

ANIS ATLANTA

Monthly Japanese Community Magazine



4 2026
No. 76
月1回発行



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

「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11kgの減量に成功！
お問い合わせください。

ホルモン血液検査、受けてみませんか？

最近こんなことはありませんか？

- 疲れやすい
- イライラする
- 眠れない
- なんとなく体調がすぐれない

もしかすると、
ホルモンバランスの乱れが原因かもしれません。
ご予約・お問い合わせは倉岡クリニックまで。

アトランタ医院

Kuraoka Clininc Atlanta

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

Phone: **770.980.0000**

www.KuraokaClinic.com

info@kuraokaclinic.com

完全予約制。予約なしでのご来院はご遠慮ください

Governors Ridge Office Park Bldg. 30

1640 Powers Ferry Rd, Suite 100, Marietta, GA 30067

美容部門 倉岡クリニック3階

AdvancedMD Aesthetics of Atlanta

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

Phone: **678.336.5858**

www.AdvancedmdAtlanta.com

info@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

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

APRIL 2026 NO. 76

バックナンバーはウェブサイト

www.anisatlanta.com

でお楽しみください。

次回 2026 年 4 月号は 4 月 5 日ごろ配布予定

- 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
- 14 パパッとつくっておいしくたべよ
- 16 アロマセラピー◎タウンゼント瞳
- 23 バイリンガル求職者の就職・転職事情◎PASONA
- 24 Hello! Atlanta◎鎌田桃佳
- 26 ウドール氏旭日小綬章受章◎在アトランタ日本国総領事館
- 29 雇用・労働・移民法ニュース◎大蔵昌枝弁護士
- 30 格闘家の戯言◎高橋督
- 31 子育て知恵袋 in Atlanta◎長谷川ゆかり
- 32 AYC CLUB◎矢島カイロプラクティック
- 32 聖書の言葉◎ますみ
- 33 健康とカイロプラクティック◎矢島敬朗
- 34 教えて歯医者さん◎清水デンタル
- 35 メディカルコラム◎倉岡クリニック
- 36 「歯」の話◎植月歯科医院
- 37 今月の12星座占い
- 38 クラシファイド広告
- 38 編集後記



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：

Wismetac Asian Foods, Inc. (formerly Nishimoto Trading Co., Ltd.) 様のご協力により、30のレストランと食品店に配布中

アトランタに住んでいる人、これから住む人、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。

ANIS ATLANTA

編集部へのお問い合わせは下記までお願いいたします。

E-mail: infojp@anisatlanta.com

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。

Published by Anis USA, LLC
4514 Chamblee Dunwoody Rd., Suite 249, Atlanta, GA 30338
E-mail: infojp@anisatlanta.com
Publisher: Miyuki

© 2026 ANIS USA, LLC. 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.

本誌掲載の記事・写真の無断複製、複製を禁じます。本誌に掲載された広告内容については ANIS ATLANTA は一切責任を負いかねます。

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

日本語が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



Instagramをフォローして
毎日のお買い得品を確認してね。

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、テキストで
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
853 South Peachtree Street, Suite 101, Norcross, GA 30071

Website: www.yamamotoauto.com

当店は日本製のジェルを使用しています

日本での6年以上のサロン経験を経て
GA州 Nail Technician license取得
当店はスピード重視のサロンとは違い
お一人お一人に寄り添った丁寧な施術をさせていただきます

Grand Opening 記念
10%OFF
当広告を見たとお伝え下さい
5/31/2026まで

ご予約方法
右のInstagramのQRから予約サイトのリンクへ
日本語でのご予約お問合せは公式LINEから
@855oixar を追加 トークからご連絡下さい
お電話、テキストでのご予約も可能です。

Instagram QR: @INDIGONAILS_ATL

インディゴネイルズ 3170 Peachtree Industrial Blvd #135 Duluth, GA 30097
☎ 470-929-1666

Onyfix Certified 足の爪の痛み、我慢していませんか?

Onyfix (オニフィックス)とは

ドイツ生まれの医療機器登録済み
痛くない巻き爪(Ingrown nail)ケア
「Onyfix」は爪を切らずに
老若男女問わず自然な形へ
やさしく矯正します。
(痛くないのでお子様でも安心です)

Wellness Pedicure 料金

初回Onyfix: 親指1本\$90/2本\$135
親指以外 \$60 (2本目以降+\$20)
(カウンセリング、全ての爪のカット込み)
◆2回目以降 全メニュー20%オフ

ドライフットケア \$65~
(全ての爪のカット、かかとのケア込み)
*サービス料金は爪とのかかとの
コンディションにより変わります

加齢などに伴い
爪が硬くなり厚みを増すことで、
ご自身のケアが難しい方へ。
安心・快適に整えるWellness Pedicureの
ご相談も承っております。

ご予約・お問い合わせは上記インディゴネイルズまでお気軽にどうぞ

4 APRIL

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

罪のない嘘に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。

KIMS

LIMOUSINE

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

車の事ならご相談下さい

車買取見積もり、中古車探しなど何でもご相談ください
www.autostarga.netからお車探してご連絡ください

カーマックスよりも高価買取

レンタカー手配いたします
ご利用時間に合わせてホテルに配車
ご利用後は、ホテルに返車



770-378-1216 日本語でキムタクまで

訴訟・調停

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, LLC

信頼・実績

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



ブルー スプルエル / BLUE SPRUELL

ジョージア州弁護士・公認調停士

日本語で
どうぞ

404-371-9588

E-mail:lawyers@outlawfirm.com

315 Sycamore Street, Decatur, GA 30030



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\$10.00

【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】 tomatotomoinc@gmail.com にメールを送付ください。最新のカatalogををお送りいたします。

【お支払い方法】 現金またはパーソナルチェック

※クレジットカード払いの場合は、別途手数料をいただきます。

【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

E-mail: tomatotomoinc@gmail.com

Tel: 770-263-7838 Web: tomato-2.com

8560 Holcomb Bridge Rd, Alpharetta, GA 30022



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

埼玉県所沢市に生まれ、その後、東京・八王子市に移り住む。小学1年生のときに同級生から将棋の駒の動かし方を教わり、将棋に熱中する。2年生になり地元の将棋道場が開催する小学生将棋大会に出場。その後、将棋道場に通うようになる。

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

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

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

1989年、竜王戦でタイトル戦に初登場。研究会「島研」の恩師の島朗との熱闘を4勝3敗で制し、当時最年少記録の19歳で初タイトル獲得。棋界で名人位と並んで序列トップの竜王位に就いた。1996年2月に将棋界で初の7タイトル独占を達成。

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



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

楽観はしない。ましてや悲観もしない。
ひたすら平常心で

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

追い詰められた場所にこそ、大きな飛躍があるのだ。

リスクを避けていては、その対戦に勝ったとしてもいい将棋は残すことはできない。次のステップにもならない。それこそ、私にとっては大いなるリスクである。いい結果は生まれない。私は、積極的にリスクを負うことは未来のリスクを最小限にすると、いつも自分に言い聞かせている。

「まだその時期じゃない」「環境が整っていない」とリスクばかり強調する人がいるが環境が整っていないことは、逆説的に言えば、非常にいい環境だと言える。リスクの大きさはその価値を表しているのだと思えば、それだけやりがい大きい。



JUNO

MEN'S HAIR STUDIO

ポディマッサージいたします！女性も歓迎

男性カット \$23

(シャンプー込)

- ◎シャンプーなしカットは\$20
- ◎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

3230 Steve Reynolds Blvd. #206 Duluth, GA 30096



Kayobi-Kai Networking Dinner

ジョージア日米協会・火曜日会



Kayobi-Kaiは、
毎月第2火曜日にアトランタ都市圏の
さまざまなレストランで開催される
継続的なディナーイベントです。

RSVP 申し込み:
www.bit.ly/JASG-KayobiKai

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開設までお任せください！



薄 俊彦

TOSHIHIKO SUSUKI

不動産のご相談は日本語で
お気軽にご連絡ください。

Tel: 404.454.7402

e-mail: tsusuki@sakurarealty.com

おすすめ物件

●Alpharetta (賃貸) \$2900/月
間取り: 4BR2.5BA・面積: 2216 sqft・築年数:
1993年・階: 2階・物件種別: 一戸建て・引き
渡し時期: 7月上旬 ※弊社取り扱い物件

●Dunwoody (賃貸) \$2100/月
間取り: 1BR1BA・面積: 950 sqft・築年数:
2007年・階: 物件種別: マンション・引き
渡し時期: 4月下旬 ※弊社取り扱い物件

●Suwanee (賃貸) \$2550/月
間取り: 4BR2.5BA・面積: 2498sqft・築年:
2000年・階: 2階・物件種別: 一戸建て・引き
渡し時期: 即時 ※Zillow掲載物件



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



AtlantaRealtorEmiko



Atlanta Realtor Emiko

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

ニュースダイジェスト

イラン、インド洋の米英共同基地へ弾道ミサイル発射

イランが3月20日午前、インド洋のディエゴガルシア島にある米英の共同軍事基地に向けて中距離弾道ミサイルを発射したことが分かった。米当局者が明らかにした。



当局者によると、イラン沿岸から約3810キロ離れた基地に向けてミサイル2発が発射されたが、いずれも命中しなかったという。

ディエゴガルシア島は米国の重爆撃機にとって重要な航空拠点で、長年にわたり、米本土から遠く離れた地域への作戦に不可欠な米軍の海外出撃拠点の役割を果たしてきた。

ディエゴガルシア島はモーリシャスから北東1609キロあまりに位置する群島、チャゴス諸島の一部。英国は1814年、フランスの皇帝ナポレオンを撃退後、モーリシャスと合わせてチャゴス諸島を取得した。モーリシャスは1968年に独立したが、チャゴス諸島は今も英国の支配下にある。

米国と英国は1971年、この地域におけるソ連の軍事的影響力を抑える目的で、ディエゴガルシア島に大規模な基地を建設した。

ディエゴガルシア島はイラク侵攻に寄与したほか、アジア各地への任務に飛ぶ爆撃機の重要な着陸拠点として機能してきた。米国による身柄引き渡しとの関連も指摘される。

エネルギーだけではないホルムズ海峡

ホルムズ海峡を航行する石油・液化天然ガス(LNG)タンカーは、世界の供給量の約20%を輸送している。しかしペルシャ

湾沿岸諸国にとって、この海峡は単なるエネルギー輸送路以上の意味を持つ。それは食料の供給ルートでもあり、その輸送を生命線とする地域の人口は1億人を超える。

現在、米国とイスラエルによるイランとの戦争がこの重要な海域を麻痺(まひ)させているため、地域への食料供給にも大きな負担がかかっている。

厳しい気候の湾岸諸国で生活していくのは並大抵のことではない。現地の夏の気温は50度超。各国の飲料水のほとんどは海水淡水化プラントを活用して海から入手しているが、耕作可能地は少なく、食料はその大半を海外からの輸入で賄わざるを得ない。

サウジアラビアは80%以上、アラブ首長国連邦(UAE)は90%前後、カタールは約98%の食料が輸入頼みだ。イラクにおいても、主要河川二つにアクセスできるにもかかわらず、食料輸入の大部分はホルムズ海峡を経由している。

合計すればこの地域への食料輸送の大部分がホルムズ海峡を通過することになる。しかし現在、この海峡は商船への攻撃により事実上封鎖されている。

水路が事実上閉鎖されたため、食料輸送業者は代替ルートの確保に奔走している。ただ代替ルートはコストが高く、物流面で大きな負担がかかる上、失われた輸送量を完全に補うことはできない。そのため消費者が価格の上昇と選択肢の減少に直面する懸念が浮上している。

米国が始めた戦争で生じた経済的苦痛

イランでの戦争は、経済学者が「ブラックスワン」と呼ぶ事象、つまり誰も免れることのできない、予期せぬ壊滅的な衝撃をもたらした。

いわゆる「キネティックな戦い(物理的破壊を伴う戦い)」が中東で展開され、数百人の民間人が死亡している。一方で、経済的激震がペルシャ湾から外へと広がり、事実上すべての人がその影響を受けようとしている。

「この状況に勝者はいない」。米シンクタンク「アトランティック・カウンシル」の国際経済部門のトップ、ジョシュ・リプスキー氏はそう述べた。

エネルギーショックは今週、イランがカタールの液化天然ガスの拠点を攻撃したことで激化した。これは、世界最大級の天然ガス田であるイランのサウスパース関連施設をイスラエルが攻撃したことに対する報復だった。

ガス価格の急騰を受け、各国政府はすでに電力使用の抑制に動いている。パキстанは学校を2週間休校とし、インドはメー

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



企業はあなたを求めています

お仕事探しはこちら

QUICK USA, Inc.

- ✓ 全米求人数 トップレベル
- ✓ 求職者様に寄り添った 手厚い無料サポート
- ✓ 企業と求職者の 高マッチング!

847-924-1328 quickga@919usa.com

1 Glenlake Pkwy NE, Suite 650 Atlanta, GA 30328 USA



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)

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。



2026-2027 年度の抽選登録受付中!
ジュニア・クラブ・イベント開催
(現Pre-K対象 紙芝居、おりがみ、など)
4月17日、5月1日 午後2時45分



ICAG Jr. Club

入学案内



- 授業料：無料
- 対象学年：ジョージア州在住の幼稚園年長～中学2年生
- 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
- 学校の年間行事：ジャパンフェスト、ウィンターコンサート、餅つき、書初め、節分、ひな祭り、運動会など

【教員募集中】

退職金制度、健康保険など福利厚生あり。
応募は下記までご連絡ください。

employment@internationalcharteracademy.org



お問い合わせは日本語でどうぞ ☎ : 770-604-0007
info@internationalcharteracademy.org

おかげさまで 36 周年



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 36 年目を迎えました。当園は、ジョージア州政府認可の幼稚園・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歳児の入学願書の受付を開始中

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： 2026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
- 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

HAJIME

JAPANESE RAMEN BAR



自家製麺所 らーめん
HouseMadeNoodle



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

UMAIDO

美味堂

超本格派！博多とんこつラーメン
Japanese Noodle Bar



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

WWW.UMAIDO.NET 678-318-8568

カー向けの天然ガス供給を配給制に切り替えた。同国の主要都市の少なくとも一つでは、ガスを使う火葬場が操業を停止している。

米国はイスラエルとともに戦争を始めたが、世界トップクラスの国内石油・天然ガス生産のおかげもあり、同国経済が受ける打撃は最も小さいものとなるだろう。

イランでの戦争に関連 AI 生成動画や画像 SNS で氾濫

2022年にロシアがウクライナに侵攻した後、ソーシャルメディアは戦争の新たな映像として提示された粗悪な偽情報で溢(あふ)れかえった。それらはフォトショップで加工された偽物、もしくは事実と異なる説明が付された映像で、実際にはビデオゲームや映画、過去の事件、無関係なニュース報道から切り取ったものだった。

こうした旧態依然の偽情報は、現在イランとの戦争下で再び拡散している。今回は22年には容易に入手できなかった新たな欺瞞(ぎまん)の手口が加わった。使いやすいAI(人工知能)ツールで特注作成された高品質動画や静止画像がそれだ。

米カリフォルニア大学バークリー校でデジタルフォレンジック(デジタル機器に残るデータを収集・分析し、法的な証拠として活用する技術や手法)を専攻するハニー・ファリード教授は「10年前は偽物が1、2点出回ってもすぐに暴かれた。(中略)今は数百もの偽物が流通し、非常にリアルだ」と指摘。さらに「リアルなだけでなく、確実に浸透している。人々はそれを信じ、拡散している」と続けた。

戦争関連の偽情報を暴く著名な検証者で、英BBCのニュース検証専門チーム「ベリファイ」に所属する上級ジャーナリストのシャヤン・サルダリザデ氏は「この1年ほどで変化したのは、生成AIがはるかに広く利用可能になったことだ」と指摘。「今では極めて信憑(しんぴょう)性の高い動画や画像を作成できる。重大な戦争事件を捉えたかのようなそれらの生成物を、訓練を受けていない人が見分けるのは至難の業だ」と述べた。

サルダリザデ氏のような専門家がAI生成と特定した複数の偽動画や画像は、イラン戦争開始から約2週間が経過する中、ソーシャルメディアのプラットフォーム上で既に数千万回再生されている。

イランによる報復のサイバー攻撃警戒を呼びかけ

米情報機関はここ1週間、米国の企業や政府機関に対し、イラン政権による報復のサイバー攻撃の対象となり得るとして、

警戒するよう非公開の警告を立て続けに出している。

具体的、あるいは信憑(しんぴょう)性の高い脅威は示されていないものの、国土安全保障省(DHS)は法執行機関への最近の通達で、イランの最高指導者ハメネイ師殺害で脅威が高まっていると警告した。



情報当局は定期的に全国の法執行機関に通達を出し、潜在的な脅威に関する情報や国民の安全を守るための最善の手法を共有している。

オープンソースの情報を引用したDHSの「重大事案通知」には、「イランの宗教指導者2人が別々にペルシャ語でファトワ(宗教令)を出し、ハメネイ師殺害への報復を全世界のイスラム教徒に呼びかけた」とある。

また、同通知にはイスラム革命防衛隊(IRGC)が出した「敵は世界中、本国ですら安全でいられなくなる」という布告も引用されている。

当局者は信憑性のある米国への脅威を公表していない。だが、事情に詳しい法執行当局の情報筋はCNNに対し、米国とイスラエルによるイラン攻撃開始後に連邦捜査局(FBI)が全米で警戒レベルを引き上げたことと明かした。当局は特に、エネルギーインフラ周辺の警備の強化や、高度な技術を持つイランのハッカーによるサイバー脅威からの政府機関の保護、国境警備を懸念しているという。

当局は民間企業向けの別の通達で「イラン系の組織による米企業へのサイバー攻撃の主張や呼びかけが続いていることから、金融サービス部門への悪意ある活動が増加する恐れがある」と警告している。

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 Dume LLP, ジョージア州弁護士)
監修 大原寛 (東レ・東京大学フロンティア研究機構)
刊行所 野口剛史 (GPS FIRM LLC, ジョージア州弁護士)

羊土社
YODOSHA



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 \$19.99
- ・ 月曜日：レインボーロールと握り5貫 \$23.99
- ・ 火曜日：全てのラーメン 20%引き
ミニ中落ち丼とミニうどんセット \$17.99
- ・ 水曜日：かつカレーうどん \$17.99
- ・ 木曜日：ミニちらし寿司とミニうどんセット \$17.99

木～土曜日は スペシャルロール 20% 引き All day

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。



GLUTEN FREE

NON GMO



Shirakiku Wismettac Asian Foods, Inc.

各種新米入荷

やっぱり美味しい

日本の正統派



大自然カリフォルニアの大地で育った短粒米の王様、「こしひかり」。味、ねばり、香り、何をともって絶品のお米です。



艶やかで色が白く香り高い「ひとめぼれ」。短粒米本来のふっくらとした食感と上品な味わいが楽しめるお米です。



さっぱりとした風味と優しい食感が魅力の「あきたのつゆめ」。どんな料理とも相性が良いお米です。



Shirakikuの短粒米は「サツ」と洗うだけで炊飯いただける軽洗米です。

Wismettac



<https://wismettacusa.com>



ソバキュリアスとは？

ソバキュリアスとは、あえてアルコールを飲まないライフスタイルや考え方を指す言葉です。ソバキュリアスのメリットとともにみていきます。



あえてアルコールを飲まないライフスタイル

ソバキュリアスとは、お酒を飲む人でもあえてお酒を飲まないライフスタイルのこと。ソバキュリアスは、英語の「Sober (しらふの、酔っていない)」と「Curious (好奇心が強い)」を組み合わせた造語です。ソバキュリアスを実践する人を「ソバキュリアン (ソバキュリアン)」といい、「ソバキュリ」と略して呼ぶ人もいます。「ソバキュリ」は、「ソバキュリアス」の略語として用いられることもあるようです。

ソバキュリアスは、そのときの気分に合わせてポジティブに「飲まない」ことを選択する考え方で、お酒を我慢する禁酒や断酒とは違います。なかには完全にお酒をやめる人もいますが、酒量や回数を抑えて飲みたいときは飲み、そうでないときはしらふを選ぶ行動もソバキュリアスに含まれます。

なぜソバキュリアス？ その効果とは

ソバキュリアスには、飲酒によるデメリットを回避できる効果があります。ソバキュリアスを選択することで、以下のようなさまざまなうれしい効果を得られるため、ソバキュリアンたちに支持されています。

1. 酒席での失言や、二日酔いによる体調不良の心配がない
2. お酒により睡眠の質が下がることがなく、翌日のパフォーマンスに影響しない
3. 健康管理や生活習慣病対策として有効。病気のリスクを減らせる

4. お金を節約できる
5. しらふのほうに興味に没頭できる。自分の時間を有効的に使える

近年、ソバキュリアンではない人のなかにも、ソバキュリアスを好意的に受け止めている人や、知らず知らずに実践している人が増えています。酒席では、「お酒を飲まないわけにはいかない」と考える人もいますが、ソバキュリアスが浸透することで、今後ますます「飲みニケーション」のあり方が見直されていきそうですね。

健康志向の高まりや経済的不安から若者が支持

ソバキュリアスは、2019年ごろに欧米から広まったライフスタイルです。もともとは英国出身のジャーナリスト、ルビー・ウォリントン氏が発案したもので、2018年に発売した著書『SOBER CURIOUS』で自身の体験を交えて紹介したことから始まり、日本でも翻訳版が、2021年に発売されています。

このライフスタイルを取り入れた欧米の若者が、SNSで「#sober」とハッシュタグをつけて発信するようになり、世界に拡散していったのです。さらにセレブやインフルエンサーがソバキュリアンを公言したことで、「ソバキュリアスはクール」という認識が世に浸透していきました。

なお、ソバキュリアスが広がった社会背景には、ミレニアル世代やZ世代のアルコール依存症問題や経済的不安があるといわれています。ほかにも、ヘルシー志向で精神的豊かさを求める人が増えていることや、ダイバーシティ（多様性）の時代に合致する考え方であることも相まって、飲まない選択がトレンドとなっています。

市販のノンアルコール飲料が盛況

サントリーの調査によると、2022年のノンアルコール飲料の市場規模は10年前の約1.4倍に拡大。ノンアルコールを選ぶ人が増え、日常生活に定着していることがうかがいしれます。

市販のノンアルコール飲料の種類も増えていて、ワインやビール、日本酒、焼酎、梅酒、チューハイ、サワーと、幅広い選択肢のなかから嗜好に合うお酒テイストの飲料を選べるようになっていきます。ノンアルコール需要が高まれば、さらに商品数が増えていくものと予想されます。

ちなみに、アメリカのシリコンバレーではノンアルコールビジネスに参入する企業もあり、ミネラルウォーターと炭酸水の新ブランド「Liquid Death (リキッドデス)」は、缶ビールのようなクールなデザインでヒットしています。一見、お酒を飲んでいるようにたのしめるのも、選ばれているポイントのようです。

2026 Symposium on ASIA-USA Partnership



9:00am-5:00pm, Friday April 17, 2026
KSU Center, 3333 Busbee Dr., Kennesaw GA 30144
Organized by the Asian Studies Program at Kennesaw State University
Sustainability Strategies; AI & Tech; Workforce Development
Live Guzheng & Jazz Concert Performances, Food & Drinks





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

ごはんがすすむ味♪ 鶏もも肉の甘酢炒め

材料【2人分】

鶏もも肉..... 1枚 (250g)
 片栗粉 大さじ 3
 サラダ油..... 大さじ 3
 白いりごま..... 適量

☆鶏肉下味

酒..... 大さじ 1
 おろしにんにく..... 小さじ 1/3
 おろししょうが..... 小さじ 1/3
 塩こしょう..... 少々

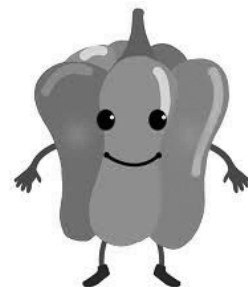
★甘酢だれ

酒..... 大さじ 1
 砂糖..... 大さじ 1
 しょうゆ..... 大さじ 1/2
 酢..... 大さじ 1
 ケチャップ..... 大さじ 1
 水..... 大さじ 2



作り方

1. 鶏肉は一口大に切る。
2. ポリ袋に鶏肉、☆を入れてもみこむ。片栗粉を加えてまぶす。
3. ボウルに★を入れて混ぜる(甘酢だれ)。
4. フライパンにサラダ油を入れて中火で熱し、鶏肉を皮目を下にして入れる。焼き色がつくまで2分ほど揚げ焼きにし、裏返して肉に火が通るまで2～3分揚げ焼きにする。
5. 火を止めてフライパンの油をキッチンペーパーでふきとる。甘酢だれを加えて中火で炒め合わせる。
6. 器に盛り、白いりごまをちらす。



鶏肉を揚げ焼きにすることでカリッと香ばしく、甘酢あんがとろりとよく絡みます♪
 なすやピーマンなど、お好みの野菜と一緒に炒めてもおいしくお作りいただけます！
 短時間で作れて冷めてもおいしいので、お弁当のおかずにもおすすめです♪

輸入ノンアルコール3種を飲み比べ

このところ、ノンアルコール飲料の市場は活況を呈していて、様々な製品が登場している。私が注目しているのは、通常のビールを醸造したあとにアルコール分だけを取り除く「脱アルコール製法」でつくられたノンアルコールビール。ビール本来の味わいを楽しめるため、ノンアルコールビールに否定的な人も認識が変わるのではないかと思う。そこで、脱アルコール製法の輸入ノンアルコールビール3製品を参考にしてみたい。

「Budweiser ZERO」米国ビールの代名詞的存在のノンアルコール版。かなりスッキリとした飲み口で、喉ごしにキレがある。ビールの苦味はそれほど強くなく、食事とのマッチングでもほとんどのメニューに合いそう。ただ、酸味が強めに感じられる味わいは、好みが分かれそう。原材料にいくつかの添加物が含まれているのも、少し気になるところだ。

- 製品名: Budweiser ZERO (バドワイザー ゼロ)
- 原材料: 麦芽、米、ホップ/炭酸、酸化防止剤 (V.C)、pH調整剤、プロピレングリコール、ステビア末、香料
- 容量: 350ml

「Heineken 0.0」オランダの世界的ブランド「ハイネケン」のノンアルコールビールだ。麦芽の旨味とホップの苦味がしっかりと感じられ、本格的なビールの味わい。ホップの香りはあまりしないが、飲みごたえは十分あり、喉ごしも良い。和洋中エスニックなど、いろいろな料理に合うだろう。Budweiser ZEROと同様に酸味があるが、ホップの苦味もあるせいか、そこまで気にならない。ただ、添加物はやはり少し気になる。

- 製品名: Heineken 0.0 (ハイネケン ゼロゼロ)
- 原材料: 麦芽、ホップ抽出物/炭酸、香料、pH調整剤
- 容量: 330ml

「Hoegaarden 0,0」ベルギーのホワイトビール「ヒューガルデン ホワイト」のノンアルコール版だ。ヒューガルデン ホワイトは日本でも女性を中心に人気があるビールだが、再現度に驚かされた。コリアンダーシードとオレンジピールの組み合わせによる爽やかでフルーティーな味わいと香りは、やはり魅力的。ただ、フルーツのような甘味と酸味、香りは、万人向きではないのも確か。

- 製品名: Hoegaarden 0,0 (ヒューガルデン ゼロ)
- 原材料: 大麦麦芽、小麦、液糖、コリアンダーシード、オレンジピール、ホップ、酵母/炭酸、pH調整剤、香料、増粘剤 (ペクチン: りんご由来)
- 容量: 330ml

レストラン紹介

★ Rumi's Kitchen - Colony Square

1175 Peachtree St NE Ste 130 Atlanta, GA 30361

(404) 777-9807

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



ランチで訪れましたが、料理・サービス・店内の雰囲気のいずれも素晴らしく、大満足でした。以前サンディ・スプリングスにある Rumi's の1号店 (2006年オープン) を訪れたことがあります。今回のミッドタウン店もそれに劣らず、むしろそれ以上に素晴らしい印象でした。

前菜として提供される「パンとサブジのプレート」は、新鮮で香り豊かであり、ペルシャ料理の始まりにふさわしい一皿です。さらに「Mirza Ghasemi (ナスとトマトのディップ)」も注文しましたが、おすすめされただけあって非常に美味しく、思わず手が止まらなくなる味わいでした。ラムラックも試したかったのですが、この日は提供がなく少し残念でした。

メインはシェアでラム、ビーフ、チキンをオーダー。いずれも焼き加減が絶妙で、肉汁たっぷりのジューシーさが印象的でした。味付けのバランスも良く、最後まで飽きることなく楽しめます。ライスも数種類用意されており、シェアしながらさまざまな味を楽しめる点も魅力です。

どの料理からも素材の新鮮さが感じられ、全体としてクオリティの高さが際立っていました。なお、駐車料金の割引サービスもあり、バレーパーキングは無料、立体駐車場は半額になるのも嬉しいポイントです。

アトランタ矢島カイロプラクティック主催

★第44回 AYC CLUB★

会場: Brook Run Park (Dunwoody)
4770 N Peachtree Rd, Dunwoody, GA 30338

テーマ: プロダンサーのマキ先生によるストレッチエクササイズ

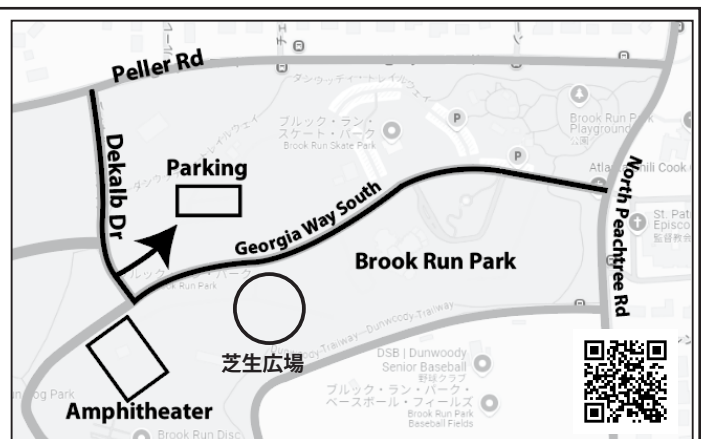
日時: 5月2日(土) 午前10時~11時30分
※雨天の場合は中止

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、ヨガマット or バスタオル

集合場所: Amphitheater 野外劇場隣芝生広場 (駐車場右図参照)

★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



アロマテラピー

春の香りに包まれて

～心と体をやさしく整えるアロマのある暮らし～

アトランタでは、日差しのやさやかさとともに、すでに初夏を思わせるような暖かさを感じる日が増えてきました。木々は一斉に芽吹き、街のあちこちで花が咲き誇るこの季節は、心まで軽やかになる一方で、気候の変化に体がついていかず、どこか落ち着かないと感じる方もいらっしゃるかもしれません。そんな日々の中で、そっと心と体を整えてくれるのが「香り」の存在です。

春の香りには、それぞれ異なる魅力があり、その日の気分や体調に合わせて取り入れることができます。ここでは、春のこの季節におすすめの精油をご紹介します。



オレンジ

子どもから大人まで親しまれるやさしく甘い香りが、気持ちを明るくし、心をほっと和らげてくれます。緊張や疲れを感じたときや、前向きな気持ちで一日を始めたい朝におすすめです。



ゼラニウム

華やかさの中に落ち着きを感じる香りです。心と体のバランスを整えてくれます。気持ちが揺らぎやすいときや、ゆったりと過ごしたい時間に寄り添ってくれます。女性に人気の香りとしても知られています。



ラベンダー

穏やかでやさしい香りが、心身の緊張を和らげ、リラックスへと導いてくれます。夜のリラックスタイムや心地よい眠りを誘うだけでなく、不安や緊張を感じるときにもおすすめです。



レモン

すっきりとした爽やかな香りが、気分をリフレッシュし、空間を明るく整えてくれます。朝や日中の気分転換にぴったりで、春の掃除の際にも心地よく使える香りです。



フランキンセンス

深く落ち着いた香りが呼吸をゆっくりと整え、心に静けさをもたらしてくれます。忙しさの中で一度立ち止まりたいときや、心を落ち着けたい時間におすすめです。



ペパーミント

清涼感のある香りが頭をすっきりとさせ、気分をシャキッと整えてくれます。暖かくなり始めたこの時期にも心地よく、リフレッシュしたいときに最適です。



グレープフルーツ

みずみずしく軽やかな香りが特徴で、気分を明るく前向きに整えてくれます。また、体の巡りをサポートし、むくみが気になるときにも取り入れやすい香りとして知られています。



ローズマリー

すっきりとしたハーブの香りが集中力を高め、気持ちを引き締めしてくれます。頭がぼんやりするときや、作業に集中したいときにおすすめです。

香りの取り入れ方

これらの香りは、日々の暮らしの中で無理なく取り入れることができます。
最も手軽で効果的なのは、ディフューザーを使ってお部屋に香りを広げる方法です。ディフューザーがない場合でも、ティッシュやハンカチに1滴垂らして持ち歩くことで、ふとした瞬間に香りを感じて気分を整えることができます。また、スプレーボトルに水と精油を加えてルームスプレーとして使ったり、キャリアオイルで薄めて手首や胸元にやさしくなじませるのもおすすめです。

おすすめのブレンド

朝のすっきりブレンド

(リフレッシュ)

レモン2滴
ペパーミント1滴
ローズマリー1滴
→ 頭をすっきりさせて、気持ちよく一日をスタートしたいときに

明るく前向きな気分

(シトラスブレンド)

オレンジ2滴
グレープフルーツ2滴
レモン1滴
→ 春らしい軽やかさで、気分を明るくしてくれます

心を整えるブレンド

(心のバランス)

ラベンダー2滴
ゼラニウム2滴
フランキンセンス1滴
→ 気持ちが揺らぎやすいときにやさしく整える

春の花の香り (やさしいフローラル)

ラベンダー2滴
ゼラニウム2滴
オレンジ1滴
→ やわらかく上品で、春らしい空間に

すっきり空間リセット (クリーン)

ティーツリー2滴
レモン2滴
ペパーミント1滴
→ 空気をリフレッシュしたいときに

夜のリラックスブレンド

ラベンダー3滴
フランキンセンス2滴
→ 深呼吸したくなるような落ち着いた香り

これらのエッセンシャルオイルは、ディフューザーに入れて空間に広げたり、ティッシュやハンカチに垂らして持ち歩くなど、日常の中で気軽に楽しむことができます。ルームスプレーとして使いたい場合は、次の方法を参考にしてください。

ルームスプレーの作り方

- スプレーボトル (50ml)
- 精油 5 ~ 10 滴
(上記のブレンドを参考に)
- 精製水 または フィルターした水 約 50ml

ボトルに水を入れ、精油を加えてよく振ってからお使いください。空間やカーテン、寝具などに軽くスプレーすると、やさしく香りが広がります。(※使用前には毎回よく振ってください)

忙しい日々の中でも、ふと香りを感じるひとときが、ご自身をいたわるやさしい時間となりますように。

タウンゼンド 瞳 (アッセンズ郊外在住)

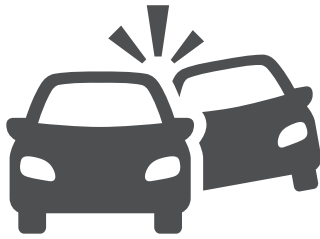
日本で看護師として大学病院婦人科病棟に勤務。その後クリニック、訪問看護にも携わる。インターナショナルスクールのスクールナースとして勤務後、渡米。エッセンシャルオイルとの出会いを通して自然の力に魅了され、子供の誕生をきっかけに本格的にアロマについて学び始める。現在小・中・高校生の5人の子供達をエッセンシャルオイルを使いながら子育て中。アロマクラスを随時開催。ぜひ感想などお聞かせください。

hitomitowSEND@gmail.com
Instagram : mynaturallife.hitomi



交通事故被害で、お困りですか？

日本語のできる弁護士が 直接、相談に乗ります



日本とは全く異なる、 アメリカの交通事故対応

アメリカは車社会です。そして、車の運転と交通事故は切っても切り離せません。交通事故に巻き込まれた際には、迅速で的確な対応が必要です。



直接、弁護士が日本語で24時間対応

人身・物損事故の際に、当法律事務所はスタッフではなく、日本語のできる弁護士が電話または、オンライン・ビデオ・チャットで直接対応いたします。



完全成功報酬だから、 弁護士費用の心配は無用

J.W.リー法律事務所は完全成功報酬制です。そのため、弁護士費用を気にすることなく、安心して相談や依頼ができます。

(678)622-8829 日本語
電話番号

J.W.リー弁護士

Law Offices of Jongwon Lee, LLC J.W.リー法律事務所

住所: 3483 Satellite Blvd #211 S, Duluth, GA 30096

Office: 770-800-0332 jwlee@jwleelaw.com



SushiYOKO

ディナータイムに新しく御膳と定食も始めました。

メニューは横のQRコードでご覧いただけます。

「おまかせ」も提供しております。

ガンコ店主が自ら選び抜いた食材を
丁寧に、正直に仕上げた至極の料理の積み重ねを
ぜひ五感でお楽しみください。

新しいSushiYOKOの「おまかせ」は

おひとり様 \$150

Sushiyokoatl.comと電話770-903-9348で

ご予約を承っております。

臨時休業のお知らせ

4月6から13日まで営業をお休みさせていただきます。

ご不便をおかけして申し訳ありません。

サーバー募集中

興味のある方は770-861-5433へメッセージを残してください。



Our full menu remains available during
Lunch service.



4月のおすすすめ商品



\$7.07 →

\$5.79



\$3.44 →

\$2.83



\$3.99 →

\$3.27



\$4.62 →

\$3.99

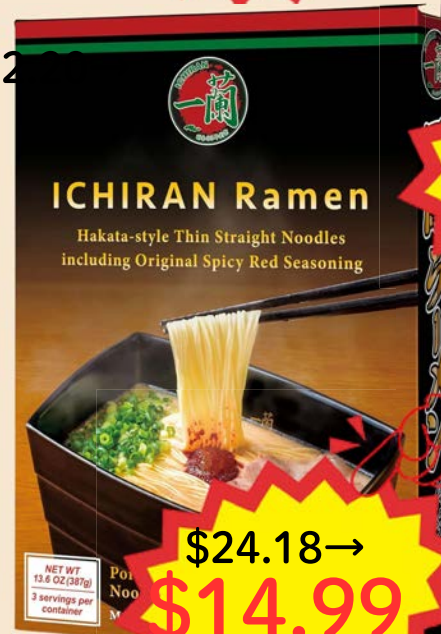


\$2.64 →

各 \$1.98



\$2.64 →



\$24.18 →

\$14.99



\$2.24 →

各 \$1.99



\$7.59 →

\$6.60

にく
毎月29日はお肉の日

今月29日は

お肉全品10%OFF

ビーフリブアイ超薄切り

麦富士ポーク薄切り

桜ポークロイン、肩ロース薄切り

琥珀豚ひき肉!!



15lb

\$37.50→

\$34.32



\$1.49→

\$1.29



\$2.40→

\$1.98



\$14.49→

\$12.41



\$4.62→

\$3.24



\$6.27→

\$4.10



\$4.84→

各\$3.51

SushiYOKO & Tomato2

8560 Holcomb bridge Rd #108#109

Alpharetta,GA 30022

Tomato2 営業時間

月一土 10:00-8:00

日 10:00-6:00



PartySushi

Now Accepting
Orders!

すし横から毎朝手作りのお弁当
Kitchen
SushiYOKO
Handmade Daily



\$40



\$60



\$75



\$185



\$200

Please order at least 1 day in advance.
Order accepted by phone: 770-263-7838 or
visit our stores (8560 Holcomb Bridge Rd) or
Email: tomatotomoinc@gmail.com
Pick up 11:30am-8:00pm except on Mondays

バイリンガル求職者の 就職・転職事情

ここ数年、電話よりもテキストでのコミュニケーションが主流になりました。メールやチャットでほとんどの用件が済んでしまう時代です。さらにテクノロジーは急速に進化し、最近ではAIという言葉が聞かない日はないほど、テクノロジーと無縁ではいられない時代になりました。そんな中で、改めて「人の価値とは何だろう」と考えることがあります。

ふと、数年前に同僚が言っていた言葉を思い出しました。「最近ビジネスでもメールだけで済ませる人が増えていますよね。でも、やっぱり電話で話さないと分からないこともありますよね。」そして少し照れたように、「もしかしたら古い考えかもしれませんが」と続けました。

確かに、時代とともにコミュニケーションの手段は変わっていきます。しかし、古いか新しいかに関わらず、本質的に大切なものは残り続けるのではないのでしょうか。同僚の言葉は、単に「電話が大事」という話ではなく、「話す」「会う」といった、人と人との直接的な関わりの価値を指しているように感じました。

もちろん、テクノロジーに強く、デジタルツールを使いこなせる人はこれからも活躍し続けるでしょう。一方で、仕事でもプライベートでも、「あの人と話したい」と思われる人は、それとはまた違う意味で、かけがえのない存在になっていくのだと思います。

最近では、電話もスパムが増え、知らない番号には出ないという人も多くなりました。そんな中で、電話に出てもらえるかどうかは、「その人にとって自分がどんな存在か」を示す一つのバロメーターとも言えるかもしれません。では、忙しい中でも時間を割いて「話を聞こう」と思ってもらえる人とは、どのような人でしょうか。

一つは、自分の言葉で意見を持っている人です。相手の状況を理解した上で、言うべきことはきちんと伝える。データや資料だけでは判断できない場面で、背景や文脈を踏まえた考えを示せる人は、信頼されやすいものです。

二つ目は、テキストに残らない情報を持っている人です。公的な情報は誰でも手に入れることができますが、関係性の中で

こそ共有される情報があります。そうした情報にアクセスできる人、つまり日頃から人との関係を丁寧に築いている人は、自然と価値のある存在になります。

そして三つ目は、「また話したい」と思わせる魅力を持っている人です。話していて安心できる、前向きな気持ちになれる、あるいは単純に会話が心地よい。テキストだけでは伝わりにくいこうした感覚こそ、人と人が直接関わる意味なのかもしれません。

ロボットやAIは、規則性のあることや大量の情報処理には非常に優れています。一方で、不規則なことや予測できない出来事、そして人の感情が絡む場面に対応することは、人間の大きな強みです。だからこそこれからの時代は、「何を知っているか」だけでなく、「誰とつながっているか」「どんな関係を築けるか」が、より大きな価値になっていくのではないのでしょうか。あなたは、電話に出てもらえる人でしょうか。

参照：電話に出てもらえる人が、選ばれていく時代 | 金次隆史
https://note.com/playkanetsugu/n/nf622f0c5e5a5?sub_rt=share_pw

働く、つながる、パソナ

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 | 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



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



Akiko Komura



Hello! Atlanta

～Easter Party編～

繰り返される生命の再生を祝う春の行事

初めてウサギとパステルカラーの卵の組み合わせを見た時「可愛すぎる！」と悶絶しました。同時に「なんでウサギに卵？」と。そもそもエッグハントのルーツは、春の到来や生命の再生を祝うドイツの民間伝承だそう。卵は「新しい命・再生」の象徴で、ウサギは沢山子供を産むことから「春・豊穣・繁殖」の象徴。そこで卵を運ぶ役目にウサギ様が大抜擢！大昔にもうウサギと卵はトム & ジェリーばりのパディになってたんですね。そんな春祭りの一環だったエッグハントですが、時の流れと共に、卵の「殻から新しい命が生まれる」イメージがイエスの復活と重なるために、キリスト教の行事に取り込まれていったようです。卵の殻はイエスが葬られた墓で、そこから出てくるヒヨコは復活したイエス。つまり、キリスト教において卵を見つけるという行為は「イエスの復活の喜びを見つける」イメージ。そう思ってエッグハントに参加すると、ただの宝探しがもっと意味のあるものになり、見つけた時の嬉しさも、なんだか倍増する気がします。子供が大きくなり、なかなかエッグハントに参加する機会は減ってしまいましたが、代わりに大人のための Easter Party にお呼ばれる機会が増えました。自分で開く事もありますが、デコレーションは大好きでも料理はちょっと…。お友達のアツコさん宅での Easter Party は、いつも「見て楽しい・食べて美味しい」の最高すぎるダブルコンボ！そのイベントならではのメニューを用意してくれるので、一生自分で作る事はないような料理が並びます。Happy Easter!! 春の訪れを一緒に満喫しましょう！

鎌田桃佳

2016年までインドネシアで10年過ごし、2016年からアトランタ在住。アクセサリー&イラストのブランド Tiny MOMO の Instagram →



[tinymomous.etsy.com](https://www.tinymomous.etsy.com)

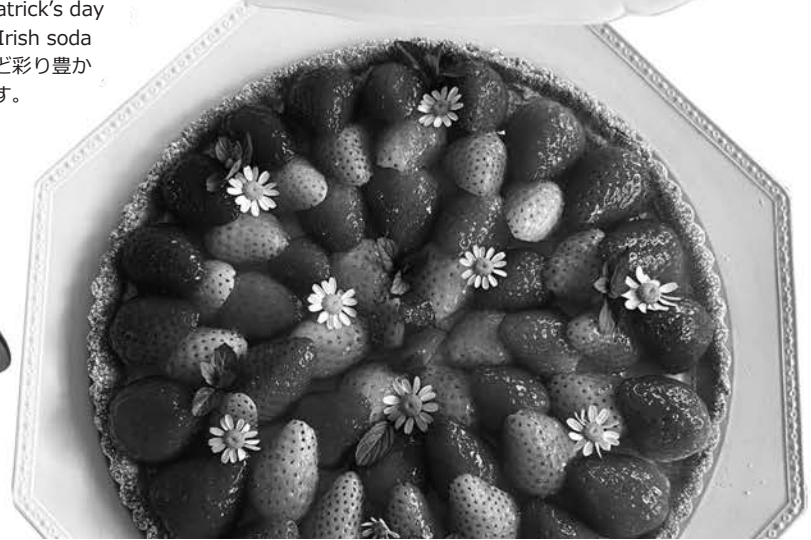
私のハンドメイドジュエリー Tiny MOMO のオンラインショップです。

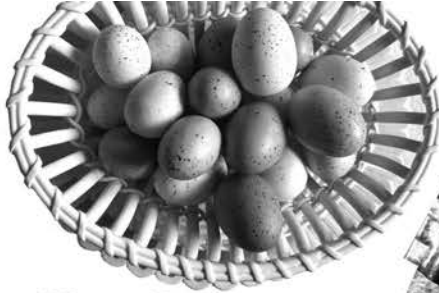


二段のスタンドは、イベントに合わせて小物が毎回変わります。ここだけでウサギの置物何個あるでしょう？



アイルランドのスープ Dublin Coddle の他、アスパラガスとグリーンピースの Pasta、ルッコラサラダ、サーモンカナッペ、苺のタルト、定期的に St. Patrick's day に因んだ Irish soda bread など彩り豊かに並びます。





↓ウサギと羊のアンティークの
チョコレートモールド



チョコの詰め合わせ
はゲストへのプチギ
フト。明るい黄緑
がテーブルを春
らしい装いに。

↑肉のペーストが
入ったイギリス
のアンティーク
の陶器。元々
使い捨てじゃ
なく容器も
価値の一部
だったため、
すごく可愛
い♡



ラッパ水仙は冬が終わって最初に咲く花の一つ。花言葉も「希望、再生、新しい始まり」でイースターにピッタリ。



Easter Party

アツコさんのInstagram
momopudding10

ブライアン・ウドール氏旭日小綬章受章

在アトランタ日本国総領事館

2025年秋の叙勲において、ブライアン・ウドール博士（Brian Woodall）が旭日小綬章を受章し、その叙勲伝達式が去る3月14日（金）、在アトランタ日本国総領事公邸にて執り行われました。同氏は、日本と米国の間の学術交流および相互理解の促進に多大な貢献を果たし、その功績が高く評価されました。

式典では、松田賢一在アトランタ日本国総領事より勲章が伝達されました。受章に際し、ウドール博士は次のように喜びを語りました。

ウドール博士は、この榮譽を受けることになったと知らされた瞬間について、「ただただ信じがたく、感謝の念に満ちたものでした。今回この賞をいただけたのは、長きにわたる年月の中で、たとえささやかなものであったとしても、幾度となく貢献を重ねてきた結果ではないかと考えています」と述べました。

ウドール博士は、日本での居住歴が通算6年に及び、東京大学、東京工業大学、東北大学、神戸大学において客員職を歴任しました。また、神戸大学では諮問委員も務めています。さらに、フルブライト・スカラー、安倍フェローシップ、国際交流基金による博士論文執筆フェローシップの受給者としても選定されています。

これまでの多大なご貢献に深く感謝申し上げますとともに、このたびのご受章を心よりお祝い申し上げます。



全米初、日系の人材紹介会社が非営利団体 「JUHPA（ジューパ）」を設立、NYにて発足式を開催



全米初の日系人材・人事コンサルティング業界に特化した非営利団体JUHPA（NPO法人JAPAN-US HR Professionals Association, Inc.）が3月11日発足、NYマンハッタンの会場にて発足式を開催しました。

発足式には、片平聡NY総領事・大使、大石晋領事、ジェトロNY事務所の内野泰明次長が来賓として出席、理事長に古代賢司氏（パソナNAインク）、副理事長に田畑のり子氏（TOPUS）、理事に山田幸生氏（クイックUSA）、鈴木剛央氏（アクタス・コンサルティング・グループ）が就任しました。

日本国内地方企業の海外進出にあたり、JUHPA（ジューパ）は米国における採用動向、人材市場、労働環境などの情報を提供するとともに、米国での採用・雇用の実情を踏まえ、多角的な判断材料を提供できる点を意義としており、1年後には30社ほどのメンバーにて構成される団体を目指しております。

2026年3月現在、人材紹介会社、HRコンサルティング会社9社が会員メンバーとして参画、米国における人材紹介業界共通の行動規範を策定し、法令遵守と透明性を高めることで、企業と求職者の双方に安心と信頼を提供することを目指します。



【団体概要】

団体名： JAPAN-US HR Professionals Association, Inc. (JUHPA（ジューパ）)
発足日： 2026年3月11日
事業内容： 人材ビジネスの適正運営に関する啓発、ニュース配信、セミナー開催、広報活動
対象地域： アメリカ合衆国国内
公式サイト： <https://www.japanushr.org>

【本件に関するお問い合わせ先】

JAPAN-US HR Professionals Association, Inc.
事務局 担当： 菱田・永瀬 Email： info@japanushr.org
Phone： 929-713-8413

JAPANFEST ATLANTA 2026 *Timeless Japan*

September 19
10:00 AM - 6:00 PM

September 20
10:00 AM - 5:00 PM

© Gas South Convention Center

Tickets & Parking Sale Coming Soon



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

1180 Satellite Blvd. #200
Suwanee, GA 30024

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。

移民捜査局の取締活動

【不法移民捜査】昨年度より、各地域社会における安全と治安を強化する目的でトランプ政権による移民取締強化政策が執行されています。しかしながら、2025年9月に米国移民関税執行局(ICE、以下“移民捜査局”)により、現代自動車バッテリー工場の475人の労働者が拘束され、2026年1月にはミネアポリスの地元女性が移民捜査員に射殺されるなど、移民捜査活動の強化に対する地元住民の不安が広がっています。

これに続き、1月23日の金曜日の夕方にはICE車輛が大量にアトランタに輸送され、翌週にはジョージア州立大学や地元の高校に移民捜査局のエージェントの姿が見られるようになったため、学校当局も学習環境への影響を懸念しており、キャンパスで移民捜査員に引き止められた際の対応方法などについて生徒に呼びかけています。今まで安全だと思われていた学校や教会にも移民捜査局のエージェントがいきなり来るがあるので注意が必要です。

移民捜査局は\$38億もの資金を投資してジョージア州を含む各州で16もの不法移民収容施設の建設を予定しています。ジョージア州では北東のOakwood市に1500人収容施設、南東のSocial Circle市には1万人規模の大型収容施設を建設予定です。これらの施設が完成すれば、不法移民の大量の拘束が可能となります。

既にGwinnettで運転中の若者が移民捜査局に止められ、パスポート原本の提示を求められたという情報はもってきています。全国各地のウォールマートの駐車場にも移民捜査員出現していると報告されています。捜査官は移民局の入口でも待機しているようなので、移民局への出廷や面接に向かうときは、必ず身分証明書と滞在資格を示す書類を持参するなど注意が必要です。

【不法移民取締の歴史】2011年にはリーマン・ショックの影響で大量の失業者がでる中、依然として農業などの重労働に従事するメキシコ人に対して不満の矛先がむけられ、不法滞在のメキシコ人がアメリカ人の職を奪っていると不満が募り、40州で様々な不法移民取締法が決議されました。その中でもジョージア州を含む南部6州では、かなり厳しい移民取締法を可決したために、大量のメキシコ人が拘束され、強制退去されました。

そのような環境の中で、アラバマ州で運転中に止められ、身分証明書を家に置き忘れた外国人が逮捕されました。後にそれがベンツの役員であることが判明したために、アラバマの州移民法取締法はマスコミからの批判を浴びました。アラバマ州の移民取締法では、外国人はパスポートなどの身分証明書を提示できなければ逮捕されることになっていました。

これに引き続き、同州で日系自動車メーカーの社員も運転中に止められ、アラバマの免許を持っていないという理由でチケットを切られました。流石にベンツ事件の直後だったので逮捕はされませんでした。大手自動車メーカー2社の問題が浮上したために、アラバマ州は自動車産業の投資先としての評判を損なうことになりました。

2012年には、州政府による移民取締法は移民に関する連邦政府の権限を侵害するものであり、また、実際の捜査は特定人種に絞った差別的取締行為、不法捜査、不法拘留であり、合衆国憲法で謳われる正当な法的保護や法の平等保護条項に反するとして、州レベルの移民取締法は無効であると連邦最高裁の判決が下されました。

【287(g)】州レベルの移民取締法は無効とされましたが、連邦政府との契約により地元政府機関が移民取締権限を行使できるプログラムは依然として残っています。287(g)とは1996年の不法移民改革法により追加された条項で、地元の政府機関が移民捜査局と合意書を結ぶことにより、地方自治体、州政府や各政府機関が特定の移民取締業務を遂行する権限を与えられるプログラムのことです。各地域の安全と治安強化目的で創設されたこのプログラムは、特定の人種や個人を標的とする事態につながるなど、公民権侵害を招くリスクがあるとの批判もあがっています。

しかしながら、トランプ政権の移民取締強化方針にそって、連邦政府と287(g)の契約を結ぶ政府機関が増えています。2026年3月20日現在、39州および2つの米国準州を対象とする1,547件の政府機関がこのプログラムに参加しています。ジョージア州では、2011年当時はコブ、グイネット、ホール、ホワイトフィールドの4群に限られていましたが、現在では47にも上る市や郡の刑務所、警察署、保安署、州矯正施設、州公安局などを含む58の政府機関が参加しています。

【身分証明書類】連邦捜査員、或いは地元の法執行員に止められた場合、必ず滞在資格を示す書類と身分証明書を持参するように心がけたほうがよいでしょう。身分証明書として、永住権保持者はグリーンカード、就労ビザ保持者は有効なI-94、学生ビザ保持者はI-94とI-20(或いはDS2019)の両方をもっていただくほうがよいでしょう。現実にはパスポートの提示を求められることもあるので、有効な旅券も一緒に持参したほうが無難です。米国民には書類持参の義務はありませんが、米国民である証拠としてパスポート、或いは運転免許サイズのパスポートカードを申請し、持参したほうがよいと思われます。紛失に備え、各書類必ずコピーを保管したほうがよいでしょう。



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



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



国宝とキツイ稽古

「国宝」を観に行ってきた。

歌舞伎役者→人間国宝→立派な人物というイメージを持つ人もいるだろうが、もともと歌舞伎モノとは常識から外れた格好や行動をとる人の事なので、あのドロドロ・ぐちゃぐちゃした感じは良いと思う。

実際の世界でも、有名な歌舞伎役者の映画よりひどいスクランダルはゴロゴロ転がっている。しかしスクランダルにまみれても血筋を持っている歌舞伎役者は、小さい頃から厳しく芸を叩き込まれるので、舞台では本領を発揮するもの。

以前も書いた事があるが「歌舞伎役者は只者ではない」と知った空手の大会で中村獅童の演舞を観た時である。(中村獅童は血筋は持っているが、小さい頃から芸を叩き込まれた役者…とは違う。でもその話をすると長くなるので省略)

中村獅童が連獅子の衣装で登場し、試合場の真ん中に立つと和太鼓が鳴り始める。「そのフサフサ頭を振りながら試合場を駆け回るんだろう？」と甘く見ていたが、和太鼓が1分以上鳴り続けていると、彼は微動だにしない。マイケル・ジャクソンがステージに出てきて数分間微動だにしないのを思い出した。

呼吸もしているはずなのに、連獅子の衣装の頭のフワフワが全く動かない事が、アップでオーロラビジョンに映し出されている。まるで日本人形である。「これはヤバイ奴かもしれない」と思っていたら、笛、三味線が入り、それをきっかけに獅童が激しく動き出す。歌舞伎座の舞台より遥かに広い空手の試合場のマットの上を、頭を振りながら縦横無尽に駆け巡る。驚いたのはそれが終わってから。

オーロラビジョンには、ドアップで激しい演舞の直後なのに、全く微動だにしない日本人形・中村獅童が写し出されていた。

白いカツラの長い毛も全く動かない。勿論、汗など全くかいていない。あれだけ動き回って呼吸の乱れが全くなく、終わった直後でも微動だにしない…というのは、いったいどれだけ過酷な稽古をやってるんだと怖くなった。

その時から、歌舞伎役者をアスリートとしても見るようになった。きっと日本舞踊とは名ばかりのキツイ稽古を長年やってきたんだろうな、というのがしのばれる。

キツイ稽古と言えば、ウチの道場の最近の稽古はキツイ。コロナ前のウチの道場の生徒は、他の道場の選手から「アトランタ道場の選手と戦うのは嫌だ」と嫌がられていたものだが、数年は「少し痛いかもかもしれないけど、楽しく激しい空手をやりましょう」的な指導をしていたので、「アトランタの選手と戦うのは嫌だ」と言われなくなってしまった。「それじゃいかん」とコロナ前のように、弟子が試合に出て「道場の稽古の方がキツかった」と言うような稽古に戻してやった。

昨日も「倒すつもりでやれ」と言ったにもかかわらず、倒れそうな相手を倒さない弟子に「倒れそうな相手を倒せないのはお前が相手を格下に見ているから。ノーリスペクトだ!」「相手を倒さないのはお前の優しさじゃない。弱さだ!」とプチ切れた。

普段の稽古で相手を倒せないヤツが試合で相手を倒せるわけがない。とはいうものの人間の性格は簡単に変わるものじゃないので次の大会で結果が出るかは未知数である。でも始めないと何も変わらない。いくつになっても変化、成長は必要だなと思う今日この頃。



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



教わらなくても進んでいける力

新しい環境で本年度の新しい学年がスタートしました。学年のスタートにあたり特に学習の仕方と目的を見直す時期でもあります。特に小学生の親御さん、お子さんの日々に学習の仕方は間違っていないでしょうか？小学生はしっかりと積み上げないといけない基礎学力を固める時期だからです。

この時期の基礎学力の定着を見極めるのは個人別の教育システムでない学校制度はプロの教師でも隅々までは行き届きません。基礎学力のほころびは中学や高校など後々出てくることがおおいです。

公文式の教育法は開発者の実体験をベースに作られました。私が日頃研究している脳のメカニズムにそったものでした。ちょっと難しいところを以前の知識や技術を使いながら未知の領域を考えチャレンジした結果、新しいコンセプトや領域を理解できた時、このうえない達成感と喜びホルモンが脳からでるのです。ここに公文公氏（公文式創立者）のいかに自学自習が大切であるかのエピソードを紹介します。

勉強のコツはちょっとしたヒント

公文氏が中学校で最初に教わったOという先生は、一風かわった授業をした。とにかく、講義などはいっさいしないのです。教室へ入ってくると、教壇の椅子に腰かけて、本などを読んでいる。我々生徒は、与えられた問題集を一人で学習する。わからない所があれば、聞きに行き行って教えてもらう。O先生は、ある時は親切に教えてくれ、ある時は「こんな問題わからなくて、どうする」と、叱って、復習を指示し、またある時は次の問題集に進むよう指示したりする。生徒の中にはそんな先生を嫌う者もなくはなかったが、公文氏は自習によって一人でどんどん進んで行ける事が楽しくてしょうがなかったそうだ。

この体験をもとに公文式は作られています。公文式はいちいち教えるのではなく、生徒が自習しながら進んで行くようになっています。それは何よりも、子ども達が、人に聞かないで、自分で学習して行くことの楽しさを味わうことと、より高いところへ進んで行こうという意欲を持つことをねらいとしているからです。

家庭教師がうまく行かない場合

親切でいねいに教えてやれば、子どもはそれだけ理解が早くなり、よりやさしく先へ進んで行けるのではいかと考える親御さんは多いようです。しかし、どうやら現実はその反対の場合が多いようです。その良い例として、家庭教師をつけて、うまく

行った例はどれほどあるでしょうか？むしろ、うまく行かなかった例のほうが多いのではないのでしょうか。その最大の理由は、教えすぎにあると思われます。つまり、教えなくてもわかっていたり、教えてもわからないことを、とにかく頭から教え込むことによって、子どもから勉強への興味を奪っていることが多いのです。大人が親切と思ってやっていることが、子どもにはかえって迷惑や負担になっていることが多いことを決して忘れてはならないでしょう。子どもの自発的な疑問や質問に答えてやる場合は、もちろん別です。

家庭教師をする時に気を付ける点は、家庭教師が必要な理由（生徒の学力の現状）、いま一番困っている箇所を明確にしどの程度教え、また本人にどの程度まで学習させるべきかを明確にすることです。生徒のそばにぴったりくっついて、教師のほうばかりが熱心に、まくしたてるように教えても、それはバケツいっぱいの水を小さな盃に注ぎこもうとするようなものです。

非常に効果をあげた家庭教師について、ある母親はこういいました。「ときどき子どもの部屋をのぞくと、先生は柱にもたれてぼんやりしていたり、あまり教えてくれないように見えました。子どもだけは、せっせと何やらやっているんです。それなのに、こんなに成績が上がったのが不思議でした・・・。」その家庭教師は、生徒に何を教えるべきかより、むしろ何を（どの箇所を）本人に学習させるべきかが大切であるということをよく知っていたからだと思います。家庭教師の役割は、そのキッカケを見つけてやり、必要最小限度のアドバイスをしてやることなのです。



KUMON
MATH. READING. SUCCESS.

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

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

公文式学習内容：

- ・国語（日本語読解力）
- ・英語（現地校国語読解力）
- ・算数・数学（大学レベル以上） ※日本の英語教材とは違います。

0歳から大人まで、あらゆる年代が学べる学習法です。

日本習字の生徒募集（大人、生徒）

指導者：長谷川ゆかり お問い合わせ：770-321-2637



アトランタ矢島カイロプラクティック主催

★ AYC CLUB ★



去る3月28日(土)、ダンウッドの Brook Run Park にて、第44回 AYC CLUB が開催されました。今回は、松井聡子さんを講師にお迎えし、ハタヨガをベースにした初心者向けの45分間のヨガセッションが行われました。

青空の下、芝生の上で行うヨガは、心も体もリフレッシュできる贅沢なひととき。ゆったりとしたストレッチから始まり、呼吸を意識しながら体をほぐしていくうちに、参加者の皆さんも次第にリラックスした表情に変わっていきました。

ヨガは穏やかな動きながら、バランスや筋力も求められる奥深さがあり、時折ふらつきながらも体幹を意識することで、心



地よい伸びと爽快感を味わうことができます。当日は少し肌寒さもありましたが、天候にも恵まれ、10代から80代まで幅広い世代の方々が、それぞれのペースでヨガを楽しみました。



講師の松井さんは、ヨガ発祥の地インドでインストラクター資格を取得されており、「ヨガのない生活は考えられない」と語るほどヨガを愛しておられます。ヨガはストレスの軽減やリラックス効果など、心身のバランスを整えるのに役立つとされています。

AYC CLUB では、毎月様々なテーマで開催しています。ご興味のある方は、アトランタ矢島カイロプラクティックのウェブサイトまたはお電話(434-228-6815)までお問合せください。



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。誰もが、自分の人生は、決して自分の思い通りにはならないし、信仰や確信があったとしても、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、苦しい状態は何も変わらず、事態が、全然動かないと、自分の祈りは聴かれていないのでは・と思うこともあるでしょう。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、完璧で、ぴったりの(神の)時です。しかし、私達(人間)は、待つことが苦手です。待つのは困難です。しばしば、神の最良の時を、待ちきれなくて、やみくもに、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。サウル王は、神から使わさ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、生け贄を捧げ終わったその時に、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、私たちのために、最善の時を、すでに備えておられます。すべてに時があり、神の定められた時期があるのです。神の御ところ(御計画)を行って、約束のものを手に入れるために、私たちに必要なのは忍耐です。待ちくたびれて、自分で働くなら、神の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、祈り、神の時を待ち望みましょう。誰もが、時が満ちた時には、自分の思いを越えて、突然に、物事がどんと動き始めるのを経験したことがおありでしょう。

まさに、『私の時は、神の御手の中に在り』ですね。今、あなたは、物事が思うようにならなくて、煮詰まっていないでしょうか。自分の手を休めて、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5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。素敵なお知らせがありますように。



健康とカイロプラクティック

赤ちゃんへのカイロプラクティックケア

この誌面にもありますが、当院の謳い文句は「身体に負担をかけない無痛施術だから幼児からシニアまで安心」です。が、実際には幼児どころか、生まれたばかりの新生児へもカイロプラクティック施術は可能です。今回は赤ちゃんのカイロプラクティック治療についてです。

赤ちゃんは十月十日（実際にはやや短い期間）、お母さんのお腹の中で過ごします。出産が近づくにつれて胎児の身体も成長し、次第に子宮内が窮屈に。当然、お母さんの骨盤の状態や胎児の向きによっては姿勢が歪んだり、身体にねじれが生じることもあります。

さらに、出産時には産道を通る際の圧力や回旋が頭部や背骨に負担をかけ、歪みや捻れが生じることもあります。（但、この過程は筋肉の発達に必要な刺激を与える大切な役割も担っています）また、帝王切開出産の場合も子宮から取り出す際、医師によって体の一部を無理に引っ張られることもあり体に歪みが生じてしまうことがあります。こうした要因により新生児でも身体のバランスが崩れていることは珍しくありません。

私が「新生児にも施術を行う」とお話しすると、「本当に必要ですか？」「危険ではありませんか？」というご質問をよくいただきます。施術は強い力を加えるものではなく、指先で軽く触れる程度のやさしい方法で行います。適切な知識と技術をもって行うので、赤ちゃんが痛みや不快感を感じることはほぼありません。

先日、生後3か月の男の子を施術しました。親御さんが以前より当院のメンテナンス患者さんで、赤ちゃんの頭が右に傾き左を向く癖があることを気にされ相談にいられました。小児科のチェックアップでも斜頸（torticollis）と診断され、理学療法を勧められていました。この赤ちゃんはご家族の2人目のお子さんで、1人目のお子さんの時も同じ症状で、週1回、半年以上理学療法に通った経験があり、時間的・費用的にも負担が大きかったことから、今回はカイロプラクティックでの改善を期待して来院されました。

検査では、背骨全体が左に傾き、首と頭は右に傾いて左を向いている状態でした。触診では左右の筋緊張差は大きくなく、筋肉性というより骨格バランスの影響が考えられました。また、第1頸椎と仙骨に軽度の歪みがあり、私の所見は、出生時の影響により背骨にわずかな歪みが生じた結果、頭がバランスを取るために傾いている状態と診断しました。

そこで背骨の調整と、ご自宅で赤ちゃんにやってあげてほしい頭部の可動域ストレッチをアドバイスしました。そして、1週間後の診察時には「真っすぐになることが増えた」「反対側も向くようになった」と改善が見られ、さらに翌週には頭の傾きが改善し、動きも活発になりました。4回目の診察時には外見上ほとんど気にならない程度となり、ご家族も大変喜んでくれました。今後も親御さんと共に月1回のメンテナンスにいられる予定です。

斜頸は乳児によく見られる症状であり、1年ほどで自然に改善することが多いですが、その間、姿勢の偏りや歪みは首や背骨の筋肉を圧迫し続けるため、決して良い状態とは言えません。カイロプラクティックでしたら赤ちゃんへの負担は最小限です

ので、安心して治療を受けていただけます。

残念ながら、人間は誕生直後の新生児ですら身体に歪みがあるものです。そのため、できるだけ早い段階から身体の状態を確認し、整えていくことが大切だと考えています。私の2人の我が子は出産直後に調整を行いました。

赤ちゃんは、成長とともに表情や動きが豊かになる一方、身体の癖や偏りもはっきり現れてきます。例えば、いつも同じ方向を向く、首が傾く、左右の顔のバランスが違うといった様子が見られる場合、身体のバランスに影響が出ている可能性があります。ですので、早めに整えておきましょう。また、自律神経を整えるカイロプラクティックケアは、いわゆる「カンの子」の強い子のリラクゼーションケア、便秘解消などにも効果があります。

赤ちゃんのカイロプラクティック。なかなか結びつかないかもしれませんが、意外とアリです。お子さんの健康を守る一助としてぜひお役立てください。

矢島 敬朗 カイロプラクター



アトランタ 矢島カイロプラクティック

背骨の歪みは万病の元

上部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



マッサージ
始めました
チップ不要です



Dr. Shigeo Yajima
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
 - Roswell 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)



口腔内装置のお手入れ方法

一昔前までは口腔内装置と言えば入れ歯が主流でしたが、現在は入れ歯の他にも取り外し式の矯正装置や歯ぎしりや食いしばりから歯を守るナイトガード、スポーツの時に使うマウスガード、歯のホワイトニング用マウスピース、睡眠時無呼吸症候群の治療のためのマウスピースなど、多くの人が口腔内装置を使っています。これらの装置は長い期間使用するものなので、清潔に保って虫歯や歯肉炎といった口内トラブルを起こさないようにしないとダメです。どのように日々の手入れをすれば良いのでしょうか。



口腔内装置は、レジンと呼ばれる硬い樹脂の素材でできたハードタイプのもので、ゴム製の柔らかい素材でできたソフトタイプのものであります。これらはどちらも着色がしやすくプラークも付着しやすいので、お手入れを正しくこまめに行わないと細菌が繁殖し着色や悪臭の原因となるだけでなくカビが生えてしまうこともあります。また、その状態が続くと虫歯や歯周病の悪化にもつながります。

【洗浄方法】

① 水道水で洗う

冷たい水を流した状態で、指で力を入れないように優しく洗います。細かい部分は歯ブラシを使用しても良いのですが、なるべく毛の柔らかいものを選び装置を傷つけないように気をつけましょう。義歯用のブラシを使うのもおすすめです。歯磨き粉は、研磨剤が入っているので装置に傷がついてしまうリスクがあるため使わない方が良いでしょう。また、熱いお湯で洗うと装置が変形してしまうので水道水かぬるま湯で洗うのが良いでしょう。



② 洗浄剤に浸して除菌する

洗浄剤には除菌効果もあるので、特に臭いが気になる場合におすすめです。市販の洗浄剤には様々な種類があり材質によっては合わないものもあるので、お使いの装置に合った洗浄剤を使用してください。また、つけ置きタイプの洗浄剤は、取り扱い説明書の指示に従い洗浄液に浸す時間を守るようにして下さい。長時間つけすぎると変形や素材の劣化の原因になります。



③ 超音波洗浄機を併用する

超音波洗浄は、ブラシやつけ置きでは届かない隙間まで細かい振動が行き届いて汚れを落とすことができ、口臭や歯肉炎などの細菌感染を予防できます。また、機械的刺激が少ないので装置を傷つけることなく洗浄することができます。



【洗浄時の注意点】

- 熱いお湯（60度以上）は使用しない
- 歯ブラシを使う場合は毛が柔らかいタイプを選ぶ
- 研磨剤入りの歯磨き粉は使用しない
- つけ置きタイプの洗浄剤を使用する場合は浸す時間を守る
- 洗浄後はしっかりと乾燥させてケースの中に保管する
- なるべく使用するたびに毎回洗浄することが理想だが、最低一日一回は良く洗う



ナチュラルホルモン補充療法とは

総合ホルモン検査

ホルモン補充療法開始前に、ホルモンバランス、老化度をチェックします（自費となります）。

DHEAS、コルチゾール、TSH、T3、テストステロン、遊離テストステロン、LH、FSH、エストラジオール、プロゲステロン、CA15-3、CA12-5、PSA など男女ごとに組み合わせ、検査します。その検査結果により、必要なナチュラルホルモンを検討します。

投与するホルモンの一例

<エストロゲン>

「卵胞ホルモン」といわれ、卵巣で作られる女性のホルモンです。女性らしさに関与し、女性生殖器官や乳腺の発育促進、子宮粘膜の増殖、女性の性活動・二次性徴を促進する働きがあります。エストロゲンやプロゲステロンが加齢とともに低下し、バランスが崩れ、更年期障害が現れます。

エストロゲンの働き

- ・乳腺発育促進
- ・更年期障害の緩和
- ・アルツハイマー予防
- ・コレステロール代謝改善
- ・心臓病・脳卒中予防
- ・骨粗鬆症予防
- ・若々しい肌を作る

エストロゲンが必要な方

- ・両側卵巣摘出後の方
- ・プロゲステロン投与のみでは、症状が改善しない方

<テストステロン>

精巣で作られる主要な男性ホルモン。男性の二次性徴を発現させます。男性らしさを発現しますが、40代になると急激に分泌量が低下し、器官の老化に陥ります。

最近、テストステロンは男性だけではなく、女性にとっても健康な生活を送るうえで欠かすことのできないホルモンであることが示されています。女性にとって、更年期症状の改善や肌を若々しく保つ効果もあります。

テストステロンレベルが年齢と共に低下すると、様々な健康問題が出現します。テストステロンの補充は、筋肉強度・性反応の改善、骨粗鬆症、関節炎、変形性関節変化を防ぐことが示されてきています。もちろん、男性更年期障害にも非常に有効です。さらに、テストステロンは男性と女性双方を心臓血管疾患から防御してくれることが示されています。

テストステロンの働き

- ・体脂肪の抑制
- ・性的機能の向上
- ・心臓病、脳梗塞の予防
- ・糖尿病、高脂血症、高血圧
- ・筋力アップ、骨量アップ
- ・肌のハリ・ツヤを保つ
- ・うつ病の回復
- ・病気やけがの回復力を高める

- ・記憶力・集中力・認知機能の増加

テストステロン投与が有効な症状や病態の例

- ・プロゲステロン補充で症状改善が不十分な女性
- ・子宮摘出または卵巣摘出を受けた女性
- ・男性更年期症候群（LOH 症候群）
男性更年期というと男性の性機能の低下がイメージされますが、そればかりではありません。男性ホルモン（テストステロン）が低下すると、精神面で気力がなくなる、仕事で集中力がなくなるということが出てきます。

また肉体的な疲労も出てきますので、50才を過ぎて疲れやすくなる、体力が落ちる、それなのに眠れないといった症状も表れてきます。このように、肉体・精神・性機能の3つの面で色々な症状が出るのが男性更年期と考えられているのです。

また男性ホルモンの低下にはストレスが関係していることが多く、会社で大きなストレスを抱えている人や通勤時間が長い人は男性更年期になりやすい人ともいえます。血液検査でテストステロンの状態を調べることはできますが、症状には個人差がありますので、自覚症状も重要な指標です。

以下に当てはまる方は、男性更年期症候群の可能性があります。

- ・記憶力低下、集中力低下
- ・抑うつ、疲労感、睡眠障害
- ・筋力低下、骨密度低下
- ・疲労感
- ・毛髪減少
- ・腰痛、肩こり、関節痛など
- ・性機能障害
- ・加齢臭
- ・のぼせ、発汗、心悸亢進、しびれ、知覚過敏など

来月から、それぞれのホルモンの働きや、有効とされる症状・病態の例について、より詳しくご紹介していく予定です。

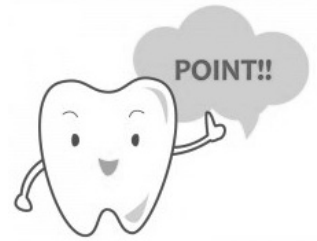
倉岡クリニックでのアンチエイジング治療

倉岡クリニックでは、さまざまなアンチエイジング治療を行っています。以下の症状に心当たりがある方は、一度ホルモンの血液検査をお勧めします：

- ・疲れが取れにくい
- ・寝つきが悪い・夜中に何度か目が覚める元気がなくなった
- ・体調不良
- ・イライラ、不安、鬱症状
- ・体重が増える
- ・髪の毛が細くなった、薄くなってきた、抜け毛が増えた
- ・男性：EDの症状、または自分のピークは過ぎたと感じる
- ・女性：ほてりなどの更年期症状

ぜひ、ホルモンの検査を受けて、健康をサポートしてください。

倉岡クリニック 電話番号：770-980-0000



自分の歯とお口を守る基礎知識

～むし歯と歯周病をよく知っておきましょう～

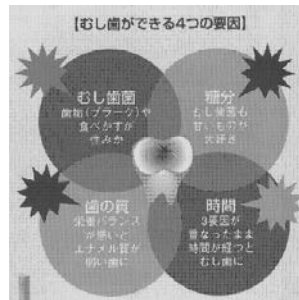
自分の歯が何本あるか知っていますか？

歯の寿命は長くなった平均寿命に追いついていません。成人の歯は親知らずも入れて全部で32本ですが、40歳代を境に急速に減り、平均的には、60歳代で20本にまで減っているのが現状です。では、どうして歯が抜けてしまうのでしょうか。その原因は「むし歯」と「歯周病」です。

大人の歯の半分がむし歯！

むし歯菌は糖質を栄養にして、ねばねばした物質を作り、食べかすとともに歯垢（プラーク）となります。その中で、むし歯菌が増えて酸を作り、固い歯の表面（エナメル質）を溶かして虫歯になるのです。

むし歯を放っておくと、歯の根の先に膿がたまって、歯を維持することが難しくなります。むし歯は年齢とともに増え、大人の歯の半分がむし歯（処置歯も含む）にかかっています。



気づかいうちに悪化する歯周病

歯と歯茎の境目に歯垢（プラーク）がたまると、その中にいる歯周病菌が歯茎に炎症を引き起こします。さらにそこにさまざまな要因が加わると歯茎の出血や腫れが続き、歯を支える土台まで破壊され、歯がぐらぐらして痛くて噛めなくなり、ついには歯が抜けてしまいます。最近では若い人の歯周病がふえ、20歳代ですでに70%近くに達しています。歯周病は年齢とともに悪化して、40歳以降、急速に歯が失われていく原因となっています。

成人の80%が歯周病

では、私たち日本人が歯周病にかかっている率を調べてみました。年齢で見ると、歯ぐきに炎症がみられる人のピークは45～54歳で、実に88.4%に及びます。高齢者の数値が減少しているのは、すでに歯周病などで失った歯の数が多いためです。また、注目したいのは若年層の歯ぐき。5～14歳の36.51%、15～24歳の66.17%の歯ぐきに炎症がみられるのです。このことは、歯周病は決して中高年層の病気ではなく、若いうちからの予防が大切であることを物語っています。



むし歯や歯周病が引き起こす全身の病気

むし歯や歯周病は単なる「歯」だけの問題にとどまりません。歯と歯茎が健康でないと食べる楽しみが減ってしまいます。さらに、胃腸障害や肩こり、頭痛、心臓や肝臓に炎症を起こすなど、全身の病気の引き金となることもあるのです。

歯を失う前に、歯周疾患検査を

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。歯が痛くなる前に、歯科検診を受診し、むし歯と歯周病を早めに発見、予防することが大切です。

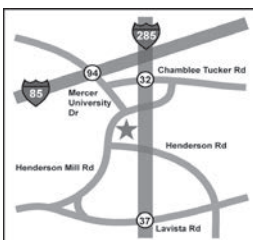
8020 推進財団資料より

歯のことについてのご質問がございましたらお気軽に御連絡ください。404-409-6237 泉まで

Henderson Mill Dental Care

植月歯科医院

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



(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】本格的になにか動き出すエネルギーな運気をしています。新しいサイクルなので、いきなりスムーズとはいかないこともありますが、チャレンジすることを恐れず前を向いていくのが良いでしょう。何事も自分で決めて、自分で動くことが今月の運気を押し上げそうです。

【恋愛運】恋愛運は上昇傾向にあります。自分から動くことで恋の運気が活性化し、嬉しい展開を引き寄せる可能性が高まります。

【金運】金運は好調で、前向きな投資や自己成長のための出費がツキを呼び込む時期でしょう。今月は攻めの姿勢が金運アップに直結します。特に新しいことに挑戦する際の出費は、後の収益や満足につながりますが、惜しまず使ってくださいOKのようです。計画的な使い方が吉となる月です。

♥ 幸運日 : 8 17 27
× 危険日 : 2 12 21

牡牛座

4/20 ~ 5/20



【全体運】拡がりや選別がテーマの月となりそうです。新しい人間関係や情報、チャンスが一気に押し寄せるような時期ですが、それらすべてに応じる必要はありません。むしろ、自分に本当に必要なものは何かをしっかりと選び取る姿勢が求められるでしょう。

【恋愛運】恋愛運は、穏やかで安定的な様子です。大きな進展よりも、信頼を深めることに重きが置かれる時期です。出会いのチャンスは少なめですが、じっくりと人柄を見極めることができるため、長く続く縁とつながりやすいでしょう。

【金運】金運は堅実モードで、収支のバランスを意識することで安定した流れを保てます。特に日常的な支出や固定費の見直しは運気アップの鍵となりそうです。

♥ 幸運日 : 4 14 29
× 危険日 : 9 17 21

双子座

5/21 ~ 6/21



【全体運】活性力が高まることもあり、また方向転換を余儀なくされる出来事もありそうなる忙しさを持っています。心も体も軽やかに動き出し、情報、人、アイデアが一気に集まってくるような活気ある運気です。

【恋愛運】恋愛運は好調で、新たな出会いや刺激的な関係が芽生えやすい月です。共通の趣味や会話が弾む相手との縁に恵まれる一方で、良い兆候が見られます。軽やかに楽しいやり取りが恋の切っ掛けになるでしょう。

【金運】金運はやや波があるものの、情報収集力と判断力が味方となり、上手く波を乗り越えさせる時期です。特に新しい収入の可能性や副業、短期的な収益チャンスに恵まれる暗示があります。必要なところにはしっかりと使い、無駄はスマートにカットすることが金運アップのポイントです。

♥ 幸運日 : 6 14 26
× 危険日 : 1 18 30

蟹座

6/22 ~ 7/22



【全体運】新たなステージへの橋渡しなテーマになりそうです。これまでの努力が評価されやすくなり、周囲からの信頼も高まるのですが、同時に“これでいいのか？”と自問する場面も増えそうです。

【恋愛運】恋愛運では、ゆっくりとした進展が見込める月です。情熱的な展開よりも、信頼を深めるような穏やかな関係が育ちやすいでしょう。片思いの人は、相手の小さな変化や言動に敏感になることで距離が縮まります。

【金運】金運は不安定な波を持つので、見直しのタイミングと言えそうです。派手な臨時収入は期待しにくいものの、無駄な出費を減らすことで収支のバランスが安定してきます。特に、貯める意識が強く働くため、節約や貯蓄の計画を立て直すのに良い時期のようです。

♥ 幸運日 : 3 15 25
× 危険日 : 8 17 21

獅子座

7/23 ~ 8/22



【全体運】意識や目標をしっかりと見定めることがテーマとなる月でしょう。エネルギーそのものは非常に高まりやすく、やる気や好奇心が自然と湧いてくる時期ですが、それをどこに向けるかが重要にもなりそうです。目標を明確にして、集中力を保つ工夫が必要です。

【恋愛運】主導権を握りたくなる気持ちが強まりやすいでしょう。ただし、相手のペースや気持ちを無視してしまうと、関係にずれ違いが生じる可能性もあります。

【金運】意識ひとつで上下しやすい不安定な運気をしています。特に、気分ですぐ買い物や浪費には注意が必要でしょう。高価な買い物をしたくなる衝動が起こりやすい月ですが、それが本当に必要なものかをよく見極めることが大切です。

♥ 幸運日 : 6 17 21
× 危険日 : 1 12 25

乙女座

8/23 ~ 9/22



【全体運】自分を整えることが大きなテーマとなります。周囲の変化が激しくなる中で、あなた自身の内面のバランスを保つことが求められる時期でしょう。細かい気配りや観察力に優れたあなたですが、今月はその能力が強調され過ぎて、他人の欠点や問題点が気になり過ぎる傾向も出てしまっているようです。

【恋愛運】恋愛運では、心の距離をじっくりと縮めていくような落ち着いた運気です。急激な進展よりも、信頼や安心感を築くことに重きが置かれる時期となるでしょう。

【金運】金運は、非常に安定感のあるひと月です。大きな収入の変化こそないものの、管理能力が冴え、無駄遣いを抑えられる好機となります。貯蓄や将来の資金計画にも好機です。

♥ 幸運日 : 4 15 27
× 危険日 : 9 18 22

天秤座

9/23 ~ 10/23



【全体運】人間関係を中心に物事が大きく動く月となりそうです。特に、誰とどう関わることが今後の運気に強く影響してくるタイミングでしょう。あなたの持ち前のバランス感覚や調和を大切にすることが、多くの人に良い印象を与えるでしょう。

【恋愛運】恋愛運は静かなようなので、心の奥を見詰め直すタイミングになると良い運気と言えそうです。表面的には平穩に見えても、内面では様々な感情が交差しやすい時期です。

【金運】金運は、現実的で堅実な運気が流れています。新たな収入が大きく入ってくるというよりは、自分のお金の使い方を直すことが運気向上の鍵となりそうです。特に無意識の出費や情性で続けている支出に目を向けてみると、改善の余地がありそうです。

♥ 幸運日 : 2 14 20
× 危険日 : 8 18 27

蠍座

10/24 ~ 11/22



【全体運】変化を恐れずに受け入れることがテーマとなりそうです。これまで当たり前だった状況に揺らぎが生じたり、思いがけない方向へと物事が進んだりするかもしれません。ですが、それはあなたを成長させるための大切なプロセスと言えそうです。

【恋愛運】静かに深まる恋愛の運気をしています。華やかさよりも、心の奥でしっかりとつながるような関係が育ちやすいときです。

【金運】金運は、堅実さが物を言う安定期のようなです。衝動的な買い物やギャンブル性の高い投資などには向きません。計画的な行動が、吉を呼び込みます。貯める・守るに適したタイミングで、財産の整理や保険、老後の資金など、将来を見据えた見直しを奏するでしょう。

♥ 幸運日 : 2 14 27
× 危険日 : 9 18 23

射手座

11/23 ~ 12/21



【全体運】動くことで自然と物事が良い方向へと動き始める運気をしています。あなたの好奇心や行動力が高まり、これまで滞っていた物事が一気に進みやすい時期でもあります。目標に向けての行動と、心身のバランス調整を両立できれば、大きな前進が期待できそうです。

【恋愛運】恋愛運は、アクティブで新しい展開が期待できる運気をしています。出会いを求めて動くほど、刺激的で魅力的な人との縁が生まれやすい時期です。

【金運】金運は、波がありつつもチャンスをつかめる時期のようです。外から舞い込む話や新しい挑戦が収入アップにつながる可能性がありますが、見極めが必要です。勢いで契約や出費を決めると、後から後悔することもあるため、必ず情報を集めてから判断しましょう。

♥ 幸運日 : 7 18 24
× 危険日 : 3 14 28

山羊座

12/22 ~ 1/19



【全体運】積み重ねてきた成果が芽吹く月となりそうです。これまで地道に努力してきたことが少しずつ形になり始め、達成感を得られる場面が増えるでしょう。責任感の強い性格の山羊座にとっては、周囲から頼られる機会も多く、その分プレッシャーを感じやすい時期でもあります。

【恋愛運】恋愛運は、じっくりとした進展が期待できる落ち着いた運気です。派手な出来事や急展開は少ないものの、安心感と信頼を土台にした関係が育ちやすい時期となります。

【金運】金運は安定傾向で、運気の波は大きくありません。堅実な管理によって、安定感をさらに高められる時期です。貯蓄や長期的な投資の見直しに適しており、計画的に動けば後の安心につながります。

♥ 幸運日 : 3 16 22
× 危険日 : 7 19 28

水瓶座

1/20 ~ 2/18



【全体運】外向きに動くよりも、内面と対話しながらこれまでの経験を整理するのに適した時期と言えそうです。自分がどこへ向かいたいのか、本当に必要なものは何かを見極めることで、不要な執着や混乱から解放されて目標も明確になってくるでしょう。

【恋愛運】恋愛運では、軽やかさと新鮮さが鍵となる月です。シングルの方は、意外な場所や予期せぬタイミングで、心惹かれる出会いがありそうです。

【金運】金運は、直感的な判断が思わぬ幸運を呼ぶ流れです。ふとした買い物や投資が有益につながることもありませんが、欲望のままに散財すると反動が大きくなるのでバランスが重要です。小さな積み重ねが、結果的に大きな成果になるでしょう。

♥ 幸運日 : 5 14 28
× 危険日 : 1 19 24

魚座

2/19 ~ 3/20



【全体運】内面の成長が大きく促される月となりそうです。自分の感情や直感に敏感になり、これまで曖昧にしていたことや心の奥で抱えていた思いが向き合う切っ掛けが訪れるでしょう。その結果、自分自身をより深く理解できて、これから進むべき方向性が明確になっていくことでしょう。

【恋愛運】恋愛運では、心のつながりを重視する傾向が強まります。優しさや思いやりを自然に分かち合える相手と縁が生まれやすく、短期間でも深い信頼関係を築ける可能性があります。

【金運】金運は流れに逆らわず、チャンスを柔軟に活かすことで高まっていきそうです。思わぬ臨時収入や、人からの贈り物などによって気持ちが豊かになる出来事もありそうです。

♥ 幸運日 : 3 15 21
× 危険日 : 6 12 25

クラシファイド広告

Classified

- 求人 Help Wanted
- 教授 Instruction
- ビジネス Business
- お知らせ Information

一般求人

ヤマト運輸アトランタ支店

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

GA 州内食料品配達要員募集

トラック運転手、月～金フルタイム、勤務地:Norcross, 詳細は電話又は Email でお願います。会社名: Yamasho Atlanta Inc ☎ 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 ① hikoshi.atl@nipponexpress.com

ウィンタースチャペル幼稚園

保育補助を出来る方を募集しております。時間: 月～金曜日、午前7時半～午後3時半。午後3時半～午後6時半。委細面談の上、決定。☎ 770-394-3242 新井まで。

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。

日本語補習校教師募集

ジョージア日本語学校では、2026年度正規教員を募集しています。担当科目は国語および算数(数学)。教員免許の有無は問いません。子どもが好きな方を広く募集しております。勤務日は土曜日(年間41日)当校規定による報酬を支給。詳しくは ☎ 770-941-0533 (平日) ☎ 404-797-8177 (土曜日) ① information@gjls.org

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

植歯歯科医院

(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

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

クラシファイド広告募集

求人、売買、不動産、教授、お知らせなど



アニスアトランタは
あなたのビジネスを応援します!!

レストラン求人



はや川 スタッフ募集

チームははや川として働く人を急募。店長、店長候補、サーバー、フルタイム優遇、経験不問、能率給有り。☎ 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

横浜 Yokohama Doraville

パートタイムの寿司シェフ、サーバー募集。英語必須。詳細はリーまで。☎ 678-580-3455

Chirori @ ミッドタウン

寿司シェフ募集。連絡先 Jackie 770-865-1234

楽ラーメン Duluth

サーバー、キッチンシェフ募集。未経験者大歓迎。詳細は木下まで☎ 404-786-3307

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

Okiboru Duluth

一緒に働くバイリンガルのマネージャー候補を探しています。ストレスフリーで働きやすい環境、お気軽にお問い合わせください。直樹 (naoki@okiboru.com)

Ozuri 居酒屋 Duluth

キッチンシェフ、マネージャー、サーバーを募集。Andy まで☎ 470-707-7086, ozuri.manager@gmail.com

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

教授

ジョージア剣道アソシエーション

剣道を楽しみながら学びたい人たちを募集しています。新井まで☎ 770-394-3242 ① www.GEORGIAKENDO.net

お知らせ

東京外大 OB・OG 募集

アトランタ在住東京外大 OB・OG の皆様、西ヶ原・府中出身の方も改めて東京外大の繋がりを深めませんか? 詳細は本田 (2007年ロシア語卒) takoiya716@yahoo.co.jp

女子ゴルフ集まれ!

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

草野球メンバー募集

活動期間は4月～8月、Atlanta MABL 草野球リーグに参加しており、アトランタ近郊)で日曜日に試合を行っています。佐々木までご連絡ください。470-330-0147

クラシファイド申込方法

E-mail to: infojp@anisatlanta.com

- ◆ 料金 基本パターン1号に付き30ドル、1行追加につき5ドル追加 見出し13文字 1行以内 + 本文20文字 x 4行以内 写真・ロゴ掲載料: 1件につき15ドル
- ◆ 追加料金 1回の申し込みにつき1カ月
- ◆ 掲載期間 毎月15日まで到着分となります。上記は締め切りの目安であり、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 Zelle Payment
- ◆ 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。

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 Zelle.
● All ad must be received by the 15th for the issue.
● No refunds in any case.
掲載広告内容に関してアニスは一切責任を負いかねます。広告掲載内容によっては掲載をお断りする場合がありますので、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.

編集後記

春爛漫、桜の花が舞い散る季節となりました。久しぶりにドライブに出かけると、あちらこちらで桜が美しく咲き誇り、「心躍る季節」の訪れを実感し、思わず嬉しい気持ちになりました。

桜は、冬の寒さが過ぎ去り、新たな始まりを告げる春の象徴です。その可憐な姿と、「精神の美」を表す花言葉は多くの日本人に愛され、毎年その開花が心待ちにされています。満開の華やかさと、はかなく散る様子は、人生の美しさや儚さを映し出す存在ともいえるでしょう。

平安時代には日本文化を重んじる風潮が高まり、それに伴い古くから親しまれてきた桜への関心も一層高まりました。さらに鎌倉時代になると、桜を愛でながら宴を楽しむ「花見」の習慣が広

まり、武士の間や地方へと浸透していきます。こうして花見は、桜の下で人々が集い語らう現在のスタイルへと定着していきました。

何かと気持ちが沈みがちな日々もありますが、ふと桜を見上げて美しいと感じられる——そんな当たり前の幸せを大切にしたいものです。

また、この時期は花粉症に悩まされる方も多い季節です。スギやヒノキの花粉が飛散し、くしゃみや鼻水、目のかゆみなどの症状が現れます。体調管理に気を配りながら、ルイボスティなどでひと息つきつつ、どうぞご自愛ください。次号も温かくご覧いただけましたら幸いです。
アニスアトランタ M.M.

アトランタ日本語バプテスト教会

Peachtree Corners Baptist Church Japanese Mission

《定例集会のご案内》

- ◆主日礼拝 日曜日 9時30分 (同時通訳・託児あり)
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。幼児から小学生は、英語による子ども礼拝とクラスに参加します。
- ◆教会学校(聖書の学び) 日曜日 11時00分
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00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00分
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)

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)	日曜日	午前 10:20-10:40
(ユース・大人)	日曜日	午前 10:00-10:45
オンライン祈禱会	水曜日	午後 8:00-9:00
諸集会 (キッズ・ユース・親)	第1 日曜日	午後 12:50-14:30
友の会 (シニアの集い)	第3 火曜日	午前 10:30-15:00
たすけあう親の会	第3 木曜日	午前 10:30-12:00
(病氣、障がいや悩みを持つ子の親、助け合いたいという思いを持つ人の集い)		
るぼの子クラブ (就学前の親子の会)	月1回 木曜日	午前 10:30-13:30
花束の会	第3 土曜日	午前 10:30-12:00
(聖書を聞き、年齢、障がい、言葉の壁をこえて集い楽しむ会)		

牧師：小澤寿輔 770-594-1382 contactus.wjc@gmail.com
Pastor: Toshisuke Ozawa 11450 Bowen Road, Roswell, GA 30075
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~



広告掲載ご依頼承っております!

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
エコ

オンラインショッピングからのお申し込み限定
ちょっとしたギフトや書類などの
1品のみ、5kgまでの発送なら最安 \$ 20~
同一品を複数送ることは可能です
(例：Tシャツ5枚はOK、Tシャツと靴下は、品目が違うのでNG)

お申し込みはこちらから↓

<https://www.yamatoamerica.com/cs/international-ta-q-bin/international-ta-q-bin-eco/>

今すぐ荷物を送る



クロネコヤマト アメリカ





はや川

行き届いたサービスと

最高の食材を提供



MICHELIN

Michelin-starred
restaurant

2023・2024・2025

店舗運営スタッフ募集

将来的に自分でお店を動かしたい、店長としてお店を盛り上げ、責任のあるお仕事がしたい方を募集しています。新しいご縁を心より楽しみにしております。テキストにてご連絡ください 404-488-9178

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

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

