「六龜駅」で乗り換えれば、本数も多く便利ですが、少し難易度が高く成ります。

「鴻来温泉山荘」はコテージタイプと2階建て木造タイプが有り、私たちはコテージタイプにしました。エアコン、温泉内風呂、朝食に、簡単なアメニティセットとミネラルウォーターが2本付いて二人で1300元でしたので、格安だと思えます。コテージは結構古くそれなりですが、贅沢を言わなければ値段から言ってもGOODだと思えます。温泉は、炭酸泉で肌がすべすべしますし、なかなか良いお湯です。内風呂の他に、露天で真水のプールと大浴場と簡単なジャグジータイプの浴槽が2か所有ります。各浴槽は綺麗で結構大きいですが、やはり水着着用になります。朝食は簡単なお粥です。温泉街と言っても日本のそれとは違って地元の料理を出すレストランやお店が少し有るだけですが、ゆっくりするには良いと思えます。レストランの料理は少し高めですので、値段の確認をしながら注文して下さい。中華料理は、少人数では割高になるのはしょうが有りませぬ。

「宝来」バス停の前に有る、「セブンイレブン」とアイスクリーム(マンゴーアイスはお勧めです!!)、お土産、お茶などを売ってる「南横雅集」と言う店を経営している「鍾さん」は、この地区の観光協会の理事をやっていますので、着いてからホテルの迎えを頼んだり、ホテルの紹介や観光案内など、聞きたい事が有れば相談して見て下さい。

民宿も300元位からあるそうで、温泉は近くのホテルなどを利用すると150元くらいで入れる様なので、安く上げるには良いですが、日本語が余り分かりません。

英語は少しわかるそうですが、お父さんとお母さんが日本語が分かりますので、応援してくれるそうです。日本語もこれから勉強すると言っていました。

お土産としては、地元の梅製品や蜂蜜、高山茶などが良いでしょう。

今日は、日本から「台湾ロングステイ下見ツアー」の皆さん31名が来荘されました。

全国各地からの皆さんで、台南を経由されてから来られたそうです。

ガイドさんに聞きますと、今までは12,3名から多くても20名以内だったのですが、今回は31名と、最多ですと言っていました。

夕方、地下の会議室で、社長等をお迎えしてガイドランスが有りました。

この近くの大学2校から学生と先生が来て、日本語学科の生徒から各大学で出来る講座の紹介が有り、大変皆さん興味を示されていましたが、参加人数によって受講料やアクセスの問題などが懸案として出てきました。人数が集まれば出向して講座を開くことは可能との事でした。矢張りこれも、日本からの滞在者がどの位居るかに掛かって来ます。

案内の先生方が、2校とも千葉大に留学して居たと言う事で、私が千葉県在住なもので懐かしそうに話されました。

熱心な皆さんの質疑応答が有りました。私も現在滞在中と言う事で引っ張り出され、ここのスタッフの熱心さと、ホスピタリティ、又、南台湾の人々の日本人に対する感情の優しさ、親しみ等、今までの経験をお話しし質問を受けましたが、皆さん熱心なのは感心致しました。2~3組の方が、非常に強く興味を示されて、スタッフの方々と個別に、詳しく打ち合されて居たようです。明日高雄に泊まって、明後日帰国の予定です。

台湾政府主導で始まった台湾ロングステイ協

会の日本人ロングステイヤー招致計画ですが、色々紆余曲折もありましたが、漸く軌道に乗って来たように見えます。

これからは民間主導で行かなければ行き詰るのでは無いかと思われまますので、タイやマレーシアの様な土壌が出来るまでは大変ですが、追いつき追い越せで頑張るって欲しいものですね。

下見ツアーの参加者が、回を追う毎に増えて居る様なので、日本人の関心が高いと言う事で、先行きは明るいかも知れませんが、何せ近いですからね。行きが3時間ちょっとで、帰りが3時間弱ですから、沖縄へ行く感覚でしょう。沖縄からなら1時間以内です。何か有ればすぐ帰れますね。

私達も、一度他へ移動しますが、予定を変更して12月から、また此処に再滞在する事を決めました。

再度「行政院衛生署旗山病院」へ行って来ました。今日は私の持病役である、高血圧の薬を貰うためです。日本では血圧の薬は医者の方でしか貰えませんし、基本的には1か月分しか処方して貰えません。

現金で処方して貰いましたが「phizer NORVA SC 5mg」を1か月分貰って、867元でした。内訳は「掛号費」213元、「診察費」543元、「薬品費」61元でした。よく分りませんが、「診察費」+「薬品費」で薬代らしいです。これは持病で、保険は対象外ですので多少高い感じがします。

全部、病院の案内係のボランティアの方にお願ひしました。全てお任せで、時間外だったにも関わらず、30分ほどで薬を頂きました。私達日本人にとっては良い意味でのいい加減さで、大変助かりますね。日本人へのフォローは万全です。

もう一つ、これはまだ未確認ですが、台湾では「ノルバスク」は薬局で買えると言うので後で確認して見ます。

旗山の屋台は6時頃から「天后宮」裏を中心に沢山出ます。有名な「臭豆腐」店も有ります

が、余り臭くないので初めての方も食べられるでしょう。日本料理店も有ります。

「天后宮」の横に有る麵屋さんも古くからある美味しい店です（旗山の飲食店はきれいな所は少ないですよ）。

バス南駅のすぐ裏にホームセンターの様な大きな金物屋さんが有りますし、その先には綺麗なスーパーも有ります。駅の周りには小さな病院や診療所や弁当屋さんが沢山あります。

バス停「旗山農工前」（旗農前）に有る、青果市場跡に毎週火曜日に屋台街が出来ます。

「大林」行きのバスは21時50分まで有りますので、時間を確認して行って下さい。

「旗山」の町の銀行では日本円を台湾ドル（元）には交換出来ません。米ドルなら出来る所もあります。ですから日本円から台湾ドルへの両替は大きな都市で両替するか、ATMで海外キャッシュカードで現地通貨を引き出すしかありませんので注意して下さい。

住居費や、ゴルフプレー費はクレジットカードで支払いが可能ですから、それ程多くのお金は必要ないと思います。

血圧降下剤の「ノルバスク5mg」1ヶ月分30個は、市内老街の駅舎近くの、「賜安薬局」で購入出来ます。病院では、もろもろ込みで、867元取られましたが、薬局では400元ぽっきりでした。

半額以下ですね。日本では処方箋が無いと買えないのかもしれませんが、台湾では「全民健康保険特約薬局」と言う看板の有る薬局ならどこでも購入出来るそうです。血圧の薬を飲んでる方は、台湾では心配ありません。

10月14日（日）今日ゴルフクラブの月例会で、私もオブザーバーとして参加させて頂きました。18ホール回り、10時前にホールアウトしましたが、まだ暑いです。

終わってから、クラブハウスでの表彰式と食事会に参加させて頂き、挨拶と乾杯の音頭をさ

せて頂きましたが、皆さん、日本からのロングステイヤーとゴルフ出来るのを楽しみにしておりました。

このあと山荘のロビーでの誕生祝いにも招待をされ、お伺いしましたが、日本語が堪能な方が多く楽しませて頂きました。

昨日、地下に有るカラオケルームで（カラオケルームは合計7つ位あります、もちろん日本語の歌は沢山あります）知り合った方々が多かったので、仲間に入りやすかったですね。

ゴルフの費用はグリーンフィー＝300元、キャディフィー＝640元でした。（会員価格だと思います）

10月15日（月）今日一日で「大衛栄山荘」の滞在も終わりですが、居心地が良い為12月に又再訪問する事に致しました。まだ行けなかった所も沢山ありますし、ここのスタッフや知り合いに成った付近の台湾人の方々に又お会いしたいと言う気持ちが強くありました。

《総評》

1. 空気や環境や施設の設備が良い。
2. スタッフのホスピタリティと、住民の方々の気持ちが暖かい。
3. ゴルフやテニス、水泳などをやっつてのんびり暮すのには最適。
4. 買い物などで外出する場合、交通手段が少ない（かえってお金を使わなくて済む）。
5. 若干言葉の問題が有る。（山荘に日本語通訳1名有り、他に英語が少々）
6. ゴルフ等で地元の方と知り合ってください。（食事など招待が有るかも！）
7. 車で1時間くらいで大都市や温泉、海へ行けます。
8. 病院の医療設備と技術は良い。日本語が通じ易いし、他の大病院との連携も良い。
9. 長期滞在の場合は交渉に乗って頂けるので、住居費の削減は可能。
10. 日本に近い（旅好きの方は大阪や沖縄から船便も有り）。
11. 外で日本語が通じ易い（地元TV放送等で、日本語が平気で流れて居る）。

《経費一覧》

1. 住居費	17400元/月
2. 光熱・通信費	4300元
3. レジャー・交通費	6500元
4. 雑費（病院代・薬代含）	2700元
5. 食費（調味料・酒・外食含）	13200元
合計	44100元（¥160000）

*航空券は含みません。台北での滞在費も含まれていますが、1か月約15～6万円の予想は当たりました。最初は揃えなければいけないものも多いので、まずまずの結果だと思います。これは1か月の計算ですが、長期に成れば当初の¥12～3万円は達成出来ると思います。住居費も長期に成れば交渉に乗ってくれるそうなので、レジャー費が増えてもいけると思います。

ここの宿泊は1週間から受け付けてますので、是非下見に来て頂きたいと思います。

短期滞在であれば、他の地域と遜色ない、かえって安い位の住居費金額ではないかと思えますし、安全性から言っても政府管轄の機関を通しますので、安心です。

交渉の煩わしさも有りません。是非ロングステイ地としてご検討下さい。

これから、台南へ移ります。

朝から「山荘」の皆さんとお別れの挨拶などをしました。羅さんも、台風で折れたバナナの伐採を終えて、段ボール一杯のバナナと蓄菜を持って来て頂きました。

移動の方法は、荷物を、又、宅急便で送ろうと思ったのですが、多かつたのと、時間が無かつた為、前述の「し」と言うタクシーをお願いしました。料金はドアツードアで1300元で行ってくれました。

皆さんに涙ながらに見送られて、私達二人とも感激しつつ、後ろ髪を引かれながら山荘を離れました。

アラスカ・クルーズとカナダ・ロッキー・ドライブの旅

アラスカクルージング・ロッキー 旅行計画 8 1 日間

関東支部 No.1089 浅山 簇治

思い返せばH19.6.10関東支部サロン会後の懇親会、偶々テーブルを同じくした8人が、サロン会でのクルージング紹介の話題となり、「行きたーい」「行こ！行こ！」と同和し、計画がスタートした。そして、8月30日、外山さん(987番)の旅行会社でクーポンの受領により計画完了。「乾杯！！」この81日間、全員で手分けし作成した計画の苦労記のうち参考になる部分を紹介する。尚、旅行記は別稿で田草川さん(1116番)渡辺さん(60番)が報告している。

1. 旅行の形態

形態には、パック旅行の組み合わせ、個人手配旅行、個人計画の旅行社手配旅行、とあるが、今回は を採用した。理由は、旅行社勤務の外山さん(987番)がおられたこともあるが、(イ)参加者8名の大世帯で個人的事情への対応、金額の精算、等の便宜性、(ロ)我々は核家族、単身者もあり、万一の場合や緊急事態への対応、の2点から判断したものである。

当然、ホテル手配の項で記したような短所もあるが、予約の確実性やクルージング料金のネゴカ、など長所もあり、「安心」と言う面からは「良かった、」と思われる。

2. クルージング

1) クルージング会社の決定

サロン会ではカーニバル社の説明を受けたが、航路、船レベル、料金 の比較のため、アメリカ国内ネットで各社比較した。その結果、この時期、シアトル発が2便、バンクーバー発が3便あり、内4便が我々の必須条件である、「世

界遺産 グレーシャーベイ」に行くことがわかった。料金は1番カジュアル便が約900\$と安く、カーニバル社便は1000\$程度で、又、日米の値段差が200\$程度あることも解った。

しかし、クルージングの値段は「定価」ではなく「時価」であり、その時の需給関係で変動することと、さらに各国で「総代理店制」を採用されており、安いからと言って日本で、アメリカの代理店からは購入できない、仕組みになっている。

このような中で、外山さんより「カーニバル社なら、値下げ交渉ができる」と明言を受け同社に決めた。

2) 添乗員の有無

併行して、「添乗員付き」か「無し」にするか最後まで悩んだ。どのクルージング雑誌にも「添乗員の良し悪しでクルージングの楽しさは、倍半分違う」と紹介されている。「何が違うのか？」当然値段にも大きく影響する……

結局参加者8人中6人がクルージング経験者であり、「乗下船手続き、船内ライフ」も熟知していることより、「無し」で行くことにした。

3. 全体行程

当初、東カナダ・ローレンシャン高原の紅葉を目指し、クラブツーリズムの説明会にも参加したが、ホテル数が少なく、個人は1年前の予約が必須との情報より、ロッキーの黄葉を目指すことにした。



カーニバルスピリット号

黄葉時期をネットで過去3年調べると、9月下旬であること（即ちクルージング後）、氷河観光、湖遊覧船、観光道路、などは、降雪次第か9月末でクローズすること、等が判明した。

以上より、早く航空券を押さえる為にも、バンクーバー（1泊）クルージング（7泊）ロッキー（4泊）バンクーバー・ヴィクトリア（2泊）の行程で16日間と決めた。

ロッキー内は、レンタカーで動き、バンフ1泊、ルイズ湖2泊、ジャスパー1泊、の計4泊とした。その後各旅行記より、パーミリオン湖は夕方、モレーン湖は明け方、氷河は早朝が空いている、マリーン湖遊覧船は15:00が最終、旧道は野生動物が見られる（お見かけ情報掲示板あり）、等との情報が解り、又、我々も「ハイキングがしたい。乗馬をやりたい」等の希望もで、時間割に苦労した。

理想的には、バンフとジャスパーを1泊ずつ増やし、計6泊以上がベターと思う。



モレーン湖

4. 航空会社の選定

ルートは、アメリカ経由バンクーバー（ビクトリア）直行便+格安航空（ウエストジェット）でカルガリー、エドモントン 全行程エアカナダ の3種類があり、この順で高くなるが、結局1番高い を採用した。

まず、 のアメリカ経由は、安い（約2万円）あの屈辱的搭乗検査とその結果での乗り換え時間が2H以上必要で、 の格安航空会社便は、ネットによる個人申し込み前提であり、早期申し込みと日時で値段が大幅に違い（4倍位！）グループの場合、不向きのため採用しなかった。

便数も多く安い（5,000円もある！）ので、人数少ない場合は、ぜひ採用されることをお勧めする。尚、9月はオンシーズンであり、格安チケットは3ヶ月前の予約が必要である、と言われた。

エアカナダ正規運賃は、バンクーバー往復で、12日間以内は、85,000円、以上は120,000円程度、と大幅な差がある。因みにパック旅行は、アメリカ便+12日以内が普通である。

5. ホテルの選定

最も苦労した点で、ネット旅行記を参照し、バンクーバーでは静かな小型ホテル、ロッキーでは、B&B, シャレー宿泊を目指した。

しかし、B&B (<http://www.bbcanada.com/>) は、素晴らしいのがあるが、ほとんどが2部屋/家で、又、ダブルベッドが多いことより、我々は3夫婦+1人+1人 編成で4部屋、内1部屋は2ベッドが必要なため残念ながら採用できなかった。

シャレーは、各湖や景勝地に大体あり人気（例；<http://www.overlandermountainlodge.com/index.htm>）も高いが、「こじんまり」しており、4部屋確保は至難であり、さらに世界的ホテル予約ネットに加入しておらず、各HPをさがし、空きを発見すれば、即申し込みが必須である。今回、やっといくつか「空き」を確認し、外山さん経由予約依頼すると、毎回「満員」との返事であった。原因を推定すると、時間的問題（会社の契約予約ルート使用？）と、旅行社経由を嫌うシャレー側理由、の両方と思う。

結局、一般ホテルとなったが、ご承知のようにイギリス圏ではホテルも「ダブル、2ベッド選択不可」が普通で、ここでも2ベッドルームの確約に骨を折った。

値段的には、全て税込み150C\$/泊以下で予約でき、まずまずであった。（大部分朝食付き）

予約ネットは「旅WEB」が比較的安かった。

6. レンタカー

ホテルの次に神経を使ったのは、「レンタカーと荷物」であった。

レンタカー会社は、エアーカナダと提携キャンペーンを偶々やっていたAVISとしたが、乗り捨て（今回、カルガリーで借り、エドモントンで乗り捨て）の場合は、乗用車だけであり、バンやSUVは不可で、1番大きくてもフルサイズカーで3500CCクラスである。

一方荷物が、今回クルージングでフォーマルが2回もあることと、冬支度が必要のためトランクも大きく、トランクが4個/台に入るかの疑念があった。各人のトランクサイズを知らせてもらい、レンタカーがGM製なので、GMのHPからトランクサイズを調べ、検証して見るととても4個は入らない、と推定された。（アメリカ車は室内は大きい、トランクルームは小さい）このため、クルージング後、ホテルに寄り荷物を一部預かってもらうか、バンクーバー空港に預けて行くか、準備したが、最終的には現地で判断することとした。

さらに、カナダは自動車保険の賠償額が少ないため、運転者割増保険（エース損害保険1社しか対応していない）を日本でかける必要があり、予備運転者含め4人加入することとなった。「安心は高くつく」と再認識した。

7. 情報の共有

タイムリーに計画を進めてゆく上で欠かせないのが、参加者同士迅速な情報の共有と意思の統一である。

今回、パソコンに不慣れの方がおられ、SKYPEチャットが使えなかったのが残念であったが、メールと4回会合を開く（要は飲み会！）ことで計画を進めた。

やはり、グループで計画する場合、メールには即返事する。「お任せします」ではなく自分も参加し「何か意思を表明する。」SKYPEは必ずやってみる。が有効と思われる。

8. 旅行後の本計画の総括

各項目に入れてあるが、

8人と言う人数は全ての面で最適で、メンバーも楽しく最高であった。逆にこれ以上ではレストランのテーブル確保も、ドライブでも車3台となり大変だった、と思う。

心配したクルージング船の乗下船時の混乱もなく計画以下の時間で十分であった。

クルージング添乗員の要否は、英語が少しはわかるか、外国人との同席食事は嫌か、少人数の参加か、次第である。

ロッキーは黄葉を諦め、天候の安定しているクルージング前の方が景観を楽しめたかもしれない。又、ジャスパーの奥が、景色も良く団体も来ないので行きたかった。即ち、日程を6泊以上（ジャスパーを2泊以上）が必要と思う。エドモントンは何もなく、帰路もカルガリー経由とすれば再度景色が楽しめた。バンクーバーは「特に」がなく、ビクトリアと合わせ、2日あれば十分と思う。

ハイキングや山、高原が好きな方は、バンクーバー郊外のウイスラー、ロッキーにミドルステイされてはいかがですか？美しいゴルフ場もあります。



ブツチャートガーデン

9. 最後に

本旅行にあたり、資料、情報をいただいた宮崎さん、馬場さん、手配をしていただいた外山さん、会員外であるがクルージング代理店の清水さん、には大変お世話になり、グループ1同厚くお礼申し上げます。

費用については、参加者にお問い合わせ下さい。

アラスカ・グレイシャーベイクルーズの旅 (バンクーバー ~ アラスカ)

関東支部 No.1116 田草川 緑

〔シップ名〕 “カーニバル・スピリット”

〔シップ概要〕 総トン数：88,500 トン、乗客定員：2,124 名、全長：293.52 m、乗組員数：

930 人、全幅：32.31 m、就航：2001 年 5 月

〔メンバー 8 名〕 1089 浅山 簇治・美和子夫妻 60 渡辺 義郎・保枝夫妻

281 梶村真一・村松 幸子夫妻

434 大野 悦子さん 1116 田草川 緑

はじめに

今、世界で最も人気のあるクルーズコースと言われるアラスカ！行って見たいなァ~と思っていたところへ大野悦子さんからお誘いがあり、すぐその場で承諾しました。アラスカのイメージ？極寒、氷河、オーロラなど、荒々しい気象と広大な自然界、イメージは厳しいですがその中に美しい風景、すばらしい文化、珍しい動植物など満ち溢れていると思いますので、出会い、ふれあいを楽しみにして行きたいと思います。

9月11日 雨

12日の船に確実に乗る為に、台風や事故を考慮して1日早くバンクーバーに行くことになりました。集合、17時 エアーカナダ搭乗カウンター前、搭乗予定 19時発AC - 004便 バンクーバー行き。

出発時刻の午後7時には雨が激しく降り、その為30分遅れて出発しました。日本とバンクーバーの時間差は17時間あり、サマータイムの1時間引いて16時間差になります。バンクーバー国際空港に12時30分到着。

こちらは晴天、空港から宿泊予定のサンズホテル迄態度の悪い運転手に手こずりながら直行、チェックイン、荷物を置いてすぐ町へ出掛けました。まずトロリーバスに乗りギヤスタウンで下車、町を散策することにした。最初は海の方へ。ウォーターフロントの丘からは海が一望できる。180度のパノラマの青い海に白い建物、

シーバス・ターミナル・カナダプレイスが全体像で見られる素晴らしい眺めだ。コルドバ通りからウォーター通りに入るとがらっと雰囲気が変わり、石畳の道にレンガ造りの店、メープルツリーの並木道の間にはぼんぼりの様に花が飾られている。キャンビー通りとの交差点の手前に町のシンボルと言われる蒸気時計が立っている。(ここで写真を1枚パチリ) ギャッシー・ジャック像(町名の源となった人)の前まで歩いてきて、斜め前にあるしゃれたカフェテラスで休憩。ビール派、ジュース派2つのテーブルに分れて座り、ビールを飲みながら行き交う人々を観察したり、レトロな町並を眺め異国情緒に浸るのもまた乙なもの。帰りはトロリーバスではなく、歩くことにしました。中心街のロブソン通りを抜け左折すると、花や樹木で覆われた閑静なコンドミニアム街、誰もが憧れるような整った環境です。だんだんホテルに近い海辺に近づくと若者達や観光客で賑わっていました。その理由は“あ~何て美しい夕日”ここはサンセットビーチとして有名なイングリッシュ・ベイ。丁度水平線に夕日が沈む直前でその美しさは何に例えようも有りません。誰もが暫し茫然と見詰めていました。その後我に返った様に刻一刻とシャッターを押し続けました。夕日はいつ見ても神秘的で蟠りを消してくれます。この光景を体験できただけでもここへ来た甲斐がありました。

9月12日 晴

朝食後出発迄時間があったので浅山さん御夫妻、村松幸子さん、大野悦子さん、私の5人で散歩に出ました。波の音を聞きながら海岸沿いを歩くのは何とも気持ちがいい。15分程歩くとスタンレー公園に行き当りました。この公園は1888年当時の総督スタンレー卿の名をとって付けられた公園で日比谷公園の25倍もあります。

中に入ると多種の大樹が密集している、とてつもない大樹に寄り掛ったり、噴水している大きな池で水鳥に話し掛けたり。特に面白かったのはリスのアクロバット。小さなリスが木からスルスルと下りてきてピョンと跳ね上がりくるくと空中回転するのです。それも私達に見

てくれと言わんばかりの態度です。可愛くて拍手喝采でした。

ホテルのロビーに10時40分集合、予約したタクシーでカナダプレイスに直行。乗船手続きには混雑が予想されていましたが順調に進み、思ったより早く乗船できました。さァこれから7泊8日の優雅な船旅の始まりです。私達は8階中の7階、いいお部屋に入れて頂きました。感謝！！

4時に避難訓練に参加、全員がデッキに集合して並んだだけの事でした。5時30分ポーと一声汽笛が鳴った。出港だ！！急いでデッキに上がってみるとそこには鈴生りの人。船はきらきら光る波の中を、大きな船体を半回転させながらゆっくりと港を離れた。

初日のディナー、私達には丸い八人掛のテーブルが用意されていた。テーブル係りはエルサルバドルの男性とバリの女性のペアで女性の方は多少日本語が喋れました。(話によると、この船はアメリカ船ですが船長はイタリア人、働いている人達も外国人、アメリカ人は殆どいないそうです。)初日の乾杯は前もってシャンパン、ワインのどちらにするか話合った結果、全員一致でシャンパンに決定、浅山さんの音頭で乾杯！！前菜はエビとムール貝のサラダ~。ペチャペチャ、ガヤガヤ、だんだんボルテージが上っていった。

9月13日 晴

昨夜は船旅初日の興奮からか全然眠れず、朝方になって二人共(大野さん)寝込んでしまった。8時半に皆で朝食をとる約束を破り欠席、9時半から清水さんの船内説明会にも遅刻してしまった。本当に申し訳ございませんでした。

午後は女性のみ5人で卓球に挑戦。デッキの上なので風が強く思う様に打てない、そこでルールを“何でも有り”にしました。例えば床に落ちた玉を打ち返してもよし、羽根つき状態でもOK。1人は玉拾い4人はダブルスで順次交代する。皆何十年ぶりかの卓球で悪戦苦闘しているのを、見ていた外人青年が大声でお腹を抱えて笑っていた。その笑い方が可笑しくて私達も大

笑いしました。

夕方クルーズの醍醐味といえる貴重な体験をしました。海の上に竜巻が起こったのです。夕日に燃える大空、何一つ無い水平線に煙が立上るような柱状形で天に向かって広がっていました。すばらしい光景でした。梶村さんが上手に写真を撮って下さいました。



船上から見る竜巻

夕刻5時から“船長主催の歓迎パーティー”が開催され、皆さん個性豊かな盛装で出席。船長さんと1人1人握手をかわしてホールに入った。ライトアップされた舞台では、生バンドによる魅惑のダンスミュージックが流れ、多数のカップルが競うように華麗なステップを披露していた。

美味しいシャンパンが配られ、他にも自由に飲むことができます。ほろ酔い気分で周りを見渡すと豪華な衣装の外人さんも目立ちますが、やはり着物姿は外国で人気が高く村松さんの着物姿に“ビューティフル”の連発でした。このように日本の文化を世界の人に披露できたのも良かったと思います。

9月14日 曇り雨

船はガステノー海峡を通り午後2時にジュノーに着いた。周りは濃い緑色の山々が連なり、その山間のなだらかな裾野にジュノーの町がある。ジュノーは小さな町だが1900年にアラスカ州都になった。私はアンカレッジが州都だと思っていたので意外でした。私達の観光としてはグレーシア・ガーデンとメンデンホール氷河に行くことにしました。まずグレーシア・ガーデンに向う(正式名 ガーデン・グレーシアレイ

ンフォレストアドベンチャー)、ここに到着するとき美しい草花が満開のアトリウム(ガラス張りの室内大庭園のような場所)に案内された。まるで南国に来たような感じです。右側には色とりどりの花でハート型に飾った壁面があり。観光客は大抵その前で記念撮影をしている。夏の間咲き誇る花の中にピンク色の“ファイヤーウィード”と言う花がある。この花がタンポポの白い綿のように変わると秋の訪れを知らせると言う。すでに秋ですがここでは満開のまま。

外に出るとここから先はサンダーマウンテンの山腹に繋がる小道を屋根付のシャトルに乗り往復するコースをガイドさん(ドイツ人の青年)に案内して頂いた。この山道には珍しい草花、キノコ、木の実、樹木(多雨林)等の宝庫で変わったキノコや赤い木の実に関心が集まっていた。昔はこの辺は海だったそうで岩石をぼろりと簡単に割り小石にして記念に下さいました。この後はメンデンホールへ。

生憎の雨で見通しの悪い中をビジタセンターの見晴台へ急いだ。メンデンホール氷河はアラスカで最も有名な氷河で幅 2.4km 高さ 30.4m 全長 19.3kmの巨大氷河。見晴台から氷河迄 800m 離れている。双眼鏡で見ると山と山の間を乳白色の氷河が連なり、表面はかなり起伏がありそう。氷河の前方は美しい湖(氷河湖)で雨のせいか氷河が大きな滝が落ちている様な景観にも見える。晴の日にもっと近くで是非見てみたい所です。



ジュノーにて

9月15日 曇り時々晴

今日はグレイシャー・ベイ。船の中から探究します。グレイシャー・ベイには 16 の氷河が

流れ込んでいると言われ、その氷河は過去数百年の間に劇的に後退した。その後退したあとの陸地にどのような植物が発生し、動物が住みつく様になったか研究する為にアラスカで唯一ユネスコの世界遺産に登録されたエリアです。風景を楽しもうとぼんやり外を見ていると何か浮き沈みするものが見えた。流氷だ!! 薄茶色化して浮流している様子は一瞬魚の大群かと錯覚してしまった。船は無音で進み、両岸の景色も口を噤む。何だろうこの沈黙、この静かさ!! 都会の騒音に慣れている私には不気味な程静かだ。船が奥へ進むに連れ音の無い世界に入込んでいった。3時頃、あっ虹だ! 何てきれいな虹! 完全な半円形(欠けた所がない)の形で青い空と緑の水平線上に7色の虹、このコントラストの凄さ、多分二度と見られません。



グレイシャー・ベイに行くクルーズ船

ジャグジーで面白い事がありました。外国人向けサイズのジャグジーに日本人が入ったらどうなるでしょうか、皆さん想像してみてください。今迄にジャグジーに入ったのは3~4人です。まず高さ長さ幅が違うので、ジャグジーの噴射口を腰に当てるには両手を床に着けて腰を浮かさなければならない。そうすると噴射の圧力で吹き飛ばされてしまう。慌てて足で止めようとすると足が届かない、又慌てて片手で縁にしがみ付きもう片方の手で腰を浮かす。体はそのままの状態で流された形になるのだ。細身の女性の場合、噴射口が両脇を通り抜けてしまうと言う。その時の様子を夕食時にワインを飲みながら身振り手振りで話合って皆で大笑いしました。とって置きの思い出になりそうです。

9月16日 曇り時々雨

今日はスキヤグウエイ、ホワイト・パス&ユーゴン鉄道（登山列車）に乗る為、7時半に集合し船を降りる。この地方は晴の日が多いと聞いたが今日は雨が降りそうです。雨仕度をして駅へ向うと、あっという間に人が集まって来て我先にと座席確保に走っていました。私と大野さんの席もグループの方達に取って頂きホッとしました。車内はすぐ満員になり、車掌さんらしき人から水のペットボトルが配られました。発車前にこの鉄道について調べてみると、スキヤグウエイからフレイザー迄の45kmを折返しで90km約3時間30分で走行。北米では最も急傾斜のある線路。また最も狭い軌道を走る列車（狭軌列車）と言われている。車輛には両端にデッキ付。スキヤグウエイからホワイト・パス迄の標高差879m等が解った。

列車がスキヤグウエイを出発してからしばらくの間、両側の景色を見比べていました。進行方向右側の沿線は険しい崖の岩肌が続き、左側の沿線は絶景、美しい景色が次から次へと展開して行きます。断然左側有利（後で交代）です。いい写真を撮りたい時はデッキに出て撮っています。列車は幾つものトンネル、橋を渡りながら山から山へと登って行きます。外気が冷えて窓ガラスが曇ります。左側の席でガヤガヤしたので何だろうと見ましたら絶景ポイントの1つ“ブライダル・ベールの滝”が見えてきたのです。皆さん急いでデッキに出ます。私も追ってデッキに出て振り落とされないように足を踏ん張ってシャッターを押しました。しばらくデッキで冷たい風に吹かれながら周囲を眺めていると、列車は急傾斜を登っている所で軌道の幅は狭く、車体の幅+50cm位しかありません。まして右は崖、左は杭のない断崖で谷に繋がっています。そこをS字形にカーブして走っているのです。下をのぞくとゾッとします。1896年頃ホワイト・パス直前のこの付近はゴールド・ラッシュ時代に“死馬の谷”と呼ばれ、人々が命がけで越えたと言われている所、その険しい山道沿いを走っています。この様な危険な場所にどうやってレールを敷いたのでしょうか。頭の中で思いあぐね

ているうちにふと昔の映画“戦場に架ける橋”を思い出しました。あのクワイ川に架ける橋の工事シーンを思い浮かべ、ホワイト・パス鉄道とダブって見えてきました。多分この鉄道（ホワイト・パス）も似たような過酷な工事で建設されたのではないかと勝手に想像しています。列車はフレイザーに着き、すぐ折返し下りになります。ここで皆さん座席を反対に移動し、両側見られる様にしました。列車は12時頃スキヤグウエイに帰着。これから町へ出掛ける人4人、船に帰る人4人で私達は同じ列車で船に帰りました。

9月17日 晴

ケチカンはアメリカ先住民が鮭を取る為に関滞在した小さな町で、地名はトリンゲット・インディアンの言葉で“鮭の川”という意味の“キチサン”から名づけられている。今日は自由行動、遅い朝食をとってから大野さんと2人で町へ出た。アラスカ最南端の町らしくこの時期暑くも寒くもなく快適、雨は多いらしい。観光バスターミナルで調べて、12時30分発、“サックスマン・トーテム公園”へ行く事に決めた。その間少し時間があつたのでお土産店、ジュエリー店等を覗いてみたが買いたい物はなかった。

定刻にバスに乗り込み、ハイウェイを通り目的地へ。窓からはトンガス海峡とその向うにペノック島の美しい景色が続き見て飽きない。サックスマン・トーテム公園に到着。まず川の中でサケの養殖をしている所を橋の上から見学、かなり大きな鮭が重なり合って泳いでいた。死骸も2~3尾いて匂いが気になった。トーテム・ポールの木彫の実演建物を外から見て通過。住民の信仰の神を祭ってある素朴な神社の様な建物とトーテム・ポール28本が建っている広場に案内された。そこでガイド（運転手）さんが“日本語でイゴは何ていうのか”と大野さんに質問してきた。内心イゴ（囲碁）はイゴ（囲碁）さと思っていた。大野さんが黒い石と白い石を並べるゲームというと、ノーノーといってトーテム・ポールの上を指差した。そこには驚がいました。あ~イーグルのことだ！ジャパニーズ、

カナダ・ロッキー・ドライブ旅行

関東支部 No.60 渡辺 義郎

ワシ！という、ガイドさんはワシ、ワシと繰返し記憶に残そうと努力しています。英語のヒヤリングは難しいなァ～と実感しました。一通り観光が終り、バスはターミナルに帰着しました。バスを降りる時ガイド（運転手）さんが、ワシ、サヨナラといいました。私達もワシ、サヨナラと手を振って別れました。

9月18日 晴

午前中は明日の下船に備えて荷物の整理、苦心しました。午後1時に2階のソファに集合し、清水さんから下船についての書類の書き方を丁寧に教えて頂きました。その後、来年は何処のクルーズに行きたいか？と言う話から、ハワイ、地中海、カリブ海等、いろいろなクルーズのお話を聞かせて頂き、楽しく勉強させて頂きました。

3時半からは船内の“キッチンツアー”に参加。毎日何千人もの胃袋を満たしている調理場はどんな所かしら？案内人に従い各キッチンを見て廻りましたが、その広さ、大きさは想像を絶する巨大なものでした。各種別にすべてオートメーション化された清潔な感じのキッチンでした。

5時45分からクルーズ最後のディナー。皆さんお似合いの盛装で出席。締括りもシャンパンで乾杯！！お喋りは今迄のクルーズのこと、これから行くカナディアンロッキーのこと等あちこちに飛んでいます。7日間毎晩お世話になったウエイター&ウエイトレスさんに感謝の気持ちを伝え一緒に記念撮影。二人共この1週間で日本語が随分上達しました。明日は早朝の下船となる為、早めに引上げました。

さいごに

皆様とは初めての旅行でしたが、楽しくそして親切に接して頂き有難うございました。特に男性の方々には、お手伝いして頂いたり、心配して頂いたりお世話になりました。この親切、優しさは長年厳しさの中で培われた人間性から滲み出てくるものだと思います。いい方達に巡り逢えて良かったと思っています。有難うございました。

1. ドライブ旅行の準備

(1) 国際免許証、レンタカー保険

アラスカ・クルーズに引き続き、バンクーバーからカナダ中部のカルガリーまで飛び、カルガリー空港でレンタカーを2台借り、分乗してロッキーを目指すことになった。

初めてのカナダでのドライブ、左ハンドルの車、右側通行・・・いつもとは違う環境に少し緊張気味である。

事前に準備を行う。まずは国際免許証の取得。2台をそれぞれ2人で交代運転することにして各人が国際免許証を取得した。取得は簡単で、私の場合は神奈川県運転免許試験場で申請するだけ。免許証、写真を持って申請すれば料金2,650円で即時交付された。この免許証はいわば国内免許証の翻訳の性格で、レンタカーを借りる場合は国内免許証を持参し双方を見せる必要がある。

事故に備えて保険を調べる。治療費の高い北米に行くので、クレジットカード付帯保険の他に海外旅行保険に加入して行くつもりであった。海外旅行保険は、インターネットで検索が一番安い（と思われる）損保ジャパンに決めた。通常はセットを勧められることが多いが、割高なのでバラがけにして死亡保障は掛けず治療（2,000万円）、賠償責任（1億円）、救済者費用（2,000万円）のみに入り16日間で2,970円と比較的安かった。

この保険ではレンタカーで万一事故を起こした場合に対人賠償が効かない。レンタカーはAVISで、保険もセットで申し込んだ。しかし対人賠償は上限20万カナダドルで約2,000万円である。これでは少ない、万一人身事故の場合は足りないと、日本でレンタカー保険に入ることになった（カナダでなくアメリカの場合は同じAVISでも十分な金額を付けることが出来るようである）。日本では1社のみレンタカー保険を扱っており、やむを得ずこれに入ること

になった。保険の本体は海外旅行保険で、特約としてレンタカー保険がある。従ってレンタカーを運転するのは6日間だけであるが、保険対象期間は全体の16日間となり割高になった(約1万円)。後から思うと、人がほとんど通っていないロッキーのみを行くのであれば人身事故の可能性は少なかったかもしれない。海外に行くときに何時も悩むのだが、何もなければ保険料がもったいない、何かあれば保険を掛けないことが悔やまれる。でも、海外で病気、事故にあった方が身近にもいる事を思えばやはりそれなりの備えは必要と思う。

(2) 目的地の地理

インターネットは便利である。Google Earthを使えば衛星(または航空写真で)から俯瞰した全世界の地理を見ることが出来る。カナダの場合、ホテルのホームページから住所をコピーしてGoogle Earthの検索窓へ貼り付けるとダイレクトでその場所を探すことが出来る。これに地図を重ね合わせると未知の場所の地理、道路などがよく分かる。いまや海外、国内を問わず旅行するのに不可欠である。しかし限界もある。ロッキーの観光地のホテルまでの行き方は、迷う余地が少ないが、カルガリーなどの都会は道路がいくつもあり、目的地までの行き方を教えてくれるわけではない。Google EarthにGoogle mapを併用すれば地図上に主要道路が示されるので、少しはよいが十分ではない。結局、ガイドブックを頼りに出発前に調べていくのだが、失敗もある。

カルガリー空港を出てロッキーのバンフまで行くのだが、トランスカナダ国道1号線までの10kmで迷った。Google Earthで調べた道路が工事中という。予定外の道路を行くが、途中で分からなくなった。このときは幸い途中で寄ったお店の駐車場でバンフから帰ってきたばかりという日本人に教えて貰うことが出来、事なきを得た。

2. いざ左ハンドルで運転

(1) レンタカーを借りる

カルガリー空港でレンタカーを借りた。あらかじめ日本からAVISを予約し、書類を持参していくが、窓口でずいぶん時間がかかった。まず、窓口の女性が慣れて無く不手際が目立った。何かする度に古参の係員に聞く。しかもミスもあった。渡された書類を良く点検しないと危ない。ちなみにレンタカーはエドモントン空港で返したが、返すときはキーを渡すだけで簡単である。支払いの確認(前払い分とカード引き落とし分(乗り捨て料))、サインして終わりであった。レンタカーの料金は、2台、5日間で保険などを含み6.5万円、一人あたり8.2千円と比較的安い。

ともかく、手続きを終えフルサイズのセダンで、いざ左ハンドル、右側通行の初体験である。運転感覚は国内とそんなに違和感はなく、すぐに慣れた感じである。ただ、ウインカー、ワイパーの位置が左右逆でその後もよく間違えた。

右側通行は、前車に追従している間は問題なく、右折、左折で反対車線に入らないように注意が必要。曲がるたびに、乗っている全員で「右、右、・・・」と唱えていた。

(2) カナダはメートル法

カナダの度量衡は米国と違ってメートル法である。距離はkm、速度はkm/hで日本と変わりなく運転は楽だった。高速道路は制限速度110km/hで、監視カメラで違反をチェックしていると言い、違反すると帰国後にレンタカー会社経由で請求がくると、インターネットでの旅行体験記に出ていたので制限速度を超えないように注意した。

(3) 交通マナーは素晴らしい

歩行者への安全配慮は日本より良いように感じた。横断する素振りを見ただけで車は必ず止まる。最近の日本では、交差点で黄色信号で止まる車はなく、赤信号でも突っ込んでくる車が多い。横断歩道では歩行者を見かけても止まる

車はなく、車の列が行き過ぎるまで待たなくてはならない。東南アジアの交通マナーは論外だが、カナダの歩行者優先のマナーを見ると日本も威張れるものではない。

(4) 2台で行くと・・・

8人が2台に分乗したので、後車は前車を見失わない様にしなければならない。ロッキーに入ると、前後見渡す限り他の車はいない地帯だから問題はない。問題は都会で、信号で分断され見失う危険性がある。

出発前に考えたのが携帯電話の利用である。しかし携帯電話のレンタル料が高い事であきらめた。実際はカナダの広大な土地は携帯電話の基地局が無い場所が多く、持っていても圏外で使えない。特にロッキーではほとんど役に立たない。従って、もし利用するならトランシーバーが良いのかもしれない。

実際に見失ったことは1回あった。エドモントン市内の5車線の車が多い道路で、見失った。その時の行き先は決まって無くて、もし見失った場合にはエドモントン空港と決めていたが、まさに携帯電話のような連絡手段が無く一時はどうしようかと思った。このときも偶然に、途中で入ったスーパーの駐車場に前車もいたのである。

これは2台の問題ではないが、衛星から突然の警報があった。カルガリー空港を出てすぐに、慣れないために何かのボタンに触ったらしい。突然スピーカーから「Emergency?」と問う声がする。こちらは英語が「しゃべれず、聞けず」のレベルなのに、「緊急か」と、しかも外部から車内へ通信手段がないはずなのに声が聞こえる。何のことが、録音かと思ったが、衛星経由の通話だと分かった。現役時代にGM(レンタカーの車種はGMのBuick)が衛星経由で車両の緊急支援システムを作ったと聞いていたのを思い出した。なるほど、これがそうかと思い、「No Emergency」と言い、何を思ったのか「We are Japanese」と余分なことを喋ったら、向こうもそれではしょうがないと思っただけで、本当に緊急でないかと念を押して声は切れた。日

本と違い携帯電話の不感地帯が多い通信事情と合わせて、どこでも通信できる衛星システムが広大な北米大陸を自動車で動くときに必要なシステムと感じた。

3. 雪で前途を断念、一転して大平原を走る

(1) 圧巻のロッキーの景観

カルガリーからバンフへ120km。バンフで一泊。ケーブルカーでサルファール山へ、あいにく上は霧でほとんど視界がない。あとはマリリンモンロー主演の映画「帰えらざる川」で有名なポー川などを見る。9月後半のロッキーは既にシーズンオフに入りつつあり、天候は曇りが多かったが、ロッキーの山並みは圧倒的な景観を見せる。次に氷河街道とも言えるべきIcefields Parkwayを100km走りレイクルイーズへ、2泊。有名なエメラルド湖、ルイーズ湖も山並みと相まって非常にきれいだった。この辺は大勢の方が実際に観光で見ており、旅行記もインターネットに写真付きで多く紹介されているので本文では述べないが、まさにロッキーの景観は圧巻であり、今回の旅行でのハイライトであった。

ツアーと違って日程に余裕があり自由行動が出来るので、ハイキングを2回行った。真っ赤な紅葉ではないが、秋らしい風景であった。

(2) 楽しい食事

旅行の楽しみの一つが食事である。前半のクルーズでは毎日フルコースのディナーであったが、ドライブ旅行に移ってからは、町のレストランでの夕食である。ビールにピザ、パスタと



気の合う仲間との食事は楽しい

言ったところが多かったが、気のあった仲間との会食は非常に楽しいものである。値段も1ポイントのビールが5～6ドル程度でそんなに高くない。食事と言えばハイキングでの町のスーパーで買ったサンドイッチの昼食、またホテルの一室での手作りの誕生祝いの夕食など大変楽しかった。

(3) 曇り、小雨、みぞれ・・・次は降雪

レイクルーズから、次の宿泊地ジャスパーを目指して出発。途中で雪上車で氷河観光をする有名なColumbia Icefieldがある。前後にほとんど他の車を見ないIcefields Parkwayを走る。最初は曇りで快調に飛ばす。小雨になったが途中の迫りくる山々の景観を堪能しながら進む。次第にみぞれ交じりになり、峠にさしかかり高度が上がるにつれ雪交じりになった。次第に雪の降り方が激しくなり、少し心配になる。峠の頂上まで来ると本格的な降雪に。前方にバス、乗用車が立ち往生しているのが見える。ついに我々の車も前に進めない。

どうするか、待つか、引き返すか。様子見ること約10分。前の車が無理に進もうとする。横滑りしてバスに接触間際。このまま待てば雪に閉じこめられ進むことも帰ることもできない。みんなで決断して引き返すことに。Uターンも雪で滑り難しかったが、何とか引き返せた。

後日バンクーバーに戻り、観光バスの日本人ガイドにその話をした。そのガイドはロッキーに長年の経験がある人で、「引き返したのが正解。10分、20分の差で引き返せなくなる。し



雪道を引き返す

かも当日は土曜日だから、除雪車がなかなか来ない」とのこと。ちなみに引き返した途中のドライブイン兼ガソリンスタンド(100km区間に一カ所だけ!)で、日本人団体の観光バスにあった。ガイドさんに前途は雪で行けませんよと話をした。ガイドさんは困惑していたが、結局その場所には雪がないのでお客さんが納得しませんから、駄目になるまで行ったのでしよう。

(4) 大平原をドライブする

さて雪から引き返して元に戻れば、嘘のように晴天も見える。今日の宿泊地はジャスパーであるが、ロッキーの麓を迂回しておおよそ500km以上。東京-大阪くらいの距離。それでもこの道しかない。11号線、28号線、16号線をそれぞれ100km、200kmと大平原の中を進まなければならない。

しかし、このルートは最初の内は思いがけず楽しいものであった。日本では経験することのない大平原の道で、前後に1台の車もなく10分間に1台位しかすれ違わない地平線まで一直線の道路を単調に進むが、所々に湖があり黄葉に染まった秋の風景はなかなかのものであった。

それでも数百kmを単調に進むのはつらい、途中で期待したドライブインも一カ所もなかった。結局、ジャスパーは断念し、エドモントンへ行くこととなった。ジャスパーのホテルも予約してあったが、次の日はエドモントンからバンクーバーへの飛行機に乗らなくてはならない。ジャスパーへ行けば、また同じ道を400kmほど引き返さなくてはならない。ホテル代は惜しいけどエドモントンでモーテルを探すことになった。

5日間のドライブ旅行であった。出発前は運転、地理、天候、保険、荷物と気になることが多かった。実際に雪で前途中断というハプニングもあったが、ロッキーの圧倒的な景観を十分に堪能できた旅であった。気の合う仲間にも恵まれ、お仕着せのツアーとは違い計画段階からの旅すべてが楽しめた。

エヴェレスト ベースキャンプを目指して

カトマンズ在住 No.723 山本 幹夫

勤務地を海のある国として希望を出しているのですが、今回も前回のブータンに引き続き、山国のネパールとなってしまいました。

人口約300万人のカトマンズに住むようになってから約半年が経ち、10月の大型連休を利用して同期にネパールに着任した日本人と標高5364mのエヴェレスト ベースキャンプを目指してトレッキングをしましたのでご紹介します。

メンバーは、我々夫婦、50歳代後半の女性、40歳代前半の男性の計4人、それに、ガイド1名、シェルパ1名、ポータ2名の8名のグループで、期間は10月6日から10月19日までの2週間です。

ことしのネパールは雨季の終了が遅く、10月の初めから漸く乾季に入りました。ネパールでは、政情不安定が続き、出発当日もマオイスト（毛沢東主義を標榜する過激派集団）による市内の道路封鎖が予定されていましたが、中止となり朝5時に自宅をタクシーで出て、5時半にはトリヴバン空港国内線ターミナルに着きました。

予定では、エヴェレストの麓にあるルクラ空港（標高2840m）までカトマンズを8時に出発して9時には到着する予定でしたが、よくある機体の整備不良で2時間遅れの出発となりました。ルクラ空港は山の中腹を削って作った地方空港で滑走路が短いため、滑走路に傾斜をつけて着陸時の機体のスピードを弱めるような構造になっています。

初日の6日はルクラ到着後、徒歩でアップダウンのある道を6時間昇った位置に在る標高2610mのパクディンまで移動し、最初のロッジを確保しました。大きな旅行社を使った規模の大きいグループの場合は、事前にロッジの予約が出来ますが、我々のように個人ガイドの場合は、先着順となり、到着した順に部屋を確保することになります。

翌7日は、朝7時に出発してナムチェ（標高3440m）まで6時間のトレッキングです。途中のジョルサレのチェックポストで入山料を1人、NRs 1,000（約1800円、1 NRs = 1.8円で計算）支払います。又、やはり周辺にマオイストが出没し、寄付と称して、ガイドからお金を強要したようです。前日の入山者は約250名/1日であり、因みに、後日確認したシーズンピークに近い帰りの17日では、400名ということでした。

入山者が多いため、足元の石は若干丸くなりやや滑りやすい印象を受けました。また、日本の登山道よりは汚れていますが、人数の割には清潔な感じがしました。ナムチェでは標高が3000mを超えているため、高度順応として2泊する必要があります。ナムチェはシェルパ族の町であり、エヴェレスト街道で一番大きく沢山のロッジがあります。



左からシェルパ（タマン族）、同僚、我々夫婦、ガイド（ネワール族）

翌日は、日帰りでシャンボジェ空港とやや上にある、人気のエヴェレスト ビューホテルまで行って来ました。ここからのエヴェレストの眺めは最高ということで、レストランはいつも満員です。ホテル完成以来、30年ということですが良く手入されており、たまたま、カトマンズから上がって来ていた、オーナーの宮原さん

とも会うことが出来ました。あの当時、建設反対のヒラリー卿（最初のエヴェレスト登頂者）を説得し、億の金をかけて建設されたといわれています。現在は70歳代後半ですが、ネパール国籍を取得し、来年行われる予定の国会議員の選挙に出馬予定とのことで元気の様子でした。

9日は標高3867mのタンボチェまで、5時間半の昇りです。エヴェレストのベースキャンプまでは、トンネルが無いので峠まで昇って、谷へ下り、川を越えて又次の峠へ昇る繰り返して、アップダウンの連続です。タンボジェはロッジの数が少なく、また、質も良くありません。中央に、ラマ教（チベット仏教）のゴンパがあり、向かって左の小道を入れて行くと、3回、エヴェレストの登頂に成功しながら、下山時に遭難した天オクライマーと云われた加藤保男氏の慰霊碑とジュディオングが寄贈した橋本龍太郎元首相の記念碑が並んで立っています。

翌10日は朝7時に発って標高4410mのディンボチェまで6時間の昇りです。ここまで来るまでに、標高7165mのプモリ、7879mのヌブツェ、8516mのローツェ、その間に8848mのエヴェレストが頭だけ見えます。又、東から南側にとうもろこしの頭の形をした6856mのアマダプラム、6608mの横幅の広いタマセルクが見え、まことに圧巻です。

当初の予定では、標高4930mのロブチェまで一気に昇る予定でしたが、勤務先の事務所の規定で、4000mを超えた場合、一日の高度差は500m以下で無ければ登山許可が下りず、標高4620mのトクラで一泊です。

翌12日は、最後のロッジの一つ手前のロブチェです。朝10時半にトクラを出発し、お昼には4930mのロブチェのロッジに到着しました。ここまで来るまでに、ルクラのスタート地点から3箇所、500m前後の標高差がある急登の坂があり、時間をかけてゆっくりと昇ってきました。高山病を防ぐため、我々のグループが追い越したのは僅か3組程度で殆どのグループに追い越されました。

ロブチェのロッジは僅か数軒で我々の部屋は窓の無い2人部屋で同性同士の相部屋です。食

堂は満杯で昼食後は部屋で過ごすことになりませんが、もちろん電気も無く、本を読むことも出来ず結局、夕方まで一眠りとなってしまいました。夕食後は、翌日の打ち合わせですが、女性2人からは、高山病による頭痛の為、翌朝、下山したいとの事でした。



奥がエヴェレスト（標高8848m）

私のほうは、頭痛はたいしたことが無く、予定どおりゴラクシェップのロッジ、5150mまでもう一人の同僚と昇ることとしました。ここまで来るともう医者もおらず、一人の力で昇ることとなりますが、夜に眠ることが出来ず、突然、夜中の2時位から呼吸が難しくなりました。ここまで来るまでに、上空では救助用のヘリコプターが舞い、頭を割ってポータに背負われて下山しているポータを見たり、夜中に急遽、外国の若い女性が背負われて下山したとの話が頭に浮かび、手遅れの場合は命を失うこととなります。判断に苦しみましたが、結局ここで下山することと致しました。翌日13日は、若い男性の同僚が1人、ガイドとポータ1人、計3人でベースキャンプを目指して、先へ進みました。もう一方、家内ともう一人の女性、私の3名は、シェルパ、ポータ1名の計5名で二日かけてナムチェまで下山し、カラパタール（5545m）、ベースキャンプ（5364m）まで昇って下山してくる同僚を待つこととなります。

同僚は、殆ど夢遊病者の状態になりながら歩き続け、予定どおり目的地まで到着し、16日に無事全員がナムチェで合流致しました。

翌日からは、空港のあるルクラまで、途中パ

クディンで一泊して19日に無事、カトマンズの自宅まで戻ってきました。

トレッキング中、日本人は少なく、殆どが、イギリス、ドイツ、フランス、オランダ等のヨーロッパ人でした。結局、ネパールはアジアの玄関口で比較的近いため人気があるものと思われ、団体で、お祭り騒ぎで昇っていきます。カトマンズの戻る前日のルクラのロッジでは、ディスコ大会でした。日本人はそこまで陽気になれませんが、彼らの陽気さが印象的でした。

費用は、カトマンズ、ルクラ間の往復航空運

賃、ガイド、シェルパ、ポータ代、宿泊、食費込みの総費用40万円です。4人で割ると2週間で1人、10万円ということになります。

今回は、約5000mの地点から下山しましたが、これで十分です。高山病対策の他に、食事、体力、気力、健康状態等、総合力で登ることになり、日常生活を改善しなければならない事を痛感いたしました。

尚、2009年3月までは、カトマンズにおりますので会員の皆様、近くまで来られましたら御連絡ください。

中高年の海外生活での健康管理

関東支部 No.586 磯崎 興志

この度、会報にシリーズで中高年の健康管理、医療問題 特に海外ロングステイ時の医療等について書かせていただく事になりました。

次のような事などを書こうかと考えています、ご意見・ご希望・ご質問等ありましたら何なりとお寄せ下さい。

1. 健康診断

一般的 健康診断 精査の意味 専門科に受信する時はどのような場合か

2. 医療経済的問題

医療保険、後発薬品問題等

3. 介護施設関係

現在の問題点 来年は施設視察会開催予定

4. 南国サロン会などでの医療相談

どのような問題点があったか について

5. 注意報

インフルエンザ、狂犬病等々

6. その他

医者として、ロングステイヤーとして思いつくまに少しく書いて見たいと思います。

尚、このような紙面ですから、個人情報保護その他の面で、言葉足らずや個々の問題に充分対応できない事が間々あるかと思いますが、予めご了承下さい。

海外ロングステイの時の病気について、 事前準備と判断基準。

体調が悪くなった時どこの医療機関にコンタクトを取るかを事前に準備しておきましょう。こんな症状の時は速やかに医療機関に駆け込んでください。

下痢・・・3日間以上止まらない、腐敗臭がある、血便伴う下痢。

発熱・・・3日以上38度以上続く時や、肺炎の恐れがある場合。

痛み・・・寝られないほど痛む 疼痛、腹痛（胆石、腎結石、通風発作、潰瘍穿孔、带状疱疹など）

脳梗塞・・・急に言葉が不明瞭（意味、発音）になる。

片側の筋力低下（茶碗を落とす、真直ぐ歩けない）

顔面が引きつる 涎が垂れる（口唇麻痺）

脱水症・・・案外見逃されやすいので注意、重症な場合 死亡する事もある

高齢者（70歳以上）は 特に注意が必要です。こまめに水を飲んでください。

息切れを伴う胸痛・・・心筋梗塞、胸部大動脈破裂

循環器疾患のほうが 消化器疾患よりも 急激な経過をとる場合が多いので特に速やかな対応が必要です。

降圧剤服用者・決められた量の降圧剤を服用していれば安心との信仰？が多いが、時々血圧測定を行い服薬量の増減も考える必要があります。

東南アジアは下痢、感染症が多い・デング熱（蚊）、鳥インフルエンザ（インドネシアには現在もある）には注意してください。（厚生省注意情報参照）

持参薬として、・テトラサイクリン（デング熱特效薬）5日分、・タミフル（インフルエンザ）5日分位は持参してください。

病歴、現在服用している薬・英文で記載した物を用意しておきましょう。

（病名、期間、服用している薬、服用量、等々）
糖尿病の方・インスリン注射治療中で血糖安

定していない方は 厳重な注意が必要です。
血糖値を自己測定できるようにし、充分準備したうえで海外に出かけてください。

定期**健康診断**時に検査をお勧めします

- ・ピロリ菌の検査
- ・甲状腺ホルモンの測定
- ・C A 1 2 9 (卵巣癌の検査・女性)

個人的な 相談に応じます。

旅行先でのリアルタイムの緊急相談にも応じますので、支部長様などを通じて早めに連絡ください。

必ず次の2点だけは守ってください。

- 1、相談後の連絡を必ずお願いします。
- 2、個人情報になるので 開示はできませんので その点厳しく守ってください。

お 役 立 ち 情 報

旅 支 度

チェンマイ支部 No.558 伊沢 豊

下記の記事は、去る11月10日のメルマガ「そうなんや [28]」で発信したものの、大変好評だったので、一部加除修正を加え保存用として載せることにします。

~~~~~

会員さんには、ロングステイ下見に・観光にそしてリピーターの方も含め海外へお出かけの方が増えてくるのではなからうか。

旅なれている筈なのに、現地についてアレがないソレ持ってくるんだった では後悔先に立たず。 目的に沿った持参品の点検には細心の注意を！

### 貴重品

パスポート 航空券 クレジットカード  
現金 デジカメ（充電器） 海外旅行傷害保険証書（保険がクレジットカードに付いて

いる場合は不要）

### 一般携行品

現地行動用バッグ（手提げはダメ。斜め掛けベルト式かデイパック=リュック）

折りたたみ雨傘 機内は冷えるので薄手のジャンパー等 帽子

南国の場合は半そで・半パンも

ビニール袋（スーパーのアレでよい）

洗面具一式 携帯式簡易医療品一式

携帯式簡易裁縫道具一式

物干し用コンパクト ナイロンロープ(手の平サイズの14ミリ超薄型あり)

常用薬 入れ歯接着剤 ボールペン

メモ帳 ガイドブック

嗜好品（梅干・ラッキョ・飴類）

現地行動用スニーカー

### 小物類

ポケットティッシュ 濡れティッシュ

洗剤 爪切り 輪ゴム

くつべら サングラス

オエ袋(？)；機内の座席前の背もたれポケットに必ず入っている紙製のゴミ袋 車酔いなどで吐き気をもよおした時に役立つ。必ず頂戴しておこう。

### 旅の三種の神器

ツッカケ； 外国のホテルはスリッパの無いところが多く、その代用にもなりそのまま外出もOK。ゴムかビニール製で低い踵付きのアレ

ハンガー； 洗濯小物類を干すため。安宿の場合ハンガーそのものが無い。クリーニング屋から付いてくる使い捨てで針金製などのアレ

ナイロンタオル； ホテルのバスルームには体や背中を洗うにふさわしいタオルが無い。100円ショップ等にあるアレ

### 現地に着いたら

ホテルであれば貴重品は即セイフティボックスに、必要な現金だけ持つ

ホテル・マンションの名刺を貰い常に携行  
現地の地図もゲット

フロントで諸情報(例；マッサージ屋のあるなし等)を仕入れる

~~~~~

マレーシアのKL(クアラルンプール)に、「ナースロッジ日本」という日本人向け介護ホームが出来ています。関心がおありの方はYahooを開き、下記アドレスを「検索」の欄に打ち込んで検索ボタンをクリックしてみてください。

http://www.geocities.jp/hikosakamotojp/roujinkai/gotengoku/o_mainpage.html

~~~~~

## 日本でタイ国ロングスティビザ取得！

関東支部 No.239 伊藤 寛

タイで申請のほうが簡単だそうですが、日本で取得しました。

申請の流れを簡単に書いてみました、

まずはタイ大使館のHPから申請書類を用意。

<http://www.thaiembassy.jp/rte1/content/view/61/74/>

### ロングスティビザ (non-immigrant visa-O-A)

申請書と経歴書をHPからプリントアウト。それぞれに必要な事項を書き込み、署名、申請日は書かないで、コピーし、あとで書き込む。3枚も書く必要が省略される。

無犯罪証明書原本

各都道府県警察本部とのことで、霞ヶ関の警視庁に行きました。正面玄関を入り受付で入館申請し待っていると係りの方が部屋まで案内。

パスポート、住民票、戸籍抄本、記入済上記申請書を提出。係りの方が書類の書き方を説明してくれます。指の指紋をコピーします。

2週間後の引き換え書をくれます。

国公立病院発行英文健康診断書

広尾の日本赤十字医療センターで発行。初めての方は健康保険証を持参登録して診察カードを作成。2階の健康管理センター受付で英文健康診断書を申請。健康診断血圧レントゲン。血液型その他で約6000円。英文健康診断書10500円1週間後に受け取り。

上記(開封厳禁)とを持って外務省の認証を受ける。パスポートを持って正面で認証を受けに来たと言え、証明証の場所を教えてください。翌日受け取り。

金融証明書

タイ国内発行預金残高証明書

日本の銀行でタイ国内支店発行も可。

新橋のバンコク銀行に普通預金通帳(3月にバンコク銀行チェンマイ支店で口座作成)とパスポートを持参。

送金登録型サービスを申請。約1週間後書留が着ます。

暗証番号が2種類書いた書類を持って午前再

度行き送金。翌日送金完了の電話有り、3日後に残高証明書書留到着

バンコク銀行発行の英文残高証明書とパスポートを持って目黒の公証人役場で残高証明書を認証してもらう。手数料5500円

日本の銀行発行英文残高証明書。

UFJ銀行で手数料735円

以下省略

あとはタイ大使館ビザ申請項目をよく読んで、申請書類を揃える。

ビザ申請にあたり、酒匂景輝様、今野力男様、深見正勝様に助言をいただき、ありがとうございました。

### 世界一美しい町 パースで再びロングステイ

関東支部 No.1225 高橋 眞治

8月中旬より、フリーマントルに1ヶ月滞在し、10箇所のゴルフ場でプレイして、マーガレットリバー(2泊)にてワイナリーめぐりをしてきました。パースの素晴らしいことは、先輩方がいろいろ感想を述べられていますので、お役立ち情報のみとします。

#### < ゴルフ割引案内 ・ パース近郊35箇所 >

「THE 2007 WA GOLF VOUCHER BOOK LET」

\$ 29.95

\*購入・・・Fremantle Public Golf Course

[00% off green fees and /or motorized cart hire. Max 4 people.]と書いてあるところを切り取ってプロショップに持参します。

#### < 電話で予約 >

Booking Essential・・・予約が必要

電話で「Booking please, I have a Voucher Booklet」と言います。「When~? How many~? 9 or 18 holes?」などと聞いてくるので、それぞれ答えればOK。

#### < VOUCHER BOOKLETを使用してプレイしたゴルフ場 除 >

(18ホール・二人分の料金・乗用カート込み)  
{パース市内からの時間}

Collier Park G.C (\$ 80 52) { 10分 }

Wembley G.C (\$ 76 59) { 15分 }

Araluen G.C (\$ 173 78) Winter Special { 50分 }

Whaleback G.C \$ 76 76) 練習用ボールのみ半額 { 20分 }

Margaret River C.C (\$ 95 83) { 3時間 }

The Vines Resort C.C (\$ 220 154) { 35分 }

Marangaroo G.C (\$ 74 56) { 20分 }

Meadow Springs C.C (\$ 150 130) { 45分 }

Hartfield C.C (\$ 50 39) 手引きカート { 25分 }

Joondalup Resort (\$ 230 150) Renovation Special { 25分 }

#### < ゴルフバック・シューズ >

QF・エコノミークラスの預け手荷物は、スーツケースとゴルフバック合わせて20Kgまで(追加料金 1Kgにつき4900円です・成田出発時)

パース到着時、ゴルフシューズの検査を受けることがありますので、きれいに洗っておくようお奨めします。

#### < 持ち込み食料品 >

到着時、検査のためすぐ提示できるようにしておくといいです。

\*詳細・・・オーストラリア大使館HP、オーストラリア検疫検査局

#### < フリーマントル滞在先 >

Swan River Apartments (31 East Street)

2 BED (駐車場込み) 1ヵ月 \$ 1750 + 清掃費 \$ 80

#### < レンタカー >

Bayswater car rental (13 Queen Victoria Fremantle)

カロラハッチ5ドア 21日間 保険含 \$ 635 + デポ \$ 200

#### < マーガレットリバーのホテル・・・パースから3~4時間、町の中心 >

Margaret River Holiday Suites

スタンダードツイン

\$ 95 + インターネット予約手数料 \$ 3.85

< シニア料金 >

60歳以上・・・パスポートのコピー提示  
PERTH MINT (造幣局) などの入場料  
ロットネス島へのフェリー

< 刺身用サーモンを売っている魚屋 >

SEALANES (178 Marine Terrace South Fremantle)

「さしみ OK?」と店員に尋ねます。

< 気候 >

冬から春に向っているところで、曇 12 ~ 13、晴 20 ~ 23 位です。

午前中晴れていても、午後はにわか雨がりますが、通り雨が多いです。

朝起きた時、インド洋の空に低い雲があれば雨が降ります。風が吹いた後はほとんど雨でした。寒さ、暑さに対応できる服装、雨具の用意を。

< 為替・物価 >

3年前 79円/AU\$, 今回 102円/AU\$  
物価は日本と同じ位、牛肉と米以外は安いとは感じられませんでした。

\*\* 2008年の「VOUCHER BOOKLET」ゴルフ場の案内と割引情報

クイーンズランド州(ケアンズ、ゴールドコースト)、ヴィクトリア州(メルボルン)など州ごとに又、ニュージーランドにも、同じような本を販売していると思いますので、ゴルフ場で探してみてください。

## ベトナム・カンボジア帰国報告

関東支部 No.1144 小野寺 勉

11月11日「関東支部サロン会」でベトナム・カンボジア帰国報告をさせていただきましたが、そのまとめを少々。

今回の旅の目的は、初めての両国で、観光の視点とLS候補地探しの視点からの訪問でした。メンバーは、出発時2人、現地合流3人(会員は2人)両国LS在住2人、計7人の珍道中です。

サロン会でのベトナム報告は、ホーチミン市の観光コースを中心に、ご同行の石井御夫妻がされましたので、私からは省略させていただきますが、強く印象に残った点として、市内の道路が、ロータリーを多く採用したパリの都市づくりを模した感じがしました。

市内地図を見ながら歩くことで、方向感覚が掴みやすい街でした。ところが、日本人観光客の中に若い女性が多く、その元気さ(無謀?)に驚かせられました。

例えば、夕方の街中で市内地図を見ている一人旅の若い日本人女性に

Q「何処に行きたいの?」

A「初めてなので泊まる所を・・・」

Q「エッ! 決まってるの? 予算は・・・」

A「5ドル! イヤ4ドル位の所・・・」

Q「一泊500円程度のホテルかい?・・・」

思わず絶句。

予約も無しになんと無謀な、と思うと同時に、外務省が海外安全情報で示される内容と現実の旅行者の意識の乖離に唖然とさせられました。でもこの街のすごさは、翌日の散歩で知りました。あったのです。「1泊4万ベトナム・ドン」つまり320円で泊まれるホテルです。

しかも、表通りにある最安価格が15ドルから25ドル表示の、ホテル街の直ぐ裏の通りです。もちろん部屋の中は見えていないので、どの程度かは判りません。でも此処から、タクシーで10分以内に100ドル以上の4星・5星のホテル群があることを考えると、やはり驚きでした。

さて、話は主題のカンボジアに移ります。カンボジアへはホーチミンから8時間かけてバスで移動しました。

途中メコン川を船で渡り、舗装が未完成の土埃の道を走行、国境での手続き等々、かなり疲れましたが、両国の文化や民情の違いを肌で知ることが出来、たくさんの収穫がありました。

カンボジアへの入国ビザは、25ドルで写真の必要もなく、全てバス会社のスタッフまかせで

OKでした。

首都プノンペン 3泊・シェムリアプ 2泊・シアヌークビル 1泊の行程でしたが、此処でも学ばべき様々なことがありました。

プノンペンでは初日ダイヤモンドホテル泊でしたが、部屋も広く設備も充実していて、朝食メニューも多彩でした。

此処での失敗は、チェックインが遅い時間で、ホテル全体のロケーションを楽しむ間もないまま、翌朝 5時半にチェックアウトで、せっかくの朝食も出来ない慌ただしい滞在の、短時間寝るだけのために高いホテルを利用したことです。(後日、15ドル程度のホテルが近くに何軒もあることを知りました。)

シェムリアプは、モノリーチ・アンコールホテル 2泊で、アンコールワットの見学です。プノンペンからの飛行機が朝 8時前に到着で、荷物はそのまま旅行会社の車中に置いての見学となりました。

早朝のため、まだ他の観光グループが少なく、ゆったりとコースを回れました。そしてこのタイミングのお陰で、コースの最後になる、山頂からのサンセットをベストの状態で見ることが出来ました。

入場料は 1日券で 20ドル(2日以上は写真添付が必要)でした。現地での日本語通訳は、旅行会社にお願いました。

費用は 2人で 11000円でしたが、説明内容が深く、他グループのツアーガイドとは、格段の違いで、十分に納得の出来るものでした。

こうした歴史的遺産の見学は、詳細な説明を聞くことで、感動も、より大きくなることをあらためて実感しました。

再度プノンペンに戻り、都市部でのLS候補地として、市内中心部から車で 20分程度のところにあるマンションビレッジを見学致しました。各戸が 3階建てで区画され、一戸当たりの敷地面積が 70~90平米・建築面積 130~150平米(築 4年)の物件が 500万円程度でした。

シアヌークビルへはプノンペンから車で 3時

間半以上掛りました。初めて来た私の印象は、LSの候補地としてロケーション的には申し分のない適地だと感じました。何よりも空気がピュアでした。幾つかあるビーチも、喧騒さがなく物静かで、ゆったりとした雰囲気の中にも、夜ともなると、浜辺の木々に電飾された様々なデザインが、文化的香りと開放的ムードを醸し出し、ヨーロッパの高級プライベートビーチの感さえします。

アジア系の観光客と北欧・カナダ・ロシア系の観光客が自然と溶け込んだ感じで、私自身も言葉の壁を意識せずに、誰にでも話し掛けることが出来ました。

現地の物価は、少ないサンプルと直接の聞き取り調査ですが、魚肉・野菜などの生鮮食品が、日本の物価の 10~25%、レストラン食で 20~35%でした。また高齢者の生活介助(買い物・洗濯等の家事一般)の人件費が 1日 650円程度ですから、1日 6ドルのビーチコテージに滞在すると、一ヶ月で 180 - 32(月契約 15%引き)として 148ドル、つまり 1日当たり 5ドルとなります。

食に 7ドル、お手伝いのサポーターに 6ドル、住に 5ドルで、合計 1日当たり 18ドル = 2070円が最低必要経費。一ヶ月で 6万円台。こんな計算になりました。

何せ、少ないサンプルからの割り出しですから、さして当てにできませんが、ボヤとした輪郭は掴めた気がします。

現地のホテルに、仕事で 5年以上も滞在中の五十歳代の日本人の「この土地のことは、あまり宣伝して欲しくないね。来る人が増えすぎると物価も高くなり生活環境も悪くなるから…」との言葉が、なぜか心に残りました。

実は活字にしにくい楽しい話もありますが、興味のある方は「関東支部・サロン&懇親会」にどうぞ!!!

今月末からはLSの候補地を求めて、再度フィリピンに向かいます。皆様お元気で…。

(南国メーリングリストから転載)

## 安心できる事業者選びのコツは？

### 「NPOリタイアメント情報センター」が活動開始

2006年12月、フィリピン・セブ島を舞台にしたロングステイ詐欺疑惑事件が明るみに出ました。07年7月と11月には自費出版事業者を相手に損害賠償を求める訴訟が起こされ、いずれも退職者を巻き込む事件としてテレビ、新聞などのメディアが取り上げ、話題となりました。リタイアメントマネーを狙う悪質商法が増えています。

特に、ロングステイ人気が高まる一方で、海外の滞在先で、日本国内では考えられないようなトラブルが発生しています。

例えば、日本であふれるロングステイ情報に刺激され、訪れた東南アジアの某国で出会った「親切」な日本人に勧められるままに、コンドミニアムを購入。契約書も交わさずに2千万円近い金額を支払った人がいます。しかしその後その日本人は行方が分からなくなり、購入したはずの家は別の人間の名義になっていました。

同じ日本人ということだけで、海外では如何に容易く他人を信じてしまうかという好例でしょう。こうした事例はこれからますます増えていくことが予想されます。それはこれまで一部のマスコミなどによってあまりに偏った、実態とかけ離れたロングステイのイメージづくりが行われてきたことも原因の一つです。

「NPO法人リタイアメント情報センター（R&I）」（東京都港区 木村滋理事長）では、このようなリタイアメント世代を狙う悪質商法から、身を守るため、トラブル相談室を設け、高齢者の関心が高いロングステイや自費出版にかかわる相談に応じてきました。

そうした消費者保護活動を支える柱として「海外リタイアメント部会」「自費出版部会」「アジア・ケアサポート部会」の3つの業種別部会を立ち上げています。

特に「海外リタイアメント部会」では信頼できる滞在サポート事業者選びのためのガイ

ドラインや、自分がどういう海外滞在が可能かを自己診断できるチェックシート等の作成に取り組んでいます。

また「アジア・ケアサポート部会」はアジアを視野に入れた介護人材育成について調査・研究を行います。これまでフィリピン人介護士導入について情報提供する連続セミナーを開催し、昨年10月にはフィリピンの現地視察ツアーに参画しました。今後は介護を受ける人々をも対象とした現地視察ツアーの企画、研究者らによる調査報告の提供などを行うほか、本当に安心して海外で介護が受けられる施設があるかどうか、その実態調査と品質評価も行っていきたいと考えています。

こうした活動は、07年11月27日放送のNHK「クローズアップ現代」でも紹介され注目を集めました。

R&Iでは業界の健全な発展を望む事業者のみならず賛助会員として一般個人の参加を求めています。賛助会員はインターネット・コミュニティ「フォーラム～百家騒鳴」にアクセスして、会員相互でさまざまな問題提起と情報・意見交換を行えるような場を設けました。

さらに会員自身が実際に会員事業者のサービスを体験しそれを評価して、事業者側のサービス向上にも貢献できるようなシステムを導入します。会員が自らの手で健全なリタイアメント環境づくりに取り組むことで、企業や行政に対しても積極的に提言し、互いに刺激しあえるような活動を展開していきたいと考えています。

特定非営利活動（NPO）法人

リタイアメント情報センター

〒105-0012 東京都港区芝大門1-4-14

芝榮太楼ビル4F

TEL 03-3434-1126 FAX 03-5733-3532

<http://retire-info.org>

（編集：外部からの投稿記事を紹介しました）

# 投稿写真コーナー

氏名の敬称を省略しています。



関西支部ウォーキング会 (11/17 奈良)



関西支部紅葉観賞会 (11/25 兵庫)



ポーリー温泉 (9/28 コタキナバル)



北海道支部情報交換会 (11/23 札幌)



ペナン支部新年会 (1/8 ペナン)  
左から 519常楽和子 876深井久美子 1140相澤とし江 966堀田美津子 1061山村玲詩



セブ・食事会 (12/5 セブ)  
左から鈴木、鶴岡、アベ、松岡、山口、川上、渡辺



# 支 部 便 り

## チェンマイ支部

### 2007年チェンマイ支部活動状況

チェンマイ支部の今年一年間の活動状況です。サロン会のみの実施です。基本的にチェンマイ在住者を主体に情報交換や雑談を主として実施しております。ただし短期滞在の方での参加者等の方々の質問は、サロン会の場にてそれぞれ個別ごとに対応・応答しております。

東京等日本では手に入らない生の現地情報がいっぱいあります。どんどん積極的に質問しましょう。

またチェンマイにお越しの際は、努めてサロン会の実施に合わせておいでいただければ、その場にてチェンマイ在住の南の会の方々と一堂に会することが出来、面識・懇親を深めることが出来ます。ぜひ利用してください。

実施日時：毎月第2土曜日

実施場所：ツワンタウンホテル2階

時間： 18:30～20:30

|        |     |
|--------|-----|
| 1月13日  | 30名 |
| 2月10日  | 55名 |
| 3月10日  | 35名 |
| 4月     | 休会  |
| 5月12日  | 10名 |
| 6月 9日  | 24名 |
| 7月14日  | 25名 |
| 8月11日  | 27名 |
| 9月 8日  | 21名 |
| 10月13日 | 14名 |
| 11月10日 | 24名 |

## 関 東 支 部

### 関東支部 2007 年度活動報告 及び 2008 年度計画

サロン会（情報交換会）は、本年度は毎月開催され、会員No.1,000 以降の出席が過半数にな

るこの頃です、ベテラン会員の多くの方々は充実したLSを実践している状況です。

南の会に入会したては、先輩諸氏の色々なデータを収集し、夢にまで見た、LSを楽しんでいる方々が多く成ってきている現状は本当に嬉しい事です。

これからもこの傾向がますます増えて行く事でしょう。その為の助走として、ただ単なるツアー旅行と違い、LSを念頭に置きながらのツアー企画も各支部で行われるようになって来ました。

関東支部では、昨年、一昨年と国内一泊旅行を行ってきましたが、今年は、海南島、コタキナバルと2回の視察ツアーを行いました。

関東支部も今後の活動として高田氏、今野氏、浅山氏の3名の方に企画担当として積極的に体験ツアーを検討していく方向性をとりました。

ツアーには金額と内容等問題点は自己で吟味をし申し込みすることです。

尚諸問題があるとするなら積極的なアドバイスは何時でも担当に申し出ていただき、会員同士のコミュニケーション向上に働きかけていただきたいと思っています。

2008 年度はサロン会のあり方を再検討する時期かと考えます、役員の方々始め、会員の方々のよき提案お受けしたいと思います。

より向上、より充実を目指す 2008 年としましょう。  
関東支部長 No.327 市東明義



関東支部サロン会（10/8 東京・大崎）

## 九州支部

### 九州支部便り

九州支部11月度情報交換会並びにPC勉強会を開催しました。

- 1 期日 平成19年11月4日(日)
- 2 場所 福岡県NPOボランティアセンター
- 3 内容

PC勉強会 10:00~12:00  
(PC2台借用)

- ・グループHPの活用法
- ・海外でのネット活用法
- ・スカイプ活用法
- ・Eチケット購入法

参加者 15名

情報交換会 13:00~17:00

- ・チェンマイ事情 920 國武
- ・KL事情 1132 菊池
- ・プーケット事情 1163 山口
- ・KK下見ツアー報告 14名
- ・今後の情報交換会・サロン会について

参加者 38名

KK下見ツアーについては、KK滞在が最初と最後の2泊という分散型になったこともあり、肝心のステイのための評価には至らず、ここに報告できなかったことは残念に思っています。

これを契機に誰かが行って補足報告があればと期待したいと思います。

なお定例の情報交換会兼新年会は1月6日に行います。



九州支部情報交換会風景

## 北海道支部

### 平成19年度北海道支部事業報告書

#### 1.平成19年度『南国暮らしの会北海道支部 第1回情報交換会』

日時 6月24日(日) 13:30~17:00

場所 札幌市男女共同参画センター大研修室

JR札幌駅北口より徒歩3分

札幌市北区北8条西3丁目札幌エルプラザ4階  
議事

- 1) 会計報告 佐藤 真理子様
- 2) 挨拶、情報提供(本部情報含む)  
工藤 支部長

#### 3) 情報提供

「春季号パースでの2週間(写真提供)」

池田邦彦、恵子様

「ベニスでの・・・」 小屋秀俊様

「チェンマイ旅行記」 佐藤治巳様

「フィリピン雑感」 佐藤幸成様

「思い出のベトナム」 堀江幸博様

- 4) その他・皆様からの自己紹介、ご意見等  
平成19年度「南国暮らしの会北海道支部  
第一回情報交換会」を6月24日(日)に札幌男女共同参画センター代研修室にて開催しました。

当日は新入会員、体験者を含めて34名の参加があり、情報交換をいたしました。

支部長からは、最近のVTR情報や、楽しい編集の仕方ということで、実際のビデオの撮影の仕方、編集の仕方が話されました。情報ではなかったのですが、たまったビデオの編集の仕方等大変参考になった。参考にして編集してみたいという会員もあり、いつもとは違った角度からの情報収集を楽しみました。

その後、会計報告、本年度事業計画等の報告があり、続けて海外情報の提供がありました。オーストラリア、チェンマイ、イタリア等ビデオ作品を通して大変中身の濃い情報提供がされました。もし時間があればということで、用意していたフィリピン、ベトナム情報は、時間がなく次回に発表を伸ばすという結果になってしまい、資料まで用意し

ていたあとのお二人には大変申し訳ない結果になってしまいました。次回は十分発表の時間を保証したいと思っております。

さて毎度お楽しみの懇親会、大いに盛り上がったことを付け加えます。

## 2. 9月9日『ふれあいゴルフ会』

シャムロックカントリー倶楽部で初めての「ふれあいゴルフ会」が開催されました。

参加人数 14名

和気藹々の中にも名プレイが見られ、大変楽しい一日でした。

3. 9月13日、後楽園ホテル「和食のお店 小石川」で南の会女性の懇親&情報交換会が開催されました。当日は新会員さんを交えて53歳から75歳までの7名の女性会員の参加で和食のお弁当を食べながらの情報交換会でした。参加者は皆さん札幌の方でしたが、次回は何処か地方でもと言うお話になって散会いたしました。

4時間があつと言う間の楽しい集まりでした。

10月には短期でのバリ島。

11月には5ヶ月間のペナン滞在。

12月には3ヶ月間のバンコク滞在の報告がありました。

4. 10月20日 NPO法人北海道シニアライフアドバイザー協会から依頼を受け札幌駅前エルプラザにて、午後6時より工藤支部長による講演会が行われました。参加人数30名。今後の生きがいの一つとして南国での滞在や長期の旅行についての話に、参加者は大変興味を持って聞いておりました。

## 5. 平成19年度『南国暮らしの会北海道支部 第2回情報交換会』

日時 11月23日(金) 13:00~16:00

場所 カデル2・7 1050 会議室(10階)

札幌市中央区北2条西7丁目

議事

1) 挨拶 工藤支部長

2) 情報提供

三島克幸様・・・「ベトナム旅行雑感」

戸口愛子様・・・「タイ、ネパール旅行雑感」

中田多鶴子様・・・「台湾旅行雑感」

3) その他 自己紹介、ご意見など

・懇親会 PM5:30~大丸デパート(札幌駅構内)8階 パイキングレストランビュッフェ

・今回の発表はなるべく新しい人ということで3名の方をお願いしました。

特にあまり発表のなかったベトナム、ネパールなど会員からも発表後に色々質問が出ておりました。

・懇親会はいつものように開店と同時に座席確保、大いに語り、大いに飲みました。今後の滞在予定や、行ってきた話など、大いに盛り上がりました。



## 関西支部

### 2007年 関西支部活動状況

支部長 松本 都志重

昨年11月に関西支部の新しい執行部が発足して1年が経ちました。それまで元気がない、活動的でない、など関西支部に対する目は厳しいものでした。

私たち新しい執行部は「元気な関西支部」をつくることを合言葉に少しでも東海支部のテールランプを見ようと懸命に頑張りました。

2月に初めて「チェンマイ下見ツアー この指とまれ」を企画しましたが、なんと14名の参加がありました。当時のチェンマイ支部長の伊澤さんが企画の段階からアドバイスを下さり、チェンマイ在住の皆さんから大歓迎を受け、勢いがつきました。

5月には巡回例会を関西エリアで最も遠い高知で一泊二日の日程で開きました。予想外に2

8名の参加がありました。例会の講師は彩り豊かに地元高知をはじめ山口、横須賀から特別参加の会員が勤めてくれました。学習の後は一緒に風呂に入って大広間での懇親会になりましたが、正に懇親そのものでした。夜遅くまでいくつかの部屋で盛り上がりました。以来今日までとても親密な関係が続いています。

7月の総会と例会には宮崎理事長が参加してください、南の会が抱える課題や展望を率直に話してくださいました。参加者は揃って本部の様子を理解されたと思いますし、お蔭様で本部との距離が随分短くなったことを実感しました。

活性化するためには何と言っても参加者を増やすことと心得て、魅力あるテーマを企画しましたが、何とか無事1年を乗り切ることが出来ました。

いよいよ2年目に入ります。ただ今、下見ツアーの第2弾をペナンで開くべく準備しています。どれほどの方が参加くださるか年明け早々には決まっているはずですが、5月には巡回例会を岡山で開くことを決めました。関西から、中国から、四国からたくさんの方が参加くださるよう働きかけてまいります。

例会のほかにゴルフ会、ウォーキング会、女性だけの園遊会など動きが活発になってきました。特に奈良の「山之辺の道」のウォーキングには10数名の参加者がありましたが、人気スポットのため列が長く延びて収拾が取れなくなるからと自由解散方式に切り替えたほどでした。

年間6回の例会の開催は他の支部から見れば取るに足りない回数ですが、関西支部がこの目標を達成することはかなり厳しいもので、役員は夫々のパートで懸命に励んでくれました。お蔭様で20年5月までの計画が出来上がりつつあります。大玉が転がりだしたダイナミックさを実感しております。そして、関西支部の会員の皆さんは執行部をもの凄く守り立ててくださいました。深く感謝します。

ほのかに見えた東海支部のテールランプをよりはっきりと見えるよう支部会員一丸になって関西支部を盛り上げてゆきたいと思っています。どうぞ暖かいご支援をお願いします。

=====

## 2007年の主要な活動状況

- 2月 チェンマイ下見ツアー（10日～11日）  
14名参加
- 3月 役員会（17日）  
例会・懇親会（31日） ココプラザ、46名参加
- 4月 役員会（21日）  
高知例会、7月総会の検討など
- 5月 高知例会・懇親会（13日）  
国民宿舎「桂浜荘」、28名参加
- 6月 ウォーキング会（10日） 六甲山ハイキング、3名参加
- 7月 総会・例会・懇親会（7日） ココプラザ、30名参加  
役員会・懇親会（24日） ニューミュンヘン本店、8名参加
- 8月 ゴルフ会（9日）  
三田カントリー 27、3名参加
- 9月 例会・懇親会（29日）  
大阪市立生涯学習センター、37名参加  
ゴルフ会（21日） オリエンタルゴルフクラブ、7名参加
- 10月 ゴルフ会（30日） 三田カントリー 27、7名参加
- 11月 例会・懇親会（10日）  
大阪市立生涯学習センター、28名参加  
ウォーキング会（17日） 奈良県「山野辺の道」17名参加  
紅葉観賞会（25日） 兵庫県「須磨離宮公園」、5名参加
- 12月 役員忘年会（16日）～予定～



11月例会

## ハワイ支部

皆さん、4月にハワイでお会いしましょう。  
アローハ！

ハワイ支部では結成1周年を記念して、ハワイファンの方の皆様をお迎えし安全、安心、さわやか、楽しいハワイ生活を経験していただく、と全員で準備中です。

青い海でのダイビング、青い空のもとでのゴルフやBBQ、緑の中のハイキング、ジュラシックパーク撮影舞台のクアロア牧場、ハワイならではのフラダンスやウクレレ、意外と安い「朝市」、などなど・・・・・・・・

皆さん、ぜひこの機会に1週間でも、2週間でも、1ヶ月でも、ハワイにお出でになられませんか？

初めての方はリピーターになられ、リピーターの方は又来たくなる、こと請け合いです。  
お申し込みは、ハワイ支部長（No.699）大黒均、又は、関東支部（No.1089）浅山簇治までご連絡下さい。

## 東海支部

東海支部 総務担当 No.570 山田善一  
2007年11月度東海支部サロン会を開催しました。11月11日（日）13時から、名古屋市役所近くの「ウィルあいち」において、サロン会を開催しました。出席者は、18名

いつものように山田総務担当の司会で、高橋支部長の開会の挨拶に引き続き、新入会員の鍋島尚氏の紹介があった。

1.山田氏から「最近、サロン会に出席の人数が、最盛時に比して半減しているの、活性化策について、アンケートを実施中であるが、現在の回答率は、29%程度（20名）で、今後の回答を期待する旨報告があった。

引き続き、会員から寄せられたアンケートに基づいてサロン会の活性化策について議論をした。

(1) 支部のサロン会の運営についてお尋ね致します。

- イ 現状のままでいい。 7%
- ロ 改善が必要である。 93%

(2) サロン会を改善するには、どうすればよろしいか？

- a 質疑応答(Q&A)の時間を設ける。
- b 分科会で小人数で話し合う。
- c 全員に発言の機会を設ける。
- d 事前に議題を知らせる。
- e 地区長から、会員へ絶えずコンタクトをとる。
- f 本部、他地区のVIPや、外国人を講師として招く。
- g 交流の体験談、失敗談を発表して欲しい。
- h 気ままなおしゃべりできる雰囲気作り。

(3) ゴルフコンペ、バス旅行、語学・パソコン講座LS下見旅行のほかに、取り入れたい同好会はありませんか？

- a ハイキング
- b トレッキング
- c ウォーキング
- d バイクツーリング
- e ドライブ
- f 登山
- g スキー
- h つり
- i テニス
- j ボーリング
- k 国内豪華旅行（一泊\15,000位～）
- l 国内格安旅行（一泊\7,000位まで）
- m 日帰り温泉行き
- n グルメ食べ歩き
- o カラオケ
- p 写真
- q 囲碁
- r 将棋
- s ウクレレ
- t 笛
- u ビザ研究
- v ゴルフ、バス旅行、語学、パソコンは

関心も高いので、積極的に取り組んで欲しい。

(4) 会のために、ボランティア活動をお手伝い頂けますか？

回答者 29%の17%の会員(全会員の5%)はお手伝いの意思あり。

(5) その他のご意見

- a 役員は、1～2年で必ず交代し、延長は認めない。
- b 女性役員を多く取り入れ、活性化する。
- c 役員の応募者、候補者が非常に少ない。
- d 趣味を通じ、仲間作りをして、親睦をはかる。(有志により、小グループ作りをする)
- e 1泊旅行でパソコン等の講座を開く。
- f 情報網が大切なので、メーリングリストを充実。
- g 南の国へ、一緒に、どんどん出掛ける。
- h 名古屋以外のところで平日サロン会を開く。
- i サロン会に出たくても、出られないことがある。
- j 仕事ではないので、都合のつく時だけ出る。
- k 東海支部のホームページの迅速な更新の要あり(up-to-dateして欲しい)。
- l 会への積極的な参加意識の啓蒙(役員に就任する、サロン会にできるだけ出席する、アンケートなどに回答するなど)。
- m 詳しい会員から情報を得るには懇親会が最適です。
- n お出掛け情報と一緒に、航空運賃情報を知らせる。
- o 仲間作りは、旅行(国内、海外)に参加する事により実現できる。
- p LSセミナーの開催に必要な推進委員を選任して行事のアシスタントをお願いしたい。
- q サロン会の会場費を、支部会計で負担できないか？

活発な意見交換がなされたが、時間の関係上結論らしい結論は出ずじまいであったが、これ

は会員全員に関係するテーマであるので、是非、次回もこのテーマについて議論して、結果を出して頂きたい。

2. 現在、チェンマイ LS中の加藤進平氏から「チェンマイの最新情報」について、報告があった。

同氏は昨年12月からチェンマイにLS中で、10月に一時帰国され、今回このサロン会に出席されました。

同氏によると、現地では、タイ人との交流を通じ、タイ語の習得につとめているが、現地の言葉を覚えることによって、現地人とも早く仲間になれるとか安く物が買えるようになる等いろいろメリットが多い。海外にLSする場合、その国の言葉を多少なりとも覚えることが不可欠のようである。

16時30分、サロン会を閉会して、会場を「インド料理・ムガルパレス」に移して、17時から懇親会に入り19時、盛況のうちに閉会した。懇親会の出席者は15名。

## ペナン支部

ペナン支部長 No.1012 木村まゆみ  
2007年における「ペナン支部活動」です。

ペナン支部「新年会」

日時 2007年1月8日

場所 タンジョン・カントリー・クラブ

参加人数 29名

2007年新春「ペナンで遊ぼう会」ゴルフコンペ

日時 2007年1月22日

場所 クリスタル・ゴルフ・リゾート

参加人数 12名

2007年2月度「ペナンで遊ぼう会」ゴルフコンペ

日時 2007年2月7日

場所 クリスタル・ゴルフ・リゾート

参加人数 11名

ペナン支部「サロン会」

日時 2007年4月16日

場所 珍味中華小食

参加人数 16名

2007年5月度「ペナンで遊ぼう会」ゴルフ  
コンペ

日時 2007年5月7日

場所 クリスタル・ゴルフ・リゾート

参加人数 10名



5 / 7 ゴルフコンペ (氏名敬称略)

(前列左から) 876深井久美子 1012木村まゆみ

661小野恵子 1121佐々木啓子 1020松下茂

(後列左から) 661小野雅敏 18木村義光

524川崎勇 1121佐々木正美 1061山村辰志

## バギオ支部

バギオ支部長 No.227 齋木 一  
会員の皆さん、明けましておめでとう御座い  
ます。会員No.227バギオ支部齋木です。

2008年の新年を迎え、それぞれ海外への  
LSの具体化や検討に夢を膨らませておられる事  
でしょう。

バギオ支部も昨年は実り多い1年でした。恒  
例になった2月の日系人二世のホームカミング・  
デーへの多数の会員の出席に始まり、5月には  
多くの会員の協力によってバギオの空高く日本  
の鯉のぼりが元気良く舞い上がりました。

7月からは関西支部の会員秋本さんご夫妻に  
よるアボン(日系人会館)での日本語の講習も  
スタートしました。秋本さんは今、在留日本人  
子弟への日本語教育にも努力されています。

9月に新しくバギオで発足した北ルソン日本  
人会(JANL)との友好団体関係も11月に正

式に南の会、JANLの機関の承認を得て動き出  
しています。従来のバギオ日本人会との友好団  
体関係は解消しました。

12月には、東海支部初めての海外視察団を  
お迎えし、意義ある交流を深める事も出来まし  
た。

南の会も、昨年はハワイ支部の発足もあり、  
どんどん充実している様で、喜んでます。会  
員数も増加し、その活動も益々活発化していま  
すね。

本年は、バギオ支部にとって更に飛躍の年と  
なると期待しています。新しく提携した北ルソ  
ン日本人会は、発足直後に会員数が30名を超  
え、日本からの賛助会員も増え、バギオに新し  
い風を齎しそうです。

ブログも充実していて、日々バギオの新しい  
情報を提供してくれています。これからバギオ  
滞在の南の会の会員の新規入会も増加が予想さ  
れ、新しい日本人会の大きな戦力になる事は間  
違いありません。日本人会からもそう期待され  
ています。

その北ルソン日本人会とのタイアップで、今  
年はいろいろと新しい取り組みを計画していま  
す。この会報が発行される1月の中旬には、九  
州支部の蕎麦打ち名人の会員が来訪し、バギオ  
で2回の「振舞い蕎麦」があります。

2月9日には、また日系人二世のホームカミ  
ング・デーがアボンで行われますが、今年も日  
本から沢山の会員が来られて、日本文化に渴望  
している日系人と懇親を図られるでしょう。

2月10日、11日の両日はバギオのランド  
マークSMシティのイベント広場で、北ルソン  
日本人会が初めてバギオフラワーフェスティバ  
ルに公式参加する「jジャパン・カルチャー・デー」  
が行われますが、その主力メンバーも当会の会  
員です。

5月には、皆さんから寄付して頂いた鯉のぼ  
りが再びバギオの空高く舞い上がり、バギオの  
子供達を喜ばせるでしょう。今年こそバギオの  
中心地での鯉のぼり、是非実現したいですね。

皆さんからの鯉のぼりの寄付で50匹?近い

鯉のぼりが集まっていますが、まだまだ池を渡って泳がせるのは不足しています。これからも継続して鯉のぼりの寄付を呼び掛ける予定にしています。会員の皆さんからの更なる協力を期待しています。

フィリピンの新学期は6月からですが、バギオ支部として奨学金支援を続けている2名の児童はそれぞれ6年生と5年生に進学します。いよいよ来年の卒業式には、角帽・ガウン姿の凛々しい子供の卒業を祝う感激を味わえそうです。

小学校支援も皆さんからの沢山の寄付によって、楽器やスポーツ用具を提供する小学校もついに3校を数える迄になりました。貧しいフィリピンの子供達に明るい笑顔を絶やさないように、これからも続ける積りです。

バギオの市制施行記念日は9月1日ですが、日本人が多大の犠牲を払いながら完成に尽力したケノンロードの開通後僅か4年後の1909年に市制が施行されたので、来年の9月1日は記念すべき100年目の幕開けの日になります。

それからの1年は、バギオでいろいろなイベントが予定されています。当日はパレードも当然あります。日本人社会の両輪の輪として、北ルソン日本人会に協力して多くの会員に、日本人が作ったバギオ随一の商店街セッションロードをパレードして頂きたいものです。

そして今年のクリスマスには、バギオ在住の



バギオ「日本庭園」での鯉のぼり（5月）

会員によるクリスマス・パーティを開催するのが私の今年最大の夢です。正夢となる様に頑張りたいですね。

その為にも、まだまだ日本で認知度が低いバギオを、これからもメーリングリスト等を活用し、PRに努めたいと思っています。また来訪される会員には、私の出来る範囲で極力お手伝いをさせていただきます。

その町づくりの最初から多くの日本人と日系人の血と汗と涙の歴史で飾られた南国の高原リゾート、バギオに再び多くの日本人の笑顔が戻ってくる日を夢見ながら新しい会員の方々を今年もお待ちします。

今年がこの会にとっても、会員の皆さんにとっても、素晴らしい1年である事を祈念します。

## 部 会 伝 言 板

### 総 務 部 会

担当理事 No.259 菊地 功

\* 会報秋季号発行以降の総務部門の主な活動

- 10/09 裁判関連打合せ
- 10/18 東京地方裁判所にて第9回裁判
- 11/12 裁判関連打合せ
- 11/17 裁判関連打合せ
- 11/22 裁判関連打合せ
- 11/28 裁判関連打合せ
- 11/29 東京地方裁判所にて第10回裁判

12/04 南国暮らしの会第3回理事会

\* 裁判の実施予定

08/01/21 東京地方裁判所にて第11回裁判の予定

### ホ ー ム ペ ー ジ 委 員 会

担当理事 No.596 中林 勝

「ホームページ委員会よりお知らせとお願い」  
南の会ホームページ委員会を代表して発信いたします。南の会ホームページは、会員だけで運営、製作をしています。より良い、より楽しいHP作りを模索していますがまだまだ発展途



上です。南の会のホームページは社会へのPRと情報提供、会員が見ても楽しいページをめざしています。そこで会員のみなさんの投稿コーナーを企画しました。皆様のいろんな活動の記事や写真を募集いたします。ジャンルは問いません。ぜひ活発な投稿をお願いします。合わせて今のホームページへのご意見も頂ければ幸いです。より充実したホームページにするために会員各位のご協力をお願いします。投稿は中林勝宛にお願いします。

中林 勝 hac18202@rio.odn.ne.jp

なお以下の支部は支部ホームページ委員が担当しています。地域的な情報はこちらに投稿してください。

(北海道) No.245 佐藤真理子

yukisige@sd6.so-net.ne.jp

(東海) No.94 高橋昭

dannkichi2001@hotmail.com

(九州) No.581 朝永美代子

m-tomonaga@se.kcn-tv.ne.jp

## 会 報 部 会

担当理事 No.281 村松 幸子

1. 新年号発行にあたりお世話になったセブ支部の方々、南国メールで投稿して下さった方々に心からお礼申し上げます。

今号は初の海外支部特集ができ部員一同感激しております。海外に住んで居られる方々の日常の声を聞く機会は、会員同志でも現地を訪ねた折か、サロン会に出られた折かしか無く、どちらの接点も作れなかった方々は何も聞けませんでした。そんな会員の方へでも海外支部情報をお伝えできる事、嬉しく思います。

これからも一人でも多くの方々の声を載せ、その声を会員の皆様にお届けしたいと思っています。今後とも、皆様のご協力宜しくお願い致します。

2. 次回春季号の発行は08年4月を予定しております。原稿締め切りは3月20日です。

春季号担当は No.732 馬場 章介さん

が編集担当します。特集は関東支部を予定しております。皆様からの沢山の投稿を期待しております。

春季号原稿のメール宛先は下記 馬場宛にお願い致します。

shosuke7@nifty.com

3. 引き続き 会報委員募集!!

会報づくりを一緒にしませんか! (経験の有無は問いません・部員一同未経験者です)。

ワイワイ 会報部会 有り

2007年は5月に1泊2日で山梨でゴルフ、10月に1泊2日で山梨にてゴルフ、きのご狩り&ほうとう鍋の会を実施しました。楽しい事沢山したいと思っています。

部会で海外取材も有るかも?? 希望者は下記のメール・アドレス村松宛にお願い致します。 skajimura@mtf.biglobe.ne.jp

前回秋季号会報発送作業協力者(敬称略)

240 菊地 範夫、462 小林 孝、660 平方 穰、999 中山 恒夫・和代 1125 佐々木 一信  
会報部会員 4名

海外会員宛持参協力者(敬称略)

6 石川、245 佐藤、465 橋本、699 大黒、920 國武、993 山根

## 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.thai.jp.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

## 編集後記

新年明けましておめでとう御座います。

会員の皆様には新年号への沢山の投稿を頂きまして心より御礼申し上げます。

新年号はセブ支部の皆様のご協力のお陰で初の海外支部特集を組む事が出来ました。

セブ支部の皆様には川上支部長、渡辺 徹様を中心にロングステイヤー・ショウトステイヤーの方々のご協力を頂きました。

今までの自分達の南国適地探しの情報発信から現実に具体化し、一歩足を踏み入れ生活を始められた方々からの想いを知る機会が得られました。大変感謝しております。

一般投稿では こんな情報求めていました。有難う御座います。ご自分の知っている地でのお役立ち情報、知識、皆様も是非お寄せ下さい。より有意義な情報が相互発信で分かち合い又

会員同志で役立ち合いが出来る橋渡しの会報に為ればとの想いでいっぱいです。

今年も実り多い素晴らしい年になりますようお祈り致します。そしてこれから皆様のご支援宜しくお願い致します。(No.281 村松 幸子)

### 写真ご提供有り難うございます

表紙：本号のテーマは「セブ」です。

左上から時計回りに「コンドミニウムからのセブ市内風景」、「ゴルフ場からセブ市内を見る」、「シヌログの祭り」、「ツバメ魚とダイバー」、中央は「セブの海」いずれもNo.646渡辺 徹さんのご提供です。

裏表紙：

1. 北海道支部情報交換会(11月、札幌)
2. ペナン支部サロン会(4月、ペナン)
3. 関東支部コタキナバル・ロングステイ視察旅行(10月、コタキナバル)

## 平成20年度会費納入のご案内

平成20年度の継続会費納入をご案内します。

**継続年会費： 5,000円 納入期限： 平成20年3月31日**

- 本会の20年度は平成20年4月1日より1年間です。会則により、会費は年度会費制で途中入会者に対する月割り計算はいたしておりません。19年度ご加入の方も加入時期によらず、20年度会費の納入をお願いします。

ご注意： 期日までに会費未納入の方へは、1回納入を催促致します。さらに納入されない場合は退会として扱い、会員名簿およびメンバーリング・リストから削除致しますのでご注意ください(細則9条(5)項)。

- 同封の郵便振替用紙にてお振り込み下さい。振込料金は各自ご負担願います。

郵便振替口座番号： 0-0170-7-24682

加入者名： 「南の会」

お願い(1)： 郵便振替の払込取扱票の「ご依頼人」欄に郵便番号、住所、氏名、電話番号を楷書で明確にご記入下さい。また、**通信欄に必ず会員番号をご記入下さい。**

お願い(2)： 会員情報が会員名簿記載と異なる場合は、変更通知欄の該当事項に を付けて下さい。e-mailアドレス変更の場合は新しいアドレスをご記入下さい。既に届けを出している方は変更済みですので記入は不要です。

- 海外居住者で郵便振替の利用が困難な方は下記の銀行口座への振込をお願いします。

三井住友銀行 新座志木支店 普通 6862957

口座名義： 特定非営利活動法人 南国暮らしの会 理事長 宮崎哲朗

(トクテイヒエイリカツドウハウジン ナンゴククラシノカイ リジチョウ ミヤザキテツロウ)

お願い(3)： 銀行振込に際し、振込人氏名に会員番号を追加できる場合はご記入ください。

また振込後、振り込んだ旨メールで No.60渡辺 義郎(yosi.watanabe@nifty.com)へご通知頂ければ事務処理上助かります。

「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：home @ minaminokai.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

|         |        |                                 |
|---------|--------|---------------------------------|
| No. 281 | 村松 幸子  | skajimura@mtf.biglobe.ne.jp     |
| No. 465 | 橋本 慧   | hashi176@ybb.ne.jp              |
| No. 60  | 渡辺 義郎  | yosi.watanabe@nifty.com         |
| No. 732 | 馬場 章介  | shosuke7@nifty.com              |
| No. 900 | 島林 健二  | kkshima_san@ybb.ne.jp           |
| No.1125 | 佐々木 一信 | gogo.k.sasaki@kvf.biglobe.ne.jp |

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 宮崎 哲郎

〒140-0002 東京都品川区東品川3-22-20-1208

TEL 03-3472-9916 FAX 03-3472-9954

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



## 投稿写真コーナー



北海道支部情報交換会 (2007年11月)



ペナン支部サロン会 (2007年4月)



関東支部コタキナバル視察旅行 (2007年10月)