vol. 17

南国暮らしの会

特定非営利活動法人

2002年 会報 夏季号



平成１４年 ７月１３日

NPO法人 南国暮らしの会

☆ 編 集 委 員 よ り

♪この会報は会員みんなの会報です
いい情報もみんなで共有しましょう
皆さんの南国経験や情報を是非原稿としてお寄せください
お待ちしております

窓口　　小川　護雄　　ＴＥＬ：044-986-9052
Ｅメール：mo.ogawa@mx10.ttcn.ne.jp
小沢　務　　ＴＥＬ：03-3949-2436
Ｅメール：g-ozawa@dab.hi-ho.ne.jp
大野　隆司　　ＴＥＬ：0429-82-3247
Ｅメール：etsuko-oono@bi.wakwak.com

♪次回「秋季号」は 10 月発行です。よって原稿の締め切りは 9 月 15 日が目安です

「南国暮らしの会」からのお勧め

自己責任 ＊ 納得の上 ＊ 自己決定

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

「南国どどいつ」

♪　南国暮らしで、主婦業からの
はれてハッピーリタイアー　♪

会員敬称略

目　　次

H.14.8.1

頁

○表　　紙　　比・ダバオ市　インシュラーホテルにて　No.38　橋本比奈子
○会報担当より　1
○目　　次　2
14年度総会　○理事長挨拶　3
○議　事　録　4
○事業計画書　5
○決算及び予算　6～8
情報交換会要旨
○すばらしきパースロングステイ　No.315　鈴木　剛　9～11
○南の国情勢と中国　No.33　戸田　智弘　12
○心臓病・いざという時の為に　日本医大 第一内科 清野助教授　13
東京消防庁　救急隊
タイ特集(バンコック支部、チェンマイ支部開設記念)
○ロングステイバンコック　パートⅡ　No.189 五十嵐　輝雄　14～18
○チェンマイ日本語教師ボランティア(後編)　No.350 宮　博　19～23
○チェンマイ滞在記　No. 77 橋本　郁夫　24～28
○タイ国チェンマイに3ヵ月滞在して　No.373 水谷　郷　29～38
○東南アジア諸国見聞録(その1　タイ)　No. 40 平澤　信　39～45
○コスタリカ旅日記と滞在情報　No.442 平尾　守満　46～51
○ペナン便り　No. 18 木村　義光　52～60
○オーストラリア50日間　No.134 松岡　且視　61～64
○南の国での介護について　メーリングリストより　65～66
パソコン特集(前編)
○海外でパソコン、ネットカフェを楽しむ　No. 80 阿部　功　67～72
○コンピューターウィルスについて　No.101 高澤　弘晃　73～75
○伝言・掲示板・14年度役員業務分担表　76～78
○支部・部会伝達板　79～82
○心肺蘇生術実習風景　東京消防庁指導　83

平成１４年６月

理　事　長　挨　拶

理事長　　池　田　徳　三　郎

過日（６月１）の総会、情報交換会並びに懇親会は、遠くのペナン・セブの会員のご出席を始め多くの会員のご出席を得、盛会に和気藹藹のうちに終わることが出来ました。

これも偏にご出席会員のご協力、関係役員のご尽力の賜物と厚く御礼申し上げます。

遠地等でご欠席の会員の皆様にその要趣を次の通り、報告いたします。



挨拶する池田理事長

１．　総会について

会報にてご通知の通り、情報交換会に多くの時間をとるため、今回は総会を午前中に開催し、予定されました議事をご出席者のご協力により無事終えることが出来ました。

① 平成１３年度　事業報告・同決算報告・同監査報告の承認　（会報記載内容）

② 平成１４年度　事業計画・同予算の承認（当日配布資料の内容）

③ 理事の選任の承認と監事の選出　④その他

上記のうち、③に付いて補足いたしますと、理事、監事は改選年のため、役員の立候補者を会報で募集いたしましたが、しかし、該当者は残念ながら皆無でありました。理事会では定款の規定により理事を選任し総会のご承認を得、さらに監事の候補者を推挙し、総会において選任していただきしました。

理事長・副理事長・理事の業務分担、監事、顧問、支部長、委員等は別記の通りであります。理事・監事その他の役員は今後２年間、会の目的と発展のために、会員相互の交流・親睦・向上等のために会員と共により具体的な方法を研鑽し、実行する所存であります。

本年度は総会でご承認された　②の平成１４年度事業計画・同予算書をベースによりよい具体化を会員と共に思考し、よりよい成果を挙げたいと強く希望しております。

会員皆様におかれましては、本会の趣旨をよくご理解いただき、建設的ご意見、積極的ご参加等今後とも一層のご協力を賜りますよう、改めてお願いいたします。

２．　情報交換会について

講演の演題と講師の選定は担当者の大変ご苦労するところであります。限られた予算の範囲で、予定講師のご都合等がありますから、仮決定しても変更することがあります。この度は、今年度計画のメインの１つであります医療（調査）に関する講演を軸にご協力頂ける演題・講師としました。その結果、会員の中から、すでに著名な戸田智弘様、鈴木剛様にお願いし、その結果は別記の素晴しい内容のご講演でありました。

医療の関する清野精彦先生の講演（別記の心臓病のお話）並びに東京消防庁救急隊の実技指導（心臓蘇生術）は新しい企画でありましたが、大変好評を得ることができました。各関係者のご尽力とご協力に敬意を表します。

３．　懇親会について

グループごとの懇親会はセブの鈴木様、ペナンの石原ご夫妻様、パーツの鈴木剛様等それぞれのグループに別れ、自由に定刻過ぎまで楽しい懇親の輪を広げることが出来ました。席上東海支部の設立のお話がありましたが、関係者の今後の活動が期待されます。

参加者の皆様真に有難うございました。今年度もよろしくご参加、ご協力をお願いいたします。



総会風景

特定非営利活動法人　南国暮らしの会　平成１４年度通常総会議事録

日　時　　：　平成１４年６月１日（土）１０時３０分～１１時３０分
場　所　　：　東京都大崎労政事務所・南部労政会館
出席者　　：　１３３名（うち委任状　９１名）

司会の高澤理事は、最新の会員総数が３０９名であることから本日の通常総会が成立することを説明し、本法人定款第２５条の規定により議長の選出について諮った。

議長の選出：菊地範夫氏が選ばれて議長となり、開会を宣言し、議案の審議に入った。

議　案

第一議案　平成１３年度事業報告および決算報告について

池田理事長が同年度の事業報告書にもとづき詳細な事業報告をおこない、次いで川上理事が同年度の収支計算書及び貸借対照表（いずれも2002年会報春季号に掲載）にもとづき詳細な決算報告をおこなった。続いて富永監事から、同決算報告書は当会定款等にもとづき適切に運営され、いずれも正確である旨の報告がなされた。会員から「次期繰越がかなりあるのになぜ会費をアップしたのか」との質問あり、理事長は「予算上は繰越をほぼ使い尽くすことになっており、このままでは会の発展が望めないので会費を上げたが、現実は入会者及び会員継続率のアップに伴い収入が約47万円アップし、更に会員の努力で支出を約40万円切り詰め表示の実績となった。今年度は次に示すように新規事業をより積極的に展開してゆきたい。」と答えた。議長は同案について賛否を諮り、原案通り満場一致で承認された。

第二議案　平成１４年度事業計画および予算（案）について

池田理事長が同予算の事業計画書および収支予算書（いずれも通常総会資料として配布）にもとづき詳細な説明をおこなった。議長は質疑を諮った後、同案について賛否を諮り、原案通り満場一致で承認された。

第三議案　理事等の改選について

議長は、１４年度は役員の改選の年であることを説明し、改選について説明を求めた。酒匂副理事長から、「会報等で役員（理事・監事）の候補に関し公募したが、申し出が皆無であった経緯、並びに定款１４条第１項により理事会において以下の通り理事等が選任された経過など」詳細な説明がなされた。議長は理事等の選任について承認を求めたところ、理事会の選任理事全員が満場一致で承認された。

理事長　：池田徳三郎
副理事長：酒匂景輝、宮嵜哲郎
理事　　：足立洋太郎、大野隆司、小川護雄、小澤　努、川上雅久、菊地　功、鈴木　剛、高澤弘晃、藤本靖人、山田宏秀

第四議案　監事の選任について

議長は、定款１４条第１項による監事の選任について説明を求めた。池田理事長から理事会において以下の監事候補を推挙した経過等詳細な説明がなされた。議長は監事候補の推挙についてその賛否を諮ったところ、推挙が了承され、満場一致で選任を決議した。監事は就任を承諾した。

監事　　：冨永来久夫、三好　聰

その他

１）高澤理事から顧問メンバーの紹介がなされ、本総会に出席の阿部　功、米田隆雄、福田　修の３氏が出席会員に紹介された。

２）厚生担当の藤本理事から出席会員に医療介護調査の主旨と委員の募集がなされた。

３）出席会員からの質問に答える形で宮嵜副理事長が支部活動の現状と展望について説明した。

議長は本日の総会における議案の総てが終了したことを告げ、議事録署名人に阿部功氏を指名し、諮ったところ、同氏が選任された。議長は議事の進行に関し出席者の協力を謝し、定刻１１時３０分に閉会を宣した。

平成１４年６月１日

議事録署名人
議　長　菊地範夫
出席者　阿部　功

平成１４年度事業計画書

H14.6.1

（平成１４年４月１日～平成１５年３月３１日）

特定非営利活動法人　南国暮らしの会

１、事業方針

前年度の事業方針を継続し、

(1) わが国のリタイアリー等（退職者）を歓迎する国々における、生活環境等について調査し、それらの資料、情報を集め、南国暮らしを推進する。

(2) 南の国の医療サービス（病気持ち外国人が渡航して医療施設を使い介護などを受けらるか等々）の調査。今年度は主にタイ国に的を絞るが、その他の国の調査も平行して調査を進める。

(3) 会員に対して、地方であろうと、都会であろうと、公平に情報が伝達する手段を構築する。具体的にはインターネット（ホームページ）、或いはメーリングリスト、会報等の内容充実（具体的にページ数を増やす）多岐多用な広報手段を活用して情報の共有化を図る。

(4) 会による仲間作り、それは、情報交換会、講習会、支部会、旅行会を通して同じ目的を持った仲間の研修、懇親を図る。（月１回のサロンでの仲間作りが活発で益々の発展が期待出来る。）

(5) 支部の充実を計る他支部組織がなくても各県単位程度で、東京のサロンの様な会員が集える組織作りを検討したい。

(6) 会員の意識調査を行い、会員の提案などを会運営に出来るだけ反映したい。

２、事業の実施に関する事項

(1) 特定非営利活動に係る事業

事業名	事業内容	実施予定日時	事業予定場所内容	備考
資料情報収集	南国に関する生活環境の情報収集	常時	ﾌｨﾘﾋﾟﾝ、ﾏﾚｰｼｱ、ﾀｲ、ｲﾝﾄﾞﾈｼｱ、ｵｰｽﾄﾗﾘｱ等	
調査研究	同上調査、研究、情報交換会及び会員の情報交換	各年４回　計８回	関東、関西各４回 他にミニ情報交換会等を随時開催。	各交換会60名程度 ミニは10数名
会報発行	会報（新年、春、夏、秋）	年４回	更に充実した内容に、又会員の投稿特集等を。	
通常総会	総会（会の運営方針、事業計画、予算審議）	年１回　６月	東京	
案内書等発行	各国の生活情報をガイドブックに纏めて発表	年１～２回程度	課題を設定し研究発表をする。 会案内書更新等。	
旅行会	ロングステイ、或いは永住出来る現地を訪問	年１回 H14.～	タイの医療事情、インドネシア、オーストラリアのいずれか	15名
広報活動	インターネットの利用 メーリングリストの活用 会員の募集活動	常時	会員増強の為に、テレビ、或いは雑誌等に掲載	
支部関係	関東、関西、九州、中国、甲信越、ﾍﾅﾝ、ｸｱﾗﾙﾝﾌﾟｰﾙ、ﾏﾆﾗ、ｾﾌﾞ、ﾁｪﾝﾏｲ等	随時	国内各支部にサロン開設等の支援体制を確立	
支部開設	東海、北海道、四国、ﾀﾊﾞｵ、ｺﾞｰﾙﾄﾞｺｰｽﾄ、ﾊﾟｰｽ、ﾊﾞﾝｺｸ等開設	随時	情報の提供は会報とｲﾝﾀｰﾈｯﾄ(HP.MR)で、肉声の情報交換を推進	

(2) 収益事業

事業名	事業内容	実施予定	実施場所	予定人数		見込み額
	なし					

平成13年度特定非営利活動に係わる会計収支計算書

（平成13年4月1日から平成14年3月31日まで）

特定非営利活動法人　南国暮らしの会

（単位　:円　）

科　目	予算額(A)	実績(B)	差異(B-A)	摘　要
Ⅰ.収入の部				
1、当期収入合計	**1,280,200**	**1,748,267**	**468,067**	
(1)入会金収入	210,000	368,000	158,000	3,000円×116名　賛助会員入会金　20,000円
(2)会費収入	900,000	1,116,000	216,000	3,000円×352名　賛助会員会費　60,000円
(3)資料売収入	80,000	97,400	17,400	1,000円×3名　800円×118名
(4)寄付金収入	20,000	21,500	1,500	13年度夏季号　会報参照
(5)基本金等利息収入	200	607	407	
(6)雑収入	70,000	144,760	74,760	広告料、他
2、前期繰越	**508,822**	**508,822**	**0**	
3、収入合計	**1,789,022**	**2,257,089**	**468,067**	
Ⅱ、支出の部				
4、当期支出合計	**1,787,000**	**1,368,088**	**△418,912**	
(1)事業費				
①会報等事業費	490,000	422,779	△67,221	年4回発行
②会報等送料費	192,000	204,880	12,880	年4回発行
③資料等製作事業費	180,000	158,101	△21,899	
④報告書等製作事業費	80,000	105,312	25,312	規程集を南の会必携に変更
⑤案内書製作事業費	110,000	4,942	△105,058	次年度へ引継ぎ
⑥内外通信事業費	100,000	80,227	△19,773	
⑦講師等謝礼	100,000	0	△100,000	今年度は参加者負担にて充当
⑧支部関係事業費	200,000	180,000	△20,000	
(2)管理費				
①事務消耗品費	15,000	11,677	△3,323	
②諸会・交通補助費	200,000	171,546	△28,454	
③雑費	60,000	28,624	△31,376	
(3)予備費	**60,000**	**0**	**△60,000**	
5、当期収支差額	**△506,800**	**380,179**	**886,979**	
6、次期繰越	**2,022**	**889,001**	**886,979**	

H14.6.1

平成１４年度特定非営利活動に係わる会計収支予算書

－平成１４年４月１日から平成１５年３月３１日まで－

特定非営利活動法人　南国暮らしの会

（単位：円）

科　　目	前年度 実　績（A）	本年度 予算額（B）	差異 （B－A）	摘　　要
Ⅰ、収入の部				
(1)入会金収入	368,000	500,000	132,000	・入会金：5，000円．　想定新規入会者数：100名
(2)会費収入	1,116,000	1,730,000	614,000	・会費：5、000円．　想定継続会員数：246名
(3)資料売収入	97,400	150,000	52,600	・想定有料資料請求者数：150名
(4)寄付金収入	21,500	0	▲ 21,500	
(5)基本金等利息収入	607	100	▲ 507	
(6)雑収入	144,760	20,000	▲124,760	・広告収入など
1. 当期収入合計	**1,748,267**	**2,400,100**	**651,833**	・(1) ～(6) の合計
2. 前期繰越収差額	**508,822**	**889,001**	**380,179**	・前年会案内書作成中止．　講師謝礼を参加者負担で
3. 収入合計	**2,257,089**	**3,289,101**	**1,032,012**	・１＋２
Ⅱ、支出の部				
(1)事業費	1,156,241	2,080,000	923,759	
①会報等事業費	422,779	605,000	182,221	・年４回発行．　増ページを考慮
②会報等送料費	204,880	250,000	45,120	・年４回発行．
③資料等製作事業費	158,101	140,000	▲ 18,101	
④報告書等製作事業費	105,312	195,000	89,688	・海外医療介護事情の調査費を含む
⑤案内書製作事業費	4,942	240,000	235,058	・「会案内書」及び「国別滞在の手引き」作成
⑥内外通信事業費	80,227	200,000	119,773	・理事等通信費計上
⑦講師等謝礼費	0	100,000	100,000	
⑧支部関係事業費	180,000	350,000	170,000	・支部との交流費補助．　教育費用補助を含む
(2)管理費	211,847	375,000	163,153	
①事務消耗品費	11,677	50,000	38,323	・資料保管棚．３０，０００　円を含む
②諸会・交通補助費	171,546	275,000	103,454	
③雑費	28,624	50,000	21,376	
(3)予備費	0	100,000	100,000	
4. 当期支出合計	**1,368,088**	**2,555,000**	**1,186,912**	・(1)+(2)+(3)
5. 当期収支差額	**380,179**	**▲ 154,900**		・１－４
6. 次期繰越収支差額	**889,001**	**734,101**	**▲154,900**	・３－４

平成13年度特定非営利活動に係わる会計貸借対照表

（平成14年3月31日現在）

特定非営利活動法人　南国暮らしの会

（単位　：　円　）

科　　目	金　　額		
1. 資産の部			
（1） 流動資産			
現金預金	2,344,001		
流動資産合計		2,344,001	
資産合計			2,344,001
2. 負債の部			
（1） 流動負債			
前受金	1,305,000		
未払金	0		
流動負債合計		1,305,000	
3.正味財産の部			
基本金		150,000	
前期繰越金		508,822	
当期収支差額		380,179	
正味財産合計		1,039,001	
負債及び正味財産合計			2,344,001

上記調査の結果、いずれも正確である事を認めます。

平成14年　4月17日

特定非営利活動法人　南国暮らしの会　監査役会

監査役 冨永 来久夫 印

監査役 青柳 信 印

（注）本収支計算書及び貸借対照表には、監査役の署名捺印はありませんが、総会時に正式に署名捺印した収支計算書及び貸借対照表を提出致します。よろしく御査収下さい。

総会に引き続き情報交換会が開催されました。その要旨を掲載します。
（情報交換会―１）

すばらしきパース　ロングスティー

埼玉県春日部市在住

会員No.３１５　　鈴木　剛

GOOD　DAY　こんにちは
今日はパースの３ヶ月の生活体験を振り返ってお話をさせていただきます。話の前に若干自己紹介をさせていただきます。私は２０００年の８月末に３３年間勤務した会社を退職しました。会社で早期退職の募集があり、海外で生活したいという夢を実現する丁度良いタイミングと思い、５６歳で会社生活に区切りを付けたわけです。退職後は早速ロングスティ先をどこにするか検討したのですが、昔友人から聞いた「パースは素晴らしいところだよ」という話を思い出しパースに行くことに決めました。



講演する鈴木さん

結果的にパースに魅入られ３回パースに行く事になったわけです。
最初のパースは２０００年の１０月に退職記念旅行ということで、家内と半月ほど滞在しました。家内もゴルフをやるので、ゴルフ天国パースを満喫して帰ってまいりました。その時に泊ったのは、マイケルジャクソンが泊った高級ホテルの隣のサービスアパートメントでした。スカボロという海岸沿いにあり目の前にインド洋が広がる快適な施設でした。ベランダから海に沈む夕日を見ながらのビールはまさに至福の時でした。（因みにこのアパートメントは８０㎡の３ベッドルームで１泊１２０００円でした。）帰国後友人にパースの話をしたら俺達も連れていけという事で３ヶ月後にまたパースに行き半月滞在しました。このときもゴルフ三昧でしたが友人達も充分満足し「すばらしい経験ができたよ」と大変感謝されました。

日本語教師養成学校

日本に帰ってきて失業保険を受給しながらぶらぶらしていたのですが、厚生労働省の教育援助制度を利用しパソコン教室でも通おうと思い支給対象校を探していたのですが、そのとき私の目に飛び込んできたのが「日本語教師養成学校」という言葉でした。海外で日本語を教えながら暮らすことを考えたのです。学校の選定で悩んでいたところ南の会の酒匂さんに相談したところ、会員の宮さんという人がやはり日本語学校を卒業し海外で日本語教師を目指している人がいると紹介をうけました。早速連絡をとって尋ねたところ快くいろいろと教えていただき、宮さんが卒業した日本語学校に６ヶ月間通う事にしました。
（宮さんは現在チエンマイで YMCA や日本企業で日本語教師をしながら、暮らしをエンジョイしています。）
なぜ３ヶ月暮らすということを考えると３ヶ月くらいの期間が必要であろうと思ったことと、クレジットカードに付帯している旅行傷害保険は３ヶ月間を越してしまうと保険適用対象外になってしまうことでした。（私の入っているカード会社の保険は、傷害死亡１０００万円、傷害、疾病治療保険が２００万円、賠償責任１億円、携行品損害保険５０万円、救援者費用保険３００万円となっています。今回は航空会社の荷物の積み下ろしでゴルフクラブのシャフトが折れてしまいました。帰国後保険請求をしましたが、１週間ぐらいですぐ保険金がおりました。海外旅行では何があるかわからないので保険は必須です。海外旅行の多い南の会の会員のみな

さまにはカード会社の付帯保険はお勧めです。）



折れたクラブ

荷物

今回は３ヶ月という事で、日本食（おおよそ日本の２倍の値段）や本を２０冊、ゴルフクラブなどを持っていきましたので、合計で６０キロ弱になってしまいました。超過料金を取られるのではないかと思いましたが、チエックインのときに女性の係りの人から「エコノミーは２０キロまでなので次回からお気をつけ下さい」と言われただけで済みました。ところが帰りはしっかりと超過料金をとられました。どうも人によって厳しい人とそうでない人がいるようです。旅行作家で会員の立道　和子さんに聞いたら男性は女性の係りに、女性は男性の係りのところに行くといいということでした。やはり男性も女性も異性にはやさしいということでした。そう言えば帰りのチェックインカウンターの人は男性でした。

検疫

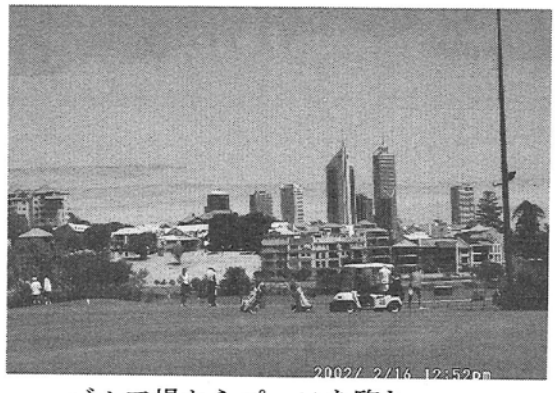
オーストラリアは特殊な生態系を持つ動植物が多く、食物などの持ちこみは厳しいので食物の持ちこみがあるときは、必ず入国カードの食物の有無の欄は「はい」とチェックしてください。２回目のパースの時「はい」とチェックしてなかったため厳しくしかも長時間チェックされ罰金を１００ドル取られた人がいました。また滞在中にインドネシアから訪ねてきた南の会の会員は麦わら帽子、割り箸が無申告でひっかかり厳しく叱責をうけました。（私はマヨネーズは卵を使っているという事で没収されました。）

パースについて

パースについてスライドで説明させていただきましたが、過去に何回も会報で紹介されているので紙面の関係上重複する部分は本稿から割愛させていただきました。ご興味のある方は会報「VOL.１３　２００１年夏季号」、「VOL.１５　２００２年新年号」、「VOL.１６　２００２年春季号」をご覧下さい。

ゴルフは滞在中７６回プレー

パースはゴルフ天国で、世界で一番プレーフィーが安いと私は思っています。私が滞在中毎日のように通っていたゴルフ場は、１ラウンド１２ドル（８４０円）です。パブリックゴルフ場は大体１ラウンド２０ドル（１４００円）から２５ドル（１７５０円）です。ゴルフ場もパースの中心から１０キロ圏内に１２コース、２０キロ圏内に１７コースもあります。６０キロまで広げれば４５コースもあります。しかもコースコンデションも良く、オーストラリアのベスト１００に入っているコースが１３コースもあります。パース出身のプロゴルファーも多く、あのグラハムマーシュもパースッ子です。パースに行ったら全く今までゴルフをやった事のない人も是非やってください。　最低限のルールを守ればどんなに下手でも大丈夫です。



ゴルフ場からパースを臨む

海

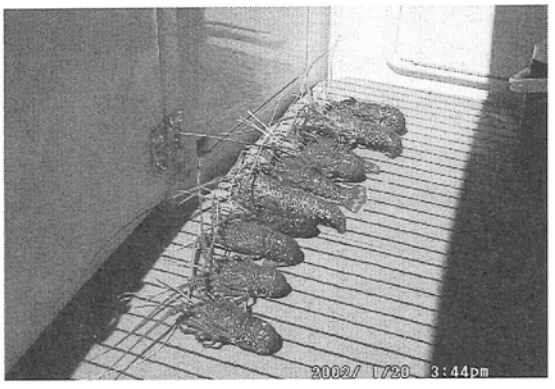
釣りやヨットなどのマリンスポーツは、費用もかからず楽しめます。ゴルフと並び全くやった事のない人も是非体験すべきだと思います。あわび(要ライセンス)、サザエは誰でも採れます。クルーザーに乗って釣りやサザエ採り、イセエビなどで大いにエンジョイしました。

それからWESTCOASTの夕日は格別美しくパースッ子もよくSUNSETを見に海岸にきていました。

イベント

クリスマスページェント、大晦日の真夜中のカ

ウントダウン、1月２６日のオーストラリアデイの花火大会（これはすばらしい）、ロットネス海峡横断遠泳大会（世界各国からたくさんの選手が参加する。）そのほか夏はイベントが盛りだくさん。



パースのイセエビ

3ヶ月間の主な滞在費用

食費　7 万円、ゴルフプレー代　6 万円、家賃 13 万円、レンタカー８万円

その他の情報

レンタカー・・私はヒュンダイの車を 1 日 20 ドルで借りましたが、ピークシーズンは 1 日 40 ドルくらいします。

キャッシュコンバーター・・新品・中古品などいろいろなものを安く売っている店。私はこの店でプルバギー（ゴルフの手引きカート）を 35 ドルで買いました。

パソコン・・長期滞在の場合は必需品（日本の家族・友人、海外の友人などとメールのやり取りは距離を感じずコミュニケーションがとれる。インターネットで日本のニュースが見られる。パースの場合電話代は何時間使っても 25 セント（１７円）

観光地・・今回の滞在中にパースから南４００キロのアルバニーという田舎町に旅行しましたが、これまた落着いたとても良い街でした。
偶然泊ったモーテルの責任者の奥さんが日本人で通常１泊８４ドルのところ７０ドルにしてくれました。パースに長期滞在する場合には是非行かれる事をお勧めします。

為替・・１ドル、大体７０円前後でした。
なお円をオーストラリアドルに両替商で変えると７８円ぐらいでした。
私は銀行カードで必要の都度 ATM から引き出しましたが、１ドル７１円前後の換算レートでした。クレジットカードの場合は若干安く（高く？）７２円前後です。

暖かい・・夏の最高気温の平均が 30 度　最低気温の平均が 18 度の地中海性気候

安全・・・犯罪が少ない（オーストラリアは高福祉社会で例えば失業保険は一生支給されるし 1 年間勤務すると翌年から毎年 1 ヶ月の有給休暇がもらえかつ休暇中の賃金は１７％増し。今年の 4 月からは妊娠すると 1 年間の有給休暇が与えられる法律が施行されたそうです。この高福祉社会が生活を安定させています。失業しても生活に困らないので犯罪が起こらないのですと言う人もいます。）

医療・・医療レベルは高いと聞いています。日本語で 24 時間受け付ける病院もある。

物価が安い・・日本の 2 分の 1

人が良い・・タイと並ぶ微笑の国　とにかく人が良い

清潔・・ゴミがほとんどない

海・・青く澄んだ海　特に海に沈む夕日は見ているだけで心が和む

時差が 1 時間・・時差ぼけがない

パースは豊かな自然の中で、西欧文化に浸りながらＴシャツと短パンで暮らし過ごす事ができるところだと私は思っています。

なお滞在中に南の会の会員の奥川さんご夫妻には大変御世話になりました。この紙面を借りて厚く御礼申し上げます。　（本人執筆）

情報交換会―２

南の国情勢と中国

東京都大田区在住

会員No.３３　戸田　智弘

中高年層のリストラは終息する気配がなく、先が見えない状況である。　一方、海外に出た日系企業および地元企業は技術指導や技術移転のニーズがあり、日本人を現地採用する動きが活発だ。そういう視点から次の本を執筆している。本日は東南アジア諸国の近況と、注目を集めている中国の現況をお話したい。



講演する戸田さん

インドネシア

ケアリゾートバリという会社が、バリ島のパンチャサリ村（州都デンパサールより約50Km）に日本人向けのロングステイ施設を建設中である。

フィリッピン

南の会会員である渡辺克美さん(No.204)の家にホームステイした。フィリピンで生活し始めた人たちが頻繁に相談に訪れ、さながら「かけこみ寺」の様相である。　その1/3がロングステイに成功し、1/3 がトラブルに巻き込まれたもののロングステイを継続し、残りの1/3は帰国を選択もしくは帰国に追い込まれている。

以前 PRA 取得者が強制加入させられていたPRAMA(PRA 財団)は使途不明金問題などが発覚し、現在は任意加入となっている。これまでマニラには、①日本人会(駐在員)②マニラ会(個人事業者)　の２団体があったが、新しく③PRA 日本人倶楽部という組織が発足した。昨年の１１月に発足、６月２７日に設立総会が開催される。

その他④「日比ビジネスクラブ」という毎月講演会を実施する組織もスタートした。全体として環境が整いつつあるという印象がする。

タイ

マニラから流れていった人も多いことから分かるように、フィリピンよりも全体として住み易い感じがする。家具付きサービスアパートメントも多く、価格も安い。またタイ社会は外食が一般的なので、長期滞在者には便利だと思う。タイの大きなメリットは、中心部に住むかぎり車が不要ということ。

タイで日本語教師をした人からクレームを聞いた。その人はチェンマイで１年間日本語教師をした。日本の業者に50万円以上の手数料を取られ、その手数料に見合ったサポートが受けられなかったと不満を漏らしていた。日本語教師をしたい人は、業者に頼るよりも、南の会のツテから始めるのがベストと思われる。

中国

長期滞在したい人は留学するか、日本語教師をするしかない。留学は中国語ができなくともOK。総費用は、3ヵ月で30万円くらい、１年で120万円～150万円(大都市)、100万円～120万円(地方都市)くらいかかる。大学内は治安も良く、若い日本人仲間も多いので心強い。日本語教師は宿舎が提供されて、2～3万円の月給がもらえる。往復の航空券代と日々の食費は自己負担。食事代と給料で相殺というところか。

街中や二つ星以下のホテルは英語が通じない。レストランはタイ並みの値段。マッサージの価格もタイ並みだが、揉みほぐす手法で、日本人には快いだろう。

信号を守らず、乗車も並ばないなどマナーが悪いが、東南アジアとは異なり、能力は日本人と遜色ない。歩合制にするなどしっかりした動機付けをすれば、日本人よりよく働くし、生産性は高い。それで給料は日本人の１／５（マネージャークラス）－１／２０（ワーカークラス）で済む。中国では部品のほとんどが国内調達できるので、今後とも経済力は伸びるだろう。　中国での就職を希望する方は「テンプスタッフ」か、「パヒューマ」などの人材派遣業者に問い合わせるといいだろう。　（文責　小川護雄）

（情報交換会―３）

心臓病・いざという時の為に

日本医大第一内科助教授

清野　精彦　先生

６月１日の総会に引き続き午後から第一回情報交換会が開かれ、体の危機管理すなわち心臓に焦点をあて日本医大の第一内科清野助教授講演をお願いすると共に、東京消防庁による心肺蘇生術の実習をしていただきました。この新しい試みは概ねご好評であったと理解しております。以下清野先生の講演要旨をまとめてみました。



講演する清野先生

心臓発作は突然発症する！

心臓発作を引き起こす病気は以下の通りです。難しい名前ですが病院などで先生にこうした病名を告げられたり、疑いがあると云われたら十分注意してください。

・急性心筋梗塞（Acute Myocardial Infarction）
・心臓突然死/不整脈死（Sudden Death）
・急性心不全（Acute Heart Failure）
・急性大動脈解離（動脈瘤）
・肺血栓塞栓症（エコノミーシート症候群）
・高血圧緊急症（Hypertensive Crisis）

心臓発作が発症した場合の主な症状

胸痛、息苦しさ、呼吸困難
冷や汗、四肢冷感
意識消失
心臓呼吸停止

特に最後の心肺停止に至ったときには、救急車を呼ぶと共に講習を受けた心肺蘇生術を慌てず実施しましょう。実施することにより生還する可能性がグンとあがります。

心臓発作の前兆（危険信号）は以下の通りです

労作時（階段を上ったときなど）の胸が締め付けられる感じ
安静時、早朝の胸が締め付けられる感じ
動悸、脈の乱れ
息切れ、疲れやすい、足のむくみ

こうした症状がほとんど当てはまるときは、病院に行きましょう！これが自分の命を守る手段です。

心臓病の危険因子は以下のようなものです。

－日常の予防が大事です、１つでも２つでも危険因子を取り除きましょう！－

高血圧：130/80へ（心拍数65/分以下）
高コレステロール血症：総コレステロール220以下（心臓病ある場合180以下）
喫煙：禁煙、本人のみならず同居者のためにも。
肥満：身長（m）x 身長 x 23（24）kgで健康・長生き
糖尿病：グリコ（糖尿病ではHbA1cを6.5以下に）
運動不足：心拍数100-120以下で30分、週3-4朝起きてから３時間以内はいけません。
仕事・人間関係などのストレス：いやなものは“No”♪ケセラセラ♪で行きましょう。
遺伝的背景（家族歴）：ご両親を大切に！

心肺蘇生術の実習風景が83ページに掲載されています。併せてご覧ください

（文責　藤本）

ロングステイ　バンコク
パートⅡ

足立区在住

会員№.１８９　五十嵐　輝雄

＜バンコク生活のスタート＞

いよいよ昨年１１月に賃貸契約したアパートで、ロングステイのはじまりです。

実際には年明け１月１８日からの生活となりましたが、渡タイ前に、年間スケジュールを作成し、行動予定としました。ビザの期限と、保持しているクレジットカード(海外傷害保険の適用９０日)や日本での所用など勘案して、１回のバンコク滞在を３ヶ月以内として、年間の滞在期間、タイ国約８ヶ月、日本国４ヶ月という日程を組みました。本年１回目のバンコク生活は、予定通り１月１８日～３月２９日までの７１日間、日本の一番寒い時季を避け、逆にタイでは、気候の一番良いときを過ごしました。そして、花の見頃を期待して帰国したのですが、日本の記録的な早い春の到来に、望みは　叶えられませんでした。満開のさくらに一陣の風、酒盃にいちりんの花びらを連想しながら、居酒屋で友人にバンコクステイの報告となりました。

今回は出国前に、宮崎副理事長から経験豊富な会員№.２７２　井上様ご夫妻を紹介されました。奥様からは、「奥の細道」芭蕉に心情を重ねられたお手紙を頂戴し感銘いたしました。井上様にはバンコクのアパートまで訪ねてこられ、いろいろとご夫妻の外国生活のスタイルを教えていただきました。　現地では「帝国リサーチ」の佐久間さんやスタッフの人達、ロングステイ先輩の谷村さんご夫妻、手助けしてくれる大勢の人達のお陰で、出足から躓く事もなく、好スタートを切ることができました。紙面をお借りして厚くお礼申し上げます。

＜出発前の準備＞

１．年明け早々、確定申告を済ませる(申告は１月４日から出来ます)
　窓口も空いていて、親切に対応してくれます。

２．不在中の支払い関係は出来るだけ金融機関の口座振替とする。
　都税関係・国民健康保険料・国民年金保険料など

３．フライトのリコンファーム(出発７２時間前までに　電話でもＯＫ)
　オーバーブッキング(座席の予約オーバー)を防ぐために必要

４．新聞・牛乳・クリーニングなどの停止

５．インターナショナルキャッシュカードの取得。　私の場合、年金振込の関係で富士銀行(みずほ銀行)で貯蓄預金口座を開設
　バンコクではシーラスマークのあるＡＴＭ(日本より多い)を利用して現地通貨を引き出しています。
　シティバンクの口座開設も一考かと思います。

６．トラベラーズチェックの購入
　現金の持参は、事故にあったときの事を想定して、当座入用な分を到着時にドンムアン空港で両替する最小限の金額(タクシー、バス、食事代など)にした方が良いと思います。両替レートもＴ/Ｃの方が若干有利です。

＜ロングステイ模様＞

１．　生活の足

スクンビット５５の奥、ソイ２５に我が家があります。東西に流れるセンセーブ運河のほとりに建つ、２３階建のアパートです。住まいはこの１５階にある東向きの部屋です。ベランダに出ると、１８０度開けているので大変眺めが

よく、とくに夜景は素晴らしいものがあります。ＢＴＳ(スカイトレイン)のトンロー駅からは２ｋｍ強離れていて、 運河の先に平行してニューペップリ通りが走っています。最寄りの駅は、スクムビット線のトンローかプロムポンです。最初は、駅から遠く不便なように感じたのですが、これが大変便が良く、経済性に優れた場所だったのです。

私達は、時間に制約される生活からは縁がなくなっていますから、利便性と経済性を考えれば良いわけです。ＢＴＳはシーロム線とスクムビット線の二つの路線がありますが、駅から離れたところに住む人々には依然として不便で料金の高い乗り物です。そこで粋な計らいと言うべきか、ＢＴＳ利用の促進か、駅の奥を走るシャトルバスを無料で走らせているのです。経路は、＜トンロー駅スタートーソイ５５－ニューペップリ通りーソイ３９－プロムポン駅終点＞で１５分間隔の運行です。この路線上には、日本食の富士スーパー２号店、エンポリアム百貨店、同店内にスーパーがあり、利用頻度の高い店々です。ＢＴＳスカイカード２００バーツを購入すると、この乗車チケット、(３０枚綴り)が貰えます。 私達は、このチケットをフルに利用して食事や買い物に出かけています。快適クーラー(冷え過ぎ？)つき無料バスなのですから経済性は１００点満点です。悪名高い朝晩の渋滞時は避けて乗車するよう心がけています。

もうひとつの足は、何でもありのバンコクでも珍しい乗り物があります。センセーブ運河の＜引き渡し舟？＞です。 私達がＢＴＳシャトルバスを利用するには、この渡し舟に乗るのが一番です。 これを利用すると、ニューペップリ通りのＢＴＳのバス停に、最短距離で出られるのです。 料金は片道１バーツです。これ以上安い乗り物は他にありません。 乗船時間は３０秒～４０秒でしょうか、四角い鉄の固まりのような舟を、電動のワイヤーで引いて対岸を往復しているのです。２０人も乗れば満員です。ある日そのワイヤーが切れたことがあります。その時は、手でワイヤーハンドルを動かしていました。 バンコクは、本当に退屈させてくれません。

あとよく利用する乗り物は、前号でも紹介しましたが、ソイ５５(トンロー)を往復するミニバスです。ＢＴＳトンロー駅まで出るときに利用します。どこでも乗り降り自由で、料金は３バーツです。

２．　食生活

朝食は、眺めのいいベランダで摂ります。トーストに、わかめの味噌汁、梅干、果物にコーヒーまたは緑茶、といったところでしょうか。太陽が高くならない前に済ませます。

昼は、ほとんど外で食べる事が多くなります。買い物のついでに済ませる場合と、昼食だけのために外出したりします。 ついでより後者の方が多いかもしれません。

前述のとおり、交通費がほとんどかからないで移動できることもありますし、バラエティーに富んだ食事が非常に安いからです。

日本食レストランを利用しても、ランチで５０～７０バーツで食べる事ができます。一番安く上がるのは２０バーツ位の屋台でしょうが、もう少しタイの免疫がついてからにしょうと妻と話しあっています。 今、私達が気に入っているのが、安くて美味しい、エンポリアム百貨店５階にあるフードコート(クーポン券食堂)の昼食です。 ３０～４０バーツが中心価格でしょうか、毎日ビジネスマンやＯＬ、タイ人の家族連れ、外国人の買い物客などで込み合っています。

利用の仕方は、まず食堂入り口両サイドにある、クーポン券売り場で５バーツと１０バーツの２種類の食券を購入します（食事代は５バーツ刻み）クーポン券を買う前にデザート、飲み物、など含めた概算を決め、多めに買っておきます。 食事で余った券は帰りに現金に替えます。

クーポン券は当日のみの有効ですから、持ち帰らないようにします。 翌日以降は使えません。

ロータスのクーポン食堂は、プリペードカード方式で最初にこのカードを購入し、これをそれぞれのブースの店で利用します。店はカードスキャンで代金を決済し、あとカードを返してくれますので、食事を済ませた帰りに購入窓口

に返却し、残っているお金は返してくれます。私はこのロータス方式のほうがいいように思います。

さて、夕食ですが、特別なことがない限り、夜は家で食べるようにしています。 富士スーパーやエンポリアムで食材を買って、妻が料理するときもあれば、調理済みの惣菜をテイクオフする場合もあります。とくに、エンポリアムのスーパー部門で販売している、サラダ(カット野菜)は重宝している食べ物のひとつです。果物を含めた、品数多い生野菜が新鮮で安全に食べられます。計り売りですが、パックにたくさんつめ込んでも３０バーツ前後、二人で充分な量です。

もうひとつ紹介しておきたいのは、安くて美味しいチェンマイ産コシヒカリの“お米”です。風味は日本の米と比較してもまったく遜色ありません。２㎏で８０バーツと考えられない値段です。

また、アパートの４階にはタイ料理のレストランがあり、部屋まで出前してくれます。値段も４０～５０バーツと安く、ボリュウム満点で、一品取れば二人で食べる充分な量があります。とにかく美味しい料理を届けてくれるのでよく利用します。

３． 趣味について

（1）海釣りのこと

「寿楽釣り同好会」に入会して、第３１回大会の釣り紀行は大物釣りの競演です。

1月２７日(日) バンコクに来て最初の釣り大会に参加しました。

寿楽は、トンローソイ２のフィフティー フィフス プラザ１階で営業する日本食レストランです。石川さんご夫妻経営の静かな落ちついた家庭料理のお店です。ここの数量限定日変りランチ（６０バーツ）は大変人気があります。ご飯に、味噌汁、メインディッシュ、刺身、茶碗蒸、キムチ、果物、白玉ぜんざいと品数多い食事が楽しめます。そして、よく教育された若いタイ人女性達が笑顔で応対してくれます。

さて、釣り紀行ですが、当日はカップルや親子など多彩な顔ぶれが参加し、午前６時、寿楽集合、 パンとコーヒーの朝食を摂り終えると、午前６時３０分、マイクロバス２台に分乗して出発です。 行き先はバンコクの南、サメサン漁港、快適ハイウエイ１時間３０分の行程です。

到着するともう釣り船が待っています。 釣具や特製弁当、ビール、ジュース、おつまみなど積み込み、３艘に乗船して出港です。釣り場は港から３０分～４０分の航程で到着です。

海に出ると、あとは船頭さん任せの一日になり、それぞれ彼らの思い入れの釣り場で、午後２時３０分終了まで、心地よい海風にあたりながら、たっぷりと釣りの醍醐味を味わいました。ハタ、イトヨリ、タイ、カワハギなど、大型クーラー満杯の釣果で帰途に着きました。

午後６時、寿楽に帰ってきました。これからの宴会が楽しみなのです。橋本同好会会長と、石川オーナーは厨房に入り、早速料理に取り掛かります。その間、各人釣り談議に花を咲かせ、待つこと１時間、アルコールもほどよく回ったころ、いよいよ魚づくしのフルコースが出来あがりました。

さしみ、焼き魚、煮魚、から揚げ、ハタ鍋が、次々にテーブル狭しと並べられ、鮮度満点の料理に舌ずつみ、仕上げは雑炊でフィニッシュでした。これが、言葉では表現出来ないほどの美味しさです。食べきれないハタのから揚げ、イトヨリの塩焼きなど、パックに詰めておみやげです。午後１０時、それぞれ満面の笑みで帰途につきました。

この釣り紀行の会費は、男性が、２０００バーツ 女性・子供が５００バーツです。私達は二人で参加していますので、２５００バーツです。これらの費用で、バスや船をチャーターし、エメラルドグリーンの海に釣り糸を垂れ、大漁の釣果に満足し、夜は至福の宴会です。日本では到底出来ない贅沢ではないかと思いました。

競演の結果は、初参加の私が優勝の栄誉を授かってしまいました。 釣魚は「ウスバハゲ」の４６．５センチ（関東ではウマズラハギ）の大物でした。バンコク生活の幸先よいスタートと祝福され、タイの日本語版情報誌「タイ自由ランド」の新聞にも掲載されました。

「寿楽釣り同好会」の例会は月２回、第二土曜日と月末の日曜日に開催されています。毎回、１５人～２０人の参加者があり大変人気のある同好会です。橋本さん、石川さんの面倒見がいいからでしょう、毎回、満員になる盛況振りです。このあと、2月２４日と3月２４日の2回の釣り紀行に参加しました。　４月は日本に戻りますので5月２６日の参加を申し込み帰国しました。南の会の皆さん、バンコクロングステイの際は、楽しい釣り紀行にご一緒しましょう。

(2)ゴルフのこと

今回の滞在中、ゴルフは2回プレイしました。クラブは日本から持参しアパートに置いておくことにしました。リタイアしてからはめっきり回数が減り、１２月初旬に、日本でプレイして以来久し振りのゴルフでした。　このスポーツは、スコアに挑戦するようになると際限なくのめり込んでいく魔性を持っています。　必然的に出費の方も比例して増えてまいります。　スコアにこだわらないで、クラブを振りながら１８ホールを足早に歩き、いい汗をかく事は、６０歳を過ぎた人達の運動不足の解消には適したスポーツのひとつだと思います。しかし、日本ではまだまだお金の掛かる遊びです。現役時代ならいざ知らず、先々不安を抱える年金生活者にとって、1回コースに出ると、万の単位のプレー費が掛かるのは経済的に大きな負担になると思います。

バンコク初打ちは、３月１１日でした。昨年来タイして、同じアパートに住むＡさんに誘われて、二人で出かけました。コースはロイヤルＧ&ＣＣ、Ａさん運転のＢＭＷで、自宅を午前７時に出発して、４０分の距離です。　予約なしで、ダイレクトにコースへ行って申し込みます。

フロントへ行くと、当日は、たまたまサービスデーになっていました。グリーンフィー６００バーツ、キャディーフィー２００バーツ合計８００バーツを前払いしました。クラブハウスでゆっくりとコーヒーでくつろいでからのスタートです。　スタート時間が決まっているわけではありません。　好きな時間に出ていけばいいのです。　その間、ワンバッグの若いキャディーたちはじっと待っています。　コースは空いていて前後にプレーヤーを見ることなく、メンテナンスの行き届いた美しいコースで、１８ホールワンウエイラウンドです。リタイヤーにとって、バンコクのウイークデーゴルフは天国です。　気持ちよくゴルフが出来たのでキャディーに２００バーツのチップを渡しました。　プレー終了後、シャワーを浴び、ゆっくりと食事をして自宅に戻ったのは午後の２時前でした。いい汗をかいた後のビールは格別ですが、このクラブハウスのレストランで飲んだウオーターメロンジュースは、癖になるという言葉がありますが、最高の美味しさでした。

日本では、朝早くから高速道路を走り、帰りは夜になる遠距離ゴルフ、プレーヤーの方がキャディーに気をつかい、値段の高い食堂など、どこか違っていないかと、常々思っているのは私だけでしょうか、バンコクは半日ゴルフ(午前か午後)です。この日も午後は、妻と買い物に出かけました。　この国のプレーでは、ゴルフウイドーは存在しないのではと思いました。

今号は、この辺で失礼いたします。またお目に掛かることを楽しみにしています

メーリングリストの声

［南国サロン］の魅力の一つは、フリー・トゥーキングにあると思います。
まして［同懇親会］ではお酒も入り“オフ・レコ”前提で話が脱線？するから、雰囲気が尚一層盛り上がって行くのだと思います。
５月１１日の懇親会でも『リタイア後は、宴会に参加する機会がなくなり、１ヶ月に１度、この懇親会で皆と飲み“放談”するのが唯一楽しみです』と前席の先輩が、しみじみとおっしゃっていましたが、自分も全く同感。
そこが［報告会］とは異質な［南国サロン＋懇親会］の良い処と思います。
どうか、これからも、この雰囲気の維持をお願い申し上げます。（西片さん）

タイ王国　退職者長期滞在査証(ＮＯＮ　Ｏ－Ａ)申請要項

満５０歳より申請可
申請時間：午前９時～１１時３０分(タイ・日両国祝祭日除く月・金)
受領時間：申請より約３日後　午後１時３０分～４時３０分
滞在可能期間：入国日より１年
査証有効期間：３ヶ月(査証申請日より３ヶ月以内に入国)
査証料：４,５００円
査証申請者資格及び申請必要書類

１．旅券（残存有効期間１年６ヶ月以上）　原本及び押印面コピー３部
２．申請書(所定用紙)　３部
３．写真(４.５×４ｃｍ)　３葉
４．履歴書(所定用紙)　原本及びコピー２部
５．金融証明書(下記のいずれかを提出)　原本及びコピー２部
　公文書は英訳後外務省、０３－３５８０－３３１１にて認証
（１）タイ国内銀行(日本銀行のタイ国内支店可)発行預金残高証明書(英語可)
　（８００,０００バーツ以上、最新月のもの)
（２）年金証明書(社会保険庁発行年金証書コピーを公証人役場にて原本証明)
　(年金月収６５,０００、年収８００,０００バーツ以上)発行３ヶ月以内
（３）タイ国内銀行預金残高証明書及び年金証明書
　(預金残高及び年金の合計が８００,０００バーツ以上)発行３ヶ月以内
６．無犯罪証明書　原本及びコピー２部
　各府県警察本部にて旅券・写真・戸籍謄本・住民票・大使館の申請要項持参の上本人申請。　１０日位かかります。
　詳細は、各府県警察本部に問いあわせのこと
　(厳封の上外務省にて認証) 発行３ヶ月以内
7.　赤十字病院或いは国公立病院発行の健康診断書(英文)　原本及びコピー２部
　(外務省にて認証)　発行３ヶ月以内
＊　査証延長：タイ入国後入国管理局にて延長申請
＊　場合により追加書類要

平成１４年１月現在

チェンマイ日本語教師ボランティア(後編)

神奈川県逗子市在住

会員 No. 350　宮　　博

1．11～12月、2ヵ月間の日本語教師

人生とはその時々の選択ではないかと思うのです。　チェンマイで11～12月の2ヶ月間、私は私立日本語学校で日本語教師のボランティアをしました。

どういう内容かと申しますと、校長先生から依頼されたのは、日本語を1年以上学んだ人に対して日本の文化、習慣、日本事情などを日本語で教えて欲しいということでした。

私にとっては願ったり叶ったりの内容であり、人生50年の経験が活かせると思いました。案の定、3 クラスを受け持ちましたが、生徒は熱心に聞いてくれました。　テーマは食事、テレビ番組、音楽、スポーツ、日本の正月、結婚式など、タイと日本の文化の比較を中心に多岐に亘り、皆熱心に参加してくれました。　特に4月から日本へ留学する予定の生徒はことの外熱心でした。



日本へ留学する生徒たち

12月も終わりに近づき、日本に帰るに当たって、生徒たちから「また来年も来るのですか？」という質問も多かったのですが、ひとまずこれで区切りです、と答えて日本に帰りました。

しかしながら、私としてはこの2ヶ月間は私にとって初めてのボランティアであり、あっという間の2ヵ月だったので、一度日本に帰ってゆっくり気持ちを整理して、もう一度できたら続けてみたいと思っていました。

2．もう少しボランティアを

帰国後日本で新年を迎え、自分のやりたいことを済ませて、1 月上旬またタイのチェンマイへ向かいました。　チェンマイ到着後、校長先生に連絡をし、「昨年 2 ヵ月ボランティアさせていただきましたが、何かこのままでは自分の気持が中途半端に終わると思うので、もう少しボランティアさせていただけますか？」と申し出たところ快く承諾してくださり、もうしばらくボランティアを続けることになりました。

私の気持の中では「ああ、また来てよかった。私のようなキャリアの者でも少しは日本語教育に貢献できるのだなあ」…という満足感を持てるようになりました。　そして3月には日本に帰って、この経験をもとに今後のことをゆっくり考えようと思っていました。

ところでタイの若い生徒たちが日本語を学ぶ理由はなんでしょうか？

(1) 学生を中心にですが、日本語を習得していると卒業後日本企業、日系企業への就職が可能だからです。日系企業への就職は給料が良いため人気があるようです。日本へ留学したいという人も多いです。

(2) 日本の文化やサブ文化を知りたいという動機もあるようです。サブ文化を代表するものとして、歌や歌手、アニメがあるようです。歌の内容を知りたい…なども大きな理由の一つです。

(3) 働いている人たちは仕事に使いたいと勉強に来ます。例えば観光業の人、インターネットやホテルで働いている人など、ある程度の日本語が必要であるようです。

主に日本人、日本文化と接点のある人たちが勉強に来ます。生徒は 8 割が女性です。皆さん理由は色々ですが、一度日本へ行きたいと話しています。

3．チェンマイ人生の転機

ところが1月中旬頃、日本人で親しくしてい

たＡさんから連絡が入り、チェンマイ大の副学長の娘さんとその従姉妹が３月末日本へロングステイするので、行く前に日本語を教えてあげてくれないか？…という思いもよらぬ話が来ました。私も一瞬びっくりしましたが、お役にたてれば、ということで早速副学長の奥様（チェンマイ大学長秘書）に引き合わされ、二日後の土曜日から始めることに決まりました。　Ａさんに「何故私を選んだのですか？」と問いますと、「宮さんがいつも真面目にボランティアしているのを見てて、お願いすることにしたんです」と言ってくれました。



左から副学長の家族と私の妻

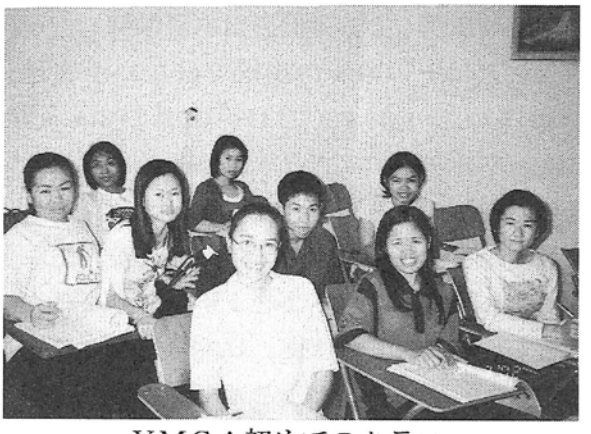
さあ、これがチェンマイ人生の転換日であり、これから今後まだまだ色々なことが起こるとは夢々思わなかった訳です。

私がチェンマイにもう一度来た理由はタイ語をもっと勉強したかったからです。タイのチェンマイが不思議と好きになり、タイ語を話せるようになりたかったからです。マンションの近くには雑貨屋、クリーニング屋など色々ありますが、２ヵ月以上おりますと顔なじみになり、親しくなってきます。彼らが英語を話せるかというと、それは少数派であり、やはりタイ語が中心です。そんな訳でチェンマイにしばらく滞在する予定でしたのでＹＭＣＡのタイ語クラスにレベル１から受講することに決めました。しばらくたったころ、ＹＭＣＡの日本人スタッフのＢさんから「ＹＭＣＡで日本語教師をしていただけませんか？」という、考えてもいなかった依頼がありました。とりあえず考えさせてくださいと返事しました。

はたしてこれはどういうことか？　しかしこれは二度とないチャンスかも知れない…など色々考えたうえで不安の中、お受けすることにしました。

４．ＹＭＣＡで本格的？な日本語教師

ＹＭＣＡでのクラスはまず土、日の午前9:30～12:00の７週間（計35時間）のコースを受け持ちました。ＹＭＣＡ独自の教科書を使用し、教科書半分で１コース終了となります。生徒は９人でした。



ＹＭＣＡ初めてのクラス

その後ランプーンにある日系企業Ｃ社へ週２回、夜5:30～7:30の８週間（計32時間）コース１を受け持ちました。生徒は15人でした。これには企業用にテキストを用意し、それに沿って行いました。

これら２つと並行して月、水、金の午前中の授業（生徒は７人）や、個人レッスンも入り、一ヶ月近く休日なしで毎日が授業、というサラリーマン時代にもなかったハードスケジュールとなってしまいました。

今思うと３月から４月のあの暑い中「よく頑張ったなあ」との思いと同時に、あまり忙しいのは健康面でも無理があるし、ゆっくり考える時間がなくなり、精神面でもストレスが溜まるので、今後あまり仕事（受けた以上、１クラスが１月半から２ヵ月続く）を安請け合いしてはいけない…と反省致しました。

とりあえず５月初旬、日系企業のコース１の終了に合わせて10日間の休暇をとり、日本へ一時帰国致しました。

今思いますに、今年早々もう一度ボランティアをしたいという私の思い（これが一つの選択だったと思います）が、こんな思ってもみない

方々からのご依頼やらお誘いやらで新しいチェンマイ人生が開かれたことは、予期せぬ出来事といえ、身の回りの皆様に感謝しなければ、と改めて思っているところです。

5．チェンマイから各地へ

日本語教師の合間に色々な所に小旅行をして来ました。

① メーホーソンとパウダン族(カレン族の支族で通称「首長族」)

昨年12月5日タイ国王の誕生日が祝日なのを利用して2泊3日でメーホーソンへ行ってきました。あの有名な首長族の村へ行きたかったからです。行きはチェンマイで知り合った日本人のO氏(メーホーソンの一つ手前の町クンヨムに居住)の車に乗り、約6時間で着きました。着後、クンヨムの町のゲストハウスで一泊の予約をし、夕方町を散策しました。近くにビルマ戦線博物館があり、戦時中の銃や軍服などが展示されていました。飛行場の跡地もありました。翌日O氏にメーホーソンの町まで送って頂き、町の中心地のホテルに一泊の予約をしました。翌日、チェンマイからの同行者N氏とともに、O氏に予約して頂いたツアー会社のバンに乗り、首長族の村を含め、4ヶ所を観光しました。当日の夕方、飛行機でチェンマイ空港へ戻りましたが、飛行時間30分くらいでしたので、上がったと思ったらもう到着という感じでした。



首長族の村のお土産屋で

② 鉄道の駅ピサヌロークからスコータイ遺跡へ

12月の年末日本に帰国するにあたり、スコータイ遺跡を見たかったのと鉄道に乗りたかったので、朝チェンマイ駅を出発し、バンコクまでのほぼ中間にあたるピサヌローク駅で下車し、駅前のホテルを予約、夕方ゆっくりピサヌロークの町を散策しました。　翌日、バスステーションへ向かいスコータイ行きのバスに乗り、約1時間半でスコータイ遺跡に着きました。着後、自転車をレンタルし、遺跡の城壁内だけ見学してきました。帰りのバス、鉄道の出発時間が気になる中、約2時間あまりの見学でしたが、その手入れされた美しさはアユタヤ遺跡とは好対照の遺跡と感じました。



最重要王室寺院・ワットマハタート

③夫婦でアンコールワット

以前から是非行きたかった遺跡でした。中国の万里の長城とインドのタージマハールは運よく行けましたので、残ったアンコールワットへはいつ行けるのかと思っていましたが、家内がチェンマイに一週間遊びに来る2月中旬を利用して飛行機の予約をしておきました。

チェンマイからシェムリアプ(遺跡の近くの市)へは直行便がありませんのでバンコク経由となります。



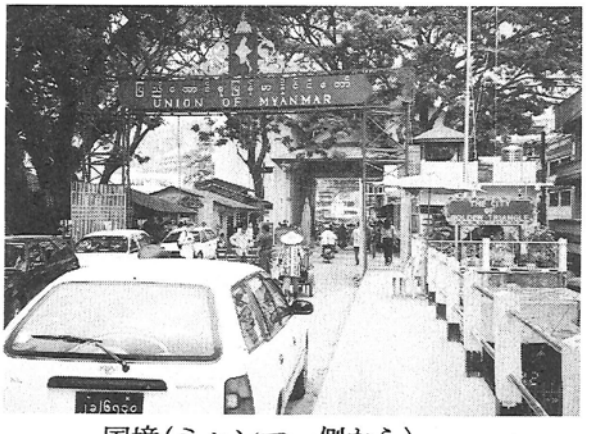
アンコールワットのサンライズ

さすがに壮大な石造建築であり、回廊の壁画彫刻も含めて、ただ圧倒されました。3泊4日

の滞在でしたが、アンコールトムなども必見ですので、少なくとも３泊以上の滞在をお勧め致します。

④タイ北部国境の町メーサイからミャンマーのタチレクへ

１月の初旬、２ヵ月のツーリストビザでタイに来ましたが、カンボジャなどの国外へ一度出ますとビザは無効になり、タイに滞在するにはタイ入国時の翌月の指定日（パスポートに押印される）まで国外に一度出てまたタイに入国しなければなりません。30 日以内の更新となります。　そんな訳で３月と４月ビザ更新のためメーサイへ行き、ミャンマー入国し、その後ミャンマーを出国しタイに入国する手続きをとります。　まさに手続きです。　チェンマイからチェンライ経由で約４時間半、昼の 12 時頃メーサイのバスステーションに到着。そこで国境の町メーサイ行きのソウテウに乗り換え、途中イミグレオフィスに寄ってタイ出国手続きをとり、その後国境へ向かいミャンマーへ入国。昼食や市場を見るのもそこそこにして今度はタイへ入国の手続きをし、パスポート確認後、帰りのバスに乗るため急いでバスステーションに向かいます。本当は一泊くらいしたかったのですが、日本語のクラスの関係上できませんでした。皆さんには一泊以上をお勧めします。



国境（ミャンマー側から）

⑤ソンクラーン（タイ正月）・水かけ祭と夏の暑さ

タイの学校は３月上旬～6 月早々まで約３ヵ月の夏休みがあります。日本人のロングステイ者も４月の夏の暑期、日本へ帰ったり、海外へ行ったりするようです。私は仕事の都合上、このチェンマイを離れることができず、逆に二度とないチャンスだと思って、この祭りと暑さがどんなものかと楽しみにしていました。どの国の有名な祭りも独特な楽しみがある反面、危険も伴います。この水かけ祭りですが、非常に危険な祭りであると知りました。死者や怪我人が多数出るようで、私もマンション近くのソイ（路地）で二人の若者のバイクが水をかけられ転倒して、バイクは大破、二人とも大怪我したのを目の前で目撃しました。また、ソンクラーン前後が一番暑いらしく、今年も大変な暑さでした。夜は寝苦しさで何度も起きて水を飲んだことを思い出します。この時期はホテルやゲストハウスも満員となり、料金も割高になると聞きます。それらをお考えの上、お出でになる時期を決められるのがよいと思います。



水かけ祭・セントラルデパート前

６．チェンマイに来られた南の会の方々

私は昨年 11 月から本格的なロングステイ生活に入りましたが、南の会の会員の方々も数多くお見えになりました。

昨年 11 月～12 月には理事の米田さん、大阪の顧問の寺前さん、セブ支部長の鈴木さん、理事の宮崎さん、顧問の平澤さんと西川さん。

今年に入って１月のチェンマイ大学祭の日本祭では栃木の水谷夫妻とお会いでき、「かっぽれ」を拝見させて頂きました。

２月以降は高知の下元さん、岐阜の高橋さん、顧問の阿部さん、ペナン支部長の木村さん。そして 4～5 月には愛媛の小林さん、長崎の森園夫妻と、全国各地よりチェンマイにお見えになりました。

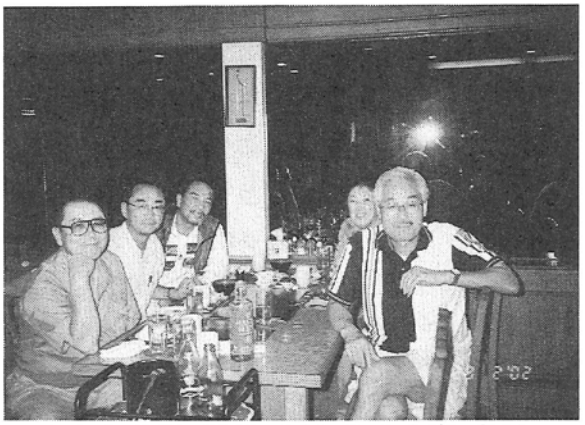
チェンマイ支部長の鈴木さん、会友の水間さ

んの補佐役として皆様方と楽しいひと時を過ごさせて頂きました。

チェンマイには失われつつある古き良き日本があるんです。是非お越しください。



左から鈴木, 寺前, 宮崎, 筆者, 水間 各氏



左から井沢, 筆者, 木村, 鈴木夫妻 各氏

7．終りに

私は会社を３年前に早期退職する時、小さな夢を持っていました。　それはいずれ海外のどこかの国へ行って、何かその国のために何かで貢献したいということでした。

そこですこしでも外国人に教えられるものとして日本語教師の資格を取得しました。ピースボートで90日間世界17ヶ国を回り、どこの国に行こうかと下見もしてきました。

そしてどこの国で役立たせたら、と考えていたところ、最初からは考えてもいなかったタイのチェンマイで、そのチャンスをつかみました。南の会を紹介してくださった橋本さん、チェンマイに行こうと導いて頂いた今は亡き竹中さん、そしてその後お会いした会員の皆様方のお蔭と思っているところです。

それではサラリーマン時代と今と、何が違うのでしょうか？

色々あるかと思いますが、たった一つあげるとすれば、「私は自由である」ということだと思います。　辞令一つで日本全国を渡り歩いた、あのサラリーマン生活とは無縁の自由があります。今後いつでも日本に帰りたいと思えば、いつでも自分で自由に決められます。そして帰る所があります。愛する家族がいつでも帰ってきて…と待っていてくれます。　これはすごい力です。　このような自由を後押ししてくれた家内に毎日感謝しています。

海外でロングステイを続ける秘訣は何かと問われれば、無条件にその土地と人を好きになれるかどうかだと思います。そして何か夢中になれるもの(ボランティアや趣味やスポーツ)があるということも大きな要素でしょう。そして食事も重要であると思います。

私はもうしばらくチェンマイステイを続けます。私を必要としてくれる人や場所がある限りは続けたいと思っています。でも、次をどうしようか…とも毎日考えています。ひょっとすると、この会報が皆様に届く夏頃には日本に帰っているかもしれません。

私の３階の部屋から標高 1,080m のドイステープの山の稜線がはっきり見えます。そのドイステープを見ながら、この自由の素晴らしさを心からかみしめ、いずれ来る次の選択がどのような人生を描いてくれるのかを楽しみにしているところです。

メーリングリスト・ミニ情報

本日の読売新聞夕刊にタイ政府が日本人の長期滞在を促進するため、連続テレビドラマを制作することになったとの記事がありました

日本人の熟年カップルがタイに住み着きその子供らも次第にタイに魅せられていくという内容とのことです

ＮＯ１１７龍野　宏

チェンマイ滞在記

神奈川県在住

会員No. 77　橋本　郁夫

到　着

2001年6月21日、チェンマイ空港で、大学のサイユート先生と、OLSの高橋社長の出迎えを受けた。　大学に着いて早速、気がかりであった宿舎を見た。二階建てのアパートで居間は広く、テレビと新しい冷蔵庫とシャワー室とトイレ室があり、二階は二部屋で一部屋はベッドと天井の扇風機があった。

「エアコンはないのですか？」と尋ねると、予算がないからと先生は言う。サイユート先生は日本語の教師なのに日本語があまり話せない。「だから部屋を見せてくれと言ったのに！」と、高橋社長は不満気である。　英語、日本語、タイ語(高橋社長秘書の)を交えてしばらく交渉をした。　「これでは暑くて寝られない」と私が言う。　「前に他の先生が泊まっていたのだ」と先生は動じない。　だいたいこのアパートは四階建ての校舎の隣に位置し、風通しが悪そうだった。「二階は夜になると風通しが良くなる」と先生は言う。タイ人の先生は暑くても平気かもしれないが、日本人が暑さに弱いことぐらい知っているだろう。タイ教育省は住居を提供すると約束したのだから、この待遇はないだろうと思った。前からわかっていて予算がないとは何事だと思った。



Diproma ホテル学科２年の女子学生たち

いつまで話し合っていてもらちがあかないので、高橋社長と街のコンドミニアムを探しに行った。ちょうど良い部屋が一万円／月ぐらいであった。帰って来て、そこに移るからと先生に言おうと思ったが、通勤をどうするか考えると迷いが生じ、一晩だけ教員宿舎に泊まってみてから決めようと考えた。

この大学で私は学生に１年間日本語を教えるために来たのであった。民間派遣団体のIFCAとタイ教育省のDOVEとの契約で「Chiangmai Vocational College」に派遣されたのである。IFCAが事前に知らせてくれた情報は「大学名と日本語担当の先生の名前」の二つだけだった。この日から、不安と危険と冒険と好奇に満ちたマイペンライ的な生活が始まった。

私は部屋に入り、荷物を置き、シャワーを浴びた。その時大きな蚊に思い切り刺された。思わずチェンマイで二人、最近マラリアで死んだという話を思い出した。その夜寝る時は扇風機を回し、窓を開けても暑くて眠れなかった。それに広い部屋のどこからともなく蚊が絶え間なく押し寄せてくるのであった。　一晩中眠れないまま朝になって私は移ることを決心した。

その日は土曜休日で朝早くサイユート先生が来て、食堂に連れて行ってくれた。そこで先生は「スーパーポーン先生に相談してみたら？」と言った。スーパーポーン先生はホテル学科の学部長で、アパートに住んでいた。早速先生を訪ね相談すると、ホテル学科の校舎にホテルルームがあるがそこでどうかと言う。見に言ってみると、ホテルのベッドメークやクリーニングの実習用の部屋であった。エアコン、ベッド、シャワー、トイレ室の完備した部屋が十二あり、中でもバスタブのある201号室が気に入ったのでそこを借りることにした。部屋代は無料である。お客さんも時々安い値段で宿泊するとのこと。部屋からは有名なドイステープ寺の山が見えた。

この施設は料理実習のための厨房もあり、朝食をレストランで食べさせてくれると聞き喜んだ。昼食は学生食堂で食べることができる。夕方は五時に閉店なので、その後は街の食堂で食べることになる。

宿舎のトラブルを経験して、これがタイなのだ、と思った。タイ教育省は私を受け入れるよ

うに大学に伝えたはずだ。そして観光学科では日本語を教えているサイユート先生が責任者になった。ところが彼女は組織で検討することもなく、一人で考え当日を迎えたわけだ。高橋社長が十日前から宿舎を見たいと連絡をしても忙しいと逃げていた。ホテル学科の先生に一言相談していればトラブルにはならなかった。日本のような組織での対応が苦手なのかと観察を続けたが、やはりそういう傾向が見られた。ともかく、宿舎と食事に件は解決した。　夕食と休日の食事代として一日 150B が支給されることが後日わかった。

大学の概要

職業カレッジであり、観光学科、ホテル学科、美術学科、家庭学科、コンピューター学科、会計学科などの職業学科が設置されている。カレッジは五年課程で、日本の短大と同じ課程は Diproma level と呼び、日本の高校と同じ三年課程は Certificate level と呼んでいた。

Certificate を卒業してすぐ就職する学生もいれば、Diproma に進学する学生もいる。授業は午前と午後の二部制となっている。　学生数は全部で 3,000 で、先生は 120 人くらいであった。



校庭での朝礼

学生は圧倒的に女子が多く、私が教えたクラスでも男子は 3〜5 人と少ない。この大学は以前は女子大だったらしい。学長は男性だが、学部長や一般の先生はほとんど女性であった。

私は十ヶ月この女子の学園で生活することになった。月日が経つにつれ、女子学生の挨拶は美しい微笑みに変わっていった。

職業カレッジの管轄(DOVE)と技術、商業カレッジの管轄は、教育省内で違う。だから後で問題となるビザのノンイミグラントとワーキングパーミットの違いになる。

大学の建物は、四階建のビルである。校庭はコンクリートで、朝礼の時学生はそこに座る。朝礼後は車で一杯になる駐車場兼用であった。

校庭の正面に国旗掲揚塔があり、その左側には、なんと仏堂がある。仏堂は校門の脇にもある。また中庭があり、バレーボールなどができるようになっている。校門は表側が三箇所で、詰め所があり、警備会社に委託している。夜は二箇所を閉め、一箇所の詰め所で警備員がのんびりとテレビを見ている。出入りしても気がつかない時もある。十時以降は門を閉めるので車が入る時はわかると思うが鍵はかけていない。

学生のようす

学生は遠距離通学が多く、1時間くらいは普通である。通学はオートバイが多い。全部日本製で、ホンダ、スズキ、ヤマハなどである。二人乗りが多く、中には三人乗りもいる。他の生徒はバス、タクシー、徒歩で通学する。　十年後はマイカー時代となるだろう。今でも道路の脇は何十台ものオートバイに占領されているのに、マイカーになったら駐車場をどうするのだろう。

学生は校門を出入りする時、仏像に手を合わせる人が多い。仏教への信仰心は厚いものがある。　服装は、女子が半袖ブラウスに紺のロングスカート、男子が白の半袖シャツに長ズボンである。水曜日など特別活動のある日は、水色の上着になる。学科や行事によって制服の色がピンク、黄、紫とカラフルに変わるのが興味深い。

昼食時、学生食堂は満杯になる。ご飯とおかずだけでなく、果物の店、お菓子の店などもある。　タイ米はおかずをかけて汁気をもたせると、とてもうまい(15B＝45 円)。めん類は 10B, ジュースも数種類売られている。　食堂は安いので、昼食だけでなく朝食や夕食を食べる学生もいる。　彼らは辛いおかずが大好きだ。　私は辛くないおかずを選んで食べた。　食堂は楽しい語らいの場であり、レポートを書く場でも

ある。八時から十七時まで開いており、土日、祝日は休みである。

タイの学生生活

始業は八時十分、終業は午後七時。授業時間は普通100分(50分もあり)。日本語は100分と50分の組み合わせで週二回のクラスと、100分で週一回の二通りのクラスがあった。クラスは約30人で、まず起立し、日本語で挨拶してから始める。授業態度は真面目で日本とは大違いである。　サイユート先生は文法、私は会話を担当した。初めてのクラスは五十音から教え、1年後には初級の上となる。

前期は大学と高校の二クラスを受け持ったが、後期はあと二クラス増えた。　サイユート先生は日本で1年研修をしたとのことだが、戻ってから日本語を話す機会も少なく、忘れてしまったらしい。　先生の授業は読み書き中心で、生徒も会話能力は挨拶程度だった。　私は生徒の会話力を増強させることに力を注いだ。　初めは恥ずかしがっていた生徒たちも段々自信がつき、学校の内外で出会ったときには日本語で挨拶するようになっていった。

サイユート先生はよく宿題をだす。他の学科も宿題があるので一般的にあまりやってこない。私としては、家でテープを聴いてリスニング力をつけてもらいたいのだが、カセットデッキを持っていない学生が多い。　そもそも教科書自体、私は日本の教科書を使っているとばかり思っていたが、日本で3,000円の教科書をコピーして100Bで配本しているのだ。

タイ人で有名な日本名は「小堀」である。「メナムの残照」という小説に出てくる若い将校の名である。彼とタイの女学生ヒロイン「アンスリマン」のロマンスは何度も映画化され、知らない人はいない。授業に疲れた時、この話をすると皆大喜びする。　私は「スリョータイ」という映画を見たことがあるが、アユタヤー王朝時代のミャンマーとの戦争で、王朝を救った女性の物語である。　歴史上何度も侵略されているのでタイ人はミャンマー人が大嫌いだ。　授業中おしゃべりをする学生に「あなたはミャンマー人でしょう？」と言うと大笑いになる。

私が新しい単語をタイ語に訳すと生徒たちが「発音が間違っている！」と、直してくれる。タイ文字を書くと、わざわざ黒板まで出てきて訂正してくれる。　そんな中から学び合う共感が生まれてくるようだ。

時々朝会がある。校庭に全員が集合し、国旗を掲揚し国歌を歌う。タイの国旗は三色旗で、国王、国民、仏教を表している。タイの国歌はとてもよい歌で、私はすっかり好きになった。

タイ国王は国民からとても敬愛されており、映画館では始まる前に国王の歌が流れる。聴衆は全員直立不動である。

授業の出欠は厳しくチェックされる。生活の規律も厳しい。先生たちは女子の髪型や長さ、化粧、スカートの長さをチェックする。口紅やピアスなどもってのほかだ。校則違反や問題を起こした学生は陸軍研修所に入れられ、指導を受ける。サイユート先生は夜に出かけて学生を指導していた。見込みがなければ退学処分となる。



高校三年生の日本語授業

学生の嫌いな試験が学期末と中間にある。サイユート先生は日本の問題集をコピーしてテストし、学生のレベルより高いので平均点がよくない。私は自分でテストを作ったが、日本語に興味のある学生は成績がよかった。なぜ興味があるのか尋ねてみると、日本の歌手やタレントが好きだという。「うただひかる」や「きむたく」などである。彼女たちは日本人相手の観光会社に就職して行った。

学校の行事が多い。ある時マナトという学生が「来週、おかまショーがあるよ」と言った。半信半疑だったが、当日講堂に30人くらいの美人が美しい衣装をまとって集まり、実際にコ

ンクールが開催された。スタイルも良く、とても男とは思えなかった。なんとその中にマナトが出演しており、びっくりした。



おかまショーの美女たち

「スポーツの日」というのがある。市の大グランドを借りて、ダンスやリレーやサッカーなどをやる。各学科ごとの色を配した特製のシャツを着るのでカラフルで華やかだ。圧巻は各学科ごと十数人ずつで踊る学科対抗のダンスである。



スポーツショー(観光学科ダンスチーム)

課題曲に合わせ、独自の振り付けと衣装で踊る。夕方や休日に男子も含め、よく練習していただけあり、実に上手でプロ並みだ。タイ人はダンスの好きな民族である。バーテンダーコンテスト、観光ポスターコンテスト、美術コンテスト、バザー、観光学科の実習旅行、クリスマスパーティー、新年祝賀、卒業式など、行事が目白押しである。それに加えて国のお祭りもあり、彼らは結構楽しい学生生活を送っている。

日々の暮らし

学校のホテルの部屋は、まあまあであった。特別に勉強机を持ってきてくれたので、教材研究やテストの採点などに役立った。朝食は美味しく、フルーツやジュースも出してくれた。

テレビはタイチャンネルしか見れなかったので、UBC 社と契約をすることにした。工事費は学校の負担で、毎月の受信料(1,400B)は私が支払うことにした。それからはCNN、BBC、スポーツ、洋画などを見られるようになった。ニューヨークのテロ事件を見たのはそれからである。11月頃になってNHKを見たくなり受信料を尋ねると1,000Bの追加であった。CNNやBBC、CNBCなどが見れるのに何故NHKだけ見れないのか？と疑問に思った。他の国に比べ、受信料が高く、しかも再放送と料理番組と子供番組が多い。外国人に日本の考えや意見を表明するには受信料を安くし、番組内容を充実する必要がある。タイ放送やCNN、BBCを見ていても日本はあまり登場しない。影の薄い存在なのだ。少なくとも日本語を学ぶ学生にとって、日本の放送を見れることは効果が大きい。NHKの予算は6,700億円、国際放送費は120億円とわかった。　自分のお金を払い、タイに来て日本語を教えても空しいと思った。　確かに日本語を教えながらゴルフをしたり楽しいことがあるだろうと思って来たのではあるけれど。

外国に長くいると日本の新聞や本を読みたくなる。日本食を食べたくなる。　日本社会が嫌で飛び出して来たのであるが、日本人であることを意識させられた。そして日本のことを心配するようになった。心配してもどうにもならないのに愛国心なるものが強くなっていくのを感じた。

マイペンライ生活

私はゴルフの初心者である。チェンマイには良いゴルフ場が沢山あると「チェンマイ田舎暮らし」で知り、期待して来た。　著者の高橋公志さんにお世話になり、空港への迎えや宿舎の調査をしていただいた。

私は初めにジムカーナ・ゴルフクラブでプレイした。九ホールではあるが難しい。池や樹木が多い。平日は300Bである。　ここでボールを沢山なくしてしまった。おかげでボール売りのおじさんと仲良くなった。　グリーンバレーゴルフクラブは広く、木々の緑と池、そして遠く

に見える山々がとても美しく、私はとても気に入った。それで私は50,000Bで会員権を買い、週に二回ほど行くようになった。



グリーンバレー・ゴルフクラブ

私は車がないので 30 分位かかるゴルフ場に行くのに困った。偶然、英語が少し分かる女性タクシードライバーに出会った。交渉の末、半日300Bで送迎してもらうことにした。チェンマイは車を持っていると便利だが、とても高価である。　彼女の息子はラチャパット大学の学生で、休日はタクシーのアルバイトをしていたので彼のお世話にもなった。彼はとても親切で、五時間でもじっと待っていてくれた。

雨季のゴルフ場は風が無く蒸し暑い。寒気には風が吹くので日中の太陽は熱いけれど気持ちがいい。

一人で行くと「コンディオ」と呼ばれ、空いている時以外は他のコンディオと一緒にまわるようになる。ほとんどの場合タイ人であるが、アメリカ人や韓国人とまわる時もあった。

良いゴルフ友達が見つからなかったのが残念である。気の合った友人とプレイしたら、どんなにか楽しいだろうと思った。

日本レストランは多いが、私は友人とよく待ち合わせて「一休」に行った。主人の田中さんは親切で、値段も手頃であった。

映画は値段も安く、洋画も多かったので閑な時によく行った。値段は100B。タイ映画では「スリョータイ」が面白かった。日本映画とは知らず、「バトル・ロワイヤル」を見てしまった。

ショッピングにもよく出かけた。薬は安いので、よくビタミンを買った。日本には良いものが無かった白髪染めはタイの「Restoria」をお勧めする。ただ髪に塗るだけで黒くなり、今のところ副作用は無い。

日本の本は東京堂で買う。関税のため、日本の1,7倍位だろう。泰日経済技術振興教会発行の「日タイ辞典」などの辞書類や、東京堂書店出版の日本語の小説はタイ価格で安い。

気候と食べ物のせいで胃腸の病気と下痢を経験した。蒸し暑さと辛い食べ物のせいで胃腸の不調が続き、通院してもなかなか治らなかった。しかし九月の長期休暇で日本に帰ったら治ってしまった。　下痢にもニ、三度見舞われた。ある時学生にケーキをもらい、授業があったので職員室の机上に置きっぱなしにして戻ったら、蟻の大群がたかっていた。捨てるのも申し訳けないので、食べたところ、クリームが悪くなっていたのか、下痢になった。医者にもらった抗生物質を飲んだら、すぐ治癒した。このように、細菌や蟻や蚊はものすごい繁殖力と生命力を持っている。やはり、ここは熱帯だったのである。

タイ国チェンマイに３カ月滞在して

栃　木　県　在　住

会員Ｎｏ.373 水谷　郷

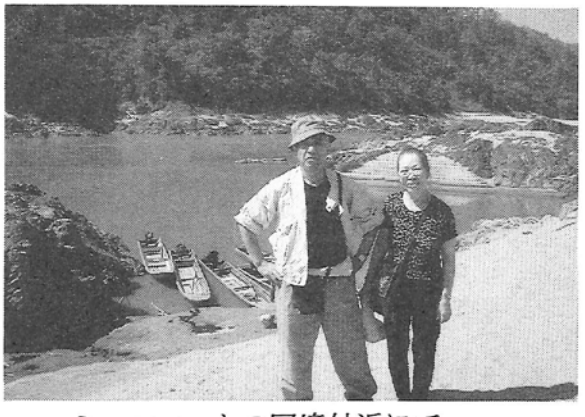
mizu3@hotmail.com

平成１３年 12 月 4 日から 3 カ月チェンマイに滞在して、今年３月４日帰国した。

私は、以前から南国暮らしに興味をもっていて何処か気候が良くて、物価が安くて、安全・かつ清潔である、と言うような所はないものかなぁ、しかし、そんな３拍子も４拍子も揃ったユートピアはこの地球上にあるはずがない、まあ、幾分でもそれに近いようなところが有ればいいが、などと漠然と考えていた。

昨年春のころ、「南国暮らしの会」を知って以上のようなことを書いて投稿しておいたところ会報２００１年春季号に掲載して頂いた。

８月ごろになって、タイ国チェンマイ在住、未知のＳという方から投稿を読んだ、とのお便りが届いた。



ミャンマーとの国境付近にて

それによると、チェンマイは物価の面においても、気候や安全の面においても大変暮らしやすいところである、ということが縷々とのべられてある。２，３度続けてそのようなお便りが届くと、もともと、あまり熟慮しない軽挙妄動的性格の持ち主である我々夫婦は、すっかりその気になり、ともかく行って見ようじゃないか、ということで出発したのであった。

私は、そのとき、７７歳、家内は７１歳。年齢のわりには元気で、それまでの海外生活の経験は、７０歳すぎたころ、ネパールと言う国と関わりが出来て、以来４度訪れ通算９カ月滞在した。そのような経験もあって発展途上国を訪れることにあまり抵抗は感じなかった。

ネパールでは、「かっぽれ」という踊りを各所で披露して友好を深めるということををやっていたので、歌うとか、踊るということは、現地に溶け込むための甚だ有効な手段であることはよく分かっていたから、チェンマイに行ってもその芸を活用して友好を深めようという希望があった。

私たちは、幸い、チェンマイ大学その他の各所で踊ることが出来、踊りを通じてある程度現地社会に溶け込むことができたように感じた。

以上のような経験から、停年過ぎて南国暮らしに関心があるというような方に何かのご参考になればと思い、チェンマイの事情について述べることにする。

チェンマイ到着時の印象

私は、この町に来る前、ガイドブックにチラッと目を通した限り、チェンマイは人口数万程度の静かな田舎町であろう、と想像していたが、これはとんだ思い違いであった。

空港に降り立ったのは日没時であった。出迎えのＳ氏の車で近くのデパートに案内されたが、この空港近くにあるデパートは宇都宮のトップデパートより建物も駐車場も広く、駐車場は空き場所を探すのに苦労するほど車に埋まっているのである。 店内に入ると、豊富な商品の配列や、キラビヤカナ照明、そして大勢の人、人、人。歩いているのがほとんどタイ人というだけで、何ら日本の一流デパートと変りがない。日本食堂に案内され和服姿のタイネーチャンに迎えられてビールを飲み，すしなどで夕食をすましたのであった。それから、店内を一巡のあと、ナイトバザールなる繁華街に案内されたが、一方通行の道路両側の歩道を埋める衣類、食料品などのおびただしい屋台の数、何かうまそうな

食べ物の匂い、真っ直ぐに歩けないほどの雑踏。

その後、S氏居住の町外れのコンドミニアム（7階建）に案内された。ここの4階の1室が私たちのために確保して頂いてあった。翌朝目覚めてベランダに出て見渡すと、周囲は赤、茶、黒の住宅の屋根が緑の樹木に埋まった住宅街。そして、青い夏空が広がり乾いた冷たい微風。数日前まで師走の寒い風が吹く日本に居たのは嘘のような爽やかな気分である。突き出た腹にTシャツ、ステテコ姿の私は、近頃遠ざかっているラジオ体操などを突然始めたのであった。

「住」について

このコンドミニアムの私らの部屋は、四階の角部屋なのでベランダが付いている。部屋は、洗面所、トイレ、バスタブ、テレビ、冷蔵庫付きで、寝室にはダブルベッドとシングルベッドが一つずつ置かれ、リビングは、厨房が付いた20畳ぐらいの部屋で隅にソファとテーブルが置かれてある。窓の広いガラスは、遮光ガラスである。最上階の七階には、レストラン、ジム、タイ式マッサージ、サウナなどの設備もあり、ベッドメイクは週2回、メイドさんが回ってくる。洗濯も頼めば有料でやってくれる。このような豪華な部屋でありながら家賃は、月8000バーツ（約24000円）とのことである。

マンションの貸部屋のようなものを、こちらでは一般的にコンドミニアムとよんでいるようであった。ホテルと異なって、自炊ができるのである。私らは翌日、S氏の案内で町に出て、とりあえず、炊事に必要な用具を調え、米、味噌などの食材を仕入れてきて自炊生活が始まったのである。

そして、色々なことがあって1ヶ月ほどが経過した。ところが、最初、大満足であった居住条件に次第に不満が出てきた。まず第一に、このコンドミニアムは地理的に町から遠くて不便だ。町に出るのにソンテウという乗り合タクシーを利用せねばならない。20分ほどで町の中心部にゆけるが、これが2人で片道120円もかかる。

次に、部屋代が高すぎる。このような広くて立派な部屋は、放浪老人のわしらには身分不相応である。こんなところに高い家賃を払って入っとく必要は無い。町中の便利なところに2万円以下の安いゲストハウスがいくらでもあるようだ。

などなど、少しずつ不満が溜まってきて便利な町中に手ごろなゲストハウスが無いか、と日中の暑い日差しの中を探して歩きはじめたのであった。

そして、市内繁華街の中心、ターペ門の近くに一泊150バーツ（450円）というゲストハウスを見つけて移り住んだ。

ゲストハウスと言うのは、各国の、いわゆるバックパッカーと称する連中、貧乏旅行というと聞こえが悪ければ、費用を節約して旅を続ける連中とでも言おうか、そういう連中が好んで逗留する宿であるから、トイレや、シャワー、洗面所などの器具や配管など、どこかが壊れていたり正常に動作しないし、クーラーは無くて天井扇風機だからホテルと比べると、お義理にも素敵である、とは言いかねる。ともかく、安いのが取り柄と言った宿である。

私らにとっては、移り住んだゲストハウスは、市内の中心街ではあるし、市場は近いし、至る所に屋台や、レストランと称する食べ物屋があって外食するには大変便利であるから、一般庶民の渦の中に紛れ込んでいるようなもので庶民と交わるにはもってこいであった。

3ヶ月の間に私らは、以上のようなことでコンドミニアムに2ヶ月、あとの1ヶ月は、ゲストハウスを2箇所利用してみた。他に勿論ホテルやマンションもあるが、邦人の多くの方が利用されているのは、主にこの二つのようであった。

自炊するつもりなら月2、3万円もあれば、コンドミニアムなどのかなり豪華な部屋に居住できるのである。

「食」について

次に、「食」関係については、多数の食材の価格を一々掲載はできないが、2、3の例を上げると次のようである。

まず、主食の米であるが、日本人は「タイ米」というと、あの長細くて粘りけの無いお米だ、と言う風に認識しているが、米には数種類あって、粘りけのある内地米のようなものもあるし、どうしても駄目なら輸入の日本米だってある。ただ安いタイ米にしたってフライドライスにするなら、よほどこの方がおいしいから一概に、タイ米は不味い、とは断定できないのである。

一応、日本人の口にあう粘りけのあるお米は、1㌔ ５８バーツ（１７５円） 一般的なタイ米は、1㌔ １５バーツ（４５円）であった。

その他の食材の価格も、参考のために2,3あげてみる。

野菜類 大根 ３０円／㌔ にんじん ６０円／㌔ キュウリ ４５円／㌔

トマト １５０円／㌔ 鶏卵 中玉 １０個 ６０円 といったところである。

酒類は、日本酒もどきの地酒がある。「忍」という名で店頭に並んでいる。

１８０ cc（瓶入り） ４２円。

日本から輸入の日本酒（多聞）は、２２５０円と高いが、税金・運賃を考えればしょうがないといったところ。

ビールは、輸入・国産など数種類あって、いずれも結構いける。ただし、あまり安くない。

缶ビール（ハイネッケン）１２０円。

日常必需品の水は、５００cc ５バーツ（１５円）ぐらい。

スーパー、デパートに行けば、日本の味噌、醤油、漬物などいろいろあるが高い。例えば、日本の納豆５０g ２ヶ包み ２００円（タイ産納豆５０グラム1ケ３６円）である。

日本と同じ食事をするとか、おいしいものを食べるとすれば高くつくのは当然である。馴れて来て現地の人と同じ食事をレストランでとるとすれば、1 食６０円ぐらいで十分のようだ。したがって、1ヶ月の食費 1万円～1．5万円でOKという計算になる。

「衣」について

衣類は、こちらであまり買わなかったので、よく分からないが、一般的には、日本の製品よりいくらか安い。（日本も、近来ブランド物以外は安くなっているが、こちらは、さらに安いようである）

例えば、よい生地で出来ている男もののTシャツが ４５０円、家内が求めた普通の生地のTシャツが１５０円、イージーパンツ ３００円という具合である。

それに、こちらは何分にも冬の寒さが無いので季節ごとの衣類を揃えなくてよい。だから、総体的に見て衣料費はあまりかからない。フォーマルなスタイルで歩いている人は町中に全くと言ってよいほど見かけない。こちらに来るときは、重い思いをして、しかも高いものを持ってくる必要は何もないのである。着の身着のままできて、こちらで現地の人に合わせて揃えた方がよほど安上がりである。

気候について

タイの季節は、雨季（５～１０月）乾季（１０～２月）暑季（２月半ば～５月）の３つに分けられるらしい。

私たちが、初めてやって来たのは、この乾季という最良の季節であったので単純一途に「チェンマイ＝ユートピア」と思い込んだ。だが、現地の人の話によると、３月から暑くなって４月はむちゃくちゃ暑いそうである。したがってチェンマイユートピアの定義は「乾季の」という限定的表現に変更することにしたい。

乾季の朝晩は、ひんやりとしてさわやかな空気の肌触り、日中の緑陰の涼しさ、そして雨は殆ど降らない。これは、まさにユートピア（桃源境）そのものである。

もっとも、乾季でも日中の直射日光は結構強くて、ちょうど日本の夏休みを思い出す。夏雲が漂い、日中、カッと照り付ける陽射しの道を歩いていると、麦藁帽子をかぶって海水浴にでも行こうか、という気分を思い出すのである。（日本は酷寒の季節というのに）

この季節、北部の山岳地帯を旅してみると、松の林があり、山の高いところには紅葉が見られ日本と変わらない景色が展開しているのには感動した。

チェンマイという町

チェンマイは、タイ北部にあるランナータイ王国（１３世紀）の首都であったところで、現在の人口約６０万、バンコクに次ぐタイで２番目の都会である。

町は、１辺が約１．８㌔ほどの正方形に城壁と掘で囲まれた旧市街と、その周辺（特に東方）に広がった新市街とからなっていて、城壁は、赤煉瓦積みで日本の城のように石積みではない。この城壁はほとんど崩れて正方形のコーナーの部分とか、各辺に一箇所ずつある城門のあたりに名残をとどめているだけである。ターペ門という東方の門の付近が割合に昔の面影を残していて、ここの広場ではよく催しものがある。

城壁の外周は、幅約２０メートルの水をたたえたお掘りがきちんと取り囲み、各所の噴水が威勢よく水を吹き上げ、人工ながら蓮の花や葉が浮かんでいる。



タイの美女（ボーサンの傘祭りにて）

城内には、数多くの寺院、お役所、学校、ゲストハウスやホテルなどがあり、南国らしく大樹が多くてそれらの緑陰が日中の暑さを忘れさせてくれる。僧侶の卵であろう黄色の衣をまとい、頭を丸めた青年たちが裸足でうろついているのもこちら独特の点景である。

市の西北西の方向にドイ・ステープという標高１０８０メートルの形の良い山塊が横たわり、中腹にある大きなお寺が町の中からも望まれる。

城内、外に大きな市場が数カ所あって賑わっているが、市場はどうやら、お花を主とする市場、とか魚類、果物、荒物などそれぞれを主とするなど、特色があるようだ。

市場の多い東方新市街の先には川幅約１５０メートルのピン河がゆったりと流れ、町から見ての対岸はよく整備された美しい公園になっている。

チェンマイは寺院の多さや、古都の落ち着いた雰囲気などから、日本の京都に似ている、という人もいる。

交通状況について

市内は一方通行が多い。お掘りの外側と内側をぐるり取り囲む大きな通りをはじめ、市内の大通りはほとんど一方通行なのである。目的地に直行できないというもどかしさはあるが、実は、これが大いに交通渋滞解消に役立っているように見える。

勿論、渋滞だって時々は起こしているようだが、日本のように２進も３進もならず諦めざるを得ないような、ひどい渋滞はないようだ。信号が少ないのも渋滞解消に役立っているかも知れない。信号は車主体で人様はどうでもいいようだが、それでも現地の人々は上手に道を横断する。馴れない欧米人や日本人の方が困っているようだ。

ネパールのカトマンズも同様であった。何分にも人間優先の日本などと違うから、道の横断は、「みんなで歩けば怖くない」方式で、渡ろうとする数人の人の固まりに混じって一緒に渡るか、渡ろうとする人が他に居ないときは、幼稚園児よろしく、じいさんとばぁさんが手をとりあって、車の隙を見て対岸めがけヨーイドンとカケッコするのである。

道路の整備状況は日本よりもいい、という人もいるぐらい。市内はもとより、市外だってほとんど舗装されている。チェンマイ市街を大きくとりまくスーパー・ハイウエイという外周道路がある。これなど市の北部の方は、片側４車線で両方合わせると８車線という広さで中央分離帯、両サイドの分離帯なども幅広く贅沢に取ってあり、よく手入れされた樹木や美しい花で彩ってある。これが有料道路では無いのである。

北部の山岳地帯を３度ほど巡ったが、重畳と連なる山岳道路が、日本と同じように要所にガードレールもある立派な舗装道路の連続であつ

た。カーブミラーの設置がないのはチョイト残念であったが・・。

あまり、詳しくは分らないが舗装状態は、北部の方が良さそうであった。少数民族の部落に入っても舗装されていた。南部の、スコータイに行くのに鉄道を利用したが、車窓より眺めた中部の平原には、まだ赤土のままの道路も見受けられた。

スコータイの帰途は、バスで国道１号線を走ったが幅広い片側４車線や、３車線。そこを150㌔ぐらいの猛スピードでぶっとばす。走っている車の数も結構多い。まさにタイの大動脈の感じで、これだって無料なのである。帰りのバスの方が鉄道よりも所要時間は短かった。(バンコク市内には、渋滞解消のための有料道路があると聞いた)

チェンマイには普通のメーター・タクシー、というものが無い。市民の足は、ソンテウという乗合タクシーか、ツクツクという三輪オートバイである。(ガイドブックにはトゥクトゥクと書いてあるがチェンマイの発音はツクツクのようだ)

乗合タクシーには、赤、白、緑と車体の色分けがあって赤は､乗客の行く先に合わせて走る。手を上げるのではなくて、斜め下の地面を指す格好をすると、ウインカーをチカチカさせて寄ってくるからドライバーに行く先を告げる。



ソンテウ(乗合タクシー)

タイ語が出来ない我々は地図を見せて行く先を示す。彼らは地図の見方が分からないらしい。「今ここにいる。ここに行きたい」などと地図を指さし、そのうち、もどかしくて思わず日本語が出てくる。それでもなかなか分かってくれない。そのうち、後ろに車がつながりだす。

なんとか、分かってくれたのかどうか、やっとうなずくのを見て、後ろから頭を低めてゴメンナサイと乗り込む。後部にドアは無く、すっぽんぽんであるからつかまらないうちに発車されると後ろにスッテンコロリである。中は、片側に５人ずつ両側で１０人でいっぱいの広さ、学生たちは、ぎゅうぎゅう詰めに乗るようだ。

時々は、とんでもない別方向に向かって行くことがある。様子が分からない初めの頃は「オイオイ、わしの行くところと違うじゃないか」と怒鳴る。怒鳴ってもトラックの荷台に座っているようなものだから、運転席は仕切られていて怒鳴り声はドライバーに届かない。どこに連れて行かれるのか不安な気持ちで揺られていると、実は、それは乗り合わせた別の先客の行く先なのである。だから、その客に付き合はされて大回りすることになる。こんなときは、目的地に行く予想時間が大幅に狂う。

当初の２ヶ月は、郊外に住んでいたために頻繁にソンテウを利用せねばならなかった。ソンテウのドライバーは、助手席に奥さんや、子どもまで乗せて一家で流しているのが居て、こういうのは善良そうなのが多かった。下車するときに料金を奥さんに渡すと、夫婦はニコニコして頭を幾度も下げてくれたり（多分、現地の人より多く払わされているせいもあるだろう）抱いている子どもにお菓子か小銭をにぎらせたりすると、いつまでも手をふりながら去っていくという暖かい出会いが幾度となくあった。

三輪タクシーのツクツクは、乗客の行く先に直行してくれるが、料金は高いし、雲助が多いようで旅行人と見ると料金を高く吹っかけたりするのでなるべく利用しなかった。

それと、交通行政は日本のように国土交通省のような機関が全国一律に統一してないのではないか、と思われる節がある。例えば、バンコクではメーター・タクシーが走り回っていた。

ところが、チェンマイには、そのメーター.タクシーは一台も無くて乗合のソンテウが幅をきかせている。スコータイなどの田舎に行くと、ソンテウさえ数少なく、オート三輪の逆さの奴がある。お客さんが座ったリヤカーを、うしろからオートバイが押しているような代物である。

「ぶっつかったらお客さん怪我してちょうだい。ドライバーのわしは知らんよ」という感じである。他に無いので何回か乗らざるを得なかったが、前に座っていると、埃や虫が目や口に飛び込む。サングラスをバッグから取り出し、ハンカチで口を覆っていたがすっ飛ばしてくるトラックとすれ違うときなど、いい気持ちはしない。こんな恐ろしい乗り物は、日本では、絶対に許可にはならないであろう。

オートバイが多いのも、日本とちょいとばかり異なる風景だ。ヘルメットの規制はあまり厳重ではないようで被ったり被らなかったり、それに３人乗りが多いようだ。中には子ども２人に夫婦、と一家全員が傘をさしてオートバイで走っているのもちょくちょく見かけた。大きな通りでは信号が変わると、まずオートバイが蜘蛛の子のごとくワーッと走り出し、その後に乗用車やソンテウが続くのは、日本では見られないものである。

在留邦人の様子

現地に在留邦人の会「もういい会」というのがあって、毎週水曜日の夜、あるレストランに集まって夕食を共にし交遊を深めていらっしゃる。　はじめての私等夫婦は、事情を知る為に到着当初の水曜日に出席して「かっぱれ」踊りを披露して、仲間入りをさせて頂いた。以後も、なるべく出席を心がけていたので、多くの方とお知り合いになれ、短い期間ではあったがいくらか邦人の方々の生活事情も知り得たように思う。　年金生活者の中には、立派なマンションやコンドミニアムに住んで、自家用車を持ち、現地のメイドさんを雇い、ゴルフの後は昼寝、合間に、タイ語の勉強をしたり、少数民族の研究を進めるなどと、悠々自適の生活を送っていらっしゃる方々も居らっしゃる。もっとも、このような生活だって前記したように物価が安く、居住費も低廉なので総体的には、多くの日本円を必要としないようである。

車の値段は、よく分からないが日本とあまり変わらないようで、新車を、２５０万で購入した方もいらっしゃったし、中古車を５、６０万で求めたという方もいた。車に手が及ばない人は、バイクを使用している。レンタルのカーもあるが、これは高いので長期滞在には向かないようだ。

我々のように、ロングステイと言っても日本の寒さを避けて一年に一度、３カ月程度滞在したい、というのであれば、繁華街に近い便利な地域に、月二万円前後の中程度のコンドミニアムに住んで自炊生活をするのがお勧めのように思われる。

私らがコンドミニアムに住んでみてトラブッたことが１度あった。当初、前金のつもりで払った家賃２カ月分が、実は、敷金（デポジット）であって月末になると、別に家賃を払わねばならないのである。１カ月目の家賃の請求が入ったとき、前金の中から引かれるはず、と思ってほっておいた。　翌月１０日になって前月分の家賃を払わないと、１日について１００バーツずつ加算するぞと、としつこく言う。

「何や、それって、前金を２カ月分払ってるやないか」と、すったもんだの話しになったのである。インフォメーションとの拙い英語のやり取りでは埒が明かず、タイ語の出来る日本人青年に遠くからバイクで駆けつけてもらって、やっと、それは前金でなく、敷金であることが理解できたような次第であった。　入居のとき、英文の細かい契約書にサインさせられるが、難しい英文の契約書など読めないので３カ月入居ということにして契約書にサインし、前金のつもりで２カ月払った。それは実は、敷金であったのである。

こんなもめごとがあったり、郊外で車を持たない不便さからそのコンドミニアムを２カ月で出たが、３カ月の契約を前倒しにしたために、２カ月分の敷金１６０００バーツは、結局５０００バーツ（約１５０００円）ほどが帰らなかった。契約書にはそのようになっていたらしい。このコンドミニアムを紹介してくれたＳ氏が、住居を新築されてすぐに転居され、他に日本人

は居なくて納得のゆく説明をしてくれる人がなく、トラブッたのであった。

邦人の中には、若い現地人の女性と結婚されて、きちんと生活していらっしゃる方も多いが、２．３０００万の大金をもってやってきて、女あさりして、騙され、すってんてんになる人、とか、チェンマイよいとこで訪れる地理不案内の日本人に、お為ごかしに近づいて、たかる日本人もいるとか、などなど、いい話しばかりじゃないことがいくつもあるらしい。現地では、日本人は皆金持ちと見られている、ということ、それに、日本人もすべて安心出来るとは限らない、ということを念頭に置いておく必要がある。

現地邦人社会でも、日本からチェンマイを訪れる方々が安心してこられるように、ガイドして差し上げる組織を作ろうという機運があるようだ。
「ヴィアン・チェンマイ」という月２回発行の新聞があって、日本人の立ち寄るコンドミニアム、ホテル、レストランその他各所に配布されて希望者は無料で手に入る。毎号、チェンマイ市街など日本語の地図が掲載されて有り、結構便利に使えるし、特集の記事もなかなか面白い。これのオーナーの浦野さんが今、社屋の横の建物に邦人のための「サロン」を設置することを検討中である。気軽に邦人が立ち寄って情報交換の場にしたいと言われる。

サロンには、ホテル、マンション、コンドミニアム、ゲストハウスから共同部屋のドミトリーに到るまで．ハイクラスのものから、バックパッカーが希望するような低廉価格のものまで宿所の情報を集め、写真なども入れて掲示する。ガイドブックにはないようなチェンマイから北部方面の詳細地図も作成して提供できるようにしておく。ビザなどの相談にものる。

また、初めて訪れて地理不案内の希望者には、余暇の有る方がボランティアの名目で宿所探しから町のガイドもして上げる。日本人が公式に旅行業などの営業をすることは難しいから、その費用は、謝礼という名目になるであろうが、その基準についても１日の拘束時間によりいくら、という一応の低廉な線を決める。また、ソンテウ業者の組合などとのつながりも作って日本人が安心して利用できるようにする。在留邦人の横の連絡もできるようにしておく。など、いろいろな構想が進展中である。

チェンマイには、行ってみたいが、チケットなどを依頼した「旅行会社」以外に伝（つて）がなくて不安を感じているというような方には、親身になって間違いないお世話が出来ることになると思われる。このようなサロンの存在は、日本との架け橋として安心して頼れる大きな力となるのではないだろうか。

また、現地に行って付き合いが広まり、次第に事情が判明すると、「のんべぇハウス」取締役、佐々木さんのように奇特なご仁がいらっしゃることも分かった。初め「のんべぇハウス」と言うからには、飲み屋であろう、などと思って訪れると、「のんべぇハウス」取締役というのは実はジョークで、昔風の高床式の床も壁も、板を張りつけた古い木造家屋で、床など穴があき、壁も隙間だらけ、という建物の一室にテーブルと腰掛け五、六脚が有るだけ。ここに住んでいる佐々木さん（独身）の手料理や、客が持参したウィスキーや、ビールなどで盛り上がるのである。

当日の歓談が終わって代金を聞いても取って頂けない。これには、客も困って、やむなく次回から、ウィスキーや、日本から持参した食料などを持参してゆく。皆さんがそうされるから、自然にウィスキーの瓶が隅っこに並んだり日本土産の味噌、醤油などがたまる。また佐々木さん自身が器用に味噌や、納豆の手作りもする。佐々木さんは気の合った仲間が増えるのが楽しみ、と言われる。

佐々木さんは、北部の少数民族に対しての関心も深く、時々、バイクを運転して遠い辺境の少数民族を訪れ、現地で民家に泊り込んで交遊を深めて居られる。そのような時に、邦人から寄贈された古衣類、古履物などをバイクに積んで持って行く。貧しい辺境少数民族の方々は大変に喜ばれるそうである。

この佐々木さんは、「私が出来ることなら、何でもお手伝いさせていただきます」と言われる。

私らも北部方面の旅に二度ほど同行して頂きお世話になった。彼は、中国語もタイ語もある程度できるので、辺境の旅には大変心強く、素晴らしい旅を楽しめた。ただ、料金を頂かない、という彼のやり方が頼む方としては心苦しい。料金をとるように、という説得を続けているが、まだ諒解を得るまでに至ってない。ともかく、バックパッカーにとっては、彼の存在は大変有り難いのである。ゲストハウスやドミトリーなどの手配とか、北部少数民族訪問などに彼との接触を望まれる方は、私のＥメールにアクセスして頂ければ紹介の労は惜しまないつもりである。

チェンマイに、「ヴィアン・チェンマイ」のサロンのような構想が実現して、在留邦人の方々の協力が出来上がれば、チェンマイと日本との交流・友好は一層深まって行く、と思われ大変楽しみである。

「かっぽれ」 を踊った

未知のチェンマイを訪れるについては、現地で**「かっぽれ」**を踊って友好を深めたいという目的があった。はじめに書いたが、現地到着最初の水曜日の夜「もういい会」に初めて顔を出したとき、「かっぽれ」を披露したのが縁で、領事館の領事の耳に入れて下さる方がいたり、チェンマイ大学に短期研修に来ていた京都精華大学の学生の一人が、大学の美術学部に話して頂き「かっぽれ」披露の道が開けた。

１２月末、精華大学の学生のお別れ会が美術学部で開催され、そのときプログラムの中に入れて頂き、美術学部の教授の方々や多くの学生の前で披露した。その後、ご挨拶に、領事館を訪れたとき、鈴木領事にお話をしたところ、その場でチェンマイ大学に電話して頂き、一月末の人文学部主催東洋祭の二日目に学部の前に作られた舞台で踊った。このときは、大勢の在留邦人がお出で頂き、領事夫妻も見えていろいろとご配慮を頂いた。国立チェンマイ大学は、日本で言えば京都大学に相当するような大学で、チェンマイの西部に城内旧市街ほどの広大な敷地を有する大学である。

その後、城外南部にある芸術大学を訪れ、直接、交渉した結果、２月１日、学内にある大ステージで朝８時から多数の生徒の前で踊った。



かっぽれ(チェンマイ大学にて)

このときは、開始前にタイ国王陛下の写真が壇上に飾られ、極めて厳粛な雰囲気の中で踊り、終了後、学長より花束の贈呈を受けた。

踊りは、４曲踊ることにしているが、踊る前に日本のゆかた、角帯の締め方、足袋、鉢巻き、たすき、尻端より、などについて説明をする。これは、大変好奇の目で見て頂けるようで、どこでも熱心に説明を聞いて頂けた。説明は、日本語で私の書いたものをタイ語の出来る日本青年に翻訳して貰い、それを司会者に読んで貰ったが、日本の古い時代の文化についての紹介がいくらかでも出来たように思う。

タイ北部方面各地の観光

１、スコータイの遺跡

往路は、鉄道でピサヌロークで降りて１泊、スコータイまではバスで約１時間。スコータイの町から遺跡まではバスで約４０分。よく手入



スコータイの遺跡

れされた美しい遺跡であったが、暑さが厳しくて早めに切り上げた。３泊４日

２、タイ最北端、ミャンマーとの国境の町「メーサイ」から中国国民党の落ち武者の町「ドイ・メーサロン」へ。

ドイ・メーサロンの町並みは、高い山の尾根につらなっていて、通りの看板はすべて漢字で書かれてあるなど全く中国風の町である。中国からこちらに敗走した部隊の指揮官であったらしい「段希文将軍」を祀る大きな墓が丘の上にある。こんな山奥を切り開いた落ち武者たちの苦労が偲ばれた。現在は、お茶の産地となり台湾にまで輸出しているとのことであった。そして「タートン」に出て河下りして「チェンライ」へのコース、５泊６日の旅。

３、布祭りの「メーチェム」から「クンヨム」へ。

クンヨムには、野戦病院があってビルマ（ミャンマー）戦線から敗走する８師団（菊）の日本兵が、戎衣も靴もボロボロになってよろめきながらたどり着いたものの、多くの兵士がここで力尽きたそうである。その数、七百とも八百とも言われている。私は、戦時中、陸軍航空隊員であったがタイ・ビルマ方面は縁が無かった。戦後、戦記物を読みあさるうちに次第に、無謀であったビルマ戦線の惨状を知ったのであるが、そのことを想起していた。

ここのお寺には、日本人戦没者の慰霊碑がある。幸運にも生存された方々が、戦後、遺骨収拾や慰霊に訪れて建立されたものである。朝早く、暗いうちにお寺にお参りに行った。辺境のこの地を訪れる人も滅多に居ないのか、慰霊碑は落ち葉に埋もれいた。碑面には「ビルマ戦線将兵慰霊の碑」とある。お寺で掃除道具を借りて周辺を清掃し、宿で線香に火をつけて貰い持参したのを供え、読経のあと童謡「ふるさと」を家内と唄った。暁闇が次第に薄れ、東の空に朝焼けの雲が広がってゆく。ふるさとを想いながら辺境の地で果てた兵士の無念が偲ばれて胸がつまった。

それから、周囲も明るくなった７時ごろ道を挟んだお寺の斜め前に有る日本軍の遺品を集めた資料館に行った。朝早いので、内部は見ることが出来ないであろうと諦めていたのだが、お寺でお参りをする我々を見た僧侶から係員に連絡が行ったらしく、わざわざ来て頂き開館の上、内部を案内してくれた。言葉は全然通じないが、大事に保存して頂いたことへの感謝を態度で示した。中は、日本軍の飯盒・銃・銃剣・戎衣などガラクタの山であったし、前の庭には、輸送トラックの残骸がいくつも置かれて朽ちるままになっていた。

この地での日本軍に対する現地住民の感情は友好的であったようで、敗戦後も、ここにとどまった残留兵士がいて、つい数年前まで生存されて居られ住民に慕われていたとのことで、子孫の方が居られるとのことであった。

それより、サルウィン河を隔ててミャンマーを望む「メーサムレップ」という少数民族の辺鄙な町へ。ここは、サルウィン河の渡河点になっていて河の中心が国境線である。ミヤンマーへの渡し船が川岸に係留され、ゲートに警官など配備されてあった。警官に断って船着場まで下りて行き、望郷の念虚しく戦死したであろう英霊を偲んだ。掌にすくった目の細かい白い砂がさらさらと指の間からこぼれ落ちた。１ 泊２日の旅であった。

４、「メーホンソン」（往路は飛行機）

大きな池の周辺に寺院や、ゲストハウスなどが点在する美しい田舎町であった。ここから、河を舟で下って、くび長族の部落など見学した。首に５キロもの重さの輪を嵌め、両膝下にも真鍮の輪の女性。何やら沈んだ面持ちで観光客の視線に耐えていたのが気になった。チェンマイへの帰途はバス。北回りの重畳の山岳地帯を疾駆し、途中、「パイ」に下車して１泊。１３キロ離れた温泉への往復の足はバイクの後ろ乗りである。翌朝またまた険しい山岳地帯を走ってチェンマイへ。この険しい山岳道路も撤退する日本軍のたどった道である。２泊３日の旅。

以上、チェンマイに３カ月滞在して経験したことなどを駆け足で記してみた。私は、ネパールとタイ以外のことは知らないが、リタイヤして年金暮らしの方々が気楽に暮らせる場所としてチェンマイはお勧めと思われる。チェンマイには日本の企業なども数社進出して郊外に工場があるそうで、全部で二千人近い日本人が滞在しておられるようである。

だが、繁華街を歩いてみると日本人に出会わすことはあまりない。圧倒的に多い観光客は白人で、彼らの数人に声をかけてみた限り、スエーデン、イングランドなど冬の厳しい北欧方面の人が結構居た。彼らは厳しい冬の寒さを避けて暫くの休暇を過ごしにチェンマイに来ているようであった。日本人も、余暇のある老人は避寒にチェンマイを選んでみたら如何であろうか。

メーリングリスト・ミニ情報

●「Ｙｅｓ」の意味

セブ日本人会の新聞に面白い文化分析が載っていましたので、紹介します。　というのは、セブの人と談義をするとよく理解できないことにぶつかります。他にもありますけどその代表格は「Ｙｅｓ」です。セブの人たちは「Ｙｅｓ」「ｎｏ　ｐｒｏｂｌｅｍ」「ＯＫ」をぽんぽんと連発花火のように使います。でもこのほんとの意味を知っている日本人はまず少ないでしょう。そういったところに不協和音の源があるのかも知れません。　Ｙｅｓと言うのは

１　何も知らないとき
２　どうしていいかわからないとき
３　会話を打ち切りたいとき
４　言われたことが半分分かったとき
５　自信がないとき

この方の分析結果は、私から見るとかなり個人的体験からの情緒的意味も含まれていやしないかな、という感じもありますけど、そういう私にも一つ一つに思い当たるものがあります。

一般にセブの人たちは相手の意見を咀嚼して妥協点を見つけるという作業が苦手のようです。注文をつけると取りあえず話し半ばでも「ＯＫ」と言います。さすがプロだ、飲み込みが速いなんて感じたら、端ッから完全に術中にはまっています。ここの「ＯＫ」はそういう申し出があったことを認めます、というもので、注文ができるとか、責任を持つとかは別問題なのです。それじゃどうするのかというと、あとで必ずと言っていいほど注文通りに行かなかった言訳をあれこれ盛りだくさんに付けて来ますので、それらの言訳を予想して最初から潰しておくのです。具体的には期限を明確にしておいてそれを過ぎたらどうするか、状況が変わりそうだったら必ず連絡するように、連絡せずに注文と違うことをしたら金を払わないよと言っておく。おまけに少し込み入った話なら各事項をメモにして渡す。こういった、日本では分かり切ったことで、大人同士の話なら失礼だからと明確にしないようなことなんですけど、契約主義のこの国では、あとで弁解のもとに使われないように初めの取り決めが非常に重要です。　どうも他国の話を聞いてもこういった文化は共通していて、むしろ当たり前で、日本が特異なのだろうと思わされます。　ここにあげられた「Ｙｅｓ」の意味は多少オーバーかも知れませんが、言い得て妙です。そして後で臍を噛むのが落ちですから実際にはこの程度の認識でいたほうが間違いありません。　（セブ／スズキ）

メーリングリスト・ミニ情報

５月の12日NHKの11時放映で人間街道と言う番組をみたかたいませんか？タイの民宿を テーマにしていました。　（大野さん）

民宿村の名前はプライポンパン村。
県庁所在地：、サムットソムクラム市（バンコクから西１００Ｋｍ）。この村はこの市から車で20分位。連絡先はこの村にあるツーリストセンター。　TEL:001-66-34-71-7510
利用者はほとんどがタイ人の家族連れでした。この村は年寄りと子供だけで(若い人は出稼ぎ)、村おこしとして民宿村を始めたそうです。(高床式民宿30軒,600B/人)　村と都会の触れ合い交流で村の年寄りは元気を、生きがいを貰い、都会から来た人は田舎の良さをやすらぎを体験している様でした。　ＴＶで見た範囲では、交通便の一つとして川を利用した船は田舎ではの情緒がありました。　食事は村で運営している所で一ヶ所でする事になっていました。此処も他の人達との交流の場にもなれると思いました。
受け入れ態勢としてはまだ外国の人はまだの感？外国語を話せる人が居るかどうか？
タイ語が話せる人、通訳出来る人同伴なら利用出来きると思いますが。　（梶野さん）

東南アジア諸国見聞録（その１　タイ）

埼玉県　会員№４０　平澤　信

なぜ今東南アジアか？

１年間の格安オープンチケット（バングラデッシュ・エアー６７，０００円）をＨＩＳ（新宿）で入手し、昨年（'01）１２月１４日から今年（'02）４月５日までの１１２日間（３か月半）ロングスティ地調査のためタイ（１日だけミャンマー）、ベトナム、ラオス、カンボジアの旅に出かけた。

寒さが苦手な私は、冬の間多分毎年こうして暖かい地を求めて異国のお世話になることと思う。今なぜ東南アジアか？そのもう一の理由は、３０年余りも働いて手にする厚生年金額の余りにも少ないことである。パンの耳かじって世捨て人のような生活ならば日本でもできないことはない。しかし、これでは生活を楽しむ余裕はない。折角時間長者になったのだから定年後をもっと心豊かに楽しく過ごせる方法はないものか。

巷に出回っているロングスティ関係のガイドブックは殆どが１か月２０万３０万といった金額を使った高級マンションやホテルでの生活体験で、私共清貧の生活者には基本的な部分であまり参考にならない。私達は自分の身の丈に合った生活を急ぎ摸索しなければならない。従って、訪問地では人々の生活を肌で感じ、果たしてこの地で私共日本人が住めるか否かということに軸足を置いての旅となった。

日本を引き払って竈（カマド）を１か所にするということであれば、アメリカでもヨーロッパでも生活は可能と思うが、やはり日本にも生活の場を持っていたいとなると簡単ではない。

私共は１か月５万～7 万多くて 10 万円程度で海外長期滞在ができるところでないと状況が許さない。そこで「南の会」の情報交換で得た知識を頼りに東南アジア４か国を一挙に旅して、どのくらいの額で生活できるものか実地検証を行ってみた。その第１回がタイです。幹事さんから「情報の少ないラオス、ベトナム当たりから書いてみてはどうか」とのお話もあったが、気候の変化、物価の比較と言う観点からあえて廻った順で書かしていただいた。

カオサンのロングスティヤー達

木枯らしの吹きすさぶ東京を飛び立ったのが、１２月１４日。飛行機は１時間遅れでバンコクに到着。金曜の夕方だったため、バンコク名物のラッシュアワーにまともに遭遇し、空港バスがカオサンに着いたのは午後７時を廻っていた。気が急いていたため、タイ旅行のための書き込みを一杯入れた命から３番目くらいに大切に持っていたガイドブック（ＪＴＢ版）を、空港バスのチケット売り場に忘れてしまった。そんな訳で今夜の宿探しはどうしたものかと途方に暮れた。ツーリストオフィスも既に閉店していた。

この時、空港からバスで一緒だったバンコク在住６年のＹさんが「私の定宿を紹介してあげますよ。ゲストハウス（PEACHY GUESTHOUSE）だけど１泊 100 バーツ（310 円、１か月 9，300 円）だからいつまで滞在しても宿代が気にならない云々…」。100 バーツ！？（310 円）が、いい意味でも悪い意味でも私の好奇心を刺激した。頭の片隅で“こういう軽はずみなことが事故に繋がる…”などと思いながらも私の持病のような「見たい見たい病」がやっぱりその安宿へと足を運ばせてしまった。カオサン通りの裏側で、木造３階建、１階中庭がラウンジ兼食堂とインターネットルームになっていて、２階３階が客室。トイレ、シャワーは当然共同で、水シャワーのみ（寒くはなかったが歯を食いしばって使用した）。部屋の広さは日本間で言えば８畳くらい、机・椅子もあり、セミダブルベッドに清潔で真っ白いシーツが意外だった。しかし、南国とはいえ、上に掛けるタオル等がないため、明け方寒くなり、持参したセーターを着る羽目に。でも 310 円で泊めてくれる所があることに、妙に感心してしまった。

こんなところに３か月も住み着いていると言う若い日本女性のＳさん（フリーター）がいた。彼女曰く「ここって安くてフレンドリーなので

リピーターが多いから女性の１人旅も高齢者も安心できる**人気の宿**…。」とのこと。彼女は正にここでロングスティしていた訳だ。他にアメリカのシカゴから来たと言う 70 も半ば過ぎとおぼしき男性の長期滞在者もいた。彼はこのゲストハウスに冬の間５年間も通い続けている由。他にも北欧系高齢者の長期滞在者が数人いると前述のＳさんが教えてくれた。どんなに経費が安上がりと言っても、この宿に長期滞在するにはちょっとした覚悟がいると思った。

欧米人のスティの概念や如何に

ここで楽しげに暮らしている欧米人は精神力が強いのか、よほどお金が無いのか、我慢強いのか！イヤイヤこういう場所が本当に好きなのか？真意の程は測り兼ねた。

でも、カオサンの一角で現地の人々に溶け込んで生活しているのを見て、こんなロングスティもあることに視角が広がった。欧米人が比較的どこでも自然体でいられるのは言葉の問題であまり苦労しないと言うことが大きいのではないだろうか？

また、日本人女性のＳさんのように、１日中ゆったりとコーヒーカップ片手に読書するなど、忙しない性格の私には考えられない心の余裕が感じられた。

なるほど近くにスーパーやコンビニ、屋台・レストラン、本屋、病院、とロングスティの条件は満たしている。飛行機の遅れから偶然にも、こんな貴重な体験をさせてもらいつつ私の長旅は始まった。

翌日、Ｙ氏の強い勧めにも拘らず、たった１晩だけの滞在で 100 バーツ（310 円）の PEACHY GUESTHOUSE を出てしまった。移った先はカオサン通りから歩いて 10 分ほどのニューワールドホテル。１泊 580 バーツ（1，800 円、１か月 54，000 円）。ここは、「南の会」のＩさんからご紹介頂いたホテルで、宿泊してみたいと思っていた宿の一つだ。従業員のマナーも良く、中高年向きの中級ホテルだ。しかし、長期滞在となると１か月 54，000 円はちょっと高い。カオサン周辺に長期滞在する気はなかったが、念のため、何か所かのアパート・マンション、ホテル、ゲストハウスを見せて貰った。

１ルームが１か月 5，500 バーツ（17，000 円）位からあり、10，000 バーツ（31，000 円）。程度で２ルーム。セキュリティも良く清潔で便利なところがあるようだ。

100 ㎡位になると 18，400 バーツ（約 57，000 円）。位で、快適さはある程度お金で買うものの感は否めない。

住まいに台所がない？

ちょっと不思議に思ったことは、沢山見せてもらったマンション・アパートにキッチン（台所）が付いていないことである。あっても小さいシンクのみ。外食産業が発達しているから家では原則造らないということでしょうか？もし食事を造る時は、洗面・トイレと一緒の水場で野菜や果物を洗うのであろうか？

タイも同じアジアなのに生活感覚にかなりの隔たりを感じる。ちょっとしたカルチャーショックだ。

余談だが、カオサンで日本の女子大生と知り合いになり、彼女の住んでいる１泊 80 バーツ（248 円。１か月 2，400 バーツ約 7，440 円）の宿も見せてもらった。3 畳間くらいで窓なし、２段ベッドを１人で使用と言う条件との事。この生活はもはや私には真似さえできない。日本女性も逞しくなったのう。因みに彼女東大法学部の学生で、先日も旅先のネパールから腹痛で意識を失いかけても旅を続けたと言う激しい内容のメールを貰った。眩しいばかりの若さだ。

カオサンは便利さでは気に入っているが、一歩ホテルやマンションの外に出れば、暑さと車の騒音・排気ガスの激しさに、高齢者がカオサン周辺に長期滞在するのはちょっと難しいと思った。体力にかなり自信があれば別だが。

カオサンの印象

カオサンを知らずしてバンコクは語れない。とはＹ氏の弁。

外国人バックパッカーが我が物顔で、母国では決してしないであろう髪型や服装で一日中街を闊歩している様子は異様な眺めだ。12 月も末なのに日中の気温は 30 度を越えるので、寒い国からきた人々を興奮させているのかも知れない。国籍不明でエキサイティングな、そして膨大なエネルギーを要する若者の街！そんな中にあって私達は浮いた存在であった。

何でも有りのこの街の古本屋で、空港で無くしたガイドブックと同じ物を見つけた時は感激した。日本で買うよりも少し安く、しかも最新版。カオサン通りが気に入ってしまった。

食べ物では何一つ苦労することがなかった。豊かな食材で、バラエティに富んだ食事が安くできることが単純に嬉しかった。因みに春雨風のソバ？が 20 バーツ（62 円）、魚卵入りお粥 15 バーツ（47 円）、トムヤムクンスープ 30 バーツ（99 円）…、ご飯と肉・野菜の炒め物 50 バーツ（155 円）。等々。ただし、調味料として、味の素と砂糖がドサッと入れられることが気になった。結果、化学調味料と砂糖味が強いと私は感じた。勿論高級レストランや日本料理店に行けばいくらでもお金は遣えることは言うまでもない。

でも、食べ損なって飢える心配が全くない街、これがバンコクだ。

チェンマイへ

カオサンの暑さと騒音・排気ガスを逃れ、少し涼しいところで生活して見たいと思って、12 月 20 日タイ北部のチェンマイへ出かけた。バンコク郊外のタイ人宅でホームスティしている友人のＮさんを誘ってみた。彼女もお気に入りの地を探してホームスティしている最中であったので、相談は直ぐにまとまった。１人旅の予定がいつの間にかＮさんとの２人旅となった。

チェンマイは、飛行機で行けば１時間 10 分ほどのところを、敢えて私達は冷房の無い２等寝台を選んだ。バンコク→チェンマイ間約１３時間。外の景色を眺めながらの長旅もまた楽しい。

私は訪問した国で、できるだけ列車に乗ってみるように心がけている。その国の経済状態や、人々の暮らし振りが見られて楽しいからだ。

翌朝５時約束通りチェンマイ駅に到着。周りを眺める暇も無く「いい宿紹介します。見るだけ見るだけ..」と片言の日本語を話すタクシー運転手に、まるで人さらいに遭ったように駅を連れ出された。

お陰で、朝のわずか 2～3 時間の間に 7～8 軒のホテルやゲストハウスを見せてもらうことができた。だが、不便であったり、高すぎたりと折り合いがつかず、結局自分達で探す羽目になった。観光地チェンマイは“石を投げればゲストハウスにあたる”の例えの如く沢山の宿があるので、難しい注文を付けなければ予約なしで行っても宿泊に事を欠くことはない。

結局Ｎさんと２人で選んだところは、セキュリティと料金を中心に検討して、市の中心部でターペーゲートから歩いて３分の「ナイスアパート」に落着いた。1 泊 330 バーツのところ 1 週間以上泊まると 280 バーツ（868 円。1 か月 8,400 バーツ。約 26，000 円）に値引き。日本語衛星放送、大型冷蔵庫、ホットシャワーと日本人の長期滞在を意識した造りとなっている。フロントでは常時アパートの様子をモニターしているなど、タイにしてはかなり細やかな気遣いが見られた。しかし、日本人旅行者は来ても長くて２泊３日しか滞在してくれないと若い女性経営者はぼやいていた。タイでは、南向きの明るく陽当たりのいい部屋イコール良い部屋ではないということをここで学んだ。常夏の国ではそれが常識なのかも知れない。

南国のサンタクロース

チェンマイは「緑の多いしっとりした静かな街」と勝手に思い込んでいたので、乾季とはいえ、日中の暑さと車の多さ、埃っぽさはいささか印象が違った。でも日本では真冬。この時期Ｔシャツ１枚で過ごせるのは身体が伸び伸びしてくるようでやはり嬉しい。南国のクリスマスにサンタクロースはどんなファッションで現れるかと楽しみにしていたら、北国のそれと同じい

でたちなので笑ってしまった。仏教国なので、かなり遠慮がちにジングルベルが鳴っているのも何だか迫力が無くて可笑しい。だからクリスマスらしいイベントは殆ど見られなかった。

街に出てみると何処にいるのか錯覚を起こすほど欧米系外国人旅行者が多いのに驚く。

様々な生活を体験して見る事が今度の旅の目標だったので、12 月 28 日日本人の長期滞在者が多いと言う「パシュヒックマンション」に移り住んでみた。ここは「南の会」会員Mさんのマンションをお正月日本に帰国している間だけお借りしたもので、特別価格の 1 泊 300 バーツ（930 円）（本来の価格は 1 泊 500 バーツ（1，550 円、1 か月 46，500 円ただし、長期滞在の場合はかなりの割引もある由））ホテルのロビーのようなフロントやプールもあって、1 ルームではあるが明るく、広さもあり、日本人が住んでいると言うだけで何がなしホットするものがある。ただし、ここでもやっぱり台所は付いていなかった。

この現象は時代を先取りしているのか？それとも住宅として遅れているのか？専門家のご意見や如何に！

やっと長期滞在者らしく

1 月 2 日、3 回目に引っ越したところは、チャンクアップ門に近い、その名も「チャンクアップホテル」全室でも 60 室足らずの年季の入ったホテルだが、私達は結構気に入っている。1 泊 250 バーツ（775 円。1 か月（23，250）円）。長期滞在ということで、冷蔵庫を室に入れてもらったため、300 バーツ（930 円）になった）。3 か月以上の滞在になると、1 か月 7，000 バーツ（21，000 円）に値引してくれるとのであった。この程度でホテル代が上がれば 1 か月食費込み 5 万円で生活が可能である。

チャンクアップホテルの南国風の庭で、花に囲まれ、抜けるような青空を眺めながら午後の至福のひと時、お茶を飲むのが好きだ。宿泊客も集まって来て話の輪が広がる。日本人同士の場合は良いのだが、この輪の中に外国人が入ると英語で苦労する。長期滞在するにはもう少し込み入った話が英語でできれば更に滞在が楽しいものになるに違いない。今度滞在の折は、ＹＭＣＡにでも通ってみようかと思う。でもチェンマイでやっとロングスティヤーらしいゆったりとした生活を体験することができた。（一生懸命ゆったりした）因みに、このホテルは、チェンマイ在住の日本人が任意に集まって週 1 度意見交換をしている場所でもある。

親しくとも部屋は別々に

お互いの生活を尊重する立場から、同行のＮさんとは部屋を別々に借りることにした。生活パターンの違う友人・知人と一緒に長旅をする場合の秘訣はこんなところにあるのかも知れない。Ｎさんは朝早起きで朝市に出かけるのをこよなく楽しんでいる様子。私といえば、朝寝坊で、何もせずぼんやりしていることが最高に好きだ。そして名所旧跡を廻るでもなく、普通の人々の暮らし振りや街並みを見て歩くのが好きだ。だからどんなに時間が沢山あっても退屈したことがない。

秘密の観光地（パイ）

1 月 10 日チェンマイのホテルに大荷物を預けて、更なる滞在地を求めて、タイ北部のパイ→メーホーソンの旅に出かけた。同行者はチェンマイに 1 年近く滞在しているＯさんで心強い。だが、出発に当たり、20 年もチェンマイに住んでいるという某財閥の末裔のＩ氏から次のような忠告があった。「メーホーソンへの北周りの道は第２次大戦時、日本軍がインパール作戦と称して「死の行進」を余儀なくされた道なき道をバスで行くのだ。何の楽しいこともない。観光バスも走っていなし、女性のバスの旅は無理」と飛行機の旅を勧められた。しかし、そんな凄いところを見ずに飛行機で行ってしまうのはもったいない。Ｏさんと私は忠告に逆らってオンボロの路線バスに乗った。バス代 60 バーツ（186 円）。客の半数は我々と同じ観光客であった。フランスの若者達は出発時刻より 2 時間も早く来

てバスを待っていたのに、いざバスに乗る時に地元の人々の強烈な割り込みに遅れを取ってしまい、パイまでの4時間を立ちっぱなしであった。しかも長身なのでバスの天上に頭がつかえたままの長旅となった。景色を見るでもなく旅のガイドブックを読んでいる彼らを見ているだけで私は目まいがしそうであった。西洋人はタフで忍耐強い。誰一人文句も言わず、旅を楽しんでいる余裕には脱帽であった。パイは日本のガイドブックには載っていない秘密の観光地。パイから更に 30 分田園風景の中をひた走ると大自然と温泉プールが有るだけのリゾート地に到着。桃源郷とはこんなところを言うのではと旅人はみな感慨に耽る。ここは欧米のガイドブックには載っているのであろうか、西洋人ばかりが多い。日本人は大変珍しがられた。ここで長期滞在している人達もいたが、リゾート地なので、ホテル代が安くとも 500 バーツ（1，550 円）～600 バーツ（1，860 円）値切っても 550 バーツ（1，700 円）と割高感は否めない。食事はかなり洗練された西洋料理も出された。が、お値段は朝粥が 50 バーツ（155 円）と安くはない。インパール作戦効果か？パイにいる数日間、日本人に１人も会わなかった。バスはボロボロであったが道路は舗装されていて別にどうと言うことはなかった。パイは1～2 泊で通り過ぎるにはもったいない気がした。ただし、病院も遠く、大型スーパー等がないので、高齢者の長期滞在には向かないかも知れない。

パダウン族（首長族）の住むメーホーソン

パイから更にバスで 4～5 時間の旅でメーホーソンへ到着。この旅のハイライトと言うにどうも朝からお腹がしくしく痛む。食べ物の匂いがしただけで吐き気がする。少し疲れが出たか？くらいに考えてそのまま旅を続行した。

メーホーソンの街から更に車で 40～50 分の山深い谷底にパダウン族（首長族）は住んでいた。集落数 20～30 世帯くらいあったでしょうか、赤ん坊以外の全ての女性が例の真鍮の首輪をつけている。村人達が見世物になっている感じで、まともにカメラを向けるのは気が引けた。遠くから生活の様子を撮ろうとしたらカメラに気づいてポーズを取ってくれた。村の生活の様子を知った時、人が生きることの切なさ、いとおしさを感じずにはいられなかった。何もないこの村で満天の星を眺めながら、何を喜びとして生きているのだろうか？この村に入るとき観光料の 250 バーツ（約 800 円）が、村人の生活を支えているのだとガイドが言った。ここに来る前に描いていたイメージは、生活手段を持っていて、変わった生活を楽しんでいるに違いない。とノー天気なことを考えていた。わずかな観光客相手に小物を売っているだけの生活ではかなり厳しいものがある。生活のためとはいえ、人が見世物になっているのは余りにも悲しい。

メーホーソンの街へ戻った時、私の腹痛も尋常な痛みではなくなっていた。夕方チェンマイに戻る飛行機の時間まで、お寺の本堂で横たわっていた。よほど辛そうに見えたのか、お寺参りの地元の人達が、枕を貸してくれたり、食べ物を差し入れてくれたりと親身になって面倒を見てくれた。傑作だったのは、腹痛と言うのにタイガーバームのような塗り薬の差し入れがあり可笑しかったが、嘘と分かっていても、もしかして効くかも知れないと本気でお腹に塗ってみた。だが、塗り薬で治るような腹痛ではなかった。

食中毒か？5泊6日の入院

チェンマイに着いたのが、夕方 7 時を廻っていたので、病院には行かず、ホテルで不安な１夜を過ごした。灯りを消すと死んでしまいそうな気がして、一晩中スタンドをつけて寝た。子供の頃に体験した、自家中毒の症状に似ている。

翌朝 8 時過ぎにホテルを出て、一番良い病院と言われているチェンマイ・ラムへ向った。病院の受付で簡単に状況を説明すると、日本語通訳の杉本氏が直ぐに現れた。手際よく医師と連絡をとり、その後は、日本の病院と同じ様に各種検査と診察があった。Dr. 曰く「症状が重いので、しばらく入院して様子を見ましょう」とのこと。入院は予想外だったので、ホテルに着替

え等取りに帰りたいと申し出たところ、「救急車を出して上げましょう」と言われて、看護婦2人が待機する救急車に乗ってホテルへ戻った。2人に支えられて静々とホテルへ入ったら、フロントの人達の眼が点になっていた。

検査の結果は、「旅人によく見られる症状で多分、食中毒でしょう。検便の結果は細菌性のものではありません」とのこと。点滴を受けながら安心して痛がっていた。入った室は個室で、ＴＶ、バス・トイレは勿論、立派な応接セットからシンクまでも付いている。今度の旅行で一番立派なホテルに Dr. 付とお考え下さい。看護婦の数も多く、シーツや室内着の交換は毎日で、重病とも思えない私に、清拭きまでしてくれた。何より嬉しいのは、日本の病院と違って医師や看護婦が患者に対して“何時でも何でもどうぞ”と言う姿勢でいることだ。

一緒に旅した友人のＯさんも吐き気がひどいと言って翌日入院してきた。2人で点滴を付けたまま病室を移動して「旅先で食べた何が悪かったのか？」について検討してみた。「美味しく食べたのだが、炒飯のエビに思いが至った」あんな山岳地でエビを食べる方が無用心と言う結論になった。でも、Dr. は「我々タイ人は何の問題もないんだけどね～」とボソッといった。

5泊6日の入院費用締めて13,170バーツ（約42,000円）。あの待遇で随分安いと思ったが、チェンマイで長く暮らしているＩ氏達は「随分ボラれたね～」であった。支払いは持参したカード保険（ダイナース使用）で全額支払となり、自己負担ゼロであったが、痛みだけは全部自己負担であった。でも清貧の私にはカード保険の存在は有難かった。

タイの北チェンライへ

病気が回復すると、またゾロ旅に出かけたくなるのが私の病のようなもの。ロングスティ地調査の方はひとまず横へ置いといて、旅することに夢中になってしまった。それくらいタイ北部は魅力的なところが多い。

チェンライ→メーサイはタイでＶＩＳＡ切れの人達が、1日だけミャンマーのタチレイに出てＶＩＳＡを更新すると言う実用面も兼ねていることから観光客も多く、ちゃんとした冷房付観光バスが走っている。チェンマイ→チェンライの所要約3時間。普通の人は、当日のうちにメーサイまで行く距離だが、チェンライを見ないと損する気がして降りて2泊する。

果たして、その通りであった。早起きして、朝粥を食べに行っての帰り、時計塔近くの交差点でピーピー笛を吹きながら、お巡りさんがタイ舞踊を踊っているのを見た。実はタイ舞踊ではなく、交通整理であった。全身使って手足を激しく動かし派手派手に舞っているように見える。人前もはばからず大きな拍手を送った。私の拍手に気付いたお巡りさんは、ニッコリ笑って更に激しく舞を舞いポーズを取って見せた。居合わせた旅行者は喜んでカメラのシャッターを切った。交通整理が疎かになったらしく、車は前後左右に洪水となって動きが取れなくなった。それでも観光客にサービスを続けるお巡りさん。なんと大らかで楽しい国であろうか。チェンライを訪れた方は是非早起きしてこの名物男の手踊りをご覧あれ！1日が楽しくなる。

この交差点で日本人の男性に声を掛けられた年のころ60代後半か？彼はタイをあちこちさまよって見て、チェンライが一番気に入って、もう2週間も滞在しているとの事。ホテル代は500バーツ（1,550円）でＡＣ、ＴＶ付きで申し分ないと言う。チェンライは物価が更に安く、1泊300バーツ（930円）くらいでＡＣ、ＴＶ付き、ホットシャワーの部屋がある。清潔で雰囲気のある街だ。病院も市場も大型スーパーもあるので、ここに住むのも楽しいと思った。

メーサイ～1日だけミャンマーのタチレイへ

チェンライからバスで2時間、国境の町メーサイへ到着する。外国人観光客でごった返し、独特の雰囲気がある。ここは日本人観光客もかなり多く見かけた。河をはさんで向かいがミャンマーのタチレイ。観光客は橋の袂で入国の手続きをして、ミャンマーに入る。流れ作業で手続き

をするので、10～15 分くらいで出国できる。タチレイの街の様子はタイの生活環境がそのまま続いている感じだが、観光客相手の橋下のマーケットは驚くほど物が安い。例えば日本の 100 円ライターが 2 バーツ(約 6 円)で売っていた。

タチレイからの帰り、パスポートを受け取る所で、何と私は捕まってしまった。タイの役人曰く「平澤、貴方はオーバースティしている」。私は日本で 2 か月の滞在許可を取ってあるので、オーバースティはしていないはずだ。役人たちが勝手に日本からの出国日だけを見て間違えたのだ。タイ人にしては居丈高な物言いと態度であったが、自分たちの間違いと分かるや年配の役席者が出てきて、優しい声で事務室に招き入れ、お茶やお菓子を振舞ってくれたうえ、日本は経済大国で羨ましい等とゴマをすったりもした。そんな訳で、私はミヤンマーへ行って来たにも拘らず、出入国のスタンプはもらえなかった。けれども「平澤はオーバースティしていない」と言う珍しい証明をパスポートに書き入れてもらった。

メーサイの街の川沿に建つゲストハウスは、岩肌から巨大な“きのこ”が出て来たようで、写真嫌いの私であったがこの時ばかりは夢中でシャッターを切った。昔山岳民族が住んでいた家を内部改造したものだと言う。泊まってみたいと思って中を見せてもらったが、ナメクジが出てきそうな感じなので止めた。

街のインターネット屋に行ったら、北海道から移り住んで6か月と言う30代の男性に出会った。彼はここで日本語を教えながら生活していて、晦日が楽しくて仕方がないと言っていた。日本人旅行者も多いので、異国にいる感じがしないらしい。しかし、私にはこの景観は正に異国に感じるのだが…。

メーサイのホテル代は 300 バーツ（930 円）程度で、観光地にしては良心的であった。

タイの楽園ノーンカーイ

ラオスのヴェンチャンからの帰り、ノンカーイに寄ってみた。ここも国境の町で旅行者は多いのだが、メーサイほどの賑わいは感じられない。ただ、南にあるせいか、あるいはラオスから入ったせいか、とても豊かな感じがする。メコン川に沿って数キロに亘って立ち並ぶ商店街は、毎日でかけても飽きない。小さな街だが、活気があって、直感的にこの街には住んでみたいと思った。物価も安く、ホテル代も一般的なものは 300 バーツ（930 円）くらいからあって、マッサージも 1 時間 150 バーツ（465 円）と安い。1 日 2 回もマッサージに出掛けた日もあるほどだ。だが何故かこの街で出会った日本人は若いバックパッカーだけであった。バンコクから列車で 11 間も掛かるせいか、高齢者がロングスティしていると言う話は一度も聞かなかった。この街の良さがまだ知られていないのだろうか。

バンコク、サヤーム・スクエアに住んで

タイ旅行の最後はバンコクのペップリー通りにあるセンターポイント（ホテル代 1 泊 1，800 バーツ（5,580 円））とサーヤム・スクエアのインターコンチネンタルホテル（1 泊 2，200 バーツ（6，820））に宿泊してみた。ホテルクーポン使用の値段でも、ここの 1 週間分はゲストハウスの 1 か月分以上に相当する。

安宿専門の旅ばかりでは、その国の文化の半分しか理解できていないような気がして奮発してみた。このホテルは、当会のメンバーでもある立道さん著の「年金 21 万円の海外 2 人暮らし」を参考に、それぞれ 1 週間づつ宿泊してみた。快適さと、安らぎ感があり、プールで泳いだり、庭を散歩するなどホテルライフを堪能した。

ホテル周辺の環境は、日本のデパートが 2 つもあり、スカイトレーンの駅にも近く大変便利だ。この先へ足を伸ばせば、スクンビット通りで、ソイ 32 当たりは、人呼んで「日本人街」と言うらしい。マッサージのチップが 100 バーツ（310 円）とは驚いた。タイのチップは普通 10～20 バーツ（31～62 円）と相場が決まっている。物価を吊り上げたのは、ここに住む日本人商社マンや大手企業の人達に違いない。それでも私はこのサヤーム・スクエアの雰囲気が好きだ。

コスタリカ旅日記と滞在情報

No. 442　平尾守満

サンホセ

コスタリカ旅行へのアプローチ

「コスタリカ」という国を知ったのは、日本生命主催の今井道子（登山家）氏の「緑の楽園コスタリカ」の講演を聞いた２０数年前のことでした。そこは、花と緑がいっぱいの自然の中で生き物と人間が平和に暮らす美しい国だということでした。

以来、「コスタリカへの旅は退職後に」と思い続けてきました。いざ実行ということでコスタリカ共和国政府観光局日本事務所（日本代表五十嵐義明氏）に問い合わせたところ「南国暮らしの会」でツアー説明会があることを知りました。一行に加えていただきたいと即会員になりましたが、残念ながら催行されませんでした。やむなく個人旅行となった次第です。

同行者　４名

K氏・・・・・釣り名人。カメラの達人

K氏夫人・・・料理、ケーキ作りの達人

私.・・・・・　蛍の保存、復活をライフワークと考える自然派

妻・・・・・・草花大好き人間

現地　２名

S氏・・・・・日本人のガイド(結婚して現地在住)

M氏・・・・・運転士

旅　日　記

2月15日

成　田　　テロの影響か空港内はガラガラお陰で両替も楽々

↓　　**ツアーでない個人旅行のため不安が一杯**。大丈夫かなー。

ダラス　　無事に乗り継ぎでき、まず一安心

↓

サンホセ　　３０分遅れで、午後１０時着。長い２７時間だった。アー，なんとタバコのうまいこと！ガイドのＳ氏との挨拶もそこそこ、ホテル　**BALMORAL**　へ直行。

心身の疲れヒドク、ひたすら眠るのみ。

2月16日

サンホセ　　パチッツと目覚め、　元気一杯、早速一人で町へ朝の散歩。

市内観光　　昨夜の賑わいの証か？　あちらこちらに塵が散在。

朝食にスイカ、マンゴー等果物が盛りだくさん。というだけあって立派です、トイレが「総大理石づくり」といえば、後は押して知るべし・・・です。

国立博物館　　かっての「コーヒー，果物をたっぷり味わう」旅の目的の一つしていたので、その新鮮さ、そのうまさにすっかり満足。出足よしである。午前１０時いよいよコスタリカの旅の始まり。

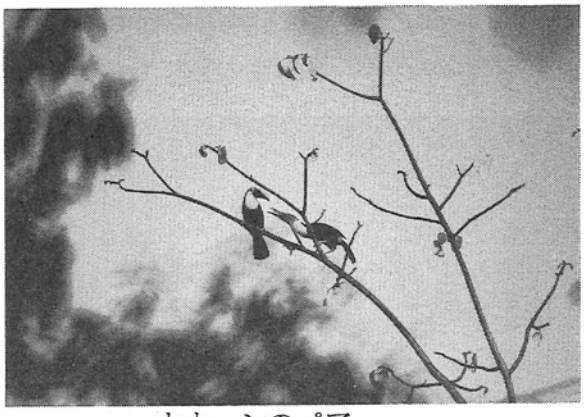
国立劇場　　「コスタリカで革命が起きないのは国立劇場の窓を割りたくないから」といわれるほど国民の誇りにしている歴史的建築物。パリのオペラ座を模した陸軍の司令部の上にあり、外壁に市街戦の弾痕が生々しく残っている。目にとまったのは、中庭の円球石である、いつ、誰が、何のために、どんな高度な技術でつくったのか？　全て謎のままという代物である。

サラピキ　　（昼食後サラピキへ移動、牧場、パイナップル畑等田園風景を満喫）宿舎の　**SELVA VELDE LODGE**　は、まさに、ジャングのなか、外からはまったく見えない。洪水対策なのだろうかロッジは高床式で、４部屋が１ブロックとなっており、その間は廊下で繋がれていて、まさに熱帯雨林の遊歩道となっている。野生のバナナ、野生のヘリコニア等熱帯植物・花木のなかに色鮮やかな野鳥が見え隠れしている。ここは動物園じゃない、植物園じゃない、まったく信じられない光景です。

2月17日

朝、鳥の鳴き声で目覚め外へ飛び出す、オオハシである。オス、メスが鳴き交わしていたのです。遠くでホエザルも吠えています。蛙も負けじと合唱しています。カワセミが盛んにダイビングしています。私くしの存在など全く無視

しているかのようです。彼らの生き様こそが自然なのか？



オオハシのペア

ブラウリオ・カリージョ　午後からゴンドラに乗って空中から熱帯雨林を観察する**「アエリアル・トラム」ツアー**に出かける。光を求めて上へ上へ伸びていき、樹冠に達すると、今度は横に拡がり始めるその生命力はすさまじいものです。幹の太い木には数えきれないほど他の植物が着生し、どれが本体だか分からないのもあります。ほかの樹にとりつき，食い込み成長していく「締め殺しの木」には恐怖感すら持ちました。木の根元に直径３ｍほどの蟻塚発見。自分の体の何倍もある葉っぱや花びらを盛んに運び込んでいます。ハキリアリです。行列は木のてっぺんの方まで続いているようです。ご苦労なことです

サラピキ　夜は**「蛍狩り」**。蚊よけのネットを頭から被り、雨合羽といういでたちである。昼間下調べ済みの遊歩道とはいえ何があるかわからない闇の世界へ分け入るのは、危険この上ない無謀なことなのに・・・。「盲蛇に怖じず」、「馬鹿につける薬はない」の類なのです。暗闇の中に聞こえるのは川の瀬音と蛙の鳴声だけ。ちょっと変わった鳴声に「もしや、ヤドクガエルでは？」と懐中電灯の光を当ててみると、ヤモリでした。目を凝らしてみても蛍の光らしきものは見当たりません。念のため根気よく懐中電灯を点滅させたところ、あちこちで反応がありました。川向こうの林の中では光がス―と横に移動し始めました。間違いなく蛍です。「イタゾー、イタゾー、ホ・タ・ル・が、イタゾ―」と叫びたい感動の一瞬でした。両肩に発光体を持つゴキブリ大の「ヒカリコメツキ」（日本にはいない）にも出会え、充実した収穫の多かった「夜のジャングルの２時間」でした。

2月18日　**ラ・セルバ生物保護区の熱帯研究所**を散策。ハチドリ，キツツキ、オオハシ、赤と黒のツートーンカラーの野鳥等を観察。ナマケモノ、イグアナ、ペッカリー、モルフォ蝶、



イグアナ

３０ｃｍほどの黄色の毒蛇、ヤドクガエルのジーパン君（体が赤色で脚が紺色）等にも出会えた。

熱帯植物にいたっては各種各様とても列挙できない(実は、名前がわからないからなのですが)ほどである。

フォルツーナ　フォルツーナへ向かう途中人造湖・アレナル湖がある。ウインドサーフィン、釣りのメッカとなっているところである。湖の向こうにコスタリカで最もアクティブな活火山であるアレナル山が見える。ときどき火口から真っ赤な溶岩を噴出すというから夜が楽しみである。途中で**タバコン温泉**に立ち寄り、汗



タバコン温泉

を流し、夕食をとることになる。ここは、渓谷の流れそのものが温泉で、滝あり、急流ありのこれこそ天然の大露天風呂である。遠くのアレナル山を眺めながら、「いま、噴火してくれない

かなー」と贅沢な思いをめぐらしての温泉入浴でした。食事をして宿舎 **VOLCANO LODGE** に着いたの１０時近かった。庭のあちこちで蛍が舞い、星が瞬いているのに、アレナル山は雲の中、溶岩の火映が見られなかったのは残念・・・。

2月19日

カーニョネグロ野生保護区 朝５時３０分出発。まず、白鷺のテリトリーへ。そこはリゾートタウンの一角で瀟洒なホテルの裏庭でした。３百羽以上が餌場へ出勤前の毛づくろいの最中でした。ホテルのオゥナーらしき人がテラスにバナナを置いたところ、待っていたかのように国鳥のジィグィロをはじめ色とりどりの小鳥が舞い降りてきたのには驚きました。

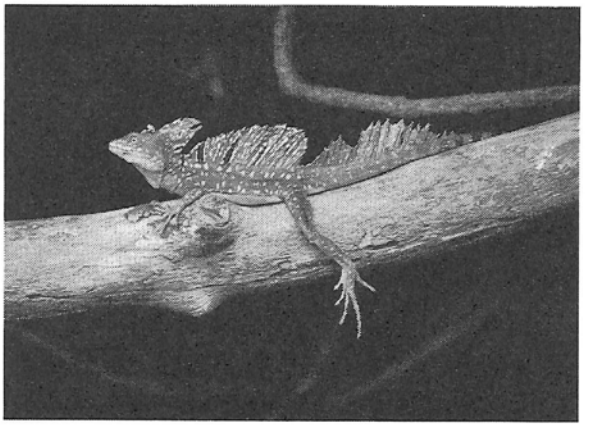


シラサギのコロニー

昼前フリオ川の船着場に到着、近くのソーダ（軽食屋）で腹ごしらえをし観光船に乗り込む。船長は童顔の残る少年だったが巧みな舵さばきは一人前、船を止めたところには必ず何かがいる。そして驚きの歓声が上がる。

それがグリーンバシリスク（世界で最も美しい大きなトカゲ）だったり、クロコダイルだったりするからです。アメリカヘビウがいた、カワセミもヤマセミもいた。スイカの皮を放ったら、たちまち小さい魚の黒いかたまりになってしまった。やっぱ「野生動物の天国だー」を再確認した。

モンテベルデ　モンテベルデへの山道は筆舌しがたい悪路だった。前後、左右、上下と激しく揺られ、揉まれ、まるで芋洗いの里芋。今夜は按摩いらないヨー。　日もとっぷり暮れ、冷え込み始めたころやっと到着。宿は **CLOUDFOREST LODGE.**　天井が高く、高窓から見える上弦の月がさえざえと美しい。ここはカリブ海と太平洋の風の通り道になっているところで、外は風が吹き荒れていた。その風は冷たかった。地続きの林にも蛍がいた。



世界で一番美しい大とかげグリーンバシリスク

2月20日

モンテベルデ自然保護区

旅の第一のお目当て　**幻の鳥　ケツアール**に会うため朝６時１５分モンテベルデ自然保護区に出かける。幻の鳥と言われているのは生息数が２０００羽を割っており、広い熱帯雨林のなかで見つけるのが困難だからです。道中「どうか会えますように」と懸命に念じました。さて、その効果は？　専門のガイドの案内で探索している時、別のグループから発見の知らせが入り急いで現場に急行、既に３０人程が樹間を見上げていた。ガイドが居場所を説明してくれるがなかなか見つからずこの上なくあせってしまった。やっと確認できたときには、枝の陰になって顔が見えない。

狭い場所に大勢の人だかりで位置は替えられない。とうとうご尊顔を拝せずじまい。ガイドのセットした望遠鏡を覗いた妻は「胸の赤さとそれを覆う両側の緑の羽根、内側尾羽の白く延びる長い尾羽、ボサボサ頭に丸顔、つぶらな黒い瞳､小さく黄色いくちばし」と満足げに話す。紛れもなくケツアールのオスでした　アーアー残念、無念・・・・・・・・・。

私の見たケツアールは、「頭のない､ケツ(尻)ある」　これぞ，真の幻の鳥だったのです。ハイ、オソマツサマデシタ。

スカイウオーク　午後から雨模様で風

も強かったが、「吊橋の上から熱帯雲霧林を見たい欲望には勝てず空中散歩を決行した。吊橋のスタート地点へ行くには、鉄の螺旋階段を５０ｍほども登らなければならなかった。カリブ海からの猛烈な風にあおられ、いまにも吹き飛ばされそうで、「やめればよかった」と思ったほどでした。登りつめたスタート地点から林の入口までの５０ｍほどを地上５０ｍで揺れる吊橋のロープに掴まりながらの必死のスカイウオークでした。７本の吊橋を歩きながら改めて熱帯雲霧林の植物の種類の多さ、その住み分けの多様性を知ることができた。



スカイウォークの吊橋

2月21日

サルチー　　旅の最終地サンホセへ向かう日になってしまった。途中カレータで有名　な**サルチー村**による。**カレータ**は植民地時代にスペイン人がコーヒー運搬のために持ち込んだもので、車輪と枠板に色鮮やかな模様が描かれている。牛に引かせ農作業に使うのに・・・。なぜ？　答えはわからずじまい。　　時間に余裕ができ近くのコーヒー園を見学。

夕方５時過ぎ**HOTEL　VALMORAL**着、これから日本のオジン、オバン４人だけで過ごさなければならない、大丈夫だろうか？　この不安は夕食に入ったレストランで現実化してしまった。ＶＩＳＡカード等各種カードが使える角のレストランに入り。スペイン語はだめなので英語版のメニューを持ってきてもらったが、内容がわからず、後ろの席の人が食べていたものを指さしてオーダーした。ところが、運ばれてきたものは、トルティージャ味のおせんべいと、ちょっぴりクリームがのったチョコレートが一皿。なんで、どうしてである。言葉が通じないので断ることもできず、食前食？として腹に詰め込んでしまった。とても空腹を満たすに至らず、夕食のハシゴをする破目になり，２軒目に入ったのは、マクドナルドである。これは、オジン・オバンの海外旅行の思い出づくりの演出じゃないほんとうの話です。

2月22日

朝食のとき、日本人６人のパーティ（労働組合の視察団）と若い２人連（新婚さん）に会った。「おはようございます」と日本語で挨拶ができた。

ガイドのＳ氏、運転士のM氏が空港まで送ってくださる。いよいよ、コスタリカとお別れです。

Ａｄｉｏｓ．　ＣＯＳＴＡ ＲＩＣＡ.

シカゴのマイアミ　**Ｉｎｔｅｒｎａｔｉｏｎａｌ　Ａｉｒｐｏｒｔ**　で１泊

マイアミ発８時１５分　シカゴ経由で成田まで３２時間のフライト。１時間遅れで　１７時　成田到着　　**ただいま　日本**

コスタリカは　こんな国

・・・　旅の予備知識として　・・・

「中米のスイス」

永世中立国で、善隣友好と国連中心の外交を目指し、憲法で戦力を持たない非武装を宣言しています。軍事費が必要ないためその分を教育と福祉に充当しています。



サンホセのメインストリート

教育は国家予算の２４％もあり、義務教育（９年間）は全て国費、識字率は９４％に達しているといわれ、小学校１年生の英語理解力は世界一と言われる。

福祉は医療制度が充実しており、予防医学、医療サービスの普及は高い水準にあり、幼児死亡率は１．１８％と極めて低い水準にあり、平均寿命はおよそ７５才と中南米ではきわめて高い。

・「中米の花園」

「コスタリカ」とは、スペイン語で「富める海岸」と言う意味で太平洋側、カリブ海側に無数の美しいビーチを持ち、中央部は優美な姿の火山の連なる山脈が走っており，変化に富んだ地形が豊かな生態系を生み出しています。熱帯雨林や海，川には多彩な動植物が育まれ、世界の植物の４％、動物は５％、鳥類にいたっては850種１０％が生息しており世界中の**バードウオッチャー憧れの的**となっています。国と国民が一体となって守ってきたこの自然保護先進国は**エコツーリズム発祥の地**として広く知られ、世界中から多くの観光客が訪れています。

国土の３分の１が国立公園・自然保護区というから驚きである。

首都	**サンホセ**
国土面積	**5万１１００キロ（九州と四国を合わせたくらい）**
人口	**約400万人（近隣諸国からの難民40万人を含む）**
民族	**スペイン系白人９５％　黒人３％　先住民２％**
言語	**スペイン語**
宗教	**国教のカトリック８５％　その他１５％**
産業	**コーヒー、バナナ、砂糖、牛肉等農産物、観光業**
地理	**北はニカラグア、東はパナマに接する中央部は平均標高1000～2000ｍの高原地帯（3820ｍのチリポ山，3432ｍの活火山イラス山）　カリブ海沿岸・パナマ国境は低地地帯**
時差	**日本とは　－１５時間**
気候	**乾期 12月～4月、　雨季 5～11月**
通貨	**2002年2月23日現在**

ＵＳ＄1＝346,86Ｃｏｌｏ

移住（居住）・長期滞在等　暮らしの情報

今回はあくまでも旅そのものが主目的だったため、充分に納得のいく資料とはいえません。目下のところサンホセ在住の日本人ガイドＳ氏に調査の依頼をお願いしています。詳細が分かり次第別途で情報提供いたします。

ペンショナード政策（年金生活の外国人に居住ビザを与える制度）

自然が豊かで、治安も比較的よいこともあってアメリカや日本からの移住者が増えており、現在約３５０人ほどの日本人が生活しているとのことです。

・年金生活者用査証資格

１．５０才以上の場合海外で発生する毎月ＵＳ＄６００以上の年金を受給していること。

２．一年の内、最低４ケ月は継続してもしくは通算して居住していること。

３．政府を除き、私企業からは給料をもらうことはできない。

４．株主となることはできる。また配当を受け取ることもできる。

５．毎年、コスタリカ国営銀行での外貨両替証明を提出すること。

＊　年金生活者の居住権申請方法・手順

１．　居住地を管轄する社会保険事務所で「年金資格証明書」を発行してもらう

２．　〃　警察署で「無犯罪証明書」を発行してもらう

３．　戸籍謄本、出生証明書、結婚証明書（既婚の場合）、年金資格証明書、無犯罪証明書を揃えて「海外移住旅行社」に依頼すると、コスタリカ大使館、外務省への認証申請手続きを代行してくれます。

４．　「海外移住旅行社」より約１週間後に連絡がきますので「認証済みの書類」を受け取りに行きます。

５．　この「認証済みの書類」、写真、他の必要書類（健康診断書）をコスタリカ移民局に提出する（**通常コスタリカの弁護士を通じて申請**

する）

株式会社　海外移住旅行社

〒105－0001　東京都港区虎ノ門1－9－1 徳田ビル3階

Ｔｅｌ（Ｆａｘ）　03－3503－4536（4530）

ＵＲＬ：ｈｔｔｐ：／／ｗｗｗ．ｋｉｒ．ｃｏ．ｊｐ

＊　**コスタリカへの年金の送金方法**

1．　居住地を管轄する社会保険事務所に行き届出用紙「年金を受けるものに関する事項」をうけとる。

2．　コスタリカに移住後、銀行口座をつくる家族3人まで1冊の通帳で可）

3．　届出用紙「年金の支払いを受ける者に関する事項」に記入し東京の社会保険業務センターにおくる

4．　約3ケ月後に年金が米ドルで銀行口座に入る。

5．　以後、2ケ月毎に「送金通知書」が届き，口座に入金される

6．　毎年、誕生日の1ケ月前までに「現況届」をコスタリカ大使館で発行してもらい社会保険業務センターに送る。

社会保険業務センター

〒168－8505　東京都杉並区高井戸西3－5－24

Ｔｅｌ　03―3334―3131（年金相談専用）

金利生活者用査証

1．海外で発生する毎月＄１０００の収入、もしくはコスタリカ国営銀行に＄60,000の5年定期預金があること

2．1年の内、最低4ケ月は継続してもしくは通算してコスタリカに居住すること

3．政府を除き、私企業からは給与をもらうことができない

4、株主となることはできる。また配当を受け取ることもできる

5．毎年、コスタリカ国営銀行での外貨両替証明を提出すること

投資家

1．一度に＄２００，０００の投資をするか、または、（4年間に）毎年＄50,000の投資をすること。ただし、植林関係への投資は、（総額＄100,000でよい

2．1年の内、最低6ケ月は継続的もしくは通算して居住すること

3．私企業から給与を貰うことができる

4．投資は以下の条件を満たすものであること

- 雇用を伴うこと
- 外貨の扱いがあること
- 新しい技術のものであること
- 経済政策の優先事項に適合するものであること

5．毎年、投資額の証明を提出すること

企業法人

1．　輸出企業の場合、資本金は、＄156,000超であること

2．　管理者や技術者の赴任が可能

3．　給与を貰うことができる

4．　家電製品や車を免税で購入することはできない

学生ＶＩＳＡ

手続き上、日本での取得は無理で、現地で弁護士（費用はバラバラで、US＄３００～８００）を雇って申請するのが普通のようです。以下の書類が必要となります。

学生ＶＩＳＡ申請書　身分証明書(弁護士が作成)　保証人証明書　保証人収入証明書　指紋登録書　在学証明書　パスポート

パスポート1、2、最終ページおよび入国スタンプのあるページのコピー

パスポートサイズの写真4枚　US１００ドル（後で戻る）

観光ＶＩＳＡ

日本人は、９０日以内の場合ＶＩＳＡ不要（残存有効期間6ヵ月以上必要）

９０日超える場合の対処方法

・　一度、近隣国へ出国する（再入国時に出国用の航空券、バスチケットが必要、ただし、3度目は、・・・ダメ？？？）

・　そのまま違法滞在（出国時２００ドルの罰金を払う・・・？？？）

ペ　ナ　ン　便　り

ペナン在住

会員 No. 18 木村義光・まゆみ

私のペナンの家はタンジョンブンガという海沿いの町にあります。 丘の上から、180 度海が見下ろせて、隣は森ですから、朝は鳥のさえずり、時折プールサイドにサルの子供が遊びにきます。自然は豊かです。

買い物は 2、3 分(車)で大きなスーパーに行けます。 和食の食材は専門店があって 95 パーセントは手に入ります。藤屋と言います。

私の自己紹介ですが私は今年 12 月で 60 歳になります。私は以前は自営業でした。まだ働けば収入も少しは期待できました。しかし、残された人生の時間も考えると南国暮らしの夢の前には、たいした問題ではない様に思えました。

自分で自分に退職を勧告する事は非常に残酷で難しい事です。ましてや従業員もいれば、問題は複雑です。 撤退するのは、侵攻するより難しい事でした。

人生は有限です。

明治、大正、昭和の激動の時代を唯、子供を育てる為だけに、生きた、母親の人生を思い出すにつけ、また暮らしにくくなった日本や、寒すぎる冬の郷里を避けて老後は暖かい南の島で海を見ながら自分らしい生き方をしたい、と早々リタイヤしました。

今、180 度ペナンの海を見渡しながらのゆったりとした毎日を、私たち夫婦はペナンへ来て正解だったと思っています。

私達は南の島への移住計画を 50 歳の時から進めてきました。

まず、情報を手に入れる事が第一です、 そしていくつかの候補地に絞り込んだら、予算、治安、医療、物価、言語、日本との距離、気候、趣味、現地でなにをするか、好みの地であるかなどの情報をできるだけ集める事です。

そしてその地に出来るだけ行って、少なくても一ヶ月や二ヶ月はそこで暮らしてみる事、それも、パックツアーでなく、ローカルの人々に接して、その生活を見てくる様に。

候補地にすでに生活している日本人の方がいたら数人に候補地の良い点、悪い点について教えてもらう事。 私たちはフィリピンのカビデ州 プエルト アズールに住まれている竹内司さんご夫妻には、いろいろ教えて頂きました。初めて竹内さんのお宅を訪ねたとき、リタイヤ後には「ああ、こんな生き方もあるんだ」との、驚きと羨望の気持ちは今もはっきりと覚えております。竹内さんのところでの経験が私たちのアジアでのロングステイの出発点になりました。

60 歳でリタイヤして海外生活に入ったとしますと、外国で元気に活動できるのは、約 10 から 13 年でしょう。人生は一度こっきりですから、生きているうちに出来るだけ自分のしたいことが出来る人が一番豊かな人ではないかと私は思います。

オーストラリアでは、高い地位、や財産を持っている人より、出来るだけ早くリタイヤして残された人生を自分のしたい事をしている人が、一番、尊敬されるのだそうです。日本でも、きっとそういう考えが、これからどんどん広まって行くと思います。 住み難くなった日本を離れて、海外で暮らす事に、たくさんの方が興味を持たれて、来ているようですね。

ペナン島のアパート

賃貸しアパートは不動産屋か、英字新聞の中にたくさん広告があります。

だいたい 1 ケ月 45,000 円くらいから 150,000 円くらいまでが外国人向けのアパートです。

コンドミニアムの種類は購入、レンタルサービスアパートなどがあります。

サービスアパートのひとつですが、これは、海の見える高台の上にあるアパートメント＆ＨＯＴＥＬです。

6 泊 7 日の場合 1 ベッドルームで 660ＲＭ（約 2 万円）、2 ベッドで 1,080（約 3 万円）3 ベッドで 1,440（約 43,000 円）

29 泊 30 日の場合、1 ベッドで 1,600＋200(約 54,000 円)、2 ベッドで 2,350＋250（約 78,000 円）、3 ベッドで 3,500＋300 （約 115,000 円）となっています。一週間に一度メイドさんがシーツの交換をしてくれます。

ペナン島の医療

病院ですが、現在ペナンには、6つの総合病院があり、その医療レベルは日本の中都市の総合病院程度なので、難病以外はここで治療出来ると思います。

日本語の通じるアイランド・ホスピタルと云う病院が1軒あります。　ただし日本語が話せるのは中国人です。

ペナン島の医師は、イギリス、オーストラリア、などに留学し、医者になった人が多く、医療水準は、安心できるようです。

日本のような保険制度はありませんが、医療費は安く、風邪をひいて診てもらって、1週間分の薬を貰って1200円ほど支払いました。歯医者で親知らずの治療をして貰って1回1500円程度でした。

民間の医療保険もありますが、大きな病気は日本へ帰って治療すると思われるのでそれは必要ないと思います（少ない金額だったら、かえって請求事務が面倒）。　日本人会員の奥さんなどは出産もペナンの病院でしている様です。

来年、ペナンに日本の労災病院の提携病院が出来るようです。　従って日本語の問題や医療レベルも、もっと向上すると思われます。

アイランド　ホスピタル

ワイフがついに風邪でダウン、３９度近くの熱で３日寝込みました。

アイランドホスピタルという病院で診てもらいましたところ、ウイルス性の風邪だそうで、今朝は少し熱が下がったみたいです。

アイランドホスピタルは市内にあって、ペナン島で一番新しく、入院施設のある病院です。日本人と結婚した、山本さんと吉田さんと言う中国系マレーシア人の日本語通訳さんが常駐しています。見たところ日本の病院と変わりません。大勢の患者と家族がそれぞれの科の外来待合で順番を待っています。待ち時間が一時間くらいかかるのも日本と同じでしょうか。
早速、入院病室をみせてもらいました。

ＨＯＴＥＬと見間違うくらいのゆったりと綺麗な部屋でシャワールーム、テレビもついて、「入院するのもいいな」と思わせる部屋でした。付き添い家族のベッドもついています。料金は二つタイプがあって（保険無しの値段）

Ａタイプ　　一泊600ＲＭ（19,000円）＋専属看護婦100ＲＭ（約3,000円）＋食事一日50ＲＭ（約1,500円）
合計約　23,500円

Ｂタイプ　　一泊350ＲＭ(10,500円)＋専属看護婦50ＲＭ（約1,500円）＋食事
一日50ＲＭ（1,500円）
合計約　　13,500円

日本企業の駐在の方、家族が利用するようです。

ちなみに妻の診察料は休日特別救急診察料金で薬込み保険無し、初日約5,400円　二日目（平日）2,000円でした。

お手伝いさん

あまさん（メイドさん）私の家では、週2回1回4時間掃除だけに来て、通勤して貰っています。　私達は時々日本に帰るので、臨時雇いみたいな感じですので、賃金は一寸高めですが、1時間あたり300円でお願いしています。臨時で無い場合はかなり安くなりますが、家の中に他人が一緒に住むのは余計の神経を使わなければならず、日本人の生活習慣になじまないようです。

ペナン島の物価の特徴

物価は物によっていろいろ違いますが、なべて日本の４／１くらいですか。

高いものは車（日本車など外国車の場合日本の約２倍　マレーシア車は日本並の値段で買えます）

ビールとかの酒類　ビール350ｍｌで165円と日本と同じくらい

電化製品は日本製が日本より若干安め、コンピューター、文具、ゴルフ道具は高い。

安いものは食料品、化粧品ブランド、ガソリン。

ガソリンは１リッター約30円位で、車の洗車は中と外を手洗いでトランクの中も掃除して、香水まで撒いてくれて、300円です。　所要時間は約30分位です。

クリーニングはキログラムでいくらです。私達の行きつけのクリーニング店でシャッ一枚36円女性物のスカートが一枚40円。

外食（屋台で福建ミーとかチキンライスを食べると二人の昼食ジュース付き240円位）
バスの料金、公共料金、ゴルフなどのスポーツ料金などなどです。

ペナン島の日本食材専門店の食料品価格

＊「藤　屋2002年　4月調べ 1RM は約35円
米(日本米　錦)　2.5Kg 17.50 RM
醤油　1リッター　11.90RM
ソース　500ミリリットル13.50RM
ビール320リッター缶4.10RM
キリン一番しぼり3.5ミリリットル8.90RM
日本酒(月桂冠)2リッター78RM
焼酎(純20度　720ミリリットル38RM
味噌(マルコメ)1Kカップ　14.50RM
たくわん1本　10.50RM
山芋半分　19.80RM
カレールー(バーモント250g)11.50RM
ししゃも6尾 5.80RM
さば1本　5.60RM
秋刀魚1匹　4.50RM
うなぎ蒲焼　1匹　4.50RM
たこ焼き(冷凍20ヶ入り) 12.80RM
こはだすずけ　100g 12.50RM
冷凍コロッケ8ヶ入り　12.90RM
冷凍海老フライ5匹　13.20RM
納豆(おかめミニ3ヶ)　7.90RM
麦茶　チィパック51袋入り11.50RM
どんべいうどん　6.50RM
冷麦(日清ナンバーワン250g)3.20RM
出前一丁ラーメン　6.70RM
ラーメン(札幌一番) 3.60RM
カルピス1瓶　19.80RM

＊ ペナン島　ガーニープラザ　ショッピングセンター食料品物価一覧　2002/4月 1RMは約35円
長ネギ　1Kg　6.2 RM
牛肉オーストラリアテンダ゜ロイン
1Kg79.99RM
モロコシ同　4.10 RM
サーロイン　同　36.45RM
レタス　同　6.80 RM
チキン　一羽　1Kg 5.90～8.50 RM
チキン　ウイング1Kg　9.50 RM
トマト　同　2.99 RM
米(日本　相撲) 5Kg 24.70 RM
米(タイ)　5Kg　19.60 RM
ピーマン同　9.90 RM
日本キュウリ同　6。89 RM
ティッシュ　5箱入り　7.60R
キッコーマン醤油　1リットル　12.50RM
現地　なす　同　5.50 RM
キュウピーマヨネーズ　500g 11.90RM
大根　同　3.50 RM
宝本みりん　600ml 22.40R
ジャガイモ同　2.50 RM
チュウブわさび　4.50RM
たまねぎ　同　2.50 RM
冷麦　250g　4.20RM
豆腐　250g 1.00 RM
玉子　10ヶパック　1.99RM
鮭切り身　1Kg 45.90 RM
うずら卵　15ヶ　1.60RM
マナガツオ　1Kg 41.50RM
ネオソフト　180g 3.29RM
海老　同　59.90RM
牛乳　1リットル　3.60RM
鰺　同　9.90RM
トイレットペーパー　10ヶ入り7.50RM
鮭　カマ　1ヶ　7.90RM
アタック　1.5Kg　13.90RM
Cod フィッシュ1Kg 65.90RM
富士りんご　1Kg 1.79RM
スイカ　同　1.70RM
白菜　同　2.90RM
キャベツ　同　1.90RM

＊「アイランドプラザ」ペナン市内のデパートの食料品売り場

トイレットペーパー	２０ヶ	７．９０RM
アタック	１．５k	１３．９０
紅茶リプトンTパック	５０ヶ	６．６０
養命酒	１L	７７．９０
牛乳	１L	３．２０

タイ米	5k	8．60～17．90
	10k	15．90～31．90
ネオソフト	180g	3．30
サケ2切れ		12
玉子	30ヶ	5．60
豆腐	240g	0．65
小ぶりの大根		1．33

＊　我が家のひと月の平均生活費（円で換算）

食費　　50000円
住居費（コンドミニアム管理費）　7350円
家賃　なし
電気、光熱・水道費　3800円
被服費　　（その他に加入）
保険医療費　　家財、火災保険　3400円
交通費　　ガソリン代　2400円
通信費　　電話　1500円
教養娯楽費　　衛星テレビ　1650円
交際費　　10000円
その他　　20，000円（医療費を含む）
合計　　100100　円

（別費）

英語の家庭教師　25000円（一ヶ月12回）
アマさん（メイド）12000円（1回4時間で月8回）
旅行　　50000円　（月平均夫婦2人）
ゴルフ　月　会費　　2700円（夫婦2人）

ペナン島の治安について

ペナン島は日本人観光客を始め、世界各国の旅行者が、安心して歩く事の出来る、数少ない町の一つでしょう。

事実、私はここに、4年以上かかわっていますが（住み始めて約2年）怖い目にあった事はありませんし。友人など身近の人から、こそ泥位の話は聞きましたが、日本の最近のような凄惨な事件はほとんどないようです。

大きな屋台で食事をする時、バックを抱きしめていなくて、隣の椅子に置いていても大丈夫です。　又、アジアでは、夜の街の出歩きなどでは、どうしても背後の気配が気になるものですが、ここでは、いたって、そう言った心配はありません。

でも、日本から一歩出たら、「自分の身は自分で守る）という考えが大事です。
物事に用心深くなって、知らない人、危険と思われる場所には近づかないのが基本です。基本さえ守っていれば、ペナン島は女性だけでも歩く事が出来ます。

勿論、ペナン島でも、旅行中に事件に遭う人もいるようです。が、その多くは、「私だけは大丈夫」とたかをくくって、夜間、地元の人でも危険だと感じられる場所に出かけたり、知らない人から、片言の日本語で話し掛けられて、いい気になって、誘いこまれたて、「いかさま賭博」にひっかかってしまう日本人もいるようです。

まぁ、こんなところですが、注意しさえすれば、ペナン島は治安の良い、楽しい、観光地と言えるでしょう。

ペナン島で気づいた事

日本は競争社会です。失敗はその人の人生を大きく変えてしまい、ゆるされません。　緊張の連続、つかれた体と精神、海外生活、特にアジアは、そういった、日本での、生活は果たして何だったのか、考えさせられ、緊張が解きほぐされます。　失敗しても良いのです。アジアでは、それも人生だから。

金銭感覚がかわりました。アジアの物価で生活していると、日本に帰つて5,000円も使うと、もう大変な事をしてしまったような、気持ちになります。アジアの5,000円は大金なのです。

海外で暮らす日本人として気を付けていること。

1、その国で暮らさせて貰う、と言う気遣いが必要
2、積極的に溶け込み、行動する。
3、危険といわれる地域には近づかない。
4、現地の友人を作る。
5、日本ではこうだから、の発想はやめて、現地の流儀も理解する。
6、交通、運転は特に注意
7、自分の身は自分で守る、用心
8、生物の食事には注意（刺身、貝類、）自分で

調理しない。

ペナン島生活で困った事

ペナン島での生活で困ったことはいくつかありますよ。　代表的なことは、こちらの人はまず約束時間に不正確です。なんや、かんやと理由をつけて、約束に遅れます。ですから日本の感覚で腹をたてるとストレスが溜まります。

それから、車の運転は要注意です。バイクが多く、運転マナーがいまいちです。慣れるまで運転には神経を使います。道を渡る時も注意が肝要です。

この国はマレー人、中国人、インド人、その他と多民族国家ですから、それぞれのお祭りがあります、ですから、お祭りが多くてその度に国民休日になり、官庁も休みになるという訳で、困ったことといえるかどうかですが、こんな特徴もあります。　でも面白いとも言えます。

薬ですが、こちらの薬は良く効きます。効き過ぎます。例えば私は先日腹下しをして、下痢止め病院で貰いました。ところが飲んだところピタっと下痢は止まったのですが、今度は一週間も便秘です。マレーシアの友達に聞きました。日本人は慣れていないから、医者の指示の半分飲めば良いよ。との事でした。

それから、肩はりの湿布を病院に貰いに行って日本の見本を見せたところ、先生は湿布の匂いを嗅いで、「これは何？」・・日本の薬はあまり無いのです。

突然スコールがあります。余りにも激しすぎて目の前が見えないくらいです。傘なぞなんの役に立たない位です。しかし、30分も降ればたいがい、嘘のように天気になります。

ペナンの気候について少し・・・・

マレーシアは赤道の近くでいかにも暑そうな位置におありますが、実際には絶えず発生する雨雲などに助けられて、それほど極端に暑くなる事はない地域です。

一日の平均気温は年間を通じて26から27度Cで35度を超える事はそれほどありません。しかしながら、日本にくらべて湿度がやや高く、その点体感温度が高く感じられます。

また、この近辺、北緯1～7度と言う地域は年間の日照時間差が殆どなく，日の出、日没の時間が1年中ほぼ同じで四季の区別が全く無いという特徴があります。

朝の日の出は遅く平均7時半位、日没も遅く7時半位にならないと日が沈みません。

四季の区別が無い変わり年間2回のモンスーン期があり、これが南国特有の季節感を作り出しています。

1つは11月から2月にかけての北東モンスーン、もう1つは5月から9月にかけての南西モンスーンです。しかしながら、ここペナン島は雨の原因になるこのモンスーンの影響は少なく、はっきり雨季,乾季の区別がつけづらい所です。

11月から2月にかけての西海岸地域は比較的水量が少ない時期であり、暑さにかんしては、特に旧暦の終わった後に、日中かなりの暑さを感じます。

この様な天候の為、日本のような、四季の服装の心配が不要で、極端な話、Tシャツ、下着、ズボン各2枚もあれば足るような生活環境です。

ペナン島は暑いといっても日本の夏に比べれば、涼しいほうでここが赤道の近くか、とお出でになった方は吃驚します。

リタイヤメント　ビザの取得について

最近、私どもが取得した時と変わりました。

シルバーヘアプログラムを「マレーシアは私の第2の国」プログラムと名称変更

シルバーヘアプログラムが開始された1996年から今年1月までに795人の外国人が申請して認められました。その内2001年に認められた人の数は313人です。内訳は英国人が169人、シンガポール人が94人、日本人83人、台湾人が70人、中国人が49名、その他です。

マレーシアは私の第二の国ビザ

1、　滞在資格

年齢の制限は無い。（妻は帯同できる）

2、　資産資格

（1）　年金、著書、その他の収入が1ヶ月7000RM以上ある事。夫婦の場合は10000RM

（2）　申請時マレーシアの銀行に100000Rの定期預金がある。

夫婦の場合150000RMの定期預金

3、　一年ごとに更新申請する。

4、　5年間滞在後、延長の申請をする。

5、　就労の禁止

6、　医療保険への加入義務

このプログラムの適用を受ける外国人には、1軒の家屋又は1ユニットのコンドミニアムの価格がRM 15万以上であれば、それを購入することを認める、同時にマレーシアの銀行に購買価格の4割から6割のローン申請できるようにする

上記のごとくシルバーヘアービザは先日の新聞によると大きく緩和され、ビザの名称も変りました。(マレーシアは私の第二の国)

以前に比べて楽にビザ取得ができるようになったようです。

ペナン島で暮らす16ヶ条

1、 駅前ティッシュを持参せよ(トイレに紙がない、トイレの使い方が西洋式ではない)
2、 有料トイレが多い。(20セント必要)
3、 道路の横断には最大限の注意を(車優先)
4、 ペナンはレーサーが多い。(バイクの無謀運転)
5、 冷房に注意(何処へ行っても冷房が効きすぎていて風邪を引く)
6、 左利きの方ご用心(左手で握手や頭をなぜない。イスラム教徒が多い)
7、 ミネラル ウォーターを離すな。(水分の補給は絶対必要)
8、 牛に注意 (道路を牛が通行、牛優先道路かな)
9、 忘れるな。(公共料金、電気、電話、水道、電話料は郵便局に納めるのだ)
10、食べ過ぎるな。(食べ物がうますぎる、太る)
11、約束を当てにするな。(1時間位の遅刻でいらいらしない)
12、イスラムの女性と婚前デートは注意(宗教警察に逮捕されるかも知れません)
13、突然のスコールにご注意(傘など何の役に立たない位)
14、旅行中カードを使って支払う場合は十分注意を(最近ちょっとした隙にカードを偽造されて、別の国で使われたケースが起きています。カードは支払う時に預けないように目の前で清算して貰いましょう。
15、今までの注意をあまり真剣にかんがえるな(日本との違いに余りに悩むと外国では生活できない)
16、住まいはセキュリティのしっかりしたコンドミニアムが良い、北向き(陽射し)ハイフロアー(蟻が上ってくる)を選ぶ。 新築には水漏れ、配管など問題が多いから中古で良くチェックする。

その他、公共料金などの支払いですが銀行が口座引落し、システムになっていません。いちいち、郵便局へ持参支払いです。

また、ペナン島の人達は、大の冷房好きです。慣れない外国人は、銀行、デパート、ホテル、タクシーの車中などで、風邪をひいてしまいます。

車の価格が高い(日本車などの外車は関税が高く日本の2倍位します。)

最後に一番大事な事をひとつ・・

ここは、日本ではない、日本流は通用しないんだ。

最近開店したガーニープラザのショッピング、ガーニーHOTELのあたりのレストランなど観光されると良いかも知れません。 ジョウジタウンのコムタビルの中のショッピング街などは楽しいでしょう。

又、ワンストップという、ショッピング モールも行くと良いですよ。

ダイビングはペナン島沖合1時間半くらいのところにパヤ島という島があって、その辺が良いとの事です。料金は一人250RMだそうです。

観光の見所はガイドブックに詳しく出ていますから、省くとして、おそらく出ていないところを少し・・。

アイランドプラザこれもショッピングセンターです。タクシーにいえば誰でも知っています。アイランドは地下の食料並びに生活雑貨売り場をご覧になれば、こちらでの生活の参考になります。

ペナンの象徴であるコムタ内の店の冷やかし、そして　確か58Ｆ？だったと思いますが、展望台があります、一望のもとペナン島をご覧下さい。そしてその辺りの街をジョージタウンといいますが、そこでトライショーで散策してみては如何でしょうか。かっての統治国英国風の名残があちこちに見られますよ。

「プラウティクス朝市場」はペナンの人なら誰でも知っている有名な市場ですから、タクシーの運転手も必ず解ると思います。

ただ、行きはホテルからタクシーを頼めば良いのですが、帰りがちょっとタクシーがつかまりにくいので、できれば、時間を決めてタクシーに迎えにきてもらった方が良いかもしれません。　「プラウティクス」は大きな市場ですから、食料品はもちろん、服の生地屋さんや、花火屋さん、飲茶を食べるお店、その他簡単な食事もできます。

つぎに、ペナン島旅行で注意すべき点ですが、12程

1、道路横断など、交通事故に特に注意して下さい。車優先ですから・・・。

2、街中のタクシーはメーターが、無いのが多いので、乗る前に料金を確認して下さい。目安は10分くらいの距離で10ＲＭ位でしょう。でも、そんなに、悪辣ではありません。

3、突然、スコールがあります。（特に雨季に、傘は役に立ちません、雨宿りの場所を早く確保して下さい。）

4、ホテル、飛行機、車の中の良く効いている（こっちへ来て風邪を引く人が多い）冷房に注意して下さい。カーディガンなどのご用意を。）

5、飲み水はミネラル　ウォーターを買って飲んだほうが無難です。日中の強い陽射しの中では、ミネラルウォーターを携行して、飲んで下さい。
刺身など生ものも日本に帰ってから食べられのが、ベターだと思います。（一流ＨＯＴＥＬの刺身なら大丈夫とは思いますが）

6、屋台で食事をする場合、貝類はよく火が通っているか、注意して下さい。

7、貴重品のバックなどは、離れた場所に（食事、買い物）置かないように。

8、知らない人から、片言の日本語で話し掛けられても用心深くした方が．．．
誘いこまれて「いかさま賭博」にひっかかってしまう日本人もいるようです。

9、ペナンの空港に着いたら、税関の荷物検査の手前に両替所がありますので、タクシー利用の方は、少し（一万円－290マレーシアドル）位両替しておくと良いです。
税関の荷物検査を終わって出迎えエリアに出て右を見るとＴＡＸＩカウンターがありますのでˇ行き先を言ってチケットを購入して、場外にでると、ＴＡＸＩ乗り場があります。

10、　駅前ティッシュをたくさん持って来ると便利ですょ（トイレに紙がない、トイレの使い方が西洋式ではない所も多い）有料トイレが多い。（20セント必要）

11、日中の陽射しが割合強いので、帽子、日焼け止め（特に女性）を持参すると良いですよ。

12、旅行中カードを使って支払う場合は十分注意を（最近ちょっとした隙にカードを偽造されて、別の国で使われたケースが起きています。カードは支払う時に預けないように目の前で清算して貰いましょう。

ランカウイ島ツアーの研究をしました。ランカウイ島は最近日本で人気のリゾートで海の美しさと静けさに私は感動したものです。

ここへはペナン島から船で約2時間の距離、飛行機で約30分ですから、日帰りでも観光できます。

ペナン島の旅行社を２社回って、安くて出来るだけ良いＨＯＴＥＬのツアーを探してみました。

Ａ社　　必ず３日前までに申し込む事、キャンセルは出来ない。

１日目　ペナン発(飛行機)ーランカウイ島シェラトン．ペルダナ．リゾート泊

２日目　　自由　　同

３日目　　空路　ペナン島へ帰る

マレーシア航空　特別企画　380ＲＭ（1人

約11,500円）2日間朝食付

＊ＨＯＴＥＬがペルジャヤ．ランカウイの場合は290ＲＭ／１人（約9,000円／1人）

ＨＯＴＥＬがラディソン．タンジョン．ルーの場合は765ＲＭ（約24,000／1人）

このツアーは比較的安いので人気だそうです。

Ｂ社

１日目　ペナン発（飛行機ーランカウイ島ペルジャヤ．ランカウイ．ビーチ&スパ．リゾート泊

２日目　市内観光　＆　自由　同

３日目　空路ペナン

ツアー料金　445ＲＭ（1人約14,000円）　朝食付き

＊　ＨＯＴＥＬがシェラトン．ランカ　ウイ．ビーチ．リゾートの場合560ＲＭ（18,000円／1人）になるそうです。

という訳で耳寄りな「お・と・く・ツアー」の情報」でした。日本から格安航空券でペナンに見えて、ホテルは「サンディ・ベイ」あたりの２人１泊で4,500円位のホテルに泊まって、ローカルの「格安ツアー」なんかに申し込んでみるのも、ちょっと楽しいかもしれませんね～・・・。

では、また新しい情報がありましたら皆様にお知らせします。

ランカウイ島ツアーですが、もう一つ安いのを見つけました。この間のＡ社です。ペナン島からランカウイ島２泊３日格安ツアーです。

１日目　ペナン10時30分フライトー11時ランカウイ島着

ＨＯＴＥＬはシティ　ベイ　ビュウ宿泊　空港で迎えあり　終日自由

２日目　朝食付き２名　同ＨＯＴＥＬ宿泊　終日自由

３日目　朝食　空港まで送ってくれる11時30分フライトーペナン島着12時

＊　一人280ＲＭ（約9,000円）です。　Ａ社はアイランド　プラザからガーニードライブのロータリーへむかって100メートルくらい行った道路沿いの左側です。

「Speedy Travel　&　Transport」という旅行社です。（スピーディ　旅行社）

ＴＥＬ　８９０－２００７

Ｅメール：speedytt@tm.net.my

フェリンギビーチＨＯＴＥＬ内の韓国レストランの韓国料アイランドプラザ、ショッピングーセンターの理は最高です。

３階の飲茶の富臨閣はグッドです。

ワンストップショッピングセンター４階の日本食、珊瑚亭は安くておいしいです。

最高をもうひとつ、エクアトリアルＨＯＴＥＬ内のＴＨＥ　VIEW レストランの昼のランチは安い上に極上と評判です。

ジョウジタウンに行かれたら、インド料理カシミールは美味しくて。(TEL 250-0103)雰囲気もよいです。

ジョウジタウンのザシップのステーキも美味しいもののひとつです。

ロイラルパーク HOTEL のちかくのフェリンギガーデンマレー料理もあるそうです。

ペナンの食べ歩きは楽しいですが、太らないように、ご注意を。

ガーニー　ビーチからちょっと入った所(タクシーはだいたい知っています）にある「金門」またはゴールデン　ゲイトはスチーム　ボード（福建風寄せ鍋)で地元の人に安くて旨いので有名。

ガーニービーチにあるガーニープラザショッピング　センター内の３階か４階のホットウォークはマレー料理のニョニャ　ニョニャ料理で有名、海を眺めながらの食事は思い出に・・・。

ザ．ノーザン(THE NORTHAM) HOTEL の近くの「オーシャン　グリーン」または「海洋青」レストランは海岸沿いにあって海鮮料理は雰囲気とも Good です。

ザ．ノーザンHOTELの並びにある、Maple Gold Restaurant(金　葉)は中華レストランで美味しいです

以下のホームページにも私達の生活が紹介されました、宜しかったらのぞいて見て下さい。

http://www.jalux.com/ld/

メーリングリスト・ミニ情報(ペナン版)
No. 18 木村さん

① ペナン島からゴールドコーストの様子をお知らせします。　ゴールドコーストは一年365日の内300日は晴天と言われる、グッド　ウェザー　の街ですからやはり、水は不足しているようで、今年は4月から11月までは水使用制限になりました。飲み水、シャワーなど以外ですが、庭の水撒きのスプリンクラーの使用は禁止になり罰金が科せられます、それも相当な額で何十万円だそうです。　ちゃんと見回りにくるそうですので違反は出来ません。
　スプリンクラーをOFにして、手作業で庭の水撒きをしなければなりません。
　それも、朝7時前か夕方4時過ぎに決められています。　庭の水撒きもいざ手作業でやると一仕事です。水撒きホースのシャワー部分が壊れやすく芝にシャワーどころか、全身にシャワーを浴びてしまいます。

　オーストラリアの社会規制は厳しいと聞いてはいましたが、ゴールドコーストでもご多分に漏れず、芝の手入れを怠ることも罰金、庭の大木一本切るのにも市役所の許可が必要なのです。日本では考えられない事ですが、だから綺麗に街が保たれているのだと納得もいきます。

　釣りをしていても、運が悪いか良いかは別にして、とクーラーボックスの中の魚の寸法を図りにその筋の人の見回りに出会ってしまいます。
　一センチオーバーごとにいくらと罰金が決められているそうですので、　釣れても喜んでばかりもいられず、手計りしてリリースするか、決めなければなりません。
　ちなみにキスは23センチ以下はリリース義務です。(日本では23センチは大きい方でしょうね)　　友達など、それを知らず3万円も罰金を取られたと嘆いていました。
　時折、オーストラリアの子供達が私の釣ったキスを覗きにきます。そして、これは小さ過ぎるとかなんとか私に抗議します。社会教育は徹底されていて立派なものです。
　住まわせて貰っている外国人の我々もマナーには十分注意が必要ですね。

②今日はあまり良い話ではありません。
　ペナン島のSRIYORKと言うコンドミニアムが泥棒に入られたそうです。　単身赴任者ばかりのフロアを狙って、南京錠切って進入だそうです。　〇階だけに入ったという事です。うち、日本人1件。宝石とお金だけ盗られたようです。知人は「そりゃ～スリヨークってみんな窓とか開けっ放しで外出してるもんね～
　結構簡単に入れそう。
わざわざ南京錠切らなくってもね・・・・。」と言っていますが。
　別の話ですが4月にも、ある日本人の家に強盗が入りました。　実はガードマンがいるようないないような・・・・・誰でもフリーで入れちゃうコンドでした。　各フロア2件しかなくってシーンとしている所です。　奥様は日本へ里帰りで不在、飼っている犬は預けていて不在、ご主人は会社に行って不在・・・・・アイアングリルを壊して入り、現金･宝石を全て持っていったそうです。　こちらの家はお給料が現金払いだったのでしょうか？　普段からわざわざ銀行に預けに行くのは面倒くさいと、相当の現金が自宅に保管してあったそうです。　宝石も海外生活が長く、あちらこちらで思い出に買い求めた物が全てパー。　こちらは真珠に興味がない国なので真珠だけは盗らないで置いていったそうです。　そうそう、あと玄関に置いてあったスリッパが気に入ったらしくスリッパが無くなっていたそうです。
　とにかく、思いっきりプロの仕事だったそうで大変な災難だったようです。

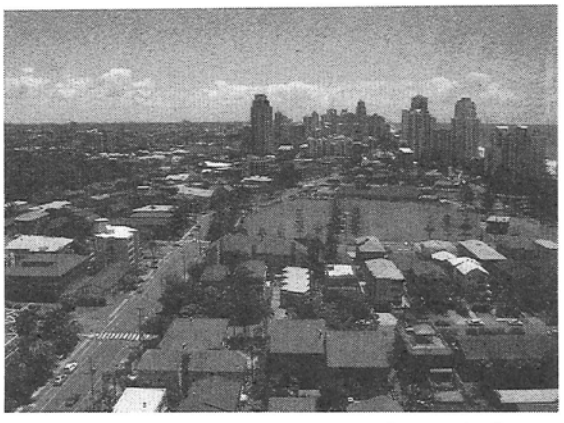
みなさん！安心していてはいけませんよ。
家には金目の物が無い・・・・といっても、ローカルの人から見れば私たちは金持ちにうつっている筈です。　外を歩く時も引っ手繰りに注意！　　4月に私の友人も引っ手繰りに会いました。　狙った獲物は逃がさない！・・・・・って言った感じです。　隙をみせずに、ハンドバックはブラブラさせずにしっかりと持って歩きましょうね。
　　以上知人の忠告でした。

オーストラリア50日間

東京都多摩市在住

会員No.134　松岡　且視

当初の予定はゴールドコースト(GC)、ニュージーランド、タスマニア、メルボルン、ケアンズを訪問するはずでしたが、急遽変更することになりました。日程変更のため時間が無く、宿泊を人に依頼したため予定価格が大幅に増えたのが失敗でした。　変更後の日程は、GC7日間、パース18日間、ケアンズ7日間、再度GC14日間です。



メゾンよりサーファーパラダイスを臨む

ケアンズ経由ブリスベンで降りました。入国手続きに際してトランクの中身やチェック表で細かい内容に至るまで正直に書いた方がうるさくないようです。特に食品が問題で、肉類の入ったインスタントカップラーメンなど要注意。ゴルフシューズも土は洗い落とさなければなりません。

GCでは「ベルメゾン」に投宿しました。ブロードビーチにある33階建てマンションで、私たちの部屋は21階の48坪2ベッドルームである。海を臨めば世界のリゾート地と呼ばれる、40Kmに亘り続く海岸線が、そしてサーファーパラダイスの摩天楼が朝日夕日に輝いて見え、目を内陸に転ずれば、カジノやパシフィックセンター、ウォーターフロントの住宅地(木村邸もこの一角らしい)が広がる。

この建物は日本の商社が建てたもので、日本人にもよく出会う。　一部の部屋は保養所として使用されているようだ。　個人で所有されている(例えば小林さんのような)部屋もあり、3ヶ月毎に出入りしたりしています。　ただ、管理費が以外とかかり、4万円／月くらい。　冷房も暖房も無い住まい。施設としてプール、テニスコート2面、バーベキューハウス、ジャグジー、スパ、ジム、ラウンジがある。5階上の26階が売りに出ているとのことなので問い合わせたところ56万ドルだった。GCの中でも他では味わえない素晴らしい環境なので、ここだけは値段が上がっているようだ。通常宿泊価格は季節により245ドル～385ドル

気候は亜熱帯で年間平均気温24℃。家内は毎朝200m先の砂浜に日の出前からウォーキングに出かける。その頃になるとチラホラ人影が見えてくる。　綺麗な砂浜を歩くとキュキュと音がし、足跡一つ無い波打ち際は心地よい感触である。　行き交う人々に「グッモーニング」と声をかけ往復1時間も歩くと、清々しい気分に満たされる。

次にブリスベンからシドニー経由でパースに着いた。　出口でうろうろしていると坊主頭の虎の縫いぐるみを着た洋子さんが迎えにきてくれた。　その後一週間は観光と売り出し中の家を見て回った。　奥川さんが最近買われた家も拝見しました。南の会の方がパースに移って来ることを期待しているようでした。　洋子さんはお酒とタバコが大好きで、朝からビールがお茶代わり。　こちらもビールのご相伴です。

ある日鈴木剛さんと大学教授、研究者、留学生で送別会が開かれ、私も一緒にフランス料理をご馳走になった。　大変美味しかった。

6日間で宿賃6万円。

洋子さんの家からフリーマントルの湯口さんの家に移動する前、海岸で釣りを経験させてもらい、簡単に釣れる楽しみを味わいました。

フリーマントルの11日間

ここでは図らずも奈良の神所さんと一緒になり、朝から800円でゴルフ、1,900円の韓国車レンタカーで一緒に観光と、毎日が共同生活。時には奥川さん、湯口さんを交え夜中までわいわいがやがや。　ビールを60缶、ウィスキーとワインのボトルを飲み干した。リキュール1,5Lをワインと間違えて買ってしまい、飲むのに大変苦労しました。



パースの夕日と神所ご夫妻と家内

最終日、レンタカーを返した際、人手がなく送ってくれなかったので4人でバスに乗ることとなった。　洋子さんから、ファミリー(家族の団体)なら安く(5ドル20セントで)乗れると聞いていたので「ファミリーだ！」と5ドル20セントを出したところ、運転手が何か言ってる。こちらはさっぱり解らない。そのうち面倒になったのか、切符をくれて発車した。　よく見ると7ドル20セントの切符。一体どうなってるんだろう？

バスを降り、神所さんの知人で中村健太郎さんを訪ねることになった。電車でパースに向かい、乗り換えてジュンダラップに乗った。途中検札が来たのでなんの躊躇もなく前の切符を見せ、ファミリーを宣言した。　検札が言うには「大人二人と子供ならファミリーでよいが、大人四人ならもう1枚切符を買ってくれ」とのこと。　普通検札にひっかかると何百ドルかの罰金らしい。　他に降ろされている若者もいた。

中村さんのお宅は3ベッドの立派な家、150～200坪くらいありそうで、とても1,300万円とは思えなかった。　近くに25万ドルおよび30万ドルの物件があったので見させてもらったが、大変気に入り欲しくなった。　フリーマントルでは全てワリカンで、安く楽しい毎日でした。願わくば神所さんが家を買って、呼んで頂ければ最高！

それから市の中心街に近いキャンセラーホテルにチェックインし、2日間を美術館、博物館などを回って過ごした。

2日間で宿賃12,600円。

3／20日朝早く空港に向かう。ワーキングホリデイで1年間滞在した若い女性からタスマニアの旅行を勧められた。　一週間の予定で申し込むと有利だとのこと。

ケアンズ

空港を降りた途端、東南アジア特有のあのムッとした熱風が体を包んで、汗ばむ感じがした。迎えの車に乗り、市の北20Kmにある「パームコープリゾート」に向かった。リゾートの一角にビレッジがあり、250坪3ベッドの平屋の建物に7日間住むこととなった。パースではレンガ造りだったが、ここケアンズはブロック造りだ。

ここは車がないと動きがとれない。ダイハツの車を値切り、42ドル／日で借りた。買い物は10Km離れたところに田舎にしてはでかいショッピングセンターがある。

ケアンズと言えばグレートバリアリーフ、そしてスキューバダイビング。フィリッピンで経験はあるものの本式ではなかったので今回は見送り、グリーン島と内陸の熱帯雨林に足を延ばすこととした。　先ずはグランダ近郊のRainforestation Nature Parkに立ち寄り、名物のアーミーダック(水陸両用者)に乗って日本人の団体と一緒に回った。これらの団体はゆっくり見物することをせず、早々に次の目的地に向かってしまう。

翌日はパナグライダーや熱帯雨林を見ながら、ポートダグラスを訪問。その後内陸の高原(130Km離れたマリーバーや160Km離れたアサー

トン)をドライブした。

ここはGCやパースと異なり、部屋の中で洗濯物が乾かない。乾燥機を使うしかありません。

7日間で宿賃7万円。

朝ケアンズから再びブリスベンに向かい、GCのウォーターウェイ(2 ベッド)に落ち着いた。ここは目の前がフリーウェイとエルクホーンアベニューの角で、ANA ホテルなどが近く、便利このうえない立地である。この辺の10階建て以上は50万ドル以上するとのこと。 森さんがお見えになった時、すごいシャワーがあり、ずぶ濡れで玄関に現れました。あとが大変だったようです。

生活費

食べ物の物価は安く、特に米、野菜、果物、肉は安い。 ただ旨いとは限らない。日本の食品は3倍くらい値が高いが、概して旨い。

通信交通

通信に関し緊急に備え、日本でAuのGlobal passportを持参した。日本の国内通話はもちろん、海外での国内通話も同じ感覚で使える(ハワイ、アメリカ、カナダ、オーストラリア、ニュージーランド、韓国、香港)。 難点は通話料が高く、着信者にも通話料がかかることです。GCではレンタルもプリペイドも安く、その都度借りた方が賢明。パソコンも3ドルで使用可能。

GC、Cairns、Perth ともにバスの便はよく、特にパースは市内が無料、市外でも 7 ドル 20 セント払えば家族で何回乗り降りしても OK。郊外にある電車の駅には無料の大駐車場があり、市内の渋滞をコントロールしている。国土のゆとりを感じさせる。

気象

GC は前述のとおり1年を通して過ごし易いので高層マンションが今も建築中。パースは昼夜の温度差が激しく、GCより乾燥度が高い。郊外に住宅が延びており、GC より安いかも。Cairnsは南国特有の暑さで、湿度も高い。パースから行くと余計感じるかもしれません。 どこでも紫外線は強く、朝夕でも日焼け止めクリームは必要です。

医療

海外でカードをどのように使うか、体験できました。 実は昨年から家内の体調が悪く、検査々々で1年を棒に振っていました。帰国5日前腕に湿疹ができ、GCの日本医療センターへ電話したら、「これは日本を出る時からのものか?」と聞かれはしましたが、カード、パスポート持参の上、「何日までに」ということで出向きました。 何のことはない日焼けのせいで、飲み薬と塗り薬を頂き、無料でした。

今回も色々な人に逢い、お世話になりました。三重県の森さん、森本さん、神所さん、他に7、8人、特にGCの松田さん!いつも世話ばかり掛けました。



森さんの奥様と

旨かったもの

カジノのレストラン! ランチ一人 16 ドルでバイキング方式。時間前から大勢列をなし、大好評のようです。前からお世話になっている松田さん小林さんご夫妻を招待しました。食事、果物、ケーキ、飲み物、デザート、そして楽しいおしゃべり、あっという間の3時間でした。その他、パースでのフランス料理。 そしてケアンズでのトンカツ、ちょっと油が多すぎたかな?

ゴルフ情報

オーストラリアのゴルフ会員権(OG)

OG のメンバーフィーはあくまでメンバーになるための費用であり、その権利を他人に譲渡

することはできません。また退会しても返金されない。　ただし一旦メンバーになると入会費は二度と払う必要がなく、年会費を支払えばその都度のプレー代は請求されないところがほとんどらしい。　大体の入会金は

500 ドルくらい　　3 箇所
1,000 ドル未満　　4 箇所
5,000 ドル未満　　2 箇所

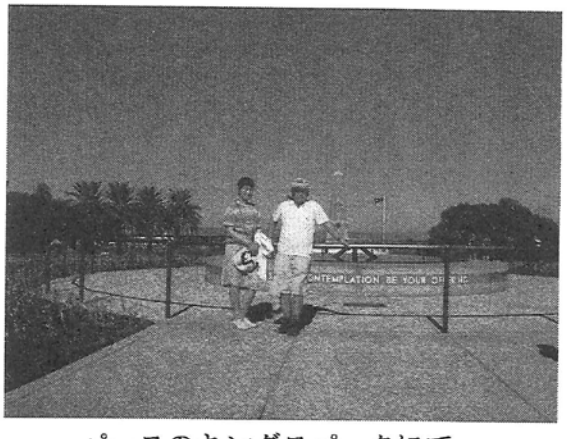
年会費

1,000 ドル未満　　5 箇所
5,000 ドル未満　　6 箇所

入会金の無いカップルメンバーの他、リゾートコースで不動産購入によって得られるメンバー権利もある。　GC の周辺の主要ゴルフコースは 30 分以内に 15 箇所ある。

※ローヤルパインリゾートを見学に行ってきました。

入会金 500 ドル　　年会費 3,600 ドル
36 ホールチャンピオンシップコース
OG レディーマスターズコース
建物　Archer Hill Stage2　348,000 ドル
レジデンス　分譲住宅
2 Bed Room　居住面積　128 ㎡
テラス面積　32,7 ㎡
年間経費　5,580 ドル　24h セキュリティ完備　後は松下興産に聞いてください。
Tel:　0120-20-9856



パースのキングスパークにて

通貨について

普通現金をその国の通貨に両替しますが、トラベラーチェックの方がレートはいいようです。JAL マイレージバンク 郵貯ワールドキャッシュカード 海外 CD／ATM からの引き出しは、手数料一回 200 円。　シティバンクカードはその日のレートで手数料なし。　そして傷害保険のついたクレジットカード。　この二枚のカードがあればほとんど不自由しません。

前に GC とシドニーで通貨の両替をした時、誤魔化されそうになりました。　その場で現金とレシートをチェックしなければなりません。銀行だからといって安心できません。

気をつけなければいけないのは、CD/ATM を使用した時で、２度まではよいが３度失敗するとカードは戻ってきません。使い始めはご注意を。

各地に日豪センターがあるので、宿泊のアパート、コンドミニアム、観光のためのチケット購入など、色々聞いてみると役に立ちます。

思いつくまま記しましたので、多少前後している点、不明なところもあると思います。参考になれば幸いです。 総費用は 115 万円でした。

文中お名前の出た方々

会員　１８	ペナン在住	木村　義光　様
会員３４７	パース在住	奥川　勝俊　様
会員３１５		鈴木　剛　様
会員４２０		森　康人　様
会員４３２		神所　武　様
ＧＣ在住４年		松田　宏　様
パース在住１０年		森本　洋子　様
フリーマントル在住		湯口　正宣　様

その他数名、皆様に大変お世話になりました。

メーリングリスト・ミニ情報

秋葉原のラオックスで「お料理上手」というソフトを手に入れました。　和風・洋風・中華風などのジャンルや、材料・調理方法からも検索できなかなか便利です。作り方も画像で見られます。（一部はムービーもある）メニューは基本家庭料理で４００点もあります。　自宅でも勿論ロングステイの自炊にも大いに役立つとおもいます

ＮＯ１１７龍野　宏

南の国での介護について

メーリングリストより

Ｎｏ．３　池田です。

日本の要介護者が日本からタイその他の国に行き、入院し、治療を受ける好い方法を探しています。言葉・生活習慣等の違いを考慮しても、また、日本人の介護の概念が、南の国々では馴染まないとは思います。

しかし、現地日本人が日本人を受け入れる病院に入院し、治療を受けていますが、そのような病院で、長期治療の日本人の長期入院を受け入れてくれるとするならば、何か方法が見出せるのではないかと思うのですが。

１年ビザ取得を最低条件として、現地日本人の入院・治療と同様に何かそれに準じ、入院・治療する方法はないのか？

これに関する情報をお持ちの方はお知らせ願います。

Ｎｏ．３３　戸田です

私は『老後をアジアリゾートで暮らす』（９８年、双葉社）という本の中で、ローズプリンセスホーム（フィリピン・カブヤオ在）という日本人向けの介護施設を紹介しました。この本を読んだ読者からたびたびメールや手紙をもらいます。内容は、「ローズプリンセスホーム以外にも日本人向け介護施設はあるのか」という質問です。将来、海外の介護施設に自分が入りたいと考えている人、もしくはそこでヘルパーや看護婦をしたいと考えている人たちが主な質問者です。

「ローズプリンセス以外に施設はあるかどうか」ですが、結論から言うと、ここのところのように組織だってやっているところはないと思います。

Ａ　フィリピンなどで個人が介護事業を片手間にやろうとしている。Ｂ　タイの病院が将来そういった事業を立ち上げようとしている――という話を聞いたことがあります。しかし、いずれも企画書レベルの話で実際には動いていないようです。

Ａの場合、ローズプリンセスほど本気でやろうとしている人はいません。皆、介護事業というよりも不動産事業で、プラスアルファとして介護もやろうかという感じでしょうか。「この手の事業をやるのにはフィリピンでも最低１０億円は必要だ」と言う人もいます。

Ｂの場合、日本人駐在員や旅行者を相手にした医療業務の方が儲かります。海外旅行傷害保険の分野ですから、けっこう美味しい商売なんです。大手の病院内では、日本人から要介護者を受け入れてというアイデアはあるようですが、それをどうしても推進しなければならない理由が見あたりません。日本人駐在員や旅行者相手の医療業務よりも、労多くして益少なし、難しいビジネスだからです。

この他、バリ島で日本人向けの介護施設をつくろうという話が５年ほど前にありましたが、立ち消えしたようです。また、オーストラリアのゴールドコーストで在住日本人向けの在宅介護事業を考えている会社があるようです。

私は５年ほど前から『介護移住新時代』（介護を視野に入れた海外移住）というような本を作れないかと考え、取材を続けてきました。それでフィリピンの日本人向け老人ホームやタイの総合病院、オーストラリアのリタイアメントビレッジなどの動きを追ってきました。しかし、ローズプリンセスホーム以外は記事にするだけの内容はありません。現状ではこの企画は無理だと考えています。

果たして海外での介護ビジネスは成り立つのでしょうか？　将来的な可能性はともかくとして、ここ数年間はなかなか大変だなというのが正直なところです。理由は下記の通り。

１）第二の人生を海外で暮らすシニアの数がまだまだ少ないこと。海外を本拠地と考えて生活

している人は１０００人から２０００人程度じゃないでしょうか。そして、そのほとんどの人が要介護状態になったら日本に戻ろうと考えていると思います。

２）日本で生活している人が要介護状態になったとき、わざわざ日本を離れるようなことは考えにくい。

３）日本語を話せる医師や看護婦、ヘルパーを常駐させるのに費用がかかりすぎる。医者なら年収１５００万円、住宅支給や帰国手当などを含めれば２５００万円ぐらいは出さないと駄目でしょう。看護婦やヘルパーだって最低でも給与４００万円、同様の手当を含めれば８００万円ぐらいは出さないと長く勤めてはくれません。ボランティアでは駄目です。

４）介護や病院の経営はビジネス感覚だけでは難しい。

さて、「介護の国際化」というのは興味深いテーマです。なかなかインパクトがあります。介護保険の発想は、介護を家庭から社会へ（介護の社会化）という考えでした。その先に、介護を日本から世界へ（介護の国際化）という流れがあっても良いんじゃないか、というようなことです。

介護の国際化には、２種類の方法があります。一つは、要介護者が海外に出かけ、現地のヘルパーにケアしてもらう方法。もう一つは、海外のヘルパーを日本に入れて、要介護者のケアをしてもらう方法です。後者について、現状では日本政府はヘルパーにはビザを発給していませんが、近いうちに発給に踏み切る方向で動いています。ただ、政治がどういう判断をするかですから、いつになるかは誰にも分かりません。

『老後をアジアリゾートで暮らす』を書いたときは、介護の国際化もいいんじゃないか、大いなる可能性あり、と考えていました。しかし今は、そんなに急激な動きはないだろう、でも少しずつ少しずつ進むのかな、ぐらいに考えています。

評論家の内橋克人氏は次のように言います。「農業、リサイクル（環境）、介護はグローバル化するべきではなく、できるだけ地域で完結させるべき」。

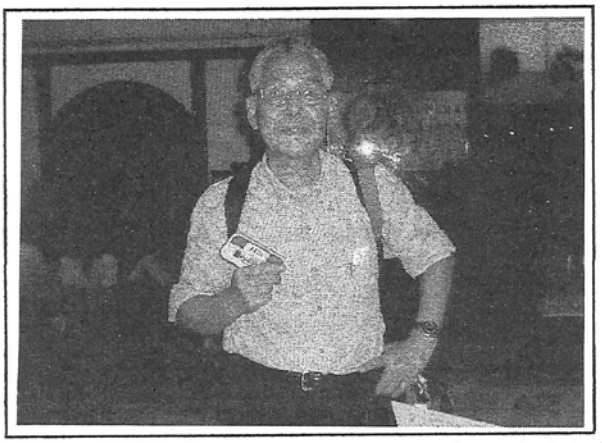
皆さんは介護の国際化（グローバル化）に賛成ですか、反対ですか。意見を聞きたいです

メーリングリスト・ミニ情報

“南国サロン”の翌１２日同フェステバルへ長女と行ってみました。
久しぶりにタイ・ビア＆トムヤムクン等を楽しみました。
そこで『医療根拠のあるケア』を標榜するという『株式会社リエン』という明治生命新浦安ビル１４Ｆにある会社が、今年度中にタイに“50才以上の人のタイ・ロングステイ・ライフをサポートする為のシニア・ホーム建設と介護員養成事業を開始する事を知りました。７月から　HP：http://www.riei.co.jp も開設する旨です。
要介護人を同伴してタイへ移住計画のある方、将来、介護を必要とする事になった時の事を心配される方へ情報として伝達致します。
また、年金ビザ（６０歳以上、年金を月１５万以上受け取ってる人）の申請料は数次で9000円（有効期間は申請日から１年間）そして滞在可能日数90日、90日以上滞在する場合はタイの入国管理局へ本人が申請、但し受領は代理人可、という事を再確認しました。
尚、詳細はタイ国大使館領事部 webmaster@thaiembassy.or.jp へ問い合わせして下さいとの事でした故、併わせて伝達致します。（西片さん）

海外でパソコン、ネットカフェを楽しむ

NO.80　阿部　功

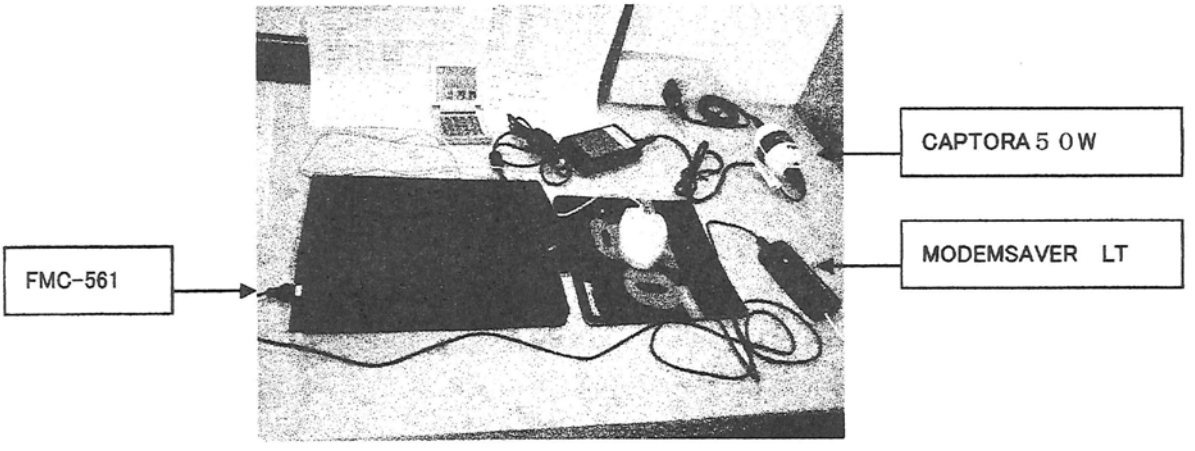


ぴぽぴぽ・・・じーじー・・・
ID アドレスとパスワードを確認中」の表示の後、インタネットに接続完了！
３０分以上かけて、数回のトライの後、やっと通じた時は本当にうれしくなり、一人ウイスキーで乾杯！。
気が付くとフロ上がりで冷房利かせての長時間トライで鼻水が出ていた。

所はクアラルンプル（以下　ＫＬ）のあまり綺麗ではない深夜の「プドラヤホテル」の一室。バスステーションの上にあるホテルでキャメロンハイランドへは便利なホテルである。
ここにたどり着く迄、約３ヶ月ほどの苦労続きの準備期間があったのです。
まず、ネット上でいろいろ情報を集め、諸先輩からメールでサジェスチョンを戴きました。

各国のインターネット接続事情　http://www4.justnet.ne.jp/~hyodom/JOCV111/internet.html
鷲田太郎・美加の世界一周旅行　http://member.nifty.ne.jp/washyworld2/dataindex.htm
旅先通信研究所　http://ourworld.compuserve.com/homepages/tabituken/top.htm
キャメロン会の藤崎さん　http://www4.justnet.ne.jp/~jfujioka/cameron2.htm
海外から日本語でメール　http://sapporo.cool.ne.jp/cybercafe/jpmail.html#index
海外居住者の為の便利帖　http://www.interq.or.jp/world/naoto/benricho/index.html
その他いろいろありましたが、今回いくら捜しても見つからない、「失敗談のサイト」が非常に参考になりました。
以上の結果　「必要ハード」と「準備する事」とを列挙して見ましょう。

① PC：小型・軽量で安価な PC。
② 電源：変圧トランス、電源プラグ変換アダプタ、240V 対応コード、電源延長コード
③ モデム：　世界汎用タイプ（のカードモデム）
④ 電話線：モデムセーバー、2 分配器、モジュラーケーブル中継アダプタ、電話線延長ケーブル、ユニバーサルモジュラーアダプタ（日本と同型は RJ-11 ジャック）
⑤ 海外プロバイダーとの接続準備、海外ホテル・マンション・ネットカフェのネット環境調査
⑥ その他：、Web メールアドレス取得、工具セット（ミニドライバー）



詳細に見てみると

① PC：経験した諸先輩はアジア方面では、電圧が不安定だったりサージなどのノイズが飛び込んでハードディスクやモデムを壊した例が多い。壊れても惜しくない、中古の B5 タイプがオススメ。秋葉原や YAHOO オークションで２～３万円。私は中古「IBM　５３５」を２．５万円（現在はもっと上位機種が買える！）で入手し、外付け FDD と CD-ROM も付帯でないので YAHOO オークションで揃えた。現在では FDD と CD-ROM 内蔵が普通ですね。

② 電源：２４０V 対応の内蔵電源を使わず、１００V に落としてから PC に接続する方が安全。小型軽量ですのでオススメです。PC のワット数に対応可の小型の変圧器（CAPTORA５０W は海外旅行用品店で購入、６千円位）。マレーシア用ソケットアダプタも付いてます。雷対応で念のため耐サージをかませる（NOATEK、 Laox で入手、千円）。240V 対応のコードもお忘れなく。日本では割高なので、現地で買うと安価。

③ モデム：各国通信規格異なるので、内蔵は使用せず世界汎用タイプのカードモデムを使用。各国での通信実績が表示されているもの（サイキュウブ FMC-561 マルチナショナル 56K、Laox で入手、７千円。「国際ローミング」局のスピードが最速５６Kbps 程度）。

④ 電話線：モデム保護と通信線のねじれ対応の「モデムセーバー」経由で接続する。（MODEMSAVER　LT、Laox で入手、３千円位）。モジュラージャックの「オスメス」どちらにも対応し、通信線４線のねじれもチェック・修正可能。2 分配器、モジュラーケーブル中継アダプタ（いずれも安い）も必需品。電話線延長ケーブル３～５m も用意。二股の端子付きモジュラージャックもあれば、電話機を分解して接続可なので、どんなホテルでも OK！。機材のネット販売サイト RoadWarrior です。http://www.warrior.co.jp/index.htm

⑤ プロバイダ：現地手続きは不要。「国際ローミング」を利用する。事前に日本で自分のプロバイダに利用手続きして諸設定をしておく。　日本でテストし通信可能を確認しておく事が絶対に必要です。

ここで「国際ローミング」について簡単に（？）触れてみます。

海外からインタネットに接続する場合、日本のプロバイダの電話番号に接続すると、国際電話利用で莫大な費用が掛かってしまいます。

そこで、日本のプロバイダは世界中に接続ポイントを持ってる接続業者と提携して、その業者の各地のポイントに接続すれば、(簡単に言えば) 日本のプロバイダに自動的に繋がる仕組みになっております。主な都市ですと、電話料金が市内料金で済むことになります。

私の利用してるＯＤＮの場合は、「ＩＰＡＳＳ」社と提携し、この世界各地の接続ポイントに接続してインタネットを利用する方式となっている。

例えばＫＬをクリックすると、３ヶ所（５６Ｋ，３３．６Ｋ，２８．８Ｋの通信スピード局各一ヶ所）表示され、どれか指定すると回線空いていると接続される。やはり低速の方が空いてて繋がりやすい。通話ピーク時はなかなか繋がらない。スピードはダイアルアップ（電話線利用）なのでＡＤＳＬ（１５００Ｋや８０００Ｋ）に慣れて来るとかなりイライラ状態と言うところです。

世界各地にネット接続ポイントをサービスしているのは、この他には「ＧＲＩＣ」社があるが、双方比較すると同じ電話番号がかなり重複登録されている。地元の接続業者のポイントを利用しているからと思われる。日本の各プロバイダはこのどちらかと提携している。「ＩＰＡＳＳ」社は低中開発国に強く、「ＧＲＩＣ」社は先進国に強いと言われているがあまり差はない。

電話料金のことに触れましたが、じつは、この「国際ローミング」を利用するには、別にローミング利用料が掛かります。これが中々ばかになりません。ホテルでのＫＬ市内の電話料金は３分間で　０．５ＲＭ（３３円換算で１６．５円）に対して、「国際ローミング」利用料は私の利用してる「ＯＤＮ」の場合１分間で１５円なのです。一時間で１０００円程度掛かりまし

た。

主なプロバイダの「国際ローミング」利用料金は次の通りです。

断然、So-net がオススメ！！(この為だけに月2000円のコースに加入しました。)

国際ローミング比較表

国際業者	BIGLOBE	ニフティ	ＡＯＬ	So-net	備考
GRIC	追加料金 20 円/分	20 円 / 分	―	基本料金内 (別料金なし)	(途上国には少ない)
iPass	20 円/分	―	―	―	(ポイント多い)
UUNET	10 円/分	10 円 / 分	―	―	(欧米中心)
独自 ネット	特定の4カ国は 5 円/分	―	米国基本料金内 他国 12.5 円位	―	

海外ホテル・マンション・ネットカフェのネット環境調査:

鷲田太郎・美加の世界一周旅行 http://member.nifty.ne.jp/washyworld2/dataindex.htm

サイバーカフェ(英文) http://www.netcafeguide.com/mapindex.htm

などのサイトから、ホテル・ネットカフェ等の環境を調べておく事をお勧めします。

マンションを捜す時は、電話が外線に「直接」繋がる物件が必須となります。

携帯電話での接続も可能らしいのですが、マレーシアの場合携帯電話の他、アダプター代とかで初回3万円必要、通話カード2000円の準備と、何より通話代が高いのです。

フィリピンでのGSM携帯電話を利用したインターネットコネクションについて

http://isweb19.infoseek.co.jp/travel/phil-pho/mobaile%20phone.htm

⑥ その他:

Web メール(インタネットメールとも言う)のメールアドレスを取得し、インタネットでのメール送受信をお勧めします。

自分の PC では、Outlook 等のメールソフトで設定(POP3等)済みの自分のメールボックスで送受信出来ますが、ネットカフェでは中々上手くいきません。

ネットカフェでは Outlook 等のメールソフトを使わずに Web 上で送受信する事が必要です。ネットカフェではよく欧米人を見かけますが、ほとんど「YAHOO」と「HOTMAIL」を使ってますし、店の設定もその様になってます。「YAHOO」をお勧めします。

http://login.yahoo.co.jp/config/mail?.intl=jp&.lg=jp で自分の好きなメールアドレスを取り(無料ですので、奥様の分も取ると喜ばれますよ)、YAHOO のメールに慣れておいて下さい。有料の自分のメールから YAHOO に転送を設定して置けば、世界中どこからでも自分宛てのメールが覗けますよ。返信のアドレスも YAHOO 以外の自分の有料のアドレスにも設定出来ます。

と言うより通常から、YAHOO アドレスで PR して置き、有料の正式アドレスは公表しない方が良いのです。有料アドレスはプロバイダーを変えると変更になりますが、YAHOO は一生使えます(？)。

「HOTMAIL」より「YAHOO」の方がミス少なく、メールソフトも使い易い。OUTLOOK でも使えますよ。

マレーシア・フィリピン・欧米人は良いのですが、日本・韓国・中国・タイなどの人は、世界から見ると不思議な文字を使うの民族なのです。これが「くせもの」で大都市は OK ですが、裏町や小都市のネットカフェでは、これらの文字が PC に入ってません。「Global IME」と言う各国の文字の辞典みたいなものがあり、これを PC にインストールする必要があります。アルファベットでメールを送る人は関係ないですが・・・。後でこの「Global IME」について触れましょう。

工具セット(ミニドライバー)は100円ショップで小型の＋-ドライバセットを仕込みましょう。

以上長々と書きましたが、全世界に対応出来る対策案と試行錯誤での準備で時間かかりましたが、これを参考にすれば一日で準備完了でしょう。タイ・マレーシアだけなら、安価PCと耐サージ（NOATEK、千円）だけでもOKでしょう。先ず、実行です。

「PC接続体験情報」

① KL

「ドーセットホテル」はインタネット用のモジュラージャックが二つ準備されており、親切です。この様なホテルが増えて来ているようです。電話代は3分0．5RM。

② キャメロンハイランド

KLで自信がつき、キャメロンの「ヘリテージホテル」でトライしました。電話線が壁直結でしたので、電話機のモジュラーからとりました。2分配器を使い電話線も生かしました。この様に配慮しないとフロントからいつも話し中とのクレーム付く事があります。近くに接続ポイントなく（ペナンがあるが低速2局のみ）遠路KLの高速のポイントに繋ぎ成功！しかし電話代高く一時間で約3千円とローミング代900円かかりました。So-netに加入前でした。ホテル近くのレンタルマンション滞在の友人宅を訪問しましたが、どのマンションにも電話なくネットはカフェ利用との事でした。ネットカフェは後述。

③ コタキナバル

「パシフィックステラ」でトライ。So-netの「GRIC」でしたので、コタキナバルの高速ポイントも多く、楽々市内料金で安価に利用出来ました。やはり電話機のモジュラーから2分配器で接続。3分間0．55RM。ほぼ15分毎に切断される設定になってる。実通話スピードは遅く 25Kbpsでした
実通話スピードは次のサイトで簡単にチェック出来ます 。 http://junkhunt.net/icsi/

④ タイ・チェンマイ

一ヶ月滞在の為、ホテルに滞在しながら電話直通のマンションを捜し、南の会員御用達の「パシフィックマンション」606号室に2日目で入居出来ました。会員の高橋さん@奈良のご協力に感謝！
タイでは市内電話は固定電話で一通話3.2Bで時間無制限（公衆は3分1B）なのですが、ホテルやマンションではインタネット利用が増えたので、大体一通話15分で切断してる様です。
今でも時間無制限のマンションもあり（赤門レストランのあるHillsideマンション053-225944など）、ここでSo-netですと24Hで5Bと安価ですね。
パシフィックマンションでは一通話15分で5Bチャージされてました。1ページ目のPC写真はパシフィックマンションでの接続状況です。接続不能の時でも一通話分で5B チャージされますのでご注意。これは市内ポイントに接続後、ホストPCに繋ぐ為らしいです。

「続いてネットカフェ体験情報」

① キャメロンハイランド

唯一日本語を話す顔さんの「お茶商店」の隣の「PUSAT KOMPUTER CL」がお勧め、日本語MSIMEも2～3台に入ってますし、深夜ですと持ち込みPCの接続OKです。店主は若手で中々ネット技術に詳しく熱心。3RM/H。メイン通りの店の方がスピード速いが日本語IMEなし。VoIP電話あり。

② コタキナバル

有名なセンターポイントの中のカフェは日本語なし。外に出たこのビル1階の北向きの店「City Internet Cafe」は日本語OKなのが2～3台あり。4RM/H。冷房効き過ぎにご注意。殆どの若い客がブラインドタッチで操作、一本指でコチコチやってると一瞬あせりを感じる。スピードはかなり速くて実速60kbpsでした。

③ パンコール島

特徴的な田舎のネット屋さん風。2～3店覗いたが、子供のゲーム屋さんと言った感じ。スピード遅く、日本語はなし。「Global IME」のインストールを依頼したが、自分の負担でやれとか。冗談じゃない！何時間掛かると思ってんだ！と口論になった次第。

④　プーケット島

Kata Beach で利用したが、料金高いのでびっくり！一分間　2B、120B/H。空港では200B/H！
日本語入りを一台だけ見つけたが、いつも北欧人が使っててタイミング合わなかった。とにかく北欧人の多いビーチですね。

⑤　タイ

チェンマイは20～30B 位/H で、アジアでも最も安い部類ではないでしょうか。バンコクは80B 程度。国境の町メーサイでもワントーンホテル入口の店で30B 程度で日本語 OK でした。タチレイではそれらしい店がありましたが、字が読めず体験せず。
マレーシアと異なり、タイは特殊な文字を使ってますので、タイ語だけでなく「Global IME」の導入率が高い感じです。

「Global IME」について：
マイクロソフトの辞書には次の様に解説されてます。
「標準的なキーボードで、 Windows 上で中国語、韓国語などアジア言語のさまざまな文字の表示・入力を可能にするもの。 Windows 2000、Windows XP ではシステムオプションでこの機能を追加できるため、 Global IME は不要。」・・・・インタネット画面で、「ツール」「インタネットオプション」「全般」の一番下、「言語」「追加」をクリックして、必要な言語を選んで下さい。
従って、95や98では標準オプションではないため、改めてソフトを導入する必要があります。無料で次のサイトからインスト出来ます。ネットカフェでは、マイクロソフトの HP でダウンロードページを出せば検索出来ます。
http://www.microsoft.com/msdownload/iebuild/ime5_win32/JA/119247.htm
5,000 kb で 約 25 分掛かります。
「海外から日本語でメールを使う方法」に詳しいです。
http://sapporo.cool.ne.jp/cybercafe/jpmail.html#4

以上で主題は終えますが、海外で楽しむ Web サイトをご紹介しましょう。

①　現地からネットで日本へ無料でハガキが送れます。
「どこでもカード」　http://www.do-card.com/index.asp
「写真いりハガキ」　https://www.postcom.co.jp/
「日経ナイルスカード」 http://web.do-card.com/niles/

②　パソコンからファックス送れます　http://www.melfax.com/

③　インターネットで医療相談　http://www.medweb.ne.jp/netdengin/index.html

④　マ ラ リ ア 注意　http://eagle.pharm.okayama-u.ac.jp/joho/doc/malarianet.html

⑤　なんでも掲示板と裏事情掲示板・・・暇な時日本の実情報を見る
http://www6.ocn.ne.jp/~mirv/bbstable.html
http://tmp.2ch.net/company/subback.html

⑥現地でも株式が気になる方・・・マネックスとネットバンキングで取引可能
https://www.monex.co.jp/　http://www.mizuhobank.co.jp/ibanking/service/index.html

⑦お気楽投資クラブ　http://www.ops.dti.ne.jp/~glass/

⑧外国為替　http://www.bloomberg.com/jp/markets/jpcregion.html

ここで、初心者向けに「インタネットの楽しみ方」をおさらいしましょう。
「YAHOO」の場合で検索機能を説明します。

http://www.yahoo.co.jp/を開き、検索欄に「タイ」と入れると、多くのページが紹介されウンザリとなりますので、「タイ　北方民族」とか、キーワードを複数入れると、「タイ」のうちの、「北方民族」だけにポイントを絞ってページが紹介されます。この時、キーワードの間に一文字「空間」を空けて下さい。

⑨アジアリンク　http://www13.u-page.so-net.ne.jp/ra3/naokis/a-link.htm

⑩タイ特集　タイのインタネットプロバイダ　http://www.hellothai.com/

タイ携帯電話　http://www.cannet.co.th/index2.html

サワデーチャオチェンマイ　http://www.sawadeechao.net/

チエンマイのプロバイダー　http://www.payap.net/homepages.html

メコンプラザ　http://www.mekong.ne.jp/

など、「検索欄」を使って捜してみましょう。縦横に使いこなし、ネットサーファーのプロになろう！

⑪　その他便利なページのご紹介

無料メーリングリストサービスを使ってメール仲間作り　http://www.egroups.co.jp/

（南国暮らしの会も使ってます）

無料掲示板です仲間と掲示板作りましょう　http://www.kidd.jp/bbs/

50MB の無料ホームページスペース　http://www.hoops.ne.jp/register/index.cgi

12MB の無料ホームページスペース　http://www.geocities.co.jp/

以上、初心者にも判り易くを念頭に書きましたので、ベテランの皆様には「お目汚し」になりました。
又、紹介した各ページは最近チェックしてないものもあります。参考として下さい。
B はバーツで約3円、RM はマレーシアリンギットで約33円位で換算して下さい。
最後に、「E グループ南国」（ http://www.egroups.co.jp/で登録）の会員登録しホームページに入って下さい。
投稿写真ページに写真を投稿して下さい。自分の HP ない方にとっては、簡単に写真をアップ出来ますよ。
PC を背負って南国を渡り歩く仲間が増える事を祈念しております。

以上

メーリングリスト・ミニ情報

会員番号３１５の鈴木　剛です。
ウィルスに感染して、アドレス帳を失ったという話を聞いて気になっていました。先日読売新聞の夕刊にアドレス帳のフロッピー保存方法が掲載されていました。すでに南国の
会員の方はご存知の方が多いかと思います。私は知らなかったのでこの記事は大変な朗報でした。
まだご存知ない方に保存方法をメールします。
１．アウトルックエクスプレスの上部画面にあるメニューバーの「ファイル」から「エクスポート」「アドレス帳」の順に選ぶ
２．「アドレス帳エクスポートツール」の画面が表示されたら「テキストファイル（ＣＳＶ）」を選んで「エキスポート」を押す
３．次の画面で「参照」を押し、「名前をつけて保存」画面でフロッピーディスクに保存する。
４.あとはパソコンの指示に従い、そのまま「次へ」を押せば操作は完了
次に携帯電話の電話番号の保存方法です。
この保存はお近くのＮＴＴのお店に携帯電話を持っていくと店員さんが無料でフロッピーに落とし込んでくれます。なおこのサービスをやってくれるＮＴＴのお店は限られているので確認してから行ってください。
私は東京駅の八重洲口のＮＴＴのお店でコピーしてもらいました。

コンピューターウイルスについて

東京都多摩市在住

会員 No. 101　高澤弘晃

（メーリングリスト管理人）

ウイルスと言うと大変だ、そんな物が私の体に移ったら大変だからメーリングリストを止めます、中止して下さい、気持ち悪い、どんな形のもの、とある人からパソコンのメールを始めたころの質問とそのために怒られた経緯があります。「南国暮らしの会」メーリングリストの管理人をやっているといろんな声がきます。清潔好きな人は当然、そう思われるでしょう。折角パソコンを買ってやっとメールができるようになり「南国暮らしの会」の人たちとメールを交換しようと思ったらとんだ災難です。 とまあ 私も最初、会員の方から問い合わせがあったときはどう説明したらいいか、迷った次第です。 でもここまでは別として、少なからず皆さんもメールについてウイルス、ウイルスと騒いでいることに疑問を持った方は多いのではないでしょうか、私も全てを知っているわけではありませんが、この機会にウイルスの基本を理解できたら何も不安になることはないと思いここに書かせて頂きました。

1．パソコンの基本

そもそも、ウイルスの前にパソコンとはどのような仕組みでできているのか基本から始めましょう。

パソコンは大きく分けて、ハードウエア、つまり目に見えるパソコンの物体そのものをいいます、そして もう一つはソフトウエアです、これは目には見えません、でもこのパソコンを動かすにはソフトウエアが無いとただの物体です、何の動作も、何の処理もしてくれません、つまり、その処理の動作を指示命令するのがソフトウエアです、そして そのソフトウエアが優秀ですと目的の処理を何でもしてくれます、最近はハードウエアよりソフトウエアのほうが大事だと言われるのもそこにあります。（人間でいえば、手足、目、体がハードウエアで、頭の脳がソフトウエアです、つまり二つとも揃っていないと上手く稼動しません、小生はどちらにもがたがきておりますのでうまく稼動しておりませんが…。）

2．ソフトウエア

では そのソフトウエアはどのように出来ているのでしょうか？　ソフトウエアは処理をする命令語の積み重ねで出来ています。データを読む、計算をする、チェックをする、印刷をする、等色々な命令語が集まったものをプログラム（又はアプリケーションソフト）と言います。勿論 色々な処理にパソコンを利用するときは数多くのプログラム（アプリケーションソフト）が利用されて目的の処理が出来るわけです。もう一つは、パソコンの処理をコントロールするソフトウエアをオペレーテングシステム（OS）と言います。これらの両方があって始めてパソコンでメールの交換が出来るわけです。従ってパソコンの中にはプログラムが一杯詰まっています、そしてこれらのプログラムはCD、或いはFD から自分のパソコンに取り入れて利用するのですが、最近は電話回線を使って直接、自分のパソコンにプログラムを取り入れたり（ロード）、インターネットを利用したり（ダウンロード）、或いは逆に自分のデータを電話回線で相手に送信したり（アップロード）、メールのやり取りをしたり等色々なことが出来るようになり非常に便利になってきました。ところが弊害も多くなってきました。その中に他人のパソコンをいたずらするプログラム、或いは既に入っている他人のプログラムを壊すプログラムも混じって入ってきます。勿論これはやってはいけない違法行為ですが、残念ながら愉快犯の行為は蔓延しています、其れも海外のとんでもないとこ

ろから発信されたものが世界中にあっという間に広がってしまうと言う脅威も含んでいるわけです。　　これがコンピューターウイルス（不正プログラム）です。　ウイルスは主に① メールを勝手に送信する、② ハードデスク内のデータを破壊する、 ③ 外部から他人のコンピュータ操作を可能にする、④システムを不安定にさせる（動きが悪い、遅い）、 ⑤ 勝手にメッセージを表示させるなど、ウイルスによる感染は多岐にわたります。 従って ウイルスは自然には発生しません。感染源が必ずあります。そして其れはプログラムで出来ています。誰かが作ったのです。 勿論 人間には感染しません安心してください。

３．ウイルスの種類

では、最近流行っているウイルスはというと、電子メールを通じて自己増殖を繰り返す「ワーム」タイプが大部分です。 「南国暮らしの会」のメーリングリストも今まではほとんどこれです。　そしてこれはインターネットエクスプローラー５．５以下、アウトルックエクスプレス５．５以下のバージョンセキュリテイホールを狙った被害が多いのです（セキュリテイホールとは、ネットワーク外から不正に侵入してくることを許すソフトウエア上の欠陥のことです)。WINDOWS では「関連付け」を行うとそのセキュリテイホールを開けることができウイルスの侵入を許すこととなり、今まであやしい添付ファイルがきても開かなければ大丈夫といわれたがこれもダメです。 こうした場合でも「パッチ」と呼ばれるソフトウエアを入手してセキュリテーホールを塞げばプレビューでは防げますが、メールを開いたらやはり感染してしまいます。

では ウイルスとはどんなものがあるかというと、ウイルス防御メーカーによって区分けが違いますが簡単に言うと ① ワーム型　ネットワークを使ったWWWや電子メールなどのｻｰﾋﾞｽを媒介として繁殖するタイプ、今 南国のメーリングリストはこのウイルスがほとんどです。② トロイの木馬型　外部からの不正アクセスを補助する、又は起動と同時に増殖作業を行わずシステムを破壊してしまうタイプ。　③ ファイル感染型　パソコン内にあるデータを他のデータに書き換える。　④ マクロ型　OFFICEアプリケーションのマクロを媒介として繁殖する。以上４種類に分けられます。　勿論 上記の複合型とか色々なウイルスも発生しております。

４．防御策

ではこれらのウイルスを防ぐにはどうするか、まず 第一にはインターネットエクスプローラ、アウトルックエクスプレスを６．０以上にすることです、いま皆さんが普段使われているパソコンは５．５以下です、（ WINDOWS XP では大丈夫） これは インターネットのMSNの「WINDOWS UPDATE」から最新のバージョンソフトを取り込めば安心です。

（http://windowsupdate.microsoft.com/　をクリックしてアップロードして下さい)、自分のアウトルックエクスプレスがバージョンの幾つかを見るにはアウトルックエクスプレスの「ヘルプ」 を開きバージョン情報をみてください、そこの最初の文に OUTLOOK EXPRESS ５とか ６とかが書いてあります。　次にアウトルックエクスプレスを開いて、「ツール」 メニューから「オプション」を開き、「セキュリテイ」タブを選択して設定画面を変更してください、又 「ウイルスの可能性がある添付ファイルを保存したり、開いたりしない」（この文章が無い場合はバージョン６以上ではありません、上記のアップデイトを実施して下さい）にチェックを入れておくこと、これらを実施しますとあからさまに怪しいメールの添付ファイルはダウンロードされなくなります、そしてアウトルックエクスプレスを終了するとファイルが添付されたメールそのものがアウトルックエクスプレスの受信トレイから削除され安心です。

第２はプレビュー画面を閉じて置けば安心です、これは 「表示」　「レイアウト」で「レイアウトのプレビューウインドウ表示」のチェックを

はずすとプレビュー画面が表示されません。

５．駆除法

其れでは パソコンをウイルスから守るには最も効果的なのは市販のウイルス対策ソフトを利用することです、最初買ったパソコンに付属ソフトもありますが機能は限定的であり、正規にアップグレードするか、市販のものを買うかが一番です。 アンチウイルス、ワクチンなどと呼ばれているがどれもウイルス対策のソフトであり、現在この種のソフトは複数のメーカーから発売されています、(パソコンの機種によっては最初からインストールされているものもあります。)そして市販のソフトは三つの役目を持っています。

① ウイルスの検出　パソコン内のデータがウイルスに感染していないか調べる。

② ウイルスの駆除　ウイルスが発見された場合は自動的にウイルスを駆除します。

③ ウイルス感染の防止　メール受信時やファイルを開こうとしたときに、ウイルスによる破壊活動が無いかどうかをチェックし、未然に防ぎます。

６．結論

其れでは ウイルスソフトをインストール(取り込む) してあれば感染しないかというと残念ながら「ノー」である。最初に述べたようにウイルスというのはプログラムである。対策ソフトが出来れば又、新しいプログラムを作る、つまりウイルスが現れる、これのいたちごっこです。絶えず新しいウイルス対策ソフトを入れていかないと何の役にも立ちません、常に最新バージョンの対策ソフトを取り入れるこれが重要です。 ウイルス対策ソフトをいくつものメーカー製品を入れておけば安心かというとこれも意味がありません、一つのメーカーソフトを使いつづけることも重要です。

結局は最新の防御策をとり、絶えず注意を払い、感染したらウイルス対策ソフトを使う、これで良いのではないでしょうか、そんなに気にすることはありません、「南国暮らしの会」のメーリングリストにも多くのウイルスメールがきますが対策を取っていれば全く心配することはありません、対策等を守って自由にお使い下さい。

●ウイルス検査ソフト （オンラインスキャン）
ｈｔｔｐ:／／ｗｗｗ．ｔｒｅｎｄｍｉｃｒｏ．ｃｏ．ｊｐ／ｈｃａｌｌ／ｓｃａｎ．ｈｔｍ
で試してみて下さい。

●ウイルス対策ソフト
ウイルスバスター２００２　（価格８５００円）
ｈｔｔｐ:／／ｗｗｗ．ｔｒｅｎｄｍｉｃｒｏ．ｃｏ．ｊｐ
ノートン インターネットセキュリテイ２００２（価格９８００円）
上記 ２社からウイルス対策ソフトが発売されているのでどちらか１社のものを利用されてみたら如何でしょう。

尚 「南国暮らしの会」メーリングリストの登録者を募集しております、平成１４年６月現在会員海外の会員を含めて３５０名ほどのうち１２０名ほどの方に利用頂いています、毎日会員同士の情報交換が飛び交っております、特に海外の方のメールが盛んです。メールアドレスをお持ちの方で未登録の方は ｆｗｊｃ５９６２@ｍｂ．ｉｎｆｏｗｅｂ．ｎｅ．ｊｐ 高沢 までメールをください、明日から大きな情報が得られます、又自分からも発信して下さい。 お待ちしております。

南の会・伝言掲示板

1．表紙の言葉

No. 38　橋本　比奈子

フィリピン・ダバオ市にあるインシュラーホテルの中庭風景です。　今夏もまたダバオに1〜2ヶ月滞在したいと思っています。

2．図書案内

＊半分海外ぜいたく暮らし

著者：(財)ロングステイ財団監修　発行者：祥伝社　　定価：1,400円

オーストラリア、ニュージーランド、ハワイ、カナダ、マレーシア、バリ、ポルトガル、ドイツ、フィリピンの9カ国、24人の新しい生き方を紹介。南の会の石川夫妻、木村夫妻、村田夫妻が登場。解説者に一人として当会の中西沙緒里さんが執筆している。

＊失敗しない田舎暮らし入門(最新版)

著者：山本 一典　　発行者：洋泉社　　定価：1,600円

17年におよぶ豊富な取材と、自ら田舎に住んでみて知り得た知識をもとにまとめた田舎暮らしの実践手引書。

＊極楽ロングステイガイド

著者：(財)ロングステイ財団編　　発行者：講談社　　定価：1,600円

ロングステイを始める前の注意事項からロングステイの体験(アジア、ヨーロッパ、北米、オーストラリア)までを紹介している。

１４年度役員業務分担表

平成１４年６月１日

ＮＰＯ法人　南国暮らしの会

◇理　事　業務分担　　凡例；◎印；主務。□印；業務を分割（テーマ、期間）し行う。＊印；補助。

No.	部門担当	氏　名	業　務　内　容
Ⅰ	理　事　長	池田　徳三郎	・会総括代表・総会招集・臨時総会招集・現況情報収集 ・役員会招集・役員会議長・資産の管理・官庁関係資料の提出、
Ⅱ	副理事長	酒匂　景輝 宮嵜　哲郎	・理事長の補佐・理事長の事故又は欠けた場合は理事長の職務代行、
1	総務第１担当（事務局）	◎宮嵜　哲郎 ＊菊地　功	・定款（会則）等の改廃・本会日常運営案の作成・予算案の作成・官庁関係資料の作成・総会、例会、懇親会、催し等の企画及び実施・同会費徴収（テーマ策定・会場設定・運営管理・記録・発表）・総会議事録作成
2	総務第２担当	◎菊地　功 ＊宮嵜　哲郎	・役員会テーマ策定資料・役員会招集実務・会場設定・運営管理・記録・発表 ・役員会議事録作成
3	経理担当	◎山田　宏秀	・入会金・年会費徴収・一般収支・金銭出納記録・決算の事務・総会、懇親会催し、情報交換会等の会費徴収協力、親睦会計処理、・会費納入票回送
4	広報担当	◎高澤　弘晃 ＊小沢　努	・「南の会」ホームページ作成・問合者向け「南の会」案内書編集作成、 ・新規会員拡張対策・他機関への投稿　・新聞、雑誌等の関係情報収集、
5	会報担当	◎小川　護雄 ＊小沢、大野	・会報等の原稿収集・編集・整理・校正・印刷・製本・発送 ・会員名簿作成・会員への情報提供
6	支部推進担当	◎池田徳三郎 ＊宮嵜　哲郎	・支部統括・支部活動支援・支部地域区分作業
7	調査担当	◎川上　雅久 ＊	・賛助会員資格審査・南の国関係の居住地情報収集・関係不動産物件調査 ・会員意識調査・ﾀﾞｲﾚｸﾄﾒｰﾙ等々・ツアー等の企画及び実施・その他
8	厚生担当	◎藤本　靖人 ＊大野　隆司	・対象国の医療、介護等の調査・リタイアビザ再調査（内容の洗い直し）
9	会員担当	□酒匂　景輝 □鈴木　剛	・会員入退会・会費等の納入チェック・問合者に資料等の作成発送・会員対応 ・名簿整理・情報収集・体験滞在取次・会員からの情報収集（会報等の原稿）

◇監　事　業務分担

1	監　事	冨永來久夫 三好　聰	・理事の業務執行状況の監査、・この法人の財産の監査、 ・定款に違反する重大な事実が発見されたら総会を招集し報告。 または所轄庁に報告。

注₁ 理事、監事の業務は本分担表に記載なき事項でも、本会定款に記載ある事項はこれに優先する。

注₂ 各業務担当理事は各部門の新年度事業計画及び予算申請を１月末までに行う。

◇委員会　　○印：リーダー、　　・順：会員No.順

＊企　画　委　員　会：○池田徳三郎、酒匂景輝、髙澤弘晃、宮嵜哲郎、菊地　功、

＊支　部　委　員　会：○宮嵜哲郎、池田徳三郎、大野隆司、

＊会員意識調査委員会：○川上雅久、鈴木　剛、山田宏秀、

＊医療介護調査委員会：○藤本靖人、石井久喜、菊地範夫、佐藤サツキ、大野隆司、石山洋二、

＊インターネット委員会：○高澤弘晃、阿部　功、吉岡秀一、川上雅久、

＊会報編集委員会：○小川護雄、足立洋太郎、小沢　努、大野隆司、

＊会案内書編集委員会：○酒匂景輝、高澤弘晃、宮嵜哲郎、菊地　功、鈴木　剛、

＊当該国案内書編集委員会：○鈴木　剛、米田隆雄、宮嵜哲郎、川上雅久、

＊必携（規定）編集委員会：○酒匂景輝、池田徳三郎、藤本靖人、鈴木　剛、大野隆司、

◇「南の会」理事，監事の会員No.と氏名　◇印：再任、◎印：新任

◇理事長；会員No.３：池田徳三郎、　◇副理事長；会員No.24：酒匂景輝、　◇副理事長；会員No.163 ：宮嵜哲郎、
◇理事；会員No.101 ：高澤弘晃、　◇理事；会員No.110 ：藤本靖人、　◇理事；会員No.140 ：小沢　努、
◇理事；会員No.148 ：足立洋太郎、　◇理事；会員No.198 ：川上雅久、　◇理事；会員No.259 ：菊地　功、
◇理事；会員No.280 ：小川護雄、　◇理事；会員No.315 ：鈴木　剛、　◎理事；会員No.446 ：山田宏秀、
◎理事；会員No.434 ：大野隆司、
◇監事；会員No.115 ：冨永來久夫、　◎監事；会員No.76：三好　聰、
（住所、電話番号等は会員名簿参照）

◇支部及び支部長（支部長業務分担）

No.	支部名	No.	支部長名	No.	支部長代理名	業務内容
1	九州地区	30	竹村　毅俊			・支部会員纏め、
2	中国地区	85	布施　健治			・支部会招集、
3	関西地区	12	大橋　績			・新規会員の発掘、
4	関東地区	163	宮嵜　哲郎	259	菊地　功	・支部親睦会会計処理、
5	甲信越地区	96	宮沢　英光			・その他、
6	中部東海地区					
7	マニラ地区	61	塩見　祥昭			
8	セブ地区	27	鈴木　博			・会員の旅相談、宿泊所・案内人等の斡旋紹介、
9	ベナン地区	18	木村　義光	495	石原彰太郎	・支部親睦会会計処理、
10	ｸｱﾗ・ﾙﾝﾌﾟｰﾙ	302	末　英樹			・現地情報収集・報告、
11	バンコク	189	五十嵐輝雄			・その他、
12	チェンマイ	26	鈴木　宣夫			

注）1. 中部地区支部について、平成１４年６月９日に発起人会が開かれ、近日正式に発足の運びとなった。
注）2. 上記以外に国内では北海道、東北、北陸、四国等をまた外国では上記以外の適地考慮している。候補者を募集中。

◇顧　問　◇印：旧幹事、理事、顧問　☆印：新任　・順：会員No.順

◇会員No.　1. 青　柳　　信：歯科医師、医療・介護関係に詳しい。　[前監事]
◇会員No. 32. 寺　前　伊　蔵：長老、東南アジアに詳しい、ホームセンター自営（現在引退し隠居）　[元幹事]
◇会員No. 35. 西　田　忠　正：ジャーナリスト、元サンケイ記者、外国一般。　[元幹事]
◇会員No. 40. 平　澤　　信：女性で外国一般に詳しい。滞在体験豊富。　[元幹事]
◇会員No. 47. 三井田雅俊：経理他諸事項に長けている。　[元理事]
◇会員No. 58. 山之内良隆：夫婦で東南アジアに滞在体験豊富。　[元幹事]
◇会員No. 59. 米田　隆雄：貿易関係会社経営者、海外体験豊富　[前理事]
◇会員No. 80. 阿　部　　功：コンピューター関係に長けている。
◇会員No.126. 林　　元　則：アパレル産業従事。（労務関係に長けている）　[元幹事]
◇会員No.149. 梶　野　幸　三：ボランティア団体主宰。（マニラ地区のストリートチルドレン関係）
◇会員No.183. 吉　岡　秀　一：コンピューター関係に長けている。（南の会会報のホームページ）
☆会員No.291. 福　田　　修：元損保関係企業に従事、規約関係、海外体験豊富
◇会員No.293. 比　企　省　蔵：港区にある企業（電気工事関係）の顧問。

※、空欄については追々補充する。

以上

r-te-f-58

支部・部会伝達板

☆大阪支部より　　**支部長　大橋　績**

’０２年度初めての会合をしました

６月１６日（日）　PM1．００～５．００　吹田市内

内容

１．月村　滋司　様　「最近のフィリピン」　観光省

２．長内　威樹　様　「ロングステイ体験」　１７０

３．桝本　信之　様　「東南アジアでの体験」　現役者

４．会員の自己紹介　全員

＊参加　２５名　（初めての方７名、女性８名）

☆関東支部より　　**支部長　宮崎　哲郎**

１．関東支部１４年度第１回情報交換会

６月１日総会が行われ引き続き、関東支部情報交換会が遠くは海外のペナン、セブまた国内の山口県、宮城県等からも会員がお出で頂くなど多数の出席者のもと、開催されました。講演は清野精彦先生（日本医科大学助教授）戸田智弘氏（南の会会員）、鈴木剛氏（南の会会員）の３氏が講師として、それぞれ「心臓病の話」、「中国情報」、「パース・ロングステイ」を主題にお話をされました（講演の要旨は本会報別紙に纏めましたのでご一読ください）。清野先生の講演と関連し、東京消防庁救急隊員による「心肺蘇生術」の迫力ある話と実技指導が行われ出席者は大変熱心に参加、実技体験をされ緊急時の対応の仕方を学びました。

今回の目玉は清野先生の「心臓病特に心筋梗塞」のお話で、先生のPCプロジェクター使用による大型スクリーンでの分りやすいお話は大変好評で、会員のこの病に関する自己管理に大いに役立つものと期待されます。なを今回の実技講習の受講者全員に消防庁より普通救命の認定書が交付されます。近日中に皆さんのご自宅当て送付されますのでお知らせいたします。

ここで今回ご出席の皆様には会場（８０人定員）が狭かった事をお詫びします。定員に対し７０人を超える方が来られ窮屈な思いをされたと思います、今後はかかることのない様に準備いたします。

２．サロン「南の会」（毎月第２土曜日午後１時より、新高輪プリンスホテルで開催）

「春季号　会報」以降のサロンは下記の日時に開催致しました。

平成１４年４月１３日	２７名参加
平成１４年５月１２日	３３名参加
平成１４年６月　８日	１６名参加

回を重ねる毎にサロンの内容も変化して参りました。その有り方も変化しても良いと考えます。

ただこのところ当初の予想を大幅に上回る平均２５名前後の方がお出でになり、喜ばしい事と同時に現在のラウンジが手狭になって参りました。座る場所が無い状態も一時的に起こる程で主催者として責任を感じます。従いまして不便の解消とより充実したサロンに向け開催場所

の変更を計画、テスト的に**８月１０日**のサロンは品川に近く、いつも情報交換会が開催される**大崎南部労政会館**で行う事にしました。８月は皆さん、場所を間違え無い様にしてください。５０名の定員の場所ですのでご遠慮なくお越しください。お待ち申し上げます。それ以降については状況を見ながら進めたいと思いますのでよろしくお願い致します。大いに歓談、懇親を深め、楽しみましょう！これがサロン「南の会」のコンセプトです。

サロンに付いてのお問い合わせ,連絡は事務局　宮崎 又は菊地（功）までお願いします。

宮崎　：電話&FAX　：０３－３４７２－９９５４　E-Mail　：tetsumiyazaki@hotmail.com
菊地　：電話&FAX　：０４７－４６３－５１８３　E-Mail　：sbymikkch@blue.ocn.ne.jp
準備の都合上出席の方は上記何れかにご連絡ください。

3. 関東支部１４年度第２回情報交換会開催のご案内

下記要領により開催致しますのでご案内申し上げます。

１.）日時　：情報交換会　　平成１４年９月７日　午後１時より～５時半頃
　　：懇親会　　同日　午後６時～８時半ごろ
　　ゲートシティB1「フェスタガーデン」にて行います。
２.）場所　：東京都品川区大崎１丁目１１－１ゲートシティ大崎ウエストタワー２
　　電話　：０３－３４９５－４９１５
　　緊急連絡先　：事務局　宮崎迄　携帯：０９０－２９０７－８３４０
３.）講師・演題
　　１.「タイ・フィリッピン・マレーシアの政治・経済とウラ事情」
　　国際コンサルタント　マイク　浅野　殿
　　２.「ベトナム・ラオス・カンボジア・ロングステイ報告」
　　南の会会員（NO.４０）　　平沢　信　殿
　　３.「オーストラリアに於ける各種研修・長期滞在援助・資産運用等のサービス提供について」
　　オーストラリア・ゲートウエイ社(メルボルン)　代表　小川　雅人　殿
　　４.「フィリッピン最新情報」
　　フィリッピン大使館・観光省　　横山　泰彦　殿

４.）会費　　：情報交換会：５００円、懇親会：男性・３，０００円、女性・２，５００円
情報交換会会場について　：先回の交換会は会場が狭く、大変窮屈だったと思いますので今回は１６０名定員の大会場を準備し、皆さんに不都合をお掛けしないよう配慮いたしました。
　ゆったりした気分で講演を楽しんで頂けると思いますので多くの方々のご参加をお待ちしております。

☆祝！東海支部設立　　**支部推進担当　宮崎哲郎**

予てより懸案となっておりました東海支部がここに来て設立の機運急速に高まり、いよいよ発足の運びとなりましたことをお知らせいたします。おめでとうございます。

東海地区は会員数、会員の方の活発な活動状況から当然支部があって然りの地区で要望も強かったのですが、色んな事情で支部設立は成されませんでした。

しかし今回熱心な会員の方々が６月９日（土）設立に向け会合を持たれました。　当日の参会者は８１足立、９４高橋、４２０森　４４５山本、４５１黒木　４７４石山、４８７横井の各氏でした。皆さんのお話し合いの結果、支部設立の決定と第１回支部会を７月２０日午後６時より開催する事、この席で役員選出及び今後の例会日程等を決定する事とし事実上支部が設立されました。この支部会には参加者２０名を予定との事です。

お祝いを申し上げると共に今後の発展を心からお祈りいたします。

☆事務局総務担当より　　担当理事：宮崎哲郎／菊地　功

１．今回実施された会議および打ち合わせは以下の通りです。

4 月 18 日：理事会前打ち合わせ　　5 月 11 日：企画委員会

4 月 21 日：第七回理事会　　5 月 19 日：第八回理事会

２．今年度の総会は 6 月 1 日開催され、新理事および監事の理事会案が原案通り承認されました。総務担当は同じメンバーとなります。また 2 年間よろしくお願いします。
引き続き行われた情報交換会、懇親会も大変盛況でした。ただ情報交換会の場所が一寸手狭だったことを反省しています。

３．引き続き、本総会で承認された新理事メンバーの法務局への登記を 6 月 7 日に、同じく昨年度の事業報告と今年度の事業計画を 6 月 18 日東京都に提出致しました。

４．今回は一時帰国された方たちも囲んで、毎月のサロンに 30 名前後の方が参加され情報交換が活発に行われた為もあって、ミニ情報交換会はフィリピン・ローズプリンセスの前沢御夫妻を囲んで一回だけ行われました(6 月 14 日、八千代市にて。参加者 5 名、世話役：小川護雄)。　以上

☆厚生担当より　　担当理事　藤本靖人

１．医療・介護調査委員会について

総会の席上委員会メンバーを募集したところ以下の方々参加頂けることになりました。

石山　洋二さん

石井　久喜さん

佐藤　サツキさん

菊池　範夫さん

担当理事である大野、藤本の６名今後検討してゆきます。

もし他に参加いただける方がありましたら、遠慮なくお申し出ください。

２．東京消防庁心肺蘇生術講習について

情報交換会で講習を受けられた方達の認定申請手続きをおこなっています。

受けられなかった方も、お近くの消防署に問い合わせいただくと、講習会が地域で実施されていますので、受けてみられることをお勧めします。　以上

☆会員担当より

担当理事　酒匂　景輝　・　鈴木　剛

１、平成１４年度会員動向について

正会員数：３１６名（平成１４年６月１６日現在）

内訳　　継続会員：**２７５名（継続率：約７８％**

[27５/354=0.７７６])

但し退会者からの復帰者２名を含む。

新規入会者：**４１名**

２、平成１４年度会員名簿について

１４年度の会員名簿は**６月１６日**締めで纏めました。夏季会報に同封して発送出来ます。南の会必携に綴じ込んで大切に保管し（絶対外部に漏れないように）利用してください。

なおこれからの入会者や復活者は、追加名簿として今後の会報に同封して発送します。本名簿に綴じ込んで下さい。

３、「南の国」関係のパンフレットについて

すでに皆様の手元にお届けしていますフィリピン、マレーシア、タイ等のパンフレットは該観光省（庁、局）発行資料の一部です。もう少し詳しい資料が欲しいお方は、該観光省に直接連絡して下さい。パンフレットの最終ページに電話や住所等掲載されています。

直接事務所を訪問されるのもいいと思います。旅の相談などにも応じて貰えます。

４、休会制度について

近年現役会員で海外駐在員として赴任するので、帰国するまで休会したいと言う方がいらっしゃいます。

平成１４年５月度の理事会において、正当な理由（外国駐在、大病で療養中等）があり、書面にて休会届が提出された場合は休会を認める。

その場合、会復帰時の入会金は免除することとなりました。

☆会報担当より

担当理事　小川護雄／小沢務／大野隆司

１．　新年度となり、会報担当が３名選出されました。　より充実した紙面を目指し、努力してまいりますので、皆様のご協力をよろしくお願い致します。

２．　今季号から、No.40 平澤信さんのアドバイスにより、紙面を縦２段としました。いかがでしょうか？　読み易くなったと感じていただければ幸いです。

３．　平澤さんが東南アジアの情報をシリーズで書いてくれることになりました。皆さんご存知のとおり平澤さんはバックパッカー旅行を得意としています。　今季号はタイ、来季号以降ベトナム、ラオス、カンボジャなど我々にも馴染みの薄い国々を紹介してくれます。お楽しみに。

４．　今季号は過去最高のページ数となりました。　活発な投稿活動に御礼申し上げます。また、「そんなに多いなら、私の原稿は秋季まわしでいいよ」と言ってくださった九州の稲延さん、ご協力有難うございました。　原稿の多少により調整の相談をさせて頂きますので、従来にも増して積極的な投稿をお願い致します。

東京消防庁殿 指導による 心肺蘇生術実習風景



発行者 特定非営利活動法人（ＮＰＯ法人）
「南国暮らしの会」

理事長　池田　徳三郎
〒170-0002 東京都豊島区巣鴨 1-15-2-809
TEL/FAX 03-3947-8977