

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

「ハワイ便り」は毎月5日発行です。諸般の事情により2~3日前後する場合がありますのでご了承ください。

Eメールアドレス、住所等の変更がありました場合は、必ずご連絡くださいますようお願いいたします。

2013年 お友達紹介キャンペーン ご報告

2013年2月1日より9月30日まで実施しました「お友達紹介キャンペーン」につきましては、お陰様をもちましてたくさんの会員の方からご紹介をいただき、合計で153名の個人及び10社の法人の方に新しく会員としてお仲間になっていただきました。ご紹介をいただきました会員の皆様に厚く御礼申し上げます。ご案内の通り、別途ギフト券をお送りさせていただきます。

当協会の財政基盤安定のため新会員の募集を継続することが重要であります。私たちは協会の活動を良く知っている会員の方にお友達や、お知り合いをお誘いいただくのが一番と考えております。今後とも、適宜「紹介キャンペーン」を実施するつもりであります。その節はご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

坂井 諒三 (会長)

2013年度会員年次総会 10月9日(水)

編集部

第6回 (2013年) 定時会員年次総会がアラモアナホテルにて開催されました。坂井会長より、2013年度の活動報告及び2014年度の活動方針についてお話がありました。2013年度には鹿児島支部と札幌支部が設立され、ハワイの3支部を加え15支部になり、支部の活動が大変活発になってきたこと、特にホノルル支部と東京首都圏支部において、継続的に意義のある活動が実施されているとの報告がありました。また、傘下のナデシコクラブも13年度 3回に亘り70名の東日本大震災被災地の子供たちをハワイへ招き、心身ともに絆を築くサポートをしたことの報告がありました。2014年度の活動方針については「原点を忘れずにアップグレードを目指す2年目」を基本テーマとし、財政基盤の安定化を図るために会員を増やすことが肝要であるとの説明がありました。

「スポーツも人生も後半戦がおもしろい」のサブタイトルに新しく「みんなで伝えようアロハの心!」を採用することになりました。そして、東京オリンピックの開催される2020年に向けての「2020年アロハプロジェクト (夢のプロジェクト)」の発表がありました。例えば、2020年全世界フラダンスフェスティバルのハワイ開催、2020年日米シニアゴルフ大会の日本での開催、東京オリンピック、パラリンピックにボランティア参加、そして会員同士のホームステイの推進などです。会員の皆様と一緒に夢が正夢になるよう努力したいと思います。会長報告の後、野田副会長より2013年度財務報告があり、その後、任期満了に伴う34名の理事 (内、新任4名) の選任が行われました。理事の任期は2013年~2016年の3年です。総会后、定例理事会が開催され、執行役員を選任、エグゼクティブ・コミティ・メンバーの選任等が行われ滞りなく終了しました。会員の皆様には総会報告及び財務報告等を別途、Eメール又は郵送にてお送りいたします。HISLEAウェブサイトにも掲載予定です。





ハイキング

9月14日(土)

編集部



ハワイカイの近く、ニウ・バレの住宅街の後ろにあるミッド・リッジで月例のハイキングがありました。いきなり尾根に向かって急なトレイルを登り、汗をびしょりかき、息も上がるような思いをしましたが、その甲斐あって今まででも1、2を争うすばらしい景色を楽しむことが出来ました。終了後、皆でマクドナルドに入り、コココーラの大きを3杯もおかわりして飲みました。

大宅映子様の講演会に参加して

10月9日(水) 松井 亨さん・一代さん(夫婦会員)

2013年会員年次総会が、アラモアナホテル、ハイビスカスボールルームIIIにて開催されま



した。終了後、「いきいきライフ講演会シリーズ」第1回として、「愉しく欲張って生きる」をテーマに、大宅映子様のお話を伺いました。当日150名の定員のところ、HISLEA会員以外の一般の参加もあり、200名弱の参加で開場は大いに盛り上がりました。冒頭坂井会長の「大宅さまとのゴルフ談義での紹介もありました。大宅様の第一声は「ハワイの空と風がとて素晴らしい」でした。私たちも同感です。1ヶ月ハワイに滞在し、ハワイの空と風を満喫したいものです。講演はご両親から受けた影響、ご家族に対する愛情、また、友人関係、特に時事の話については、歯に衣着せぬ語り口で、ユーモアにあふれるお話は、1時間半の時間が瞬間に過ぎて行きました。テーマであります「愉しく欲張って生きる」の内容につきましては、私たちもそのようになるよう健康に留意し、愉快に充実した安らぎのある生き方にしたいものです。

このような機会に出会えて、またお話を伺えて、まだまだこれからと実感しています。どうぞ大宅様もハワイの青い空のように、これからも切れ味のよいコメントを楽しみにしています。今回はこのような企画を立てていただいたハワイシニアライフ協会に感謝申し上げます。



ナデシコクラブ総会 & マハロパーティー

10月12日(土) 岡田浩美さん(ナデシコクラブ代表)

2013年9月でナデシコクラブは2周年を迎えました。10月12日には総会及び、この2年間の活動を支えてくださった会員、一般ボランティア、ハワイシニアライフ協会のアドバイザーの方々をお招きしてマハロパーティーを開きました。「ナデシコらしく」をテーマにアットホームなパーティーを企画し、総会後のBBQとポットラックは全て手作りで。



楽しいおしゃべりと、おいしい時間の後はシアタールームに移動して、ナデシコの東北復興支援活動に関するテレビ番組の録画を鑑賞して被災地に思いを馳せていただきました。最後にはナデシコクラブの活動の中心となっている、レインボーフォージャパンキッズのプログラムに第1回から携わっている鶴見さんから、今年7月に訪れた被災地の様子のお話をいただきました。映像と、レインボーフォージャパンキッズに参加してくれた子どもたちのその後の様子、被災地の現状などの興味深い話により、参加者の皆さんから質問や感想などが次々と出され、3時間の会は名残惜しい気持ちで終了しました。皆さんの希望で近いうちに第2部を企画することにもなっています。レインボーフォージャパンキッズの活動は、2013年10月から主催が日米協会ハワイからハワイシニアライフ協会に移行しました。これを機会にハワイシニアライフ協会会員の皆様にも活動への参加、ご支援、ご協力を賜りたく存じます。ハワイのアロハの気持ちを東北に持ち帰り、仮設住宅から世界へ羽ばたくような子どもたちを応援してみませんか。



ホノルル支部

ハワイでの健康診断と予防医学

10月16日(水) イング清子さん(ホノルル支部幹事)



今回の勉強会は今までに無いまれな経験をしました。アメリカでは一人一人が主治医を持つ事は健康を維持して行く上で、とても大事なことです。なぜならば、専門医は主治医の紹介が必要だからです。今回、聖ルカ・クリニックを訪問し、相馬洋一先生から健康保険でカバーできる健康診断と予防医学について、色々お聞きしました。Morbidity vs. Mortalityについて説明を受け、各種臓器の検査項目のリストも頂きました。相馬先生は、カリフォルニア州、ハワイ州医師、ハワイ生まれハワイ育ち、ハワイ大学医学部卒業後、UC Davis大学付属病院で研修を受け、カリフォルニア州の病院に勤務。2007年ハワイに戻り、ワイアナエ・ヘルセンターを経て、聖ルカ・クリニック医師、ストラブ病院の医師も務める。アメリカ家庭医学会会員でもある。日本語と英語の両語に堪能。今回の勉強会は、いつもの2時~4時でなく、先生のお



仕事終了後の4時半から6時半の遅い時間と言う事で、相馬先生が美味しいお茶を入れてくださり、お寿司と源吉兆庵の和菓子を勉強会への寄付として用意してくださいました。本当に楽しく、お腹も満たされて、和やかな勉強会でした。

マウイ支部

第38回ゴルフ月例会

10月20日(日) 神崎洋さん(マウイ支部長)

快晴・微風の絶好の天気恵まれたエリエール・マウイ・ゴルフクラブにて第38回ゴルフ会が開催されました。その結果、初出場のMasayoshi Inukaiさんがグロス83、ハンデ20、ネット63と言う当ゴルフ会では第2回大会のGeorge Kitagawaさんのネット61に次ぐ素晴らしいスコアでぶっちぎりの優勝を飾られました。Inukaiさんの日本でのOfficial Handicapは20、この日のグロス83はマウイでのベストスコアで、ご自身の自己ベストの80に次ぐ好スコアでした。2位にはベスト3常連のOgasawaraさんがグロス86、ネット73、3位にはJoe Yamawakiさんがグロス87、ネット74で入られました。

個人順位：(敬称略)

- 1位 Masayoshi Inukai
- 2位 Yasuhito Ogasawara
- 3位 Joe Yamawaki
- 4位 Katsuya Iizuka
- 5位 Junko Iizuka



ニアピン：(敬称略)

- #3 Kanako Tamaki
- #7 Junko Iizuka
- #12 Masayoshi Inukai
- #14 Yasuhito Ogasawara
- #17 Katsuya Iizuka

マウイ・ホトギス会(句会)

神崎 洋さん(マウイ支部長)

10月の例会は「栗」、「小鳥」を兼題にして開催されました。今月の特選句の中より、HISLEA会員の句を一部ご紹介します。時流れ小鳥鳴くかな夕暮れに(育子) 大粒のひとつの大事栗まんじゅう(ゆき) 秋時雨しっとり濡れてまた晴れて(ゆき) 来月の句会は11月16日(土)に午前11時よりカヒリ・レストランにて開催されます。

兼題：「時雨」「落ち葉」

千葉支部

2013年度定時総会

9月29日(日) 宇野 善磨さん(会員/事務局)



9月29日(日) 1:00pmから国道16号沿いのワイアン・レストラン「WAIKIKI」にて新役員体制での定時総会、ランチ懇親会を開催致しました。長谷川支部長から千葉支部「新たな始動」という心強いご挨拶をいただき加賀見副支部長の進行で総会がスタートしました。千葉支部として協会本部・日本地区本部との整合性をとりながら会員相互の親睦を深め、共に楽しむ友達の輪を広げることを目的に①定例会開催・参画②情報提供・交流の場作り③懇親イベント企画・開催、などを通して支部会員がより充実したハワイライフを送ることができるように各種サポートをおこなう。この千葉支部活動コンセプトを一つ一つ確実に実現していこうと総会出席者全員で確認し合うことができました。引き続きのランチ懇親会では、法人会員のIACE TRAVEL千葉幕張

支店長も参加していただき、より安く行ける方法はないか、海外旅行保険は加入した方がよいのではなどなどロコモコやタコライスなどを食べながら早速ハワイの情報交換の場と化し皆様全員が和気あいあいと楽しく盛り上がりました。最後は、千葉支部「新たな始動」を全員で再確認しお開きとなりました。

第4回 千葉支部ゴルフ懇親会

10月17日(木) 宇野 善磨さん(会員/事務局)



台風一過、好天に恵まれ千葉県内の泉カントリー倶楽部サウス/イーストコースにて日本地区本部の奥津理事、首都圏支部からもご参加頂き、総勢5組15名で第4回千葉支部ゴルフ懇親会を開催しました。限りなくフラットで伸びやかなホールロケーションのサウスコースから5組が五月雨式にスタート。過去優勝経験のない千葉支部メンバーの健闘は如何に？台風の影響で一部プール状態のバンカーがありました。素晴らしいコンディションの中、和気あいあいとアロハ風にプレーをすることができ無事終了することができました。今回仕事の関係で参加できなかった長谷川支部長の「HISLEAでのゴルフはどちらも許されるものだと思っております」という、「勝負より親睦」「親睦より勝負」のメッセージが披露され、メンバー一同大受けの中、表彰式を兼ねた懇親会がスタートしました。優勝は、千葉支部の富田悦子さんでグロス89 (44/45) ネット72.2、準優勝は首都圏支部から参加の鈴木弘さんグロス83 (42/41) ネット74.6、3位は奥津博さんグロス89 (42/47) ネット74.6という結果で、千葉支部としてやっと優勝の念願が叶い、次回(2014年4月9日習志野CC予定)連覇に向けての弾みとなります。最後は恒例、HISLEA横断幕のもと全員での記念写真をもってお開きとなりました。

会員便り

大人が楽しめるゴーカート

山内 征三さん(広島支部長)

カポレイに大人も楽しめる屋内ゴーカート場「PUBLIC INDOOR KARTING」がオープンしました。(CARTINGではありません何故かKARTINGです)カポレイの「コストコ」や「ウォルマート」などのショッピングセンターが立ち並ぶ通りから数分の海岸寄りの閑静な場所にあります。時速45マイルも出るゴーカートですが、小生も20代前半にA級ライセンスを取得して、鈴鹿サーキットのレースにも出た経験もあり、「若い者にはまだまだ負けない」との思いで挑戦しましたが、次々と若い人たちに追い抜かれました。家族は不安そうに見ていましたが、凄く楽しい体験でした。料金はコース1ラップ(14周)で24ドルとリーズナブル、係員が事前に分かりやすくレクチャーしてくれ、フルフェースのヘルメットを装着して、車両、コースともに安全対策は万全ですので、一度挑戦してみられてはいかがでしょうか。本当に楽しいですよ!

ホノルル空港でのレンタカー全てのレンタカー会社の場所が大きく変わりました。今までカウンターがあった場所から比べると倍以上距離がありそうな、遠い場所になりました。到着時は送迎シャトルバス利用で問題はありませんが、返却時は注意が必要です。蛇足ながら、今回カウンターの女性に持参していた小さな3個入りの「もみじ饅頭」をあげたところ、喜んで、「一番のニューカーを用意します」と言って、走行距離数千マイルの新車のキーを渡してくれました。同じなら新しい方が良いですよ。

東京首都圏支部

第8回ハワイ情報同好会に参加して

9月23日(月) 三浦 とも子さん(終身会員)

7月から3ヶ月間をハワイで過ごして、帰国早々の23日に支部の第8回ハワイ情報同好会に参加しました。参加者24名。目に見えているハワイではなく、ハワイの歴史・地理・人口動態・政治・法律・経済・教育・芸術・文化・日本との関わり等の視点からという内容で、改めて知ることが沢山ありました。

まず始めに、今年度の活動状況の報告があり、遊布中にも日本では色んな活動が盛んに行われておりました。赤堀氏は「ハワイ州の全般について」、飯田ひろみ氏は「フラの歴史及び衣装の変遷について」話をされました。話が終わると同時に赤堀氏にフラの踊り要望があり、三浦克徳氏のウクレレ演奏のもと、快く即興で力強い男性のフラを見せてくださいました。会場がワッと湧いて和んだところでグループ毎に分かれての情報交換分科会となり、堰を切ったように次から次へと話が飛び交い、一人一人のハワイへの関心の深さが感じられました。コンドミニウム、トラブル解決法、保

険、格安チケット、タクシー、ハワイから海外渡航等々。未入会、初参加の方もおられ、ハワイだけでなく、日本でもこのような会に参加できること、気のおけない方々との交流を喜ばれていました。「一度ぎりの人生を最高に生きる秘訣」は人との交流だと言われます。初参加の方も魅力を十分に堪能されたようで、後の懇親会にも多数参加されました。初めて出会った方々とすぐに打ち解ける不思議さ、ハワイシニアライフ協会の素晴らしいさに心弾んで帰宅の途に就きました。



第3回ゴルフ同好会

10月10日(木)

赤堀 智行さん(会員)



10月10日、東京首都圏支部の第3回ゴルフ同好会を千葉県の子美の森ゴルフ倶楽部で開催しました。台風一過、昨日までの大型台風の影響もなく素晴らしい天候に恵まれ、また管理の行き届いたコースコンディションの中で全員が和気あいあいと楽しくプレーすることが出来ました。支部のゴルフ開催は年に2回であり、コースは

低価格で名門、都内から約1時間という会員希望により神奈川県と千葉県で交互に開催しております。ゴルフを通しての良好なコミュニケーションの構築もありますが、アクティブ・シニアに相応しいスコアメイクも重要であり、楽しみが倍加することと思います。全体的にスコアは向上しております。特に女性の方の腕前は多くの男性陣を超えてほとんどの方がグロスでトップ10に入って参りました。今回のグロスでは飯田ひろみさんが3位、高田順子さんが7位、八木澤えり子さんもトップ10でありました。全体成績においては前回の大会でホールインワンを達成した武井豊さんがグロス76で優勝、準優勝は赤堀、3位はニアピンを2ホール獲得した近藤恒司さんでありました。ゴルフをされる方の多くは月に何度もプレーをエンジョイされておりますが、ハワイ好き同士が集まるこの支部ゴルフ同好会は格別

の良さがあるようです。次回の開催を楽しみにしておりますと共に、多くの方のご参加をお待ちしております。

鹿児島支部

初ゴルフコンペ&懇親会

9月28日(土)

政 純輝さん(会員)



ハワイシニアライフ協会鹿児島支部発足後、初のゴルフコンペを9月28日(土)、鹿児島南国CC吉野コースで開催しました。総勢14人が参加しました。天気も良く、皆さんスタート前の練習に余念がなかったのですが、突然、桜島から4,000メートルの大噴火の大歓迎のドカ灰に見舞われ、せっかくの上機嫌がなえてしまいました。山田さんは降灰にもめげずアウト39、イン39で回り、日ごろのスコア以上の成績を残して大満足の様子でした。逆にスコアの芳しくない皆さんは桜島のせいにして納得顔でした。副支部長の奥様の山田洋子さんも43、43でマズマズ。表彰式は鹿児島料理の居酒屋で、ゴルフに参加できなかった会員の皆様も交え、賑やかに行いました。最初に鹿児島出身の馬場日本支部本部長がご挨拶し、川畑支部長の挨拶、そして、上原顧問の乾杯で一気に盛り上がりました。自己紹介のあと、会員の方の豪華な差し入れをめぐってのじゃんけん大会があり、皆さん賞品の焼酎やら、薩摩揚やらをゲットして大喜びでした。ゴルフの成績は優勝・川畑支部長、ベストグロス・山田さんでした。ご夫婦で3組の参加もありました。和気あいあいの楽しいゴルフあり、懇親会ありと充実した1日でした。今後とも、お互いの出会いを大切に、当協会の会員相互の親睦が深まって益々発展することを祈念いたしまして、会の報告といたします。県外の会員の皆様、鹿児島支部イベントにどうぞ御参加ください。皆で大歓迎させていただきますので!

ハワイアナ

パーキーピカ

浅沼正和さん(ビショップ博物館ボランティアガイド)



ビショップ博物館にパシフィックホールと呼ばれる新しい展示ホールがオープンしました。「パーキーピカ」は英語の Pacific が転訛した言葉です。広大な太平洋には「ポリネシア」と「ミクロネシア」「メラネシア」と呼ばれる三つの文化圏が存在します。新ホールにはこれらの島々に共通する文化と歴史が紹介されています。この地域の島々に住む人々は元々アジア系の人達であることが人類学者の研究で解明されています。現在のフィリピンの島々を南下し、ソロモン群島から太平洋を東へ移動してきた人達でした。新装したホールに入ると、太平洋に住む人々の移動経路の沿った展示なのか、まずはバヌアツのタムタム(木を削り貫いて作られたドラム)が来場者を迎えてくれます。床には大きな木製の太平洋の地図が描かれていて、広大な海に広がる島々の位置を確認出来、今までビショップ博物館の保管庫に大切にしまわれていた太平洋の貴重な考古学資料が豊富に公開されています。必見!!



自転車に気を付けよう

大山廉平さん(会員・顧問)

エコが叫ばれ、自転車の社会生活への進出が著しい。とても便利であり、生活必需品の一つと言える。問題はその使用法であり、マナーである。幼稚園のころから、「人は右、車は左。横断歩道は手を挙げて、右左を見て渡りましょう…」と繰り返し、繰り返し教育、指導を受けてきた。幼稚園生にでもなると、早い子は一人で自転車に乗り始める。交通法規の意味が分からなくとも、最低限の教育を受けている。幼稚園・保育所、学校、警察による交通安全教育の結果、小学生でこの最低限のルールを知らない者はいない。現実を見ると、自転車乗りのルールは治外法権の如く無法運転が罷り通っている。自転車は、交通法規上は「軽車両」であり法令に従う義務がある。無灯火、二人乗り、ブレーキなし、逆走、信号無視、通行区分違反、歩道上の危険な運転、携帯電話を使用しながら片手運転、イヤホン運転、通行禁止のトンネルや陸橋への侵入... その横暴さ、危険さ... 強いて言えばその馬鹿さ加減、暴走ぶりにはただただ驚くばかりである。これらの行為は立派な犯罪行為と言える。歩行者としても、運転者にとっても恐ろしいのである。幼児期から中学生に至るまで、繰り返し行われてきた交通安全教育は完全に崩されようとしている。特に悪質な者は、20～40代くらいの男性による事が多い。この年代では車の免許証を保持している者が多いと思われるが、自転車に乗った途端に無免許者に成り下がっている。社会はこれを許してはならないと考えているが、交通行政の執行役である公安委員会(警察)はこれを放置・黙認しており、いわば職務放棄・職務怠慢と言える。前置きが長くなった。自転車事故の結果として、自転車走行車・歩行者での死亡事故が発生しており、骨折、挫傷、頭部外傷が多発している。交通弱者である歩行者は、自転車も走る凶器であり、最大限の注意を払いながら歩く必要があり、気ままにぶらぶらと歩道を歩けない事は残念である。事故では自転車とぶつかり、その際の怪我と、ぶつかり転んだために他の歩道や物に当たって生じる二次的な怪我、更にご高齢では大した事が無いような頭部の打撲が数日～数ヶ月後に発症する硬膜下血腫を生じる事もある。各種の症状は後日出てくる事も多い。自転車事故では、その場では安易に事が済まされる事が多いが、自動車事故と同様に警察への届け出、必ず相手を確認し、医療機関での処置・検査を受ける事が必要である。(業務上過失傷害罪・業務上過失致死罪に相当するのだ。)同時に、自転車の対自動車事故で怪我をするのは自転車走行者である事も自覚して欲しい。

(東京都済生会中央病院および渋谷診療所顧問 読売診療所所長)

Mahalo

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

ご寄付をいただきました。

(\$50) 玉置眞弓様 (\$30) 北川基子様
2013年9月1日～9月30日

ありがとうございました。

医療相談

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)

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

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事でも健康の事なら何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 西村ちえ)

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

電話対応: 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。