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

11 2021 No. 23
月１回発行

Happy Thanksgiving

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

インフルエンザ予防接種が可能です
お電話でご予約ください

コロナワクチンの接種が可能です

ご予約は kuraoka-covid19-vaccine.com にて受け付けております。

（ファイザー社製、モデルナ社製）

ワクチンに関してのお電話でのお問い合わせ、ご予約はご遠慮ください。

日本入国者に対するコロナ検査証明、当院で発行可能です。
詳しくは当院のホームページをご参照ください。

当院では新型コロナウィルスの予防対策は細心の注意をはらって万全に行っております。
人間ドック（健康診断）、外来診察、テレビ診察、予防接種を通常通り行っております。
院内の掃除・消毒は毎時間行い清潔保持を徹底しております。
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。

新しい先生のご紹介：
ステファニー先生
Stephanie Moon PA-C
(Certified Physician's Associate)
倉岡クリニックに新しい先生が加わりました。
日本語で診察いたします。

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。予約なしでのご来院はご遠慮ください。

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

NIHON INTERNATIONAL DENTAL GROUP

カンバーランドファミリーデンタル

CF デンタル
診療日時
月・金・土
9 AM - 6 PM

日本デンタル
診療日時
火・第2土
9 AM - 6 PM

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

NOVEMBER 2021 NO. 23

webサイトも随時更新中
www.anisatlanta.com

05 11月のカレンダー
07 偉人の名言
09 ニュースダイジェスト
13 FOOD & HEALTH
14 「サンクスギビングデー」の過ごし方
16 カラーコンサルティング@山本邦子
18 Hello! Atlanta◎鎌田桃佳
20 パパッとつくっておいしくたべよ
21 アトランタ in-Town News◎アトランタ着物ソサエティ
22 新曲「I Feel You」が発売◎MADOCA
22 新感覚の九州バーチャルフェス開催！◎IACE Travel USA
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
26 聖書の言葉◎ますみ
27 子育て知恵袋 in Atlanta◎長谷川ゆかり
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 教えて歯医者さん◎カンバーランドファミリーデンタル
31 メディカルコラム◎倉岡クリニック
32 「歯」の話◎植月歯科医院
33 今月の12星座占い
34 ATLANTAお出かけガイド
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

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

●Duluth（賃貸物件）
4ベッドルーム2.5バスルーム、2階建て、2006年築、Parsons/Hull/Peachtree Ridge校区、$1850/月、11月初旬より入居可

●Duluth（賃貸物件）
4ベッドルーム2.5バスルーム、2階建て、2006年築、Parsons/Hull/Peachtree Ridge校区、$1850/月、12月中旬より入居可

●Duluth（賃貸物件）
4ベッドルーム2.5バスルーム、2階建て、1997年築、Chattahoochee/Coleman/Duluth校区、$1850/月、12月初旬より入居可

●Duluth（賃貸物件）
4ベッドルーム2.5バスルーム、2階建て、2003年築、Chattahoochee/Coleman/Duluth校区、$1850/月、12月中旬より入居可

賃貸以外にも住宅の売買、投資、オフィス、店舗なども扱っております。

薄　俊彦
TOSHIHIKO SUSUKI

不動産のご相談は
日本語でお気軽に

3700 Crestwood Pkwy, Suite 380, Duluth, GA 30096
Tel: 404.454.7402

e-mail: tsusuki@sakurarealty.com

kw CHATTAHOOCHEE NORTH
KELLERWILLIAMS

賃貸から購入を
ご検討中ですか？

家賃をただ払い続けるなんて
もったいない！購入してローンの
返済に充てたい！

不動産投資を始めたい！
何から始めればよいですか？

帰国後は自分の購入した物件を
賃貸物件として貸したい！

おまかせください！

歴史的な低金利レートの影響もあり、
ご自身の家の購入や、投資物件として
長期保有、といったお問い合わせを多く
いただくようになりました。購入や現在の
賃貸契約の解約のタイミングについての
ご相談、帰国後の物件管理のご相談
まで受け付けております。もちろん、
現在の持ち家の販売も同時に可能です。
無料カウンセリングを行っております。
どうぞお気軽にお問い合わせください。

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

11
NOVEMBER

11 月のカレンダー

11 月 03 日　文化の日
11 月 07 日　Daylight Saving Time（夏時間終了）
11 月 07 日　立冬「りっとう」(Beginning of winter)
11 月 11 日　Veterans Day　復員軍人の日
11 月 15 日　七五三
11 月 26 日　Thanksgiving Day

11 月 03 日　文化の日

1946(昭和 21) 年のこの日、平和と文化を重視した日本国憲法が公布されたことを記念して、1948(昭和 23) 年公布・制定の祝日法で「自由と平和を愛し、文化をすすめる」国民の祝日に定められた。戦前は、明治天皇の誕生日であることから、「明治節」という祝日だった。

11 月 07 日　Daylight Saving Time(夏時間終了)

終了日の午前 2 時、時計の針を 1 時間戻します。

11 月 07 日　立冬「りっとう」(Beginning of winter)

二十四節気の一つで、初めて冬の気配が現われてくる日。天文学的には、天球上の黄経 225 度の点を太陽が通過する時。

11 月 11 日　Veterans Day　復員軍人の日

1918 年 11 月 11 日に第 1 次世界大戦が終戦を迎え、大戦で兵役を務めた人々に敬意を表すため、11 月 11 日を休戦記念日としたのが始まりですが、現在では合衆国が参戦した全ての戦争の退役軍人を慰労する日となっています。この日には退役軍人の団体がパレードを行い、また、大統領がポトマック川を挟んでワシントン DC の対岸にあるアーリントン・ナショナル・セメタリーの無名兵士の墓にリースを供えるのが慣わしとなっています。

11 月 15 日　七五三

男の子は数えで 3 歳と 5 歳、女の子は 3 歳と 7 歳の年に、成長を祝って社寺に参詣する。

3 歳は髪を伸ばす「髪直」、5 歳は初めて袴をつける「袴着」、7 歳は本仕立ての着物と丸帯という大人の装いをする「帯解」をそれぞれ祝う意味がある。

旧暦 11 月はその年の実りを神に感謝する月であり、旧暦 15 日は二十八宿で「何事をするにも吉」とされる鬼宿日に当たったことから 11 月 15 日に行われるようになった。今日では 11 月 15 日にこだわらずに 10 月から 11 月の間に行われるようになっている。

11 月 25 日　感謝祭 (Thanksgiving Day)

11 月の第 4 木曜ですが、米国人の多くは続く金曜日に休暇を取って 4 日の連休とし、家族や友人たちを訪ねます。この休日は、迫害を逃れてピューリタンがマサチューセッツに渡ってきた翌年の 1621 年に端を発します。

アメリカ大陸にやってきたピューリタンのおよそ半数が死んでしまった厳しい冬の後、彼らは近くに住む先住民に助けを求めました。先住民は彼らにとうもろこしなどの農作物の育て方を教え、その次の秋にはすばらしい豊作に恵まれたため、彼らは感謝のお祝いをすることを思いつきました。自らの繁栄に感謝するだけでなく、ピルグリムが自由のために払った犠牲に思いをはせる意味もあり、この祝日は国民的なものとなりました。

今日に至っても、サンクスギビングには最初のお祝いを再現する、ローストターキー、クランベリーソース、ジャガイモ、パンプキンパイなどが食卓に並びます。家族や友人たちと食事を始める前に、幸福に感謝してお祈りをすることになっています。

感謝祭の次の日は，After Thanksgiving Day で、Black Friday とよばれる大セール日。日本の正月の初売りのように、多くの店に朝から長い行列ができます。この日からクリスマスまでセールが続きます。

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：770–842–7794

E-mail: hiroko.us@comcast.net
ホームページ：www.hiroko.us

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

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**

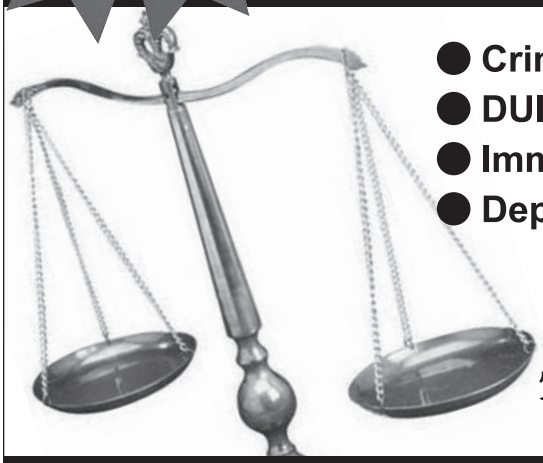
個人から企業まで、様々なトラブルに対応します

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

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
(Duke / BA, Emory Law / JD)

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。

名前：　羽生　善治
国　：　日本　埼玉県所沢市
生　：　1970 年 9 月 27 日 -
職業：　将棋棋士

1970 年 9 月 27 日、埼玉県所沢市に生まれ、その後、東京・八王子市に移り住む。

小学 1 年生のときに同級生から将棋の駒の動かし方を教わり、将棋に熱中する。2 年生になり地元の将棋道場が開催する小中学生将棋大会に出場。その後、将棋道場に通うようになる。

急速に棋力が向上し、小学 3 年のときに初段、4 年生で四段に昇段。5 年生になりアマ名人戦の都下予選を史上最年少で通過。4 つの小学生大会で優勝する。

6 年生の春、小学生将棋名人戦で優勝、同年、プロ棋士養成機関の奨励会入会試験に合格。奨励会は 7 級から三段までで構成。三段は三段同士のみの対戦となり、成績優秀者が四段昇段（プロ入り）となる。羽生善治は驚異的な速度で昇級、昇段を重ね、1985 年に三段で 13 勝 4 敗を記録してプロに昇格。史上 3 人目の中学生棋士となる。

1986 年、プロデビュー初年度には全棋士中一位の勝率 0.741（40 勝 14 敗）を記録し、将棋大賞の新人賞と勝率一位賞を受賞。1988 年度の NHK 杯戦では大山康晴、加藤一二三、谷川浩司、中原誠と当時現役の名人経験者 4 人をすべて破って優勝する。

1989 年、竜王戦でタイトル戦に初登場。研究会「島研」の恩師の島朗との熱闘を 4 勝 3 敗で制し、当時最年少記録の 19 歳で初タイトル獲得。棋界で名人位と並んで序列トップの竜王位に就いた。

1996 年 2 月に将棋界で初の 7 タイトル独占を達成。

2017 年 12 月には永世竜王の資格保持者となり、初の永世七冠を達成。さらに名誉 NHK 杯選手権者の称号を保持しており、合計 8 つの永世称号の保持も史上初。

十六世名人の中原誠は、羽生善治を「オールラウンドプレーヤーで欠点がない。歴史上初の棋士。」と評しいる。

何かに挑戦したら確実に報われるのであれば、誰でも必ず挑戦するだろう。報われないかもしれないところで、同じ情熱、気力、モチベーションをもって継続しているのは非常に大変なことであり、私は、それこそが才能だと思っている。

楽観はしない。ましてや悲観もしない。ひたすら平常心で。

同じ方法で悪くなる。だから捨てなきゃいけない。
せっかく長年築きあげてきたものでも変えていかなくてはならない。

「自分の得意な形に逃げない」ということを心がけている。

もちろん勝負に勝つというのも大事なんですけど、そのためにいつも決まり形でやっていたら、そのことで将棋をやっている意味があるのかということに、どうしてもぶつかってしまうんです。誰もがやっている決まりきった道筋で振りきってしまうと、結局、人の来た道をただ辿ってるだけということになります。

追い詰められた場所にこそ、大きな飛躍があるのだ。

いろいろ考えられる選択肢の中から、「この一手」を選ぶのは自分しかいないわけです。

三流は人の話を聞かない。
二流は人の話を聞く。
一流は人の話を聞いて実行する。
超一流は人の話を聞いて工夫する。

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
Satellite Blvd
103
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 ~
成人・七五三の着付けヘアセット
出張も承ります
ご予約はエリまでテキストでお願いします
770.310.5515　Salon Scissor Hands 内
2570 Pleasant Hill Rd #105 Duluth GA 30096

おかげさまで 30 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 30 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

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

ICAGEORGIA
International Charter Academy of Georgia

新学年度2021-2022年

幼稚園・4年生・5年生、引き続き入学願書受付中！

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
- ジョージア州公立学校（チャータースクール）
- 文科省指導要領の教育内容を取り入れ、ジョージア州スタンダードを準拠
- 日本語と英語のデュアル・イマジョン教育により2言語同時習得をめざすプログラム
- 年間を通じての特別イベント開催（餅つき、お茶会、書初め、ジャパンフェスト、ブラック・ヒストリー月間など）

学校見学も予約制にて承ります。
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

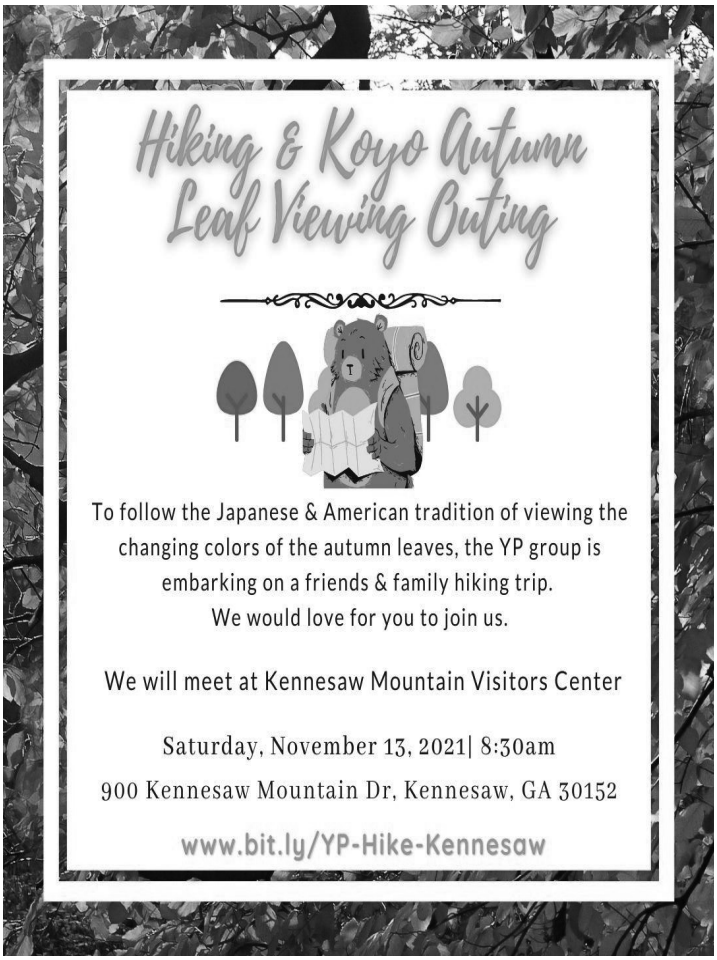
★レベル別 Morning ESL クラス
★ビジネス英語：グループまたは個人レッスン
★日本語、韓国語、スペイン語、中国語など

<コロナウイルスの感染を防ぐためにオンラインレッスンを行なっています>

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



ニュースダイジェスト

モデルナと J&J 製ワクチンの追加接種、CDC が承認

疾病対策センター（CDC）のロシェル・ワレンスキー所長は２１日、モデルナとジョンソン・エンド・ジョンソン（J&J）の新型コロナウイルスワクチンについて、ブースター（追加）接種の勧告を承認した。

ワレンスキー所長は違うメーカーのワクチンを組み合わせる混合接種も承認し、ブースター接種にどのワクチンを選ぶかは対象者が選択できるとした。CDC のワクチン諮問委員会は同日、承認済みのファイザー製に加え、モデルナと J&J 製ワクチンのブースター接種を承認していた。

ファイザーとモデルナのワクチンは、２回目の接種から半年以上が経過した人のうち、65 歳以上の高齢者のほか、18 歳以上の長期療養施設入所者や基礎疾患のある人、職場などで感染リスクが高い人がブースター接種の対象となる。J&J のワクチンを接種した約 1500 万人については、18 歳以上で２～３カ月前に接種を受けた人にブースター接種を勧告する。

これに先立ち CDC の予防接種の実施に関する諮問委員会（ACIP）は、モデルナのワクチンに関してそれほど広範な承認が必要かどうかを集中的に論議したうえで、それぞれのワクチンについて米食品医薬品局（FDA）の緊急使用許可を承認した。

J&J のワクチンについては、モデルナやファイザーのワクチンに比べて感染予防効果が低いことから、２度目の接種が必要だとする見解で一致した。

FDA は 10 月 20 日にモデルナと J&J 製ワクチンのブースター接種について緊急使用許可を出し、米国で承認済みの３種類のワクチンの混合接種も認めていた。ＣＤＣはブースター接種に関する詳細なガイドラインを公表する予定。

米議会 TikTok やスナップ、YouTube を喚問へ

今月初めにフェイスブックを窮地に追い込んだ米国議会は、他のソーシャルメディアの大手にも追求の目を向けようとしている。

米議会の上院商業委員会は 10 月 26 日に、ユーチューブ、TikTok、スナップの幹部らを招き、質問を行う。同委員会は今月 5 日に、フェイスブックの元社員で内部告発者のフランシス・ホーゲンを招き、彼女がリークした内部文書について説明を求めていた。

小委員会の委員長を務める民主党のリチャード・ブルーメンタール上院議員は、「我々は、スナップチャットや TikTok、ユーチューブなどが子供たちに与える影響を理解し、子どもたちの安全を守るために企業が何をすべきかを考える必要がある」と述べている。

フェイスブックは、子供たちへの悪影響を懸念する議員らの批判にさらされてきたが、10 代の若者の注目を集めようと躍起になっているのは同社だけではなく、ユーチューブやスナップチャット、TikTok との競争の激化も、問題の悪化を招いた要因となっている。

ホーゲンの証言によって、テクノロジー業界の大手を規制すべきという意見は、超党派の支持を得たが、議会はそれよりもパンデミックへの対応や、景気刺激策などの差し迫った政策議論に追われているのが実情だ。

米国のトランプ前大統領は昨年、TikTok と中国共産党との関係を批判し、米国でアプリの使用を禁止しようとした。バイデン政権下で、TikTok はそのようなプレッシャーから逃れ、ここ数カ月の間に数百万人の新規ユーザーを獲得している。

BUNKADO
文化堂
オンラインレッスンも行っています
・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
随時生徒募集中　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

BIGLER ENGLISH COACHING
....be understood the first time
• We specialize in helping Japanese people speak clear, smooth, natural English with confidence.
• We are completely online; join us from anywhere in the world!
• Contact us for a free 30 minute lesson and English evaluation.
Liz@BiglerESL.com
www.BiglerEnglishCoaching.com

HARU ICHIBAN
AUTHENTIC JAPANESE RESTAURANT

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

ORDER ONLINE
Order pickup straight from our website
www.haruichibanjapaneserestaurant.com

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

Uber Eats

770-622-4060

3646 Satellite Blvd. Duluth, GA 30096

アメリカ生活でも日本食材・雑貨が身近になる

JAPANESE GROCERY & GOODS TOMATO-2

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

YOKOHAMA

678-580-3455

5412-B Buford Hwy NE
Doraville, GA 30340

11 月の特別プロモーション

月 ~ 土曜日は スペシャルランチ弁当 $14.99

- 月曜日：レインボーロールと握り 5 貫 $14.99
- 火曜日：全てのラーメン 20%引き
- 水曜日：ミニちらし寿司とミニうどんセット $14.99

木 ~ 土曜日は スペシャルロール 20% 引き All day

「ディープ・ボイス」を用いた詐欺犯罪の脅威

アラブ首長国連邦（UAE）で発生した大規模な詐欺事件で、AI（人工知能）による音声クローンが用いられたことが分かった。

UAE のある銀行の支店長は、2020 年の初めに、聞き覚えのある声の男からの電話を受けた。電話の主は、以前に話したことがある会社の取締役で、彼は外部の会社を買収するために、資金を送金したいと依頼してきたのだった。その後、送金先が記載された E メールを受け取った支店長は、それが本物の顧客からの指示だと信じて送金を行ったという。

しかし、これは、「ディープ・ボイス」と呼ばれるテクノロジーを利用した詐欺だったことが後日発覚した。裁判資料によると、UAE はセンテニアル銀行の米国内の口座に振り込まれた 40 万ドル（約 46 億円）の資金を追跡するために、米国の捜査当局に協力を求めている。少なくとも 17 人から成る詐欺師集団は、奪い取った資金を世界中の銀行に送金した模様だ。

裁判資料に被害者の名前は記載されておらず、フォーブスはこの事件の捜査を担当するドバイ検察庁にコメントを求めたが、現時点で回答は得られていない。

ウォール・ストリート・ジャーナル（WSJ）によると、ディープ・ボイスを用いた詐欺事件は以前にも発生しており、2019 年には英国のエネルギー会社の CEO になりすました詐欺師が、24 万ドルを奪い取っていた。

英国のドーセット警察の元警察官で、現在はセキュリティ企業 ESET でアナリストを務めるジェイク・ムーアは、「今後はさらに多くの企業が、ディープ・フェイクやディープ・ボイスなどの新たな攻撃の犠牲になる可能性がある」と語った。

かつては「ミッション：インポッシブル」のような SF 映画の中の出来事だった人間のボイスのクローングが、今では広く利用可能になっている。今では、ロンドンの Aflorithmic やウクライナの Respeecher、カナダの Resemble.AI などのさまざまなスタートアップが、AI を用いたボイスの合成に取り組んでいる。

一方で、合成されたボイスを検出するテクノロジーで詐欺を防止するセキュリティ企業 Pindrop の評価額は、9 億ドルに達している。今後はユーチューブなどに公開された音源からディープ・ボイスが作成され、それが詐欺犯罪に利用されるケースも増える可能性がある。

「イカゲーム」が大人気

ネットフリックスで配信されている韓国のテレビドラマシリーズ『イカゲーム』は、配信開始からたった 2 週間で視聴回数の記録を塗り替え、全世界およそ 90 カ国で視聴ランキング 1 位に躍り出た。

ファン・ドンヒョクが監督、脚本を手掛けた本作品は、生活困窮や借金に苦しむ 456 人が謎の恐ろしいゲームに参加するというストーリー。

ルールはシンプルだ。6 日間かけて、韓国で昔から子供の遊びとして親しまれているさまざまなゲームで競い合う。だが、負けたときはゲームから脱落するだけでなく、その場で死を迎える。参加者が 1 人死ぬごとに、優勝者がもらえる賞金は増えていき、最終的には 456 億ウォン（約 3850 万ドル）になるという設定だ。

この企画は当初、多くのプロデューサーから、商業的な成功は無理だと言われていた（ファン・ドンヒョクは 10 年以上も出資者を見つけられなかった）。にもかかわらず、ネットフリックス配信の外国ドラマとして最大の人気を博し、それまで 1 位だったスペインのドラマ『ペーパーハウス』を抜いたばかりか、ネットフリックス広報によれば、同サービスで史上最多の視聴記録を叩き出している。

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

COMING
SOON

Mizumi Bar

カラオケも完備
楽しくお酒が飲めるお店

1611 Satellite Blvd, Duluth, GA 30097

エネルギーがアップする食材７選

鳴りやまないスマホの通知音に、膨大な仕事の量。野心あふれるハードなワークアウトプランに加え、プライベートの予定までぎっしり。これでは、毎朝疲れが取れずにスヌーズボタンを押してしまうのも無理はない。最新の調査によると、アメリカ人の 85％は、朝起きるのがつらいと感じているそう。今回は疲労感に勝つため、パワーを与えてくれる食材７つをご紹介。

1. アボカド

元気がなくなってきたら、アボカドを食べよう。
アボカドは、食べ物を燃料に変換するとされるビタミン B 群のパントテン酸に加え、良質な脂質と食物繊維が豊富に含まれています。これらの脂質は、栄養素の吸収を高める働きがあります。食物繊維は、食後の血糖値の変動をゆるやかにし、エネルギーを一定に保つのに役立ちます。

2. 緑の葉物野菜

エネルギー切れしたときは、緑の葉野菜を食べてみて。人々は疲れを感じてくると、砂糖やカフェインのような、その場しのぎの食べ物に手を伸ばしがちですが、どちらも安定した持続可能なエネルギーを供給してくれるものではないのです。
葉物野菜はカロリーが低いうえに、鉄分やカルシウム、食物繊維、葉酸、マグネシウム、ビタミン A、C、E、K が豊富に含まれている。葉物野菜に含まれる鉄分とビタミン C は一緒に作用するので、貧血の予防にも有効です。

3. サツマイモ

サツマイモは、エネルギーが豊富な複合糖質であり、消化速度を遅らせるため、より安定したエネルギーがゆるやかに放出される特徴があります。さらに、活力を上げる栄養素の分解において重要でもあるのです。パイナップルやナッツ、オートミールもまた、新陳代謝を促進する強力な供給源。

4. バナナ

良質な炭水化物やカリウムなど、さまざまな栄養素を豊富に含むバナナは、特にワークアウト前のエネルギー補給に適しています。カリウムは水分補給を助け、自然に注意力を高めるうえで重要となる栄養素。天然糖と炭水化物は、ワークアウトに備え体の準備を整えてくれる。ファイトケミカルは体の修復を助けてくれるので、筋トレ後の回復が加速するそう。

5. ダークチョコレート

午後３時のスランプから抜け出したければ、酸味の強いグミよりもダークチョコレートを食べて。砂糖はエネルギーを消耗させます。疲れているときこそ甘いものを食べて乗り切ろうとしているかもしれませんが、砂糖は血中に素早く吸収されるため、血糖値を急上昇させ、エネルギーの変動が激しくなるのです。
より持続可能なエネルギー源としておすすめなのが、カカオ 75％以上のダークチョコレート。 この低糖質なチョコレートは、カフェインとテオブロミンの優秀な供給源。これらは、チョコレートに含まれる天然の刺激物であり、活力と気分の両方を高めてくれます。

6. 水

ヘルシーな食生活を送り、十分に睡眠をとり、十分に運動する。この３つは、スタミナをつけるうえで重要なカギを握るものの、十分に水分補給をすることも同じくらい大切。
さらに体内の水分が不足すると、エネルギーが生産される速度が鈍くなり、疲労感やだるさを招く原因にもなるという。
十分に水を飲むことは、エネルギーを高め維持するうえで欠かせません。

7. ビーツ

栄養価が高くて持続可能なエネルギー源と言えば、この真っ赤な根菜に勝るものはないだろう。他の野菜や果物とは異なり、この鮮やかな色をしたビーツには栄養も豊富だ。
1 日の微量栄養素の推奨摂取量を満たすには、ビーツやロメインレタス、ニンジンサラダなど、さまざまな種類の野菜や果物を摂取するように心がけよう。

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
サロンを移転いたしました
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）
Sun & Mon - Closed
Tue - Sat　10 - 6 PM（ご予約のみ）
1570 Holcomb Bridge Rd. Ste 130 Roswell, GA 30076（My Salon Ste104）

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

「サンクスギビングデー」の過ごし方

サンクスギビングとは？

サンクスギビングデー（Thanksgiving Day）は日本語で「感謝祭」や「収穫感謝祭」と言われる北米の祝日です。毎年 11 月の第 4 木曜日がサンクスギビングデーで学校や会社も休みになります。

サンクスギビングデーの由来には諸説ありますが、17 世紀初めにアメリカ最初の移民であるピルグリム・ファーザーズが初めての穀物の収穫を祝ったことがルーツと言われています。

現在のサンクスギビングデーは、当時の歴史的背景を踏まえた祝い方とは異なりますが、家族や親戚が一斉に集まり、ごちそうを食べながらお祝いするのが一般的です。

北米の人々にとってサンクスギビングデーは、家族と一緒の時間を過ごせるイベントだと言えます

サンクスギビングデーの食事はとても豪華

サンクスギビングデーを詳しく知らない方も、食卓の上に大きな鶏の丸焼きとごちそうをテレビや雑誌で目にしたことがあるのではないでしょうか？

サンクスギビングデーに食べるごちそうは「サンクスギビングディナー」とも呼ばれ、中でも七面鳥の丸焼きは欠かせないメインディッシュといえます。

他にも、マッシュドポテトや、秋の味覚を詰め込んだアップルパイ、パンプキンパイなどが､サンクスギビングディナー食卓にあがります。

これらの伝統的なメニューでは、親や祖父母から代々受け継いだ「秘伝のレシピ」がある家庭も多いことから、長く親しまれてきたファミリーイベントであることがわかります。

家族に感謝の気持ちを伝える機会

家族みんなで食卓を囲みながら楽しいひと時を過ごすサンクスギビングデーでは、感謝の気持ちを家族の前で伝える機会を設ける家庭も少なくはありません。家族が一人ずつ順番に 1 年を振り返り、感謝したい人や物事をみんなに共有します。

日頃なかなか伝えられない「ありがとう」の気持ちを言葉にすることで、家族の絆もより一層深めることができるのかもしれません｡サンクスギビングディナーを作って家族で楽しむのも素敵ですが、アメリカの習慣に倣って、家族や友人に感謝の気持ちを英語で伝えてみてはいかがでしょうか？さまざまな感謝の気持ちを英語で伝えられるようになれば、親子のコミュニケーションももっと豊かになりそうです。

家庭料理の祭典！ 伝統的なご馳走がいっぱい。

Turkey（ターキー）

サンクスギビングデーに必須のメインディッシュ、「七面鳥の丸焼き」です。小さめで約５キロ、大きいのは 12 キロ以上というビッグサイズですから、解凍するのも冷蔵庫で数日がかり。さらに塩やハーブで作ったブライン液に１日漬け込み、スタッフィングを仕込み、味付けしてからオーブンで数時間じっくり焼いていきます。簡単なようで、なんとも時間のかかる料理なのです。

出来上がったローストターキーを切り分けるのは、家長の男性の仕事。ターキーの肉汁で作ったグレービーソースやクランベリーソースをかけて食べます。ターキーのさ骨にあたるウィッシュボーンが見つかったら、願掛けの占いを。２人が骨の両端を持って折れるまで引っ張り合い、長く折れた方の骨を持っていたら願いが叶うといわれています。

Stuffing（スタッフィング）

スタッフィングとは、パンや野菜、ドライフルーツなどをターキーのお腹の中に詰めて焼く料理です。「ローストターキーといえばスタッフィング」といわれるほど、こちらもサンクスギビングデーの定番となっています。ターキーの旨味がしみ込んだスタッフィングは、しっとり柔らか。ハーブの香りが食欲をそそります。

スタッフィングは、家庭によってレシピが違います。サイコロ状に切ったパンに玉ねぎやセロリ、ハーブを加えて炒めたものを詰めるのがオーソドックスですが、ソーセージを加えたり、パンの代わりにお米を使ったりと、作り方はバラエティ豊かです。

Mashed Potatoes（マッシュドポテト）

一見地味ですが、アメリカ人なら子供から大人まで誰もが好きなマッシュポテト。サンクスギビングデーでもターキーの名脇役として登場します。柔らかく蒸かしたじゃがいもに、バターやミルクをたっぷり加えて作るマッシュポテトは口当たりなめらか。グレービーソースをかけても美味しいです。じゃがいもをつぶすのが面倒という人のために、お湯を加えただけでできるインスタント・マッシュポテトもあります。

Cranberry Sauce（クランベリーソース）

甘くて 少し酸っぱいクランベリーソースの味は、ターキーのサイドディッシュにとても合います。

クランベリーにはビタミン c が豊富に含まれているのでこの季節に良いとされ、甘酸っぱくてきれいな色のソースをターキーにかけて食べます。

クランベリーソースを売っている場所はたくさんありますが、作るのもとっても簡単です。クランベリーソースを作るには、クランベリーに砂糖、レモン zest（レモンの皮をすりおろしたもの）、水を加えて火にかけ、ことこと煮るだけです！

Mashed Potatoes（マッシュドポテト）

一見地味ですが、アメリカ人なら子供から大人まで誰もが好きなマッシュポテト。サンクスギビングデーでもターキーの名脇役として登場します。柔らかく蒸かしたじゃがいもに、バターやミルクをたっぷり加えて作るマッシュポテトは口当たりなめらか。グレービーソースをかけても美味しいです。じゃがいもをつぶすのが面倒という人のために、お湯を加えただけでできるインスタント・マッシュポテトもあります。

Gravy（グレービー）

ターキーを調理した際にでる肉汁を利用し、構想や香辛料、小麦粉、又はスターチをいれて煮詰めて調理したものです。このソースは、味を加えるためにマッシュドポテトの上にかけるのが一般的です。

Corn（とうもろこし）

ロールパンはサンクスギビングのディナーにとって、もう１つの欠かせないアイテムです。多くの場合サンクスギビングでは、とうもろこしを乾燥させて挽いた粉で作った cornbread（コーンブレッド）のロールパンを食べます。

Green Bean Casserole

（グリーンビーン・キャセロール）

インゲン豆とマッシュルームをクリームソースで煮込み、オーブンで焼き上げたグリーンビーンキャセロールは、素朴な家庭の味が楽しめる一品です。味の決め手は、仕上げにたっぷりと乗せるフライドオニオン。サクサクしたフライドオニオンとクリーミーなソースの絶妙なハーモニーが楽しめます。野菜もたっぷり摂れる、ボリューム満点の料理です。

Sweet Poteto Casserole

（スウィートポテトキャセロール）

さつまいもは黄色でクリーミーなタイプの芋で、yams（ヤム）とも呼ばれています。甘い味で柔らかい食感を持ったこの種類の芋は、サイドディッシュとして欠かせないものです。

スパイス、ブラウンシュガー、バターを加えて、マシュマロを上に乗せて焼けば、完成です。

Pumpkin Pie（パンプキンパイ）

アメリカでパンプキンパイの味と言えば、秋の到来を意味します。ほとんど全ての食べ物が、パンプキンスパイスのバージョンになるのです！パンプキンスパイスコーヒーや、パンプキンスパイスクッキー、なんとパンプキンスパイスのソーセージやベーグルまであります！

意外にも、この味付けの中に実際のかぼちゃは含まれていません。でもパンプキンパイには、かぼちゃが入っていますよ。パイ生地に詰まった温まる美味しいスパイスとかぼちゃは、いつでも皆の心をほっとさせるようです。

Pecan Pie（ピーカンパイ）

ナッツの１種であるピーカン。そこにスパイス、メープルシロップを加えて使った美味しいピーカンパイが揃って初めて、サンクスギビングのディナーは完成と言えます。

カラー
コンサルティング
人とモノのブランディング

『私達は色のシャワーを浴びて暮らしている！』

◆カラフルな虹色の世界へ

鹿児島県鹿児島市では、9 月 20 日から 10 月 14 日まで 25 日連続した「秋の連続真夏日記録」また大分県日田市は 30.9℃と 10 月 15 の最高気温は、統計開始以来「最も遅い真夏日」の記録を更新しました。記録続きで暑かった 10 月がやっと涼しくなり 11 月は駆け足でやって来ました。二十四節気の第 19 節目は立冬（りっとう）です。今年は 11 月 7 日にあたります。立冬の前は霜降、後は小雪で、冬の始まりでもあります。この頃になると朝夕冷え込みだけでなく、日中の陽射しも弱まって来て、木枯らし 1 号や初雪の便りも届き始めます。立冬を過ぎると、初霜が降りて冬の佇まいへと変わります。

さて、このカラーコラムもいよいよ今月で最終回となります。今回は総集編としてコロナ禍の現代、社会や生活が変化しつつある今、先行きが見えづらい将来への不安やストレスに晒されている方は多いかと思います。それらを緩和したりパワーをくれる色のチカラを日常生活に気軽に取り入れるお薦めの方法をお教えします。

山本　邦子
カラーコンサルティング MICHEL 代表
大阪市船場生まれ育ち　奈良在住
本気の夢実現を応援するカラーコンサルタント歴 18 年
色彩心理をベースにした「カラーコンサルタント」として
企業での研修やシニア大学の講師を務める

＊ カラータイプ ® 協会マスターインストラクター
＊ カラーアナリスト
＊ 心理カウンセラー
＊ 数秘マスター
＊ (公財) 日本スポーツ協会公認コーチ 2
＊ セミナー・研修講師 / 色彩心理 /
　　相互理解とコミュニケーション / ブランディング
2020 年ミスグレート世界大会委員
2020 年ミスユニバース奈良代表講師

◆「カラーブリージング Color Breathing」×「チャクラの概念」

昔から私のセミナーのブレイクタイムでよくやっていた呼吸法なのですが、「カラーブリージング」に「チャクラの概念」を mix させたオリジナル呼吸法です。ピンク色をイメージしながら呼吸することで見た目年齢がマイナス 20 歳という驚きの効果を得たそうで、女性の間で有名になったカラーブリージング。瞑想ほど深いところまで入らず、5 ～ 10 分という程度、いつでもどこでも簡単にでき、全くお金のかからない呼吸法です。

具体的なやり方ですが、まず、目を閉じリラックスして顔や肩の緊張やこわばりをできるだけ取ります。体の中に溜まった既に終わっている古く汚れた負の感情・捨てきれていない感情などを吐く息とともに吐きだし、イメージした色を新鮮な空気を共に取り込みます。吐く時は口か鼻から、できるだけ細く長く息を吐きます。ヨガのように腹式呼吸を行うのがコツです。

例えば若返りカラーのピンク色のカラーブリージングでは、吸う息の時に柔らかく輝くピンクが鼻から入ってくるのをイメージします。対応するチャクラは子宮の周辺ですので意識を子宮に持っていき（イメージしにくい場合は子宮に手を当ててみるのもいい方法です）、ピンクのエネルギーが子宮に届き、細胞一つ一つが輝きはじめ更には子宮全体をピンクゴールドに輝かせるイメージで。そして子宮から隅々に広がり末端の細胞まで体全体に行き渡り体全体がピンクゴールドにすっぽりと包まれるようなイメージです。

◆私のお薦めは入浴タイム

カラーブリージングにはリラクゼーション効果があり、精神を安定させ、癒しの効果があります。ぜひ一日の終わりにゆったりとバスタブに浸かってこのカラーブリージングをしてみてください。また、ピンク以外にも 8 月号から 10 月号のコラムでご紹介したチャクラと対応カラーを参考にされ、それぞれの用途や気になる色によってイメージカラーを変えてみてください。

◆色は光であり波長である

その時の心と体の波長に合う色は、今！直感的に心が求めているチカラです。これを身に纏うと気分が上がる、元気が出る！つまり波動が上がるのです。色を感じること、イメージすること、呼吸することで心身へ良い影響を与えてくれるのです。

皆様の日常がカラフルで健康的で心地よいものでありますよう、色のチカラをぜひ身近に感じてください。

2021 年 4 月から連載が始まり 8 回掲載させていただいたカラーコラム、ありがとうございました。
Love&Light ♡大感謝♡

↓↓↓お問い合わせはこちらからお願いします
Instagram　Facebook　HP

カラーコンサルティング　MICHEL　https://ameblo.jp/michel925
（一社）カラータイプ協会マスターインストラクター　　山本邦子

Hello! Atlanta

～メルヘン雑貨編～

大人にもメルヘンを

鎌田桃佳
イラストレーター名は紀平桃佳。雑誌や書籍の表紙やカットを手掛ける。ペーパー雑貨や、天然石やタッセルを使ったアクセサリー小物も制作。2016 年からアトランタ在住。
Instagram：momoka_and_kelirbulan

小人を見たことがありますか？私はないのですが「小人を見た」という話は何度か聞いた事があります。聞いたお話の一つ。そのお宅では、お子さんやお子さんの友達が「この家、小さいおじさんがいる」と言ってたらしいのです。でもお母さんは、子供のおままごと的な空想の話だと思ってたそう。ところがある日、そのお母さんがコーヒーを注ごうとマグカップの中を覗いたら、緑色のジャージを来た小さなおじさんが、カップの縁にぶら下がっていたらしい。そのおじさんが手を離してしまい、「あ！落ちる！！」と思ったお母さんは怖くて一瞬目をつぶったのですが、恐る恐る目を開けて再度中を覗いたら、もう誰もいなくなっていたそう。おじさん、すごい身体能力！さすがジャージ着てるだけありますね。私は小さい頃「小人と生活したい！」と思っていました。もしも小人が家に来たら、小人のお家や洋服を手作りして・・と憧れを抱いていたのですが、ある日「赤い三角帽子の可愛い小人達をフライパンで炒めている」という夢を見たのです。フライパンの上でピーピーと早送り音声のような声で叫ぶ、パラパラ漫画並みにデフォルメされた小人達を眺める、夢の中の自分。目が覚めた後、子供ながらに「私はもう小人と一緒に住む資格がない」と思い、その日を境に小人と住む憧れは封印しました。ですが見てみたい気持ちは今もあります。できれば可愛い子供の小人。ところが数ある目撃談に出てくるのは、何故かいつもジャージ着用率高めのおじさま方。可愛い小人はいないの！？そんな中知った、アメリカでメジャーな立場を確立してるらしい“棚の上のエルフ”。クリスマス前にサンタを手助けする小さな妖精とのこと。クリスマス当日まで、家中のどこかに現れては子供達の動向を見張ってサンタに密告する、いわばサンタの手下。ジャイアンにとってのスネオ的存在だけど、そのスパイ的立ち位置とは裏腹に見た目はとってもキュート。赤い三角帽子をかぶってプクッとしたほっぺにくりくりお目目。・・何故かサディスティックな気持ちが芽生えるのは私だけ？やっぱり私に小人と出会う資格は無いのかと思いますが、いつか遭遇してみたいものです。メルヘンな世界観がもたらす小さな幸せを満喫しよう！

【ミニツリー】
クリスマスが近付いて来る 11 月になると、色んなタイプのミニツリーが販売されます。

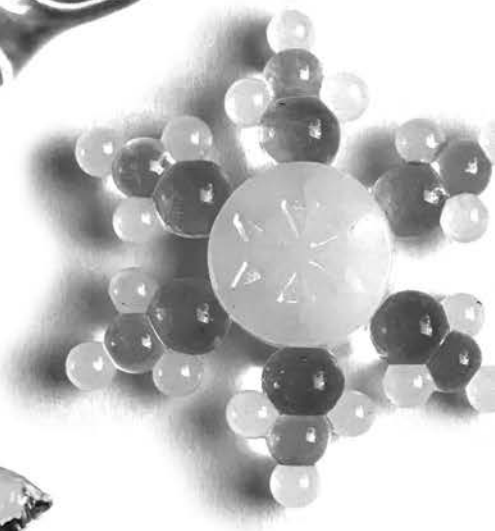
【ソリ】
プレゼントのラッピングに使われていた物ですが、可愛いので捨てられずにいます。

【白い陶器の家】
ミニツリーや LED ライトと組み合わせて、暖炉の上や窓辺、クリスマスツリーの根元などにミニチュアな街並を作るのも楽しい。

【星のガーランド】
白い陶器の星は細かな透明のラメがついてるので、メルヘン感増し増しです。

【フクロウ】
緻密じゃない粗い削りが、逆に素朴さを醸し出すフクロウ。

【小鳥コルク】
飲み終わった白ワインのボトルにさすとキュートな小鳥達。左のフクロウと同じインドネシアの職人さんが作った物。



【兎と小鳥のケーキスタンド】
カップケーキが１個入る程度の大きさのケーキスタンド。クッキーやマカロンを重ね置いたら可愛い。

【雪の結晶】
ガラスの箸置き。買い足そうと思っていたら、コロナの影響で工房が閉じてしまいました・・

【松ぼっくり】
先端を白くペイントされてるだけで、その辺に落ちてる物から昇格！

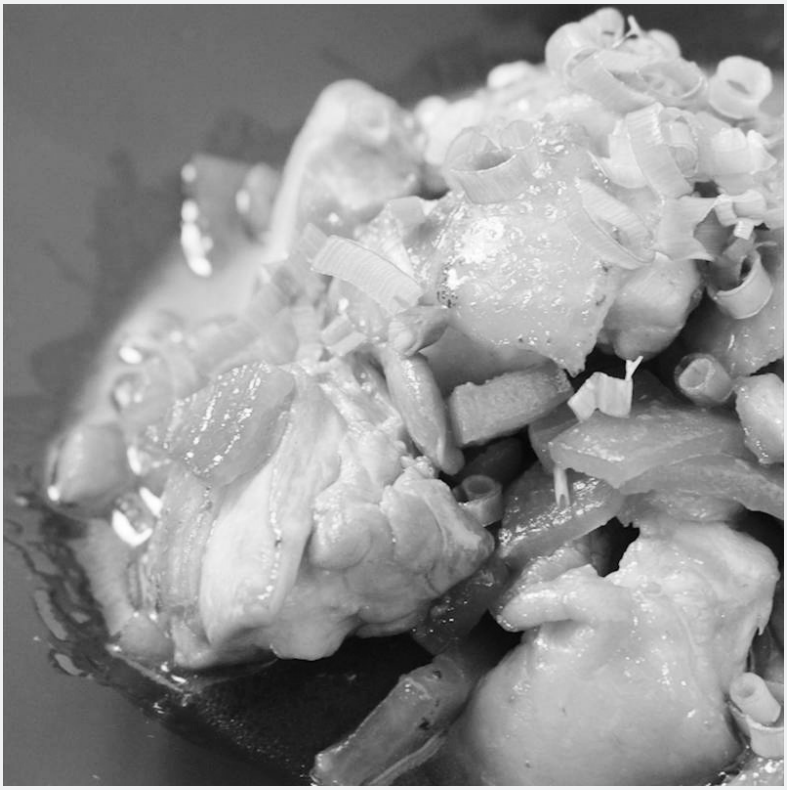
【キノコ】
クリップ式オーナメント。『赤ずきん』や『白雪姫』のような童話に出て来そうなキノコは、ちょっと添えるだけで一気に森の中感を演出してくれます。

身近にあるもので家族が喜ぶ簡単おうちごはん

パパッと作って おいしくたべよ

きちんとおいしく作れるレシピ

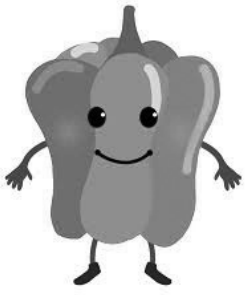
漬けずにできる！ 豚のしょうが焼



材料（2 人分）

豚ロース肉	200g
塩	小さじ 1/4
黒こしょう	適量
片栗粉	大さじ 2
玉ねぎ	1/2 個
サラダ油	大さじ 1
(A) しょうゆ	大さじ 2
(A) 料理酒	大さじ 2
(A) みりん	大さじ 1
(A) 砂糖	小さじ 2
(A) すりおろし生姜	15g
レタス (添える用)	適量
ミニトマト (添える用	適量

1. ボウルに (A) を入れて混ぜ合わせます。
2. 玉ねぎは薄切りにします。耐熱ボウルに入れてラップをかけ、600W の電子レンジで 1~2 分加熱します。
3. 豚ロース肉の両面に塩と黒こしょうをふり、片栗粉を薄くまぶします。
4. 中火で熱したフライパンにサラダ油をひき、3 を焼きます。
5. 焼き色がついたら、2 と 1 を入れて中火で炒めます。豚ロース肉に火が通り、全体に味がなじんだら火から下ろします。
6. お皿に盛り付け、レタスとミニトマトを添えて完成です。



豚肉に片栗粉をつけて焼くことで、タレの絡みがよくなるので、全体にまんべんなくつけてください。手順 4 では、豚肉に完全に火を通してしまうと仕上がりが固くなってしまいます。表面に焼き色が付く程度にすると、柔らかく仕上がりますよ。

アトランタ
in-Town News

アトランタ着物ソサエティ

アトランタ着物ソサエティの着物販売会が去る 10 月 3 日に行われました。当日は、アトランタでヴィンテージ／アンティークの着物を販売されている Adornment Treasures さんや、そのほかの着物愛好者の方々が、着物、羽織や帯などもって参加されており、華やかな販売会となりました。

アトランタ着物ソサエティは 7 月に発足したばかりのコミュニティで、着物の良さをもっとたくさんの人と分かち合いたい、そして楽しんでほしいとの願いから、ヤング恵美子さんが中心となり活動を始められました。7 月の発足以来、2 回行われた着物でズーム会に続いて、着物即売会は 3 回目のイベントとなります。

ヤング恵美子さんはニューヨークのお友達から、「お着物って楽しいわよ」と勧められてからというものお着物が大好きになり、ご自身で着付けまでされるようになりました。当日はアイボリーのレース着物に薄いブルーの菊模様の帯をお召しでとてもお似合いでした。お洗濯も気がるにできる素材の今風なお着物を、とても上品に素敵に着こなしていらして、新鮮な刺激を受けました。

レギュラーメンバーの中には、一級きもの助講師であり美容師でもあるプロフェッショナルの方もいらっしゃいます。トラディショナルな着付けもですが、古典的な着物を斬新的なアイディアで着付けすることもお得意とのことで、当日は、藍色紬にレース付の T シャツを着こみ、帯の代わりにインパクトのあるベルト、そしてハイヒールというモダンな着こなしでした。

昭和初期は、まだまだお友達とお茶やショッピングなどにも気軽にお着物を着てでかけていたはずだったのに、いつからか着物は特別なイベントのときのみに着る正装となり、大抵の場合は留めそで、振袖、訪問着や色無地などを着ることが多く、普段着として着ていた大島紬、小紋などを着て出掛ける機会が少なくなっていきました。とくに海外に住むようになってからは、もっと着る機会が減ってしまったように思います。

今回皆さんのお話しや着こなしを拝見しているうちに、美しい色の木綿のお着物やレースのお着物に、トラディショナルな帯を締めたり、モダンな帯でカジュアルに着こなしたり、着物はもっと気軽に自由に楽しめることができるのだと、改めて再認識することができました。

訪れた方たちはお着物を手に取り帯を合わせてみたり、また羽織をお洋服の上にコート替わりにされて着こなすなど、それぞれの自由な発想でお着物を選んでいらっしゃいました。着物販売会は初めての試みだったそうなのですが、これからも着物を楽しむイベントを開催していきたいそうです。お着物を着ることが趣旨ですが、お着物の楽しみ方や着こなしのアイディア、着るときの疑問や着付けなど、ご相談できる機会もあるかと思いますので、楽しみですね。

アトランタ着物ソサエティの今後の活動についてのご連絡は、E@RealtorEmiko.com ヤング恵美子さんまでお願いいたします。

MADOCA 新曲「I Feel You」が発売

ピアニスト・キーボード奏者、作曲者でもいらっしゃるマドカ（Madoca）さんの新曲「I Feel You」が発売されましたのでご紹介させていただきます。「I Feel You」は、世界中の人々がパンデミックによって精神的にかなりの負担を受けている中、この曲を作曲されました。この曲には、彼女の音楽ですべての人の精神的な波動を高めるのを助けるきっかけになれればとの、マドカさんの心からの願いが込められています。

彼女の音楽はスタイルはコンテンポラリー、クラシックジャズ、フュージョン、ソウル、ファンク、ラテンなどをブレンドした、独自のスタイルを確立していらっしゃいます。洗足学園音楽大学ピアノ科を卒業後、3日間ライブオーディションで奨学金を勝ち取り、ヤマハ ネム音楽院に推薦で入学。（当時は少数の人数しか入学することのできない難関校だったそうです。）Berklee College of Music の講師の方からジャズピアノ、ジャズセオリー、アンサンブル、コンポジション、アレンジメントなどを学ばれました。

「I Feel You」は、空からピアノの音色が私の部屋におりてきて気持ちを高めてくれるような始まり、この心地よい音色にのって身体も精神を身をまかせる音楽飛行を楽しむ感覚に誘われていきます。ピアノの奏でる洒落たリズム、スムーズで、そしてちょっとファンクなテイストが、私を音楽の中にどんどん深く浸透させていきます。忘れていた何かが舞い戻ってきたような、懐かしい感覚、自由と楽しさは、どこにいても感じることができるんだと語ってくれているような気がしました。

音楽って、その時代やその時に感じた気持ち、感動やインスピレーションを与えてくれるもの。マドカさんのピアノはダイナミックで時にはやさしく、私たちの中にある自然なものを刺激し、心を開くだけで命が吹き込まれるような、魔法を与えてくれるのではないかと思います。ぜひ、皆さんもこんな感覚を感じて頂きたいです。

「I Feel You」の視聴はこちらから、
https://madoca.bandcamp.com/album/i-feel-you
マドカ（Madoca）さんのウエブサイト
https://artistecard.com/madoca

新感覚の九州バーチャルフェス開催！ アメリカにいながら日本を感じられる

IACE トラベル USA・Wismettac フーズ・ANA の日系企業 3 社合同による「九州バーチャルフェス」を開催しました。

コロナ渦で訪日旅行が自由にできない状況下で、九州各県の自治体のご協力のもと、少しでも皆様に日本を体験し、楽しんでもらえるような日米間をまたいだ最大規模のバーチャルフェスとなりました。また、バーチャルフェスでは、豪華ゲストによるトークショーや豪華景品が当たるイベントなどもあり、これも楽しみの一つとなりました。

オンラインとオフラインを組み合わせた国境をまたぐ斬新なフェスは、普段見られない現地オススメの絶景や、旬で美味しい食べ物や特産品を紹介していて、まるで九州に行ったかのような体験ができる 75 分となりました。

九州の中でも、特に人気の高い、福岡、鹿児島、熊本を特集！

九州の玄関口、福岡は太宰府天満宮をはじめ、グルメの聖地、中洲など見どころが満載。福岡ではこれら観光地巡りに加え、伝統工芸品の数々、季節の柿狩りは必見です！鹿児島では一度は行ってみたい、指宿の砂蒸し風呂、桜島や鹿児島県産の和牛をご紹介。熊本は、なんとあの大人気キャラクターのくまモンも登場！熊本城を案内してくれました。

旅のお楽しみはやっぱりグルメ

気になる商品は、アメリカのご自宅にお取り寄せすることができますので、バーチャル九州旅行を楽しんだ後は、ご自宅でフェスのアーカイブ動画を Youtube で観賞しながら、九州の味をご堪能することもできます。

このイベントへのお問い合わせは
【会社情報】IACE Travel USA
535 8th Avenue, Suite 801, New york NY 10018
www.iace-usa.com

バイリンガル求職者の就職・転職事情

2021 年 9 月の失業率は 0.4 パーセント下がり、4.8 パーセントとなりました。昨年 2020 年 9 月の失業率が 7.8% だったことを考えると、ここ 1 年で雇用が順調に戻って来ていることが分かります。全米の求人数自体は減少傾向にあるものの、外に出ると、未だ Now Hiring のサインを目にします。人材が不足している理由は複数ありますが、自分により合った働き方が選べるようになったから、というのも一つの理由なのではないかと感じています。今までは、フルタイム、オフィス勤務がある種当たり前だったのが、在宅勤務、オフィスと在宅のハイブリッド勤務、フレックスタイム、パートタイムなど、人それぞれの希望やライフスタイルに合わせた働き方がより実現しやすい世の中になってきていると思います。今回はそんな様々な働き方の中から、派遣で働くことにスポットライトを当てたいと思います。

皆さんは、「派遣」と聞くと、何を思い浮かべますか？「派遣で働く」と一口に言っても、内容は実にそれぞれです。2 日などの単発もあれば、3 か月のプロジェクト、長期で 5 年働くことや、在宅で仕事をするものもあります。職種は様々で、イベントのスタッフ、一般事務、貿易事務、通訳、経理、ソフトウェアディベロッパーなど、多岐に渡ります。期間限定で働きたい方、キャリアチェンジのきっかけを作りたい方、子育てがひと段落したので再度働こうと決めた方、プロジェクトベースで全米色々なところに暮らしながら仕事をしたい方、大学の授業を同時に受けているのでパートタイムで働きたい方など、個人個人のライフスタイルに合わせた仕事が可能であることが派遣の魅力です。

また、働きながらスキルアップをすることができるのも派遣の醍醐味です。例えば、今までと異なる職種でのキャリアパスを歩みたい場合、実務経験がないため、すぐに正社員の仕事が見つかるとは限りません。そんな時、派遣でチャンスをつかみ、新しいスキルを習得したり、新しい業界・職種での職務経験をつけることは、非常に大きなプラスとなりますし、仕事で培ったネットワークを通じ、新しいチャンスをつかむ可能性も広がります。

子供の学校の送迎があるので、仕事は午後の早い時間までの Part time を希望される方たちもいらっしゃいますが、このようなケースも派遣での働き方がマッチします。将来的には Full time の派遣、または正社員を考えていらっしゃる方は特に、少ない時間でも継続して働くことをお勧めします。この、「継続して働く」ということが非常に重要です。例えば、10 年間仕事から遠ざかっていて、いざ正社員で仕事を探そう、と思った場合、自分が思うより、仕事探しのハードルは高いものです。一方、同じ 10 年間を短い時間でも働いて来た方は、すぐに正社員、または Full time の仕事が見つかります。この 10 年間で経験とスキルを積み重ねて来ているので、企業が即戦力として欲しい人材になります。過去 10 年を振り返っても、仕事におけるテクノロジーの進化が著しいので、その変化についていけるか、を証明するのもその間の職歴がポイントになります。

もう一つ、派遣で働くことで起こりうることは、仕事を始めたら、パフォーマンスが非常によく、そのまま正社員に登用される場合があることです。これはすべての派遣に当てはまる訳でありませんが、自分のパフォーマンス次第ではこのようなチャンスも訪れます。また、プロジェクトで働いている場合、一度プロジェクトが終わっても、評価が良い場合は次のプロジェクトでも声がかかることがあります。これを繰り返していくと、スキルアップをしながら、経験値を高めることが自然になされていくことになり、どんどん企業から必要とされる人材になっていきます。

最後に、派遣＝ベネフィットがない、と思われている方がたまにいらっしゃいますが、福利厚生は派遣で働く場合にも用意されています。働く期間や時間数により制限があることがありますが、弊社の派遣社員の皆さんにも福利厚生は提供しておりますので、安心してご勤務いただくことができます。もし詳細が知りたい方は、ぜひ弊社までお問合せ下さい。

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

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

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。

DV-2023　抽選による永住権

2023 年度の永住権抽選（DV-2023）の受付が東部時間 2021 年 10 月 6 日（水）正午 12 時にはじまり、2021 年 11 月 9 日（火）正午に終了します。抽選による永住権とは、アメリカ合衆国を構成する人種の中で、移民比率の比較的低い国からの移民の数を増やそうとする目的で、年に一回国務省によって行われる移民多様化 のことです。

2023 年度には 5.5 万枠の抽選永住権が割り当てられています。申請は無料で、オンラインで申請を行ない、申請者はコンピューターにて無作為に選ばれます。一人一回だけの抽選ですが、本人の申請とともに配偶者と 21 歳未満のお子様も一緒に申請することができます。一人につき 2 回以上申請をすると、すべての申請が無効となります。

対象地域はアフリカ、アジア、ヨーロッパ、北米、南米とオセアニアなど 6 つの地域で、過去 5 年間に移民ビザ発給の少ない国で出生した人です。日本で出生した人も抽選の対象となりますが、アメリカへの移民数が過去 5 年間に 5 万人以上あった国の出生者は対象にはなりません。対象外となるのは次の国です。

バングラディッシュ、ブラジル、カナダ、中国（本土と香港生まれ）、コロンビア、ドミニカ共和国、エルサルバドル、ハイチ、ホンジュラス、インド、ジャマイカ、メキシコ、ナイジェリア、パキスタン、フィリピン、韓国、イギリス（北アイルランドを除く）とその領土、ベネズエラ、ベトナム。マカオと台湾出生者は対象国となります。

本人の出生地が対象外であっても、家族の出生国枠で申請できる場合があります。配偶者の出生地が対象国であれば、その配偶者の出生国で申請することも可能です。また、本人の出生国が両親の出生国でない、或は本人出生時にいずれの親も本人の出生国の合法的居住民でなかった場合、両親のいずれかが抽選対象国で出生していれば、その親の出生国の枠で申請することもできます。

抽選による永住権を申請するには、まず申請資格を満たさなければなりません。まず、申請者は高卒、或いは同等の教育を修了している者で小・中・高校での 12 年間の公認の教育課程を修了したことを証明できること、若しくは、過去 5 年間に少なくとも 2 年間の研修か実務経験を必要とする職業（米国労働省の定める基準に準ずる）に 2 年以上従事していることが条件となります。

米国労働省の職業基準に関しては O*NET オンライン・データベース（http://www.onetonline.org/）で確認できます。さらに、申請者は犯罪暦の有無やテロ国支援国家の出身であるかなど、米国移民法の要件を満たしているか審査されます。

申請方法は、オンラインのリンク https://dvprogram.state.gov/ で、申請者の氏名、性別、生年月日、出生地、出生国、パスポート情報、デジタル写真、郵便住所、居住国、電話番号、イーメールアドレス、最終学歴、婚姻関係、配偶者情報、子供情報など基本的な個人情報を入力します。デジタルも写真も添付し、オンラインで申請します。

申請書類の提出がおわると、名前と固有の確認番号が明記されている確認画面が表示されます。抽選状況については、2022 年 5 月 8 日から国務省のサイト　で確認することができます。また、ビザ手続きのインストラクションや面接日時も Entrant Status Check 上で通知されます。もし当選していれば、当選確認画面にいき、永住権申請方法についての指示に従い、申請費用支払いや必要書類など準備にとりかかります。

当選すれば、自分の番号の順番が回ってくるのを待ち、オンラインで DS260 申請書類を作成し、必要書類を揃えて米国大使館か領事館にビザ面接にいきます。アメリカ国内にいる申請者は移民局に申請することができます。審査官は、本人の学歴、職歴、犯罪歴などを審査して、永住権の資格を満たしているか判断します。

永住権の資格条件を満たさない応募者の数も考慮して、当選者は申請枠よりもかなり大目に選ばれますので、当選しても必ずしも申請を行なえるわけではありません。当選者は自分の当選番号の順番がまわってくるまでは永住権の申請書類を提出できません。2023 年の 9 月末までに当選番号の順番が回ってこなければ永住権の申請はできません。

また、2023 年の 9 月末前に永住権発給枠が達成してしまったら、申請受付は終了します。従って、当選したらすぐにケース番号を確認し、順番が回ってきたら速やかに申請を行うことが大切です。もし順番がまわってくる前に永住権受付が終了した場合、翌年度の抽選に再度申し込むこともできます。

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

世紀の出資金詐欺事件－バーニー・メイドフ事件

詐欺という犯罪、何故騙されるのか。要素のひとつに相手の知名度やステータスが上げられる。有名女優が宣伝してるから安心、とか　あれだけ高名の人だからまさか騙さないだろう、とか。これが大きな落とし穴である。逆に言えば、詐欺を働くなら有名人の自称”友達”になり知名度を上げるのが近道となる。

2008 年に発覚した、米国市場最大の投資詐欺事件もその類である。概要はナスダック証券取引所のトップをも務め金融界で名を馳せていたバーニー・メイドフが何と被害総額 500 億ドルに達する投資詐欺（Ponzi scheme）を行っていた。リタイアして悠々自適の生活をしていた人達も、瀟洒な邸宅を売り払い小さなアパート暮らしを強いられることになった。メイドフは逮捕、起訴され獄中で首を吊ったが、その前に長男は父親を恥じてか自殺している。

多くの重大事件の影に Unsung Hero がいるが、この事件も、ひとりの自称”数学オタク”がいなかったら、被害者はもっと増えていた。

大学で経営学を学び金融業界に身と投じたハリー・マーコポロスがボストンの会社にいた 1999 年のある日、当時話題をさらっていたメイドフの投資ビジネスにうさん臭さを感じていたマーコポロスに、上司がメイドフのビジネスをシミュレーションしてみてはどうか、と提案したのがすべての始まりとなる。

ビジネスで動くお金は会計処理されるが、単純な数学でもある。粉飾決算がばれるのは単純に足し算引き算の答えが合わないからである。合わない部分には必ず作為が存在するというわけだ。マーコポロスはあらゆる要素を組み合わせてメイドフの投資商品の考えられないハイリターンの仕組みを解明しようとしたが、出るべき方程式が出てこない。出した結論は投資詐欺であった。

彼は数字に裏付けされた調査記録をもとに、SEC（米国証券取引委員会）に対し 2000 年に告発を行ったが一笑に付された。それでも諦めず、合計 5 回の告発を経て 2008 年漸く SEC と司直が動き、メイドフ逮捕に繋がったのである。

マーコポロスがいみじくも言っているように、優秀な弁護士や会計士を抱えているにも関わらず SEC は度重なる告発に対し何も手を付けなかった、と嘆いている。メイドフの知名度のもとに”そんなはずはない”で片づけて被害を増大させた当時の SEC の責任は極めて大きい。

聖書の言葉

By ますみ

『あなたがたは、世にあっては患難があります。しかし、勇敢でありなさい。』

ヨハネの福音書　16 章 33 節

世の中は、益々、便利になって来ていますが、同時に、住みにくくなって来ています。世界中が、不況や災害、争いや疫病に苦しんでいます。しかし、このような状況は、世の常です。すでに、約 2000 年も前に、イエスは、『この世では患難がある。』と言われました。この聖書箇所は、『わたしがこれらの事をあなた方に話したのは、あなた方がわたしにあって平安を持つためである。』で、始まっています。そして、『しかし、勇敢でありなさい。わたしはすでに世に勝ったのです。』と言われました。

聖書は、イエス・キリストと共に歩む時、どんな困難な中にあっても、こころの平安を保つ事ができると言うのです。信じる者には、たとえ嵐の中でも、ヒナ鳥が親鳥の羽の下で安心していられるような「心の避け所」が与えられ、そこには、イエス・キリストを通して、天の父なる神様に愛され守られているという’安堵感・平安があるからです。

勿論、イエス・キリストに信頼する時、心の中に平安が満ちていても、外界には患難が渦巻いています。決して、苦難や問題がなくなるのではありません。神を信頼して、信仰に生きる時、外界の喧騒にも破壊されない、逆境にも乱されない平安が、こころに与えられるのです。そこには、信仰による祈りがあります。信仰による祈りによって、暴風が吹き荒れても、かき乱されない主の守りがあるとの確信が与えられるからです 。

イエス・キリストと共に歩む者は、神との信頼関係を喜ぶ者です。イエスは、『わたしの平安をあなた方に与える。』と約束されました。信仰によってイエス・キリストの勝利に与る者となり、イエス・キリストの愛と恵みと平安を受け取りましょう。

イエス・キリストへの信仰により、この世への恐れと不安が取り除かれた時、希望が沸き、視野が広がり、平安の中で勇敢で肯定的な歩みが始まります。神の愛と恵みにより、イエス・キリストの平安、そして信仰も、求める者には、誰にでも与えられます。

神は愛です。私たちは愛されています。

☺ 子育て知恵袋 in Atlanta

長谷川ゆかり

子どもを『自立』に導くしかり方をしよう

今回は公文式で東京大学理科Ⅱ類に合格した公文OBに公文式で得たものについてのインタビュー記事を紹介します。

「子どもはほめて育てたい」誰もがそう思うものですが、毎日の生活では怒ったり、しかったりの連続です。しかし、子育てではしかることも大事です。子どもの成長にプラスになるしかり方をするにはどうすればいいのでしょうか？　心理カウンセラーの星先生のご意見を紹介します。

『怒る』と『しかる』はちがう

いつも“ニコニコ”していたい一多くのお母さん方の願いでしょう。でも実際は、ずっと笑顔でいるわけにはいきません。親の思い通りにならない子どもの行動に、イライラして怒ってしまうこともあるでしょう。実は、“怒る”と“しかる”はちがうものなのです。“怒る”とは、相手の行為を注意するというより、感情を相手にぶつけることです。「私の言うことを聞きなさい！」と相手を怒りでもって威圧しているのです。子どもは、「いけないことをした」と反省するより、むしろ「お母さんが怖いから」言うことを聞くようになることが多いのです。

一方、“しかる”とは、よりよく生きるために、善悪の区別を教え、諭すことです。親は一呼吸おき、できるだけ感情を抑え、穏やかな口調で子どもをしかれるようになりたいものですね。しかし、親も感情をもった人間です。忙しく、心に余裕がない時には、カッとしてしまうこともありますね。時には、お母さんのカミナリが落ちても仕方がないこともあります。感情をあまり無理に我慢することはないのです。落ち着いてから、「ママ、ちょっとイライラしてたの。ごめんね」と子どもに謝ればいいのです。

しかり方に気をつけましょう

「しかる＝諭す」とはいえ、難しく考えず、「それはしてほしくない」という親の気持ちを伝えればいいのです。例えば、兄弟げんかで、弟を叩いてしまった時など、親が「あなたが悪い」と相手が主語になる言い方をすると、子どもは自尊心を傷つけられ、反発するでしょう。小さい子は親が自分を嫌いになったと誤解するかもしれません。それよりも、「お母さんは、そういうことをするのは良くないと思う」と自分を主語にして、気持ちを伝えればいいのです。そうすれば、子どもも自分の気持ちを話せますし、弁解する余地もあるでしょう。頭ごなしに非難するのではなく、子どもの行動に対しての親の気持ちを伝えてあげましょう。

子どもに責任をとらせましょう

しかる時には、子育ての最終目標の“自立”を意識してほしいと思います。何か不適切な行動をしてしかられた時、「ごめんなさい」と言えば、いけないことをしたという事実を子どもは理解できますが、全て解決するわけではありません。次に同じことをした時、しそうになった時にどう自分で対処するかを子どもと一緒に考えることが大切です。失敗から子どもが学べるか学べないかは親の対応ひとつです。子どもが何か物を失くしてしまった場合、どうしますか？親が後始末をしてしまっていませんか？こんな時は子どもに、「どうしようか？」などど、聞いてあげましょう。どんなに小さくてもお話ができる子なら、「部屋の中をもっと探す」など、その子なりの考えを言ってくれるでしょう。

もし親から見て適切な判断ではなくても、いったんは「そうだね。そうしてみよう」と受け止めてあげてください。その上で、方法がうまくいかなかったから「お母さん、別の方法も知ってるよ。どれならできそう？」といくつか選択肢を提案し、子どもに選ばせてあげましょう。そして自分で決めたようにできたら、親が満足する状態でなくても、まずはできていることを認めてあげてください。こうして、だんだんとできなかったことができるようになっていくのです。

親子の会話を見直しましょう

親が子どもをしかった時、子どもが言うことを素直に聞いてくれる。そうなればいいですね。そのためには、親が子どもの言うことをしっかり聞いてあげることが必要です。特に、子どもが悩んでいるな、困っているなと感じたら、腰をすえて聞くことが大切です。「話を聞いてもらえた」と感じるのは、「気持ちを受け止めてもらえた」と思った時。子どもの言葉をそのまま繰り返したりしながら、できるだけ聞くことだけに徹してあげましょう。

子どもが悩みを打ち明ける目的は、解決というより、今の気持ちをわかってもらいたいことのほうが多いのです。話し終えるまで待ち、「お母さんはどう思う？」と利かれたら、意見やアドバイスを言いましょう。子どもの話を聞くのは忍耐が必要です。でもそうやって親子の信頼関係が築かれていくのです。お互いの話を伝え合う親子であれば、たとえしかる時でも親は子どもの言い分を聞けますし、子どもは親からのメッセージをきちんと受け止めてくれるでしょう。親の接し方次第で、子どもは変わるのです。

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。

入会金50ドルオフキャンペーン実施中

指導者：長谷川ゆかり　　お問合せ：770-321-2637

ANIS ATLANTA

生活から食・教育・娯楽まで
アメリカ暮らしに必要な情報をカバー

アメリカで暮らしてい行くうえで欠かせない、教育、医療、ビザ、住まいなどの生活所法から、食、映画、スポーツ、旅行などのエンターテインメント、地元の最新情報まで、オリジナルコンテンツが満載。

あなたのビジネスを強力にバックアップします！

ホームページで更に詳しい情報を発信！
アニスアトランタをご覧ください。
www.anisatlanta.com

お問合せは　☎ 404-510-8534
infojp@anisatlanta.com

髪&ヘアケア

あっという間に今年も終わりに近づいてきました。「2020年はコロナの年だったね」と言っていた去年の今頃、今日現在のこの変わらない状況をどれくらいの人が想像出来たでしょうか？どこか皆、「もう流石に収まっていくだろう」と根拠なく思っていた節があったと思います。何故ならこんなに長く世界中に蔓延るウィルスなんて、いままでになかったからです。ですが、残念ながら 2021 年もコロナの年となってしまいました。

ここジョージアの人々は変わらぬ状況にもはや開き直っているのか、生活は何の危機感も見えません。でもあまり気分を沈めて生活するより、気をつけながら前向きに生活するってそれもありだよな、なんて最近は思ったりもします。(でもマスクはして生活欲しい！！)

コロナの影響で連日連夜どこのビジネスも人手不足のニュースを目にします。サロンリーガも例外ではなく、週末に来てくれていた大学生の子が、リモート授業が終わった為学校に戻った以外、スタッフは以前と変わらないのですが、週末は勿論平日もコロナ前よりも忙しく、なかなか電話に出れなかったり、メールや LINE の返信が夕方になってしまったり、予約も取りづらい状況になっており、皆様には大変ご不便とご迷惑をお掛け致しております事をこの場をお借りしてお詫び申し上げます。本当に申し訳ございません。

先日 2 年振りにカリフォルニアから営業さんが打ち合わせに来て下さり、カリフォルニアにはたくさん日本人美容師の方がいるので以前からジョージアに誰か来てくれませんかー？なんてお話をしていたのですが、カリフォルニアも NY もどこもかしこも美容院は忙しく、リーガと同じく人手不足だそうで、休みを削って働いている美容師も沢山いるという話を聞きました。

何故この様な状況になっているのでしょうか？失業保険が出なくなった今、人が仕事に戻っている時期に、想像と全く逆の現象が起こっているのは本当に不思議です。でも毎日元気に健康で生活出来ている事が当たり前ではないんだ、と気付かされた事だけは良かったです。今後も引き続き安全、健康で毎日をお過ごしくださいね！

サロンリーガ

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

現代は９大栄養素

前回、身体のエネルギー源となる３大栄養素と消化の仕組みについて取り上げましたが、今回は私たちの身体を作る栄養素についてもう少し掘り下げてみたいと思います。

「○大栄養素」と言えば５大栄養素または７大栄養素と認識している方が多いと思います。学校でも５大栄養素と習いましたよね。しかし、日々の研究で栄養素の解明もどんどん進み、今は９大栄養素という概念が広がりつつあります。

９大栄養素の内訳は、エネルギーになる主栄養素のタンパク質・脂質・糖質（炭水化物）、そして、副栄養素と呼ばれる身体を作り、調子を整えるビタミン・ミネラル（ここまでがおなじみ５大栄養素）、これに食物繊維・水・ファイトケミカル・酵素を加えて９大栄養素となります。簡単に各栄養素の働きを紹介します。

① タンパク質―人体のほとんどの組織細胞に必要で、筋肉や臓器、ホルモンや酵素など体を作るあらゆる材料になっています。タンパク質を含むおすすめ食材は鶏肉・エビ・白身魚です。

② 脂質―エネルギー源となるだけでなくエネルギーを蓄える役割もあります。また、神経や皮膚に栄養を与え、神経繊維の保護や細胞膜をつくる主成分でもあります。体には良質な脂質が必要です。お勧めはオリーブオイル、オーガニックバター、ココナッツオイル、ヘンプシードです。

③ 炭水化物 (糖質)―体を動かすエネルギー源です。素早く体に吸収されるので、すぐにエネルギー補給したい時に適しています。おすすめは玄米、根菜類、全粒粉。

④ ビタミン－身体の機能を正常に保つために必要不可欠です。三大栄養素のエネルギー変換時や筋肉、骨、皮膚の生成を助けます。人の体はビタミンを自ら体内で作り出すことができないので食品からの摂取が必須です。熱に弱いため可能なものは生 (なま) 食がおすすめです。

⑤ ミネラル－ビタミン同様、体内で作り出すことができません。ビタミンと相互関係を持ちながら酵素とも結びつき、食物の消化吸収、老廃物の排泄活性化を助けます。４５種類ものミネラルが含まれている海水はミネラルの宝庫と例えられていることから、海藻類の摂取をおすすめします。

⑥ 食物繊維―小腸で消化・吸収されず大腸まで到達します。細かい網のような形状で消化しきれなかった大腸の余分な老廃物をすくい取り、便として排出する整腸作用の他にも小腸での栄養素の吸収を穏やかにするので、血糖値の上昇、血中コレステロールを抑える効果があります。野菜、全粒穀物に多く含まれます。

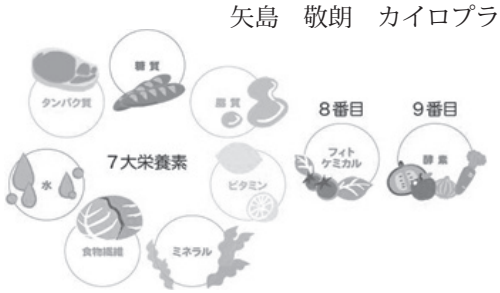
⑦ 水―人間の身体の約６０％は水 (分) です。栄養素の輸送や老廃物の排出、体温の維持・調節など、体内のさまざまな機能に関わっています。喉が渇いたな、と感じる時はすでに体内の水分が不足気味になっているのでこまめに摂取しましょう。寝起き、就寝前、入浴前後、運動時は意識して飲みましょう。

⑧ ファイトケミカル－植物性化学物質の１つ。植物が害虫から身を守るために作り出された色素や香り、辛味、ネバネバ成分のことです。抗酸化作用があり体内の活性酸素を抑えることで酸化を防ぎ、老化や病気のリスクを低下させます。ポリフェノールを含むブルーベリー、カロテノイドが含まれる人参やかぼちゃがお勧めです。

⑨ 酵素―摂取した食物を消化・吸収・代謝したり体内で起こるほとんどの化学反応に関与しています。体内に消化酵素がなくなると人 (生物) は死んでしまいます。

私たちが健康な毎日を過ごすためには実にこれだけたくさんの栄養素をバランスよく摂取する必要があるのです。人間の身体は60兆個以上の細胞からできていて日々少しずつ入れ替わっています。新しく入れ替わる細胞の原料は全て私たちが口にしている物。そう思うとバランスの良い食事がいかに大切かわかりますよね。９大栄養素の主栄養素と副栄養素がそれぞれ相互作用しながら身体を作り、調子を整え、エネルギーを生み出して初めて身体として機能します。現代は９大栄養素。今まで知らなかった栄養素にも意識して日々の食事を楽しんでみてください。当院ではエンザイムセラピーの他にも栄養指導を行っています。お気軽にご相談ください。

矢島　敬朗　カイロプラクター



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。

予約制となりますので
下記までご連絡ください

“Facebook始めました”

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

CUMBERLAND FAMILY DENTAL

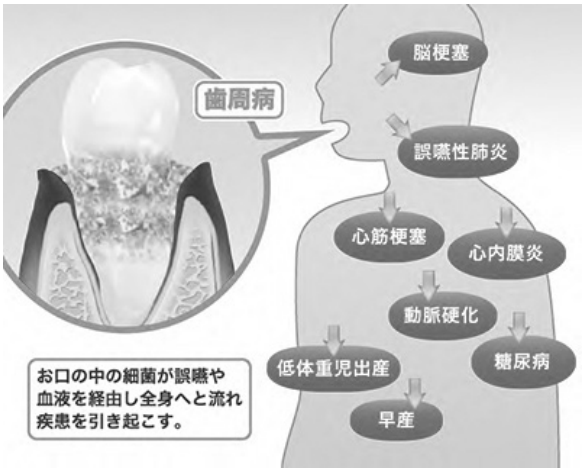
教えて歯医者さん！

歯とお口に関するデンタルコラム

歯肉からの出血は要注意です！

歯ブラシやデンタルフロスをした時や食事をした後に歯肉から出血することがあります。この歯肉からの出血、いつも出血するからとあまり気にしていない方もいらっしゃるかもしれませんが、実は注意が必要です。そのほとんどは歯肉の細菌感性によるもので歯肉炎や歯周病という歯周組織の病気です。歯周疾患は成人の 80％が罹患していると言われていますが，全身の病気との関連が指摘されていますので，早期発見早期治療が必要です。

健康な歯肉は通常歯ブラシやフロスをしても出血しませんが、歯肉に炎症があると早期に出血が起きます。歯周病が進むと何もしていないのに出血することもあります。歯肉からの出血は、歯と歯肉の境目の溝（歯周ポケット）に潰瘍があるということで、口腔内の歯周病菌は血液に乗って全身に回ります。歯周病は、糖尿病、心臓病等の循環器疾患と深く関わっています。歯周病も糖尿病も生活習慣病なので互いに深い関係があっても不思議ではありません。

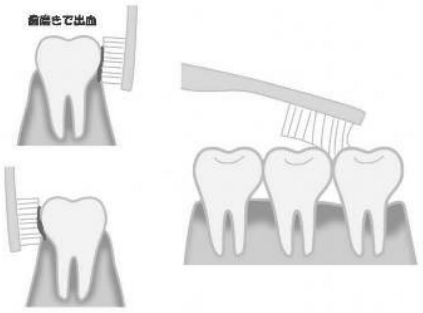


歯周病は、サイレントディジースと呼ばれていて進行する過程でほとんど痛みを伴わないため，自覚症状が少なく，症状が出現したときには病状が進んでいる場合が少なくありません。歯肉からの出血は、歯肉の炎症が始まった早い時期から体が異常を伝えるサインなのです。

では、出血を止める方法ですが、歯肉を腫らす原因を取り除くことが最も重要です。歯周病の原因は、「プラーク」と呼ばれる細菌と細菌が生み出した産物のかたまりです。プラークは白くてネバネバしていて歯の表面に付着しています。取り除かれなければ硬くなり歯石となります。

歯石になる前のプラークはべっとりと歯にくっついているものの、まだ柔らかいので歯ブラシ等の口腔清掃器具を用いれば除去することが可能です。ただし、口腔内細菌の数や唾液の分泌量、歯並びや歯科治療痕、食生活など、口腔内の環境は個人差があるので、誰しもが歯ブラシを用いて簡単にプラークを除去できるわけではないのが現状です。

そこで大事になってくるのが、各々が「口腔ケアを頑張ってやろう」という意識改革です。各々が口腔内に合った歯ブラシの当て方や、デンタルフロスや歯間ブラシ等の使い方を習得し、毎日根気よく続けていく必要があります。歯ブラシの仕方を変えて歯肉に変化が見られてくるのは数週間後です。



また、歯周病治療は歯科医院に数回通えば完治するものではなく、歯周病のレベルによっても異なりますが、一年以上かけて治療しその後の定期検診は一生続きます。歯周病の治療は長期にわたるので、諦めずに根気よく続けていくことが大事です。口腔内細菌を日々のホームケアと定期的な歯科受診でコントロールし、細菌が全身に回るのを抑制することで糖尿病や心臓疾患、早産や低体重児出産など、関連する疾患を予防することが可能です。そのためにも、体が出しているサイン「出血」を確認したら早期に対策を取ることが重要なのです。

カンバーランドファミリーデンタル
歯科医　清水　義仁

Kuraoka Clinic

メディカルコラム

MONTHLY NEWS LETTER for HEALTH

アメリカで風邪を引いたら

アメリカの自己破産の６割は、医療費が原因だと言われています。しかもそのうちの８割は、医療保険に加入している方たち。それぐらいアメリカの医療費は高額なのです。

そして診断は基本的に完全予約制であり、どんな病気でもまずは主治医 (Primary Care Physician) に診てもらい、それから必要に応じて専門の医者 (specialist) を紹介してもらうシステムになっています。

そのためアメリカでは、風邪を引いたからといって病院には行かず、市販の風邪薬で対応するのが一般的。よほどのことでない限り、病院には行かないのがアメリカ流なのです。

アメリカの薬事情

アメリカの薬には、医師の処方箋が必要な処方薬（prescription drugs）と、処方箋なしで自由に薬局で購入できる市販薬（over the counter drugs：OTC）があります。

アメリカの病院内には薬局がないため、薬をどの薬局で購入するかは個人の自由です。

薬局は英語で？ drugstore vs. pharmacy

「薬局」と言えば、"drugstore" と思う方が多いのでは。でも、"pharmacy" という単語も同じ「薬局」という意味を持つ言葉です。違いは何なのでしょうか？

【drugstore（ドラッグストア）】
市販薬を販売してるお店。自分で好きな薬を選ぶことができ、薬だけでなく、日用雑貨、食品、美容品なども売っている。

【pharmacy（ファーマシー）】
医者からもらう処方箋を元に薬剤師が薬を調剤する薬局のことで、病院内やドラッグストアの奥にある。
市販薬選びに迷ったときは、薬局の薬剤師に質問することも出来る。処方箋薬だけでなく、市販薬についても詳しく質問すれば、色々なことを教えてくれる。

アメリカでポピュラーな市販薬

薬局ではさまざまな市販薬が売られています。自由に選べるのは嬉しいことですが、医療単語が難しく、どれを選べば良いのか迷ってしまうと思います。ここでは一番知られている薬を、症状や効果効能とともにいくつかご紹介します。

- Tylenol （タイレノール）

風邪薬の王道と言ったらこちらの Tylenol (タイレノール)。

〈効果効能〉
■悪寒・発熱時の解熱
■頭痛、腰痛、筋肉痛、月経痛、神経痛などの体の痛み
空腹時でも服用が可能。眠くなる成分も入っていません。種類が豊富なので、自分に合った種類を購入しましょう。
薬効成分はアセトアミノフェンと呼ばれるものですが、アメリカと日本で売られているものは含有量が違うので注意が必要です。
一般的にアメリカで売られているタイレノールは、日本の２倍以上のアセトアミノフェンが含有されています！アメリカの薬の方がよく効くというのは、こういう理由からだと思います。

- Advil (アドビル)
Tylenol と同じぐらい有名なのが、こちら。
〈効果効能〉
■悪寒・発熱時の解熱
■頭痛、腰痛、筋肉痛、月経痛、神経痛などの体の痛み
有効成分（イブプロフェン）を主成分にしています。

- DayQuil デイクィル (左)
Nyquil ナイクィル（右）
〈効果効能〉
■悪寒・発熱時の解熱
■咳止め
■鼻詰まり

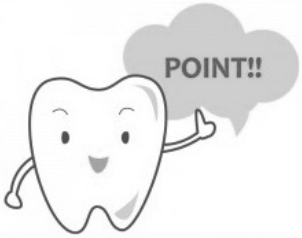
- Theraflu（セラフル）
〈効果効能〉
■鼻づまり
■喉の痛み
■咳止め
■頭痛、体の痛みの緩和
■悪寒・発熱時の解熱

お湯に溶かして飲むタイプで有名なのがこちら。くて体が温まると言われています。温かいジュースを飲んでるような感覚で飲めるので、子供でも飲みやすいでしょう。

アメリカの市販薬には、強さ（1 錠に何 mg 主要成分を含んでいるのか）や、カプセル状、ジェル状、タブレット状、昼用、夜用など、色々な種類があるので箱の説明をよく読んで自分の症状と体に合ったものを選びましょう

Henderson Mill Dental Care
Personalized & Comfortable

植月歯科医院から「歯」の話



～矯正について～　その２

アメリカでの矯正治療についての情報を、「アメリカで歯を治療するとき」（福永玲子著）の中から抜粋してご紹介させていただきます。

何歳から治療を始めたらよいか

年齢層に区別なく、矯正によって審美上、機能上の改善はできますが、最高の改良ができて、しかも短期間で、なるべく少ない費用を希望するときは、最適の年齢というものがあります。

～最適の時期を見きわめて～

米国矯正歯科学会は子供が矯正歯科を始めて訪れる年齢は７歳くらいが適当だとしていますが、矯正しなければならない問題が明らかなときはそれより早い受診を勧めています。問題の種類にもよりますが、早い場合は２～３歳ごろに診察を受けたほうが良い場合もあります。

笑ったときに問題がないようにみえても、不正咬合が隠れている場合があります。治療をすすめるのは何年か後にしても、幼いときに診てもらい適切な治療をすすめる計画を立てておくことは大切なことです。

早期治療をした方が問題をひどくせず有効な場合もありますし、大きくなってからよりも治療が簡単で期間も短くてすむ場合もあります。またあごの骨を拡大しなければならないなど、装置だけで矯正するのが難しい場合は、歯科口腔外科による顎骨の手術が必要になります。

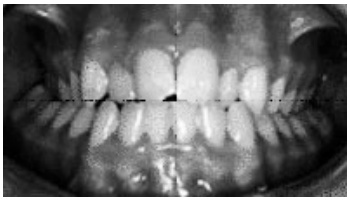
乳歯の歯並びが悪くても永久歯になると自然に治るのではないかと考える方が多いのですが、自然に治る可能性は非常に低いといえるでしょう。

大人の矯正も非常に成功率が高く、問題はありませんが、子供のときに矯正をする利点は、骨の発達をうまく利用できることと、子供の骨は大人の骨に比べて密度が低く骨格に柔軟性があることです。

～矯正は子供だけのものではない～

矯正の基本は歯を移動させることですが、これは基本的には大人でも子供でもどのような年齢の人でも可能です。矯正が成功するかどうかはその人の歯、歯肉、骨の健康状態によるところが大きく、年齢とはあまり関係ありません。

矯正を受けると必ず前の状態より良くなります。最善の状態に改善するには年をとりすぎているのでは、という心配はいりません。昔は歯の矯正は子供だけのものと思われていたことがありますが、現在アメリカでは 18 歳以上の人が患者の３分の１以上を占めています。

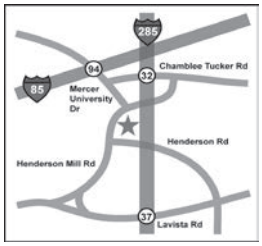

矯正前

矯正後

つづく（「アメリカで歯を治療するとき」より）

歯科矯正や歯周病など歯に関するご質問がございましたらお気軽にご連絡ください。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12星座占い

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 ～ 4/19

【全体運】対人運が良い状態に入りそうです。特に年齢が近い人との関係で、大いに刺激を受けるような出来事もありそうです。同級生なりとの接点は、多く持っておくに越したことはなさそうです。仲間から色々とアドバイスをもらえたり、助けられたりしそうな運気でもあります。

【恋愛運】かつての恋人と会う機会があれば、再度恋愛が始まる可能性があります。それをあなたが望むなら、思い切ってアプローチをしてみるのも良いでしょう。

【金　運】良い状態になりそうです。特に商売をしている人は、意外な結果を手にして驚くようなことになるかもしれません。新しいことを考えている人は、しっかりと計画を立ててから実行に移すようにしましょう。

♥ **幸運日：**9　17　28
× **危険日：**1　13　25

牡牛座

4/20 ～ 5/20

【全体運】精神的な面が行動に表れやすいようです。落ち込んでいるときは物事すべてが上手くいかなかったり、気持ちに余裕があるときはやること成すことすべてが良い方向へ向かったり、そんな具合です。ですから成功したい、上手くやりたいと願うのなら、精神面での落ち着きやゆとりの心も持つように心掛けておきましょう。

【恋愛運】新しい縁ができることも、切れた縁が再生することも、期待の持てる良い運気をしています。ただし、進行形で良い関係のカップルは、現状維持の状態から特に進展もないような状況になりそうです。

【金　運】あれこれ迷ったり優柔不断さを見せたりすると、他人に成果をさらわれてしまうので早めの決断、行動が肝心のようです。

♥ **幸運日：**10　19　27
× **危険日：**6　15　25

双子座

5/21 ～ 6/21

【全体運】人との関係が危うくなることもあり、自分の目標や目的があやふやになり、生活の基盤や将来設計が揺らぐような、そんな出来事が重なりそうな良くない運気をしています。自分の芯をしっかりと持つようにして、問題から逃げずに立ち向かう気持ちを持つようにした方が良いでしょう。

【恋愛運】恋恋愛運は、あまり良くない状態のようです。恋人を求めたり、恋人とのさらなる関係を求めたりするのではなく、友情や趣味に時間を割く方が良いでしょう。

【金　運】仕事が好調に推移するので、満たされた日常になりそうです。お金も不安はなく、しかしそれを使いたいと思うこともないので、貯まることはありそうです。活動的になることで、物事は良い方向へと向かいそうです。

♥ **幸運日：**8　16　28
× **危険日：**3　18　22

蟹　座

6/22 ～ 7/22

【全体運】物事が割と思った通りに進行するので、精神的にも前向きな状態になれそうです。自分に自信が持てるような思考になるので、その勢いもあってこれまでできなかったことも克服できるかもしれません。良いときは、思い切ったことにチャレンジするのも良いでしょう。

【恋愛運】片思いの成就に期待が持てそうです。長く思い続けている人には、吉報がもたらされるかもしれません。ただ、あなた自身も動く必要があります。思いを確実に届け、熱意を見せなければなりません。

【金　運】金運は、波が割と激しそうで、上手くいったりいかなかったりと忙しい運気のようです。良いと思って気を抜くと一気に逆転されることも。人を上手く使い、場面を乗り切るようにしましょう。

♥ **幸運日：**4　15　26
× **危険日：**9　19　22

獅子座

7/23 ～ 8/22

【全体運】良い全体運をしています。基本的に、物事を思い通りに進ませることができて、失敗や損失をすぐに挽回することも叶うでしょう。これまでに落ちた信頼を取り戻すのには、最適な運気をしていると言えましょう。

【恋愛運】良いなと思う相手と出会えたのに、距離が一向に縮まらない。もしかして片思いなのか、ライバルがいるのか等々、気持ちがモヤモヤしてしまうことでしょう。そこであきらめたり心変わりしたりせず、相手に自分の本気度を示すようにしましょう。

【金　運】勝負強さを発揮することができるので、仕事でもギャンブルでも良い結果を得やすくなっている運気です。自分の直感は、大いに信じて活用しましょう。

♥ **幸運日：**1　14　25
× **危険日：**6　19　30

乙女座

8/23 ～ 9/22

【全体運】あなたはなにかしらの秘密、隠し事を抱えていませんか？ちょっとしたときに、それが露見するような出来事がありそうな危うさを持っています。親しい間柄であっても、軽々しく秘密を打ち明けることは控えておきましょう。

【恋愛運】良い出会い、新しい縁、いずれも期待が持てる恋愛運をしています。ただし、用心は必要でしょう。急にモテ始めたりしたときは、慎重になっておく方が賢明と言えます。焦り過ぎは大いに禁物と言えます。

【金　運】金運はやや持ち直し、上昇していく勢いを見せつつも、なかなかグンと伸びないこともあって、あなたの気持ちをモヤモヤした状態にしておくでしょう。焦り、いら立ちは禁物です。それが特に表に出ると、他者との間に距離ができてしまいます。

♥ **幸運日：**7　16　25
× **危険日：**3　20　28

天秤座

9/23 ～ 10/23

【全体運】過去の思い出や成功に浸るよりも、この先なにをどのようにしていくべきか。自分はどうなりたいと思っているのか等々を考えて、計画していくとスムーズに目標へと向かう道を見出すことができそうです。

【恋愛運】思いを口にすると良いでしょう。ですが、ときと場合をしっかり見極める必要もあります。笑い話でスルーされる可能性もあるので、真剣味が伝わるようなシチュエーションにこだわってください。。

【金　運】勝てる要素、流れ、力があなたに向いています。勢いやその場の思い付きでも、意外に良い結果に転がることがありそうです。言い負かされたりせず、自分の意思は最後まで突き通すようにしましょう。妥協やあきらめは、後々まで禍根を残す結果になるのでオススメしません。

♥ **幸運日：**4　13　23
× **危険日：**11　17　30

蠍　座

10/24 ～ 11/22

【全体運】良いこともあれば悪いこともあり、望み通りに物事が進んだかと思えば停滞することもありで、良い悪いどちらとも明確には言えない状態のようです。こういうときは、不安な気持ちも大きくなることがありますけれど、特にそれらを重く考える必要はありません。

【恋愛運】やや下降気味の恋愛運をしています。特に交際歴が浅いカップルなどは、破局の可能性も出てくることでしょう。短所を指摘したり、些細なことで疑心を持ったりせず、許す気持ちを持って相手に接して、同等の関係を維持するようにしましょう。

【金　運】散財やギャンブルなどは、月の終わりにかけてが良いかと思われます。ただし、直感はあまり当てにできないようなので、下調べや予測は大切です。

♥ **幸運日：**2　17　24
× **危険日：**7　11　27

射手座

11/23 ～ 12/21

【全体運】人との縁、身の回りの物など、縁が切れたり新しい縁を手に入れたり、あなたとの関係性が色々と動くようです。仲の良かった人との絶縁は、精神的にも落ちることもあるでしょうし、お金との縁が切れて大変な思いをすることもあるでしょう。

【恋愛運】良い出会いもありそうですし、別れもありそうな気配です。変に執着心を起こさず、自然な形で縁をつないでいけば良いでしょう。リスクを負うような恋愛は、御法度にしておきましょう。

【金　運】金運は、特に良くもなければ悪くもないといった具合です。ピンチもないですが、大きなチャンスに恵まれることもないかもしれません。こういった月は、焦らずのんびりと構えて、じっくり取り組むようにすれば良いでしょう。

♥ **幸運日：**8　15　27
× **危険日：**4　18　22

山羊座

12/22 ～ 1/19

【【全体運】人との関係、仕事の内容、お金の管理等々で、全体的に物事が良くない方向と言いますか、望まない事態に直面することになりそうです。人生なんて山あり谷ありと大きな気持ちを持っておけば、少々のトラブルに気が迷うこともないでしょう。

【恋愛運】恋愛運は、低い位置から月が始まり、徐々に上昇していくグラフを取りそうです。ですので月初めに出会いや恋人との進展がなくとも、あまり焦ったり悲観的になったりする必要はありません。

【金　運】金運は良く、特にお金絡みで困ることはなさそうです。直感が冴えることも多く、勝負強さを発揮できるかもしれません。仕事でも賭け事でも、勝利を手にできそうな気配です。ただし、油断や慢心は禁物。

♥ **幸運日：**4　15　24
× **危険日：**1　13　29

水瓶座

1/20 ～ 2/18

【全体運】信頼されて輪の真ん中に立つこともあれば、責任を押し付けられて、あるいは誰かに押し出されて、真ん中に立たざるを得ないこともありそうです。無茶や無理を言われたときは、きっぱりを自身の意思を表示するようにしましょう。

【恋愛運】勘違いに要注意です。相手にその気がないのに、あなたが先走ってしまい、せっかくのチャンスをふいにしてしまうこともありそうです。。

【金　運】決断の素早さが、結果になって返ってくるようです。もちろん、投げやりではなく、吟味してからの決定にしてください。思わぬ結末に転がることが多いですが、結果はおおむね良い方向へなので、心配することもないでしょう。

♥ **幸運日：**10　16　28
× **危険日：**2　19　24

魚　座

2/19 ～ 3/20

【全体運】月の前半にやや下がる以外は、総じて良い傾向にあると言えます。特になにかを決断したり、アクションを起こしたりするのに向いている時期に入っていると言っても良いでしょう。

【恋愛運】良い恋愛運をしています。出会いに期待が持てますし、復活愛の成就にも期待が持てそうです。加えて、三角関係や不倫に悩んでいる方は、それが自分の思った通りの結末へと動いていくことになりそうです。ただし、決断は慎重に行いましょう。

【金　運】金運はどちらかと言えば良くて、直感があなたの成功を大いに助けることになりそうです。思った通りの行動をしてみることをお勧めします。あれこれと迷ったりしていると、ライバルに勝利をさらわれてしまう結果になることでしょう。

♥ **幸運日：**3　14　23
× **危険日：**8　18　29

ATLANTA お出かけガイド

Let's plan your outing with Atlanta Hangout Guide!

Event

SVAN GOGH: THEIMMERSIVE EXPERIENCE

Pullman Train Yard
225 Rogers St., Atlanta, GA 30317
www.vangoghexpo.com
■ 5 月 19 日 -11 月 15 日
◆ $32.20 ～

CHINESE LANTERN FESTIVAL

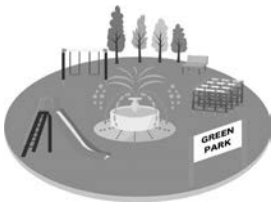
Zoo Atlanta
800 Cherokee Avenue SE、Atlanta, GA 30315
■ 11 月 22 日 -1 月 6 日

WORLD OF ILLUMINATION'S ROCKIN' CHRISTMAS

Six Flags WHITE WATER
250 Cobb Parkway, Parking lotMarietta, GA 30062
https://www.worldofillumination.com/
■ 12 月 19 日

Mandela Market Days Holiday Festival

Martin Luther King Jr Corridor
441 Martin Luther King Jr Dr, Atlanta, GA 30314
https://www.eventbrite.com/e/mandela-market-days-holiday-festival-tickets-169737751183
■ 11 月 12 日 -1 月 2 日



Sports

PGA TOUR

PGA プロゴルフのツアー
2021-2022 シーズンです。

■ 11 月 4 日 -7 日
World Wide Technology Championship at Mayakoba
El Camaleon Golf Club, Riviera Maya, MEX
■ 11 月 11 日 -14 日
Houston Open
Memorial Park Golf Course, Houston, TX
■ 11 月 18 日 -21 日
The RSM Classic
Sea Island Resort (Seaside), Sea Island, GA
■ 12 月 2 日 -7 日
World Wide Technology Championship at Mayakoba
El Camaleon Golf Club, Riviera Maya, MEX

NFL Atlanta Falcons

アトランタファルコンズの
ゲーム案内です。

■ 11 月 07 日	対	ニューオーリンズ	1pm
■ 11 月 14 日	対	ダラス	1pm
■ 11 月 18 日	対	ニューイングランド	8:20pm MBZ
■ 11 月 28 日	対	ジャクソンビル	1pm
■ 12 月 05 日	対	タンパベイ	1pm

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。

■ 11 月 01 日 (木)	対	ワシントン	7:30pm
■ 11 月 04 日 (木)	対	ユタ	7:30pm
■ 11 月 14 日 (日)	対	ミルウォーキー	6pm
■ 11 月 15 日 (月)	対	オーランド	7:30pm
■ 11 月 20 日 (土)	対	ボストン	7:30pm
■ 11 月 22 日 (月)	対	シャルロット	7:30pm
■ 11 月 27 日 (土)	対	ニューヨーク	7:30pm
■ 12 月 03 日 (金)	対	フィラデルフィア	7:30pm

Music

State Farm Arena

1 State Farm Dr,
Atlanta, GA 30303
☎ 404- 878-3000
www.statefarmarena.com

■ 11 月 5 日	DAN +SHAY
■ 12 月 12 日	Lil Baby
2021 年	
■ 2 月 5 日	Billir Eilish
■ 2 月 12 日	Dua Lipa
■ 3 月 21-22 日	Justin Biber
■ 3 月 27 日	Bad Bunny
■ 4 月 1 日	The Weekend

Gas South District

6400 Sugarloaf Pkwy,
Duluth, GA 30097
☎ 770-813-7600
www.gwinnettcenter.com

■ 11 月 12 日 -14 日	The Nutcracker
■ 11 月 26 日 -28 日	The Nutcracker

Coca-Cola Roxy Theatre

800 Battery Ave SE Suite 500,
Atlanta, GA. 30339
☎ 470-351- 3866 Ext 38186
www.cocacolaroxy.com

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
■ 11 月 9 日 -14 日 Fiddler on the Roof

タウン情報 anisatlanta.com

アニスアトランタのウエブに掲示板を作成しました。
知りたい情報を探せるオンラインの交流広場にご利用ください。
個人、法人を問わずどんどん投稿してください。

■ 12 月 7 日 -12 日　Dr. Seuss' How The Grinch Stole Christmas! The Musical
■ 1 月 25 日 -30 日　Tootsie

BROADWAY ACROSS AMERICA

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

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

広告募集

クラシファイド・求人広告・取材記事・連載コラム・
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。

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

ANIS ATLANTA
Monthly Japanese Community Magazine

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

アントニオ猪木　VS　ウイリーウイリアムス

大山泰彦最高師範から「ウイリーが猪木のやったとき何ラウンドで試合が終わったんだ？」と電話が入った。

「オス、第３ラウンドで一度両者リングアウトの裁定が下りましたが、梶原一騎がでてきてーこの試合はこのような事で終わらせるような試合ではないとか言って、再開しました。第４ラウンドでまた二人ともリングから落ちて、猪木がウイリーに逆十字を決めたまま両者リングアウトです」と 30 年以上も前の試合内容を当時すでに極真空手を始めていたが、猪木信者でもあった私は即答する。

「どっちの腕を決めたんだ？」「調べます」と YOUTUBE で試合の映像を探して、改めて試合を観なおしてみたと言ってもプロレスを知らない人にとっては､何のことを言っているのかさっぱりわからないだろうから、さらっと説明させていただく。

1980 年代の初頭アントニオ猪木は「プロレスこそ最強の格闘技である」というキャッチフレーズを掲げて色々な格闘技の第一人者と｢格闘技世界一決定戦｣を行っていた。最も話題になったのは当時現役プロボクシング世界ヘビー級チャンピオンのモハメド・アリとの試合である。一説によると猪木・アリ戦で作ってしまった莫大な借金の返済のために大会場で観客が入る「格闘技世界一決定戦」興行を打たなければならなかったという話もあるがそれはさておき…。

そのアントニオ猪木に｢猪木という人が格闘技世界一を名乗っているが、我々極真空手を無視して格闘技世界一を名乗るのはまかりならん。格闘技世界一を名乗るなら、極真空手を倒してからにしろ。ウチからはウイリーウイリアムスを出す」と師匠の実兄である、当時の極真会館世界最高師範だった大山茂が、新日本プロレスのパーティーに乗り込んで挑戦状を叩きつけるという、いかにもプロレスチックな幕開けで始まった試合なのである。

もちろん大山茂が単独でそんなことをするわけがなく（むしろ格闘技世界一などには全く興味がない人です)、全て当時超売れっ子だった劇作家・梶原一騎のシナリオに乗っただけだったのだが、実際に試合が組まれることになれば、話は別である。

ウイリーウイリアムスは、「地上最強のカラテ・パート２」で熊と戦わされて（これも梶原一騎の仕業）熊殺しの異名を持つ極真空手のトップファイターだったで、アントニオ猪木を倒す気満々だった。

しかし実際の試合は、真剣勝負でやってもお互いのメリットはないという大人の事情が加味されて「ガチンコは止めましょう」という事にはなった。

しかし相手はプロレスラー・アントニオ猪木。試合では猪木がいつ掟破りを仕掛けて来るのかわからないということで、ウイリー以上にリングサイドにいるセコンドは、いつ何が起こってもいいように臨戦態勢である。

特に大山泰彦師範のエキサイトぶりはすさまじく、試合中も自分でリングに上がらんばかり。場外乱闘の時も新日本プロレスの若手と小競り合いをしている。

マニアの中には場外乱闘でアントニオ猪木が額に怪我を負って流血したのだが、その犯人は大山泰彦師範であると疑っている人さえいる。もちろん本人に「猪木の額を割ったのは最高師範だったのですか？」と訊けるはずもなく、ビデオを検証するしかない。

この試合が本当はどういう目的で行われ、それが行われるためにどんなプロセスがあったのか、プロレスオタクの私としては最高師範が酔っぱらった時に聞き出そうとするのだがいまだに成功に至っていない。

この試合には昭和のプロレス、格闘技ファンにとって試合までのプロセスも含めてロマンに満ち溢れている試合なのだ。

当時、テレビでこの試合を見ていた猪木信者が今は空手側の当事者の下にいるというもの不思議な縁である。最高師範に訊かれたアントニオ猪木の腕十字固めはウイリーウイリアムスの左腕に決めてました。オス。

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 ジョージア州弁護士

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/

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

オフィスアドミン募集
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、Ⓔ gssschool@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

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。

Salon LIHGA スタッフ募集
スタイリスト募集
Ⓔ 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

カンバーランドファミリーデンタル
スタッフ募集、受付（日英バイリンガル)、アシスタント（経験不問）土曜出勤可能な方、要労働ビザ。篠原まで☎ 770-272-1818 Ⓔ info@myhaishasan.com

Joinet International
営業 / 引越業務の正社員及びパート社員募集。ビササポート有り。678-697-9907
joinet-intl@mindspring.com 荒木まで

YOKO's ヒーリングツリー
マッサージ師、アイラッシュエクステンション・テクニシャン募集。交通費補助 (40 マイル以上、又は通勤時間 1 時間の場合) 詳細は陽子まで。717-300-0541

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

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

横浜 Yokohama Doraville
寿司シェフ、フルタイムサーバー募集。英語必須。詳細はリーまで。678-580-3455

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

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。Noriko 迄 noriko@nakatorestaurant.com

Daisuki Sushi Izakaya
Jones Creek エリア。日本食レストランではシェフとサーバーを募集。
☎ 770-634-4347 西原まで

HIRO RAMEN & TEA BAR
Decatur エリア。ラーメンキッチンシェフ & サーバー募集してます。詳細は三浦まで☎ 678-206-1701 又は 678-206-1742

湖ラーメン　Duluth
サーバーを募集しています。
詳細は Liu まで 678-682-3400

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。詳細はアベまで。
☎ 770-905-6709

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

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、寿司シェフ、キッチンシェフを募集しています。Lower Roswell エリア。詳細は 4 時半以降に☎ 770-565-6369 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@gmail.com
☎ 912-352-7300 瀬尾まで。

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

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

ANIS ATLANTA

クラシファイド広告募集
求人、売買、不動産、
教授、お知らせなど

ビジネス

ハンデイーマン
家屋内外の修理等いたします。
携帯 424-200-5213　ISOKAWA

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

食行くかーい！（食育会）
月 1 回手作りの美味しい物を作り、一緒に味わいながら身体に良い事をお話ししませんか？詳細については
shokuikukai55@gmail.com

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 ☎ 470-775-7507 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

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 2021 年 12 月号は
12 月 5 日ごろ配布予定

ANIS ATLANTA

NO. 23
NOVEMBER 2021

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 2021

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

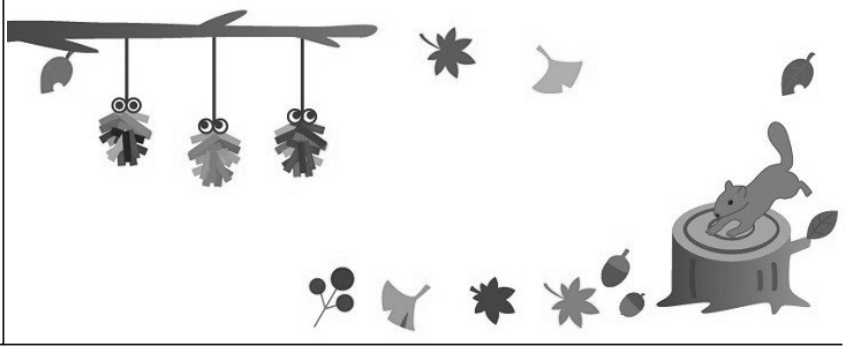
ハリケーンの影響で、長く続いていた雨がから解放されたコロナ騒動で忙しく過ごしているうちに、気が付いたら今年もあと 2 か月となりました。急にひんやりとしてきて、ようやく秋らしい気候に成って来た様です。

今年は 1 年遅れての日本開催のオリンピックイヤーでしたが、新型コロナの影響で制限のある開催となり、違う形で歴史に残る一年となりました。アトランタでも主要なイベントは次々にキャンセルとなり、とても残念な気持ちとなりましたが、仕方ないですね。コロナの一日でも早い収束と、来年が穏やかな年になるよう、願うばかりです。

バイデン政権は 10 月 15 日、米国に入国する外国籍者に対して新型コロナウイルスワクチン接種を義務化する入国規制の改正を 11 月 8 日から開始すると発表しました。経済的には良いことだと思いますが、いろいろと不安が残ります。この冬はいつも以上に免疫を高めるように、食事や十分な睡眠を心がけたいです。

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

創業13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)
WED-SAT 17:00-22:30 / SUN-TUE 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**　（同時通訳あり）

礼拝はライブ中継による配信をしています。詳しくは教会のウェブページをご覧ください

◆ **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。オンラインによってクラスが行われています。

◆ **聖書の学び（火曜日：１３時）と英会話クラス（水曜日・木曜日）は現在オンラインで行っています。**

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）

日曜礼拝を除き教会活動はすべて休止です。

＊礼 拝・・・・・・・・・・・・・・・・・・日曜日　朝 11 時

日曜礼拝に出席される方は、教会のメールにてご連絡ください。
なお、日曜日はオンラインでライブ礼拝をしています。
参加希望の方は wjcmessage@gmail.com までご連絡ください。

※お問い合わせ　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
ホームページ：www.westminsterjapanesechurch.com　　牧師：長井正人

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!!

INTERNATIONAL TA-Q-BIN

クロネコヤマト国際宅急便

種類	制限サイズ (JPN)	制限サイズ (US)	Web申込料金	通常料金
1	60cm 2kg	24inch 4Lb	**$45**	$55
2	80cm 5kg	31inch 11Lb	**$70**	$80
3	100cm 10kg	39inch 22Lb	**$95**	$105
4	120cm 15kg	47inch 33Lb	**$120**	$130
5	140cm 20kg	55inch 44Lb	**$150**	$160
6	160cm 25kg	63inch 55Lb	**$170**	$180

Webお申込みで $10 お得に！

オンラインで簡単送り状作成！

遠方の方に便利な UPS Drop-off 始めました！

✓ 箱の大きさ、重さどちらか大きい方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	4341 International Pkwy, Atlanta, GA30354	404-363-6062
TOMATO コプ店	2359 Windy Hill Rd SE, Marietta, GA30067	770-933-0108
J-Mart	2820 Highway 54, Peachtree City, GA30269	917-345-5803
IACEトラベル	年内は受付不可となります	

お申し込みはこちら → www.yamatoamerica.com/cs