

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



8 2023
No. 44
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



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。

倉岡先生とマーク先生は10kgの減量に成功！
お問合せください。

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。



ピ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

noriko@advancedmdatlanta.com / 電話番号 & テキスト (日本語) : 678-671-5429

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

AdvancedMD Aesthetics of Atlanta

倉岡クリニック3階

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

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

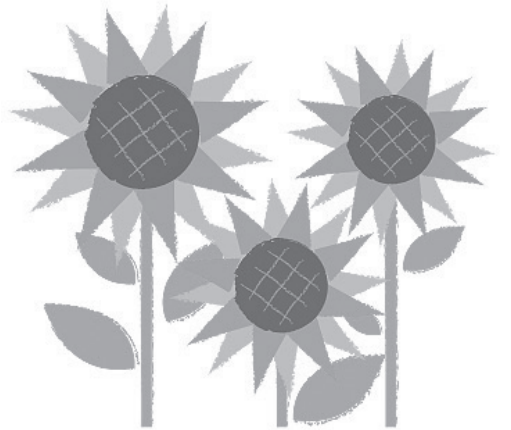
C O N T E N T S

AUGUST 2023 NO. 44

webサイトも随時更新中

www.anisatlanta.com

- 05 8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
- 16 アロマテラピー◎タウンゼント瞳
- 18 ぶらりアトランタ◎Japanese Life Store
- 21 アトランタ in-Town News◎紫色のUBE (ウベ) って何?
- 22 パパッとつくっておいしくたべよ
- 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 聖書の言葉◎ますみ
- 27 子育て知恵袋 in Atlanta◎長谷川ゆかり
- 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

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





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!



薄 俊彦

TOSHIHIKO SUSUKI

3700 Crestwood Pkwy, Suite 380, Duluth, GA 30096

Tel: 404.454.7402 / Fax: 404.602.0326

e-mail: tsusuki@sakurarealty.com

 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。

不動産のご相談は
日本語でお気軽に

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)

www.globalcorporategroup.com

Office. 678.578.2700

kentamuragcg@gmail.com

8 AUGUST

8月のカレンダー

8月06日	広島平和記念日
8月09日	長崎原爆記念日
8月12日	君が代記念日
8月15日	終戦記念日

8月06日 広島平和記念日

1945年(昭和20年)8月6日午前8時15分、アメリカ軍のB29爆撃機エノラ・ゲイが、広島市上空約9600メートルで世界初の原子爆弾リトルボーイを投下し、上空約600メートルで爆発した。

広島市街は壊滅し、放射線による急性障害が一応おさまった1945年12月末までに約14万人が死亡したと推計されている。

この歴史的悲劇から人類は目をそむけることなく、犠牲となった多くの人々の霊を慰め、世界平和を祈る日として広島市では「平和記念日」とし、この日に原爆慰霊碑の前で「平和祈念式典」が行われる。

平和祈念式典において、原爆が投下された午前8時15分に平和の鐘やサイレンを鳴らし、原爆死没者の冥福と恒久平和の実現を祈り、1分間の黙祷が行われる。その後、広島市長による平和宣言、子どもによる平和への誓いが行われるのが通例である。

一般的にこの日は「広島原爆の日」と呼ばれることが多い。また、広島市では、この日8月6日を「ヒロシマ・デー」、8月9日を「ナガサキ・デー」として記念日とするよう、平和市長会議に加盟する国や都市に呼びかけている。

8月09日 ながさき平和の日

1945年(昭和20年)8月9日午前11時2分、アメリカ軍のB29爆撃機ボックス・カーが原子爆弾ファットマンを投下し、長崎市松山町の500メートル上空で爆発した。

広島に次いで史上2番目の原子爆弾で、当時の長崎市の人口24万人(推定)のうち約7万4千人の市民が死亡した。また、建物は約36%が全焼または全半壊した。2020年(令和2年)8月9日時点で、長崎で被爆して亡くなった人たちの記した原爆死没者名簿の登載者数は18万5982人となっている。

原爆投下から50年を迎えた1995年(平成7年)に、長崎市ではこの日8月9日を「ながさき平和の日」に制定したという情報もあるが、一般的にこの日は「長崎原爆の日」と呼ばれることが多い。

また、この日には長崎市松山町の平和公園において「長崎原爆犠牲者慰霊平和祈念式典」(長崎平和祈念式典)が行われ、核兵器の廃絶と世界恒久平和の実現を訴え続けている。

平和祈念式典では、原爆が投下された午前11時2分に長崎の鐘やサイレンを鳴らし、原爆死没者の冥福と恒久平和の実現を祈り、1分間の黙祷が捧げられる。その後、長崎市長による平和宣言、平和への誓いが行われるのが通例である。

8月12日 君が代記念日

1893(明治26)年、文部省告示「小学校祝祭日大祭儀式規定」が公布され、小学校の祝日・大祭日の唱歌に『君が代』『一月一日』『紀元節』等8曲が定められた。1999(平成11)年、「国旗国歌法」により正式に国歌となった。

8月15日 終戦記念日

1945年(昭和20年)8月14日、日本政府はポツダム宣言を受諾し、翌15日の正午に昭和天皇による玉音放送によって日本が無条件降伏したことが国民に伝えられ、第二次世界大戦が終結した。

玉音放送は国民が初めて聞く昭和天皇の肉声であった。内務省の発表によれば、戦死者は約212万人、空襲による死者は約24万人だった。1963年(昭和38年)から毎年、政府主催による「全国戦没者追悼式」が行われ、正午から1分間、黙祷が捧げられる。この追悼式は第二次世界大戦の日本人戦没者に対して宗教的に中立な形で行われる。1982年(昭和57年)4月の閣議決定により「戦没者を追悼し平和を祈念する日」となった。



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: httparis@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
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 お困りですか？

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)

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： Bruno Mars (ブルーノ・マーズ)
国： アメリカ合衆国ハワイ州ホノルル
生： 1985年10月8日 -
職業： レコード・プロデューサー

ブルーノマーズは1985年にハワイ州のホノルルにて生まれます。本名は「ピーター・ジーン・ヘルナンデス」。父はブルックリン出身のプエルトリコ系、母はフィリピン出身。音楽家で育ったため、幼少の頃からレゲエ・ロック・ヒップホップとR&Bを織り交ぜた音楽に親しむ。プロレスラーのブルーノ・サンマルチノのように太った子供だったことから、2歳の時に父親に「ブルーノ」とあだ名を付けられる。

幼少の頃から両親や兄弟とナイトステージで活動し、マイケル・ジャクソンやエルヴィス・プレスリーのモノマネで人気を博したそうです。中でもエルヴィス・プレスリーのモノマネがとて人気を博し、地元ホノルルのタブロイド紙でも取り上げられて、さらには映画にも出演しています。1992年公開の「ハネムーン・イン・ベガス」でかわいいエルヴィス役として出演して話題になりました。

ブルーノが生まれ育ったハワイという場所は、世界中のあらゆる音楽が新旧問わず聴ける場所であった為、幼い頃から実に多彩な音楽に触れあってきました。現在の楽曲の幅広さは、こういった子供の頃から聴いてきた色々な音楽の影響を受けてのことなのでしょう。

地元高校卒業後、L.A.に移住し音楽活動を展開していく。B.o.B「Nothin' on You」やTravie McCoy「Billionaire」の楽曲にシンガーとして参加。1stシングル「Just the Way You Are」、2nd「Grenade」、3rd「The Lazy Song」とヒットを連発。11年の第53回グラミー賞では6部門でノミネートされ、見事「最優秀男性ポップ・ヴォーカル賞」を受賞。



あなたは素晴らしい、ただあなたらしいそのままの状態。
Your amazing. Just the way you are.

あなたの時間が来たら、それはあなたの時間なんだ。
When it's your time, it is your time.

自分らしくいる自分を愛してくれる女性が欲しい、自分のしょうもないところじゃなくってさ。わかるかな？
I want a woman to love me for me and not just for my piggly diggly... You catch my drift?

自分のことを知らないといけない、自分がどんな人か、どんな人として周りから見られたいか。
You gotta know what you are, who you are and how you want to be portrayed.

もし、あなたが自分にとってどれほど意味がある存在かを忘れてしまったら、毎日思い出させてあげよう。
If you ever forget how much you really mean to me, Every day I will remind you.

ハワイはパラダイスだ。ちょっと安っぽいかもしれないけれど、あそこでは音楽が常に聞こえてくるんだ。
Hawaii is paradise. It sounds cheesy to say it, but there's music in the air there.

成功ってというのは、楽しむってこと。
"I think that success is having fun.

お仕事、あります。

無料のキャリアカウンセリング
はこちら



法人の採用支援に関する
お問い合わせはこちら

☎ 404-706-5266
✉ horinouchi@919usa.com

担当：堀之内理朗 (Toshiaki Horinouchi)

QUICK USA, Inc.

ジョージア州アルファレッタのサイディング施工実績 No.1 に選ばれました



Expert & Professional Services



- Siding は Nichiha と HardiePlank を提供
- サービスは Life Long Guarantee
- Roofing, Windows と Doors のサービスも提供しています。
- Roofing は保険で対応も可能
- お見積もりは無料です

1959年に設立された、家族経営のサイディング業者です。私たちは家族経営であるため、大企業のような諸経費がなく、また品質を犠牲にすることなくお客様にサービスを提供することが出来ます。お見積り際には、お客様を実際に施工した住宅にお連れし、状況をご覧いただくことも出来ますので安心してご決断いただけます。

The best siding and roofing company in Alpharetta, GA

お問い合わせは日本語でもOK (Text 可)

Perfection Roofing & Siding

678-234-3203

WEB: www.perfectionroofingsiding.com

Perfectionroofingsiding.co@gmail.com



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/

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)



学校見学は予約制にて承ります。
お気軽にお問い合わせください!

2024-2025学年度の学校説明会及び見学会は2024年1月から開始!



お問い合わせは日本語でどうぞ

☎ : 770-604-0007

info@internationalcharteracademy.org



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

SHARE HAPPINESS WITH GOHAN MARKET



JAPANESE
GROCERY STORE

+
ONLINE

4015 HOLCOMB BRIDGE RD #620
PEACHTREE CORNERS GA 30092

GOHANMARKET.COM

ONE AND ONLY
JAPANESE CONVENIENCE STORE
IN ATLANTA



NORTH ATLANTA
PRIMARY CARE

Affiliated with Southeast Medical Group

4700 NELSON BROGDON BLVD
#250, BUFORD, GA 30518

日本語での診察内容

- ▶ 一般内科 / 小児科
- ▶ 健康診断 入学用健診
- ▶ 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。

Hiroyuki Tada, NP-C

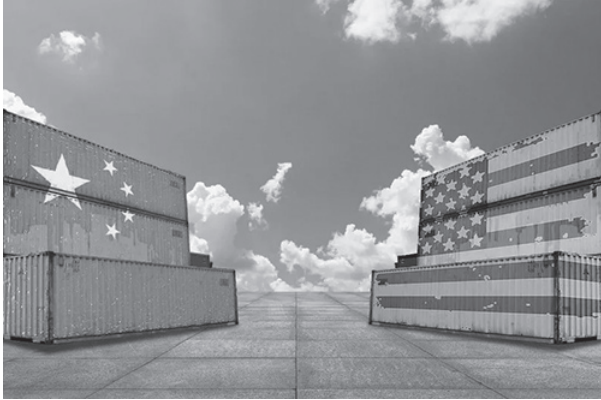
多田 広行

ご予約、ご質問は下記電話番号までお問い合わせください。
(留守電にお問い合わせ内容、電話番号を日本語でお願いいたします。折り返しお電話させていただきます。)

678-341-6380, Extension: 2353

米国の輸入先、中国が15年ぶりに首位を失う

米国の輸入相手国ランキングで、これまで首位だった中国が、メキシコとカナダに抜かれ、3位に順位を落としたことがわかった。わずか5年前には米国における総輸入額の20%以上を占めていた中国が、驚くほど急落したかたちだ。



米国勢調査局の最新データによると、2023年1月から5月までの期間において、中国からの輸入額が、米国の総輸入額に占める割合は13.35%だった。一方でメキシコの割合は16%、カナダも15%に達した。中国は、14年間連続で守ってきた米国の輸入相手国トップの地位を明け渡したことになる。

中国にとっては、中国からの輸入品にひろく追加関税を課すトランプ政権の政策に加えて、新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の世界的なパンデミックによって、原材料と完成品の両方に関して中国に過剰に依存するリスクが顕在化したことが、ダブルパンチになった格好だ。

現在、コロナ禍によるサプライチェーンへの影響はおおむね沈静化したものの、バイデン大統領は、トランプ前大統領が課した中国への追加関税をそのまま維持している。

中国からの輸入額が大幅減になったことで、輸出入の両方で米国にとって最大の貿易パートナーとなったメキシコは、さらにその地位を確かなものとした。さらに、米国の貿易玄関口として、メキシコとの貿易拠点であるテキサス州ラレド(メキシコとの国境で最大の内陸港)も、トップの座を確実にした。これまで、空港と海港を合わせた米国の国際貿易拠点の取扱額ランキングで長く首位の座を保ってきたロサンゼルスと、中国からの輸入品が多くを占めていたシカゴ・オヘア空港を引き離れたかたちだ。

米消費者物価指数、12カ月連続で鈍化

米労働省が12日発表した6月の消費者物価指数(CPI)は前年同月比3%増に鈍化した。

エネルギー価格高騰の影響でインフレ率が9.1%に跳ね上がった昨年6月から急激に減速した。1981年11月以降の年間の数字としては最も早い減速ペースとなる。CPIで計測するインフレ率は12カ月連続で緩和しており、今回は2021年3月以来の低水準となった。

過去2年間、根強い物価上昇で購買力や月々の家計を圧迫されてきた消費者にとっては、今回のデータは歓迎すべき傾向を示している。



アイオワ州グリネル大学のウィリアム・ファーガソン教授(経済学)は、「以前ほど物価上昇を心配しなくてもいい状況だ」と語った。

金融情報会社リフィニティブによると、3%増という6月の年間インフレ率は5月の4%増から減速しており、エコノミスト予想の3.1%増をわずかに下回る結果となった。前月比では0.2%増で、5月の0.4%増よりも冷え込んだ。

ガソリン価格は5月から1%上昇したが、前年比で見ると27%近い下落。食品価格は前年同月比5.7%、食料品店の小売価格は同4.7%増だったが、外食の方が高づく状況は変わらず、自宅以外での食品価格は前年同月比7.7%増となった。

バイデン大統領は7月12日、「これこそバイデノミクスの成果だ」とコメント。「今回の報告書は経済が力強さを保ちつつも、物価は下落しているという新たな心強い証拠となる」との認識を示した。

食品やエネルギー価格を除いたコアインフレ率も前年同月比4.8%増、前月比0.2%増に落ち着いたが、連邦準備制度理事会(FRB)が今月下旬の会合で利上げを思いとどまるほどではないかもしれない。

LIHGA

HAIR SALON

MENU

- 男性カット.....\$ 45
- 女性カット.....\$ 57
- 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

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)

おかげさまで 32 周年



ウィンターズチャペル幼稚園



ウィンターズチャペル幼稚園は、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。

ジョージア Pre-K クラス

4 歳児・5 歳児 若干名募集

今年も 8 月 8 日からクラスがスタートいたします。
若干名の空きがありますので、是非お申し込みください。

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
年間授業数：	180 日間
授業時間：	午前 8 時 30 分より午後 3 時まで
授業料：	無料（ただし食事代は必須です）
先生：	リードティーチャー 1 名（アメリカ人） アシスタントティーチャー 1 名（日本人）
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 6 時半まで可能

- 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
- 1 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

担当：新井まで 770-394-3242

世界主要都市のオフィス価値

リモートワークの普及により、世界主要都市のオフィスビルの価値は2030年までに8000億ドル（約110兆6470億円）吹き飛ぶ可能性がある——。そんな報告書が7月13日に発表された。パンデミック（新型コロナウイルスの世界的大流行）収束後の空室率の上昇や賃料下落が背景にある。



米マッキンゼー・グローバル・インスティテュートが発表した報告書によると、出社率はコロナ禍前の3割の水準で落ち着いており、毎日出社している従業員は37%にとどまるという。

今回の調査結果は、パンデミックで働き方が長期的に変化し、商業不動産の価値が打撃を受けていることを改めて示すものだ。先月には英金融大手HSBCが、グローバル本社の規模を半分に縮小する計画を発表。威容を誇るロンドン東部カナリーワープの本社ビルを離れ、市中心部のより小さなビルに移転する方針を明らかにした。

マッキンゼーは「ハイブリッドワークはこのまま定着する」「超大都市の都市部にある不動産は大きな課題に直面しており、こうした課題が都市の財政健全性を損なう可能性がある」と指摘する。

マッキンゼーは今回、世界の都市部の国内総生産（GDP）に偏って大きな割合を占める北京、ヒューストン、ロンドン、ニューヨーク、パリ、ミュンヘン、サンフランシスコ、上海、東京の9都市を調べた。これらの都市で見込まれる8000億ドルの評価減は、2019年の水準から26%減に相当する。より厳しいシナリオを採用すると、減少幅は42%に上る可能性もあるという。

マッキンゼーは「金利上昇で問題が悪化し、価値への影響がさらに大きくなる可能性もある」「同様に、経営難の金融機関が融資対象や自社所有の不動産の価格をより迅速に引き下げる決定を下せば、影響が拡大する可能性がある」と指摘している。

今年のペルセウス座流星群を見逃さない6つの理由

先日始まった今年のペルセウス座流星群は、アウトドア派や天文愛好家を沸き立たせている。最高の状態で観測するには、8月13日のピーク（極大）に暗い夜空が広がる場所に向かう計画を今から立てる必要がある。米国流星学会（AMS）によると、晴れていれば、ピーク時には1時間あたり50～75個の流れ星が見られるはずだ。以下に、去年とは違う今年のペルセウス座流星群が、人々の期待を集めている理由を説明しよう。

1. 夜空がとても暗い

極大日は新月（8月16日）のわずか数日前に当たり、月明かりがほとんどない。月が昇った時でも、その輝面比はわずか8%だ。これは2022年とは大きく異なる。今年の流星群のピークは満月と重なり、月明かりが夜空を一晩中照らし続けていた。

2. 流れ星が明るい

遅くまで起きていればいるほど、ペルセウス座流星群は明るくなる。午前2時ごろになると、放射点のあるペルセウス座は高くまで昇り、非常に暗い領域に来るので、流れ星が最も明るく見える。目を暗いところに慣らすのを忘れなく（スマートフォンを見たい誘惑に負けないように）。

3. 「火球」の出現も

米航空宇宙局（NASA）によると、ペルセウス座流星群は、通常の流星よりも明るくて長く続く「火球」が観測できることでも知られている。これは、母天体のスィフト・タートル彗星から出て地球の大気に衝突するちりの塊が、他の流星群より大きいことが理由だ。

4. 天の川が見える

8月は北半球の夜空で天の川を見るのに最適な時期だ。南を見れば、天の川が一晩中動いていくのが見えるはずだ。

5. 極大が長い

Sky At Nightによると、ペルセウス座流星群の極大は16時間と特に長い。できるだけ多くの流れ星を見るには、極大の夜の観測がベストだが、前後の数日間にも十分な数が見えるはずだ。ただし、極大が過ぎると、流れ星の数は約半分に減る。

6. さらに2つの流星群が出現

ペルセウス座流星群が8月13日にピークを迎える中、別の2つの流星群も時折、流れ星を生み出す。この時期には、明るい火球で知られるやぎ座 α （アルファ）流星群と、みずがめ座 δ （デルタ）南流星群も見られるため、夜空に現れる流れ星が少し増えるかもしれない。



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

お問い合わせはさおりまで

Bunkado.sl@gmail.com



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。

Pleasant Hill Rd

Steve Reynolds Blvd

Satellite Blvd

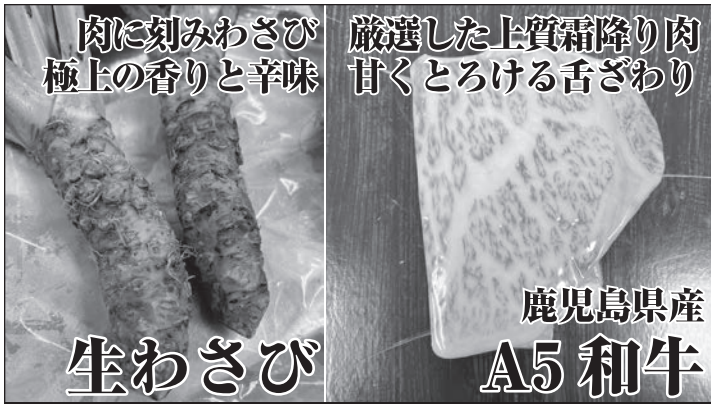
Exit 104

103

85

★Nukoa Plaza 2F

3230 Steve Reynolds Blvd. #206 Duluth, GA 30096



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

技術力と”3Sサービス”

山本自動車

信頼

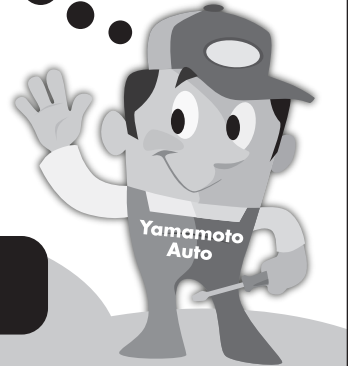
親切

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
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

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

Website: www.yamamotoauto.com

秋~年末年始の日本行き航空券 お問い合わせはお早めに! ★空席に限りがございます!

この夏一時帰国される方も、保険からJRパスまで準備はお早めに!

旅行保険



旅行中の急なトラブルも旅行保険があれば安心!
旅行プランに合わせて
お選びいただけます。



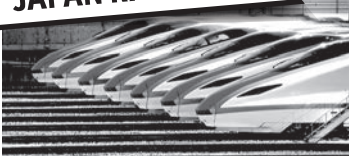
Wi-Fi・SIMレンタル



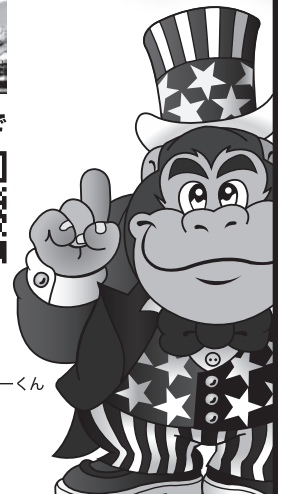
一時帰国中の通話やネットも快適に!
アムネット特別価格で
ご利用いただけます。
★SKYGOをご利用の場合は
クーポンコード「AMNETNY」
をご入力ください。



JAPAN RAIL PASS



アムネット特設サイト(英語版のみ)で
オンライン購入ができる
ようになりました!
★ご出発が2週間以内の方は
お電話にてお問い合わせくだ
さい。



アムニーくん

日本行き航空券から国内・海外パッケージツアーまで旅行のことならアムネットにお任せ!



amnet-usa.com



Toll Free 1 (800) 929-2663



<日本行き航空券>
<パッケージツアー>

amnet@amnet-usa.com
vacation@amnet-usa.com

FOOD & HEALTH

バーガーキングの新商品、肉なしでチーズだけ 20 枚

ファストフード大手のバーガーキングがタイで発売したバーガーが話題を呼んでいる。ハンバーグなしで、スライスチーズだけが 20 枚はさんである。



「リアル・チーズバーガー」は 7 月 9 日、定価 380 バーツ (約 1500 円) に対して特別価格の 109 バーツ (約 440 円) で発売された。

バーガーキングは SNS 上で「これはジョークではない。リアルだ」と宣伝。動画投稿アプリ「TikTok (ティックトック)」には、さっそく食べてみたというユーザーから続々と動画が上がった。

バンコク市内の店舗では 7 月 11 日、売り切れにならないように宅配の注文受け付けをストップしなければと話す店員の声が聞こえてきた。

SNS で見かけて初めて注文してみたという 20 代の女性は、チーズは大好きだが「ちょっとやりすぎ」だとコメント。「半分しか食べられない」とティッシュで口元をふき、次回からはいつものダブルチーズバーガーに戻ると語った。もう 1 人の女性客も「チーズの入ったバーガーは好きだが、こんなにたくさんはいらぬ」と話していた。

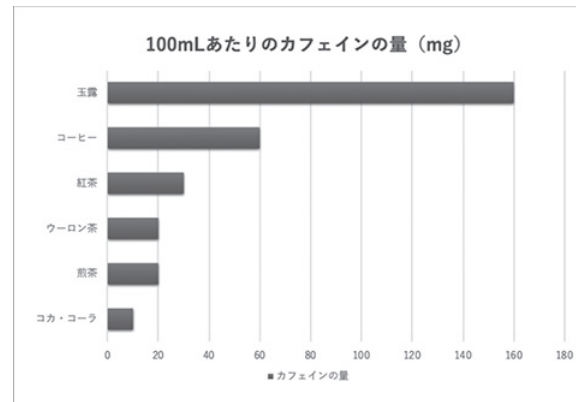
タイのバーガーキングのメニューには、ヘルシー志向の消費者向けに、サーモンかつバーガーもある。

世界各地で最近、ファストフードチェーンが SNS での拡散を狙い、変わったメニューを発売する例が目立っている。

癒し効果だけではないコーヒーの魅力

自然の中で五感を解放して過ごす、キャンプや山登り、バーベキュー前はコーヒーを飲むことにより、脳卒中や 2 型糖尿病、大腸がんや肝がんなどの予防になる！と健康に悪いと言われるコーヒーでしたが、今では身体に良いとされ、意識的に飲んでいる人もいるかもしれません。

カフェインを飲むことにより、寝れなくなってしまったり、気持ち悪くなってしまったりする人もいます。自分の体調に合わせて飲んで頂きたいコーヒーですが、研究機関によると、成人は 1 日に 400mg のカフェインを摂取することができると発表されています。コーヒーは 100mL あたり 60mg のカフェインがあるので、コーヒーカップ約 4 杯分になります。しかし、下のグラフを見て頂くと分かるように、お茶や炭酸飲料にもカフェインが含まれています。



カカオで作られているチョコレートやココアにもカフェインは含まれるので、想像している以上にカフェインを摂取してしまう可能性があるのを気を付けましょう。

カフェインとお昼寝の相乗効果

コーヒーに含まれるカフェインとポリフェノールは病気予防だけではなく、美容にも効果的だと言われています。では、どんな時にコーヒーを飲めば良いのでしょうか。

午前中から仕事をして、お昼ご飯を食べた後は疲れも相まって眠くなってしまいますよね。そんな時は、お昼寝がおすすめです！短時間のお昼寝は、夜の睡眠の 3 倍の効果があるとされています。

でも、そのままお昼寝をするわけではありません！お昼寝をする前に 1 杯のコーヒーを飲み、10 分から 20 分ほどの短いお昼寝をします。

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

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

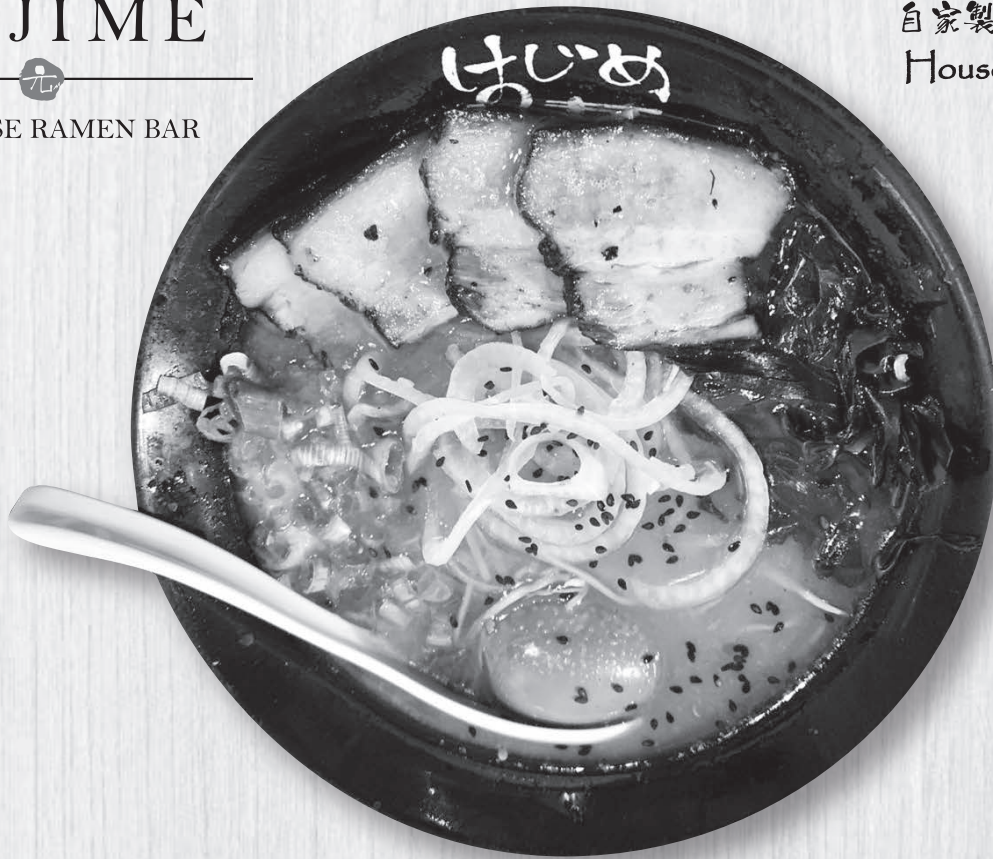
678-471-9505
お問合せ・ご予約は日本語でマユミまで

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

カフェインが効き始めるのはコーヒーを飲んでから 20 分後なので、お昼寝から起きるとちょうど良いタイミングでスッキリします。カフェインには覚醒作用があるので、その後のお仕事もスムーズに進めることができるでしょう。

さらに、睡眠時間中に、成長ホルモンが分泌されてコラーゲンが作られ、ハリや弾力も回復されると言われるので、美肌効果抜群です。

また、目や筋肉の疲れが取れるので、肌の血色も自然と良くなりますので、是非お昼寝をする前に 1 杯のコーヒーを飲んでみてください。

脂肪燃焼させたい人は必ずコーヒーを！

コーヒーに含まれているカフェインとポリフェノールは体に蓄積された脂肪を分解・燃焼する働きがあります。



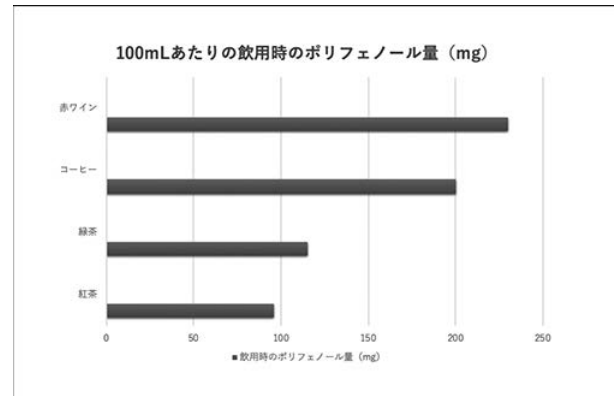
普段の食事をした後、30 分以内にコーヒーを飲むと、先ほど食べた食事の脂肪吸収をより抑える効果があります。しかし、時間が過ぎてしまうと脂肪吸収の効果が半減してしまうので、食後 30 分以内に摂取しましょう。

また、運動前の摂取も効果的です！運動を始める 30 分～1 時間ほど前にコーヒーを飲むと、脂肪燃焼効率と運動のパフォーマンスが上がり、ダイエットの手助けをしてくれます。ウォーキングやジョギングなどの有酸素運動、筋トレの無酸素運動のどちらにも効果的です！しかし、コーヒーに含まれるタンニンという成分により貧血を起こしてしまう人もいますので、飲みすぎには注意しましょう。

そして、よく知られているコーヒーの利尿作用は、体内の老廃物の排出を促進させる効果があるため、むくみが気になる人にも効果的です。

シミやしわにも効果的！

ポリフェノールは美容にいいとされ、一時期大ブームとなった赤ワインですが、次いでポリフェノール量が多いのは実はコーヒーなのです！



クロロゲン酸のポリフェノールには抗酸化作用があり、シミやしわを抑制する効果があります。

1 日 2 杯以上コーヒーを飲む女性は、紫外線による顔のシミが少ないという実験結果も報告されていますので、お酒が苦手な赤ワインを飲めない人でも、コーヒーであれば手軽にポリフェノールを摂取することができるのです！

美容に良いコーヒーはどんなコーヒー？

カフェなど、どこでも提供しているコーヒーですが、どのようなコーヒーが一番美容に良いのでしょうか。

大きくわけて、インスタントコーヒーとドリップコーヒーがありますが、カフェインだけを見るとどちらも変わりません。

そのため、眠気覚ましの為にコーヒーを飲むのであれば、インスタントコーヒーが手軽なのでおすすめです。

しかし、美容のためにコーヒーを飲むのであれば、ドリップコーヒーがおすすめ！なぜなら、抗酸化作用があるクロロゲン酸がインスタントコーヒーよりもドリップコーヒーの方が多いのです。

また、クロロゲン酸は熱に弱く、焙煎すればするほど他の成分に変わっていくので、クロロゲン酸が一番多く含まれているのは、浅煎りとなります。

風味を楽しめて、リラックス効果もあるドリップコーヒー！ぜひ、ドリップコーヒーの匂いの効果で癒され、日々の疲れやストレスを消散しましょう！

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
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



3232 Peachtree Rd. Suite B
Atlanta, GA 30305 (Studio 131)

ご予約、お問合せは日本語でどうぞ
404-824-5403 (テキスト可)

アロマセラピー

—緊急時の備えにエッセンシャルオイルを—

ここ数年各地で自然災害が非常に増え、非常時、緊急時の備えや蓄えを意識し始めた人も多いかと思います。さらに3年前にコロナを経験し、緊急時に医者にかかるということがどれだけ大変かということを実感した人も多いことでしょう。緊急時に医者にかかりたくてもかかれない、そんな時どうしたらいいのでしょうか。アロマセラピーは単なるリラクゼーションだけにとどまらず、緊急時の備えとして大変役立ちます。今月は緊急時の備えに最適なエッセンシャルオイルを8つご紹介します。

ラベンダー

万能オイルとして知られるラベンダーは緊急時の備えに欠かせないエッセンシャルオイルです。リラックス効果があり、不安解消、ストレス解消、安眠などに効果があることでよく知られています。軽度の火傷、発疹、切り傷、擦り傷の治療や、炎症や痛みを軽減するのに役立ちます。虫刺されや蜂刺されなどにも効果があります。局所に塗布したり、香りを嗅ぐことで効果を発揮できます。

ティーツリー（メラルーカ）

ティーツリーのエッセンシャルオイルは抗菌、抗ウイルス、抗真菌作用があることでよく知られています。自然の抗生物質とも言えるので、応急処置キットには最適なエッセンシャルオイルです。擦り傷、傷、皮膚感染症の治療に局所的に使用することができます。ディフューザーなどで使用することで風邪などの呼吸器の感染症の予防にもなります。食品添加物として認められている場合は内服も可能です。

ペパーミント

清涼感のあるペパーミントは冷却効果があり、頭痛、偏頭痛、発熱などの軽減を助けてくれます。また吐き気、嘔吐、消化不良、食中毒などの消化器系の症状に効果を示してくれます。気分が沈んだ時やイライラしている時に使用することで感情のコントロールを助けてくれます。キャリアオイルで希釈して局所の使用したり、芳香用に使用できます。食品添加物として認められているオイルは内服が可能です。うがいに使用したり、カプセルに入れて内服することで口臭を予防することができます。



ユーカリ

ユーカリのエッセンシャルオイルは呼吸器系に効果があり、緊急時の備えに最適なオイルです。うっ血除去作用と殺菌作用があるため、咳、去痰、風邪、副鼻腔炎の炎症などに役立ちます。キャリアオイルなどで希釈して局所に使用したり、芳香用に使用できます。

レモン

レモンは緊急時の備えにはなくてはならない一本でしょう。洗浄力と浄化作用があることでよく知られおり、表面の洗浄や軽度の切り傷、擦り傷の治療に最適です。免疫システムを強化し、咳や風邪などの呼吸器系の問題を軽減するのにも役立ちます。胸焼け、消化不良、二日酔いなど、消化器系にも作用します。局所的に使用したり、芳香用に使用できるほか、食品添加物として認められているオイルは水などに入れて内服することも可能です。光毒性があるため、皮膚への使用後は12時間は直射日光や紫外線をさけてください。

フランキンセンス

フランキンセンスは強力なオイルで、緊急時の備えに大事なエッセンシャルオイルです。抗炎症作用や鎮痛作用があることでよく知られており、さまざまな病気の治療に最適です。免疫システムを高め、喘息やアレルギーなどの呼吸器系にも働きます。内面的な問題から外的な問題までさまざまな用途で作用があるため、何を使っているか迷った時にはフランキンセンスを使えば間違いがないほど万能なエッセンシャルオイルです。局所に使用したり、方向性で使用できるほか、食品添加物として認められているオイルは内服することも可能です。

オレガノ

強力なエッセンシャルオイルであるオレガノは、抗菌、抗真菌、抗ウイルスがあることでよく知られています。皮膚感染症、切り傷、創傷の治療に局所的に使用ができます。ディフューザーを使用することで風邪やインフルエンザなどの呼吸器感染症の予防と治療にも使用できます。敏感肌にはキャリアオイルなどで希釈してから使用します。食品添加物として認められているオイルは内服することが可能です。

ローズマリー

抗酸化作用と抗炎症作用があることでよく知られており、免疫システムを強化し、さまざまな病気の治療に最適です。また記憶を司る脳に働きかけることができ、痴呆症やアルツハイマー症などの治療にも効果的です。局所に使用したり、芳香に使用するほか、食品添加物として認められているオイルは内服することも可能です。

- * エッセンシャルオイルは基本的には全てのオイルにおいて内服することはできないのですが、ごく一部のメーカーに限り食品添加物として認められている種類のオイルのみ内服が可能です。必ず確認してから内服してください。
- * 刺激あるエッセンシャルオイル(ペパーミント、ユーカリ、オレガノなど)はキャリアオイル(たとえばココナッツオイルやホホバオイルなど)に混ぜて希釈してからご使用ください。また6歳以下の子供や敏感肌の方にはどのオイルも希釈してから使用することを勧めます。
- * いくつかのオイルをブレンドして使用することが可能です。相乗効果もあります。

いかがでしたか？エッセンシャルオイルは何千年もの間、治療と薬効のために使用されてきました。多用途で使いやすく、保存期間も長いので、緊急時への備えに加えるのに最適です。エッセンシャルオイルをぜひ身近なものにしてください。

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会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



ぶらい アトランタ

Japanese Life Store

日本がやってきた！

日本で化粧品や雑貨を大量買ってアメリカに戻ってこられた方も多いと思います。毎回荷物が増えてしまい大変でしたよね。しかし、今後はもっと軽い荷物で渡米できるかもしれません。なんと、つい最近、日本の化粧品や雑貨が手に入るお店がアトランタのDuluthにできたのです！早速ご紹介したいと思います。

アトランタには本屋やビデオ屋などもあり、日本のお店が並んでいるモールもありましたが、どんどんなくなってしまっていました。最近は新しいお店も増えて、どんどん便利になってきていて、とてもうれしいです。

どのお店も、正直、初めてのボリューム感のラインナップです。本当に日本にいるみたいです。慣れ親しんだ日本の商品がずらりと並んでいます。是非、プチ日本旅行気分を味わってみてください。



TESO Life (特搜商城)

化粧品はプチプラコスメから、ハイエンドなものまで、まさに日本の化粧品コーナーにいるみたいです。生活用品は、ハンドソープ、掃除グッズ、洗濯用品もかなりの品ぞろえ。食品も、レトルト食品、インスタント食品、調味料とたくさんあり、お菓子も圧倒的なバリエーション。もちろんキッチン用品、文房具もあります。

日本のUFOキャッチャーもあり、沢山の若者たちでにぎわっていました。フィギアや大人気のミニフィギアのソニーエンジェルもおいてあります。かわいいので私もつい、購入してしまいました。

NYには5店舗、テキサスにもお店があるとのことで、価格的にもかなりリーズナブルな感じがしました。



TESO LIFE

2180 Pleasant Hill Rd SUITE F, Duluth, GA

<https://www.tesolife.com/en>



Kinokuniya (紀伊国屋)

まだソフトオープンとのことでしたので、本は、ミック・マンガなどの現地人向け J-POP カルチャーが中心でした。文具は日本製品は品質が良いので、沢山の人が買い物求めていますし、キャラクター雑貨などは、見ているだけでも楽しい！ジブリのグッズもありました。

一番人気なのは、キャラクターのぬいぐるみ（プラッシー）だそうです。こちらにもフィギアが沢山おいてあります。ここにも沢山のソニーエンジェルがいました。大人気なんです。ちなみにキューピーちゃん似ですが、別物だそうです。

Ebisu (e 佰搜)

日本の雑貨、食料品、化粧品などを取り扱っています。ドラゴンボールの巨大フィギアがとても素敵です。お店自体はそこまで大きくないものの、中々手に入らない商品がずらりと並んでいます。

ギフトボックスにはいったお菓子やお茶、DHC のサプリメントなども売っていて、まさにドラッグストアですね。和食器なども売っています。ガチャガチャが入り口にあって、これって日本のまさにカルチャー！子供のころ集めていたよね。アメリカでも大人気。



Kinokuniya

10820 Abbotts Bridge Rd #1000, Johns Creek, GA 30097

<https://usa.kinokuniya.com/>

Ebisu Life Store

3350 Steve Reynolds Blvd Unit 201, Duluth, GA 30096

<https://www.usebisu.com/>



アメリカ生活でも日本食材・雑貨が身近になる

トマト2 宅配サービス

【対応エリア】 AL州、KY州、SC州、TN州、MS州

【配送料】 1回のご注文に付き、お一人様\$5.00

【ご注文額】

共同購入 5名様以上でご利用：お一人様\$50.00以上より

5名様以下でご利用：お一人様\$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 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 Web: tomato-2.com

The Japan-America Society of Georgia
**2023 Annual Dinner Gala
 & Mike Mansfield
 Awards Ceremony**

ジョージア日米協会
2023年度 年次晩餐会
 マイク・マンズフィールド賞授賞式

HONORING
 AWARD
 RECIPIENTS




**Day
 Lancaster** **Yumiko
 Nakazono**

WEDNESDAY, AUGUST 30, 2023
8月30日(水) 6:00PM-9:00PM

PIEDMONT DRIVING CLUB
 1215 PIEDMONT AVENUE NE
 ATLANTA, GA 30309

BLACK TIE OPTIONAL

JFC INTERNATIONAL INC
 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

100%新潟県産限定農家

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。



AYA NISHIKI
 彩錦
 100%
 JAPAN GRAIN
 100%
 NET WT. 11 LBS. (5kg)
 PRODUCT OF JAPAN

KEEPING AYA NISHIKI FRESH AT ALL TIMES
 TEMPERATURE CONTROL

GLUTEN FREE
 NON GMO





SMOKED PORK SAUSAGE 10oz
 あらびきソーセージ

SMOKED SPICY PORK SAUSAGE 10oz
 ビリ辛あらびきソーセージ



VEGETABLE SPRING ROLL 15oz
 野菜たっぷり春巻き

A Perfect Meal Solution!

完璧な一食のソリューション!



BOWL BIBIMBAP 6.82oz
 Korean style vegetable rice bowl with spicy sauce & sesame oil
 韓国風ビビンバ



Wismettac
 Wismettac Asian Foods Inc

www.wismettacusa.com



アトランタ in-Town News

紫色の UBE(ウベ)って何？

最近はやりの紫色の UBE(ウベ) 味の食べ物。日本にあまりなじみのないウベとは一体どんなものなのでしょう。

ウベとはフィリピン語でだいじょ(紅山芋)のことで、紅芋よりも粘りがあり鮮やかな紫色とまろやかな風味が特徴的な味わいです。主に暖かい地域が産地となり、アフリカやアジア、オセアニアなど広い地域で栽培されているそうです。

山芋のように粘りが強いのが特徴でウベ自体には甘味はほぼありませんが、甘みを加えスイーツとして楽しめることが多い食材です。

フィリピンの「ハロハロ」などスイーツに使われる事が多いのですが、最近ではクッキーやアイスクリームなどのスイーツをメインに多岐にわたって使用されています。

代表的なのはウベ味のアイスクリームです。これは、フィリピンの有名スイーツ、ハロハロにも欠かせないものです。

Trader Joe にもこのウベのアイスクリームや、Ube Mochi Pancake & Waffle Mix が売っています。このパンケーキミックスをブラウニーみたいに焼いて食べてみましたが、もちもち感があってとても美味しかったです。

その他にも、フィリピンベーカリーに行くと、ウベのケーキやクッキーは勿論のこと、ウベがたっぷり練り込まれた紫色のパンの中に、少し甘みのあるクリームチーズが入っているパンが売っていますが、これがとても美味しい。食べ過ぎたらいけないと思いつつ止まらない美味しいパンです。

Ube のアイスクリームは Buford Farmaerd Market でも売っています。ご興味のある方はご近所のフィリピンベーカリーを Google してみてくださいね。





きちんとおいしく作れるレシピ

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

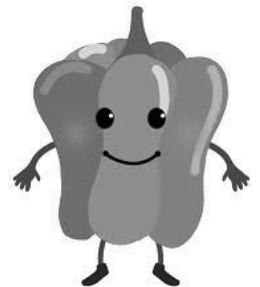
厚揚げと牛こま肉の すき焼き煮

材料 (2人分)

牛肉(こま切れ).....	200g
厚揚げ.....	1丁
白ネギ.....	1本
<合わせ調味料>	
みりん.....	大さじ3
砂糖.....	大さじ1
しょうゆ.....	大さじ3
だし汁.....	50ml



1. 牛肉は大きければ食べやすい大きさに切る。厚揚げは8等分に切る。白ネギは斜め薄切りにする。<合わせ調味料>の材料を混ぜ合わせておく。
2. フライパンに(1)を全て入れ、中火で煮る。牛肉に火が通り、白ネギがくったりしてきたら火を止めて器に盛る。



夕飯やおつまみにも！厚揚げと牛こま肉のすき焼き煮。10分ほどで、サッと作れてボリュームのある煮物です。厚揚げは節約にもなる、万能食材なのでおすすめです。

バイリンガル求職者の 就職・転職事情

形は変わりながらも、徐々にパンデミック前の動きに近くなってきた2023年。今年、そしてそれ以降、どんなスキル、業界が成長していくのでしょうか？将来を見据えた視点から自分のキャリアを考えることで、キャリアアップのためにより適切な方向に力を注げるようになります。それでは、トレンドを見ていきましょう。

引き続き、ソフトスキルは非常に重要視されます。コミュニケーション能力やリーダーシップなどは、どの業界においても求められるスキルです。その一方で、デジタルリテラシーも欠かせないスキルとなるでしょう。企業が業務のデジタル化をし続けている中で、従業員はデジタルツールの使い方やオンラインプラットフォームに適応し、操作に慣れ、使いこなすことが求められます。人工知能や機械学習の進化により、データリテラシーがこれまで以上に重要となるでしょう。また、データを解釈し、情報を元にした意思決定ができる従業員は、とても重宝されます。

将来を見据えた時、気候変動への意識の高まりや持続可能な解決策の必要性から、再生可能エネルギー分野が成長していく見込みです。太陽光発電や風力エネルギー、電気自動車、エネルギー効率に関わる仕事が多くなる見込みです。また、高齢化社会やウェルネスの観点から、医療業界も更に拡大し続けます。また、テクノロジーの分野も急成長を続けるでしょう。AI、機械学習、サイバーセキュリティの分野が進むにつれ、技術職の需要が高まります。

これらのトレンドを考慮すると、データサイエンティストやデータアナリストは高い需要が見込まれます。企業は膨大なデータを理解するためのサポートをいつも必要としているためです。企業は、サイバーの脅威から、自分たちの資産であるデジタルデータを保護することを重要視しているため、サイバーセキュリティの専門家も引き続き需要が高いでしょう。

う。医療の分野では、看護師、医療及び健康関連サービスのマネージャー、理学療法士等の需要が高まるでしょう。再生可能エネルギー分野では、太陽光発電設置技術者や風力タービン技術者のようなニッチな技術や経験を必要とする仕事が増加すると見込まれます。

常に変化する求人市場ですが、就職活動をする際は、情報を把握し、企業が必要とすることに対して柔軟な姿勢を持ち、変化に適応できることがこれからのビジネスにおいて大変重要です。適切なスキルを身につけ、成長している業界を目指すことで、更に充実したキャリアを築くことができるようになるでしょう。

参照：JobSeeker News Hub: “Navigating the Future: Job Market Trends, Emerging Industries, and High-demand Skills for 2023 and Beyond”



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

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

☎ 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

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



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。

配偶者・学生の審査時間の短縮化

トランプ政権により打ち出された数々の移民政策のために、家族や学生滞在資格の延長・変更申請や就労許可書審査が大幅に遅れ、運転免許の更新ができない、また雇用が中断するなどの問題で訴訟が起こされてきました。それに対し、これまでに審査時間の長期化を改善するためとられた措置について説明します。

【就労ビザ】

家族の特急申請．特急申請の適用は短期非移民就労ビザでは E-1, E-2, E-3, H-1B, H-3, L, O, P, Q, TN に限られており、特急申請料金 \$ 2500 を支払えば 15 営業日以内に審査されます。ところが、トランプ政権により家族の申請に指紋押捺が義務付けられたために、家族の審査時間が非常に長引いていました。その為に、州によっては運転免許の更新に支障が出てくることもあり、子供の学校の送り迎えにも影響がでていました。バイデン政権はそのように家族の申請の遅れを改善するために、2021 年 5 月には H-4, L-2 または E ビザの家族の指紋押捺義務を 2023 年 5 月 17 日まで一時的に停止しました。その後、指紋押捺の一時免除措置は 2023 年 9 月 30 日まで延長されました。

配偶者の就労許可証．家族の延長申請提出時に L2 や H4 配偶者は就労許可証も同時に申請できました。しかしながら、H1B や L 1 保持者が特急申請で滞在資格延長・訂正申請 (I-129) を提出しても、家族の申請は特急扱いされないために、配偶者の就労許可証の審査時間も非常に長引いており、審査中に古い就労カードが失効し就労が中断されるなど問題が発生していたために、移民局に対して訴訟が起こされました。これに対する和解策として、2021 年 11 月には、L と E の配偶者は、I94 のビザ滞在資格に L2S, E1S, E2S と配偶者を示す "S" の文字を追記することで、就労許可証を申請しなくても就労できるようになりました。また、H-4 配偶者も I-94 が失効する前に滞在資格の延長と就労許可証申請を提出した場合は、審査中も就労許可の期限が最長で 180 日間自動的に延長されるようになりました。

また、2023 年 1 月 19 日には、家族の申請書類の審査に関しては、トランプ政権以前の方針に戻すことになりました。つまり、H-1B, L1, E などの短期就労ビザ保持者が特急で申請した場合、その家族も一緒に滞在資格延長・変更申請や就労許可書申請を提出すれば、就労ビザ保持者の申請と同時に審査されることになりました。これにより家族の滞在資格と配偶者の就労許可申請の審査も早まることになりました。

【学生ビザ】

滞在資格変更．2023 年 6 月 13 日より、F-1, F-2, M-1, M-2, J-1、または J-2 ビザカテゴリーへの滞在資格の変更申請中の申請者は、普通審査から特急扱い (I-907) へのアップグレードを要請することができるようになりました。また、2023 年 6 月 26 日より、F-1, F-2, M-1, M-2, J-1、または J-2 滞在資格の新規申請は、申請書類 (I-539) を特急申請と一緒に提出することができるようになりました。基本申請料金 \$ 370 と指紋押捺費用 \$ 85 に加え、特急料金 \$ 1750 を支払うことにより 30 日以内に審査されます。



就労許可証．新型コロナウイルスの影響で 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 日より、雇用許可書 (OPT) の申請や理数系専攻用の STEM-OPT の延長申請中の学生は、普通審査から特急扱いへのアップグレードを要請できるようになりました。また、2023 年 4 月 3 日からは OPT や STEM-OPT の新規申請時に特急で申請することができるようになりました。基本申請料金 \$ 410 とは別途、特急料金 \$ 1500 を支払うことにより 30 日以内に審査されます。就労許可申請が承認されたら、1～2 週間以内に就労カードが発行され、普通郵便で郵送されます。承認から 30 日以内にカードが届かない場合は移民局のカスタマーサービスに問い合わせてください。



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はありません。一般的な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。

在外選挙の 制度と手続 について



在留届の提出も
忘れずに!



在外選挙登録資格

- 1 満18歳以上
- 2 日本国籍保有者
- 3 海外に3か月以上居住
(出国時登録申請者を除く)

同居家族による
代理申請もできます。



申請者の上記書類と署名入り在外選挙人名簿
登録申請書と申出書、代理の方の旅券を御用
意ください。

※申請書と申出書は領事窓口または総務省のホーム
ページから入手できます。

詳しくは、**在アトランタ日本国総領事館** TEL:(404)240-4300
在ナッシュビル日本国総領事館 TEL:(615)340-4300

Mail:ryoji@aa.mofa.go.jp
Mail:con1@nv.mofa.go.jp

または
外務省 在外選挙
検索まで。



登録・投票は簡単です

必要書類を準備し
申請書に記入、大使館、
総領事館窓口で登録申請

3か月の居住期間経過後に
大使館などから住所確認の
連絡を受ける

選挙人証の受取

用意する物

- ・旅券
- ・申請書
- ・居住している事を
証明できる書類
(在留届を提出済の方は
不要です。)



大使館
電話又は葉書

選挙人証



※選挙人証の受取までに3か月ほどかかる場合があります(申請時に3か月居住している場合のみ) ※選挙人証は郵送又は窓口での受取が選べます

在外投票は次の3つの方法から選択できます

在外公館投票



直接日本大使館・総領事館
(領事事務所)に出向いて
投票する方法。

郵便等投票



投票用紙等を事前に請求して、
記載の上、登録先の選挙管理
委員会へ郵送する方法。

日本国内で投票



一時帰国した方や、帰国直後で
転入届を提出して3か月未満の方は、
日本国内でも投票できます。

- 1 平成22年5月に憲法改正国民投票法が施行されました。在外選挙人証をお持ちの方は国民投票にも投票できます。
- 2 平成30年6月から出国時登録申請が始まりました。国外転出する際に市区町村の窓口で申請できます。
- 3 令和5年2月に最高裁判所裁判官国民審査法の一部を改正する法律が施行されました。在外選挙人証をお持ちの方は、国民審査にも投票できます。

外務省



聖書の言葉

By ますみ

人の心には多くの計画がある。しかし、主のはかりごとだけが成る。
箴言 19章 21節

人生には、思いもかけず、目の前で道が閉ざされることがあります。それは、誰もが、入試や就職試験、仕事、対人関係、その他、さまざまな事で経験したことがあるでしょう。今までその様な経験をしたことが無く順風満帆で生きて来たという人がいたら、その人はとても幸いな人です。ただ、その人も、これからそういう経験をすることもありません。その時の為の準備が大切です。信仰者の生活においても同様なことが起こります。神様から「No」を突きつけられたようで、とても厳しく感じます。

「No(ノー)」は、進路だけではなく、まるで、自分自身が否定されてしまったように感じてしまいます。自分の計画に反して、思ってもいない方向へ向かわなくてはならなくなった時、人は戸惑い、失望し落胆してしまいます。

しかし、神様は、私たちの為に、初めから完全な計画を持っておられます。進路が閉ざされたのは、自分の思いが、神様の思い(計画)と違っていただけです。神様は、我々を神様の完全な計画に引き戻し、正しく導いてくださいます。人生における「No」を、神様の意思として受け取りましょう。目の前の道が閉ざされたなら、開かれた道から進めばよいのです。別の、はるかに良い道が用意されています。

ある人は、彼の目の前の道が、次々と、塞がれていきました。進もうとすると、閉ざされていきました。そこで、自分の思いで自分のしたいことをするのを止め、「神様が、自分に何をさせたいと思っておられるのか」と、考えを変えました。彼がそのように考え、祈り始めると、目の前に一つのなすべき事が示され、道が開かれました。彼は、神様の思い(計画)を確認し、働き始めました。自分の思いで進んでいた時は、よく、途中で挫折し、行き詰まり、諦めて、投げ出していたのに、神様から始まった事は、成し遂げられていくことを体験しました。自分ではなく、神様から発されるということが大切です。

これから起ころうとすること、成すべきことの背後に、神様が働いておられるのだという認識の上に立つ時、「No」は「Yes」と同じ意味を持ち始めます。自分の人生に「No」が与えられても、そこで、自分に何が出来る、何をしようかと焦ったり、あるいは、あきらめたりしないで、神様が、必ず、最善の場所に導いて下さることを期待しましょう。マザー・テレサの言葉ですが、「無理なことをどうこう思い悩むのは、無駄なことです。出来ない事は、神様がお望みでないのだと思いなさい。」と。

「No」を体験して、成長するには、神様と語り合うことが出来るような良い関係が必要です。神様と良い関係を保持し、関係を深めていくことが出来るように祈りましょう。神様は御前に近づく者を決して拒否されません。
神は愛です。私たちは愛されています。



読書力

今月のテーマは読書力です。公文式国語の学習教材は高校大学レベルの読解力および要約力をつけるためにできている教材です。それともう一つの大きな目的は読書好きにするということです。言い換えると読書力をつけることにあります。今まで多くの生徒たちと接してきましたが、思考が豊かで、自分の考えをしっかりと持ち、学力がどんどん高くなっていく子はかなりの読書力を持っています。

よく親御さんはいい大学へ入れれば一応安心とばかり、大学入試には高い関心を持ち必死になって情報を集め、受験の準備にはお金と時間をかなり費やします。しかし、大学に入ってからのことを考えているのでしょうか？大学の勉強は、大量の本を読むことを前提として行われるのが普通なので、かなりの読書力を必要とします。

まだ、テレビやコンピューターゲームのない頃は、取り立てて、取り上げなくても読書はあらゆる世代の人々の中で生活の一部でした。江戸時代までさかのぼれば、日本はかつて読書力において世界最高レベルでした。農民や町民の識字率もそうとう高く、明治7年から翌年末まで日本に滞在したメーチニコフの回想記によれば、人力車夫や茶屋で見かける娘などが暇を見つけては本を読んでいたということです。現代は生活の一部というにはほど遠い生活を送っている方がほとんどではないでしょうか。とくに子供たちの環境はあえて読書を意識して取り組まなくてはならない状況にあります。

さて、では読書力があるということはどういうことでしょうか。読書力があるということは、食べることになぞらえて言えば、強い歯やあごを持っているということです。硬い食べ物は成長期に歯や顎を鍛えます。そして、鍛えられた歯と顎でその後の人生を生き抜いていけます。柔らかいファーストフードばかりを食べていれば歯や顎の発達は妨げられます。栄養を吸収しにくい身体にもなります。

これと同じことが読書にも言えます。硬い内容の本は敬遠され、アニメやゲームといった、軟らかい、自力で消化することを求めない食べ物へと向かう傾向が進んでいます。アニメは硬い読書と比較すればスープのようなもので、漫画はスナック菓子だと、斉藤孝先生は読書力という本の中で言っています。

読書の歯や顎は、鍛えられるべき成長期に鍛えられておくことで、一生の宝になります。児童文化はいわば離乳食のようなもので、推理小説、歴史小説、エンタテインメントもの、雑誌などわかりやすく読みやすい読書は乳歯レベルの読書です。歯が生え替わった後に鍛える本は文庫本や新書など、歯ごたえのある読書になります。

このように読書力は、ただ単に本を読むのではなく、段階を追って歯や顎を鍛えていくように、それに応じたレベルの内容で幅の広い本を読まなければ力はつきません。本を読んでいるからといって安心できるものではないのです。どんな内容をどのように読みこなしているかが読書力をつける鍵なのです。

読書力は人間形成にも深くかかわってきます。「本はなぜ読まなければならないか？」という問いには、「自己形成への最善の方法だから」と私は思うのです。読書の幅が狭いと、一つのことを絶対視するようになります。教養があるということは、幅広い読書をし、総合的な判断を下すことができるということでもあります。海外で日本語を母国語として育てたいなら、なおさらのこと、この読書力を正しくつけておおいに活用すべきです。限られた日本語環境のなかで読書を通して日本の世界を広げることができます。

最後に読書力はコミュニケーション力を格段にアップしてくれるものです。普通に会話をしている、読書力のある人とならない人とは、会話の質が変わってきます。最近の中高生の会話は脈略がほとんどない。会話のキャッチボールができないのです。親しい友人同士の会話ならそれも通用するが、それ以外の人を話す場合脈略のない話し方は通用しない。相手の言ったこととまったく無関係に「ていうか」という始まりで、まったく別の自分だけに興味のある話をしたならば、相手はうんざりしてきて人格さえも疑われるようになるのです。

脈略ある話し方は、相手の話の要点をつかみ、その要点を引き受けて自分の角度で切り返すことによってできるのです。この訓練は読書をすることによって身につきます。本を読解し要約力をトレーニングすることによって、相手の言っていることを自分の言葉に置き換えることができるのです。

ただ本を読んだり、読ませたりするのではなく読書力ということ意識して子供たちに接してみても良いでしょう。歯が生え変わるのに時期があるように人間形成にだいじな時期があります。公文式国語教材はこの読書力を効率よくつけることのできるカリキュラムです。

参考図書（読書力） 斉藤孝著





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



SAVE THE DATE



JAPANFEST ATLANTA 2023
SEPTEMBER 16-17
Experience Japan

GAS SOUTH CONVENTION CENTER
(6400 SUGARLOAF PKWY)

JULY: \$13
AUG-SEP: \$16
AT DOOR \$20

VISIT JAPANFEST.ORG FOR MORE INFORMATION



2023 JapanFest
Special Guests and Performers



YOKOHAMA

678-580-3455

5412-B Buford Hwy NE
Doraville, GA 30340

8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**



健康とカイロプラクティック

ストレッチブーム！？

こんにちは！ストレッチ・コーチの田口ひかりです。皆さん“ストレッチ”してますか？実は数年前位から世界的なストレッチブームが起っています。アトランタでもストレッチ専門のスタジオを見かけること多くなりました。なぜ今ストレッチブームなのでしょう？

皆さん、学生時代に「ストレッチは大切」「運動前後はストレッチをしましょう」と体育の先生や、部活動の監督に言われた経験があると思います。若いころは、ストレッチなんてやる意味ないと思って適当にやったり、やってるフリをしていた方も多いと思います。それもそのはず。若いころは1日にどれだけ運動しようが、椅子に長時間座って勉強しようが、極端な話、寝れば次の日には何事もなかったかのようにスッキリ身体がリセットされます。そんな学生の時期にストレッチの重要性なんてわかるわけがありません。

しかし、年齢を重ねると話は別です。運動すれば怪我や筋肉痛。デスクワークが長ければ肩こり、腰痛、頭痛 etc...いくら寝ても疲労がとれない...そんな日々が増えます。若い頃には考えられなかった症状が今は当たり前のようにある現実。当院の患者さんの中にも「もう年だからしょうがない」と言って、肩こりがあるのも体が硬いのも年齢のせいになっている方が多いです。しかしこれは本当に年齢のせいなのでしょう？

本来、首や肩・背中の筋肉の血行が正常であれば、筋肉に溜まった疲労物質はうまく代謝されます。しかし、長時間のデスクワークや運動不足が続くと、筋肉の緊張（硬直）状態が持続し、硬くなった筋肉によって血管が圧迫されます。血管が圧迫され血行が悪くなると、筋肉に酸素や栄養が供給されにくくなり疲労物質が分解されずに蓄積してしまいます。そして、この疲労物質によって肩の張りや重だるさ、痛みなどが引き起こされるというわけです。

また、「年をとって体が硬くなった」という話も同じです。柔軟性は体質ではなく、筋肉を使わない生活習慣が招くもの。加齢はほとんど関係ありません。普段は仕事で忙しく運動不足のお父さんが週末に子供と遊んで肉離れを起こしたとか、ぎっくり腰になったというケースはよくあります。それもそのはず、固く縮まったゴムをいきなり伸ばしたら切れてしまいますよね。

これらのほとんどは「年をとること」が原因ではなく「体を動かす機会が減ったこと」と「体を動かす機会が減ったことで硬くなった筋肉をそのままにしていたこと」によって引き起こされるものです。つまり、これらの症状は、筋肉の血行を促す運動と緊張した筋肉をほぐしてあげることで防げるものなのです。

この夏、私は勉強のために3つのストレッチスタジオのセッションを受けてきました。同じ部位の筋肉のストレッチでも私とは違うテクニックを使っていたり、道具を駆使したストレッチ方法など、とても参考になることが多かったです。また、セッション後は全体的に体が軽くなった感じで、その日の夕方のランニング時は太ももを引き上げる動作がいつもよりスムーズになったことを体感しました。

時々、こうして自分がストレッチを受ける側の立場になると、

自身のサービスの見直し、技術向上にもつながり、とても良い勉強になります。そして、何より私は筋肉を揉まれることで体がほぐれるマッサージよりも、ストレッチによって可動域が広がる感覚の方が好き！と再認識しました。

当院のストレッチは、ただ筋肉を伸ばすだけでなくトリガーポイントと云う、筋肉をほぐしながら伸ばすテクニックや、PNFという筋肉に力を入れながら伸ばすテクニックなど、患者さんの症状やニーズに合わせたストレッチを行っています。また、ご自宅でもできるストレッチ方法、症状や体のバランスの安定性を上げるための運動指導も行っています。

今まで運動習慣のない人が運動を始めるのはなかなかハードルが高いものです。しかし、ストレッチなら怪我の心配や、スペース、道具の必要もなく気軽に行えます。

ストレッチは、腰痛や肩こりを改善・防ぐだけではなく、運動時の怪我予防、代謝が上がることで痩せやすい体質になったり、免疫強化も期待できますよ。ぜひストレッチで柔軟性をあげて、健康な身体を手に入れましょう！

当院のストレッチセッションは初回半額です。お気軽にお試しください。



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

ストレッチ
やっています



Dr. Takashima Keiichi
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 9AM - 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

■ Roswell サテライトオフィス ■

675 Mansell Road, Suite 240
Roswell, GA 30076

(Alterna Health Solutions クリニック内)

WWW.YAJIMACHIRO.COM

教えて歯医者さん！

歯とお口に関するデンタルコラム

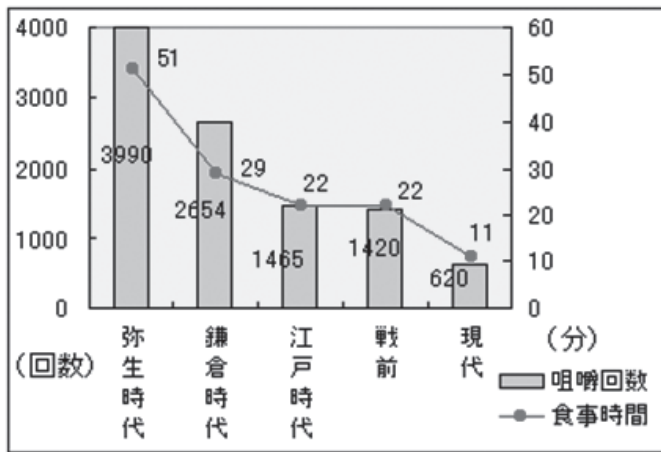


咀嚼について考えてみよう

咀嚼（そしゃく）とは、口に入れた食べ物を噛み砕き、唾液と混ぜ合わせて、飲み込みやすいかたまりにすることです。当たり前のように行っているかもしれませんが、顔の筋肉や舌の筋肉など、多くの器官が関わる複雑な運動です。しっかり咀嚼することで、唾液が分泌されやすくなるため、食べ物を飲み込む動作や消化、栄養の吸収を助けます。また、あごや舌の動きが活発になるため、噛むだけでなく話す機能の維持にも役立ちます。咀嚼は脳への刺激にもなっていて、脳の血流量を増やしたり、認知機能を向上させたりするためにも大切です。

しかし、現代の食事は柔らかくあまり噛む力を必要としないのに加え、現代人は食事にかかる時間も少なく早食いの傾向にあります。下のグラフは、神奈川歯科大学の齊藤滋名誉教授の研究で、時代別に食事内容を復元し、それに要した咀嚼回数を比較したものです。卑弥呼の時代の食事と現代の食事を比べると、噛む量が約1/6、所要時間で1/5、戦前と比べても噛む量は60%も減り、食べる時間は半減しています。

復元食による咀嚼時間と食事時間



(※齊藤滋神奈川歯科大学教授による)

復元食

時代	食事内容
弥生時代	もち玄米のおこわ、はまぐりの汁、長いもの煮物、かわはぎの干物、くるみ、栗のびる
鎌倉時代	玄米おこわ、里芋とわかめの味噌汁、いしんの丸干し、福干
江戸時代	麦飯、かぶの味噌汁、はまぐりの塩菜し、里芋とごぼうの煮物
昭和初期(戦前)	麦飯、野菜の味噌汁、たくあん、大豆の味噌炒め、人参と大根の煮物
現代	パン、コンスープ、ハンバーグ、スパゲッティ、ポテトサラダ、プリン

前述したように、噛む事は全身に様々な効用をもたらします。ここで、日本咀嚼学会が提案する噛む事の効用を、咀嚼回数の多かった弥生時代の卑弥呼にかけて表した「卑弥呼の歯がいろいろ」をご紹介します。(8020 推進財団ウェブサイトより)

ひ	肥満防止 よく噛むと脳にある満腹中枢が働いて私たちは満腹を感じます。よく噛まずに早く食べると満腹中枢が働く前に食べ過ぎてしまい、その結果太ります。よく噛むことこそダイエットの基本です。
み	味覚の発達 よく噛むと、食べものの本来の味がわかります。人は濃い味にはすぐに慣れてしまいます。できるだけ薄味にし、よく噛んで食材そのものの持ち味を味わうよう心がけましょう。
こ	言葉の発音の発達 歯並びがよく口をはっきり開けて話すと、きれいな発音ができます。よく噛むことは、口のまわりの筋肉を使うので表情がとても豊かになります。元気な顔、若々しい笑顔はかけがえのない財産です。
の	脳の発達 よく噛む運動は脳細胞の動きを活性化します。あごを開けたり閉じたりすることで、脳に酸素と栄養を送り活性化させます。子どもの知育を助け、高齢者は認知症の予防に大いに役立ちます。
は	歯の病気予防 よく噛むと唾液がたくさん出て、口の中をきれいにします。この唾液の働きが虫歯になりかかった歯の表面をもとに戻したり、細菌感染を防いだりして、虫歯や歯周病を防ぐのです。
が	がん予防 唾液に含まれる酵素には、発がん物質の発がん作用を消す働きがあるといわれ、それには食物を30秒以上唾液に浸すのが効果的なのだとか。「ひと口で30回以上噛みましょう」とよく言いますが、よく噛むことで、がんも防げるのです。
い	胃腸の働きを促進 「歯丈夫、胃丈夫、大丈夫」と言われるように、よく噛むと消化酵素がたくさん出ますが、食べものがきちんと咀嚼されないと胃腸障害や栄養の偏りの原因となりがちです。偏食なくなんでも食べることが、生活習慣病予防にはいちばんです。
ぜ	全身の体力向上と全力投球 「ここ一番」力が必要なとき、ぐっと力を入れて噛みしめたいときに丈夫な歯がなければ力が出ません。よく噛んで歯を食いしばることで力がわき、日常生活への自信も生まれます。

せわしない現代の生活の中でも健康の源である食について考え、しっかり噛んで味わい食を楽しみましょう。



清水デンタル
院長 清水 義仁



ボトックスの効果 13 !

先月号からのつづきのボトックスが治療できる美容の悩みをたくさん解説します。ボトックスは、注入した箇所の筋肉の働きを止め、神経の伝達をブロックし、動かしたくても動かせないようにするのです。人間は筋肉の動きによって形が変わる生き物。筋肉が過剰に動き、発達することで、見た目が歪むことがあります。ボトックス注射によって必要のない筋肉の動きをブロックすれば、さまざまな恩恵を受けられるのです。美容クリニックは注射する濃度・深さ、量を調整して必要な効果を与えます。

1. シワの改善
2. エラの改善
3. 口角を上げる
4. 小鼻縮小
5. 鼻を高くする
6. ガミースマイルの改善
7. リフトアップ
8. 首を長くする
9. 肩こりの解消
10. 美脚を作る
11. 毛穴の引き締め
12. 多汗症を抑える
13. 小顔になれる

効果 9. 肩こりの解消

噛み締めが強いことで肩こりになりやすい人もいますので、エラを小さくするときと同じように咬筋にボトックスを入れて、肩こりの解消する方法があります。他にも直接、肩の筋肉（僧帽筋など）に打って、肩の力みをなくし、肩こりを解消する方法も。見た目においても肩の盛り上がりがシュツとなり女性らしい華奢な形へ。肩の曲線は滑らかになり、首が長く見えるシルエットに変わります。

効果 10. 美脚を作る

ふくらはぎの筋肉の発達によって足が太くなっている人は、運動などの脂肪燃焼ダイエットではなかなか細くなりません。ボトックスの量を適切に打てば、筋肉がもりっと膨らんで目立つところをスッキリさせて細い足にできます。やり過ぎると、筋肉が和らいで歩きづらくなるので、まずしっかりと筋肉があるタイプの方におすすめです。

効果 11. 毛穴の引き締め

ボトックスは、見た目の形を変える効果だけではありません。筋肉へ効かせるだけでなく、皮膚の浅い層に打てば、毛穴の層にも効果があります。浅く薄い濃度で満遍なく打つと、毛穴を引き締め、これがシワの改善やリフトアップに繋がったりもします。

効果 12. 多汗症を抑える

汗が出る、汗腺のある場所に浅くボトックスを打つと、汗腺の活動を抑えられます。脇、手のひら、おでこ、などなど、汗が出やすい箇所にある汗腺へ注射して、効かせます。効果は半年ほど続きますので、気温が高くなる夏や、意外と暖房によって多く汗をかき冬、これらの季節の少し前に受けるのがオススメです。

効果 13. 小顔になれる

ボトックスは鼻を小さくしたり、エラの張りをなくしたり、フェイスラインをすっきりさせられると、上記で説明しています。これらの効果は、顔を小さく見せることにも繋がります。また、肩を華奢でなだらかにするのも、顔を小さく見せるのに有効です。

またボトックス注射を受けるメリットは以下の3つです。

- ・注射のみでお悩み改善できる
- ・短期間で効果が得やすい
- ・ダウンタイムが短い

ボトックス注射の効果は半永久的に持続する訳ではなく、目安として施術から3カ月～半年ほど経つと徐々に減少していきます。当然ですが効果の表れ方や持続期間には個人差があるため、一概には言えません。

また施術内容や使用する製剤によっても持続期間が変わってきます。筋肉を萎縮させた場合は、筋肉が発達する原因となる癖や習慣を避けることができれば、ある程度効果を持続させることが可能です。

事前のカウンセリングの段階で、希望する施術による効果の持続期間について、クリニックが想定している内容を確認しておくことをおすすめします。



～ お口のケアで口臭予防 ～

口臭には、いろいろな種類があります。

口臭には、生理的口臭、飲食物・嗜好品による口臭、病的口臭などがあります。その中で、治療が必要となるのは、病的口臭ですが、その原因の90%以上が口の中にあります。

誰にでもある生理的口臭

朝、起きたときに口の中がネバネバして、不快に感じたことはありませんか？

口臭は、起床直後に最も高い値を示します。夜間、唾液の分泌が減り、細菌が増殖して口の中の汚れが成分を分解し、口臭の原因物質がたくさん作られるからです。しかし、食事や歯みがきで、口の中の細菌は減少し、刺激によって唾液量が増加すると、口臭は弱くなります。

誰にでもこのような生理的口臭はみられますが、その臭いの強さは口の中の細菌、汚れ成分、唾液量などによって異なります。また、緊張したときや空腹時にも生理的口臭が強くなってきます。このように、健康な人でも、口臭が一時的に強くなる場合があります。誰にでも生理的口臭はあるので、必要以上に神経質になることはありません。

飲食物・嗜好品による口臭

ネギ、ニラ、ニンニクなどを食べた後の口臭は、口の中に残った食べかすが、直接におう場合と、体内で消化吸収されたにおい物質が血液によって運ばれ、やがて肺から呼気として排出されてにおう場合があります。

アルコールも体内で吸収され、肺から揮発性のアルコール成分が排出されるため、お酒を飲んだ人の吐く息はくさくなります。タバコを吸う人の口の臭いは、主にタールやニコチンです。このような飲食物や嗜好品による口臭は、時間の経過とともに減少する一時的な口臭です。

治療が必要となる病的口臭

口の中の病気、鼻やのどの病気、呼吸器系の病気、消化器系の病気などが口臭に関連していると考えられていますが、病的口臭の原因の約90%以上は口の中の汚れや病気が原因で発生します。口の中の原因としては、歯周病、多量の舌苔付着、唾液分泌の減少、義歯(入れ歯)の清掃不良、進行したむし歯などがあげられます。したがって原因となっている歯周病やむし歯の治療を行うことと、口の中を清潔にすることが必要となります。口臭が気になったらまずは、歯科医院で相談してみましょう。



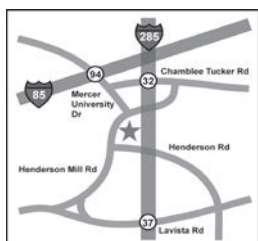
「胃が悪いと口臭が強くなる」と考える人は多いようですが、食道と胃の境界である噴門部は、飲食物が通過するとき以外は括約筋で閉じられていますので、ゲップでもしない限り胃の中の空気が口の中に出てくることはありません。したがって、胃の病気が原因で口臭が発生することはほとんどありません。(8020 資料参考)

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



ATLANTA お出かけガイド

Let's plan your outing with Atlanta Hangout Guide!

Event

JapanFest 2022

Gas South Convention Center
6400 Sugarloaf Parkway Duluth, GA 30097
www.japanfest.org

- 9月16日(土) 10am - 6pm
- 9月17日(日) 10am - 5pm

アトランタの秋の訪れとともにすっかり恒例となりました JapanFest。36年目を迎えたこのイベントは、今では20,000名を超える入場者を迎える行事となり、日米の文化交流においてアメリカ南東部では重要な役割を果たすイベントとなりました。

今年の JapanFest は「Experience Japan - 七転び八起き」をテーマに、伝統、音楽、ファッション、テクノロジー、アニメの5つのカテゴリーから、様々な文化をご紹介します。皆様のご来場お待ちしております。

BeREGGAE Music & Arts Festival

Piedmont Park
1320 Monroe Drive, NE, Atlanta, GA 30306
https://www.atreggaeinthepark.com/

- 8月11日 - 13日

Atlanta Underground Film Festival

Limelight Theater
349 Decatur St. SE, Atlanta, GA 30312
https://auff.org/home/
■ 8月3日 - 6日

Summer Shade Festival

Grant Park
840 Cherokee Ave SE, Atlanta, GA 30315
https://www.summershade festival.org/
■ 8月26日 - 27日

Festival Peachtree Latino

Piedmont Park
1320 Monroe Drive, NE, Atlanta, GA 30306
https://festivalpeachtreelatinoatlanta.com/
■ 8月28日

Sports

PGA TOUR

PGA プロゴルフのツアー
2022-2023 シーズンです。



CHAMPIONS

- 8月3日 - 6日
Wyndham Championship
Sedgefield Country Club, Greensboro, NC • USA
- 8月10日 - 13日
FedEx St. Jude Championship
TPC Southwind, Memphis, TN • USA
- 8月17日 - 20日
BMW Championship
Olympia Fields Country Club, Olympia Fields, IL • USA
- 8月24日 - 27日
TOUR Championship
East Lake Golf Club, Atlanta, GA • USA
- 9月14日 - 17日
Fortinet Championship
Silverado Resort and Spa, Napa, CA • 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。

- 8月14日から ヤンキース 3連戦
- 8月18日から ジャイアンツ 3連戦
- 8月21日から メッツ 3連戦
- 9月05日から カーディナルス 3連戦



Music

Mercedes-Benz Stadium

1 AMB Dr NW
Atlanta, GA 30313
www.mercedesbenzstadium.com



- 8月11日 Beyonce
- 9月21日 Karol G

State Farm Arena

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

- 8月04日 MONEYBAGG YO
- 8月22日 Lionel Richie and Earth, Wind & Fire
- 8月26日 Suicideboy\$
- 9月25 - 26日 Drake
- 10月01日 Jonas Brothers
- 10月01日 Aerosmith
- 10月20日 Playboi Carti
- 10月22日 Maluma
- 10月23日 Queen + Adam Lambert
- 11月2 - 4日 Eagles
- 11月3日 MercyMe + TobyMac + Zach Williams

Cadence Bank Amphitheatre

at Chastain Park
4469 Stella Drive Atlanta, GA 30327
☎ 404-233-2227

● バックヘッドの北にある野外劇場で毎年開催される往年のスター達の野外コンサート案内です。

- 8月12日(土) Gov't Mule with Jason Bonham
 - 8月19日(土) 3 Doors Down
 - 8月25日(金) Yacht Rock Revue
- まだまだあります。

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

Ameris Bank Amphitheatre

2200 Encore Parkway, Alpharetta, GA 30009
 ☎ 404-733-5010
 www.vzwamp.com
 ■ 8月01日(火) Disturbed
 ■ 8月05日(土) Bret Michaels
 ■ 8月12日(土) The All-American Rejects
 ■ 9月02日(土) The 5 Seconds Of Summer Show

Gas South District

6400 Sugarloaf Pkwy, Duluth, GA 30097
 ☎ 770-813-7600
 www.gwinnettcenter.com
 ■ 9月16-17日 JapanFest

Coca-Cola Roxy Theatre

800 Battery Ave SE Suite 500,
 Atlanta, GA. 30339
 ☎ 470-351-3866 Ext 38186
 www.cocacolaroxy.com
 ■ 8月15日 Ryan Adams & The Cardinals



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。
- 8月11日 Queens of the Stone Age
- 8月12日 Summer film Festival

Broadway Across America

- www.broadwayacrossamerica.com
- 10月24日-29日 MJ
- 11月14日-19日 The Wiz
- 12月05日-10日 Annie
- 1月09日-14日 Disney's Aladdin



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 (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

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)



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, ジョージア州弁護士)
 監修 大原寛 (モリス・ニコルソン・ラッセル・セブリング)
 発行所 大蔵昌枝 (YDOSHA LLC, ジョージア州弁護士)





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



戯言日記 夏

7月18日

2年間「カムバックする、カムバックする」と私に言い続けていたハイムが今日ようやく道場に戻ってきた。この男、身長190cm、体重120kgの本当の大男なのだが、久しぶりに見た彼は、明らかに推定20～30kg増量している。昔の私なら「キミの身体を見れば、キミがどんなに墮落した生活をしていたかわかる」と憎まれ口を叩いたものだが、今は「よく帰ってきてくれた。道場に帰って来ただけで凄い事だよ」とべた褒めである。歳は取るものだ。

早速、彼のパンチやキックを受けてみるとキレはないものの、ウェイトが増えている分パワーアップされている。これは本人もわかっているらしく、私が驚いたリアクションを見せるとドヤ顔で追い討ちをかけてくる。今日は復帰一回目なので軽く流すつもりだったが、いい気にさせてはいけない、最初が肝心と私も思いっきりパンチを叩き込む。ハイムの顔に驚きが走ったのを確認してシメシメとほくそ笑む。でもこれで2～3か月して身体が戻って来たりしたら明らかにアブナイ。

私が相手をして怪我するのもバカらしいので彼の相手は現役の若いヤツらに任せる事にしよう。

7月19日

今日の朝日本に出発だというのにパッキングをなにもしていない。いつもそうだ。もっと前から始めれば良いのに、結局始めるのはいつも最後の最後である。特に今日は何故か掃除も同時進行で始めたため、結局終わったのが迎えの車が来る4時45分の15分前だった。

今回は朝7時のフライトでLAXに向かい、そこから日系エアラインで成田行き。コロナが明けてから帰国は羽田だったので成田は本当に久しぶりだ。そういえば以前帰国するフライトを成田行きだと思って、乗っていて「まもなく着陸です」というアナウンスで外を見たら成田では見えないはずの海が見えて「いったいオレはどこに向かっているのだ」とパニックした事がある。

なんの事はない成田行きだと思っていたフライトが実は羽田行きだったというだけの事なのだが、ボーディングパス、ゲートでもHANEDAと出ていたはずなので気がつかないはずはないのにしっかり見落とししていた。思い込みというのは恐ろしい。

7月20日

無事に成田に着いた。羽田ではデジタル化して絶対面倒になったキオスクでの税関申告を、ターンテーブルからバゲッジが出てくる間に済ませておくのだが、成田ではバゲッジをピックアップ

してから、キオスクでの手続きとなっている。「空港によってシステム変えるなよ」だ。

7月21日

今回のトリップはいくつか目玉があるのだが、その目玉のひとつ神田伯山の講談を観るといもの。今「最もチケットの取りにくい講談師」と言われる神田伯山が、新宿末広亭の下席(7月21日～30日までの公演)のトリで出演する事を知ったのが2週間前。

独演会のチケットは取りにくいとは聞いていたが、寄席への出演なら問題ないだろうと、開演30分前に新宿伊勢丹裏の末広亭近辺に着くと、人でごった返しているではないか。おまけに、並んでいる人達は既に前売りらしいチケットを持っている。

末広亭は寄席なので客席も300ちょっとしかないのでチケットを買えるかどうか不安になり、係のおじさんにきいたら「立ち見だけど入れるよ」だって。あ～良かった。

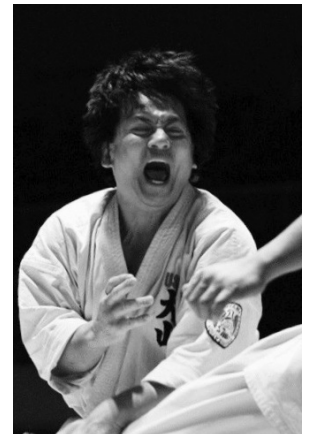
客が多くて開演時間4時半が20分押しになったが、終演時間が決まっているので開演一番の伯山の弟子・青之丞の時間は3分足らずだった。ご苦労様さん。

前日に帰国したばかりで時差ぼけもあり、出し物を見ながら寝てしまうのではという不安もあったが居眠りする事もなく、お中入りを挟んで後半戦スタート。

大トリ伯山は後半3番目。今日の出し物は怪談の「お岩誕生」。本編は怪談なのにマクラでは客席を大爆笑させている。この空気でどうやって怪談に持っていくのだ?と余計な心配をしてみたが、そこは神田伯山。大爆笑から自然に怪談話に持っていく。その芸は凄いといしか言いようがない。いつもYouTubeやラジオで伯山の話の聴いているがライブは凄い。良いものを観させてもらった。

講談って何?という人にはYouTubeの検索欄に松之丞 野球(松之丞は伯山が真打ちに昇進する前の名前)と入れると「田中将大24連勝の軌跡」という演目が出て来る。まずこれを観る事をお勧めする。それで講談のハードルがグッと下がるはずだ。終演が8時半。

その後は末広亭から徒歩10分の魔界・2丁目で東京の夜は更けていくのであった。おしまい。



次回 2023 年 9 月号は
9 月 5 日ごろ配布予定

ANIS ATLANTA

NO. 44
AUGUST 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

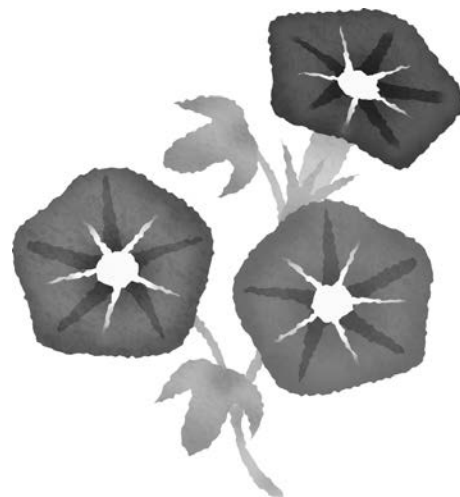
夏休みはどのように過ごされましたか？いよいよ新学期の始まりにむけて、忙しくされていることと思います。まだまだ暑い日が続きますので、くれぐれも熱中症には気を付けてください。

今シーズンを終えれば大谷はフリーエージェント（FA）となり、日米を含めた全球団との交渉が可能となるロサンゼルス・エンゼルスの大谷翔平選手。トレードの可能のことで、メディアが騒がしくなっています。ちょうど移籍の発表されるタイミングが、アトランタの Turist Park でのゲームの時と重なるため、私自身もとても気になります。せめてアトランタのゲームの時までいてほしいと願っています。

アトランタにも続々と日本関係のお店がオープンしてくれて、嬉しい限りです。ついでに日本のグッズや人気のフィギアなどを目にする機会があり、Google したりしてかなりアップデートされました。もっと日本が身近になった気がします。

次号も暖かく見守っていただけると嬉しく思います。

アニスアトランタ M.M.



ANIS ATLANTA は以下の場所に配布されています

ジョージア州:

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

テネシー、アラバマ、サウスカロライナ、ノースカロライナ州:

Wismettac Asian Foods, Inc. (formerly Nishimoto Trading Co., Ltd.) 様のご協力により、30 のレストランと食料品店に配布されています。

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

広告・クラシファイド・取材記事・連載コラム

お問い合わせは、下記までお願いいたします。

E-mail: infojp@anisatlanta.com

Phone: 404-510-8534

締切りは毎月 18 日頃です。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 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

《定例集會のご案内》

- ◆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

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。

<各集會案内>

- 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
 - *諸集會 (キッズ・ユース・親) 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

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

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 \$150.00/month~



We will boost your business!!

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



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

- 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。

国際宅急便 エコ

国際宅急便 別送品

国際宅急便 オーバーサイズ

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!

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

大きな荷物を送りたい方に
(3辺合計300cm, 50kgまで)

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)



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	404-363-6062
4341 International Pkwy #101, Atlanta, GA 30354	
Tomato 1号店 (Cobb店)	770-933-0108
2359 Windy Hill Rd SE Suite 250, Marietta, GA 30067	
Gohan Market	770-674-1263
4015 Holcomb Bridge Rd #620, Peachtree Corners, GA 30092	
J-Mart	917-345-5803
2820 GA-54, Peachtree City, GA 30269	

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

クロネコヤマト アメリカ

