



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4月号 (Vol.30)

アメリカンアイドル

毎年、この時期になるとご紹介していますが、アメリカのテレビで大変人気のある「アメリカンアイドル」が佳境に入ってきました。アメリカンアイドルは、歌のオーディション番組で1月に10万人を超える応募者でスタート、先週でちょうど10人に絞られてきました。毎週火曜日の夜7時から(ハワイの場合)応募者は自分で選んだ歌を歌い、番組終了後全米の視聴者が電話で投票、翌日夜の番組で結果発表。1週間に1人ずつ脱落、10週間後にアメリカンアイドルが誕生します。毎回の投票数は3000万件を超えます。ハリウッドを舞台にしたアメリカのエンタテインメント番組のスケールの大きさは見ものです。2004年には、ハワイ出身のジャスミン・トリアスが3位まで残り、地元の人々は電話投票をしようとお互いに声を掛け合い大変な騒ぎでした。ハワイでの放映は、KHON(チャンネル3)です。ぜひご覧ください。日本でも、FOXチャンネルで放映(1カ月遅れ)とインターネットに出ていました。ご興味があります方はご覧になってみてください。

支部活動

すでにご案内済みですが、支部活動が活発になってきました。4月には各地で懇親会があります。ハワイ大好きの人々が集まり、食べて飲んでおしゃべりをして、またゴルフや川遊びなど盛りだくさんです。地域外の方でも大歓迎ですので、会員以外の方も誘いあわせの上、たくさんの方のご参加をお待ちしています。(お問合せはカッコ内の方へ)

- 4月9日(金) **関西地区** ゴルフ懇親会(能勢カントリー倶楽部(山中幹事 090-1898-4686))
- 4月10日(土) **大阪支部** 定例懇親会 大阪「松留」(岸本支部長 072-447-4095) *詳細は5ページ
- 4月11日(日) **大阪支部** 桜舟宴“太閤様気分”「水の大阪を川船遊びしながら川べりに咲く桜を愛でる」(「松留」さん 06-6358-3350 又は岸本支部長 072-447-4095) *詳細は5ページ
- 4月10日(土) **中部地区** 懇親会「オハナ会」名古屋「DOS」(鷹野名古屋支部長 070-6561-6425)
- 4月16日(金) **日本地区本部** 「アロハ会」(馬場日本地区本部部長 080-1066-7573)
- 4月18日(日) **群馬支部** (小鮎支部長) 第1回総会・懇親会(伊香保温泉1泊)(徳江事務局長 027-265-0822)
- 4月19日(月) **群馬支部** ゴルフ懇親会(同上) *詳細下記の「群馬支部第1回総会・懇親会・ゴルフ懇親会」をご覧ください。

群馬支部第一回総会・懇親会・ゴルフ懇親会

徳江正一さん(会員・事務局長)

群馬支部ではこの度、下記のとおり第一回総会及び懇親会を開きます。群馬県内在住の方はもちろん近県の方も是非ご参加ください。なお、前々日の16日東京で行われるアロハ会出席のため帰国されている坂井会長、馬場日本地区本部長をはじめ役員の方々も参加いただける予定です。

総 会 日 時 平成22年4月18日(日) 午後1時より
場 所 前橋商工会議所
参 加 費 1,000 円

懇親会 日時 平成22年4月18日(日) 午後6時
場所 伊香保温泉「ひびき野」
会費 1人12,000円(宿泊費含)
(ご夫婦で一室ご利用の場合は、1人3,000円プラス)

ゴルフ会 日時 平成22年4月19日(月) 午前8時スタート
場所 ロイヤル・オーク・カントリークラブ
プレー費 6,500円

参加申し込み及び問い合わせ 徳江事務局長あて 4月5日までに ☎ 027-265-0822

※第16回ホノルルフェスティバル※

御輿でワッショイ

坂井諒三さん(会長)

今年も早くも“御輿でワッショイ”の季節がやってきました。

第16回ホノルルフェスティバル(ホノルルフェスティバル財団主催)の最終日3月14日(日)のグランドパレードです。カラカウア通りに我々シニアライフ協会会員の声とマウイ・ラハイナルナ高校生の老若男女の威勢の良い声がこだましました。日本各地からのお祭り(大蛇山や日本三大祭り)や環太平洋の伝統的なパフォーマンスのため5000名の方々が世界から集まったホノルルフェスティバル、我々は日本クラブの方々やラハイナルナ高校生のみなさんに助けられてパイナップル御輿を担ぎました。



ねじり鉢巻きにハッピー姿のイキの良い姿の会員が笛と拍子木に合わせ御輿を担ぐなんて想像だにしなかったのですが、3年前「次世代のかけ橋」に“Discovery through Traditions”というテーマに賛同し参加し続けて今年で3年目です。

確かに高校生と我々では背の高さも違えばパワーも違います。それを乗り越えて皆でかつぐ御輿、絶対日本では味わえない体験です。今年からは御輿を担ぐ前に「3・3・7 拍子」とお手を拝借なんて言い始めたものですから、孫の年のラハイナの生徒から「どうして3・3・7 拍子なのか?」「3・3・7 拍子になっていない」など色々な質問をもらい、「来年にはきちっと答えるから」と言って再会を

約束して別れました。

親から子供へ、そして孫につないでいくって大変なことですね。ましてや言葉や風習を超えての架け橋なんてのは無理ですが、「踊るアホに見るアホウ、同じアホなら担がにゃ〜損・損」ですよ。ぜひ来年は会員の中でお祭りに詳しい方、また担がなくても拍子木、大団扇やバナー持ちや、ただ歩くだけでもOKです。とにかくパレードの中から観客の皆様を観るってのも楽しいものですよ。

スポーツも(祭りも)人生も後半戦がおもしろい。参加することがおもしろいですよ。来年もたくさんの皆様のご参加をお待ちしております。一緒に担ぎましょう。

御輿でわっしょい!

岩下洋子さん(会員)

パシフィック・ハーモニーをテーマにハワイがお祭り気分で盛り上がった三日間が終わった。ハワイシニア協会からは今年もパイナップル御輿が参加し、全員そろいのハッピーにねじり鉢巻き、私も協会のバナーを持ちパレードに初参加した。沿道を埋め尽くした観客との一体感は想像以上。

パイナップル御輿はかなりの重量。幸いマウイハイスクールの生徒達の助けをかりて、無事に最終地点まで到達した。途中、私も高校生の中にすべりこみ担いだら、重さが肩にずっしりとくい込み、足はヨロヨロ、腕はガクガク、すぐに退散した。彼らの額の汗がまぶしかった。

打ち上げ会のビールを飲むメンバーの満足感で上気した顔、顔、顔……やはり祭りは参加するに限る。



ハワイコンベンションセンターの展示館にブース

野田省三さん（専務理事）



（財）ホノルルフェスティバル協会の協力をえて、3月13日（土）と14日（日）の2日間、昨年の2倍の大きさのブースを設営しました。延べ20名の会員ボランティアのお手伝いを得て、楽しいイベントの写真をパネル一杯に貼り、来訪者の目をひきつけました。

囲碁・将棋・カードのゲームコーナーも設けたので、ビジターでお好きな方は、ブラっと立ち寄ってくださり、「室内ゲームを楽しむ会」のメンバーとの対戦を楽しんでくださいました。

アンケートも100枚近く集まり、応募者には、協力していただいた Koyo USA 社のマハロウォーターを一本ずつ差し上げて、大変喜ばれました。

アンケートで驚いたのは、ビジターのかなりの方が、ハワイシニアライフ協会の名前を既に知っていた事でした。やはり、2年以上にわたる地道な活動で、協会の名前が徐々に浸透して来ていることを実感できました。

ウクレレ・サークルの「クプナ・アイランダーズ」のメンバー12名も、展示場の入口の「ふれあいステージ」に出演して、5曲のハワイアンソングを演奏しました。いままでの演奏の中で「一番よかったよ」と皆さんからほめられて、メンバーの皆さんとても嬉しそうな表情でした。



カエナポイントのハイキング 3月14日（日）

オアフ島の西端カエナポイントのハイキング。実は申し込みが多すぎて3月28日（日）と2班に分けて行くことになり、3月14日はシエラクラブに申し込んだ人も含めて22名で往復6マイル（10キロ弱）を歩きました。出発地点のKaena Point State Parkの駐車場に着くと、沖合でザトウクジラが潮を吹き私たちを歓迎してくれ、思わず皆さん歓声をあげました。

カエナポイントは自然保護地区に指定されていて、アホウドリ(albatross)の生息地となっています。また、絶滅の危機にあるハワイアン・モンク・シールやザトウクジラを見られるところとしてもよく知られています。ピカケなどハワイ特有の草花が道端に多く見られ人々の目を楽ませてください。

周りの景色を楽しみながら3マイルの行程を1時間半かけて歩くと最突端カエナポイントに到着。まさに右後ろから左後ろまで300度のまるい水平線に思わず見とれていると、先のほうから歓声があがる。何事かと思ったら、ハワイアン・モンク・シールが岩の上で昼寝中。しかも2頭も。当局の追跡観測のため胴体に記号がついているのがちょっと不細工だったけれども、一同感激して写真を撮る。ちなみに、100フィート以内には絶対に近寄らないことがルールとのこと。ハワイアン・モンク・シールは現在確認されている生息数は1200頭、1頭も見られない時もあるようで今日の人々は本当にラッキーと言える。



歩行禁止の先のほうを見ると何やら動いている。目を凝らしてみると、アホウドリの親子が日向ぼっこをしている、と思って見まわすとあちらこちらにアホウドリがいた。

お昼時になり、お弁当を食べながらシエラクラブのデボラさんの興味深い話を聞く。シエラクラブの皆さんは、みなボランティアで、親切で参加者に気を配り、良く話し相手になってくれて頭が下がります。

昼食後、遊歩道を進んでいくと、すぐそばにアホウドリの雛が1羽木陰で休んでいた。また、皆で写真を撮る。アホウドリは、まったく人を恐れないため、日本では明治時代に鳥島で羽毛用として数百万羽が乱獲され、ほぼ絶滅に追い込まれた歴史がある。太平洋の孤島に生息し続けたアホウドリは、天敵を知らずに進化してきたのだそうです。アホウドリのもっとも美しい姿は、なんといっても飛んでいるとき。青空を背景に2メートルもの羽を広げ滑空する姿は誠に優雅だ。アホウドリの雄姿を見上げていると思わずため息が出そうでした。（雄飛の写真は5頁をご覧ください。）



オアフ島の西側は、海沿いの道路が完全につながっていません。私たちは、歩けるところまで歩いて行きましたが、その先、道路が深く海に落ち、そこまで、ということになりました。

なかには、落ち込んだ岩場に張られたロープをつたって反対側に渡りハイキングを続ける人、自転車をかついで山側を渡りサイクリングを続ける人、と色々な自然の楽しみ方をしている人々がいて、ハワイの別の魅力を学んだ一日でした。

Wainiha



ハワイアナ

カイ エエ

浅沼正和さん(ビショップ博物館ボランティアガイド)

2月27日にハワイにおられた方は、早朝から津波警報のサイレンの音でビックリされたことでしょう。津波をハワイ語で「カイ エエ」と言います。ハワイでは、日本の様な地殻変動に起因する地震はおきませんが、火山性もしくは海底斜面の崩落による地震は、稀に起こります。津波は？と云うと、四方を海に囲まれた島々ですので、その被害は甚大です。1946年にアリューシャン列島で起きたマグニチュード7.2の地震は、全ての島に被害をもたらしました。ハワイ島東岸で大きく湾が広がるヒロ市は1960年に起きたM9.5のチリ地震で大きな被害を受けました。ハワイの電話帳には、津波の際に避難しなければならない地域の地図が載っており、日本同様、備えは万全です。地震の80%は太平洋地域で起こると云われています。真珠湾の西側エヴァビーチには太平洋津波警戒センターがあり、太平洋のどこで地震が起こっても、津波の有無を即座に探知して各国に情報を送っています。

会員ご紹介キャンペーン

6月30日まで

当協会の良さをご理解いただいています会員の皆様に新しいお仲間をご紹介いただくのが、ハワイシニアライフ協会を素晴らしい会に発展させていく最善の道であると考えています。どうぞ、皆様の周りのハワイ大好きな方をお誘いください。 **お一人紹介につき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(3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(8) 雑賀成元様(6) 野田省三様(5) 恒川宮子様(3) 村島由美子様(2) 徳江正一様(2) 岡田誠様(2) 藤田豊様(1) 加藤恵子様(1) 吉川周策様(1) 中村良子様(1) 江口素臣様(1) 岩下洋子様(1)



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

Some 'Senior' personal ads seen in Florida newspapers:
(Who says seniors don't have a sense of humor?)

FOXY LADY: Sexy, fashion-conscious♦blue-haired beauty, ♦80's, slim, 5'4' (used to be♦5'6'), searching for sharp-looking, ♦sharp-dressing companion. ♦Matching white shoes and♦belt a plus.

LONG-TERM COMMITMENT: ♦Recent widow who has just♦buried fourth husband, and is looking for♦someone to round out a six-unit plot. ♦Dizziness, fainting, shortness of♦breath not a problem.

SERENITY NOW: ♦I am into solitude, long♦walks, sunrises, the ocean, yoga and♦meditation. If you are the silent type, let's get together, take our♦hearing aids out and enjoy quiet times.

BEATLES OR STONES? ♦I still like to rock, still♦like to cruise in my Camaro on Saturday♦nights AND still like to play the guitar. If you were a groovy♦chick, or are now a groovy hen, let's get together and listen to my♦eight-track tapes.

MEMORIES: ♦I can usually remember♦Monday through Thursday. If you can♦remember Friday, Saturday and Sunday, let's get together and make♦plans!

MINT CONDITION: [my favorite:-)] ♦Male, 1932, high mileage, ♦good condition, some hair, many new parts ♦including hip, knee, cornea, valves. ♦Isn't in running condition,♦but walks well.

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 4 月の例会は次のとおりです。

●日時: 4 月 10 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: 4月8日(木)
●申 込: 岸本支部長まで ☎ 072-447-4095 Eメール: tabi-kis@mx5.canvas.ne.jp
関西地区4月スペシャル・イベントのご案内

◆スペシャル・イベント“水の大阪を船で川遊びしながら川べりに咲く桜を愛でる”

大阪支部

魚料理「松留」さんのご協力をいただき、水の都・大阪と太閤様の気分を掛け、舟を仕立てて河遊びしながら桜の花を鑑賞する時間を企画しました。

- 1、企画名 桜舟宴“太閤様気分” (約2時間)
- 2、内容 水の大阪を船で川遊びしながら川べりに咲く桜を愛でる
- 3、行程 4月11日(日)
14時 「松留」の店頭集合、その後移動して船着場(徒歩約15分程度、船着場直接集合も考慮)へ
14時半ごろ乗船(トイレは船に設備されています)
17時頃 下船
- 4、宴会 (松花堂弁当又は幕の内弁当+お酒、お茶、その他飲み物)
- 5、費用 一人8500円
- 6、その他 要望があれば夜桜の散策も企画しますのでお申し出下さい。
- 7、お問合せ・申込み先: 「松留」さん ☎ 06-6358-3350

または岸本支部長まで Eメール: tabi-kis@mx5.canvas.ne.jp Fax: 072-447-4095

◆ホノルルの小学校でボランティアのお手伝ってみたい方はいませんか。

Ludwig 千枝さん

私は、モアナルア小学校で日本語を教えています。金曜日には折り紙などを生徒と一緒にしています。ゲストとしてお手伝いしてみたいご希望の方がいたらご連絡ください。ハワイの現地の小学校とのふれあいを体験してみたい方、歓迎です。

☎ 808-428-5361

Eメール: chieito@hotmail.com



Albatross(アホウドリ)の雄飛
カエナポイントで

シリーズ - 健康

Dr. 大山の健康アドバイス 「前立腺がん」について考える。

大山廉平さん（会員・顧問）



男性 50 歳、家庭に、会社にそして社会に対して、大いに頑張っている年頃である。然しながら、人へは言えずに、ふと不安を覚える頃でもある。

トイレで、横に同時に並んだ人が気になりだす。子供の頃の飛ばしっこを思いながら、どちらが、早く出て、早く終わるか……。前立腺肥大の兆候、尿の出が悪い、勢いが無い、切れが悪い……。である。男性が男性であるが故に、この現象を生じる運命にある。

前立腺は膀胱から出た尿道を取り囲むクルミ大の臓器である。多くの排尿障害はこれが大きく（肥大）なった症状である。この肥大の中に、前立腺がんによる肥大も含まれる。排尿障害と血尿が見られる。

診断は比較的容易である。肛門からの直腸診、超音波検査で、良く分かる。そして、生検（直接針を刺して組織をとり検査する。）にて、確定診断する。

診断に基づき、治療に入るが、病気の状態、年齢などを考慮した治療法が選択される。手術療法、放射線治療、ホルモン治療などの集学的治療が行われる。最近の治療成績は、他のがんと比較して良好である。希望が持てる疾患である。

いわば、前立腺がんとは、還暦を過ぎた男性の加齢現象でもあり、共に生きるベターハーフとも云えよう。

ここに、朗報がある。前述の如くの検査の他に、血液検査である。「血液一滴びたりと当たる・・・?」、血清 P S A 検査です。健康検査の時には、ぜひ一度お受けください。貴方に潜んでいる前立腺がんが早期に見つかるかも知れません。お受けください。（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



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。

(\$ 1000 以内) 蓮尾芳雄・ゆう子様 (\$ 100 以内) 野田豊秋・まさ枝様 (\$ 50 以内) 服部匡伸・真知子様
吉岡靖之・喜代子様、小川和男・恵様、渡辺亘・二三子様、丹野最世子様、湯藤大恵子様

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 #1108A (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 をご覧になるか、カタログをご請求ください。