

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



4 2023  
No. 40  
月1回発行



---

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

Kuraoka  
Clinic

英語・日本語バイリンガルの最先端医療サービス

# 倉岡クリニック

## 当院 3 階に美容クリニックオープン AdvancedMD Aesthetics of Atlanta

### 「医療ダイエット」

効果抜群大人気の医療美容ダイエットを始めました！  
ツライ思いを一切せず、ラクラク痩せられる  
話題の医療ダイエットです。

1週間1回セマグルタイドショットを接種することで  
食欲を自然に抑え、ハードな運動も不要  
無理なく痩せることができます。

倉岡先生も12週間で8kg マーク先生は7kgの減量に成功！  
お問合せください。

オミクロン株対応コロナワクチン / インフルエンザワクチン予防接種  
が可能です。ご希望の方はワクチン予約専用オンラインサイト  
kuraoka-covid19-vaccine.com からご予約ください。  
コロナワクチンやコロナ陰性証明に関するお電話でのお問合せ、予約はご遠慮ください。

### 最新の医療薄毛治療器械

### Alma TED(アルマ・テッド)を導入しました！

4週間に1回、全3回の治療で効果絶大。  
薄毛、抜け毛でお悩みの方はお気軽にご相談ください。



noriko@advancedmdatlanta.com / 電話番号 & テキスト (日本語) : 678-671-5429  
ビコレーザーシミ取り、ボトックス、ヒアルロン酸注入、フェイシャル、医療脱毛、ニキビ治療  
ボディ医療痩身、薄毛治療、ウルセラたるみ治療、ゼオスキンヘルスなど

アトランタ医院

完全予約制。予約なしでのご来院はご遠慮ください

美容部門オープン

Phone: **770.980.0000**

1640 Powers Ferry Rd. SE

Building 30, Suite 100

Marietta, GA 30067

info@kuraokaclinic.com

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](http://www.KuraokaClinic.com)

AdvancedMD Aesthetics of Atlanta

倉岡クリニック3階

[www.advancedmdatlanta.com](http://www.advancedmdatlanta.com)

Phone & テキスト(日本語)

678-671-5429

noriko@advancedmdatlanta.com



日本語で安心の歯科治療

# 清水デンタル



清水デンタル

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

清水デンタル

TEL: **770.272.1819**

100 Galleria Parkway, Suite 670

Atlanta, GA 30339

info@myhaishasan.com

[www.MyHaishaSan.com](http://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](http://www.NihonDentalDuluth.com)

# ANIS ATLANTA

Monthly Japanese community Magazine

C O N T E N T S

APRIL 2023 NO. 40

webサイトも随時更新中

[www.anisatlanta.com](http://www.anisatlanta.com)

- 05 4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
- 15 SHOPPING
- 16 アロマテラピー◎タウンゼント瞳
- 18 Hello! Atlanta◎鎌田桃佳
- 21 パパッとつくっておいしくたべよ
- 22 アトランタ in-Town News◎Wine & Sake Networking Mixer
- 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 US-JAPAN NOW◎ジョージア日米協会
- 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◎清水デンタル
- 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



**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](mailto: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](mailto:rullalimo@hotmail.com)



# HK Accounting

エッチケー会計法人

個人・法人 確定申告  
ビジネス会計業務代行サービス

- \* 延世大学卒業 (韓国・ソウル)、BA
- \* 天馬株式会社  
電算・輸入担当3年間 (日本・東京)
- \* ジョージア州立大学卒業  
(アメリカ・ジョージア州)、MBA
- \* 公認会計士  
(アメリカ・ジョージア州)、CPA
- \* アメリカ会計業務暦: 16年



金 鉉沂 (キム ヒョンキ)  
Hyunki Kim, CPA, MBA, CAA

3775 Venture Dr. Building J Suite 102  
Duluth, GA 30096  
Tel: 770-817-8151, 8199  
Fax: 678-822-9976  
Email: hyunkigra@yahoo.com

日本語か英語でお問い合わせください



日本食品が毎日お得  
豊富な品揃え

20ドル以上お買い上げの場合  
平日は **5%オフ**・週末は **10%オフ**

\* White Windmill Bakery は除きます

とまと1カブ店 770-933-0108

2359 Windy Hill Rd SE Suite 250, Marietta, GA 30067

フルタイム又はパートタイムのスタッフを募集中

日本行き航空券

# まごめ割

始めました!

ご家族・ご友人とまとめてお得!

アムネットなら対象の日本行き航空券を  
**3名以上 同時購入で空港送迎**(※)付き!

詳しくはこちら ▼



※1名につきライドシェア(相乗り)サービスギフト券最大\$20相当。  
※お電話でのご購入の場合のみ対象。その他各種適用条件がございます。



**1-800-940-3949**

amnet@amnet-usa.com

www.amnet-usa.com



# 4 APRIL

## 4月のカレンダー

- 4月01日 エイプリルフール  
新年度
- 4月08日 灌仏会・花祭り
- 4月09日 復活祭（イースター）
- 4月22日 地球の日
- 4月29日 昭和の日

### 4月1日 エイプリルフール

罪のない嘘をついて良いとされる日。日本では「四月馬鹿」とも呼ばれる。

その昔、ヨーロッパでは3月25日を新年とし、4月1日まで春の祭りを開催していたが、1564年にフランスのシャルル9世が1月1日を新年とする暦を採用した。これに反発した人々が4月1日を「嘘の新年」として位置づけ、馬鹿騒ぎをするようになったのがエイプリルフールの始まりとされている。

また、インドでは悟りの修行は春分の日から3月末まで行われていたが、すぐに迷いが生じることから、4月1日を「擲擲節」と呼んでからかったことによるとする説もある

### 4月1日 新年度

学年度始めの日。4月1日から翌年の3月31日を「年度」として括る。

元々日本では、特に入学の時期は定められておらず、年中入学可となっているのが普通だった。1886(明治19)年10月に、高等師範学校が学年暦を4月1日からと定め、1888(明治21)年から全国一斉にこれにならうようになった。ただし、大学や高等学校では欧米の習慣に合わせて9月に新学期を始めていた。

4月1日生まれの人は、前年度の3月生まれの人と一緒に入学することになる。これは学校教育法で保護者は、子女の満六歳に達した日の翌日以後における最初の学年の初から(中略)

就学させる義務を負う。と規定しているためである。

「年齢計算ニ関スル法律」では年齢ハ出生ノ日ヨリ之ヲ起算スとし、「民法」第143条では年を単位として期間を定めた場合には、起算日の応答日の前日に期間が満了することとしている。つまり、4月1日に生まれた人は、その6年後の3月31日をもって五歳の期間が満了することになり、その翌日の4月1日に始まる学年から小学校に入学するのである。

### 4月8日 灌仏会・花祭り

「灌仏会(かんぶつえ)」は、仏教の開祖・釈迦(しゃか)の生誕を祝う仏教行事である。地域や寺院によっては月遅れの5月8日に行われる。

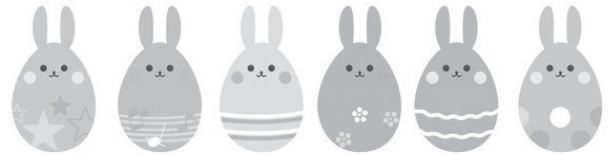
釈迦の降誕を祝して行う法会。各地の寺では花御堂を設け、堂の中に水盤を置いて釈迦の立像を中央に安置し、参詣者が御像に甘茶を注いでお参りする。

甘茶をかけるのは、釈迦の誕生の時9つの龍が天から清浄の水を注ぎ産湯を使わせたという伝説に由来する。

### 4月9日 復活祭(イースター、復活の主日)(Easter)

春分の後の最初の満月の日の次の日曜日。キリストが死後3日目にして甦ったことを記念し、春の自然の甦りを祝うお祭り。復活の象徴の卵を食べたり、ペインティングした卵を贈り合ったりして、盛大に祝う。

イースターの日どりは、325年の第1ニカイア公会議で「春分の後の最初の満月に次ぐ日曜日」と決定された。ただし、これでは、時差の関係で春分の日が場所によって異なり、イースターの日附も異なってしまうため、春分を3月21日に固定して計算されている。



### 4月22日 地球の日

アースデー世界協議会等が主催。1970年のこの日、アメリカの市民運動指導者で、当時大学生だったデニス・ヘイズが提唱。

1970年から1990年までは10年に1度実施されていたが、1991年からは毎年開催されている。

## 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

## R Hair Salon

きれいと笑顔があふれるサロン

あなたのヘアケアは  
私たちにお任せください

日本語でのご予約

**Joon: 404-861-7460**  
2790 Lawrenceville-Suwanee RD, #110  
Suwanee, GA 30024



**NORTH ATLANTA  
PRIMARY CARE**  
Affiliated with Southeast Medical Group

4700 NELSON BROGDON BLVD  
#250, BUFORD, GA 30518

## 診察内容

- ▶ 一般内科 / 小児科
- ▶ 健康診断
- ▶ 予防接種
- ▶ 超音波 / 各種検査
- ▶ 専門医紹介
- ▶ リモート診療
- ▶ その他



ご予約はQRコード  
からも可能です。  
当日予約も  
承ります。



Nao Tada | Hiro Tada, NP-C

多田 奈央 | 多田 広行

ご予約ご質問は、下記eメールまでお問い合わせください。  
ntada@southeastmedicalgroup.com



Delicious  
**SUSHI**



おかずカフェでは  
定番の日本食を  
お手頃価格でご提供

毎週  
金・土・日

日本人シェフによるお寿司、  
お刺身！好評発売中

ますます便利に！  
もっと楽しく

お買い得情報は各種SNSをチェック！

GOHAN MARKET ATLANTA  
4015 HOLCOMB BRIDGE RD #620 PEACHTREE CORNERS GA 30092

日本へのお届けものには国際宅急便！

**クロネコヤマト国際宅急便取扱店**

国際宅急便オンラインショッピングに出荷情報を登録して後はお店に持ってくるだけ！



**YOKOHAMA**

**678-580-3455**

5412-B Buford Hwy NE  
Doraville, GA 30340

### 4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 \$16.99

- ・ 月曜日：レインボーロールと握り5貫 \$19.99
- ・ 火曜日：全てのラーメン 20%引き
- ・ 水曜日：ミニ中落ち丼とミニうどんセット \$15.99
- ・ 木曜日：ミニちらし寿司とミニうどんセット \$15.99

木～土曜日は スペシャルロール 20%引き All day

# 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： 坂本 龍一 Ryuichi Sakamoto.  
 国： 東京都  
 生： 1952年1月17日 -  
 職業： 作曲家、ピアニスト、俳優、音楽プロデューサー

音楽家。東京生まれ。幼い頃からクラシック音楽を親しみ、作曲を学ぶ。東京芸術大学音楽学部作曲科を経て、1977年(昭和52)同大学院音楽研究科修士課程修了。

松本民之助(1914-2004)に作曲を師事。在学中に弦楽四重奏曲(1972)、『オーケストラのためのコンポジション』(1973)などを作曲。78年、初のソロアルバム『千のナイフ』を発表。同年、細野晴臣(はるおみ)(1947-)、高橋幸宏(ゆきひろ)(1952-)とともにイエロー・マジック・オーケストラ(YMO)を結成しキーボード、作曲、作詞を担当。シンセサイザーを駆使したデビュー・アルバム『イエロー・マジック・オーケストラ』(1978)でセンセーションを起こした。アルバム第2作『ソリッド・ステート・サヴァイヴァー』(1979)も大ヒットし、国際的にも注目を集める。

YMOの活動の一方で、ピアノ曲『僕自身のために』(1981)、合唱曲『小説』(1982)などの作品を作曲。YMO名義のアルバム『BGM』『テクノデリック』(1981)発表ののちYMOを解散、以後さまざまなメディアで多彩な活動を展開している。

1983年(昭和58)には大島渚(なぎさ)監督の映画『戦場のメリークリスマス』に主演するとともに音楽を担当し、英国アカデミー最優秀映画音楽賞を受賞。ベルナルド・ベルトルッチ監督の映画『ラストエンペラー』に出演、音楽を担当して88年にアカデミー作曲賞を受賞した。

このほかイギリス映画『嵐が丘』(1992)、アメリカ映画『スネーク・アイズ』(1998)などの音楽を担当。現代音楽の技法とテクノロジーをポップ・ミュージックに取り入れた活動に功績がある。



自分の思い通りに生きてたかどうか大事。長さではない。どう生きるかどう死ぬかっていうのは個人が責任を持って選んで下さい。

最終的に自分のエゴを乗り越えることが悟りであり、それは死をいかに乗り越えるかということでもある。

父は僕に、簡単に何かになろうとするなと言ってくれていました。30歳までは遊んでいろと。自分が分かるまでは仕事なんて選べないということだったのでしょうか。そして今は僕もそう思うのです。

練習嫌いの僕が言うと説得力がないかもしれないけど、とにかく好きな音楽を弾くのが一番。好きな音楽だったら、うまくなりたいと一生懸命練習するでしょう。それをきちんと弾けるまで練習を積み重ねる。

遊びは結果を求めませんし、プロセス。僕が音楽を作るのもそんなプロセスが面白いから。子供の砂遊びみたいに、何を作ろうとイメージするのではなく、いじっているうちに形になっていく。それが創作であり、僕にとって創作こそ遊びだと思えます。

僕は与えられたチャンスには挑んでいったけど、自分の背中を誰かに押ししてほしいと思ったことはまったくありませんでした。若いときには、たとえ一歳でも年上の人間は全部敵だと思っていて、その人たちの言うことは絶対聞くものかと思って生きてきたからです。それくらいの気概を持っていないと、本当に何もできないのです。

## MASSAGE THERAPY

日常生活のストレスを出張マッサージで解消  
ワズラック上の上質なリラクゼーションをご提供します

ボディマッサージ..... 60分 ..... \$ 80	Prenatal/ Lymphatic drainage Head massage Foot reflexology Sport / deep tissue Post surgery recovery Shiatsu Thai stretch Swedish relaxation massage
” ..... 90分 ..... \$ 110	
” ..... 2時間 ..... \$ 140	
シグネチャー・フェイシャル..... 60分 ..... \$ 80	
” ..... 90分 ..... \$ 120	

Hot stone / aromatherapy/silicone cupping  
 Micro current therapy (add extra \$ 20 for 1st session)  
 Cryotherapy (\$10/ per wrap)  
 (if you have your own massage bed at your house \$10 off!)

Yoko Chibana  
 GA licensed massage therapist MT005227  
 GA licensed esthetician ES005597

ご予約は日本語で YOKO まで  
 770-853-4863 (text or call)

Mon/Tue/Fri  
 8:00am-4pm & 9pm-11pm  
 Saturday (8:00am-11:00pm)

## Renew Beauty SPA Medical Clinic

### 切らずにたるみを引き上げる

気になるほうれい線や頬のタルミを糸でリフトアップする、切らずにできる手軽な最新施術です。

リフトアップ & キープ

肌にハリと弾力

自然な仕上がり

無料コンサルテーション  
 Dr. Abul Matin, MD, PhD.

5000 Winters Chapel Rd #1,  
 Dunwoody, GA 30360

678-471-9505  
 お問い合わせ・ご予約は日本語でマユミまで



**ジョージア・チャーター学院**  
日本語と英語のDUAL LANGUAGE  
ジョージア州公立学校 (チャータースクール)

**2023-2024学年度入学願書・受付中!**

詳細はこちら→[www.InternationalCharterAcademy.org/入学手続き/](http://www.InternationalCharterAcademy.org/入学手続き/)

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
- 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・イマージョン教育により2言語同時習得をめざすプログラム
- 学校の年間行事 (餅つき、お茶会、書初め、節分、ひな祭り、こどもの日、ジャパンフェスト、ブラック・ヒストリー月間、ウィンター・コンサート等)



**cognia**™ 当校はコグニア・アクレディテーション認定校です。



お問い合わせは日本語でどうぞ

☎ : 770-604-0007

[info@internationalcharteracademy.org](mailto:info@internationalcharteracademy.org)



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、ウェブサイトでご予約受付ています

テキスト可

電話: 770-416-4040 E-mail: [kzyama.1216@icloud.com](mailto:kzyama.1216@icloud.com)

853 South Peachtree Street, Suite 101, Norcross, GA 30071

Website: [www.yamamotoauto.com](http://www.yamamotoauto.com)

おかげさまで 32周年



**幼 ウィンタースチャペル幼稚園**



ウィ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

おかげさまで 32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。日英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)

**受付を開始しております**

ジョージア州政府指定のプレキンダープログラム

対象年齢: 2023年9月1日までの4歳児  
授業料: 無料 (ただし食事代は必須です)  
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

アフタースクール

対象年齢: キンダーガーデン・エレメンタリーの生徒  
時間: 3:00 PM - 6:30 PM

サマースクール

対象年齢: 1歳からエレメンタリーの生徒まで  
期間: 6月から8月まで

- 教育内容・施設共に、水準よりも高い評価のQuality Ratedの認定校
- 給食は新鮮な食材を使用した日本食ベースのメニューを提供しています
- 11歳から受付。週2日、週3日、週5日のコースがございます



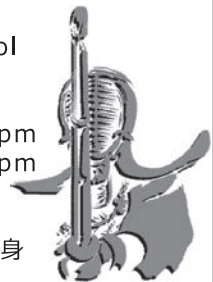
4942 Winters Chapel Rd, Doraville, GA 30360  
[www.winterschapelkindergarten.com](http://www.winterschapelkindergarten.com)

担当: 新井まで 770-394-3242

少年・少女 **剣道教室**

ジョージア剣道アソシエーション (G.K.A.) では2023年3月より子供達の剣道教室を始めます。沢山の子供達が剣道を通じて、礼儀作法や社会生活の基礎、集中力などを学ぶことができます。リバ剣も大歓迎!!

対象: 6歳以上  
場所: Summerour Middle School  
321 Price Pl NW,  
Norcross, GA 30071  
時間: 毎週土曜日 4:30pm-5:30pm  
5:30pm-7:00pm  
費用: 月額 40ドル  
先生: 新井邦敏 剣道7段 教士  
慶応義塾大学体育会剣道部出身  
連絡先: 新井まで 678-548-2190





## 習主席のロシア訪問、米政権が懐疑的な見方

米国のバイデン大統領は先ごろ、中国の習近平（シーチンペン）国家主席と「近く」会談することを計画していると明らかにした。



しかし、米政権が会談の設定に向けて動く前に、別の首脳会談の話が持ち上がった。中国政府は、習氏が3月20日から3日間の日程でロシアを訪問し、プーチン大統領と首脳会談を行うと発表した。習氏は自身について、ウクライナでの和平に向けた潜在的な仲介者の役割を任じている。

米政権は習氏の意図について深い疑念を示している。中国はこれまで、ウクライナでの戦争を非難することを避けているほか、ロシア側が挑発を受けてウクライナに侵攻したと主張している。中国は習氏のロシア訪問を「和平のため」と発表したものの、米ホワイトハウスは中ロ首脳会談での和平に向けた協議について、中国政府が提案するいかなる枠組みもロシア寄りであり、ウクライナにとって不利になるとの見通しを示した。

米国家安全保障会議（NSC）のカービー戦略広報調整官は、中ロが議題の設定を始めるにあたって、中国がロシアの視点のみを反映した一方的な提案をすることに懸念を抱いていると語った。

カービー氏は、中国の提案にはある種の停戦が含まれる可能性があるが、それはロシアが報復行為を行う前に軍を再編する方法を提供するだけだと述べた。カービー氏は、現時点での停戦は事実上、ロシアによる侵攻を承認することになるとの見方を示した。

何週間にもわたって、中ロ首脳会談が行われるとの報道が出ていたため、首脳会談の実施自体は米国にとって驚きではな

かった。それでも、習氏とプーチン氏の「際限のない」パートナーシップが対面式での会談でさらに強固なものとなる可能性に懸念が出ている。

欧米諸国によるウクライナ支援への政治的な意欲が試されている現在、中国がさらに戦争に介入すれば、戦場の力学が根本的に変化し、少なくとも戦争が長引くのではないかとの懸念が強まっている。

## ポーランド・ウクライナ国境を電撃訪問

英王室のウィリアム皇太子は3月22日、ポーランドを電撃訪問し、ウクライナ国境近くに駐留する英国軍とポーランド軍の兵士らを激励した。



ウィリアム皇太子はウクライナ国境近くの町ジェシュフにある領土防衛軍の基地を訪れ、ポーランドのブワシュチャク国防相と面会。英国軍、ポーランド軍の兵士らにウクライナ支援での連携について話を聞いた。

その後、首都ワルシャワに移動し、最近ウクライナから逃れてきた女性や子ども約300人を収容している宿泊施設を訪れた。ウィリアム皇太子は同施設で暮らす人々と話をし、ポーランドに移住することになった経緯に耳を傾けたほか、避難暮らしを支えるボランティアらにも面会した。

ウィリアム皇太子のポーランド訪問は2017年以来。ウィリアム皇太子は声明で「英国とポーランドは強い絆で結ばれている。ウクライナの人々と彼らの自由を支援するための協力を通じてこの絆は一層強固なものになる。ウクライナの人々の自由は英国、そしてポーランドのものでもある」などと述べた。

また「ポーランドの人々の心を打つ人間性にも感謝したい」などと避難民の受け入れに謝意を示した。

**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 Atlanta...or the world!
- Contact us for a free 30 minute lesson and English evaluation.

Liz@BiglerESL.com  
www.BiglerEnglishCoaching.com



**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



BERKSHIRE HATHAWAY  
HomeServices  
Georgia Properties

ATLANTAFUDOSAN.COM

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!

ご自宅の売買  
投資物件の売買と購入後の管理  
賃貸物件



AtlantaRealtorEmiko



Atlanta Realtor Emiko

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 12月初旬より入居可

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 / Fax: 404.602.0326

e-mail: tsusuki@sakurarealty.com

**kw** CHATTAHOOCHEE  
NORTH  
KELLERWILLIAMS.

不動産購入のことなら  
お任せください!

結局総額いくら  
かかるの?

今の家売って  
新しい家  
買いたい

不動産購入



最高のローンオフィサー、  
弁護士、修理業者と共に、  
チームでお手伝いします!!

マイホームのご購入をお考えですか?  
何から始めたらよいかわからない、そんなときは  
まず弊社にご連絡ください。ご連絡いただいてから3か月で  
購入される方も、2年かかる方もいらっしゃいます。  
いつでもお客様のベストな状況、タイミングでのご購入の  
サポートを心がけております。ふと購入が頭によぎったら、  
すぐに無料カウンセリングのご予約を!

ベストな  
タイミングは?

そもそも何から  
始めたらいいの?

不動産投資や賃貸、物件管理のご相談も承っております。  
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

## 相次ぐ銃撃で非常事態宣言

米フロリダ州マイアミビーチ市は、市内で2件の銃撃事件が相次ぎ、過度に大勢の人が集まって暴徒化したとして非常事態を宣言し、夜間の外出を禁止すると発表した。

市は危険な違法行為を防ぐ目的で非常事態を宣言し、3月19日午後11時59分から20日午前6時までの外出を禁止。20日午後特別委員会会合を開き、20日以降の制限についても検討する。さらに、23日から27日にかけても制限を課すことを計画している。

市内では3月17日、「聖パトリックデー」の祝日と春休みの人出でにぎわうサウスビーチ地区で銃撃事件が発生し、1人が死亡、1人が負傷した。警察によると、現場からは銃4丁が見つかった。続いて19日未明にも、1人が銃撃されて死亡、もう1人が負傷する事件が起きた。

マイアミビーチ警察によると、同日午前3時29分ごろ、警官が銃声を聞き、男性1人が銃で撃たれているのを発見した。男性は搬送先の病院で死亡した。もう1人の被害者は、現場で手当てを受けた。

マイアミビーチ市は昨年も、春休みの時期に2件の銃撃事件が起きたことを受け、夜間外出禁止令を出していた。

## 米偵察ドローン、黒海のさらに南方へ飛行ルート変更

先週発生したロシア戦闘機と米無人機（ドローン）の衝突を受け、米国が偵察ドローンの飛行経路を黒海のさらに南方へ移していることが分かった。米当局者2人が明らかにした。

偵察ドローンは依然として国際空域にとどまっているものの、3月14日に起きたロシア機と米無人機「MQ9リーパー」の衝突を受け、米国はドローンの飛行経路をクリミア半島や黒海東部を囲む空域からさらに遠ざけているという。

当局者の一人はこうしたルートについて、「挑発的になりすぎるのを避ける」ための取り組みだと説明した。バイデン政権は依然、米ロ両軍の直接衝突に発展しかねない事態を慎重に避けている。

当局者によると、ドローンは「当面は」現在のルートを飛行し続ける見通しだが、ロシア領に近いルートに戻ろうとする動きも既に出ているという。

民間の航空機追跡サイト「フライトレーダー24」は3月21日、米国の無人機「RQ4グローバルホーク」が黒海南部や西部の高度約15.8キロを飛行する様子を捉えた。

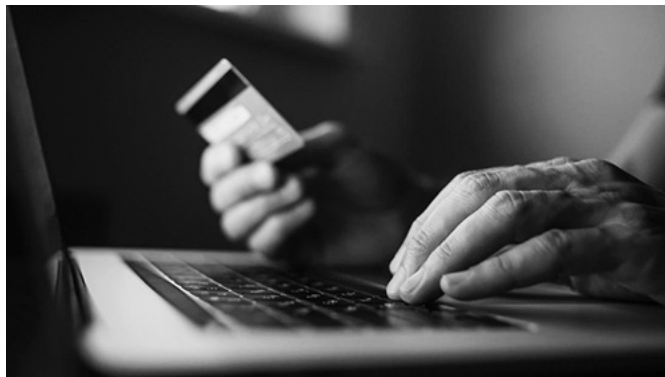
米国防総省のライダー報道官は21日、米国は引き続き黒海

上空でドローンを運用し、「国際法に従って国際空域を飛行する」と表明。ただ、先週の事案を受けて米国がルートや任務の内容を変更したどうかには触れなかった。

黒海上空では先週、ロシアのスホイ27戦闘機2機が国際空域で活動する米国の「MQ9リーパー」に嫌がらせを行い、ロシア機1機がリーパーに衝突してプロペラが損傷、墜落する事態となった。

## サイバー犯罪の被害総額、昨年は全米で1.3兆円超

米連邦捜査局（FBI）はこのほど、全米で昨年報告されたインターネット犯罪の被害総額は100億ドル（約1兆3000億円）を超えたとする年次報告書を発表した。



報告書によると、2021年の被害総額から30億ドル以上増え、過去5年で最悪の記録となった。特に、仮想通貨を使った投資詐欺の件数は3倍近くに急増した。

被害を報告した人の年齢は30代が最も多かった。また、技術サポート窓口や政府機関を装った電話による「コールセンター詐欺」では高齢者の被害が目立ち、被害額の3分の2にあたる7億2400万ドルを60歳以上の年齢層が占めた。

ランサムウェア（身代金ウイルス）の被害額は約3400万ドルにとどまった。ただしFBIによれば、被害を受けながら届け出していない企業、団体も多いとみられる。

昨年はランサムウェアグループ「Hive」による攻撃が87件報告された。FBIは今年1月にHiveの活動を停止させたと発表した。それまでに病院や学校など、世界で1億ドルを超える被害が出た。

顧客や親族になりすまして送金を求めるビジネスメール詐欺（BEC）では、2021年より3億ドル多い総額27億ドルの被害が報告された。

## 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、キープポイント。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

## 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



## 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

**404-431-8929**

E-mail: blue@outlawfirm.com

315 Sycamore Street, Decatur, GA 30030

## 交通事故被害で お困りますか?

日本語で弁護士と直接相談してください。



J.W.リ  
弁護士

Law Offices of Jongwon Lee, LLC



J.W.リ 弁護士  
法学博士、ジョージア州立大学

着手金 相談料  
無料  
完全成功報酬

3483 Satellite Blvd #211 S  
Duluth, GA 30096

678-622-8829  
jwlee@jwleelaw.com



THE SONODA LAW FIRM

## 園田弁護士事務所

A Criminal Defense and Immigration Firm

個人から企業まで  
様々なトラブルに対応します

ご依頼内容を丁寧にお伺いし  
ます。初回ご相談、お見積も  
りは無料となりますので、  
お気軽にご連絡ください。  
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 23 年



- 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



日本語直通電話

**678.938.5986**

kazuma@sonodalaw.com

1849 Clairmont Road  
Decatur, GA 30033

**404.525.0430**

Kazuma Sonoda Jr. Esq.

園田一真

弁護士、法学博士  
(Duke / BA, Emory Law / JD)

## 太りやすい？ 原因は遺伝かも

スペインの IMDEA 食品研究所のララ・フェルナンデスらのチームは、健康な 790 人あまりを調査。その結果、ヨーロッパ人の 6 割近く (57%) が、肥満リスクを下げるいわゆる「やせ遺伝子」を持っていることがわかった。



「FNIP2」という遺伝子には「C アレル」と「T アレル」という対立遺伝子があり、前者がやせ遺伝子のバリエーションにあたる。研究では、C アレルか T アレルかと、BMI (体格指数) の低さや代謝率の高さとの間に相関関係があることが判明。年齢や性別を調整すると、さらに有意な結果が得られた。

C アレルのホモ接合体、つまり両親からやせ遺伝子のコピーを受け継いだ人は、C アレルのコピーが 1 つしかないヘテロ接合体の人に比べて、脂肪量と筋肉量の比率がより望ましい状態だった。やせ遺伝子は重要な代謝経路の調節にかかわっており、摂取した食べ物の種類に応じて、脂肪細胞を成長させたり生成したりするよう体に指令している。

米国で肥満は依然として、最も差し迫った公衆衛生上の脅威のひとつである。筋肉量に対して脂肪量の多い人は、インスリン抵抗性といった代謝性合併症、心血管疾患、がんなどの発症リスクが高くなるだけでなく、新型コロナウイルスをはじめ、ウイルス感染にともなう合併症の重症化リスクも上がる。

フェルナンデスらは「肥満は予防できるが、効率的な予防策やツールを考案するには原因と結果について深く理解する必要がある」と指摘している。

遺伝子で運命が決まるわけではないが、今回の研究結果は血

中の FNIP2 タンパク質の量が重要な代謝マーカーとして役立つ可能性を示唆している。こうした成果をもとに、肥満は将来、やせ遺伝子の注入といった遺伝子治療で治せるようになるかもしれない。

## 美味しいオーガニックハーブティー人気 7 選

おうち時間やホッと一息つきたいときにおすすめなのが、ハーブティーです。近年は香りや味だけでなく、効能にも注目が集まっています。

今回は、おすすめのオーガニックハーブティーを 7 つご紹介します。美味しさはもちろん、フェアトレードやプラスチックフリーなどサステナブルな商品を集めました。ギフトにもぴったりなので、ぜひ参考にしてくださいね。

### 1. ONNENTOR (ゾネントア)

#### ビューティフルマジックムーンティー

「ビューティフルマジックムーンティー」は、月の満ち欠けに合わせて楽しむオーガニックハーブティーです。新月、上弦、下弦、満月の 4 種類のブレンドが 1 サイクル分入っており、美味しさはもちろん、忙しい毎日の中でも少しだけ“月を見上げる”という小休止も与えてくれます。

「ゾネントア」では、可能な限りダイナミック農法 (化学肥料や殺虫剤を使わないことはもちろん、宇宙の力を取り入れ、地球と植物のリズムを考慮して栽培することで、植物の力を最大限に引き出すことができる農法) で栽培された原材料を使用。ティーバックと糸には、生分解可能な無漂白の素材を採用し、外箱を含めたすべてが土に還るよう配慮しています。



### 2. CLIPPER (クリッパー)

#### オーガニックハーブティー レモン&ジンジャー

ジンジャーやレモングラス、リコリスなどをブレンドしたオーガニックハーブティー。ほんのり感じる甘味や酸味、ピリッとした刺激のバランスが絶妙で、爽やかな味わいです。

「クリッパー」は、イギリス市場で初めてオーガニックの紅茶を取り入れたブランド。人工的な漂白剤を使用しない



## LIHGA

HAIR SALON

MENU

- 男性カット.....\$ 40
- 女性カット.....\$ 52
- 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~

Aya Yoshie Mana  
Tsugumi Miwa

ヘアサロンリーガ 4500 Satellite Blvd, Unit1260, Duluth, GA 30096  
678-833-7005 ご予約は salonlihga@gmail.com まで (定休日:毎週火曜日)

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ェブページで

**678-762-7800**

[www.salon-i.com](http://www.salon-i.com)

サロンを移転しました

Sun & Mon - Closed  
Tue - Sat 10 - 6 PM. (ご予約のみ)

1570 Holcomb Bridge Rd Ste. 130, #402, Roswell, GA 30076 (My Salon Ste 402)

交通事故被害、お任せください。最大の賠償金と慰謝料を約束します。



# KIM AND PARK

## Attorneys at Law



アルベルト キム 弁護士  
Alberto Kim Attorney



ロバート パク 弁護士  
Robert Park Attorney



**KIM AND PARK**  
Attorneys at Law

### キム&パク弁護士事務所

KIM & PARK LAW GROUP

**交通事故専門**



交通事故被害、専門の弁護士に依頼する必要がある？  
はい、弁護士の能力によって示談金が増額されるからです。  
総賠償額\$24 ミリオンドル以上、数多くのケース経験！

**専門分野**

\*交通事故 \*各種傷害事故 \*VISA & 移民法

相談料は無料ですので、お気軽にご連絡ください

**770.305.6252**

3065 Peachtree Industrial Blvd., Suite 200  
Duluth, GA 30097 (Goodwill の向かい側)

日本語のお問い合わせ

**678.575.5404**

info@rparklaw.com

**WWW.KIMANDPARKLAW.COM**

無漂白ティーバックを製造するほか、外箱にも環境に配慮した素材を使用しています。鮮やかで可愛いパッケージも魅力で、ちょっとしたギフトや手土産にもおすすめです※カフェインフリー

### 3. WRAY (レイ) バランシングブレンド

女性に寄り添い、常にベストパフォーマンスを発揮できるようサポートすることを目指しているセルフケアブランド「WRAY」。バランシングブレンドは、ゆらぎが気になる女性のためのオーガニックハーブティーです。イソフラボンや鉄分などを含む黒豆や、食物繊維や亜鉛などを含むルイボスといった女性にとって嬉しい素材をブレンド。香ばしくまるやかでありながら、すっきりとした後味が特徴です。



すべて有機 JAS オーガニックハーブを使用しているほか、ティーバック・チャック袋にはバイオマス素材を採用しています。

※ノンカフェイン

### 4. English Tea Shop (イングリッシュティーショップ) ユースフルミー

オーガニックのハイビスカス、ローズヒップ、ストロベリーなどをブレンドした、ほんのりピンクがかったハーブティーです。ベリーの甘い香りと心地よい酸味を楽しむことができます。さっぱりしているので、アイスティーにもおすすめです。



「イングリッシュティーショップ」の商品は、すべて100%オーガニック。プラスチックやポリエチレンなど再生不可能な素材はできる限り使わず、包装にコンポスト素材(微生物による自然分解が可能な資材)の使用を推奨しています。

※ノンカフェイン

### 5. Pukka (パッカ)

リラックス(ヴァータ)有機ハーブティー  
リラックスハーブ8種類をブレンドしたオーガニックハーブティーです。十分に蒸らすことで甘さも出るので、砂糖やはちみつ要らず。カモマイルの落ち着く香りを堪能でき、慣れない旅や主張のお供



にもおすすめです。

「パッカ」は、アーユルヴェーダと西洋ハーブのスペシャリストがブレンドをおこなっているハーブティーブランド。持続可能なオーガニック農法での栽培やフェアトレードなど、SDGsにも積極的に取り組んでいます。

※カフェインフリー

### 6. Halpe Tea (ハルプティー)

有機フェアトレード・ルイボスティー  
オーガニックやフェアトレードに取り組みながら、お茶を通じて創業から約50年にわたり開発途上国の支援に貢献してきた「ハルプティー」。スリランカ・ウバ州で運営する茶畑は、国内トップ10に入るほど広大で、その影響力の大きさがうかがえます。



「有機フェアトレード・ルイボスティー」は、その名の通りルイボスだけのハーブティー。フローラルやフルーティーといったフレーバーが苦手な方にもおすすめです。穏やかな風味と自然な甘味で食事にも合わせやすく、どんなシーンにもマッチします。

※ノンカフェイン

### 7. NATURAL ORCHESTRA (ナチュラルオーケストラ)

オーガニックブレンドハーブティー 美肌茶

「美肌、叶う。」をテーマに世界中から8種類の茶葉を厳選し、肌コンディションの維持に特化したオーガニックハーブティー。

1カ月継続して飲むことができるよう、30ティーバック入っているのも嬉しいポイントです。オーガニックのグリーンルイボスやエルダーフラワー、ジャーマンカモミール、ワイルドストロベリーなどをブレンド。ふわっと香る甘く華やかなローズの香りと、複数のハーブが織りなす奥行きのある味わいで、毎日飽きずに飲むことができます。



※ノンカフェイン

ティータイムや食後のリフレッシュ、リラックスタイムなどをより心地よいものにしてくれるオーガニックハーブティー。日常的に取り入れるものだからこそ、サステナブルな面にも注目して選んでみるのはいかがでしょうか？



# JUNO

MEN'S HAIR STUDIO

ボディマッサージいたします！女性も歓迎

## 男性カット \$19

(シャンプー込)

- ◎シャンプーなしカットは\$17
- ◎毛染めもいたします。

営業時間 月曜日～日曜日 10AM～7PM

# 678-957-9091

ご予約承ります。

★Nukoa Plaza 2F

Pleasant	Hill Rd	Exit 104
★		
Steve Reynolds Blvd		103
	Savannah Blvd	85

# 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、お客様にご満足いただけるサービスを提供いたします。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させていただきます。

akemihandmacher@yahoo.com (ご予約は日本語でどうぞ)

Peachtree Battle Shopping Center **770-314-1840**

2391 Peachtree Rd. Suite B3d, Atlanta, GA 30305 TEXT 可



# アロマセラピー

## 洗濯とアロマと DIY

### ランドリーの香り

アメリカに初めて住むために越してきた時、わたしのお気に入りの場所がありました。寮にあったランドリールームです。日本にはないアメリカのランドリーの匂いがとても新鮮で特にランドリールームの外の排気口から出てくる乾燥機の匂いがなぜかとっても癒されてました。でも実はこの香料、実は人体にとっても危険であること、ご存知でしたか？

### 香りと持続性

ランドリーディタージェント（洗濯洗剤）に加え、ランドリービーズ、ソフナー（柔軟剤）、ドライヤーシート、とにかくアメリカ人は強い香りが大好き。ランドリービーズに限っては衣類にいい香りを残すために作られたもので、汚れを落とすことでも、衣類をやわらかくすることでもないのです。そしてその香りは持続します。自然の香りは持続はしません。ふわっといい匂いがしたかと思うと徐々に薄れていくものなのです。

### マイクロカプセルとその危険性

持続した香りの秘密は、近年開発された「マイクロカプセル」にあります。マイクロカプセルは花粉の30分の1のマイクロメートルという非常に小さな微粒子で、少しの刺激でカプセルが弾けます。そのマイクロカプセルの中に含まれる人工香料が舞うため香りが持続するのです。そして人工香料と共にその素材であるメラミン樹脂などのいわゆるプラスチックが空気中に舞うのです。

この空気中に漂う人工香料や微粒のプラスチックを吸うことによって、しばしば気分を害したり頭痛を引き越したりします。ひどくなると、めまい、思考能力の低下、吐き気、倦怠感、そして化学物質過敏症を引き起こします。特に赤ん坊やペットがいる場合は人工香料等が及ぼす影響を受けやすくなります。

### ナチュラル製品 vs DIY

健康被害があるかもしれないし、環境にも悪い。そんなのはわかっているけど、ナチュラル系の洗剤は落ちが悪い気もするし、値段も高い！ではどうしたらいいでしょう？なんと有難いことに DIY 材料の豊富なアメリカでは洗濯洗剤だって、近所にあるスーパーにある材料で簡単に作ることができます。しかも DIY で作った洗濯洗剤などは費用もかなり抑えることができます。またエッセンシャルオイルをつかえば、香り付けになるだけでなく、衣類などに潜んでいる雑菌などにも働きかけてくれます。

DIY の洗濯洗剤、ランドリービーズ、柔軟剤やドライヤーシートの代用品の作り方はいろいろありますが、今日は私がいよいよ作って試してきた中でもお気に入りを紹介したいと思います。





## 1. 手作り洗濯洗剤

Baking Soda ..... 4 カップ  
Arm & Hammer Super Washing Soda(55oz)..... 1 箱  
Borax (65oz)..... 1 箱  
Biz (60oz)..... 1 箱  
Zote Soap (ピンク)かFeles-Naptha(黄色)の固形洗濯石鹼 4 個

### 作り方

固形石鹼以外の粉を 5 ガロンバケツなどの大きな容器に、少しずつ交互に入れていき、手袋をした手で混ぜていきます。固形石鹼をフードプロセッサーかチーズグレイターなどで細かくし、全体に混ぜるようにさらに混ぜます。よく混ぜたら使いやすい容器などにに入れて密封します。

一回の洗濯で洗濯の量に合わせて大さじ 1~2 を使用します。汚れのひどい時は大さじ 1~2 を追加します。我が家では 2 回以上毎日洗濯機を回していますが、4~6 ヶ月くらいは持ちますのでかなり経済的です！汚れもよく落ちます。



## 2. ランドリービーズの代わりに

Epson salt..... 2 カップ  
エッセンシャルオイル..... 20 - 30 滴

### 作り方

よく混ぜ合したら、メイソンジャーなどの密封容器に入れて保存します。洗濯の際大さじ 1 を入れて洗濯洗剤と一緒に洗濯します。



## 3. 柔軟剤の代わりに

お酢を使用します。洗濯がゴワゴワしてしまうのは洗剤のアルカリ性の成分が衣類に残ってしまうからです。

酢はアルカリ性の成分を中和し、衣類の吸水性を高めてくれます。それ以外にも汗などの黄ばみなども白くしてくれる効果もあります。洗濯が乾けばお酢の匂いは消えますので、ご心配なく。ちなみにアメリカのスーパーならどこでもホワイトビネガーを非常に安価で購入することができます。

### ●使用法

すすぎの最後の時かもしくは柔軟剤を入れるところにホワイトビネガーを 1/4~1/2 カップ入れて、エッセンシャルオイルを 4-5 滴垂らします。

## 4. ドライヤーシートの代わりに

- ・アルミホイル  
丸めてテニスボールくらいの大きさにし、濡れた衣類などと一緒に乾燥機に入れて乾燥させます。形が崩れるまで使用できます。
- ・ウールのドライヤーボール  
エッセンシャルオイルを数滴たらして使用することが可能です。乾燥の時間を 20 - 40%短縮させる効果も！

いかがでしたか？ナチュラル生活は意外と簡単でお財布にも優しいのは嬉しいですね。  
いろんな香りを試してぜひ自分だけの癒しの空間を作ってみてください！

### タウンゼンド 瞳 (アッセンズ郊外在住)

日本で看護師として勤務していた頃から、薬漬けの医療に疑問を持ち始め、自然療法に興味を持つ。そしてエッセンシャルオイルとの出逢いを通して自然の力に魅了され、渡米後より本格的にエッセンシャルオイルについて学び始める。

現在 13 歳から 4 歳までの 5 人の子供たちをエッセンシャルオイルを使いながら子育て中。

エッセンシャルオイルを使ったアロマクラスを随時開催。

ぜひ感想などお聞かせください。

hitomitownsend@gmail.com

Instagram : mynaturallife.hitomi





# Hello! Atlanta

～ Magnolia Market 編～

## Wacoの観光スポット

まだ肌寒い頃、TexasのWacoにあるMagnolia Marketに行ってきた。ライフスタイルとデザインのカリスマであるJoanna Gainesが手掛けるインテリアブランドMagnolia。前からいつか行ってみたいと思っていたけれど、友達「Magnoliaの聖地に行ってきたよ♡」という言葉に触発されました。聖地ですよ？聖地！なんてインパクトのある誘い文句でしょう。また、Magnoliaのオンラインショップで数年前から目を付けている絵があるのですが、その絵の実物のサイズ感を見たかったのも大きな理由です。Magnolia Marketは、かなり遠目からでも見える大きな2つのサイロ（貯蔵庫）が目印になっています。このマーケットを目指してWacoを訪れる人も多いだけに、てっきりこのサイロの中も巨大なショールームになっているかと胸高鳴りましたが、残念ながらサイロはシンボリック的存在で中は入れず。ですが、落胆するなかれ。施設の中にはインテリアがメインのMagnolia Homeとキッチングッズや雑貨のMagnolia Marketを筆頭に、カフェ、ベーカリー、その他6店舗以上のお店や教会まであり、見応えある複合施設となっているのです。ついでに夜はイルミネーションも楽しめます。個人的な希望ですが、今後IKEA規模のショールームになって欲しい！というのも、オンラインの内ごく一部の商品しか置いていないので、「この家具の実物が見たい」と思って訪れると見れない可能性が高いのです。インテリア小物は不足なく置いています。なのでショールームとしてではなく、買物や食事を楽しんだり、そこから中に散りばめられたJoannaのセンスを楽しむ場所として訪れるのが良いと思いました。眼福！



【トートバッグ】

Magnolia Marketに来たら買ってみたい物の一つ、トートバッグ。大きさも安定感もバッチリ。



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

【マグネット】

冷蔵庫にマグネットを貼らない主義なのですが、買ってしまいました。そして冷蔵庫に貼りました。



【Magnolia Table】

ここ来たら行っとかな！なレストラン。店内床のタイルや看板、照明など、見所沢山。Joanna&Chipにリノベーションされる前の、Elite Cafeの店名もさりげなく残ってる事に愛を感じます。





↑ Magnolia Press Coffee Co.  
濃いグリーンをテーマカラーにしたカフェ。  
↓施設内のオシャレなフードトラック。



【コーヒーキャニスター】  
カフェのロゴが可愛い  
ので、オリジナル  
グッズの販売  
コーナー  
も必見。



【ピンバッジ】  
トートバッグにも合い  
そうな、2つのサイロ  
が重なったデザイ  
ンのピンバッジ。

↓右下はMagnoliaの目印となるサイロ。その左隣は夜にイルミネーションでおめかししたサイロ。その他はMagnolia Home内。



Let the sea set you free. You can find where the music meets the ocean. Happiness is a way of life at the beach. Sea is swallowing everything, every time. I love the easiness of the sea help me get back.

MAGNOLIA HOME

INSTAGRAM  
2022  
PAOU

LET THE  
Sea  
SET YOU  
free

Waco, Texas

Let the sea set you free. You can find where the music meets the ocean. Happiness is a way of life at the beach. Sea is swallowing everything, every time. I love the easiness of the sea help me get back to me. I want to be wild, beautiful, and free just like the sea. There is nothing more beautiful than the way the ocean refuses to stop kissing the shore line. No matter how many times it is sent away I belong to the sea. I'm happiest when floating in the sea. There's no place like home except the beach. Take me to the ocean. Let me call the open sea. To create the salty warm and airy dream of thing to be. Take me to the ocean. Let me call the open sea. To create the salty warm and airy dream of thing to be.

Magnolia Home

Let the waves hit your feet and the sand be your seat. Hey, let's cross the sea and get something. Take me to the ocean. Let me call the open sea. To create the salty warm and airy dream of thing to be.



Today I really choose joy. Love makes men grow up.

【アートフラワー】  
Magnoliaはアートフラワーが得意。毎季節ごとに新作が登場！



Japan Arts Festival  
日本美術祭り

**Nihon Bijutsu Matsuri**  
**Saturday, April 1, 2023**  
**11:00a – 3:00p**

Georgia State University – Perimeter College  
2101 Womack Road, Dunwoody GA

**FREE • Open to the Public**

For info or questions: Eric Kendrick [ekendrick@gsu.edu](mailto:ekendrick@gsu.edu)



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

【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\$70.00以上より

個人購入 お一人様\$75.00以上より

【ご注文方法】 ウェブページ E-mail Fax お手紙

※ウェブページ [tomato-2.com](http://tomato-2.com) の「宅配サービス」から最新のカatalogをダウンロードしてご覧いただけます。

【お支払い方法】 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、雑貨の品ぞろえも充実。

※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](mailto:tomoinc@bellsouth.net) Web: [tomato-2.com](http://tomato-2.com)

JFC INTERNATIONAL INC  
[www.jfc.com](http://www.jfc.com)

新潟の農家が一粒ひとつぶを手塩にかけた

**日本の逸品**  
最高級こしひかり米

米どころ新潟で  
限定契約農家が  
一粒ひとつぶ  
丹精込めて育て  
あげました。  
100%日本産の  
美味しさと品質を  
アメリカの皆様へ  
お届けします。



100%新潟県産限定農家

GLUTEN  
FREE

NON  
GMO



じゅわ旨っ、  
大粒の唐揚げがついに登場！  
でかもも!から揚げ

時短調理 (レンチン、エアフライヤー、トースター)、  
お弁当、ホームパーティーにも最適、  
高品質な唐揚げを手軽に!

ジューシーから揚げ  
Chicken KARAGE  
Family pack (1lb)

ウスターソースの香りが引き立つ  
本格スパイスを使用

こだわりの太麺、大盛で大満足。  
お店の味をご家庭でも!

大盛り×太麺  
XL Yakisoba

Shinakiya | Wismettac Wismettac Asian Foods, Inc. <https://www.wismettacusa.com/>



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

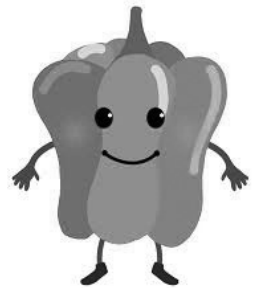
## ケチャうま チキンステーキ

材料 (2人分)

鶏もも肉.....1枚(300g)  
 アスパラガス.....6本  
 とうもろこし.....1/2本  
 塩.....少々  
 ブラックペッパー.....少々  
 小麦粉.....適量  
 オリーブオイル大さじ1杯(フライパン用)  
 ☆ケチャップ.....大さじ2杯  
 ☆ウスターソース.....大さじ1杯  
 ☆はちみつ.....大さじ1杯  
 とろけるチーズ.....50g 付け合せ



1. 鶏もも肉は筋切りし、肉の厚い部分は切り開いて薄く伸ばします。塩こしょうをなじませ、小麦粉を薄くまぶします。
2. フライパンにサラダ油を引き、鶏もも肉を皮目から入れてカリッとするまで中火で焼きます。
3. きつね色に焼けたら裏返し、アスパラガスととうもろこしを加え、フタをして弱中火で5分蒸し焼きにします。
4. とうもろこしとアスパラガスを取り出し、☆の調味料を加えて鶏もも肉を煮絡め、弱火にします。
5. とろけるチーズをのせ、フタをして3分蒸し焼きにします。チーズが溶けたら完成です！とうもろこし、アスパラガスと一緒に盛り付け、お好みでパセリをかけて召し上がれ♪



鶏もも肉に小麦粉をまぶして焼くと、肉汁が閉じ込められてジューシーになります。

レモン汁で酸味を足したり、タバスコで辛さを足すなど、食べながらアレンジも楽しんでみてくださいね

# アトランタ in-Town News

## Wine & Sake Networking Mixer

去る3月2日木曜日に、Hotel Indigo Atlanta Vningsにおいて日本酒、フランスワイン、美味しいオードブルで交流する国際交流のイベントが開催され、ジョージア日米協会とフランス系アメリカ人商工会議所とのユニークな二国間のネットワーキングと交流となりました。

会場の Vinings にある Hotel Indigo は、ブティックスタイルのホテルで、南部のホスピタリティとモダンが融合された居心地の良い空間となっており、集まった皆さんはリラックスしながら、歓談を楽しむことができました。

ジョージア日米協会の今後の活動についてはウェブサイト ([www.JASGeorgia.org](http://www.JASGeorgia.org)) をご覧いただくか、事務局 (404-842-1400) にお電話いただくか、もしくは ([Admin@JASGeorgia.org](mailto:Admin@JASGeorgia.org)) にメール送付くださるようお願いいたします。



**EPIC**  
Insurance Brokers & Consultants

hotel **INDIGO**  
Atlanta - Vinings

Batten & Gosselin  
Patriarche  
BGPL USA

Sake Story

# バイリンガル求職者の 就職・転職事情

新しい方々と会う際、必ず発生するのが自己紹介。会議やイベントなど、ビジネスで自己紹介をする機会は意外に多くあるはずです。求職者の皆さんにとって、一番身近なのが面接で自己紹介をする場合だと思います。面接の冒頭に、“まずは自己紹介をお願いします”、と問われた経験がある方はとても多いのではないのでしょうか？私も面接官として、自己紹介から始めることが多いです。

この自己紹介、実は結構厄介です。自分の好きなように話しているため、面接官側からすれば、その方の考えていること、準備度合い、慣れなど、色々な側面を見ることができません。求職者側は、準備をしないで答えると、案外上手くまとまらず、名前を言った後どうしていいかわからなくなり、何を話せばいいですか？と面接官に聞いてくる方もいらっしゃいます。そうすると、面接官もこの方大丈夫かな？と心配になりますので、自己紹介は事前にしっかり準備しましょう。

何を話すべきか、ですが、自由でもある程度の型は存在します。今回はどんな内容を入れるべきかを見ていきましょう。

1. 現在の立場を話す  
名前の後に役職名、経験、会社についてを話します。現在求職中の場合は、どんな仕事を探しているかと、以前どのような仕事をしてきたかを伝えます。また、学生の方は、大学と専攻、いつ卒業するか(したか)を話します。
2. 職歴と主な業績を簡潔に説明する  
次に応募する仕事に関係のあるスキルや実績について説明します。
3. 次の質問へつなげるような締めくくりにする  
なぜ自分がこの仕事に応募し、どういう所がこの仕事に最適なのかを伝えます。

この3点を押さえておけば、自己紹介は上手くまとまります。自己紹介でこれまでの経歴を全て説明する方もいらっしゃいますが、イントロダクションとして、完結にまとめて伝え

ると印象が良くなります。話す内容は、客観的にみること、更によくなりますので、一度書面に落としてみる事をお勧めします。

短く簡潔に、を意識しすぎて、内容を簡略化しすぎてしまったり、焦りすぎて話すスピードが速すぎたりすると逆効果になりますので、しっかりポイントを押さえ、自分のペースで、クリアに話せるようにしましょう。話すべき内容が頭の中にあれば、自信をもって、焦らず話すことができますが、そうじゃない場合、自信のなさから声が小さくなってしまったり、何を話しているのか分からなくなったりすることも想定されます。話しの枠組みを作り、面接を受ける会社により内容を微調整する形で運用をすることが好ましいです。面接の印象を左右する大切な自己紹介。時間をかけて準備しておくことが、成功の秘訣です。

参照: indeed.com - "Self-Introductions With Tips and Examples"



**Pasona NA, INC.**  
TEL:(404) 848-9221  
E-mail:pasona.info@pasona.com



Akiko Komura

**働く、つながる、パソナ** **PASONA**

自分らしく働きたいあなたを応援します！

アメリカでのお仕事探しはパソナまで！全米10拠点にて、経験豊富なリクルーターが「あなたらしいお仕事探し」をサポートします。アメリカでのお仕事や働き方に関するご相談はいつでもご連絡ください。

**パソナ  
全米10拠点！**

**【パソナが選ばれる理由】**

- ①豊富な求人を紹介  
総合人材サービスの先駆者であるパソナ。求人に関する情報量が圧倒的に豊富です。
- ②米国市場について専門知識のあるリクルーター  
キャリアカウンセリングを通して、強み・経験スキルを引き出し求人企業を提案します。
- ③マンツーマンでゴールまでサポート  
レジメの書き方から面接のコツまで、みなさまのゴールまで伴走します。

まずは、  
無料登録

**PASONA N A**

---

**まずはお気軽にご質問・ご相談ください**

**Atlanta  
オフィス**

✉ [pasona.info@pasona.com](mailto:pasona.info@pasona.com)  
☎ 404-848-9221  
平日9:00-18:00 定休日：土日祝

求人情報は  
こちらから！

●PASONA N A / New York, South Bay, Orange County, San Jose, San Francisco, Atlanta, Houston, Dallas, Chicago, Detroit

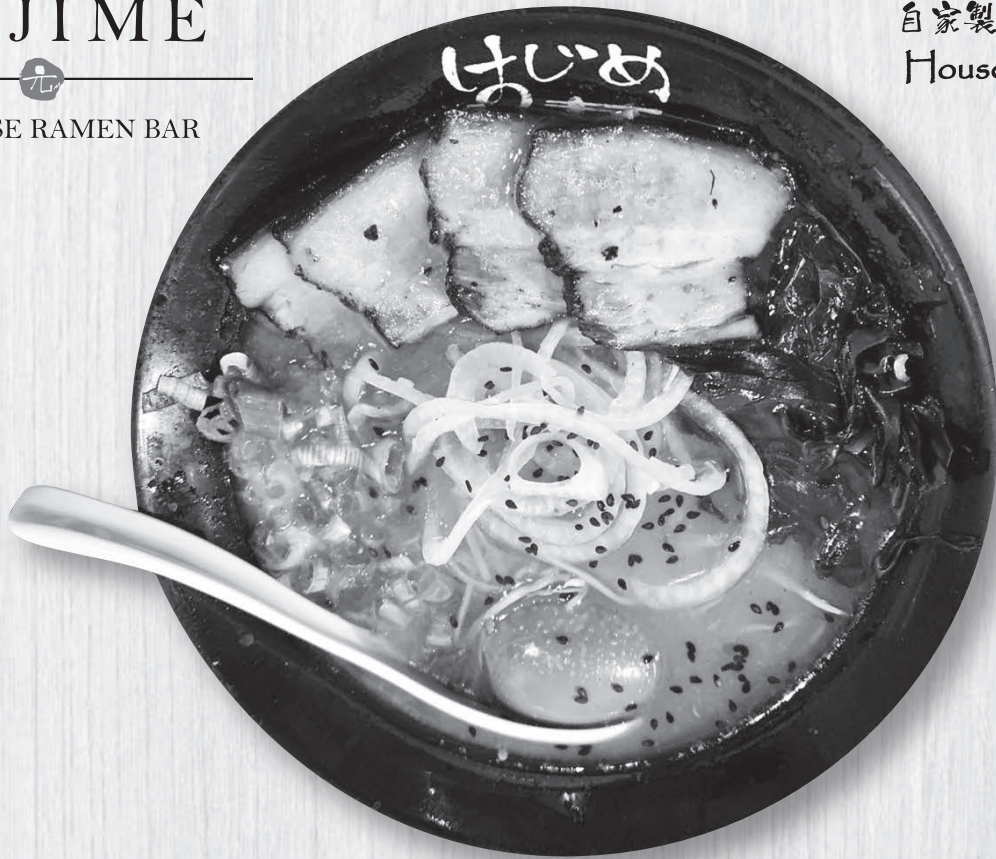
[www.pasona.com](http://www.pasona.com)

# HAJIME



JAPANESE RAMEN BAR

自家製麺所 らーめん  
HouseMadeNoodle



470-428-2388

2345 Cheshire Bridge Rd. Suite 1, Atlanta, GA 30324

www.HAJIME.us

# UMAIDO

# 美味堂

超本格派！博多とんこつラーメン

Japanese Noodle Bar



678-318-8568

2790 Lawrenceville-Suwanee Road  
Suite #140 Suwanee, GA 30024

WWW.UMAIDO.NET





# 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。

## F-1 学生の就労選択肢

2023年3月20日午後5時に新規H-1Bビザ登録受付が終了しました。移民局のシステムの誤作動のために終了日が17日から20日に変更されました。3月末にはH-1Bの抽選が行われ、一般枠6万5千件、米国マスター枠2万件が選ばれます。当選した人は、4月から6月までの間に移民局にH-1Bを申請します。H-1Bの開始日は10月1日からとなります。もし6月末までに当選全員が申請を提出しなければ、残存枠に対してもう一度抽選があります。残存枠が償却されると、新規のH-1B申請は終了します。

**【H-1B 当選者】** H-1Bに当選したF-1学生のOPTがH-1B申請中に切れる場合、その間就労を続けるためには下記の方法があります。

- **キャップ・ギャップ・エクステンション.** H-1Bの抽選に当選した人は、H-1Bの受領通知書を学校のインターナショナル・オフィスのDSO (Designated School Official) に提示すれば、I-20にH-1Bを9月30日まで延長と記載してくれます。この自動延長期間は、H-1Bが却下、拒否、もしくは取り消された時点で終了します。
- **STEM-OPT.** Science, Technology, Engineering, Mathematics (STEM) など理数系専攻の学生であれば、次の条件を満たせば、OPT期間をさらに24ヶ月間延長できます。(1) STEM分野で学士、修士、博士の学位を取得済みである、(2) OPT就労資格で米国雇用主のもとで専門分野と関連した職務に従事する、(3) 雇用主はE-Verify雇用資格確認システムに登録している。STEM-OPTは移民局に就労許可書(I-765)と一緒に研修計画書(I-983)を提出します。雇用主は学生の解雇や帰国を大学のインターナショナル・オフィスに報告する義務があります。

**【H-1B 落選者】** H-1Bに当選しなかったF-1学生が滞在資格を維持するためには下記の選択肢があります。

- **STEM-OPT.** 理数系専攻の学生でSTEM-OPTの条件を満たせば、OPTをさらに2年間延長する。
- **F-1 延長.** 別の学位取得プログラムに入学し、F-1滞在資格を延長する。OPTは各学位レベルに対して12ヵ月付与されるので、学士号取得者が修士号プログラムに入学すれば、入学後9ヵ月たてば再度OPTを申請することができます。F-1学生滞在資格を維持すれば、OPT以外にも下記の選択肢があります。

◆ **CPT.** CPTとはCurricular Practical Trainingの略で、授業の一環として学位単位取得を目的とする就労、或は就労経験が学位取得のために必要な経験であると学部が認めた場合に、9ヶ月以上在籍した学生が申請することができます。学部の許可をもらえれば、インターナショナル・オフィスのDSOがSEVISシステムに雇用期間を記

入し、新たにI-20を発行します。CPTはパートタイムでもフルタイムでも申請できますが、大学の単位取得のための就労でなければ、学期中は週20時間まで、夏休中はフルタイムで申請することができます。ただ、CPTをフルタイムで12ヶ月間以上利用した場合、OPTの申請資格を失うので注意が必要です。

◆ **ハードシップ.** F-1学生ビザで一年間フルタイム在籍した学生は、予期できない経済的困難に陥れば、ハードシップによる就労許可証を申請することができます。例えば、学費送金者が病気になり送金不能になった、自国の通貨価値が下落したなど、自分がコントロールできない理由により経済的困難がきたらされたことを証明しなければなりません。

◆ **学校内での仕事.** F-1学生ビザは、学期中は週20時間まで、夏休中はフルタイムで学校内の仕事を就くことができます。例えば、大学の図書館、コンピューター室、カフェテリアなど、学生にサービスを提供するような職種が該当します。また、学部や教授が企業からリサーチ・プロジェクトなどを請負っている場合、修士号以上の学生は外部企業のリサーチ・プロジェクトに教授の助手として従事することができます。いずれも大学のインターナショナル・オフィスに校内就労許可を申請します。

**【OPTの特急申請】** 新型コロナの影響でOPTの審査期間の大幅に遅れており、就労開始に遅れがでるなど問題が生じていましたが、2023年3月6日からOPT就労許可証申請中の人は移民局に特急申請を要請することができるようになりました。4月3日からは就労許可書を新規に申請する人も特急サービスを利用することができます。特急申請料金\$1500、30日審査となります。

**【OPTの非雇用期間制限】** 注意すべき点は、12ヶ月のOPT期間中に雇用が合計で90日以上中断すればOPTが失効してしまいます。また、24ヶ月のSTEM-OPT期間は60日以上雇用が中断すれば、OPTが無効となります。従って、OPT雇用中断期間が規定日数を超えないように心がけることが大切でしょう。



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@taylorenchish.com  
www.taylorenchish.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と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りに変更するものであるため、実際の法律問題の処理に当たっては、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を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 (38) 野呂利 歩

## 日本の危険な”ナイーブ”さ

日本人は世界の中でも極めて”ナイーブ (naive)” な人種だ  
と思う。日本であの人はナイーブな人と言えば、”純粋で良い人”  
と概ね肯定的に使われるが、トンデモナイ話である。世界で  
Naive を使えば、世間知らずで無知、無防備な人間を指す。日本  
だけで生きる世界ならそれでもいいが、国際社会はそれほど  
甘くない。その荒波を乗り切るには逞しさが重要だが、日本人  
のナイーブさが色々な局面で、その脆弱さを露呈していて、誠  
に危うい。

その対極に位置するアメリカは強い。では何故強いのか。人  
種の国アメリカでは、日本では考えられない形での差別が横行  
し、人々は日常ベースで戦い、生き抜こうとしているから、タ  
ブになるのは当然。アメリカは時に大義を掲げて戦争をする。  
戦争とは決して好んでやるべきものではなく、必ず負の遺産が  
付いて回るが、その結果として、別の面での成果も見られる。  
医療の目覚ましい進歩である。

負傷兵の極限状態での人命維持の為に次々と新薬が投入され、  
後に改良が加えられ一般治療でも使用可能となる。戦争で足を  
失くした人達の社会復帰を早める為に、より良い義足の開発が  
急務となり、今や義足でのスポーツが可能となった。現実の荒  
波が多いほど、知恵が付きタフネスは増強するが、残念ながら、

日本人はナイーブのままなのである。

自衛隊の興味深いエピソードがある。話は 2003 年の偶然の  
出会いから始まる。当時陸上自衛隊の中でも、部隊をより強く  
したいと考えていた福岡小倉の第 40 連隊長は、それまで訓練  
してきた内容を胸を張ってメディアに公開し、国際紛争頻発の  
中での自衛隊の価値を高めようとした。たまたま仕事で九州に  
来ていた日本生まれ米国籍のナガタ氏がそのテレビを観ていて  
仰天したのだ。「何だこれは。自衛隊のレベルはこれか。これ  
では全滅部隊だ」。アメリカを大人とすれば、当時の陸上自衛隊は  
小学校レベルぐらいではなかったか。実戦ではまるで使い物に  
ならないのだ。

最早自衛隊の中には戦争経験者がいないわけで、その上での  
訓練だから、仮想プランによるものでリアリティが全くない。  
謂わばゲームに近い。基礎中の基礎である銃器・銃口管理から  
訓練が始まった。それまでは、訓練中自分の銃口が味方に向い  
ていようと全く無関心だったのである。ナガタ氏は全滅部隊と  
言ったが、自滅部隊でもある。幸いナガタ氏の訓練で生まれ変  
わった第 40 連隊の訓練方式が全国の陸自に広がり、漸く国際  
標準に近いレベルまで到達したようだ。だが、国防の観点から  
すれば、これはまだ序の口である。



## 聖書の言葉

By ますみ

神のなさることは、すべて時にかなって美しい。  
伝道の書 3 章 11 節

物事が自分の思い通りには行かないという事を、誰もが経験  
するのではないのでしょうか。誰にも、自分の人生は、決して自  
分の思い通りにはならなかったし、信仰や確信があったにして  
も、突然、不意の事態が起こるのではと、不安に駆られる事  
があるでしょう。また、どんなに願い祈っても、苦しい状態か  
も変わらず、事態が全然動かないと、祈りは聴かれているの  
だろうかと思うことがあります。それは、自分のタイムテーブル  
でしか物事を見ていないからです。しかし、私達には最良の時  
が用意されています。

神には神の御ところ (計画) があり、時間表があり、定ま  
った『神の時』があります。それは、早くも遅くもなく、完璧なび  
つりの (神の) 時です。私達は、待つことが苦手です。待つ  
のは困難です。しばしば、待ちきれなくて、そのため、自分で突  
き進んでしまいます。

旧約聖書時代のサウルという王様は、神の時間を待てな  
かった人です。神から使われた預言者サムエルの指示に従わず、  
祭司でもないのに自分で生け贄を捧げました。それは、神を畏  
れない越権行為でした。しかも、サウル王が、生け贄を捧げ終  
ったその時に、なんと、サムエルが現れました。もう少しだけ待

てばよかったのです。この越権行為のために、サウルは王位か  
ら退けられてしまいました。

この聖書のお話は、私達への教訓となります。神は、最善の  
時を、すでに備えておられます。すべてに時があり、神の定め  
の時期があるのです。神の御ところを行って、約束のものを手  
に入れるために必要なのは忍耐です。待ちくたびれて、自分  
で働くなら、祝福を見逃してしまいます。今、聴かれないと思  
うことがあっても、忍耐して、待ち望みましょう。時が満ちる  
時には、誰もが、自分の思いを越えて、突然に事がどんどんと動  
き始めるのを経験したことがおありでしょう。

『私の時は、神の御手の中に在り』ですね。物事が思うよう  
にならなくて、煮詰まっちゃいけないでしょうか。神の時を信  
じて待ちましょう。時もチャンスも、自分が上手く生かさなくて  
はと焦る時こそ、『神様の御ところは・・・その時はいつなのか』  
と祈り、その「時」＝「神の時」を待ちましょう。神は、私達  
一人、ひとりに、素晴らしい計画を立てておられます。それは、  
素晴らしい『希望のある計画』です。

神は愛です。私達は愛されています。

\*今年の Easter (復活祭) は、4 月 9 日 (日曜日) です。  
キリスト教・教会に行き、復活祭を祝いましょう。素敵な経験  
がありますように。



## 友達作りには親子の会話が大切

学校や習い事など、出会いを通してできていく“友達”。たくさんいるほど、遊びの幅が増えたり、助けられたり、ケンカをしたりと、いろいろなことがあります。子どもの交友関係に、親とどう関わったらいいのでしょうか。ある心理カウンセラーの先生から話を聞きました。

## 家族とは違う価値観を教えてくれる存在

園や学校の仲間、近所で気が合う子など、一緒にいるだけで楽しくて、言いたいことを言い、時にはケンカもするけどまたすぐ仲良しになれる友達。大きくなるにつれて交友関係は変わり、高学年になると、自分と友達との違いを意識し、認め合う関係が築かれていきます。何でも相談できる仲間、“親友”ができる子もいるでしょう。

子どもは、友達や先生など様々な人間関係の中で、家族とは違う価値観に出会います。その中で生きていく感覚を身につけることは、社会に出る上で大事なことです。そして友達作りに大切なことが、親子の会話と、交友関係を見守る親の姿勢。親が安心できる範囲で友達作りに関わってしまっただけは友達の輪は広がりにくいでしょう。

## 子どもの世界に親は介入しないことが基本

自分の子も、わが子と友達になってくれた子も、みんながイキイキとしている姿は、見ていて嬉しいものです。一方で、わが子が親の意に染まない友達関係を持った場合、みなさんはどのように対応しますか？こうした時は付き合いをやめさせようとするのではなく、なぜその子と遊ぶのかを聞くことで、親の対応は変わってきます。

本人が自分の意志で付き合い合っているのであれば、問題がない限り認めてください。心配な場合は、他人に迷惑をかけないことや、お小遣いの範囲内で遊ぶようにといったことを伝えておきましょう。しかし、子どもが付き合いたくないのに付き合い合っていると話を違えます。子どもの意見を聞き、どうすることが良いのかいっしょに考え、提案を示しながら子ども自身に決断させることが大切です。

友達と距離を置く、という選択もあります。必ずしも全ての人と仲良くする必要はなく、ひとりであることにも大きな価値はあるのです。「少し寂しいけれど平気、休み時間は本を読んで過ごそう」と思える気持ちも時には必要です。そのうちに、「その本何？」と声をかけてくれる、気の合う新しい仲間ができていくのではないのでしょうか。こどもにとって、「自分はいろんな子とうまくやれるんだ」ということを体験できる機会にもなります。自分で解決できたところが自信にもなります。

## 気持ちを言葉にし、親子の時間を大切にする

中学年以上になると、学校の出来事や友達のことなども、あ

まり話さなくなります。親が交友関係を把握しきれない場合もあるでしょう。でも、「親は話を聞いてくれる」という信頼感が育っていれば、肝心なところは話してくれる場合が多いものです。

日頃から、「何かあったら相談にのるよ」と声をかけ、子どもがいつもと違うなど感じたなら、腰をすえて話を聞くことが大切です。子どもの反応を的確に読み取るには、普段から子どもの様子をよく観察すること。子どもの目を見ずに、よそを向いて話をしているようでは変化をキャッチしにくいです。

「話を聞いてもらえた」と感じる時は、「気持ちを受け止めてもらえた」と思った時です。途中で「こうしなさい」、「いったでしょ」などと、方法や結論を出したり、感情的にわが子や相手を責めるようなことは言わないでください。

話し終えるまで待ち、「お母さんはどう思う？」と聞かれたら、意見を言ったりアドバイスをしましょう。子どもが解決策を見つけれない場合は、「何か手伝えることはある？」と聞いてみてください。そして、解決できた時に、「自分でできたね」と伝えれば、自己肯定感が高まっていきます。

## 自己肯定感が友達の輪を広げます

子どもは、親や先生などのまわりの大人からのプラスの言葉かけによって、「自分が好き」という気持ち、いわゆる自己肯定感をもつようになります。自己肯定感がある子は、自分もっている力を他人に貸してあげようとすることができます。人を助けることで、「自分は役に立つ人間だ」と、自信を持つことができるでしょう。

大人も子どもも友だちの存在は大切です。誰と友だちになるかは、子供がきめることです。よくない友だちなどいません。子どもが自分を信頼できれば、どんな友だち付き合いからも学んで成長していくことでしょう。



**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



去る3月9日木曜日に、ジョージア日米協会とアトランタ連邦銀行の主催による、日本と米国のサステナビリティへの取り組みについてのビジネス 昼食会を開催しました。

今回のスピーカーは、エモリー大学ローリンズ公衆衛生学部環境科学科准教授の西川恵理氏で、大気汚染、オゾン層破壊、気候変動に関連する排出の発生源と規模、およびこれらの排出が人間や社会に与える影響について、とてもわかりやすくご説明いただきました。とても身近な人間の健康と周囲の空気の質に対するプラスチックの燃焼の影響についてはとても興味深いものがありました。

パネルディスカッションでは、連邦銀行の Toi Braun 氏、TOTO USA Bill Strang 氏、サステナブル・コンサルタントの田原美穂氏らが、様々な言葉で耳にするようになったサステイナ

ビリティ活動について、その歴史、現在の傾向、将来の見通しを学び、両国の公共・民間機関が互いに協力し、次世代のためにより良い世界を作り上げていけるか学びました。

勉強会后、連邦銀行の Atlanta Monetary Museum のツアーを楽しみました。このツアーでは、連邦銀行の歴史や現金や小切手がどのようにプロセスされるかを知ることができます。

ジョージア日米協会の今後の活動についてはウェブサイト ([www.JASGeorgia.org](http://www.JASGeorgia.org)) をご覧いただくか、事務局 (404-842-1400) にお電話いただくか、もしくは ([Admin@JASGeorgia.org](mailto:Admin@JASGeorgia.org)) にメール送付くださるようお願いいたします。





# 健康とカイロプラクティック

## スポーツトレーニング&セラピー

こんにちは。アスレチックトレーナーの假屋です。現在、私は週2回、オフィスで患者さんにそれぞれ合わせた個別メニューでの筋力トレーニングやセラピーを行っています。当オフィスでは、スポーツジムやフィジカルセラピーのオフィスにあるような仰々しいトレーニング器具は置いていません。一般的に筋トレと言うと大きいマシンを使って行うイメージをお持ちの方が多いと思いますが、実はそんなことはありません。一見、「これ!？」と思うような器具でも正しい知識と指導でかなりの効果を得ることができます。最近も当オフィスのスペースと用途を考慮した上で新しい3つのトレーニング器具とセラピー器具を追加導入しました。

1つ目は強化ゴムバンドです。私はトレーニング指導の際によくゴムバンド使います。アメリカでは Workout Band と呼ばれています。今まで私が使っていたのはゴムの厚みが0.2mm程度のもので、筋肉にかかる負荷が4kg(8lbs)程度のものでした。しかし、今回、強化ゴムバンドと言われるゴムの厚さがおおよそ5mmほどもある4種類を導入したことで、トレーニング時の筋肉への負荷は13kg(30lbs)、27kg(60lbs)、45kg(100lbs)、56kg(125lbs)までかけられるようになりました。わざわざダンベルなどの器具を使わなくてもゴムバンドで安定的に筋肉に負荷をかけながらトレーニングを行うことができます。正しい筋肉負荷の強弱とトレーニング方法で、より効果的な筋トレの成果、怪我の早期回復が望めます。

2つ目はジャンプボックスです。これは、3段階の高さを利用してトレーニングをする器具です。当院では、今までは高さを使ったトレーニングを行うことができなかつたのですが、この器具を用いることで、高さを利用した高度で実践的なトレーニングメニューもできるようになりました。ジャンプ力や足の筋力強化以外にもスクワットや腕立て伏せなどの補助器具としても活用するので、運動初心者や高齢者、リハビリの方のメニューにも活用していきます。

3つ目は自動カップングマシンです。最近、流行りのカップングセラピーですが、当院でも施術可能です。カップングセラピーは、捻挫などの怪我の腫れや痛み、慢性的な筋肉疲労、ハードな筋トレ後の筋肉回復にとっても効果的です。専用のプラスチックカップを肌に密着させ、カップ内の空気を吸い抜き真空状態を作り出し、カップ内の皮膚を引っ張り、陰圧を利用して皮膚下の固くなった筋膜の癒着を解消(筋膜リリース)することで筋肉の痛みやコリを軽減させます。

また、筋膜の癒着が取れると、毛細血管への圧迫が少なくなり血流が改善するのでむくみも解消の効果もあります。今までは、このカップ内の空気を吸い抜き真空状態を作り出す作業を手動の道具でしていましたが、この空気の抜き具合も(陰圧のかけ具合)、本来であれば患者さんの体調・体格や怪我の具合に合わせて微妙な調整が望ましいのです。手動では目安で圧を測っていたのですが、自動マシンでは、皮膚や体の硬さに合わせて正確な数値を計測、体や治療箇所に最適な陰圧を加えることが

できます。最適な陰圧を加えることで怪我の回復が早くなり、ムラのない治療が可能になりました。

当オフィスのセラピールームは決して広くはありませんし、たくさんの大きなマシンもありません。しかし、知識を持った経験豊富なトレーナーが、患者さんそれぞれに合ったオリジナルメニューを作り効率的なトレーニングを提供しています。筋力強化、怪我の早期回復・リハビリなど、日本語での治療、トレーニングが可能です。ぜひ一度ご相談ください。



## 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

上部頸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。

### 急患の休日診療予約可

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”



Dr. Takashima Ryoma  
矢島敬朗 D.C.

#### ■ 診療時間 ■

#### ■ 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 CLOSED

#### ■ 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



## 歯周病と心臓病

質問：歯周病と心臓病の関連性はありますか？

回答：歯周病がほかの病気とも関連があることは以前から知られていましたが、歯周病が心臓病をはじめ呼吸器疾患、糖尿病などと密接な関係があることが、1980年代からの研究でさらにわかってきました。

歯周病患者は健康な人に比べて心臓病にかかる危険度が2倍程度高いとされています。

口の中には数万種類もの細菌が常在しています。このうち歯周病菌である、ポルフィロモナス・ジンジバリス（Pg菌）と、アクチノバシラス・アクチノミセテムコミタンス（Aa菌）は、歯肉から血管を通過して心臓に移動し、心臓の血管壁に炎症を起こしたり、血管を詰まらせたり、細胞を傷つけたりします。

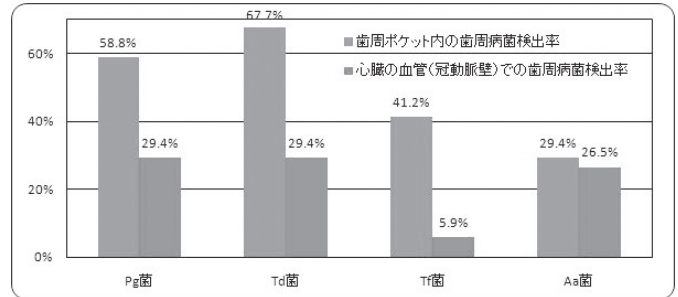
すると、炎症部分が動脈硬化を起こし、狭心症や心筋梗塞の引き金となるのです。心臓に栄養を運ぶ冠動脈は、酸素や栄養分を心筋に運ぶ血管で、心臓の周りを王冠のように3本の太い枝状でめぐっていますが、歯周病菌は、この太い血管に血栓を作ったり、血管壁を傷つけたりすることが分かっています。

また重度の歯槽膿漏で多く検出されるPg菌が持っている酵素は、血小板のかたまりを作りやすくし、血栓を作りやすくします。さらに、Pg菌は血管の内側の細胞に入り込んで増殖し、血管の壁を傷つけることが明らかになっています。疾病との因果関係を証明するかのように、動脈硬化や大動脈瘤にかかった細胞からは、多くのPg菌が見つかっています。

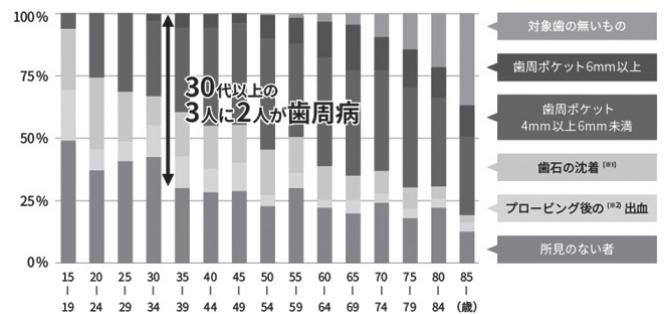


東京歯科大学の研究グループがおこなった調査では、動脈硬化をおこした人の多くから、心臓の血管内に歯周病菌がいたことがわかりました。アメリカ・ニューヨーク州立大学がおこなった調査でも、歯周病菌が18～38%程度も検出されました。同様の研究結果は2000年代になって世界各地で報告されています。

動脈硬化をおこした人の心臓の血管から歯周病菌が見つかった割合



さて、その歯周病ですが、厚生労働省の「歯科疾患実態調査」によると、歯周病は25～34歳の若い世代ですでに約80%、45～54歳の中年層では88%もの人にその兆候がみられます。これほど歯周病の人が多いのに、それがどんな病気で、全身にどのような影響を及ぼすのかはあまり知られていません。これは歯周病が初期の段階では自覚症状がなく、例えば症状があっても、歯肉がちょっと腫れたり、歯磨きの時に少し出血する程度なのでそのまま放置してしまう人が多いからかもしれません。



平成28年歯科疾患実態調査（厚生労働省）より

歯周病は一度罹患すると元の健康な状態には戻らないため、歯周病にかからないようにするのが一番ですが、もし歯周病になってしまったら適切な処置を受け定期的にメンテナンスしましょう。そして、口の中を清潔な状態に保っていただけるようにして全身疾患の予防に努めましょう。



清水デンタル  
院長 清水 義仁



## IPL 医療脱毛

だんだんと夏が近づいてきて、思い思いのファッションを楽しむ季節の到来ですね。体にフィットしたトップスやパンツ、脚、腕、肩などを出すお洋服を着たいけども、無駄毛が気になる・・・という方もあきらめないで！そこで、今回は IPL 脱毛をご紹介します。



とにかく女性として生まれてきたからには、無駄毛のお手入れをしないわけにはいかない。毎日これに費やす時間の大変なことは言うまでもありませんが、「あれっ？」と気がついちゃったら、ノースリーブのお洋服を着ることすら許されません。カミソリ負けしちゃって、お肌のコンディションが最悪になっちゃう場合もあります。こんなストレスから解放してくれるのが IPL 脱毛です。

IPL 脱毛は脱毛効果も高く、そして肌の美しさも同時に手に入れることができます。IPL 脱毛は光を使った脱毛法で、毛根のたんぱく質を熱変性させて消滅する作用があり、毛に含まれるメラニン色素のみに反応して、確実な脱毛効果があるといわれています。IPL 脱毛は既に多くのエステサロンで利用されていて、肌が弱くてレーザーの使用は心配という方も安心して受けられます。

IPL 脱毛は効果の高い脱毛法で、光を利用して脱毛させますが、効果もあってしかも肌に優しく、今まで敏感肌などの理由で脱毛を断念していた方も、IPL 脱毛なら安心して利用できます。

IPL 脱毛の特徴は、毛のメラニン色素のみに効果を発揮する点です。IPL 脱毛で使われる光はインテンス・パルス・ライト (Intensive Pulse Light) というもので、この光を吸収した毛

は発熱し、たんぱく質が熱変化することで脱毛するという方法です。

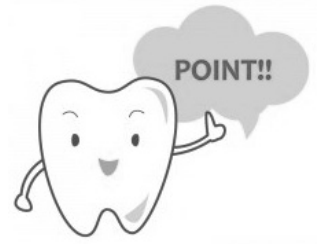
メラニン色素のみを変化させて毛と毛根を処理してくれるので、効果がありながら肌に与える刺激も少なく済み、痛みや熱さも比較的軽くて、レーザーなどで有りがちな火傷も心配ありません。IPL 脱毛は光エネルギーを使う脱毛法で、施術中は照射と停止を繰り返す事で肌の温度が上がりにくく、肌へのダメージを気にする方にも良い方法です。

また、IPL 脱毛は1回の10×20mm程度の脱毛ができ、範囲が広い事も知られています。IPL 脱毛での脱毛効果を上げるには施術範囲が広いとその分だけ掛かる時間も短く出来、効果の高さと相まって人気のある脱毛法として定着しつつあります。なお、IPL 脱毛での脱毛効果を上げるには、複数回受けることが必要とされています。



IPL 脱毛は肌の表面に生えたばかりの無駄毛にも反応してくれ、剛毛から細くて目に付かないような産毛まで効きますから、脱毛後はすべすべの肌になれるます。IPL 脱毛は肌への負担が少ないので、ビキニラインやおへそ周りにも効果的です。脱毛効果が高く、しかも施術中の痛みも少なく、脱毛後の肌荒れを気にせず受けられます。

また、IPL 脱毛などの光脱毛で使用される光は、波長の長さが380nmから800nmの可視光線ですが、可視光線は肌を活性化してくれる効果も期待でき、キメを整えて毛穴も引き締めてくれるので、脱毛しながら美肌も出来るとされています。女性にとってはそこも大きなメリットですよ！無駄毛のお手入れから解放され IPL 脱毛で、脱毛と美肌を一度に手に入れてみてはいかがでしょうか。



## 守ろう、お口の健康！～歯周病予防～

歯周病予防には、検診とアフターケアが有効です。

### ● 歯周病は生活習慣病です。

これまで歯周病は、加齢によって起こる避けられない病気であると考えられてきました。しかし最近、その原因が食事や歯みがき、疲労、喫煙などの生活習慣と密接に関わり合っていることがわかってきました。今後は、歯周病を予防するために、生活習慣の改善に目を向けなければなりません。

#### 歯周疾患の原因

- 糖尿病などの病気
- プラーク (歯垢)
- 喫煙

#### ビタミンの欠乏・栄養の偏り

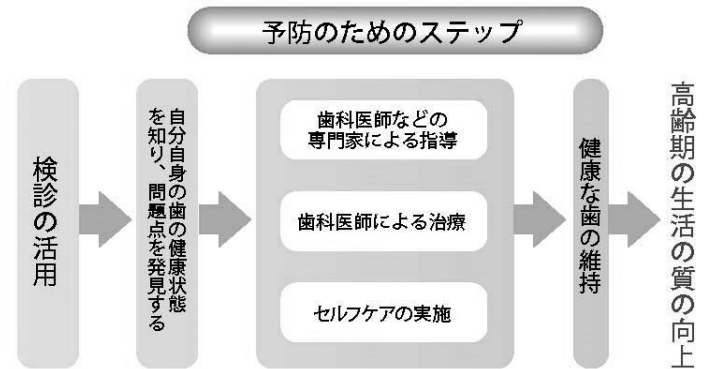
- 疲労
- 精神的ストレス
- ホルモンバランスの乱れ など

### ● 歯を失う前に歯周病検診を！

歯科疾患は自然に治ることがありません。自分の歯の状態を正確に把握し、それに応じた予防が必要になります。急速に歯が失われ始める 40 歳代では、歯周病検診を受診し、専門家の指導を受けることが重要です。また、検診と指導はできる限りこまめに続けることで大きな効果を生み出します。

かかりつけの歯科医を持ちましょう！

かかりつけの歯科医は生涯にわたって歯と口の中の健康を保っていくためにはとても大きな役割を果たしています。自分の状態をよく知ってくれる親しいかかりつけの歯科医を持ち、歯周病を早めに発見・予防することが大切です。アトランタ在住中は当院でも歯周病の診断、治療を行っておりますので、お気軽にご相談ください。また、日本にご帰国になったり州外に移転された場合は、移転先でかかりつけの歯科医を持つことをお勧めいたします。



(8020 資料参考) ～ 次号につづく ～

歯周病やその他の歯についてのご質問等がございましたらお気軽に御連絡ください。

植月歯科医院 at Henderson Mill Dental Care  
404-409-6273 泉まで

Henderson Mill Dental Care

## 植月歯科医院

2847 Henderson Mill Rd.  
Atlanta, GA 30341  
www.AtlantaHaisha.com



(770) 496-0496 フロント  
(404) 409-6237 日本語

- 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】** 新年度のスタートに相応しく上昇の機運に乗って行けるような、良いスタートダッシュを決めることができそう。チャンスを逃さず、勢いを殺さず、無理して他人と歩調を合わせることなく、自分のペースで前に出るように頑張ってみましょう。

**【恋愛運】** 恋愛運はあまり期待が持てません。対人の運気自身が良くないので、上手くコミュニケーションが取れないようです。他人との関係を気にし過ぎるのも良くないので、いっそ自分中心に物事を考えてみるのも良いでしょう。

**【金運】** 気分がボンボン出費するのは禁物。本当に必要なものなのか、あなたが出すべき理由があるのか等々、少しわずらわしいと相手に感じられても、お金に関してはシビアになっておくべきでしょう。

♥ 幸運日 : 8 16 22  
× 危険日 : 2 13 27

## 牡牛座



4/20 ~ 5/20

**【全体運】** 対人運がとても良い状態になりそう。新しい年度の始まりとあわせて、良い出会いに期待が持てそうです。男女に限らず、仕事仲間や趣味の仲間、長く関係が続くことになる友人など、様々な関係が予想されます。

**【恋愛運】** 対人運が良いのですが、恋愛運はそこまで高くなさそうです。異性とのお会いがあっても、恋愛対象に見えないようです。良い友人としての関係止まりで、恋愛に発展する可能性が低いようです。

**【金運】** 先月の下降した金運からは、挽回の様子が見られます。勢いやタイミングを大切にしましょう。ここだ、と思ったときに動きを止めてはいけません。何度もあるわけではない、せっかくのチャンスを逃すことになるでしょう。

♥ 幸運日 : 4 14 26  
× 危険日 : 8 19 23

## 双子座



5/21 ~ 6/21

**【全体運】** やや調子を崩すよう。これまで苦労なく上手くいっていた事柄でも、少しばかりつまずいたり停滞したりするかもかもしれません。ですがそこまで深く考えず、いつもの休息程度に思っておいても良いでしょう。

**【恋愛運】** 良い恋愛運をしています。ただ、あなたの気持ちが恋愛に真剣に向かないよう、良縁が身近にいても気付かないケースまでも考えられます。いったん立ち止まって周りを見てみると良いでしょう。

**【金運】** 金運は大きく後退するようで、控えめに過ごすことをお勧めします。交際費や買い物などで、大きな出費は計画しない方が良いでしょう。せっかく良い物を買っても、すぐに駄目にしてしまう未来が見えます。

♥ 幸運日 : 7 16 22  
× 危険日 : 2 13 27

## 蟹座



6/22 ~ 7/22

**【全体運】** 年度始まりの勢いに乗って行けるような気配です。なんでも勢いで片付けることができ、ピンチに陥ってもあれよあれよという間に持ち直すことができそうなくらいです。

**【恋愛運】** 見た目に惑わされないことが肝心。好みの異性に会っても、性格や物の考え方も知った上で愛の言葉をささやきましょう。とんでもない悪意を持っている可能性があります。友人からの紹介であっても、必ずしも良い縁であるとは言えません。

**【金運】** 多少のずる賢さが求められそう。慣れた油断したところを突かれて、あなただけが損をする羽目になることもありそうです。親しい仲にも油断はせず、特にビジネスを共同で展開しようとする場合は気を付けておきましょう。

♥ 幸運日 : 5 17 26  
× 危険日 : 1 13 22

## 獅子座



7/23 ~ 8/22

**【全体運】** 我慢の月になりそう。これまでなんの苦も無くこなしていたことに、つまづきを感じるころが多々ありそうです。自分を見直すきっかけになりそうですが、あまり自分にアンテナを向ける時間は取れなさそうです。

**【恋愛運】** 恋愛運は良くないようで、ついつい妥協をしてしまいそうです。そのため、後々苦労する相が見えています。要は妥協したり、相手に道を譲ったりはNGです。

**【金運】** 金運、仕事運ともに好調なこともあってか、お金に関して困るとか不安になるとか、そういったネガティブな感情は湧いてこないようです。むしろいろいろなビジネスチャンスを見極めることができ、大きな商売につながりそうな未来を思い描くことができそうです。

♥ 幸運日 : 9 18 23  
× 危険日 : 1 14 26

## 乙女座



8/23 ~ 9/22

**【全体運】** 少ない好機をものにするか、そこにかかってくるようです。ただ、訪れるチャンスはハッキリとそれだと気付けるので、そのとき迷わず動く身軽さを發揮さえできれば問題は解消されそうです。

**【恋愛運】** 男女間の恋愛は二の次になりそう。家族愛、友情、ペットへの愛など、恋愛よりも優先させるべき関係の方が多くなりそうです。ただしパートナーとの仲について、フォローすることはアリです。

**【金運】** 仕事運が良いので、それに連動してお金の運気、財の運気、健康の運気などいくつかの運気が良い影響を受けて上昇しそうです。チャンスを逃すことなく、勝負に出るべきときは思い切りの良さを發揮して動きましょう。待つときは待つ。その忍耐強さも求められそうです。

♥ 幸運日 : 4 15 28  
× 危険日 : 8 19 30

## 天秤座



9/23 ~ 10/23

**【全体運】** なにをするにも準備不足が嘆かれて、突発的な出来事に弱くなりそう。対応が後手後手になって、評価を下げることもあるでしょう。これまでなら普通でこなしていたことでも、つい油断や慢心のせいでトラブルに発展させてしまうこともありそうです。

**【恋愛運】** 恋愛運は好不調の波が激しく、一寸先は闇状態でしょう。恋人と楽しい時間を過ごしていたかと思うと、次の日には浮気の事実を知ってしまったら・・・気持ちが安定しない出来事もあり得ます。

**【金運】** 金運は徐々に下降するようです。まずは動くのなら月のはじめのうちにしておきましょう。勝負事も、月のはじめが良いようです。むしろ、月の終わりは逃げの一手で良いかもしれません。

♥ 幸運日 : 4 16 21  
× 危険日 : 8 19 28

## 蠍座



10/24 ~ 11/22

**【全体運】** 好調が続く状態にあります。全体的な運気が良いので、なにをやっても上手くいくでしょうし、大きな問題や悩み事が発生することも少なそうです。行動も決断も、自分の思うように進めて良いかもしれません。

**【恋愛運】** 出会いに期待が持てます。逆に、すでに良い関係になっている人との進展はあまり期待が持てません。人の集まる場所は吉で、友人、知人からの紹介はあまり良いとは言えなさそうです。

**【金運】** 高い値段の買い物に向く月。ずっと欲しいと思っていたものを思い切って購入してみる、サービスの利用してみるのも良いでしょう。後悔は起きないでしょうから、あれこれ考えて悩んでいるよりは思い切って飛び込んでみるのが吉と言えます。

♥ 幸運日 : 3 14 24  
× 危険日 : 6 19 27

## 射手座



11/23 ~ 12/21

**【全体運】** 全体的にツキがないようです。慣れでこなしていたことでも、これまで失敗したことのないことでも、ちょっとしたミスをしてしまいそうです。絶対的に自信を持っていることでも、注意を払って臨むことが大切になってきそうです。

**【恋愛運】** 新しい恋愛に目を向ける時期が来ているかもしれません。あるいは、今のパートナーと新しい段階に進むべきなのかもしれません。いずれにしても、変化を感じるタイミングのようです。関係を続けるも終わらせるも、あなたの決断次第。

**【金運】** 金運は好調を継続中。欲しいと感じたもの、サービスに手を出しても良さそうです。納得のいくまで、満足のいくまで、飽きの来るまで投資してみてください。しかし、周りの意見や忠告は聞いておくこと。

♥ 幸運日 : 4 13 22  
× 危険日 : 8 19 28

## 山羊座



12/22 ~ 1/19

**【全体運】** 好きな分野で、ノビノビと活躍することが叶いそうな気配です。自分らしさ、価値観を前に出すと、それが魅力となって周囲の人に伝わっていくことでしょう。共感して、あなたとの縁を望む人が増えてくると思われます。

**【恋愛運】** 良縁との出会いや、結ばれるチャンスが何度かありそうです。アンテナは常に張っておくに越したことはありません。紹介の場合も、気分が断ったりするのはNGです。まずは会うこと、その上で合う合わないの判断をしてみましょう。

**【金運】** 楽しいことにお金は使っていくでしょう。そうすることで、あなたに良い影響を与えてくれそうです。予算をいつもよりも多めにしておくことで、より良い質の日常を送ることが叶いそうです。

♥ 幸運日 : 8 17 22  
× 危険日 : 2 12 26

## 水瓶座



1/20 ~ 2/18

**【全体運】** やや運気が下降を辿ることもあり、物事が予定通りに進まない可能性が大きいです。そんなときはあえて固執せず、色々なことに手を広げてみると良いでしょう。

**【恋愛運】** 刹那的な恋愛を楽しめる運気をしています。本気にならない、ちょっとした軽い浮気程度の関係といった具合です。もちろん、パートナーがいる人は、本気になってしまったらダラダラと続けたりといったことは避けるようにしましょう。

**【金運】** 好調な金運をしているようです。思い切った勝負に出ても、意外に思っていた以上の結果を手にするのが叶いそうです。決断力が鈍るような場面もあるでしょうが、迷ったときは進むの路線で行くと良いかもしれません。

♥ 幸運日 : 5 14 21  
× 危険日 : 1 18 26

## 魚座



2/19 ~ 3/20

**【全体運】** 調な運気を終始保っていきそう。やることなすことすべて良い方向へと進み、あまり自信がなかったようなことでも、良い具合に結果を迎えそうです。思ったこと、感じたことは、積極的に表に出していくようにしましょう。

**【恋愛運】** 恋愛運は、可もなく不可もなしといった具合。出会いにはそこまで恵まれないものの、仲の進展には期待を持って良いでしょう。異性の友人がいれば、恋人に発展する出来事があるかもしれません。

**【金運】** 金運、財運はどれも良くない気配です。無駄遣いの傾向を過去に注意されたことのある人は、大いに気を付けておく必要があります。物欲に負けてしまうと、歯止めが効かないかもしれません。特に身の意見には耳を傾ける必要があるそう。

♥ 幸運日 : 5 16 22  
× 危険日 : 6 18 27

# ATLANTA お出かけガイド

Let's plan your outing with Atlanta Hangout Guide!

## Event

### Japan's Childrens Day Festival

Hosted by ICAGeorgia PTO 「こどもの日祭り」  
Medlock Corporate Pavilion at Pinckneyville Park  
4758 S Old Peachtree Rd. Peachtree Corners, GA 30071  
<https://www.facebook.com/profile.php?id=100090069947540>  
■ 5月7日(日)11時~3時



### ATLANTA FILM FESTIVAL

Downtown Atlanta  
<https://www.atlantafilmfestival.com/>  
■ 4月21日-5月01日

### Atlanta Dogwood Festival

Piedmont Park  
<https://dogwood.org/>  
■ 4月14日-16日

### GEORGIA RENAISSANCE FESTIVAL

6732 Virlyn B. Smith Road, Fairburn, Georgia 30213.  
<https://www.garenfest.com/>  
■ 4月15日-6月04日

### Inman Park Festival

Inman Park  
<https://festival.inmanpark.org/>  
■ 4月29日-30日

### SweetWater 420 Fest

Centennial Olympic Park  
<https://sweetwater420fest.com/>  
■ 4月22日-23日

### Shaky Knees Music Festival

Central Park  
<https://www.shakykneesfestival.com/>  
■ 4月29日-5月01日

## Sports

### PGA TOUR

PGA プロゴルフのツアー  
2022-2023 シーズンです。



CHAMPIONS

- 4月06日-09日  
Masters Tournament  
Augusta National Golf Club, Augusta, GA・USA
- 4月13日-16日  
RBC Heritage  
Harbour Town Golf Links, Hilton Head Island, SC・USA
- 4月20日-23日  
Zurich Classic of New Orleans,  
TPC Louisiana, Avondale, LA・USA
- 4月27日-30日  
TMexico Open at Vidanta  
Vidanta Vallarta, Vallarta・MEX
- 5月04日-07日  
Wells Fargo Championship  
Quail Hollow Club, Charlotte, NC・USA

### 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06日から パドレス 4 連戦
- 4月10日から レッズ 3 連戦
- 4月21日から アストロズ 3 連戦
- 4月24日から マリーンズ 4 連戦
- 5月05日から オリオールズ 3 連戦



## Music

### Mercedes-Benz Stadium

1 AMB Dr NW  
Atlanta, GA 30313  
[www.mercedesbenzstadium.com](http://www.mercedesbenzstadium.com)  
■ 4月28日-29日  
■ 5月27日  
■ 8月11日  
Taillor Swift  
Ed Sheeran  
Beyonce



### State Farm Arena

1 State Farm Dr, Atlanta, GA 30303  
☎ 404-878-3000  
[www.statefarmarena.com](http://www.statefarmarena.com)  
■ 4月26日-27日  
■ 4月07日  
■ 5月25日  
■ 6月15日  
■ 7月13日  
■ 9月05日  
Janet Jackson  
Stevie Nicks  
Paramore  
Duran Duran  
blink-182  
Madonna

### Gas South District

6400 Sugarloaf Pkwy,  
Duluth, GA 30097  
☎ 770-813-7600  
[www.gwinnettcenter.com](http://www.gwinnettcenter.com)  
■ 6月18日  
■ 7月28日  
Briyan Adms  
Sam Smith

### Coca-Cola Roxy Theatre

800 Battery Ave SE Suite 500,  
Atlanta, GA. 30339  
☎ 470-351-3866 Ext 38186  
[www.cocacolaroxy.com](http://www.cocacolaroxy.com)  
■ 4月20日  
■ 4月22日  
■ 4月26日  
■ 5月02日  
Young Nudy  
Seven Lions  
Bill Idol  
Kali Uchis



アトランタ矢島カイロプラクティック主催

## ★第18回 AYC CLUB★



会場: Brook Run Park (Dunwoody)

4770 N Peachtree Rd, Dunwoody, GA 30338

テーマ: ファーガソンさちこ先生によるズンバフィットネス®

日時: 4月15日(土) 午前10時~11時半 ※雨天の場合は中止  
10時~10時半: 散歩 / 10時半~11時半: 体操&筋トレ

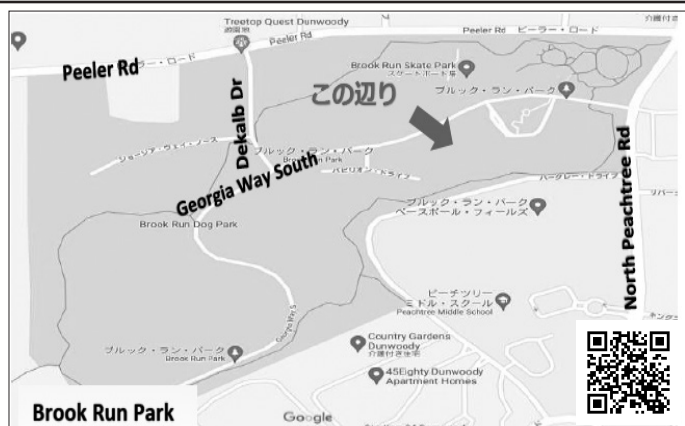
参加費: 無料

※参加ご希望の方はテキストまたは電話にてお知らせください。

持ち物: 飲み物、運動のできる格好

集合場所: 公園内駐車場(左図参照)

★お問い合わせは WEB または電話 434-228-6815 まで



※イベントの可否につきましては当院 FACEBOOK ページにてお知らせいたします

## 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28日-4月02日 A Soldier's Play
- 4月19日-30日 Moulin Rouge! The Musical
- 5月30日-6月04日 Hairspray



### 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-日 10時-5時 (日曜日は正午から)



### 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)



## 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



### Atlanta Botanical Garden

#### アトランタ植物園

1345 Piedmont Ave. Atlanta GA 30357  
☎ 404-876-5859  
www.atlantabotanicalgarden.org

- 火-日 9時-5時 (4月からは9時-7時)



## Uniquely ATL

### World Of Coca Cola

#### コココーラ博物館

121 Baker St NW, Atlanta, GA 30313  
☎ 404-676-5151  
www.worldofcoca-cola.com

- 8時-6時



### 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)



### 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)



### 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

### 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 Freedom Pkwy. Atlanta GA 30307  
☎ 404-865-7100  
www.jimmycarterlibrary.gov

- 9時-4時45分 (日曜日は正午から)



### 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



# 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ください。

<https://www.yodosha.co.jp/jikkenigaku/book/9784758108492/>

研究者・留学生のための  
アメリカビザ取得  
完全マニュアル



アメリカの弁護士による徹底解説!

著 大蔵昌枝 (Taylor English Duma LLP, ショーパ州弁護士)  
監修 大原賢 寛 (エモリー大学フリンシップ協会の理事)  
発行所 (ORS Press LLC, ショーパ州発行所)





# 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



## 3.5 サンフランシスコ大会

3月5日にサンフランシスコで3年ぶりに開催された大会に行ってきた。今月は21日春分の日で東京で講習会があり、道場をしばらく留守にするので、大会を理由に稽古は休めないため、稽古が終わった後のフライトを選ぶ。

このフライトだとサンフランシスコ着が午後6時の夕食時なので私にとっては都合が良い、と喜んでいたので…。大会の審判の服装はズボンにワイシャツとネクタイだ。出発の前日、最近の暴飲暴食を思い出し、ふと不安になり去年のプロレスのマネージャーをやった時のズボンを履いてみた。

すると不安が的中しギリギリのところフックができない。とりあえずその日の夕食は無し。考えたら今日はトイレに行っていない、明日の朝行けば少しは違うかもしれないと、自分を慰め寝る前に水分をがぶ飲みする。もちろんアルコールも抜きだ。

翌朝、前夜の水分攻撃が効いたのかトイレの後はギリギリフックがはまった。しかしギリギリである。道場ではいつも以上に気合いを入れ汗をかく。誰も私が緊急ダイエット中だと知る由もない。汗をバッチリかいたが、水も飲まずシャワーを浴びてズボンをチェック。少しは楽になっているはずと自分を騙して空港に向かう。

そこで事件発生。師匠の乗るはずだったアラバマ州パーミンガム発のフライトがキャンセルされて、ブッキングしていたフライトに乗れなかったため、アトランタ発4時の私と同じフライトに乗るようだ、と連絡が入る。状況を確認すべく師匠に電話するのだが通じない。

ゲートで師匠のコンフォメーションナンバーで調べても、乗るフライトがキャンセルになったという情報が出てくるだけで、現在どうなっているのか全くわからないという。確実なのは私の乗るフライトにはいないという事。どうにでもなれ、と師匠を見捨てフライトに乗り込み5時間後サンフランシスコ到着。

出口に誰もいないので、サンフランシスコ支部長の齋藤師範に電話すると、後ろから師匠の笑い声が聞こえる。一瞬何がどうなっているのかわからなかったが、後で話を聞いたところ師匠はプラチナメダリオンのステータスを盾に、自分をフライトにねじ込み午後2時にはサンフランシスコに着いたという。

空港ロビーに出てみると誰もいないので齋藤に「誰もいないぞ、どうなっている」と電話を入れたが、もらった方の齋藤も師匠の行方を検索していたらいきなり「今、サンフランシスコだ」と電話が入ったので驚いたらしい。自分が乗ったフライトを誰にも知らせずに、誰かが迎えに来ている事を期待するウチの師匠は流石である。

齋藤家に到着すると既に宴の真っ最中。いつもは楽しみなのにこの宴も今回はそうも行かない。翌日の大会で、ズボンが履けるか否かの重要な局面である。ズボンがキツイので飯はいりません、などと言ったら、日頃の不摂生を告白するようなモノなので、それだけは避けなければと「喉が渴いた」と言って水分補給(主にビール)して、体調は万全アピールをする。

当日の朝は祈るような気持ちでズボンを履くと、もちろんキツイのだが、これならギリギリ人前に出て良いと自分に言い聞かせて会場に向かう。



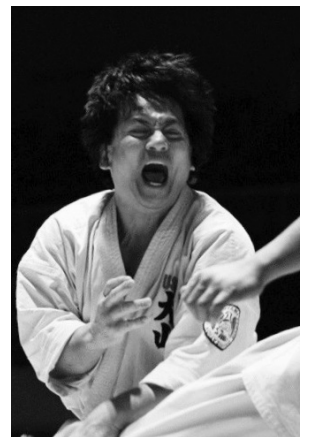
会場には、大会独自のいい感じで闘争心が充満しているのが感じられる。他流の先生達が「3年ぶり」と言って挨拶に来てくれるのは嬉しいのだが、2割くらいの先生達は名前と顔が一致しない。しかしここは平常心で3年ぶりの再会を喜ぶ小芝居をしながら大会外交を切り抜ける。

私の主審の出番は午後の本戦だが、いきなり本番はキツイので午前中の予選で主審の所作、声出しをしながらテンションを上げていく。

一般的な武道試合における主審のイメージは、目の前の試合を淡々と受け止めて判定をくだす人という地味なポジションだと思う。そういうイメージを持っている人から見ると「試合をするわけでもない主審が何故テンションを上げるのか」という疑問が湧くのも当然。

私が試合を捌く時は淡々とどころか、ショウパイ試合でも選手達にハッパをかけて人前でやるレベルまで引き上げてやり、良い試合はブレイクの間などを調整しながらもっと観客が喜ぶような試合にする。

しかしこういう主審をやると技が決まった時などは技を決めた選手より、それをジャッジする私の方が目立ってしまう。でもその方が観客は盛り上がるので「オレを見る!」的な主審は「入場料を取った観客の前でする試合」を受け持つ時は正解であると信じている。



# 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

事務職と引越作業員募集 フルタイム。各種ベネフィットあり 要労働ビザ。詳細は池谷まで yiketani@yamatoamerica.com

#### オフィスアドミン募集

月～金、フルタイム、勤務地:Norcross, 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 ① info@yamashoatl.com

#### NX アメリカアトランタ支店

引越コーディネーター募集。(フルタイム/パート可) コーディネーターとして引越現場でお客様と作業スタッフの架け橋となって頂きます。詳細はお電話またはE-mail でご連絡下さい。☎ 678-826-0200 Email: hikkoshi.atl@nipponexpress.com

#### アイエイアイ米国人

営業とエンジニアを募集中。詳細は板屋まで 678-354-9470

#### IACE TRAVEL

パートタイムで勤務いただける支店サポートスタッフを募集。勤務時間は週4日以上で1日4時間以上勤務。詳細は弊社採用情報ページをご確認ください。お問合せは人事採用担当までご連絡下さい。(E-mail: jinji@iace-usa.com)

#### ウィンターズチャペル幼稚園

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、① 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、① board@bssal.org、補習校教務担当までご連絡下さい。

#### 倉岡クリニック受付急募

フルタイム/パートタイム、日英バイリンガル、要労働ビザ。永谷 ☎ 770-980-0000

#### 清水歯科 スタッフ募集

スタッフ募集、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 ① info@myhaishasan.com

#### 植月歯科医院

(Henderson Mill Dental Care)

歯科アシスタント募集。フルタイム、福利厚生有、要労働ビザ・日英バイリンガル・コミュニケーションができる方。① careers@hendersonmilledentalcare.com

#### サロンリーガ スタッフ募集

スタイリスト、アシスタント、受付、ネイリスト、アイリスト。フルタイム、パートタイムどちらも大歓迎です。① salonlihg@gmail.com 良枝迄

#### 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。

#### 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

### レストラン求人

#### 鮎処はや川 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

キッチン・寿司シェフ、フルタイムサーバー募集。\$18~/hour 英語必須。詳細はリーまで。678-580-3455

#### 中藤レストラン スタッフ募集

フロントを募集しております。お問合せは☎ 404-873-6582 もしくは ① yumiko@nakatorestaurant.com

#### 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

#### 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

#### 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

#### Rusan Tower Place

寿司シェフ、サーバーを募集しています。詳細は藤田迄。404-514-1585

#### 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① 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

#### 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。詳しくは当店のウェブ www.hanamizuki.us 求人情報欄をご覧ください。花水木レストラン 407-363-7200

### 教授

#### ダンスレッスン

パレエ、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

### ビジネス

#### ハンディーマン

修理、修繕等の仕事いたします。見積もり無料です。携帯 424-200-5213 ISOKAWA

#### 集客・セールス【無料相談】

ネット集客セールスの流れ改善をお手伝いします。「広告を見た」とご連絡ください。【無料相談】でお話を伺います。現状の取り組みで何をどう変えればいいのかをご提案します。LCA コンシェルジュサービス https://atl-concierge.com/ Email: support@atl-concierge.com



#### 神経が落ち着くトントン療法

交感神経優位を鎮めるのに効くツボ・トントン・タッピング療法。無料ミニ体験会毎月第三(金) 正午よりオンライン開催中(英語)。tinyurl.com/3FriTPWS ミツコ

### 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が募集しています。新井まで ☎ 770-394-3242 ① www.GEORGIAKENDO.net

#### 女子ゴルファー集まれ!

マリエッタ近郊のゴルフ女子の方! 月に1、2回、平日(たまに休日)にパブリックコースでゴルフを楽しみませんか? フミまで text ください 770-378-7167

### 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 1行以内 + 本文 20文字 x 4行以内  
左記の基本パターン1号につき20ドル、1行につき5ドル追加
- ◆ 追加料金 写真・ロゴ掲載料: 1件につき15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。Eメールにてご連絡ください。
- ◆ 申込方法 チェック、マネーオーダー
- ◆ 支払方法 \*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 \$20 for 2 title lines and 4 main contents lines. 1 title line 13 Japanese characters or about 25 English characters. Additional lines \$5 per line Logo / Pictures Fee \$15 each. Translation Fee \$10

- 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ョン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 2023 年 5 月号は  
5 月 5 日ごろ配布予定

## ANIS ATLANTA

NO. 40  
APRIL 2023

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 2023

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

桜も開花し、花や緑が感じられる季節の到来にワクワクしてきます。花粉さえなければ、もっと快適なのにと思えばかりです。花粉予防にはジョージア産のはちみつを食べることが有効とよく聞きますが、ヨーグルトも食べるとよいそうです。ヨーグルトに含まれる乳酸菌が体質改善に効果的なのだそうです。ヨーグルトにハチミツで花粉症予防ですね。

花粉がすごいので外にでたくなくて、植物に水をあげるのがさぼっていたので、大丈夫かしらと窓から外をのぞいてみたら、何かおかしなものが鉢の中に入っているではないですか。よく見てみると鳥が鉢の中に巣を作っていて、卵を産んだらしくじーっと座っている！突然の侵入者がやってきたのは、真冬のような寒さが襲ってきたからなのかもしませんが、ひながいつ孵るのかと楽しみです。

突然の悲しいお知らせに、まだ呆然としておりますが、いつも「我楽多横丁こぼれ話」を投稿していただいていた、野呂利 歩さんがご逝去されました。毎月、興味深いお話を投稿してくださっていて、ほんの数週間前にメールのやり取りをしたばかりなのに、とても心が痛いです。本当にお世話になりました。故人のご冥福を心よりお祈り申し上げます。

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](mailto:infojp@anisatlanta.com)

Phone: 404-510-8534

締切りは毎月 18 日頃です。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。



はや川

行き届いたサービスと

最高の食材を提供

ウエストミッドタウンにお店を移転いたしました。  
変わらぬご愛顧を賜りますよう

何卒よろしくお願い申し上げます。

はや川 早川 睦

スタッフ一同

創業15周年

**HAYAKAWA**

Authentic Japanese cuisine for a unique dining experience

[www.HayakawaATL.com](http://www.HayakawaATL.com) 御予約はウェブサイトから / Tel. 770-986-0010

営業時間はウェブサイトからご確認くださいませよう願ひ申し上げます。

1055 Howell Mill Rd. Atlanta GA 30318 ( at Star Metals Office Building 2F )

完全予約制

# 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)  
教会での対面の礼拝、またオンラインによる配信 (ライブ中継) を行っています。  
詳しくは教会のFaceBookをご覧ください。
- ◆教会学校(聖書の学び) 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  
教会で対面とオンラインによって行っています。
- ◆英会話クラス 木曜日 10時～12時  
アメリカ人の教師の指導による英会話クラスです (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](http://www.atlantajbc.org)

# ウェストミンスター日本人教会 (1977年創立)

小澤寿輔(としすけ)牧師による「神と共に生きることの喜び」にあふれたメッセージがスタートしています！どなたでもご越してください。

## <各集会案内>

主日礼拝 日曜日 午前11:00 教会 / オンライン  
(ナーサリー、同時通訳あり)

- \*サンデースクール(子供～K6) 教会・・・日曜日 毎週 午前9:45-10:15  
(ユース・大人) 教会・・・日曜日 毎週 午前10:00-10:45  
水曜日 毎週 午後8:00-9:00
- \*オンライン祈禱会 教会・・・日曜日(第2) 午後12:50-14:30  
教会・・・火曜日(第3) 午前10:30-15:00
- \*ハーベストタイム(高齢者) 教会・・・木曜日(第3) 午前10:30-12:00
- \*たすけあう親の会 教会・・・木曜日(第3) 午前10:30-12:00  
(悩み、病気、障がいを持つ子の親や、たすけたいという思いを持った人の集い)

※お問い合わせ先 TEL: 770-594-1382 [wjc.tozawa@gmail.com](mailto:wjc.tozawa@gmail.com)

教会住所: 11450 Bowen Road, Roswell, GA 30075 牧師：小澤寿輔  
ホームページ: [www.westminsterjapanesechurch.org](http://www.westminsterjapanesechurch.org)

## 国際宅急便取扱店が新しく増えました!

国際宅急便はクロネコヤマトの簡単オンライン・ショッピングが便利!

Web上で書類作成～お支払いまですべての手続きが行えます。  
手続き後、5桁のリファレンス番号とトラック番号をお荷物に記載して  
以下の店舗に無料でドロップオフをするだけ!

### 無料ドロップオフができる宅急便取扱店

#### ヤマト運輸ATL支店

4341 International Pkwy #101, Atlanta, GA 30354

404-363-6062

#### Tomato 1 コブ店

2359 Windy Hill Rd SE Suite 250, Marietta, GA 30067

770-933-0108

#### Gohan Market

4015 Holcomb Bridge Rd #620, Peachtree Corners, GA 30092

770-674-1263

#### J-Mart

2820 GA-54, Peachtree City, GA 30269

917-345-5803



# クロネコヤマト国際宅急便

## 国際宅急便 一般的な荷物を送りたい方に

三辺の合計/重さ	送料
60cm / 2kg	\$58
80cm / 5kg	\$85
100cm / 10kg	\$110
120cm / 15kg	\$138
140cm / 20kg	\$170
160cm / 25kg	\$190

### 国際宅急便 エコ

小さなプレゼントや通販の発送、書類なども一品のみなら  
最安\$21から!

### 国際宅急便 別送品

帰国のための身の回り品を免税扱いで  
送りたい方に  
(お一人様20万円まで)

### 国際宅急便 オーバーサイズ

大きな荷物を送りたい方に  
(3辺合計300cm,50kgまで)

- 箱の大きさ、重さどちらか大きい方で送料が決まります
- 関税は送料に含まれておりません
- 上記の送料にFuel Surcharge (毎月変動) は含まれておりません。

## お支払い方法は3通り!

- ① 運賃元払い (All Prepaid)
- ② 運賃着払い (All Collect)
- ③ 運賃元払い、関税・消費税は着払い (Duty Collect)

お問い合わせは日本語でどうぞ  
ヤマト運輸アトランタ支店

404-363-6062

お申し込みはこちら ➔ <https://www.yamatoamerica.com/cs/>

