

南国暮らしの会

2013年 新年号



写真：
フィリピン、ジェネラルサントス市営漁港の
マグロの水揚げ

平成25年1月7日



NPO法人 南国暮らしの会

南国暮らしの会

(2013年 新年号)

目次

	(敬称略)	ページ
新年のご挨拶	No. 434 大野 悦子	1
L Sに際しての様々な生活		
台中滞在記録	No.1521 花房 徹	2
初めての海外ロングステイ イン 「ハワイ」	No.1177 小池 忠彦	6
ペナン (マレーシア)	No.1284 高木 進	7
L Sに際しての小テーマに答えて	No.1387 伊藤 彰	10
海外での病気の事「2012年秋 猛暑の日本を逃れて」	No. 586 磯崎 興志	12
会員からの投稿		
タイ全土を巡られた元チェンマイ支部長の先輩から教わる事「旅支度」	No. 558 伊澤 豊	14
ペナン (マレーシア) ~チェンマイ (タイ) 往復二人旅ワイルドだぜ!!!	No.1346 池田諭・峯子	15
「フィリピンで英語留学体験記」	No.1461 花田 日出夫	20
スパイスヴィネガーとカラマンシー	No.1457 小野 耕一	28
切り抜き絵・あたふたバリ島行動記	No. 593 小林 繁之	32
ダバオで母親と快適ライフ	No.1261 藤本 晴久	35
支部便り		
ペナン支部便り	No. 37 野一色 信正	36
最近のセブ	No. 636 鶴岡 照郎	37
マニラ支部便り	No.1269 岩崎 宏	38
バギオ・パンガシナン支部便り	No. 227 斎木 一	38
ダバオ支部便り	No.1261 藤本 晴久	39
東海支部便り	No. 840 岩田 彬	40
北海道支部便り	No. 609 三島 克幸	40
関西支部便り	No. 816 有元 義晶	41
関東甲信越支部便り	No. 750 小松 勝正	44
九州支部便り	No. 581 朝永 清寿	45
部会伝言板		
総務部会	No.1361 木村 秀男	47
経理部会	No. 755 岩井 文哉	47
会員部会	No.1230 吉野 正博	47
会報部会	No.1017 光城 保之	48
友好団体紹介コーナー		48
会員からの投稿写真		48
支部一覧		49
編集後記	No.1388 寺田 光江 No.1457 小野 耕一	49
平成25年度会費納入のご案内		50

新年のご挨拶

理事長 No.434 大野 悦子

新年明けましておめでとうございます

本年も皆様にとって実りある1年になりますようお願いしております。

昨年、5月末の総会后、理事長の役目を引き継ぎまして、半年余りが過ぎました。その半年間の活動内容などをご報告致します。

★「定款」の見直し

「南の会」の事務所は、今まで理事長宅に置いており、平成16年度からは、宮崎元理事長宅となり、平成18年度以降もご厚意で事務所にさせて頂いておりましたが、来年度から、馬場前理事長のご厚意により馬場前理事長宅に変更になります。

それにより定款の第2条の「事務所」の住所の部分を改正する為、「定款の見直し」が必要となりました。これは、総会で会員の皆様の承認を頂くこととなります。



★役員報酬について

定款の第19条で『(報酬)役員は、その総数の3分の1以下の範囲内で報酬を受けることができる。』とありますが、一方、細則第12条<役員>(13)役員報酬：役員報酬は、無償奉仕活動をする。としています。役員の方々は、ボランティアで会員の皆様のお世話を下さっております。この事をご承知頂きたいと思えます。

★「会員用必携」の増刷に伴う「必携の見直し」

入会時にお渡ししております「会員用必携」の在庫が少なくなり、来年度早々、増刷が必要になり、その準備で、今年度中に見直すことになりました。

★友好団体との交流

会報に記載されている友好団体との交流を進めることで、11月17日(土)に、ロングステイ財団主催の「ロングステイフェア2012」に参加致しました。主催者コーナーの一角に「南国暮らしの会」のコーナーを設けて下さいました。

先日、BS12チャンネルの「アジアぶらぶら」という番組でペナン在住の「南の会」会員夫婦2組が出演されましたが、最近、またマスコミがロングステイを取り上げるようになり、この番組を見た方が会場にいらっしゃって質問されました。

用意した会報などの資料が午前中のうちに、あっという間になくなり、後日、お届けする方が15名ほどになるほどの、大変な賑わいでした。

本年も、会員の皆様のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

LSに際しての様々な生活

台中滞在記録

関東甲信越支部 No.1521 花房 徹

1. 始めに

私は、現在64歳。62歳で退職して、趣味の旅行とゴルフの生活を続けている。今年(2012年)は、台中市(一ヶ月)、ホノルル市(二ヶ月)、北海道等(三ヶ月)のロングステイをしてきた。年末にはチェンマイを約二ヶ月の予定で訪問の予定で、北海道以外はすべて初めての長期滞在地である。62歳で退職してからノートに毎日一ページの日記をつけている。何時に起きて何を食べたか、天気はどうだったか、お金を何に幾ら使った等簡単なもので私と妻で気が向いた人が記しているが、必ず毎日記入して、既に16冊になっている。今回の寄稿もそのノートからの抜粋である。

2. 旅行概要

- a. 期間 2011年12月26日から、2012年1月25日までの約一ヶ月
- b. 場所 台湾 台中市 振英会館
- c. 滞在者 本人(当時63歳)、家内(当時59歳)、友人のO君ご夫妻(同年代、約三週間)

3. 経費総括 総経費 411,660円(二名分) (主な内訳)

- a. 飛行機代 136,000円
(以下すべて二名分)
- b. 宿泊施設 65,600円
- c. 現地費用 195,400円
 - 1) 内ゴルフ関連 91,200円
(9 ラウンド、5 回練習場)
 - 2) 高雄小旅行 30,680円
 - 3) 食材等 73,520円



振英会館内部



正月パーティ

4. 台中滞在のきっかけ

南の会の会報で、台中市の振英会館の存在を知ったのが台中市滞在のきっかけだ。それまで、台湾に滞在したいと思っていたが、比較的長期に滞在できるコンドミニアムを探す手立てが無かったが、南の会の会報がヒントになって、台中市滞在の道がひらけた。さっそくネットで調べて、予約。TAXIも台北国際空港から予約してもらった。(3,500円)振英会館は、日本人の滞在者が多く、受付も日本語の話せる人がいて、とても親日的な雰囲気だった。正月には、一人一品持ちよりの小パーティーもあって、日本人より日本語が上手なオーナー(台北帝大卒と言っていた)が参加してくれて、楽しい時間を過ごせた(参加はほとんど日本人で40名くらい)。部屋は、清潔で、自炊には何の問題も無く、共

用のエリアもいろいろあり、快適だった。最上階には、お茶を飲んだりする広間があり、覗くと誰かいて情報交換したり、お茶をご馳走したり、ご馳走になったり、又、日本語の図書や、清潔な麻雀室などもあり、皆さんそれぞれの趣味を楽しんでいた。時々、映画の鑑賞会も催しており、快適な時間を過ごせた。

5 台中の良かった点

ロングステイの決め手の、最大の要因の一つは、宿泊場所の確保だと思うが先に述べたように、格好の宿泊場所を見つけたことにより、楽しい台中生活をおくれた。台中に限らずに、台湾全体に言える事だが、概して、国民性が温和で、親日的、食べ物を始めとする物価が日本よりは安い。インターネットはじめ、社会インフラが十分発達している。特に、食事は、100元(一元=2.6円、260円程度)もだせば、かなりの質量も可能だ。また、ゴルフは近く、安くTAXIで約30分(片道300元弱)、プレー代は2000元程度(5200円)でキャディー付なので、それを考慮すれば、日本のゴルフ場に比べるとかなり安い。また、台中は古い町で、歴史的な遺産が多く、台湾の中部にあるので、高雄や台北にも足を伸ばししやすい。我々は、滞在中に、台南・高雄への小旅行、近くの鹿港への遠征(バスで一時間位)もしたが、夜市等の訪問も含めて、楽しい旅であった。



鹿港古店

6 台中での日常生活

我が家は、自炊を主として、生活した。一番

よく利用したのが、宿舎から歩いて10分のカルフルである。店内は、商品の棚割り(配置)など、日本の店に比べると、少々垢抜けしないが何でも、売っている。クレジットカードの利用も台湾全体に言えることだが、日本と同程度の信頼性がある。店内には所狭しと商品が溢れて、台中の珍しい果物や野菜を見ているだけで楽しい。又、宿舎の近くに、伝統市場と称する台中市民で大賑わいの市場があり、よく利用した。野菜や果物、各種肉、魚など何でも売っている。歩いて10分程度の場所だ。台中は、果物の宝庫だ。いちごや、オレンジ等、この時期でもいろんな果物を売っている。特に柳丁というみかん風の果物のジュースがうまく良く飲んだ。一瓶1リットル50元くらい。宿舎は台中駅からは少し遠いが、バスが便利で、慣れてくると、路線表片手に、自在に乗れるようになる。特に私がいた時は、バスの無料キャンペーン期間で、市内は無料で乗れた。(但し、悠遊カードというプリペイドカードは初回のみ購入必要)

7. 美食天国

台中では、好き好きは個人の好みにはよるが、こと食べ物に関して内容豊かなことは間違いない。まず一押しは、果物で季節により違うが、私の行った冬の12月、1月でさえ、イチゴ、柿、オレンジ、バナナ、スイカ等が豊富に店頭で、並んでいた。季節には、ライチ、ロンガン、釈迦頭、ドリアン、マンゴ等が食べられ、安くて美味しい。

台湾は外食文化の国で、安くて美味しい物が町にあふれている。私の気に入ったものは、店の中に惣菜が並べてあって、好きなものを、好きなだけ食べる仕組みの店である。そんな店の中には、素食と銘打っているいわゆる精進料理で、非常にヘルシーに食べられる店もある。又、麺も本場でおいしく、簡単に済まそうとすれば、50元程度で美味しい麺が食べられる。ちょっと贅沢すれば、飲茶で、多品種を美味しく食べられるがこれとて、まとまった人数でいけば一人300元も消費するのは大変だ。

家内が気に入った食べものは、珍珠ない茶と

いい、ミルク紅茶の中にタピオカ風の小玉が入っている。台中に行かれたら是非 ご賞味あれ。又、茶芸館と言って、中国茶の本格的専門の店もある。私は無為草堂 人文茶館という有名な茶館に行ってみた。建物も素晴らしく庭の池には立派な錦鯉が泳いでいる。残念ながら茶の味にも、作法にも素養無くあまりコメントでき無いが雰囲気は抜群。値段も立派で、一人300元ちかくかかる。



中国茶

8. 台中ゴルフ事情

台湾に、約一ヶ月いてゴルフを、9回、とドライビング・レンジに5回行った。振英会館に逗留していた日本人の情報だと、テニスコートが近くにあり、随分安く、できるらしい。私はテニスをしないので、行かなかった。かわりに、台中国際ゴルフ場(5回)、台中興農(1回)、霧峰(1回)、豊原(2回)でゴルフをした。ゴルフは、基本的には日本と一緒だが、キャディーが必ずつく事、途中で昼食の休憩を取る必要が無く、スルーでも回れる事などが違う。コースは、どこでもたつぷりと距離があり、パー5などは600ヤードを超えるところもあり、日本でのスコアよりは、残念ながら若干悪くなる。グリーンに乗っても、うねりがあり、芝目も強弱があつて、油断すると3パットする。キャディーが割りに的確に教えてくれるが、もちろん最後は自己責任となる。一緒に回ったO君の奥さんは、キャディー付のゴルフが初めてとの事で、二人もキャディーが付いたときは珍しがって喜んでいて(通常は一名だけ)。ゴルフ代は、キャディーが二人もついて、ここでは2000元

(5200円)以下と安い。又、ゴルフ場が宿舎の近くにあるので、タクシー代も片道30分程度で、約250元から、と安くゴルフ好きのロングステイヤーには、絶好のゴルフ天国だ。あるショートホールで、私の球は少しオーバーして奥のカラーにとまり、後の三人は見事ワンオンした。池越のショートで、オンしたときは、池の噴水が、勢いよく吹き上がりオンしないと、噴水は静かなままだ。一回目のラウンドの時は、グリーンにセンサーでも着いているのかと、皆で不思議がったが二回目に英語の少し出来るキャディーが付いたので、聞いてみたら、なんとゴルフカートがとまっている日よけの小屋の柱にスイッチがあり、もう一人のキャディーが、グリーンオンを確認してから、スイッチを押しているのだとの事。O君ご夫妻、私の家内も大笑いであった。

9. 台中バス事情

振英会館の最上階には、気軽に使える集会所があつて、覗くと誰かがお茶を飲んでいたりする。初対面の挨拶をすれば、旅の空の気楽さで旧知の仲のように、話ができるのが楽しい。大体 60才代後半から70代にかけての初老の夫婦が多い。中には80才代の方もいる。9Fで、お友達のO君ご夫妻とお茶をしていた時に、台中のバスは、8km以内だと無料だと情報を得て、さっそく近くのコンビニで、公共交通用の悠遊カードなるものを購入した。このカードは基本的にはプリペイドカードであるが、最初に最低限の金額さえ、購入しておけば、後はバス乗車時、又は降車時に使用して、引き落とし額(バス代)はゼロとなる。この宿舎には、年配の方がほとんどで、又、リタイアしてから、初めて台湾に来られた方も多く、中国語がわからない人が多数であるが、皆さん有効にこのバスの無料システムを使って、早朝、台中公園に太極拳の練習にいたり、近隣の観光スポットを巡回したりゴルフ、テニスの練習場にいたり、台中生活を満喫していた。但しこのバスの無料キャンペーンは、新設工事中の地下鉄への対抗の為とかでその内に打ち切りになるらしい。バ

スの乗り方に慣れてきたので、帰国時はバスで、台北国際空港まで行った。行きはタクシーで3,500元だったが、バスだと、240元/一名だった。時間はタクシーが一時間少々で、バスだと二時間半位かかる。

10. 交換レート

台中では、諸事比較的安全で、スーパー等では、クレジットカードが、問題なく使えるが、やはり現金は必要である。当面、必要な現金は空港で換えるしかないが、国によって事情は変わるが、一般に空港では交換率が悪くて、必要最低限の換金に抑えるべきだ。私は、宿舎の近くの銀行で、換金したが、当日レート(仲値2.57円)の時にCITI銀行の日本の口座からの換金は、一元が2.72円で、現金(日本円)からの換金は2.60だった。現金が一番有利との結論がでた。その後、南の会の定例会で、クレジットカードのキャッシング機能を使って引きおろすのが有利との話があり、早速自分のカードにキャッシング機能を追加したが、まだ未使用だ。考えてみると、年利は20%近くで、しかも国によってはカードの使用そのものが危ない(フィッシング等)。又、高い金利を避ける為の、早期返却の為の、依頼電話も面倒だとなると、やはり現金(あるいはTC)が一番かもしれない。尚、後でわかったが、振英会館では、フロントに日本円を持っていけば、銀行で両替して来てくれる。

台中滞在中に出会った全ての方との交流、思い出を書きたいのですが紙数の関係で到着二日目を選びました。

11. ある一日・・・到着二日目

6:00 起床

7:00 我々の部屋のある7Fの共同エリアで、日本より同行のO君ご夫妻と朝食がてら打ち合わせをしていると、初対面の方々が通りがかりに挨拶されたので、日本から持参のコーヒーをご馳走して色々話を伺う。(Hさん、Aさんご夫妻)

Hさんは、81歳 もとお医者さんで、リタイア後、海外旅行を楽しんでおられるとの事。

Aさんご夫妻は町田市から来られ、Aさんは大病されたが、克服されて、今は定年退職後、海外生活を楽しんでいるとの話を伺う。

Hさんは、台中を拠点にインドまで足を伸ばすということで、81歳という年齢を考えるとそのお元気さには脱帽する。

9:30 ホテルのスタッフで日本語のできる良美さんに、付き添ってもらい、携帯電話のSIMカードを買いに行く。300元(780円程度)で、パスポート等を提示すれば、簡単に購入できる。一応緊急時用として、携帯での連絡が可能になり一安心。

その後、O君と、町を歩き、門構えが立派で、為替業務をしていそうな銀行に立ち寄る。台湾は、日本と同程度クレジットカードの安全度が高く、普及しているが、それでも現金は必要なので、元に、両替する。私はCITI銀行のCASHカードで台湾元を下ろそうとするが、上手くいかず結局係りの人がたすけてくれた。O君は、日本円を元に両替した。

その後、O君と、てくてくと二時間近く町を歩き、孔子廟や、宝覺寺(巨大ほていさん)を見学。

疲れを知らない子供の様に、元気に行動するO君と一緒に行動して、少しばて気味となる。

着いたばかりでバスの乗り方もわからず、ひたすら歩くしかなかったので、疲れた。

16:30 朝、一緒にコーヒーを飲んだAさんご夫妻に、誘ってもらい近くの素食レストランで、一緒に食事をした後に、市場に連れて行ってもらう食材を仕入れる(伝統市場と称する)。

台湾の人でごった返すこの市場は、野菜、果物、肉、魚となんでも安くて、新鮮な物が手に入る。活気にあふれて、商品を冷やかしているだけでも楽しい。

21:00 宿舎に帰って、またおしゃべりをしていたら、部屋に帰ったのは21:00でくたくたに疲れ、風呂に入って爆睡。

以上

初めての海外ロングステイ イン「ハワイ」

関東甲信越支部 No.1177 小池 忠彦

2012年6月1日~6月30日迄の1ヶ月間、ハワイでのロングステイに行ってみての、不安な部分、1ヶ月の内容、感想等を、記して見たいと思います。

(1)何故「ハワイ」だったのか。

過去、1週間程度の旅行では、5回程行った所ではあつたが、ゆっくり、少し長く生活をして見たかった。治安、言葉の問題(英語は話せないが、ここなら何とか成る)町並みは多少知っていたので、行動に不安は無い(病院、買い物等含む)滞在中の過ごし方が、何となく判りそう、その他……。ただ、ここでの費用が掛かるのは、ある程度覚悟はしないと……。

(2)何故「6月」だったのか。

まずは家庭内の障害が無かった事。会の人達が比較的多く滞在して居ると聴いていた事。ローシーズンの為滞在費が比較的安価と聴いていた事。気候も良く、天候が安定している事等を、考慮しての決定である。

(3)コンドミニアムの予約の仕方、インターネットでの航空券の取得も初めての為、会員の方に教えて頂き、コンドミニアムは、ハワイにある会社のココリゾートにインターネットにてお願いをして「ワイキキバナヤン」を、飛行機は、HISの格安航空券を¥80,400/1人 往復 で「チャイナエアライン」の予約が出来たのは1月初旬の事であった。何れも、「カード」支払いにし、併せてカード付帯の「海外旅行保険」を利用した。滞在中はのんびりし、特に計画も立てずに、

ゴルフの2~3回位しようとして道具だけは持っていった。ホノルル到着後、タクシー(チップ含め45ドル)にて、コンドミニアムに行ったが、チェックイン迄は、3~4時間あったので、荷物をココリゾートに預け、ハワイ支部長高田宅と副支部長村林宅(両家共ワイキキバナヤン)に挨拶を済ませ、夕方、明日からの食料の買出しに出掛けた。翌日はまず「ザ・バス」のチケットの購入(シニア15ドル)滞在中の足はバスであり、期間中乗り放題のチケットは絶対必要である事も会の方達に聴いてあったので、早めに手に入れた。現地に来て、初めて分かった事では、「滞在期間」「滞在場所」を南国メールにて知らせておくと、会の行事(パーティー、ゴルフ等)の誘いとか個人的の誘いがある、当初、夫婦2人だけの行動をイメージしていたのが思い掛けず、多くの方達と一緒に話が出来たり、行動を共に出来たり、長いと思っていた1ヶ月が、非常に短く感じた。何故かと言うと、1日として、部屋でゆっくり過ごした日が無かった事である。到着して2日目に「ウエルカムパーティー」をして頂いた。前にも記した通り6月にステイ者が多い事で、この日を計画してくれた様だ。支部の方達、前から来ている方達と、私達の様に来たばかりの方達総勢16名であったが居酒屋にも拘わらず、料理は出るが飲み物は各自持参で、持込み料無しと気を使ってくれたパーティーであった。中旬には、「ポットラックパーティー」で、会員以外の方の参加もあって、36名の参加と下旬には「バーベキュー大会」があり、会員以外の方も含め60名程の大パーティーあり、又「サヨナラパーティー」等多くの方達と、種々の事をフレンドリーにやって頂きました。ゴルフは毎週火曜日と金曜日の2回、名門の予約をしてくれて、都合で参加出来る時だけご一緒させて頂き、毎回12~16名位の方達とのプレーができた。(送迎込みで約110ドル~160ドル程)お陰で、私は9回妻は7回プレーを行った。其の中で、「南国の会のコンペ」は16名ホノルル滞在者(バナヤンオープン)のコンペは28名の参加等も企画して頂きゴルフは予想以上に、充実していた。

その他の日は、バスを利用して「イオラニ宮殿」「博物館」「美術館」「植物園」「パールハーバー」等の見学「島一周」のお出掛け「ビーチ廻り」に加えて「ダイヤモンドヘッド登山」「ココヘッドの登山」「ダイヤモンドヘッド外周」を歩いて一周したり、日本だけで有名な「此の木 何の木」を見に行ったりと毎日、何処かへ出掛けていた。これは、本を見たり、島内を良く知る人の話を、聞いたりして、明日又は、明後日の行動を決めていた。繁華街の探索は主に夜出掛けた。又、毎週土曜の午前中には、KC C(カピオラニ コミュニティ カレッジ)で行われる「朝市」には、3度出掛け、そこで朝食を取った。バスで行った時も、歩いて片道40分程の所を往復した時もあった。支払いは、多少の現金は持って行ったが、可能な所では、「カード支払い」をメインとした。(マイルを貯める為)毎日、「万歩計」を付けていたが、多い日で2万歩を超えた日(ゴルフ、散歩)少ない日で1万3千歩位は歩いていたので、日本での生活に比べ、本当に良く歩いた。何をするにも、何処へ行くにしても時間は充分有るし天気の崩れはまったく無く、何よりも会員の多くの人達の暖かい助言が有ったからこそ出来た事であり、皆様に大変感謝しております。又、帰りの荷造りでは、1つが28kになり、やり繰りをして、所定の23キロを超える26キロにしか出来なかった。超過料金覚悟の上で搭乗手続きを行った所、重量オーバーに関しては、問題なしと言われ帰国の途に着いた。

ペナン(マレーシア)

関東甲信越支部 No.1284 高木 進

①.海外への飛行機の利用状況や航空運賃・携帯荷物の重量対策

飛行機ですが最近では格安航空のエアーアジアを利用しています。自分たちの日程を見ながら、安い料金日があれば、日も変更しております。例えば.....

本日(9月23日) 日本語ウェブサイトが開設され航空券の予約を受け付けます。

<http://www.airasia.com/jp/ja/>

キャンペーン価格は

羽田ークアラルンプール 片道 5,000円

ホームページには

羽田発 片道 5,000円航空券

クアラルンプール から他都市への格安料金

ホテル込のマレーシア 格安料金

の案内が掲載されています。

チケットを購入する時は重量も20KGとか25KGを事前に申告します。登乗時になったの重量オーバーは、割増で高額を要求されますのでくれぐれもご用心！今後は事前に荷物のペナンまでの申請していれば、クアラルンプールで再び預け替えしないで、ペナンまでスルー出来るそうなので、それでやりたいと思っています。羽田23:55出発して、翌朝6:35にクアラルンプールに到着します。クアラルンプールからペナンは約1時間です。予約の時は必ずペナンと指定してください。

②.ペナン島コンドミニアム(住まい)の紹介

私達が住んでいるマイアミビーチにあるコンドミニアムの写真です。このリゾート地は海岸に近くて、28階建ての5棟と何棟かの低い建物で成り立っています。主な施設としては大型プール・スポーツジム・テニスコート・バスケットコート・サウナ・コミュニティホール・バーベキュー設備等があります。私の住む部屋から、180度方角のパノラマ風景が見渡せます。部屋の窓下はプールが見下ろせ、裏山は岩肌及び樹木がおおい茂っています。A棟21階に有り、購入したのは娘夫婦で、娘名義のコンドです。この部屋を利用するのは主に私達夫婦だけですが、たまには娘が孫を連れて来ます。コンドの大型プールで1年に数回遊ぶ程度です。娘達は年に2日から3日宿泊します。娘の家族は本島に住んでおり、コンドとの距離は車で1時間で行けます。部屋の間取りは、3ベッドルーム、リビング、キッチン、バスタブがあります。ジョウジタウンへはバスで約40分、スーパーは車で約15分の所に有ります。



③.お金の管理や保険・医療について

銀行はロングステイの許可をもらうための拘束預金約500万円と自分名義の銀行預金(ホンロンバンク)だけです。名義人は2名連記がいいです。理由は1名だけの時、本人が死亡したら、預金を国家に没収されます。私たち長期滞在者で1番心配なのが病気の治療です。ペナンの医療水準は日本とほとんど同じです。時々医療講習会が行われ、24時間対応の総合病院(日本語の通訳がいる)がありますので、救急の場合の応急手当及び連絡方法またどのような専門医が

いるか等説明をしてくれました。日本から離れていても病気治療は何とかなると思います。私達が利用しているのはUCSゴールドカードです。日本から出発して3ヶ月以内の払った治療費は、後日請求すると保険金がでます。非常に簡単で便利で、安心が得られるので利用される事をお勧めします。それから月払い2千円弱の傷害保険にも入っています。

④.私達の趣味と遊び、運動

マレーシア本島の娘の家に同居する時は、食事・掃除・衣服の洗濯付です。孫の塾への送迎・サウナやマッサージ・市場への買い物が主です。孫と遊んだり結婚式・宗教的な行事・家族・親戚・友人達と頻りに食事会に行きます。それから私の趣味である家庭菜園(写真)で植えている野菜は、トムロコシ・枝豆・ニラ・中ナス・オクラ等です。特に枝豆の収穫はロングステイの日本人には大好評でした。



果樹はパパイヤ・マンゴー・ランブータン・みかん・アボガド・グアバ・パイナップル・レイシ等があります。パパイヤは生食は勿論の事・炒めたりサラダや浅漬け・スープ等に利用でき便利な果物です。

ペナンでの生活の中で、1番盛んなのはゴルフでしょう。ペナン島にはゴルフ場が2ヶ所あり、マレー本島には1時間程でいける所が5ヶ所あります。次にテニス・ヨガ教室に通ったり、色々な分野のボランティア活動・パッチワーク・読書・陶芸をしたりします。運動としては低い山登り・ウォーキング・スポーツジムのトレ

ニング・プールでの水泳等です。おいしい店の食べ歩き・小人数のパーティや友人宅を、お互いに訪問する等をやっております。そして、お互いに情報を交換しています。

⑤.ペナンの街の風景

ペナンの1番の特徴は世界遺産に登録され、政治の中心でありながら観光・経済の盛んな大都会と、静かな山並みと美しい海岸線・田舎が同居している事でしょう。マレーシア本島とペナン島は、フェリーとペナン第一大橋が約24kmで結ばれています。極楽寺は特に有名で、旧正月頃の夜景は最高にきれいです。色々な飾りつけとイルミネーションを見ていると、あの世の極楽浄土とはこんなに素晴らしいところかと、幻想を抱く程でした。中国の寺院・インドのヒンズー教の教会・マレー人の回教寺院・タイ国・ビルマ寺院も立派です。マレー人の伝統産業としてバティック染色・ジョージタウンにはリトルインド街やコーンウォリス砲台やサイクリング観光等があります。

近年出来た人気のスポットはストレートキーといい、週末にかけては大勢の人が集まり、モダンな街のぶらぶら歩きは最高です。海に面したヨットハーバーや高級リゾートレストラン街があり、沢山のヨットが浮かんでいます。オーストラリアやハワイを連想する様な街です。テスコ(スーパーマーケット)での買い物は、日本のショッピングセンターとほとんど同じです。

⑥.ココナッツクラブの紹介

南の会のメンバー(NO495 石原さん)経営のトロピカルリゾートは皆さんご存知だと思いますのでそのほかにペナンのロングステイヤーに人気の現地の旅行社が運営しているクラブ(メールアドレス sannii@coconutclub.com.my)があります。色々な旅行プランや相談・日本図書の貸し出し・住宅の斡旋などを行っている会社でペナンココナッツクラブといます。

この会社はきめ細かく行事を行います。クリスマスパーティが私の住んでいるコンドのコミュニティセンターとプールサイドでのバーベキュー

一施設で行われました。少額の費用と参加者が料理を1品ずつ持ちよりのパーティでした。このパーティの最高の楽しみはクイズ形式で豪華景品の当たるパーティでした。また現地レストランでの料理教室が月に1回ほど行われています。また恒例のココナッツクラブの新年会がEアンドOホテルで行われました。大勢の会員が集まりました。ここは高級ホテルの、リゾート海岸側でのパーティ(写真)です。費用は日本の価格の3分の1位でしょう。



⑦.南国暮らしの会の行事

南国暮らしの会・ペナン支部の、焼肉パーティ(写真)が開かれました。会場はデパートガマ



の右の建物で伊藤さん(NO1387)の住んでいるコンド(タイムズスクエア)のプールサイドでした。眼下にはマレーシア本島をはじめジョウジタウンや海岸まで続く街並みがきれいに見える所でした。幹事さん達には大変お骨折りを掛けましたが焼きそば・牛肉・豚肉・ベーコン・とうもろこし等などを食べました。ジュースや

ビールを飲みながら歓談をし楽しい時をすごすことが出来ました。ペナン在住の私達やペナン支部長に連絡下されば、会員に呼びかけ、臨時の食事会やゴルフ等のお供を致しますのでご一報下さい。私がペナンに居るときは車で案内出来ます。

⑧.ペナンの主な観光行事

毎年7月の第三土曜日に行われるジャパンフェスティバル(盆おどり)は、約7万人の人出があります。舞台を作りヨサコイ・ダンス・ショー・和太鼓の競演など等、それはそれは素晴らしい演芸でした。この大きな公園の中に無数の屋台が作られ、その中を歩くのにごった返して大変でした。鮮やかな花火のフィナーレで日本人会主催ですが、私の友人で元日本人留学生で作る協会の事務局長さん、や多くの日本人会の人たち等の奉仕で成り立っているそうです。

インド人の最大の祭りはタイプーサンでしょう。裸体の男性の顔面(写真)を、アルミの棒を口の両横を串刺しにしているのです。背中には大きな釣り針を何十本も皮膚に引っ掛け、それに鈴とか飾り物をぶら下げ紐を結び、お供の人が紐をピンと引っ張って、支えて持ち歩いております。血が流れず化膿もしないそうで不思議でした。この荒行は本国インドではもう禁止されており、現在では世界でもクアランプールとペナンだけだそうです。



⑨.私のペナン島での生活

ペナン在住は2/中旬から4/中旬と7/下旬から9/月上旬の期間です。服装はTシャツ1枚に短パン・ビーチサンダルです。中華・インド・

マレー・タイ・欧州・日本などの屋台も多く、夜も蚊や虫がほとんどいなくて、夜長を楽しんでいます。コンドも海岸に近く日中は32℃位ありますが海風があり、カラッとしていてほとんどクーラーをしません。車で市場に買い物に行き、1日1回は和食を自分達で作りますが、あとは外食が多いです。人気の店や飲茶で食事をした後、マッサージ(1時間で約500円)や針(1回約400円)に週に1回は通います。

プール・ウォーキングは毎日、ハイキング・ジム・ヨガ・太極拳等を楽しんでいます。

友人夫婦と遊びに行った時でした。私達が普段良く行く市場の隣にあるマレー人の集会所で、ちょうど結婚式が終わったところに出会いました。花嫁の父親から、貴方達は是非会食して祝ってくださいと誘われ食事が出てきて、記念品をもらい家族と記念撮影をしました。同行した友人夫婦は、後日彼等に写真を届けに行ったら、大歓迎を受けたそうです。彼等の家の中の生活や学校、観光地を一緒に廻ったそうです。現地マレー人のこの様なもてなしが、彼等にとって最高の思い出だったようです。

LSに際しての小テーマに答えて

関東甲信越支部 No.1387 伊藤 彰

2011年3月24日、正式にMM2H(マレーシア、マイ、セカンド、ホーム)を取得し私達のマレーシア、ペナンでのロングステイ生活が始まりました。(必要申請書類が全て揃って申請して約3ヶ月経過していました。)

1.「食事」

基本的には全て自宅での食生活です。

食材

野菜、肉類、魚貝類、当然現地調達に成ります。

調味料

味噌、醤油、酢、塩、味醂等は日本食材店(明治屋、新大馬、GAMA、JUSCO、TESCO、等)があり、冷凍食品、各種缶詰、酒類もかなり充実しています。(我が家ではお米については帰国毎に日本から持参しています、幸運にも

一度も税関ではチェックされる事なく無事通過しています。

水、ガス

宅配です。(水；20Lボトルをサーバーで)

(ガス；ボンベ、室内に設置)

調理

ガステーブル(2口)、IHヒーター(卓上型)です。

外食

朝食は週3回程度、飲茶、コーヒーハウスでのサンドイッチ等気分次第で。昼食は週2回程度、フードコートで麺、ピザ等。夕食は月2回程度ホテル、中華レストラン等で主にbuffetです。

2. 「お金の管理、保険」

MM 2 H, 必須定期預金、RM150,000.-

定期預金、1年定期自動継続(金利；3.15%)

1月定期自動継続(金利；3.00%)

当座の生活費は普通預金口座の残額が少なくなった時点で1月定期預金を解約しています。

我が家の1月の生活費

家賃； RM 2,600

食費； RM 3,000

光熱費； RM 250

交通通信費； RM 300

教養費； RM 350

医療費； RM 700

雑費； RM 850

合計； RM 8,050.-

保険

クレジットカードの付帯保険

3. 「健康管理」

私達は2人共に高血圧等の持病があります。

定期的に診察及び投薬を続けています。その他に現地のローガンライ病院で年1回人間ドックを受けています。

2011年には人間ドックに併せて内視鏡検査(大腸及び胃)を受けましたが、診療方法が日本と異なり麻酔?(説明では睡眠薬との事でしたが)の処置をされますので、家内は苦痛も無く

(当然ですが)良かったとの事でしたが私は日本でのモニターを見ながらの方式に慣れていましたので若干不安でした。

費用は日本円で約12万円(1人)でした。

今年は内視鏡を除く人間ドック+腫瘍マーカー検査を受診しました。費用は約3万円でした。

2人共に今年高齢者の仲間入りをしましたので、そろそろ医療保険への加入を検討する必要があると認識しています。

(日本に帰国時は自由診療で対応しています。)

4. 「航空会社」

自分で手配するときには主としてLCC、中でもエアアジアを利用しています。

ペナン~クアラルンプール~羽田間は先日まではペナン~クアラルンプール、クアラルンプール~羽田別々の予約でしたが、やっとペナン~羽田間でフライスルーが可能に成りました、KLでの荷物のピックアップが不要に成りやれやれです。

私達の住居が埼玉ですので羽田での発着便は大変便利です、出発時刻が午後11:45ですので丁度良い時間です、KLには朝6時前後の到着ペナン着は9:00ごろですので10時には自宅に到着です。

先日プロモーションがあり来年4月の帰国チケットを予約しましたが料金は以下のとうりでした。

ペナン~羽田 ¥15,800

羽田~ペナン ¥18,700

往復合計 ¥34,500

(燃油サーチャージ含む、帰国時荷物15Kg、出発時荷物25Kg、座席指定等全て含む)

4/18帰国、5/22出発

注；会員登録を行っているとプロモーションの案内がメールで有りますし、予約手続きも非常に簡単です。KLのLCC空港が来年5月頃移転するとの事です。

注；文中RMは現在やく27円での計算です。

海外での病気の事
「2012年秋 猛暑の日本を逃れて」
関東甲信越支部 No.586 磯崎 興志

この4年間、毎年消化器癌で友人を次々と失い、自身のまだらぼけ症状を自覚しつつ近い将来の寿命期限(現在73歳)を痛切に感じる昨今です。

ロングステイらしき半年毎の海外生活(主としてゴールドコースト)を7~8年過ごしてみると日本の良さが見直され ない物ねだりでGC滞在中は 美味しい米、和菓子、温泉、桜、紅葉、便利なコンビニ、責任ある対応できる店員、などの日本が恋しく 一方 在日中はGCでの温暖な気候(平均24度)、ペリカンがいる気持良い潮風海岸散歩、クジャクが闊歩する公園、簡便なゴルフ(片道15分 18ホール 3~3.5時間 一歩散歩一週3回)が良いなどと思いがくねっています。

外国人人間模様では2-3年前の騒がしいコリアは激減し昔の日本の農協集団のようなアローガント(厚かましい一わがままな)、ゴミまき散らかすチャイナ集団一、むつつりしたインド、モスリム系が目立ちます。

ゴールドコーストのオージーは基本的に外来者を歓迎しにこやかに挨拶し 性格も紳士的ですが電気製品、電話、パソコン、鍵、などの修理はできず時間ばかりかかり大トラブルの原因で最後は自分の責任ではないの常套句となります。

一部会員の要望もあり 以前報告した医療情報を再掲載します。

基本的に経済的には日本は医療費が安くまた簡便であるがために患者数も多く診療側では時間がなく点数を上げるための検査に頼る傾向あり、患者側では医療機関にかかる頻度が多すぎ

年間37兆円の医療費が掛かり年間税収規模に迫っているのが現実で 医療費の91%は入院費のため経費節減で重症患者(癌末期)でも3か月で退院処置になり、結局終末医療は在宅家庭医の担当が強いられている。

どんな重症患者でも引き受けられるような家庭医需要(終末対応ができる—24時間対応の)が異常に強く求められている 今後効果ある医療を実践しなければ税金、保険料の負担増加、年金の削減が確実に予想されます。

一方 老人は多臓器にわたる疾病があるため服薬も多く 慢性で長期受診しているため全身を診察し病歴を十分に考慮、説明が分かりやすい必要に応じた検査をする介護にも詳しい医者が良い、同様な検査、安定剤系の重複が目立ち

内科、整形外科、眼科などに別々受診して重複した類似薬効を服用している方もいる。

全身CT検査で異常なければ癌は全否定できるとの信仰があるが誤りであること 血液癌—白血病系は塊—リンパ腫などの腫瘍なければCT検査はダメ。

質問多い 頻度の多い症状から、どのポイントで医者にかかるか 問い合わせる前に南国の会 医療携帯集、外務省ホームページの参照し 海外支部(現地情報通がいる)に聞くこと

下痢；東南アジアに多い 便に血液、粘液があるか 腹痛、発熱

尿量減少に伴う脱水を伴うか、熱中症があるか

発熱；熱の程度と期間 いわゆる感冒以外を考える時

3日間持続する高熱、咽頭部痛あるか、関節痛、咳、痰、有無、

Deng熱；蚊によるも刺された事に気づかない 持続する高熱と筋肉痛目立つ、特效薬(テトラサイクリン—ミノマイシンなど)ある、早期治療が大切であること 治療は日本よりは慣れている現地医療機関のほうが良い—現在テトラサイクリン系は一般薬局の在庫ない場合が多い 国内持ち帰り Deng熱年間200例以上

腹痛；寝られないほどの痛みあるとき—胆石症~胆のう炎~膵炎、腎結石

最近では胃、12指腸、潰瘍よりは 胆のう炎、胆石症、逆流性食道炎が多い

頭痛；いきなり脳疾患を考えずに 副鼻腔炎、

偏頭痛、眼疾患、女性では肩、頸部の
筋肉痛、の場合を考えたい

一般的な注意点、相談が多い事項

服薬内容(降圧剤—不整脈剤の副作用、眠剤、
下剤)、検査データ関係、肺炎、狂犬病ワクチ
ンの実際、介護関係、終末医療、セカンドオピ
ニオンの求め方、良い医者(内科では基本的診
察をする医師)、病院の見方など

特に嚥下困難(脳血管発作後マヒ、胃食道手
術後、鼻—咽頭—喉頭疾患、気道狭窄—夜間呼
吸停止症候群)ある方はぜひ肺炎ワクチン(4
—5年有効2回以上できる)を老人死亡原因は
肺炎が多い

悪性リンパ腫(3例—1例死亡)、膵臓癌(5
例—会員外含む—全員死亡)帯状疱疹、前立腺
疾患(男性は前立腺癌判定血液検査PSA測定
を)に関すること

2週間以上滞在の場合の持病持ちは処方箋の
コピーを(製剤名必要)

重篤な疾患は血管系に多い<早朝発作が多
い>;脳出血、心筋梗塞、エコノミー症候群(急
性血管塞栓)、不整脈、など。

東南アジアは油物の外食が多い為 胆のう膵
臓疾患には向かない。

米国は医療費が非常に高い為 保険関係の
チェックを。

持参薬 例:一般風薬 (ロキソニンなど—
解熱鎮痛剤—5日間分)

下痢止め(5日間分) 抗生剤(5日間分)

消化剤(ガスター、タケプロンではなく消化
を助ける薬、区別できていない方が多い—1週
間分)

便秘剤、眠剤(量は個人による—自分で適量
を前もって調べておく—アルコール同時服用は
禁忌 長期間航空機での眠剤使用相談が多い

最後に

サラリーマン川柳<講談社>から

<定年で磨きがかかる主夫の腕>

<喫煙者税金払って嫌われて>

<同窓会介護と墓で盛り上がり>

<ドル。ユーロ。円があっても縁がない>

<チョウ不況むかつく政治マジ不安>

自作

<豪州のお酢のオニギリ、鮭トレイン>

<スマホ携帯こなせる機能は電話だけ>

<海外LS不調なり家内ビザ拒否されて>

<怖いのは地震、雷、中国人>

11月/2012年 NO586磯崎

会員からの投稿写真

No.1269岩崎宏様の提供です。



タイ全土を巡られた元チェンマイ支部長の 先輩から教わる事 「旅支度」

関西支部 No.558 伊澤 豊

私はこのたび故^{ゆえ}あって、10年余に及ぶ会員生活に終止符を打つことになりました。10年余と言えは2000～2011年まで過ごした私のチェンマイロングステイのとはほぼ同じ長さで、その間当会に関わったことは多く何かと思ひ出は尽きません。

お別れに際し、会や会員さんのために何かお役に立つことはないかとあれこれ思案の末、表題のようなことを思いつきました。「旅支度」については過去にも似たモノを配信し、いささか好評を得たことがあるのでそれに改訂を加え再版することにしました。ところが会員さんの最近の傾向として、Middle Stay(1～3か月滞在)志向の方が多くなってきたようなので、今回はそのMSを念頭においた旅支度(改定版)を作ってみました。

これが多少なりとも皆様のお役に立てば幸いです。

.....

【旅支度】

※一般向きには○印を、MS向きのものには□印をつけてあります。

☆貴重品

- パスポート ○航空券 ○マイレージカード ○クレジットカード ○現金
- 海外旅行傷害保険証書 ○スーツケースのキー
- 前回使い残した現地通貨があればそれも忘れずに
- 現地銀行に口座がある人はその通帳とATMカード
- 現地で車を運転する予定の人は海外運転免許証
- 現地医療機関を利用したことがある人は、そ

この診察券

- 家を留守にする場合は自宅の玄関キー

☆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 ○洗面具一式
- 常用薬 ○南国の場合は半そで・半パンも
- ビニール袋(洗濯物や汚れモノ入れ)
- デジカメや充電器 ○サングラス ○靴ベラ ○スニーカー ○化粧品 ○メモ帳
- 入れ歯接着剤 ○ボールペン ○ガイドブック ○簡易医療品一式(バンドエイドも)
- 携帯式簡易裁縫道具一式 ○アフターシェイビングクリーム ○パジャマ
- 卓上カレンダー □ヘアドライヤー(ホテルであれば大抵常備されているが)
- 孫の手 □爪切り □食器洗い用ナイロンたわし(ネットクリーナー)
- サララップ □洗剤(洗濯用・キッチン用共に現地コンビニでも売っているが)
- ナフキン(洗面台に飛散した水滴を拭うためにも) □携帯用包丁・まな板
- 小ビン入り醤油・ポン酢(タイすき等に重宝)
- 石鹸(洗面台が汚れるので石鹸台も)
- タオル&バスタオル □コンパクトな物干し用ナイロンロープ □ハンカチ数枚
- 物を挟むためのクリップ □小型目覚まし時計 □携帯電話(現地で買うのがよい)
- 使い捨て・・・割箸・アルミ箔の皿・ナイロン袋
- ナイフ&フォーク(プラスチックの簡易なものではダメ)
- 茶碗や皿類(軽くて割れないプラスチック製)

のもの)

- 使い捨て軽便カミソリ 必要に応じて現地人へのお土産
- ゴミ箱用袋(現地スーパーなどで買い物をした時のナイロン袋を使うのが賢い)
- 必要な方はノートパソコン(機能に応じてCDやDVDも持参すれば楽しくなる)
- 退屈しのぎに読む本を何か(長編モノなど自身の重たいモノが良さそう)

☆小物類

- (水に流せる)ポケティッシュ 爪切り
- 輪ゴム 小さいハサミ
- ※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ゴミ袋を頂戴)
- ・現地バス旅行などの車酔いで吐き気をもよおした時に役立つ。

◎三種の神器

- ツッカケ； 別名サンダル(外国のホテル・コンドミニアムにはスリッパの無い所が多くツッカケはそのまま外出できるので至便)
- ナイロンタオル； ホテルのバスルームには背中を洗うにふさわしいタオルが無い。
- ハンガー； 安宿の場合ハンガーそのものがない(クリーニング屋から付いてくる使い捨て

てプラスチック製のアレが最適)

☆食料品：

- *ステイ先にチン(電子レンジ)があれば；
- インスタント物； 出発前にスーパーで、パックご飯・袋入りカレー・みそ汁・ラーメン・うどん・焼きそば等を調達。
- ※'赤いきつね'や'どん兵衛'などのハッポースチロール容器は、現地でみそ汁用お碗に何度でも代用可、同じく'焼きそば'の容器もラーメン用にOK。
- 漬物・ふりかけ等(無性に欲しくなることあり)

☆ゴルファー

- ゴルフ用パラソル(日本ではカートなどに無料のモノが付いているがアチラでは無い)
- スポーツシャツの下に着る長袖のイナナー(夏場は日焼け止め、冬場は防寒着になる)
- 日本のアメ類(ゴルフ中に自分のもとより、キャデイにあげると喜ばれる)

※リピーターの方は、現地で荷物を預かってくれる所がある筈。チェンマイの場合 荷物整理用古ダンボール箱はチェンマイ大学南側の通り中ほどで売っている。

[完]

ペナン(マレーシア)～チェンマイ(タイ) 往復二人旅ワイルドだぜ!!!

—2012年6月27日～7月6日 10日間、走行4,600km—

ペナン支部 No.1346 池田 諭・峯子

(1バーツ 25円)

早期退職。ペナン島でグータラ生活約2年半。サポート会社にチェンマイに車で行く計画を相談。安全面から見るとやめた方が良く、タイでトラブルが発生した場合サポート出来ないとの事だったが、何とかなるだろうと車での旅行を決行する。(車は日本であれば、完全にリタイヤしている日産サニー1500)

6月27日(水)

ペナン～スラー・ターニー(?) 535km

7時出発の予定だったが準備に手間取り7時40分出発。出発してからパスポートを忘れたことに気付き引き返し、結局8時に出発。前途多難の兆候か？

マレーシア高速道路国境の近くで、出入国書類及自動車保険書類を作成してもらっている間に昼食(持参したおにぎり弁当)11時、イミグ

レを無事通過(ドライバーと同乗者は別の窓口で申請する)、4号線を北上。ナコーン・シー・タマラートまでは順調に走行。その後スラー・ターニーに行ったつもりだったが、手前の小さな町に到着。ホテルを見つけて宿泊。608バーツ。古いが、部屋はとても広い。

タイマッサージ(1時間1人200バーツ…マッサージ嬢の1人は、おねー系)の後、夕食(70バーツ)。野菜炒めと豚の唐揚げとフライドライス頼んだつもりだったが、出てきたのは野菜のたくさん入ったフライドライスとごはん豚の唐揚げをそえたものの2皿。ドリンクは水のみ。でもこれがとても美味。(ビールがあればもっと味が引き立つのに)

ホテルに帰ってシャワーを浴びるとすぐドライバーは熟睡。(私はビールを飲みながら読書してから就寝)

6月28日(木)

スラー・ターニー(?)～ペッチャブリー
646km

朝食はコンビニでサンドイッチとジュースを購入(73バーツ)。初めてガソリン給油。その際女性従業員のどこまで行くのかとの質問にチェンマイと答えると「ワオー」と一言。

ひたすら4号線を北上。途中少し雨。昼食はプラチュアアップ・キリ・カーンの手前のガソリンスタンドに併設している食堂でエコノミーライスのようなもの(110バーツ…タイではガソリンスタンド、コンビニ、食堂の併設が多い)15時にTESCO(イギリス系スーパーマーケット)で少し休憩。16時ごろペッチャブリー着。プラ・ナコーン・キリ歴史公園とカオ・ルアン洞穴見学。洞穴への道中にはサルがいっぱい。

ペッチャブリーで1泊。(890バーツ。朝食付。昨日よりランクは上。部屋も広く、バスタブもある)BigC(タイにたくさんある大型ショッピングセンター)内のタイスキ専門店MKでタイスキ(470バーツ、スープは少し甘め。ここの従業員はみんなよく気がつき、てきぱきと働く…マレーシアとは大違い)

入浴後、すぐ就寝、熟睡。(私はビールを飲ん

でから就寝しようと思い、飲んでいる時に夕食をとったMKにカメラを忘れてきたことに気付く…もう夜も遅いし、明日は朝から出発する予定だし、悔やんでもしかたがないから、もう1缶ビールを飲んで就寝)

イミグレの様子



同乗者用



ドライバー専用

6月29日(金)

ペッチャブリー～スコータイ 576km

ホテルで朝食(美味)9時出発。ラチャブリー、スパ・バリーを経てナコーン・サワンへ。こあたりは見渡す限りの田園風景。タイ米の産地か? ナコーン・サワンのケンタッキーで昼食(190バーツ)16時過ぎにピサノロックのTESCOで少し休憩。スコータイまで後わずか。スコータイ泊(390バーツ。値段のわりによりホテル。宿泊客はビジネスマンが多い)ホテル前のマッサージ屋でタイマッサージ(1時間1人200バーツ)マッサージが終わると大雨。遠出する気になれず、すぐ横の屋台で夕食。ワンタンミーのような麺(60バーツ・美味)

ホテルに帰ってチェンマイ滞在の知人に訪問の連絡をする。「ペナンから車で来ると思って

いない」と、とてもビックリ！（チェンマイに到着する事が確実にってから連絡した。この連絡まで完全にシークレットだった）その後就寝（私はビールを飲んでから就寝。）

6月30日(土)

スコータイ～チェンマイ 402km

8時40分出発。朝食は食堂で点心(80バーツ・美味。たまたま入ったが、いろいろな客の写真が飾ってあった。…たぶん有名かも)スコータイ遺跡公園でワット・マハタート、ワット・サーシー、ワット・シー・チュムなど見学。(観光客も少なく、ゆっくり見学。アユタヤよりステキかも)

11時、チェンマイに向けていざ出発！昼食はコンビニでサンドイッチとジュースを購入(131バーツ)山村。高原風景。土の色が赤土ではなく白っぽい(大阪の土の色みたい)チェンマイに近づくにつれ雨が激しく降る。15時、コーヒーショップで休息。チェンマイまで後50km。16時ごろ、チェンマイに到着。(バンザイ)半分・・・祝!!!

チェンマイ泊(1100バーツ)今までで一番いいホテル。知人に会い、コンドを見学後、タイマッサージ(1時間1人140バーツ、安くて上手)夕食は忍者ラーメンという日本食レストランでお好み焼きと冷麺と揚げ出し豆腐とトンカツを3人でいただく。(美味だが、多少甘め。ご馳走になる)チェンマイは日本人が多くペナン同様車がとても多いという印象。

7月1日(日)

チェンマイで1日過ごす。 62km

ホテルでゆっくり朝食。(お粥が美味)チェンマイ市内観光(ワット・スアン・ドーク、ワット・チョット・ヨート、ワット・ウモーンなど…ワット・ウモーンは山の中の迷路のようなトンネルの中に仏像がたくさんあり、印象に残る。)

昼食は知人と合流してホテルの隣のショッピングセンターのホーカーで野菜炒めとやきそばのようなものとマンゴージュース(125バーツ)支払いは、はじめにお金をチケットに交換

して、チケットで支払う、余ったら現金と交換してもらえるシステム。午後は雨の中郊外のワット・プラタート・ドイ・ステーブへ(山の上でチェンマイの街が一望できた。回廊に金の仏像がいっぱいならんでいる。参拝客が多い)夕方、昨日と同じ店でタイマッサージ(1時間1人140バーツ…安い!)夕食は知人の友人たちと一緒に食べ放題のしゃぶしゃぶ(900バーツ)その後、サンデーマーケットへ行く、ペナン島の夜市に比べるとチェンマイの方が素晴らしい。チェンマイ泊(1100バーツ。昨日から連泊)

7月2日(月)

チェンマイ～ナコーン・サワン 507km

ホテルでゆっくり朝食。(ヌードルのスープは少し甘めだが美味)10時出発。リンピン(ショッピングセンター)でタイ産の日本米「こめやの米」購入(5kg 325バーツ)

11時から帰路につく。昼食はコンビニでサンドイッチとジュースを購入(84バーツ)。ランパン、ターク、カンペン・ペッを通過してナコーン・サワンへ。道中の道端ではカボチャがたくさん売られている。箒やザルなどもよく売られている。この日はドライバーは少々疲れ気味。16時ごろナコーン・サワンに到着。ホテルを探して宿泊(600バーツで朝食付、バスタブあり、ベランダあり、部屋も広い…値段のわりにとってもGood)

フットマッサージ(1時間1人200バーツ)の後、夕食はBigCの日本食レストランでトンカツ定食(365バーツ)入浴後すぐに就寝、熟睡(二人とも)

7月3日(火)

ナコーン・サワン～アユタヤ～カンチャナブリー 418km

ホテルで朝食(美味、持参のポットにコーヒーをいれてもらう)9時出発。アユタヤへ。11時から13時までアユタヤで遺跡見学。(ワット・プラ・シー・サンペット、ワット・プラ・マハタートなど。それぞれ入るのに1人50バーツ、有名な観光地は拝観料も高い!)

昼食はコンビニでパンと牛乳を購入(62バーツ)バンコクの手前でカンチャナブリー方面へ右折する予定が、カーナビに高速道路(85バーツ)に誘導され、知らない間にバンコク市内に入ってしまう、渋滞。少しの間バンコク市内の北側をゆっくり走行。郊外に出て一路カンチャナブリーへ。16時ごろカンチャナブリー着。JEATH戦争博物館見学(1人30バーツ)

ホテル(600バーツ)トイレ、シャワー室の内側の扉がかびで真黒。インターネットも使えないというのでキャンセルを申し出たところ、出来ないという。部屋を変えてもらう…かびはなく少しまし。夕食はピザとパスタ(437バーツ)…味は私達の口には合わない。ホテルに帰ってシャワー。ところがお湯が出ない。水と同じ温度。お湯が出ないという、部屋で10分待てという。30分待っても40分待っても(待ってる間にSPYというタイのワインクーラー(300ml)を2本飲んでしまった)誰も来ず、相変わらず水シャワー。もう1度言いに行くと、業者に電話して、今日はできない、明日修理するという。キャンセルするということもうカードで決済しているからできないと繰り返す。荷物をまとめてキャンセルして出て行くというと、キャンセルはいいけどお金は返せないと言い出す。結局責任者ができて半額かえしてもらってキャンセル。(バンコクに住んでいる知人に電話をして話をしてもらった)

すぐ向かい側のホテルへ。(600バーツ、お湯もでて、室内も前よりきれい…300バーツ損したけれど、替わってよかった!)後から思うに、当初の受付嬢は、多分クレジットのキャンセルの仕方が分からず、キャンセル出来ない一点張りで押し通したのだろう。

シャワーを浴びてすぐ就寝。(キャンセル騒ぎで目が覚めてしまった私はビールを飲んでから就寝)

7月4日(水)
カンチャナブリー～プラチュアアップ・キーリカン
373km

9時出発。朝食はコンビニでパン、牛乳、コ

ーヒー等購入。クウェー川鉄橋と第2次世界大戦博物館(一人40バーツ)を見学。朝早いので観光客もほとんどいなくてゆっくり見学。鉄橋も貸切状態で歩く。(10時30分を過ぎると観光客がやってきて、店も開く)11時20分、カンチャナブリーを出発。往路と同じ4号線を南下。13時過ぎ、ペチャブリー着。往路2日目の夕食時にカメラを忘れたMKレストランに寄り、カレンダーとレシートを見せ、身振り手振りを交えてカメラを忘れたことを伝えると、店員が集まってきて奥からカメラを持ってきてくれた。きちんと袋に入れ、日付を記入して預かってくれた。(よかった!よかった!マレーシアでは多分なくなっていただろう)

BigC内のフードコートで昼食(105バーツ)14時50分、小雨の中、出発。15時30分、ホア・ヒンを通過。ドライバーは、かなりお疲れの様子。16時、277km走ったところでドライバーダウン。車を止めて熟睡。16時30分、目覚めて出発。このあたりはやしの木、パイナップル畑等が多くなってくる。パイナップル工場も並んでいる赤土。17時ごろ、プラチュアアップ・キーリカン着。昨日の経験により、ホテル選びは慎重に、部屋をいくつか見せてもらい、2件目のホテルに決定(750バーツ。部屋はきれいで、窓からはきれいな海の景色も見える)

海岸を散策、海鮮レストラン?に、色々な魚介類が並べて有りその中には、日本で天然記念物のカブトガニが有りマレーシアと同じであった。(カブトガニは卵を食べる。身は無い)その後ホテルで教えてもらった海辺の雰囲気の良いレストランで夕食(390バーツ)ホテルに帰ってシャワー(とてもいいお湯だった)、すぐ熟睡。(私はビールを飲んでから就寝)

7月5日(木)

プラチュアアップ・キーリカン～ナコーン・シー・タマラート 559km

朝、少し海岸を散歩。海風が心地よい。朝食はホテル前の店でヌードル(60バーツ、スープ少し甘め)公園にはサルがいっぱい。(餌を売りに来た)

9時出発。風景は、やしの木、バナナの木、パイナップル畑、観葉植物や蘭の苗、草地の牛たち、赤土。イスラム教の人たちの姿も見えはじめる。昼食はスラ・ターニーのテスコでチキンライスみたいなもの(80バーツ)ナコーン・シー・タマラートに入るとイスラム教徒の姿が増える。街には一泊150バーツ200バーツぐらいの安宿が並ぶ。1件見つけたホテルに宿泊。(1000バーツ、朝食つき、バスタブあり、部屋は広くてきれい…お金を出せばホテルもいいのだと実感)夕食はまたBigCのMKでタイスキ(471バーツ)ゆっくり湯船にを使って就寝。(バスタブの栓が抜けず、お湯が抜けないというトラブルがあったが、フロントに言うとすぐにエンジニアがきて対応してくれた)

7月6日(金)

ナコーン・シー・タマラート～ペナン
469km

ホテルでゆっくり朝食。(チキンソーセージがありマレーシアに近づいたと実感)ワット・プラ・マハタート見学。白亜の巨大な仏塔と回廊にずらーっと並んだ仏像が壮観(チェンマイのドイ・ステープよりすごい!…人が少なくゆっくり見学できるのもよい)

国立博物館見学(一人150バーツ…こんなに高いのは初めて。でも中は広く、見ごたえはある。貸切状態で見学できた)

11時、出発。沿道ではたまご(ボイルしたものかな?)がたくさんうられていた(こんなにたまごを買う人がいるのだろうか?)昼食はコンビニでサンドイッチ、牛乳、ジュースなど購入(118バーツ)本日のドライバーは眠たくもならず快調。ハジャイで一泊する予定だったのを変更してペナンまで帰ることにする。16時20分、無事イミグレを通過。マレーシア国内に入ると、風景がとてもきれいに見える。(街路樹の手入れ、下草の手入れ、道路標識のきれいさなどが原因?)18時30分ごろ無事帰着 祝・・・(バンザイ!)

ワット・プラ・マハタート



(総活)と(反省)

- タイ国一般道路の車両スピードは、120^{キロ}をみんな超えている、100^{キロ}そこそこで走行しているとどんどん追い越される・・・危険! 注意!
- 特にタイ南部の一般道路の信号は、非常に数が少ないその為Uターン専用の信号が有り、直線道路で設定されているので、対向車線の通行は注意が必要。
- ガソリンの価格は、マレーシアに比べて倍の価格。因みに1リッター 100円以上
- ガソリンスタンドには、食堂・コンビニ・コーヒーショップ・みやげ物屋等が併設されて

いるのでとても便利。

- カーナビと地図は絶対必要（GARMINのカーナビ 日本語設定されている）
- 時々警察検問あり…警察官に、どこから来てどちらに行くかと聞かれる。
- 今回は、どこに泊まれるか分からないので、ホテル予約はせず到着した地域でホテルを探した。今回の経験で、ホテル価格が納得したら部屋を見せてもらう事が大切だという事がわかった。(中には日本人には、想像も出来ない部屋も有る。)
- レストランもカーナビで検索し見つけたが、屋台みたいなレストランが多く、途中よりショッピングセンター内のホーカーで食事をする。カーナビでショップを検索でOK。
- 特に気をつけたのは、暗くなると車では出来る限り行動しないということ。(ホテル探しも明るいうちに)
- 今回の旅行総費用 2名で日本円約 65,000円



タイの道路ではこのように荷物をいっぱい積んだ車が猛スピードで走っていた。

「フィリピンで英語留学体験記」

関西支部 No.1461 花田 日出夫

1 フィリピン留学に至った経緯

2006年初め、私はあちこちと外国を旅したくなりました。

でも、英語は全く出来ず、1人で旅することは無理だと思っていたので、まずは英語勉強をして、各地で土地の人とのコンタクトがとれるようにならねばと考えました。

そこで、私はインターネットを通じ、アメリカ、カナダ、オーストラリアそしてイギリス等の候補地を探しましたが、私にとっては費用が高すぎたので思案にくれていたのです。

ところが、ある日駱駝という雑誌で、某ロングステイクラブの懇談会が行われ、その席上英語学校についての講演があることを知りました。

私は、これやと小躍りしてその懇談会に出席させてもらいました。

当日懇談会の席上、今泉輝幸さん(現在 南の会会員)から「フィリピン・セブ島のシピルスという英語学校について留学体験」の発表がありました。

それは、楽しみながら英語勉強ができ、費用も安いという夢と希望あふるる出来事のように感じた。その後、今泉さんから橋本裕さんの「セブ島留学体験記」を読むように勧められ、見ると橋本さんがシピルスで、ジョークを交えながら楽しんで授業を受け、可愛い先生と仲良く食事をしたり、仲間と一緒に綺麗な海のリゾートへ行ったりというような日々の出来事が細かく書かれており、授業とはしかめつらしい顔をして受けるもので楽しいことはないと思っていた私にとっては、楽しい衝撃として心を揺すったのです。結局私は、一度体験的にシピルスへ英語留学することに決めました。

2 フィリピンでの英語勉強

フィリピンは、世界第三番目の英語圏であると言われてます。

フィリピンは、7,000以上の島から成り立っており、国の言葉であるタガログ語のほかビサヤ語(セブ語)、イロンゴ等大きく分けて30の地方語が使われているそうです。その一方、公用語として広く英語が使われており、義務教育を受けた者はほとんど英語を流暢に話しています。

我々日本人も、英語を駆使できればフィリピンでの滞在・生活はひとつも気にならないのです。それでは、フィリピンで英語を学ぶ場合、どこでどんな方法で学ばばいいのでしょうか？英語学校？個人教授してもらおう？まあいろんなやり方があるでしょうが、私が体験した結果からそれらのパターンを説明してみましよう。

英語を学ぶ学校は、大体大きく分けて4つのパターンがあると思います。

①いわゆる英語学校

セブ、マニラ、ダバオ、イロイロ、バコロド等大抵の大きな島の州都には英語学校があります。その最も勉強が盛んなところは、セブのようで大小併せて60校はあると言われてます。

主な共通事項は、あくまでも私の感じですが、韓国人経営の学校が9割。生徒も9割韓国人・1割が日本人(うちシニアが5割)。授業はマンツーマンが基本で、+グループレッスン。費用は、授業費、宿泊費、食事三食、ベッドメイキング、下着クリーニング付き、4週間100,000円～+登録費、SSPビザ(学校ビザ)、教科書等諸雑費 40,000円位。

②大学付属の語学センター

(例) 南フィリピン大学(セブ)、西ビサヤ大学(イロイロ)等

③個人や小規模団体が行なっている英語の学校

セブやダバオにもある。

余分なSSPビザ等は不要のところが多いらしい。

④大学の学生や卒業生等を大学が紹介しての

個人教授

(例) シリマン大学(ドマゲッティ)、セントポール大学(ドマゲッティ)

フィリピン大学(イロイロ)、ミンダナオ国際大学(ダバオ)等

そのほか、探せばいくらでもあると思います。フィリピンは、何でもありの国と言われてます。

例えば、〇〇大学で、英語勉強してみたくなったら、訪ねてみて下さい。担当課へ行ってお願いすれば、きっと個人教授の先生を紹介してくれますよ。思い切って！

3 留学体験記

①「シピルス」CPILS

セブ市内の中心地近くにある、伝統ある大規模英語学校です。

この学校は通常生徒が400人、先生は200人位います。

でも、毎年1月から3月になると生徒がだんだんと増え、多い時には700人近くになります。そのうち、日本人が150人(うちシニア50人位、その一割はおばさん)。

私は、2007年1月から7回位(1回につき1か月～3か月)この学校に留学しました。

私は、学校との提携ホテルである、ディプロマットホテルに投宿し学校へ通うことにしたのでした。

最初の入校初日、レオニーさんという日本語達者なフィリピン人女性が同じ時期に来た、日本人生徒10名位を集めてオリエンテーションをやり、続いてレベルテストでクラス分けされました。

レベルは、1(低)～6(高)段階及び各レベル毎に、L(低) M(中) H(高)と分かれていました。

私のレベルは、1Mとなりました。同じ週に入ったDさん当時57歳は、1Lでした。

でも彼は、2ヶ月後の卒業時私が同レベルのままであったのに、いつの間にか追いついて私と同レベルになっていました。私は、その当時67歳だったので、つい齢の精にしました

ね。
授業内容は各人のレベルによって若干変わります。
授業は、私の場合マンツーマン、1:2, 1:4がそれぞれ各1時限(1時間50分、うち20分休憩)。
それでは、私の心に残っている授業等について少し話してみます。



シピリスにて休憩所

ア 私の初代のマンツーマンの先生は、アンジー先生(当時28歳位のフィリピン女性)。彼女は日本人に対するアドバイザーも兼ねていました。
彼女は英語の教え方、発音は素晴らしく、学校でも定評があり、最高の部類に入っていました。
その彼女の最初の授業は、彼女自身の家系図を作って従兄弟やはとこ、義理の関係等姻族の呼び方までを教えてくださいました。
いとこや姪位だったら不思議じゃありませんが、grandfather in law(義理の祖父)等にまで。
何で、そこまで要るん?と思いましたが、最初ですからじっと辛抱して話を聞きましたね。
でも、何回か日本とセブを往き来しているうちに理解しました。
フィリピンは大家族社会、15人~50人位で一集落を形成し、お互いに支援しながら一緒に生活しているから、遠縁に当たる者も普通に話題にのぼるんです。
後になって良かったと思い彼女に感謝しま

した。特に ~ in law はね。義理は法律による・・・か。

イ 1:2の先生はジョイシー先生(23歳)でした。真面目で、頭がよさそうで、授業は厳しかったのですが、教え方は分かり易くくだけでそして何事にも親切でした。
彼女は、教科書に基づいて、通常使う会話を繰り返し教えてくれ私の現在の会話の基本になったように思います。
その時の私のもう一人の相棒は、Dさんなんです。
彼は、おしゃべりが好きでいつもにこにこしているの、先生のほか若い日本人や韓国人にも好かれ、彼の周りにはいつも人の輪ができていましたね。
そういう風にしゃべくり回るから英語も上達していったのでしょね。
英会話の勉強ですからね。あらゆる機会を通じ、良く喋ることが実力アップになるということは、見習うべきだと思いますね。
この、授業でもDさんは私より喋る回数が多かったのは事実です。
ジョイシー先生は、歌やダンスが好きだったので、Dさんと彼女をおだて上げたことがあります。
その時、彼女は笑顔で、教室で歌を歌い、ダンスもしてくれました。
英語の歌って案外勉強になるんですよ。



シピリスにて 1:2の授業風景

ウ この二人の先生は、私にとっては最初の先生であるとともに、私に英語力を与えてくれた良き良き先生として深く心に残って

います。

それと授業以外では、ジョイシー先生は最初セブもよく知らない時に、ほぼ一日をかけて、セブ市内を案内してくれました。お礼に日当として若干のお金を渡そうとしましたが、どうしても受け取らなかったですね。フィリピンでは珍しく、感激しましたよ。

エ 学校の費用は、同じセブの学校と比較するとシピルスは高い方です。

ちなみにインターネットで調べてみますと、4週間、一人部屋で161,000円(3食、宿代含む)～となっています。でも、先生は、他校と比較し皆な優秀らしいですよ。そして楽しかったですね。

②「セラ」CELLA

セラは、セブのコロンという下町の只中にあります。

元ホテルを改造したもので、8F~11Fまでを学校の施設として使用しています。

8Fは寮、9Fは事務室、10Fはプールを囲んで小リゾート作りの休憩所、11Fは教室とジムになっています。

日本人スタッフがひとりいました。

日本人の生徒は、若い男女が2~3人いたように思います。

授業は、マンツーマン2時限と1:4のグループが1時限でした。

私が、この学校へ行くようになったのは、確か2009年だったと思います。

場所的には、下町でいいとは思えませんが、素晴らしく気の利いた日本人スタッフ、心優しい校長先生、それに心地よいリゾートのような休憩所があり、満足して結局3回通いましたね。

ア 私がセラを選んだ理由

- 私が、セブに慣れてきてシピルスにマンネリ化を感じ、他の学校を探して同校を訪ねたとき、エリさんという若い女性スタッフが、素早く動きまわって対応してくれ、心強く感じたこと。



朝景色

- 通常、費用の支払は日本経由であるが、エリさんの働きによって、同校でもOKとなったこと。

それも、支払いは円でもペソでもよい、しかも食事も1~3食自由に選択できたこと。

同校の寮ばかりでなく、外部ホテルから通学ができたこと。

- 校長先生は、元シピルスの大幹部の女性韓国人であり、彼女を慕って付いてきた先生も多数在籍しており、話してみると本当に優しく親切で日本人シニアにはいろいろな面で気付かせてくれた。

- 10Fの休憩所は、プールを取り囲んでテーブルや植木が置かれ、ガーデンの小リゾートとといった感じで、吹き抜けになっているのでいつもそよ風が吹き心地よかった。

イ この学校で印象に残ったこと。

- 先ずは、校長先生が素敵でしたね。

朝、学校へ出ていくと必ず先に来ていて挨拶してくれる。そして、健康のことを気遣ってくれる。

あるとき、校長先生が私に疲れるでしょうからと言って、事務室の隣の保健室へ案内してくれここは、ほとんど使うことがないので、いつでも自由にベッドを使って下さいと言って、合鍵を貸してくれたのです。それからは、昼休みはほとんど毎日そのベッドでひと休みしましたよ。

本当に快適でしたね。

機会があればまた行きたいですね。

- マンツーマンの授業時間は、狭い教室を避け、ほとんど休憩所を使いました。勉強をするという感じではなく、余暇をリゾートで先生と過ごすといった気分でのトークングを楽しんだ？
- 1：4のグループレッスンの先生は、準ミスセブになったことがあるというロビー先生でした。確かに鼻筋が通って美人で、しかも教え方は上手でした。生徒は、私以外は総て若い韓国人で皆な一生懸命勉強？していました。あるとき、私はついロビー先生の授業中にうとうとしてしまいました。そんな時、普通先生は即座になぜ居眠りをするのかと指摘します。でも、その時指摘されなかったのも、それ以来時々同じ事を繰り返していました。ある日、エリさんとしゃべっていた時、エリさんがji-jiさん(私の英語名)、ロビーがji-jiさんのことを嫌っていましたよと言うんです。聞くと、ロビー先生は教え方には自信があり高いプライドを持っていたのに、私が居眠りしたことで、凄く傷ついたらしいんです。それ以来、必死に睡魔と戦いましたね。ロビー先生には心のなかで謝りましたよ。
- 土日にもセブ島の南西の方に位置するダイビングのメッカ、モアルボアルへ泊で行きました。帰路は、バンと呼ばれる10人乗りくらいのワゴン車に乗りました。セブまで2時間ちょっとかかり、130ペソ(260円)位です。でも、そのバンは冷房をキン・キンにかけたんです。私は耐えかねて、もう少し温度を上げるように頼みましたが多勢に無勢。ジャージは持参していたので上半身は問題なかったのですが、脚は夏用の長ズボンだけではたまりません。

仕方なく寒さを我慢して帰宅しましたが、その晩からうずくうずく、全身です。立っても痛い、寝ても寝返り打てないほど全身が痛い。完全なクーラー病です。夜明けを待ってエリさんに話して学校は休みましたが、エリさんは直ぐホテルへ来てくれ、保険加入の有無を尋ねたので、ビザゴールドカードを見せました。するとエリさんその場でマニラの保険会社等に電話して、直ぐ医者をもて連れてきてくれました。お医者さんは、飲み薬をくれ今これを飲みなさいというので、その指示に従い一服のみました。それから、3時間あ〜ら不思議あれだけ痛みのにのたうち回っていたのに一服の薬で完治。おそらく日本では使用できないきつ〜い薬？かなと思いました。でも、副作用も何もないありがた〜い薬でした。それと同時に、エリさんの迅速・的確な対応はその凄腕を見せつけられた感じでした。

ウ 学校の費用

当時の費用は忘れたのでインターネットで検索してみました。

4週間：授業料、食事(3食)、寮費込み
142,500円〜+その他登録費等 40,000位

③「西ビサイヤ大学」 WEST VISAYA STATE UNIVERSITY

ここで英語を学んだのは、私がシピルスに在籍中に、セブ島の2つ西側に位置するパナイ島の州都イロイロ市に観光で訪れた時の8日間だけでした。

私は、シピルスで知り合ったKさんとぶらっと、フィリピンスタイルでバスと、船を乗り継いでイロイロ市へ遊びに行きました。

イロイロ市では先ず観光案内所らしきところへ行き、どんな観光場所があるのかを尋ねそれと併せ、何気なく英語学校はないかと質

問したところ、この大学を紹介されました。

私達は、その足で同大学へ行ったところ、同大学には語学センターが付置されていたのでそこへ行きました。

その事務室には、キムボ先生という女性の大学教授が居て、私達を歓迎してくれ構内を案内してくれました。

その大学では、他人とすれ違うとき皆な会釈しあい、和やかな雰囲気、皆な人がすれでないように感じました。

それで私達は即座に、8日間だけだが経験のため滞在して勉強してみることにしました。

はっきりした料金は忘れましたが、それぞれマンツーマンで、1時間当たり、250ペソ(500円)、宿は、近くのホテルであれば、一泊500ペソ、ホームステイならば、宿代、3食付き及び送迎付きで1ヶ月：30,000(60,000円)ペソと教えてもらいました。

私達は、短期間ですから、大学から徒歩5分のところにあるホテルに宿泊することにしました。

その翌日から早速勉強です。

勉強部屋は、大き過ぎるくらいで、中がカーテンで2つに仕切られていました。

先生の名前は忘れましたが、ふたりともその大学を卒業した女性で、一応教員免許は取得しており証書の交付待ちの状態とっていました。

そこでの勉強はKさんとカーテンを挟んで隣り合っただけの勉強で話し声がよく聞こえます。

お互い、遊びの話になると、すぐ4人が合流して、机をひっつけてワイワイ、ガヤガヤと話したものです。

ある日、例によって遊びの話になり、土・日曜を利用して、直ぐ近くのギマラスアイランドへ行こうということになったので、先生から詳しい情報をもらいました。

当日になり、私達は1人当たり45ペソ位で、港からボートでギマラスのジョーダンポートへわたり、ギマラスの北の海辺のリゾー

トへ行き広大なヤシで覆われたリゾートで一泊し、続いてジブニーで、レイメンリゾート(raymen resort)へ行きました。

ここは、先生のお薦めのリゾートで、こじんまりしてとても綺麗なビーチで、小金持ち風の品のあるフィリピン人がちらほら見えていました。

宿泊費は、1泊 ツイン 1,400ペソ(2,800円)だったと思います。

レストランは、フィリピン料理で結構美味しく、安〜い。1食80ペソ(160円)位。

帰りはジブニー500ペソでポートまで、途中珍しい教会や博物館等にも案内してくれました。

学校最後の日は、お世話になった先生ら4人にお礼の心をこめ、Kさんと先生らの大好きなビーチレストランへ。そこで先生らは手を洗ってきたのできれい好きやなと思っていると、いきなり手でご飯を掴みとりパクパク。お〜。これがフィリピンの食事スタイルであることを再認識しました。



西ビサイア大学 先生たち

④「ミンダナオ国際大学」

ミンダナオ島ダバオ市のダモサ地区に位置しています。

この大学は、日本フィリピンボランティア協会が設立・運営しており、その敷地内に学生寮のマリナオンドミトリーがあります。

私は、最初はセブで、シピルスやセラといった英語学校ばかりに、没頭していました。

ところが、約3年前、南の会の山口清さんが、インターネットでこの学校を発見し、英

語勉強もできるみたいだから一度行って見ない?と誘ってくれました。

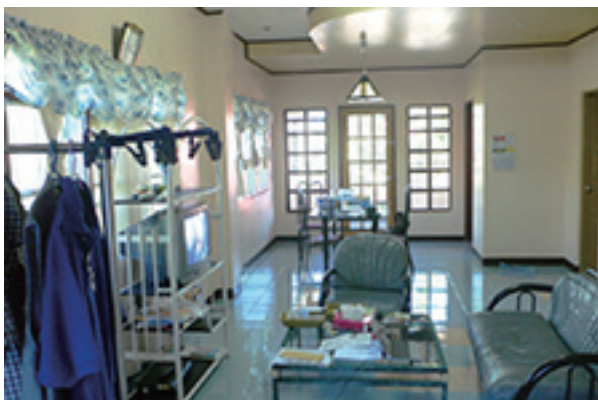
それから、この大学へ足しげく通うようになったのです。

私がダバオでいつも宿泊するのは、このマリナオドミトリーです。気に入っています。

ここへ宿泊するには、日本フィリピンボランティア協会(東京03-5384-9536)へ連絡し、年会費10,000円を振り込むことから始めなければなりません。

宿泊費は、月50,000円です。

そして、英語勉強をする場合は、この寮のロビーで、高学年の日本語学科の生徒が我々の先生となって個人教授をしてくれるという仕組みです。



ミンダナオ国際大学の寮
私のお気に入りの部屋

勉強費用は、最近ちょっと値上がりしたようで、先日聞いたところによれば、1か月(月曜から金曜日まで 毎日3時間 合計20日間)で15,000ペソ それと初回手数量5,000ペソ(1万円)が必要ということです。

教え方は、先生に任されているようですが、自分流の勉強してみようかということになれば、日本から自分の気に入った英語の本を持参して、それに基づいてやってもらった方がいいと思います。

私は、英語留学経験はかなり長いのですが、レベルは若い人みたいに上がらないので、もう諦めて、遊び遊びやっており、思いつきで先生に質問を連発しながらの勉強です。

先生らは、人にもよりますが、高学年にな

るに従って日本語も上手になってくるので、易しい英語の文章でも真の意味が分からない時には、日本語ではどう訳すの?と聞き、理解をします。

そういうことから、この学校は初心者向きといえるでしょうね。

⑤ 「エダ」(ENGLISH DOCTORS ACADEMY)

この学校は、韓国人経営の英語学校で、ミンダナオ島ダバオの空港近くに位置しています。

ここへは、前回のフィリピン訪問時の本年7月から9月までの約2ヶ月間ここへ留学し、勉強しました。

生徒数は約40名、日本人は23歳位の男女が3名だけでした。

ア この学校を選んだ理由

ダバオには、このての英語学校は6校ほどあります。

私はその全てを見て回りここが一番気に入りました。

- ナショナルハイウエー沿いにあり、少しうるさそうだが周囲が草木に囲まれていい環境に思え、食堂は吹き抜けてそよ風が心地よく、そこから眺める景色は、遠くに山が重なって見え素晴らしい。

- 宿泊する部屋は、こじんまりして窓は2枚引き戸で、寝ながら外の植木屋さんの花木が見え、くつろげる。・何よりも学校の費用が他校と比較して安い、安い。

ちなみに、4週間：授業費、寮費、食費3食付き(一日置きにクリーニング、ベッドメーカー付き)

個室で110,000円～+登録費等諸雑費40,000円位・韓国人スタッフが、すごく親切で私に気を使ってくれた。

イ 同校での思い出

- ここでは、マンツーマンを2時限、1:4のグループレッスンを1時限選択しました。マンツーマンは、23歳の男性のニオ先生。人がよい。授業に際しては自分所有のタブレット端末に発音関係の指導資料をいれ、

主としてそれを教えてくれました。
途中から、私は眠気防止の為、フィリピンのこと、ダバオの観光地等を教えてくれと頼み、それらについてのトーキングを主体に勉強をしました。

- もう一人のマンツーマンの先生はアイリッシュ先生、大きな声で早口、何遍スローリーにと頼んでも同じ事、それに時々携帯の操作をしていたので、スタッフに頼んで他の先生に変えてもらいました。
- 1：4の授業は、23歳の笑顔の可愛い女性のメロディ先生です。
すごく真面目かつ公平で発音が上手、教え方もまた素晴らしく上手。他の韓国人の生徒も先生を毎日べたほめ。でも、授業以外の遊びの話とかはなしです。授業の神様？
- 二人の先生と一緒に、私と私の後から入校したOさん、それに南の会のSさんを2回にわたり、観光地へ案内してくれました。
1回目は、ダバオから車で5時間の山の上の方のリゾート、haven's peakです。



haven's peak たなびく朝霧

レストランから下を見ると、マラグサンの街が一望できいい景色でした。

ひとり500ペソ(1,000円)で一泊してその翌朝遠くの山に朝霧がたなびいて綺麗でしたね。

2回目も同じメンバーでした。バンを借りきって、サマルアイランドを陸上からアイランド・ホッピングしました。



ミンダナオ国際大学 先生らと一緒にアイランド・ホッピング

ビーチやキャンプ場、海に落ちるようになった250メートルの滑り台等ほぼ一日かけて数カ所を見て回りました。



サマルアイランドのマクシマリゾート
長い滑り台

4 おわりに

私の英語勉強の目的であった、各地の外国旅行はもうしなくてもいい気になりました。

日本だけでは、気が減入って楽しくなかったので英語を始めたのですが、フィリピンという国は、来る人拒まずそして親日的であり、物価は安く気候も年中温暖で気持ちよく楽しく過ごせます。英語力はあまりレベルアップしませんが、どうにか英語で地域の人とのコンタクトもとれるようになったので、今後も冬と夏はフィリピンへ通うつもりです。

そして、動けなくなるまで英語勉強を続け、少しでもまともに会話が成り立つよう頑張ります。
おわり

スパイスヴィネガーとカラマンシー

関東甲信越支部 No.1457 小野 耕一

最近、わたしの冬のLS地にしているフィリピンミンダナオ島ジェネラルサントス市での滞在中に知ったこと味わったこと感じたことなどを記します。

フィリピンミンダナオ島南部では、スパイスヴィネガーという調味料がよくつかわれています。スパイスヴィネガーとは、お酢に日本語名キダチトウガラシ(長さ3センチ前後の橙色のトウガラシ)とショウガの千切りを入れて瓶入りで売られています。

使い方は、スパイスヴィネガーにカラマンシー(日本のスタチそっくり)のしぼり汁をまぜ好みで醤油を少し入れ、刺身、焼き魚、カマ焼き、ステーキ、牛肉、豚肉、ヤギ肉、チキンなどの照り焼き、串焼きなどにつけて食べます。

醤油は地元でも作られていて、味の感じは日本の醤油とほとんど変わりません。

カラマンシーの代わりにレモン汁でもよいです。味はぴりっと辛いですがなかなか美味です。

南の国ですから食欲増進剤になります。わたしはフィリピン人以上に好きになりました。



スパイスヴィネガーとカラマンシー

カラマンシーはしばってカラマンシージュースとしても飲まれています。

スパイスヴィネガーをつかった料理でおいしいものの一つは、セラピア料理です。

ジェネラルサントスから車で約3時間の山の中にLake Sebu(わたしが常宿にしているホテルのオーナー、Angie madamはセブではなくてシブと言います)という湖があり、セラピアの養殖をしていてセラピア料理が名物です。

セラピアを3枚におろし、身を一口大に切り、熱湯に通すとピンク色になります。これを白ウリのスライスとスパイスヴィネガーで和えたものです。カラマンシーと醤油をつけて食べると大変美味でした。

セラピアを3枚におろすとアラが残りますが、このアラをスパイスヴィネガーと醤油、砂糖で煮たアラだきは身は少ないですがとてもおいしいです。Angie madamは煮汁をご飯にかけて食べるのがおいしいと言っていました。またセラピアを一匹そのままバナナの葉で包んでアラだきと同じように煮る料理もあります。ギリシャ料理にもブドウの葉に包んで煮る料理がありあんな感じですが、ブドウの葉にマトンを包んで赤ワインで煮るのは臭み消しに利用していると思うのですが、バナナの葉の効用はよく分かりません。

セラピアの代わりにマグロにして、ホテルでつくってくれましたがこちらの方もおいしかったです。刺身用の魚を湯通しして白ウリやきゅうり、玉ねぎのスライスとスパイスヴィネガー、カラマンシーで和える料理は一般的なようです。

もちろんセラピアは淡水魚ですが、いわゆる臭みはまったくありません。セラピアは30センチ以上になり、形と色は黒鯛によく似ています。

Lake Sebuのセラピアはおいしいので有名だそうで、フィリピン各地に出荷されています。

Angie madamの実家は水田1ヘクタールの米農家ですが、自宅の敷地内に池があり食用にセラピアを飼っていました。

漁港の町ジェネラルサントスの市場でもセラピアは売っています。ホテルオーナーの自宅に



お刺身についていたカラマンシー
(屋外のテーブルです)

招かれて大きいテラピアの焼き物をご馳走になりましたが、身をスパイスヴィネガー、カラマンシー、醤油につけて食べます。大きいテラピアですから、4.5人分はあります。焼き魚は日本では一般的に塩焼きですが、ここでは塩はふらずに素焼きです。好みの調味料で食べられるようにだと思えます。

ジェネラルサントスやコロナダル、Lake Sebuがある南コタバト州は水がきれいです。おいしいテラピアを養殖できるのも水と関係があるようです。わたしがジェネラルサントスに滞在中、南国会の会員氏が訪ねてきましたが、水道水が透明できれいだと驚いていました。もちろん土地の人の飲料水は水道水です。

ショウガは料理に多用しているようです。市場ではショウガは山と積まれて売られています。日本ではひとかけら100円ですが、ジェネラルサントスでは1キロ100円で売っています。(1ペソ≒2円以下同じ)

ホテルの夕食にAngie madamが、てんぷらをつくってくれましたが、わかめの味噌汁にショウガの千切りが入っていました。少しぴりりとして食欲がでます。日本の夏はこれもありだなと思いました。味噌汁のお椀は漆塗りの大きな椀で旅館の倍以上の味噌汁が入っていました。これもあります。Angie madamは若い時、東京の在日本フィリピン大使館に勤務していましたので日本食をよく知っています。レモン汁はビニールのパック入りで青果店でよく売られています。

ホテルの車で1時間くらいかけてホワイトサンドビーチに行って魚のBBQをしましたが、運転手は魚にレモン汁をかけて手で食べていました。この運転手はイスラム教徒で30歳半ばですがメッカの巡礼をすましているのハッジという尊称で呼ばれています(本人は嫌がっていますが)。まだ土地では手で食べる習慣が残っています。

市場内の食堂では土地の人は手で食べています。若い女性は店にぶらさげであるビニール袋を取り、手にはめて食べています。土地の人が利用する食堂には手を洗う水場があります。

また、カラマンシーはしばって調味料としてよくつかわれているようです。

ジェネラルサントスから内陸に約1時間行ったポロモロクというところにアメリカドール社のプランテーションがあります。グーグルマップで見ると広大な面積です。

プランテーション内に18ホールのプライベートゴルフコースがあり、クラブハウスでドールフィリピンのマネージャーMr,Wilsonからマグロのお刺身をご馳走になりましたが、化粧切りしたカラマンシーとわさびがついていました。ジェネラルサントスはフィリピン人のマグロの水揚げ量を誇り、別名The TUNA Capital of the Philippinesと呼ばれ、市場では刺身用のマグロが売られています。日本のスーパーのような柵ではなくかたまりを量り売りです。ついでながらボクシングのパックヤオが住む町です。(この原稿を書いているH24年9月の新聞報道によりますと、伊藤忠がドール社を買収するそ



Mr,Wilsonの社宅です

うです。ドールフィリピンのNO,2、Mr,Wilsonは、すべて会社持ちの、高級別荘地と見まがうような社宅(社宅の隣がゴルフコースで毎朝練習しています)と車2台とメイドがいるリッチな生活を維持できるのでしょうか、他人事ながら心配になります。アメリカの会社の高級幹部の遇し方を垣間見る思いがします。しかしMr,Wilsonは農場、工場の管理からジェネラルサントスにある社有埠頭からの輸出、すべてにわたって大変なハードワークをこなしています。わたしはドール社のゲストとしてプライベートゴルフコースでいつでもプレイできますが、わたしはゴルフはあまり好きではありませんから今後できなくなってもかまいません。このコースは、アキノ大統領やラモス参謀総長が時々プレイに来ます。クラブハウスの前に彼らの宿泊用ゲストハウスがあります。)

スパイスヴィネガーは町のスーパーではちゃんとしたメーカーの物が売られていますが、街道筋の果物などを売る店では自家製のスパイスヴィネガーを売っています。

ヴィネガーはココナツの樹液からつくる自家製ココナツヴィネガーを用いています。

ココナツの実がぶら下がっているあたりの枝に管を差し込み管の反対側は2リットル入りコカコーラの空ボトルに入れボトルは幹に縛っておきます。

数日たつとココナツの樹液がボトルに貯まります。ボトルを幹からおろし別の容器に入れておくと自然に発酵してきます。この発酵を進ませるとココナツヴィネガーになります。

ココナツヴィネガーになる前の状態のものはココナツワインと呼ばれ売店で売られています。

ワインの状態の時発酵を止めないものは、少し白っぽい色になっています。発酵が進んでいますから買うタイミングが重要です。夕食に飲む時は前日に電話で予約しておき買いに行きます。

ワイン用に発酵を止めたものは、コーラのような色をしています。アルコール度数はどちらも20度くらいです。

これらのココナツワインはガロン単位で売っています。(米ガロン約3.8リッター)

発酵を止めないものは1ガロン150円、止めたものは1ガロン160円くらいです。

アルコール度数20度のお酒が1ガロン160円です!!!

ホテルの近くに漁師が自分で獲った魚を干物にして売っている一角があります。イカの干物、スルメも日本と同じ形で売っています。

ビニール袋にスルメとココナツワインを入れて冷蔵庫に一晩おき、夕食時Angie madamに焼いてもらうよう頼みました。ちゃんと裂いてあってマヨネーズまでついていました。

大変おつなものでした。もちろん1ガロン160円のワインもすすみます。

本物のココナツワインは別にあります。ホテルから車で40分くらいの集落でつくっています。

ココナツの花からつくり、ほとんどがマニラ向けでここではカートン単位でしか売ってくれません。



ココナツワイン売り

椰子は捨てる場所がありません。ココナツの中のジュースを飲んだらココナツを半分に割り、まわりの果肉をスプーンで食べます。昼食程度でしたらこれで充分です。

果肉はそのまま食べるほかに色々な食品やお菓子類に加工されます

ココナツの殻は干してから搾りココナツオイルに、そのしぼりかすは燃料になります。

幹は製材して建築資材、家具材につかいます。

アメリカ人が経営するビーチリゾートに椰子材のテーブルがありますが、厚み10センチ位でどっしりとしたものです。

葉は簡単な家屋の屋根ふき材に用います。本当の屋根ふき材はコゴンという草を用い、コゴン草は畑で栽培されています。ジェネラルサントスから帰国の途次、フィリピン最北端の島バタネス諸島(台湾まで190キロ、沖の鳥島とほぼ同緯度)にLS候補地サーベイのため行ってみましたが、ここは台風が来るため石造りの家、ストーンハウスがあり、屋根ふき材はコゴン草でした。島の人に聞いたところ、コゴン草は畑で栽培しているそうです。その人からどこから来たのかと聞かれたので、ジェンサンと答えるとパッキョオがいるお金持ちの町と言っていました。

夜ダバオから車でジェネラルサントスへ向かっているとき、Angie madamが運転手に前方の電球があるところで車を止めるよう言いました。ビンタというおいしいお菓子を売っていると。土地のお米で餅をつきココナツの果肉をまぜ、日本のせんべい大に平たくのし蒸したもので色はうすい紫色でした。蒸し器の中に入れ暖かい状態で売っています。ココナツの甘味が口の中に溶けておいしかったです。夜の国道を走行中、看板もない電球の家の前で車を止める、知る人ぞ知るです。

ココナツは椰子の幹が2メートルくらいになるととれるようになりますが、成長すると3階建て以上の高さになります。

昔は猿を調教して猿にとらせていたなんていう話もありましたが、今はココナツ取りの職人がいます。ジェネラルサントスから車で内陸に2時間程の、Angie madamのご主人の実家に往復4車線のナショナルハイウェイを走りAngie madamと行きました。米農家ですが水田のほかにマンゴウ、ドリアン、ココナツの畑があります。

ココナツをとるため近所のココナツ取りの職人を呼びとってもらいました。椰子の幹を道具

なしで登るために、幹に足を乗せる切込みをつけてあります。地上から熟れていそうなものを見つけて登りますが、登ってみるとまだ少し早いというものもあります。Angie madamが下から指さし、「ボトン、ボトン」と大声で言っていました。タガログ語で「落とす」という意味だそうです。戦前、フィリピンには日本人が多数いましたので、日本語俗語が伝わったのかも知れません。Angie madamに説明してあげました。瓶の底をボトムと言うが、日本語では別の意味もある。



ココナツ取りの職人

わたしは若い頃、ミンダナオ島西部のサンボアンガにモロ民族解放戦線の見物に行ったことがあります。年代物シボレーの自営タクシーのオッサンは車のことを「コロマ」と言っていました。

最後までおつきあいいただきありがとうございました。



マングローブ植林のボランティア

切り抜き絵・あたふたバリ島行動記

関東甲信越支部 No.593 小林 繁之

今回私がバリ島に戻ったのは11月5日である。家に着くなり両隣のロシア人とイスラエル人に挨拶を済ませると、夕食を挟んでブンバントゥ(お手伝いさん)夫婦と留守中の事務引継ぎを終え就寝したのは既に深夜であった。

三ヶ月ぶりの再会とあって、我家の警備を担当する犬二頭は大きさにハシャギ回り、ネズミ避けの任務につく猫二匹は喉を鳴らしてベタバタと纏わりつくので、私のベッドと一緒に寝る事にした。

翌朝8時、私が戻ったと言う連絡をブンバントゥから受けた我が村の村長が訪ねて来た。眠い目を擦りながら床から抜け出すと、犬達は気付き薄目を開けて尾を振っているが、この犬達に育てられた猫二匹は犬に抱かれたまま眠りかけている。

ブンバントゥの話では、私の留守中に村長は一週間に一度訪ねてくれ、シスカムリン(近隣安全システム)に則りプチャラン(自警団)に命じて、毎夜二回、我家を巡回してくれたと言う。バリ島ではガルンガン-クニンガンの直前、イスラム教の断食明け直前の頃は空巣や強盗等の犯罪が増える傾向にあるため、各村はシスカムリンで自衛しているのだ。

私はこの村に住み始めてから、毎年キチンと住民税を納め、村内の諸行事や宗教儀式には積極的に参加し、請われれば大きな行事の記録映像を撮影しDVDを制作して提供してきたが、私が村に協力すれば、村としても必要に応じて私を全面的に助けてくれる。これをインドネシアではゴットンロヨン(相互協力)と呼び、バリ島の日常生活に固く根付いているため、バリ島で快適な生活を望む場合、このゴットンロヨンを念頭に置き、村や住民達との親しい交流が不可欠の要素になる。

私が留守中の礼を言い土産を渡すと村長は「バパツ(私の事)、随分永くこれを食べていないだろう?」と言いながら、バビグリン(子豚

の丸焼き)弁当をくれた。この料理を作る時は殆ど場合、宗教行事がある時だ。果たして村長は「今日は村はずれの寺のオダラン(寺の創立記念日を祝う儀式)だが、今日ばかりはバパツは参加出来ないだろうから弁当だけでもと思い持って来た」と言う。

私が「線香代の足しに」と30万ルピア(約3000円)を包むと、村長も大変喜んでくれた。これも良い交流を保つための秘訣である。

そこへレンタカー屋がSUZUKIのKATANAと言う軽自動車を届けてくれた。私の車は8月の帰国時に全塗装と機械部分の総点検のため、6ジュタ(約5万円)の約束でベンケル(車修理工場)に預けたのだが、完了まであと一週間かかると言うので急遽借りたのだ。

彼は私と20年来の友人で、以前はあるホテルの運転手であったが、今はホテルで働く傍らレンタカーも併営している男だ。

ジャワ人でイスラム教徒ながら日本人の気持ちを良く弁えており大変親切に対応してくれるので何時も頼りにしているが、私の経済状況を知っている彼は、軽自動車は通常一日3000円程のレンタ料金を「いつも客を紹介してくれるし、車の修理で金もかかるだろうから」と、一日1000円に値引きしてくれた。

村長、友人、私の三人で談笑しているところへ、今度は警察官の来訪があった。彼は私が住む村を管轄する警察署に勤務するが、地域を越えて私服での捜査を認められているインテリジェンと呼ばれる刑事である。勿論仕事柄、村長との交流も深いが私とは文化交流活動を通じての付き合いだから、村長よりもっと古い友人であり、彼もまた私の留守中に時には制服、時には私服で三日に一度は我家を訪れ、家とブンバントゥの安全を守ってくれたのだ。この様に我家は警察官立寄り所のように安全の上ない環境になっている。

私の交流の幅を知っているためか、バリでは

汚職の代名詞の様に言われる警察官の中で、彼は珍しくそう言う事を全く要求しない男であるが、一つだけ大分以前から彼と彼の上司に頼まれていた事がある。

彼等が言うには、近年のバリ島は観光客の増加に連れ、麻薬、売買春の犯罪が増加の傾向にあり、日本人について言えば、それに加えてポルノ映像製作とその持込が止まらない。捜査で現場に踏込んででも責任者が「ポルノではない」と言い逃れている間に作業を終えて他に移動し、そこでも同じ事を繰返すため手を焼いているので、日本のポルノの基準となる映像を持って来て欲しいと言うのだ。私は彼等の依頼に「空港の税関で御用になるのは嫌だ」と断っていたが、8月帰国の折、上司が名刺の裏に「ポルノ映像持込依頼」と書きサインをし「問題があったらこれを使うと良い」と渡してくれたので、止むを得ずドラマ形式、ドキュメンタリー形式の二種類を持参し謹呈した。

インドネシアでは麻薬、売買春とポルノの取締りは非常に厳しい。麻薬は軽い物であっても売るための所持は死刑、自分使用の場合は年齢掛ける一年、現行犯が条件ながら売買春も年齢掛ける一年の刑が科せられると言われ、ポルノ所持もかなりの重罪と聞かすが、10日以上経過した現在も警察が捜査に来ていないので、彼等の依頼は本物であったのだと思っている。

彼らが帰って行くと私は大急ぎで支度し、軽自動車を駆してPWRI（インドネシア共和国公務員退職者会連合）の事務所に向かう。朝食を取る時間はない。約束の時刻に遅れる事は確実なので、走りながら携帯電話で一報を入れ、次の用件の場所にも電話して昼過ぎの予定をキャンセルする。

PWRIのメンバーは多彩である。全員「元」の字がつく政治家、役人、教員、銀行員、警察官、軍人等々、実に様々な公務員の退職者達であるが、年長者を敬うバリ人の習慣から退職しても強い発言権を持つ人ばかりであり、全員が文化交流の必要性を意識して日本の中高年団体との交流を強く希望している。

事務所に着くと幹部達は既に集ってお

り、私が遅れた理由と侘びを言うと彼らは「ティダッ・アパアパ。ジャムカレッツ・サジャ！」と笑いながら許してくれた。バリ人に限らずインドネシア人は時間に関しては極めて鷹揚である。ティダッ・アパアパは「何でもないよ」の意、ジャム・カレッツは「時間はゴムの様に延びる」の意味で「約束した時間はゴムの様に自在に延びて遅れるものだ」と言う時に使われる。

訪問の目的は帰島の挨拶であるが、同時に彼等から依頼されていた日本の仏教と神道に関する資料を届けるためでもある。仏教については以前から少しずつ説明していたものの、神道についても簡単な訳文が欲しいと言われて引き受けていたのだが、いざ取掛かろうとすると、日本の子供用の資料でさえ「古事記」「日本書紀」から始めなければならず、それには約束の期限より時を要する事を申し入れた。

彼等からは、サヌール地域内の一角に日本人墓地があり、インドネシア独立戦争当時の日本兵士も人知れず埋葬されているらしい事が最近分かったと言われ、一連の挨拶回りが終了後、一緒に調査に行く事を約して事務所を後にした。

予定を一つキャンセルしているので次の訪問先の時刻まで少しの余裕が出来た。既に夕刻、朝食を抜いた事を思い出し急に空腹を覚えて、道端のカキリマに立寄りBakso（バクソ）スープを食べた。卵を一つ入れて貰い一人前6000ルピア（約50円）である。

カキリマとは日本でも時折見かける夜鳴きソバ屋が引く屋台の事である。カキリマは五本足と言う意味で、リヤカーの両輪と手前についた回転自在の小輪で三本足、それに引き手の左右の両足を加えて五本足と呼ばれている。色々な食べ物のカキリマがあり、いずれも50円から100円程度と安く味も良いので、バリ島旅行の際には是非お試し戴きたい。

最後の訪問先は、私と最も親しい間柄にある大学教授夫妻の家である。

私は六十歳の定年を機に、バリの文化、歴史、インドネシア語を学ぶため、こちらの大学に留学したが、私を直接導いてくれたのが、インド

ネシア国立ウダヤナ大学の最高位教授のプロフェッサー・ドクトル、イ・ワヤン・バワ氏で、全国的にも名の通った人物であり、私の大恩人である。年齢が私より六歳上だったが直ぐに打ち解け合い、通常午前中だけの授業を午後も、時には夜までと、全身全霊を尽くして教えてくれた。

彼等夫婦は、バワ氏の娘とその夫で、父親と師弟の間柄を越えて兄弟の様に付合う私を、父亡き今も家族同様に認めてくれている。

娘は今でもウダヤナ大の教授で、その夫の彼は、私が8月に一時帰国する時は、州立の名門ワルマデワ大学文学部の副学部長であったが、帰島してみると同大学のトップ・ツーの副学長に昇進していた。

ここの訪問目的もまた帰島挨拶が第一であるが、もう一つ重要な事は、今年の7月から9月まで、群馬県安中市の妙義山麓美術館で「第十八回日本葉書絵芸術展」が開催された折、「日本とバリの文化交流のため、バリの小学生が描く葉書絵を展示したい」と言う美術館長からの依頼で、彼等夫婦の助力を得て200人の小学生から作品を集めたが、それらの作品の中で、ジュニア部門大賞と実行委員会特別賞の二つの大賞を獲得した生徒達がいて、それを報道する新聞数紙、その訳文、対象者への賞状、盾、応募者全員への参加賞を渡すためである。

彼等との談笑の中で、後日賞状授与式を開催し美術館長代行として私も参列する事を決め、教授宅を辞した時は既に日は落ちていた。

家に帰るとこの日最後の予定が待っている。私が留守中三ヶ月間の苦勞を労うためにブンバントゥ夫婦を食事に連れ出す約束をしているのだ。

店の名前はLa.Lucciola(ラ・ルシオラ)と言い、日本のガイドブックにも載っているイタリア料理の有名店である。予約は昨夜の内にしている。

場所は、クタと北隣の街クロボカンの境目を横断するJl.Petitenget(ジャラン・プティトゥングット=プティトゥングット通り)の西外れの海岸に建っている。値段はセットメニューで

一人前4000円と少々高いが、店の雰囲気、料理の味、量、店員の教育レベル、どれをとっても満点である。私は食通ではないのでA.B.C級グルメの区別は分からないが、間違いなくA級グルメに属する店であろう。

この店を選ぶ事は、自他共に貧乏を認める私としては桁外れの大盤振る舞いだが、実は8月に私の親戚家族が来た時に始めて利用した折、幾つかの偶然が重なって思いの外安く済んだ事で気を大きくしているのだ。

この店の店長はイダ・バグスと言ひバリ・ヒンズー教のカースト制でブラフマ(僧侶階級)、クサトリア(王族・士族階級)ワイサック(商・工人階級)、スードラ(農民階級)四階級の中で最高位のブラフマ層に属する人物だが、話していると彼の父親が、私と文化交流活動を共にする人物である事が分かった。更に、一人の店員が私の顔を見るなり「アッ！」と叫んだので良く見ると、留学当時に学んだ大学で、インドネシア語の練習を兼ねて日本語の授業を一コマ担当した時の教え子で、実に8年ぶりの再会であった。

この様に偶然が重なり、気を良くした店長が大幅に値引きしてくれ、親戚家族の前で大いに面目を躍如する事が出来たのだ。

私の下心を見抜いたのか、果たしてこの日も店長はブンバントゥ夫婦の子供にまで、特製ケーキをプレゼントしてくれ、夫婦も子供も大変喜び、私としても多忙な一日を締めくくるには十分に満足出来る一夜となった。

この様に私のバリ島での生活は、隅々に至るまでの全てが、バリ人始め多くのインドネシア人の協力があってこそ成り立っている。私の周囲を取り巻く人々には、只々感謝の念で一杯であるが、これは決して私一人だけに起きる事ではない。

誰でも他国に住むに当たり、その土地の人々と胸襟を開き、己を飾らず、慢心を捨てて相手を敬う気持ちさえ持っていれば誰にでも与えられる喜びであると私は思っている。

ダバオで母親と快適ライフ

ダバオ支部 No.1261 藤本 晴久

「ダバオ支部藤本晴久様から、JPVA(日本フィリピンボランティア協会)の会報に藤本様の知人の介護体験が載っており、有意義な情報ですとのお話がありましたので、JPVA、寄稿者の方の了解のもと掲載いたします。編集担当小野」

私たち家族がダバオに移住して早1年が過ぎました。

家族は私、妻、私の母親(86歳)の3人です。定年退職が会社の都合で2年遅れての移住でした。定年後は人生に何か変化が欲しいと思いながら、いろいろ考えた末に海外移住生活を思いつき、自分たちに会った場所(近い将来母親の介護状態を想定して)妻とあちこち海外旅行(移住のための下見調査)をして最終的にフィリピンダバオに決めました。

ダバオに決定した理由は何と言ってもJPVAという協会組織の存在があったからです。

JPVAの活動内容を調べていくうちに介護事業も実施していることを知り、一度現地に行ってみようと妻とダバオに下見に来ました。その時、日本にケアギバーとして日本の介護施設に何回も行って経験を積んだ日本語が堪能なスタッフが数多くいることを知り(実際スタッフに会い、日本で介護経験を話してもらいました)、ここしかないと言おうと妻も同意見でした。

日本に帰り、母親に説明したら本人もぜひ行きたいとのことで、3ヶ月後にダバオに来ました。最初の二十日間はJPVAのドミトリーに宿泊し、翌日から住まい探しです。なんとと言っても母親のことが優先順位第一ですので、静かで安全に散歩のできる環境の場所をあちこち探しまわり、JPVAスタッフのおかげで素晴らしいビレッジに住まいが見つかりました。

週3回ケアギバーが母親のヘルプに来てくれ、ビレッジ内の散歩、ぶらぶら街歩きほか毎日楽しく過ごしていましたが、去年の8月に母が自室で転び、股関節骨折の大怪我を負い、ダバオで有名な病院に救急車で運ばれ、手術入院です。年寄りの

よくある怪我で折れた骨は人工関節が入り、1週間後には歩行訓練が始まり、その翌日退院となりましたが、入院中はJPVAのスタッフが入れ替わり、立ち替わり大勢手伝いに来てくれて本当に助かりました。

その時にケアギバーの一人がベッドに横たわり足をギブスで巻かれている母親を見て涙を流しているのを見て私も妻も感動しました。その光景が今でも目に焼き付いています。本当に自分の母親と思っているようでした。

退院後もJPVAのリハビリスタッフが当家に訪問訓練してくれて、すごい回復力で手術をしてくれたドクターもびっくり、スーパーローラ(すごいおばあちゃんの意味)と目を丸くしていました。とにかく車椅子とか、寝たきりにならなくてよかったです。

最近、老後の移住先を探しにダバオに下見に来る日本人が増えていて、皆さん親の介護に関心があるようで、当家に訪問してくれていろいろ質問されますが、ダバオでも全く問題ないとお答えします。それはJPVAの存在があるからですが、我が家もこちらに来てJPVAのお世話になり有難さがわかっているの、色々とフィリピン人の特に老人に対しての優しさなどを説明しています。

お返しと言っただけですが、JPVA事業のひとつでもあるミンダナオ国際大学の里子学生を一人支援しています。

その学生も週に1、2回授業後に母親のヘルプに来てくれます。ヘルプも勉強も一生懸命頑張っています。母親がドミトリーに遊びに行くと学生寮の子どもたちが、マミー、マミー、元気ですか!と笑顔一杯で駆け寄ってきます。母も上機嫌になります。日本ではなかなか味わえない雰囲気です。ダバオに来て本当によかったと思う瞬間です。

これもダバオ来訪のたびにお母さん元気?といつも気に掛けてくれる網代会長はじめ、JPVA全スタッフのおかげです。

この調子だと、2年目も快適ダバオライフが楽しめそうです。

支 部 便 り

ペナン支部便り

支部長 No.37 野一色 信正

ペナン支部では、7月にBBQパーティーを開きました。

今までは、サロン会といえば、レストランに集まって食事やおしゃべりをして、というスタイルでしたが、今回は趣を変えて、屋外でのパーティーという形式で、おしゃれなコンドのプールサイドにある、バーベキューピットを借用して開きました。

ペナンには大勢の日本人が暮らしています。南の会の会員もいれば、そうでない人たち、企業の駐在員や、その家族の方などがいて、その中では、南の会会員は少数派です。

こちらにやって来た会員も、その生活の中で、会員以外の人達との繋がりも出来て、そのネットワークも広がってきています。

そこで、今回は南の会主催のBBQパーティーでは有りますが、出席者は会員に限定せず、会員の知人まで含めるといった形で開催しました。結果、幼児から小学、中学、高校、大学生、会員、非会員、ローカルの人などいろんな年齢層、分野の方が集まり、会員の数より会員以外の方のほうが大勢参加するといった盛況でした。普段余り顔を合わせない人たちとのコミュニケーションもあり、夜遅くまで大いに盛り上がりました。またこう言った企画を通じて外部に対して、南の会のPRにも成ったのではないかなと自負しています。

材料の買出しや、会場の準備等、当日は役員以外の奥さんも動員しての調理、関係者はそれなりに大変でした。無事パーティーが終了して、関係者一度ホッとしたのもつかの間、「次回はいつ開くのか」といった声が聞こえてきます。

近々、第2回目のパーティーも開催しなければと役員一同覚悟を新たにしました次第です。

12月になると、暖かいペナンで過ごすために短期で当地を訪問される人々が増えます。

毎年お馴染みの顔ぶれや、新しい人達など、この時期ペナンは少し賑やかになります。

格別、海が綺麗という訳ではなく、ハワイやゴールドコーストのようなメジャーなリゾート地でもないペナンですが、静かに滞在するには、何かほっとするような気持ちにさせてくれるここペナンに、人々は惹かれるように集まって来ます。

厳しい日本の冬をここでやり過ごし、春には桜を求めて日本を目指す渡り鳥のような生活。

いわば、大人の隠れ家とでも言いましょうか・・・・・・・・

そんなペナンを是非一度訪れてみませんか



最近のセブ

支部長代行 No.636 鶴岡 照郎

私がセブに来てから、早9年目に入りました、早いものです。セブの最近のことといえば、凄い建築ラッシュ、交通ラッシュを感じることで、今でも私の部屋から大型クレーンが10基以上見ることができます。高い建物は40階以上ありホテルやコンドミニウムを併設しています。また道路はいつも渋滞していて、夕方など食事に行く時もメーターがどんどん上がるので、トータルではビール代2本ぐらい支払いが違ふときがあります。

8年前はセブにはバイクがほとんど無く、台湾やベトナムと比べて静かだよいと感じていたのですが、今はオートバイも増え道路の横断には我々年寄りには注意が必要となりました。東南アジアの経済発展は日本と比べると勢いがあるのが分かる気がします。あまり発展すると、年金生活者のためには負担が多くなり、他の国、ミャンマー、ラオス、ニューギニア等も南国生活できるか調べる必要に迫られそうです。

まだまだ住みよいこのフィリピン、セブのタクシーの基本初乗り料金が30>40ペソに値上がりしたときの取り決めで、ドライバーはユニホームを着る、釣り銭を準備しておくの項目がありました。ユニホームは着ていますが、釣り銭の準備をしていないドライバーが多く客とのいざこざが絶えません。気分良く乗るためには乗る方も小銭を前もって準備しておく必要があります。

セブにはリピーターの会員が多く見え、年に4-5回見える会員はリタイヤメントビザを申請しフィリピン入出国を楽しんでいる人が多くなりましたが、ビザを申請するためには45日ぐらいかかり、その間日本へ帰れないという不便さを味あわないと、ビザを取得することができません。

一度リタイヤメントビザを取得すると1年または3年ごとの更新です。私の場合は更新料のみの支払いで別に健康状態等の質問は何もありませんでした。また、エアチケットの代金が

日本で買うのよりフィリピンで買う方が2-3万円安く(エコノミー)ビザがあるとフィリピンで買ったチケットでまたフィリピンに戻れる利点があります。現在南の会会員でビザを取得している人は10人を超えています、あくまでも来セブの会員だけです。

セブでの食事ですが、自炊組と外食組とに分かれていろいろな食材を買ってきて自分好みの料理し自炊している人、毎晩外食で、フィリピン、中華、和食、ラーメン、タイ、モンゴル、イタリア、ステーキ、韓国、焼き肉、バーベキュー、しゃぶしゃぶと料理を日替わりで楽しんでいる人、とに分かれます。金額の高いのはおいしい和食ですが、他も美味しく、ほんとにリーズナブルです。

セブのインターネット環境は無線化も進み、SM、アヤラ、ロビンソンモールにインターネットカフェが1-2軒の店舗と少なくなっています。無線でプリペイドのUSBインターネット接続アダプターが安く(買い取り2000円前後)出回っているためだと思われます。これを購入するとノートパソコンに差し込むだけでインターネット接続ができ、200ペソで5日間使い放題という契約も出来ます。SM、アヤラ、ロビンソンまたコーヒー喫茶にもフリーwifiが提供されていて、いつでも何処でもインターネット接続の環境が出来ております。我々スタバ族もフリーwifiでスマートフォン、ノートパソコン、タブレットを持参して情報のやり取りを若者たちに負けずにやっています。スタバにいてスカイプやフリー電話も楽し楽しむことが出来ます。最近USB TV アダプターが韓国製ですが19800円で販売していて、それをアヤラスタバのテラスで試したところ、関東のNHK、民放TVを見ることが出来購入者が増えそうです。但しインターネットのスピードの遅いところでは、音だけしか聞こえず、画面はだめなようです。

セブの在住者は私を含めて、建前でなく、本音を前面に出して生活しています。たまに日本へ帰ったときなど、たとえ兄でも建前で話をしないとならないので、煩わしく、セブの良さが

つくづく感じます。フィリピン人は建前では生活していないからますます我々も本音生活となってしまいます。人生の最後を本音で生活することは自分に満足感を与えてもらっている感じかします。

マニラ支部便り

支部長代行 No.1269 岩崎 宏

フィリピンに在住する日本人の数が約20,000人に迫っているのが現状です。あくまでも日本大使館に登録されている在留届をベースに数えられた人数ですが、実際には在留届をしていない方も同数位はおられると推定されます。最近、永住はされないにしても、中長期滞在を目的に来比される方の数が増えている様です。フィリピン退職者庁の退職者ビサを申請し語学研修する方も増えてきました。英語を話す人の数が世界で3晩目に多い国がフィリピンなんです。日本人の英語勉強熱も高まってきています。

最近人気の滞在先はダバオというミンダナオの中心都市です。時の流れが40年前の日本の田舎という感じ、そして治安の良さ、物価の安さ、が私のお気に入りの理由でもあり、ダバオの売りかと思えます。さて、ダバオに関してはダバオ支部に任せるとして、マニラ支部も今後増えるであろうと思われる会員の受け入れを念頭に入れて、すでに長期滞在していらっしゃる方達との交流を深める様にしています。訪比される会員の方にご紹介出来る様なネットワーク作り活動が中心になっています。

いざ、マニラ近郊に滞在したいという方に対して、宿泊施設、生活情報の提供等対応出来る様にとっております。マニラ近郊にはゴルフ場もたくさんあり、平日であれば安くプレイする事も可能です。毎月、積み立てをして旅行に行ったり、集まって麻雀卓を囲んだり、囲碁、将棋を楽しんだり、皆さん仲良く楽しんでおられる様です。

困った時の協力体制なども、会を発足させて、遺族年金／病気対応／葬儀の問題まで今から、

準備して対策を練っている段階まで、来ています。入会者も増えていると聞いています。

観光ビサでの入国が難しくなった、観光ビサの延長が難しくなった等、ニュースが流れている様ですが現実には、21日以内の出国用航空券を所持していないと入国出来ないとか云われていますが、確かにそういう規則があるには有るのですが、守られていません。年寄りを敬い、大事にしてくれるというフィリピン人気質が昔も今も有り、怒ったり、喧嘩腰で悪い印象を与えない限り、まず問題有りません。

観光ビサの延長も、何ら問題有りません。ご心配なら、マニラ支部の私にご一報下さい。100% (犯罪者は除きますが) 延長のお手伝いを致します。フィリピン国内ならどこからでも結構です。

在比34年、事件に巻き込まれないコツも伝授して差し上げましょう。バギオ、ダバオ、セブ、どこかへ行かれる途中にでも、是非、マニラにお寄り下さい。Dusit Thani Manilaホテル3階でお待ち申し上げております。熱いお茶でもお入れ致します。

バギオ・パンガシナン支部便り

支部長 No.227 斎木 一

会員の皆様、新年明けましておめでとうございます。本年が日本にとって新しい門出の年となりますように祈念しています。

昨年のバギオ・パンガシナンは珍しく台風被害も洪水もなく、平穏な1年でした。

バギオは近年人口増加が激しく、静かな高原の町のイメージが消えつつあるのが残念ですが、在住外国人も日本人も確実に増加しています。

パンガシナンも会員の滞在はありませんが、シニア技能ボランティアの日本人講師の方を中心に昨年度は多くの知人が出来ました。

本年も地元でのボランティアを続けながら、会員の来訪を楽しみにしています。

ダバオ支部便り

支部長代行 No.1261 藤本 晴久

新年明けましておめでとうございます。本年も何卒宜しくお願い申し上げます。

昨年度ダバオ支部再開から1年たちました。佐々木副支部長が多くの南国メールへ投稿をしていただいておりますので皆様方の認知も頂いているんじゃないかと思っております。

これらのご努力で昨年も会員の方のダバオ訪問いただきました。その中で特筆すべきは介護の場を求めてご訪問頂いた方が数名おられたことです。ダバオには会員以外の方で3名既に介護を受けておられる方がおられますが人件費の安いダバオで“身内に気兼ねなく介護を受ける準備をしながら楽しく南国で暮らす”と私自身そうできたらと考えています。そのためにも介護を受ける立場と行う立場ともにダバオが良好な場でなければならないと考え情報収集や問題点の発見を行っていききたいと思っております。昨年末キリスト教の総合病院サンペドロホスピタルとダバオで最も最新医療施設といわれているダバオドクターズホスピタルの2つの私立総合病院と公立のサウザン フィリピン メディカルセンターのトップの方とお会いする機会を得ました。ともに治療費の回収に苦慮させている様で 本来低所得者を対象にした公立病院でもプライベートルームの大幅拡大等 金払いのいい(?)患者にも目を向けているのが印象的でした。私立病院においてはHMO (health maintenance organization) フィリピン民間医療保険)の加盟を勧められました。が年齢制限が59歳までのため日本人は年配者が多く滞るダバオでは一般的でなくその次に勧められたのは病院と個別契約(日本人のコミュニティとの)です。そのなかで治療費の支払い保証を行うことで思いぞんぶん治療ができるというわけです。診察まで長い時間待つこともなく優先的に治療を行うそうです。“病気になったらすぐ日本に帰る”とか“そのぐらいのお金は用意している”など人それぞれだと思っておりますが病気の時の対応

(保険も含め)を時々見直すことも必要と思いました。本来病気や怪我をしないのが一番ですが素早い適切な治療で早期回復し楽しいロングステイを続けられるのがベストではないでしょうか。南国独特の楽観的で明るくフレンドリーなフィリピンの方とかたことの英語を使い会話をしにきませんか? 人生観が少し変わるかもわかりません。本年も会員の皆様のご健勝と楽しいロングステイを満喫されることをおいのり申し上げます。



ダバオドクターズホスピタル
プライベートルーム



南フィリピンメディカルセンター
透析室1回P900 安い?



南フィリピンメディカルセンターMRI

東海支部便り

支部長 No.840 岩田 彬

最近の東海支部の活動状況は、次の通りです。

1. 定例会

毎月、第2日曜日、13時から17時00分まで、『ウイールあいち』(名古屋市東区上堅町1・地下鉄名城線『市役所』駅、2番出口より東へ徒歩約7分)において、定例的に開催しています。

東海支部の11月の定例会を11月11日(日)開催し、出席者数は、例月より少なく13名でした。出席者数は月により異なりますが、20名前後です。

2. 懇親サロン会

定例会の終了後、場所を会議室から近くのレストラン(日本料理店または中国料理店等)に移して、懇親会を実施しています。

3. 平日サロン会

(名古屋弁で『いこ(行く)みゃーサロン会』と称しています)

毎月、第3月曜日、11時30分～14時頃まで、名古屋国際センタービル25階の東天紅(中華レストラン)(名古屋駅から徒歩約10分)において、ランチバイキングを楽しみながら、肩の凝らない雑談に花を咲かせています。

出席者は、月により異なりますが、いつも10名前後です。

4. ゴルフ同好会

春秋の絶好のシーズンには、ゴルフの好きな会員が、格安?ゴルフ場に集い日頃の腕前を競いあっています。



5. タイランド・ロングステイフェアに協賛

タイ政府観光庁主催で、さる11月18日(日)名古屋駅近くのホテルにおいて、参加者400名を集めて、ロングステイフェアが開催され、当会東海支部も会員10名の協力を得て、参加者の質問等に対応した。

近時、ロングステイにおける関心の高さが窺がえ、新入会員の増加を図るのに絶好の機会であったと考えている。



以上、東海支部では、毎月定例的に開催していますので、他支部の方も、来名の折に、お時間がありましたら、是非お立ち寄り頂ければ幸いです。

これから入会を考えておられる方の参加も歓迎です。

北海道支部便り

支部長 No.609 三島 克幸

会員の皆様、明けましておめでとうございます。

昨年の北海道は夏日も遅くまで続き、初雪は11月末と遅く異常気象を感じさせられる年でした。北海道支部の一年の活動は、6月の支部総会、10月の支部例会、7、11月はパソコン教室、6月ゴルフコンペを通し、情報交換、交流を深めました。6月、10月の情報交換会は関東甲信越支部の鈴木様に台湾情報を、世界一周クリーズ、海外にて日本のテレビを見る情報、タヒチダイビングツアー等、多くの情報交換をすることができました。また、6月のゴルフコンペには、関東甲信越支部の方々の参加を戴き、楽しく交流を深めることができました。

北海道には、全国から年間1,517人(2010年度)の方々が移住体験で来道されています。平均滞

在日数は27日、平均費用40万円で1/3以上がリピーターの方々の様で、目的は避暑生活との事です。HP内「北海道情報」を見て頂くと移住及び体験に関する情報が記載されていますのでご参考にして下さい。

本年も会員の皆様が良い年でありますよう祈念します。

関西支部便り

支部長 No.816 有元 義晶

ゆりの会報告

2012年11月9日

9日無事ゆりの会アサヒビール工場見学行ってきました。38階からいい景色を眺めながら中華バイキング食べ、品数も多くまた1680円のところシニア割引で1180円のランチはとても好評でした。2時間楽しみました。後アサヒにてビールで乾杯。20分で一人3杯はちと辛かったです。



参加者氏名

有元、谷澤、多田、平山、奥谷、坂本、川南、片山、呑野、徳永、丸山(計11名) 以上

報告者 関西支部 丸山百合子

ゴルフ同好会の報告

2012年11月7日

2102年11月7日(水)に関西支部ゴルフ同好会によるコンペが神戸市北区の神有CCで開催されました。参加者はゲスト2名を含め7名と少なかったが、好天気恵まれ絶好のゴルフ日和の中楽しくラウンドできました。

次回は12月17日(月)に福井県で行われます忘年会を兼ねて会員の宮坂様のお世話で能登CCにて開催される予定です。



報告者 関西支部 総務担当 大川泰永

2012年10月例会、懇親会の開催報告

関西支部

絶好の秋日和の中、10月20日に例会を開催しましたので報告します。

1. 会場 大阪市学習センター6F 研修室
13:30~17:00
2. 内容
①有元支部長挨拶とH24年度第2回理事会の報告

②957番 谷澤誠一さんによる「雲南省を旅して」の講演

3/26～4/8に会員6人で旅行、昆明～白林～麗江古城～虎跳峡～石宝山～大理～昆明と移動、ベトナム・ラオス・ミャンマーと国境接し、タイ族等少数民族が暮らしている。

スライドを使用し、ダイナミックな風景、色鮮やかな民族衣装などが紹介されました。

③元会員の大橋績さん夫妻の「ペナンロングステイ体験談」を質疑応答形式で行いました。

－休憩と雑談後－

④1338番 坂本清子さんにより「北海道ステイ報告」5/26～6/30 往路一名古屋～仙台～苫小牧 帰路一小樽～舞鶴と車で移動、ゴルフと観光と美味しい食べ物を堪能された様子でした。

参加者 47名 {ゲスト3名}

3. 懇親会 近くの居酒屋「呑」で情報交換等賑やかに過ごしました。

参加者 43名

以上

報告者 有元義晶

懇親会の風景



例会で挨拶する有元支部長



雲南省を旅してを報告される谷澤さん



大橋さんのペナンロングステイ体験談



北海道ステイを報告される坂本さん

関西支部・チェンマイでの・夕食会

- ・日 時 2012-8-9 (金) 18時~20時
- ・場 所 グランド ビュー ホテル レストラン
「しゃぶ しゃぶ」
- ・参加者 17名一訪チェ中の関西会員の殆んどが、出席



全員の集合写真

橋本 忠司	奈良 和夫	坂本 茂樹	浮田 順一
山本 勝也	平山 謙祐	平山 三雄	
今泉 輝幸	本田 正伸	井藤 正治	鈴木 通弘
宮坂 久信			
浮田 祥子	山本 啓子	井藤 友子	坂本 清子
鈴木 奥様			

(敬称略)

- ・鈴木さまのスピーチ チェンマイの警察は組織的・人的にも、素晴らしい 従って、治安が良好、維持される事の事例説明あり。
- ・警察の対応—— ある事件が発生、普通の刑事・私服警官・鑑識医のチームを15名で、編成、手配写真に基づき、当日に、逃走中の犯人を逮捕。尚、裁判もスピーディにされた。
- ・ポンちゃん(鈴木さまの奥様)の 乾杯の音頭で、食事、開始。
- ・17名 全員のコメントつきの自己紹介を行っ

た。

- ・しゃぶ しゃぶ を 食べながら、やはり、ゴルフ談義・・・
「富崎さん」のランナーゴルフ場での ホールインワン 当日、レストランを借り切って、40名ほどのお祝いの会。おめでとう！！
「今泉さん」8/9当日、別の会、チェンマイゴルフ狂クラブで優勝し、1,400Bゲット、皆で、飲み会の予定。
「ニュージーランドのゴルフ」今日は小遣い(お金)がないから、ゴルフをしよう。——
なんと贅沢なあー！
- ・社交ダンス——ケッサニー教室へ、今、2名レッスン受講。新たに2名の女性がレッスン希望あり。
- ・宮坂さまから、金沢での「地方例会」の案内あり。
12/17・18 1泊2日。場所、民宿「やまじゅう」で、カニ・魚などのおいしい夕食会にしよう！
多数、参加して下さいね。



ポンちゃんのかんぱーい女性軍



男性軍も、かんぱーい



坂本さん、本田さん、かんぱーい



平山さん考え事？
今泉さんかんぱーい

○色々な話しに花が咲き、あーっと、云う間の2時間でした○

- メは、「坂本 清子 さま」の一本メで、終了しました。
担当 井藤 正治

関東甲信越支部便り

支部長 No.750 小松 勝正

- 南の会の会員の皆様、関東甲信越支部から支部便りとして下記の二つの催事を報告いたします。

- ①「ロングステイフェア2012」に参加して
- ②12月度、支部サロン会の実施

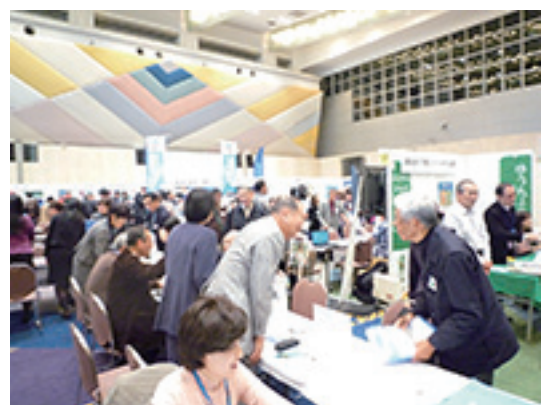
「ロングステイフェア2012」

日時 11月17日(土)、10時～17時

場所 東京ビックサイト、レセプションホール

「地球に暮らす、異文化の扉を開きませんか」をスローガンにして開催されました。主催はロングステイ財団、後援は経済通産省、国土交通省と大がかりな催事でした。

「南国暮らしの会」も写真の様に独自のブースで参加しました、大野理事長、木村副理事長をはじめ支部役員がフェア参加者に対して会報等冊子にて会の説明を熱心にしました、用意した会報50冊は瞬く間に無くなり、希望される参加者に対しては後日郵送する事で喜ばれました、会場は終日混雑の状態、天気は風と雨で悪い状況でしたがロングステイに対する関心の深さを改めて感じました、各国の官公庁、各ロングステイ関連の会、新聞社、旅行会社等々思い思いの方法での訴求で、楽しいフェアとなっていました。



「12月、支部サロン会から」

●2012年度最後のサロン会を下記の内容で実施致しました、瞬く間に過ぎた1年でした。ある有名人の話の中で「日1日1日が光陰矢のごとく早く感じる時は平和なんですよ」言われ考えさせられました、関東甲信越支部も会員の皆様に少しでも情報提供する事を目標にサロン会を開催してまいりました、ご満足は頂いてはいないとは思いますが今後も頑張りたいと思って居ります。

●南国メールには連日のように、タイ、チェンマイを訪問するメールが入っています、1月、2月は特に多くの会員様訪チェします、当支部の会員様も同様です、そこで当支部の会員でありチェマイ支部役員もされている、中西岩夫氏が一時帰国されていましてのご無理を承知で講演をお願い致しました、訪チェされる会員様には喜ばれ他の会員様には情報提供が出来ました。

●12月、支部サロン会

日時、12月9日(日) 午後1時30分から

場所、品川区南部労政会館2F

講演、会員番号1041、中西岩夫氏

1. 刻々と変化する、タイチェンマイ
2. チェンマイを訪問する会員様へのお願いとアドバイス
3. チェンマイにステイして

在チェンマイの会員様の日頃感じている事、初めてのチェンマイ訪問会員様へのアドバイス等参考になる、心得ておきたい事等、情報提供を期待する会員にとって勉強になりました。

九州支部便り

支部長 No.581 朝永 清寿

○支部連絡総会及び情報交換会並びにパソコン勉強会

梅雨末期の豪雨が九州北部を襲撃し、まだ断続的な降雨が続く中、年一回の支部連絡総会等を開催しました。

●日時 平成24年7月16日(日)

10:00-16:30

●場所 福岡市NPOボランティアセンター

●参加者 正会員39名(内委任状24名)

家族会員4名 ゲスト3名

① パソコン勉強会

スカイプに関して、新規登録、チャットの活用、添付ファイルの送受信、グループ会議等について勉強しました。

② 定例総会

支部長挨拶、支部長会・本部総会報告の後、1216 相川直樹さん議長により行いました。平成23年度事業・決算報告並びに監査報告、平成24年度事業計画及び予算案、役員の新任についての説明に対し満場一致で承認されました。

③ 情報交換会

情報を提供されたのは次のとおり。

・1476 野田さん・・・初めてのチェンマイ

・1496 中島さん・・・チェンマイ満喫

・1124 田上さん・・・セブで永住権獲得

・758 白井さん・・・過酷なシルクロードの旅
情報交換会の後はいつものゼウスダイニングでさらに懇親を深めました。



○霧島サロン会

●日時 平成24年7月19日～20日

●参加者 15名

鹿児島県の霧島温泉でサロン会を開催しました。梅雨も開け、台風もそれてゴルフをたっぷり楽しめるはずでしたが、残念ながら雨が降り出し雷も鳴り出してゴルフは断念。

昼食の後、少し雨が上がってきたので全員でグランドゴルフ。

夜は1282岡田さんのお世話で、硫黄の香りが

立ち込めるコカ・コーラの霧島保養所に宿泊、プロジェクターを持ち込んで和気あいのサロン会となりました。



○栗拾い&ゴルフ&(温泉付き)バーベキュー

- 日時 平成24年10月3日～4日
- 場所 栗拾い・・・1371 守田会員の栗山ゴルフ・・・くまもと城南カントリークラブ
- 宿泊 佐俣の湯・・・バーベキューと温泉、そして新蕎麦試食
- 参加者 栗拾い・・・6人、ゴルフ・・・9人
宿泊・・・16人

爽やかな秋日和に恵まれた中、今年も里の秋を満喫する「栗拾い&ゴルフ&温泉&バーベキュー、そして新蕎麦試食」の豪華イベントを開催しました。



○蕎麦打ち体験・試食会

- 日時 平成24年9月24日(月)
10:00～15:00
- 場所 福岡市立婦人会館「あいれふ」
- 参加者 15名
3グループに別れ、北海道沼田産の新蕎麦粉を使用し652 深松名人の指導により二八蕎麦を打ちました。
試食会では「サラダ蕎麦」「変わり蕎麦(しそを練りこんだ)」「もりそば」「おろしそば」を楽しみながら「南の会」やチェンマイの話に花が咲きました。

会員からの投稿写真

No.1269岩崎宏様の提供です。



部 会 伝 言 板

総 務 部 会

担当理事No1361 木村 秀男

平成24年第2回理事会、平成24年10月14日(日)実施

理事17名 出席15名、委任状1名 監事3名共欠席

南国暮らしの会 事務所移転決定

東京都台東区下谷3丁目20番地20号

リベルテ下谷501

収支計画進捗状況説明 経常収入約100%、支出は支出範囲内で推移

会員必携、役員必携の見直し主旨説明

第3回理事会(12/16日)迄に各部会で見直し項目を検討

平成25年1月末までに決定を目指す。

法務局登記申請、都庁申請 平成23年6月12日 登記、申請完了

新入会員今期計画55名で現在47名、昨年より24名増加報告。

友好団体「ロングスティ財団主催フェア」に(11/17日)参加へ決定。

次回理事会予定 12/16(日)、3/17(日)、4/14(日)、5/19(日)

2012年 夏・秋季号 会報掲載の訂正。

ML部会役員担当

部会長 No 1178 長谷川愈晃

副部会長 No 1161 永島和雄

部会員 No 840 岩田 彬

ML委員会構成

委員長 No1178 長谷川愈晃

副委員長 No1161 永島和雄

委員 No 60 渡辺義郎

委員 No 80 阿部 功

委員 No 840 岩田 彬

経 理 部 会

担当理事No755 岩井 文哉

会員の皆様には、平素から経理部会の業務にご理解とご協力を頂き有難うございます。今回の会報には平成25年度会費(5,000円)の振込用紙を同封させていただいておりますので、会報巻末にあります案内をご一読のうえ4月1日(月曜日)までに納付していただきますようお願いいたします。この会報が届きましてから納付期限までの約2ヶ月余りの間に、600名近い会員の方々から入金がありますので、経理部会(入金確認)と会員部会(資格更新)の業務が集中します。事務負担の軽減と間違い防止のため、振込用紙には会員番号を記入のうえ名前を「楷書」で明瞭に書いてください。同封の振込用紙以外を使って(手書きで)振込む場合には、口座番号や金額を書き間違ったり、同封用紙と手書き用紙との二重払いとなるおそれがありますので、必ず同封用紙を使用して振り込んでください。支払ったかどうか不安なときは、案内に載っています経理委員会宛にメールを出すなどして、事前に確認してください。なお、住所変更等の異動がありましたら用紙の余白に追記しておいてください。以上、よろしく申し上げます。

会 員 部 会

担当理事No1230 吉野 正博

あけましておめでとうございます。本年も会員の皆様のために鋭意努めてまいります。

1 平成25年度 継続会員手続きについて

平成25年度継続会員の登録手続きにつきましては、巻末の「平成25年度会費納入のご案内」を参照され継続年会費を納入なさってください。

経理部会から継続年会費の納入が会員部会に報告された時点で新年度に向け継続会員手続き

の準備を開始いたします。

例年、多くの皆さんが継続会員として、それぞれの「南の会」を楽しんでいらっしゃいます。稀にご高齢や病気等を理由に退会される方もいらっしゃいます。誰しも高齢や病気は避けることはできません。そのような時こそ会報やMLを通して多くの仲間とのつながりや絆を大切に、心に太陽を持ち続け希望を見出していきましょう。

2 住所、電話番号等の変更手続きについて

市町村合併や引っ越し等により住所や電話番号等の会員情報が変わった時は速やかにご連絡(kaiin.bukai@gmail.com)ください。

会 報 部 会

担当理事No1017 光城 保之

南の会の目的に照らして、会報内容が役に立つものであるように腐心しながら編集担当者は心を砕いて奮闘しております。

会報が楽しく有用なものであるためには会員の皆様のご支援が無くては適いません。

掲載して欲しい記事の提案・要望等について、時期を問わず募集しておりますので引き続き宜しくご支援のほどお願いいたします。

又、次の内容についても投稿をお願いします。

1. ステイや旅行等で経験した感動的な・素敵な出会いなどを投稿してください。(原稿は一行40字、一枚40行を目安に2枚程度。)

2. 各地のステイ先のあまり知られていないお店、レストラン、民芸店などをご紹介ください。(原稿は一行40字、一枚40行を目安に1枚程度。)

*上記の案内に適宜、写真も添えていただければ助かります。

友好団体紹介コーナー

★財団法人ロングステイ財団

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

★チェンマイロングステイライフの会
(C L Lクラブ)

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

★ワールドステイクラブ (W S C)

<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 (J A N L)

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

会員からの投稿写真

No.1269岩崎宏様の提供です。



写真ご提供有り難うございます。

表紙：No.1457 小野耕一様

裏表紙：No. 593 小林繁之様

文中：No.1521 花房徹様、No.1284 高木進様、

No.1346 池田諭様・峯子様、

No.1461 花田日出夫様、

No.1457 小野耕一様

No. 37 野一色信正様、

No.1269 岩崎宏様、No.1261 藤本晴久様、

No. 840 岩田彬様、No. 816 有元義晶様、

No. 750 小松勝正様、

No. 581 朝永清寿様

南国暮らしの会 支部一覧

2013年1月現在

支 部 名	会員番号	支部長名	e-mail アドレス
北海道支部	609	三島 克幸	misima@cameo.plala.or.jp
東北支部	498	氏家 孝	takashiujiie3322@yahoo.co.jp
関東甲信越支部	750	小松 勝正	k-komatu@joy.hi-ho.ne.jp
東海支部	840	岩田 彬	rockfield2008@yahoo.co.jp
関西支部	816	有元 義晶	yo-ari@dance.ocn.ne.jp
九州支部	581	朝永 清寿	ktomo581@yahoo.co.jp
マニラ支部	※1269	岩崎 宏	iwasaki@friendshipmanila.com
セブ支部	※ 636	鶴岡 照郎	telu@wave.plala.or.jp
バギオ・パンガシナン支部	227	齋木 一	saikihajime@hotmail.com
ダバオ支部	※1261	藤本 晴久	katorudawann@yahoo.co.jp
バンコク支部	—		
チェンマイ支部	※ 54	山口 洋二	obito2006kyotai@yahoo.co.jp
クアラルンプール支部	—		
ペナン支部	37	野一色信正	nava56nn31688@gmail.com
ハワイ支部	※ 712	高田 勝弘	toro21@richi-ho.ne.jp
ゴールドコースト支部	※ 586	磯崎 興志	iso4549@sirius.ocn.ne.jp

※は支部長代行

編 集 後 記

明けましておめでとうございます。

今回はLSに際しての様々な生活と言うテーマを組みました。

沢山の方々のご協力のもと原稿、写真の御協力を頂く事が出来ました。何分会報新人の2人が担当と言う事で会報印刷会社の富士印刷さんにはたくさんのご迷惑をお掛けしながらの校正を行い発行の運びとなりました。

理事長の大野さん関東支部長の小松さん会報部会長の光城さんのサポートにも感謝いたしております。

会報は皆さん方からの御協力なしでは成り立ちません。

皆様方の原稿は貴重な情報です。

これからも引き続き御協力をお願いいたします。

皆様方のお蔭で無事収める事が出来ましたこと心より感謝いたします。

ありがとうございました。

次回春号担当はNo.1017光城保之さんです。

No.1388 寺田 光江

No.1457 小野 耕一

平成25年度会費納入のご案内

平成25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25年4月1日(月)**

○本会の25年度は平成25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。24年度に新規加入の方も、加入時期にかかわらず25年度会費を全額納入してください。

○同封の郵便振替用紙を使っ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) 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、**通信欄にある会員番号**も忘れずに記入して下さい。

○海外居住者等で郵便振替の利用が困難な方は**ゆうちょ銀行**口座への振込をお願いします。

ゆうちょ銀行 金融機関コード：9900

店番：019 店名：〇一九店(ゼロイチキュウ店)

預金種目：当座 (「普通」ではありませんのでご注意願います。)

口座番号：0024682

受取人名(カナ氏名)：ミナミノカイ

(振込支店名の検索は、画面「あいうえお」一覧の「ゼ」または「セ」から〇一九店を選んでください。振込画面は銀行により異なることがあります。)

(お願い) 銀行振込に際しては、振込人氏名の先頭に**会員番号**を追加記入してください。

○会費納入と会員資格、総会表決権の取扱について

- ・上記の納入期限内に継続会費を納入された方は、25年度会員として総会表決権を有します。
- ・期日までに会費未納入の方へは、一度納入を督促致します。さらに5月15日までに納入されない場合は退会として扱い、会員名簿およびメーリング・リストから削除致しますのでご注意願います(細則9条(5)項)。また、会報も送付しません。
- ・9月30日までに会費を納入しますと会員資格が復活します(入会金は不要)。10月1日以降の納入は新規入会の扱いとなりますので、入会金と会費を納めていただきます。
- ・新規会員で会費を25年度として納入された方は、4月1日からの会員資格となりますので、25年度総会での表決権はありません。

○やむを得ず会費納入が遅れる方へ

海外滞在中などで期日までに振込が困難な方は、下記アドレスへ件名を「会費納入遅延」としてご連絡ください。 **keiri.iinkai@gmail.com**

納入遅延の連絡を条件に特例として会報春季号をお送りします。連絡が無い場合は会員名簿およびメーリングリストからの削除を行います。

ただし、総会議決権については規定通り失効といたします。

「南国暮らしの会」から「自己責任の徹底！」

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

(参照：「南国暮らしの会」細則第10条【自己責任の原則】)

【連絡先一覧】

- (1) MLメールアドレスの変更 mail.iinkai@gmail.com
- (2) 会員関係(住所変更など) kaiin.bukai@gmail.com
- (3) 経理関係(会費、名刺ロゴマークなど) keiri.iinkai@gmail.com
- (4) その他一般 home@minaminokai.com

(メールには用件の他に会員番号、氏名、ご自分のメールアドレスを明記して下さい。またMLメールアドレス変更の場合は、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追加して下さい)

ご注意： nangoku-owner@egroups.co.jp は会とは関係ありませんので、使用しないでください。

[編集委員]

No.1017	光城 保之	No. 750	小松 勝正
No. 816	有元 義晶	No.1108	山田美弥子
No.1230	吉野 正博	No.1388	寺田 光江
No.1457	小野 耕一		

記事の無断転載・複製を禁じます。

発行者 特定非営利活動法人(NPO法人)

「南国暮らしの会」

©minaminokai

理事長 大野 悦子

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

E-mail: info@minaminokai.com



投稿写真コーナー



オダラン (各寺の創立記念日を祝う儀式)



マンディ (沐浴)



儀式の飾り付け



僧侶の火葬



敬虔なヒンズー教徒の祈り



ポトン・ギギ (削歯儀礼)