



# 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！

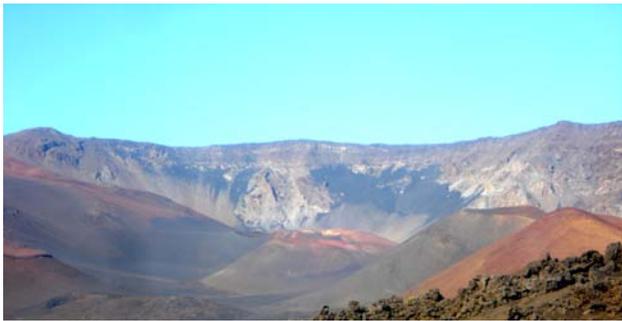
発行：ハワイシニアライフ協会(HISLEA)

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

2012年1月号 (Vol.51)

## 謹賀新年



周囲35kmあるマウイ島・ハレアカラ火口原



富士の初冠雪 (撮影: 本田広昭さん・会員)

昨年、12月に再びマウイ島・ハレアカラ(3055m)国立公園へ、ハレアカラ火口原4日間のトレッキングに行ってきました。周囲35kmもある火口原の他では見ることがない異質なそして迫力ある景色には圧倒されます。夜、空を見上げると、火口壁に切り取られた真っ暗な空間に、無数の星がひしめきあい手を伸ばせばつかめるような錯覚を覚えます。私たちの所属する天の川銀河には1000億個の星があるそうです。天の川以外にも銀河が無数に存在する、それを今眺めていると思うと、その迫力に思わずめまいを感じたほどでした。

昨年は、東日本大震災を初め、新潟、福島、奈良、和歌山県等で豪雨による大きな被害があり、直接被害にあわなかった方でも暗い気持ちになった年でした。しかし、同じ自然のエネルギーが雄大なハレアカラ火口や富士の美を創造したことも事実です。自然の力の大きさを素直に受け入れ、前向きに自然と共存し生きていくという考えが肝要かと思うのですが、皆様はどうお思いになりますでしょうか。

三陸地方では、1896年、1932年、1965年とほぼ3、40年ごとに津波で昨年に劣らない大きな被害を受けています。そして、これから30年、40年以内に、東海、東南海、南海大地震が過去の事実から発生することが想定されています。よく過去から学んでいないという意見を聞きますが、ある面では過去を忘れ未来を見つめて前向きに生きていくことも人の営みとして必要なのかなとも思います。

「宇宙論入門」(佐藤勝彦東京大学名誉教授著/岩波新書)に次のように書かれています。「1000億個の銀河宇宙の星の中で知的生命体が存在するのは地球だけである可能性がある」「21世紀は、人類が自滅への道を歩むかどうかの岐路にある。それを決めるのは自分自身なのだということを深く認識し、個人、地域などの小さな社会、国、さらには国連などの国際組織まで、多様な取り組みを通じて危機を乗り越え・・・宇宙生命体として発展する道を選びたいものである」

21世紀は大学の一研究室が人類社会を崩壊させるような技術力を持つ時代になる可能性があるという指摘しています。

2012年が皆様にとりまして、より良い年でありますようお祈り申し上げます。

(Wainiha)

## 予 告

### 第 1 回 HISLEA ゴルフ大会

人と争わない、というのがモットーの一つの HISLEA ですが、今回だけはその掟を破って、ゴルフの腕を競い合しましょう。参加資格は会員とそのゲストに限られます。楽しい集いになるとおもいます、皆様ふるって御参加ください。

場 所: ワイケレ GC

日 時: 2012年2月15日水曜日 10時15分 集合 (11時スタート)

方 式: ハンデ方式 岩瀬さんが集積し委員が公認したハンデ使用。

または、日本やその他のカントリークラブ公式ハンデを使用。公式ハンデのない方は、入賞出来ません。

参加費: 80ドル

資 格: 会員とそのゲスト

定 員: 68名(17組)

大会委員: 坂井委員長 岩瀬、恵本、三上、蛇沢、田口、鈴木、塚原、関根

**\*第2回ヒスレア美術展作品公募のご案内が8ページに掲載されています。\***

### HISLEA大クリスマスパーティ(ハレコアホテル)

12月23日(金)



大クリスマスパーティが、今年APECの会場となったハレコアホテルで136人の会員、ゲストの参加で開催されました。



#### 盛会だったクリスマスパーティ

依田サンディさん(会員)

100人ぐらいと伺っていましたが、実際には140人ちかく集いました。盛りたくさんの ENTERTAINMENT とたくさんのドアープライズで、出席者を大いに喜ばせました。清らかな子供たちの CHORUS の、クリスマスソングとフラから始まり、会長の挨拶。頭にクリスマスカラーのお帽子が似合っていました。

RAINBOW FOR JAPAN KIDS のプログラムを推進しておられる大久保さん(日本航空ウホノルル支店長)の挨拶もありました。震災にあった子供達をハワイに招待する。これを1回ではなく、継続したいと。食後は余興が始まり、江口さん率いる国誠流詩吟グループのどたばた喜劇に大爆笑。そして詩吟にうつり。その後、HISLEA の UKULELE グループ、クプナアイランダーズの演奏、ヒスレアハワイアンズの演奏、そして、三味線の春日芝洲師匠の小唄、3曲とても色っぽいものばかりで、なんども最初のコーラスの清らかな子供たちと違ってと、皆様を笑わせながら、どんどん、色っぽく説明付きで歌ってくださいました。三味線の音色とお声のすばらしさに感銘しました。その後クプナのウクレレの先生 JODY KAMISATO の優秀な子供たちのウクレレソロ、子供とは、思えない出来栄でした。そして、待ちに待ったドアープライズ、坂井会長がサンタに変身、あちら、こちらと飛び歩き回りました。たくさんの賞品が出て、運の強い人は何度も当たり、一緒に来た友人は何もなし。私は、ソニーオープンの通しで入れる入場券があたりました。最後に、一人ひとり用意したクリスマスプレゼント交換。全員が輪になって、江口さんの美声で、右、左 大騒ぎでストップ 大笑いしました。最後は写真撮影で閉会となりました。

楽しい時は、時間がはやく過ぎ、10時半近くになっておりました。会長がいつもおっしゃる、スポーツも人生も後半が面白いと、今日もその1日となりました。ボランティアしてくださっている皆様、楽しいクリスマスパーティーありがとうございました。

#### HISLEA クリスマスパーティーに参加して

北田勇さん(個人終身会員)

HISLEA クリスマスパーティーに参加させていただきました。130人以上の大盛況でした。盛りだくさんな出し物がありましたが、特に印象に残ったのは詩吟のグループの寸劇でした。あの真面目な江口素臣さんが考え出したには傑作でした。アドリブを含んだ石川真澄さんの進行も良かったが、江口モトさん扮する坂本竜馬が何者かに切られて、血を噴き出す役が竜崎嘉明さんでしたが、何の役も付けようが無かったので考え出したのがありありで、特に秀逸でした。来年のクリスマスにも、大いに期待しています。

#### 第4回 HISLEA クリスマスパーティー

倉津秀行さん(夫婦家族会員)

今年(2011年)、定年退職し、初めてハワイで1ヶ月半のロングステイをすることにしました。先輩の勧めもあり、夫婦でHISLEAの会員になりました。12月中旬にハワイに来て、早速、23日(金)のハレコアホテルでのクリスマスパーティーに参加させて頂きました。

会場は盛況で、かってない130名もの人数で熱気ムンムンの中、坂井会長の挨拶から始まり「Honolulu Boy Choir」によるクリスマスキャロルの神聖な歌声、「HISLEA ハワイアンズ」による懐かしのメロディ、中でも異色だったのが「詩吟同好会」の皆さんによるユーモラスな寸劇と真面目な日本古来の詩吟とのギャップは印象に残りました。私も早速、坂本竜馬さん(素さん)に弟子入りすることにしました。(笑)

その他にも、ウクレレ演奏、三味線・小唄、「Uke's Rising Stars」によるスペシャルショー等、食事をしながら楽しく充実した時間は流れていき、抽選会では「料理のレシピ本」とCDが二つも当たり、びっくり。最後は大きな輪になってクリスマスプレゼントの交換。楽しい時間をほんとうに、ありがとうございました。そして、いろんな方々に出会えて、すばらしい1日でした。パーティーを企画、運営して頂いた関係者の皆さんに心から感謝致します。

#### 被災地の子供たちをクリスマスパーティーに招待

12月25日(日)

亀井由美子さん(会員・ナデシコクラブ役員)

大久保良市さん(理事・法人会員)たちが推進しています“Rainbow for Japan Kids”プロジェクトの第2弾として、東日本大震災の被災地の子供たち25人がハワイを訪問しました。私たちのナデシコクラブの皆さんが子供たちを招き、12月25日



にクリスマスパーティーを開きました。場所は、会員の大田ちえみさんのご自宅「カサ」。子ども達は「カサ」がとても気に入った様子で、思い思いに楽しみをみつけてそれぞれに伸び伸びと楽しんでいました。ちえみさん&フランキーさんご夫妻の愛情いっぱいの料理をおかわりもして沢山食べ、なおかつデザートもペロリと平らげていました。疲れていた子もいたようでカウチで横になりゆったりとした時間を満喫していました。男の子のひとりが「日本ではいろいろなことがいままでと変わってしまって本音をいうと楽しい毎日とはいえなかったから。」と言っていました。「カサ」ではひさしぶりに、子どもそのものになれる時間が過ごせたのではないかな?というのが私の感想です。

「カサ」はフランキーさんが苦労の末に建築した、彼の子どもの頃からの夢を叶えた家です。彼からそんな話を子ども達にしていたら、子ども達も夢を叶えるということに希望を持ってもらえたのではないかと思います。

ほんとうに良い時間でした。これからももっともっと沢山の子ども達にこんな機会をつくってあげたらと心から思います。

#### ホノルルマラソンの応援

12月11日(日)

菅川じゅんさん(終身会員)

初めてホノルルマラソンの応援をしました。半分を少し過ぎた所で毎年応援するんですって!会長が早稲田卒、幹部の一人が慶応卒でハワイのOB会の元会長なんで、2人が旗や校歌まで持って来てテープで繰り返してかけるから目立つ!HISLEA会員はおそろいのTシャツが目立つ!時々「あ、早稲田」「あ、慶応だ!」って在校生や卒業生が立ち止まって、握手して水と食料をもらって、全員と「早稲田バンザイ!」「慶応バンザイ」ってやって写真を撮って走って行くんです。去年自分の持って走ったカメラで撮った写真をプリントして今年持って来て渡してくれた人がいました。本当に楽しかったです。早稲田バンザイ!慶応バンザイ!HISLEAバンザイ!



## 第39回 JAL ホノルルマラソン奮戦記

馬場弘人さん(日本地区本部長)

2月11日、憧れの東京マラソンに厳しい抽選を潜り抜け、銀座の目抜き通りを遮断して、沿道の大観衆の応援、孫たち4人の応援を受けながら、5時間でやっと完走は出来たものの、何か物足りなくて、今回のホノルルマラソンに久々の参戦を決意。自身5回目のホノルルマラソンに満足な完走を期して、1日置きに20キロの練習を9月くらいから決行。12月7日にホノルルに乗り込み、二晩も坂井さんほか皆さんから激励会も開催され、11日朝、5時に号砲一発アラモアナ公園をスタート。HISLEAの垢抜けしない？青のTシャツ、ゼッケン JAL4685を身に付けてクリスマスのイルミネーション鮮やかな市庁舎、



ワイキキ、そしてダイヤモンドヘッドを超え、ハイウエイへ。この辺りは何とか快調ペース。ハワイカイでは坂井会長、野田さん、石毛さん、深田さん達の熱烈な応援を受けながら(尤もこの25キロ地点では既に膝に痛みが走り始める)、又海岸線のハイウエイを一路、ゴールへ向かう。この辺りから益々、膝、体全体の激痛で、中々一歩が前に出ず。地獄の沙汰をさ迷いながらのヨレヨレ状態で少しずつの前進。ダイヤモンドヘッドへのカハラからのダラダラ坂、益々地獄の1, 2, 3丁目？ なんで65歳にもなってこんなバカなアホナ事をと、自問自答での一歩一歩。この辺りでは、

フルマラソン8回目にして、初めて、リタイヤー！の甘い勧誘が行ったり来たり。やっとの思いで坂を超え、今度は下り坂。これがまた膝にガクガクの一步、2歩。激痛が走る。下り坂を終え、カピオラニ公園のゴールが見える頃は殆ど夢遊病者。50歳を過ぎて始めたフルマラソン、何時もなら、ホノルルマラソンを含めた過去通算7回のフルマラソンでは感激の涙にも関わらず、今回は涙の一滴も出ずの苦しみのゴールイン。しかも過去7回のどの記録よりも、1時間も悪い5時間29分でゴールイン。42.195キロの道のり、苦しかった！リベンジならず！ガックリ！あれほど自分なりに練習したのに！やはり歳か？今回、2万5千人の中に、或る盲目のランナーが14時間余掛けて、ゴールした。これには感動！した。改めて、己の甘さを痛感！

ゴール直後に JAL ホノルル線機内誌「EHEU」の岩瀬編集長から取材、そして FINISHER の T シャツでゴールをバックに写真撮影。次次号の EHEU に掲載されるらしい。

11日の晩は独りで細やかな達成感を味わう予定だったが、以前勤務した時からご指導を受けている、ホノルル在50年の川路広美さん夫妻をお誘いして、故郷鹿児島の話に花を咲かす。川路さんは27歳の時に浄土真宗の布教でハワイに来られ、そのトップを勤め上げ、在ハワイの県人会の会長も担っておられ、現役を離れた今でも日本各地での講演にも忙しい。ご苦勞の連続だったのに、何時も穏やかな話し方で大尊敬している郷土の先輩である。50年前に神戸港から3週間掛けてホノルルに来られたとの事。当時はアロハタワーから、ホノルル市が一望に見えたとの事。完走お祝い？に著書、「出遣い」を寄贈していただいた。若干の達成感と無気力？慰勞困憊の昨日、今日でございます。

## 「ウクレレギネスに挑戦！」

10月22日(土)

岡田弘美さん(会員・ナデシコクラブ代表)

ジェイクしまぶくろさんによる チャリティーイベント「GO FOR DA RECORD」。ウクレレを同時演奏する人数をギネスに登録するというので、現在はスウェーデンがギネスの記録を持っているそうです。でもウクレレならやっぱりハワイですよ。ということでナデシコクラブは会場のボランティアとして、シニアライフ協会からはクプナアイランダーズの方々がプレイヤーとして参加してまいりました。

当日は朝から青空が広がり、暑い一日になりそうな予感が。会場となったワイキキシェルにはローカルファミリーや小学校の生徒さんたちも続々とかけつけて、ギネス登録になるその瞬間を待つ興奮と緊張感で会場が包まれ始めました。

11時を過ぎて、いよいよ演奏の開始です。最初はジェイクさんと一緒にコードの練習から。3種類のコードを覚えてジェイクさんのリードによる演奏にプレイヤー全員が合わせていきます。何回も何回も演奏しながらその間、ギネスの人数を数えていきますが、会場は次第に不思議な雰囲気。ギネスというより皆で演奏するという楽しさで笑顔が広がり、子どもたちからお年寄りまで汗を流しながらもとてもいい表情になっていきました。心を一つにするということはどういうことなのか、とボランティアとして観ている私たちも感動で胸がいっぱいになってしまいました。今回は残念ながらギネスの記録には届きませんでしたが、次回はウクレレを持って参加しよう！と心に決めた熱い一日でした。

## イエア・ループ・トレイルのハイキング 12月18日(日)

時々輪 真由美 (じじわ まゆみ)さん(会員)



アイエア・ループ・トレイルのハイキングに参加しました。トレイルの入り口に近づくにつれて雲行きが怪しくなり、10時頃、いざ出発という時になってとうとう降り出してしまいました。皆が渋々カッパを着る中、ガイドのランディさんが「僕は着ない。いつも着た途端に雨がやむから。」と言うや、一斉に「着て！」「すぐ着て！」。雨で小さな川ができ、滑りやすくなった泥の道を慎重に進みました。所々でランディさんが

秘密の滝へのトレイルや植物、景色について説明してくれます。コアの木、サンダル・ウッド、そして「イカスミの木(?)」。イカスミのような匂いを放つとか。またストロベリー・グアバという外来種の木が増えて問題になっているとも。さらに進むと、道の右、谷側が延々と崩されています。イノシシがほじくり返した跡だそうです。何か嫌なことでもあったのでしょうか。そして飛行機の墜落地点。以前は機体の残骸があったそうですが、今や削れた山肌がわかるのみ。誰かがリサイクルしているという意見もありました(えーっ!)。昼食後、ループの半分以上を過ぎた頃から雨も上がり、眼下にパール・ハーバーを望むことができました。最後はイノシシならぬ「野生のブタ」の大家族に会い、微笑ましい締めくくりとなりました。雨のおかげか、一瞬ながらレモンユーカリの良い香りにも出会え、山歩きの醍醐味を味わいました。次回も楽しみにしています。



## マウイ支部

### 第16回ゴルフ会

12月18日(日)

神崎洋さん(マウイ支部長)



カヒリ・ゴルフコースで第16回ゴルフ会が開催されました。今回はゲスト1名も含め15名の方が参加されました。快晴の西マウイ山系の麓で、朝のすがすがしい空気を胸一杯に吸いながらのスタートでしたが、陽が高くなり次第に暖かくなるにつれて風が強まり多くのプレイヤーがスコアを乱し始めました。そんな中、既に2度の優勝を遂げている玉置加奈子さんが16回のゴルフ会では初めてのホールインワンを13番ホールで達成すると同時に、グロス78と言うご本人のベストスコアも達成するという快挙を成し遂げ、ネット62と言う驚異的アンダーで3回目の優勝を遂げられました。2位にはご主人のJohn Fergusonさん、3位には小川由美さんが入られました。

**個人順位** : 1位 Kanako Tamaki (78/16/62) 2位 John Ferguson (80/12/68) 3位 Yumi Ogawa (99/24/75)  
4位 Kenny Kanzaki (82/6/76) 5位 Shinji Yamagami (92/16/76) **ニアピン**: John Ferguson (#6) Joe Yamawaki (#8) Kanako Tamaki (#13/Hole-IN-One) Yasuhito Ogasawara (#16)

## 日本地区

### 関西支部 クリスマスパーティ

12月10日(土)

川勝敏郎さん(会員)

大阪でも底冷えが本格化し出した12月10日大阪天満の地下のタバルナ Bebedor を借り切って総勢31名が集まり、元気に開催されました。山中サンタの登場で華々しくスタート、の予定が、その前から既に関西パワーが炸裂。ジャズシンガーの高橋亜希子さんをお呼んでのライブあり、カウンターに向こうには美女数名のサービスに、お手製の大皿料理がずらりと並んで、ビールにワインとおしゃべりで大盛り上がりでした。

来年いつからハワイに行くの? 何処に宿泊するの? とアチコチで情報交換があれば、「来た、見た、勝った(買った)」とナポレオンばりにいきなり家を購入した方の購入談もあり、ハワイの話題で尽きませんでした。最後にお約束のプレゼント交換や支部長からカハラチョコレートプレゼントもあり、あっという間にお開きを迎え、良い新年とハワイでの再開を誓いながら、皆さん夜の街へ消えて行かれました。新参者の私には、シニアの意味がよく分からなくなった元気なパーティでした。



実は、私はハワイを殆ど知りません。ご縁がありアメリカのパーマネントヴィザ(永住権)を手にする事が出来、住まいをロスアンゼルスにするか何処にするか迷っていた時にこの協会を知り、入会させて頂きました。こんな素敵な協会があるハワイにと決め、1月に現地視察に寄せて頂く予定です。

入会后、偶然に私の頭の上がらない先輩が山中支部長と同じゴルフ倶楽部の仲間と知り、世の中の狭さに唖然。日本より更に狭いハワイのこと、どんなご縁があるか分かりませんので、清く正しく過ごさねばと(私の良さが殆ど無くなるのですが)、襟を正して協会に参加させて頂く所存の川勝からの関西支部クリスマスパーティのレポートでした。

### 新潟支部 忘年会

12月17日(土)

本多孝次さん(新潟市部長)



寒さも厳しくなり雪もちらつく中、新潟市内の焼肉店「京城苑」で忘年会を開きました。美味しい焼肉を食べながら、来年の活動方針・勧誘他を話し合い3時間余りの時間があっという間にすぎました。新米支部ですので、日本地区本部・他支部の活動情報を参考にしながら、交流を図り頑張っていきたいと思います。尚1月に新潟支部より9名ハワイに行きますので宜しくお願いします。写真添付(焼肉の煙で煙ってしまいました。すみません。)

## ハワイアナ

コー

浅沼正和さん（ビショップ博物館ボランティアガイド）

砂糖キビをハワイ語で「コー」と云います。ハワイの砂糖産業に従事した日系人の歴史が、ビショップ博物館の特別展示でご覧になれます。ハワイ王国七代目の王カラカウアが1881年（明治14年）3月に日本を訪問し明治天皇に移民のお願いした結果、1885年より官約移民と呼ばれる明治政府が正式に認めた人々がハワイに移り住むことになりました。19世紀半ばからの砂糖産業の繁栄が無ければ、ハワイへの日系移民はこれ程まで多数を占めることはなかったでしょう。ハワイでの砂糖増産の背景には、南北戦争の影響やゴールドラッシュが重要な要素となりました。行李一つを持って海を渡ってきた日本人。プランテーションでの過酷な労働が彼等を待ち受けていました。それでも日系人の人口は増え続け1920年（大正9年）にはハワイ総人口の42.7%を占めるまでになります。珍しい展示物も有ります。「富山の菓売り」の袋です。日本の菓売りの商いがそのままハワイに持ち込まれていたのでしょう。



## 会員便り / 伝言板

個人情報保護法に基づき、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。ハワイ滞在スケジュールを他の会員の方にお知らせしたい方も、この伝言板をご利用ください。

\* \* \* \* \*

### ◆東日本大震災の被災動物に支援を！

公益社団法人 日本動物福祉協会事務局長 桜井邦広さん/相良和子さん(終身会員)

3月11日の大震災では、人間だけでなく動物たちも悲惨な状況に追い込まれました。私たちは緊急災害動物救援本部を立ち上げ、全国から義援金を募って、被災動物の救援を続けています。宮城、岩手両県は、獣医師会や地元ボランティア団体の努力で、何とか見通しが立ってきましたが、福島県は放射能汚染の問題があり、まだまだ救助すべき動物たちがたくさん取り残されているのが実情です。現在、福島には大小3つのシェルターが稼働しており、犬256頭、猫107等が収容されています。これまでに、犬、猫合わせて約300頭が元の飼い主に返還されて、約80頭が新しい飼い主に譲渡され、150頭が一時預かり先に身を寄せています。救援本部には、海外からも多くの義援金が送られ、上記のシェルターを含めた各地の施設や動物愛護団体等、約60か所の運営資金として配分されました。私たちは厳冬期を前に、福島の立ち入り禁止区域でまだ取り残され、今なおお上で死んでいく動物、弱っていく動物たちを救うために懸命に救助活動を続けており、一方では来年以降も継続するシェルターなどの運営費用も見込まねばならず、まだまだ義援金が不足しているのが実情です。どうか、私たちの動物救援活動に、もう一度、皆様の深いご理解とあたたかいご支援をお寄せくださるよう、心からお願い申し上げます。(日本動物福祉協会 ☎03-5740-8856 FAX 03-5496-0930 [www.jaws.or.jp](http://www.jaws.or.jp))

### ◆いつもありがとうございます！

本田広昭さん(会員)

恒例のハワイゴルフ三昧ツアーの日程(2012.01.19~01.30)が決まり、心はずでにオアフのグリーン上に…。

行きは成田発で帰りは羽田着を選択した結果、フルに12日間連続ゴルフが可能になりました。昨年は、ラッキーにも坂井様と友人の遠藤さん(ハワイ半年滞在)とワイアライでゴルフを楽しむことが出来ました。その際に、シニアライフ協会に入会させていただきました。

富士山もようやく冠雪して美しさがさらにUPしましたので、富士写真を添付いたします。

よいお年をお迎えください。



\* \* \* \* \*

## シリーズ — 健康

Dr. 大山の健康アドバイス

「ソケイヘルニア」

大山廉平さん(会員・顧問)

「ソケイヘルニア」いわゆる「脱腸」。乳幼児から学童期までのほぼ先天的な小児のヘルニアと成人に起きる後天的なヘルニアが見られます。左右の太ももの付け根から下腹部あるいは恥骨部にかけて、起立時・腹圧時にふくらみを生じ、横になると消失する症状です。ふくらみが戻らず、痛みを伴う時には要注意、カントンと呼ばれ、緊急手術が必要とされることがあります。

長い間の立ち仕事、力仕事の多い方などが加齢とともに組織の脆弱が起こり、発症に至ります。この点が小児のヘルニアと違います。男性、女性ともに起こります。

ヘルニアには、お餅を焼いたように力が入ると膨らむ部分とこれを抑えようとする部分とがあります。抑え込もうとする組織は、膝や肘の出た(生地へのぼった)状態で、年とともに抑えが利かなくなったのです。

治療は手術しかありません。手術は、このお餅のふくらみの処理をプラグ(ポリプロピレン製)で押し込み、さらにへぼった組織へ同じプロピレンメッシュ(布)を当てます。まるで、パッチワークのようなものです。局所麻酔でも可能ですが、多くは全身麻酔で行います。患者さんの手術への不安をやわらげるためです。数日の入院で、元気になります。

忘れてはいけないのが、大腸ヘルニアです。高齢のご婦人に多く、付け根よりも大腿部がふくらみ、多くは痛みを伴います。一刻も早く、医療機関で受診しましょう。(東京都済生会中央病院顧問・東京都済生会支部や診療所所長)



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。ご本人のみならず、ご家族お知り合いの方、病気と断定できないことでも健康のことでしたらなんでもご相談ください。**東日本大震災に関連する健康ご相談も、どんなことでもご連絡ください。** [oyama@saichu.jp](mailto:oyama@saichu.jp)



ご寄付をいただきました。会の活動資金として活用させていただきます。

( \$ 500) 蓮尾芳雄・ゆう子様 ( \$ 250) 坂井諒三様 ( \$ 200) Kupuna Islanders 様 ( \$ 100) 島田裕美様、関利明・玲子様、本多孝次・玲子様、( \$ 70) Sanae Kamiya 様、河原正男・千夏子様 ( \$ 50) 武田幹雄・裕美子様、田中嘉文様、平原道康様 ( \$ 40) 中島幸子様 ( \$ 10) 朝山恭・洋子様、八木澤誠様 (8千円) 小川剛太郎様 (6千円) 近藤利雄様

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 Kalakaua 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)

ヒスレア・オアシス お待ち合わせ、懇談にご利用ください。(1回のご利用は、1時間程度でお願いします。)

場 所: c/o Plumeria Lounge ワイキキショッピングプラザ 地下1階「るるぶ」デスク奥 2250 Kalakaua Ave. B1F #LL-111,

利用時間: 毎日午前9時~午後5時

\* 朝日新聞、ハワイ報知の閲覧、インターネットの利用が無料でご利用いただけます。

当協会の概要、入会案内: [www.hawaiiseniorlife.org](http://www.hawaiiseniorlife.org) をご覧になるか、パンフレットをご請求ください。



## ジャパン・ハワイ・カルチャーエキスポ2012

### 第2回ヒスレア美術展作品公募中

- 「会期」 3月3日(土) 10:00-17:00 3月4日(日) 10:00-15:00  
「会場」 ハワイ・コンベンション・センター(JHCE2012 内)  
「応募作品」 水彩画、油絵、書道、写真、ミックス・メディア  
「搬入」 各自 The Art Board 1255 South Beretania St. Hon., Hi 96814  
2月17日(金)10:00-17:00 2月18日(土)11:00-17:00  
「搬出」 ハワイ・コンベンション・センター  
3月4日(日)14:00-17:00までに搬出してください。  
4日(日)以降、全ての出品作品はアートボードにて保管  
保管料は一作品、一日 \$ 25の徴収となります。例外なし  
「公募展示数」 80-100点  
「搬入・問い合わせ」 The Art Board: 1255 South Beretania St. Hon., Hi 96814  
☎ 1-808-351-1945 E-メール [moto@tab-hawaii.com](mailto:moto@tab-hawaii.com)  
「出展規約」 サイズ: 縦+横サイズ 70”(178cm)以内  
上記サイズ以上は2点と見なします。何点でも出展できます。  
額装ですが、必要な場合はアートボードにお問い合わせください。  
額装: 出展作品特別価格  
「出展資格」 年齢制限なし、国籍は問いません。  
前期 HISLEA 美術展に応募した作品は再度出展できません。  
「出展料金」 1点につき \$ 30、日本からの出展料金は \$ 50  
(出展料金は審査の結果にかかわらず返金いたしません。)  
展示作品: 契約販売 可(売り上げの40%はヒスレアへの寄付。)  
「審査」 ヒスレア審査委員会が審査にあたります。  
(審査結果についての異議は認められません。)  
「受賞」 ヒスレア大賞を含め 10 大賞を選定する予定です。  
3月4日(日) 午後1時 会場ステージにて行います。

\*\*\*\*\*

- 「公募締切日」 2月10日(木) 午後5時  
「申し込み方法」 第2回ヒスレア美術展申込書にご記入の上、2月10日9(木)午後5時までアートボードにて申し込みください。(☎1-808-351-1945)  
支払いは小切手又はクレジットカードにてお支払いください。  
小切手の宛先は HISLEA

注意: 搬入から搬出の期間中、出品作品は十分に注意して保管しますが、不慮の災害及び紛失については一切の責任は負いません。 展示方法は本会に一任させていただきます。