

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

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

謹んで新春のお慶びを申し上げます

2012年に日本を含め世界の主要な国々に新しいリーダーが生まれました。

新しい年が皆様にとって、そして日本、世界にとって
少しでもより良い年となりますようお祈り申し上げます。

カウアイ島 ナ・バリ・コーストのトレッキング

クリスマスパーティ

12月21日(金)

クリスマスパーティの司会を担当しました

塚原勉さん(運営委員)



ハワイシニアライフ協会・新老人の会共済のクリスマスパーティが12月21日(金)にハレコアホテルワイキキルームにて120名もの会員、ゲストの参加により開催されました。ヒスレアの一年を締めくくる大イベントです。私は司会を仰せ付けられました。今回のクリスマスパーティを企画・立案し、

当日は進行ディレクターまでされた深田マコさんは、私に「ベンちゃんの(私の名は勉でそう呼ばれています)シナリオはありません。全てアドリブをお願いします。」と・瞬間目の前が・・と思いきや、「分かりました」と澄まして言っている自分がいました。元来、A型としてはファジー(いい加減)な部分も多分に持っている私としては、型にはめられるより(現役時代は規定・規則・法律等がんじがらめで・・)有り難いと思いました。当日参加者全員が丸テーブルに着席、ヒスレア・ハワイアンズの演奏をバックにKZOO放送で聞きなれた梨本理事の流暢な喋りでのアナウンス・HISLEA会長の挨拶・



NEHIC(新老人の会)会長挨拶で始まり、サウンド・オブ・アロハによるク

リスマスソングはとても感動的で120人の参加者を魅了しました。アンコールの声があちこちから聞こえて来て私も久しぶりに心が洗われる思いがしました。会場のムードも徐々に盛り上がって来て、梨本理事と司会の交代です・・自己紹介から出来るだ



け楽しんで頂けるよう勤めて、野田副会長のドアプライズ・抽選会・辻野副会長のジャンケン勝ち抜き合戦で最高潮に達し、更に江口理事のプレゼント交換、江口婦人によるハワイシニアライフ協会の歌を全員で合唱、その歌声はカラカウア通りまで響き渡る程でした。最後に辻野副会長に再登場し



ていただき3本締めで盛大に会を締めくく
り、参加者の顔は満足に満ち満ちた笑顔で
帰途につきました。

幸せな夜でした

時々輪 真由美さん(会員)

楽しみにしていたHISLEAのクリスマスパーティーに参加しました。会場のハレコア・ホテル、ハレは「家」、コアは「コアの木」ですが、コアにはもともと勇敢な、硬い、強い、という意味があり、ハレコアとは「戦士の家」という意味なのだそうです。開宴前の会場ではリハーサルが行われており、HISLEAのこのパーティーにかける意気込みが伝わって来ました。坂井会長の「HISLEAのイベント初参加の方」という問いかけに対し、8割（に見える）の来場者が起立され、この時点でこのイベントの意義が達成されたと確信しました。乾杯の音頭に続いてビュッフェ・ディナーが始まり、宴もたけなわとなったところで、男性コーラスでは全米的に有名な「バーバーショップ」の登場。アカペラの澄んだ歌声に、会場は天国のような清らかな空間となり、食べるのも忘れて聞



き入ってしまいました。その後、
進行の野田副
会長に「まだあ
りますか！頑張

ります！」と言わしめた賞品盛りだくさんの抽選会、プレゼント交換などが行われ、最後は「HISLEA賛歌」の大合唱で大団円となりました。大勢のハワイを愛する方々と時間を共有できた、幸せな夜でした。

クリスマス気分を存分に味わいました

北田 勇さん(終身会員)

ハワイシニアライフ協会恒例のクリスマスパーティは、5周年を記念してハレ・コア・ホテルで開催された。ここは米軍人専用の保養施設らしい。立派な会場はクリスマスの装飾品で飾られ、ボランティアの人々が大勢手伝っていた。buffetスタイルの食事だったが、僕には苦手なスタイルだ。豪勢に見えるが、チョイスが多すぎて何を取ってよいか迷ってしまう。食後は、直ぐにエンターテイメントに移ったが、期待していた江口モトさんのコメディ寸劇は今年のプログラムに無かった。しかし、バーバーショップ・ハーモニー・ソサエティの男性四部合唱団が、見事なハーモニーで歌った。グループの



名前“Sounds of Aloha”に相応しく、感動を与えてくれた。歴史のある合唱団らしくかなり高齢なメンバーが多かったが、みんな良い表情をしているなと思った。パーティの最後までは残れなかったが、クリスマス気分を存分に味わうことができた。

シティライツ・ツアー

12月7日(金)

八木澤誠さん(会員)



私共、夫婦にとってはゴルフ会以外のイベントに初めて参加させていただきました。12月7日の夕刻集合、総勢10名でいざ出発。今回、お世話をいただいた深田マコさんの案内によりワイキキ中心より15分ほどの市庁舎へ、車を降りた瞬間に目に飛び込んできたのは輝く、色とりどりの星の数々に飾られた大きなサンタさんの仲間たち、ショートパンツのサンタや笑顔が可愛いお母さん人形、さらにには雪だるまさんやサンタの友達たちが勢揃い、中心の10メートルはあろうかと思う大きなツリーは目一杯に電飾されて光り輝いておりました。市庁舎の中にも色々なテーマをモチーフにしたイルミネーションのオブジェが所狭しと飾り付けられており、子供達や家族連れの人達で大賑わい！聞くところによると、市の職員さんや学校の先生、教会の関係者などの皆さんがボランティアで企画制作して、市民の皆さんの投票により優秀賞が決まるとのこと。正に、地域と一体の市民活動の一環と全員で感心、感激のひと時でした。

その後の夕食会も楽しく、愉快地に談笑させて戴きました。深田さん、本当にありがとうございました。御座いました！」

ホノルルマラソン

ホノルルマラソンの応援

12月9日(日) 宇田優紀子さん(夫婦・家族会員)



米野石川支部長様ご夫婦の暖かいお人柄に惹かれて入会させていただいた宇田です。東京の総会(アロハ会)で坂井会長はじめ各役員の方々にお目にかかり感激も覚めないうちに、今回ハワイで気功にお誘いをいただき、不安でしたが皆様が自然に受け入れて下さり、一緒に気功を楽しめたことは想像以上でした。

今日は、ホノルルマラソンの応援をボランティアでお手伝いさせていただくことになり、ハワイカイの現地では坂井会長初め会員の皆様が既に走者の方々と一体となって応援している姿を拝見し、私も走者の方々に思いが伝わることを願いつつ、いつの間にか大きな声で「頑張ってください」「ファイト!」という言葉が出ていました。

以前、松葉杖生活の時に、ドクターストップを無視して主人と娘に助けられダイヤモンドヘッドに挑戦したことがあります。転んだとき、周囲の外国の方々が励ましてくださり涙したことがあり、走者の方たちとの一体感を尚一層痛感しました。私の声に、苦しい中笑顔で手を振ってくださったり、高齢の方も前向きに走っておられる姿等を拝見し、私自身人としての原点を教えらる貴重な体験をさせていただき、そして市民マラソンの本来の意味も教えられた気がいたしました。

これからもこのような機会があればできるだけ参加させていただきたいと同時に、シニアライフ協会の一員にさせていただきましたことを改めて感謝しております。本当にありがとうございました。

ハイキング

爽やかな空気を満喫したアイエア・ハイキング

12月2日(日) 小林正巳さん(夫婦・家族会員)

今年からHISLEAに入会させていただいた私たち夫婦が最初に参加したハイキングが去る3月24日のカエナ・ポイント・ハイキングでした。その際の印象が大変素晴らしかったので、それ以降もハイキングのご案内を真っ先に読んでおりましたが、今回ご案内いただいたアイエア・ループ・トレイルが私たちのスケジュールとも合致しましたので早速申し込ませていただきました。

ちょうど日本から遊びに来ていた友人も誘って参加したのですが、当日は幹事の石毛さんのほかHISLEA会員が6名、リーダーのランディ・チンさんをはじめシエラクラブ会員が3名、合計9名というこじんまりとしたグループでした。



いつもの集合場所を出発して約30分のドライブでハイキングの出発点に到着し、早速歩き始めました。ご案内では「ほとんどフラットなので初心者でも楽しめます」とあったので気を許していたところ思いのほかアップダウンがあり、とくに道を塞いでいる倒木をくぐったりまたいだりと、結構全身を使った運動を楽しみ(?)しました。

山崩れを防ぐ目的で100年以上も前に植樹されたユーカリの根が道に張り出していて、躓かないように注意して歩くのがちょっと大変でしたが、さいわい好天に恵まれたため滑る心配もなく一周ができ、出発点近くのキャンプ場で昼食を摂りながら会話を楽しくお開きとなりました。

カエナ・ポイントのときと違い花はほとんどなかったのですが、ユーカリのほかにもアカシア・コア、台湾から輸入した飼料用のコア、

オヒア、白檀、クワイなどいろいろな樹木を間近に見ることができたのも良い経験でした。ありがとうございました。

セミナー

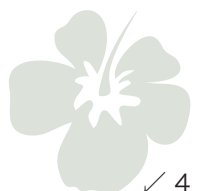
ロングステイとコンピューター

12月14日(金) 塚原勉さん(会員)

中村講師の私たちに目線を合わしたお話はとても理解し易く、コンピュータをまだ充分利用し切れていないなーと実感しました。話は変わりますが、高校時代の親友に獣医を開業している優秀な石森君がいて、5年くらい前にこう話していました。「最近動物を連れて来る飼い主は病気や薬について俺より詳しいこともあるんだよ。」・・・どうしてと聞くと「インターネットで調べてくるんだ。」名医と言われる程の医者や「ウーン」と言わせるコンピュータの更なる必要性を感じていました。

今日のセミナーで最も感動したのは黒川さんでなんと86歳、活発に中村講師に質問していて詳しいのです。私は69歳・・・同年輩で70%位は、「パソコンはチョット」と言うのですが・・・黒川さんはビビッドで素晴らしく、今も挑戦をし続けているのを目の当たりに見て、本当に尊敬できる方だなーと思うと同時に元気を大いに頂きました。

また、中村講師の熱く分かり易い話に充分私も理解できて、日本との電話・テレビ等々フリーで出来る事、GPS地図・スマートフォンの翻訳機能・辞書機能も・・・今年からハワイ永住を決め、全てがゼロからスタートの私にとってパソコンはなくてはならないものと実感して、これからもそのスキルアップに努めて行きたいと思います。このセミナーを企画・実施して頂いた皆さんに、感謝致します。有難う御座いました。



ホノルル支部

生活の知恵

知らぬと損するハワイ生活の知恵

12月5日(水) 鈴木栄一さん(ホノルル支部長)

今回で9回目の勉強会となり、今月のテーマは「死別による悲しみと向き合う」でした。人として誰もが一度ならず数度は経験するであろうこの問題に対する関心はことのほか深く、アートボード2階の小さな部屋は一杯になり座れない人が出るほどでした。愛する人との死別によるその悲しみは、生前の絆が強ければ強いほど深く辛いものであり、その心の痛みはその人の日常生活にも大きな影響を及ぼさずにはおきませんが、そうした課題と日々取り組んでおられるホスピス・ハワイのカウンセラー、森田アキ心理学博士が今回の特別講師として勉強会をリードしてくださいました。



まずご自分が働いておられるホスピスに対する一般の誤解を解くことから話は始まりました。そして専門家の立場から、悲嘆(グリーフ)は人の自然な反応であり、人間的な弱さとは無関係であることを強調され、またその過程は人によっても異なることを説かれました。続いて出席者に各自の死別体験を分かち合ってもらい、悲しみの中にある人を互いにサポートし合えるグループの働きの必要性が強調されました。なかでも昨年母親を天に送られたばかりの坂井会長経験談は、われわれの心に深くとどまるものとなりました。この死別の悲しみは、その時に直面しない限り普段はなかなか考えようとしにくいテーマですが、それだけにこそ、こうした機会が与えられたことにことのほか感謝を覚えた次第です。

マウイ支部

第28回ゴルフ月例会

12月16日(日)

神崎洋さん(マウイ支部長)



12月10日頃より強まった貿易風が収まらない厳しいコンディションの下、第28回ゴルフ会がカヒリ・ゴルフコースにて開催されました。2012年最後の大会には日本からのゲスト4名を含む16名が参加し接戦となりましたが、苦節2年で前回初優勝したHiroshi JokeさんがGross 90、HD18、Net 72のスコアで前回に続いて優勝し、マウイ支部ゴルフ会初の連続優勝を果たされました。2位には、Masa HiragaさんがGross 82、HD 7、Net 75で入り、3位には久しぶりに参加されたRyuichiro IshidaさんがGross 89、HD 13、Net 76で入りました。

個人順位(敬称略)：

- 1位 Hiroshi Joke (90/18/72)
- 2位 Masa Hiraga(82/ 7/75)
- 3位 Ryuichiro Ishida (89/13/76)
- 4位 Kenny Kanzaki(83/6/77)
- 5位 Miwako Kawahara(107/30/77)
- ニアピン賞: #6 & #8 Miwako Kawahara
- #13 Hiroshi Joke #17 John Ferguson

マウイ・ホトギス会(句会)

12月22日(土) サニー神谷さん(マウイ副支部長)

本年最後の句会がキング・カメハメハ・ゴルフクラブにて開催されました。12月の兼題は「おでん」と「冬の海」、席題は「ボーナス」と「歳暮」でした。特選の中から、HISLEA会員の句を一部紹介いたします。袂(たもと)からのぞく白腕爛熟し(サニー) 古社(こやしる)の神木眠る冬霞(サニー)

新年最初の句会は1月26日(土)、12時半より「初便り」と「初明り」を兼題にして開催予定です。

日本地区本部

ゴルフ懇親会

多摩ヒルズゴルフ会

12月18日(火)

加賀見岩雄さん(千葉支部副支部長)



師走の18日、東京・多摩市の米軍基地内のゴルフ場で馬場日本地区本部長を中心に東京、神奈川、千葉在住の8名(内、男勝りの女性1名)の有志で「多摩ヒルズゴルフ会」が開かれました。

多摩ヒルズGCは一般ゴルファーでは予約ができないゴルフ場で、駐日米軍兵士とその家族が楽しむためのコースですが、今回は田中理事の取り計らいでプレーをさせていただき、日本のゴルフ場とは一味違った経験をさせてもらいました。

真冬支度のウェアでは暑いくらいの絶好の天気恵まれ、ショットガン・スタートで13番からスタートという変則スルーラウンドをシングルプレーヤー、豪打!の女性プレーヤー、右腕上部重症プレーヤー、クラブを置き忘れる健忘症プレーヤーetc. と多様なメンバーでそれぞれがそれなりに十分に堪能致しました。

プレー終了後はクラブハウスのレストランで昼食会、人気の名物300gのアメリカンステーキを味わいながらのHISLEA談義……素晴らしい人たちとの楽しい時間はあっという間に過ぎ去り、『良いお年を!』の挨拶で、一路帰宅の途へ!

関西支部

ハナレア会

関西支部12月例会「ハナレア会」

12月1日(土) 岩見明子さん(会員)

初冬の大阪は梅田、うららかな午後、おしゃべりとおいしいランチで楽しいひと時を過ごしました。今回は今年最後のランチ会で、会員16名、ビジター1名の17名の参加がありました。

いつも通り、始まりは近くに座った人とおしゃべりを楽しみ、後半はテーマに沿って各自発表がありました。今回のテーマは「自慢のハワイレストラン紹介」で、皆さんお勤めのお店を教えてくださいました。私は殆どレストランへ行くことが無くて発表できませんでした。昔、食べに行ったことがある、「サムチョイ」ダイヤモンドヘッド店(カパフル)は閉店したみたいで、ちょっと残念です。皆さんおすすめのお店は、サイドストリート・イン、マイラン、フックユエン、小千谷、ベルニー二等15軒ほどでした。

関西支部のランチ会が開催されるレストランは御堂筋と新御堂の間のビル、27階にあります。シースルーエレベーターで上がっていく時、御堂筋がまっすぐ南へ伸びているのが真下に見えます。これまでランチ会には10回あまり参加していますが、エレベーターに乗って御堂筋を眺めるのが楽しみです。黄金に輝いている銀杏が素晴らしかったです。今回の席は東側が眼下に見える席だったため、生駒山を見ながらのランチとなりました。店の入り口付近では西側がガラス張りなので大阪湾が見えます。

ランチの種類は4種類ほど(1200円～1500円)、付け合わせの野菜類が追加できますし、ソフトドリンク付き(セルフサービス)です。

まだランチ会に参加されたことが無い会員の皆様、機会があれば景色、料理それとハワイの情報を楽しみに参加されることをお勧めします。

クリスマスパーティ

12月15日(土)

丸谷恵子さん(会員)



関西支部のクリスマスパーティに参加させていただきました。ちょっと早めにレストランに到着すると、そこには一人のサンタさんが! 何度かランチ会でお会いした方でしたが、変装がお上手で最初はどなたかわかりませんでした。

今回は参加者11名ということで、一つのテーブルを囲んで皆さんと楽しくおしゃべりができ、親近感がより深まったように思います。今年のそれぞれのハワイ滞在を報告し合ったり、来年の予定で盛り上がりたり、山中支部長さんと川勝事務局長さんが企画して下さったプレゼント交換やじゃんけん大会などもあり、ワイワイがやがや、あっという間の2時間半でした。ご用意いただいたワインも美味しくいただいて、いつものランチ会とはまた違うクリスマスならではの雰囲気の中、とても楽しい時間を過ごすことができました。このような素敵な機会を設けていただき感謝致します。来年は是非私もサンタコスチュームで参加したいと思います。

新潟支部

忘年会

12月21日(金)

本多孝次さん(新潟支部長)



先日12月21日(金) 寒波の中、ホテル湖

畔にて新潟支部の忘年会を行いました。外は雪ですが皆お酒も入り、ゴルフやハワイの話で常夏気分でした。1月には11名でハワイに行きます。ソニーオープン・ゴルフコンペなどのイベントにも参加します。ワイワイ、ガヤガヤと楽しい旅行と成りそうです。今年も皆様に大変お世話に成りました。来年も新潟支部を宜しくお願い致します。

会員だより・伝言板

ワイキキからの耳寄りニュース

勝倉守康さん(千葉支部副支部長)

ワイキキトロリーからシニア向け長期滞在者向けトロリーチケットの販売を開始していただき、併せて『NPOハワイシニアライフ協会』のHPをリンクして頂きました。

<http://www.waikikitrolley.com/seniorlongpass/?lang=ja>

ワイキキトロリーチケット・シニア価格(62歳以上)

☆新発売☆ 14日間3ライン乗り放題
チケット 50ドル

☆新発売☆ 28日間3ライン乗り放題
チケット 90ドル

ワイキキ・サンドピラ・ホテル(代表取締役社長 周藤宏樹様)よりシニアライフ協会会員割引価格を設定して頂きました。期間により価格は変動致します。(詳細はホームページで確認して下さい。 <http://sandvillajapan.com/wsvhotel/>)

参考ですが、2013年6月プレミアムゴルフコースビュー(上層階角部屋) 1泊1室 US108\$(朝食・税金込み)

※早期45日前の予約料金

ご希望の方は予約課のミキ様へEメールし、ハワイシニアライフ協会会員と告げて料金を再確認して下さい。

Eメール:

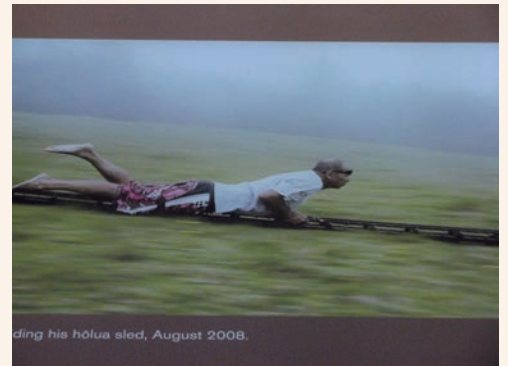
WSV@PrincipleHotels.com

ハワイアナ

ホールア

浅沼正和さん(ビショップ博物館ボランティアガイド)

ネイティヴ ハワイアン競技に、急坂をソリで滑り降りる「ヘエ ホールア」がありました。幅の細いソリに頭を下にして腹ばいになり山の斜面を猛スピードで下る、一つ間違えば大怪我をしかねない勇気と技術を必要とするスポーツです。火山の女神「ペレ」に捧げる儀式的意味合いもあったようです。ハワイ島ケアウホウのシェラトンホテルにこんな空撮写真を見つけました。何とソリで滑り降りるコース跡がコナ カントリークラブの中に今も残されていたのです。ホールアは王族のスポーツとも伝えられており、ケアウホウのコースが現在知られている中では一番長く1マイルもあり、丸い石を敷き詰めて造られていたのですが放牧や地震の影響で壊れてしまったのだそうです。ホールアは冬のマカヒキの季節に行なわれたパーアニ(競技)のひとつでもあったようで、マカヒキの間はけして戦いはしない決まりになっており人々はゲームや競技に興じていましたが、これらは強靱な体力や俊敏性を養って戦いの能力を高めるものでもありました。



ding his hōlua sled, August 2008.

Mahalo

ご寄付をいただきました。

設立5周年記念 特別ファンレイジング(寄付金募集)

—伝えていこう “アロハの心”

ハワイと日本から世界に向けて—

(\$300) ジニー・フォガティ様、奥津博様

(\$120) 木元尚男様、(\$100) 関利明・伶子様、
パシフィック・リム・バンク様、勝倉守康・貞子様、
加賀美岩雄・ひとみ様、山本利幸様、島田裕美様

(\$50) 石原新造・路子様、島崎要子様、
褒岩奈々様、庄野泰輔様、(\$30) 八木澤誠様

(\$20) 菅田薫様、藤田豊・紀子様

(2012年11月1日～30日)

ありがとうございました。

医療相談

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

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)

Eメールで気軽に相談できます。

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相談内容の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。

Eメール: oyama@saichu.jp

(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

イベント申し込み等にご利用ください。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)

場 所: ワイキキビジネスプラザ11F #1108A (2270 Kalakaua Ave)

電 話: (808)428-5808

電話応対: 毎日午前9時～午後5時(日本時間: 午後2時～午後10時)

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。)

朝日新聞、ハワイ報知の閲覧、インターネットを無料でご利用いただけます。日本語の図書もあります。

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

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