

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・伝えようアロハの心

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。

アメリカ独立記念日ディナーと花火 7月4日(木)

【予告】

毎年恒例のワイキキヨットクラブでのアメリカ独立記念日をお祝いするBBQディナーと花火の夕べを今年も用意いたしました。人数制限がありますので、お早めにお申込みください。定員に達しましたら、締切日前に締め切ることもありますのでご了承ください。花火は午後8時30分から始まりますが、会場の席を同じ場所に確保するために、集合時間は午後5時といたします。遅れてくる方は、席が同じ場所にならない可能性がありますことをご確認ください。

- ◆日時: 7月4日 (金) 5:30pm-9:00pm (集合5:00pm)
- ◆場所: Waikiki Yacht Club, 1599 Ala Moana Blvd.
- ◆参加費: 会員\$30、ゲスト\$35 (アルコール飲料別途、現金のみ)
- ◆定員: 50名 ◆締切り: 7月1日 (火) 5:00pm
- ◆備考: ※参加費は当日現金を名前入り封筒に入れて受付でお渡しください。
※ゲストは会員同伴に限ります。ゲストだけの参加はできません。
※締切り後の取消しは取消料100%かかりますのでご注意ください。
※12歳以下は参加できません。



大江千里チャリティコンサート

5月3日(土) 岡田浩美さん(ナデシコクラブ代表)



あの大江千里がジャズピアニストとして帰ってきた。シンガーソングライターとして一世を風靡した大江千里は現在ニューヨークにてジャズピアニストとして活躍している。自身も東日本大震災の復興支援活動をしているが、

今回はハワイシニアライフ協会主催のレインボーフォー・ジャパンキッズの基金に寄付するためにチャリティコンサートを企画してハワイにやって来てくれた。ゲストには地元からハーブ大田ジュニア、八神純子はカリフォルニアからかけつけてくれて3人の夢のような共演が実現した。3人は熱心に東北を訪ねており、コンサートの中にも被災地の様子が語られてチャリティの大切さを訴えていた。昼の部は本格的なイギリス風のアフタヌーンティースタイルのお茶を頂くところから始まり、軽やかなジャズの調べが心地よく午後のひと時に流れた。お茶とジャズ。意外な組み合わせだが大江千里のピアノと八神純子の歌は昼下がりのティータイムを幸せな時間に演出してくれた。夜の部のカクテルアワーが始まってすぐに夕

暮れになる。ピアノの周りはキャンドルで飾られ、カクテルバーでドリンクを受け取って美味しいブブと楽しいおしゃべりの中で大江千里のピアノ演奏が始まる。ダイヤモンドヘッドのサンセットとジャズピアノはとてもロマンチックで歌声がきれいな空に吸い込まれるようだ。大江千里のピアノはオリジナル曲が演奏され、最後に八神純子が「ふるさと」を観客とともに歌い感動の夜となった。





新潟支部

東京首都圏支部

第11回 お花見ゴルフ大会

5月2日(金) 本多孝次さん(新潟支部長)



5月2日、馬場副会長ご夫妻・迫田日本地区本部長、東京首都圏支部より八木澤ご夫妻・亀田様にご参加頂き、第11回お花見ゴルフ大会を新津カントリークラブで開催しました。風ひとつない快晴のお天気に恵まれ、満開の八重桜のトンネルを通ったり、写真を撮りながらお花見気分ゴルフを楽しみました。結果は優勝・八木澤誠様、準優勝・馬場弘人様と新潟勢は完敗でした。新潟は五月の連休に田植えも始まり春本番です。もう少しすると田んぼが緑の絨毯となって、とても綺麗です。皆様是非新潟にお越しください。

第11回ハワイ情報部会

5月7日(水) 近藤恒司さん(東京首都圏支部会員)



ハワイの不動産会社で勤務していた中野亜紀さんから「ハワイにおける condominium の実情」についてお話いただきました。当日は40名超が参加され、注目度の高いテーマであることがうかがえます。condominium を利用する観点、更に購入に関する点について詳しく説明されました。まず、北米からの観光客が多い12～3月、及び日本人観光客が多い7～8月の6ヶ月間はハイシーズンといわれ宿泊代が高い。一方、4～6月及び9～11月はローシーズンと呼ばれ安く宿泊できる。例えば6月、1ヵ月間のワイキキバニアン、ロイヤルクヒオ、イリカイヤパートメント等の宿泊料金は1,500～1,800ドル程。購入を考えている方には、その注意点についてお話を伺うことができました。

①土地所有形態には定期借地権、底地権がある。定期借地権の物件を購入した場合は

土地所有者が底地を売出した時に買取ること。借地代は随時改定される。

②権利証の保有形態には個人では単独所有、夫婦共有、複数人共有がある。法人名義、信託名義も可能。

③自分が利用しない期間に賃貸し家賃収入を得たい場合、コンドミニウムの運営管理会社、又はバケーションレンタル会社に運営委託する。管理手数料は収入に対して各々約40%、20%程度。

④家賃収入の運用益では購入費用の回収は難しいが、キャピタルゲインは期待できる。等々、活発な質疑応答もあり有意義な時間を過ごすことができました。

第1回 プリザーブドフラワー制作

5月9日(金) 赤堀智行さん(東京首都圏支部運営企画部長)



第1回目のプリザーブドフラワーの制作講習会を開催しました。講師には会員であり、この分野での専門でもある飯田ひろみさんを迎えて、プリザーブドフラワーの完成までの工程を実演しながら説明後、プルメリアを使ったギフトボックスアレンジを皆さんで制作しました。Preserved Flowersとは花や葉を特殊液の中に沈めて、水分を抜いた素材の事で、ドライフラワーとは異なり、柔らかな触覚が特徴であり、今後、日本においてもブームとなることでしょう。参加者全員が母の日のプレゼントとして見事な素晴らしい作品を完成させました。東京首都圏支部では、女性を中心としたサークル活動を今年度より、以下に示す趣旨でスタートしました。

- ・ハワイに関する勉強会や情報の交換会
- ・関心の高い分野での講話や季節に合ったハワイアンギフト等の制作
- ・活動を通して、会員間のコミュニケーションの構築
- ・各分野での幅広い知識やスキル等の高揚

等々

今年度の内容：プリザーブドフラワー、リボンレイ、ハワイ語を2講座/年



第1回「世界のワインを楽しむ会」

5月16日(金) 赤堀智行さん(東京首都圏支部運営企画部長)

第1回目の会を東京都港区内のワールドシティタワーズ アクア・コモンホールで開催しました。この会場はワールドシティタワーズ在住で会員の相良和子さんにお世話を頂き、高層階で東京湾を一望できる素晴らしい景観の中でイタリアワインの美味さを参加者全員で満喫しました。世界のワインを知り尽くしておられる太嶋誠さん、常務理事の迫田健路さんより、

イタリアワインの特徴についての解説があり、皆さんはワインについての知識を深められました。また、このような豪華な会場で美味しいワインと料理、5時間にわたり笑顔での会話が弾み、楽しく安価で有意義なひと時でした。(3,000円未満/人) 東京首都圏支部では、今年度からワインを好む方々のご要望とご協力により、サークル活動の一環として「世界のワ

インを楽しむ会」を設立しました。以下に今年度計画を示します。

- ①5/16 イタリアワインの特徴と試飲会 (解説 太嶋誠氏)
- ②9/12 スペインワインの特徴と試飲会 (解説 太嶋誠氏)
- ③11月 フランスワインの特徴と試飲会 (ボジョレー・ヌーボ)



シリーズ — 健康 —

Dr.ペイのワンポイントアドバイス — お困りポイント「高齢者の入浴」

大山廉平さん(会員・顧問)

入浴は皮膚の健康、循環の促進、気分の転換など大きな効用があります。特に褥瘡対策として、陰部の清潔保持のためには必要であり毎日が理想的ですが、適宜お年寄りの容態から判断すると、1週間に1度くらいの頻度でも良いでしょう。お風呂に入るためには、①脱衣・着衣の動作 ②浴室での動作 ③浴槽での動作 の知識が必要です。

①脱衣・着衣では、脱衣では健康な側から脱ぎ、そして不自由な側を脱ぐという順番です。逆に着衣では不自由な側から着け、次いで健康な側を身につける、というのが原則です。着脱に当たっては、座ってあるいは掴まりながら行ってください。

②浴室での動作では、転倒に最も注意が必要です。浴室は滑りやすくなっています。洗剤の残り、床面の濡れが原因で転ぶ事があります。床面はタイルあるいは硬い木材が使用されており、転倒すると怪我をします。そこで、掴まる取っ手の設置や床面に滑らないマットを敷かれるのも良いでしょう。更に、洗い場での椅子の使用もお勧めします。体の安定が図れます。

③浴槽での動作も同じです。浴槽をまたぎ、中へ入る事はかなり難しい事であり、かなり段差があります。浴槽内へ入る際にも手摺がほしいところでもあります。そして、浴槽内にも椅子があると良いでしょう。和式浴槽では肩まで入る事になりますが、決して無理をせず浴槽内でもシャワーを利用してください。

④共通した注意点としては・・・

・脱衣所と浴室内の温度差が少ないように気をつけます。

・石けんの類は頭、腋、陰部などの汚れが著しいところに使用し、その他の部位ではできる限り少なくしてください。

皮膚の健康は皮膚の脂で保たれています。洗い過ぎは禁物です。皮膚が痒く、爛れることがあります。

・もう一つ大事な点は浴槽内の温度です。41～42度くらいを目安にしましょう。熱く成り過ぎず、ぬるま湯過ぎず・・・と言ったところです。

・浴槽に入る前には必ず、湯をかぶり、体をなじませてください。急激な温度の変化を避けましょう。

・長過ぎる入浴は避けましょう。血圧の変化を来し、俗にいう湯当たりをします。

・湯殿は一部を開いておき、中での出来事や音を家人が確認できるようにしておきましょう。できれば、家人とご一緒に入られる事が良いでしょう。

(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)



HISLEAオフィシャルイベントの他にも親しくなったメンバーと親睦や交流が出来ること・・・シニアライフ協会のおかげと思っています。有益なハワイ情報の交換だけでなく皆さんとの歓談で、いつも元気をいただいた気がしています。5月14日、一泊で、埼玉県熊谷市の「天然温泉四季の湯 ホテル・ヘリテージ」での本格山菜料理を食味する会に参加させていただきました。事の始まりは、日ごろ顔を合わせる飲み仲間がおいしいものを一緒に食べたいということで衆議一決、4月には渋谷での「鰻会席」も楽しみました。今回は総勢20名。場所は、関越道東松山インター近くということもあって、新潟支部、群馬支部の方も参加されました。三々五々ホテルに集結、それぞれ温泉でのんびり寛ぎ、まずは夕方6時から、山菜の勉強会。講師はご存知の方も多い大山廉平先生。(現在は、東京大手町で一番高い読売本社ビル内に今年1月にオープンした読売クリニックの院長をされています。)パワーポイントを使って春の七草を初め、いろいろな山菜の姿、形、成分、薬効、食べ方を軽妙なお話とともに明快にご説明頂き、造詣が深まりました。なお、ホテルは天皇陛下や皇太子殿下もお泊りになられたところですが、大山先生が懇意にされ選定はもとより当夜のお料理内容にもご尽力いただきまし

た。お腹が空きはじめたところで7時から会場を高層階の特別室に移し、大きな窓ガラスいっぱい夕闇せまる秩父の山々を遠望しながら山菜料理尽しの会の始まりです。和食とフレンチを巧みに織り交ぜた懐石のフルコース。目にあざやかな丁寧な仕事、山菜の馥郁たるかぐわしい香り、軽い苦味とシャキッとした食感、出汁やソースと山菜の絶妙なコンビネーションの数々を文章ではお伝えできないのが残念です。また、鹿児島島の銘焼酎、新潟・群馬の銘酒、ワインの差し入れもあり、まさに「酒が料理を引き立て、料理が酒を引き立てる」の通り、全員「口悦」を味わったことと思います。まったくの下戸の私ですが、思わず、グラスに数ミリのお酒をいただいでしまいました。女性メンバーも多数出席されていましたが、謹厳な某有名大学名誉教授からは、山菜料理は男と女と一緒に食べてはいけな、なぜなら「男女さんさい(三歳)にして席

を同じゅうせず」とのダジャレが飛び出すなど、和気藹々のなごやかな歓談が続きました。前菜～お椀～向付～刺身～煮物～強肴(山菜天ぷら5種)～山菜汁手打ちうどん～草餅、と沢山の自然、地のもの美味しさを堪能。こんなに山菜を多種多量いただいたのは初めてで、ほぼ山菜だけで満腹。大満足でした。惜しむらくは、食らえどもその名を知らず。わらび、ぜんまい、セリ、ウド、ふきのとう、それにセロリ、タケノコぐらいしか名前がわかりませんでした。でも大変良い一夜でした。次は「ローストビーフ」、秋には「キノコ」だそうです。最後に・・・ハワイの方にはお読みいただいてスイマセン。大山先生と、諸手配りの労をとっていただいた馬場副会長、お疲れさまでした。ありがとうございました。心からお礼を申し上げます。(さらに引き続きよろしく願います。)



ハワイアナ

ワイパフ 5月9日(金)

浅沼正和さん(ビショップ博物館ボランティアガイド)

真珠湾の山側から西側にかけてワイパフという地区があります。二十世紀後半まで、広大な砂糖キビ畑が残っていた地域です。砂糖農園での移民の生活を知るには、ワイパフに在るプランテーションビレッジを訪ねるのが一番ですが、ワイパフの山側、ミリラニの町近くのカメハメハハイウェイとカウカ通りが交差するあたりにもう一箇所、規模は小さいのですが移民の歴史を勉強出来る場所があります。「ハワイ沖繩センター」で、琉球赤瓦の大きな建物が目印です。沖繩からハワイへの移民は、1885年の官約移民開始より遅く、1900年(明治33年)にその歴史が始まっています。事務棟には小さな展示場が在り、沖繩からの移民の様子や資料を見ることが出来ます。敷地内の一角には、砂糖農園に入植した沖繩一世の方々を記念する「一世ガーデン」があり、1900年に金武町(きんちょう)からハワイへの初移民を送り出した、ハワイ沖繩移民の父、當山久三の銅像が建てられています。



Mahalo

伝えようアロハの心
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。
ありがとうございました。

(\$150) 近藤利雄様
(\$100) 大山榮一様、矢島洋一様
(\$50) 鈴木弘様、西嶋権治様
(\$30) 加賀見岩雄様、中野垂紀様、渡辺亘様
(\$10) 菊地秋雄様

2014年4月1日~4月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委員会 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)

HISLEA・オアシス HISLEAオアシスは改装のため、当分の間閉鎖されます。

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

