

南国暮らしの会

2023年 春季号



No1883 斎藤 隆夫 氏提供「ドゥブロヴニク城壁(クロアチア)」



登録第4810100号
(REGISTRATION NUMBER)

NPO法人 南国暮らしの会

令和5年5月11日

南国暮らしの会 (2023年 春季号 Vol.79) 目次

2023年度総会案内

(敬称略)

2023年度(第26期) 南国暮らしの会総会のご案内	No. 1763	小西 隆司	1
2022年度事業報告書	No. 1763	小西 隆司	3
2022年度 特定非営利活動に係わる会計収支計算書			15
2022年度 特定非営利活動に係わる事業の会計 貸借対照表			16
監査報告書			17
2023年度事業計画書(案)			18
2023年度 特定非営利活動に係わる事業の会計収支予算(案)			19

会員からの投稿

①円安、物価高に抵抗したハワイ島・オアフ島旅行	No. 1960	吉田 成吉	20
②Our longstay in Cambridge・NZ	No. 1225	高橋眞治、順子	24
③暮らすように旅をする アドリア海に面するクロアチア&イタリア・スイス 80日間	No. 1883	斎藤 隆夫	29
④ダバオに暮らして	No. 1342	中富 豊美	33
⑤3年ぶりのチェンマイ訪問	No. 1476	野田 文蔵	34
⑥10月7日～11月8日のミニステイ 米国・シリコンバレー訪問記	No. 1575	吉田 博	37
⑦認知症の夫と共に	No. 1601	高島 恵	40

支部便り

①北海道支部便り	No. 1706	北川 博敏	41
②関東甲信越支部便り	No. 1887	山崎 敏憲	42
③東海支部便り	No. 1601	高島 恵	45
④関西支部便り	No. 1634	長田 隆秀	46
⑤九州支部便り	No. 581	朝永 清寿	47
⑥ペナン支部便り	No. 1346	池田 諭	49
⑦セブ支部便り	No. 198	川上 雅久	50
⑧ダバオ支部便り	No. 1261	藤本 晴久	50
⑨ハワイ支部便り	No. 1278	外池 一子	51

お役立ち情報及び特別寄稿

南国メールの活用について	No. 60	渡辺 義郎	54
--------------	--------	-------	----

友好団体・南の会支部一覧

編集後記			56
------	--	--	----

2023年度(第26期)南国暮らしの会総会のご案内

理事長 小西 隆 司

若葉の候、皆様にはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。また、日頃より南国暮らしの会にご理解とご協力を頂き感謝申し上げます。

さて、通常総会を下記要領にて開催いたしますので、ご出席を賜りたくご案内申し上げます。

表決権を有する会員は同封の葉書に出欠を記入しご返送願います。また、欠席の方は、同じ葉書の下記記載「令和5年度(第26期)総会表決権行使委任状」に記入しご返送をお願い致します。

尚、今年度の総会表決権行使資格者は、本年3月31日迄に2023年度会費を納入された継続会員の方(細則第10条2)ですのでご承知おき下さい。

(葉書は表決権を有する方のみと同封しております。)

記

日 時：2023年5月28日(日) 午前10時00分～12時00分

場 所：東京都品川区大崎 1-20-16 天野ビル 6階

ふれあい貸会議室大崎 No42 (案内地図及び下記 URL をご参照下さい)

総会会場は下記 URL でも確認できます。

<https://goo.gl/maps/qcTdZW9ZGNRLko5A8>

1. 総会議題

* 第1号議案：2022年度事業報告及び会計報告・監査報告について

(会報春季号3～17頁参照)

* 第2号議案：理事退任、選任理事の信任について

①退任理事：No.1537 鈴木 元恵 No.1763 小西 隆司

②再任理事：No.470 細田 良子 No.1608 森川 建

No.1674 神谷 宜門 No.1902 手川 薫

* 第3号議案：退任監事、監事選任について

①退任監事：No.732 馬場 章介

②新任監事：No.1068 山科 滋雄

③再任監事：No.1607 阿部 滋敏

* 第4号議案：2023年度事業計画案について(会報春季号18頁参照)

* 第5号議案：2023年度活動予算案について(会報春季号19頁参照)

2. 総会の議事進行について

総会開催にあたり、会員の皆様には各議案案内を本会報にて事前にご検討して頂き、ご出席できない方は同封葉書「令和5年度(第26期)総会表決権行使委任状」を予めご提出頂くことにしております。(提出期限は5月26日必着。この期限を過ぎた委任状は失効しますのでご注意ください。)また、海外支部には電子表決権行使委任状を当該会員にメール致しますので、

宜しくお願い致します。

また、当日ご出席の方は員数確認のため必ず 10 時迄に受付を済ませて入場して下さい。受付係も表決権者ですので 10 時迄に受付を終了致します。尚、遅刻されますと表決権は失効しますのでご注意下さい。

総会では議事資料の詳細説明を極力省き、効率よく進行を図りたいと思いますので、皆様のご協力をお願いいたします。また、議事終了後に質疑をお受けいたします。従いまして、当日は本会報誌を必ずご持参ください。

・・・・・・・・総会会場（大崎天野ビルのご案内）・・・・・・・・

東京都品川区大崎 1-20-16 天野ビル 6 階
ふれあい貸会議室大崎 No42



大崎駅南改札から山手通り側に降りて品川方面に徒歩約 2 分！
ゲートシティ大崎の向かい「天野ビル」6 階です。

2022 年度事業報告書

(令和4年4月1日から令和5年3月31日まで)

特定非営利活動法人 南国暮らしの会
理事長 小西 隆司

1. 事業の成果

1) 理事会

理事は本年度再任5名を含め、昨年度から3名減の11名で運営した。

本年度も前半は新型コロナの影響を受け、必然的に限定的な組織運営が続いたが、対面とオンラインでの併用会議を開催し理事会活動は円滑に行われた。

具体的な活動は

- ①会報は昨年と同様、年1回発行（春季号）とし、時事的な情報は電子ニュースを活用した。年頭挨拶、総会議事録、役員支部長会議議事録、役員業務分担表、委員会構成表、支部・支部長一覧表等発行。
- ②会議体は対面とオンライン併用とし、オンラインの習熟が進み違和感のない運営が出来た。
- ③オンラインサロン会の運営も習熟が進み、参加者が全国各地、及び海外からも参加者が増え情報交換の活況化が一段と向上し、交流の場が大幅に広がった。
各支部のサロン会もオンラインと対面方式が併用され、参加者が増える傾向になった。
- ④入会金について
令和4年度の総会で入会金は3,000円とする案が審議され、令和5年度より徴収額は3,000円と決議された。

2) 国内支部活動

国内支部活動自体は対面によるサロン会や旅行会などが開催され始め、緩やかな回復基調の兆しが見られた。

具体的な活動はオンラインを併用した会合や、情報交換会が開催され、普段会合に参加出来なかった会員も会議に参加出来る機会が増えた。

特に旅行会は北海道支部、東海支部、九州支部で開催され、会員同士対面による久しぶりの邂逅に評判は良好な結果となった。

また、会員の高齢化に伴い、国内でのロングステイ先の情報入手などの必要性も指摘されている。

この指止まれば、各支部とも活発に開催され、会員相互の潤滑材として、見学会あり、散策あり、懇親飲み会ありで毎回盛り上がり、参加者が増える傾向となった。

オンラインパソコン教室は、3週間おきの金曜日と土曜日に開催され、国内及び海外活動における有益なツール、及び自己研鑽の場として、今では全国の会員にオンラインパソコン教室の情報が浸透して、参加者が更に増加傾向となった。毎回概ね70名の会員が参加している。

3) 海外支部活動

海外支部活動も年度前半はコロナの影響もあり、全般的に低調であった。

渡航する会員が少なかったが、年度後半より渡航者が徐々に増える傾向にある。

渡航者減の大きな要因として、健康問題、コロナ禍、円安、政情不安によるサプライチェーンの混乱による物価の高騰で、経済的負担が増したことなどが指摘されている。

主な活動は

特にハワイ支部では、インフレによる物価の高騰で、滞在費やアウトドア活動の経済的な負担が大きく、渡航者の長期滞在が減少している状況が散見される。

同様にペナン支部でも物価上昇が顕在化してきている。コロナの規制は緩和されているが、街中ではほとんどの人が未だマスクを着用の状態となっている。

オンラインによるサロン会を偶数月に開催し、海外出入国等の情報交換を行った。

チェンマイ支部は長期滞在していた会員が帰国して、国内各地からの多勢の来訪者全員のサロン会開催等、現地での活動は困難を極め限界を迎えている。

セブ支部は入国手続きの煩雑さが無くなり、日本からの直行便が運航開始される模様。「セブ日本人会」の新年会が3年ぶりに対面で行われ、南国の会のアピール活動を行なった。

ダバオ支部では食事会を中心に慰霊祭の参加、ビーチでのリクレーションを開催している。少人数での会合ではあるが、年に10回継続して開催している。

4) 会報について

事業計画書に従い、会報は年に1回（春季号）の発行とした。

臨時情報については昨年同様「電子ニュース」を発行した。

5) 広報について

コロナ禍でもあり、新年度の挨拶はフィリピン大使館、タイ政府観光庁、ロングステイ財団などに、今年も文書で行った。

ロングステイ・フェアは当初11月19日に開催予定であったがコロナの影響で一旦延期となり、1月15日に東京ビックサイトで開催された。

今回はロングステイ・二地域居住・ワーケーションと3部門のイベントであったが、「南国暮らしの会」のブースには大勢の方が訪れ、他のブースを圧倒するくらいの盛況となった。

同フェアで新規会員の勧誘を行い、3月26日開催の関東甲信越支部サロン会の案内をした結果、8名の方がゲスト参加された。その内2名の方が入会され、更に2名の方が入会予定になっている。

6) 会員部会について

5月 運用変更の周知と業務分担の確認を目的として、対面で委員会を開催した。

10月 9月末現在の会員数、退会会員数を理事会に報告した。

12月 会員名簿を作成発行した。

4月 総会表決権者を確定した。

7) 支部活動補助金について

(単位：円)

関東甲信越支部	45,000	チェンマイ支部	35,000
関西支部	40,000	ペナン支部	15,000
東海支部	30,000	セブ支部	10,000
九州支部	30,000	ハワイ支部	15,000
北海道支部	30,000	ダバオ支部	15,000
東北支部	10,000		
		計	275,000

2. 事業の実施に関する事項

1) 会報部会 作成／発行

① 春季号 (VOL.78) 令和4年5月13日発行

1月11日 オンラインにて「春季号」作成打ち合わせ

2月1日～3月10日 原稿募集並びに編集作業

2月28日 オンラインにて編集会議

3月15日 オンラインにて編集会議

② 春季号 (VOL.79) 令和5年5月13日発行予定

2) 広報部会

① 令和4年11月、各国大使館、ロングステイ財団等関係先への理事長・広報部会長の挨拶廻りは、既に会議、サロン会講師等でお会いしており、またコロナ禍の為直接訪問とせず文書で行った。

② 各支部から広く情報を集める為の特派員（サポーター）制度を設けたが、特派員会議、オンライン会議等の開催はなかった。

③ 1月15日（日）、ロングステイ財団主催のロングステイフェアが、東京ビッグサイトで開催された、当会もブースを出展した。当初11月19日（土）に開催予定であったがコロナの影響で延期され1月15日の開催となった。

今回はロングステイ・二地域居住・ワーケーションと3部門のイベントであり、関東甲信越支部の応援を得て積極的に活動し、当会のブースには60名以上の訪問を得た。アンケート用紙と同時にサロン会予定表を配布した。アンケートの記入者は30名となり、3月のサロン会参加に8名（ほかに3名は次回希望）、既に数名の入会希望者があり、盛況裏に終了した。

④ 2月22日（水）千代田区麹町高善ビルでロングステイ財団主催の、関係団体総会があり広報部会長が参加。その後の懇親会にて異業種の皆さんと親しく交流した

3) 会員部会

① 4月 会費免除特例による継続会員の登録

・会費免除に伴い在籍会員の会員資格継続処理を行った。

② 4月 総会表決権者の確定

・総会表決に関わる表決権を有する会員を総務部会に報告した。

また、総会委任状送付リストを会報部会に通知した。

③ 5月 会報宛名ラベルの作成

・会報発送にあたり在籍会員及び友好団体の宛名ラベルを作成し会報部会に送付した。

④ 6月 会員担当委員会の開催

・会員担当委員会を対面で開催した。

規程の変更による運用変更の周知と業務分担の確認及び内規の見直しを行った。

⑤ 10月 在籍会員リストを理事会及び支部長に報告

・9月末時点の在籍会員数、退会会員数を理事会に報告した。

⑥ 12月 会員名簿の発行

・12月17日の会員情報に基づいて会員名簿を作成し全会員に配布した。宛名不明による返送、会員からの不達連絡を合わせて7件あったが、4件は対象者へ再送できた。

⑦ 3月 会員動向及び支部別在籍会員の報告

・会員動向を理事会に報告すると共に、支部別の会員名簿を作成し、各支部長に報告した。

⑧ 通年 新入会・退会・会員情報変更処理

・入会手続き、住所変更等会員情報変更届・退会届に基づいて会員名簿の更新を行った。

4) ネット委員会

①コロナ渦で停滞していた海外渡航も活発化し始めた中、チェンマイ掲示板を更新して、チェンマイ関連の情報交換が再開された。

②オンラインによるオンライン・パソコン教室が軌道に乗り、金・土曜日の2回の開催のほか、見逃した方々向けに録画版も提供し、多くの会員のスマホ・PC技術のスキルアップを推進した。

③南国ML（メーリングリスト）ではメールアドレス登録数380件（昨年379件）メール投稿数246件（昨年201件）メールアドレス変更など管理作業数46件（昨年74件）となっている。

5) HP委員会

①Home Pageに南の会のPR動画を掲載するべく準備が開始された。

②Facebook「南国暮らしの会グループ」の登録者数が113名と着実に増加し、国内および国外で効果的に情報共有できるステージが完成した。

③サロン会が会場で行うのと同時に、オンラインで同時に遠隔地でも参加ができるシステムが完成し、3月のサロン会では会場参加者が40名、オンライン参加者が最大で24名と認知度が上昇してきている。

6) 支部推進部会

コロナ感染はワクチン接種も進み、徐々に収束が進んだとはいえ、本年度前半は感染者数は低下せず、支部における活動も低調と言わざるを得なかった。

各支部においてはオンラインを活用して、リモートでの集会、意見交換で会員同士の交流を図り、あるいは国内を中心とした小旅行、同好会企画を推進し会員の交流と親睦を維持した。

海外支部においても海外渡航の規制、航空便の減少、更には円安の影響により、海外渡航は極めて低調であり、近年の長期滞在者の減少もあり、海外支部の活動は低調に推移せざるを得ない状況であった。

後半に入り、種々の制限も解除され、コロナの脅威が低下するにつれ、対面でのサロン会、懇親会、この指とまれ方式（任意での）イベント、小旅行などの計画、あるいはテニス、ゴルフ等の同好会活動も始まり、会の活動も一定レベルまで活性化の兆しが見え始めた。

海外支部においても渡航者数が徐々に増加し、チェンマイ支部においては支部の呼びかけで、60名を超える日本全国の会員が集合し、3年ぶりの食事会が催された。

今後渡航者が増加するにつれ、支部活動の活性化、本格稼働が期待される。

過去3年間コロナ禍により、低調にならざるを得なかった本会の活動もようやく活性化の兆しが見え始めたといえる。

来年度においては、コロナの収束、それに伴う海外渡航者の増加を踏まえ、種々の体験、情報を持ち寄った対面でのサロン会、情報交換会、その他のイベント計画により、本来の会員活動を取り戻し、会の発展、活性化に欠かせない会員数の増加を目指し各支部の活動、活躍を期待したいところです。

3. 国内外支部活動報告

1) 北海道支部

①支部総会 6月5日 14:00～15:30

参加18名 会場参加10名、オンライン参加8名

総会終了後会場参加者による懇親会開催。

②役員会議（対面及びオンライン）

・5月28日 総会議事内容確認

・10月5日 20周年記念一泊旅行 札幌市内6名、市外7名 計13名参加
グランドブリッセンホテル定山溪にて 男女別二次会は大変盛況となった。

・11月19日 来年度役員改正について意見交換 オンラインで6名参加

③女性サロン会 3年ぶりの開催で直前の不参加者が出たが3名で実施、百年記念塔などを見学、食事会の実施。

・10月25日 野幌森林公園、開拓の村見学、焼肉店で会食。

④チェンマイ北海道支部サロン会

・1月11日 友達ラーメンで開催 13名参加

・1月23日 アロエ・ジャムセップで開催 14名参加

⑤支部主催全国 オンラインサロン会への参加

・4月16日 北海道支部13名参加、他支部17名 合計30名が参加

・発表者：南 保範、佳子「第100回ピースポートクルーズに参加して」

当麻 庄司 「KLとチェンマイのブリッジ事情」

田中 寛深 「沖縄ロングステイ情報」

⑥ゴルフコンペ

- ・ 8月1日 札幌北広島ゴルフ倶楽部 親善ゴルフ開催
北海道支部10名、他支部来道者5名 合計15名参加
(優勝者 関西支部 森川 建)

2) 東北支部

- ①支部活動休止中で活動報告事項なし。

3) 関東甲信越支部

- ① 支部総会 7月30日、東京都南部労政会館にて開催。

- ・ 令和3年度の総括、会計報告
- ・ 令和4年度の事業計画、予算案を審議し承諾された。

- ② 支部役員会 以下の通り10回開催した。

- ・ 6月11日 オンライン会議 6名参加
- ・ 7月30日 東京都南部労政会館にて 6名参加
- ・ 8月18日 オンライン会議 6名参加
- ・ 9月19日 東京都南部労政会館にて 6名参加
- ・ 9月23日 オンライン会議 6名参加
- ・ 10月30日 東京都南部労政会館にて 7名参加
- ・ 11月12日 オンライン会議 5名参加
- ・ 12月17日 オンライン会議 6名参加
- ・ 2月13日 オンライン会議 6名参加
- ・ 3月26日 東京都南部労政会館にて 7名参加

- ③ サロン会

- ・ 7月30日 東京都南部労政会館にて 13名参加
イポー在住の北村会員による「コロナ禍での海外生活の現状」
「スイス旅行のレポート」「月の宴」で懇親会実施 10名参加
- ・ 9月19日 東京都南部労政会館にて 27名参加
青木会員によるマレーシアの現状、長期ビザの切り替えについて。
各会員から夏休みの滞在記報告 この指とまれの報告
「月の宴」で懇親会実施 23名参加
- ・ 10月30日 東京都南部労政会館にて 36名参加、オンライン参加10名
計46名参加
ロングステイ財団 常岡室長による「旅行代理店勤務時代に経験したアク
シデント」の講演 鈴木会員による「チェンマイの現状」報告
海外生活カウンセラー福永佳津子講師による
「コロナ禍の海外移住・滞在事情」の講演 この指とまれの報告
「月の宴」で懇親会実施 30名参加
- ・ 12月17日 東京都南部労政会館にて全国サロン会 会場参加29名、
オンライン参加16名、計61名参加 (ゲスト参加2名)

吉田会員による「サンフランシスコ及びシリコンバレー旅行」の報告

池田会員による「初老バックパッカーの旅、ベトナム、ジョージア、トルコの旅」の報告

「月の宴」で懇親会実施 25名参加

- ・ 3月26日 東京都南部労政会館にて全国サロン会 会場参加40名、
オンライン参加20名、計60名参加
詹碧文講師による「台湾の情報 基本事項、LS、観光、グルメ」について講演
外池会員によるハワイ状況報告、川地会員によるチェンマイの現状報告、
所要で帰国し、15年ぶりに国内サロン会に参加の川上会員によるセブの
状況報告

④この指とまれ

- ・ 4月2日(土) 参加者24名 小石川後樂園、靖国神社、四谷土手花見
- ・ 5月8日(日) 参加者18名 王子飛鳥山、六義園、旧古河庭園 巢鴨で懇親会
- ・ 6月17日(日) 参加者18名 大手町地域散策 東京駅、KITTEビル、
三菱一号館、神田にて懇親会
- ・ 9月4日(日) 参加者12名 東京藝大祭り 参加14名
懇親会御徒町中華「八仙宮」にて
- ・ 10月22日(日) 参加者9名 埼玉ブロック主催 大宮盆栽会館、さいたま市立漫
画会館を見学し、氷川神社を参拝の後懇親会開催
- ・ 11月26日(土) 参加者20名 東大キャンパス散策 参加者25名 解散後
徒町中華「八仙宮」にて懇親会開催

⑤パソコン教室

- ・ PC / スマホ教室 渡辺会員の尽力により3週間おきに金・土曜日開催。
全国支部、海外支部からの参加もあり毎回70名程度の会員が受講。

⑥テニス同好会

- ・ テニス同好会 鈴木会長の尽力により、毎月末芝公園又は日比谷公園にて。
(平均6名が参加)

⑦チェンマイ雑談会

- ・ 10月23日(日) 渡辺会員主催でチェンマイの話題に特化した雑談会が開催され30名
以上の方が参加された。

⑧ロングステイフェア2023年1月15日(日)ロングステイ財団主催のフェアに参加した。

今回のフェアの特徴は、ロングステイ・二地域居住・ワーケーションの三つの情報をワ
ンストップで収集できる企画として開催された。

広報部会主催だが、関東甲信越支部の会員の協力で対応した。

会場は大きく上記のセクションに区分けされ、更に区毎に小ブースに分割されて夫々の
特色などをアピールしていた。

特筆すべきは、各ブースが閑散とした中「南国暮らしの会」のブースは特に盛況で何人
もの興味を持った人が訪れた。

アンケート用紙を刷新し、回収したアンケート用紙で30名が興味を示すなど好評で、

3月26日に開催される関東甲信越支部主催のサロンの案内書（☎・URL・会場地図・演題を記入したもの）を配布しゲスト参加を促した。結果的には8名の方々がゲスト参加される結果となり、その内何名かが会に入会予定となった。

4) 東海支部

①東海支部総会 4月10日開催

第1部 徳川園散策

第2部 昼食会（太閤）

第3部 オンライン併用 総会会議（会場参加10名、オンライン参加3名、委任状提出4名）

主要議題：定例会を年4回に減らし、各回を4つに分けた地区ごとに計画実施する。

②第1回定例会 6月12日開催

第1部 昼食会

第2部 オンライン併用定例会会議 参加者13名（会場9名参加、オンライン参加4名）

③第2回定例会 10月2日開催（会場参加者12名、オンライン参加者4名）

第1部定例会 岐阜三重長野地区担当主催にて

第2部懇親会 名古屋市緑区 コミュニティスペース多喜鳴海製陶元社長宅を開放して作られたスペースで、新進作家の陶芸作品など賞し、久しぶりに顔を合わせた会員同士お互いの近況報告など和気あいあいと行われた。

④第3回定例会 1月30日、31に1泊2日の日程で開催 現地参加12名、オンライン参加4名 計15名参加

第1部定例会 遠州三河地区担当主催にて対馬旅行（昨年放映されたブラタモリに触発され、対馬出身の会員がこの指とまれ案を出した。）が提案された。

第2部 懇親会グリーンプラザ浜名湖ホテル（全国旅行支援併用で安価泊）現地参加会員は、1日目は大河ドラマ館と浜松城を見学。夜は一部屋に集まり、オンライン参加のチェンマイやチェンセンや名古屋の会員と共に各地からの報告の映像や説明を楽しんだ。2日目は地元のシルクロードミュージアム（個人所有の古民家美術館）見学、昼食後解散。

⑤サロン会 毎月1回 平日サロン会開催（名古屋市内）

⑥オンライン会議 毎月1回 オンラインによる旅の自慢会開催

・毎月1回、最高齢（92歳）山田会員主催の平日食事会が名古屋市内で行われている。コロナを避けるため、ゆったりとした食事会場を選んで行われている。

（5名ほどと参加者が少なく固定化されつつあるので、今後の課題としてより多くの参加者を募る方法も見つけてゆかねばならない）

・毎月第2日曜日の午後、オンライン主催者（加藤会員）が「旅の自慢会」の募集を行い、各地、自宅から会員が参加し、親睦と情報交換を行っている。毎回8名前後参加。

・不定期で徳川園散策この指とまれが行われている。季節ごとに咲く花の種類が違うので、池の周りを散策しながら四季折々の花を楽しめる。

・東海ラインで、催しの募集や各地の写真の投稿など活発に行われている。東海メールもオンラインの招待メールや長い文のお知らせには使われているが、スマホを主に使う人

が多くなった現在、ラインは見てもメールは見ない人が多くなった。同じ情報をラインとメールに出すことも多い。他の支部の現状も知りたい。

- ・他 コロナへの対処が進み、夏ごろから海外（クロアチア、地中海、ハワイなど）にも長期滞在する会員も現れた。冬もニュージーランドやチェンマイなど暖かい場所にロングステイを再開する会員も出てきて、ようやくコロナ禍による自粛生活も終わりを迎えた気がする。しかし、支部会員の高齢化も進み、今後は国内でのロングステイ情報も必要とされると感じている。その他、新しい会員が入ってきたときに魅力あるこの指とまれ催事の立案も必要と思われる。

5) 関西支部

- ① 5月30日 支部総会 出席17名、委任状22名参加
- ② 支部役員会 10回（内4回は対面、6回はオンライン） 参加者 延72名参加
- ③ 例会・サロン会
 - ・ 10月26日 秋季例会 出席28名 対面集会
- ④ 親睦行事
 - サロン会・この指とまれ
 - ・ 8月31日 お昼のサロン会 大阪梅田 4名参加
 - ・ 9月18日 お昼のサロン会 大阪梅田 13名参加
 - ・ 10月13日 大阪地裁法廷傍聴&食事会 19名参加
 - ・ 11月7日 大阪街歩きとほろ酔い飲み会 7名参加
- ⑤ 11月27日 ロングステイ財団 マレーシア観光局セミナー 8名参加
- ⑥ 月1回第3水曜日 団欒クラブ 10名前後の参加
（オンラインにて毎回テーマを決め意見交換 当日に自由参加）
- ⑦ 12月21日 忘年会 28名参加
- ⑧ ゴルフ同好会
 - 4月21日 @アークよかわGC 15名参加
 - 11月20日 @神有カントリー倶楽部 13名参加昨年度はコロナ感染のため、対面での集会は自粛し、オンラインを使用しての会議集会としていたが、今年度中盤より、対面で集会を復活させ、この指とまれ方式で各種の行事、及び忘年会を開催した。

6) 九州支部

- ① 支部総会 5月30日 参加者20名 ロイヤルホテル宗像
- ② 八女・グランドゴルフサロン会
 - 9月18日 参加者22名 くつろぎの森 グリーンピア八女
（スマホ勉強会、温泉、宴会、グランドゴルフ）
- ③ 役員会 4回開催 参加者延べ20名 オンライン会議室
- ④ 忘年会 11月27日 参加者17名 市比野温泉 ホテルグリーンヒル
- ⑤ チェンマイからの帰国報告会 12月20日 参加者9名 オンライン会議室
- ⑥ 新年サロン会・福岡 1月16日 参加者16名 福岡市NPO ボランティア交流センター

「あすみん」（前年の活動発表、今後の支部活動、その他意見交換）

⑦情報交換会・熊本

3月26日 参加者30名 熊本市民活動支援センター「あいぽーと」
（初めてのチェンマイ・体験発表、来年度の活動計画）
旅行割を利用して1泊旅行をメインに活動しました。

7) セブ支部

最近のセブ往来状況

昨年後半より入出国手続きが殆どなくなり、行き来の煩雑さがなくなりました。

日本からのセブ直行便も週3便となり、直近にはLCCのセブパシフィック航空も飛び始めるようです。コロナ禍以前の2011年には日本各地から毎日8～9便の直行便が飛んでいたのには遠く及びませんが、少しですが明るい兆しになっております。

最近の支部活動

去年後半位から往来会員さんも、戻って見えられるようになってきています。又、今年になって会員訪問のメールも何通か頂きました。

滞在会員さん達とは、週に1～2度アヤラモールの喫茶店でのお茶を飲みながら世間話、月に一度程訪問者を誘って食事会等を行っております。

先々週には、南の会セブ支部と協力関係に有る「セブ日本人会」の新年会に参加して来ました。南の会と同じくコロナ禍の影響で3年ぶりの対面行事になりました、久しぶりに会うセブ在住者の方々、新しく目的を持ってセブで事業等を考えておられる新規会員の方々等と名刺交換して「南の会」をアピールしてきました。

もうすぐ「コロナ禍」の影響も終わりにになると推測しております、以前のように訪問会員の方々が増えて楽しい交流ができる事を希望しております。

8) ダバオ支部

7月16日 食事会4名参加 8月6日 慰霊祭2名参加
8月27日 食事会2名参加 9月17日 食事会2名参加
10月15日 海水浴（イスラレッタビーチ）4名参加
12月14日 食事会3名参加 12月20日 食事会2名参加
1月14日 パラダイスビーチ新年会3名参加
1月28日 食事会（アフアット）6名参加
1月30日 アイランドツアー海水浴7名参加

9) チェンマイ支部

今年度活動はHPに掲載された3年ぶりの支部サロン会だけで、今後の予定はありません。

今後はハイシーズン等に来られた各国内支部会員のどなたか世話役を決めて食事会、お茶会、婦人会等を各支部で活発に行うのがよいと思います。

現在はロングステイ（長期滞在）の方々には日本に帰国、またはシーズンステイ（短期滞在）になりました。

現在のチェンマイ支部は長期滞在者の支部長代行だけで、あとは短期ステイの会員のみとなりました。

よって食事会なども今後はチェンマイ支部としてではなく、短期ステイで来ている人で連絡しあい開催する、という方向でなければ出来なくなっている、という実情をご理解ください。

人気のあるチェンマイ支部を今後どうしていくのか、ということをご皆さんで話し合い、何かの改善策を見つけ出すことが必要です。

最後に支部活動費を使い切り食事会を開催しました。

10) ペナン支部

コロナ規制も以前に比べかなり緩くなってきています。

ペナンでは、人、物、車輛関係も活発になってきている中、以前と同様車の渋滞が多くなってきています。

街中でのマスク着用は、日本と同様で、ほとんどの人は着用しております。

昨年から日本と同じで物価の上昇が目につくようになってきています。

少し行かなかったレストラン、ホーカーも価格が上がっています。

上がっていないのは、電気、ガス、水道、ガソリンです。これらは政府管理下に置かれている様で安定した価格帯系を堅持しています。

さて、ペナン支部活動ですが、来馬される会員も無く目立った活動が出来ておりませんが約3年ぶりにペナン支部の忘年会と新年会を開催する事が出来ました。

また、オンラインサロン会を偶数月に定例開催して、海外出入国情報交換等をみんなで情報を共有しております。

以前も提案させて頂いた退会会員の掘りおこし策を検討したらどうでしょうか？

因みに海外支部の元会員に何故会を脱会したのかと訊いたところ、退会する気はなかったが、日本に帰国する旨を支部長に報告したらそのまま退会となっていたという返事でした。私の知っている限り2名の方が退会する気もなく成り行きで退会しています。その様な方もいるのではないのでしょうか。

11) ハワイ支部

長期でハワイに滞在しているのは私たち（支部長夫妻）だけです。

ハワイでは、インフレなどのため、滞在費・ゴルフのプレーフィー・食料品や外食費が大幅に値上がりしており、円が大変弱くなっていることがさらなる負担になっているため、会員の長期滞在の経済的負担がかなり大きくなるのが一番心配な点です。

ぼつりぼつりとメンバーが来られています、ほぼ全員がタイムシェアのオーナーで、普通にコンドミニアムに滞在されたのは1名だと思います。

具体的な活動

支部としての活動は6月にのみ行っているのですが、この時期は支部としての活動はありませんが、ハワイに来られるメンバーの方には個別にサポートをしたり、ゴルフをしたりしています。11月には森川元関西支部長ご夫妻とゴルフをご一緒しました。現在滞在中のメンバーの方ともゴルフをする予定です。

4. 会の管理に関する事項

1) 総会開催

日 時：2022年5月22日（日）10：00～11：00

場 所：東京都港区高輪4-23-5品川ステーションビル7階 正会員数359名

出席者数：139名（内、総会出席者14名、書面・電子表決者125名）

2) 役員・支部長会議

日 時：2022年5月21日（土）13：00～16：00

場 所：東京都港区4-23-5品川ステーションビルNo.19会議室

出席者：理事11名（4名支部長兼任）、支部長3名、監事2名、相談役1名 計17名

日 時：2022年11月20日（土）13：00～15：50

場 所：小西理事長宅、各役員宅（オンライン会議）

出席者：理事8名（2名支部長兼任）、支部長7名、監事1名、相談役1名 計17名

3) 理事会開催

			出席：理事（内）	Zoom	委任状	監事	相談役
令和4年	5月22日	第1回理事会	10名		1名	2名	1名
令和4年	9月10日	第2回理事会	10名（4名）		1名	2名	1名
令和4年	12月10日	第3回理事会	10名（5名）		1名	2名	1名
令和5年	3月11日	第4回理事会	11名（4名）			2名	1名
令和5年	4月8日	第5回理事会	9名（3名）		2名	1名	1名
令和5年	5月6日	第6回理事会					

4) 法務局変更登記・東京都庁申請 令和4年6月16日

・理事

①退任理事：No.1575 吉田 博 No.1601 高島 恵 No.1717 丸山俊江

②再任理事：No.581 朝永清寿 No.1657 久保田清文 No.1682 守田 章
No.1867 早瀬雅敏 No.1887 山崎敏憲

5) 会員動向 令和5年度会員動向(2023/3/31現在)

令和3年度から令和4年度への継続会員数：361名

令和4年度 新入会会員数：12名

令和4年度 再入会会員数：4名

令和4年度 退会会員数：20名

令和4年度 休会会員数：0名

令和4年度 賛助会員数（個人）：0名

令和4年度 期末在籍会員数：357名

また、令和5年3月31日迄に令和5年度会費を納入された継続会員は314名で会則により、令和5年度（2023年度）の総会表決権を有する継続会員数は314名となる。

2022年度 特定非営利活動に係わる会計収支計算書

(2022年4月1日から2023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)	実績額 (B)	差異 (B-A)	摘 要
I. 収入の部				
1) 入会金収入	100,000	60,000	△ 40,000	新規加入12名
2) 会費収入	0	0	0	
3) 資料売収入		0	0	
4) 寄付金収入		0	0	
5) 基本金等利息収入		1	1	
6) 雑収入		5,500	5,500	
1. 当期収入合計	100,000	65,501	△ 34,499	
2. 前期繰越	3,233,321	3,233,321	0	
3. 収入合計	3,333,321	3,298,822	△ 34,499	
			0	
II. 支出の部			0	
1) 事業費	1,301,200	1,204,303	△ 96,897	
①会報等事業費	300,000	281,936	△ 18,064	年1回発行会報制作費、会報委員会
②会報等送料費	120,000	113,013	△ 6,987	メール便、海外送料費
③資料等製作事業費	54,400	58,520	4,120	入会者向け資料、会員証、送料代等
④報告書等製作事業費	221,800	120,776	△ 101,024	会員名簿, 発送料
⑤広報活動事業費	210,000	270,849	60,849	LS財団会費6万、名刺作成代他、横断幕代
⑥支部関係事業費	395,000	359,209	△ 35,791	
2) 管理費	900,000	521,146	△ 378,854	
①旅費・交通費	500,000	255,680	△ 244,320	理事会等交通費、その他行動費
②通信運搬費	100,000	42,679	△ 57,321	携帯電話、総会委任状
③雑費	100,000	61,625	△ 38,375	理事会会場費、コピー、事務用品
④支払使用料	200,000	161,162	△ 38,838	貸倉庫代、事務所使用料3万、ネット会費
3) 予備費	0	0	0	
4. 当期支出合計	2,201,200	1,725,449	△ 475,751	1) + 2) + 3)
5. 当期収支差額	△ 2,101,200	△ 1,659,948	441,252	1. - 4.
6. 次期繰越収支差額	1,132,121	1,573,373	441,252	3. - 4.

上記監査の結果、いずれも正確であることを認めます。

令和5年4月8日

特定非営利活動法人 南国暮らしの会 監査会

監事 馬場 章介 印

監事 阿部 滋敏 印

2022年度 特定非営利活動に係る事業の会計 貸借対照表

(令和5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	0		
普通預金	5,333		
郵便貯金	244,178		
郵便振替口座	2,951,862		
定額貯金	2,400,000		
前払金			
流動資産合計		<u>5,601,373</u>	
資産合計			<u>5,601,373</u>
2. 負債の部			
(1) 流動負債			
未払金	0		
前受金	1,628,000		
預かり金	0		
流動負債合計		<u>1,628,000</u>	
3. 正味財産の部			
基本金	300,000		
事業拡張準備金	2,100,000		
次期繰越金	1,573,373		
正味財産合計		<u>3,973,373</u>	
負債及び正味財産合計			<u>5,601,373</u>

上記監査の結果、いずれも正確であることを認めます。

2023年4月8日

特定非営利活動法人 南国暮らしの会 監査会

監事 馬場 章介 印

監事 阿部 滋敏 印

監 査 報 告 書

特定非営利活動法人南国暮らしの会の令和4年度（令和4年4月1日から令和5年3月31日まで）における監事監査に関し、監査の方法及びその結果について協議し、本監査報告書を作成し、以下のとおり報告します。

1. 監事の監査方法の概要

監事会は予め定めた監査の方針等に従い、理事会その他重要会議に出席し、理事会の運営、理事の業務執行、事業活動及び財産の状況を調査し、必要に応じて理事等から報告を求めました。

2. 監査の結果

- ①事業報告書・役員名簿・社員名簿は、法令及び定款に従い、法人の活動状況を適格かつ適正に示していることを確認しました。
- ②計算書類（収支計算書・貸借対照表・財産目録）は、記載すべき事項を正しく示しており、正確かつ適正であることを確認しました。
- ③理事その他役員の職務遂行に関する不正行為または法令もしくは定款に違反する重大な事実は認められません。

令和5年4月8日

特定非営利活動法人 南国暮らしの会

監事 馬場 章介 印

監事 阿部 滋敏 印

2023 年度 事業計画書 (案)

(2023 年 4 月 1 日から 2024 年 3 月 31 日まで)

1. 事業の方針

- 1) 会報事業は、年 1 回 (春季号) の発行とする。(会報部会)
- 2) 電子ニュースを活用し、総会、役員・支部長会、業務分担表、臨時情報などを速報する。(総務部会)
- 3) 「南国暮らしの会」の各支部活動状況を動画で HP に掲載、HP による閲覧を推進する。(ネット担当)
- 4) 「南国 ML」の健全な普及啓蒙を目指す。(ネット担当)
- 5) 広報活動を活発に行い、南国暮らしの会の活動や認知度をあげ、新規会員を増やす。(広報部会)
- 6) 友好団体との交流を深め、情報交換をし合い、お互いの会の発展を図る。(広報部会)
- 7) 入会希望者に各支部のサロン会にゲスト参加を推奨する。(会員部会)
- 8) オンラインを活用し、役員・支部長による会議の開催を通じて、本部と支部、支部と支部との連携を密にし、会員のための会運営を推進する。(支部推進部会、総務部会)
- 9) 各支部がサロン会を軸に情報交換会、オンラインを併用したサロン会や講演会などを積極的に開催し会員相互の親睦と研鑽を深める。(総務部会、支部推進部会)
- 10) 各支部が同好会活動を通じて、会員間の一層の親睦を図る。更にパソコン教室等を開催して LS に必要な技量アップを図る。(各同好会など)
- 11) 「南国暮らしの会」及び各支部で行う旅行会、下見ツアー等に対し、基本的に会員各自の自己責任であることを周知徹底させる。(総務部会・支部長会)
- 12) 2024 年認証 25 周年記念事業の準備 (総務部会)

2. 事業の実施に関する事項

事業名	事業内容	実施日時	実施場所	従事者の人数	受益対象者の範囲及び人数	事業費の金額 (千円)
1. リタイア後、南の国々等に居住することを推進していく活動	ロングステイに興味のある方と情報交換しロングステイを楽しむ	随時 原則 1 月と 8 月を除く月サロン会 6 回 / 年 (オンライン併用)	国内外支部 サロン会	各支部役員 3 名 計 21 名	入会希望者 (20 名 / 年)	100
2. 高齢者、障害者等のための介護・療養に関する情報の収集、調査研究及び情報提供活動	対外情報の一括管理	常時 原則 1 月と 8 月を除く月サロン会 6 回 / 年 (オンライン併用)	HP の運用、 サロン会	HP 担当、 ネット担当 3 名	海外医療、養護施設情報を HP、ネット掲示板で開示 (会員 340 名)	50
3. 体験滞在、旅行会等の情報提供活動	国内外支部、定例サロン会	常時 原則 1 月と 8 月を除く月サロン会 6 回 / 年 (オンライン併用)	会員の活動報告、 サロン会 (オンライン併用)	各支部役員 3 名 計 21 名	希望ステイ先へ体験滞在の情報提供 (不特定多数のロングステイ希望者、入会者)	50
4. 南の国々等の風俗、習慣、国民性、生活環境等に関する情報の収集、調査研究活動	国内外の情報の一括管理、提供し、HP の適時更新・運営の実施	常時 原則 1 月と 8 月を除く月サロン会 6 回 / 年 (オンライン併用)	HP 委員会、 ネット委員会 サロン会	HP 担当者、 ネット委員会 3 名、各支部 役員 3 名 計 24 名	ロングステイ体験会員から生活全般を HP、ネット掲示板を通じて情報提供及び体験発表、講演 (会員 340 名)	10
5. 南の国々等の暮らしに関する講演会、講習会、研究会等の主催	国内外支部定例サロン会、総会開催時に講師を招き実施	定例会 原則月サロン会で 3 回 / 年	国内外支部総会 サロン会	支部役員 6 名、理事 12 名	支部実施定例サロン会、本部実施総会などでロングステイ情報 (会員 340 名)	100
6. 南の国々等の暮らしに関し内外の学校・研究所・医療機関等の団体との連絡・協力による、資料・情報の交換	友好団体と交流し、情報交換を理事各位で図り、その情報開示を定例理事会で確認	友好団体とは随時、原則 11 月。 理事会は定例化 6 回 / 年	広報部会、 同業団体、 政府観光協会 理事会	広報担当 2 名、会員担 当 3 名	友好団体との連携活動、国内・海外支部 (会員 340 名 + 入会希望者)	83
7. この法人の会報、案内書、報告書等の作成及び配布	会報発行 (春季号) 年 1 回継続発行「入会へのお誘い」の発行	定例会 春季号、年 1 回	会報部会、 会員部会	会報担当 2 名、会員担 当 4 名	会報の配布 (会員 340 名)	590
8. これら各項に関連する事業、及びこれらに関連する事業の情報の収集、保管、開示、広報活動の実施	HP で閲覧推進	随時 原則 1 月と 8 月を除く月サロン会 6 回 / 年 (オンライン併用)	会報委員会、 ネット委員会、 HP 委員会	ネット委員会 2 名、HP 担 当 2 名、会 報担当 2 名	HP15 万件アクセスを目指し、入会希望者 (会員 340 名 + 入会希望者)	160
合計						1,143

2023年度 特定非営利活動に係わる事業の会計収支予算（案）

（2023年4月1日から2024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 予算額 (A)	本年度 予算額 (B)	差異 (B-A)	摘 要
I. 収入の部			0	
1) 入会金収入	100,000	60,000	▲ 40,000	新規入会20名想定@3,000×20
2) 会費収入	0	1,700,000	1,700,000	2023年度会費未徴収340名
3) 資料売収入			0	
4) 寄付金収入			0	
5) 基本金等利息収入			0	
6) 雑収入			0	
1. 当期収入合計	100,000	1,760,000	1,660,000	
2. 前期繰越	3,233,321	1,573,373	▲ 1,659,948	前年、当年度決算での繰越額
3. 収入合計	3,333,321	3,333,373	52	1. + 2.
			0	
II. 支出の部			0	
1) 事業費	1,301,200	1,143,300	▲ 157,900	
①会報等事業費	300,000	300,000	0	年1回発行会報制作費、会報委員会
②会報等送料費	120,000	120,000	0	郵便、海外送料費
③資料等製作事業費	54,400	55,700	1,300	入会者向け資料、会員証、送料代等
④報告書等製作事業費	221,800	152,600	▲ 69,200	会員名簿, 発送料
⑤広報活動事業費	210,000	155,000	▲ 55,000	LS財団会費6万、LSフェア参加費5万他
⑥支部関係事業費	395,000	360,000	▲ 35,000	Zoom年間使用料費用補助、AnyDesk補助
2) 管理費	900,000	756,000	▲ 144,000	
①旅費・交通費	500,000	300,000	▲ 200,000	理事会等交通費、その他行動費
②通信運搬費	100,000	56,000	▲ 44,000	携帯電話、総会委任状
③雑費	100,000	100,000	0	理事会会場費、コピー、事務用品
④支払使用料	200,000	300,000	100,000	貸倉庫代他、事務所使用料3万
3) 予備費	0	35,000	35,000	チェンマイ支部分 PC・プロジェクター
4. 当期支出合計	2,201,200	1,934,300	▲ 266,900	1+2+3
5. 当期収支差額	▲ 2,101,200	▲174,300	1,926,900	1. - 4.
6. 次期繰越収支差額	1,132,121	1,399,073	266,952	3. - 4.

会員からの投稿

円安、物価高に抵抗したハワイ島・オアフ島旅行

関東甲信越支部 No.1960 吉田 成吉

2021年11月にオアフ島に行った際は、屋内や公共バスの乗車にはマスクの着用が義務付けられ、飲食店に入店する際には2回以上のワクチン接種証明書の提示が求められるなど、規制が少なくありませんでした。加えて、帰国の2日前にオアフ島で初のオミクロン感染者が出たため、帰国後に3日間のホテル強制隔離のおまけがつけました。



2021年ザ・バスの規制

しかし、2022年3月から飲食店などの入店時のワクチン接種証明書の提示義務が終了し、屋内のマスク着用義務も解除されるという情報もあり、妻と話し合いそれならばまた今年（2022年）もハワイに行こうと、2022年2月の下旬から各種予約を取り始めました。

1. 日程

10月1日に出発して、2週間ハワイ島、2週間オアフ島、10月30日に帰国というスケジュールです。成田からの出国時はワクチン接種証明書の提示だけで、スムーズでした。

大変困ったのは、3月あたりからじわじわと円安が進み、予定を立て始めた2月頃は\$1 ≒ 115円程度だったレートが、ハワイに滞在中には145-150円程度まで円安が進みました。

2. 予約

(1) エアー

東京からハワイへの便数はJALが最も多いため、サラリーマン時代からせっせとJALのマイル集めに精を出し、定年後もポイント活のおかげで、今回も特典航空券を利用し

ました。

出発時期の10月には燃料サーチャージは1人75,000円程度になっていましたが、私たちは2月の下旬に予約したおかげで、2人で70,900円に抑えることができました（それでも高い）。

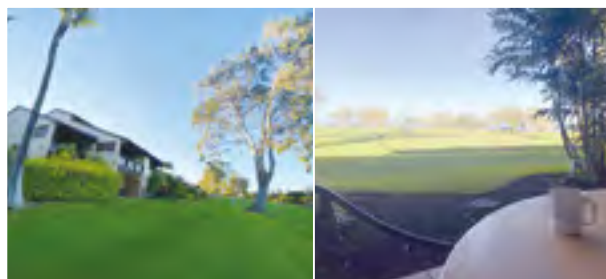
(2) アコモ

アコモは3か所を利用しました。ハワイでは自炊することが多いので、キッチンが備わったコンドミニウムを利用します。

ハワイ島はVrboというサイトから予約したワイコロア・ヴィラズ(\$1,987.68 / 13泊)に、オアフ島はHISが運営しているLeaLeaからアイランドコロニー#3814(\$1,320.57 / 7泊)を、そしてラストの1週間はビーチウォークにあるウインダム・タイムシェアで過ごしました。これらも2月に決済したため、決済レートは\$1 ≒ 118円台で済みました。

ワイコロア・ヴィラズは、ワイコロアビレッジ・ゴルフクラブの中に建てられ、テラスの前は9番ロングホール(W510 y)という環境です。毎夕、ビール片手にゴルフコースの向こう側で繰り広げられるサンセットを楽しむことができました。

オアフ島のアイランドコロニーでは38階の西向きのパーシャル・オーシャン・ビューの部屋でした。高層階のため眺めは抜群、特



ゴルフ場側からのコンド

テラスからの眺め

に夜景は見事で、金曜のヒルトンの火も見えました。加えてクヒオ通りのバス停がすぐ近くだったため、バス派の私たちにはとても助かりました。

所有しているタイムシェアのウイングダム・ビーチウォークは、1ベッドルームでフルキッチンに食洗器や洗濯・乾燥機も備わっているの、妻は大変気に入ってます。

3. ハワイ島



解放感あるコナ空港



トライアスロン選手たち

11年ぶりのハワイ島、だいぶ整備したのか空港内が小綺麗になっていましたが、相変わらずローカル的な雰囲気の良い空港です。今週トライアスロンのアイアンマン・ワールドチャンピオンシップがここハワイ島であるため、自転車を収納した輪行袋を持った選手たちが大勢いました。

① 観光

• コーヒー農園 Kona Joe Coffee

到着後真っ先に向かったのは、ケアラケアにある「レストランてしま」の近くのKona Joe Coffee。高台にある農園の作業場前のテラスでコーヒーを飲みながら見下ろす海の景観は最高で、ハワイ島に来た実感に浸ります。

• ビーチホッピング

ハワイ島の楽しみの一つにビーチ巡りがあります。私、趣味のひとつが日光浴で、ビーチでのんびりするのが好きです。

よく通ったビーチは次の3か所です。

a. ハプナビーチ

アメリカズ・ベストビーチ・トップ10の常連で、2021年には2度目のNo.1に輝いたビーチです。毎日天気良く、まぶしいほど

の白砂と透明度の高いビーチを堪能しました。

b. ワイアレア・ビーチ、通称ビーチ69

こじんまりとしたビーチですが、木陰もたくさんあることから年配の方もビーチチェアを持参して読書に耽っています。

c. クアベイ

ハイウェイからビーチにつながる横道に入ると海岸線が一望でき、いつもクアベイ辺りだけが異常な青さに輝いています。これまでの経験の中でも格別に綺麗なビーチです。



ワイアレア・ビーチ

オアフ島でもハナウマ湾やダイヤモンドヘッドでは旅行者から入場料を取っていますが、ハワイ島でも有名なビーチでは、入口に料金徴収機が備わり、1人\$5が必要となっています。



ハプナビーチ

• ポロル溪谷でのトレッキング

島の北西部にある溪谷で、スタート地点から15分ほどトレイルを下りビーチに到着します。当日は風が強く、迫力のある波が次々に押し寄せて、暴れる波の飛沫が霧状になって木々の間に漂い、神秘的な雰囲気でした。

さらに第二の溪谷を目指して今度は上りのトレイルを35分ほど進みます。海峡のむかいはマウイ島も見えました。

•キラウェアのハワイ火山国立公園

ハワイ島は今も活発に活動している火山島です。地面から湯気がモクモクと上がっているスチームベントに顔を入れると熱く、ここが活きた火山であるのが実感できます。

公園は広く一日ではとても見て回れませんが、入場時のレシート（入場料\$30）を持っていると1週間以内は無料で再入場ができます。



ポロル溪谷の景観

湧き出るスチームベント

②食事

円安、物価高、チップ高で従来の2倍の値段という評判だったため、日本から大量の pasta 麺や米、ソーメン、袋麺を持ち込み、気合を入れて自炊をしていました。

また、2011年に\$1 ≒ 82円で購入したドルが多少残っていたため、なるべくクレカを使用せず現金払いで円安に抵抗しました。

外食は数える程度でしたが、簡単に紹介します。

•サンセイ・シーフード・レストラン

店名の由来はオーナーが日系3世だからだそうです。ハッピーアワーを狙って訪問しました。料理3品とビールを2杯、これに20%のチップを含めて\$90です。今のハワイではとてもリーズナブルです。

•コハラバーガー&タコ

地元のコハラ牧場で育てた牛肉を使用したハンバーガーを頂きました。肉汁がジュワットと、絶品でした。ハンバーガー2個とコーラで\$27、日本円にすると約4,000円、いかがでしょう？

•ラニアケア(コナ空港内)

搭乗待ちの時間に空港レストランで小さいピザ、小さめのロコモコ弁当にビールとコーラで\$40、日本円でなんと6,000円！。ひ

と口ずつしっかりと味わいながら食べました。

4. オアフ島

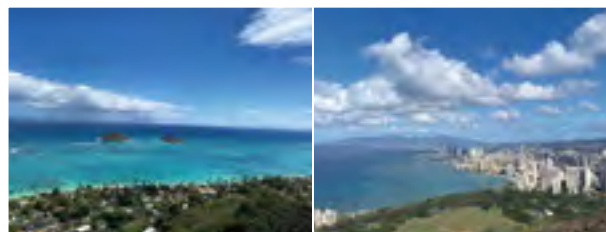
ハワイというと海をイメージしますが、山も十分に楽しめ、最近ではトレッキングにはまっています。

私たちはどこに行くにもザ・バスを利用します（時にはウーバーも）。2021年7月からホロカード（ザ・バス専用のsuicaのようなプリペイドカード）の運用が始まり、乗車時の小銭の心配もなくなりました。1回の利用で\$3、2時間半以内の乗り換えであれば最初の\$3で乗車できます。2時間半を超えて3回以上乗車した場合は、その日の最大乗車料金は\$7.5となり、これ以上は掛かりません。

①トレッキング

・ラニカイビーチ、カイヴァリッジトレイル

ハワイでトレッキングに興味を持ったのは、ラニカイビーチを望むカイヴァリッジトレイルがきっかけだったと思います。ハワイ語で「天国の海」を意味し、ビーチから見る海も素晴らしいのですが、トレイル上にあるピルボックス（トーチカ、特火点）から眺めるラニカイの海はこれぞハワイです。



ラニカイビーチ

ワイキキ方面

•ココレター・レイルウェイ・トレイル

標高368mの低山ですが、名前が示す通り山の頂上まで線路が一直線で敷かれていて、その枕木を伝っていくハードなトレイルです（「南国暮らしの会2022年春季号」49頁に写真が掲載されています）。

私は現在62歳ですが、滞在中に必ず1回は登ることにしていて、何歳まで登れるかチャレンジ中です。

・ダイヤモンドヘッド・トレイル

ここも毎回、時には2回3回と登っていますが、頂上からの眺めは何度見ても溜息が出るほど素晴らしい景観です。

他にもコオラウ山脈に数多くあるトレイルや、時には西海岸までザ・バスに乗って遠征をしています。

②食事

・ブーツ&キモズ

妻のリクエストで、有名なマカデミアナッツソースのパンケーキを目当てに訪問しました。コロナ前は連日日本人観光客が大挙して押しかけていましたが、この時期はまだ見かけませんでした。



ブーツ&キモズ

・チョダン・レストラン

エッグスン・シングス アラモアナ店の隣にある韓国料理屋です。定食が\$9.5と今の物価からするととても安価で食べられ(2022年10月現在)、地元の韓国系の人たちに人気の店です。

・スマッシュバーガー



スマッシュバーガー

近年流行しているパテを鉄板に押し付けて焼くスマッシュバーガーを、ダウントウンのデイリーとアイエア地区のシェ

イズ・スマッシュ・バーガーで食べ比べました。

どちらも香ばしく肉肉しい味わいで、ボリュームたっぷり、どちらもメチャ旨です。

チップの相場が上がっています。一昔前は15%が標準だったと思いますが、今は20-25%になっています。加えて、サービスを受けないテイクアウト専門店なども、クレカで清算する際に、チップ額(%)を選択する画面が現れます。もちろん「No」も選択できます。

③イベント

・ロイヤル・ハワイアン・バンド

毎週金曜日にイオラニ宮殿の中庭で無料のコンサートが開催されています。カラカウア王が作詞したハワイ州歌で始まり、ハワイ王朝最後の女王リリウオカラニが作曲したアロハ・オエで終わる1時間ほどの演目です。とても心に染みわたるコンサートです。



ロイヤルハワイアンバンド

・アラモアナ公園の清掃活動

地元の新聞に「ホノルル海さくら主催 ビーチクリーンアップ」という清掃イベントの情報が掲載されていました。

現地在住の日本人の青年が1人で始めて、今では毎月1回、20-30人前後の人が集まって活動をしています。私たちも参加させていただき、ハワイにほんの少し恩返しができるような気がしました。

帰国時は出国カウンターで登録したVisit Japanとワクチン接種証明書の提示で、羽田で



清掃活動

の入国は驚くほどスムーズでした。

ハワイは日本よりも一足早くwithコロナが進み、米国本土や韓国からの観光客を大勢見かけました。円安が落ち着き、多くの日本人観光客が戻ることを地元の人たちも期待しています。

Our longstay in Cambridge・NZ

関東甲信越支部 No.1225 高橋眞治、順子

=2年ぶりのNZ=

コロナで入国が難しかったのですが、2年ぶりでニュージーランドに滞在(12/3～1/17)出来るようになりました。

8回目のNZは航空運賃、宿泊料、プレーフィなど、円安・物価高騰の影響で今までで一番高いです。因みに、ガソリンは1リットル=約200円です。

日中20℃前後、晴れている時は汗ばむほどですが、朝夕は少し寒く15℃前後です。

=NZETA=

出発前に「NZETA」申請、取得しなければなりません。(取得しないと入国できません)

アプリ申請\$9、国際観光税\$35・・・パスポートの残存期間が2年以上は2年間有効3か月間滞在OK

<https://nzeta.immigration.govt.nz/>

=スマホ紛失=

成田の出発が1時間遅れて、オークランド空港到着は1時間以上遅れ、3便がほぼ同時に到着したので、混雑していました。

検疫の長い列に並びながら「Rakuten モバイル」の現地到着後の設定をしました。

列が進まないのがイライラしていると、私のスマホがないのに気が付いたのです。何処かで落とした? 「I lost my mobile!」と叫びながら係員に伝えると「何処で? 何色?」と聞かれ・・・他の係員が「これですか?」ア～良かった。スマホには大事な情報が沢山入っています。それ以来、スマホとパスポートは「命の次」に大切にしています。

=借りた家=

民泊なので「コロナで今は貸せない、いつ再開するか分からない」とクローズしている家が多く、何とか予約できたのです。

オークランドから約1時間半のケンブリッジ、静かな住宅街です。大家さんの敷地内の

離れを借りました。

i-SITEの前の公園で毎週土曜日に開催される「farmers market」まで歩いて約15分です。



ケンブリッジ市内

レンタカーを借りているので乗らないと勿体無いと思いながら、何回か散歩がてら歩いて買い物に行きました。

キッチン付きリビングルームとベットルームに続いてバスルームがあります。

ベットルームをもう少し狭くし、バスルームを広くすれば洗濯機が置けるのにと・・・

=洗濯=

洗濯機は隣の小部屋に置いてあり、私専用で使用できますが、外に出なければなりません。

でも、雨が降りそうな日はダイソーの物干しロープ <https://limia.jp/idea/117666/> を使用して小部屋で干せたのです。いい事もありました。この「物干しロープ」は優れものです。沖縄・北海道のロングステイに持っていき活躍しました。

以前借りた家で、一日置きに洗濯してしましたら「水が大切なので洗濯やりすぎ」と叱られてしまいました。ここの大家さんは毎日洗濯するので、私も自由に洗濯できました。

=キッチン=

Airbnb この家のキッチンの写真では

Cooktop（電気コンロ・日本で言うガス台）が映っていませんでした。

「Cooktop がありますか？」と質問すると「Cooktop はないけれど、電子レンジとオーブン、電気フライパン、コーヒーメーカー、トースターがあります」と返信ありました。

「アマゾンの電気コンロ」の写真と共に「Cooktop とお鍋がないとご飯が炊けません。用意していただければ、長期滞在は難しいです」とメールしました。

（この文章を英文で作成したのは英会話の先生です。今でも英会話、特に英文は勉強中です）

「用意しますから大丈夫」と返信があり、一安心でした。

私は一口の Cooktop でよかったのですが、二口の Cooktop が用意されていました。

また、この Cooktop は重いお鍋でないと、持参した小さいフライパンは軽すぎて反応しない（使用できない）のです。お鍋は一つしかないのに二口の電気コンロは場所をとるので、使い終わると流しの下に収納しなければならないので面倒でした。



=ゴルフ=

借りた家から約5分、Cambridge golf clubのメンバーになり、12月～2か月間\$355/人でした。ここのメンバーカードを提示し、Morrinsville Golf \$15、Te Awamutu Golf \$20でした。NZのゴルフ場は日本ほど手入れがよくなく、ランチ休憩な

し、乗用カート別料金です。

手引きカートで4時間近く歩けるのかしら、と思いながらボールを追いかけて何とか歩いています。プレイフィだけは安いので気に入っています。

=ハミルトンのゴルフ情報=

コロナの前、5年続けてハミルトンに滞在していました。

近くの「Narrows」「Lochiel」2か所のゴルフ場で\$100/月～最終的には\$250/月でプレーできたのですが「ナロー」は道路が出来るからと閉鎖。（草ぼうぼうでした）

「ロキエル」は経営者が変わり「Tieke Golf」となり、NZ在住者以外・18ホール\$170となってしまいました。

5年間もプレーしたので懐かしく、サンセット3時から\$69でしたのでプレーしてきました。

約3年かけて素晴らしく大改造、6年前にプレーしたスコットランドのゴルフ場のようなでした。

*何年か前に南の会で14名位「Lochiel」に集まり、ランチ・プレーしたのを思い出しました。



=歯痛=

今回、海外で初めて歯が痛くなってしまい、食べるのが辛くなってしまいました。

かかりつけの歯科医から、歯痛、風邪の時に3日間服用すると7日間作用が持続する抗

生物質（アジスロマイシン）と痛み止めを海外へ行く時は持参するようにと・・・

海外では受診はしたくないので、ビール・ワインを我慢して服用、3～4日で治まりました。

=クリスマス=

大家さんは兄弟の家にクリスマス前後一週間出かけてしまいました。

何かあったらメールか電話、又は近所の人に助けてもらってと・・・大家さんがいないと思うと何故か気が楽、でも何かあったらとチョット心配・・・何事もなく済みました。



サンタクロース

私はカトリック信者なので、25日、近くの教会に行きました。

ミサは世界共通です。日本から来た私を暖かく迎えて下さいました。

早めに到着しましたので、隣の席のご婦人と楽しくおしゃべりできました。（私は英会話の練習として出来るだけ現地の人とお話するようにしています）

Hamilton の教会は座る椅子がない程大勢の人でしたが、ここは皆さん着席していました。

クリスマスの夜は近くで花火の音は聞こえるのですが、見えませんでした。

=NZのお宅拝見=

1月4日プレー後、ゴルフ場で知り合った男性（62歳セミリタイア、オークランドから転居）の家でお茶を飲んでいかないかとお誘いを受けたのです。1時過ぎていて早く帰りたいと思いましたが、行ってきました。住

宅街の家々はほとんど平屋、二階建ては珍しいです。

突然なのに家の中は広く整然と片付いていて美しい、無駄な物が置いていない、我が家とはえらい違いでした。

三人のお子さんは独立して奥様と二人だけなのにトイレが三ヶ所あり、思わず「I envy you」と言ってしまいました。

男性と主人はスコットランドの全英オープン・オールドコースでプレイした経験があり、盛り上がりました。本当にコーヒーだけでしたが、楽しい時間を過ごせました。

後日、ランチに誘われたのですが、主人の腰痛と男性の仕事の都合で実現できず、2ラウンドしか一緒にプレイできませんでした。

「来年、二人共元気だったら、NZに来ます」と伝えました。

=Air bnb と楽天カード=

Air bnb で1ヶ月以上のロングステイは、予約と同時に1ヶ月分カードで引き落とされ、現地で1ヶ月経過後は残金が引き落とされます。

「残金の支払い日に登録してある楽天カードで引き落とし（約10万円）できない、速やかに支払わないと予約はキャンセルになる」と連絡がありました。

毎日ショッピングなどで使用OKの楽天カードが使用できないとは・・・仕方ないので、他のカードで支払いました。

年が明けて、7月8月のAUパースの宿泊先を Air bnb で探しました。

予約と同時に「1ヶ月分（約24万円）の楽天カードでの引き落としができない」と連絡がありました。楽天カードで2回も引き落としできないとは・・・銀行にはたっぷり預金があり、カード限度額も超えていない筈、納得できないので、楽天カードコンタクトセンターのナビダイヤル・0570～でない番号、092-303-7188へ「Rakuten Link」から無料で通話出来ました。

海外での高額使用 Web 決済は一時的にセ

セキュリティロック（本人確認）がかかるので、解除してから使用可能と説明されました。（後日、楽天 e-NAVI で確認・解除できると分かりました）

セキュリティがしっかりしているとは面倒ですが、「楽天カード」チョット見直しました。

楽天カードは100円で1ポイント＝1円です。（24万円は2400ポイント＝2400円が楽天ペイで使用できます）・楽天モバイルの使用料は楽天ポイントで支払いできます。

＝楽天モバイルの海外利用＝

「楽天モバイル」海外でのデータ2GB無料、出発前と到着後の設定が必要です。

<https://network.mobile.rakuten.co.jp/guide/global/#sec1>

* Wi-Fiのない外出先で、LINE、グーグルマップ、スカイプ等が使用できるのはあり難いです。

「Rakuten Link」のアプリ、NZ から日本への無料で通話できました。

OPPO Reno5A に「IIJ」と「楽天モバイル」のSIMカードを入れて使用しています。

* 出発前に「My Rakutenモバイル」の契約プラン「海外ローミング」を「ON」にします。

「設定内容を変更しますか？」と表示されたら「変更する」をタップします。

（⇒帰国後は「OFF」にして、「変更する」をタップします）

* 現地到着後 OPPO本体の「設定」⇒「モバイルネットワーク」⇒「モバイルデータ」を「ON」楽天のSIMを「SIM2」に入れているので、インターネットを「SIM2」にします。

一番上の「SIM2」をタップ⇒「データローミング」を「ON」（⇒帰国後OFFにする）

* 出発前の設定を推奨しているそうですが、忘れても現地でWifi環境での設定は可能です。

* 機種によって表示は異なります・・・楽天

モバイルカスタマーセンター：050-5212-6913

「Rakuten Link」日本への発信・着信は無料ですが、滞在先で購入したSIMではないので現地の電話番号がないのが欠点です。

「Rakuten Link」でNZ国内への通話は30秒50円（100円/分）チョット高いので使用しません。NZ国内での使用に備えて、スカイプアウト用にクレジット600円（カード払い）購入しておきました。オークランド空港からスカイプアウト（携帯へ12.20円/分＋10.86円接続料）でレンタカー会社に通話できた時は「ア～通じた！」と、嬉しかったです。

スカイプアウトは日本から海外へも通話できますし、6ヶ月間使用しないと無効になってしまいますが無効直前に連絡があり、どこでもよいので1回通話すると6ヶ月延長されます。

今はLINEばかり使用していますが、パソコン教室初期の頃に教えていただいた「スカイプ」は健在です。

＝海外で日本のテレビを見る＝

10月28日の「パソコン教室」で教えていただいた、海外でテレビを見る「Muji TV MINI」で快適に日本のテレビ番組を見ました。

パソコンの画面いっぱいに映り、全てのチャンネルが2週間自動録画されていますので、時差があっても都合のよい時に見たい番組を見る事ができます。

Wi-Fiが使用出来れば、お試し3日間2ドル、1ヶ月14ドル、1年99ドルです。

<https://streamingtvasia.com/japanese-tv-abroad/>

＝クレジットカードに付帯している海外旅行傷害保険、90日間までの旅行＝

* エポスカードの海外旅行傷害保険 コロナ（COVID-19）に対応しています。

年会費無料 自動付帯（カードを持ってい

るだけでOK)

「エポスカード海外旅行事故受付センター・0120-11-0101」に出発の約2週間前までに電話します。自分の名前入りのコロナに対応した Sickness(including“COVID-19”) 英文の付保証明書(保険加入の証明書)を自宅に郵送するようお願いしました(無料)

楽天カード海外旅行傷害保険

楽天カード・楽天カードプレミアムもコロナ(COVID-19)に対応しています。

「付保証明書」を電話で請求(無料)

<https://rakuchin39.com/insurance-3/>

・楽天カード(年会費無料) = 利用付帯(楽天カードで航空券などを出発前に要購入)

・楽天カードプレミアム(年会費11,000円) = 自動付帯(国内・海外ラウンジ使える)

=帰国時=

エアニュージーランドで成田に帰国する時、翌朝9時頃発なので、空港近くのホテルに要宿泊。

=接種証明書=

成田出国時、オンラインチェックイン可能、接種証明書提示不要でした。(2022.12.3現在)

帰国時、24時間前からのオンラインチェックインは「受付終了しました」となっていました。

「エ〜何故?」と、例の Rakuten Link から、東京のエアニュージーに無料で通話しました。

チェックインは「ワクチン接種証明書」又は「陰性証明書」を提示するようになったので、しばらくの間、オンラインではなく全てカウンターで行う事になったそうです。(2023.1.17現在)

少し厳しくなりました。紙の証明書も持っていますが、スマホの「接種証明書」でOKでした。

=Visit Japan=

YouTubu で勉強した「Visit Japan」はすんなりと日本入国(帰国)出来ました。簡単です。

・成田到着後、「Visit Japan」の列に並

び、検疫手続事前登録審査完了(ブルー)のQRコードを機械にかざすとOKになりました。

・入国審査はパスポートの写真ページを機械に裏返しに置いて、マスクをはずし顔認証で終了後、透明のドアが開きます。(パスポートに入国印希望は通過後窓口へ)

・荷物受け取り、税関申告は空いていました。係員は手持ち無沙汰のようで、機械へのQRコードの提示方法教えて下さいました。

「Visit Japan」がなくても入国(帰国)できますが、機内で配られる黄色い紙「携帯品・別送品申告書」に記入して、今までのように長蛇の列に並ばなければなりません。

=来年=

NZの主な観光地はほとんど行きましたし、ジェットボート、ラフティングも体験しました。

一週間ごとに移動していた時もありますが、段々面倒になりました。

滞在費の月割り、ゴルフも一ヶ月単位でメンバーになれるので、一か所にステイする方が楽になりました。

今年は雨の日が多かったですし、主人の腰痛、私の歯痛などがありました。自宅でない非日常を味わえたので満足しています。

来年も二人とも健康で、NZにロングステイしたいです!

滞在費用、44泊(含空港近くのホテル) 二名分、\$1 ≒ 85円

宿泊費 395,628、航空運賃 306,020円、成田駐車場 14,630円、高速成田往復 7,140円

NZeTA \$88、ゴルフ \$918、レンタカー \$1,075、ガソリン \$175、現地生活費 \$???



暮らすように旅をする

アドリア海に面するクロアチア&イタリア・スイス80日間

東海支部 No.1883 斉藤 隆夫

娘家族が住む首都ザグレブを拠点に夫婦でクロアチア国内の観光地および、イタリアとスイスの旅も堪能しました。with コロナの欧州をピンポイントのマスク着用で無感染旅行した記録です。クロアチアを中心にご紹介します。

【日程概略】2022年5月～7月

成田✈️ドーハ✈️ザグレブ🇧🇪ベネチア🇮🇹ナポリ🇮🇹アマルフィ🇮🇹ローマ✈️バーリ🇮🇹マテラ🇮🇹バーリ✈️ドブロヴニク🇭🇷フヴァール島🇭🇷スプリット✈️ザグレブ（プリビッツェ湖）✈️チューリヒ🇨🇭ルツェルン🇨🇭グリンデルワルト🇨🇭ツェルマット🇨🇭モントルー✈️チューリヒザグレブ✈️ドーハ✈️成田

【成田空港からザグレブまで】

成田からカタール航空でドーハ経由、クロアチアのザグレブへ移動しました。22年1月に購入した時点で税金等全部含んで一人103,000円でしたが、現在では2倍以上になりお得な運賃でした。ドーハの巨大空港は乗り継ぎ客でカフェもショップも大にぎわいでしたが、ハンバーガー1,500円、コーヒー570円と何もかも高いです。ザグレブまでの便は帰国時も同じく満席だが、日本までの路線は往路80%、帰路30%とガラガラでした。ザグレブ国際空港はこじんまりして混雑とは無縁でスッキリして使いやすいところが気に入りました。

【緑あふれるカフェ文化と青空市の街首都ザグレブ】

歴史ある建物と現代がうまく溶け合った人口80万人の落ち着いた街でミニウィーンとも呼ばれています。緑あふれる公園が点在し至る所にある路上カフェで休憩してエスプレッソを飲み、アイスクリームやスイーツを食べたり、青空市場で食材の調達、旧市街も縦横に走るトラム（路面電車）で移動でき治

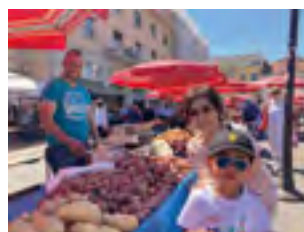


ザグレブの旧市街

安も良い街です。デミカップでエキスを濃縮したエスプレッソ（250円程度）は最初慣れなかったが、イタリアへも行くうちに苦みが快感となって毎日の日課となりました。有名なドラツ市場ではアドリア海の魚介類も売られ新鮮なイワシで唐揚げや煮魚を作り、安価なムール貝のワイン蒸し作りアパートでの夕食を楽しみ孫たちも喜んで食べてくれました。もちろんレストランでマグロステーキ、アンコウのグリル、烏賊・海老・鰯のフリッター、イカ墨リゾット・パスタなどアドリア海の食材を使ったイタリア風の美味しい料理にありつけます。見晴らしの良い丘の上から眺める赤い屋根の街並みには高層ビルがなくほっとする気分になる、そんな程よい大きさの都市です。街を行く人々はマスクを



着用せず平和なひと時を楽しんでいますが、我が夫婦は路面電車やスーパーなど混雑する場所でのみマスクを着用していました。街の中心部（旧市街）は徒歩圏内に観光名所が多



ザグレブのドラツ市場

く外国人観光客でにぎわっており、半日観光は政府公認ガイドの日本人女性に丁寧な案内をしてもらいました。

2年ぶりに日本人を案内したので日本語が懐かしくてお互いに嬉しい交流となりました。しばらく日本へ帰れなくて和食を持って帰れないので（笑）寂しかったようです。ザグレブ滞在時は孫たちと公園で遊び、市場で果物を買って、カフェでアイスを食べ、料理を作ってあげる忙しい毎日でしたが、23年夏も再訪する予定です。

【世界自然遺産プリトビツェ湖群を1泊ハイキング】



プリトビツェ湖群

ザグレブから長距離バスで約2時間（往復4,000円）で国立公園入口へ到着。まずはホテルイエ

ゼロへ荷物を預けてから入場料（最盛期6,000円）を支払い下湖群へ。峡谷に90以上の滝と16のエメラルドグリーンの湖が点在する絶景の中を歩く爽快さは忘れられません。最後は電気ボートの遊覧船で入口へ戻ったあとはリゾートホテルで名物のマス料理を食べて英気を養う。翌日はさらにグリーンの色濃い上湖群を湖底に沈む石灰華などを楽しみながら木道を散策して2日間の健康増進タイムを終了。中国の九寨溝にも似るが、そこよりも静かに自然を楽しむことができる世界自然遺産でした。

【アドリア海の幸と城壁ドブロヴニク・フヴァール島・スプリット】

クロアチアといえば世界文化遺産の「アドリア海の真珠ドブロヴニク」ですが、他にもベネチア王国に支配された城



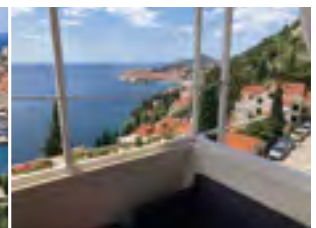
スプリット海岸

壁の町がアドリア海沿いにたくさん点在します。城壁や宮殿内部にも人が住み商店街として利用したりゾートは欧州各地から観光客を

呼んでいます。ドブロヴニクの城壁へ登る入場口では「コンニチワ」と係員に声をかけられましたが、しばらく日本人観光客が来ないので懐かしがってくれたようです？中心都市スプリットやフヴァール島など遺跡と共存する世界遺産のリゾート地は海外からの観光客で込み合い、中近東やインド・南アフリカ・ドイツ・イギリス・フランス・北欧・アメリカ、アジアでは韓国がダントツです。アドリア海ではイカ・タコ・イワシ・アサリ・カキ・マグロなどの魚介類が豊富なのでアパートで自炊してもホテル滞在中で外食しても日本人には滞在が楽しくなる地域です。



ドブロヴニクの城壁



ドブロヴニクのアパートからの眺め

【ザグレブからバスと鉄道でベネチアへ】

アドリア海を挟んだ対岸のイタリアへ陸路でも海路でもベネチアは特に近く感じられます。ゆったりした座席の二階建て長距離国際バスでスロベニアのリュブリャナ経由イタリア東端トリエステまで4時間（2,500円）で到着しホテルへ投宿。シーフードが安く食べられるアドリア海沿いの町で柔らかいタコのマリネとアサリのパスタを白ワインと楽しむ。翌日は鉄道でベネチアまで2時間（2,000円）旅情を誘うが観光客で賑わうサンタルチア駅へ到着。アパートへは水上バスと徒歩で迷路を歩いて投宿。3ベッドもある部屋で余裕の4泊でも物価が高いからなるべく自炊で和食も作って節約生活。スーパーや魚市場、精肉店もあるので食材調達には困らない。毎

日迷路のような裏道を歩き回りカフェで休み、ゴンドラが浮かぶ海岸でサンセットを楽しむ、夜は教会でヴィヴァルディのコンサートを鑑賞、偶然知り合った在住の日本人音楽家に誘われてサンマルコ寺院の日曜ミサで本場の讃美歌を聴いたりして充実した毎日でした。ここでもワンポイントで日本人ガイドさん（6時間€200）に本島とブラーノ島観光の案内を頼み楽しく観光しました。高い物価を克服すれば2週間位のロングステイも楽しいですね。もちろん古都フィレンツェも電車で片道2時間半（往復€50）日帰り観光してルネッサンス文化を楽しんできました。

【食のナポリと風光明媚なアマルフィ海岸】

ベネチアから特急イタロで5時間半（早割1等€60）でナポリまで一気に南下。昔は治安の悪かったナポリの下町（スパッカナポリ）を歩き回り、高台の城跡からナポリ湾越しにヴェスビオス火山を眺め、ナポリの美食を堪能しました。ローマや北イタリアに比べて物価が安くホテル代・外食代も節約できシーフードが美味しい亜熱帯のような気候の街を気に入りました。ナポリからポンペイ遺跡を見学して風光明媚なリゾート地アマルフィへ移動してしばらく滞在。カプリ島の青の洞窟（陸路で崖の上からの道を下り小舟に乗るのがベスト）は晴天に恵まれ青い洞窟空間に感激。アマルフィ海岸は地中海の青く澄んだ海へ迫った山沿いにへばりつく街並みの景観が世界遺産に登録されており、特産のレモンをつかったケーキやリゾットなどを賞味しながら夜まで賑やかなリゾートを堪能。女将と家族が経営するプチホテルでは優しい心遣いがあり手作り朝食も楽しみとなり、もっと長くいればよかったと思います。

【洞窟都市マテーラ・トンガリ屋根の家アルペロベッコ】

船と電車、専用車、国内線を使ってローマへも滞在（割愛）してから南イタリアの中心都市バーリを拠点に専用車やガイドさんを頼



トンガリ屋根の家アルペロベッコ

んで観光。トンガリ屋根のアルペロベッコの白い壁が青い空に溶け込む明るい南イタリアを満喫。

姉妹提携している白川郷と同じで石屋根は何十年ごとに総出で屋根の葺き替えをします。マテーラは中世都市のような街並みなのでベンハーや007のアストンマーチンが走り回る映画ロケ地として名高く洞窟ホテルへ宿泊。いずれも世界文化遺産登録されています。アドリア海に面した通りにヤシの木が並ぶ亜熱帯風のバーリは地中海クルーズの大型客船も立ち寄る中心都市で東南アジア風の居心地よさを感じます。最初の予定はこの港から国際フェリーで約8時間かけて対岸のドブロヴニクへ渡るつもりだったが日本を出発前に予約した日の欠航連絡がありスケジュールの都合もあって飛行機で遠回り（バーリ⇒ローマ⇒チューリヒ⇒ドブロヴニク）してクロアチアへ戻った次第です。乗り継ぎの飛行機に乗り遅れて別便を取り直したり、ローマの路線バスで罰金を徴収されたり散々な目にも遭いましたがめげずに旅行できました。



【スイスで仲間と合流してアルプスハイキング】

山仲間6人とチューリヒで合流しグリンデルワルトとツエルマットの貸別荘にそれぞれ



ツエルマットの貸別荘 グリンデルワルト

7泊滞在（土曜 IN・土曜 OUT 基準）毎日ハイキングを楽しみました。超高物価のスイスではキッチン付のシャレーで自炊が一番です。スイスではケーブルカーやゴンドラで上り、歩いて下るといふ高齢者には助かるハイキングができるので2回目の家内も絶景を眺めながらランランといふ調子！

仲間達は一緒のコースを歩いたり、時々勝手に好きな場所へ行ったりしながら思い思いの時間を過ごしていました。但し、注意することは奥様だけが炊事するのではなく料理片付け・洗濯など共同作業しないと次回からは付き合ってもらえませんよ。「今度からホテル住まいにして頂戴」・・・とね。

晴天続きでマッターホルンも、ユングフラウも見飽きたなどと贅沢なことを言いながらレマン湖畔のリゾー



ユングフラウハイキング

ト地へ移動。ジャズフェスティバルで有名なモンルーで気分を変えるのが良いでしょう。遊覧船でワインを飲みながら景色を堪能してチャップリンミュージアム、オリンピックミュージアム、オードリー・ヘプバーンの墓、世界遺産のブドウ畑ハイキングなども楽しめます。忙しい団体ツアーを経験したあと、再び個人滞在型で訪れる人が多いのもうなずけ

ます。ツアーで行ったことがある場所もロングステイすると人間の視点が変わり素晴らしさが増幅するから、1週間でも同じ場所へ滞在するのがいいですね。



レマン湖遊覧船

【キッチン付きアパート利用とワンポイントガイドの活用】

円安の中で特にヨーロッパでは外食代が旅行費用を圧迫しておりホテル代も高いので、それらを解消するためにクロアチアとイタリアではアパートメント（1泊€100～120）を booking.com から手配。ベネチアでは日本人声楽家が経営する3ベッド三階建てのアパートを直接メールで手配。スイスでは貸別荘・シャレー・サマーハウスなどの呼び名（7泊単位で約¥14万）をグリンデルワルト日本語観光案内所から手配しています。日本から持参した和食材とスーパーや青空市場で現地食材を調達して自炊すればお腹にも財布にも優しい食事が楽しめます。初めての都市や観光地では早く土地勘を得るために半日単位で日本語ガイド（大概は在住日本人）を手配することもあります。クロアチアのザグレブでは旅行情報サイト「CROTABI(クロタビ)」を運営する政府公認ガイドで旅行ライターの小坂井真美さん（※10月に放送された“世界ふしぎ発見”「憧れのアドリア海・クロアチア大縦断」で最後に親子で出演された方です）。スプリット・ドブロヴニクなどはフヴァール島在住で民宿「苦屋（とまや）も経営する政府公認ガイドの奥寺有希子さん。お

二人にお世話になりましたが、それぞれの公式サイトから連絡が取れます。イタリアでは在住の日本人が現地情報を発信したりガイドの手配をしてくれるサイト「アーモイタリア」を利用しました。ガイド料の目安は3時間(€100)、6時間(€200)です。日本人女性が多く、美味しい食事場所や市場、スーパーなど生活に関する事に詳しいので、観光が終了し契約時間が過ぎた時点でランチをご馳走しながら、さらに突っ込んだ貴重な情報をいただくのが好きです。



平均身長が高いクロアチアの人

ダバオに暮らして

関東甲信越支部 No.1342 中冨 豊美

ダバオ市はフィリピン南部のミンダナオ島にある海に面した都市です。

マニラ セブに次ぐ第3の都市で2400km²人口は145万人。フィリピン最高峰標高2954mのアポ山が近くにあり自然と共存している都市です。

国際空港もありマニラから飛行機で約2時間 セブからは1時間のアクセスです。

水道水はアポ山の天然水50%海水を淡水化した水50%の美味しい水で、洗濯しても衣類が黄ばむ事はありません。

ダバオは元市長であり前大統領のロドリゴ・ドゥテルテにより治安改善の結果フィリピンの中でも非常に治安の良い街で有名です。タクシーなどのボッタクリもほとんどありません。「在ダバオ日本総領事館」がありパスポートの再発行手続きが出来ます。



浜で魚のバーベキュー

フィリピン料理の主食は米でおかずは鳥・豚・魚を食材とした料理が多く味付けは塩・醤油・ケチャップ・オイスターソース等が中心で調理方法は

揚げ物・グリル・ソテー・煮込み料理等が多くピネガーをよく使います。

豚を丸焼きにした「レチョン」は人気の料理でマグロの角切りと大根、きょうり、生姜を甘酢で和えた「キニラウ」は美味しい料理の1つです。



ゴルフ場は3か所、アポ山の麓にある「アポカントリークラブ」古く歴史のあるチャンピオンコースで10番ホールはアポ山を望む美しい景観が広がっています。男性キャディーが多くキャディーの質の高さも定評があります。

「パロスゴルフクラブ」はアップダウンが



バンカーボート



タリクッド島



こんな魚も釣れます



青い海と白い砂浜手つかずの自然が残っていて海がとんでもない程綺麗です。運が良ければイルカがバンカーボートと並走する姿を見ることが出来ます。シュノーケリングすると大量の魚の群れが。

ある日本の山岳コースに近いコースです。「サウスパシフィック」は新しいゴルフ場で西洋芝が良く手入れされているコースです。

ダバオに来たらビーチリゾートでしょう。サンターナ埠頭からバンカーボートに揺られ約1時間でタリクッド島に到着。

もう1つのお勧めのビーチはバンカーボートに乗って10分程のサマル島で島の面積は東京23区の半分程です。

人口はおよそ10万人程で、様々なリゾートやビーチが100か所位あります。

ダバオに来たらマッサージもお勧めです。SHIATSU マッサージ、スエーディニッシュ、FOOT マッサージがお勧めです。だいたい1時間100ペソ~500ペソ位 値段が高いから上手という訳ではありません。

10年近く住んでいますが、まだまだ訪れていない自然が沢山残っているダバオです。



サマル島

3年ぶりのチェンマイ訪問

九州支部 No.1476 野田 文蔵

【3年ぶりのチェンマイ行きの事情】

今回（2022年10月~11月）、約3年ぶりにチェンマイを訪問しました。私は、これまで2011年から毎年チェンマイを訪問していましたが、杉の花粉症対策として、いつも2月半ばから3月半ばにかけてノービザでの30日間の滞在でした。

3年前に初めて10月に訪問しまして、長期滞在をするためにリタイアメントビザの取得を検討し、翌年の2月にチェンマイのイミグレーションに6回足を運び、リタイアメントビザを取得しました。そして、思い切って、小さい車ですが、三菱のミラージュを買いました。

ところが、ビザ取得直後からコロナウイル

スが世界中で蔓延しだしたので、今回訪問するまで、2年半の期間が経過してしまい、その結果、当然、リタイアメントビザは失効しました。

今回は、タイ入国及び日本帰国に対するいろいろな規制がなくなり、以前の状態で日本からチェンマイに行けるようになったので、今のチェンマイの状況を知りたくて訪問することにしました。今後のチェンマイ滞在に支障があれば、車の処分や預金等の引き上げを検討する覚悟でした。

【初めてのエアアジア】

まずは航空便の確保ですが、初めて、LCCのエアアジアに乗ることになりました。現在、コロナ禍で鹿児島空港は、これまであつ

た海外便（台北、香港、上海、仁川）の4路線全部運航しておりません。これまでは、鹿児島から韓国のインチョンを経由し、チェンマイに着く便をよく利用しており、往復で85,000円これを基準にして、今回、鹿児島からチェンマイまでを検索したところ14万円が最安値で、これまでよりずっと高くなっていたので、チェンマイ行きを諦めようと思いましたが、福岡からの便を検索してみたら、何とエアアジアが48,000円でありました。別途で預け荷物代が20kgで往復20,000円追加、さらに、座席にゆったり座れる案内があったので、往復20,000円を追加しました。合計88,000円になり、これで、これまでの料金と同じになったと思い、すぐに、行き帰りの日程を10月28日から11月30日に決めて、行くことにしました。

（席については、タイ航空の席より狭く、ゆったりは広い席ではなく、3席ある席を2席だけ利用して、ゆったり感を出しているものだったです。航空便の案内が英語表記になっているので、良く分からなかったです。）

【スマホとコンドミニアム】

2023年3月末までノービザでの滞在期間が45日になっている情報は知っていたので、34日間にしました（まるまる45日間だとコンドミニアムの契約が2ヶ月になり、半月分損すると思えました。）。チェンマイ到着後は、オーキッドホテルに3泊しました。このホテルは、アゴダで予約し、込々で一泊3,600円でした。以前より安くなっています。

ホテルに3泊する間に、スマホとコンド探しです。

スマホは、インターネットが出来る様にするためと後々電話番号が変わらないようにするために、1年契約にしました。1,790バーツ、約7,000円でした。

コンドについては、これまでは、オーキッドホテルの横にセンタンという建物があり、

その中にスーパーやデパート、テナントもあって便利でしたので、ここを中心にしてコンドを借りていました。ところがそのセンタンが閉鎖されていました。仕方なく、便利さを考えてメヤのすぐ近くのコンドミニアムを借りました。家賃は電気代、水道代込みで1ヶ月10,000バーツ（約39,000円）。60㎡位の広さできれいな部屋でしたが、残念なことにWi-Fiが無くて不便でした。テレビは置いてありましたが、コマーシャルかテレビショッピングしか映らないので、見なかったです。

【チェンマイでの生活・行動】

船便（届くのに約1ヶ月）で送った焼酎をちびちびやりながら、携帯電話での日本のニュースやFacebookなどを見て、大抵9時ころには寝ました。早く寝ると、夜中の2時・3時に目が覚めてしまい、また、携帯電話で時間つぶしでした。

3年間預けっぱなしになっていた荷物をほどいてみると、パソコンは壊れ、ゴルフクラブのパターのグリップ、バトミントンラケットのグリップが、ボロボロになっていました。それから、ゴルフとバトミントンのシューズの底が抜けてしまいました。

食生活は、大体、朝はパン、昼はタイ料理、夜は日本料理中心でほとんど外食です。今回は、グーグル翻訳を使ってあちこちのタイ料理を食べました。

そして、34日間の行動は、ゴルフ17回、バトミントン3回、卓球3回、囲碁9回、マッサージ9回でした。今回は、チェンマイでの3大祭りのひとつであるコムローイ祭りを見るのも一つの目的でした。コムローイは日本語に訳すと空飛ぶ提灯などと言っており、すごく幻想的です。そして、



コムローイ

何千個と上がる眺めは壮大でした。今回は同日に皆既月食と重なり、コムローイを上げる前は、皆既月食も見ました。次の日も祭りの続きがあり、ターペー門の近くでフラワーフェスティバルのパレードみたいなパレードを楽しみました。



パレード

おまけですが、コムローイ祭りの共催者が知り合いで、いつの間にか手伝いをさせられて、会場設営や提灯作りをやりました。その結果、3,999 バーツ（約 16,000 円）の入場料が無料でした。



第二次世界大戦中に日本軍が作った橋

ほかの観光は、パイに一泊で行きました。チェンマイからカーブが700ヶ所以上あります。温泉が良かったです。第二次世界大戦中に日本軍が作った橋も見ました。日帰りでは、ランプーンのお寺や博物館、サンカペーン温泉、チェンダオに行きました。

これまでのゴルフは、ハイランドやメージョーなど7ヶ所位のゴルフ場を回っていま



ランプーンのお寺



サンカペーン温泉

したが、今回は日本人の滞在者が極端に少なかったもので、ランナーで16回、ハンドンで1回だけゴルフしました。2カ所しかラウンドしていませんが、韓国人が非常に多かったです。韓国人はお金持ちなのか、皆カートを利用していました。ランナーは毎日がプロモーションで、ビジターのプレー代は850 バーツ、メンバーは450 バーツ、ハンドンは300 バーツ。キャディへのチップはどちらも300 バーツでした。(2023年1月からは、ビジターは1,350 バーツになっている。ただし、メンバー同伴2名までは850 バーツ)

今回は、日本円の交換レートがよくなかったので両替はしなかったです。リタイアメントビザ用に預金していたのを降ろして、しのぎました。当時の換金レートは、1 バーツに対して約 3.9 円でした。

物価は、特にガソリン代は日本並みに高くなっており、飲食代も少しですが上がっていました。マッサージは60分で250 バーツになっています。赤色のソントウはそのまま30 バーツでした。物価高等による滞在費については、全体的に元々が安かったのも、まだまだ物価安の恩恵はあると考えています。

【南の会とコロナ】

今回の私の滞在中は、南の会のメンバーが少なかったです。ゴルフは多い時で5人、大体2~3人で回りました。南の会メンバーとの食事は8回だけで、多い時で5人、大体2~3人で毎回同じ顔触れになりました。



食事会

コロナ禍の前までは、南の会のメンバーの長期滞在あるいは訪問先は、チェンマイがダントツに多くて、チェンマイ以外の海外は少なかったと理解しています。ところが、コロナの影響でチェンマイにも訪問者が極端に少なくなっていたようです。チェンマイの旅行会社やマッサージ店などの倒産や規模縮小も見受けられ、多くの方が利用されていた日本人向けのチェンマイ情報誌「チャーお」も休刊(?)しています(現在は、Facebookで情報発信中。)

一方ではコロナ禍とは思えないほど、メヤ周辺は賑やかで、牡丹、すし次郎、チェンマイホルモンなどの日本食堂も通常通り営業していました。感染対策としては、タイ人は殆どの方があらゆる場所でマスクをしていましたが、欧米人はマスク着用が少なかったです。私の滞在中には、ある日本人の方の感染もありました。また、今回の滞在中には、中国人の観光客はいなかったと思いますが、今後は以前みたいに大勢の訪問・滞在が予想されて

おり、コロナ感染のリスクは高まるのではないかと心配です。

ともあれ、私は、日本と同じようにマスク着用を基本に定期的なワクチン接種と感染対策をしっかり行えば、チェンマイでの滞在は大丈夫だと考えています。

【これからもチェンマイ!】

今回チェンマイを訪問した結果は、やはり、チェンマイは気候も人も暖かくて、治安も良く、物価は上がってはいるがまだまだ安くて、退屈しない魅力あるいい所です。今後もチェンマイを楽しみたいと思っています。

九州支部のサロン会では、果物がおいしい6月頃にチェンマイに行きたいという話も出ています。そして、全国の南の会のメンバーも2023年1月から2月には、80名ほどが滞在され、サロン会も60名ほどが参加されたと報告を受けました。このままコロナ禍前のチェンマイに戻ってくれればと思っています。

南の会の皆さんも3年前みたいに一緒にチェンマイを楽しみましょう。

10月7日～11月8日のミニステイ 米国・シリコンバレー訪問記

関東甲信越支部 No.1575 吉田 博



サンフランシスコと近郊のシリコンバレー

昨年(2022年)の10月中旬の政府のコロナ過に伴う鎖国緩和を受け、1ドル/150円更に1人10万円強の燃油サーチャージの逆風ですが米国カルフォルニア(シリコンバレーの次男の所)に出掛けました。良い点は、空港も飛行機も空いていたことでした。

今回は最初から驚くことばかりでした。羽田空港では出国検査を出た所でヨタヨタ歩いていたら声を掛けられ身体不自由用カートに乗せて貰えました。よほどお爺さんに見えたのでしょう(老い先、余り長く生きられない

と覚悟しました)。

最初は行きたかったサンフランシスコの北にあるワインカントリーのナパでワイン観光列車に乗りました。金曜日なのにほぼ満席でした。キッチンカー付きの列車でワインも食事(ステーキ他)も最高でした。但し、1ドル¥150円で計算すると嫌になる位高いです。車窓から見えるワイナナリーも結構な人出で、米国は日常が戻っていると感じました(誰もマスクなど付けていません)。





ナパからサンフランシスコ経由でシリコンバレーに帰る途中にゴールデンゲート（巨大な吊り橋：金門橋）を山の上の展望ポイントから見に行きました。遠方にサンフランシスコ市街が見えました。



シリコンバレーの真ん中に近いパルアルトの次男のアパートに居候し、近所の IT の聖地の探索を始めました。HP（ヒュウレット・パカード）の創業パカードの家（現在は別の人が住んでいる）とガレージを見に行きました。すぐ近所で住宅街の一角に看板と仕事場のガレージが有りました。

パルアルトの居候のアパートからは、スタンフォード大学は車で 10 分程。シリコンバ

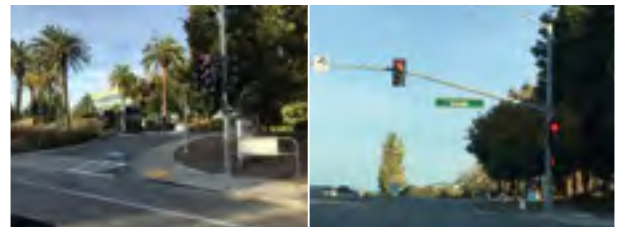


レーで多くの IT 企業の創業者を輩出したスタンフォード大学、広大な敷地の中心にフーバータワーが建っていました。

シリコンバレー：その名の通りシリコンウエハーから製造される IC のメッカ、その中でも現在まで輝いているのは「インテル入っている」でお馴染みのマイクロプロセッサの雄「Intel 社」。でも訪問したら来年 2023 年 1 月まで改装中で休館とのことで見学出来ませんでした。残念！

でも現在では IT（インターネット技術）の聖地となっています。現在最も輝いているのはやはり「アップル社」でしょう。クパティーノの本社横には訪問者センターが有り、本社模型（訪問者用のタブレットでみると VR で風景が見える）や展示がありました。

現在の 2 番手はグーグル社でしょう。本社の横にはグーグル通りもありました。



またコンピュータ歴史博物館にも行きました。驚いたことに 65 歳以上は、割引があるので「シニア入場券 2 枚」と言い年齢確認の為、免許証を見せようとしたら必要なしで顔



パスでした（やはり羽田空港と同様、お爺さんが歴然！）。私もコンピュータ業界で40年以上も飯を食べてきた者としては、自分の人生を振り返る展示ばかりで感慨深いものでした。

コンピュータと言えば20 - 30年前はIBMのコンピュータ、DECのミニコンピュータそして今やPCなりタブレットでありスマホの時代となりました。歳を取りました。



アップル本社のあるクパティーノの太平洋側には山がありカルフォルニアでの名門ワイナリー RIDGE (大塚製薬により1986年に買収された) があります。でも余り知られていません。試飲に連れて行って貰いました。今まで疑問に思っていたシリコンバレー（シリコン溪谷）が山の上から見ると、溪谷（谷の様に）見えました。



やはり米国に行ったら分厚いステーキと云うことで、Costco に行き厚さ 4cm程のお肉を購入し、居候のアパートのベランダでバーベキューで焼き食べました。ガスのコンロなのですぐ焼け、焼きたてのステーキは最高でした。



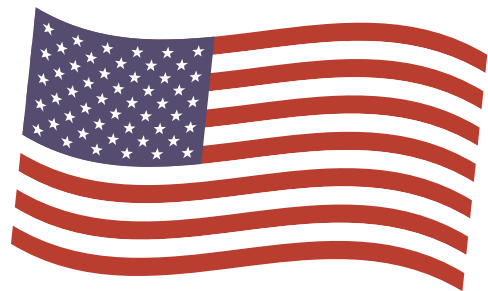
ゴルフ好きの私の為に週末、ペプルビーチゴルフリンクス（USオープン開催地の名門ゴルフ場）に息子が連れて行ってくれました（プレーは予約も費用も簡単ではないので、訪問とランチのみでした）。天気も良く、最終18番ホールを観ながらのランチは最高でした。



最後はサンフランシスコに行き締めで、ディナーとして蟹（大きなカニ）をいただきました。やはり歳ですね！疲れが出てきました。特に財布が大疲れです。



以上



夫は暖かい海外でのロングステイを夢見て9年前62歳の時に南の会に私と共に入会しましたが、昨年、夫はアルツハイマー型認知症（若年性の疑いある）と診断受けました。思えば8年前から少しずつおかしい事は起こっていました。でも旅行に差し障るほどでもなかったのですが、時や数字や場所の理解が難しくなり誰かの補助がないと行動できなくなってきて、もはや私一人では支えられなくなると思い覚悟を決め受診し診断がくだり、今は医療と介護ボランティアの方達の支援もあり、今後起こることに対しても心の準備が出来ました。

入会当初はチェンマイ・台湾・マレーシアなど支部の人達との楽しいショートステイを経験。個人的にもオーストラリア、イギリス、地中海クルーズなど夫と共に経験した様々な事は私の宝物です。しかし夫は行ったことさえ忘れていきます。頼りなく閉じこもりがちになっていく夫を傍らに、東海支部の役員をやっていた私は、元気な会員の皆さんを初めはうらやましく思い夫に当たっていたのですが、夫はそんな私の気持ちを汲み取り、忙しく動く私を思いやるようになってきてくれました。その変化の中で私は夫と共にこれからのセカンドライフをどのように工夫すれば楽しく過ごせるだろうかと考えるようになり、今は2人暮らしを止め、実家の父と相談し実家をリフォームし、両親と夫との4人暮らしで田舎生活を満喫しています。私一人が健常者で後の3人は被介護者ですが、それぞれ出来ることで共同生活を送っています。

記憶が続かないせいで、一人にしておく時間が長いと夫は被害妄想の物語の世界に入ってしまうますが、適度に話しかけ美味しいものや楽しいような催しへの参加を色々用意しておくとの調子が良い時は一緒に参加

して楽しめます。

先日は支部の「この指とまれ」で浜松に1泊し大河ドラマ館など浜松観光する催しに参加しました。支部の人たちにも夫の症状を話してあり、適度に話しかけてくださり、また部屋に残した夫の様子を時々見に帰りながら、私は皆さんと楽しく歓談することも出来ました。

今年5月に予定される1週間の対馬観光この指とまれに参加する勇気をくれたのも会員の方です。皆で企画し現地住民の方たちとも交流する盛りだくさんな内容です。すべて皆さんと一緒に行動は出来ないかもしれませんが、迷惑をかけずに参加できる場面では一緒に参加して楽しもうと思っています。

コロナの間自粛していた会員も昨年からは海外に行かれる人も増えてきました。東海ラインなどで現地からの写真と共に生の声が皆に届きます。そのバイタリティに力をもらいます。セカンドライフは海外でも国内でも様々な過ごせます。しかし、国外で長期滞在をするためには国内にいる以上の大きなエネルギーが必要で、体力気力財力(?)が充実していなければなりません。与えられた環境の中で自分のやりたい事をやり通す明るい前進力を私は強く感じるのです。このように明るい力を持った人たちがいる以上、私も自分のやりたい事をやれるように工夫する力をもらえるのです。南の会に入っていて本当に良かったと思えるこの頃です。



磐田市 シルクロードミュージアム

支 部 便 り

北海道支部便り

支部長 No.1706 北川 博敏

1. 2022年度支部総会

6月5日(日)14:00~15:30(かでの2・7)

*出席者:会場8名、Zoom8名 合計16名。
佐藤重雄議長進行のもと、全ての審議が承認された。その後、会場出席者で懇親会開催

2. 親睦ゴルフコンペ

8月1日(月)札幌北広島ゴルフ倶楽部

*参加者:北海道支部10名、
他支部の来道者5名、
合計 15名

優勝は関西支部から参加の森川建さんでした



親睦ゴルフコンペ

3. 支部役員会議(Zoom)

5月28日:総会の議事内容確認

9月2日:20周年記念一泊旅行について

11月19日:来年度役員改選について



20周年記念一泊旅行

4. 北海道支部主催全国拡大サロン会

4月16日(土) 18:00~20:00

*出席者:北海道支部13名、
他支部17名、合計30名

*発表者:南保範、佳子さん(1878番)
「第100回ピースボートクルーズに参加して」
当麻庄司さん(1559番)
「KLとチェンマイのブリッジ事情」
田中寛深さん(1757番)

「沖縄ロングステイ情報」

5. 南の会20周年記念一泊旅行

10月5日(水) グランドブリッセンホテル定山溪(昨年新築)

*参加者:13名(札幌市内6名、市外7名)
久々(10年ぶり?)の道内一泊旅行だったので、参加者の評判は上々。(再企画の声も)
男女別の二次会は大変盛り上がり、夜遅くまで話が弾んでいました。

6. 女性サロン会

10月25日(火)野幌森林公園

(開拓の村見学後、焼き肉店で食事)

*参加者:3名

3年ぶりの女性サロン会となったが、直前の不参加者も出て、3名で実施。

来年の解体が決まった「百年記念塔」等を見学後、食事会実施。



女性サロン会

7. チェンマイ北海道支部サロン会

※3年ぶりの開催となったが、北海道でも中々会えない方との情報交換を楽しんだ。

参加者はまだ全盛期の半数程度だが、今後の訪チェ会員増加に期待。

・1月11日（水）：友達ラーメンにて
（参加者13名）

・1月23日（月）：アロエ・ジャムセップにて（参加者14名）



チェンマイ北海道支部サロン会

関東甲信越支部便り

関東甲信越支部長 No.1887 山崎 敏憲

1. 支部総会

7月30日（日）大崎東京都南部労政会館にて開催しました。令和3年度事業の振返りと会計報告・令和4年度の事業計画・予算案新役員案を提案し審議し了承されました。



この指とまれ 東京駅八重洲口前にて

2. サロン会その後懇親会

本年度は全て面談にて、出来る限り Zoom を利用した全国発信とし以下の通り開催しました。

(1) 7月30日（土）労政会館にて、コロ

ナで急遽不参加の方もあり13名。

第1部 イポー北村裕志会員よりコロナ禍での一年の海外生活の現状、円安下の現地の物価高騰、ワクチンの状況、渡航条件など詳細な説明がありました。

第2部 スイス旅行のレポートを、沢山の写真を使って報告して頂き、爽やかな山の空気を運でくれました。懇親会は「月の宴」にて開催しました。



(2) 9月19日（月・祭）、大崎労政会館にて参加者27名。

第1部 青木利行会員からの「マレーシアの現状、長期ビザの切り替え」等の講演を頂きました。

第2部 各会員からの夏休み滞在記報告。澤岡道輝会員からダバオ、チェンマイ、セブの海外生活15年の体験。渡部孝道会員からのハワイの高物価の件。下澤鴻一郎会員からチェンマイ滞在記などの発表を頂きました。

第3部 この指とまれの報告。

第4部 マレーシア、チェンマイに分かれ



フリートーク。

懇親会の参加はゲスト6名を加えて23名でした。



(3) 10月30日(日)大崎労政会館にて参加者46名(内オンライン参加10名)。

第1部 ロングステイ財団常岡武室長から、旅行代理店勤務時代に経験したツアージャックされた事やアクシデントなど4件の例をあげてお話を頂きました。

第2部 鈴木元恵会員より8月の訪問したチェンマイの近況が、センタンの閉鎖や、情報誌チャオの終了など写真を用いて説明されました。

第3部 この指とまれ参加報告

第4部 海外生活カウンセラー福永佳津子様から20年から22年のコロナ下、4回も国境移動をしたご苦労、これからのロングステイなどの講演を頂きました

第5部 常岡様、福永様のグループとチェンマイ、イポーに分かれ行いました。懇親会の「月の宴」への参加は30名でした。

(4) 12月17日(土)大崎労政会館にて。



参加者45名(オンライン参加は16名、初参加2名)。

第1部 吉田博会員の「サンフランシスコ及びシリコンバレー旅行報告」1ドル150円時代の海外生活の報告を頂きました。

第2部 池田諭会員による「初老バックパッカーの旅、ベトナム、ジョージア、トルコの旅」のお話で、豊富な経験と十分なデータ、海外での犯罪行為の話もありました。懇切丁寧な説明で大変参考になりました。

第3部 オンラインも含めた参加の各支部長さんからのこの1年の報告を頂きました。

第4部 アメリカ旅行と、東南アジアに分かれグループトークを行いました。

懇親会は月の宴にて30名の参加で、忘年会も兼ね開催。行く年を寿ぎ、くる年の多幸を祈念して散会としました。



(5) 3月26日(日)大崎労政会館にて開催の予定。(初参加の方が6名お見えになります。)

第1部 台湾の情報(LS・食事・観光情報他)講師:詹碧文(ツアンピーウエン)氏

第2部 チェンマイ情報、ハワイ情報、バリ島の情報

3.この指とまれ

- (1) 4月2日(土)参加者24名(内ゲスト3名)で春爛漫の桜の名所を散策しました。水戸徳川家の上屋敷、小石川後楽園でのんびり鑑賞。靖国神社にお参りしJR線沿いの四ツ谷土手は都内屈指の桜を見ながらのコース。反省会は四ツ谷の中華料理屋で盛り上がりました。



- (2) 5月8日(日)参加者18名で都内北部の王子飛鳥山、六義園、旧古河庭園の散策を肥後信彦会員の協力で開催。渋沢栄一の旧居や飛鳥山博物館を見学。日本庭園と西洋庭園の調和した旧古河庭園。柳沢吉保の作った六義園では美しい庭と新緑を堪能しました。懇親会は巣鴨駅前中華料理屋で行いました。



- (3) 6月17日(金)大手町地域散策を開催しました。肥後会員の主催で参加者は18名。手川会員の説明で東京駅のドームを見上げ、KITTEビル6階からの高層ビル群を眺望し、都会のオアシスの三菱一号館で休憩し、最後



は神田駅前の中華料理屋にてお楽しみの懇親会を行いました。

- (4) 9月4日(日)残暑の中東京上野の東京藝科大学大学祭(藝祭)を見学しました。

キャンパスは個性的なファッションの若者に溢れ、抽象的な絵画や造形作品に驚かされました。参加者は11名。懇親会は御徒町の中華料理屋、参加12名でした。



- (5) 10月22日(土)埼玉ブロックの主催で参加者9名。

さいたま市盆栽会館では樹齢1000年の盆栽に驚き、北沢楽天のさいたま市立漫画会館を見学。武蔵一之宮と言われる大宮氷川神社を参拝の後、懇親会を市内で開催しました。



- (6) 11月26日(土)秋も深まった東大のキャンパスを散策。普段見られない加賀藩時代からの歴史ある建造物や、今を見ごろの銀杏の森を手川会員の説明で堪能しました。参加者25名 懇親会は御徒町の中華屋で行いました。



4. PC/スマホ教室

渡辺会員のご尽力により3週間おきにオンラインで金・土曜日行っております。

全国、海外の参加もあり毎回65名程度と多く、内容も豊富で好評を博しています。



5. テニス同好会

鈴木会長のご尽力により、毎月末芝公園又は日比谷公園にて。参加者は平均6名程です。

6. チェンマイ雑談会

10月23日(日)渡辺会員主催でチェンマイの話題に特化した雑談会が開催され全国から40名以上の方が参加されました。好評につき第2回が4月に計画されています。

7. ロングステイフェア

1月15日(日)東京ビッグサイトにてロングステイ財団主催で開催されました。

広報部会の担当ですが、関東甲信越支部の皆さんで対応して頂きました。ブースへの訪問者は60名以上と出展者中でも多く、来訪者からのアンケートを30名程頂き大変好評でした。



東海支部便り

2022年度

東海支部長 No.1601 高島 恵

桜が散り始めた暖かな4月の日曜日の午後、名古屋のウイル愛知会議室に10名が集まりZoom参加者3名と共に東海支部総会が行われた。

コロナワクチン接種も進んだ昨今、新型コロナウイルス感染心配の度合いも薄れ、海外渡航を控えていた会員の中からも、今年はヨーロッパやハワイへの1ヶ月から3ヶ月の滞在計画が発表されるなどして、元気を取り戻しつつある事が感じられた。

しかしコロナに痛めつけられた2年間は東南アジアにロングステイしていた会員にとっては国内以上に厳しい経験をしたと聞いている。東海支部でも毎月あった定例会やサロン会の開催も何度も見送られ、会を脱退する人も増え、残った会員はなり手のいない役員を何とか分担して確保する状態。

支部長のなり手がいない為、私は2回目の支部長に就任。引き受けたものの、今までのように定例会は年10回もできないので、回数を減らし、その代わりに各地区ごとに特色のある定例会を地区メンバーと支部長が協力して作り上げる事を了承してもらった。

また、平日食事会主宰やZoomで旅の自慢会主宰なども出来る人がいてくれたおかげで、なんとか2022年度の東海支部の活動は滑りだすことが出来た。

6月には名古屋南地区主宰の食事会を兼ねた定例



コミュニティスペース多喜にて

会。久しぶりに13名が食事を共にし歓談。

10月には岐阜三重長野地区担当で、コミュニティスペース多喜でのZoom併用定例会。12名参加の他Zoomで3名参加。自宅を改造

して、地域の人たちが集まれるスペースを作って運用している同世代の人のセカンドライフの過ごし方の話も聞けて良かった。



浜松城 家康公銅像の前で

年が明けて1月末に、遠州三河地区担当で浜名湖定例会が開かれた。12名参加。1泊2日の行程で大河ドラマ記念館や浜松城、シルクロードミュージアムなど皆で見学。夕食後は一部屋に集まり、ZOOMでタイにいる会員や各地区の会員とも繋がり、様々な話題で盛り上げる。部屋に集った会員はもちろん楽しく酒盛り。

このような1泊2日の定例会も今後開いてゆきたいとの希望も出る。



ホテル部屋での座談会

東海支部には、93歳と高齢にも関わらず毎月名古屋で平日食事会を主宰して下さる山田会員、毎月Zoom旅の自慢会の主宰の加藤会員。季節ごとに南国HPに東海支部活動を送って下さる土井会員。その他積極的に各催事に参加や意見を述べて下さる幾多の会員の存在がある。各自が出来る範囲で楽しく南の会の活動を続けて行くことが、この素晴らしい会の存続に繋がると思う。

歳を重ねる中で自分らしいセカンドライフの過ごし方を見つけ出し、実践していくには気力体力知力に満ちた人達が傍らにいる事も必要なのではないかと思うこの頃です。

関西支部便り

関西支部 No.1634 長田 隆秀

●「この指止まれ」企画

- ・日 時：10月13日（木）
- ・場 所：大阪地方裁判所視察
- ・参加者：18名

当支部の「新感覚企画」として大阪地方裁判所視察及び昼食会を開催しました。

様々な人生模様に触れる感慨深い機会だったと、昼食会は大いに盛り上がり好評でした。

今後も新たな「この指止まれ」企画を実施する予定です。



● 2022 年度忘年会

- ・日 時：12月21日（水）11:30~13:30
- ・場 所：チェルジュアン淀屋橋
- ・参加者：28名

今回はいつもの大阪駅前ビルを飛び出して、淀屋橋にあるちょっとおしゃれなお店での忘年会としました。

タイ料理は、チェンマイを始めとして滞在時には食べ慣れていらっしゃると思いますが、今回の料理は、タイ東部のイサーン地方の料理とのことです。

こんな料理・味もあったのか、また南の国に行きたくなった皆さんでした。



九州支部便り 支部長 No.581 朝永 清寿

九州支部のエリアは沖縄県から山口県まで非常に広く、交通の便もあまりよくないことから日帰りで全地域から集まるのは極めて困難です。

令和4年度は新型コロナ関連で実施された観光事業喚起策（旅行割）の制度を最大限に生かし、温泉地等に泊りがけで集まることができました。

コロナ禍の中では海外での体験談もなく、元気な姿で皆さんに会えるのが主な目的になってしまいましたが、とりとめもない話題の結論は「もう待てない、積極的に海外に行こう。まずはチェンマイかベトナムへ皆で・・・」となりました。

その1年間の状況を報告します。

●熊本情報交換会

実施日：令和4年4月3日（日）

11：00～19：00

場 所：あいぽーと・市民活動支援センター

参加者：16名



「熊本城と庭続き」というコンセプトで熊本城主細川家ゆかりの陽春庭を現代に置き換えて表現された、バスセンタービル屋上の庭園に集まり花見弁当を肴に話に花が咲きました。

情報交換会はあいぽーとで・・・・・・・・

「石垣島と沖縄情報 1921寺山雅之さん」
大好きな石垣島と沖縄の短期旅行についての体験発表でした。

「九州ふっこう割を利用しての旅行」

皆さんで話し合って次のサロン会は熊本阿蘇で開催することになりました。

●さわやか阿蘇サロン会

実施日：令和4年4月27日～28日

場 所：阿蘇夢巡追荘（あそゆめおいそう）

参加者：11名

自治体の復興割クーポンが県単位からブロック制になり、九州全域でお得に宿泊ができるようになったので、お泊りサロン会をみんなで楽しもうと、再度阿蘇に集まりました。

3時にチェックインしてゆっくりと温泉を楽しみ、5時から7時まで豪華バイキングに舌鼓。今回は無料でカラオケルームも借りられたので7時半から1時間、久しぶりにマスクをつけたままカラオケを楽しみました。



●八女グランドゴルフサロン会

九州割の延長により、通常のサロン会を一泊旅行に切り替えてさわやかな風と少しづつ紅葉へ向かう里の秋を楽しみながら懇親を深めました。

実施日：令和4年9月27日～28日

場 所：くつろぎの森・グリーンピア八女

参加者：22名

○27日（1日目）

スマホ勉強会 13：00～16：00

- ・おサイフケータイアプリについて（グーグルペイ・アップルペイの違い、ID・Quickペイって何）
- ・「+メッセージアプリ」のインストール

・災害用伝言版について（蓑毛邦昭さん説明）



大宴会 18:00~20:30

広々とした舞台付き宴会場でカラオケや演芸を楽しみました。



○27日（1日目）

グラウンドゴルフ大会 9:00~12:00

今回再入会された長友さんにリーダーになっていただき表彰式まで実施しました。



●2022忘年会・市比野温泉

鹿児島県でのサロン会は久しぶり！15時にチェックインを済ませてゆっくりと温泉に浸り18時から広い宴会場（結婚式場？）で演芸とカラオケを楽しみました。

実施日：令和4年11月27日（日）

～28日（月）

場 所：市比野温泉 ホテルグリーンヒル

参加者：17名



●Zoomサロン会・チェンマイからの帰国報告

12月初めにチェンマイから帰国された1476

野田文藏さん（No.1476）に、「航空料金」「ビザ」「携帯電話」「ホテル」「コロナで渡航できなくて生じたトラブル」「ゴルフ」「その他」について体験を話していただきました。

実施日：令和4年12月20日（火）

18:30～20:00

参加者：9名



●新年サロン会・福岡

新しく入会を希望する方にも参加していただき幸先の良いスタートとなりました。

実施日：令和5年1月16日（月）

11:00～17:00

場 所：福岡市NPO・ボランティア交流センター「あすみん」

参加者：16名

○支部長挨拶

○出席者自己紹介

○意見交換

テーマ「コロナ下での活動報告」

- ・支部としての活動
- ・会員の活動

①そば打ち教室をはじめ各種

ボランティア活動

- ・・・652 深松幸康さん

②コロナ禍でのトラブル旅行

- ・・・1921 寺山雅之さん

③旅行割等を活用しての北陸・山陰旅行

- ・・・581 朝永清寿さん

○その他意見交換

①今後の投資について

- ・・・1090 岡本吉晴さん

②南国 ML 及びチェンマイ掲示板の活用

③今後の支部活動



○懇親会 17:00～19:00

昨年と同じ「イタリアンダイナーヤミーガーデン天神今泉」少しばかり豪華でした。



ペナン支部便り

支部長 No.1346 池田 諭

マレーシアではコロナ規制も以前に比べか

なり緩くなってきています。

ペナンでは、人、物、車輛関係も活発になってきている中、以前と同様車の渋滞が多くなってきています。

街中でのマスク着用は、日本と同様で、ほとんどの人は着用しております。

昨年から日本と同じで物価の上昇が目につくようになってきています。

少し行かなかったレストラン、ホーカーも価格が上がっています。

上がっていないのは、電気、ガス、水道、ガソリンです。これらは政府管理下に置かれている様で安定した価格体系を堅持しています。

さて、ペナン支部活動ですが、会員のペナン滞在時期がすれ違い、目立った活動は出来ておりません。



忘年会

12月に南の会会員1名が来馬され、ペナンにも3泊されたので、会食の場を設け、ペナン生活の様子を伝えました。また、コンドミニアムの見学、日常生活に関わる銀行のATMの扱い方、スーパーマーケットの見学等のサポートをさせていただきました。

そして、約3年ぶりにペナン支部の忘年会と新年会を開催する事が出来ました。

12月の忘年会はカニグラタンの美味しい海辺のチャイニーズレストランで開催しました。

久しぶりにほぼ全員が集まった楽しいひと時となりました。

1月には、コロナ規制の影響で3年ぶりにペナンに戻ってきた会員田端さんの歓迎会も兼ねて新年会を開催しました。



新年会&歓迎会

食事は地元で有名な安くて美味しいチャイニーレストランです。

イポー在住のペナン支部会員北村ご夫妻と15日からイポーに滞在中の理事長小西ご夫妻の参加もあり、食べて飲んで騒いで賑やかで楽しい新年会&歓迎会となりました。

また、Zoom サロン会を偶数月に定例開催して、海外出入国情報の交換等みんなで情報を共有しております。

セブ支部便り

支部長 No.198 川上 雅久

セブ支部活動報告です。まず初めに2021年後半にセブ地方に襲来した「台風オデット」の被害に際して「南の会、有志」による義援金を頂きました事、厚くお礼申し上げます。

又、沢山の会員の方々から励まし、応援のメール等も頂きました。自分は大した被害は有りませんでした。友人や知人が大変な被害を受けて過酷な生活環境の中、大きな励みになりました。紙面をお借りしてお礼を申し上げます。

セブの近況はコロナ禍の終焉も有って復興の加速が進み、セブ市街地では9割、郊外でも8割が台風以前の状態に戻っているように感じられます。場所によっては新築の建物が増えていて以前より綺麗になっている場所も多々見受けられます。

●最近のセブ往来状況

昨年後半より入出国手続きが殆どなくなり、行き来の煩雑さがなくなりました。

日本からのセブ直行便も週3便となり、近直にはLCCのセブパシフィック航空も飛び始めるようです。コロナ禍以前の2011年には日本各地から毎日8～9便の直行便が飛んでいたのには遠く及びませんが、少しですが明るい兆しになっております。

●最近の支部活動

去年後半位から往来会員さんも、戻って見えられるようになってきています。又、今年になって会員訪問のメールも何通か頂きました。

滞在会員さん達とは、週に1～2度アヤラモールの喫茶店でのお茶を飲みながら世間話、月に一度程訪問者を誘って食事会等を行っております。

先々週には、南の会セブ支部と協力関係にある「セブ日本人会」の新年会に参加して来ました。南の会と同じくコロナ禍の影響で3年ぶりの対面行事になりました、久しぶりに会うセブ在住者の方々、新しく目的を持ってセブで事業等を考えられる新規会員の方々等と名刺交換して「南の会」をアピールしてきました。

もうすぐ「コロナ禍」の影響も終わりになると推測しております、以前のように訪問会員の方々が増えて楽しい交流ができる事を希望しております。

ダバオ支部便り

支部長 No.1261 藤本 晴久

コロナ禍も終焉を迎え旅好きの方はそろそろ海外のどこに行こうかと旅行計画をお立てになられている方もおられると思います。

旅の必需品と言えばひと昔前はクレカ、常備薬、簡易変圧器などが挙げられますが、今は何と言ってもスマホではないでしょうか？目的地を探すのも、チケット予約にしてもタ

クシーを見つけるにもこれがあれば簡単に出来てしまいます。ただインターネットに接続するにはWIFIに接続するか地区の電波から接続するには日本からのキャリアを持ち込む手もありますがSIMフリーの携帯電話に現地のSIMカードを購入して使用する方法が安上がりです。

フィリピンに於いて以前は空港にSIMカードの販売所がいくつもあり購入時には身分証明もいらず購入できSIMカードをさすだけですぐ使用できました。簡単で便利でしたがこれが犯罪に何度も使われ使用者が特定できず犯罪の温床になっていました。昨年12月27日からこれを解消すべくSIMカードナンバーの登録義務がスタートしました。内容は永住ビザをお持ちの方とツーリストビザの方とでは登録内容は異なります。会報をご覧になられている方のほとんどがフィリピンにツーリストビザでおこしになられると思いますのでその場合をご案内いたします。登録はインターネットを使用し事前にパスポート、宿泊先予約書、帰りのチケットを画像としてスマホに入れておきキャリア会社のホームページのレジストレーションのページを開き、内容を打ち込むと登録完了が表示されます。それ自体はさほど難しくありませんが旅行者の場合は1か月のみ有効でビザ延長に合わせて登録も再度入力する必要があります。

4月26日以降フィリピンに入国される方は購入時に登録が必要になります。めんどくさくなったのか“日本なみ”になったのかわかりませんが最近報道で騒がれているように監獄内で携帯を持ち込んで犯罪を支持できる国として“なんでもあり国”のイメージがついていますが（事実あっている点もありますが）日本国同様に厳格化を図りたいとフィリピン政府は考えているみたいです。携帯の使用が旅のマストアイテムになっておりますのでフィリピンに1か月以上滞在ご予約の方はお気を付け下さい。

4月26日以前にフィリピンにおこしになられた方でSIMカードを購入された方は日本国内でもインターネットを使って番号登録された方もいるみたいです。もし詳しくお知りの方がありましたらお尋ねください。日本から比較的移動距離も短く、時差も少ないフィリピンのご旅行も旅のプランに入れてみたら如何でしょうか？

ハワイ支部便り 支部長 No.1278 外池 一子

2020年から続くコロナ禍ですが、今年は大きな転機を迎えます。アメリカ政府は今年の5月11日にはCOVID-19に対する公衆衛生上の緊急事態対応を終了する予定です。ハワイ州政府もすでにマスクの着用を不要としたり、無料の検査場を閉鎖したりしています。日常生活では、スーパーマーケットの店内などまだマスクを着用した人を多く見かける場所もありますが、屋外で着用している人はほとんどいません。私自身もまだマスクを持ち歩いています、ほとんど着用することはありません。

ハワイ州への観光客の数は、2022年にはコロナ禍前の2019年の89%程度まで回復しました。これは本土からの観光客の数が2桁以上増えたことが貢献していて、海外からの観光客、特に日本からの観光客数は2019年比で13%足らずにとどまっています。日本人観光客にとって、コロナ関連の規制や検査費用の負担などは無くなりましたが、ハワイの物価の高さと極端な円安、航空券価格の値上がりで、ハワイに来たくても以前のように気軽には来れないというのが現状のようです。今私の家族が日本から来ていますが、「円に換算すると何も買えないわ」と言っています。ただ、今年は本土からの観光客が去年ほどは期待できないとされていて、実際去年の

11-12月のホテルの稼働率は低調でした。そのため、海外からの観光客の増加が大いに期待されているのですが、日本からの観光客の数がコロナ前に回復するのは2024年末と、大幅に遅れる予想に変わっています。



ワイキキの楽天ラウンジ



Waikiki Market

それでも、ワイキキやアラモアナでは日系の旅行会社のラウンジなどが再開していますし、JCBカードを提示すれば無料で乗れるトロリーのピンクラインや他のラインも復活しています。ワイキキの楽天のラウンジはDFSのビル内からインターナショナル・マーケットプレイスの1階に移転して再開しています。中庭に面したかなり広いスペースです。

ワイキキショッピングプラザの地下にあったワイキキ横丁は閉鎖しましたが、その場所にStix Asiaという箸を使って食べるアジアの食のレストラン13軒が入った新しいフードホールが最近オープンしました。また、フードパントリーの跡地に出来た高層マンション

の中には、最近 Waikiki Market という新しいスーパーもオープンしました。高級スーパーのようですが、食事も出来るそうです。スーパーと言えば、日本食材のスーパー、Nijiya がやっとアラモアナセンター内、エヴァ（西）側1階の元 Shirokiya Village 近くに移転・オープンしました。お弁当や寿司・総菜などもある、イトインスペースもあります。



Nijiya Japanese Supermarket

コロナ禍の3年間に閉店した店がたくさんありますが、新しく開店した店や移転して再開した店などもあり、次回ハワイに来られた際には、懐かし店や新しい店を探して、いろいろ試してみるのも楽しいと思います。

今ハワイでレストランを利用する際の注意事項として、人手不足の問題があります。席が空いていても案内されず待たされることもありますし、席に着いてから注文した料理が出てくるまでかなり時間がかかることが多いです。レストランを利用する際は時間には余裕をもって出かけることをおすすめします。また、私たちを悩ませる「チップ」ですが、最近は20%が主流になっています。それに加えて、2%程度のキッチン・サービスフィー（キッチンスタッフへのチップ相当らしいです）が課される店もあります。

以下の情報は去年の会報にも掲載したのですが、3年間ハワイに来ていらっしやらない会員も多いので、簡単に転載いたします。

ハワイ州および各市郡では観光資源を守る

ために予約制を導入したり、維持管理費用の一部に充てるために有料化を進めています。観光客には入場料と駐車料金の両方が課されるようになったところもあります。駐車許可証を事前に取得する必要がある公園もあります。また、入場料や駐車料金の値上げもあります。予約の変更や利用料の返金には様々な制限があり、手数料もかかり、全て英語での対応になるので、変更しなくて済むように予約することをお勧めします。予約は全てオンラインで出来ます。(雨でも料金の返金はありません。)

さらに、まだ検討中ですが、州立・市営の観光施設の有料化に加えて、観光客がハワイ州のエコシステムや自然資源に与える影響を緩和するための費用に充てるために\$50程度の"visitor green fee"を新たに徴収することも検討されており、今年1月に就任したグリーン新知事はこの案の実現に積極的です。

値上げの話ばかりになりますが、南の会のメンバーがよく利用されるアラワイゴルフ場の利用料金もかなり値上げとなりました。

18ホール：\$112

(グリーンフィー：\$86+カート \$26)

(9ホールは半額です)

アラワイゴルフ場については、予約システムも変更になり、インターネット予約のみとなっています。ゴルフIDを持っている方は、まずシステムにご自身のIDを登録する必要があります。(詳細は希望者にご説明しますので、外池までご連絡ください。)IDがあれば1週間前から予約できます。IDの無い方も3日前から予約可能です。ただし、私の経験では、電話予約の時と同じで、予約開始時間にあっという間にいっぱいになってしまうと思います。私はキャンセル待ちに期待して、前日の夕方以降に空きをチェックするようにしています。数にばらつきはありますが、毎日キャンセルは出ています。

最後になってしまいましたが、宿泊施設に

ついて大きな変化がありました。ワイキキやアラモアナにあるコンドミニアムでは、ワイキキバニヤンなど一部の例外を除き30日未満の短期の賃貸が認められなくなったところがあるので予約の際にはご注意ください。バニヤンについては、住んでいる方の話ですが、コロナ禍の間に売却された日本人オーナーの方が多いとのことですので、予約できる部屋数が減っているかも知れません。いずれにしても、6月にハワイ滞在を検討されている方は、早めに調べてみられることをお勧めします。

ハワイ支部では2019年6月の活動を最後に支部活動の休止状態が続いていますが、今年の6月にはコロナ禍前のように多くのメンバーがハワイに来られるのをお待ちしております。

ALOHA!



お役立ち情報及び特別寄稿

南国メールの活用について

ネット委員会 No.60 渡辺 義郎

「南国暮らしの会メーリングリスト」は会員から投稿されたメールを登録した会員全員へ一斉配信するシステムで、会の主要な情報交換の手段です。略称を人によって言い方が違いますが「南国 ML」あるいは「南国メール」と言います。

この稿では、メールアドレスを登録する、配信メールをみる、メールを投稿する方法について解説します。

メールアドレスの登録

南国メールはグーグルのサービスを利用しており、ネット委員会が管理しています。南国メールを利用するにはメールアドレスの登録が必要です。パスワードなどは必要ありません。現在の登録メールアドレス数は383です。

メールアドレスの新規登録、あるいは変更はネット委員会へメールでお知らせください。

ネット委員会のメールアドレスは

mail.iinkai@gmail.com です。メールの件名は「メールアドレス登録（ありは変更）」として、本文には会員番号、氏名、登録するメールアドレスを明記してください。

配信されたメールを見る、保存する

投稿されたメールは登録されたメールアドレスへ一斉配信されます。配信メールは件名の先頭に [南国 ML:13**] のように一連番号が追加されます。受信したメールは時間が経つと他のメールに埋もれて見つからないことがあります。これを回避するには、フォルダを作成して受信したメールを保存するか、あるいは Gmail の場合はラベルをつけて保存

すると他のメールに埋もれて見失うことなく便利です。ぜひ実行してください。

また埋もれた南国メールを探すにはメールの検索があります。「南国 ML」をキーワードとして検索すると過去の南国メールが表示されますので、そこから目的のメールを探します。

メールを投稿する

メールの送り方は通常のメールと変わりません。メールを作成し宛先を

minaminokai@googlegroups.com にして送信します。登録したメールアドレスからのみ投稿できます。他のメールアドレスからは投稿できません。

投稿したメールは Google の仕様で自分宛てには配信されませんので、宛先に自分のメールアドレスを追加して送信します。

ファイルが添付できます。ファイルの種類に制限はありませんので、ワード、PDF、写真などを添付できます。ワード、エクセルのオフィスファイルの添付は、オフィスを持っていない（利用しない）方のために誰でも読める PDF ファイルに変換して PDF ファイルを添付してください。オフィスでの PDF ファイルへの変換は、印刷メニューで「microsoft print to Pdf」でできます。

メールへ返信する

配信されたメールに返信して情報を追加し多くの会員と情報を共有するのはメーリングリストの醍醐味です。返信先は、返信する方が「全員へ返信する」か「投稿者へ返信する」を選択できます。返信の内容によりどちらかを選択します。

友好団体紹介コーナー

★一般財団法人ロングステイ財団

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

★チェンマイロングステイライフの会 (CLL クラブ)

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

★ワールドステイクラブ (WSC)

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

★THE JAPAN CLUB OF KUALA LUMPURKL

(クアラルンプール) 日本人会

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

★北ルソン日本人会 (JANL)

<http://jan.lexblog.jp>

南国暮らしの会 支部一覧

2023年4月現在

支部名	会員番号	支部長名	e-mail アドレス
北海道支部	1706	北川 博敏	kita-1604@nifty.com
東北支部	498	氏家 孝	takashiujiie3322@yahoo.co.jp
関東甲信越支部	1887	山崎 敏憲	sunyama1041@gmail.com
東海支部	1601	高島 恵	kankei@outlook.com
関西支部	1634	長田 隆秀	shunnagi8823@gmail.com
九州支部	581	朝永 清寿	ktomo581@yahoo.co.jp
チェンマイ支部	—		
バンコク支部	—		
ペナン支部	1346	池田 諭	ikedasatoshi5963@yahoo.co.jp
クアラルンプール支部	—		
マニラ支部	—		
セブ支部	198	川上 雅久(代行)	sanes341@yahoo.co.jp
バギオ・パンガシナン支部	—		
ダバオ支部	1261	藤本 晴久	katorudawann@yahoo.co.jp
ハワイ支部	1278	外池 一子	kzk.tonoike.576@gmail.com
ゴールドコースト支部	—		

編集後記

新型コロナも落ち着いてきた現在(3月初旬)、会報部会は皆様から新しい原稿を沢山頂く事が出来て、嬉しい悲鳴をあげております。ご寄稿頂いた方々には厚く御礼を申し上げます。

この会報に寄稿して頂きました様に北海道から東北、関東甲信越、東海、関西、九州まで各支部の支部長さんのご努力により、サロン会やゴルフ、お食事会など活動が活発に行われており、以前の「南の会」に戻ってきて嬉しく存じます。

また、ペナン、ハワイ、セブ、ダバオ、チェンマイの各支部長さん並びに関係者の方に沢山の新しい情報を頂戴いたしました。ぜひ皆様におかれましてはご活用下さいます様をお願いいたします。また海外の支部長さんにご負担をかけないようにして、お仲間づくりして頂ければもっと楽しく海外での生活

も広がる事と存じます。

幸いにも新しい会員さんも入会して頂いています。ウイズコロナです。気を付けながら楽しみましょう。

最後になりましたが、No.60の渡辺義郎さんには、zoomで一か月に一度、二日にわたり70人前後の国内外の方々にパソコンの使い方を教えて下さっています。お忙しい中、サポートして下さい感謝申し上げます。新しく入られた方、またはパソコンが苦手な方はご指導を受けてみてはいかがでしょうか？これからは広報部会、ネット委員会も活動が活発になります。会報を楽しみにしている方々のために会報部会も頑張っています。皆様のご寄稿をお待ちしております。

No.470 細田 良子

「南国暮らしの会」から自己責任の徹底！

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

(参照：「南国暮らしの会」細則第11条【自己責任の原則】)

【連絡先一覧】

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

会報原稿、写真募集期間 年間予定

会報春季号 2月1日から3月10日迄 会報発行予定日 2024年5月11日
原稿募集初日、ML、BBSにて会報担当者名、送信先メールアドレスをご案内致します。

【編集委員】

No.434 大野 悦子 No.470 細田 良子 No.581 朝永 清寿 No.1575 吉田 博 No.1674 神谷 宜門

記事の無断転載・複製を禁じます。

発行者 特定非営利活動法人（NPO法人）

「南国暮らしの会」

©minaminokai

理事長 小西 隆司

<https://minaminokai.com>

E-mail: info@minaminokai.com



投稿写真コーナー



ペナン支部 新年会&歓迎会
Jia Shi Restaurant



北海道支部 (創立20周年記念:
「グランドブリッセンホール定山溪」にて)



関東甲信越支部 (東京駅にて)



東海支部 (浜松城と大河ドラマ館にて)



関西支部 忘年会 (天王寺区上本町にて)



九州支部定期総会 (ロイヤルホテル宗像にて)