



ハワイ便り

ローカル発・シニアのための最新情報

スポーツも人生も後半戦がおもしろい・ハワイで過ごすアクティブライフ！

Hawaii Senior Life Enrichment Association(HISLEA)

発行：ハワイシニアライフ協会

info@hawaiiseniorlife.org Tel: (808) 428-5808 Fax: (808) 396-1140 P.O. Box 25355, Honolulu, HI 96825-0355

2009 年 4 月号 (Vol.18)

春山満講演会

鈴木正巳さん(会員)

昨年盛況だった春山満講演会。今年は Open to Public で、主婦、学生、特に若いビジネスマンを中心に、春山さんの講演＋パネルディスカッション形式で開催されました。暗い世相を吹き飛ばす『闇に活路あり』をテーマに、若い世代代表のアロハストリート編集長の上野さん、シニア世代を代表するシニアライフ協会会長の坂井さんと春山さんというパネルディスカッションの取り組みは、これ迄にない新鮮なものでした。

いつも驚くのは、春山さんの頭の中の多様な引き出しの数。1時間の講演から質疑応答迄メモもシナリオもなしに、次から次に出てくる言葉や考え。24歳で発症した進行性筋ジストロフィーの為、首から下の機能を無くした春山さんは、毎日の生活の殆どが奥様やスタッフの介護で支えられ、会社の社長というだけでなく、日本の高齢者介護ビジネスをリードし続けて来られた方です。

今回講演会の後に行われた『車座ミーティング』では、20名程度の小規模の集まりで、『どんな質問でもお答えします』と言われた通り、春山さんを取り囲む様に1対1で、講演会の中では出来ないような質問やフリーディスカッションの場が出来上がり、近い距離感が感じられて参加者からは非常に好評でした。

『闇に活路あり』とは、社会や周りの状況が悪いと言われる時でも、それに流されるのではなく、ピンチをチャンスと捉え、新しい道を模索していく中国の古典から学んだ思想だそうです。今、正に私達にはそう言う風に捉える視点が求められているのでしょう。

第 15 回ホノルル・フェスティバル



環太平洋の国と地域の人々が集い演ずる第 15 回ホノルル・フェスティバルが、3 月 13 日(金)～15 日(日)に開催されました。土曜日は、朝から嵐のような強い雨が降り心配でしたが、午後には上がり、翌日曜日はフィナーレにふさわしいお天気で、ワイキキに大きな虹がかかる素晴らしいお祭りでした。ホノルル・コンベンションセンターでは、松坂慶子さんの楽劇「天守物語」(泉鏡花原作)が無料で楽しめるなどハワイならではのことでした。

ハワイシニアライフ協会は、ホノルル・コンベンションセンターにブースを設け、来場者への PR と気功のパフォーマンスを行いました。最終日は「御輿でワッショイ」、今年はマウイ高校の生徒 8 人と仲良くパイナップル御輿を担ぎ、昨年よりは少々余裕(?)があったようです。お御輿は、レインボー学園の子供たちの「子供御輿」も含めて、106 人の方々が参加、氣勢をあげました。



ホノルル・フェスティバルに参加して

恵本克彦さん(会員)

現役リタイア後の後半戦、心暖かで親切な人々、素晴らしい自然との触れ合い、そして何事にも替え難いこの気候、あっと言う間にハワイでのロングステイも2年が過ぎました。

昨年までは3月半ば未だ寒さの残る東京に戻っていましたが、今年は少々時期を遅らせた為、初めてハワイ最大のお祭りホノルル・フェスティバルに参加する事が出来ました。

コンベンションセンターのHISLEAのブース設営のお手伝いに始まり、初日(3/14)開場の10時、ホノルルでは珍しいCats&Dogs!(大雨)にも拘らず大勢の入場者、正面入り口の主催者側が用意された今年の干支、丑年の開運置物(free・300個)が僅か10分足らずで手渡されたとの事、その人気、人手に吃驚しました。午後2時から女優松坂慶子さんの舞台が幕を開き人出も最高に、お陰様で我々のブースにも多くの方々にお寄り頂きました。HISLEAの英文の横断幕に興味を持たれた白人系の方にもその存在が目を引きつけたようでした。

2日目は昨日とは打って変わっての良いお天気、日曜日と言う事もあって子供連れの方が多かったです。その親御さん達に(30～40歳台)失礼のない様、お爺様、お婆様に宜しくお伝え下さい!とパンフレットを配りました。こ

れも年の功？午後2時過ぎになるとカラカウア通りのパレードの席取の為、人並みがワイキキ方面へ。我々も早めにブースを撤収しお御輿担ぎの準備に入りました。私自身お祭り屋の性格は隠しようも無く勇んで参加しました。総勢70組にも及ぶ各種のパフォーマンス、日本のお祭りと異なり各メインスポットでの盛り上がりは最高潮！午後4時半に集合し終了したのが9時過ぎ、大いにお祭り気分を楽しみました。但し2日後に肩と腰の痛み、腕の張り、つくづく歳を感じる結果となりました(苦笑) また次回この様な催し物がありましたら是非参加してみようと感じた3日間でした。

セミナー「社交ダンスを楽しみませんか」

小林尚子さん(会員・気功サークル主宰者)

3月13日、ジニー・三千代・フォガティーさんの「社交ダンスを楽しみませんか」というセミナーに出席させて頂きました。お部屋はいっぱいの人でした。

ジニーさんのお話は納得あり、笑いあり、ご指導あり。あっという間の2時間でした。ダンスはスポーツです。ダンスに行く為にお洒落をしたり、姿勢を良くしたり、リズムに合わせて足腰を鍛えたり、それらは心身にとても良い影響を及ぼします。またダンスというものがいかに深く、素晴らしいものかなども、教えて下さいました。

実を言いますと、私は今ジニーさんご推薦のアルバート先生から、ダンスをお習いしています。超ビギナーのスローランナーで、呼吸もろくに出来なくなり、身体はカチンカチンのお地蔵さんようになって、先生から「しょ〜こ、ブリーズ！ しょ〜こ、モアリラックス！ しょ〜こ、スマイル！」と、毎度毎度のお叱りのお言葉。分かっています、先生。ごめんなさい、分かっているんですけど、出来ないのです。涙。そんな不器用な私に、ジニーさんは、「しょうこさん、2種類の生徒があるのよ。タイプ1は生徒、だから先生は一生懸命叱ってくれます。そしてもうひとタイプは、お月謝を支払って下さるお客様。叱られるって事はいい事なんですよ。」と、教えて下さいました。とても嬉しかったです。

ジニーさんにお誘い頂き、ダンスパーティにも行って参りました。女性達の姿勢と背中と微笑みの美しいことに驚きました。また殿方達とはとてもエスコートがお上手。すっかりダンスの世界に魅せられてしまった私です。ジニーさんにご指導頂き、皆さんでダンスを楽しめたなら、またこれからの人生が輝きだしそうです。

陶芸教室を主宰して

ダグラス英津子さん(ボランティア)

ハワイシニアライフ協会でのミーティングで、地元陶芸家と一緒に陶芸クラスを開く計画を提案して5ヶ月ほど、いよいよ教室が2月に始まりました。

場所はハワイ大学学生街の便利な所、設立42年を誇るハワイで一番古い陶芸クラブ、ハワイポッターズギルド。先生のエスター・ノウェルさんとアシスタント件通訳の私で工房で待っていると、9名の参加者が次々といらっしやいました。少し不安そうな方や、期待でワクワク風の方や色々でしたが、経験豊かなエスターさんの指導の元、手びねりのテクニックの一部を通して、陶芸の楽しさを知ってもらうねらいはスムーズにいったと思います。

ギルドのメンバーも、観光一点張りじゃない日本の方に来て頂くのは大歓迎で、5週目最後のアメリカ式楽焼きとポットラックの日には、ウクレレを持ち込んで楽しい日米合同合奏がありました。皆で持ち寄って食べた夕食の美味しかった事！

出来上がった作品は、飾ったり小物を入れたり食事を盛ったりして、これからも時々楽しかった教室を思い出して頂けたら幸いです。

サークル

Kupuna Islanders (クプナアイランダーズ)

関川菊枝さん(会員)

3月20日、久しぶりの快晴の中、ワイキキ・ヨットクラブで定例のおしゃべり会が行われ、ウクレレ・サークル“クプナアイランダーズ”の演奏と以前ご出演いただいたオペラ歌手の山田香織さん(二期会)の歌との楽しいひと時が催されました。クプナアイランダーズの指導者でもある Jody Kamisato さんも特別参加、彼のソロ演奏も交え、出席者一同感動いたしました。2月に開催されました“ウクレレ・ピクニック”をきっかけに、ウクレレ・レッスンを続けたいという同じ志を持つ仲間も増え、毎週楽しいレッスンを行っています。ウクレレを持っているけれど習うチャンスがない方々、一緒に楽しみませんか。

新しく入会された北川さまより譜面台10台のご寄付をいただき、メンバー一同心より感謝申し上げます。

インストラクター: Jody Kamisato (ウクレレ教室「Ukulele Hale」主宰者)

月謝: 毎月4回のレッスンで\$40 (月初めにJody先生に直接支払う)

1回レッスンのみの希望者: \$15/1回 (その都度、Jody先生に直接支払う)

初回見学についてのみ無料 (会場での飲み物代は各自負担)

その他: 1) 毎月1曲ずつ新曲をマスターします。2) 時々、様々なイベントに出演します。3) 初心者大歓迎
問合せ・参加申し込み: 関川さん(778-7044)または山岡さん(734-6006)まで

ハワイアナ

カメハメハ ヌイ

浅沼正和さん(ビショップ博物館ボランティアガイド)

ホノルルのダウンタウン、イオラニ宮殿前に建つカメハメハ大王（ヌイ）像は、ハワイの住人にも観光で訪れる方々にとっても見慣れた光景でしょう。しかし、大王像の前で記念写真を撮っている、あまり気づかないのが台座の部分ではないでしょうか。像の台座の四方にはカメハメハの生涯とハワイ統一に関する大変重要な歴史が刻まれています。正面から見て右の側面には英国海軍のクック船長がハワイを発見した際の絵が描かれています。1778年、大王が推定二十歳の時の事。それまで外界から閉ざされていたハワイ諸島が急速に西欧化していくきっかけになる出来事でした。北極圏のチュコト海まで北上した後、マウイ島ハナの沖に戻ってきたクック一行の船上で他の若いアライイと共に一夜を過ごしたカメハメハは、その後西欧人の力も借りて島々を統一し、王国を創り上げる事になります。次回、大王像を訪れる際には、台座に刻まれたハワイの歴史もご覧下さい。



名医による無料健康相談 (Eメールによる) 大山廉平ドクター (会員・顧問/東京都済生会渋谷診療所所長)



日本で著名なドクター、大山廉平さん（会員、当協会特別顧問）より、会員の皆さんの健康相談を無料でお受けします、とのお申し出をいただいています。どんなことでもお気軽にご相談くださいとのことです。

ご希望の方は、①姓名、②会員番号、③返信用Eメールアドレス、④病歴、⑤相談内容を下記メールアドレス宛お送りください。セカンドオピニオンの欲しい方、ご家族の健康のこと、なんでもご相談ください。

oyama@saichu.jp

※当協会のご相談内容について一切関知しません。（為念）



電話代

時々、日本へ安く電話をする方法は？というお話を聞きます。お勧めはプリペイド（テレフォン）カードです。プリペイドカードはLongsやCostcoなどどこでも売っています。日本と違うのは、自宅の電話でも携帯電話でも利用できることです。カードの裏面にToll Free（フリーダイヤル）とPIN（暗証）番号が記載されていて、ダイヤルすると音声で案内があり、最後に通話先の番号をダイヤルすると、この通話は1分00セントで、カードの残り時間はXX分ですと案内がありつながります。ちなみに、ホノルルから東京、横浜にかけると1分8セント程度です。つまり、30分話しても2ドル40セントということです。ひょっとして、日本国内で長距離掛けるよりはるかに安いのでは。

Mahalo

（編集担当：インフォメーションコミッティ/石毛克祐）

インフォメーションセンター

場 所： ワイキキビジネスプラザ 11F （2270 Kalakua Ave）

電 話： （808）428-5808

電話対応： 毎日 午前9時～午後5時（日本時間：午後2時～午後10時）

事故、病気等緊急の際は、24時間相談受付。5時以降は緊急のご相談のみの受付

シニアライフ・カフェ

場 所： ワイキキ免税店の隣、カプチーノカフェ内 会員ディスカウントあり。

毎 日： 09:30～24:00（年中無休） 電 話： 921-3536（担当：鎌田さん）

内 容： 国際電話（10分1ドル）、インターネット（30分3ドル） 日経、朝日、スポーツ新聞、週刊誌等用意。ソフトドリンク、食事（日本の家庭料理/11:00～23:00）、お酒等もあります。

シニア・サテライトサロン

場 所： ワイキキショッピングプラザ 1F 「MaHaLo」 ショールーム内

営業時間： 午前9時30分～午後9時30分 電 話： 926-5696

内 容： 100%コナコーヒー、静岡産緑茶・玉露、その他18種類のお茶（紅茶、ジャスミン、ウーロン他）を60種類のアンティークカップで楽しみ、会員証を提示してプレゼントがもらえます。

会員以外の方で購読ご希望の方は、Eメールアドレスを info@hawaiiseniorlife.org 宛お送りください。

当協会の概要、入会案内： www.hawaiiseniorlife.org 又は、カタログをご請求ください。

会員便り

※プライベートヨットクラブでの昼食おしゃべり会に出席して

ペリー石垣恵美子さん(会員)

私は日本の大学を定年退職後ハワイにコンドミニアムを購入して移住、ペリー提督の曾孫を自称する夫ギルバート・ペリーと再婚して4年半になります。現在、夫=87歳、私=78歳。夫は日本語がわかりませんが、ウクレレも歌も大好きです。

去る3月20日(金)、ヨットクラブでのおしゃべり会で、クプナアイランダーズのウクレレ演奏と山田香織さんの独唱を楽しむことができました。

晴れ上がった美しい海を背景に、シニアの皆さんがお揃いのTシャツを着て張り切って演奏されました。また、思いがけず日本から来布中のソプラノ歌手・山田香織さんの天使のような歌声に魅了されました。

最後に全員で、“ユー アー マイ サンシャイン”を大合唱しましたが、わが夫も大声で歌って楽しんだので私も嬉しくなりました。多くの日本人の方々とも日本語で団欒できて最高でした。



拙い自作の短歌二首：

- ・ウクレレも日本語会話もサンシャイン 海がひろがる空もひろがる
- ・シニアの意気高まりて海風を 呼ぶ香織さん光るソプラノ

※父・山崎徹(会員)について

山崎 朋子さん

ハワイシニアライフ協会の皆様には父、山崎徹と生前親しくお付き合いをいただきましたことを心から感謝いたします。協会の中では長老の年齢ですが、ヤングシニアの方々との交流を楽しみ、いろいろな会に出席することを楽しみにしておりました。

父は、2月16日に数カ月ぶりに、母親の13回忌法事へ出席のため帰国、21日、兄弟甥姪たち20名ほどと2日間を共に過ごし、歯の治療など体のメンテナンスを整え6月にはまたハワイに戻る予定でした。

3月1日、母と近所の店じまいのブティックに買いに行こうとでかけましたが、まだ開店前ということでその隣のラーメン屋さんでお昼をとろうと入ったところ、カウンターに座っていた見ず知らずの方と意気投合をし盃をかわすうちに盛り上がり、せかず母を追い帰り、3時間後に千鳥足でご機嫌に帰宅した父はそのままお風呂にはいったようです。

物音がしなくなったので、気になってお風呂をのぞいたときには、すでに湯船で気持ち良さそうに眠っていたそうです。脳内出血でした。1月に75歳のお誕生日を迎えたばかりでした。

連絡を受け、私は娘たちと2日に帰国、3月3日湯灌の儀、3月5日に世田谷のメモリードで告别式をおこないました。

父は2006年12月にマキキ聖城キリスト教会で受洗、クリスチャンになっていたのも、たくさんの白いお花に囲まれ、200名近くの親戚、友人と共に天国へ送り出す喜び、また別れの悲しみを共に味わい、穏やかで優しい式となりました。

完全リタイアした後の、5年間のハワイ生活は我が家の執事のようによく働いてくれましたが、なによりもここハワイで今までの人生では出会うはずのない、いろいろなバックグラウンドを持つ素敵な日本の方々にお目にかかり、共にお酒を飲むのが大好きでした。

「大往生。これ以上の良い召され方はない。」と父の友人たちは羨ましがっています。

落ち着きましたら、母がまたハワイに戻ると思います。決して仲の良い夫婦とは言えませんでした、50年以上を共に歩んだ戦友のような相棒を亡くした母の悲しみは私の想像する以上のものでしょう。どちらかというと母の方が積極的に会に参加しておりますので、今後とも長く、深いお付き合いをいただきますようお願い申し上げます。

ハワイシニアライフ協会の方々にはあらためまして、数々のご親切、お気遣いを感謝いたします。

これからも益々、会が発展しますよう、また時々父を酒の肴に、思い出を語り合っていただけることを願っております。
