

南国暮らしの会

2018年 新年号



No.498 氏家 孝氏提供 中国 深圳の民俗村



NPO法人 南国暮らしの会

平成30年1月10日

南国暮らしの会 (2018年 新年号) 目 次

(敬称略)

新年のご挨拶	No. 434	大野 悦子	1
--------	---------	-------	---

会員からの投稿

マレーシアにロングステイして10年、その理由は!	No. 1822	酒田 充	2
フィジー滞在記	No. 1356	小松 実	4
皆で新春台中ツアー	No. 1496	中島 明子	6
ボルネオ紀行	No. 1835	山際 泰造	9
特別寄稿: チェンマイの今昔 義肢財団の活動の説明と取り組み	No. 1041	中西 岩夫	11
Our long stay in Scotland and London ～憧れのセントアンドリュース・オールドコースでゴルフ	No. 1225	高橋 真治、順子	13
パリ4泊6日弾丸ツアー体験記	No. 1216	小鷹 益雄	18
冬はチェンマイ! 夏は北海道(二地域居住生活)!	No. 80	阿部 功	23
北海道ロングステイ・ニセコ ～暑さからの逃避～	No. 1674	神谷 宜門	29

お役立ち情報

マレーシアに25年住んで感じる事、最新マレーシア事情	No. 495	石原彰太郎	31
----------------------------	---------	-------	----

支部便り

北海道支部便り	No. 1285	桂 裕章	35
東北支部便り	No. 1027	佐藤 周司	36
関東甲信越支部便り	No. 1607	阿部 滋敏	38
東海支部便り	No. 1601	高橋 恵	41
関西支部便り	No. 501	大川 泰永	45
九州支部便り	No. 651	穴見 保彦	46
チェンマイ支部便り	No. 239	伊藤 寛	47
ペナン支部便り	No. 1630	菅野 純	48
クアラルンプール支部便り	No. 1822	酒田 充	48
ダバオ支部便り	No. 1261	藤本 晴久	49
ハワイ支部便り	No. 1439	塩川 亨	50
ゴールドコースト支部便り	No. 586	磯崎 興志	51

部会伝言板

総務部会	No. 1763	小西 隆司	51
経理部会	No. 1032	瀧川 清人	52
広報部会	No. 1207	宮原 正宇	52
ネット部会	No. 670	今野 力男	53
	No. 60	渡辺 義郎	53
会員部会	No. 1388	寺田 光江	54

友好団体紹介コーナー

南国暮らしの会 支部一覧	55
--------------	----

編集後記	55
------	----

平成30年度会費納入のご案内	56
----------------	----

新年のご挨拶

南国暮らしの会 理事長 No.434 大野 悦子

謹んで新春のお慶びを申し上げます

会員、そしてご家族の皆様がお健やかで穏やかな1年となりますよう願っております。

今年のお正月は、皆様、どちらでお過ごしになられましたでしょうか？

「南国暮らしの会」では、会員相互の情報交換のツールとしてこの会報の他にネットでは、「南国暮らしの会掲示板（南国BBS）」を開設致しておりますが、すでにBBSの「会本部からのお知らせ」のスレッドでネット委員会からお知らせがありましたように、昨年10月から「南国ML（メーリングリスト）」を再開致しました。

2014年3月までは、ヤフーのシステムを利用してMLをネット委員会が運営を致しておりましたが、ヤフーがサービスを停止したため、「南国BBS」に変更されました。3年半を経過して「南国BBS」は、会員の皆様に定着しておりますが、投稿数や閲覧数が少ない状況で会員相互の情報交換を活性化する為にネット委員会の大きな協力のもとに「南国BBS」と併用してMLを活用することになりました。

会員の皆様には、このMLもどんどん活用して頂いて、活動に必要な情報を得て頂ければ幸いです。

また、この新年号でチェンマイ支部の総務担当のNo.1041 中西岩夫さんが、「タイ義肢財団」の活動を紹介されておられ、「古ストッキング」の提供協力を呼び掛けておられます。会の本部からも昨年、10月に「南国BBS」や「南国ML」でお願いを致しましたが、チェンマイへ行かれる予定のある方は、また、行かれない方は、行かれる方に託して頂ければ、大きな協力となりますので是非、ご協力頂きますようお願い申し上げます。

チェンマイのCCL（ヒルサイドコンド4）入口脇に「回収ボックス」が設置されておりますので、そこに入れて下されば、東海支部のNo.1079 川地賢治さんが「タイ義肢財団」へ届けて下さいます。宜しくお願い致します。

今年もいろいろと新しくお役に立てる情報が交換出来ますよう会員の皆様のご協力をお願い致しますと共に、皆様のご健康とご幸福を願いまして、そして会の益々の発展を願いまして新年のご挨拶とさせていただきます。



マレーシアにロングスティして10年、その理由は!

クアラルンプール支部 No.1822 酒田 充

リタイア後はどこか暖かい国で、のんびり過ごそうという多忙を極めた現役時代からの願望を実現すべく、わたしと妻は2007年10月にMM2H（マレーシアマイセカンドホーム）ビザを取得して、翌年3月からマレーシアでロングスティを始めました。

月の経つのは早いもので、爾来10年になります。ゴルフができなくなり、且つ車の運転に自信がなくなれば、ビザを返上し帰国するつもりです。幸い今のところその心配はないので、本年7月にビザを更に10年延長しました。当地にロングスティを決めるにあたっては、各国のビザの条件、言語、治安、物価、住宅、医療等々を調査研究した結果、消去法でマレーシアが残ったからです。顧みると、当初は期限を定めず、自分たちの肌に合わなければ直ぐにリターンすればよいという軽い気持ちでしたので、こんなに長く滞在するとは想定していませんでした。



メリディアンホテルとIOI CITYモール



IOI CITY MALL

わたくしたちの長期滞在の理由は以下の点があげられます。

まず第1に、寒さが苦手なわたくしたちにとっては、年間を通して常夏のマレーシアは過ごしやすい。加えて、わたしは花粉アレルギーがありますが、当地には花粉がないので助かります。また、日本の冬によく発生する静電気は車や玄関のドアを開けるときの嫌なものですが、ここにはそれがありません。

第2に、24時間警備員が常駐し、ジム、プール付きのマンションが多くあり、快適な「住」を選択でき、且つ家賃も購入価格も日本より割安という住宅事情があります。最近消費税6%の導入等で物価は徐々に上昇してきていますが、家賃はマンションの供給過剰で下がってきているところもあります。

わたくしたちは前半の5年間は賃貸で過ごしてきましたが、まだ当分はマレーシアライフを続けるであろうと思って、ゴルフ場の中にあるマンションを購入しました。

第3に、当地はゴルフ天国、カルチャー天国といえます。ゴルフ場は、首都クアラルンプール市や近郊のセランゴール州に40～50カ所点在しているので距離的、時間的に利便性が高い。且つ、グリーンフィーも会員権も日本とは比較にならないくらいリーズナブルです。リタイア後は、毎日が全て自分の時間になりますが、当地ではゴルフやカルチャーを学び楽しむ場所は日本人会のサークルを始め多くあるので時間を持て余すことはありません。

世界各国に日本人会がありますが、クアラルンプールは語学系、芸術系、クラフト系、伝統文化系、音楽系、グルメ系、ダンス系、頭脳系等々サークルの数は50を超え世界の中でも充実しているのではないのでしょうか。尚、もっと詳細を知りたい方はウェブサイトで検索できます。

わたしたちは、当初は日本人会に加入せず、

語学学校や乗馬学校に通っていました。その後、妻は日本人会の絵画部やコーラス部に入部。その他に料理や裁縫を習うために先生宅に通うなど多忙な日々を過ごしてきました。



日本人会サークル掲示板

現在、わたしは週1回蕎麦打ち愛好会で蕎麦を打っています。妻は絵画、絵手紙、アクセサリ部に入って、好きな趣味に精を出しています。5年ほど前にプトラジャヤに転居してから二人でゴルフを楽しんでいます。腕はなかなか上達しませんが、健康維持のために週2回はコースに出て汗をかいています。

第4は、人間が生きていくための「食」について、結論的にいえば何も問題はありません。日本食材を多く扱っている「ISETAN」や「AEON」などのスーパーマーケットや日本食レストランも多くあるので、スパイシーなローカル食が苦手なわたしでも困ることはまったくありません。また、マレー、中華、インド、洋食等々、多彩な料理を味わうことができます。難点を言えば、当然ながら日本食材と日本食レストランはローカルと比較すると割高になります。また、日本には美味しい果物が季節ごとにたくさんありますが、南国の当地はそれに負けず劣らずいろいろなフルーツがたくさんあります。中でもスイカ、マンゴー、パパイヤ、ドラゴンフルーツ、バナナ等は年間を通して店頭で並べられています。因みにスイカは日本の約3分の1の価格で売られています。

第5は、マレーシアの国民性等について、この主要な国民の構成はマレー系約67%、中国系約25%、インド系約7%で多民族、多文化



南国のフルーツ



日本人もよく利用する私立総合病院

社会です。世界では残念ながら民族や宗教対立が戦争まで発展している悲惨な地域もありますが、当地ではお互いの民族や宗教、文化を尊重して共存共生しています。それ故にアセアン（東南アジア諸国連合）の中では安全や治安は良いほうです。

公用語はマレー語ですが、一時期英国の植民地支配があったので広く英語が通用します。約束した日時を守らないなどのルーズな面はありますが、何よりもフレンドリーな人が多いので癒されます。加えて、マハティール元首相が推進したルックイースト政策（東方政策）は、西洋より日本や韓国の集団主義と勤労倫理学を学べというもので、この影響もあると思いますが親日家が多いです。

余談ですが、日本に一時帰国するたびに昨今感じることは、東京の電車の優先席の前に高齢者が立っていても、若者が知らん顔して座っている光景をよく見かけます。マレーシアでは電車で

もバスでも高齢者が来るとさっと立って席を譲っています。これは東京だけの事象かもしれないが、マレーシアの若者のほうがはるかに高齢者に優しく振舞っています。

第6に、クアラルンプールを拠点に近隣諸国を国内旅行の感覚で、気軽に旅行できる利点があります。

わたくしたちも、これまで、タイ、ベトナム、カンボジア、ミャンマー、ラオス、シンガポール、インドネシア、ブルネイ等々を観光してきましたが、それ



プトラの
ピンクモスク



行政の中心のプトラジャヤの首相府

こそ2～3時間のフライトでいろいろな国に行けます。これもマレーシアライフの楽しみの一つに数えられるであろうと思います。

最後にマレーシアが安全と言っても、それはアセアン諸国と比較しての話です。日本より交通事故やひったくり強盗などの安全上、治安上の事案は多く発生しています。言うまでもなく、外国に住んでいる日本人としての自覚と警戒心は常に必要であると思います。それから加齢と共に身体に思わぬ事態が起こる確率は高まります。困った時は「遠くの親戚より近くの他人」です。日ごろ、友好的な隣人関係を築いておくことはいざと言う時に肝要です。

わたくしたちの、マレーシアライフもフレンドリーなマレーシアの人々に癒され、困った時はサポートしてもらったからこそ、永く大過なく楽しく過ごすことができました。このことに感謝しつつ、これからもマレーシアライフをエンジョイしていこうと思っています。



クルーズもあるプトラ湖

フィジー滞在記

東北支部 No.1356 小松 実

私は若い時から南の国の海の近くの農村で、英会話を習いながら、その地域の人たちと生活をしてみたいと思っており、東南アジアの国々を観光しながら見てきました。しかしフィジーに語学学校がある事を知り、2年前の1月中旬～3月初めまでの2ヶ月間フィジーのナンディでホームステイに行ってきた

した。英会話はさっぱりでしたが幸い同年代の方ともっぱら買い物・食事・景色の探訪でした。1月から3月のフィジーの気候は温度計で33～35℃位ですが木陰に入ると涼しく体感温度は27～28℃位だと思います。家の中ではクーラーは要りません。時折激しいスコールがありますが、大変水はけがよくビッ

クリします。

初回のホームステイ先はインド系のタクシーの運転手の家庭で50歳代の夫婦と娘さんの3人暮らし。息子さんは日本の千葉県で語学教師とのこと。ステイ初日には、駆け付けた主人の弟さんと3人で歓迎の儀式ガバで、お土産の日本酒で懇親会。日本酒は大変喜ばれ1Lの箱はあっという間に空となり、その後は現地のビール（フィジービールは大変うまい）で夜遅くまでカタコトの単語と電子辞書での会話で盛り上がりました。滞在中1週間に1回ぐらいの割合でカバの儀式と懇親会。フィジーの方々はとても親切です。又レンタカー会社の社長と親しくなり首都のスパにある自宅に招かれ、社長の車で一晩の泊まりで行きました。途中社長友人宅に寄り、昼飯、大変ごちそうになりました。裕福な家庭で家も豪華で立派。食事もととてもおいしかったです。初回のときは日本の事が殆ど分からず（株など）困りましたが学校の先生からフィジーにはフィジーマジックという諺があり再びフィジーに来たくなるという。本当かも。

日本に帰ってきてしばらくすると、またフィジーに行きたくなり、今年2月に1ヶ月ほどフィジーで過ごしました。前回は町なかのホームステイでしたが、今回は農村部をお願いし、郊外で学校の先生を退職された方がホームステイ先。67歳のご主人夫婦と40歳代の息子夫婦、12歳と3歳の孫の6人は素晴らしくやさしいご家族でした。特に3歳の女

子は何事にも好奇心旺盛でご主人も naughty girl といい、自分も little angel といい大変良くして頂きました。

家では山羊5匹、にわとり・あひる・多数、犬2匹を飼われ、山羊は周りの草をそしてクリスマスには食卓へ。にわとりは卵を犬は番犬に、家畜を家の近くで飼っているのに臭いも少なく、ハエ、蚊も少ないです。一般家庭では車は1台（ほとんどは日本製の中古車）通勤通学はバス。一般道ではバス停はあるが、手を挙げればどこでも止まる。降りる時も窓脇のひもを引っ張るとリンと鳴りバスは止まります。バスの乗降口に扉はありません。半数ぐらいのバスには窓ガラスはない。雨が降ればシートが下がります。距離20km位で1～2フィジードル（1フィジードル60円位）バスも日本製50～60年前と思われるものがけっこう見られる。田舎道でもスピードは速いです。

街中の食堂・レストランは腹一杯になりますがまずくもなければ美味しくもありませんでした。一般家庭では晩酌の習慣はないがビールは売っています。街中の家は東南アジアと同じように金網、その他で囲まれています。農村部ではそれほどでもなく、しかし家の戸締りはしっかりしています。トイレはどちらも水洗でした。危険性はどこに行ってもあまり感じられませんでした。次回行ったら医療関係を調べたいと思っています。総じて危険性はなくのんびりゆっくりしたい方にはとても良い所かも。



皆で新春台中ツアー

九州支部 No.1496 中島 明子

2016年11月、九州支部サロン会にて、「皆で台中へ行こう。」と話がまとまり、そこで希望者は手を挙げました。決めたことは集合場所、宿泊場所です。エアーチケットは安い日を選んでみんなに知らせる。以上を決め、その後は各自でエアーチケットを取りました。

出発日 2017年1月16日

集合場所 福岡国際空港

航空便 エバー航空105便（ハローキティちゃん仕様）

宿泊場所 台中振英会館

当日は福岡国際空港に集合、総勢15名揃い組です。初めて会う人もいました。

福岡発11:55、いよいよ楽しい台中ツアーの始まりです。滞在予定は1月16日～1月31日、15泊16日、台中の予定は何も決まっていません。現地での天気・体調等で決めるつもりです。では、行ってきま～す。

●台北到着

定刻 13:50 台北国際空港到着。

有り難い話で先に振英会館に滞在していた九州支部の方と振英会館の方が大型バスでお出迎え、全員一斉に大歓声。慌てて作ったという手製の歓迎プラカード付。大賑わいのバスの中、あっという間（約2時間弱）で台中・振英会館に到着。



振英会館ロビー

●台中到着

部屋は広々とした1LDK、早速、キッチンで点検、明日から食材購入が楽しみです。

到着の夜は、ウェルカムパーティーと称して、前から滞在組と本日到着組と一緒にレストラン「軽井沢」で夕食会。初日の台湾料理は大満足、すべて美味しくいただきました。

ホテルに戻り初日の仕事は、明日からの使用予定のバスカード購入。これで明朝台中公園へ繰り出す予定です。

●バス電車利用について

バスカード購入（セブンイレブン）。65歳以上の申告で優待カードになりました。料金1枚200元（デポジット100元、バス代金100元とのこと）。このカードは市内で利用してもほとんど減りません。40分位乗車して距離15kmくらい乗車したとき一度3ポイント（3元）減りました。そのあとは全く減らず、97ポイント入ったままのバスカードは持ち帰りました。前年台中滞在した方が、今回もそのカードを使用しても何のトラブルもないとのことでした。期限については定かではありません。

●バス乗車方法

目的地をバス停案内板で確認してバス停で待ちます。目的地行きのバスが来たら手を大きく振ってバスを止めます。何もしなかったらそのまま通過します。バス停に人がいても手を挙げなかったら停車しません。これが日本のバス停と大きく違うところです。

カード以外で乗る長距離バス、台鉄について、何を基準にしているかわからないまま「半票」（半額切符）「全票」（割引なし）いろいろ乗りました。すべてのバス、台鉄の車内案内表示が明確なため、乗り間違いや目的地の下車間違いは全くありませんでした。本当にわかりやすい交通便です。

又、バスカードに限らず、65歳以上は外国人も入場料等の割引があり、台湾での身分証明書はいつの間にやら割引証明書となりました。

●振英会館での生活

共有設備が充実していて、コンサートルーム、ジム、ビリヤード、麻雀、サロン室、バーベキュー設備等があり、映画鑑賞、カラオケ大会、サロン室でのホームパーティ等に利用させてもらいました。



サロン室でのパーティー

毎夜サロン室で九州支部会員は20～30分の報告会をしました。参加は自由で、そこで当日の行動及び体験を報告しあいました。その話を聞いて、翌日からの行動のヒントにすることも多々ありました。

最上階サロン室では着いた二日目に、今回の旅行の無事を祈願しようということで手作り食パーティーを開催しました。買い物もみんな一緒にして街に慣れる一歩を踏み出しました。帰る二日前も冷蔵庫大掃除パーティーと名を打って、元気で無事に帰ることを確認しあいました。このように振英会館すべての設備を十分利用させてもらいました。

両替についてはフロントに朝、希望の金額を預け、当日レートの銀行で両替してもらいました。2週間で必要な金額を数度に分けて両替した為持ち帰りの外貨はわずかでした。

●観光について

◆阿里山観光

振英会館フロントに申し込み、乗り合いバスツアー利用、日本語ガイド付（英語のガ

イドも同乗）。昼食、阿里山鉄道（15km片道）付。料金一人2000元＋ガイドチップ100元。出発 8:00、帰着 18:00頃。



阿里山トロッコ列車

◆高雄観光

タクシー2台利用 8名参加

昼食、日本語ができる運転手付（南の会会員の方に紹介してもらった。）料金、2台で13,000元

新幹線利用の意見もありましたが、高雄市内の行動を考えタクシーにしました。これは正解でした。新幹線駅がホテルから遠い上、今は割引がなく交通費が割高になりそうだったことも理由の一つです。

◆近郊観光

彰化（しょうか）

台中駅 → 彰化駅（台鉄利用）

駅窓口発券係員に「半票」と口頭申告で半額切符購入。

八卦山 八卦大仏像 大仏の前から市内が一望できます。お正月の飾りも華やかでした。

彰化孔子廟 正門は閉門していて（特別の日のみ開く）横の扉から入りました。とても古いですが、趣きのある建物でした。

鹿港（ろっこう）

彰化バスターミナル → 鹿港（バス利用）
バス発券係員に「半票」申請で半額切符購入。帰りはバス運転手に「半票」申請でバス料金半額を現金で支払いました。

九曲巷（きゅうきょくこう）くねくね曲がっ

た道。

古市街（こしがい）茹でたての餅トウモロコシ、からすみ購入。

龍山寺（りゅうざんじ）天井の木の彫刻が美しかった。

◆日月潭及び九族文化村観光

南投客運（長距離バス）台中千城站発
約2時間 料金片道80元（全票）

日月潭 → 船、バスで観光しました。
九族文化村のロープウェイ、ゴンドラで日月潭湖畔から約2km山越えします。空中散歩さながらです。楽しいショーもあり、ゲームにも参加、賞品もゲットしました。

◆市内観光

市内地図を、台中駅構内にある案内所で到着後2日目にもらい大変重宝しました。これを手元に置いて市内観光に出かけました。

宝覺寺、孔子廟、台中公園、植物園、国立自然科学博物館、民族公園、国立台湾美術館、経国園道（屋外美術館のようで大道芸人の催しもやっていました。）



宝覺寺大仏

彩虹眷村、台湾香蕉新樂園（たいわんバナナしんらくえん）、まだまだ市内は見所がたくさんあり、すべてバスカードで出かけ

ました。

●台湾の正月体験

1月27日大晦日、1月28日元旦でした。銀行等はすべて休み、食事処も休みが多く少し不便でしたが豊原のデパートに出かけました。

開店と同時に正月恒例行事があり、獅子舞いの他、大道芸人による正月らしい曲芸等、披露されました。デパートのオーナーらしい人も一緒に見学されていました。またそこでは御菓子や飲み物、縁起物が振舞われ、私もいただきました。

往きはバスで行ったので混まなかったのですが、帰りは台鉄を利用したらラッシュアワー並みに混みました。地方から台中市街へみんな繰り出すとのこと。この時の台鉄の切符は「半票」申告で半額で利用できました。

振英会館の近くのマーケットでも一元硬貨を貼り付けた縁起物をもらいました。お寺も参拝。朝早くからお勤めがあり、私たちも参加し、線香を手向け少し厳粛な気分になりました。お寺に持参した供物はお参りが済むとすべて持ち帰っていました。お金に見立てた金紙の紙幣は奉納し、燃やしている風景をあちこちで見かけました。

●台湾の人は親日家 街中での体験2件

親日家が多いと聞いていましたが、本当にそうでした。

市内見学でバスの終点まで乗り、目的地が離れたところだったので道路上で迷っていると、今乗ってきたバスが後ろの方からきて、運転手の方がわざわざバスを降りて道案内をしてくれました。帰りのバス停の場所も案内してもらいました。

もう一件は、目的地を近くの店舗に尋ねました。口頭で道案内をしてもらい、言われた信号機で止まっていたら、先ほど尋ねた店のご主人がバイクで追いかけてきて、「この信号をこっちの方向」と案内してくれました。

本当にこの2件だけでも親日家を実感しました。ありがとうございました。

卓球やゴルフ、市場での買い物等十分楽しめた「皆で新春台中ツアー」でした。

二人での費用は

航空券 54,000 円

宿泊費 66,000 円

高雄行 13,000 円（タクシー利用）

阿里山ツアー 17,000 円（チップ含む）

食事・交通費他 80,000 円

合計 230,000 円

観光はすべて日帰りだったため、費用を安く抑える事が出来ました。

以上が私の台湾体験談です。

ボルネオ紀行

関東甲信越支部 No.1835 山際 泰造

1日目：クアラルンプール第二空港 12：30 発のエア・アジア便にて出航、15：05 にコタキナバルに着きました。

飛行機の窓から眺めると、南シナ海のエメラルド色の海にはいくつかの島々が浮かんでいるようでした。



南シナ海の島々

2日目：朝8時フェリーターミナルからボートに乗り、トウンク・アブドール・ラマン公園の一つであるマヌカン島に上陸しました。

マヌカン島はサンゴ礁に囲まれ、素晴らしいリゾート気分を味わいました。

その時ふと浮かんで来たのが、小学唱歌の「ヤシの実」でした。

“名も知らぬ遠き町より流れ寄る老輩ひとり、…”

夕方はフェリー乗り場近くのセントラル・マーケット（青森県八戸市場のようなもの）に立ち寄り、新鮮な魚料理を堪能しました。

コタキナバル港からの南シナ海に沈む夕日が荘厳でした。



マヌカン島



南シナ海に沈む夕日

3日目：いよいよ世界自然遺産のキナバル公園に向かいました。

朝8時頃ホテル近くのバス・ターミナルよりミニバンに乗り約2時間でキナバル公園に着きました。

まずボタニック・ガーデンに向かい様々な高山植物、花に出会いました。

特に大きなものなら2リットルもの水を貯めること事が出来る、ウツボカズラの花に出会いました。

この日は午後から天候が悪くキナバル山は

観られず早々とロッジ
へチェック・インしま
した。



キナバル公園

4日目：この日も朝から雨模様でキナバル
山は観られず、約 30km 東にあるボーリ
ング温泉へ向かいました。

この温泉は第二次大戦中、旧日本軍が見つ
けた温泉との事です、現在はキナバル公園
の一大観光地との事です。

ボーリング温泉から約 20 分程歩いたとこ
ろに今回の旅の目的の一つである、世界最大
の花（直径 1m 前後）ラフレシアの保護区域
に行きました。

そこの管理人（60 歳前後の男性）の方に
区域内を案内して頂きました。

管理人さんの説明によると、ラフレシアは
蕾（つぼみ）から開花するまで約 15 ヶ月掛
かり、しかも開花の期間は 1 週間程度との事
です。

この日は 3 つの開花しているラフレシアが
観られましたが、管理人さんの話だと毎日蕾
の管理が大切だということです。

つまり 1/65 週の周期で開花時期となるの
で、しかもその約半分は蕾の内に枯れてしま
うとの事です。

さて 3 つのラフレシアを同時に開花させる
には、何個の蕾が必要でしょうか？

管理人さんは毎日保護地区を見回り、開花
直前の花には虫に食われていないか、日差し
に当たらない様に蕾に落ち葉を被せるのが、
毎日の仕事だという事です。



ウツボカズラ

私が “It’s like your baby”（正にあなた
の子供の样ですね）と言ったところ、管理人さ
んは、“That’s right”（その通り）と即座に
回答しました。

その姿には世界最大の花、ラフレシアを守っ
ているんだ、というプライドを感じました。



ラフレシア



ラン



ラン



蝶

5日目：コタキナバル滞在最後の日で、今
回はキナバル山は観られないのでは？と思っ
ていたところ、朝 7 時から 30 分程空が晴れ、
正に奇跡的にロッジからキナバル山（標高
4,095m、東南アジアの最高峰）が観られま
した。

その後、10 時頃雲空の中キナバル公園か
らコタキナバルへ向かいました。



キナバル山

最後に今回のマレーシア旅行、ボルネオ紀
行を通じて平和の尊さ、自然の大切さを改め
て感じました。

義肢財団の活動の説明と取り組み

チェンマイ支部 総務：関東甲信越支部 No.1041 中西 岩夫

「南の会で義肢財団への古ストッキングの提供で協力しているの、全く知らなかった」とのご意見いただき、ショックを受けたことと、私も勝手な思い込みかもしれませんが、チェンマイ支部の取り組みでは無く、南の会としての取り組みだった気がして、時が流れ、継続する難しさを感じました。

そうは言っても、広報活動も弱かったのかと、反省しきり、今回の記事の掲載に至りました。

結論から言うと、古ストッキングは、たくさん必要で、集めて頂きたいのです。

以前は、会員の関西支部 No.558 伊澤 豊さんが主体となって活動され貢献されていましたが、チェンマイへのステイを今年お辞めになったため、皆さんが持参された古ストッキングは、CLL（ヒルサイドコンド4）入口脇に回収ケースを設置させて頂き、東海支部 No.1079 川地さんが届けていただける仕組みになりました。差し支えなければ、持参されたストッキングの袋に、南の会、支部、氏名書いて頂くと良いかも知れません。

義肢財団はチェンマイ旧市街から車で約20分。運河通り沿いを北に向かって走っていると、右側に大きなピアノの形をした建物が見えて来ます。

その建物のちょうど運河をはさんだ反対側左手にある白いきれいな建物です。

長きに渡り、日本人女性の國吉晃代さんが技師として活躍、指導に当たられています。（王室の慈善施設です。観光地では有りませんので、配慮ください。現在はガードマンが警備しています）

目的はタイには全国的に糖尿病を初め急性の病いや交通事故で足を切断した人、先天性の病気で生まれつき足のない人たちがいる。



タイ義肢財団

しかし貧困や情報不足が理由で義足を得る機会がないまま、日常生活を送ることが困難になり職を失ったり差別にあったりする人が多いという現状があり、そんな人たちを救うべく、約20年以上前に整形外科医のターチャイ博士が立ち上がり、リサイクル品などを使った安価で実用的な義足製作技術を開発、無償で提供する活動を始めました。

タイ義肢財団は、シーナカリン王太后（1995年崩御）の庇護下にある財団であり、テーオートチャイ・チーフゲートウ（เทอดชัย ชีวะเกตุ）準教授率いる委員会によって創設された。財団では国立病院で使用するより軽量で安価な義肢の開発しており、四肢に障害を抱える人々に国籍、宗教にかかわらず無償で義足を提供しています。

1. 国籍、宗教にかかわらず傷病者に義肢を無償で提供
2. 国産原料による義肢の生産
3. 義肢を提供した患者への歩行補助機器の無償提供
4. 職員、義肢製作技師の訓練
5. 義肢製作の研究開発
6. 公益事業および他の慈善団体との連携と文献にあります。

聞くとところによると、無償で作成してくれるので、日本人も訪れたことがある様です。



作業現場1



作業現場2

皆様のご協力で集められた使い終わった古ストッキングは、型を取ったり、型を作成する時に、大事に使っていて、使い回しているとのことですが、大量に必要な様です。多くの個人団体からの協力が不可欠ですが、少しでも良いので継続可能ならお願いしたいと、國吉さんからも依頼うけています。

以前はアルミ缶のプルトップの引き手も部品の作成に必要だった為、チェンマイの至る所に回収用の瓶や入れ物が見受けられましたが、此方は製作過程の変更で、回収は終了しましたとの事です。

私も帰国の際、友人の奥さんが集めてくれましたが、最近のストッキングは丈夫でなかなか破れない、レギンスなどを履くのでストッキングを使わないなど難しい部分もありますが、友人の協力でなんとか確保しています。

全国の南の会の会員の方も、ぜひご協力いただき、チェンマイへ来られる方に託して頂

けると、年間延べで、会員の半数以上訪れるチェンマイへのささやかな恩返しになるのではないかと考えています。

今は、アフリカ等の義足が必要な国からの研修生も受け付け、研修後本国に帰り自国で困っている人に貢献していることも実際のことです。

以前は、王室の事業のため寄付での金銭の支援は、禁止していましたが、現在は支援金は受け付けています。

暑いタイではあまり使わないストッキング、日本の皆様のご協力お願いいたします。

<理事長からの一言：南国ML：19から>

日頃は、「南国暮らしの会」の活動にご協力下さいまして有難うございます。

南国暮らしの会では、3年ほど前まで、チェンマイで「タイ義肢財団」へ「古ストッキング」の提供協力をしておりました。暫く提供協力が途絶えておりましたが、今年、協力するにあたっての窓口が開催されることになりました。

チェンマイのCLL（ヒルサイドコンド4）入口脇に回収ケースを設置させて頂き、東海支部のNo.1079 川地賢治さんが回収して「タイ義肢財団」へ届けて下さることになりました。

「古ストッキング」ですので、伝線してしまった物や穴の開いた物でも大丈夫ですが、出来ますれば、洗濯済みの物を提供して頂ければ幸いです。

どうぞ宜しくご協力頂きますようお願い申し上げます。



Our long stay in Scotland and London ～憧れのセントアンドリュース・オールドコースでゴルフ

関東甲信越支部 No.1225 高橋 眞治、順子

昨年の7月・8月に訪れたスコットランド・エジンバラと全英オープンで有名なセントアンドリュース、イングランドのロンドンでの体験談です。

主人がゴルフ大好き人間で、ゴルフが出来ないところは行かないと…

以前、「南国暮らしの会」の会報に投稿された「セントアンドリュースゴルフ紀行」を熟読し、アドバイスいただきながら計画を立てました。調べてみますと、8月はエジンバラフェスティバル（タトウ）が開催され、各国から約22万人の観光客が訪れ、8月に一年分を稼ぐと言われています。

三ヶ所の宿泊先（アパート・56泊）を探し、キッチン、洗濯機と乾燥機、駐車場、Wi-Fiが使用できるところは次々に予約済みになってしまい、焦ってカード払いで予約しました。

マネーパートナーズで£1,000を156,000円で購入し、成田出発時に現金で受け取れる手配をしました。（口座開設は無料、両替手数料は銀行より安いです。）

EU 離脱の急激な円高になる前に、支払いを済ませましたので、円高の恩恵はほとんどありませんでした。

ハーツレンタカーでカーナビ（GPS）を借りると、1日£15（約2,025円）、手引きカートはゴルフ場で1日£5（約675円）です。お金に困っている訳ではないのですが、借りるより買った方が安いので、大家さんの家に届くように、イギリスのAmazon（英語）に注文しました。もし、借りた場合、ガーミンのカーナビは48日間£720（約97,200円）を£71.16（約11,443円）、車輪が2個の手引きカートは33ラウンドしましたので、£165（約22,275円）が£24.99（約4,000円）となり、探す時間と費用を節約できました。

手引きカートは帰国時、教会に寄付してきました。

=スコットランド人のご夫婦=

エジンバラに日本からの直行便はありません。アムステルダムスキポール空港（KLM）で乗り換えの時、エジンバラ在住のスコットランド人のご夫婦（75歳）とお話ししました。奥様は初めてお会いしたにもかかわらず、困った時はいつでも連絡するようにと、メールアドレス・電話番号などのメモを下さいましたので、私も連絡先を伝えました。

ご主人から「エジンバラでランチをしましょう」と、誘われました。1回だけならと、後日、洒落たレストランでは、私達の素朴な質問に丁寧に答えて下さり、楽しいひとときでした。支払いはテーブルに座ったまま、ご主人が払って下さり、「せめて私達の分だけでも払わせて下さい」と申し出たのですが、「これは、Scottish Hospitality（スコットランドのおもてなし）でも、楽しかったのでもう一度会いたい。次回はあなたたちが払って下さい」と…。



エジンバラ在住のご夫婦と

イギリス人は良く言うと、「質素儉約家」悪く言うと「ケチ」と思っていたので、ご馳走していただくとは、意外でした。それに2～3時間英語で話すのは結構辛いものが

あります。主人はゴルフに行きたいので、ランチには行きたくないと…でも、お断りしたら私達をご馳走するのが嫌と思われるのも嫌なので、私ひとりだけで出かけました。

前は肉料理なので、今回は魚料理のレストランです。奥様は白身魚のムニエルを注文し食べきれないので、ご主人と私に四分之一ずつ取り分けて下さいました。お二人共美味しい、美味しいと召し上がっていたので私もいただくと…味が無い・美味しくないのです。これが例の「イギリスの料理は不味い」ということなのだ…それで、お塩をかけていただくと、美味しかったのです。イギリスではあまり調味料を使わず、素材の味を生かした料理が多いそうです。奥様が「自分の好みに味付けしていいのよ」と仰って下さいました。お土産にスコッチウイスキーをいただき、本当に親切にいただきました。今でもメールで連絡を取り合っています。

=エジンバラで=

エジンバラは町全体がユネスコの世界遺産に登録されています。エジンバラ城（入場料 £16（約2,200円）の「ワン・オクロック・ガン」という大砲は、フォークス湾の船乗り達に正確な時間を知らせるためです。今でも一日一回午後一時に空砲を一発撃ちます。なぜ、一時なのかというと、一発でいいからです。

乗り降り自由の二階建てバスが多数走っていますが、石畳の道で乗り心地はよくないです。ほかの道路も継ぎだらけのデコボコ道で、日本の道路の良さを再確認しました。

エリザベス女王が避暑に訪れるホリールド宮殿の見学 £11.3（約1,500円）は質素な内部の撮影は禁止ですが、オーディオガイドがありました。女王滞在中は見学できません。ロイヤルブリタニカ号は、44年間王室の船として世界中を航海した英国王室最後のヨットです。故ダイアナ妃がハネムーンで地中海クルーズしたのも、この船です。

ピーターラビット生誕地・湖水地方（ウィ

ンダミア）、NHKの朝ドラ「マッサン」の舞台になったグラスゴーでもゴルフできました。グラスゴー大聖堂はアーチ型の高い天井とステンドグラスが綺麗でした。映画にも使用された世界で最も規模の大きな大理石の階段があるグラスゴー市庁舎は1階部分は出入り自由です。（全体は1日数回のツアーに参加）

民族衣装のタータンチェックのKilt（キルトはスカートではなく、後ろ側はプリーツ）を着用し街中でバグパイプの演奏をしています。真ん中にぶら下げているSporran（スポランはゲール語で財布）はキルトがまくれ上がらないようにするためのものです。

=ミリタリータトゥ=

遂に、エジンバラフェスティバル、Military Tattooの日がやってきました。タトゥは刺青ではなく、軍隊の帰営ラッパ、任務の終了を兵士たちに知らせるラッパのことを言うのですが、今では軍隊のパレード・パフォーマンスのことです。



行進はエジンバラ城の前庭から進んできます。座席はUの字に作られ、一番高い約5万円の席には屋根があり、夕食とクッションが付いているそうです。私達は、前から三番目の席 £45（約8,000円）をネットで予約しましたので、チケットは自宅に送られてきました。

ミリタリータトゥはスコットランド軍隊が発案し、65年前の1950年から毎年8月の夜1ヶ月間行い、もし、雨が降ってもパフォー

マンスは続けられ、観客は傘をさしてはいけないそうです。(どちらも根性がありますね!)

日本の11月頃の気温・10℃位なので、1時間半座り続けるため100円ショップのクッション・ひざ掛け・カイロを持参したのですが、周りの熱気もあり寒さは感じませんでした。

タータンチェックのキルトを身に着けた兵士たちがバグパイプの音色と共に整然と行進します。ライトアップされたエジンバラ城をバックに各国の軍楽隊も参加し、多種多様な楽器の演奏・歌・ダンスと光のショーです。



最後は400名の軍人が演奏しました。素敵でした。本当に行ってよかったです。

＝セントアンドリュースでのゴルフ＝

エジンバラより約1時間半のセントアンドリュースに移動しました。セントアンドリュースは町の名前です。セントアンドリュース大聖堂は廃墟になっていますが、セントアンドリュース大学は、故ダイアナ妃の長男ウィリアム王子とキャサリン妃の母校です。大学で開かれたファッションショーにモデルとして出演したキャサリン妃にウィリアム王子が一目惚れをしたという話は有名です。

セントアンドリュースはゴルフ発祥の地と言われています。昔、羊飼いが小石などを棒で転がして穴に入れて遊んでいたことから始まったとされています。

約550年前の1457年からプレーされていたという記録が残るゴルフの聖地「セントアンドリュース・オールドコース」。セントアンドリュースゴルフリンクスに7つあるコースのひとつである「オールドコース」が全英オープンで有名なもっとも由緒あるコースです。

リンクスコースのリンクスとは海沿いの地形を生かし、比較的に木が少なく、バンカーは海の風によって砂が飛ばされないように深く窪んでいるコースのことです。Bunkerのバンクとは「寝るところ、休憩するところ」の意味があり、羊飼いたちは天気が悪くなるとバンカーと呼ばれた窪地で風や寒さをしのいでいたそうです。

「オールドコース」にはバンカーが112個あり、背丈以上もある垂直な壁で取り囲まれているバンカーも多数あります。波のようにうねるフェアウェイ、アウトとインでシェアする巨大なダブルグリーンは全部で14ホールあります。そこかしこに口を開けているポットバンカー、打ち込んでしまうと厄介なGorse（ゴースはハリエニシダとも呼ばれ、黄色の花が咲き、針のようなトゲがあるので、ボールが入ってしまうと探せません）の密生するラフ、強風、いつの間にか降り出す雨…タイガーウッズなど、一世を風靡したスタープレーヤーたちが絶賛して止まないコースです。ゴルファー達はこれでもかと幾多の試練を経験させられ、誰もがゴルフの偉大さの片鱗に触れここを後にします。



セントアンドリュースゴルフ場

オールドコースでプレイするには、ハンディキャップ証明書を用意し、前年の9月から予約申し込み、又はプレイしたい日の2日前の抽選に応募し、抽選に外れた人と1人でプレイしたい人は早朝に並ばなければなりません。通常4名でプレイするので、2名、又は、3名の組に入れていただくのです。

私は問い合わせ窓口に I would like to make his dream come true 彼の夢を叶えてあげたい～ それにはどうしたらよいでしょうか？ と、メール送信しますと、Come to the starter very early at 4am と返信がありました。(朝4時？ 早～い) 場所確認のため下見に行き「オールドパビリオン」の前で朝3～4時に並び、6時から受付を開始すると言われました。

早起きは苦手です。3時に目覚ましをセットし休んだのですが、2時に目が覚めてしまい「寝ている場合ではないわ。早く起きて並ばなければと…」3時半に到着した時は、既に3人の男性が待っていました。1人の男性は前日11pmから、もう1人は1am、もう1人は少し前に来たそうです。私を見て、あなたは4番目、主人に5番目と言われたので、「私はゴルフしないので～」と言うと、「ゴルフしないのに何でここに来たの。ベットで寝ていればいいのに～」言われてしまい、「私は彼のマネージャーなので、どこにでもついて行くのです」と答えたかったのですが、何も言えませんでした。

外で待っているのは寒いです。「近くにお手洗いはありますか？」と尋ねると、「6時にオフィスが開くまで我慢するしかないね～」と。行けないと思うと行きたくなり、「主人が私をアパートに送って帰ってくるまで20～30分ここを離れますが、彼が4番目ということをキープしてもらえますか」と尋ねました。1人はいいよ、今4時だから6時までには時間があるからと、もう1人もいいよと、あともう1人はコーヒーおごってくれればいいよと…

結局、私だけ車で待っている事にして6時に戻ると、「コーヒーは」と…ジョークでした。

めでたくプレーできるようになりました。プレーフィ£175(約23,000円) キャディフィは£50プラス最低£20のチップ(計£70約9,500円)でした。キャディがゴルフバツ

クを担ぎ、全員歩きます。乗用カートは見かけませんでした。マネージャーの私は勿論ついて行き一緒に歩きましたヨ。キャディがスマホという文明の利器で日本語に変換して指示するようにプレーしなければなりません。主人は初めのうちは緊張してバンカーに入れたりしましたが、後半は思うようにプレー出来たようです。キャディの話せる日本語は「右、左、素晴らしい」だけなのですが、何度も「素晴らしい」と、日本語で褒めていただきました。

有名な17番ホールのホテル越えです。以前、宮里藍選手が2回OBを出した右ドッグレッグのホールは、ホテルの建物を越えなければなりません。ホテルの下にはボールが沢山落ちています。私はボールがガラスに当たったら弁償しなければならないとハラハラして見ていたのですが、主人が打つとキャディが「Professional」と、他のキャディも「素晴らしい」と…私も自分の事のように嬉しかったです。

お約束の記念撮影は800年前から架かっている Swilcan Bridge です。その昔、この小川の土手に干していた洗濯物にボールがのってしまったことから「リプレイス」のルールが生まれ、川ポチャから「ウォーターハザード」のルールが考案されたそうです。

主人のスコアはいつもよりはよくなかったですが、パー5回、ボールを一つも無くすることなくプレーを終えることが出来ました。主人は夢が叶ったと喜んでいましたが、私は疲れがどっと出てきました。

イギリスのリーズナブルプライスのゴルフ場は£20～30(約2,700円から4,000円)がそれぞれのアパートから15分位のところに沢山あり、予約なしでもプレーできました。ネットで検索し、安い時間帯を選び、カード払いで予約した時もありました。回数券10回分£150(約20,000円)、ランチ込£40(約5,500円)を見つけてプレーしてきました。

=ロンドンへ=

セントアンドリュースからロンドン（473マイル、約8時間）へ向かいました。私はペーパードライバーなのでゴルフ場の乗用カートしか運転できないため、主人が運転しました。高速道路は無料でロンドンまで行きましたが、一部有料の道路もあるそうです。車は全体の70%がマニュアル車、AT車は買うのも借りるのも高いです。日本と同じ左側通行です。三車線の真ん中を走っていると、右の車線で追い越した車が、ウィンカーを出さずに突然私達の前に入ってきた事が何回もありました。車間距離をとっていないので危険です。また、左から進入してきた車が近づいてきてぶつかりそうになり「ア～イヤ～、コワイ」と大きな声をあげてしまったのですが、私の声の方が怖いと言われてしまいました。「英国人はジェントルマンなので、運転マナーがいいと思っていました」と言うと、「移民が多いからね～」と、大家さんが仰っていました。

「南国暮らしの会」会員の方が以前チェスターにお住まいになっていて、是非立ち寄った方がよいと紹介いただきましたので、1泊しました。白い壁に黒い木枠、チューダー王朝時代の建物が素晴らしく、見とれて歩いていると帰る道がわからなくなってしまいました。チェスター大聖堂も見学し、こじんまりとした綺麗な街でした。

ロンドン市内は大渋滞で歩いた方が早いです。最後の4日間は地下鉄（Tube）とバスで観光しました。エジンバラで借りた車をバッキンガム宮殿近くのハーツレンタカーに返すのですが、市内に入る車を制限するために Congestion Charge 混雑税 £11.50（約1,500円）を支払わなくてはなりません。ネットでプレートナンバーを入れ、前日までにクレジットカードで支払いました。どこかにカメラがありチェックしているので、支払わないと罰金が加算されていくそうです。混雑税

徴収により30%車が少なくなったそうですが、近いうち値上げするそうです。

バッキンガム宮殿の衛兵交代は5月～7月は毎日、それ以外は1日おきに行われ、ロンドンに来ている観光客が集まったと思われるほどの大勢の人々がいました。夏の制服は赤、冬はグレー、黒い帽子は bearskin（熊の毛皮）ですが、夏は暑いので倒れた衛兵もいるそうです。

バッキンガム宮殿はエリザベス女王がスコットランドに避暑中の8月と9月のみ、一般公開されますので、ネット予約（£33.8、約4,815円）しました。宮殿は、職員の部屋を入れて700ルーム、国賓・来賓が見えた時には、現在でも使用されています。空港並みのセキュリティチェックがあり、内部は撮影禁止ですが、豪華絢爛、素晴らしかったです。



ロンドン：バッキンガム宮殿

世界遺産に登録されているロンドンの国会議事堂にある有名な時計台がビッグベンです。

ウェストミンスター寺院（エリザベス女王の戴冠式、故ダイアナ妃の葬儀が行なわれました）から、テムズ川クルーズでロンドン塔（げんこつほどの大きさ・530カラットのダイヤモンド展示）とタワーブリッジ（上の橋にエレベーターで昇り、透明な部分から下の道路が見えます）とロンドンアイ（観覧車・一周30分・カプセルに20名・£17（約2,300円）に乗りました。セントポール大聖堂とケンジ

ントン宮殿の内部も素晴らしかったです。

=無料と有料=

大英博物館だけでなく全ての美術館は入場無料ですが、donation £5（約 670 円）と書いてある透明な箱が置いてあり、どこの国の通貨でも日本円でも OK です。£10 寄付しました。

レオナルドダヴィンチの「糸巻きの聖母」は昨年、江戸東京博物館（1,450 円）で展示されましたが、スコットランドナショナルギャラリー（寄付金のみ）にありました。

スーパー、コンビニで支払いの時、必ず「Do you need a bag?」と聞かれます。何故かというと、国の法律によりレジ袋は有料になり、店により、また、大きさによって異なりますが、10 円位です。ビニール袋は自然分解せず、土壌の中で数百年もそのまま残ることがあるので、イギリスでは国を挙げてレジ袋の削減に取り組んでいます。私もマイバックを持っていきましたが、日本も見習った方がよいと思いました。

=アパートの大家さん께お願い=

エジンバラで借りたアパートでは、別行動するので鍵を二組、小さいテーブルランプ、

バキュームクリーナー（掃除機）とヘヤードライヤーを用意していただくようお願いしました。何日か後に冷蔵庫を開けるとイヤなおいがして…入れてある肉や魚が傷んでいたのです。大家さんは翌日新しい冷蔵庫を購入して下さり、「気がついた事は何でも言って欲しい、教えてくれてありがとう」と言われました。

ロンドンのアパートでは、利用した人の口コミを読むと、「ソファベットとティテーブル（低いテーブル）での食事が辛かった」と書いてあったので、「使わない時は隅の方において置ける、折り畳みのテーブルと椅子があれば、私達だけでなく次にくるゲストも喜ぶと思います」とメールして、用意していただきました。ダメモトでとにかく言うてみるのが大事です。「No,」と言われたら諦めればいいのですから…

イギリスの歴史の重みを感じる旅でした。

「南国暮らしの会」は情報交換の会です。これからも色々教えていただいたり、教えてさし上げたりして、有意義で楽しいロングステイができればと、思います。

パリ4泊6日弾丸ツアー体験記

東海支部 No.1216 小鷹 益雄

新聞の HIS の広告を見ていたらパリ旅行が目についた。なんとなくルーブル美術館に行きたいと思っていたのでこれはいい機会かもと思った。月末にはチェンマイに行く予定もあるのに…。予約を済ませました。

<旅行の条件>

- 4 泊 6 日（7 月 4 日～9 日）
- 12 万 7 千円／人
- 二つ星ホテル（空港—ホテル送迎付き）
- 終日フリー L'OPEN 一日券付き（オープントップ遊覧バスです）

1. 準備

図書館でパリに関する本を借りまくってあれこれ研究、正味現地 4 日間、どこをどう回るか結構苦労しました。

①何を見るか

短期のため、パリ中心に限定、郊外には目を向けない。美術館（ルーブル・オルセー・オランジュリー）中心、あとはお上りさんルートで凱旋門、エッフェル塔、モンマルトルの丘（サクレクール教会）、オペラ座に決定。

②正味 4 日間の行動

各日毎の行先、ルート。市街地の地図と地下鉄路線図から効率的な回り方を探る。旅行会社からツアーの行程表が届くのは直前なので根城となるホテルの場所がわからないまま検討、案内受領時に必要があれば修正することにした。

③美術館の攻略

見たい作品・展示場所を確認し観光ガイドブック記載の会場平面図にマーキングし併せて、ミュージアムパス（2日間用、12,400円／2枚）をネットで購入した。

④地下鉄の乗り方のマスター（一番大事）

構内の行先表示板の「路線番号と目的駅が通過する路線の終着駅表示（上り下り判定のため）」を見てOKなら乗車、したがって事前に目的地の駅ごとに路線番号と終点駅の名称をリストアップした。

また、お得なチケットとして現地ではカルネという10枚綴りのチケット（14.5€）を購入することにした。（このカルネは2回購入した）

⑤言葉

ガイドブック掲載の最低限のフランス語を切り取ってファイル。

思えば挨拶以外の役に立った言葉はなかった。英語の案内で用が済んだ。

⑥その他

研究過程で治安を考えると2つ星ホテルの立地（北部は危険らしい）が気になりだし、グレードアップが可能なツアーでもあったため、3つ星に変更した。

2. 観光の思い出

<初日> 北京経由、北京の出発は一時間遅れ。のちに中国の空港の遅れは常態化すると知りました。うそか本当か、便数が多いとか、軍事利用・要人優先とか…。

・現地は夕方といっても日没が22時頃です。で明かかったのですが、私たち二組4人を乗せて空港を出てすぐ、ホームレスのたまり場みたいなのところを通過して行きまし

た。きっと街中から排除されてこの界隈に集合してきているのだと思いました。他の一組が先に繁華街の中でおろし、それから少し走ったオペラ座にほど近いところで私たちがおろされました。ホテルの正面玄関と近くの地下鉄はGoogleで見えていたので不安はありませんでした。

すぐにチェックイン。宿泊税（13.2€）を払い、部屋へ。二人には十分な広さでした。まだ明るいので外に出てとりあえず周辺の地理やお店を確認。

周辺にお店はあるのですが閉店後でもあり、やや寂しい商店街の雰囲気。

地下鉄の駅（Liege）は100メートルくらい先にあり改めて近いことに安堵しました。

夕食は飛行機の残りのパンと水。初日の夜は荷ほどきで過ぎていきました。

<2日目> 雨パラパラあり

【ルーブル美術館】 真っ先にルーブル美術館に向かいました。まずは地下鉄でカルネ（14.5€）を購入、券売機に紙幣が入るところがなく（カード対応機種）、窓口の女性にSOS、すぐ近くに紙幣対応の券売機があり一件落着。

券売機のメニュー切り替えがローラーを回すという方式で（ガイドブックで知ってましたが）日本では見慣れないものでしたが無事購入。

途中乗り換えて無事 Musee du Louvre 駅へ。ガイドブックではルーブルの入場の混雑を避ける穴場として99番入口とかパッサージュ・リシュリユー入口が良いと解説されており99番の入口に並びました。しかしなぜか正規のガラスのピラミッドあたりに移動させられました。でもミュージアムパス保有者の列で並ぶことで優先的に入場することができました。

入場直前にパスに使用開始日と名前を記載し、効力発行。そしてオーディオガイド



を貸り内部に突入。ルーブルは写真撮影OK（ストロボNG）モナリザへ。まだ空いていて最前列でしばし見とれる。（後に再度見に行ったら3～4メートルの厚みの人垣ができていました。その後、ミ



ロのビーナス、オダリスク、ナポレオン一世戴冠式など多くの作品を堪能しました。

- ・その中で期待のサモトラケのニケ、レースを編む女が見つかりません。やむなく係の人に聞くと貸し出し中とのこと。

その一帯は工事中的場所でした。貸出して改装なのか、改装するから貸し出しなのかわかりませんが不運でした。

昼食はルーブルに繋がる地下のショッピングモールのフードコートで済ませました。

ルーブルの見学は3日とか一週間必要とありますが、とにかく絵が多すぎ、混然とした印象を持ちました。でも次回があるなら3日位かけて見たいとも思いました。

全ての美術館で写真撮影OKなのか不明ですが私たちが回った美術館は写真OK。日本もこうだといいいのですが…。写真は数多く撮りましたが、ガラス越しの写真は技量の問題もあるにせよ思いのほか映りが悪かったです。

【オランジュリー美術館】 ルーブルを出て、徒歩でそのままオランジュリー美術館へ。地図では近いと思っていたのですが歩き応えがありました。ルノアール、ルソー、モディリアーニ、そしてモネの睡蓮。混雑もなくゆったりと見ることができました。



【シャンゼリゼ通りと凱旋門】 夕方になり美術館からシャンゼリゼ通りに向かいました。ルーブルからコンコルド広場を経て直線で凱旋門まで、ずっと華やかなショールームの連続かと思っていましたが半分くらいまでは何もない（道路工事で迂回するような道もあった）ので拍子抜け。

凱旋門はミュージアムパスが使える無料です。けっこうな数の階段を上っていくと屋上に着きます。ここから放射状に延びる道路、建物群の景観は圧巻です。そして遠くモンマルトルの丘が望めます。

帰りも買い物があるわけでもないのにウィンドショッピングもなし、思い出作りにと少しばかり気分を味わうべくカフェへ。トイレから戻るとオーダーしたコー



ヒーが冷たいものを頼んだつもりがホット。家内と苦笑いでした。

【夕食の買い出し】 帰路スーパーモノプリで買い物して地下鉄で帰る算段をしてビール8缶入りとワイン・惣菜を買って地下鉄に向かって歩き出す。ところが地下鉄の看板が出てこない。暑い中荷物を両手で抱え、大汗。大分歩き疲れて仕方なく若いカップルに尋ねてみた。 아이폰ですぐに教えてくれた。ガラ携の私たちにはなじみがないが今はどこにいても普通の景色。チェーンマイでも中国人がソンテウを止めてやっているし、ドライバーも一緒。でも今更アイフォン持つこともないと…。(今回、携帯は持参せず。いざとなったら HIS パリ支店に飛び込むつもりでした。)

結局地下鉄の駅はモノプリから歩き出した方向の反対側の近くにあったようです。

【隣の BAR へ】 ホテルの隣に BAR。道行く人をながめながらの BAR。

以前からあこがれていましたから部屋での夕食の前に一人で入ってみました。生ビールを一杯、飲みごたえある量と味、帰りにふらっと寄るひと達に囲まれて、約一時間。至福の時間でした。(以降、3日連続で通い、最終日は家内も合流、ハムとチーズの盛り合わせが安くてボリュームたっぷり、おいしかったです)

< 3 日目 > 晴

【オルセー美術館】 パリに行くと家内に言ったとき、家内は25年来の念願だったと漏らしたのはオルセーが元は旧鉄道駅舎、その時計が見られるということでした。地下鉄の駅を出て少し歩いて美術館エリアに到着。

まだ人の姿がありません。開



場時間を30分間違えていました。でも結果として幸運にも一番乗りとなりました。



オルセーはとてもすっきりした見やすい美術館です。

ルノワールのムーラン・ド・ラギャレット、ゴッホのオーヴェルの教会、アングルの泉。モネの日傘の女は3種類？あることを知りました。ここではミレーの落穂ひろいが台湾に出張中でした。

昼食は一旦外に出て(こういう時パスは便利)惣菜屋をみつけてサンドイッチやコーラを買い込み美術館前のセヌ川べりを少し降りた階段に腰かけて、行きかうバトビュス(水上バス)を眺めながら済ませました。

【ノートルダム大聖堂・サントチャペル】 地下鉄でセヌの川洲のシテ島へ。ノートルダム大聖堂の前の広場には長蛇の列。それでも待つ時間はあまり気になることもなく入れました。正面の彫刻は凱旋門同様スバラシイ!

サントチャペルはノートルダム寺院から徒歩ですぐ、ステンドグラスがすばらしいとあり、また夜間コンサートもあると期待して行きましたが私の中では大分期待外れ、早々に退散しました。

< 4 日目 > 晴

【モンマルトルの丘】 地下鉄の駅から山の手方向に歩くとすぐにサクレール教会につきます。丘というから多少ハイキング気分で行けると思っていましたから意外でし

た。

駅からすぐでした。丘にはいろいろ見どころはあるのですが教会を見て、少しの散策、途中マカロンを食べて駅へ。



【エッフェル塔】 モンマルトルの地下鉄の駅前から L'OPEN (オープントップ遊覧バス) に乗って市内遊覧の旅の始まりです。バスのルートは4つ。イエロー、グリーン、オレンジ、ブラック。イエローで駅前を出て、途中グリーンに乗り換え、エッフェル塔へ。

事前に HIS が送ってきたバスの路線図に従ってエッフェル塔に近いはずの場所下車、とりあえずカフェで昼食。昼食後塔まで歩き出すと大分距離がある感じ。戻ってバスに乗ってもう少し行ってみることにする。運転手に聞いたりするもかみ合わない。運転手に地図を見せてみろと言われ見せたら古いらしく新しいものをくれた。どうやらバス停が変更された様子。

その間、バスに戻る途中の橋のたもとに金色の丸いオブジェがあり、その足元に故ダイアナ妃の写真と供養のロウソクや物が添えられていた。そう、ここは事故現場だったのです。あとでオブジェはダイアナ妃とは無関係（ナポレオン3世の戦勝記念オブジェ）と知りました。

エッフェル塔のペンキは濃い茶系統の色、景観を意識した色とのこと。エッフェル塔は畑の中に立つ風情、でも爽快。

エッフェル塔を後にして、次はオレンジラインでサンジェルマン地区に向かいまし

たが疲れた上に暑くて、途中下車。地下鉄でホテルに戻りました。

<最終日> 晴

【オペラ座】 ルーブルのガラスのピラミッドに並んだ時に会った日本人夫婦に強く勧められ、4日目の予定をずらしてこの日の午前中の予定に変更しました。特別早い時間に行ったわけでもないのに、オルセーに続いての一番乗りになり、心躍るようなある種記念すべき記憶になりました。家内はシャガールの天井画に感動したようです。

オペラ座見学の後はオペラ通りで少し買い物、少し雰囲気のあるカフェで軽食（家内：本場のエクレアは美味しい!）、ホテルに戻り、汗を拭いて再び土産の買い出しに出かけました。

【帰国の途】 午後4時の迎えをホテルで待ちました。

何故か帰りは HIS の担当の女性が乗り込んできました。彼女の息抜きタイムのようにも見えましたが、いろいろ説明してくれました。（どうせなら到着時がいいのに…とは思いましたが）

日く空港に向かう渋滞の中、来週から夏のバカンスが始まる、渋滞はそのはしり。そして来週からクローズの店が多くなるとのこと。偶然このバカンス前の時期に来られた幸運に感謝した次第です。空港ではエアチャイナのものすごく長い列にうんざりでした。

3. ハプニング

①会社時代の職場の同僚に遭遇

ホテルの朝食をとっている時のことです。私のテーブルからはエレベーターのドアが見える位置。前に家内が座りアメリカンスタイルの朝食？（各種飲物・パン、ハム、卵、チーズ、果物[㊦]よかったです）をとりながら見るともなしにエレベーターが開くのを見た瞬間、かつての同僚がまるでスクリーンが開くように現れました。8年ぶりに見る顔でした。

しばし観光について情報交換。彼らはガイド付きで昨日はモンサンミッシェルに行ったとのこと。それにしてもフランスの地で遇うとは…。前にも東北の温泉の風呂の洗い場で背中合わせで友人がいたという経験もありましたが…。3度目を期待したいです。

②スリに遭遇

これはまあ珍しくもないのですが、地下鉄にはやはりスリがいました。ホテル近くの比較的大きな駅（この日まで近くにこんな大きな駅があることを知りませんでした）周辺で土産を買い、複数の紙袋の手荷物を持っていたのが標的となったようです。



ホテルの隣のBAR



ハム・チーズの盛り合わせ



シャンゼリゼ通り

体を預けられ、すぐに体で跳ね返してやりました。周囲の乗客たちはあきらかに状況を察知していた空気が漂い、知らないのは私たち二人といった感を強く思わせた情景でした。

4. 最後に

たった4泊のパリでしたがとても充実・満足いく旅でした。前半2日間の美術館に焦点を当て、思いがなかったこと、そして残りはおまけで時間不定の有名どころの観光でのんびりできた旅。短期旅行でも十分楽しめるんだと思いました。そして日々の締めくくりをBARで過ごせたのもこの旅の成功要因だったと思っています。

冬はチェンマイ! 夏は北海道(二地域居住生活)!

北海道支部 No.80 阿部 功

●アキアジ（鮭）獲ったぞー!

「リール巻かねーで、かけろ!」釣りの先輩に言われて、あわてて、そのまま竿を持って砂浜を駆け上がりました。心臓パクパクです。

胴長を履いてる先輩がアキアジのしっぽを掴んで投げてくださいました。地元の方は皆やさしいなー。



ぶっ込みで既に一尾揚げてましたが、ルアー釣りではこのシーズン初釣果なのです。70cm位のオス。



あばれるやつを近くの木切れで頭ゴツン。軍手はめて、えらを取り浜での処理完了。

夕暮れで暗くなり、寒くて手がかじかむ。こちらで言う「ゆるくねーなー」の感覚。

家まで車で10分足らず。家に戻って、とりあえず水道で血のりを綺麗にし、猫が狙ってるので、物置の軒下につるした。

真っ暗で、手がかじかんで来るので、本格処理は明日ゆっくりしよう。部屋に入ってワ

インで乾杯！

道内在住の皆さんからすれば、何？興奮してるのだろう？と笑われますが、東京在の人間には興奮ものなんです。



ここのアキアジ釣りは9月から10月がシーズンです。

今年は絶不調と聞いてるので、浜に行きません。

例年ぶっ込み釣りだけでしたが、2～3匹揚げました。初釣果の時は本当に嬉しかったです。

釣り好きの私には、これが移住決断の本音でしょうか？

●北海道は浦河郡浦河町

ここは、北海道は浦河郡浦河町荻伏の「元浦川」の河口です。この河口は北海道でも珍しく、「河口の両岸1kmは禁止」等の釣り規制がない川なので、海ぎわぎりぎりに竿を入れられます。従って、知ってる人は札幌辺りからも釣り人が来てます。(当然ながら道内の川はアキアジ釣り全面禁止です)

時間的には、早朝が一番良いのですが、寒いのです。

更に、多くの釣り人が並ぶので、シロートの私は列に並べず、一番はずれに位置する事になります。更に、胴長を持ってないので、必然的に列のはずれに位置します。来季は買いますよ！



もっぱら夕方に出撃してます。寒いのですが、釣り人は顔馴染みの地元の数名となります。気ままに竿を入れられます。30分やって反応なければ納竿です。これ以上居ると真っ暗になります。借家を探した際も海に近い物件を探したので、車で10分足らずで帰宅です。

以上が二地域居住の生活の一場面です。

●なぜ、北海道の浦河町に？

現在も住民登録は東京です。しかし、一昨年は一年を通して東京在住は4ヶ月間だけでした。1と2月は東京ですが、3月から12月のうち東京に居たのは2ヶ月間だけでした。所謂、「二地域居住」の状態なのです。地方創生策の一環でしょうか？

2013年から浦河町暮らしが始まったが、ここまでに至る物語は、話せば長くなります。

●全ての出発点は「杉花粉症」です

戦時中には、同年代の皆さんと同様に「疎開」です。

東京から父の実家の栃木県鹿沼町へ疎開して、終戦を迎え、そのまま、小学校に入りました。この頃遊んでいたのが、日光の杉並木に続く、隣接の「例幣使街道の杉並木」でした。毎日、魚や虫とり、キノコ・山採取りに熱中です。

多量の杉花粉を吸い込んでたのでしょうね。

●その1 「花粉症」からの逃避でタイ生活

2000年現役を引退しました。現役時代は花粉症薬を服用し、何とか苦難の「春」を過ごしました。

しかし、定年後は薬は止めて転地療養する事にしました。30年以上も内服薬を使っていたので、医者の勧めもありました。

定年前から「南国暮らしの会」に入会して情報を集めてました。ここで、移住した先輩方の現地家庭訪問などで情報を収集し、フィリピン、マレーシアでの春の季節のシーズンステイを経験しました。

しかし、いずれも若干、帯に短しで、満足な地域は見つからなかった。(食事や滞在賃

貸物件)

2004年頃でしたか、南国会の名古屋の友人に誘われ、それまで敬遠していたタイ国へステイしてから、チェンマイが気に入りました。以降一昨年まで10年以上も毎年春のシーズンステイ（1月末から5月連休後迄）をし、むしろ花粉からの逃避行でした。

年の初め頃、航空チケットを予約し、宿は定宿を決めてましたので、「マイネーム・アベ、トウキョウ」と電話すれば、いつもの部屋を準備してくれます。



チェンマイを選んだのは、気候がバンコクより涼しいし、宿も賃貸物件が多い。大都会でない都会で、田舎でもない。麺類やご飯料理がおいしい。文字が読めないのが敬遠してましたが、住めば都！「南の会」の友人も多数滞在し、現地で交流がある。月一回の定期会合（当時）もあり情報はばっちり。



春の「花祭り」やタイの新年の「水掛け祭り」等を楽しみました。

3～4ヶ月間の滞在中ですが、他の日本人は3月になると暑くなるので、帰国します。

しかし、私は花粉がなくなるまで帰れません。

この間、タイだけでなく近隣諸国をバックパッカー的に旅行しました。メコン川に面した国々の国境を、ほぼ全て徒歩で越えました。更には、これにのめりこんで、当会の友人「仙台の氏家さん」と足をのばし、シルクロードを敦煌からカシュガル、更には高度4,700mの国境を越えて、パキスタンのフンザまで貧乏旅行をしました。



フンザは「風の谷のナウシカ」のモデルになった世界三大桃源郷として有名ですね。

つまらん自慢話で、かなり逸れてしまいました。

●その2 いよいよ何故北海道へ？

チェンマイでの「南国会」の友人（No.373 水谷夫妻：チェンマイのサンデーマーケットでの「かっぱれ踊り」で有名でしたね）が、帰国後の夏は北海道を車でキャンプ旅をしていると、色々教えて頂きました。

彼の著書「じじばばアウトドア放浪記」（新風舎発行）も購入し熟読。

チェンマイから帰国後、早速テントを積み込んで、一ヶ月程のキャンプ場巡りの北海道の車旅です。

関越高速を新潟へ。新潟港から車を積み込んだ船で、小樽か苫小牧へ向かいます。翌日、北海道です。一ヶ月で道内をぐるりと3,000kmは走ります。

もっぱら、妻の運転で、私は助手席でビール片手のナビゲーターです。北海道のキャン

ブ場は整備が良いし、ほぼ無料です。

キャンプ場の夜の情報で、「北海道では小中学校の閉鎖で、教員用の社宅が空き家になり、内地からの体験移住者向けの住宅として提供してる」との情報を得た。

3～4年ほど、全道のキャンプ場巡りしてから、この「体験移住」にチャレンジしました。

道内のほぼ主だった市町村には、このシステムがあり、ネットで募集してます。www.kuraso-hokkaido.jp/。

北海道の静内町、南幌町、中川町、新冠町と毎年1～2ヶ月間づつ経験しました。

家賃は家具完備で、一ヶ月2～3万円程度で、光熱費は別途負担でした。

始めたころは、希望通りにステイ出来ましたが、その後は希望者が多くなり、抽選になる箇所が多い。

そして、最後に浦河町に辿りついたのです。

●その3 いよいよ浦河町へ

2013年2月末、急遽チェンマイから帰国し、即、浦河町に来ました。寒暖差40度。倍率が高かったのですが体験移住者に選ばれたのです(5月連休前の期間を頼めばほぼOKと先輩の忠告)。校長先生の住宅だったそうです。3LDK 一戸建て、月2.5万円。



野菜作り、釣りや乗馬、山菜とり等、役場主催の体験移住者向けの行事に参加し、すっかり気に入りました。えりも岬・世界ジオパークのアポイ岳等の近隣観光や乗馬・パークゴルフ・溪流釣り・海釣り等で6ヶ月間お世話になり、帰京する事になりました。



各地の体験移住制度も希望者が増え競争率が厳しくなってます。毎年の応募も面倒になったのです。

そこで、思い切って役場の方に民間の賃貸住宅を斡旋頂きました。「家具付、車庫付きで水洗便所」が条件で探して貰いました(釣りは妻に内緒)。

浦河町の西部地区の荻伏地区に、土地100坪、4LDK、車庫付きの物件があり、条件ぴったりで気に入り、家主さんと年間契約をしました。



家賃は体験住宅と同額程度でした。家具は古いがほぼ完備です。ここに同年10月から半居住してます。

浦河町は面積が広くてJR駅が5駅もあります。

我が家は、その最も西側の「荻伏駅」から徒歩5分、バス停からは徒歩3分、大型スーパーとコンビニのセイコーマートも近く、生活にも便利な環境です。

ただ、このJRなのですが、2015年1月から、暴風雨による線路崩落で運行停止状態のままで、3年近くも列車がSTOPです。代



行バス運行です。

北海道新幹線の影響なのか、赤字路線の運行再開に消極的な JR 北海道に地域住民は困ってます。

さて、浦河町の紹介が遅れましたが、山をやった年配者には、天気予報での「ウラカワ〇〇〇ミリバール」でお馴染みですね。

人口 13,000 人程で、漁業や牧場で有名。

三冠馬シンザンの産地で、JRA 日高育成牧場がありサラブレッドに囲まれた様な町です。

我が家の周りも牧場が多く、朝の散歩は快適です。空気がおいしく、夜は天の川が良く見えるのです。

全道の中で浦河町を選んだ最大の理由は、気候です。

冬は雪が少なく、積もってもせいぜい 30cm 程度です。しかも夏が涼しいのです。北海道なら当たり前の様ですが、内陸部はとても暑いのです。NHK 予報で見るとここは釧路の夏の温度とほぼ同じで涼しい。

●その 4 地元との付き合い

さて、「田舎暮らし」は憧れだが、付き合いが難しいとの TV 番組などで紹介される事がありますね。

ここ浦河町は、人情に厚く親切な方々に囲まれています。お付き合いはスムーズにいました。

そもそもは、春の「荻伏地区パークゴルフ大会」に参加し、ご近隣の 50 名程の方々に紹介させて頂く機会があり、すんなりご近所付き合いが出来ました。

春と秋の年 2 回大会があり、終了後は表彰式とじゃんじゃん焼のビアパーティです。概ね、成績は下の方ですが、昨年ニアピン賞のお米 5kg 頂きました。



年会費 2,000 円ですので、この「オニウスパークゴルフ場」のメンバーになり、ちょくちょくご近所仲間とプレイを楽しんでいます。

更に、月一回開かれるご近所の「カラオケ同好会」に参加を要請され、苦手なのですが、何とか続いています。歌よりも、ビールや持ち寄りの茶菓をつまみながらのご近所情報が飛び交いますので、なにかと重宝しています。

週 2 回、総合保養施設の「アエル温泉」へ無料ミニバスで運んでくれます。ほぼ家の風呂は使わず、出来るだけこちらに参加しており、お仲間が増えました。

町内会費も年 2,400 円ですので、年会費を支払い、仲間に入れて貰ってます。町の広報や回覧版も回って来ますので、完全に溶け込んでる状態です。

この秋の「荻伏神社」のお祭りには、何かカラオケをやれと言われてて、悩んでいます。

●最後に移住留意点

体験住宅制度があれば、良いのですが、何らかの方法で候補地での実体験が絶対必要と思います。

短期なのか？長期か？終の棲家か？

1. 気候

四季の暑さ寒さ、雨風、積雪量など地元特有の情報を調査する。南国暮らしのほてった体を休めるのは、夏の北海道なら「太平洋岸」

ですよ。

2. 住居設備

家具付を探すのが良いが、物件少ない。家具付の体験住宅から始めて、地元の地域情報を収集すると良い。住んでみると業者の知らない物件情報が入って来るのです。

「トイレ」は水洗が必須ですね。最近ではほぼ OK ですが、地元情報の賃貸の際は気を付けて！

「ネット環境」：私はスマホのテザリングでネット接続していますが、月 6GB 契約なので容量不足気味です。

光回線を引くか、可能エリアなら、工事不要のエアー Softbank、WiMAX 等便利な物があります。

その他、北国は通年契約ですと、冬季特有の問題がありますが、不在時のボイラーの水落とし（3～5,000 円）や車の冬タイヤ装着（2,000 円）などは業者に依頼します。

2. 交通環境

現地では車があると楽しみが増します。高速道環境を調べるのは当然。交通機関と時間・費用調査。

遠地ならフェリー等の便を調査。関東から北海道へは車と運転手込みで 2～30,000 円（新潟―苫小牧）。

航空機は LCC が増えて、北海道でも 2 ヶ月程前の予約ですと、3,000 円程度です（ジェットスター、バニラで成田―新千歳間）。LCC 各社のネット会員登録でお得情報配信あり。

3. 地域とのふれあい（趣味）

浦河町では、役場主催の「うらかわ暮らし交流会」組織があり、催しや趣味の個人指導があり不便なしです。

これに加えて、積極的に地元の方々と交流する事です。

例えば、朝晩の散歩でのご挨拶が有効でした。乗馬・釣りや家庭菜園等、趣味を活かした触れ合い機会が多数あります。趣味を通じ

た触れ合いが最も有効。

4. 医療機関・介護

悩ましいのは「医療環境」です。本拠地での医療関係を維持しつつ、現地で「掛かりつけ医者」を探す。

私の浦河町には、車で 20 分程の「浦河日赤病院」がありますが、専従医師が少ない。看護師養成機関あり。



車で 5 分程の「荻伏診療所」を掛かりつけにしています。

「介護施設」―移住期間が長くなると、友人も増えて終の棲家的になる。介護施設は、やはり、いずこも不足ぎみだが、大都市よりは条件が良い。ここ、浦河では車で 10 分程の場所に、閉鎖小学校活用の「野深ルピナス館」があり、地元の方と見学をしたら若干余裕がありました。

町役場主催の「うらかわ健康道場」がシーズン毎に週一開催され、軽いスポーツ教室に参加し健康増進中です。

5. 教養

「九十九大学」と言うシニア向け講座が開催されているが、開催回数も少なく、満足できない。日赤病院や役場・地元高校主催の教養講座に積極的に参加しても、満たされない。IT 関係の講座もなく、この面を重視する方には、大きな都市が傍にある地域が望ましいと思います。

以上、個人的な見解も交えて、体験からの感想です。

興味ある方は、決断です。一步踏み出しましょう！

北海道ロングステイ・ニセコ ～暑さからの逃避～

東海支部 No.1674 神谷 宜門

今年は暑さから逃げる事ができた！私は数年来、何とかして名古屋の暑い夏から逃げ出したいとの思いがありました。ニセコとの出会いがこのことを解決してくれました。オーストラリア人が管理、運営しているニセコセントラルは、ニセコアンヌプリ山麓に数多くのコンドミニウム・リゾートハウスを所有しています。冬は主に海外からスキーヤーが、夏は暑さを逃れてくるシニアのロングステイヤーがやってきます。

さて、妻と私は7月15日～9月13日の60日ニセコに滞在しました。私たちのニセコ滞在記をここにご紹介します。

1. ニセコ

ニセコといっても正確には倶知安町です。ニセコ町の隣町にあたります。人口15,000人、小樽市から南西60km、札幌から西100km、函館から北200kmの地にあります。標高1898mの羊蹄山、1308mのニセコアンヌプリが間近に見える自然豊かな町です。私たちは1LDK・59㎡のコンドミニウムに滞在しました。冷蔵庫・洗濯機・乾燥機・電子レンジなど、また鍋・食器など生活に必需品は完備しています。ただし、外国人仕様ではあります。ニセコアンヌプリが見える、しゃれた、快適な部屋でした。費用は60泊で約33万円。ここを基点としてドライブ、ハイキング、温泉巡り、ゴルフ、各種イベントへ



の参加、時には読書、食べ歩きなど楽しく過ごすことができました。

2. イベント

ニセコセントラル主催のイベントとして、ウエルカムパーティ、パークゴルフ、アフタヌーンティー、果物狩りなど、滞在者どうしの親睦を深めるための企画が催されました。また倶知安町観光協会が主催するロングステイヤー対象のウエルカムパーティ、各町村による祭りなど楽しい企画がたくさんありました。特に、ヒラフ祭りには感激しました。メキシカンミュージック、ファイヤーダンス、太鼓と花火のコラボレーション。大いに私たちを若返らせてくれました。



3. ハイキングとドライブ

宿泊施設から車で20～30分のち、徒歩30～40分圏内に半月湖、鏡沼、神仙沼などハイキングに適した場所は何か所があります。高齢者にとって坂道30～40分はかなりきついのですが、十分報われるだけの風景が現れます。足に自信のある方はニセコアンヌプリ、羊蹄山登山に挑戦してみてください。



積丹半島1周ドライブに出かけました。積丹ブルーに輝き、透明度の高い美しい海です。私はウニ・いくら丼、妻はウニ・マグロ丼を堪能。ドライブに関してはスピードに要注意。私の知人も何人かスピード違反で反則切符を貰っています。北海道警察に寄付したと思えば多少怒りも治まるかもしれませんが。

4. パークゴルフ

ゴルフ場は近くに3か所、もう少し足を延ばせばさらに数か所あります。今回私たちはパークゴルフに挑戦しました。北海道十勝市が発祥と聞いています。近くにあり、低価格でかつ手軽にできます。各町村に必ず1か所はあり、シニアの皆さんの楽しい交流の場として活用されています。これはパターゴルフの拡大版のようなもので距離は1ホール最長100m。カップが大きいので通常のゴルフに比べてストレスが少ないところが良かった点



です。ゴルフ経験のない人も2、3ホールやれば慣れて、楽しくできます。費用も道具代込みで700円ほどですみます。ゴルフの10分の1です。

5. その他

ニセコ近辺には30か所の温泉があり、今年は9か所行きました。源泉かけ流し、野趣豊かな、狐でも出てきそうな露天風呂、大正・昭和初期を思わせる温泉もあって楽しみを倍増させてくれました。

また、長期滞在者向けのサービスがいくつかあります。レストラン・スーパーマーケット・ガソリンスタンドなどの割引適用があるニセコパスポート、ポケシリカード。さらに施設近くから倶知安町中心地までの無料ナイトバス。ただし、7・8の2か月間夜間のみ運用。

8月下旬に北海道支部の皆さんと東海支部との交流会がありました。北海道の良さを改めて教えてもらい、今後の旅を一層楽しめそうです。

私たちにとって今回の経験は新たな1ページを開いてくれました。海外ではなく日本の良さを改めて知ることができました。ニセコの皆さん、北海道の皆さんそして北海道の自然に感謝。来年以降続けてニセコに、北海道に行こうと思っています。

マレーシアに25年住んで感じる事、最新マレーシア事情

ペナン支部 No.495 石原 彰太郎

自己紹介

私は仕事の関係で1992年（25年前）にマレーシア ペナンに移住しました。その後、20年ペナンに住んだ後、2012年からクアラルンプールに移住し、今もクアラルンプールを拠点に生活しております。2000年頃に南の会で有名な会員さんだった故木村義光さんとペナンで知り合いになり、南国の会に入会させて頂き、木村さん、加藤進さん（元会員）と3名で南の会ペナン支部を立ち上げました。私はまだ現役でマレーシアで会社（ロングステイサポート、不動産会社）を経営している身ではありますが、南の会の和気藹々とした雰囲気と活動が好きで未だに会員を継続させて頂いております。

私がこの「お役立ち情報」の欄でお役に立てる内容としては、マレーシア主要都市の最新状況、ロングステイビザ（MM2Hプログラム）最新情報、マレーシアの活用法、私の25年住んでの感想かと考え、各項目毎に書く事にしました。皆さんのお役に立てれば幸いです。

マレーシア主要都市紹介

1) クアラルンプール（略称：KL）：マレーシアの首都として800万人程の人口を抱える東南アジア有数の大都市です。日本とは成田、羽田、関空、札幌と直行便があり、マレーシア航空以外に日本航空、全日空、エアーアジア便が沢山就航しています。飛行時間は約7時間、日本と時差は1時間だけで時差ボケの心配はありません。

気候は常夏ですが、東京の8月よりは少し涼しく（特に朝夕）東京の真夏程の湿気も無く、現地に住む日本人の多くがこの気候がマレーシアの一番良い点と言っています。またマレーシアには地震、台風、火山等の天災が殆ど無く、原発も無いので、日

本では考えられ無い安心した生活が出来ます。



マレーシア：クアラルンプール中心

KLで生活する上で助かるのは、まずイオン、伊勢丹、ダイソー、ユニクロ等の日本でお馴染みの店が至る所にあり、日本食材等ほぼ何でも手に入る事です。また吉野家、すき屋、丸亀うどん、一風堂等の日本食チェーン、更に居酒屋も沢山あります。最近ではファミリーマートもKLに進出し、店をどんどんと増やしており、日本式の弁当、おにぎり、サンドイッチ、おでんも食べれます。

KLには駐在員とロングステイの日本人を合わせて現在2万人程度が住んでいます。日本人会は大変立派な会館と組織を持ち60以上のサークルがあり、日本と同じく趣味を通じて友人の輪を広げる事が出来ます。

KLの良い点は、1) 日本と同じ様な生活が常夏の気候、天災無しの環境で出来る、2) 日本と往復が飛行機便が沢山あり航空運賃も安い、3) ゴルフ場も30ヶ所以上、日本人のゴルフ同好会も沢山あり、ゴルフ環境は大変良い、4) 格安航空会社のエアーアジアがKLを拠点にしており、マレーシア国内や東南アジアの観光地（バリ島、タイ各都市、ベトナム、アンコールワット等）に安・近・短に行ける、5) 日本人会の組

織もしっかりしており、病院も日本語対応出来る所が多い。6) 鉄道網がどんどんと整備され車無しの生活も可能、と言った所になります。

KL の注意点としては、1) ペナン、イポー、ジョホール等に比べて物価は1～3割は高い、2) 大都市で外国人も多い事もあり治安面では他の都市に比べてやや不安がある、3) 朝夕の通勤時を中心に道路が渋滞する事が多い、と言った所です。

KL はアクティブな生活を好む方、日本との往復が多い方に向く都市と言えます。

2) ペナン島：ペナンは古くから知られたビーチリゾートですが、工業化も進み 多国籍企業が多く、人口が島内に70万人以上、半島部分のペナン州を合わせると160万人以上あり、マレーシア有数の都市でもあります。日系企業も古くから進出し、現在駐在員とロングステイの日本人を合わせて3,000名以上がペナンに住んでいます。

ペナンは2007年に英国植民地時代の遺跡が評価され世界遺産に認定されており、近年国内外の観光客が大変増えています。また美食で知られたペナンで、マレーシア国内又はシンガポールから沢山の観光客がペナンの食事を目当てに訪ねて来ます。



ペナンにも40年以上の歴史ある日本人会があり、10以上のサークルを持つ会館もあります。KLほどではありませんが、イオン、ユニクロもあり和食レストランも多数、また日本語対応の病院も幾つもあります。ペナンも日本人が住む為の生活イン

フラは整っていると言えます。

ペナンの良い点は、1) KLと同じく日本と同じ様な生活が常夏、天災無しの環境で出来る、2) 海あり、山有り、風光明媚な景色を楽しめ、KLに比べのんびりした生活が出来る、3) 世界遺産、美味しいものの有りの町で文化的で質の高い生活が出来る、4) 日本人会の組織もあり、病院も日本語対応している、5) KLに比べて物価が1～2割は安い、6) 島社会と言う事もあり現地人が親切で治安も比較的良い、と言う点になります。

ペナンの注意点としては、1) 現在日本とペナンの直行便が無く、日本との往復はKLやシンガポール等を経由、2) ペナン島も朝夕を中心に交通渋滞がひどくなって来ている、3) ゴルフ場はペナン島に一つ、半島側に5箇所程度と数は多くなく、ペナン島から半島のゴルフ場までは1時間程度時間が掛かる、4) 現在電車網は無い(2026年に開通予定)等になります。

ペナンは、海を見ながらゆったりと生活したい方、現地人との交流をしたい方に向いた町と言えます。南の会のペナン支部はMM2Hビザを取り長く住む会員が多く、ペナンがロングステイ(特に定住者)に魅力的な都市の証拠と言えます。

3) ジョホール・バル：シンガポールの対岸に位置する都市で、人口80万人強のやはりマレーシア有数都市です。シンガポールとは二本の橋で繋がっており、週末に沢山のシンガポール人が買い物、ゴルフ、マッサージ等で繰り出し、ジョホール・バルはシンガポールの商業圏と言えます。日系企業も石油、化学関係を中心に古くから進出し、やはり1,000名を超える日本人駐在員が居ます。

近年はイスカンダール計画と言う経済特区に国内外の大手企業の投資、進出が相次ぎ、ぱっとしない港町から大きくモダンな

都市に変貌を遂げようとしています。イスカンダール計画とは、シンガポールとジョホール・バルを経済的に密接に連携させる事により香港と深淺の様な補完関係を築き、ジョホールを大きく発展させようとするマレーシア政府の経済計画です。

原野だった土地が次々と開拓され、最先端の大きな町が幾つも生まれようとしています。特に世界中の大学やインターナショナル校を集めて教育ハブを目指しており、最近マルボロ校等の欧米名門校がキャンパスを続々オープンしています。KL やペナンに比べると規模はかなり小さいですが、ジョホールにも日本人会があります。

ジョホールの特徴としては、子供の留学目的の若い家族移住組が多い点です。MM2H ビザで滞在している人もいますが、多くはインター校の保護者ビザで住んでいます。KL やペナンの様に退職後の方のロングステイの方が多いとまだ言えません。

ジョホール・バルの良い点は、1) 何と言ってもシンガポールに近いので日本との往復や高級な買物や食事でシンガポールを活用出来る（ジョホールにも空港はあり）、2) 大型イオン・モールも数店舗あり日本食料品等は手頃に入手出来、和食店も多い、3) ゴルフ場が市街地近くに多く有り平日は格安でプレー出来る、マッサージも数え切れない程ある、4) 子供や孫の国際的な教育に向く町、と言う所です。

ジョホール・バルの注意点としては、1) 現時点での生活インフラ（日本語対応病院、日本人会等）はKL やペナンに劣る（将来は改善すると思われるが）、2) シンガポールの隣接都市と言え、出入国の手続きで朝夕ラッシュ時等国境を越えるのに数時間掛かる事がある、3) 日本とジョホール直行便は無く、クアラ乗り換えとなる、4) 現在電車網は無い（2024 年シンガポール地

下鉄が乗入れ予定）と言う点になります。

ジョホール・バルは、教育留学の為の若い日本人家庭、事業進出も考えている方、ゴルフ好きのシニアに向く町と言えます。

MM2H ビザ条件変更の予定：既にお聞きになっている方も居られると思いますが、マレーシア政府は、長期滞在（MM2H）ビザの条件を来年大きく見直すと言っております。但し新条件の施行時期に関してはまだ正式発表がありません。

現在は、第一ステップで銀行預金が50歳以上でRM350,000（約945万円）、50歳以下でRM500,000（約1,350万円）、毎月の収入でRM10,000（約27万円）以上がある事が基本条件ですが、これを一律RM600,000（1,620万円）以上にしようとしています。

また第二ステップのマレーシア国内での定期預金も、現在の50歳以上でRM150,000（約405万円）、50歳以下でRM300,000（約810万円）を、一律RM500,000（約1,350万円）にする様な話をしています。MM2H ビザに関心がある方は早め、出来るだけ今年中に申請される事をお勧めします。

マレーシアの活用法：私の経験上、以下の様な活用方法があると思います。

- 1) 避寒や異文化体験：冬場の寒さを避けてマレーシアで避寒、保養したり、又は日本では出来ない異文化体験をする。但しこの方法では日本での経費も有り、トータルで考えて経済的な効果（節約）は出来ないと思います。
- 2) MM2H を取得してマレーシアに5～10年定住：これが出来れば年金の有効活用、トータルでも経済的な効果（節約）を達成出来ると思います。マレーシアは物価が安いだけでなく、銀行金利も1年定期で3%以上と高利回りですので、資金の有効活用

が出来ます。知り合いでペナンで10年間金利で生活していた人もいます。

- 3) お金のロングステイ:色々な事情で中々マレーシアに行けない人は、まずお金にロングステイさせると言う方法もあります。銀行口座開設には基本MM2Hビザが必要ですが、MM2Hは滞在義務があるビザ制度で無いので、MM2Hを取り自分が住む前にお金にロングステイ(高金利運用)させる事が可能です。更に為替のメリットを生かせれば、リターンは更に増えます。
- 4) 子供や孫の国際的な教育:これは声を大にして推薦したい内容です。我家は5人の子供をマレーシアで育てましたが、皆日本語以外に英語、中国語、マレー語も習得出来ました。既に上の2名は日本で就職していますが、マレーシアで勉強した事により、沢山の言葉と国際性が身に付き、今はそれがとても役に立っていると言っています。

最後に

私は25年マレーシアをベースに生活し、外から日本を見て来ました。今強く感じるのはマレーシアと日本はとても相性が良いと言う事です。日本に無いものがマレーシアに沢山あり、マレーシアに無いものが日本に沢山

あります。そしてやはり日本は素晴らしい国です。マレーシアもまだ発展途中の国で足りない点もありますが、素晴らしい国であるのは間違いありません。特にマレーシア人の国際性、寛容さ等日本人が学ぶ物も沢山あります。

皆さんが上記1)～4)の方法でマレーシアを活用すれば多くのメリット受けれると思います。そしてまた日本の素晴らしさも再認識し日本により感謝できる様になると思います。



家族とのディナーにて

最後に、もっとマレーシアを詳しく知りたい方は、私が日本で出版した「日本脱出先候補 No.1 国マレーシア、筑摩書房」を読んで頂けると参考になるかと思います。長文をお読み頂きありがとうございました！



支 部 便 り

北海道支部便り

支部長 No.1285 桂 裕章

☆7月女性サロン会

日 時：7月4日 12:00～

場 所：ふしみグリエ（札幌市中央区伏見）

参加者：8名

- ・今回は、札幌の街を一望できる素晴らしい景観と洗練され落ち着いた雰囲気の“ヒルサイドテラスふしみグリエ”にお邪魔しました。

みなさん圧倒的な景色に感嘆され美味しいお料理に舌鼓、それぞれの近況報告、健康から介護のお話、いつもながらおしゃべりは弾みっぱなしでした。

北海道支部女性サロン会は、これまでに十数回程開催されております。

ここ数年のコンセプトは、必ずもう一度訪れてみたくなるお店、優雅で大人の空間を選定する様心がけております。

（担当幹事 松村祐子さん）

☆お試し移住住宅の見学会

日 時：8月26日

場 所：北広島市稲穂町

（札幌市の南隣りの街）

参加者：12人（東海支部高島支部長はじめ8人、関東支部2人、北海道支部2人）

- ・札幌からJRで16分、新千歳空港から20分の北広島市のお試し住宅（平屋一戸建、3LDK）を見学しました。

ここは4年前に開設以来、毎年南の会の会員が利用されており、駅からも徒歩7分で好評を得ています。

この住宅には今年8月一か月間、南の会メンバーの埼玉県の金沢ご夫妻がロングス

テイされており、案内をしていただきました。

また、お昼には近くの寿司屋さんで、夏の季節に北海道にLSされている東海支部の皆さんを中心にランチをしながら、情報交換をしました。



☆8月サロン会

日 時：8月28日 17:00～

場 所：さんかい

（札幌市中央区南3条西1丁目）

参加者：24名

- ・この夏北海道を訪れている、高島東海支部長はじめ東海支部のメンバー12人をお迎えして、総勢24人もの大勢での支部交流会になりました。

話題も北海道のLSから台湾へのLSへと広がり、親睦を深め盛会のうちにお開きとなりました。

最近は国内のロングステイも盛んになっており、国内においてもこの様な南の会の各支部会員との情報交換会が企画されるとたいへん良いことと感じました。

☆10月サロン会

日 時：10月1日

場 所：かでる2・7（札幌市中央区北2条西7丁目）、懇親会は「ふうり」で（札幌駅アピア）

参加者：25人

テーマ

「カナダ・遊学日記」

No.1753 桜庭発子さん

桜庭さんはここ数年カナダ西海岸のバンクーバーに、英語留学をされています。

日本でもLS地として人気のある都市バンクーバーについて、報告してもらいました。

語学学校での英会話の勉強について具体的なシステムや内容を、それから滞在先、暮らし方、学校の友人などについても貴重なお話をして頂きました。



「南の会・北海道支部での13年間を振り返って」

No.742 池田邦彦さん

池田さんは東京出身ですが、お仕事の関係もあり約40年にわたって北海道北広島市に転居されていました。北海道支部では10月まで副支部長として、支部としても大変お世話になっていましたが、この秋東京に引っ越されることになりました。

池田さんは米国勤務の経験もあり世界各国を訪れるとともに、そのLS先も東南アジアのタイ、マレーシア、フィリピンからオセアニアのオーストラリア、ニュージーランドと南の会の会員が滞在する各地に現在もロングステイされています。

また、ここ数年間の北海道支部としての高度成長期（会員が倍増!）に、役員を務められた貴重な体験談を中心にお話をして頂きました。

なお、新年からは新たに関東支部の会員として移ることとなりますので、関東支部の皆さんにもどうぞお付き合いのほどよろしくお

願いします。

「新規 ML について」

No.625 工藤俊一さん

本部の新しいMLの作成などについて、説明をしてもらいました。

東北支部便り

支部長 No.1027 佐藤 周司

○29年度役員支部長会 概要報告

29年9月24日（日）

宮城県松島町磯崎字浜1-1

大江戸温泉 ホテル壮観

TEL 022-354-2181

・情報交換会 午後4:10～6:00

・懇親会 6:30～9:00

司会進行総務担当 氏家 孝



参加者各自のロングステイ体験記。趣味。自分流旅物語等々!!

情報交換会（各自の発表文概要）数字は（会員番号）敬称略

①ベトナム（ホーチミン）見聞録

No.1027 佐藤周司

JAL ビジネス利用で往復とも座席を180度倒し疲れのなかった旅、写真140枚。

説明文も書き込み、音声も流し、プロジェクターで紹介、メコン川クルーズ。

サイゴン大教会、サイゴン川ディナークルーズ、水上人形劇、タクシーで動植物園。

徒歩で市内散策、露天での現地食も味わい自分流の旅を楽しんだ。

②フィリピン旅行記 No.1356 小松 実

会員同士数名での旅、写真を示し観光地を説明 自由に気ままにふるまえた。

また、時間を気にせず食べたいものを食べ、行きたいところに行けたし、感動的な旅行が出来た。(仲間内だからできた自由に気楽な旅) 満足げに笑顔で話された。

③北海道旅行記 No.498 氏家 孝

14日間の北海道の旅 フェリーで車を運び(23,800円)10日間3,500キロ走破。ゲストハウス、ユースホステルで寝泊まりして稚内、三国峠、美瑛、富良野等北海道1周?したと思います。日帰り温泉500円も利用、写真も1,000枚以上撮り全部は見切れなかった。心配で娘さんも同行したが面白かったとの事。味のある旅。

④心に残った北海道の旅 No.467 渡邊英勝

仙台空港からチャーター便で稚内に入りそこから船で利尻島。礼文島、山野草が今も目に浮かぶし、島内の観光地も短期間でしたが一通り見る事が出来た利尻。礼文島のパンフレットで詳細説明、次回は10月7日からセブ。ダバオに飛ぶ予定多数の会員にも参加打診。是非同行したいと思います。

⑤初参加 ゲスト——星 長吉様

No.467 渡邊氏紹介

人材派遣業オーナーでフィリピンから現在75名が研修の形で日本の企業に人材を派遣、年に何回もフィリピンに出かけているので現地の様子を生で細かく聞いた。大変詳しい、大変参考になる話を聞いた。

⑥日常の楽しみ方 ゲスト——伊藤様

No.1027 佐藤氏紹介

4つのゴルフクラブに入り週1回はゴルフ場 スコアも84～86で優勝も多い。練習も真剣で自然と身に入る。料理も上手。国内旅行も数多く出かける。一緒にいると楽しい人、旅情報を聴くのが楽しみで毎回参加して話を聞くと自分も行った気分になる。この会が気に入ったとの話!

懇親会進行

副支部長 小松 実

小松支部長の開会挨拶でスタート

6:30～9:00 バイキング夕食と飲み放題、終わり時間まで、話し合い飲み食いしてまだ飽き足らず部屋にアルコール類を持ち込み、11:00心残りがあったがこの辺で終わり就寝、翌日に備えた。

25日(月)参加希望者で、日本三景松島観光地巡り、(半日観光)地元名産品を食し瑞巖寺、福浦島も散策見学。松島の島々は260余りあるとの事。驚いた。休日明けの関わらずすごい人でどこもいっぱい日本三景に相応しい美観!!

今後とも他支部会員様のご参加也大歓迎です。是非お出で下さい。

お問い合わせは総務 氏家 070-4170-2651





次回も皆様にお会いできますことを楽しみにしております。

南国暮らしの会東北支部会員一同

関東甲信越支部便り

No.1607 阿部 滋敏

◆7月サロン会

日 時：7月22日（土）13：30～16：45

場 所：東京都南部労政会館 第6会議室

参加者：38名

1. マレーシア（コタキナバル・クアラルンプール）での生活の様子

No.40 平澤 信

旅先の観光地や名所旧跡ではなく、人々の普通の生活が見たいという平澤さん。

コタキナバル郊外の友人宅では留守番中に猫と格闘、イポーでも走っている東南アジア流オンボロバスでコタキナバル中心部のホテルに移動後は大嫌いなドリアンの臭いに四苦八苦。

クアラルンプールではキッチンとバスタブ付きの部屋を探して苦労しました。やっと見つけたホテルもWifiがつかず苦労されたとのこと。

コタキナバルでは不自由しなかった日本食も、クアラルンプールでは高くてまずいとのこと。マレーシア好きの会員が多い中で、別の視点でマレーシアを見ることができるお話に皆さん興味津々でした。

2. 北タイ・チェンセンとその周辺

No.1457 小野耕一、No.1047 関口幹二

お二人を含めて多くの会員がお世話になったというチェンセンのさくら旅館を中心に北タイの滞在についてお話を伺いました。

すぐそばを流れるメコン川で取れた大ナマズ、黄色い繭から紡ぐタイシルク、国境には竹の柵があるだけ、お葬式では死者の魂は天国へ行き、残った遺骨はゴミ屋さんが処分することなど感心したり驚いたり1時間でした。

3. 情報交換会

テーマ毎に3ブロックに分かれて実施

1) マレーシア 2) 北タイ 3) フィリピン

4. 「懇親会」

場 所：[ロオジ] ゲートシティ大崎ウエストタワー地下1F

参加者：26名

いつも通り、和気あいの会食で、あっという間の2時間半でした。



チェンセンの写真を説明中の小野会員



情報交換会の様子(フィリピンのグループ)

◆9月サロン会

日 時：9月24日（日）13：45～16：45

会 場：東京都南部労政会館

第6、3会議室

参加者：54名

1. ペナン支部の「今」

No.1630 菅野 純、No.1012 木村まゆみ

コーディネーター No.34 大野悦子

ペナン菅野支部長と木村会員に滞在先をペナンに決めた理由・気候・気温・大気汚染・住居の探し方・賃借期間・食事情報等市内の交通機関・医療関係、服装、滞在費用、その他色々とコーディネーターがお伺いし時間の経つのが早かったです。

- ・ペナンを決めた理由は、物価が安い、温暖な気候、海に近い事だそうです。
- ・服装は一年中気温が27℃～35℃で湿気が少ないので、半袖、半ズボンで過ごせますとの事、
- ・家賃は長く借りた方が安く、110㎡、3ベッドで2,400リンギット(65,000円/月)・2LDK、70㎡1,300リンギット(35,000円)で、長期で借りると安い短期では5割～10割位割高との事です。
- ・9月、10月 山焼きの煙がスモックのようになり、学校が休みになる事もあります。スモックでロングホールのグリーンが見えなくなるほど酷くは無いです。

またPM2.5も毎日数値を発表し、濃度の高い時は外出を控えるように情報が流れます。

- ・車の排ガス規制は聞いていませんが、車検は無いです。廃車同然の車では煙が出ている車を見かける事はありますが、私は気になる事は無いです。
- ・カードで医療関係も本人負担支払いは無いそうです。(風邪でもすぐ入院だそうです)
- ・日本の免許書があれば領事館でマレー語に翻訳依頼、免許申請(2,500円位)で5年間有効です。
- ・Wi-Fiは別契約で1,500リンギット(40,000円/年)・電気・水道の中で一番高い

2. ダバオでの生活 ～日本に来てダバオとの違いについて

アジア大学留学生 ゴロ アイリーンさん

フィリピンのミンダナオ大学からアジア大学留学生として滞在中。

- ・ダバオの生活について、人口63万人で言語はパラ語が共通語ですが英語も良く使われています。83%がローマカトリック、15%がキリスト教で残りはイスラムと仏教です。
- ・学校では英語で授業ですから、英語を話せる人が多く、英会話の勉強にも良い所です。
- ・ダバオに5年間住んでいましたが、台風にあったのは、先日の日本の台風が初めてで、ビックリしました。
- ・フィリピンやダバオは食事時にご飯が付いて、食べ放題が当たり前で日本のメニューには付いていない、ご飯が一番大切なものになぜと思いました。
- ・先日、日本でラーメンにご飯を入れて食べました。
- ・ダバオは2015年の世界の治安の良い国の順位は第4位です。
- ・ダバオのタクシー運転手のマナーは良く、遠廻りや追加料金も有りません。
- ・治安やマナーも100%完璧ではないのでテロ等も有りました。
- ・ダバオは日本人との深い関係が有り、日本企業も多く入っています。
- ・ジムニは行き先を伝え、料金は隣の人に渡すと運転手の方へ届けてくれるそうで、降りる時はパラと言いながら車の屋根を叩くと車を止めてくれるそうです。
- ・美味しい食べ物は、マンゴスチン、パポーは熱いのと冷たいのがあるそうです。
- ・ハロハロはたくさんの果物とアイスクリーム、氷の入ったデザートです。
- ・ミンダナオ大学は日本語を学びたい人が入ります、ダバオは日本人が来たら歓迎されます。
- ・バナナはフィリピンでは庭先にあるのに、日本では300円も払うのにはびっくりしました。

- ・第二次大戦で戦場になりアメリカと日本の戦いに巻き込まれてから、情勢が大きく変化したそうです。兵隊さんが道路や橋、学校等、色々と貢献されたので、日本人に親しみを持っている人が多いそうです。
- ・銃規制は有ります。一般人が銃を持つ事は禁止されています。
- ・ダバオで一番有名な祭り、ガタヤ祭り＝神様と果物の祭りのビデオを見ながら終了しました。

3. 情報交換会

テーマ毎に3ブロックに分かれて実施、活発に質問をされていました。

第6会議室

- 1) ペナン (菅野、木村、大野)
- 2) ダバオ (アイリーン、阿部、瀧川)

第3会議室

- 3) ロングスティー予定 (高橋)

- ・チェンマイ・ニュージーランド・タイ・オーストラリアの話をしました。

4. 懇親会

場 所：[ロオジ] ゲートシティ大崎ウエストタワー地下1F

参加者：44名



ペナン支部長と木村さんのペナンの話を興味津々で聞く会員の皆さん



ダバオとフィリピンの説明のアイリーンさんと話を聞いている会員の皆さん

◆10月サロン会

日 時：10月22日(日)

13:30～16:45

会 場：東京都南部労政会館

第5、3会議室

出席者：35名(ゲスト1名)

1. 御宿おためしステイについて

No.1607 阿部昭子(家族会員)

- ①千葉県夷隅郡御宿町にあるコンドミニアムは、御宿町が若い方の移住を促進する事業で連続2日以上宿泊者を対象にしているそうです。
 - ②キャンペーン期間中は3泊迄補助金が支給され、通常4,500円／1人／1泊が2,500円／1人／1泊の値段となります。
 - ③コンドミニアムは、生活に必要な備品が全て完備されていて、寒さ以外は快適。
 - ④3月におためしステイをしたが、「ビッグひなまつり」や「御宿キンメ祭り」等の催しがあり特に神社の階段に置かれたひな人形の数に圧倒されたとのこと。
 - ⑤国際的なバイオリニストである黒沼ユリ子さんの「バイオリンの家」を訪問し、黒沼ユリ子さんとお話する機会があったそうです。
 - ⑥「バイオリンの家」では毎週末にオペラのビデオ上映会があり、ビデオながらプロの音量や迫力に感動したとのこと。
- 等お話を伺いました。又、直前の10月16日から4泊5日で宮古島に旅をした話し、沖縄本島の話まで聞く事が出来ました。

2. 北海道おためしステイ

No.1492 牛島睦紀

以前食道癌を手術した事から話は始まり、脇にそれる話が面白く会場の会員も熱心に聞いていました。

おためしステイの概要は以下の通りです。

- ①7月13日から8月3日まで北海道帯広の近郊、「義経の里 御所」におためしステイをした。

②自分で宿泊出来るように改造したワゴン車の紹介に会員から驚きと称賛の声が上がりました。

③おためしステイはキャンペーン期間中に参加すると色々なイベントが組み込まれていて、安い費用で宿泊できるとのこと。

④宿泊先は「道の駅」、「オートキャンプ場」等で FOC 又は 500 円位の場所。

等のお話を聞くことが出来ました。

特にキャンピングカーとは違った改造車を使った車中泊旅行について、牛島会員の豊富な経験に基づく話は説得力が有りました。

3. 情報交換会

テーマ毎に 3 ブロックに分かれて実施、活発な意見交換がなされました。

1) 御宿【GL：高橋会員】 第 5 会議室

2) 北海道【GL：阿部会員】 第 5 会議室

3) 冬場の LS ハワイ・タイ・マレーシア・

フィリピン【今野会員・外池会員】

第 3 会議室

4. 懇親会

場 所：[ロオジ] ゲートシティ大崎ウ
エストタワー地下 1F

参加者：25 名

台風 21 号が関東地区に接近中で通常予定時間を 30 分短縮して開催案内をしましたが、終わってみればいつも通りの 19 時半。あっという間に 2 時間半が過ぎました。



御宿おためしステイの
説明をする阿部さん



北海道おためしステイの
説明をする牛島さん



情報交換会(冬場のLS)

◆パソコン教室 毎月 No.60 渡辺会員にご指導いただいている。

◆南国テニス同好会 毎月 No.1068 山科会員を中心に楽しんでいます。

東海支部便り

No.1601 高島 恵

1. 2017 年 7 月定例会

2017 年 7 月 9 日（日）「ウィル愛知」で 16 名が出席して 2017 年 7 月定例会が開かれました。



(1) 支部長：「ウィル愛知フェスタ 2017」
11 月 18 日（土）午前で参加申し込みました。

(2) 鈴木さんから：6 月実施の「この指とまれツアー・チェンマイ」の報告。

東海支部ロングステイヤーや関西支部との交流、エレファントキャンプ訪問、タイ政府観光庁主催の「チェンマイロングステイフェア」へ参加したなど。

(3) 森さん：スイス 8 日ツアー。モンブランの美しい風景を紹介。

(4)神谷さん:イギリス 19 日の報告。ブラックプール（ダンスコンペ）、湖水地方、エデインバラ（エデインバラ城）、ロンドン（ストーンヘンジ）など写真で紹介。



ダンスコンテスト会場

(5)梶野さん:イタリア・ローマ、シチリア島、ベネチア、ミラノ。マルタ、ボスニアヘルツェゴビナ、クロアチアを紹介。

(6)マレーシアのハリラヤ・プアサ

土井さんからマレーシアのハリラヤ・プアサを見学しナジブ首相と握手してきた報告。

西暦 2017 年 6 月 25 日はイスラム歴 1438 年のシャワル月 1 日（日本の正月のようなもの）で、マレーシアでは、断食明けのお祭り「ハリラヤ・プアサ」が盛大に開かれ、あちこちでオープンハウスが行われる。首相官邸でも、ナジブ首相が官邸を開放して、来訪者と握手して食事を振舞います。運が良ければ「お年玉」が貰えます。「ハリラヤ」とは「饗宴」、「スラム ハリラヤ!」は「あけましておめでとう」くらいの意味です。

次の写真は食事会場で“スラム ハリラヤ!”を歌うナジブ首相と第 1 夫人。



下の写真は食事会場から会見会場に、自らカートで移動するナジブ首相。



2. 2017 年 8 月定例会

2017 年 8 月 6 日（日）「ウィル愛知」で、13 名が出席して東海支部の定例会を開催。

1. 支部長から、支部総会の活性化や、北海道支部との交流会を 8 月 26 日（土）ランチ会（北広島市内）、28 日（月）ディナー会（札幌市内）に開催するとの報告がありました。
2. 小林さんから、LINE などスマホの活用による容易な情報交換方法について提案がありました。
3. 今月の平日サロン会は、8 月 21 日（月）11～13 時、（於 JR セントラルビル 12 階）開催予定。人気の海鮮丼屋さんのため、売り切れの心配もあり時間を早めたとの報告。
4. 榊原さんから「トルコ訪問」の報告。6 月 21 日～10 日間、写真と映像により説明。親日的で、思ったより安全だった。
5. 野田さんから、ピースボートの北回りクルーズ 105 日間の報告。4 月 13 日～7 月

26日延べ3ヵ月半にわたるクルーズ。船内ハプニングについて紹介。

終了後いつものように「太閤本店主税町店」で会食。

3. 2017年9月定例会

2017年9月10日（日）「ウィル愛知」で、17名が参加して東海支部の定例会を開催。

(1) 今後の行事予定。

ア、9月18～19日、浜松サロン会を浜名湖畔ホテルにおいて開催予定

イ、10月 キリンビール工場見学予定

ウ、11月 トヨタ産業記念会館見学予定

エ、12月 名古屋城周辺ウォーキングおよび見学会予定

(2) 8月実施の「北海道この指とまれツアー」

報告：北海道支部との交流も図ることが出来（上）、有意義でした。北広島市のお試し住宅を東海支部の有志が訪問・見学し、関東支部・金沢さんの体験談を聞かせてもらいました。（下）



写真上はニセコの神谷さん宅訪問（ニセコに60日間滞在）



秩父別の前田さん宅訪問（5月から10月まで滞在）。上の写真は前田さんの農作業の成果。

(3) 川澄さんからバルト海クルーズ12日間の報告。その後太閤本店主税町店で懇親会。

4. 浜松サロン会 2017

～おんな城主・直虎の故郷～

2017年9月18・19日の2日間浜名湖畔で1泊の浜松サロン会開催。浜松、飯田、名古屋等の会員が集合し、ウナギを食べ、普段会えない会員の方々と語らい、大変楽しいサロン会でした。



浜名湖からの朝日のまぶしさ！とても美しく最高の2日間でした。



5. ゴルフ同好会

～南国マスタース開催！～

第27回：7月10日（金）名古屋ヒルズGC、第28回：8月25日（金）サンクラシック、第29回：9月22日（金）名古屋港GC、第30回：10月13日（金）森林公園GC（今年最後）にて開催。各試合とも、汗をかき、一喜一憂しながら、楽しい思い出を作りました。

6. 2017年10月定例会

2017年10月8日（日）ウイル愛知で13名が参加して定例会が開かれました。

（1）支部長から、東海支部を長年にわたって支えて下さった山田さんの米寿祝い報告。山田さんのご厚意で開かれ、東海支部設立時代のオールドフレンズも出席し、これまでの歩みや、これからの夢を語り合い、楽しく有意義な会でした。



- （2）「ウイルあいちフェスタ2017」11月18日（土）9：00～12：00 ウイル愛知セミナールーム4で、サポート要員決定
- （3）神谷さん：7月13日～9月15日 北海道ニセコ（倶知安町）1LDK コンドミニウムに滞在。ドライブ・ハイキング・パークゴルフ・温泉巡りを楽しむ。
- （4）浅野さん：7月中旬から9月中旬まで2か月北海道滞在。名寄市（1w）、紋別町（10日）、中標津町（1w）、白老町（1ヶ月）。白老町では漁師さんと親しくなり鮮魚を堪能。
- （5）加藤さん：7月初めから2か月 日光、仙台、青森、北海道各地を周遊。今年で7年目。日光で金谷ホテルに宿泊。青森県の田舎館村の見事な田園アートを紹介。



- （6）安田さん：ベトナム・ホーチミン市を中心にベトナムの急激な発展ぶりを紹介。
- （7）「お出かけ情報」
 - ①山田さんご夫妻と清水さんご夫妻：2017年11月1日～12月21日 ニューゼalandドライブ旅行。

②安田さん 10月12日～10月31日 ア
メリカ東海岸（ボストン、ニューヨーク、
ワシントン）、ハワイ。

③SZさん 10月25日～10月30日 カ
ナダ

8. キリンビール見学

10月の平日サロン会は、「キリンビール見
学」。雨の中、17名が参加して「キリンビー
ル名古屋工場」を見学。昼食をはさみ、楽し
く社会見学をし、親睦を深めました。



関西支部便り

支部長 No.501 大川 泰永

関西支部の主な活動をご紹介します。

2017年7月1日 お昼のサロン会

日 時：7月1日（土） 11:00～15:00

場 所：大阪天満「一軒め酒場」

参加者：9名

・昨年の5月以来のお昼のサロン会です。

9名の参加ではございましたが、相も変
わらずの盛り上りで楽しいひとときでした。
日本一安くて（ビール大瓶350円）！美味しい？
このディープな大阪天満の一軒め酒場に！！



2017年8月夏季サロン会の開催報告

関西支部

1. 日 時：8月23日（水）

12:00～14:30

2. 場 所：「里山ダイニング」 大阪梅田
阪急ターミナルビル 14F

3. 参加者：39名

4. 内 容

・今回は平日の開催でありましたが、ゲスト
を含め39名の参加がありました。

和やかな雰囲気の中で情報交換が行わ
れました。また熱心に話し込む姿もたくさ
んありました。

16名の皆さんがカラオケになだれ込み、
歌にダンスに2時間たっぷり楽しまれました。



2017年10月例会、懇親会

1. 日 時：2017年10月8日（日）

13:30～17:00

2. 場 所：大阪駅前第二ビル 6F
「大阪市立生涯学習センター」

3. 参加者：43名

4. 内 容

例会

まずは、大川支部長よりご挨拶

- ・本部より届いたメールの扱いについて、
 - ・1,800 番台の新入会員を対象に、次回の例会からは 13:00 ~ 13:30 に質疑応答等の会を開きます。そして今日は、1,800 番台の方々には、懇親会で同様のことをいたします。
 - ・例会の最初は、No.1669 谷口孝行様に昨年引き続き、『台湾滞在記・後編』
 - ・次は、No.1391 十河和夫様が『イサーンからの国境越えの旅』としてタイの東北部イサーンからカンボジア、ラオス、ベトナムへ国境(バックパッカーの旅)を。
 - ・休憩を挟み3番目は、1634 番わたくし長 OSADA. が『この指とまれ! 大阪南港→釜山船中2泊釜山2泊の旅』この旅を関西支部として企画するとしたら、5月中旬～総予算は、5万～7万円の見込みです。
- できるだけリーズナブルな企画になるようにいたしまして、改めてお知らせいたします。
- ・最後は、No.1816 中坪 博 様に「ダバオ支部表敬訪問、旅順 203 高地視察及びお遍路の旅」と盛りだくさんの内容で



ご紹介いただきました。

- ・最後に集合写真を撮りまして、楽しい懇親会場へ。そしていつものように、懇親会「遥華」に集まったの2時間は、今日一番の盛り上がりでありました。

九州支部便り

No.651 穴見 保彦

すっかり秋を感じるようになりました。九州でも高いところでは紅葉の便りが耳に入るようになりました。今回は、福岡にお越しの折、とんこつラーメン、はかたもつ鍋、明太子、以外に何か美味しいものはないか? お探しの御仁に、ちょっと足を延ばして近場に生きイカ料理がありますので紹介しましょう。

福岡から車で40分ぐらいのところに佐賀県呼子町と言うところがあります。昔は捕鯨の基地でしたが今では朝市、御魚、特にイカ料理で有名になりました。港の周辺には、生きイカの料理店が数軒あります、その中から、『河太郎』と言うお店をちょっと紹介しましょう。

壹岐行きの船着場のそばにあり、イカ漁の船が店の裏に着岸し、船より直接店内の生簀にイカを入れます。それを目の前で料理してくれます。イカの身は透明、足の吸盤はまだ吸い付き、イカの目はアイシャドウを付けたように青く動いています。甘く感じてうまい。また、げその天ぷら、煮つけがうまい。残念なことは、ゆっくりお酒は飲めません。1時間、2時間待ち、覚悟して来福の折、ぜひ足を延ばしては如何でしょうか? 人気店ですが、サービスは期待できません。

イカ料理は◎です。

さて、本題の九州支部活動状況です。

秋の大例祭<傭兵>と<飾り馬>の奉納行列で賑わう熊本でサロン会を下記の要領で行いました。

日 時:平成 29 年 10 月 9 日 (月)

14:00～17:00

会 場：熊本市民活動センター

「あいぽーと」

参加者：10名

体験発表

「北海道移住体験ヘマイカーで」

No.1496 中島明子さん

九州佐世保から北海道まで自家用で移動、1か月半にわたる移住体験をユーモアを交えて2時間半たっぷりとお話いただきました。全員が真剣なまなざしで聞き入り、質疑応答もいろいろ出てみんなの気持ちは北海道でした。

17:00から会場を熊本城近くの「ひゃくしょう茶屋」移し、引き続きワイワイガヤガヤ、盛り上がりしました。

チェンマイ支部便り

支部長 No.239 伊藤 寛

新年明けましておめでとうございます。

私はチェンマイで10年目の新年を迎えました。会員の皆様はどちらで、どの様な、新年の迎え方されたのでしょうか？

2017年の南の会会員の滞在傾向は、短期で集中してチェンマイの生活を楽しまれる傾向が強くなった様に感じています。初期の会員の方々は、長期滞在を模索されましたが、ロングステイビザをお持ちの方でも年間二回の3ヶ月滞在の傾向が顕著に感じられます。

ゴルフ場によっては、1ヶ月会員、3ヶ月、6ヶ月、1年会員のメンバーシップを取っているところも出て来ている事からも、日本人だけで無く他の国の方もこの傾向が出て来ているのかも知れません。

南の会もハイシーズンには、130名ぐらいの滞在がありますが、時期によっては10名以下という場合もでて来ます。全体のサロン会は8月、12月、1月の年三回、他は個々に対応お願いしている状況です。よって、全

く対応できない月も有りますので、その時はご了承ください。

チェンマイの生活の情報は細部に渡り網羅されています。初めての方でも直ぐに生活が始められますが、他の会員の方との交流を望まれる方は、お出かけ情報の活用、日本のサロン会での交流、情報交換をされて、より楽しいチェンマイライフをお楽しみください。

情報の場として、チェンマイ掲示板の活用と、経験された事の投稿もお願いしています。

チェンマイでは今も街中は観光客であふれています。じっくりロングステイライフを送る都市としては秀でていていると思っています。

会員の皆さんも、自分の人生観、価値観にあったロングステイ地として、チェンマイを選んでいただけたら幸いです。チェンマイでお待ちしています。

チェンマイゴルフコンペ

7/26 南の会チェンマイゴルフコンペを開催しました。

参加者21名 女性7名 男性14名（70才越え6名）。男性参加者の半分近くが70歳越えシニアティー、今回の1～3位がシニアティー???でした。

コンペ結果		グロス	ハンデ	ネット
優勝	永島和雄	87	14.4	72.6
2位	坂本茂樹	100	26.4	73.6
3位	鈴木通弘	98	24.0	74.0
女性優勝	中西ひろみ			
ベスグロ	中西岩夫	86		

ベスグロは平岡さんでしたがゴルフプロのためハンデ10としたためベスグロならず。



ペナン支部便り

支部長 No.1630 菅野 純

新年明けましておめでとう御座います。皆様にとって、今年も良い年でありますように。

先ず、前号以降の活動報告を致します。

9月30日 第三回 役員会開催

議題 ①今後の活動計画について

②次回サロン会開催について

10月6日 第二回 サロン会開催

場 所：金門火鍋小館

参加者：10 名

今回は、一時帰国されてる方が多く、ここ数年で最少人数で開催となりました。

今夏以降、日本では各地での大豪雨等天候異変が続いているようですがペナンに於いても、数年ぶりに、連日の大雨で、警報が出ましたが、例年より、気温が2～3度低く感じられます。

さて、今回は（サロン会を開催しました）スチームボート料理をご紹介致します。シャブシャブと寄せ鍋の中間の様な料理で、ペナンではポピュラーな料理です。シャブシャブと同じ様な、真ん中に煙突の様なものがある鍋に（多分、鶏ガラでの塩味スープ）、注文リストから選んだ食材（白菜、春菊、ウズラ茹で卵、餃子、魚つみれ団子、活クルマ海老、豚肉、豆腐等々）を入れ、煮込んで食します。この、金門と言う店には、日本のポン酢が用意されており、日本人に評判のお店です。食材は、注文リストに、好みの物を、約10品程選びますので、少人数より、数人以上で楽しむ料理です。今回、サロン会では、事前にRm30の会費を頂き、ビールは各自、現金精算としました。この店は（ペナンでは、多くの店も同様に）ビール以外のアルコールは、持ち込みフリーなので、それぞれ、焼酎ワイン等持って来られました。ある程度、お腹を満たしたら、シメに麺を茹で、最後に、ご飯、とき卵を入れ、雑炊を楽しみました。

ちなみに、精算をして貰ったら、一人Rm25でした。

大変、廉価で、美味しく、大人数で楽しめますので、サロン会に、毎年1～2回利用しています。来ぺされる方には、一度はご案内したいお店です。（他にも、牛の内臓を煮込んだスープで、同様に楽しむ牛鍋料理店もあります）どうやら、ペナンも、雨季入りしたようで、10月下旬より、曇り、雨の日が多くなって来ました。例年通りなら、12月中旬まで、このような天気が多くなる事と思います。（日本の梅雨とは違い、一日中降り続く事は有りません）

日本は、これから、ますます寒くなる事と思いますが、ペナンでは、1月でも、2月でもプールで、楽しめますので、避寒地として、暖かい（暑い？）南国に是非いらして下さい。お待ちしております。

クアラルンプール支部便り

支部長 No.1822 酒田 充

クアラルンプール支部は、2017年7月9日に第4回支部総会以降、主な行事として、同年7月24日に前支部長の守田さんのホームグラウンドのKGPAにおいて、ゴルフコンペを11名が参加して開催しました。KGPAは、KL中心部のブキビンタンから西に車で20分の至近距離のところにあり、コースは3コースの27ホール。高層ビル群が立ち並ぶ都市ビューで綺麗な風景の中で、結構アップダウンもあり十分に楽しめるゴルフコースでした。当日は晴天でしたが、最後のホールで雷が鳴り始めて、やむなく途中で切り上げましたが、皆さん良い汗を流しました。コンペ終了後は、デサスリハタマス地区にあるイタリアンレストランで、遅いランチを取りながら会員相互の親睦を深めました。

日本の秋には一時帰国される会員が多いので、全員がそろそろ11月～12月に、年内最

後のゴルフコンペと食事会を企画しようと考えているところです。

さて、今年もあと2カ月で終わり新年を迎えます。世界では今までにない大水害や大火災などの自然災害の多発や悲惨な戦争など、心を痛める報道が後を絶ちません。このような暗い状況の中で、マレーシアでは明るいニュースとして、2017年7月都市鉄道「MRT」が全面開通したことがあげられます。マレーシアはこれまで、国産車プロトンを製造し道路網の整備建設に力点を置き、公共交通は重要視されてきませんでした。その結果、必然的に移動手段は車に依存する車社会になり、都市部の道路渋滞を招くことになりました。この渋滞を解消すべく、5カ年計画で鉄道建設がスタートしました。



MRTはクアラルンプール西北のスंगाibroから、南東のカジャンまでの31駅51キロメートル、所要時間90分。6～8分の運行間隔で無人運転です。全ての駅に大型の駐車場ビルがあり、シャトルバスが運行しています。ブキビンタンなどのKL中心部は、地下を通っています。日本からは明電舎が電力システムを三菱重工が線路を担当したそう

です。

わたしたちは、日本から後輩が親子で来馬した折に乗車して見ました。駅舎も独シメンス製の車両もピカピカで奇麗。また、線路は高架になっているので遠くまで、普段マイカーでは見ることができない景色が堪能できました。



すでに、第2弾の新線建設が始まっています。ナジブ首相は、開通式典で「MRTによりマレーシアは近代的で効率的な公共交通網を持つ先進国になる」と、述べたと報道されていますが、その日はそう遠くないと思います。

これからマレーシアに旅行に来る方も、この利便性の高いMRTを有効に使うと、より効率的に、より多く各地を観光できるのではないのでしょうか。(本稿は昨年の11月に投稿しました。どうぞ2018年もよろしくお願い申し上げます。)

ダバオ支部便り

支部長 No.1261 藤本 晴久

新年明けましておめでとうございます。

今までルソンエリアやセブエリアから開発の出遅れ感がありましたダバオですが地元ダバオ出身のドテルテ大統領の誕生により急ピッチでインフラの整備や企業投資が積極的に行われています。以前は高層ビルが見られませんでしたでしたが建築中も含め少しずつ見かけるようになりました。

又訪問者の増加によりマニラダバオ間の空の便も増便して対応している様です。これにともない以前はガラガラだったホテルも満室で断られるケースもでています。

農業においても日本が輸入している総額の90%を占めるバナナやパイナップル、マン

ゴーや新規作物の生産開発に投資が行われています。



上記の写真の農作物をお解りでしょうか？
答えはカカオです。この中にある種を発酵させ粉にしたものに砂糖を加えチョコレートができます。世界規模から見るとまだまだですがフィリピンの総生産の内80%がここダバオで生産されており質の高さから世界各地のコンテストで上位に入っています。ダバオ市もこれをバックアップするためカカオキャピタル宣言をし更なる品質向上のプログラムをサポートしています。主生産地のカリナンにはカカオミュージアムもあり生産工程の説明やその場でマイチョコレートを作ることができます。



フィリピンのスターバックスのチョコレート製品はダバオ産が多くを占めマニラ空港のお土産店にもダバオ産カカオのタブレットを販売しています。日本からも幾つかのチョコレートの会社が投資に訪れています。

ダバオを愛する私としてはいろんな特産品

が増え町の都市化が進み便利になる事はあると思いますが今まで通りおっとりとした田舎の雰囲気も残してもらいたいものです。

今までお越しになられた方や初めて来られる方も含めこの様に観光客があまり話題にならない場所で新たな発見も楽しいものです。

本年もダバオ支部宜しくお願い申し上げます。

ハワイ支部便り

支部長 No.1439 塩川 亨

相変わらずのハワイ人気で観光客は引きも切らず、食事処の情報は日本の雑誌に満載です。せっかくのハワイ旅行ですから外食は楽しみですよね。でもフードコートを除いたらちょっとした昼食でも税金+チップ込みで最低15ドル（約1,700円）は必要ですし、飲み物を頼むとあっという間に…です。日本のファストフードの安さになった身の上にはそうそう外食ばかりはできません。そんな中で滞在中は必ず行くコストパフォーマンスの良いお勧め食事処をご紹介します。

あさひブリルのオックステールスープ

良く煮込んだしっぽの骨付き肉がごろごろ、パクチーがどっさり入ったスープです。注文時にパクチーは大丈夫か聞かれます。ホロホロした肉を骨からせせり食べ終わったら、無料で付いてくるご飯を投入しすりおろし生姜を少し入れ、雑炊風にして食べると自分がアジアであったことを嬉しく思えます。スモールサイズを一人一杯で十分満足。チップ込みで15ドルです。

場所はアラモアナ SC からウォールマートを超えて進み駐車場を左手に見て、右側角のモールの一角にあります。

フォービストロ2のフォー

客層はローカルで気取らないベトナム料理屋です。焼き飯やオックステールスープも美味しいのですが、いろいろ試したくなるよう

なメニューが並んでいます。なかでも食欲が進まない時や疲れているときなどは、この胃に優しいフォーが食べたくになります。

場所はドンキホーテのバス停をちょっとワイキキ方面に戻って左に曲がったところにあります。

金子半之助の天井

日本橋の有名店がワイキキ横町に開店しました。日本では長い行列が必至らしいですが、こちらはまだそれほどの行列はありません。つぼに入った漬物を食べながらお茶を飲んでいると、さっくりと丁寧に揚げた香ばしい天井が運ばれてきます。間違いなく美味しいので外食先の選択に困った時はここにしています。これで9.98ドルはお得。注文時に観光客かハワイに住んでいるか聞かれるのですが、住んでいるというのと安くなるのかもしれませんが。

場所はワイキキショッピングプラザ地下一階です。



ゴールドコースト支部便り

支部長代行 No.586 磯崎 興志

支部活動として 年間4～5組の訪問者に対して各種ガイドンスや携帯の貸し出し等実施しています。しかしながら、多くの方は在住期間が短期の為か、なかなかうまくいかない場合も多く、支部活動としてはいささか落第でしょうか？

皆様ご承知の通り、日本とは季節が逆の為、11月は春の終わりから夏のはじめです。最高のゴルフ日和が始まりました。外気温は日中24～28度、夜間で17～18度程度で、快適なゴルフが楽しめます。

mail 訂正 iso4549@sirius.ocn.ne.jp →

kiso2130@gmail.com (正)

追加として ゴールドコーストにて Lake landgolf club の packtour を紹介します。

・5泊6日 1人価格 (2名同室 -2bed)

宿泊付+ゴルフヒュー

・12月20日、21日出発 89,000円

1日2ラウンド

・12月22日～1月15日 122,000円

・1月16日～28日 102,000円

・1月29日～3月31日 89,000円

空港出迎えあり

・contact 双日ツーリスト 03-6871-2670

www.sojitz-tourist.com/

私滞在していれば和食夕食会を行います。

部 会 伝 言 板

総 務 部 会

担当理事 No.1763 小西 隆司

皆さま明けましておめでとうございます。
新玉の年を迎え皆様には今年も健康で穏や

かな年となるよう、祈念いたします。

【主な活動計画】

◆第1回理事会 6月17日実施

・平成29年度(第20期)事業実績の確認

・理事長、副理事長の理事会選任と役員業務

分担の確認

- ・委員会構成の承認
- ・平成 29 年度理事、監事連絡名簿の確認
- ・平成 29 年度年間スケジュールの確認・承認及び役員の年間不在スケジュール確認
- ・各部会からの報告・提案

◆第2回理事会 10月14日実施

- ・中間期の予算収支状況と事業見直し
- ・理事の辞任並びに辞任に伴う役員業務分担変更
 - ①総務部会支部推進担当並びに支部推進委員会委員長 ⇒ 小西総務部会長兼務
- ・各部会からの報告・提案
 - ①都庁への届け出、法務局への申請 6 月 29 日完了
 - ② KL 支部長交代について
守田前支部長⇒酒田新支部長
 - ③ LS フェアの出店準備経過報告
 - ④最新会員情報の報告
 - ⑤会報発行報告と次号について
 - ⑥ BBS、HP のパスワード変更の件
 - ⑦ ML 再開について
 - ⑧ネット委員会委員長 ⇒ 渡辺義郎氏新任

◆今後の予定

- ・理事会開催予定
 - 第 3 回：12 月 9 日 第 4 回 3 月 17 日
 - 第 5 回：4 月 7 日定 第 6 回 5 月 12 日
- ・役員・支部長会議 H30 年 5 月 26 日
- ・総会 H30 年 5 月 27 日

経 理 部 会

担当理事 No.1032 瀧川 清人

中間期の予算収支状況を報告しました。また、ノートパソコン 1 台を予備費から支出することになりました。

広 報 部 会

担当理事 No.1207 宮原 正宇

広報部会において知りえた「アフターロングステイ特別委員会活動」の近況を、掻いつまんでお知らせ致します。

平成 27 年 10 月に理事会の承認を受けて発足した本委員会は、平成 28 年度に広報部会の下部組織として活動を開始し、平成 29 年度よりは広報部会から切り離して特別委員会として更に活動を継続してまいりました。

高齢化が進む南の会において、古参となられた会員の方々が今後とも国内外のロングステイ活動を維持し、一層楽しんで行くためには健康管理の大切さはもとよりですが、誰もがいずれは避けて通ることの出来ない問題、高齢者が個々に抱える様々な「終活問題」に正面から取り組み、一つ一つ地道に解決し、または解決の糸口を見出して行くことにより後顧の憂いなくロングステイ活動を謳歌し続けられるようにすること、それこそがアフターロングステイ活動の骨子でもあるようです。

そのための定例研修会も既に 15 回以上を数え、取り上げたテーマは「遺言の書き方」や「相続問題」に始まり、「成年後見人制度の市町村別実態調査報告」や「断捨離の実践」、「尊厳死についての考察」、「エンディングノート作成の勧め」、「リーズナブルな介護付き有料老人ホームの実地見学報告」、「2025 年問題」等々、研修テーマは多岐にわたり、大変興味深く、また有意義な取り組みとなっております。

以上の活動で蓄積された様々な取り組みノウハウや、各種情報を叩き台として更に活動を継続発展させるべく、特別委員会においては平成 30 年度以降の取組方法を鋭意検討中であり、この活動を通じて得られたノウハウや情報は単に関東地区だけに留まらず、全国の各支部にも共有頂けるよう今後共、BBS

や ML を通じて積極的に発信していく予定であるとのこと。

ネット部会

担当理事 No.670 今野 力男

『南国 ML』を昨年 10 月復活開始しました。詳細及び使用方法等は新年号にメール委員会名で別記記載されております。

会員相互の情報交換、お知らせ、仲間作り等のツールとして「南国暮らしの会掲示板（南国 BBS）」が有りましたが、南国 ML の再開開始で南国 BBS との併存する事によりこれまでより利便性が良くなりました。

家族会員も南国 ML 登録する事により使用（送受信）可能です。

又、『南国 BBS 及び南国 ML の共通の規約』を ML 開始と同時に作成しました。

規約を遵守の上、南国 BBS 及び南国 ML への多数の会員方からの活発な投稿をお待ちしております。

『南国 BBS 及び南国 HP パスワード』は今年度更新しておりません。

次回更新は今年 9 月の会報夏秋号送付時に新パスワードを同封する予定です。

『南国 HP』は 1 日の閲覧回数が約 150 件です。新規会員の入会動機の大きな窓口になっております。ロングステイ関連等の検索キーワードに南国 HP の表示頻度が上がる様に工夫に努め、新会員獲得の手段としてより魅力的な HP の構築を模索中です。

南国 ML の再開と利用方法

ネット委員長 No.60 渡辺義郎

1. 南国 ML の再開

会の ML（メーリングリスト）は 2014 年 3 月まで、ヤフーが提供するサービスを利用して 10 年間にわたり運用してきました。ヤフーがサービス提供を中止したため、ML を中断し掲示板（南国 BBS）に移行しました。南国 BBS は 3 年半を経過し会の

情報交換の場として定着していますが、1 日あたりの閲覧数が会員数に比較し多いとはいえない状況です。このため更なる情報交換の活性化を図るため昨年 10 月から南国 BBS に加え南国 ML を再開しました。

2. 南国 ML の仕組み

投稿されたメールは登録したメールアドレスに配信されます。配信を受けるためにはメールアドレスをネット委員会に登録する必要があります。10 月現在、登録メールアドレス数は 466 で、会員の大部分をカバーしています。

3. 南国 ML への投稿と配信

南国 ML への投稿内容は、規約の遵守事項に反しない限り自由です。LS に関する体験、旅行情報、お出かけ情報、お役立ち情報など幅広い範囲で気軽に投稿していただき、会員相互の情報交換に役立ててください。

南国 ML へは、通常のメールと同じように投稿するメールを作成し下記の宛先に送信します。

minaminokai@googlegroups.com

メールには写真、文書ファイルなどの添付が可能です。メールは全員へ配信されますが、投稿した本人には配信されません。南国 ML あてのアドレスとともに自分のアドレスを送信先にすると、自分にも送られます。

投稿するメールの件名欄には文章の全体がわかる内容を簡潔に記載下さい。本文の最初に自分の会員番号と名前を必ず書いてから、その後に本題内容をお書き下さい。

配信されたメールは通常のメール同様に受信されます。登録されていないメールアドレスや誤ったメールアドレスには配信されません。配信されたメールには返信ができます。返信は投稿者へ返されます。

4. メールアドレス変更の手続き

会員のメールアドレスの変更は年間数十

件あります。南国MLは登録したメールアドレスに配信されますので、メールアドレスを変更したらネット委員会へ届けて登録を変更する必要があります。

ネット委員会のメールアドレスは、mail.iinkai@gmail.comです。メールアドレスに限らず南国ML、南国BBSに関する問い合わせは上記にメールしてください。この場合必ず会員番号、氏名の明記をお願いします。

5. 規約

ネット委員会は南国ML、南国BBSを規約のもとに運営します。規約は長くなるので載せませんが、南国BBSのスレッド「規約類」に「南国暮らしの会掲示板(BBS)およびメーリングリスト(ML)規約」として全文が記載されています。円滑な運営を行うため他人への非難中傷を避けるなどの遵守事項があります。遵守事項違反に対しては、ネット委員会は規約に則って投稿の管理、投稿の禁止、配信の停止、登録の削除などの措置を行うことがあります。

6. 南国MLと南国BBSの関係

南国BBSと南国MLは併存します。どちらか片方に投稿しても、あるいは双方に同文を投稿しても任意です。投稿する内容は規約の遵守事項に反さない限り自由ですが、南国MLは全員へ一斉配信され情報伝達に確実性があること、一方南国BBSは記事が保存され後からも見ることができるなど、それぞれの性格の違いから投稿先としてどちらが好ましいかの選択はあります。以下はその例です。

- ・サロン会、情報交換会、例会などの会員への案内は双方に投稿することをお勧めします。旅行のお誘いなども同様です。
- ・旅行記など比較的長文の記事は南国BBSのほうが向きます。
- ・チェンマイへのお出かけ情報は南国BBSのスレッド「チェンマイ訪問通知・帰国

報告」に投稿することをお勧めします(あるいは南国MLと南国BBSの双方に投稿すれば確実です)。チェンマイ支部はこのスレッドを見て滞在中の方を把握しています。

南国MLの詳細は南国BBSのスレッド「BBS、MLの使い方、要望、質問」に掲示してあります。ご確認ください。

会 員 部 会

担当理事 No.1388 寺田 光江

明けましておめでとうございます。

本年もよろしくお願いいたします。

年頭にあたり次のとおり連絡いたします。

1. 平成30年度継続会員の手続きについて

平成30年度継続会員の手続きにつきましては巻末の「平成30年度会費納入のご案内」を参照され継続会費を納入してください。

経理部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します。

発足して19年を迎え、ML再開・会報・ホームページ・南国掲示板(BBS)などから沢山の情報を集め、皆様方とのつながりの場所やツールの方が広がってきています。また、海外に長く住んでいたけれど日本での生活に逆にシフトされた方々が集い「アフターロングステイ」を開催。色々な勉強会を開いています。会というつながりの中で一緒に楽しく集う絆を大切にすることで更なる会の発展を願っております。

2. 住所、電話番号等の変更手続きについて

引っ越しや家庭の事情等で住所や電話番号等の会員情報が変わった場合、速やかにご連絡ください。

ネット委員会 mail.iinkai@gmail.com

会員部会 kaiin.bukai@gmail.com

友好団体紹介コーナー

★一般財団法人ロングステイ財団

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

★チェンマイロングステイライフの会(CLLクラブ)

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

★ワールドステイクラブ (WSC)

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

★THE JAPAN CLUB OF KUALA LUMPUR KL

(クアラルンプール) 日本人会

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

★北ルソン日本人会 (JANL)

<http://janl.exblog.jp>

南国暮らしの会 支部一覧

2017年12月現在

支部名	会員番号	支部長名	e-mail アドレス
北海道支部	1285	桂 裕章	hiro-katz1743@nifty.com
東北支部	1027	佐藤 周司	shujisato1947@yahoo.co.jp
関東甲信越支部	1607	阿部 滋敏	abe-shigetoshi@d05.itscom.net
東海支部	1601	高島 恵	kankei@outlook.com
関西支部	501	大川 泰永	okawayasuhisa@yahoo.co.jp
九州支部	651	穴見 保彦	yasu325anami651@yahoo.co.jp
チェンマイ支部	239	伊藤 寛	kan_itoh_9@hotmail.com
バンコク支部	—		
ペナン支部	1630	菅野 純	Jk700115@icloud.com
クアラルンプール支部	1822	酒田 充	mysakeda@gmail.com
マニラ支部	—		
セブ支部	1623	田口 秀男	guccideo@yahoo.co.jp
バギオ・パンガシナン支部	227	斎木 一	saikihajime@hotmail.com
ダバオ支部	1261	藤本 晴久	katorudawann@yahoo.co.jp
ハワイ支部	1439	塩川 享	t.007.shiokawa@jcom.home.ne.jp
ゴールドコースト支部	※ 586	磯崎 興志	kiso2130@gmail.com

※は支部長代行

編集後記

新年明けましておめでとうございます。今年も多数の会員様のご協力を得て、新年号発行の運びとなりました。投稿頂きました皆様には編集委員一同改めて感謝申し上げます。

さて、昨年は世界各地で頻発するテロや度重なる北朝鮮の挑発行為と多くのロングステイヤーにとっては心穏やかざる一年でありました。どうか本年こそは皆様のロングステイやご旅行が安心して実行出来る事を願っております。(本紙編集段階では) 好調な日経平均株価の推移、少なくとも2018

年度中は好調継続・拡大を期待したいものです。

最後に会員の皆様には安全に十分配慮され、人生を謳歌されます様祈念致します。また、重ねて本紙への投稿もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

会報誌連絡アドレス：

kaihou.henshu.iinkai@gmail.com

編集委員 No.1575 吉田 博
No.1733 明間 崇文

平成 30 年度会費納入のご案内

平成 30 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 30 年 3 月 31 日(土)

- 本会の 30 年度は平成 30 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。29 年度に新規加入の方も、加入時期にかかわらず 30 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(ゼロイチキュー店)
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、30 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 30 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、30 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。
- 例年二重に振り込まれる方がいらっしゃいますので振込記録を残されることをお勧めします。なお二重に振り込んでも定款の定めにより返金できませんので、前納会費として翌々年度に充当させていただきます。よろしくご了承ください。

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

会報原稿、写真募集期間 年間予定

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

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

【編集委員】

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

記事の無断転載・複製を禁じます。

発行者 特定非営利活動法人（NPO法人）

「南国暮らしの会」

©minaminokai

理事長 大野 悦子

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

E-mail: info@minaminokai.com



投稿写真コーナー



北海道支部サロン会



関東甲信越支部サロン会



東海支部ゴルフコンペ



チェンマイ支部ゴルフコンペ



ペナン支部サロン会



KL支部ゴルフコンペ