



# 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!

発行：ハワイシニアライフ協会

Hawaii Senior Life Enrichment Association(HISLEA)

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

2010年3月号 (Vol.29)

ハワイの邦字紙2紙に毎月2回ハワイシニアライフ協会の活動やイベント予定が掲載されることになりました。機会がありましたらぜひご覧ください。「日刊サン」第2、第4金曜日発行・「Lighthouse」1日、15日発行。シニアの活動については、会員の皆様から投稿いただいた文章を掲載する場合がありますのでご了承ください。その場合、お名前はイニシャルで掲載することを原則とさせていただきます。

### 第2回 ハワイシニアライフ協会「チャリティゴルフコンペ」に参加して

惠本克彦さん(会員)

====ハワイ日本人学校・レインボー学園へのチャリティ====



昨年6月の第1回大会(クアキニ病院へのチャリティ)に引き続き、今年も運良くハワイに長期滞在しておりましたのでゴルフの腕前はさて置き、参加させて頂きました。当日のパールカントリークラブの空は山側に雨雲が立ち込めておりましたがスタートのお昼には快晴!参加者皆様の思いが通じたお天気になりました。(写真:16番ホールでデビット・イシイプロと記念撮影)

この日は14番ホールからショットガン・スタート!パールカントリーの最も絶景と言われるパールハーバーを見下ろす最高のスタートとなりました。男性3名と御婦人1名の4名、男性3名の合計年齢が何と231歳!まさにシニアライフの象徴、でも皆様和気藹々と楽しいラウンドとなりました。日本で私が歩んできた世界、業界とは異なる方々とのラウンド、いろいろな話題も新鮮で素晴らしい一日となりました。そしてプレイ終了後のパーティではコミカルな司会者の下、笑いの渦のオークションと成績発表、最後はSONYハワイ提供の19インチ薄型液晶テレビ争奪の大ジャンケン大会、あつと言う間に時間が過ぎてしまいました。

今回もボランティアの一員として1月の準備委員会から前日の集りまで計3回準備のお手伝いをさせて頂きました。その間の坂井会長、永井大会実行委員長初め委員皆様方の精力的な活動の数々・参加される方々へのPRの為の電話作戦、賞品集め、結果的には110名の参加を得られた大会、全て手作りでした。また、ご協力頂いたデビット・イシイプロ、そしてパールカントリーの佐野支配人始めスタッフの皆様のご尽力があつてこそと、参加致しました一人として御礼申し上げます。次回の第3回大会は11月との事、今から楽しみにしております。



(写真:オークションでみなヒートアップ)

110人の参加者からのご寄付(お一人\$30)に加え、下記の個人、法人の方からご寄付をいただきました。厚くお礼申し上げます。また、ボランティアでお手伝いいただきました方、ありがとうございました。(実行委員会)

(順不同・敬称略) ◆パシフィックガーディアンライフ ◆パールカントリークラブ ◆日本航空 ◆蓮尾芳雄・ゆう子◆吉田耕造◆(株東京メガネ ◆ハレクラニコーパーポレーション◆ファーストハワイイアンバンク ◆本江滋夫 ◆R.坂井カンパニー ◆坂井諒三◆ヒルトンハワイイアンビレッジ◆セントラルパシフィックバンク◆KOYO USA ◆ソニーハワイ◆ハワイセキテイコープ◆チェリーカンパニー◆JTB ◆ウクレレぶあぶあ◆パシフィックリムバンク◆恒川宮子◆TORU YAMADA◆関根八紘・良子◆TOSHIKI YAMAMOTO ◆松野博光 ◆中山孝志「ハレクラニ」 ◆吉田達弘 ◆大久保良一◆田島昭彦 ◆野田治江◆てもみんワイキキ◆歌代ひろし◆山中毅◆上田定央◆鈴木繁樹

(プロゴルファー)◆深堀圭一郎◆丸山茂樹◆丸山大輔◆小田龍一◆横尾要◆矢野東◆武藤俊憲(プロ野球)◆福留孝介◆山崎武司◆佐藤充

## レインボー学園の一層の充実を図るために 多額の寄付金に心より感謝を申し上げます

財団法人ハワイ日本人学校 レインボー学園 会長 本江滋夫さん 校長 福原輝幸さん

日頃、本校教育活動の充実のために、ご尽力を賜り、心より感謝とお礼を申し上げます。

おかげさまで、2009年度も、幼稚部98名、小学部290名、中学部64名、計452名の子どもたちが、日本を理解し、日本を学ぶ学習に専念出来ますことは、カイクミドルスクールのご好意はもとより、保護者の皆様を始めとする本校の子どもたちを支援しようとする熱い思いによるものと心より感謝をいたしております。

さて、今般、ハワイシニアライフ協会におかれましては、ハワイの地元コミュニティーへの貢献を目標に、昨年度よりチャリティゴルフ大会を開催され、本年度第2回大会は、本校への寄付を目的に開催されました。改めてここに感謝とお礼を申し上げます。

当日は、100名を越える賛同者の参加のもと、5、235ドルの寄付を賜りました。こうした本校への支援に応えるべく、今後ともハワイの中心的役割を担う子どもたちの育成に全力を傾けて参る決意をいたしております。

ところで、ハワイシニアライフ協会の会員の皆様とレインボー学園の子どもたちの日本を理解し、日本を体験する交流は、大切な人的交流であり、日本の文化・伝統を守り・受け継いで行く上で必要欠くべからざるものと考えています。2010年度は、そうした交流を開催すべく、準備を進めてまいりたいと考えております。ご協力いただきますようお願い申し上げます。こうした取り組みを通しまして、ハワイの地で、世代を超えた日本人・日系人の方々の人的交流が一層分厚いものとなっていくでしょう。

本学園は、皆様から励まされ、支えられ、元気付けられてこそ、大きく・深く根を張ることが出来ます。ハワイシニアライフ協会からの今回のご寄付に感謝申し上げますとともに、ハワイシニアライフ協会の今後ますますのご発展と本校への物心両面での支えをお願い申し上げます。お礼と感謝の言葉とさせていただきます。 ありがとうございます。

## ウクレレピクニックに参加して

鈴木弘子さん(会員)

昨年に続き2回目のウクレレピクニック、生憎その週は天候がぐずつき、12日の当日は大丈夫だろうかと空ばかり仰ぐ毎日でした。しかし当日は望みのハワイ晴れとまではいかなかったものの、雨が落ちてこなかったことにホッとしました。カア



コ・ウォーターフロントパークの丘に一番乗りして待つことしばし、やがて三々五々と集まってきた仲間達と談笑しながら、写真を撮ったりして全員が揃うのを待ちました。

今年のステージは昨年とは違う低い丘の方に建てられたテントの中で、少し緊張しながらリハーサルが始まり、前の方を見ると人はまだバラバラの状態でした。でも程なく、ツアガイドの方達に連れられた大勢の日本のウクレレ愛好家達がウクレレを抱えて到着、あっという間に前の席を埋めてくれました。

やがて本番開始、主催者の挨拶に続いてトップバッターで登場したのがシニアライフの看板グループ“クプナ・アイランダーズ”の面々で、昨年は9名で並んだメンバーも今年は15名にふくらむという成長ぶりを誇示することができました。これもひとえにハワイに居ればこそで、ウクレレ練習にいそむことができるとわれながら喜んでます。

さて演奏の方はと言えば、昨年は皆ウクレレを握ってまだ一ヶ月という中で、自信もないままの出演でしたが、今年はいくぶん一年間、週一度の練習に励んだ成果を思いっきり披露し、多くの方々からお褒めの言葉をいただくことができた幸いな時となりました。これまでのジョディ・カミサト先生のご指導に心から感謝すると共に、今後さらなる上達に励み、えも言われぬウクレレの音色に、自分だけでなく多くの人に、この楽しみを届けられるようになりたいと願っています。

## グレートアロハラン感想文

江口素臣・純子さん(会員・理事)

13キロ歩く？ 6ヶ月前まで私は、歩数にして一日700歩、ととてもとても2万歩・・・そして私は三段バラ(腹)の会、メタボ会、オイ(老い)ターズ等の会員、グレートアロハランなどに参加したら、破門される恐れ、、、

しかしハワイシニアライフ協会から9名の参加者にまぎれ、妻、共々初参加することに挑戦・・・

スタートラインに集まる2万人以上の参加者に圧倒され、群衆の中にもまれ、気が付いた時には回りに知った人は誰もいなく、我、妻には負けたくないとい心に誓いただひたすらに歩き、4マイル地点で私が一番と思った瞬間、私の前に野田さんと鈴木先生が歩いているのにビックリ、追いつこうと心はあせるけれども、足が動かず、その時突如、黒い影が風のように私の横を走り抜け・・・どンドン距離が広がり、その黒い影が後ろを振り向き手を振る、まさか我妻、純子？



その差すでに50メートル、必死に追いつこうとあがき、やっとの事で鈴木先生に追いつき、しかし純子との差は広がるばかり。鈴木先生に歩きながら“私は純子には負けたくない、男の意地”と話した所、突如、先生がアベベに変身、“私に着いて来なさい”先生は私よりもご高齢、ペースを一気に上げ、跳ぶように歩く先生の後につき、純子に追いつき、7マイルまで牽制しながら追いつ追われつ、突然、純子が足が痛い、もう歩けないと言い出しました。

私が心配し同情したとたん、彼女は走り出しました、一気に距離が開き、これはまずい学生の時代マラソンに挑戦したのを思い出し、呼吸を整え、一気にダッシュ・ゴール前で追いつき2秒の差で勝利の女神は私に微笑み、しかし私の奥様にはきつい顔で睨まれ、私の勝利の喜びがいつの間にか恐怖に・よくあることです。その後夫婦共に言葉では説明できない達成感と、2日間足の筋肉痛も味わいました。来年は夫婦共々2時間を切る事を誓います。

### 氣功サークル

### 小林尚子さん(会員)



2008年の元旦から始まったハワイシニアライフ協会の氣功サークル。毎週土曜日の朝7時半、アラモアナのマジックアイランドにて、雄大で美しい自然の中、大勢の人に巡り合い、氣功の指導をさせて頂きましたことに、今は深く感謝をしております。氣功に来て下さいました方々、本当に心からありがとうございました。

思えばサークルやクラスというのは、育児と同じようなもので、責任感を持って大事に、時々は厳しく、時々は甘く、愛しながら継続をする。そうして少しずつ少しずつ大きくなっていくものだというのに、いつしか気付かせて頂きました。そしてそこに協力者がいて下さると、とっても育てやすくなる。氣功サークル

は大勢の方々の優しい愛の手に守られてどんどんと成長をし、まるでハワイの大きな木のように育っていきました。

氣功は呼吸法を取り入れた簡単なエクササイズです。長生きの語源は長い息で、ゆったりとした呼吸は免疫力をアップさせてくれます。そして中国には「一笑一若一怒一老」という言葉があり、人間一度笑うとそれだけ分若返り、一度怒るとそれだけ分老けるという意味ですが、氣功を続けていると気分はとても穏やかになります。

シェアという言葉が私は好きで、直訳すれば、分配とか分担とかになります。気分的には、分かち合うとか共にするって感じでしょうか？「喜びは分かち合うことによって倍になり、悲しみは分かち合うことによって半分になる。」という名言がありますが、氣功サークルの仲間達の間には、分かち合い励まし合えるような場の雰囲気もありました。

「分かち合いの精神」というのが、まさに「アロハ・スピリット」であり、「アロハな氣」を持って集まって下さいました大勢の方々に支えられて、あっという間に2年と2ヶ月という月日は流れていきました。私的理由で暫くニューヨークで暮らすことになり、氣功の指導を続けさせて頂くことが出来なくなりましたが、野田さん、鈴木さん、江口さん、関根さん達が、サークルを継続して下さいます。感謝の気持ちでいっぱいです。どうかアロハ・スピリットと深く長い呼吸で、これから先も氣功のサークルを大事に大きく育てていって下さい。

「継続は力なり。」と申します。どうぞ皆様、これからも毎週土曜日にはマジックアイランドにお集まり下さいね。皆様のご健康と、シニアライフ協会の益々のご発展を、心よりお祈りしています。ありがとうございました。

Live Aloha & Lots of Mahalo.

2年2カ月にわたって、毎週氣功のご指導をいただいた小林尚子さんが、ハワイを離れニューヨークに引っ越すことになりました。尚子さん、長い間ありがとうございました。ニューヨークでのご活躍をお祈りしています。(事務局)

### カードゲーム「スカット」遊び所感

### 山崎厚子さん(会員)

土曜日の朝行われる氣功の会で、輪になって簡単な自己紹介をするだけでは、なかなか名前は覚えられないものですが、テーブルを囲みゲームを楽しむことで近づくに良かった方々とまるで高校、中学校の同窓会のような街いのない会話がはずみました。このカードゲームの楽しさは一日の長であれば、どなたでも先生なんです。初回にお孫さんがブラジルからやってきた会員のお孫さんが、2回ほどの手ほどきでルールをすっかり会得してしまって、ロートル組はたじたじでした。かといって彼女が常に勝てるというわけではありません。そこにこのカードゲーム「スカット」の面白さがあります。このゲーム、易しそうに見えるのですが、かなり手ごわいのです。このゲームを考案した小柴和弘氏は実業家ですが、アイデアマンで、発明家クラブのメンバーでもあります。古希を迎え、第一線は後進に譲り悠々シニアライフを目指しています。



その意とするところはゴルフができなくなっても車椅子のお世話になっても仲間が集い、楽しく遊べる「場」。ウェブサイトもたちあげましたから、PC相手に練習もできます。しかし出会いと交流と脳の活性化を図るのがクラブの主旨ですから、対人戦でコミュニケーションを高めることが目的です。

7日のヨットクラブの室内ゲームを楽しむ会はこの目的が大幅にヒートアップして、粛々と碁や将棋を囲むメンバーの皆様にはご迷惑なことだったでしょう。反省をしたところ幹事さんが、それぞれ自分の領域に没頭して熱くなっているのも大丈夫とのコメント。ほんとうかしら？

「スカット」を覚えると、どなたでも先生です。世代をこえて愉快的時間が持てます。お子さんやお孫さんを相手に、夫婦の時間も濃密になること請け合いです。東京の女性会員はPCに嵌りすぎて家事は放棄、眼精疲労で美貌が衰えたとの声ありますが。 [www.scut-club.com/](http://www.scut-club.com/) で挑戦してください。

## ハワイアナ

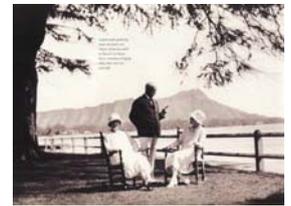
### ハレクラニ(その2)

### 浅沼正和さん(ビショップ博物館ボランティアガイド)

ハレクラニホテルのサービスは素晴らしいと思いました。前月のコラム「ハレクラニ」の写真を撮りに行った私に気軽に声をかけ、そう云う事なら！！と、ホテルの歴史を物語る貴重な写真集を、写真の使用許可と共に下さいました。



この写真(左)の建物が旧ハレクラニホテルの本館です。現在「ラメール」レストランの在る建物と同じ場所に建っていました。フロント前が駐車場になっているのが見えるでしょう。「ヘルモア」の地の象徴であるヤシの木に囲まれています。ダイヤモンドヘッドとワイキキビーチを背景に、キアヴェの大木の横から撮った写真です(右)。



ハレクラニホテルは、何十年も前のワイキキにタイムスリップ出来る貴重な場所なのかもしれません。そして、伝統とサービスの良さを守り続ける事の大切さを勉強する、良い機会を頂きました。マハロ。



## HAWAI' I OHANA

日本語は話せても読むのはちょっと苦手、あるいはハワイ便りを英語で読んでみようという方のために英語の投稿ページを作りました。皆様からの投稿を歓迎いたします。

My Young Days' Hawaii

Gilbert Joseph Perry (member)

Since 2008, I have been a couple member of Hawaii Senior Life Enrichment Association with my queen, Emiko Ishigaki Perry. I really enjoy the program, Friday Luncheon at Yacht Club, even though I can't understand Japanese. Sorry! Now, I am 88 years-old, was born on February 13<sup>th</sup> just one day before Valentine's Day, 1922 in beautiful Honolulu, Hawaii, near the zoo. I have magnificent young days' memories, growing up in big family, father, mother, grandfather, grandmother, uncle, auntie and young sister, totally eight members. There was big courtyard with chicken house, rabbit house and family farm with lettuce, carrot, potato, onion, pumpkin, squash, banana, mango, and avocado, etc. Also there was a wine cellar at the basement. My grandpa liked to stay at the basement. One day, he invited his little grandson Gilbert and said "Come here, and taste it." This was my first wine tasting. "Don't tell your mummy. It's a secret." grandpa said. The taste was not good for little Gilbert, but my good memory of him.

On Christmas day, we celebrated with good foods such as baked chicken, delicious rabbit, many homemade vegetables, and homemade ice-cream and cake. And of course homemade wine. But I and young sister enjoyed hot cocoa.

Still now, I like to drink cocoa or chocolate, and of course I like to drink wine. Since I married with my queen, Emiko, I love to eat Japanese food and to taste Japanese Sake. May we live a long married life together.

## 会員便り / 伝言板

当協会は、個人情報保護の観点から、ご本人様の了解なく、電話番号、住所、Eメールアドレス等を他の方に開示することはしていませんので、ご理解とご協力をお願いします。

\* \* \* \* \*

**関西地区 3 月の例会は次のとおりです。**

札幌雪祭りに登場したイオラニ宮殿 (鈴木紀彦さん撮影)



●日時: 2010年3月13日(土)午後4時より ●場所: 魚料理「松留」(Tel: 06-6358-3350) 天神橋商店街2丁目(繁昌亭の商店街本通り) ●会費: お1人 4000円(飲み物、お食事含み) ●申込期限: 3月5日(金)

●申 込: 鈴木憲彦さんまで 携帯: 090-5892-8593 Eメール: [asagiriOsuzuki@ace.odn.ne.jp](mailto:asagiriOsuzuki@ace.odn.ne.jp)

\* \* \* \* \*

### ◆戦艦ユタ・メモリアル

奥山 繁さん(会員)

元アメリカ海兵隊員の友人ダニーさんが「パールハーバーにあるアリゾナでない沈没戦艦のメモリアルに案内しよう」と言うので連れて行って貰いました。そこは戦艦ミーズリと太平洋航空博物館へ行くシャトルバス以外一般人は入れないフォード島にありました。ダニーさんの車が検問を受ける間緊張感が私を包みます。車が島の右側の住宅地を通り抜けると星条旗が見えてきました。さらに進んだ岸边に「戦艦ユタ・メモリアル」がありました。ここがダニーさんの「見せたいもの」でした。



戦艦ユタは、岸壁から40メートルほど離れた海面に、長さ30メートル、高さ5メートル程度の傾斜した艦の頂部と思われる部位を海面上に出し、さざ波に洗われていました。小さく白い見学用栈橋に立つ星条旗の下の鎮魂碑のメッセージには、58名の兵士が艦と運命を共にした事が刻まれていました。

戦艦ユタのことは今まで全く耳にしたことがなかったので、WEBで調べてみました。それによるとユタのことは大よそ次のように記されています。戦艦ユタは、先の軍縮会議で廃艦が決定され、練習での標的艦に供されていた。日本軍の奇襲攻撃が予見されていたこの時期、ルーズベルト大統領は、ハワイの司令官にユタを最も攻撃されやすい場所に停泊させるよう指示。反対に日本が最も狙っている空母2隻と巡洋艦を湾から避難させていた。と・・・

しかし、私はこの記述に疑問を持ちました。ユタが廃艦であり、おとりの使命の標的艦なのであれば、日本軍の攻撃に対して抗戦しないし兵員は必要ない筈です。それなのにユタにはどうして多数の兵員が乗っていたのでしょうか？

また、ダニーさんは、ここを訪れる度に見学者が見当たらない戦艦ユタと、真珠湾戦争の悲劇のヒーロー「アリゾナ・メモリアル」の賑わいとを比較して、何か割り切れない思いを持つと言います。私は、先刻フォード島で見てきた戦艦ユタをまた思い出し想像していました。そして、私の脳裏には60年以上前に忘れてしまった「海行かば みずく屍 山ゆかば 草むす屍・・・」の歌が甦ってきました。

### ◆Jack & Bettyという英語教科書を知っていますか？

野田省三さん(会員)

いまから30年前(1980年)に、旅行業界に所属していた仲間達10名で始めた「Jack & Betty の会」が、今年30周年を迎えたのを記念して、先ごろそのメンバーによるハワイ旅行が実現しました。

創立準備会に集まったメンバーの会話のなかで、皆が中学校時代に習った英語の教科書が「Jack & Betty」であることが判り、そんなきっかけで、会の名前が「Jack & Betty の会」となりました。はじめは、男性だけの真面目な勉強会でスタートするつもりだったのですが、“会の名前からすると、Betty がいないとおかしいね”ということになり、ベティさんたちも入って貰う



ことになった次第。ベティも加わって、色が添えられ楽しい会となったのが、この会が30年も続いた秘訣かもしれない、といま思います。この会の唯一の会員資格条件は食べる事が好きなことなのです。ハワイシニアライフ協会の仲間とも交流したいということで、1月27日の夜は、ワイキキヨットクラブで、坂井会長はじめ、HISLEA 会員有志との懇親夕食会も実現しました。シニアライフ協会メンバーによるウクレレ演奏や歌の披露もあり、記念写真にみるような、楽しいひと時を持たせていただくことができ、感謝しています。

## シリーズ - 健康

Dr. 大山の健康アドバイス 「下肢静脈瘤」について

大山廉平さん(会員・顧問)



「静脈瘤」をご存知ですか。お酒の飲み過ぎから肝硬変となり、食道静脈瘤が出現します。破裂すると大変なことになります。俗に「痔」というのも立派な静脈瘤なのです。さて、今回の「下肢静脈瘤」は、立ち仕事の多い職場に多く、特に経産婦や妊婦に良く見られる下腿にミズが張ったような状態です。

人の血流は、心臓から送り出されますが、心臓へ回収する装置はありません。唯一四肢の筋肉の動きにあわせた静脈にある逆流防止弁の作用によって心臓へと血液が戻ってゆきます。長時間立っていたり、お腹が大きくなると、下腿からの血液の鬱滞画起こり、静脈が拡張し、逆流し、ミズが発生します。横になり、足を挙上すると消えてしましますが、放っておくとミズが大きくなり皮膚に色素沈着を起こし足が重くなり、時には皮膚に潰瘍を生じます。ここまで来る前に治療が必要です。治療には、軽いうちは、弾性ストッキングをはき、静脈の拡張を抑えます。休む時や寝る時には下腿を座布団などをあてがい、少し高くします。中等症以上となれば、手術が必要です。弁の壊れた太い静脈を抜き取り、ミズのように見える下腿の静脈の交通をなくす硬化療法がよいでしょう。日帰り手術も可能な程度の手術です。回りの方の下腿に注目してみましょう。ミズがいるかも知れません。

(東京都済生会中央病院顧問・東京都済生会渋谷診療所所長)



日本語クリニック「ワイキキ緊急医療クリニック」

堀育史院長

会員証を提示すると、初回無料相談、血圧測定、滞在中のアドバイス、専門医の紹介等を受けられます。

Bank of Hawaii Bldg. 3階 ☎ (808)924-3399

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)

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。 [oyama@saichu.jp](mailto:oyama@saichu.jp)



**会員紹介**お一人につき1点、3点でもれなくワイキキレストラン食事券、終了後抽選でワイキキ宿泊券(7泊)が当たる。

獲得ポイント(2月末日現在) \*キャンペーン詳細は「ハワイ便り1月号」をご覧ください。

馬場弘人様(7) 雑賀成元様(6) 恒川宮子様(3) 野田省三様(3) 藤田豊様(1) 中村良子様(1)

江口素臣様(1)

ご寄付をいただきました。(1月~2月) 会の活動資金として活用させていただきます。

(\$300以上) コシラックハワイ様 (\$100以上) 渡邊正徳・由美子様、鮎川和久様 (\$50以上) 押田健様、田中えり様、坂井諒三様 (\$50以内) 三矢毅様、 恵本克彦・直子様、村井春雄・友紀子様、横尾隆義様、岸本康哉様、丹野最世子様、石田房子様

ありがとうございました。

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)

イベント申し込み等ご利用ください・事故、病気等緊急の際は24時間電話相談受付(5時以降は緊急相談のみ)

### シニアライフ・カフェ

場 所: ワイキキ免税店の隣、Gen (元) Restaurant & Bar 内(名称が変わりました) **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。

当協会の概要、入会案内: [www.hawaiiseniorlife.org](http://www.hawaiiseniorlife.org) をご覧になるか、カタログをご請求ください。