アメリカ暮らしを楽しむアトランタのフリーマガジン

www.anisatlanta.com

ANIS ATLANTA

Monthly Japanese Community Magazine

5 2020 No. 5 月１回発行

魅力的な大都会
アトランタ

©JoNi 2013-2020

ANIS ATLANTA, ANIS USA, LLC.　4514 Chamblee Dunwoody Rd., #249, Atlanta, GA 30338
MIYUKI（全般 / お問い合わせ）　Tel: 404-510-8534　E-mail: infojp@anisatlanta.com

英語・日本語バイリンガルの最先端医療サービス

Kuraoka Clinic

倉岡クリニック

当院における新型コロナウィルス感染症への対応について

当院は通常通り開院しており、万全の予防対策を行っておりますので安心してご来院ください。

＜感染予防対策のための予約体制＞

- 健康診断、定期検診、薬のリフィール、小児定期健診、予防接種のご予約は午前のみ
- 外来診察（風邪などの症状）のご予約は午後のみ
- テレビ診察のご予約は随時受け付けております

当院で新型コロナウィルス感染判定検査が可能です。

まずは、お電話でご連絡ください。
予約なしでのご来院はご遠慮ください。

アトランタオフィス

Phone: **770.980.0000**
1640 Powers Ferry Rd. SE
Building 30, Suite 100
Marietta, GA 30067
info@kuraokaclinic.com

完全予約制。いつでもお気軽にご連絡ください！

一般内科・小児科・婦人科検診
人間ドック・予防接種
ペインクリニック・カウンセリング

www.KuraokaClinic.com

スワニー／ドゥルースオフィス

ドゥルースオフィスは新型コロナウィルスの流行が収束するまで、当面、休院することになりました。

日本語で安心の歯科治療

カンバーランドファミリーデンタル

CF デンタル
診療時間
月・水・金・土
9 AM - 6 PM
休診日
火・木・日曜日

日本デンタル
診療時間
火・第 2 土
9 AM - 6 PM
休診日
お問合せ下さい

歯とお口の健康をお守りする「かかりつけ歯科」として
日本人コミュニティーに携わり 20 年以上

カンバーランドファミリーデンタル
TEL: 770.272.1819
100 Galleria Parkway, Suite 670
Atlanta, GA 30339
info@myhaishasan.com
www.MyHaishaSan.com

一般・審美・予防・小児歯科
口腔外科・歯列矯正・インプラント

取り扱い保険・すべての PPO 対応

日本デンタル
TEL: 770.622.2288
4122 Chattahoochee Trace, #204
Duluth, GA 30097
info@myhaishasan.com
www.NihonDentalDuluth.com

ANIS ATLANTA

Monthly Japanese community Magazine

C O N T E N T S

MAY 2020 NO. 5

webサイトも随時更新中
www.anisatlanta.com

05 偉人の名言
06 ニュースダイジェスト
08 メンタルヘルスのために心掛けたい9つのこと
11 縫わないガーゼマスク
13 季節のスープレシピ◎スープ料理家・東條真千子
14 魅力的な大都会アトランタ
23 バイリンガル求職者の就職・転職事情◎PASONA
25 雇用・労働・移民法ニュース◎大蔵昌枝弁護士
26 我楽多横丁こぼれ話◎野呂利　歩
27 子育て知恵袋 in Atlanta◎長谷川ゆかり
28 聖書の言葉◎ますみ
28 髪&ヘアケア◎サロンリーガ
29 健康とカイロプラクティック◎矢島敬朗
30 キャベツと納豆の和風おつまみサラダ
31 教えて歯医者さん◎カンバーランドファミリーデンタル
32 「歯」の話◎植月歯科医院
33 今月の運勢
34 ATLANTAお出かけガイド
34 5月のカレンダー
36 格闘家の戯言◎高橋督
37 クラシファイド広告
38 編集後記

470-428-2388 2345 Cheshire Bridge Rd. Suite 1, Atlanta, GA 30324 www.HAJIME.us

偉人の名言

色々な経験をしてきた偉人だからこそ、発することができる言葉があります。いつも新しい視点に気づかせてくれる偉人達の心に残る名言。

日本の実業家、レーシングドライバー
名前：豊田　章男
国：　日本 愛知県名古屋市
生：　1956 年 5 月 3 日

豊田 章男は、日本の実業家、レーシングドライバー、フィールドホッケー選手。トヨタ自動車社長。フォーブスが 2015 年 11 月に発表した「世界で最も影響力のある人物 73 人」のランキングで 28 位を獲得しています。

慶應義塾大学法学部卒業後、渡米。バブソン大学経営大学院を修了して MBA を取得したのち、アメリカ合衆国の投資銀行、A.G. Becker & Co. にて勤務。1984 年、投資銀行を辞めてトヨタ自動車に入社。

父・章一郎氏に特別扱いはしないと告げられ、入社に際して一般社員と同じように履歴書を提出して社員としての入社を認められました。入社後も係長から平社員への降格人事などを経験し、2009 年に代表取締役社長に就任しました。

ちなみに創業当時は創始者の名前と同じ「トヨダ」の読みだったのですが、米国に輸出を始める際に英語のエンブレムを募集した結果、「トヨタ」の読みで作られたアイデアが多く集まりました。結局、「TOYOTA」が採用されることとなり、これを機にカタカナの「トヨタ」のエンブレムが社旗となります。

世界最大規模の耐久レース、ニュルブルクリンク 24 時間耐久レースにも参加している筋金入りのレース好きとして知られています。トヨタは愛知の企業。愛知県で行われた愛・地球博の公式キャラクターであるモリゾーをもじったモリゾウの名義でブログも展開中。けっこうハードにコースを攻めるレーシングドライバーとしての一面が垣間みられます。

トヨタの今を取材する「トヨタイムズ」のコマーシャルでは、豊田章男社長がハンドルを握り、運転をしながらトヨタの今を語る勇姿を見ることができます。世界最大級の自動車メーカーを率いる豊田章男社長の実像を垣間見ることのできる、何ともかっこいいサプライズです。

1. トップというのは決める事と責任を取る事
2. （自らが）幸せそうな顔をすることが、みんなの幸せになる
3. トヨタは大きくなり過ぎて、お客様から離れてしまっていた
4. 好き、嫌いじゃないですよね。好き、無関心ですよね反対語は
5. トヨタのクルマ造りの DNA を取り戻す
6. 売上が伸びない状況では、何かを止める決断も必要
7. 自分が成長できたとか、生涯変わらぬ友ができたといったことを求めていくのが人生だと思いますし、そういうことを与えられる企業になることこそが、一番大事ではないでしょうか
8. 台数ばかり追わずいいいクルマを丁寧に創っていく
9. 持続的成長のエンジンは、もっといい車作りと人材育成に他ならないと考えております
10. トヨタの強みは 20 年、30 千年先の未来に挑戦し続けるベンチャー精神
11. 移動するということは生きることと同じなのです
12. 僕は背負ってるというより支えられてるって感じなんですよ
13. 僕がピンチはピンチと言ったらおしまいでしょ
14. ちょっと一歩やると新たな変化点が生まれる。
    新たな変化点が生まれると悩んでたことの大したことと無い事と、分かった事と分からないことが分かってくる
15. （2009 年からのリコール問題の際）入社して初めてトヨタの役に立てるかもしれないと実感し、少し嬉しく思えたことも事実です

Kim's
LIMO SERVICE
信頼と安心のタクシー&リムジンサービス
ご予約は日本語でキムタクまで
770-378-1216
rullalimo@hotmail.com
24 時間いつでも！車でお困りのときにはお電話ください
長距離送迎も OK・コリアンタウン案内
空港送迎　・　代行サービス　・　市内観光

皆さまの賢いカーライフをご支援
車買取いたします
車買取、中古車探し、車下取り、車の査定買取、見積もりのことなど何でもご相談ください。
カーマックスよりも高価買取
日本語でキムタクお気軽にどうぞ
770-378-1216
rullalimo@hotmail.com

ニュースダイジェスト

米国の一部の州で活動再開の動き

トランプ米大統領が新型コロナウイルス感染拡大防止のために求めていた外出制限などの緩和を表明したことを受け、一部の州知事らが規制解除に向けて動き始めた。これに対して時期尚早と懸念する声も上がっている。

フロリダ州では 4 月 17 日夜に毎日数時間の余暇活動を許可するとの発表があり、ジャクソンビルの海岸に住民らが繰り出した。現地当局者は、海岸でも互いに距離を置くルールなどがよく守られていると語った。

トランプ氏は 4 月 16 日、全米各州の知事に経済活動再開のガイドラインを提示し、感染者の少ない州は「明日にでも」再開に踏み出すことができると述べた。

テキサス州のアボット知事は 17 日、来週から公園を開放し、24 日には小売店の営業も再開するなどの緩和措置を指示。ミネソタ州でも 18 日からゴルフや狩猟などの野外活動が解禁された。だが全米でも感染者が特に少ないモンタナ州のブロック知事は 17 日、同州はまだ感染減速の条件を満たさず、再開の段階にないとの見解を示した。フロリダを含む 31 州と首都ワシントンは、休校措置を今夏の年度末まで続けるとの方針だ。

ニューヨーク州では入院患者や集中治療室（ICU）収容、気管挿管の患者がいずれも減少に転じているが、クオモ知事は 17 日の会見で、再開に近づいたとはいえないと強調。感染状況の監視に不可欠な検査体制が全く追いついていないと訴え、連邦政府の支援を求めた。ニュージャージー州のマーフィー知事も、再開に向けた鍵は検査体制だと主張し、尚早な規制解除は危険だと指摘した。

新型コロナで持ち帰りや宅配に業態転換

新型コロナウイルスのパンデミック（世界的な大流行）により、米国の高級ダイニングの風景は大きく変わった。すでに多くのレストランが閉店し、営業を続ける店も料理を提供し続けるための別の方法を模索している。

最近はミシュランガイドの星付きレストランが相次いでテイクアウト（持ち帰り）やデリバリー（配達）の分野に進出するなど、高級料理店も様変わりしている。米国で最初に新型コロナウイルスの深刻な被害を受けた都市のひとつであるシアトルにある老舗高級レストラン「キャンリス」は今、ミールキットに注力している。

「ファミリーミール」と呼ばれるこのキットは２～４人分で、４種類の料理で構成されている。メニューは毎日変わり、予約サイトで注文可能だ。また家庭でも店の雰囲気を味わえるように、毎夕、同レストランの「売り」のひとつであるピアノ演奏のライブ配信を行っている。

受賞歴のあるレストラン「アリニア」や「ネクスト」「ロイスター」、カクテルバー「ジ・エイビアリー」などを傘下に持つシカゴのアリニア・グループも、コロナ禍で米国内のレストランの予約が激減しているのを見て、テイクアウトサービスを始めた。

現在、同グループのレストランは、それぞれ１種類の料理のみを提供しており、その料理は頻繁に変わる。共同所有者のニック・ココナス氏は「１つのことに丁寧に取り組むことは非常に大切なことのひとつだ」と語る。

マンハッタンにあるテイスティングメニュー専門レストラン「コントラ」とワインバー「ワイルドエアー」の共同オーナー、ファビアン・フォン・ハウスケ氏は、２つの店の情熱と料理を１つのボウルの上で組み合わせた「コントレアー」を発売した。

BUNKADO
文化堂
オンラインレッスンを行っています
音楽レッスン（ピアノ・エレクトーン）
語学クラス（英語・日本語）
英語クラスは、学校の宿題の補佐も行っています
随時生徒さんを募集していますので、お気軽にご連絡ください
404-808-3268
お問合せはさおりまで
Bunkado.sl@gmail.com

動物園の動物、殺処分して餌にする「最後の手段も」

新型コロナウイルス対策のため休園中の動物園が窮状に陥っている。ドイツ北部ノイミュンスターの動物園は「最後の手段」として、園内の動物の一部を殺処分して、別の動物の餌にすることを検討せざるを得なくなったと明らかにした。

ノイミュンスター動物園は 100 種類以上の動物 700 匹あまりを飼育している。園長がドイツ通信に語ったところによると、同動物園ではコスト削減のため、安楽死させる動物をリストアップして順序を付けた緊急対策の草案を作成した。

安楽死させる候補の筆頭にリストアップされた動物は不明だが、一番最後の候補としてホッキョクグマの「ビトゥス」が掲載されている。

園長はドイツ通信に対し、「最悪の場合、餌を調達する資金がなくなれば、あるいは業者が新たな制限のために餌を供給できなくなれば、動物たちを殺処分してほかの動物の餌にするだろう」と述べ、動物たちを餓死させるよりは、安楽死させる方を選ぶと語った。

フェラーリ、呼吸器バルブと防護マスクの部品を生産

イタリアの高級自動車メーカー「フェラーリ」は 4 月 19 日までに、同国で甚大な被害が出ている新型コロナウイルスへの対応策を支援するため人工呼吸器用のバルブと防護マスクの付属部品の製造を開始したとの声明を発表した。

患者の治療に当たる医療従事者を支える対策の一環として、マラネッロにある同社工場で生産を始めたと説明。イタリアの民生保護当局と協力し、今後数日の間に数百個規模のこれら備品の生産を計画しているとした。

完成すればベルガモ、ジェノバ、モデナやサッスオーロなどを含むイタリア各地の病院へ輸送する予定。ボローニャ近くに位置するメディチーナ町の保健衛生従事者にも提供すると述べた。

フェラーリの今回の対応を受けイタリアのディマイオ外相は声明で、医療従事者を助ける同社の努力を国として誇りに思うとたたえた。

大型イベントの再開は来年か

米カリフォルニア州ロサンゼルスのガルセッティ市長は 4 月 15 日、大勢の人が集まるスポーツやコンサートなどのイベントが同市で再開できるのは、2021 年になるかもしれないとの見通しを示した。

ガルセッティ市長は、「近いうちに数千人が集まることは想像しがたい。今年はそのつもりでいなければならないと思う」と指摘。ワクチンや医薬品の開発、あるいは集団免疫の獲得には、まだ時間がかかるとの見通しを示した。

これはニューヨーク市のデブラシオ市長の見方とも共通している。デブラシオ市長は 4 月 15 日、「私の市は真に、着実に進展させなければならず、一部のソーシャル・ディスタンシング（社会的距離の確保）基準をほんの少しでも緩和することさえ考え始めなければならない」「もちろん職場には戻ってもらいたいし、子どもたちは学校に戻ってほしい。だがその行程には何カ月もかかると思う」と語った。

ロサンゼルス、ニューヨークとも巨大なメディア市場が存在し、スポーツやコンサートなどの大型イベントの舞台でもある。このためソーシャル・ディスタンシング対策の緩和をめぐる両市長の発言には特に注目が集まる。

洗練された技術とセンスを誇る暖かみ溢れる癒しのサロン!
Salon i
サロンアイ・日本人オーナー
ご予約はお電話又はウエブページで
678-762-7800
www.salon-i.com

メンズヘアカット ＄30~
レディースヘアカット ＄45~
（シャンプー・スタイル込み）
Monday - Closed
Tue - Sat 10 - 6 PM
Sunday 10 - 5 PM
3719 Old Alabama Rd. Johns Creek, GA 30022

AKEMI
HAIR
ストレート・デジタルパーマ、カラーなど、日本での10年の美容師経験を生かし、お客様がご満足いただけるサービスを提供します。
アロマセラピストとして、エッセンシャルオイルを使った頭皮又身体の健康をもアドバイスをさせていただきます。

akemihandmacher@yahoo.com
Peachtree Battle Shopping Center
2391 Peachtree Rd. Suite B3d, Atlanta, GA 30305
（ご予約は日本語でどうぞ）
770-314-1840
TEXT 可

メンタルヘルスのために心掛けたい９つのこと

世界中でいま何が起きているかを知り、理解するほど、身体的な健康を心配するようになる人が多いだろう。だが、そうした心配の一方で、私たちの精神的な健康もまた、大きな打撃を受けている。

新型コロナウイルスのパンデミック（世界的流行）との闘いのなかで高まるストレスに対応することを助けするためとして、多くの組織がガイドラインを公表している。それは、そうすべきもっともな理由があるからだ――人間にとって非常に不自然な行動が、いま不可欠な行動とされているためだ。

新型コロナウイルスとの戦いにおいて、私たちが手にしている強力な武器の一つは、社会的距離の確保（ソーシャル・ディスタンス）だ。以下、外出自粛を続けるなかで実践したい、いくつかのことを紹介する。

1. ルーティーンを持つ（数は多い方がいい）

米アデルファイ大学心理学部のデボラ・セラニ教授は、年齢にかかわらず誰にとっても、メンタルヘルを維持するためにはできる限り多くのルーティーンを持つことが有効だと指摘する。「スケジュールを組まずに過ごしていれば、退屈する時間ができる。それが不安やうつの原因になるのだ」という。

また、ルーティーンを持つことは、“決定疲れ”を避けることにつながる。選択肢があまりに多いことが、私たちを精神的に参らせたり、極度の疲労を感じさせたりする原因になる。

2. 自宅での運動を習慣にする

自宅での運動には、21 世紀らしいサービス（ペロトンやミラー）を利用することから、昔ながらの方法（トレーニングビデオや、しまい込んであるダンベル）を取ることまで、いくつものオプションがある。オンラインワークアウトプログラムを提供する各社は現在、無料のサービスや加入当初の無料期間の延長などを行っている。

心拍数を増やしたり、筋肉を付けたりするのに役立つ運動

JUNO
MEN'S HAIR STUDIO
ボディマッサージをいたします！女性も大歓迎
男性カット $17 (シャンプー込)
◎シャンプーなしカットは＄15
◎毛染めもいたします。
営業時間　月曜日～日曜日 10AM ～ 7PM
678-957-9091
予約の必要なし！飛び込みOK
Pleasant Hill Rd
Exit 104
Steve Reynolds Blvd
103
Satellite Blvd
85
★Nukoa Plaza 2F
3230 Steve Reynolds Blvd. #206 Duluth, GA 30096

Eri
HAIR STUDIO
日本とニューヨークでの美容師経験。お客様の大切な髪のために日本製プロダクトを使用しています
●デジタルパーマ　$150 ~
●酸性縮毛矯正(日本製薬剤　$150 ~
着物着付けヘアセット・ブライダル出張承ります
またお写真だけでもご相談ください
ご予約はエリまでテキストまたは LINE でお願いします
770.310.5515　Salon Scissor Hands 内
2570 Pleasant Hill Rd #105 Duluth GA 30096

はどのようなものでも、心身の健康維持に適している。

3. できるだけ屋外（自然を感じる場所）に出る

人との間に 6 フィート（約 1.8m）のスペースを空けることを、忘れてはいけない。都市部に住む人たちはよく分かっているだろうが、これには多少の努力が必要な場合もある。だが、できないことではない。

比較的最近に発表された数多くの研究によれば、自然の中で過ごすことは心身のどちらの健康にも有効だ。特に、不安の解消とうつの改善に効果があるとされている。

4. 家のなかを片付ける

時間があるときに家の中を片付けることは、生産的な行動を取っている、行動を管理できていると実感するための良い方法だ。

セラニ教授によれば、「研究によると、掃除には予測可能性があり、不確実性に直面する私たちにとって、物事や自分をコントロールできているという感覚を与えてくれるものになる。さらに、私たちにダメージを与えるストレスから一時的に（精神的、感情的、身体的に）、引き離してくれるものでもある」

5. 瞑想をする／ただ呼吸を意識する

すでに非常に多くの人たちが知っているとおり、瞑想については数多くの研究が行われており、うつ病や不安の症状を軽減し、脳にも影響を及ぼすことがわかっている。

また、研究者らによれば、「特定の種類のパニック発作など過覚醒や過度のストレスには、それらを抑えるためのゆっくりした呼吸が臨床的に有用であることが確認されている」という。

6. 社会的つながりを維持する

人間は基本的に社会的な生き物であり、危機のときに集まりたいと思うのが自然なことだ。だが、残念ながら私たちにたった今できることは、それと反対のことだ。

そのため私たちに必要となるのは、心理的な距離の近さと共同体意識を保つために創造的であることだ。メールをやり取りしたり、ソーシャルメディアを使ったりするのもいいだろう。だが、電話やテレビ電話で話したり、屋外で安全な距離を保ちながら直接話したりする方が、はるかに良いと考えられる。

7. 誰かの役に立つ

たとえほんの小さな親切でも、誰かの助けになることは、私たちのメンタルヘルスに大きな効果をもたらす。それは、過去の複数の研究から明らかになっていることだ。また、ネガティブな出来事から立ち直ることや、回復力を高めることには目的意識を持つことが有効ということもわかっている。

現在のような危機のなかで誰かを助ける方法を見つけることは、私たち自身の健康に非常に良いことだと考えられる。

8. 感謝の気持ちを示す

現在のような状況では、特に失業や病気など、パンデミックがもたらす残酷な現実を実感している人たちにとっては、これを実践するのは簡単なことではない。

だが、過去のいくつもの研究結果が示すとおり、今の自分の状況に感謝することは、私たちのメンタルヘルスに非常に有益なことだ。ある研究では、週に 1 度、自分が感謝できる 5 つのことを書き留めていくことが、幸福感の向上と強く関連していることがわかったという。

9. 自分に対して寛大になる

物事が思いどおりにならなくても、自分を責めてはいけない。自分に腹を立てることは、まったく逆効果だ。スケジュールどおりに行動できなくても、計画したとおりに毎日運動することができなくても、長い面でみればそれらは、それほど大きな問題ではない。

ANIS ATLANTA あなたのビジネスを応援します!!

広告募集。

お問合せは E-mail: infojp@anisatlanta.com Tel: 404-510-8534

クラシファイド・求人広告・取材記事・連載コラム・日本人コミュニティのイベント取材依頼や告知なども受け付けております

RE/MAX Around Atlanta

240 Sandy Springs Place, Atlanta, GA 30328

アトランタで家を買う 売る 借りる

地元に精通したプロに、あなたの
「夢の第一歩」をお任せください！

RE/MAX AROUND ATLANTA

木村　恵一

ご購入・買い替え・売却、賃貸、投資、住宅ローン
に至るまで、お家全体のご相談を承ります。
日本語でお気軽にお問い合わせ下さい。

Around Atlanta Realty　木村　恵一
404-626-7541　kkimura@mrkteam.com

木村と同じオフィスで、27年間キャリアと実績を重ねて参りました。アトランタで生まれ育ち、地域を熟知しております。豊富な経験を生かした卓越したサービスをご利用ください。アソシエートの平田が日本語でお手伝い致します。安心してご相談下さい。お家の売買、投資のご相談をお待ちしております！

David Hutchins

David Hutchins with RE/MAX Around Atlanta
Cell: 404-550-0533
email: davidhutchins@davidhutchins.com

レストラン、店舗等の商業物件のリースと売買
一般住宅と投資物件の売買
物件管理業務

ヤング恵美子
Emiko Yang

404.423.6558
E@RealtorEmiko.com

不動産の事なら何でもご相談ください！

LANDMARK
COMMERCIAL & RESIDENTIAL PROPERTIES, LLC
678.218.0188

お客様との関係を大切にアフターケアを心がけています

さくら不動産

慣れない海外の暮らしをサポートします。

住まい探しから、ユーティリティの開設までお任せください！

おすすめ物件

●Johns Creek（賃貸物件）
内装リフォーム済み（外装塗装済み）、4 ベッドルーム、2.5 バスルーム、フォーマルリビング / ダイニング、ライブラリ / 書斎、2 階建て、吹き抜けのリビング、フロアリング（1 階）、車庫 2 台分、ロータリー、コミュニティ内にプールとテニスコートあり、Shakerag Elementary/Rivertrail Middle/Northview High 校区、$385,000

●Suwanee（投資案件）
3 ベッドルーム、3.5 バスルーム、タウンホーム、3 階建て、コーナーユニット、フォーマルダイニング、リビングルーム、フロアリング（1 階）、車庫 2 台分、コミュニティ内にプールとテニスコートあり Level Creek Elementary/North Gwinnett Middle/North Gwinnett High 校区、$285,000

●Duluth（賃貸物件）
4 ベッドルーム、2.5 バスルーム、2 階建て、吹き抜けのリビング、フロアリング（1 階）、洗濯機 / 乾燥機込み、庭の手入れ込み、4 月上旬入居可、Mason Elementary/Hull Middle/Peachtree Ridge High 校区、$1900/ 月

●Dacula（商用地）
4.08 エーカー、C-4 ゾーニング、Highway 316 沿い、$430,000

●Snellville（商用地）
0.6/2.05 エーカー、C-6/R-1 ゾーニング、$296,750

他、オフィスや店舗（リテール、レストランなど）の斡旋もしております

薄　俊彦
TOSHIHIKO SUSUKI

3700 Crestwood Pkwy, Suite 380, Duluth, GA 30096
Tel: 404.454.7402
e-mail: tsusuki@sakurarealty.com

春一番
Haru Ichiban Japanese Restaurant

LUNCH : Mon-Sat 11:30am ~ 2:30pm
DINNER : Sun-Thu 5:30pm ~ 10:00pm
Fri & Sat 5:30pm ~ 10:30pm

各種パーティのご予約受付中個室もご用意しております
代行サービスもいたします

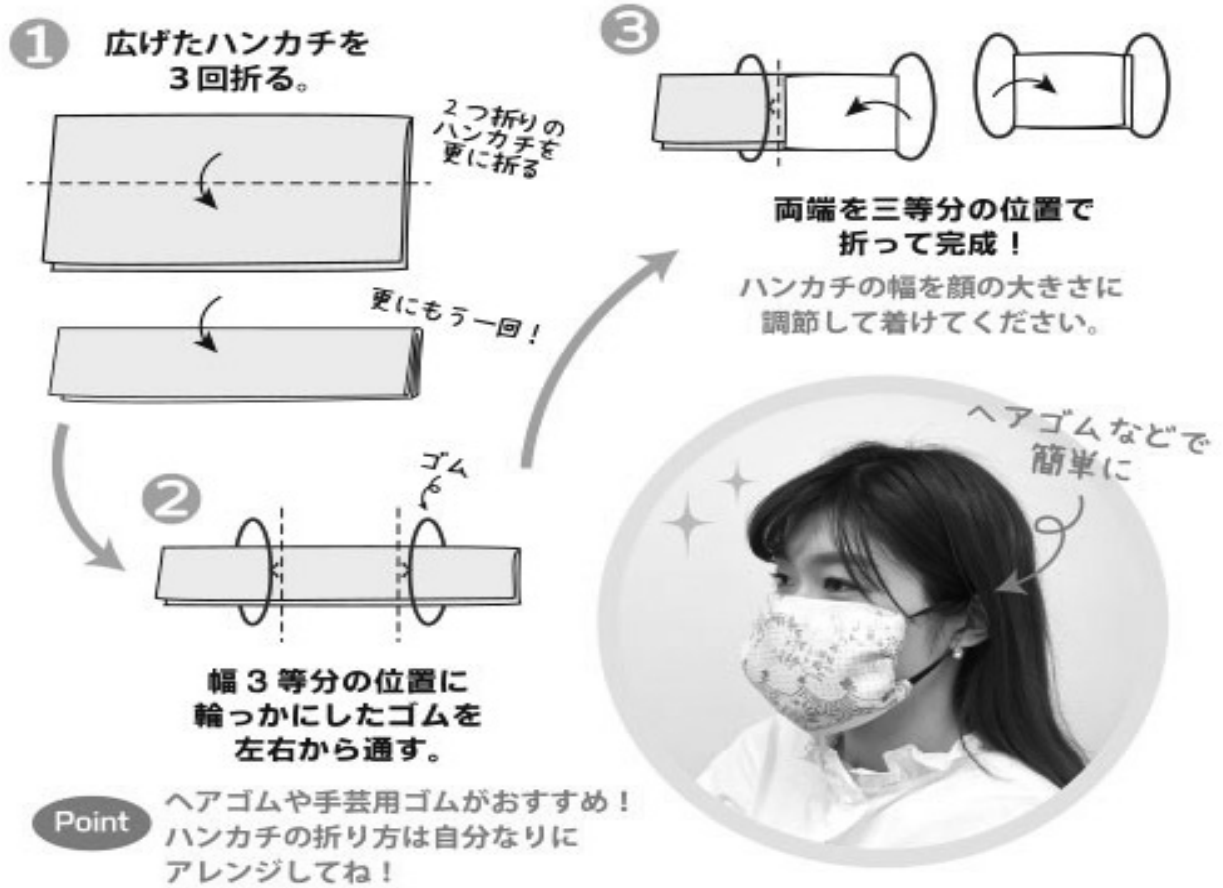
770-622-4060
3646 Satellite Blvd. Duluth, GA 30096

www.haruichi.net

縫わない ガーゼマスク

ゴムひもやヘアゴムとハンカチなどを組み合わせるだけで、簡単にマスクを作ることができます。

新型コロナウイルスの感染防止のためのマスクに関する素晴らしい情報が、川辺株式会社によって公開されました。内容は、ハンカチとヘアゴムなどで、簡単に作れるハンドメイドマスクを紹介するもので、面倒な作業は一切不要です。動画まで公開されておりますのでご参考にしてください。詳細は https://www.kawabe.co.jp/handkerchief_recipe.html



住宅 “売買·賃貸·投資”は信頼と実績の

HT International Realty LLC

Hisako Paris Tsumagari

津曲久子までお問い合わせ下さい。

お客様の大切な不動産、親切丁寧にお仕事いたします。

Tel. 770-851-7030

Email: htparis@gmail.com

HT International Realty, LLC

不動産の売買・賃貸はエージェント次第

お客様の最も重要な仕事はエージェント選びです。エージェントがお客様のために働いてくれるかどうかが、キーポイント。アトランタの不動産物件に関するご相談は、豊富な情報、信頼あるサービス、長年の経験を持つ内田までお電話ください。

Hiroko Uchida Duerkoop

内 田 弘 子

直通：７７０−４４８−３２０４

Cell: 770-842-7794

E-mail: hiroko.us@comcast.net

ホームページ：www.hiroko.us

美味い、安い、早い、楽しい、の四拍子揃った日本人経営の純和風の居酒屋です。日本各地の地酒や日本の生ビールも用意しております。お料理は新鮮なお造りから締めのラーメンなど 100 種類以上のメニューからお選び頂けます。その他にも九州直送の鮮魚や日替わりのおすすめ料理も用意して御座います。平日と土曜日、銀やは 12 時まで営業しておりますので夜 10 時以降のご来店も大歓迎です。銀やは空港から約 15 分の距離ですので、出張帰り等にご利用頂けます。皆様のご来店を従業員一同心よりお待ちしております。

Illustration: wato

スープ料理家・東條真千子の

あついスープはあついうちに、つめたいスープはつめたいうちに。

季節の食材を食べるのは、体にとってとても大切なこと。
おうちで簡単に作れる、季節のスープレシピをご紹介します。

そら豆のポタージュ トマトホイップのせ

材 料（2人分）

そら豆…16房（450g）
→房から出した豆…160g
にんにく…1/2片（3g）
水…350cc
牛乳…50cc
オリーブオイル…小さじ1/2
塩…小さじ1/4

〔トマトホイップ〕
生クリーム…大さじ2
トマトペースト…小さじ1

Photo: Kevin Kawashima

作り方

1. 鍋に水を入れ、房から出したそら豆と皮をむいたにんにくを入れて中火で15分煮込む。
2. オリーブオイルを入れて火を止め、ハンドブレンダーを鍋に入れてスープをなめらかにしたあと、漉し器でへらを使ってしっかり漉す。
3. 漉したスープを鍋に戻して弱火にかけ、牛乳、塩を入れる。沸騰する直前で火を止める。
4. 生クリームとトマトペーストを小さなボウルに入れて、泡立て器でツノが立つまでホイップし、スープにトッピングする。

新型コロナウイルスの影響で世界中が静まり返っています。私の住むLAでも街はひっそりと静まり返り、今まで見たことのない景色に変わってしまいました。でも、普段外食ばかりだった家庭も、家でごはんを作る機会が増えたそうです。長く家にとどまるのは辛いですが、少し立ち止まって、健康的な食生活について考える貴重な時間にしたいものだと思います。

さて、世の中でいろんな事が起こっても、自然は静かに動いて春になり、また夏に向かっています。この時期、短い旬の野菜といえばそら豆。何とも独特の旨味のある豆で、茹でたり焼いたり煮物にしたりして食べますが、今回はポタージュでたっぷりと！冷やしてもおいしいスープです。トッピングのトマトクリームは簡単なのにレストランの味！ぜひお試しください！

レシピは日本で発売中の著書より抜粋しています。

YouTubeチャンネルでスープ教室動画の配信始めました！
TOJOMACHIKO soup channel でぜひご登録を！

東條真千子

スープ料理家。TOJO MACHIKOブランドで無添加スープの商品展開を行う。出版、メディア出演、食育スープ教室など開催。
現在はロサンゼルスと故郷鳥取の二拠点で、商品開発と手作りスープの啓蒙活動を行う。tojomachiko.com

魅力的な大都会 アトランタ

センテニアルオリンピック公園

ダウンタウンの中心部にあるセンテニアルオリンピック公園（Centennial Olympic Park）の付近にはアトランタの人気観光スポットがいくつもあります。1996 年の夏季オリンピックのために作られたこの公園は、野外コンサートを楽しんだり、ファウンテン・オブ・リングズ（Fountain of Rings）で遊ぶ子どもたちを眺めたりできるすてきな場所。音楽フェスティバル、休日のさまざまな祭典など、イベントには数百人もの人が集まります。

ジョージア水族館

810 万ガロンの巨大タンクを持つ世界最大の水族館としてオープンしたのが、ジョージア水族館。年間 200 万人以上もの人たちが来場する、アトランタで一番の人気スポット。大きなアクリルの壁から眺める海の世界は、まさに圧巻！ そのスケールと美しさは、言葉では言い表すことができないほどです。Dolphin Tales（イルカのショー）は、巨大な屋内プールとステージは照明と音響で演出され、イルカたちの華麗な泳ぎやジャンプは迫力満点！素晴らしいパフォーマンスをご覧いただけます。

ワールド・オブ・コカ・コーラ (World of Coca Cola)

200 点以上の展示があるコカ・コーラの博物館。世界中からたくさんの人々が押し寄せます。コカ・コーラに関する様々な雑学もあり、ファンにはたまらないトリビアがいっぱいです。コカ・コーラがどのようにブランドを大衆文化の象徴としたかについても見てとることができ、とても興味深いものがあります。Taste it という試飲コーナーでは、世界中のコカ・コーラ製品を味見することができます。豊富なコカ・コーラグッズを取り扱うショップなど見どころ満載。

活気に満ち、にぎやかなジョージア州の州都アトランタの魅力をご紹介

ピードモントパーク（Piedmont Park）

高層ビルが立ち並ぶミッドタウンと、戸建て住宅が広がるヴァージニアハイランドの中間にあります。19 世紀にアトランタで開かれたふたつの展覧会の開場として整備された約 76 万平方メートルの都市公園。広大な敷地内にはクララ・ミアー湖やスポーツ・フィールドを中心にたくさんのウォーキングトレイルが張り巡らされ、歴史的な建物を改修したビジターセンターや植物園、図書館、イベント会場などを併設しています。

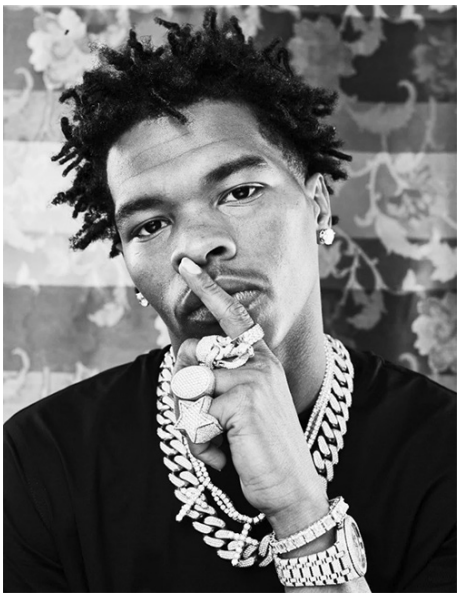
アトランタベルトライン（Atlanta BeltLine）

アトランタ市内を蛇行して抜ける鉄道線路跡につくられた多目的トレイルで、ジョージア工科大学のライアン・グラーヴェルが書いた修士論文のアイデアをもとにしている。ウォーキング、ランニング、自転車用のトレイル、パブリックアート、公園などがつくられ、店舗やレストランが集まる地域ともつながっている。東側の部分はすでに完成している。アトランタ市は南と西に広がる部分に取り組んでおり、最終的には約 35km の環状道路になる予定です。

マーガレット・ミッチェル・ハウス

小説家マーガレット・ミッチェルが、名作『風と共に去りぬ』を執筆した部屋を改装して博物館として一般公開しています。アトランタのミッドタウンにあるこのアパートは、ミッチェルが実際に暮らしていた居住エリア、彼女の生い立ちを展示エリア、1939 年に映画化され大ヒットとした映画『風と共に去りぬ』の博物館、ギフトショップが併設されています。博物館で、実際に撮影に使われた衣装や台本、映画のポスターなど映画関連物が展示されています。

アトランタは
HIP HOP の聖地



アトランタはニューヨークタイムズ紙から「ヒップホップの重力の中心地」、ニュースサイトのデイリービーストからは「アメリカ文化の新しい首都」と評されており、90 年代からこのようなタイトルをずっと保持しています。

アメリカのヒップホップやラップのトップアーティストの多くはアトランタ出身者です。たとえば、T.I.、Gucci Mane（グッチ・メイン）、Ludacris（リュダクリス）、Young Thug（ヤング・サグ）、Kelly Rowland（ケリー・ローランド）、Childish Gambino（チャイルディッシュ・ガンビーノ）、Soulja Boy（ソウルジャ・ボーイ）、Future（フューチャー）、2 Chainz（2 チェインズ）、Migos（ミーゴス）、André 3000（アンドレ 3000）は皆アトランタをホームタウンと呼んでいます。

ヒップホップは 1970 年代初頭に、ニューヨークのサウス・ブロンクス地区で生まれました。その地域には、貧困でドラッグにおぼれる人や、ストリート・ギャングが多い地区であり、古いボロボロの建物が並ぶ町です。

1970 年代当時、世間ではディスコが大ブームでした。でも、貧困なアフリカ系アメリカ人の若者達は、ディスコに遊びに行くお金がないので、彼らは公園に集まりパーティーをするようになります。

家から運んできたターン・テーブル (レコード・プレーヤー) を、外灯のコンセントに差込み、DJ がレコードを回すなかでダンサーが踊り、グラフティー・アーティストは建物や列車に絵を描き、MC はラップを披露しました。

パーティーは、ブロック・パーティーと呼ばれ、貧困な若者達は、お金のかからない公園で遊びました。ヒップホップのオールドスクールの始まりです。

ヒップホップの歴史は、ブルースやジャズなど他の黒人音楽とは異なり社会全体の歴史と切り離せない部分があり、それには理由があります。

それはヒップホップ自体が「音楽」の一ジャンルではなく、グラフィティーやブレイクダンスなどもその一部とする総合的なアートであるためアメリカの社会的、経済的変化を直接反映する傾向にあったからといえます。

そのため、ヒップホップについてちゃんと語ろうとするとその時代の社会、政治、文化の状況についても抑える必要があります。

アトランタは一体どのようにしてアメリカのヒップホップ界におけるメインストリームの 1 つとなったのでしょうか。それは、多くの人々の努力と強力なコミュニティの存在を抜きには語れません。

アメリカの音楽業界は、ジャンルを問わず、今も昔もニューヨーク市とロサンゼルスに 2 分されてきました。しかし 90 年代に入ると、Usher（アッシャー）、TLC、OutKast（アウトキャスト）といったアーティストがアトランタで名をなすようになり、音楽の 2 大都市以外でもよい音楽を創れることをアメリカ中に証明したのです。

ところが、アトランタにおけるこの盛り上がりはすぐには暖かく迎え入れてもらえません。1995 年に OutKast（アウトキャスト）がソースアワードのベスト・ニュー・ラップ・グループ賞に輝くと、まったく予想外のアーティストが脚光を浴びたとして、特にニューヨークのコアなファンからはブーイングが起きるほど。それでも、確かにこのとき、ヒップホップの世界の新時代の幕が開けたのです。

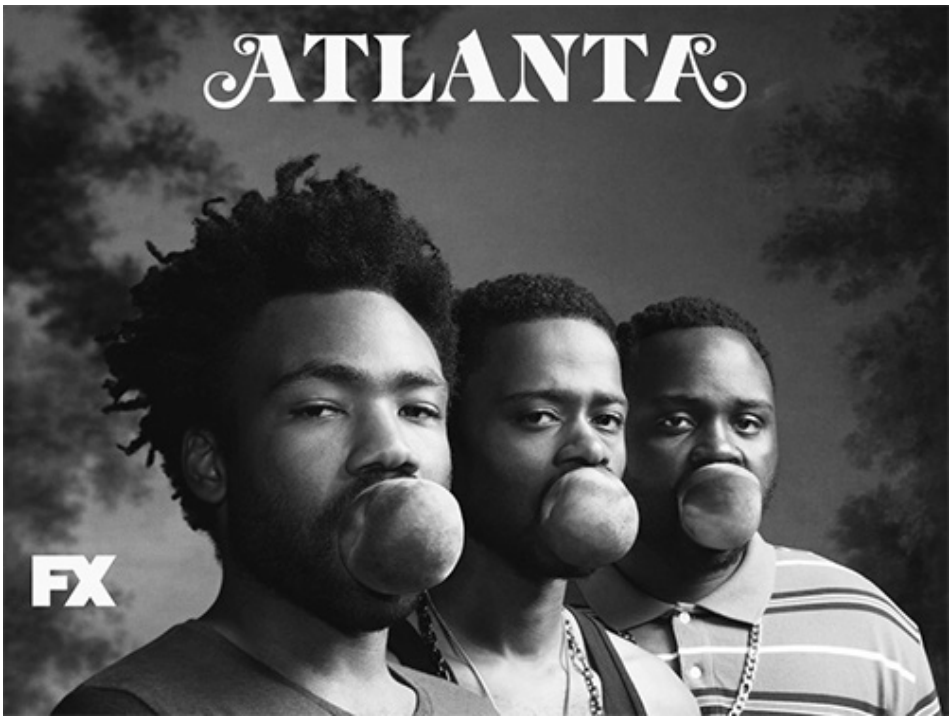
その後もアトランタのミュージシャンたちはヒットチャートの上位に食い込む音楽を創り続けています。そればかりか、独自のリズムとフロウを持つまったく新しいスタイルのラップやトラップもアトランタから生まれています。ヒップホップ界において見過ごすことなどできないほどの勢力を持つに至った、素晴らしく個性的なスタイルとコミュニティを作り上げたのは、アトランタのミュージシャンやプロデューサーたちでした。

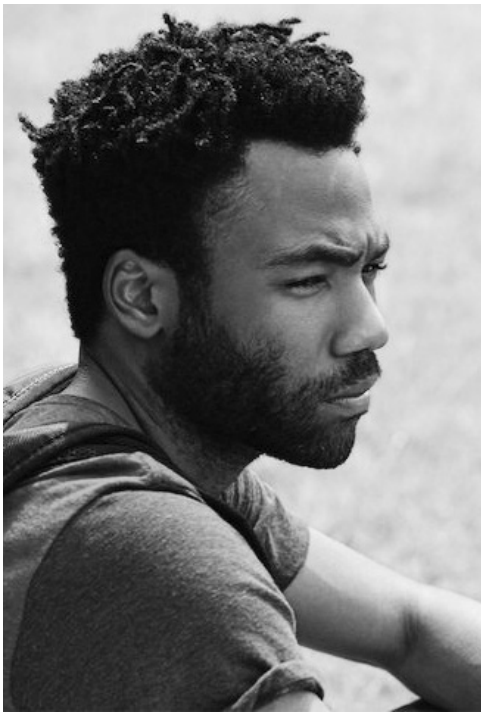
アトランタは Gucci Mane（グッチ・メイン）、Young Thug（ヤング・サグ）、Migos（ミーゴス）、そして新たなシーンを牽引する Lil Baby（リル・ベイビー）らは地元の名門レーベル“クオリティ・コントロール”による舵取りのもと、音楽業界内にコミュニティを育んでいった結果、ソロそしてコラボレーション・ユニットとして、独自の音楽を創り上げていくことを可能にしました。

アトランタには現在、300 を超えるレコーディングスタジオ、60 超のライブハウスがあります。さらに、ベテランアーティストから今一番ホットなアーティスト、ぐんぐん頭角を現しているアーティストまでが出演するフェスティバルが 30 ほど開催されています。

アトランタのラッパーは相変わらずヒットチャートの首位に輝き、アトランタという街がいかに特別な存在であるかということを印象付けています。ヒップホップの主要な中心地として、アメリカで新しい才能が見つかる場所としてアトランタが注目を浴びるようになった裏には、そのコミュニティの存在が大きく貢献しています。

Atlanta Hip Hop Tour





精巧な脚本と映像美で贈る世にも奇妙なダーク・コメディ

ドラマ「Atlanta」

アトランタを舞台とした Netflix ドラマ「Atlanta」をみたことがありますか。

「Atlanta」は Netflix で配信されているドラマシリーズの 1 つ。（配信局は FX である）金なし、夢なし、行く当て無しのドナルド・グローバー（またの名は Childish Gambino）がいとこのラッパー、アーンことペーパー・ボーイ（PAPER BOI）のマネージャーとなり四苦八苦しながら毎日を乗り越えていくという非常にシニカルなコメディードラマである。

しかしただのコメディードラマではない。この作品は監督であるヒロ・ムライとドナルド・グローバーによる社会問題を取り扱った作品でもある。

特にダニエル・グローバーは Childish Gambino として黒人の歴史や社会問題を代表曲「This is America」（Youtube で検索してみてください）で取り扱うなどとしており、本作品の中でも黒人の経済的な問題、性に関する問題、人種的な問題にスポットライトを当てるシーンも見られる。

ヒロ・ムライ

作曲家である村井邦彦の息子として 9 歳ごろ東京からロサンゼルスへ渡ったヒロ・ムライは、宮崎駿とディズニーの作品をきっかけに映画の道を志すようになる。

ムライさんの作風は、シュールレアリズム、ドリーム・ロジック、そして「日常の中の奇妙さ」「瞬間的超現実」と評されることが多い。

ムライさんが MV を監督した「This Is America」は、MV では、ガンビーノさん（歌手名は Childish Gambino）が人々を銃撃しながら「これがアメリカだ！」と歌うシーンがあるなど、アメリカの銃社会を痛烈に風刺する映像が反響を呼んでおり、2019 年グラミー賞の最優秀 MV 部門を受賞した。楽曲自体も、「年間最優秀楽曲」などを受賞している。

レモンペッパーチキンウィングズ

レモンペッパーウイングはアトランタ発祥のウイング、ちょっと甘くてすっぱくてペッパーがピリッと絶妙のコンビネーションです。これを食べなくては、話が始まらない。

アトランタのレジェンドラッパーである Rick Ross も WINGSTOP を経営しているぐらい、レモンペッパーウイングは、アトランタのとても重要なカルチャーの一つです。ご紹介する "THE ORIGINAL" J.R.CRICKETS はアトランタのトラディションと言われる有名店。

色々なお味のウイングをオーダーすることができいますが、とにかく私のおすすめはホットレモンペッパーウエットウイング。ホット（辛い）といってもあまり辛口ではないです。

ウイングはいつも絶妙の揚げ方で、ホームメードのブルーチーズソースと一緒にいただくと、極上のハーモニーを醸し出します。

その他にはバーベキューリブもおすすめで、ソースは甘すぎることなく、お肉はとても柔らく、骨からほろりと外れてしまします。私はいつもシュリンプとウイングのコンビネーションをオーダーします。シュリンプの衣はカリッと揚げられているのに、衣の中のエビはプリプリでこちらも絶妙の揚げ具合。こちらはカクテルソースで頂きます。

ウイング以外に、STEAK AND CHEESE PHILLY サンドイッチ（ここのベストセラー）、シーフード（シュリンプやフィシュ）、ワッフルやなどもあります。

ちなみにここ南部では、チキンウイングとワッフルのコンビネーションはとてもポピュラーです。アトランタのロコのお味を楽しんでみてください。

TANAKA Japanese Restaurant **770-740-1488**
Rosewell Fiesta Shopping Center
11235 Alpharetta Hwy., Ste 122, Roswell, GA 30076

ランチ	火 - 土曜日	11:30am - 2:00pm
ディナー	火 - 木曜日	5:30pm - 9:30pm
	金・土曜日	5:30pm - 10:00pm
定休日	日曜日・月曜日	

kw CHATTAHOOCHEE NORTH
KELLERWILLIAMS

世界最大 エージェント数	アメリカ最大 取引額	アメリカ最大 取引件数
#1 AGENT# 183,000+	#1 VOLUME $336B+	#1 UNITS 1.1M+ /Yr

＜新型コロナウイルス対策について＞

ケラーウィリアムス社/グローバルコーポレートグループでは、各分野の専門家、不動産関連協会、各国のエージェントと情報交換をしながら、お客様とそのご家族が新型コロナウイルスの脅威から守られるよう日々体制を整えております。

具体的には、すべてをオンライン・バーチャル形式のコンサルティング・内見・クロージング・締結・決済までの流れとそれらを実現するプロフェッショナルチームをご紹介しております。クライアントの状況に合ったサポート体制を提供させていただく為、無料相談も行っておりますのでお気軽にご連絡ください。

投資物件 Investment → 売買 Buy/Sell → 賃貸 Rental → 企業サポート Corporate

田村克之
KEN TAMURA
不動産エージェント

Keller Williams Realty/Global Corporate Group
3930 E. Jones Bridge Rd, #100 Norcross GA 30092
Direct. 770.403.9242（日本語） **Office. 678.578.2700**
www.globalcorporategroup.com *kentamuragcg@gmail.com*

YOKOHAMA

678-580-3455

5412-B Buford Hwy NE
Doraville, GA 30340

5 月の特別プロモーション

- スペシャルランチ弁当　$12.99　（ランチのみ）
- ラーメン　30%引き
- •全てのスペシャルロール 30%引き（5 月末まで）

全てのメニューはテイクアウト可能です。

Karaoke Lounge Hanamizuki

花水木

NOW OPEN 7DAYS!!

アトランタで最高の設備と
サービスを誇るカラオケラウンジ

おしゃれでかわいい女の子がいっぱい♪
新しい女の子も仲間入り♪

- お一人様、グループでのご来店、宴会・パーティーの２次会、ご接待にも幅広くご利用いただけます。
- 飲んで歌って、お手頃なお値段、明朗会計のお店です。
- 当店では、タクシー、リムジン会社と 24 時間契約しているので飲んでも安心。代行運転もご利用頂けます。

営業時間：　平日 & 日曜日　8PM～2AM
金・土曜日　8PM～4AM

☎：770-986-0444

5979 Buford Highway, Suite A-11, Atlanta, GA 30340
(I-285 Ext. 32 から北 (外側) に 0.8mile、
右手にある International Plaza 内。鮨処 はや川のとなり)

バーテンダー、ウェイトレス、フロアーレディ随時募集中
歌好きな明るい女の子、未経験者大歓迎！（時給＄15.+）

www.hanamizukiusa.com

"Singing Heals the World."

カラオケボックス＆バー

karaoke melody

www.karaokemelody.com

ボックス12部屋／通信カラオケ完備(サイバーDAM)
完備曲数１０万曲以上 / 日本の新曲も３ヶ月毎に追加
(日本語 5 万曲以上、12 ヶ国語のカラオケ完備)

MELODY2 には 50 ～ 20 人収容できる個室も完備
歓送迎会、誕生日パ - ティなどにご利用ください。

KARAOKE MELODY1
5979 Buford Highway, Suite A-11, Atlanta, GA 30340 | 770-986-8881

KARAOKE MELODY2
7130 Buford Highway, Suite B-240, Atlnata, GA 30340 | 770-825-0088

おかげさまで 29 周年

ウインタースチャペル幼稚園

ウインタースチャペル幼稚園は、ジョージア州政府指定校です

ウインタースチャペル幼稚園・保育園はおかげさまで２９年目を迎えました。当園は、ジョージア政府認可の幼稚園・保育園です。日本語と英語のバイリンガル教育を行っております。

１～２歳児クラス　２～３歳児クラス　３～４歳児クラス

ジョージア Pre-K クラス（４～５歳児）

ジョージア州政府指定のプレキンダープログラム。

Pre-K クラス授業時間：　午前８時 30 分～午後３時
先　　生：　２名（リードティーチャー(担任)とアシスタントティーチャー）
期　　間：　８月初旬～翌年５月下旬まで
カリキュラム：クリエイティブ・カリキュラム　英語のみの授業です。
費　　用：　授業料無料

※Pre-K クラスは９月１日までに４歳児になっていることが入園条件です

●ジョージア州の中でも教育内容・施設共に、水準よりも高い評価の学校だけが選ばれる Quality Rated の学校になりました。

●毎日の給食は新鮮な食材を使用し、日本食ベースのメニューで提供しております。

2歳児と3歳児のクラスで無料体験入園を実施します。
希望の方は事前にお申込み下さい。

只今、入園希望の子ども達を若干名募集しております
週２日、週３日、週５日のコースがございます。

4942 Winters Chapel Rd. Doraville, GA 30360　担当：新井まで
www.winterschapelkindergarten.com　770-394-3242

ICAGEORGIA
International Charter Academy of Georgia

ジョージア・チャーター学院

日本語と英語のDUAL LANGUAGE 公立チャータースクール

新型コロナウイルス感染症の拡大防止に伴い
ジョージア州知事の発令により臨時休校中
～臨時休校の間、児童はオンライン授業を受講～
オフィスは短縮営業時間にて営業中
臨時休校中のオフィス営業時間：8AM～3PM 月-金

多言語・多文化の学校で幼少期を過ごすことで、国際社会へ視野を広げ、世界へ平和を広めるグローバル市民になれることを目標にしております。

- 授業料：無料
- 対象学年：ジョージア州在住の幼稚園年長から小学５年
- 日本語と英語のデュアル・ランゲージ・イマージョン教育により二言語同時習得をめざすプログラム
- 文科省指導要領とジョージア州スタンダードを準拠

日本語でお気軽にお問合せください！

www.InternationalCharterAcademy.org
電話：770-604-0007
Eメール：info@internationalcharteracademy.org
FACEBOOK: https://www.facebook.com/internationalcharteracademyofgeorgia/

進学・語学指導のスペシャリストがサポート

APEX 学院
International Learning Communitiy

現地校の宿題、学習、英語の勉強は
放課後にエイペックスのアフタースクールで！

★駐在員子女の学習サポート（小、中、高）
★TOEFL, SAT, 英検、帰国子女の進学サポート
★諸学科目のチュータリング

子供から大人まで楽しめるアートクラス

★陶芸ー基礎から学ぶ手作りクラス
★絵画ーお絵かき、水彩など
★書道ー初心者から経験者まで

成人 ESL、ビジネス英語、外国語クラス

★レベル別 Morning ESL クラス
★ビジネス英語：グループまたは個人レッスン
★日本語、韓国語、スペイン語、中国語など

詳しい情報はホームページをご覧下さい。

www.apexgakuin.com

すべてのご相談は日本語でどうぞ。

770.675.3453　info@apexgakuin.com
2645 North Berkeley Lake Rd, Suite 121-122, Duluth, GA 30096

技術力と”3Sサービス”

山本自動車

信頼　親切　正直

- 中古車売買（無料査定・個人売買仲介サービス）
- 一般＆点検整備
- 板金修理（無料見積もり・事故保険処理サービス）

いざと言うときの
頼れるメカニック！

車に関するどんな悩み
も相談にのりますので、
気軽にお越しください。

お電話、ウエブサイトで
ご予約受付けています

電話: **770-416-4040** E-mail: **kzyama.1216@icloud.com**
853 South Peachtree Street, Suite 101, Norcross, GA 30071

Website: **www.yamamotoauto.com**

バイリンガル求職者の就職・転職事情

就職・転職活動をスムーズにするためにできる事 (100)

新型コロナウィルスの影響で自宅に留まることが推奨されている中、面接はほぼオンラインに切り替えて行われています。今回は、オンライン面接に備えてのチェックリストと、万が一問題が起きた場合の対処法をリスト化しましたので、ぜひご参考にしてください。

【オンライン面接チェックリスト】

- 静かな環境は確保できていますか？
- 机や身のまわりの整理整頓はできていますか？
- カメラに映る背景の整理整頓はできていますか？
- 部屋の光加減は調整できていますか？
- メモする時のためにノートとペンは用意できていますか？
- レジュメのコピーは用意されていますか？
- カメラは正常に動いていますか？
- 音声は正常に動いていますか？
- 面接に必要のないアプリケーションやウェブサイトは閉じられていますか？
- インターネットは正常に動いていますか？
- 携帯電話はサイレントモードになっていますか？

【発生しそうな問題とその対処法】

面接中にビデオや音声が止まってしまった…

まずは、面接前に面接官の緊急連絡先を聞いておきましょう。もしビデオ、または音声が復活しない場合は、早急に緊急連絡先に連絡をし、電話インタビューに切り替えてもらうか、面接日の変更をお願いしましょう。

面接中に雑音が入ってしまった…

面接中にサイレンや工事の音などの雑音が入ったら、雑音が入ったことを謝罪し、音が鳴り止むまでしばらく待っていただくようお願いをしましょう。待っている間、音声はミュートにしておくのがよいでしょう。

面接中に誰かが部屋に入ってきてしまった…

面接中に予期せず誰かが部屋に入ってきたら、面接官に謝罪をし、少し時間をもらえないか許可をとりましょう。許可が取れたらマイクとカメラをオフにし、入室者に事情を説明して退室してもらいましょう。面接を継続する際に、マイクとカメラのチェックを忘れずに行ってください。

オンライン面接に慣れていない方でも、準備を入念にすることで、スムーズに面接を行う事ができます。オンライン面接の依頼を受けた際は、上記のチェックリストを参考に準備を進めましょう。今後も就職活動に於いて、オンライン面接がどんどん主流になっていくと予想されます。就職活動を始めた時に慌てないために、採用のトレンドを知っておく事は、今後ますます重要になってくるでしょう。

Pasona NA, INC.
Atlanta 支店
3525 Piedmont Rd. NE
Bldg 7, Suite 420
Atlanta, GA 30305
TEL:(404) 848-9221
E-mail:atlanta@pasona.com

PASONA

Akiko Komura

訴訟・調停

訴訟(ビジネス関連・個人レベルの争議)
家庭法(離婚・親権)・遺産・契約・控訴・調停

アウトロー法律事務所

THE OUTLAW FIRM
A PROFESSIONAL LAW CORPORATION

信頼・実績

企業、個人の各種
法律相談に応じます。
広範で質の高い
リーガルサービスを
提供いたします。

ブルー スプルエル / BLUE SPRUELL
ジョージア州弁護士・公認調停士

日本語でどうぞ

404-371-9588
E-mail:blue@outlawfirm.com

315 Sycamore Street, Decatur,GA 30030

HA&C HANCOCK ASKEW & CO LLP
ACCOUNTANTS & ADVISORS

米国での会計・税務のことなら
Hancock Askew & Co LLPへお任せください

公認会計士を中心とする約100名のプロフェッショナルが
あらゆるニーズに応じた質の高いサービスを提供します

- 財務諸表の監査、レビュー コンピレーション
- 米国法人税 確定申告書作成
- 財務、税務 アドバイザリー
- ブックキーピング QuickBooks サポート

新収益認識基準: 米国会計基準では非上場企業でも2018年12月16日以後開始する会計年度より新収益認識基準(ASC 606)を適用することが求められています。Hancock Askewでは新収益認識基準に関するコンサルテーションを提供しています。また必要に応じて国際会計基準(IFRS第15号)や日本の収益認識基準(ASBJ 第29号および第30号)との比較、検討等も行います。

お問い合わせ先 (日本語でお問い合わせください)
前田 彩 米国公認会計士
Hancock Askew & Co LLP
京都大学経済学部卒
アメリカ公認会計士協会会員
ジョージア州公認会計士協会会員
Email: AMaeda@hancockaskew.com
Website: hancockaskew.com/aya-maeda/
(Tel: 912-527-1320)

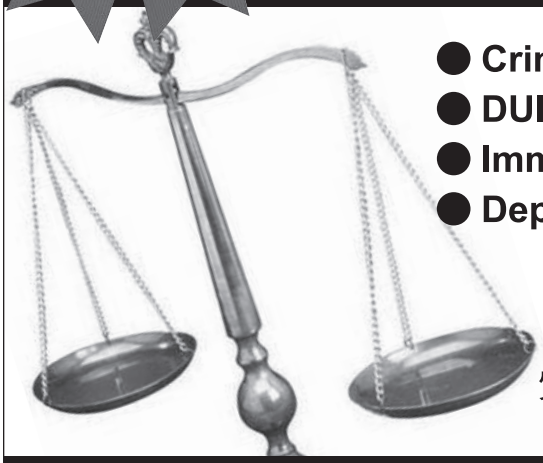
2010 & 2011 Super Lawyers Rising Star and Georgia Trend Magazine's Legal Elite

個人から企業まで、様々なトラブルに対応します

園田弁護士事務所

Avvo.com rated us 10.0 Superb

THE SONODA LAW FIRM
A Criminal Defense and Immigration Firm



- Criminal Defense / 刑事事件／刑法
- DUI / 飲酒運転
- Immigration & Visa / 移民関係法
- Deportation / 国外強制送還

上記の法律に関するご相談
24 時間対応でご相談に乗ります
週末、祝日、相談可能
質の高いリーガルサービスの提供
弁護士経験 20 年

日本語直通電話
678.938.5986
kazuma@sonodalaw.com

1800 Peachtree Street NW
Suite 430
Atlanta GA 30309
404.525.0430

Kazuma Sonoda Jr. Esq.
園田一真
弁護士、法学博士 (Emory Law)

雇用・労働
移民法ニュース

皆様に随時移民法、ビザ情報をアップデートしております。

渡航制限と滞在資格の延長

新型コロナ・ウイルス（covid-19）のため、各国でのビザ面接の一時的中止されていますが、緊急面接や郵送による延長申請ができる人はビザの申請をすることができます。なお、ブランケットLは郵送でのビザ更新はできませんが、昨年4月からグリーン企業登録者に限定されていたEビザ保持者は、コロナ・ウイルスの緊急事態中はグリーン企業登録でない人の申請も受け付けるようです。ただ、グリーン企業登録でない人の申請はいつでも受付を打ち切る可能性があるので、申請前に米国大使館か米国領事館に問い合わせたほうがよいでしょう。郵送による申請に関しては https://www.ustraveldocs.com/jp_jp/jp-niv-visarenew.asp を参照のこと。

現在日本のアメリカ大使館や領事館では6月以降の面接予約を受け付けていますが、コロナ・ウイルスの状況により、この面接もキャンセルされる可能性はあります。また、面接予約がとれても社内での渡航禁止や航空会社による飛行機のキャンセルなどで日本に戻ることができない人が増えています。

アメリカでの任務が終了する人、或はI-94の期限が失効しそうな人は、I-94に書かれてあるアメリカでの滞在期間が失効しないようにアメリカ国内で滞在資格を延長する申請をしなければなません。現時点では15日の特急審査は一時的に中断しているので、申請はすべて普通申請になり、審査に数か月かかります。

E, L, H1B、TNなどの短期就労ビザ保持者は、一般に現在のI-94が失効する前に移民局に滞在資格の延長申請をすれば、現在のI-94の滞在期限が失効後も最長で240日まで引き続き就労をすることができます。もし240日以内に結果が出ない場合は、その時点で就労は中止する必要があります。

特急審査が再開すれば、就労が中断しないようにすぐに特急申請請願を提出した方がよいでしょう。ただし、H1BやLビザ保持者など最長滞在期限に制限がある場合は、延長申請も最長期限を超えて滞在することはできないので注意が必要です。

なお、Eビザ保持者の場合は、入国する度に新たに2年間有効なビザ滞在期間をもらうことができます。パスポート期限が短い場合は、入国官によっては滞在期間をパスポート期限に限定することもあります。

国外に頻繁に出張する社員であれば、I-94の滞在期限が常に更新されているため、家族の滞在期限より長い場合があります。この場合、家族の滞在期限だけ延長する必要がありますので、家族のI-94が失効する前に移民局に社員と同じ期限まで家族の滞在期間の延長を申請します。

アメリカでの任務終了後も日本に帰国できない場合は、渡航ができるようになるまでアメリカ国内で合法的な滞在資格を保つ必要があります。H1B、E、L、O、P、TNビザ保持者は就労開始日前と就労期限終了後にそれぞれ10日間の猶予期間（Grace Period）が設けられています。この10日間の猶予期間中は就労することはできませんが、国外に出る準備やほかの滞在資格に訂正申請をすることはできます。

就労期限の途中で雇用関係が切れた場合、H1B、E、L、O、TN保持者は雇用終了後60日間、或はI-94の残り期限の短い期間まで、アメリカ国内に滞在することができます。雇用終了後の60日間は仕事することはできません。

雇用終了、或は猶予期限が切れるまでに日本に帰国できない場合は、事前に移民局にB2観光ビザ滞在資格に変更申請を提出し、渡航できるようになるまでアメリカで待機することができます。ただ、猶予期間は移民局の裁量によるものなので、できれば雇用関係が切れる前に訂正申請を提出したほうが望ましいでしょう。滞在資格変更の申請中に渡航が可能になれば、そのまま出国し、アメリカ国内での滞在資格変更申請を取り下げます。

また、コロナ・ウイルスの影響でタイムリーに延長申請をできなかった場合、自分でコントロールできないような特別な事情により提出が遅れたことを説明しなければなりません。移民局が証拠書類を検討し、その特別な事情を認めれば、延長申請を受け付けてもらえます。

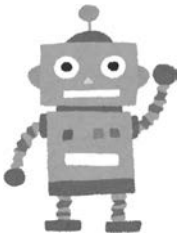
ESTAでアメリカに滞在している人は、90日まで滞在が認められます。ESTAはB1/B2短期訪問ビザとは異なり、特定の例外を除いて、通常はアメリカ国内で滞在資格を延長したり変更したりすることができません。ただし、今回のコロナ・ウイするの影響で国外に出られない場合、移民局のコンタクトセンター（https://www.uscis.gov/contactcenter）に連絡することによりさらに30日の猶予をもらうことができます。もし、この30日の猶予期限内にも出国できない場合は、猶予期限をさらに30日伸ばしてもらうように再度移民局に連絡することができます。

なお、色々な情報が出回っていますが、常に新しい政府の方針が発表されているので、必ず最新情報を確認し、専門家の意見を求めてからアクションを取るように心がけたほうがよいでしょう。

執筆：大蔵昌枝弁護士
Taylor English Duma LLP 法律事務所
＊ Copyright reserved. 著作権所有
1600 Parkwood Circle, Suite 200,
Atlanta, GA 30339
DIRECT: 678.426.4641
OFFICE: 770.434.6868
E-Mail: mokura@taylorenglish.com
www.taylorenglish.com

本ニュース記事に関する注意事項（DISCLAIMER）

本雇用・労働・移民法ニュース記事は弁護士として法律上または専門的なアドバイスの提供を意図したものではなく、一般的情報の提供を目的とするものです。また、記載されている情報に関しては、できるだけ正確なものにする努力をしておりますが、正確さについての保証はできません。しかも、法律や政府の方針は頻繁に変更するものであるため、実際の法律問題の処理に当っては、必ず専門の弁護士もしくは専門家の意見を求めて下さい。Taylor English Duma 法律事務所および筆者はこの記事に含まれる情報を現実の問題に適用することによって生じる結果や損失に関して何ら責任も負うことは出来ませんのであらかじめご承知おき下さい。



我楽多横丁こぼれ話

野呂利　歩

男は女より優れているか

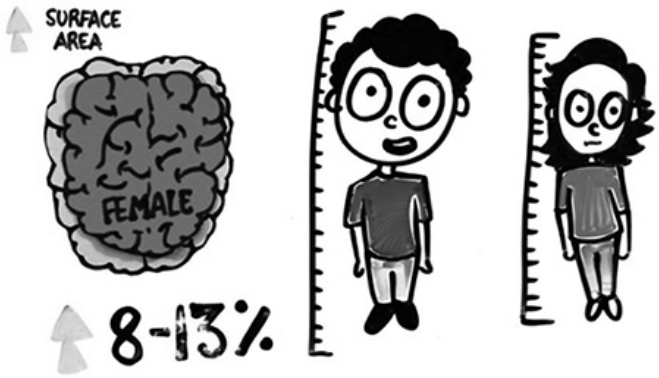
こんな質問を世の男たちにぶつけたら､表向きは「同じだ」と答えても内心はそうではないと思っている男も多いはずだ。その拠り所は身体能力としての「力」である。この「力」によって「男は女より優れている」と錯覚する。

地球上に単細胞生命体が現れ、両性類からオスメスに進化、人類となった｡、自然は人類に身体的特徴と役割を与えた。オトコには「力」という身体能力で生存する為の食料を確保させる。オンナには、受胎能力を与え種族繁栄の使命を任した。外見や役割の違いはあるが、優劣の差ではない。これが出発点であろう。

残念ながら、ヒトが増えれば争いも起こる。それを鎮める最も簡単な手段が｢力｣による制圧だ。この｢力｣はやがて、身体能力の弱いオンナの征服に向かう。こうしてオトコはオンナに対する優越感を勝ち取り、オトコはオンナより上、との図式が出来上がった。手に入れた優越感に持続的に浸る為には「オトコ社会」をなんとしても維持しなければならない、とオトコは考え、決めごとはオトコだけで決める、とした。その典型が参政権である。今では当たり前だが、参政権が女性に与えられたのは、そう遠くない近代史の出来事である。

「オトコ社会」を誇示し「力」でオンナを制圧しようとするセクハラは後を絶たない。だが、アメリカではMeToo 運動が起こり、オンナの反撃が始まったと言ってもよい。この運動で悪事が暴かれ、多くの有名人が塀の向こうに消えていった。

10 年程前、日本で働いたイリノイの女性は滞在記の中で、「アメリカでは当たり前のセクハラの概念は未だ太平洋を渡っていない」と当時の日本の現状を嘆いていたが、その後日本でもセクハラ訴訟が増えるには増えた。しかし、まだまだレベルが違い過ぎる。最近日本の女性ジャーナリスト I.S さんがセクハラ訴訟をおこした。セクハラ訴訟は証拠の取扱いが難しく、日本ではとりわけ困難を伴う。残念ながら、IS さんの件は、刑事訴訟では有罪を勝ち取れなかったが、民事で賠償支払いの決定が出た。要するに原告は実質有罪と判定されたのである。



最近の日本の医学部国家試験の合格者は女性が男性を抜いたとか。オトコがオンナより優秀だ、などと考えているとそのうちトンデモナイしっぺ返しを食うかもしれない。

日本にて学生・研究者用のビザ関連書籍を出版

大蔵昌枝弁護士

学生や研究者は弁護士や企業サポートがなく、自分でビザ申請を行うことが多いため、法的問題に対してどこを見てよいかわからないといった問題が多くみられます。そのため、自分でもビザの申請ができるように解説された本です。

研究者は学生ビザ、研修ビザ、就労ビザなどで渡米されるので、主に F-1・OPT/CPT と J-1 の申請方法や配偶者の就労について触れていますが、就労としてくる場合の H1B、L、E、O ビザなども選択肢として簡単に解説しています。

下記のリンクから書籍の概要をご覧いただけます。

https://www.yodosha.co.jp/jikkenigaku/book/9784758108492/index.html

☺ 子育て知恵袋 in Atlanta

長谷川ゆかり

人間らしさとは

人間らしさとは、「言葉」を豊かに獲得していること

今回は幼児期と言語学習それによっての人間形成について書きます。幼児期は言語の学習という一点に的を絞ってみてもとっても重要な時期です。以前書いた敏感期についての記事のように幼児期は言語形成期とちょうど重なり合うのです。まさに言葉の習得の敏感期でもあるのです。

もし、この時期に適切な言語学習を得られなかった児童は、永遠に言語は不可能とまで言われるぐらいです。言語が得られないということは、思考したり記憶にとどめておく能力に欠けるということを意味します。また、何かを感じ取ったり識別したりする能力も、大まかなものになってしまう・・・極端に言うとそういう結果を導くことになるといわれます。

よく人間らしくという人間らしさとは、国語学習の立場から言わせて頂くと、それは「言葉を豊かに獲得している」ということになると思います。そしてその言葉とは、多くこの幼児期において得られるものが後年において花が咲き、実を結ぶことがほぼ確認されています。やはり三つ子の魂百までなのです。

幼児期の読書は、「ことば」そのものを獲得する能力を育てる

幼児期における読書の大切さはそれによる文字言語や音声言語、つまり書き言葉や話し言葉の習得だけにあるのではありません。それよりも言葉そのものを獲得する能力を育てる点にあります。

子供たちは母親の言葉や態度を真似し、物語の主人公の真似をしながら、自分の経験を言葉として心の中へ少しずつ貯めていきます。ときには、貯め損なえば言葉をねだり、貯め過ぎれば何とかして貯めようとします。

それは子供にとって全人格を投じた生きる行為そのものでもあります。そして私たち大人が与える言葉の質や量によって、子供たちがどんな生き方をしていけるのかを決定する大きな要因にもなりうるのです。

幼児期にたくさんの読み聞かせをしてもらった子供たちはみな語彙が豊かで理解力があり想像力もたくましく育っていきます。この時期の読書は、その多くが十分に未知であり過ぎる言葉の世界へのお願いでもあるのです。同じ話を何度聞いても胸躍らせるのは子供たちには毎回同じ話でも違った世界や深さとして味わえるのです。

公文式では公文公会長が作った標語があります。**「歌二百、読み聞かせ一万、賢い子」**というものです。我々の何十年もの幼児優秀児の統計からできた標語ですが、歌を 200 暗記できる力と読み聞かせを一万回ほどしてもらったら、どんなお子様でも優秀になるという意味です。

私自身もわが子に生後３日目から毎日５冊読み聞かせをし、記録をとりました。一万回まで行く以前にたくさんの成果が現れるので、お母さんの励みになると思います。小さい頃は５冊などすぐに読めてしまいます。子供がせがめば同じ本を５回よんでもいいのです。歌の歌詞にもたくさんの言葉が含まれています。メロディーがつくので覚えやすく、語彙を増やすのにすごく役立ちます。

私の体験談からですが、いつも幼稚園の帰りはハイウェイの渋滞にはまり西の方角へ運転していたときのことです。「マミー、夕焼けが真っ赤でとてもきれい！」と３歳の娘が行ったのです。一瞬、耳を疑いました。というのも、この時はじめて夕焼けという言葉を娘がはじめて使ったので、とても驚いたのです。後で「夕焼け小焼け」という歌を覚えていたので、そこからこの言葉を導き出し正しく使ったのではないかなと思い、あらためてこの標語のすごさを知ったのでした。

読み聞かせと歌をたくさん一緒に歌ってあげて、その子その子の人間らしさを大きく深くしていきましょう。はじめはあまり成果がなくても毎日続けることに価値があります。続けていけば必ず本好きな子供にそだちます。

本好きな子供の語彙力はとても豊かです。この豊かな語彙力が深い思考力、想像力につながり、すべての学問の基礎になるのです。このことは人生を豊かに生き抜く力ともなります。まさに生きていく力なのです。英語も日本語もその他の言語でも読書は言語習得においても万能です。

公文式では読書力を上手つけるお手伝いをしています。いつでもご相談ください。

KUMON®
MATH. READING. SUCCESS.

www.kumon.com
Marietta East 教室
4400 Roswell Rd. Suite 140
Marietta, GA 30062

『生きる力』をつける公文式

自分の力を信じ、自らの手で未来を切り開いていける。困難を乗り越え、夢に向かって歩いていける。それが、公文で学ぶ子どもたちです。

公文式学習内容：

- 国語（日本語読解力）
- 英語（現地校国語読解力）
- 算数・数学（大学レベル以上）

※日本の英語教材とは違います。

０歳から大人まで、あらゆる年代が学べる学習法です。

指導者：長谷川ゆかり　お問合せ：770-321-2637

聖書の言葉 By ますみ

あなたの重荷を主にゆだねよ。主は、あなたのことを心配してくださる。主は決して、正しい者がゆるがされるようにはなさらない。

詩篇 55 章 22 節

ある所に一人の病弱な人が住んでいました。彼の家の裏には大きい岩があって、その岩は、出入りに不便なうえ危険でした。ある日､神様が彼に「その岩を押し続けなさい。」と言われました。その日から、毎日、彼は希望を持って岩を押し続け始めました。半年過ぎて岩の位置を測ってみると、その岩は全く動いていません。彼は玄関に座り込み、少しも動いていない岩を見て、神様の言いつけを守ってがんばったのに、自分の数ヶ月間の苦労は何だったのかと、神様を恨みながら泣きました。

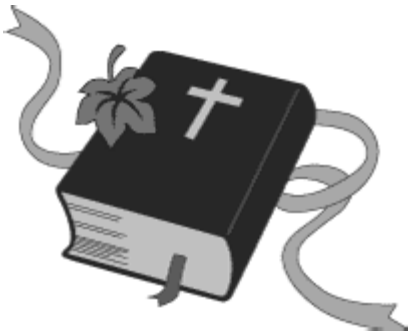
その時、神様が彼に言われました。「愛する子よ、わたしは、お前に岩を動かしなさいとは言わなかった。ただ、岩を押し続けなさいと言ったのだ。　今のお前の姿を鏡に映して見てご覧。」 彼は、鏡の前にき、そこ写った自分の姿に驚きました。鏡の中の自分は、以前の病弱な男ではなく、筋肉逞しい姿の自分でした。神様の計画は、岩の位置を変えることではなく、彼を変化させる事でした。

この病弱な男性のように、神様の御旨（意図・計画）を誤解して落胆している人が多いのではないでしょうか。神様は、周りの状況の変化ではなく、その人自身の変化を求めて、実質的な問題と思われる様なことを用いて、人を鍛え、変化させて下さいます。

神様は、私たちが、神様の思いを取り違えても、私たちの期待以上に素晴らしい変化を与えて下さる御方です。『天が高く、地が深いように、王の心は測り知れない。（箴言 25:3）』と聖書は記しています。私たちの視野は、どんなに目を見開いてもせいぜい 180 度くらいですが、神様は 360 度、限りなく見渡して、ご自分の愛する子供たちを見守って下さっています。今までやってきた無駄と思えるような事、何の役にも立たないと思う事も、神様の御旨（聖書）にかなうものに無駄な事などありません。

神様に信頼して委ねて歩む人生には、世の富・名声に優る天からの祝福を与えて下さいます。あの苦しみの十字架の死、そして、3 日後によみがえられたイエス・キリストを通して、イエスを主と信じる者には誰にでも、神様を天の父と呼ぶ特権が与えられています。

神は愛です。　私たちは愛されています。



髪＆ヘアケア

コロナウィルスが深刻な問題となっている今、感染防止に向けて様々な対策をしている事と思います。ウィルス感染防止でアメリカでもマスクを着用する人が増えてきたぐらい、咳エチケットを守る事、手洗いが重要な事は今や誰でも知っていますね。

今回のコラムを担当するにあたって髪の毛からの感染はあるのかどうか調べてみました。

調べた所によるとウィルスは髪にも付着します。付着する原因は、飛沫感染、接触感染どちらの可能性もありますので、十分な対策方法が必要になります。

例えばウィルスを持つ 1 人の患者が近くにいたとして、その人が 1 回クシャミをしただけで、髪にウィルスが付着するそうです。

多くの人は、私もですが知らず知らずに手で自分の髪毛を触っています。室内や車に入る前はバサバサっとウィルスを払い落とし、出来るだけお店や職場など室内に持ち込まないように気を付けるといいですね。

その後は勿論手洗いやハンドサニタイザーの利用は絶対です！手を洗ったあと髪の毛や顔をさわると、髪の毛や顔にくっついているかもしれないウイルスが、また手につく可能性があります。手洗いをした手で、髪の毛を触らないことが大切です。

ウィルスが髪に付着しない様に帽子をかぶると飛沫感染、接触感染の予防にもなる様です。帰宅したらなるべく早めにお風呂やシャワーに入り、髪や身体に付着したウィルスを洗い流しましょう！

私は風邪やインフルエンザが流行っている時期は勿論ですが、帰宅したら直ぐにシャワー又はお風呂に入り、着ていた衣類はすぐに洗濯機へ入れて洗う事を習慣にしてます。

手を濡れたままにしておくと雑菌が付きやすくなるのと同様に髪も同じだと思います。清潔なタオルでしっかりタオルドライして、すぐにドライヤーで髪を乾かした方が良さそうですね。今の時期は花粉も凄いので花粉症対策にもなるのでお勧めです！

とにかく清潔な状態を習慣付ける事だと思います。1 日も早く平穏な日々が戻ってきますことを心より願っております。

サロンリーガのマナでした。

LIHGA
HAIR SALON

MENU
●男性カット……$ 37
●女性カット……$ 47
●デジタルパーマ‥$160~
●パーマ ……$ 75~
●カラー ……$ 55~
●縮毛矯正 ……$220~
●トリートメント…$ 35~
●まつ毛エクステンション
……$お問合せ下さい

ヘアサロンリーガ
678-833-7005
4500 Satellite Blvd. Unit1260, Duluth, GA 30096
ご予約は salonlihga@gmail.com まで
予約受付19:30まで延長しました！

健康とカイロプラクティック

健康を見つめ直す

先月のコラム執筆時は、ちょうどアメリカにもコロナパニックの波が押し寄せ、ジョージア州でも学校が休校になるなど対策がとられ始めていた頃でした。あれから１ヶ月、まさかこれほどまでにひどい状況になるとは…毎日増え続ける感染者・死亡者数に溜息が出ます。４月末でシェルターライフが終わったとしても、すぐに収束に向かうわけでなく新型コロナ肺炎と人類の戦いは長期戦になるだろうと思い始めています。そう考えると、人間が自らの体をコロナウィルスに対抗するべく免疫力を上げ、より健康を目指す時期が来たと言えるのではないでしょうか。糖尿病や肥満・高血圧などの持病がある人、喫煙習慣がある人は新型コロナ肺炎で重症化しやすいと言うデーターが出ています。肥満や糖尿病、高血圧・喫煙は生活習慣で改善できる疾患です。今一度、自分の健康や生活習慣と向き合い考えてみましょう。健康な体へ体質改善するには最低でも３ヶ月はかかりますがコロナウィルスと長い戦いになるのであれば、今、体質改善に取り組み始めても遅くはありません。そこで皆さんに提案したいのが**「健康への DREAM」**です。

Diet ／食事：良質な食材・食事の摂取。

加工食品を避けオーガニック食材の摂取を心がける。オーガニック食材とは、具体的には肉類は飼料にホルモン剤等を使用されていないもの、魚介類では養殖物ではなく天然物、野菜類は無農薬や低農薬栽培された物を指します。穀物類もオーガニックの小麦粉やオーガニックの小麦粉から作られたパスタやパンがあります。もちろん、全ての食材をオーガニックにすることは難しいと思いますが、選択肢がある場合にはなるべくオーガニック食材を心がけてみてください。特に生で皮ごと食べる野菜やフルーツは少し高価でもオーガニックをお勧めします。農薬は主に果皮部分に多く残留しやすいと言うデーターが出ています。また、米は白米より栄養価が高く繊維質が豊富な玄米をお勧めします。玄米の硬さや匂いが気になる場合は２～３日に水に浸すと食べやすくなります。その際は冷蔵庫で保管し、日に２～３回水を替えてください。そして、大事なことは、せっかく良い食材・食事を摂取しても良く噛んで食べなければ､しっかりと消化されません｡もし、自分は消化機能が弱いと思っている方は今までより 1.5 倍良く噛んで食べるようにしてみてください。
また、アルコールや市販のジュース、カフェインや糖分の過度な摂取は体にとって毒でしかありません。あまり摂り過ぎないように気をつけましょう。

Rest ／睡眠：6 ～ 8 時間の睡眠。

人間の体や脳は、睡眠時に成長ホルモンを分泌し､疲労回復、ストレス軽減、細胞組織の修復やメンテナンスを行なっています。そのためには健康な成人なら最低でも６～８時間の睡眠時間は確保したいところです。
また、様々な理由で夜６～８時間の睡眠時間が確保できない場合には、昼間に 15 ～ 20 分ほど眠ることで体と脳がリセットされますので、時間を作って仮眠をとってください。

Exercise ／運動：1 回 30 分以上の有酸素運動を週 3 回～

適度な運動は体の免疫力を上げると共にストレスの発散にもなります。今はこんな時期なので、スポーツジムでの運動や施設系のアクティビティを楽しむことはできませんが、近所を散歩したり、家で長めのストレッチや筋トレ等できることはたくさんありますので頑張ってください。適度な運動は良質な睡眠にも繋がります。また、太陽の光を浴びることで、免疫力向上に効果のあるビタミンＤが生成されます。多忙や事情で散歩や運動が難しい方はせめて１日 10 分日光浴をしてみてください。窓越しではいけません。直接日光を浴び両手を広げ体中で伸びをして太陽の光を感じてください。

Alignment ／姿勢：良い姿勢での生活。定期的なメンテナンス

姿勢が悪いと神経や血流の流れが悪くなり不調の原因になり内臓にも負担がかかります。また、首や腰などの筋肉にもハリや痛みが出てきます。常に背骨を真っ直ぐにして良い姿勢を心がけてください。（ＨＰ参照）

Mental Stress ／精神的ストレス：ストレスコントロール

今は非常事態です。世界中の人々が不安を感じています。コロナ鬱と言う言葉もあるくらいです。自粛が始まった早い段階でメンタルヘルスについてはメディアなどで話題になっています。先行きへの不安、経済的不安、子供の教育への不安、新型コロナ肺炎感染の不安。つきる事はありませんが、このような状況だからこそ、しっかり睡眠をとり適度な運動でストレスコントロールを心がけましょう。そして、自分なりのリラックス方法を見つけてください。五感で心地良いと思えることを取り入れましょう。美味しい食事、素敵な音楽、いい香り、文字や映像から離れ外の緑を視て、好きな物 (事) に触れて愛 (め) でてください。

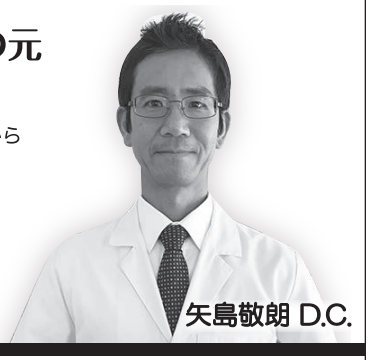
コロナパニックは忌々しいながらも、私たちの今までの生活習慣や健康、時間の使い方など様々なことを見つめ直す機会にもなっていると思います。こんな時だからこそ、少しでも前向きに時間と環境を有効活用して乗り切りましょう。

アトランタ
矢島カイロプラクティック

背骨の歪みは万病の元

上部頚椎テクニックによる、
体に負担をかけない無痛施術だから
幼児からシニアの方まで安心。

7 DAYS OPEN!!
予約制となりますので
下記までご連絡ください



矢島敬朗 D.C.

■■ 診察時間 ■■

■Dunwoody オフィス■
月曜日　8AM - 1PM
火・木　8AM - 8PM
金曜日　8AM - 1PM
土曜日　8AM - 6PM
日曜日　1PM - 5PM (第2週)

■Sandy Springs オフィス■
水曜日　8AM - 5PM (隔週)

*予約はDunwoodyオフィス
までお問い合わせください

■Dunwoodyオフィス■
5000 Winters Chapel Road, Suite 1
Dunwoody, GA 30360
770-557-0706
434-228-6815（テキスト可）
Email: info@yajimachiro.com

■Sandy Springsサテライトオフィス■
8800 Roswell Road, Suite A-235
Sandy Springs, GA 30350
(Alterna Health Solutionsクリニック内)

WWW.YAJIMACHIRO.COM

レディスクリニック

JOHN LEE MD, OBGYN

Board Certified in Obstetrics & Gynecology

それぞれの年代で抱える女性特有の悩みや不安…。お気軽にご相談ください。

Providers
John Lee, MD, FACOG
Lisa Cara, NP
Becky Park, NP

妊産婦さんを中心に、分娩、帝王切開、婦人科検診 (子宮ガン、乳ガン)、STD 検査、各種避妊法、更年期検診を行っています。

www.johnleeobgyn.com　　ご予約は　678-957-8908

1325 Satellite Blvd, NW Bld. 700 ste 701B, Suwanee, GA 30021

アメリカ生活でも日本食材・雑貨が身近になる

トマト 2 宅配サービス

【対応エリア】 AL 州、KY 州、SC 州、TN 州、MS 州

【配　送　料】 1 回のご注文に付き、お一人様 $5.00

【ご注文額】

共同購入　5 名様以上でご利用：お一人様 $50.00 以上より
　　5 名様以下でご利用：お一人様 $75.00 以上より

個人購入　お一人様 $75.00 以上より

【ご注文方法】 ウエブページ　E-mail　Fax　お手紙

＊ウエブページ tomato-2.com の「宅配サービス」から最新のカタログをダウンロードしてご覧いただけます。

【お支払方法】 現金またはパーソナルチェック

＊宅配の場合クレジットカードでのお支払いはできません。

【　備　考　】 豊富な日本食品、雑貨の品揃えも充実。

＊日本からの鮮魚、お刺身、野菜も取り扱っています。

【お問合せ】 トマト 2 までお気軽にどうぞ

Tel: 770-263-7838　　Fax: 770-263-7836
7124 Peachtree Industrial Blvd, Norcross, GA 30071
E-mail: tomoinc@bellsouth.net　Web: tomato-2.com

THE JAPAN-AMERICA SOCIETY OF GEORGIA

JOIN NETFLIX PARTY AND WATCH IN SYNC WITH FRIENDS AT HOME ON YOUR LAPTOP OR DESKTOP!

Japanese Movie & DocuSeries Virtual Watch Party

DOCUSERIES ON WED. NIGHTS AT 730PM
MOVIES ON SAT. NIGHTS AT 730PM

SCHEDULE & REGISTRATION | 申し込み
https://forms.gle/Pc9uWz4hDDciGtGQ7

キャベツと納豆の和風おつまみサラダ

材料（2 人分）

キャベツ	120g くらい
納豆（付属のタレと辛子も）	1 パック
海苔大	1 枚
麺つゆ（3 倍濃縮）	大さじ 1/2 弱
マヨネーズ	大さじ 1 ～
■ お好みで足す材料	
追加で入れる辛子	チューブ 2 センチ程度
卵黄や温玉など	1 個
海苔（飾り用）	適量

作り方

1. キャベツを千切りにする。
2. 卵黄と刻み海苔以外の材料をボールに入れ、ぐるぐる混ぜ合わせる。
（海苔は手でぐしゃぐしゃっとして入れる）
3. 最後にお好みで卵黄や刻み海苔を上に乗せ完成！
とっても簡単です。

CUMBERLAND FAMILY DENTAL

教えて歯医者さん！

歯とお口に関するデンタルコラム

質問：子どもが歯ブラシを嫌がるので仕上げ磨きに毎日苦戦しています。何かコツがあったら教えてください。

回答：歯磨きが大好きな子供はなかなかいません！　歯磨きが大事なことはわかるけど、歯磨きの時間が億劫…という方は多いでしょう。

＜子供が歯磨きを嫌がる理由＞

- ◆ 口の中は敏感な場所である
  歯が生えてきたばかりの小さい子供の場合、口の中という繊細な場所に何か異物を入れられるのが怖い・不安に思ったり、気持ち悪くて抵抗を感じてしまうからです。特に口の下側よりも上側に歯ブラシが触れることを嫌がるお子さんが多いようです。
- ◆ ずっと口をあけていることが苦痛
  歯磨きのためにずっと口をあけていると、唾がたまってきます。大人は吐き出すことができますが、子供はまだそれが上手にできないため苦しくなってしまいます。
- ◆ 歯磨きのときのお母さんが怖い
  お子さんに歯磨きをさせるために、無理やり押さえつけたり、怒ってしまったりすることもありますよね。また、お子さんが嫌がっているからこそ、短時間で仕上げ磨きを終わらせてあげようと、強い力で歯を磨いてしまっていることもあると思います。
  しかし、これは逆効果です。“歯磨き＝お母さんが怖くなる“というイメージをお子さんに植えつけてしまっているのです。

＜子供が喜ぶ歯ブラシ・歯磨き粉選び＞

- ◆ 歯ブラシ選び
  子供用の歯ブラシは、成長段階や用途に応じて様々なものが売られています。その中でもブラシが小さく毛先の柔らかいものを選んであげるといいでしょう。お子さんに好きなキャラクターの歯ブラシを選んでもらうのもいいでしょう。
- ◆ 歯磨き粉選び
  歯磨き粉選びを工夫することで、お子さんの歯磨き嫌いを克服できる可能性があります。歯磨き粉は、泡立ちの少ないジェルタイプがオススメです。このタイプは歯磨き中の口の中がよく見えるし、口の中が泡でいっぱいになって苦しくなることも少ないです。また、イチゴ味やメロン味などお子さんの好みに合わせて選んであげるのも良いでしょう。ただ、歯磨き粉の味自体が苦手なお子さんもいるので、その場合は何も付けずに磨いても問題はありません。

＜歯磨きを楽しむツール＞

- ◆ 歯磨き絵本
  歯磨きを題材にした絵本を普段から読み聞かせましょう。絵本のイラストを見てイメージがわき、大人が頑張って歯磨きの大切さを語るより効果的な場合もよくあります。
- ◆ ぬいぐるみやパペット
  お子さんの好きなキャラクターのぬいぐるみや、キッチンミトン等で作ったパペットを使って歯磨きごっこをしてみましょう。
- ◆ 歯磨き動画
  インターネット上には様々な歯磨き動画があります。動画を見ている間は歯磨きをするというルールづくりをすることで、２～３分間の歯磨き時間を習慣化できます。
- ◆ 歯磨きアプリ
  スマートフォンなどの普及により、ゲームをしながら楽しく歯磨きができるアプリもたくさんあります。ただ、ゲームに夢中になりすぎて歯磨き自体に集中できていないことがあるので注意が必要です。

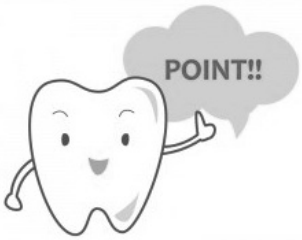
＜歯磨きを親子のスキンシップの時間に＞

歯磨きタイムはあまり必死にならずやわらかな表情を心がけてみてください。昨日できたことが今日できないこともよくあります。些細なことでも「できたこと」をほめてあげましょう。口お大きく開けられたこと、歯ブラシを口の中に入れても暴れなかったことなど、褒められることで次のモチベーションに繋がります。そして、歯磨きが終わったらお子さんが喜ぶ体勢で抱っこしてあげたり、ぎゅっと抱きしめてあげましょう。

カンバーランドファミリーデンタル
歯科医　岡部知花

Henderson Mill Dental Care
Personalized & Comfortable

植月歯科医院から「歯」の話



自分の歯とお口を守る基礎知識

～　息さわやかですか　―口臭の科学―　その４　～

今回から数回にわたって、日本歯科医師会 8020 推進財団会誌に記載された東京医科歯科大学大学院　健康推進歯学分野教授　川口陽子教授の「息さわやかですか？―口臭の科学―」から抜粋してご紹介させていただきます。

全身疾患による口臭

歯科領域以外の疾患で口臭発生の原因となるのが、副鼻腔炎（蓄膿症）、慢性鼻炎、慢性扁桃炎症、咽喉頭癌などの、鼻・咽喉部の病気です。また、糖尿病、尿毒症、肝不全、慢性肝炎、肺膿瘍、肺癌などが原因で口臭が発生することもありますが、その割合は非常に少ないと考えられています。「胃が悪いと口臭が強くなる」と信じる人は多いですが、食道と胃の境界である噴門部は、飲食物が通過するとき以外は括約筋で閉じられているので、ゲップでもしない限り胃の中の空気が口腔内に出てくることはありません。

口臭予防

口臭発生の主な原因は歯周病や舌苔などの口の中の病気や異常ですが、そのほとんどが歯や口の中の汚れと関係しています。したがって、口臭を予防するには、口の中を清潔にすることが一番大切です。毎食後ブラッシングを行い、また、起床時には舌も丁寧に磨きましょう。口腔清掃は口臭だけでなく、歯周病やう蝕の予防にも効果があります。

口臭予防効果をうたっている洗口剤、歯みがき剤、ガム、口内清涼剤などが多く市販されています。これらの製品は、香料、殺菌剤、消臭剤などを含んでいますが、直接口臭を防止する効果は一時的でそれほど高くなく、香料でにおいを隠す効果や、精神的に安心させる心理的効果のほうが大きいといわれています。

食事をすると口臭が強くなると考えて食事の回数を減らしたり、絶食したりする人がいますが、生理的口臭の日内変動でわかるように、食事をすることでかえって口臭は低くなるのです。また、ストレスや緊張で口臭が高くなることも報告されているので、食事や睡眠時間などをキチンと守って規則正しい生活を送り、リラックスした気持ちで毎日を過ごすことも大切です。

口臭があるかどうかは自分ではわかりにくいですが、口臭のことを気にしすぎるのもよくありません。口臭が気になったら、まずは、歯科医院で相談してみましょう。

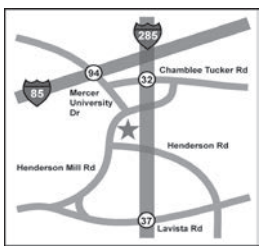
invisalign　FASTBRACES STRAIGHT TEETH

特報！

当医院でできる歯科矯正のオプションが増えました。透明のマウスピースを使う Invisalign(インビジライン) をはじめ、平均治療期間が短い FastBraces もでもできるようになりました。ご興味のある方、もう少し詳しい情報をご希望の方は、お気軽にお電話ください。初回コンサルテーションは無料で行っています。

植月歯科医院　at Henderson Mill Dental Care
４０４－４０９－６２３７　泉まで

Henderson Mill Dental Care
植月歯科医院
2847 Henderson Mill Rd.
Atlanta, GA 30341
www.AtlantaHaisha.com



・予約から、治療プランや保険の説明まで日本語で対応
・専門歯科医とのコミュニケーションの通訳も提供
・日本の保険申請書類も無料で準備
・PPO歯科保険はすべて対応。電子通信で迅速保険申請

今月の運勢

あなたの星座は今月、どんな運勢をたどるのでしょうか？

♈ 牡羊座 3/21 ～ 4/20

全体運：現実離れした考え方、言動をする人に注意をしておきましょう。美味い話は、総じてあなたの成功を邪魔することでしょう。気分が晴れない日が多いので、刺激を求める傾向が出るのも納得できますが、自分らしくないことをすることは避けましょう。
恋愛運：あなた自身の魅力運も向上することで、今まで縁がなかったようなグループとも接点ができそうです。あなたに心奪われる人も多く、自分が思いを持っている人に気持ちを伝えるチャンスを逃すこともありえます。
金　運：金運はあまり良くないですが、悪いとも言えないようです。我慢を強いられることもありそうですが、耐えられるレベルでしょう。仕事運が良いので、日常に張りがありそうです。

♥ラッキーデー：8　16　21　　×危険日：2　14　27

♉ 牡牛座 4/21 ～ 5/21

全体運：自分が本当はなにをしたいのか、なにに向いているのかといった才能や気持ちを再確認すると良いでしょう。その結果として、現状を変える、目標を変えるといった行動に出ることになっても、それは良い意味での変化だと受け取っておいて大丈夫のようです。
恋愛運：相手の気持ちを読み違えて恥をかいたり、対応を誤ってしまうことが多々あるでしょう。また、頼られる存在になりたいと思うあまりに無理をしてしまいそうで、逆に関係性が後退する場面が増えてきそうです。
金　運：物欲を始めとして、欲しいと思うがままに行動をしていては、貯まるものも貯まりません。必要なものの取捨選択をはっきりとさせて、必要ないものは後回しにすることを覚えましょう。

♥ラッキーデー：4　19　27　　×危険日：8　15　23

♊ 双子座 5/22 ～ 6/21

全体運：持ち物はもちろんのこと、考え方や趣味についても整理していくことで、人生の目標や目的が明確になってくると思われます。一度自分の周りを見回して、なにをすべきか、なにを残してなにを捨てるべきか、判断してみると良いかもしれません。
恋愛運：恋愛運は可もなく不可もなく。ただし、自分が主導権や舵取りをするようにもって行きましょう。デートの目的地は、あなたが決めるようにしましょう。決断力を見せることで、相手の気持ちを大いに引き寄せることができます。
金　運：お金と直接の縁が結ばれると言うよりは、仕事で成功をして、宝くじが当たって、これまでの努力が評価されて等々、なにかしらの結果として金運アップにつながっているような感じでしょう。

♥ラッキーデー：9　14　27　　×危険日：6　17　22

♋ 蟹座 6/22 ～ 7/22

全体運：普段の生活と違った分野、行動を取ることで、新しく道が開かれてくる運気をしています。そうすることで、充実感を大いに得られることでしょう。あなたにとって挑戦にあたるのはどのようなことか、一度じっくりと考えてみると良いでしょう。
恋愛運：魅力が引き立つことで、良い恋愛ができそうな予感があります。異性からかなりのアプローチを受けるかもしれません。優しく穏やかな気持ちを持ち続けることで、恋愛運を高く保つことができることでしょう。
金　運：仕事で失敗が続きそのことで金運もマイナスに落ち込んでしまいそうです。浮上の切っ掛けは見えるところにあるのですが、それに気付けないことが多そうです。

♥ラッキーデー：2　15　29　　×危険日：10　18　27

♌ 獅子座 7/23 ～ 8/22

全体運：自分磨きに時間をかけると運気も大きく上昇していくよう。外からの見た目もそうですが、内面もまた磨くように。内と外とを同時に磨くことで、人としての大きな成長も手にできます。ファッションなどは、手軽に自分を変えられる良いアイテムでしょう。
恋愛運：新しい恋愛を始めるのには向いていない時期。告白を迷っている人や新しい出会いを求めている人は、自分が望むような良い結果に結び付かないことの方が多いでしょう。すでに恋人として関係がスタートしている場合は、さらに絆が深まることもありそう。
金　運：生活力と言いますか、創意工夫力が求められることでしょう。ちょっとした小物などを簡単に捨てるのではなく、なにかしら変化を加えて継続して使い続けるようにしましょう。

♥ラッキーデー：5　16　29　　×危険日：1　15　24

♍ 乙女座 8/23 ～ 9/22

全体運：目標が明確になり、指針が定まる月になりそうです。今月、来月、そして来年以降まで、計画がスパッと立てられることでしょう。自分が達成したいと思える目標（ゴール）への段取りが、ハッキリしてくるので気持ちも楽になれそうです
恋愛運：同じ価値観を持つ人が身近にいれば、良い関係を築くことが叶いそうです。新しい恋愛が始まることに期待が持てそうです。友人や家族からの紹介で知り合う人は、当たりの可能性がグッと高まることでしょう
金　運：自分を癒すためのヒーリンググッズへの出費は大いに結構なことだと言えそうです。運気を好転させることにつながり、心身共にクリアになってくることでしょう。

♥ラッキーデー：4　15　24　　×危険日：3　11　30

♎ 天秤座 9/23 ～ 10/23

全体運：いつもと違う大胆な行動を取ってみたりしてしまいがちですが、周りにそういった態度が受け入れられるとは限りませんので、空気を読む能力も磨いておく必要がありますし、気持ちを切り替える判断力、決断力、そしてすばやさが求められることでしょう。
恋愛運：あまり良い出会いも進展も期待は持てない状況のようです。ゆっくり、じっくりで良いと前向きにとらえ、少しずつの前進でも大いに喜ぶべきかと思われます。マニュアル通りに恋愛を進めようとしても難しいことを知っておきましょう。
金　運：つい財布の紐がゆるんだり良いところを他人に見せようとして、大きな失敗をしてしまうことも多そうです。身の丈に合った行動を取り、自分に変に自信を持ち過ぎないことが肝心のようです。

♥ラッキーデー：2　20　25　　×危険日：7　14　28

♏ 蠍座 10/24 ～ 11/22

全体運：家庭内のこと、あるいは日常的なことでラッキーが連続して起こりそうです。家族との関係は特に、良い方向へと進んでくれる予感があります。嫁姑問題、兄弟姉妹問題、遺産騒動や家族内でのお金の貸し借りなど、問題事が解決へと向かってくれそうです。
恋愛運：進展があまりなさそうな恋愛事情を抱えています。略奪される、浮気されるといった心配もないですが、満たされない恋愛にあなたの方が悩んでしまうかもしれません。要求し過ぎることは控え、のんびりとした恋愛を楽しむのが良いでしょう。
金　運：すぐに良さを時間することは難しいですが、どんどん良い状況になっていくことで懐の暖かさを実感することができるようになるでしょう。大きな勝負に出ることは吉でしょう。

♥ラッキーデー：11　20　28　　×危険日：6　15　22

♐ 射手座 11/23 ～ 1/20

全体運：あなたの正直さ、素直さ、あるいは真面目さが運気を呼び込みそうです。妙に自分を良いように見せたり、背伸びをしてみたりは必要ありません。ありのままの自分を見せることで、人からの信頼も勝ち得ることができるでしょう。
恋愛運：縁が２本以上あなたの前に出現するかもしれません。あいまいな態度を取ることは、トラブルの原因になってしまいそうです。必ずしも縁を結ぶ必要はありません。自分の趣味や友人との時間を多く持ちたいと思ったのなら、恋人を作る必要はないのです。
金　運：なにかしらのプロジェクトに関わっている人は、その仕事で大きな評価を得られる結末に辿り着くことでしょう。最後まで気を抜かず、集中を高めて臨んでください。

♥ラッキーデー：5　14　22　　×危険日：9　18　31

♑ 山羊座 12/23 ～ 1/20

全体運：なにかを人に伝えたい気持ちが大きくなり、挑戦意欲が大きくなってきそうです。これまでやりたくてもやれていなかったことに手を出すことは、とても良いタイミングだと言えそうです。思い切って自分を前面に押し出してみましょう。
恋愛運：モテ期が来ているようです。ドラマチックな恋愛に期待を持っておきましょう。街なかで突然告白されることもありそうなくらいです。あなたの周りにいる異性からは、基本的に良い印象を持たれるようです。
金　運：積極的な意思表示が、金運を引き寄せるチャンスのようです。前々から欲しいと思っていた物があれば、それを周りに伝えておくのもひとつの手でしょう。

♥ラッキーデー：9　18　24　　×危険日：1　17　27

♒ 水瓶座 1/21 ～ 2/19

全体運：人の顔色をうかがってばかりだと、何事も前に進まないと言えます。ときには思い切った決断をして、先の事を見据えておくのも大切でしょう。必要以上に心配事を抱えることなく、多少は楽観的な気の持ちようでいると良いでしょう。
恋愛運：良い恋愛をしようと思ったら、自分が周りからどう思われているのか、客観的に見えるようになることが肝心。交際中の人は、相手との関係を振り返ってみる必要がありそうです。どちらかに無理や遠慮をしいるような関係では、長続きしないと言えそうです。
金　運：身の回りのものは、大切に使うようにしましょう。簡単に買い換えたり捨てたり、そうやってしまうと他のものや人との縁まで薄くなってしまう可能性があります。

♥ラッキーデー：6　16　25　　×危険日：9　15　28

♓ 魚座 2/20 ～ 3/20

全体運：自分の実力を試すような機会が訪れて、立ち位置をはっきり認識することがありそうです。基本的に嬉しいことでしょうが、まれにネガティブなショックを受けるようなこともありえそうです。一喜一憂することなく、冷静に自分と周りを見ていきましょう。
恋愛運：仲の良い友人は、大切にしておきましょう。そのおかげで、意中の相手と急接近したり恋人関係になったりと、進展することも多そうな気配です。グループで行動することは、とても良い切っ掛けになり、恋愛運アップに効果がありそうです。
金　運：友人や知人からおごってもらったり、なにか不要なものをもらったりと、周りの影響によってあなたの運気も好転してくれそうです。他人からの好意は、遠慮することなく受け取っておくように。

♥ラッキーデー：2　19　23　　×危険日：8　17　29

ATLANTA お出かけガイド

Let's plan your outing with Atlanta Hangout Guide!

Movie

Trolls World Tour

ミュージカルアドベンチャーアニメ「トロールズ」のシリーズ第2弾。歌と踊りとハグが大好きな妖精トロールズが暮らすポップ村で、元気いっぱいなみんなの女王として日々を過ごすポピー。実はトロールズの村はかつて王国として繁栄していたが、音楽のジャンルごとに6つに分裂した過去があった。自分たちとは違うジャンルの歌や踊るをするトロールズがいることに興味を抱いたポピーだったが、ロック村の女王バーブが、ほかの村を乗っ取ろうとしていることを知る。ポピーは世界を守るために仲間とともに旅に出るが……。監督は前作「トロールズ」で共同監督を務めたウォルト・ドーン。ポピー役は「ピッチ・パーフェクト」シリーズなどで歌声を披露してきたアナ・ケンドリック。ブランチ役を務めるジャスティン・ティンバーレイクが、音楽プロデューサーも担当している。
全米公開は4月3日。

Sports

PGA TOUR
PGAプロゴルフのツアー
2019-2020シーズンです。

6月までのスケジュールはキャンセルとなっています。
■ 7月9日-12日
Bridgestone SENIOR PLAYERS Championship
Firestone CC, Akron, OH

NBA ATLANTA HAWKS
アトランタホークス
ホームゲームのみの案内です。

4月からの試合はすべて延期となっています。

Atlanta Braves
アトランタブレーブス
ホームゲームのみの案内です。
4月からの試合はすべて延期となっています。

Music

State Farm Arena
1 State Farm Dr, Atlanta, GA 30303
☎ 404- 878-3000
www.statefarmarena.com
■ 5月7日 Lauren Daigle
■ 6月29日 Janet Jackson
■ 7月16日 The Weekend
■ 7月29日 Harry Styles
■ 7月31日 Harry Styles
■ 10月2日 Dan + Shay

Infinite Energy Arena
6400 Sugarloaf Pkwy, Duluth, GA 30097
☎ 770-813-7600
www.gwinnettcenter.com
● インフィニティエナジーアリーナのイベント案内
■ 9月23日 Camila Cabello

Coca-Cola Roxy Theatre
800 Battery Ave SE Suite 500,
Atlanta, GA. 30339
☎ 470-351- 3866 Ext 38186
www.cocacolaroxy.com
■ 5月02日 Snoh Aalegra
■ 6月18日 Rebelution
■ 6月22日 Louis Tominson
■ 6月26日 RUSS
■ 7月1日 Lauv
■ 9月09日 5 seconds of Summer

Theatre

Fox Theatre
660 Peachtree Street NE Atlanta, GA 30308
☎ 404-881-2100
www.foxtheatre.org
● 歴史のあるFOX劇場でさまざまなイベントが開催されています。

● Broadway Across America
www.broadwayacrossamerica.com
■ 3月31日-5月03日 Hamilton
■ 6月02日-07日 Blue Man Group
■ 6月23日-28日 Donna Summer Musical
■ 7月28日-8月02日 Anastasia
■ 8月04日-9月06日 Hamilton

Alliance Theatre
1280 Peachtree Street NE,
Atlanta, GA 30309
☎ 404-733-4650
www.alliancetheatre.org
● High Museum 横の Woodruff Art Center の劇場

Museum

High Museum of Art
近代美術館
1280 Peachtree St Atlanta GA 30309
☎ 404-733-4400
www.high.org
■ 火ー日 10時―5時 (日曜日は正午から)
◆ 大人＄14.50、子供5歳以下無料

Fernbank 自然史博物館
767 Clifton Rd. Atlanta GA 30307
☎ 404-929-6300
www.fernbankmuseum.org
■ 毎日 10時―5時 (日曜日は正午から)
◆ 大人＄17.50、シニアと学生＄16.50、子供＄15.50

2020 5 MAY

5月01日 メーデー
5月03日 憲法記念日
5月04日 みどりの日
5月05日 こどもの日
5月25日 メモリアルデー

5月03日 憲法記念日

日本国憲法の施行を記念し、国の成長を期する国民の祝日。1947年のこの日に日本国憲法が施行したのを記念して、1948年7月公布・施行の祝日法によって制定された。

日本国憲法は1946年11月3日に公布され、半年の準備期間を経て翌1947年5月3日から施行された。前文と11章103条の本文で構成され、「国民主権」「戦争放棄」「基本的人権の尊重」を基本理念としている。

5月04日 みどりの日

自然に親しむとともにその恩恵に感謝し、豊かな心をはぐくむ国民の祝日。元々は昭和天皇の誕生日である4月29日で、昭和天皇が生物学者であり自然を愛したことから1989年より「みどりの日」という祝日とされた。2007年より4月29日は「昭和の日」となり、みどりの日は5月4日に移動された。

Nature,Parks

Georgia Aquarium
ジョージア水族館

225 Baker St. Atlanta GA 30313
☎ 404-584-4000
www.georgiaaquarium.org
■ 日―金曜日　午前 10 時―午後 5 時
　土曜日　　午前 9 時―午後 6 時

Zoo Atlanta
アトランタ動物園

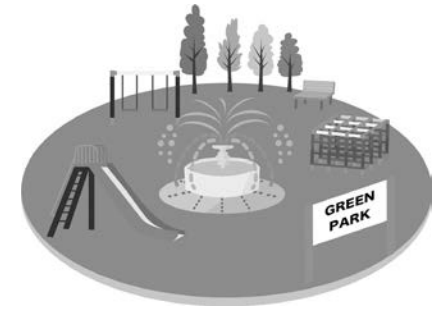
800 Cherokee Ave. Atlanta GA 30315
☎ 404-624-5600
www.zooatlanta.org
■ 月―金曜日　午前 9 時半―午後 5 時半
　日・土曜日　午前 9 時半―午後 6 時半

Stone Mountain Park

1000 Robert E. Lee Drive,
Stone Mountain, GA 30083
☎ 770-498-5690
www.stonemountainpark.com
◆ 車 1 台につき＄10
■ 1 日有効のアドベンチャーパスは＄28(子供＄22)

Atlanta Botanical Garden
アトランタ植物園

1345 Piedmont Ave. Atlanta GA 30357
☎ 404-876-5859
www.atlantabotanicalgarden.org
■ 火ー日　9 時―5 時（4 月からは 9 時―7 時）



Uniquely ATL

World Of Coca Cola コカコーラ博物館

121 Baker St. Atlanta ジョージア水族館の隣
☎ 404-676-5151
www.worldofcoca-cola.com
■ 8 時―6 時
◆ 大人　＄16、シニア＄14、子供＄12

CNN Studio Tour
CNN スタジオツアー

190 Marietta St, NW, Atlanta, GA 30303
☎ 404-827-2300
www.cnn.com/tour/atlanta/
● 予約したほうが確実に参加できる
■ 9 時―5 時 (10 分おき)
◆ 大人＄15、シニア＄14、子供＄12

Atlanta History Center
アトランタ歴史博物館

130 West Paces Ferry Rd. Atlanta GA 30305
☎ 404-814-4000
www.atlhist.org
■ 10 時―5 時半 (日曜日は正午から)
◆ 大人＄16.50、シニアと学生＄13、子供＄11

Margaret Mitchell House

990 Peachtree St. Atlanta GA 30309
☎ 404-249-7015
www.gwtw.org
■ 毎日 ツアー :10 時半―5 時 , ショップ :10 時―6 時
◆ 大人＄13、シニア＄10、学生＄9、子供＄8.50

MLK Museum キング牧師博物館

449 Auburn Ave. Atlanta GA 30312
☎ 404-524-1956
www.thekingcenter.org
■ 9 時―5 時
◆ 無料 (寄付を受け付けています)

Jimmy Carter Library Museum
カーター大統領博物館

441 Freedam Pkwy. Atlanta GA 30307
☎ 404-865-7100
www.jimmycarterlibrary.gov
■ 9 時―4 時 45 分 (日曜日は正午から)
◆ 大人＄8、シニアと学生＄6、16 歳以下無料

Centennial Olympic Park

265 Park Ave W Northwest, Atlanta, GA
☎ 404-222-7275
www.centennialpark.com/
● Web のイベントガイドを確認してください

SKY VIEW

168 Luckie St. NW, Atlanta, GA 30303
☎ 678-949-9023
www.skyviewatlanta.com/
■ 日 – 木 :12 時 –10 時 , 金 :12 時 –11 時 , 土 :10 時 –11 時
◆ 大人 $13.50, シニア (65 才 +)$12.15, 子供 (3-12 才)$8.50

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、イベントなどの中止・延期などをが報告されています。
重症化のリスクが低いため、感染していることに気付かないまま、感染を広げてしまうおそれがある 10 代から 30 代の若者の皆様には、特に、換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に集団で集まることは避けてください。
そのためにスポーツや音楽などの各種イベントも楽しめなくなるということはあろうかと思いますが、皆様自身や皆様の御家族を含めた多くの人々のために、ここしばらくの間は、我慢し、感染拡大防止に協力していただくよう是非ともお願いします。

5 月 05 日　こどもの日　端午の節句

こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する国民の祝日。1948(昭和 23) 年 7 月公布・施行の祝日法によって制定された。

邪気を払う為、菖蒲や蓬を軒に挿し、粽や柏餅を食べる。

「端」は物のはし、つまり「始り」という意味で、「午」は「五」に通じることから、元々「端午」は月の始めの五の日のことだった。その中でも数字が重なる 5 月 5 日を「端午の節句」と呼ぶようになった。

日本ではこの日、男性は戸外に出払い、女性だけが家の中に閉じ籠って田植えの前に身を清める神聖な儀式の日だった。しかし、「菖蒲」が「尚武」と同じ読みであることから、鎌倉時代ごろから男の子の節句とされ、甲冑・武者人形等を飾り、庭前に鯉のぼりを立てて男の子の成長を祝うようになった。

5 月 27 日　メモリアルデー

1865 年 5 月 26 日に南北戦争が終り、その戦歿者の追悼式が 5 月 30 日に行われたことを記念してアメリカ合衆国の法定休日となった。5 月の最終月曜日が祝日となる。

格闘家の戯言

国際大山空手道連盟
アトランタ支部長 高橋督

オンラインクラス

道場を閉めて１か月。毎日ヒヤヒヤしながら生きている。グロサリーに行くときは、必ずマスク着用、カートも取っ手、カゴをワイプがあるときはゴシゴシと拭き上げ、無いときは野菜用のビニール袋を取っ手に巻いて使う。

支払いもおつりでキャッシュをもらうのが嫌なので全てカード払い。セルフで支払いができるところではできる限りセルフで済ませ、なるべく人との接触を避けるようにしている。マスクも３月中はほとんどしている人は見なかったが４月に入るとどっと増えた。アメリカも変わったものだ。

道場を閉めた直後は、コロナ問題がここまで大事になり、終わりが見えないことになるとは完全に想定外。だから道場で稽古ができなくなった直後は、型、基本の動きをビデオに取って生徒たちに「次回まで自習しなさい」と送りつけただけだったが、再開が難しくなるとわかると、まず子供たちを対象になんの準備もなくできる FACETIME 等でプライベートレッスンを始めた。

そのあとすぐにコンピューターを生業にしている生徒からの勧めで ZOOM を使ったグループレッスンを開始した。ZOOM でオンラインクラスをやるよと連絡したときの反応が、思った以上に良かったのでもっと早く始めりゃよかったと後悔したくらいだ。

もちろんオンラインクラスは私も含めみんな家からなので道場のように動けるスペースがない。その中でいかにハードに汗をかかせるかが最大の課題だったが、グループレッスンにしたことによってそれがほとんど解消されてしまった。

プライベートレッスンは、一人に集中的に細かく教えられるという最大の利点があるのだが、受けている側からすると、他の人に私の目が移らないので、稽古の間はずっと見られていて気が抜けないので、精神的にきつい。

あとマンツーマンとはいえ所詮オンライン。私以外はみていないのでふとした瞬間に冷静になったりしてしまう。ところがグループレッスンにするとみんなも参加者全員の顔を見ながらやっているのでオンラインであるにも関わらず、一緒に稽古している気になってくる。

正確には「一緒に稽古している気になってくる」というのは間違いで、実際に全員が一緒に稽古を受けていのるには変わりない。ただ稽古場所がそれぞれ違うという事だけである。

参加者も全員の動きが見えるので、下手なことはできないという気になるし、なんといっても参加者からのリアクションが感じられるので私のテンションがドンドン上がっていく。それにつられてみんなも自然に気合が入っていくという相乗効果が生まれ予想以上にいい感じでオンラインクラスが進んでいる。

モニターで生徒が汗を拭っているところを見ると「よしよし頑張っているな」と顔が思わずニヤついてしまう。オンラインクラスにしたことによって普段は週末しか稽古に参加できない生徒が参加できるようになったり、州外はもとより日本からも稽古に参加することができるようになったという、普段道場で稽古をしている時には考えもしなかった新しいことが次々に起きている。

これは道場で稽古ができるようになってからもその日に道場に来られなかったこ生徒のためにもオンラインでクラスを中継したりできるな～等と色々なアイデアが浮かんでくる。まさに怪我の功名である。

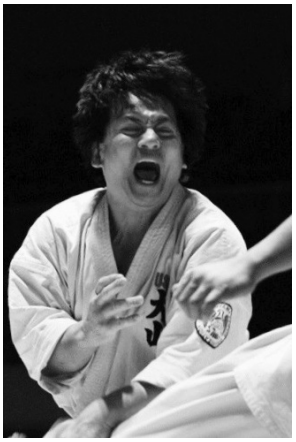
あともう一つ忘れちゃいけない利点は稽古が終わったらすぐキッチンに行けばビールが飲めるという事。道場にも冷蔵庫はあるのだが、さすがにビールは入れられない。稽古直後のビールのうまさを再認識できたオンラインクラスでした。

今日本でオンライン飲み会というのが流行っているらしいが、盟友の周司から「先輩、オンライン飲み会やりましょうよ」と電話が来た。彼はサンディエゴなのでアトランタとの時差は３時間。

「こっちが 10 時でそっちが７時くらいでどう？」

「いいですね～。どうせなら日本からも田前さんも呼びましょうよ。あの人だったら日曜日だったら昼でも大丈夫でしょう」

自宅にいながら州外、国外の人と酒が飲めるなんてオンライン生活もなかなか捨てたもんじゃない。でも時差があるからって日本に住んでる人に昼間っから飲ませるってどうよ？とは思ってもみたが、そうやって家に引き留めることによって日本でも感染リスクを削減することに貢献しているのではないか？と無理やり思うことにした。



皆様もお気を付けください。

押忍。

クラシファイド広告
Classified

●求　人　Help Wanted
●教　授　Instraction
●ビジネス　Business
●お知らせ　Information

一般求人

ヤマト運輸アトランタ支店
引越作業員を募集しています。就労ビザをお持ちの方、車の運転できる方
☎404-550-2628池谷までご連絡ください。

食品会社セールス募集
月～金、フルタイム、勤務地 :Norcross, GA (近辺州に出張へ出れる方)
詳細は電話又は Email でお願いします。
会社名：Yamasho Atlanta Inc 担当：山内
☎ 770-263-9312 Ⓔ info@yamashoatl.com

IACE トラベルアトランタ店
業務 : 旅行手配業務全般。就労ステータスをお持ちの方を募集中。未経験者・OPTも歓迎。連絡先 : jinji@iace-usa.com

ウィンタースチャペル幼稚園
保育補助を出来る方を募集しております。時間：月～金曜日、午前 7 時半～午後 3 時半。午後 3 時半～午後 6 時半。委細面談の上、決定。☎770-394-3242　新井まで。

マリエッタ / ロズウエル公文
採点・事務スタッフ複数急募中。学齢期のお子さんが学校へいっている間や教室中などフレキシブルな時間で働けます。
詳細は長谷川まで　☎ 770-321-2637
メッセージを残してください。

日本語補習校教師募集
サウスカロライナ州グリーンビル日本語補習校では、中学（国語）、小学（国語、算数）の教師を募集しています。教育に興味があり、子ども好きで経験のある方、情熱のある方を、広く募集していますので是非ご応募下さい。勤務日は土曜日（年間 40 日）。当校規定による報酬と交通費を支給。詳しくは、Ⓔ gsschool@gmail.com、☎ 864-554-5224 山川までご連絡下さい。

日本語補習校教師募集
アラバマ州バーミングハム日本語補習校では、小学（国語・算数）の教師を募集しています。教育に興味がある方のご応募 を心よりお待ちしております。 勤務日は土曜日（年間 40 日）。 当校規定による報酬と交通費を支給。 詳しくは、
Ⓔ board@bssal.org、☎ 205-746-1773
担当青木までご連絡下さい。

ビル / オフィス掃除募集
SmartDog Commercial Cleaning Services 平日の夜、週末に働ける方を募集。選べる時間帯。電話は日本語で☎ 770-667-8736 Roswell, Alpharetta, Norcross, Duluth, Marietta, Dunwoody, Woodstock エリア

コンシェルジュ サービス
お手伝いしていただける仲間を募集しています。詳細 :support@atl-concierge.com までお問い合わせください。

とまとストアー カブ店
フルタイムまたは、パートを募集しております。詳細は☎ 770-933-0108 まで。

カンバーランドファミリーデンタル
受付募集、日英バイリンガル、土曜出勤可能な方、要労働ビザ。詳細は篠原まで☎ 770-272-1818 Ⓔ info@myhaishasan.com

Salon LIHGA スタッフ募集
スタイリスト、土日受付募集
Ⓔ salonlihga@gmail.com 迄

Salon i スタッフ募集
スタイリスト / アシスタント (経験者・ライセンス者のみ) 募集。☎ 678-762-7800

レストラン求人

カラオケメロディー
明るく元気で歌好きな方。深夜働ける方優遇。自由シフト制、短期も OK.
お問合せは☎ 770-986-8881

鮨処はや川 スタッフ募集
サーバー、マネージャー補佐急募。フルタイム優遇、経験不問、能率給有り。フルタイム給与（month）1.5K ~ 5.5K、完全週休 2 日、有給休暇（夏冬、計 3 週間 ）
☎ 770-986-0010 or ☎ 404-488-9178

TANAKA レストラン
サーバーを募集しています、
詳細はお電話にて☎ 770-740-1488

Umaido スタッフ募集
従業員募集。詳細は☎ 770-335-3070

はじめ スタッフ募集
従業員募集。詳細は☎ 470-428-2388

春一番　スタッフ募集
サーバー、キッチン及び寿司シェフを募集しています。学生さん大歓迎。詳細はミッシェルまで、☎ 770-622-4060

庄や 板前さん募集
板前さん、ヘルパーさん募集。年齢、経験は問わず、パートも可、ディナーのみ。健保（自己負担無）、有給あり、ビザ相談可。詳細は 4 時以降に☎ 770-457-5555 マカベ又は金谷まで

銀や スタッフ募集
寿司、キッチン、各板前さん募集。ディナーのみ、健保、有給あり、ビザ相談可。サーバーさんも募集しています。
詳細はお電話で☎ 678-882-4733 遠藤まで

中藤レストラン スタッフ募集
日英バイリンガルのサーバー（経験二年以上）とフロント（未経験可）を募集。ベネフィット・能力給あり。要労働ビザ。詳細 Noriko まで noriko@nakatorestaurant

和楽 スタッフ募集
シェフ、キッチンシェフ、ウェイトレスを募集しています。☎ 678-889-4188 まで

横浜 Yokohama　Draville
フルタイムホールサーバー募集。英語必須。詳細はりかまで。678-580-3455

HIRO RAMEN & TEA BAR
Decatur エリアに 5 月下旬 OPEN 予定
ラーメンキッチンシェフ & サーバー募集しています。詳細は 678-206-1701 又は 678-206-1742 三浦まで
TEA BAR マネージャー (経験者) 募集。
詳細は 404-229-7475 Jack まで

幸楽ラーメン　Duluth
サーバー、キッチンシェフを募集。学生、未経験者大歓迎。詳細は木下まで。
☎ 404-786-3307

Gekko Sushi スタッフ募集
寿司シェフを募集しています。
詳細は Jack まで☎ 770-906-6936

Sakura Sushi Bar
サーバー募集と寿司シェフを募集しています。Lower Roswell エリア。
☎ 678-896-0026 Tim まで

Sushil Avenue Snellville
寿司ヘルパーとキッチンヘルパーを募集しています。お問合せは☎ 770-985-1800

GOTO Peachtree City
サーバーとキッチンアシスタントを募集。詳しくは☎ 678-431-2059　Wooja まで

日本食シェフ募集 オーガスタ
オーガスタダウンタウン、アパートあり
☎ 404-451-5447 詳細はヨシまで

MIYABI サバナ GA
寿司シェフ、マネージャー補佐募集。
詳細はⒺ miyabisavannah@gmai.com
☎ 912-352-7300 瀬尾まで。

SUSHI GO グリーンビル SC
Greenville,SC のダウンタウンで寿司シェフ or キッチンシェフを募集しています。
詳細はメールにて sushigousa@gmail.com

寿司 KOJI グリーンビル SC
寿司シェフ、ウエイトレスを募集を募集しています。詳細は☎ 864-569-7769 まで

寿司勝 グリーンビル SC
寿司シェフ、サーバーを急募しています。
詳細は☎ 864-288-2227 まで

花水木レストラン FL
寿司シェフ・調理師・サーバー募集。フロリダ州オーランド。労働ビザの方は優遇、ビザスポンサー可。☎ 407-363-7200

教　授

ダンスレッスン
バレエ、モダンも含めたルイジのジャズダンスメソッドで踊りを楽しみませんか？
詳細は☎ 770-656-7505　奈保子

お知らせ

ジョージア剣道メンバー募集
剣道を楽しみながら学びたい人たちを募集しています。新井まで☎ 770-394-3242
Ⓦ www.GEORGIAKENDO.net

商工会レディースゴルフメンバー募集
ゴルフ好きの方 3 月～ 11 月の第 2 火曜日アトランタ近郊でコンペを行っています。お問合せは ☎ 404-825-0693 西原まで

野球・ソフトボールメンバー募集
日曜日に草野球 (Norcross)、月曜夜にソフトボール (Peachtree City) を行っています。お問合せは 佐々木まで☎ 470-330-0147

クラシファイド広告募集

ANIS ATLANTA

アニスアトランタは
あなたのビジネスを応援します !!

クラシファイド申込方法

送付先：**ANIS ATLANTA**

4514 Chamblee Dunwoody Rd,
Suite 249
ATLANTA, GA 30338
Phone: 404-510-8534
E-mail:infojp@anisatlanta.com

◆ 料　金　見出し 13 文字 x 2 行以内 + 本文 20 文字 x 4 行以内
左記の基本パターン 1 号に付き 15 ドル、1 行につき 2 ドル追加
◆ 追加料金　写真・ロゴ掲載料：1 件につき 10 ドル
◆ 掲載期間　1 回の申し込みにつき 1 カ月
◆ 締め切り　毎月 15 日まで到着分となります。
上記は締切りの目安であり、印刷スケジュール及びスペースの都合上、変わる可能性がありますのでご了承ください。
◆ 申込方法　E メール、FAX にてご連絡ください。
◆ 支払方法　チェック、マネーオーダー。
＜前払い＞　＊掲載料の返金は一切できませんのでご了承ください。
＊リターンチェックの場合は手数料 10 ドルをいただきます。

尚、求人広告は無料です。

ANIS ATLANTA Classified Ad Information
Rate $15 for 2 title lines and 4 main contents lines.
1 title line 13 Japanese characters or about 25 English characters.
Additional lines $2 per line
Logo / Pictures Fee $10 each.
Translation Fee $5

- Advance Payment is required to place your ad. Pay with Check or Money Order.
- All ad must be received by the 15th for the issue.
- No refunds in any case.
- 掲載された広告内容に関しましてはアクシスは一切責任を負いかねます。
- 広告掲載をされる場合、内容によっては掲載をお断りすることもありますので、ご了承ください。また、レイアウトの都合上、広告掲載時の行数は異なる場合があります。
We do not accept responsibility for ads appearing on this magazine. we may refuse to place the ad if the contents is not suitable for the magazine. The number of the line may differ from the original form for the layout reason.

次回 2020 年 6 月号は
6 月 5 日ごろ配布予定

ANIS ATLANTA

NO. 5
MAY 2020

PUBLISHED BY ANIS USA, LLC

4514 CHAMBLEE DUNWOODY RD,
SUITE 249
ATLANTA, GA 30338
PHONE : 404-510-8534
E-MAIL : INFOJP@ANISATLANTA.COM
WEB : HTTP://WWW.ANISATLANTA.COM

PUBLISHER : MIYUKI MOROOKA

© ANIS ATLANTA 2020

本誌掲載の記事・写真の無断複写、複製を禁じます。本誌に掲載された広告内容に関しましては、アニスアトランタは一切責任を負いかねます。

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced in any form without permission from ANIS ATLANTA. Advertisements published in ANIS ATLANTA do not necessarily represent the views of the publisher. The publisher is not liable for errors or omissions.

編集後記

まだまだ収束する見通しがつかない新型コロナウイルス。ＷＨＯ＝世界保健機関は、アフリカなどで新型コロナウイルスの感染者が増加傾向にあることを踏まえて、長期的な視野を持って闘っていく必要があるという考えを示しています。外出禁止令が解除され、様々な形で人と人との接触がはじめると感染が再び広がるのではと、考えさせられてしまいます。

以前まではマスクをして食料品の買い出しにでかけると、ちょっと敬遠されるような風でもありましたが、今やマスクをしてくれている方がかえって安心感を与える状況に変わってきています。アトランタ市の Facebook などでもマスクの作り方、またバンダナやスカーフで口の部分を塞ぐようにとの説明をしています。マスクはもうアジアだけ文化ではなく、完全にアメリカで市民権を得た感じとなりました。

この出掛けられない状況が始まったときには、お店が軒並み閉まっているし、ご近所の公園も閉鎖となり、出かけるところがない状況にかなり戸惑いました。自分なりにオンとオフの時間調整をつけたり、デザートを作ったり、生活を楽しむことをとにかく実践。そのうちに家にいることにも慣れてくるもので、人間にはすごい順応性があるんだと実感しました。

そんな中から「角度を変えて見つめなおす、見えないものと向き合う」ことによって、日常の中の小さな幸せを感じるようになりました。自然の美しさや四季を感じること、無事に生活できている喜び、いままでの何気ない生活がこんなに大事に思えるようになったことは、ちょっとした発見でした。健康でいられることに小さな幸せを感じます。次号も暖かく見守っていただけると嬉しく思います。

アニスアトランタ　M.M.

ANIS ATLANTA は以下の場所に配布されています

ジョージア州：

アトランタ主要日本食レストラン	アトランタ総領事館	ジョージア日米協会
ウエストミンスター日本人教会	倉岡クリニック	ジョージア日本語補習校
アトランタ日本語バプテスト教会	ICAGeorgia	アトランタ公文アカデミー
ウィンタースチャペル幼稚園	日系美容室	アジアンスーパー　他

テネシー、アラバマ、サウスカロライナ、ノースカロライナ州：
Wismettac Asian Foods, Inc. (formerly Nishimoto Trading Co., Ltd.) 様のご協力により、30 のレストランと食料品店に配布されています。

アトランタに住んでいる人、これからアトランタに住む人、アトランタを訪れる方の生活情報応援サイトです。ショッピング、不動産、公的手続き、VISA、公立学校のことなど皆様の生活のお役に立てれば幸いです。

広告・クラシファイド・取材記事・連載コラム

お問い合わせは、下記までお願いいたします。
E-mail: infojp@anisatlanta.com
Phone: 404-510-8534

締切りは毎月 18 日です。日本人コミュニティのイベント取材依頼や告知なども受け付けておりますので、お気軽にお問い合わせください。

クラシファイド広告は、一般求人・レストラン求人・売りたい・買いたい・イベントの告知・メンバー募集など、幅広くご利用いただけます。1 ヶ月のみ掲載ですので、特に申し出のない限り自動的に消去します。ビジネス以外は、無料で掲載できますので、毎月 15 日までにお申し込みください。

鮨処はやかわ

行き届いたサービスと
最高の食材を提供

お客様各位　友人の皆様

新型コロナウイルスが猛威を奮っています。
皆様が、日々安全にお過ごしいただけますよう
お祈り申し上げます

鮨処はや川　早川　睦
スタッフ一同

創業12周年

Sushi
HAYAKAWA
Authentic Japanese cuisine for a unique dining experience

完全予約制

Tel:770-986-0010　www.sushihayakawa.com
5979 Buford Hwy., Atlanta, GA 30340 (at red & green steak house shopping center A-10)
TUE-SAT　17:00-22:30　/　SUN-MON　Closed

アトランタ日本語バプテスト教会

Peachtree Corners Baptist Church Japanese Mission

《定例集会のご案内》

◆ **主日礼拝**　日曜日　９時３０分～１０時４５分（同時通訳あり）
礼拝では子ども向けのお話があります。子どもクラスも礼拝時に並行して行われます。

◆ **教会学校**　日曜日　１１時～１２時
中高生から大人まで、少人数による聖書の学びの時間です。

◆ **マナ・タイム（子育ての会）**　火曜日　１０時３０分
「共に育て、共に育つ、共育の場」をモットーに、お母さん方と子どもたちが一緒に楽しく過ごします。

◆ **聖書の学び**　火曜日　１３時～１４時３０分

◆ **英会話クラス**　水曜日　１９時～２０時３０分（託児あり）

◆ **英会話クラス**　木曜日　１０時～１２時（託児あり）

牧師：酒巻宏明 / Rev. Hiro Sakamaki, pastor
4480 Peachtree Corners Circle. Peachtree Corners, GA 30092
TEL: 770-582-2449　**www.atlantajbc.org**

ウェストミンスター日本人教会

（1977 年創立）

各集会案内（どなたも自由にお越しください）

＊サンデースクール ・・・・・・・・日曜日　朝 10 時
＊礼 拝 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・日曜日　朝 11 時
（ベビーシッター、同時通訳あり）
＊祈祷会 ・・・・・・・・・・・・・・・・・水曜日　朝 10 時半　夜 7 時半
＊ろばのこクラブ ・・・・・・・・・・木曜日　（第 1 と第 3）　朝 10 時半
（子どもとお母さんたちの集まり）
＊聖書の学び会 ・・・・・・・・・・・・金曜日　朝 10 時半

※各集会 , その他お問い合わせ先
TEL: 770-594-1382　goodnewssunday4012@gmail.com

孤独や悩みを抱えておられる方は一度ご連絡ください。牧師が親切に相談を受けます。
教会住所：　11450 Bowen Road, Roswell, GA 30075　牧師：長井正人
ホームページ：www.westminsterjapanesechurch.com

情報満載! www.anisatlanta.com

あなたにぴったりの広告プランをご提案いたします。
まずはサイトにアクセス!!
お気軽にお問い合わせください。
●Web広告ページ
1年契約の場合　**$70.00/month**

We will boost your business!!

E-mail: infojp@anisatlanta.com T: 404.510.8534　あなたのビジネスを応援します!!

クロネコヤマト国際宅急便

紙伝票も受け付けています

オンラインご利用ですと
$10お得です
是非、ご利用ください
www.yamatoamerica.com/cs

種類	制限サイズ（JPN）	制限サイズ（US）	標準送料	オンライン送料
1	60cm　2kg	24 inch　4Lb	$55	$45
2	80cm　5kg	31 inch　11Lb	$80	$70
3	100cm　10kg	39 inch　22Lb	$105	$95
4	120cm　15kg	47 inch　33Lb	$130	$120
5	140cm　20kg	55 inch　44Lb	$160	$150
6	160cm　25kg	63 inch　55Lb	$180	$170

- 箱の大きさ、重さどちらか大きいほうで送料が計算されます。
- 集荷料金、梱包料金、関税は別料金となります。
- 上記の送料＋Fuel Surcharge（毎月変動）が加算されます。
- 商流貨物にはご利用いただけません。

宅急便取扱店

ヤマト運輸アトランタ　404-363-6062
4341 International Pkwy. Atlanta, GA 30354

IACEトラベル　770-936-9900
6035 Peachtree Rd. #A-206 Atlanta, GA 30360

TOMATO コブ店　770-933-0108
2359 Windy Hill Rd SE, Marietta, GA 30067

J-Mart　917-345-5803
2820 Highway 54, Peachtree City, GA 30269