

アメリカ暮らしを楽しむアトランタのフリーマガジン

www.anisatlanta.com



ANIS ATLANTA

Monthly Japanese Community Magazine



6 2024
No. 54
月1回発行



ANIS ATLANTA, ANIS USA, LLC. 4514 Chamblee Dunwoody Rd., #249, Atlanta, GA 30338
MIYUKI (全般 / お問い合わせ) Tel: 404-510-8534 E-mail: infojp@anisatlanta.com

Kuraoka
Clinic

英語・日本語バイリンガルの最先端医療サービス

倉岡クリニック

美容クリニック(当院3階)
AdvancedMD Aesthetics of Atlanta

「医療ダイエット」

効果抜群大人気の医療美容ダイエットを始めました！
ツライ思いを一切せず、ラクラク痩せられる
話題の医療ダイエットです。

1週間1回セマグルタイドショットを接種することで
食欲を自然に抑え、ハードな運動も不要
無理なく痩せることができます。
倉岡先生とマーク先生は11kgの減量に成功！
お問合せください。

最新の医療薄毛治療器械

Alma TED(アルマ・テッド)を導入しました！

4週間に1回、全3回の治療で効果絶大。
薄毛、抜け毛でお悩みの方はお気軽にご相談ください。



ピコレーザーシミ取り、ボトックス、ヒアルロン酸注入、フェイシャル、医療脱毛、ニキビ治療、ボディ医療痩身、薄毛治療、ウルセラたるみ治療、ゼオスキンヘルスなど

アトランタ医院

完全予約制。予約なしでの来院はご遠慮ください

美容部門

Phone: **770.980.0000**
1640 Powers Ferry Rd. SE
Building 30, Suite 100
Marietta, GA 30067
info@kuraokaclinic.com

一般内科・小児科・婦人科検診
人間ドック・予防接種
ペインクリニック・カウンセリング

www.KuraokaClinic.com

AdvancedMD Aesthetics of Atlanta
倉岡クリニック3階

Phone: **678.336.5858**
www.advancedmdatlanta.com
info@advancedmdatlanta.com



日本語で安心の歯科治療

清水デンタル

清水デンタル
診療日時
月・金・土
9 AM - 6 PM



日本デンタル
診療日時
火・第2土
9 AM - 6 PM

歯とお口の健康をお守りする「かかりつけ歯科」として
日本人コミュニティに携わり20年以上

清水デンタル
TEL: **770.272.1819**
100 Galleria Parkway, Suite 670
Atlanta, GA 30339
info@myhaishasan.com
www.MyHaishaSan.com

一般・審美・予防・小児歯科
口腔外科・歯列矯正・インプラント

取り扱い保険・すべてのPPO対応

日本デンタル
TEL: **770.622.2288**
4122 Chattahoochee Trace, #204
Duluth, GA 30097
info@myhaishasan.com
www.NihonDentalDuluth.com

ANIS ATLANTA

Monthly Japanese community Magazine

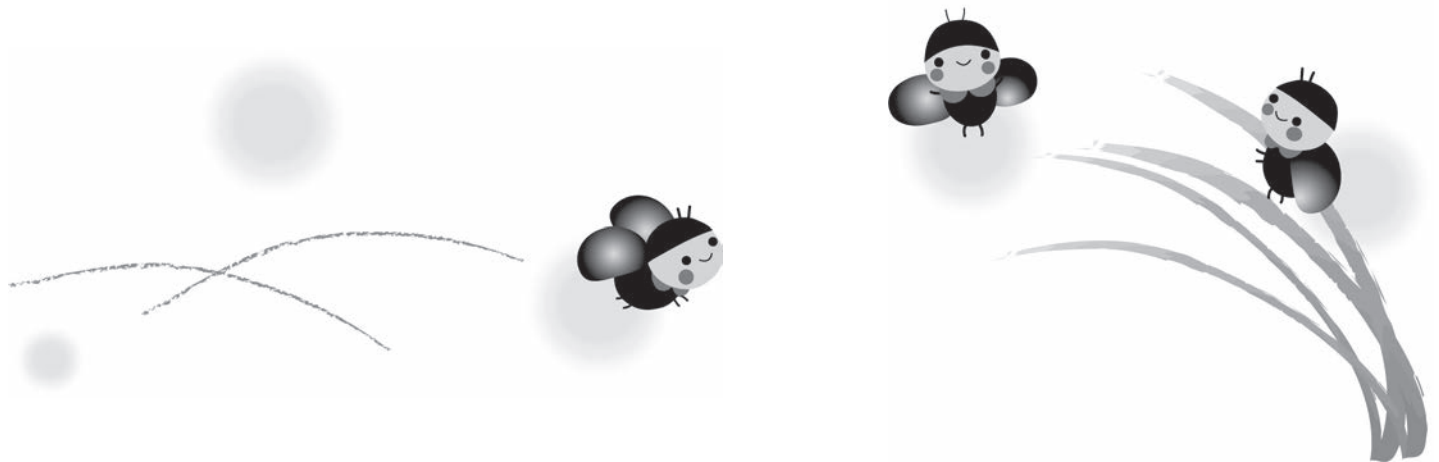
C O N T E N T S

JUNE 2024 NO. 54

webサイトも随時更新中

www.anisatlanta.com

- 05 6月のカレンダー
- 07 偉人の名言
- 09 ニュースダイジェスト
- 13 FOOD & HEALTH
- 16 アロマテラピー◎タウンゼント瞳
- 18 Hello! Atlanta◎鎌田桃佳
- 21 バイリンガル求職者の就職・転職事情◎PASONA
- 22 JAPANESE FILM FESTIVAL ONLINE 2024
- 23 アトランタ in-Town News◎Fleurs de Villes ARTISTE
- 25 雇用・労働・移民法ニュース◎大蔵昌枝弁護士
- 26 パパッとつくっておいしくたべよ
- 27 子育て知恵袋 in Atlanta◎長谷川ゆかり
- 28 聖書の言葉◎ますみ
- 28 JAPANFEST 2024
- 29 健康とカイロプラクティック◎矢島敬朗
- 30 教えて歯医者さん◎清水デンタル
- 31 メディカルコラム◎倉岡クリニック
- 32 「歯」の話◎植月歯科医院
- 33 今月の12星座占い
- 34 ATLANTAお出かけガイド
- 36 格闘家の戯言◎高橋督
- 37 クラシファイド広告
- 38 編集後記



KIMS

LIMOUSINE

信頼と安心のタクシー&リムジンサービス

ご予約は日本語でキムタクまで

770-378-1216

rullalimo@hotmail.com

24時間いつでも！車でお困りのときにはお電話ください
長距離送迎もOK・コリアンタウン案内

空港送迎 ・ 代行サービス ・ 市内観光

皆さまの賢いカーライフをご支援

車の事ならご相談下さい

車買取見積もり、中古車探など何でもご相談ください
www.autostarga.netからお車探してご連絡ください

カーマックスよりも高価買取

レンタカー手配いたします
ご利用時間に合わせてホテルに配車
ご利用後は、ホテルに返車

770-378-1216 日本語でキムタクまで



HAJIME



JAPANESE RAMEN BAR

自家製麺所 らーめん
HouseMadeNoodle



470-428-2388

2345 Cheshire Bridge Rd. Suite 1, Atlanta, GA 30324

www.HAJIME.us

UMAIDO

美味堂

超本格派！博多とんこつラーメン

Japanese Noodle Bar



678-318-8568

2790 Lawrenceville-Suwanee Road
Suite #140 Suwanee, GA 30024

WWW.UMAIDO.NET

6 JUNE

6月のカレンダー

- 6月01日 国際子供の日 (International Children's Day)
- 6月10日 時の記念日
- 6月10日 入梅
- 6月14日 フラッグデー (アメリカ合衆国)
- 6月16日 父の日
- 6月19日 ジューンティーンズ (Juneteenth)
- 6月20日 夏至 (Summer solstice)

6月01日衣替えの日

気候に合わせて、衣服を夏服に替える日。

平安時代から始った習慣で、当時は中国の風習にならって4月1日および10月1日に夏服と冬服を着替えると定め、これを「更衣」と言った。しかし、天皇の着替えの役目を持つ女官の職名も更衣といい、後に天皇の寝所に奉仕する女官で女御に次ぐ者を指すようになったので、民間では更衣とは言わず「衣替え」と言うようになった。

江戸時代ごろから、衣替えは6月1日と10月1日に行うようになり、明治以降の官庁・企業等もそれに従った。

6月01日 国際子供の日 (International Children's Day)

1925年にジュネーブで開かれた子供の福祉世界会議で制定これにあわせて、旧共産圏諸国を中心に世界の約2割の国がこの日を「子供の日」と定めている。

これとは別に1954年には、国連総会により、11月20日を「世界こどもの日」(Universal Children's Day)と制定しました。

6月14日 フラッグデー (アメリカ合衆国)

1777年のこの日、「星条旗」を正式にアメリカ合衆国の国旗と定めた。

アメリカが独立宣言を行った頃の旗にはイギリスの国旗が入っ

ていた。しかし、独立戦争で戦った相手の国の国旗が旗に入っているのは国民の士気に影響するというので、ワシントンらがフィラデルフィアの旗作り職人ベッツィ・ロスに依頼し、星条旗を完成させた。第28代大統領ウィルソンがこの日を国民の祝日とした。

6月16日 父の日

母の日のルーツはアメリカでしたが、父の日も同じアメリカが発祥。ワシントン州に住む、ジョン・ブルース・ドット夫人の提唱によるとされています。彼女の父は、兵役を終えて家にもどると、妻が6人の子供を残して先立ってしまい、そこから育児に関して右も左もわからぬまま男手ひとつで子供たちを育てあげました。そんな父に育てられた彼女が「母の日」の存在を知り、父に感謝する日も！、ということで、提唱したのだそう。アメリカでは1972年から正式に祝日となりました。

父の日の花は「バラ」だそうです。父の日の提唱者であるジョン・ブルース・ドット夫人が父の日に、父親の墓前に白いバラを供えたことに由来するようです。

6月19日 ジューンティーンズ (Juneteenth)

「ジューンティーンズ」(英語: Juneteenth) (「6月」(June)と「19日」(nineteenth)の混成語であり[1]、「自由の日」(Freedom Day)、「歓喜の日」(Jubilee Day)、「解放の日」(Liberation Day)としても知られる)は、アメリカ合衆国で奴隷身分であった人々の解放を祝う祭日である。テキサス州に端を発し、現在はアメリカ全土で6月19日に祝われるが、公的な認知は様々に異なる。

6月20日 夏至 (Summer solstice)

夏至とは、「日長きこと至る・きわまる」と言う意味。

1年の中で、最も昼が長く夜の短い日になり、昼の12時のときの太陽の高さも、1年でもっとも高くなります。

日時計などで確認すると、日の影が最も短くなるのが分かりますから、確認してみてください。

冬至と比べた場合、東京などでは、昼の時間差は5時間近くもあるようです。

夏至・6月21日ごろは、昼間が14時間50分で、夜間は9時間25分くらい。冬至・12月22日ごろは全く逆転して、昼間が9時間45分で、夜間が14時間15分なのだそう。

LIHGA HAIR SALON

MENU

- 男性カット.....\$ 45
- 女性カット.....\$ 57
- デジタルパーマ...\$160~
- パーマ.....\$ 75~
- カラー.....\$ 55~
- 縮毛矯正.....\$220~
- トリートメント...\$ 35~

Aya Yoshie Mana
Tsugumi Miwa

ヘアサロンリーガ 4500 Satellite Blvd, Unit1260, Duluth, GA 30096
678-833-7005 ご予約は salonlihga@gmail.com まで (定休日:毎週火曜日)

MAYUMI HAIR SALON

3232 Peachtree Rd, Suite B Atlanta, GA 30305 (Studio 131) 404-824-5403 (テキスト可)

ご予約、お問合せは日本語でどうぞ



YOKOHAMA

678-580-3455

5412-B Buford Hwy NE
Doraville, GA 30340

6月の特別プロモーション

月～土曜日は スペシャルランチ弁当 \$17.99

- ・ 月曜日：レインボーロールと握り 5 貫 \$21.99
- ・ 火曜日：全てのラーメン 20%引き
- ・ 水曜日：ミニ中落ち丼とミニうどんセット \$16.99
- ・ 木曜日：ミニちらし寿司とミニうどんセット \$16.99

木～土曜日は スペシャルロール 20% 引き All day

Shirakiku Wismettac Asian Foods, Inc. 各種新米入荷

やっぱり美味しい
日本の正統派

大自然カリフォルニアの大地で育った短粒米の王様、「こしひかり」。味、ねばり、香り、何をとりても絶品のお米です。

艶やかで色が白く香り高い「ひとめぼれ」。短粒米本来のふっくらとした食感と上品な味わいが楽しめるお米です。

さっぱりとした風味と優しい食感が魅力の「あきたおとめ」。どんな料理とも相性が良いお米です。

Shirakiku の短粒米は **サツ** と洗うだけで炊飯いただける軽洗米です。

Wismettac Shirakiku <https://wismettacusa.com>

JFC INTERNATIONAL INC
www.jfc.com

新潟の農家が一粒ひとつぶを手塩にかけた
日本の逸品
最高級こしひかり米

100% 新潟県産限定農家

米どころ新潟で
限定契約農家が
一粒ひとつぶ
丹精込めて育て
あげました。
100%日本産の
美味しさと品質を
アメリカの皆様
お届けします。

KEEPING AYANISHIKI FRESH AT ALL TIMES
TEMPERATURE CONTROL

NET WT. 11 LBS. (5kg)
PRODUCT OF JAPAN

GLUTEN FREE
NON GMO

偉人の名言

色々な経験をしてきた偉人だからこそ、発することができる言葉があります。いつも新しい視点に気づかせてくれる偉人達の心に残る名言。

名前： 糸井 重里 (いといしげさと)
 国： 日本 群馬県 前橋市
 生： 1948年 11月 10日
 職業： 日本のコピーライター、エッセイスト、作詞家

群馬県前橋市出身。生誕後に両親が離婚し、司法書士であった父親の元に引き取られ祖母に育てられる。その後、実母と1981年に再会した。

小学校3年の時に父親が再婚。幼少時から漫画好きで漫画家に憧れていた。中学時代は北杜夫に熱中した。群馬県立前橋高等学校に入学。文学青年の友達ができ、アングラ文学などに目覚める。また、パンカラを気取って一本歯の下駄で学校に通った。高校1年の時にバンドを組みたくなり、お金を稼ぐためにオルガンやピアノのセールスマンの下請けとなり10台売ったという。また、文化祭の企画で「ハプニング」的なことをやりたくなり、江戸川乱歩の『赤い部屋』を再現したり、ベトナムの僧侶の焼身自殺を真似たりした。

法政大学文学部日本文学科に入学。1年ほどガテン系のアルバイトをする。在学中に学生運動に身を投げ逮捕されること5回。その後中退した。

知人に薦められて「宣伝会議」のコピーライター養成講座に通い、1968年にデザイン事務所「サムシング」に就職。1969年に栗田工業主宰のTVCF アイディア賞で銀賞を、1971年には金賞を受賞するが、1973年に「サムシング」が倒産。そのままフリーランスとなる。同年、宣伝会議賞受賞。

1979年、沢田研二の「TOKIO」の作詞を担当。また、スナック等でちり紙やマッチなどで行う、気の効いた「芸」をまとめた著作『スナック芸大全』を刊行。自身の名義での処女出版となると共に、この年「東京糸井重里事務所」(現:「株式会社ほぼ日」)を設立。

舞株式会社ほぼ日 代表取締役社長。コピーライターとして一世を風靡し、作詞や文筆、ゲーム制作など、多彩な分野で活躍。1998年にスタートしたウェブサイト「ほぼ日刊イトイ新聞」では、様々なコンテンツの企画、開発を手掛ける。



誰でも出来るかもしれない仕事を与えられたら、そのときこそ、誰にもできない仕事にしてやろうと思いなさい。

なにかが大きく変わるときというのは、うれしくないことをも含めて進むものだ

常に自分が出来ることより少し難しいことをやって、常にしんどいと思っていないと、出来ることしかやらない屑人間になってしまう。

等身大のままできることを、ちゃんとやっているうちに、上昇するらせんのように進歩はするものさ

あらゆる不公平のなかに、チャンスがある

「無謀」と言っただけで、「冒険」というくらいの「賭けの要素」がないと、やっぱり、なにもはじめられないんですよ

少しずつ手がかりをつかんでいって、わけのわからないところへ行きたい。

「たいしたことない」ことは、なかなかたいしたことだぜ。

ムダな時間を味わうためには、方法なんかないんだよね。ただ、利口でない日々を送るのが勉強なのさ



JUNO
MEN'S HAIR STUDIO

ボディマッサージいたします！女性も歓迎

男性カット \$20

(シャンプー込)

- ◎シャンプーなしカットは\$18
- ◎毛染めもいたします。

営業時間 月曜日～日曜日 10AM～7PM

678-957-9091

ご予約承ります。

Pleasant Hill Rd Exit 104

★

Steve Reynolds Blvd 103

Satellie Blvd 85

★Nukoa Plaza 2F

3230 Steve Reynolds Blvd. #206 Duluth, GA 30096

AKEMI HAIR

ストレート・デジタルパーマ、カラーなど、日本での10年の美容師経験を生かし、お客様にご満足いただけるサービスを提供いたします。アロマセラピストとして、エッセンシャルオイルを使った頭皮又身体の健康をもアドバイスさせていただきます。

akemihandmacher@yahoo.com (ご予約は日本語でどうぞ)
 Peachtree Battle Shopping Center
 2391 Peachtree Rd. Suite B3d, Atlanta, GA 30305

770-314-1840

TEXT 可



お客様との関係を大切にアフターケアを心がけています

さくら 不動産

慣れない海外の暮らしをサポートします。

住まい探しから、ユーティリティの開設までお任せください!



薄 俊彦

TOSHIHIKO SUSUKI

3700 Crestwood Pkwy, Suite 380, Duluth, GA 30096

Tel: 404.454.7402 / Fax: 404.602.0326

e-mail: tsusuki@sakurarealty.com

おすすめ物件

- Duluth (賃貸物件)
4ベッドルーム2.5バスルーム、2階建て、2006年築、Parsons/Hull/Peachtree Ridge 校区、\$1850/月、11月初旬より入居可
 - Duluth (賃貸物件)
4ベッドルーム2.5バスルーム、2階建て、2006年築、Parsons/Hull/Peachtree Ridge 校区、\$1850/月、12月中旬より入居可
 - Duluth (賃貸物件)
4ベッドルーム2.5バスルーム、2階建て、1997年築、Chattahoochee/Coleman/Duluth 校区、\$1850/月、12月初旬より入居可
 - Duluth (賃貸物件)
4ベッドルーム2.5バスルーム、2階建て、2003年築、Chattahoochee/Coleman/Duluth 校区、\$1850/月、12月中旬より入居可
- 賃貸以外にも住宅の売買、投資、オフィス、店舗なども扱っております。

不動産のご相談は
日本語でお気軽に



BERKSHIRE HATHAWAY
HomeServices
Georgia Properties

ATLANTAFUDOSAN.COM

ヤング恵美子
Emiko Yang



404.423.6558

E@RealtorEmiko.com

不動産の事なら何でもご相談ください!

ご自宅の売買

投資物件の売買と購入後の管理

賃貸物件



AtlantaRealtorEmiko



Atlanta Realtor Emiko

kw CHATTAHOOCHEE
NORTH
KELLERWILLIAMS.

不動産購入のことなら お任せください!

結局総額いくら
かかるの?

今の家売って
新しい家
買いたい

不動産購入



最高のローンオフィサー、
弁護士、修理業者と共に、
チームでお手伝いします!!

マイホームのご購入をお考えですか?
何から始めたらよいかわからない、そんなときは
まず弊社にご連絡ください。ご連絡いただいてから3か月で
購入される方も、2年かかる方もいらっしゃいます。
いつでもお客様のベストな状況、タイミングでのご購入の
サポートを心がけております。心と購入が頭によぎったら、
すぐに無料カウンセリングのご予約を!

ベストな
タイミングは?

そもそも何から
始めたらいいの?

不動産投資や賃貸、物件管理のご相談も承っております。
お気軽にお問い合わせください。

田村克之

KEN TAMURA

不動産エージェント

Keller Williams Realty/Global Corporate Group

3930 E. Jones Bridge Rd, #100 Norcross GA 30092

Direct. 770.403.9242 (日本語)

www.globalcorporategroup.com

Office. 678.578.2700

kentamuragcg@gmail.com

ニュースダイジェスト

15歳で逝った「神のインフルエンサー」

カトリック教会が、イタリア人のカルロ・アクティスさんをミレニアル世代（1980～90年代生まれ）で初の聖人に列する見通しとなった。生前のアクティスさんはコンピューターに関して天才的な技術を発揮し、「神のインフルエンサー」の異名を取った。



フランシスコ教皇は、アクティスさんが起こしたとされる二つ目の奇跡を認めた。ゲーマーでありコンピュータープログラマーでもあったアティクスさんは2006年、白血病のため15歳で死去。20年には、一つ目の奇跡を認められて「福者」に列せられていた。次の段階の聖人に列せられるには、本人の名で奇跡をもう一つ起こす必要があった。

生前のアティクスさんはコンピューターの技能を駆使してカトリックの信仰を拡散。奇跡の歴史をたどるウェブサイトを開発するなどの実績を残した。アクティスさんは英ロンドンでイタリア人の両親の下に生まれ、後に一家でミラノへ移った。両親は信心深い人物ではなかったものの、幼児期に面倒を見てもらったポーランド人の乳母により信仰心が養われた。死後、アティクスさんの遺体は伊アッシジへ移され、現在は聖堂の中で本人ゆかりの聖遺物と並んで展示されている。

アティクスさんに関連する二つ目の奇跡は、自転車から転倒し、頭部に外傷を負ったコスタリカの少女を治癒したという報告による。勉強のため伊フィレンツェにいたこの少女の母親は、娘の回復をアッシジにあるアティクスさんの霊廟（れいびょう）で祈ったという。一つ目の奇跡は、難病に苦しんでいたブラジル人の少年を治癒させたと伝えられたことに対して認められていた。

オマーンが大規模なウォーターフロント開発計画

中東オマーンの首都マスカットで、総工費13億ドル（約2000億円）の広大なウォーターフロント開発が計画されている。設計を手掛けるのは、世界的に有名な建築設計事務所ザ・ハデイド・アーキテクト（ZHA）だ。

総面積330万平方メートルのアル・クワイア・マスカット・ダウNTOWN・アンド・ウォーターフロント開発には、居住地区、マリナー、文化地区、多くの運河沿い遊歩道、政府庁舎地区などが含まれる。2024年末に着工予定で、完成すれば6万人以上が居住する見込みだ。

ZHAの副所長で建築家のパオロ・ジリ氏は、オマーンの住宅・都市計画省に提出した模型を仕上げるのに約1年を費やしたと語った。



ジリ氏の設計の柱は、公共交通機関へのアクセスの容易化だ。「車とフェンスをすべて取り除き、家族や新世代の若者を引き付ける多くの機能を備えた住宅・都市計画省のキャンパスを建設するというのがこの設計のビジョンだ」とジリ氏は言う。

ZHAは、日陰や受動冷却を提供して歩行を奨励するとともに、サイクリングの安全性を高めるインフラを導入するとしている。また現地の太陽光発電を最大限に活用し、自生植物種の保存・復元も行う。

国連機関、西岸地区での「別の戦争」警告

国連パレスチナ難民救済事業機関（UNRWA）は5月26日までに、パレスチナ自治区の情勢に触れ、「ガザ地区で一つの戦争が荒れ狂い、ヨルダン川西岸地区でのもう一つの戦争は気づかれないでいる」との危機感を表明した。

イスラエル軍の西岸地区での軍事作戦の拡大に絡め、破壊や移動上の制限、貧窮に直面した「住民は恐怖や疑心、不安にさ

不動産の売買・賃貸はエージェント次第



お客様の最も重要な仕事はエージェント選びです。エージェントがお客様のために働いてくれるかどうか、キープポイント。アトランタの不動産物件に関するご相談は、豊富な情報、信頼あるサービス、長年の経験を持つ内田までお電話ください。

Hiroko Uchida Duerkoop
内田 弘子

直通：770-842-7794

E-mail: hiroko.us@comcast.net
ホームページ: www.hiroko.us

住宅“売買・賃貸・投資”は信頼と実績の

HT International Realty LLC

Hisako Paris Tsumagari

津曲久子までお問い合わせ下さい。

お客様の大切な不動産、親切丁寧にお仕事いたします。

Tel. 770-851-7030

Email: htparis@gmail.com



訴訟・調停

家庭法(離婚・親権)・遺産・契約・控訴・調停

アウトロー法律事務所

THE OUTLAW FIRM, LLC

信頼・実績

企業、個人の各種
法律相談に応じます。
広範で質の高い
リーガルサービス
提供いたします。



ブルー スプルエル / BLUE SPRUELL
ジョージア州弁護士・公認調停士

日本語で
どうぞ

404-371-9588

E-mail:lawyers@outlawfirm.com

315 Sycamore Street, Decatur, GA 30030



アメリカ生活でも日本食材・雑貨が身近になる

トマト2 宅配サービス

【対応エリア】 AL州、KY州、SC州、TN州、MS州

【配送料】 1回のご注文に付き、お一人様\$5.00

【ご注文額】

共同購入 5名様以上でご利用：お一人様\$50.00以上より
5名様以下でご利用：お一人様\$70.00以上より

個人購入 お一人様\$75.00以上より

【ご注文方法】 ウェブページ E-mail Fax お手紙

※ウェブページ tomato-2.com の「宅配サービス」から
最新のカatalogをダウンロードしてご覧いただけます。

【お支払い方法】 現金またはパーソナルチェック

※宅配の場合クレジットカードでのお支払いはできません。

【備考】 豊富な日本食品、雑貨の品ぞろえも充実。

※日本からの鮮魚、お刺身、野菜も取り扱っています。

【お問合せ】 トマト2までお気軽にどうぞ

Tel: 770-263-7838 Fax: 770-263-7836

7124 Peachtree Industrial Blvd, Norcross, GA 30071

E-mail: tomoinc@bellsouth.net Web: tomato-2.com



THE SONODA LAW FIRM

園田弁護士事務所

A Criminal Defense and Immigration Firm

個人から企業まで

様々なトラブルに対応します

ご依頼内容を丁寧にお伺いし
ます。初回ご相談、お見積も
りは無料となりますので、
お気軽にご連絡ください。

週末、祝日、相談可能

質の高いリーガルサービスの提供

弁護士経験 24年



- Criminal Defense / 刑事事件 / 刑法
- DUI / 飲酒運転
- Immigration & Visa / 移民関係法
- Deportation / 国外強制送還



日本語直通電話

678.938.5986

kazuma@sonodalaw.com

1849 Clairmont Road
Decatur, GA 30033

404.525.0430

Kazuma Sonoda Jr. Esq.

園田一真

弁護士、法学博士

(Duke / BA, Emory Law / JD)

い込まれる悪循環に突き落とされている」と主張。家族などの分離や孤立も進んでいるとした。

イスラエル軍は先週、西岸地区ジェニンで2日間にわたる軍事作戦を開始。地元当局によると、子ども4人を含む住民ら12人が殺害された。犠牲者のうちの2人は医者と教師だったという。

西岸地区ではガザで昨年10月7日に戦闘が始まって以降、イスラエル軍と住民との間の衝突も目立ち始めていた。西岸のラマラに拠点があるパレスチナ自治政府の保健省は、同日以降にイスラエル兵士やユダヤ人入植者によって殺害されたパレスチナ人は少なくとも518人とみている。子ども129人が含まれている。

「はだか祭り」に女性が初参加

1200以上の歴史を持つ「はだか祭り」。凍てつく真冬に、下帯姿の男たちが、災厄を一身に引き受ける「神男(しんおとこ)」役の男性に少しでも近づこうと、神社で激しくもみ合う。



この神事は、日本の伝統と文化遺産に対する揺るぎない敬意を示している。その一方で、女性を排除し、伝統的な日本の文化では男性だけが純粋だとする主張は、日本が抱える最も深刻な課題の一つである男女不平等の特徴が表れている。今日に至るまで、日本では男性が最高位の役職に就き、ほとんどの大手民間企業のトップは男性だ。

昨年、世界経済フォーラム(WEF)が発表した「ジェンダーギャップ報告書」で、日本は125位となり、ドイツ、英国、米国などの他の主要7カ国(G7)諸国を大きく下回った。その指数は、男女間の格差が大きいことで知られるインドやサウジアラビアをわずかに上回るものだった。

専門家によれば、日本ではいまだに女性が「主婦」として

の役割を求められ、その根強い文化的な期待に抵抗する女性もいる。一方で、日本の長時間労働と男性中心の制度文化が、すでに男性よりも多くの家事負担を強いられている女性をさらに苦しめている。

だが、はだか祭りでは、女性たちは希望を見いだしている。男性中心の伝統が最も根強く残る神事でさえ、人口減少という日本が抱えるもう一つの課題によって覆されたのだ。

今年2月、男性の参加者が減少する中、愛知県稲沢市の国府宮(尾張大国霊<おおくにたま>神社)で行われた国内最古のはだか祭りに、初めて女性41人が参加した。

法政大学の衛藤幹子名誉教授(ジェンダー政治学)は、このような伝統的な祭りに女性の参加を認める理由の一つは男性不足だからだと説明した。若い男性の数は急速に減少しており、男性参加者が少なくなっているため、女性は大いに歓迎されるべきだという。

過去に「国府宮はだか祭り」で神男を務め、今年の祭りにも携わった西尾春彦さん(57)は、昨年の参加者はわずか1700人で、新型コロナウイルスのパンデミック前の5分の1に過ぎなかったと振り返る。西尾さんによれば、これまで女性の参加が明確に禁止されたことはなかったが、このような大人数での参加は初めてのことだったという。祭り当日、女性団体の「縁友会」は着衣姿で一部の神事に参加した。参加者たちにとって、それは非常に象徴的なものだった。日本ではどうしても男性が前、女性が後ろに置かれてしまうが、これからは女性の力を発揮していきたい、と参加した玉腰厚子さん(56)は語った。

祭りの主催者にとって、女性参加は現実的な判断だったのかもしれない。だが、縁友会副会長の鈴木彩加さん(36)は、男女平等のためだと言う。それだけでは終わらないと学者らは指摘する。簡単な解決策が見当たらない中、人口減少問題は千年の歴史を持つ祭りを再構築するだけでなく、世界4位の日本経済をも変革する可能性がある。

高齢化社会の影響は日本経済にとって非常に重要だ。多くの働き手、現役の人たちが必要なのに、なぜ女性はいまだに家にいるのか、労働市場に女性を参加させるべきだと衛藤氏は語る。社会はより多くの働き手を必要としているため、高齢化社会は女性にとって男女平等を達成するチャンスだと同氏は述べている。

多くの企業は、女性がより歓迎されていると感じられるよう、職場における男女平等を推進している。また政府も、家事労働をより均等に分担するため、男性の育児休業の取得率を30年度までに85%に引き上げるという目標を掲げるなど、母親の負担軽減に向けた一連の取り組みを導入した。



Kayobi-Kai Networking Dinner ジョージア日米協会・火曜日会



Tuesday, May 14, 2024 | 6:30PM ET
2024年6月11日(火)|午後6:30pm ET

9292 Korean BBQ
Satellite Blvd #8, Duluth, GA 30096

RSVP 申し込み: www.bit.ly/JASG-KayobiKai

Eri

HAIR STUDIO

日本とニューヨークでの美容師経験。お客様の大切な髪のために日本製プロダクトを使用しています

- デジタルパーマ \$150 ~
- 酸性縮毛矯正(日本製薬剤) \$150 ~

成人・七五三の着付けヘアセット
出張も承ります

ご予約はエリまでテキストでお願いします

770.310.5515 Salon Scissor Hands 内
2570 Pleasant Hill Rd #105 Duluth GA 30096





ジョージア・チャーター学院
日本語と英語のDUAL LANGUAGE
ジョージア州公立学校 (チャータースクール)

2024-2025学年度・入学願書受付中!
詳細はこちら→www.InternationalCharterAcademy.org/入学手続き/
中学校開設決定 (小6年生クラス入学願書受付中)

多言語・多文化の学校で幼少期を過ごすことで、国際社会へ視野を広げ、世界へ平和を広めるグローバル市民になれることを目標にしております。

- 授業料：無料
- 対象学年：ジョージア州在住の幼稚園年長から小学 6年
- 文科省指導要領の教育内容を取り入れ、ジョージア州スタンダードを準拠
- 日本語と英語のデュアル・イマージョン教育により2言語同時習得をめざすプログラム
- 学校の年間行事 (餅つき、お茶会、書初め、節分、ひな祭り、こどもの日、ジャパンフェスト、ブラック・ヒストリー月間、ウィンター・コンサート等)



小学校教員 募集中
教職員対職員制度、健康保険などのBenefitあり
応募は下記までご連絡ください
employment@internationalcharteracademy.org



お問い合わせは日本語でどうぞ
☎ : 770-604-0007
info@internationalcharteracademy.org



日本食品が毎日お得
豊富な品揃え
20 ドル以上お買い上げの場合
平日は **5%オフ**・週末は **10%オフ**
* White Windmill Bakery は除きます

インスタグラムをフォローして
毎日のお買い得品を確認してね。

とまと1 カブ店 770-933-0108
2359 Windy Hill Rd SE Suite 250, Marietta, GA 30067
フルタイム又はパートタイムのスタッフを募集中

おかげさまで 34 周年
幼 ウィンタースチャペル幼稚園

ウィンタースチャペル幼稚園は、ジョージア州政府指定校です
おかげさまで 34 年目を迎えました。
当園は、ジョージア政府認可の幼稚園・保育園です。日英のバイリンガル教育を行っております。日本人駐在員や当地に永住される方の子供達の健やかな成長を手助けいたします。月曜日から金曜日まで1日5時間保育から、朝7時半から午後6時半までの ALL DAYCARE もございます。

- 1~2歳児クラス
 - 2~3歳児クラス
 - 3~4歳児クラス
 - ジョージア Pre-K クラス (4~5歳児)
 - ジョージア州政府指定のプレキンダープログラム
 - 対象年齢： 2024年9月1日までの4歳児
 - 授業料： 無料 (ただし食事代は必須です)
 - 期間： 8月初旬~翌年5月下旬まで
 - カリキュラム： クリエイティブ・カリキュラム 英語のみの授業
 - アフタースクール
 - 対象年齢： キンダーガーデン・エレメンタリーの生徒
 - 時間： 3:00 PM - 6:30 PM
 - サマースクール
 - 対象年齢： 1歳からエレメンタリーの生徒まで
 - 期間： 6月から8月まで
- 教育内容・施設共に、水準よりも高い評価のQuality Ratedの認定校
● 給食は新鮮な食材を使用した日本食ベースのメニューを提供しています
● 1歳から受付。週2日、週3日、週5日のコースがございます

4942 Winters Chapel Rd, Doraville, GA 30360
www.winterschapelkindergarten.com 担当：新井まで 770-394-3242

技術力と”3Sサービス”

山本自動車

信頼 親切 正直

- 中古車売買 (無料査定・個人売買仲介サービス)
- 一般&点検整備
- 板金修理 (無料見積もり・事故保険処理サービス)

いざと言うときの頼れるメカニック!

車に関するどんな悩みも相談にのりますので、気軽にお越しください。

お電話、テキストでご予約受付しています

テキスト可
電話: 770-416-4040 E-mail: kzyama.1216@icloud.com
853 South Peachtree Street, Suite 101, Norcross, GA 30071

脳卒中と認知機能低下に関連か

ポテトチップスや炭酸飲料、ホットドッグなどの「超加工食品」を摂取することで、脳卒中や認知機能低下のリスクが高まる可能性があるとの研究結果が5月22日、学術誌ニューロロジーで発表された。

研究チームは、45歳以上の参加者3万人以上を平均11年間追跡。認知機能低下の研究に1万4175人、脳卒中の研究に2万243人を選んだ。どちらのグループも、以前これらの疾患にかかっていた経験はなかった。参加者のうち、研究期間の終わりまでに768人が認知機能障害と診断され、1108人が脳卒中を発症した。

超加工食品を10%多く摂取した参加者は、認知機能障害を発症するリスクが16%増加。一方で非加工食品やホールフード（加工や精製を最小限に抑えた食材）を多く摂取した参加者は、リスクが12%低下した。

超加工食品の摂取量が多い人の脳卒中リスクは8%高かった一方、非加工食品の摂取量が多い人の脳卒中リスクは9%低かった。最もリスクが高い人種は黒人で、超加工食品を多く食べた人の脳卒中リスクは15%上昇した。

超加工食品とは？

ハーバード大学医学部によると、加工食品は食材に塩、砂糖、油などを加えて自然の状態から変化させたもの。超加工食品は通常、食材から抽出された脂肪や砂糖、デンプンなどの物質を原料に、成形や押し出しなどの多くの工程を経て作られ、多くの添加物を含む。

超加工食品の例には、炭酸飲料やポテトチップス、キャンディー、市販のアイスクリーム、ホットドッグ、シリアル、フライドポテト、缶スープなどがある。一方の加工食品は、手が加えられているものの、必ずしも健康に害を及ぼすわけではないという点で異なる。包装されたパン、チーズ、豆の缶詰、豆腐、ツナ缶はいずれも加工食品だ。非加工食品とは、添加物を最小限に抑えたホールフードのことで、果物や野菜、牛乳、肉、ナッツ、全粒穀物、卵などが含まれる。

学術誌BMJで2020年に発表された研究結果によると、超加工食品は米国人が摂取する総カロリーの約58%、添加糖から摂取するエネルギーの約90%を占めている。超加工食品はこれまでの研究で、糖尿病、うつ病、死亡などのリスクが高まる可能性も示されている。

時差ぼけや暴飲暴食の特効薬？

旅行中の時差ぼけや暴飲暴食から回復する手段として、休暇中や帰宅後に点滴を受ける人が増えている。

カクテル点滴療法は一部の旅行者にとって、休暇中に少しばかり食べすぎても早く回復できる手段であり、罪悪感をおぼえることなく飲酒にふける方法なのだ。健康的な生活を送るための充電の一環として、プールサイドで点滴を受ける人もいる。

米紙ワシントン・ポストの記事にもあるように、かつて旅行者は、二日酔いのときは頭痛薬とサングラスに、時差ぼけになった場合はメラトニンサプリメントに頼るほかなく、あとは大量のカフェインと睡眠をとるくらいしか対処法がなかった。

しかし、今や点滴は、病院で治療に使用されるものにとどまらず、ウェルネス産業でも活用されるようになってきている。旅行者向けに、ホテルの部屋やAirbnb（エアビーアンドビー）の物件まで注文に応じて点滴を届けるサービスさえある。

休暇中の点滴利用は新興のウェルネスサービスだが、医療目的でない点滴そのものは目新しい発想ではない。1960年代に米ボルティモアにあるジョンズ・ホプキンス病院の医師ジョン・マイヤーズが、栄養素を経口摂取するよりも注射するほうが効果的だと発見し、マイヤーズカクテルと呼ばれる点滴を開発した。疲労回復やアンチエイジング効果のある栄養成分を組み合わせたこのカクテル点滴は、現在さまざまな場所で提供されている。

シンクタンクのGlobal Wellness Institute（グローバル・ウェルネス・インスティテュート）によると、2023年時点でウェルネス点滴療法を提供するメディカルスパや点滴センターは世界に7000カ所ある。国際展開している企業も多く、たとえば英REVIVは約50カ国で事業を行っている。ホテルのコンシェルジュが気分のすぐれない宿泊客のために点滴を注文することは、もはや珍しくない。

二日酔いに効く点滴、胃腸トラブルやアレルギーを改善する点滴、エネルギー補給のためのビタミンB12点滴など、さまざまな点滴がある。

もともと、財布にやさしいサービスではない。価格は1回150ドル（約2万3000円）程度から、ものによっては日本円で10万円を超える点滴もある。利用者の多くはサービスを受ける当日に予約をするが、休暇中なら無計画なものも当然だろう。

なお、大都市での利用については、ロサンゼルスなどでは長寿の効果が重視され、ニューヨークなどではエネルギー補給や免疫力向上のために点滴を予約する傾向がみられる。



BUNKADO

文化堂



オンラインレッスンも行っています

- ・音楽レッスン（ピアノ・エレクトーン）
- ・語学クラス（英語・日本語）
- ・英語クラスは、学校の宿題の補佐も行っています

随時生徒募集中 お気軽にご連絡ください

404-808-3268

お問い合わせはさおりまで
Bunkado.sl@gmail.com

BIGLER ENGLISH COACHING

...be understood the FIRST time



I have 30 years experience helping Japanese people speak clear, smooth, natural English with confidence.

My programs are completely online; join from anywhere in the world!

Contact me for a free intro lesson and English evaluation.

Liz Bigler

bigmura@gmail.com
www.BiglerEnglishCoaching.com

HK Accounting

エッチケー会計法人

個人・法人確定申告
ビジネス会計業務代行サービス

- * 延世大学卒業 (韓国・ソウル)、BA
- * 天馬株式会社
電算・輸入担当3年間 (日本・東京)
- * ジョージア州立大学卒業
(アメリカ・ジョージア州)、MBA
- * 公認会計士
(アメリカ・ジョージア州)、CPA
- * アメリカ会計業務歴: 16年



金 鉉沂 (キム ヒョンキ)
Hyunki Kim, CPA, MBA, CAA

3775 Venture Dr. Building J Suite 102
Duluth, GA 30096
Tel: 770-817-8151, 8199
Fax: 678-822-9976
Email: hyunkigra@yahoo.com

日本語か英語でお問い合わせください

SHARE HAPPINESS WITH GOHAN MARKET



JAPANESE
GROCERY STORE

+
ONLINE

4015 HOLCOMB BRIDGE RD #620
PEACHTREE CORNERS GA 30092

GOHANMARKET.COM

ONE AND ONLY
JAPANESE CONVENIENCE STORE
IN ATLANTA

様々な医療機関に通っても、治らなかったその痛み。年だと諦めていたその痛み。
交通事故で治らないと思ったその痛み、そんな痛みを何とかしたいあなたへ

未だに続いているその痛みを、**今改善しませんか?**

当院が選ばれる理由

- 交通事故から慢性的な症状まで対応
→ 交通事故による怪我から、長年続いている慢性的な症状まで承ります。
- 日本語で受けられるから安心
→ 日本人ドクターが、全て日本語で受け答えいたします!
- ボキボキしないから痛くない
→ 従来の徒手治療ではなく、専門の医療機器を使った治療法なので痛みを伴いません。
- 機械だからできる最小の力での安全治療
→ レントゲン分析を元に、0.3秒の最小の振動波で第一頸椎を矯正する最新の治療法です。



アトラスオーソゴナル



アクティベーターメソッド



当院のカイロプラクティックは、力を使わずに、痛みを伴わないから、シニアからキッズまで受けられる安全な治療法です。
Dr. Seung Ki Lee D.C.
スンギリー院長

こんな症状にずっと悩まされていませんか?

交通事故後遺症、頭痛全般、首の痛み、手足のしびれ、肩こりと肩の痛み、顎関節症、姿勢矯正、腰痛、坐骨神経痛、原因不明の神経疾患、椎間板ヘルニア、婦人病など

ニューアトラスカイロプラクティック
New Atlas Clinic of Chiropractic

お問い合わせ・ご予約はお気軽に 予約制

3635 Savannah Pl Dr # 500, Duluth, GA 30096

404-719-3338 クリニック 470-356-5137 (日本語対応) 中村D.C

2024年流行る食べ物は？

2023年の食をふり返ると、ごちそうおにぎりや、ライスパーパー料理といった馴染み深い料理にはじまり、ニューヨーク発の「クロワッサンロール」、ブラジルのお菓子「プデン」など、各国の食べ物が人気を博しました。2024年は、はたしてどんな食べ物がブームを迎えるのでしょうか。

◆1. 第二のオートミール「ブルグル」

オートミールに次ぐ、栄養満点でヘルシーな食材として注目しているのが、トルコの国民食「ブルグル (Bulgur)」。

デュラム小麦 100%の挽き割り小麦のことで、全粒のデュラム小麦を湯通し・乾燥させてから、細挽きや粗挽きにして製造されています。

炭水化物ではあるものの、血糖値の上昇がゆるやかであるといわれているため、ダイエット食材としても活躍するのがポイント。調理時間は1分程度と家庭でも扱いやすく、アレンジの幅が利き、例えば、オートミールの“米化“のように、ブルグルもごはんのように食べられます。今後の主食の新たな選択肢になっていくのでは……。



◆2. 新感覚のぺったんこクロワッサン「クルンジ」

2023年の代表的トレンドグルメといえば、ニューヨークロールやパンスイスが記憶に新しいところ。現在もクロワッサンをベースにしたパンやお菓子の人気は留まるところを知りません。なかでも、2024年の注目株は、クロワッサンをぺたんこにプレスし、砂糖がけにした「クルンジ」。クロワッサンと韓国のヌルンジ（おこげ）をかけ合わせた造語です。

なお、クルンジは韓国での呼称ですが、クロワッサンをプレスして砂糖漬けにするというアイデア自体は国に限らず親しまれており、英語圏のインフルエンサーが投稿した動画では「Candied Croissant Sandwich（砂糖漬けクロワッサンサンド）」と呼ばれていました。

次はどどこ行く!? 夏・秋の

日本行き航空券

国内・海外旅行 お問い合わせはお早めに!

早割第2弾実施中!

CANCUN

サンクスギビング パッケージ販売開始!

キャンペーン・お得情報WEBで公開中!

旅行のことならアムネットにお任せください!

amnet 1(800)929-2663 amnet-usa.com

★メルマガ・SNSで最新情報配信!

◆3. 再注目される「英国式スコーン」

アフタヌーンティー（ヌン活）や、紅茶フレーバーのお菓子の人気が発見したことや、2023年に開園した「ハリー・ポッター スタジオツアー東京」のプロモーション効果も影響し、英国の食文化に再注目が集まっています。

とくにイギリスの伝統菓子、スコーンは要注目! 昨年「スコーンサンド」の存在も目立ちつつありますが、2024年はさらに広がりが見られるのではと予想しています。



◆4. 平成以来の「エッグタルトブーム」がくる?

1999年ごろにブームを巻き起こしたエッグタルト。タルト生地にかスタードクリームを流し込んで焼き上げたお菓子で、おもに香港やマカオで愛されています。

日本でも定番のお菓子といえばそうですが、当初のブームから約25年ほど経過しているため、そろそろ本格的に人気が再燃してもおかしくはありません! 香港を代表する料理はそれだけではありませんが……。エッグタルトは比較的手頃で販売経路の幅も広げやすく、若い世代を中心に親しまれるのではないのでしょうか。

◆5. 浸けるスタイルがポイント「ディップチュロス」

日本ではテーマパークフードの印象が強いチュロスが、家庭のお菓子としても浸透中です。なかでもスペイン流のチョコレートディップ、変化球のスイートチリアレンジが流行の兆し。

チュロスはシンプルな味わいなので、いろいろなディップで楽しめるのも魅力のひとつです。



今年はブルグルやクルンジと少々聞き慣れないものから、これまで慣れ親しんだスコーンやチュロスまで、お菓子や食材はブームを迎えるのでしょうか。乞うご期待!

転職Q&A

QUICK USA, Inc.

ジョージア専任のリクルーター、ひろみダドリーが転職にまつわる様々な疑問にお答えしています。まじめな話から転職ごぼれ話まで。お楽しみに!

Q: 5回の転職経験があります。アメリカでの転職に不利になりませんか?

A: アメリカでは転職でステップアップしていくという考え方が一般的のため、転職経験があっても不利にはなりません。どう企業に伝えたら良いか一度ご相談下さい。

登録はこちらから 記事の続きはこちらから

アロマテラピー

冷房病とアロマ

日本は梅雨ですが、ジョージアはすっかり夏ですね！10年以上アメリカに住んでいるわたしですが、すっかり自分はアメリカ人になったと思う一方、やっぱりそこは日本人、というところもいくつかあります。そのうちの一つはクーラーの温度に慣れないことです。みなさんはアメリカ人のクーラーの温度、いかがですか？学校、ジム、商業施設、アメリカ人友人宅、どこに行っても、ペンギンでも飼ってるのか？と思うほどとにかく温度設定が低い！

これは日本人と欧米人の体温の差が大きく関与しています。欧米人は平熱が日本人よりも0.5～1.0℃ほど高く、体温が低い方が寒さを感じやすいからです。その他にも体の大きさの違いや食生活、育った環境などいろいろと要因はありますが、欧米人と日本人が感じる快適な温度にはだいぶ差があるようです。とはいえ、やはり自分が快適と思えない温度のクーラーがガンガン効いた建物の中で1日の大半を過ごさなければいけない人にとっては辛いことですよね。

冷房病の症状と主な原因

クーラーなどにより体が冷えた状態が続くと、体に不調が起きてきます。これは冷房病とも言われています。冷房病はクーラーの効き過ぎた室内にいて体が冷えて起こったり、クーラーの効いた室内と温度の高い場所を頻繁に出入りすることによって自律神経が乱れ調整ができなくなるにより起こります。

主な症状は次のようなものが挙げられます。

- 倦怠感（だるさ）
- 神経痛
- 肩こり
- 不眠（寝つきの悪さや、浅い眠り）
- 頭痛
- 生理不順
- 食欲不振、下痢、便秘
- 肌荒れ

自分は寒くないと思っていても上のような症状が出ていたらまずは冷房病を疑い、対策を心がけてみましょう。



対策

• 温度調整

もちろん、クーラーの温度を上げることに越したことはありませんが、職場で周りが汗をかいている中、自分だけが寒いので温度を上げてくれ、とも言えないし、一緒に住んでいる家族やハウスメイトの感じる心地よい温度が違っていたら、そう簡単に温度を上げることもできませんよね。

風が体に直接当たる場所にある場合はエアークロスの窓を閉じたり、マグネットのカバーなどで覆うことで家全体の温度を変えなくても部屋の温度を調節することも可能です。

建物の中に長い時間いないといけない場合は、羽織れるものを持参しておくようにしましょう。職場などには膝掛けなどを常備しておくとも便利です。足元を冷やすことは厳禁です。室内では裸足ではなく、足首が隠れる靴下をはいて足首を冷やさないようにしましょう。

- **水分補給**

クーラーによって空気が乾燥している場合があります。知らない間に水分が奪われていて体が脱水状態になっています。脱水は血の巡りが悪くなり体の不調をさらに悪化させます。寒く感じるとついつい水分を摂るのを忘れがち。ウォーターボトルなどを持ち歩いて常に水分を摂ること習慣づけましょう。暑いと感じていても冷たい水よりも室温かぬるま湯がおすすめです。

- **入浴**

入浴することはとても効果的です。ぬるめのお湯にゆったりと浸かって全身の血の巡りをよくします。ミネラルのたっぷり入ったエプソンソルトや天然塩にエッセンシャルオイルを入れバスソルトを作り入浴します。血の巡りがさらに良くなり夜も質の良い眠りを与えてくれます。

- **適度な運動**

定期的に適度な運動は血行をよくし、平熱を上げてくれます。運動不足と感じていたら、ぜひウォーキングからでも始めてみましょう。

ジンジャー

ほんのり甘い香りのするジンジャーエッセンシャルオイル。発汗作用があり、全身を温めてくれる作用があります。

ブラックペッパー

キッチンで使う時のような刺激のある香りとは若干異なり、温かい深みのあるオイルです。消化器系に働きかけてくれます。悪寒に効果があり、全身を温めてくれます。

ローズマリー

抗酸化作用の高いローズマリーは様々な場面で使用されます。利尿作用、低血圧、疲労回復などに効果があります。

ラベンダー

質の高い真性ラベンダーがおすすめです。ラベンダーはリラックス効果が高いことで知られていますが、緊張をほぐし、全身の気の流れを安定させてくれます。利尿効果もあります。

マジョラム・スイート

温かみがあり甘くややスパイシーな香りのするマジョラムはリラックス効果の高いオイルです。副交感神経に働きかけ自律神経を整えてくれます。

グレープフルーツ

ほろ苦みに甘い香りが調和した香りのグレープフルーツ。腎臓、血管系、リンパ系にクレンジング効果があり、体の水の巡りを良くしてくれます。

フランキンセンス

深みのある神聖な香りのするフランキンセンスはエッセンシャルオイルの王とも言われています。免疫作用が非常に高く若返りの効果があることでも知られています。全身のバランスを整えてくれます。

ご自分のお好きなブレンドのエッセンシャルオイルでバスソルトを作って入浴時に使用したり、キャリアオイルや無香料のクリームなどとまぜてマッサージすることで効果も期待できます。ぜひお試しください。

予告：9月頃にガイネットカウンティでエッセンシャルオイルのクラスとワークショップを行う予定です。

詳細が欲しい方は下記の Email もしくはインスタの DM にてご連絡ください。

タウンゼンド 瞳 (アッセンズ郊外在住)

日本で看護師として大学病院婦人科病棟に勤務。その後クリニック、訪問看護にも携わる。インターナショナルスクールのスクールナースとして勤務後、渡米。エッセンシャルオイルとの出逢いを通して自然の力に魅了され、子供の誕生をきっかけに本格的にアロマについて学び始める。現在 14 歳から 5 歳までの 5 人の子供たちをエッセンシャルオイルを使いながら子育て中。アロマクラスを随時開催。ぜひ感想などお聞かせください。

hitomitowSEND@gmail.com
Instagram : mynaturallife.hitomi





Hello! Atlanta

～一時帰国のお土産編～

選ぶ楽しみ、あげる喜び

以前友人達とプレゼント交換をしました。歌いながらプレゼントを回し、歌が終わったタイミングで自分の手元にある物が自分の物になる仕組み。何が当たるかだけでなく、自分の選んだ物が誰のもとに行くのか、他の人がどんな物を選んだのか、興味津々！その中でも印象に残ってるのが、開封した途端「チョコカ・・・」と呟いてすぐラッピングを戻していた子。ものすごいテンションの下がりように、そのプレゼントを選んだ子がどうかこの瞬間を見ないようにと祈りました。でもしっかり見ていたようで、「それ、チョコじゃなくてマグネットなんだけど・・・」とおずおず告げるプレゼントの買い主。それを聞いた瞬間「えー！マグネットなのー！？可愛いー！！」とテンション爆上がりした買い主。その0から100への落差が凄すぎて忘れられません。人によっては食べたら残らない物は寂しいと感じる人もいる、と学びました。またある子はベルが付いた紐が当たり「どうやって使うんだろう・・・」と困惑していて、本当に人によって選ぶ物が違うし悲喜交々でドラマがあるな～と思いました。またある年のプレゼント交換では、私はニット帽を選びました。ポンポンが付いたオフホワイトのシンプルなニット帽。セールで50%offだったので、予算で倍の価値がある物が買えるという点に魅力を感じたのです。また、無地でオーソドックスなデザインなので、誰に当たっても無難だと判断しました。ですが他の子達が選んだ物は、しっかり実用的な物でした。それを見て、次回はもっと実用性ある物を選ぼう！と決心しました。プレゼント交換は、やる程に次回のプレゼント選びへの創意工夫や学びがある気がします。あげる相手を思い浮かべながら、ある程度好み判断出来る状態でするプレゼント選びと違い、誰に当たるかわからない物を選ぶって、なかなかハードルが高い！でも交換する時は宝くじのスクラッチを削る時のようなワクワク感があり、好きなイベントの一つです。一時帰国のお土産はシャッフルしないぶん選ぶのが楽ではあるもの、毎年買っていると案も尽きて来てまた別の面で悩ましいものです。皆さんはどんな物を選んでいきますか？

↓【Trader Joe's エコバッグ】

アメリカ土産の定番。派手すぎて不安だったけど、意外に好評。

(Trader Joe's)



←【THE SCOTTISH FINE SOAPS 製品】

人にあげてみても自分で使ってみても、この製品が一番肌に合います。メジャーな Au Lait シリーズより、他の香りの方が断然お勧め。(T.J.Maxx)



鎌田桃佳

2016年までインドネシアで10年過ごし、2016年からアトランタ在住。アクセサリ&イラストのブランド Tiny MOMO の Instagram →

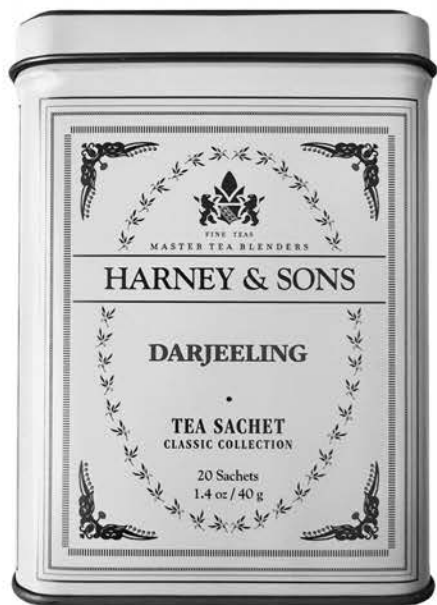


【BARR-CO. 石鹸】
ミズーリ州セントルイス生まれのブランド。アメリカ産で自然素材で作られている点、目つパッケージの可愛さもポイント高い！
(PERSONIFY SHOP)



↓【HARNEY & SONS】

缶のデザインの良さよ。全色可愛いけど、フレーバーは好みが分かれるのでオーソドックスなダージリンかアールグレイを選んでいます。(Walmart)



↓【鍋敷】

ジュートで編まれた鍋敷。このザックリしたラフな編み方が味。(CH Home)





↓【フェイスマスク】
完全にパッケージ買いです。高張らないし値段も3ドルとお手頃。
(Whole Foods)

【POPPY
ポップコーン】
袋入りは Whole Foods で買えるけれど、(Salted Caramel がお勧め)筒入りはレア。この筒入り、ポップコーン界に激震が走りそうなお値段！定価 23 ドルって、震える！
(T.J.Maxx)



【Chick-fil-A ソース】
ジョージアが誇るチックファイル。本帰国した友達はきっとこの味が恋しいはず。
(TARGET)



↑【ハンドクリーム】
パッケージが可愛いので自分用とギフト用に幾つか購入。
(HomeGoods)



↑【グラノーラ】
普段から食べているメープルピーカングラノーラ。牛乳にアイスにヨーグルトに何でも合う。
(Trader Joe's)



←【Trader Joe'sのお菓子】
アメリカらしいカラフルなパッケージが可愛い、トレジャーのお菓子。
(Trader Joe's)



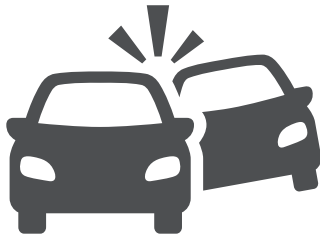
→【Oli+Ve ホワイトバリスamico】
友達にプレゼントで買ったのをキッカケにハマりました。これでドレッシング作ると美味しい♡
(Oli+Ve)



【DR.BRONNER'S】
天然由来成分100%で、肌にも地球にも優しい石鹸。日本でも買えるけれど、発祥地であるアメリカで買う方がお得。
(T.J.Maxx)

交通事故被害で お困りですか？

日本語のできる弁護士が 直接 相談に乗ります



日本とは全く異なる、 アメリカの交通事故対応

アメリカは車社会です。そして、車の運転と交通事故は切っても切り離せません。交通事故に巻き込まれた際には、迅速で的確な対応が必要です。



直接 弁護士が日本語で24時間対応

人身・物損事故の際に、当法律事務所はスタッフではなく、日本語のできる弁護士が電話または、オンライン・ビデオ・チャットで直接対応いたします。



完全成功報酬だから、 弁護士費用の心配は無用

J.W.リー法律事務所は完全成功報酬制です。そのため、弁護士費用を気にすることなく、安心して相談や依頼ができます。

(678)622-8829 日本語
電話番号

J.W.リー 弁護士

Law Offices of Jongwon Lee, LLC J.W.リー法律事務所

住所: 3483 Satellite Blvd #211 S, Duluth, GA 30096

Office: 770-800-0332 jwlee@jwleelaw.com



バイリンガル求職者の 就職・転職事情

5月の卒業式を終え、就職活動真っ只中の新卒者も沢山いると思います。しかし、新卒者の就職活動は1 - 2年前と比べ、容易ではありません。全米での雇用鈍化やホワイトカラーの解雇の影響を受け、2024年の新卒者は、厳しい就職戦線に直面しています。

特にエントリーレベルの職種では競争が激化しており、多くの新卒者が苦戦しています。2022 - 2023年の卒業生から就職活動の体験談を聞くと、複数の内定の中からより良い仕事を選べることを想定していたが、実際は思っていたより就職活動はずっと大変だと感じているという声も聞こえます。

インフレを鎮静化することで、労働市場が落ち着くと、新卒者にまずは影響が出るだろう、と元労働省チーフエコノミストのハリー・ホルツァー氏は語っています。現在の採用市場では、すぐに収益に貢献できる経験が豊富な求職者を企業が優先する傾向があるため、非常に厳しい市場になっているのです。

LinkedInの新しい調査によると、エントリーレベルの人材を最も多く採用している業界は以下の通りです。

1. 教育
2. 政府行政
3. 建設業
4. 消費者サービス
5. 金融サービス

また、エントリーレベルの人材を募集しているTOP5の職種は以下の通りです。

1. 投資銀行アナリスト
2. 行動衛生技術者
3. 医療アシスタント
4. 金融アナリスト
5. 販売員

厳しい雇用市場に直面しているのは事実ですが、視点を変えて、急速に雇用を拡大している業界に目を向けることや、大学の選考に関わらず、自分は何ができるかに重きを置き、仕事探しをすることが打開策となるでしょう。

エントリーレベルの採用が厳しいとは言え、教育や建設など

の人手が不足している業界では依然として新卒者を採用しています。教師や入学カウンセラー、事務アシスタントなどの職種を含む教育業界では、2023年の新卒者の採用数が2022年と比較して15%増加したと報告されています。

また、医療と政府は、Covid-19のパンデミックが始まって以来、人材不足が続いています。これらの人手不足の業界や職種が重要なカギとなります。自分が希望した業界や職種ではなくとも毛嫌いせず、まずは一歩踏み出すことが大切です。その仕事で経験したことが、次のキャリアにつながったり、自分が思いもなかった能力が発揮できたりと、何が起るかわかりません。理想を追いかければかりではなく、実際に経験を積んでみると今まで思いもなかった世界が広がるでしょう。仕事は縁なので、是非チャレンジしてみましょ。振り返った時、沢山の新しいスキルや経験を積んで、一段とパワーアップした自分自身がいることでしょう。

参照: CNBC "The class of 2024 is facing a tough job market. Here's who hiring, according to LinkedIn"

働く、つながる、パソナ

自分らしく働きたいあなたを応援します！

アメリカでのお仕事探しはパソナまで！全米10拠点にて、経験豊富なリクルーターが「あなたらしいお仕事探し」をサポートします。アメリカでのお仕事や働き方に関するご相談はいつでもご連絡ください。

【パソナが選ばれる理由】

- ①豊富な求人を紹介
総合人材サービスの先駆者であるパソナ。求人に関する情報量が圧倒的に豊富です。
- ②米国市場について専門知識のあるリクルーター
キャリアカウンセリングを通して、強み・経験スキルを引き出し求人企業を提案します。
- ③マンツーマンでゴールまでサポート
レジメの書き方から面接のコツまで、みなさまのゴールまで伴走します。

まずは、
無料登録

PASONA N A

まずはお気軽にご質問・ご相談ください

Atlanta
オフィス

✉ pasona.info@pasona.com
☎ 404-848-9221
平日9:00-18:00 定休日：土日祝

求人情報は
こちらから！

●PASONA N A / New York, South Bay, Orange County, San Jose, San Francisco, Atlanta, Houston, Dallas, Chicago, Detroit

www.pasona.com



Pasona NA, INC.
TEL:(404) 848-9221
E-mail:pasona.info@pasona.com



Akiko Komura

在外選挙の 制度と手続 について



在留届の提出も
忘れずに！



在外選挙登録資格

- 1 満 18 歳以上
- 2 日本国籍保有者
- 3 海外に 3 か月以上居住
(出国時登録申請者を除く)

同居家族による
代理申請もできます。



申請者の上記書類と署名入り在外選挙人名簿
登録申請書と申出書、代理の方の旅券を御用
意ください。
※申請書と申出書は領事窓口または総務省のホーム
ページから入手できます。

詳しくは、在アトランタ日本国総領事館
在ナッシュビル日本国総領事館

在外投票のためには在外選挙人証の取得が必要です

必要書類を準備し
申請書に記入、大使館、
総領事館窓口で登録申請

3 か月の居住期間経過後に
大使館などから住所確認の
連絡を受ける

選挙人証の受取

用意する物

- ・旅券
- ・申請書
- ・居住している事を
証明できる書類
(在留届を提出済の方は
不要です。)



※選挙人証は郵送又は窓口での受取が選べます

在外投票は次の3つの方法から選択できます

在外公館投票



直接日本大使館・総領事館・
領事事務所等へ向いて
投票する方法。

郵便等投票



投票用紙等を事前に請求して、
記載の上、登録先の選挙管理
委員会へ郵送する方法。

日本国内で投票



一時帰国した方や、帰国直後で
転入届を提出して3か月未満の方は、
日本国内でも投票できます。

- 1 平成22年5月に憲法改正国民投票法が施行されました。在外選挙人証をお持ちの方は国民投票にも投票できます。
- 2 平成30年6月から出国時登録申請が始まりました。国外転出する際に市区町村の窓口で申請できます。
- 3 令和5年2月に最高裁判所裁判官国民審査法の一部を改正する法律が施行されました。在外選挙人証をお持ちの方は、国民審査にも投票できます。

外務省

または
外務省 在外選挙
検索まで。



JAPANESE FILM FESTIVAL ONLINE 2024

June 5 noon - July 3 noon, 2024 (JST)

More details & Free Registration

<https://jff.jpff.go.jp/watch/jffonline2024/>

国際交流基金（JF）は、日本映画の感動を世界に発信する日本映画祭（JFF）の一環として、2024年6月4日から7月2日までの4週間、「日本映画祭オンライン2024」を開催します。期間中に配信される映画やドラマのラインナップはこちらから。

<https://jff.jpff.go.jp/watch/jffonline2024/lineup/>

3回目となる今回のオンライン日本映画祭は、記録的な27の国と地域で開催され、多種多様な映画と、創設以来初となる2つのスリリングなテレビドラマシリーズが上映されます。注目タイトルとしては、2021年の公開後、Z世代の間で爆発的な人気となった『We Made a Beautiful Bouquet』や、日本のソーシャルメディアを席卷した映画『ベイビー・アサシズ』（第3弾は今秋日本公開予定）などが挙げられる。そのほか、日本のおいしい食文化を紹介する『給食の時間 卒業』や『禅日記』、手塚治虫の名作漫画を原作としたアニメ名作『ジャングル・エンペラー・レオ』こと『キンバ・ザ・ホワイト・ライオン』の4K デジタルリマスター版を世界初公開するなど、多彩なラインナップが見どころだ。





アトランタ in-Town News

Fleurs de Villes ARTISTE

Phipps Plaza

去る5月にフィップス プラザで世界的なフラワーショー、Fleurs de Villes ARTISTE が開催されていたので、早速出かけました。

バックヘッドの高級ショッピング街フィップス・プラザにある Fleurs de Villes ARTISTE には、歴史上の芸術家やアイコンからインスピレーションを得た厳選された12体のマネキンが展示されていました。ホールセールパートナーであるケニコット・アトランタからの新鮮な切り花で飾られています。各マネキンは、Every Day Florals、Flaura Botanica、Fresh Structures Floral Design、Full Bloom by Lauren、Ginger Rose、JJ's Flower Shop など、市内のフラワー デザイン界の有名企業によって手作りされています。

「私たちの新しいショー、Fleurs de Villes ARTISTE は、芸術に対する私たちの深い感謝の念と、団結してインスピレーションを与える芸術の能力、そして他にはない芸術形式としての花屋を高めるといふ私たちの取り組みを体現しています」と Fleurs de Villes の共同創設者であるカレン・マーシャルは述べています。「初めてアトランタでショーを開催し、アトランタの世界クラスの花の才能を披露するのに最適な舞台であるフィップス・プラザと提携できることを、この上なくうれしく思います。」

ファッションデザイナーの森英恵と学際的なアーティストの森万里子がデザインした日本の伝統的な芸術作品からインスピレーションを得た精巧な花で彩られたマネキン2体も公開されていました。



交通事故被害、お任せください。最大の賠償金と慰謝料を約束します。



KIM AND PARK

Attorneys at Law



アルベルト キム 弁護士
Alberto Kim Attorney



ロバート パク 弁護士
Robert Park Attorney



KIM AND PARK
Attorneys at Law

キム&パク弁護士事務所

KIM & PARK LAW GROUP

交通事故専門



交通事故被害、専門の弁護士に依頼する必要がある？
はい、弁護士の能力によって示談金が増額されるからです。
総賠償額\$24 ミリオンドル以上、数多くのケース経験！

専門分野

*交通事故 *各種傷害事故 *VISA & 移民法

相談料は無料ですので、お気軽にご連絡ください

770.305.6252

3065 Peachtree Industrial Blvd., Suite 200
Duluth, GA 30097 (Goodwill の向かい側)

日本語のお問い合わせ

678.575.5404

info@rparklaw.com

WWW.KIMANDPARKLAW.COM



雇用・労働・移民法ニュース

皆様に随時移民法、ビザ情報をアップデートしております。

永住権審査時間の大幅な遅延

米国永住権（通称“グリーンカード”）の申請には、家族スポンサーによる申請、抽選による申請、雇用主スポンサーによる申請、亡命者による申請などがありますが、各過程の審査時間に大幅な遅れがみられています。特に、労働局の審査を経る必要のある雇用主スポンサーによる申請枠は、最近の労働局の審査の遅延も影響して、全体の処理時間にかなりの影響がきています。

【Labor Certification】 雇用主スポンサーによる永住権の申請には5つの優先枠がありますが、そのうち第2申請枠と第3申請枠は移民局に永住権申請を提出する前に、労働局から Labor Certification（労働許可申請）の承認を受けなければなりません。Labor Certification とは、雇用主が外国人社員に対し平均賃金或はそれ以上の賃金をオファーすることを確認し、さらに地元のメディアに求人広告を掲示し、そのポジションの条件に見合った地元の応募者（アメリカ市民或は永住権保持者）がいないことを証明するものです。

もし、ポジションの条件を満たしている応募者がいれば、雇用主は外国人社員の永住権をスポンサーすることはできません。もし、ポジションの条件を満たしている応募者がいなければ、外国人社員の永住権をスポンサーすることができます。求人広告に対して応募してきた候補者の履歴書をレビューし、ポジション条件に該当する人がいなければ Labor Certification をオンラインで申請することができます。

Labor Certification を申請する前に、まず申請するポジションに対する平均賃金を労働局に申請します。平均賃金をの審査時間は現時点で7カ月ほどかかっています。その後求人広告の掲示を終えて、ポジション条件に該当する応募者がいなければ Labor Certification を提出することができますが、この Labor Certification の審査時間はここ数年は6～7+カ月程かかっていましたが、現時点で12カ月ほどかかるようになりました。従って、労働局への Labor certification 申請過程全体で2年前後、つまり以前の審査時間に比べ倍以上かかるようになりました。

【雇用主スポンサー移民申請】 Labor Certification が労働局に承認されたら、次に雇用主は移民局に雇用主スポンサー移民申請を提出しますが、この審査時間は凡そ7～8か月ほどかかっています。この審査時間はトランプ政権以前に比べれば倍ほど長引いてはいますが、この過程は特急サービスのリクエストを出すことができるので、特急料金と特急申請用紙を添付すれば、3週間以内に審査をしてもらうこともできます。

【永住権申請】 雇用主スポンサー申請が承認されたら、プライオリティ・デート（PD）を確認して、永住権申請までに待ち時

間がないかを確認します。PDとは、Labor Certification を労働局に提出した日を示します。国別に年間枠が設定されているため、国によって待ち時間が異なります。国務省は、いつまでに Labor certification を申請した人が永住権提出できるか、PDを毎月アップデートします。国務省のPDチャートに自分のPD（或はそれ以降の日付）が表示されたら、最後に本人と家族による永住権（グリーンカード）の申請を行うことができます。

この過程は、アメリカ国内に滞在しながら移民局に申請するか、或は一旦国外に出て米国大使館或は米国領事館経由で申請するかのいずれかの方法を選びます。

- (1) 移民局申請：米国内で合法的な滞在資格を保持していれば、移民局に永住滞在資格への変更申請を提出します。永住権の国別枠による待ち時間がなければ、雇用主スポンサー申請と永住権申請を同時申請することもできます。永住権申請と同時に就労許可証と旅行許可証も申請します。ただ、移民滞在資格への変更の審査時間が以前に比べ5倍から10倍程に長引いており、審査場所によって差はありますが、現時点で平均20カ月から40カ月ほどかかっています。
- (2) 米国大使館・領事館申請：もし、米国内で合法的な滞在資格が失効してしまった場合は、一旦国外に出て、国外の米国大使館或は米国領事館経由で永住ビザを申請することができます。国外で移民ビザを申請する場合は、旅行許可証や就労許可書を一緒に申請することはできません。また、トランプ政権時とそれに続く新型コロナの影響で国外での移民ビザ面接が一年ほど中断されたために、国外での永住ビザの面接待ち時間が非常に長引いています。国によって待ち時間は異なりますが、1年位かかる覚悟はした方がよいでしょう。

従って、以前は全過程で平均1.5年ほどかかっていた永住権申請は、現時点では3年から5年ほどかかる可能性があります。特に子供は21歳になれば同伴家族として申請できなくなるので、アメリカに永住を希望する人は、なるべく早めに永住権の申請を始めたほうがよいでしょう。



執筆：大蔵昌枝弁護士
Taylor English Duma LLP 法律事務所
* Copyright reserved. 著作権所有
1600 Parkwood Circle, Suite 200,
Atlanta, GA 30339
DIRECT: 678.426.4641
OFFICE: 770.434.6868
E-Mail: mokura@taylorenghish.com
www.taylorenghish.com

本ニュース記事に関する注意事項 (DISCLAIMER)

本雇用・労働・移民法ニュース記事は弁護士として法律上または専門的なアドバイスの提供を意図したものではありません。一般的な情報の提供を目的とするものです。また、記載されている情報に関しては、できるだけ正確なものにする努力をしておりますが、正確さについての保証はできません。しかも、法律や政府の方針は頻繁に変更するものであるため、実際の法律問題の処理に当たっては、必ず専門の弁護士もしくは専門家の意見を求めて下さい。Taylor English Duma 法律事務所および筆者はこの記事に含まれる情報を現実の問題に適用することによって生じる結果や損失に関して何ら責任を負うことは出来ませんのであらかじめご承知下さい。



きちんとおいしく作れるレシピ

身近にあるもので家族が喜ぶ簡単おうちごはん

パパッと作って

おいしくたべよ

揉むだけ簡単 カレーチキン

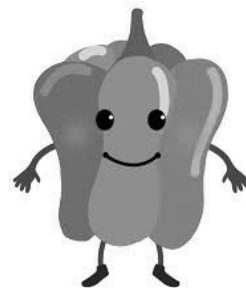
材料【2人分】

鶏もも肉	250g
(A) マヨネーズ	大さじ 2
(A) 片栗粉	大さじ 1
(A) カレー粉	小さじ 2
(A) しょうゆ	小さじ 1/2
(A) 塩こしょう	ひとつまみ
サラダ油	大さじ 1
ベビーリーフ	10g
ミニトマト	2 個



揉み込んで焼くだけで簡単にお作り頂ける、カレー風味のチキンのご紹介です。マヨネーズの風味も合わさって、とてもおいしい一品ですよ。時間が無い時でも簡単にお作りいただけますので、この機会に是非作ってみてくださいね。

1. 鶏もも肉を一口大に切ります。
2. ジッパー付き保存袋に 1、(A) を入れて、よく揉み込みます。
3. フライパンにサラダ油を入れて中火で熱し、2 を両面、火が通るまでしっかりと 5 分程焼き、火から下ろします。
4. 器に盛り付け、ベビーリーフとミニトマトを添えて完成です。



塩加減は、お好みで調整してください。

揉み込んですぐ焼いても召し上がれますが、時間があるときは 10 分程置いて味を染みこませて美味しくどうぞ。



子育ての不安やイライラはがんばりすぎのサイン

今回は『子育てハッピーアドバイス』著者の精神科医明橋先生のアドバイスを紹介します。さあ、長い長いバケーションシーズンがはじまります。子育ての参考にしてください。

一生懸命だからこそあれもこれも気になる

多くのお母さんが、子どもにイライラしたり怒ったりすると、つい自分自身を責めてしまいます。でも、それだけ日々子どもに関わって、一生懸命子育てをしているということ。子育てに不安を感じるのも子どもに対して責任感をもっているからなのです。毎日振り回されていると感じていることも、子どもにちゃんと目が届き、しっかり向き合おうとしている証拠なのです。イライラしたりキレたりする親御さんはご自身がとても頑張りやさんで、まじめで、几帳面な方が多いです。時には子どもの行動がすべて自分の育て方のせいだと思込んでいることさえあります。

そもそも、子どもがそんな状態なのは、全部育て方のせいではなく、子どもそれぞれがもって生まれた部分が大いなのです。同じように育てていても兄弟でどうしてこうも違うのだろう、ということがあります。それはやはり、生まれ持ったものが違うから。だから、「この子はこういう子なんだ」と、いい意味であきらめることも必要です。「この子はこれで精一杯」と思ってみると、その子なりのがんばっているところが見えてきたりもします。子育てとは、子どもが今すでに持っているいいところを発見することから始まるのです。子育ては一人の人間を育てる立派な仕事です。大切な仕事をしているという自身と誇りを、お母さん方にはもってほしいです。

不安やイライラには要求をちょっと緩める

お母さんがイライラしたり子育てに大きな不安をもっていると、敏感な子は「お母さんに嫌われたんじゃないか」と心配し、「自分じゃだめなんだ」と自信をなくします。そして親の機嫌を取り、いい子になろうとしたり、混乱して悪さをすることも。「最近子どもを怒ったり、否定してばかりだな」という時はたいてい子供への要求基準を高くもちすぎています。「こうあるべき」の気持ちと現実のわが子とのギャップにイライラするのです。

イライラが高じてプレーキが利かなくなりそうときには、まずその場を離れること。トイレに入るなり、部屋の外に出て深呼吸するなりしましょう。自分の気持ちを言葉にするのもよい方法です。また、少し高度なテクニックですが、自分を別の目で見て実況中継する方法も。「お母さんは今怒っています。どうしてこうなったのでしょうか。」こうすることで客観的に自分の感情を抑えられ、子どもも親を困らせようと思ってしたことではない、ということにも気づけます。また、しかってしまった後に後悔しているなら、その気持ちを子どもに伝えるのも効果的です。「さっきはこういうふうにしてほしくて怒ったけど言いすぎたね」「これからはこんな言い方はしないようにするから、あなたも気をつけてね」とフォローするといいでしょう。

子育ての不安を和らげるには、子どもの成長のプロセスを知識として備え、発達段階に応じた見通しをもつことも役立ちます。2歳児が親の言うことを聞かないのは当たり前だし、誰かをたたくのもよくあること。その子が将来暴力的な大人になるかというところではありません。年齢とともにいろいろなことを聞き分けられるようになる、子どもの「育つ力」を信頼してほしい。お母さんが不安に思うことは、成長するにつれてほとんどが解決していくものです。

他人と比較するのも不安のもとです。成長は人それぞれなので、ある時点だけで比較はできません。誰かと比べて「うちの子は大丈夫かな」と不安がるのではなく、以前のわが子と比べてください。必ず成長していることがわかり、「この子なりに前進しているんだ」と安心できます。

相談できる人をもっておくこともおすすめします。夫、両親、くもんの先生、学校や園の先生、ママ友や地域の子育て支援センターも力になってくれます。子育てに不安はつきものですが、必要以上に不安にならなくていい。子供を安心させるためには、まずお母さんが安心感をもつことが大切です。

お母さん自信が自己肯定感をもって

お母さんが自分を否定しながら、子どもだけを肯定するのは難しいものです。お母さん自信の自己肯定感を高めるにはどうすればいいのか？それは自分のことを認め、ほめ、ねぎらいの言葉をかけてくれる人を一人は見つけておくことです。

また、自分で自分をほめる練習をしてもいいですね。「できないとこより、できていることに注目する。」ことと「要求水準を上げすぎない」ことに注目してください。最後に「以前の自分と比べること」よそのお母さんと比べず去年より今年の親としての自分の成長を褒めてあげてください。





KUMON
MATH. READING. SUCCESS.

www.kumon.com
Marietta East 教室
4400 Roswell Rd. Suite 140
Marietta, GA 30062

『生きる力』をつける公文式

自分の力を信じ、自らの手で未来を切り開いていける。困難を乗り越え、夢に向かって歩いていける。それが、公文で学ぶ子どもたちです。

公文式学習内容：

- ・国語（日本語読解力）
- ・英語（現地校国語読解力）
- ・算数・数学（大学レベル以上）
- ※日本の英語教材とは違います。

0歳から大人まで、あらゆる年代が学べる学習法です。

入会金 50ドルオフキャンペーン実施中

指導者：長谷川ゆかり お問い合わせ：770-321-2637

今年のジャパンフェストアトランタでこれまでにない日本を体験し、ジョージアと日本の50年以上にわたる友好を祝いましょう！2024年9月21日、22日の午前10時から午後6時（土曜日）と午前10時から午後5時（日曜日）にガスサウスコンベンションセンターで開催される「ジャパンフェストウィークエンド2024」は、多彩なパフォーマンスを楽しむことができ、誰もが楽しい時間を過ごすことができます。楽しませ、教育し、喜ばせるプレゼンテーション、展示、本格的な料理を提供します。

ジョージア州は貿易と観光の促進を目的として1973年に東京に初の国際事務所を開設し、その1年後の1974年にアトランタに日本総領事館が設立されました。現在、ジョージア州と日本は姉妹州・県関係を結んでおり、10姉妹都市のつながり。ジョージア州は、600社を超える日系企業が104億ドル以上を投資しており、米国南東部における日本の企業活動の中心地ともみなされています。これらの企業は合わせて州全体で約40,000人の労働者を雇用しており、ジョージア州の企業50社以上が日本で事業を展開しているため、ジャパンフェストに参加することで、日本との特別な絆を強化することができます。

今年の50周年を記念して、ジャパンフェスト2024には豪華な顔ぶれのヘッドライナーが登場します。日本からやってきた雅屋ジャパンは、ユネスコ無形文化遺産に登録されている舞台芸術である、伝統と現代化された歌舞伎演劇の魅惑的な融合を披露します。さらに、ブロードウェイのパフォーマーであり、「着物コメディの王様」と称賛される落語家の桂サンシャインが、独自のオリジナルのコメディネタと、日本の古典物語の魅惑的な演出を披露します。人気の祭座太鼓、サムライソードソウル、相撲、空手、剣道、弓道の武道デモンストレーションなど、魅力的なアーティストが多数出演し、一日中エンターテインメントをお楽しみいただけます。



SAVE THE DATE! JAPANFEST 2024

SEPTEMBER 21ST AND 22ND, 2024



聖書の言葉

By ますみ

何事も利己心や虚栄心からするのではなく、へりくだって、互いに相手を自分よりも優れた者と考え、めいめい自分のことだけでなく、他人のことにも注意を払いなさい。

ピリピ人への手紙 2章3-4節

人は、小さい言葉で、他人の心を大きく傷つけることができます。逆に言えば、人は、誰かの小さい言葉で、心が大きく傷ついてしまいます。人の口から出て行った言葉は、取り返せません。

時に、私たちは、公の場で、余り深く考えないで言葉を発してしまい、思いがけず、相手を深く傷つけてしまうことがあるのではないのでしょうか。それに気づいて、謝ることが出来て、和解が成立すれば幸いです。しかし、相手が思った以上に傷ついてしまっている場合もあります。そんな時、傷つけた人も、傷つけられた人も、その根源は自己中心的なことばにあるのではないかと思います。

ある神学者が、人間の自己中心性を分かりやすく書き表しています。

「おかしいではないか。他の人があることをするのに、長い時間かけていると、あいつはのろいといい、自分だと、忙しいから時間がかかると言う。他の人が頼みもしないことを勝手にすると、でしゃばりといい。自分がそれをする、積極的に親切だ

という。他の人が自分の意見を強く主張すると、頑固者だと言い、自分の時は、しっかりした考えを持っていると言う。他の人が、エチケットを守らないと礼儀知らずで乱暴だと言い、自分がそれを無視した場合は、個性的と言う。」—中略—「おかしいのではないか。それとも、それが当たり前なのだろうか。」

他人を計る時と、自分を計る時の『はかり』が違う、と言うことですね。誰もが、自分を振り返る時、同じ所があるのではないのでしょうか。私たちは、自己中心で、他人を批判し、他人に謝ることが出来ない、非常に頑固な心をもっていることを、上記の聖書のことばが言い表しています。

『聖書のことば』は、実に、当たり前のことが書かれているようですが、それを日強生活で実行するのは難しいことかもしれません。それでも、聖書のことばを心に留め、少しでも、利己中心性から解き放たれ、少しでも、へりくだった心を持ち、すこしでも、謙った心を持ち、少しでも、他人のことを思いやり、少しでも他人のことを考える。そんな日々を過ごしたいですね。

いつも、変わることなく、私たちのことを愛し、考え、見守り、祝福しようとしてくださっている御方がいます。天の父なる神は、この世の始まりから、私たちとの和解を望んでおられます。神様は愛です。私たちは愛されています。



健康とカイロプラクティック

夏バテ予防

5月のメモリアルデーの後はいよいよジョージアの夏本番です。今月は、夏を思いっきり楽しむために夏バテ予防について考えましょう。

夏バテは、気温や湿度の変化に対して体がうまく順応できず、バランスのいい状態が保てないために起こります。暑さで体力が消耗する上、冷房がきいた屋内と日差しの強い高温の屋外との温度差のギャップもあります。さらに、春から夏にかけての気温の急激な変化も要因です。特にここジョージアは冬のあとの春がとても短く、暑さに対して体の準備ができていないうちに夏が到来します。汗をかいて環境の変化に備える、また、徐々に体を慣らしていくことが難しいため夏バテに悩む人が多いのかもしれません。さらに、1日の寒暖差も激しいため自律神経が乱れがちになります。これらの要因が重なることで、「体がだるい」「食欲がない」「疲れやすい」「寝不足」といった夏バテ症状が引き起こされます。では、夏バテ予防にはどうしたら良いのでしょうか。

1. こまめな水分補給

一度に大量に飲むのではなく、1回150～200ml程度を目安に飲まれることをお勧めします。一度に大量の水分補給をしても目安以上の水分は尿として、さらには、尿と一緒にナトリウム・カリウム・マグネシウムといった身体にとって重要な役割を果たす電解質も排出されてしまいます。

2. バランスの良い食生活

つつい暑い暑さで食欲不振になり、そうめんやおにぎり、菓子パンなどの食べやすい物、冷たいものばかりの食生活になりがちですが、それでは胃腸に負担をかけて消化不良を起こしてしまいます。タンパク質やビタミン類などバランスの良い食生活を心がけましょう。特に汗で排出されやすくなるミネラルは意識して摂取してください。また、暑さで体温が上がれば、体内の活動も盛んになります。エネルギー源となる糖質の代謝にはビタミンB群が大量に必要になり、不足すると体調不良の原因にもなりますのでサプリメント等で賢く補うことも大切です。

3. 質の良い睡眠と適度な運動

そして、やはり夏バテ予防には、十分な睡眠と適度なエクササイズが欠かせません。ただし、室温がとても重要です。寝入りばなに深い睡眠に入れるかどうかで熟睡感は大きく変わります。入眠最初の2～3時間が肝心で、ここできちんと眠りに入ればよいのですが、寝るときに冷房を切ってしまうと、寝室が快適な温度になっていなかったりすると睡眠に影響します。暑さを我慢せず、心地いい室温に保ちましょう。冷えるを感じる場合は寝具や着るもので工夫してください。また、夏のエクササイズは熱中症予防のためにも涼しい屋内で行ってください。

4. 自律神経を整える

春から続く寒暖差や急激な気圧の変化などで夏前から自律神経の不調を訴える人は少なくありません。上記の1～3

は自分でできる夏バテ予防対策ですが、乱れてしまった自律神経を整えるのは、当院のカイロプラクティックやストレッチがとても有効です。神経の流れを整えることで自律神経の乱れが改善し、血流を良くすることで筋肉のこりや疲労物質の原因である乳酸を排出するので、疲れにくい体で夏を迎えることができます。

もちろん、すでに夏バテ気味、夏バテを感じている方にもカイロプラクティック治療は有効ですので、疲れがなかなかとれない、不調を感じる方はぜひお気軽にご相談ください。

また、当院では夏バテ対策として「夏のサプリメントキャンペーン」を行っています。夏バテ予防に欠かせないビタミンBと元気回復の素アドレナリンの2つのサプリメントをお得な価格で提供中です。こちらは当院の患者さんでない方もお求めいただけますので、ぜひお試しください！皆さん、今年は暑さに負けないで楽しい夏を過ごしましょう！

矢島 敬朗 カイロプラクター



アトランタ 矢島カイロプラクティック

背骨の歪みは万病の元

上部頸椎テクニックによる、体に負担をかけない無痛施術だから幼児からシニアの方まで安心。

急患の休日診療予約可

ストレッチ
やっています



Dr. Yoshikazu Yoshikawa
矢島敬朗 D.C.

■ 診療時間 ■

■ Dunwoody オフィス ■

月曜日 8AM - 1PM
火・木 8AM - 8PM
金曜日 8AM - 1PM
土曜日 8AM - 6PM
日曜日 CLOSED

■ Sandy Springs オフィス ■

水曜日 9AM - 5PM (隔週)

*予約はDunwoodyオフィス
までお問い合わせください

■ Dunwoodyオフィス ■

5000 Winters Chapel Road, Suite 1
Dunwoody, GA 30360

770-557-0706

434-228-6815 (テキスト可)

Email: info@yajimachiro.com

■ Roswellサテライトオフィス ■

675 Mansell Road, Suite 240
Roswell, GA 30076

(Alterna Health Solutionsクリニック内)

WWW.YAJIMACHIRO.COM



子どもの口呼吸

子どものお口がぼかんと開いたままになっていませんか？

私たち人間は鼻で呼吸をするのが通常の状態です。一方で、何らかの理由で口をぼかんと開けたまま口で呼吸をする人も増えています。子どものうちから口呼吸がくせになると、口の周りや全身にさまざまな影響を及ぼすことがあるので、注意しなければいけません。

日常的に口呼吸をしていると、鼻の粘膜や鼻毛というフィルターを通さずに空気が直接体内に取りこまれるので、細菌やウイルスに感染するリスクが高まります。また、口の中が常に乾燥してしまうため、だ液の作用が弱まり、むし歯や歯肉炎などのトラブルを引き起こすおそれもあります。

それだけではありません。口呼吸によって口をぼかんと開け続けることで口の周りの筋肉が十分に発達せず、だんだん顔つきが変化してぼんやりとした表情になることがあります。さらに口を開いて食事をする「クチャクチャ食べ」や、発音が不明瞭になってしまうこともあります。

口呼吸をしているこどもの特徴

- 口をぼかんと開けていることが多い
- いびきをかく
- よく鼻がつまる
- くちゃくちゃと音を立てて食べる
- よく風邪をひく
- 背中丸まった悪い姿勢をしていることが多い

口の中に見られる特徴

- 歯肉が赤く腫れている
- 口臭が強い
- 口内炎がよくできる
- 唇が乾燥していることが多い（乾燥により上唇だけ白っぽくなっている）
- 歯並びが悪い
- 前歯に着色や汚れがつきやすい
- 滑舌が悪い

こどもの口呼吸の原因

口呼吸の原因にはさまざまなものが考えられますが、代表的なものは次の3つです。

1. 鼻に疾患がある
花粉症やアレルギー性鼻炎などの疾患がある場合には、鼻

詰まりの状態が続き、口呼吸の癖がつきやすくなります。頻繁に鼻炎になるような場合は、まずは耳鼻科を受診して、鼻詰まりを改善できるよう医師に相談しましょう。

2. 口の周りの筋力が低下している

口の周りには、たくさんの筋肉があります。口の周りの筋肉がしっかりと使われず、筋力が低下すると口呼吸になることがあります。

具体的には「唇を閉じる筋力」「下顎を持ち上げる筋力」「舌の筋力」が低下していることが主な原因です。口の周りの筋力の低下は、生活習慣が大きく関係しています。例えば、柔らかいものばかり好んで食べていると、噛むときに使う口の周りや舌の筋力が低下してしまうでしょう。

3. 歯並びが悪い

歯並びが悪いと口が閉じづらくなるため、口呼吸になることがあります。例えば「出っ歯」といわれる上顎前突の状態や「受け口」といわれる下顎前突は、口が閉じづらくなります。口呼吸をしていると唇の力が弱くなるため、歯並びが悪くなることがあります。口呼吸と歯並びは、両方向から悪影響を受け合っているのです。

口呼吸を治す方法

口呼吸は多くの場合、言って聞かせれば治る症状ではありません。アレルギー性鼻炎などで鼻づまりがある場合や扁桃腺肥大の場合は耳鼻咽喉科などを受診しましょう。「出っ歯」や「受け口」などで口が閉まりにくい場合は、矯正治療が必要なこともあるので歯科に相談しましょう。

自宅でできることとしては、まずは日頃から口を閉じて鼻で呼吸することを意識するように促してあげます。また、最近は携帯電話やタブレットの普及により姿勢が猫背になっている傾向がよく見られます。猫背になると空気の通り道が狭くなり胸や肺を圧迫して呼吸が浅くなる傾向にあるので、姿勢を正してあげることも重要です。その他、風船を膨らませたり「あっぷっぷ」の口をしたり、シャボン玉を吹いたりする遊びを取り入れて口の周りの筋肉を鍛えてあげるのも効果的です。

<ライオン歯科衛生研究所のコラムより抜粋>

清水デンタル
院長 清水 義仁





幹細胞 再生医療

再生医療（細胞治療）とは、主として培養増殖した幹細胞を体内に移植することにより機能的・器質的に障害された臓器や組織の改善や修復を目指す医療です。これまでの治療法では改善が困難である難治性疾患に対する治療法としても大変期待されており、臨床研究が盛んにおこなわれています。

再生医療とは

再生について分かりやすい例は、擦り傷や切り傷ができるといつの間にかさぶたができ、自然に傷が治ります。骨折しても固定すればいつの間にか骨がつながります。

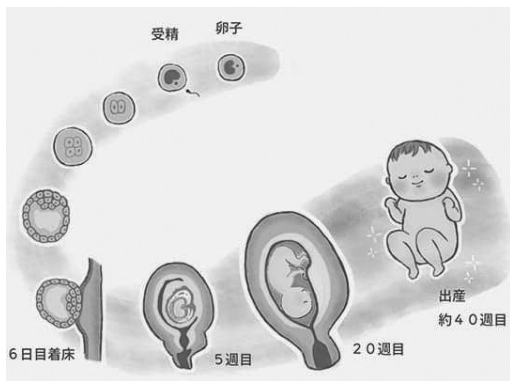
「再生医療とは、このように自ら再生しようとする力、つまり自然治癒力を活かした最先端の医療」になります。

人間の身体は1つの細胞から始まっている

人間は、精子と卵子が結びつき、受精卵になったところから始まります。受精卵は細胞分裂を繰り返すことで筋肉や神経、皮膚、骨などを形成し、約280日間でヒトの形を作りあげます。

このように、人間は最初1つの細胞から始まっています。ヒトの身体は全部で約60兆個の細胞できていると言われており、生命活動を維持するために常に新しい細胞と入れ替わっています。

人間に限らず、すべての生物は1つの細胞が集まることでできているのです。



まるでカメレオン？！

様々な姿に形を変えられる細胞がある！

人間の身体には受精卵のようにいろいろな姿に形を変えられる細胞が存在します。これを「幹細胞」と言います。幹細胞は平常時は活動しませんが、細胞が損傷したり、細胞の数が減少したことを感知すると、自ら細胞分裂を行い、傷ついた細胞や不足した細胞の代わりとなり、身体機能を修復する働きがあります。この幹細胞の修復力を治療に用いるのが次に説明する再生医療です。

幹細胞の特長を生かした再生医療

幹細胞の機能の一つに分化能というものがあります。分化能とは、赤血球や皮膚、軟骨など様々な組織の細胞に変化する能力のことです。



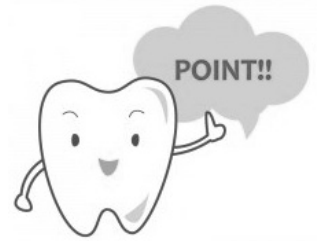
幹細胞には、元々傷ついたり、弱った細胞を修復する働きがあります。この幹細胞の自己修復力を高め、擦り減った軟骨や本来の働きができなくなった臓器に働きかけ、機能を修復することで、本来備わっている身体機能を正常に戻すというのが幹細胞を利用した再生医療の概要です。つまり、休息や食事など自分の力だけでは機能の修復や回復ができない部分を自分の細胞を使って修復するということです。

これまでの研究で

幹細胞治療による効果が示されている疾患

- 血管の病気
脳梗塞、心筋梗塞、腎不全初期、認知症初期、糖尿病など
下肢の虚血など
- 神経の病気
小児麻痺、脳梗塞、認知症、パーキンソン病など
- 軟骨・骨の病気
変形性関節炎、リウマチなど
- その他の疾患
糖尿病、免疫疾患（難治性の膠原病）、肝臓病、ぜんそくなど
- 予防的効果
身体全体の若返り、疾病予防など

肌老化に関するさまざまな症状においての根本治療を肌再生医療（幹細胞治療、PRP 皮膚再生療法）で可能にすることもできます。患者さまが持つさまざまな疑問や不安を解決し納得することで治療方法を選択できるように取り組んでおります。お気がるに当クリニックまでお問合せ下さい。

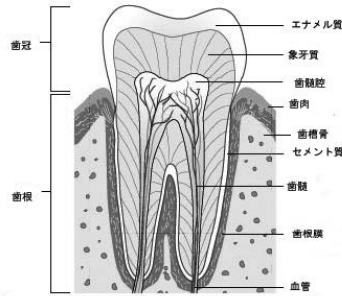


歯の構造

～今月からは数回にわたり歯の構造、一般的なむし歯や歯周病の原因から症状、治療方法などについてご紹介していききたいと思います。～

歯の構造

歯はエナメル質、象牙質、セメント質の硬い組織からできています。歯の中心部には歯髄腔があり、神経と呼ばれる歯髄が通っています。歯が口腔内に出ている部分を歯冠、歯冠より下の部分を歯茎に隠れている部分を歯根といえます。



歯根部分の表面（セメント質）と歯槽骨は歯根膜という繊維性の結合組織で結びついており、歯にかかる衝撃を受け止め、あごにかかる力を吸収・緩和しています。

- **エナメル質 (enamel)**
歯の表面を被っている人間の身体組織の中で最も硬い組織です。
- **象牙質 (dentin)**
エナメル質の内側にあり、歯全体の形を作る組織です。エナメル質よりも柔らかい組織で、象牙細管と言う細い管が通っていて管の中は組織液で満たされています。
- **セメント質 (cementum)**
歯根部の表面を被っている組織で、骨と同程度の硬さです。
- **歯髄 (pulp)**
神経と呼ばれる組織で、神経線維のほかに血管やリンパ管などが通っていて象牙質に栄養を補給しています。
- **歯根膜 (periodontal ligament)**
歯根と歯槽骨の間を結びつける繊維性の結合組織を主体と

した組織です。食べ物を噛む際に歯に加わる力が直接歯槽骨に伝わるのを和らげる働きをしています。

- **歯槽骨 (bone)**
歯を支えているあごの骨で、この骨の中に歯は植立しています。歯周病などによって歯槽骨が大きくなると歯がグラグラになってしまいます。
- **歯肉 (gum)**
一般的に歯茎と呼ばれている歯槽骨を被っている柔らかい組織です。

むし歯の原因

むし歯は、歯垢（プラーク）中の細菌が作り出す酸によって歯が溶けていく病気です。むし歯ができるのは、3つの条件が同時に重なる必要があります。

- **歯**
歯には、深いみぞや凹凸があります。また、歯並びや歯の質も関係します。
- **むし歯の原因となる細菌**
ミュータンス菌を中心にして、むし歯の原因菌が歯垢をつくれます。
- **糖質**
歯垢中のむし歯原因菌は、食べ物や飲み物に含まれている糖質を分解して、歯を溶かす酸をつくれます。

この3つの条件がそろわないように食後は歯みがきをする習慣をつけましょう。

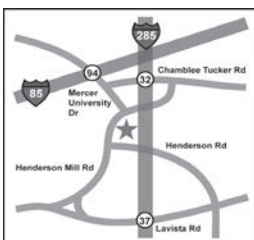
歯や歯周病などについてのご質問等がございましたらお気軽に御連絡ください。

植月歯科医院 at Henderson Mill Dental Care
404-409-6237 泉まで

Henderson Mill Dental Care

植月歯科医院

2847 Henderson Mill Rd.
Atlanta, GA 30341
www.AtlantaHaisha.com



(770) 496-0496 フロント
(404) 409-6237 日本語

- 予約から、治療プランや保険の説明まで日本語で対応
- 専門歯科医とのコミュニケーションの通訳も提供
- 日本の保険申請書類も無料で準備
- PPO歯科保険はすべて対応。電子通信で迅速保険申請



今月の12星座占い

あなたの星座は今月、どんな運勢をたどるのでしょうか？

牡羊座



3/21 ~ 4/19

【全体運】 なにかと他人の助けられる対人運の良い月になりそうです。ただ、助けられるということは、ピンチに陥ることがしばしばあるということ。気を引き締めて、何事にも臨むようにしましょう。仕事でも対人でも、慣れには注意が必要です。

【恋愛運】 相手の中に、あなたへ対しての“飽き”の気持ちは生まれているようです。食事やデートもマンネリ化していませんか？新しいルートを開拓したり、新鮮な接し方を考えたりして、気持ちが離れて行くのを防ぎましょう。

【金運】 仕事が順調なので、良い運気に恵まれそうです。ですが、邪魔者が登場する気配も持っています。あなた自身の弱みを攻めてくる可能性があるため、襟を正す行動を心掛けておきましょう。

♥ 幸運日：7 18 28
× 危険日：2 14 22

牡牛座



4/20 ~ 5/20

【全体運】 コツコツと細かい作業に没頭するのに向いている時期のようです。仕事であれ趣味であれ、人が嫌がるような手間のかかる作業を進んで引き受けると良いでしょう。手先の器用さとかは関係なく、集中力が続き根気良さが発揮されることでしょう。

【恋愛運】 恋愛運は極端に良いとも言えないのですが、悪くもならないといった調子です。意外な場所で新しい出会いがありそうなので、旅行先などは今まで行っていない場所を選ぶと良いでしょう。

【金運】 金運は好調のようで、良い感じに実入りがありそうです。臨時収入にも期待が持てるし、ギャンブル運もあなたの味方をしそうです。大きな勝負もありですが、引き際はしっかりと見極めておきましょう。

♥ 幸運日：3 15 21
× 危険日：8 19 29

双子座



5/21 ~ 6/21

【全体運】 月の終わりにになにかしらひっくり返ることが起こりそうなので、気を引き締めておきましょう。防げることもありまから、臨機応変に対応しつつ、気構えは持っておきましょう。

【恋愛運】 交際歴の浅いカップルは、やや気持ちの距離に気を付けておきましょう。また、一緒にいる時間が短いと、別れの決断を選んでしまう切っ掛けになるので気を付けてください。

【金運】 貯めこんだ分が出て行くけれども、逆に入って来る分も多い、そんな金運をしています。一喜一憂するようですが、最終的には勝てるので余裕を持って行動しましょう。目の前の事象だけに捕らわれず、裏の裏まで想像する思考が求められそうです。

♥ 幸運日：6 17 21
× 危険日：1 13 27

蟹座



6/22 ~ 7/22

【全体運】 他人との間にトッフル発生の予感。特に仕事関連においては、過去の失敗を繰り返してしまうことで、やや信頼が揺らぐような出来事に見舞われそうです。同じ失敗を繰り返さないことを優先して、注意深く物事を進めるようにしましょう。

【恋愛運】 恋人との時間を大切にしましょう。疎かにしてしまうと、いとも簡単に別れはやって来ることで。相手を信頼しているのですが、相手も同じ気持ちとは限りません。

【金運】 数字に注目をしておきましょう。計算ミスなどで損をするのは良くありません。自分の携わったことも、他人の仕事でも、細かい点まで数字には気を付けておく必要があります。この6月は、誰かと共有することはあまり良いとは言えません。

♥ 幸運日：9 15 24
× 危険日：1 19 27

獅子座



7/23 ~ 8/22

【全体運】 運気の味方を受けて、とにかく押せばなんとかなるといった良い状況に身を置いているようです。敵の上では劣勢でも、押しが強ささえみれば相手が折れてしまうことでしょう。

【恋愛運】 あまり恋愛に向いている月とは言えなさそうです。パートナーがいる人も特に関係性には変化はなく、新しい出会いにも恵まれるわけでもないといった具合でしょう。この6月は自分のことに集中して、異性に目を向けること自体を減らしていくと良いでしょう。

【金運】 お金の循環は、いつもの月以上に激しいものになりそうです。必要なもの、物欲に負けて手を出したものの、予定外の交際費など、財布の紐を固く締めていたつもりが、意外にも多くを必要としてみました、といった結果になってしまいうるでしょう。

♥ 幸運日：3 15 21
× 危険日：7 18 26

乙女座



8/23 ~ 9/22

【全体運】 小休止といった時間が過ぎていきそうです。大きな波乱もなく、自分の時間に集中できそうです。適度に邪魔が入るので、大きな成果を挙げたり達成感を味わったりといったこともないかもしれません。静かな時間を楽しむ道を模索しましょう。

【恋愛運】 あなた自身の恋愛は、たいしたイベントにも出会えず、時間だけが過ぎて行ってしまうことでしょう。自分のことは置いておいて、兄弟や親友の恋愛成就にお節介を焼いてみるのもありかもしれません。

【金運】 金運は、低空飛行を続けそう。交際費の支出に注意を払っておきましょう。また、家族内で大きな支出が必要になってきて、あなたの財布があてにされるかもしれません。難儀だと思いますが、渋々でも応じようようにしてあなたが良いでしょう。

♥ 幸運日：4 13 23
× 危険日：9 17 28

天秤座



9/23 ~ 10/23

【全体運】 徐々に運気が下降していくようなので、何事も早いうちに進めるのが良いでしょう。大事な決断は先送りにせず、吟味した上で即決するのが良さそうです。恋愛でも仕事でも転職でも、アクションを起こすのは上旬、あるいは半ばまでにしておきましょう。

【恋愛運】 恋愛運は意外にも良いようです。新しい出会いと今の関係の進展が、五分五分の可能性となっています。あなたに求められるのは、はっきりとした態度のよう。

【金運】 なにかと対立があるかもしれませんが、小さなことから大きなことまで、競うことが日常化するような気配です。あえて勝負に飛び込むことをせず、受け身になっているくらいがちょうど良いでしょう。単なる勝負事以外の段階で納めるのが良さそう。

♥ 幸運日：6 15 26
× 危険日：8 17 21

蠍座



10/24 ~ 11/22

【全体運】 安定の時期のようです。自分に意識を向けて、自己改革に取り組むと良いでしょう。プライベートを見直したり、仕事の整理整頓をしたりと、今後の飛躍を見据えた準備や見直し期間に充てると良いかもしれません。

【恋愛運】 恋愛運に限らず、対人運自体がそこまで良くないので、良い出会いには期待が持てないかもしれません。また、なにかしらトラブルに発展したりと、困った事態になる可能性があります。

【金運】 金運が好調なので、気持ちの面では満足していくと月になるかもしれません。出ていくものが増えてくるので、ピンチを経験することもないでしょう。欲しいものに出して、持つことで満足感を得られそうです。

♥ 幸運日：9 15 27
× 危険日：11 19 30

射手座



11/23 ~ 12/21

【全体運】 色々煮詰まっていたことが解決へと向かう明るい運気の気配を持っています。問題事が解決して、曖昧だった目標がハッキリして、今自分がなにをすべきか、なにが必要なのかを認識できるポジティブなひと月になりそうです。

【恋愛運】 出会いはありそうですが、なかなか恋愛に発展する可能性が見えてこないよう。長く恋人がいなくて、焦っている人は、いつまでも執着せずに気持ちを切り替える必要がありそうです。恋愛はいったん置いておいて、趣味に生きるのもありでしょう。

【金運】 金運は上向きに転じて、徐々に上昇していくようになります。ただ、6月の内に“良い運気だ！”と実感するまでにはならないかもしれません。物事は、難しく考えるのは控えましょう。

♥ 幸運日：3 16 27
× 危険日：8 19 23

山羊座



12/22 ~ 1/19

【全体運】 なにかと時間に追われそうな気配です。すべきことを整理して、優先順位も付けて、上手くこなしていく必要がありそうです。しっかりとした管理をしておかないと、「あれを忘れていた」といったことになってしまう可能性大と言えます。

【恋愛運】 恋愛運は割と好調で、新しい縁との出会いもあれば、今の恋人との関係が進展することもありそうです。ただ、三角関係や不倫関係にある人は要注意でしょう。

【金運】 金運もまた好調なようで、特に借金絡みで困るようなことも無い様子です。そこで調子に乗って大きな買い物をしたり、そこまで欲しくないものへ散財したり、他者に貸したりしていると、冷静になったときに怖い経験をするようになるかもしれません。

♥ 幸運日：3 12 25
× 危険日：9 15 21

水瓶座



1/20 ~ 2/18

【全体運】 するべきことも多いですが、なによりも自分がしたいことを優先させて進めるのが良いでしょう。仕方なしにするよりも、心が求める方を先に片付けましょう。そうすることで、迷いの感情が消えて、義務として受けていた事柄にもヤル気が湧いてくるようになります。

【恋愛運】 片思いの相手や、高嶺の花だと感じていた相手との距離が縮まる可能性が高くなります。積極的になってみるのも良いでしょう。

【金運】 自分を今以上に輝かせるために使うお金は、大きな結果を生み出してくれそうです。趣味、学問、美容、健康、ファッションなど、自分のステージを高めるために使いましょ。そうすることで、さらにお金の縁が強まってくれそうです。

♥ 幸運日：2 16 26
× 危険日：6 13 21

魚座



2/19 ~ 3/20

【全体運】 バタバタとして時間を過ごすことになりそう。整理整頓、優先順位を付けての取り組みなどを心掛けていないと、やり残したりやつつりも忘れていたり、うっかりミスを重ねてしまうかもしれません。衝突を避けるために、人との関係はいつも以上に気を配っておくと良いでしょう。

【恋愛運】 あまり良くない恋愛運のようです。衝突と言うよりは、すれ違いが多発しそうです。その結果、関係が終わってしまうことも珍しくないようです。

【金運】 臨時収入がありそうですが、出て行く分も多いよう気持ちは落ち着かなさそうです。高額な買い物には向いていない月なので、控えた方が良いでしょう。宝くじやサッカーくじなど、手軽に楽しめるギャンブルはアリでしょう。

♥ 幸運日：7 15 27
× 危険日：2 11 22

ATLANTA お出かけガイド

Let's plan your outing with Atlanta Hangout Guide!

Event

Atlanta Fringe Festival

Multiple venue
演劇およびパフォーマンス芸術のフェスティバル。
<https://atlantafringe.org/>
■ 6月3日 - 9日

Food That Rocks

City Springs in Sandy Springs
1 Galambos Way Sandy Springs, GA 30328
テイスト オブ アトランタと連携したフード フェスティバル。サンディ スプリングの 25 軒のレストランの料理、ドリンクの試飲、生演奏、料理の実演などが行われます。
<https://foodthatrocks.org/>
■ 6月6日

Virginia-Highland SummerFest

Virginia-Highland - Multiple venue
毎年開催される人気の近所のフェスティバル。バンドの生演奏、美術品や工芸品、食べ物などが楽しめます。
<https://vahi.org/summerfest/>
■ 6月8日 - 9日

Juneteenth Atlanta Parade & Music Festival

Centennial Olympic Park
センテニアルオリンピック公園での毎年恒例のフェスティバル。ライブ音楽、食べ物、地元および世界各国の出店、パレード、文化活動などが行われます。
■ 6月14日 - 16日

AJC Peachtree Road Racl

Lenox Square
3393 Peachtree Rd NE, Atlanta, GA 30326
<https://www.atlantatrackclub.org/peachtree>
■ 7月4日

Sports

PGA TOUR

PGA プロゴルフのツアー
2024 シーズンです。



CHAMPIONS

- 6月6日 - 9日
The Memorial Tournament presented by Workday
Muirfield Village Golf Club, Dublin, OH • USA
- 6月13日 - 16日
T.U.S. Open
Pinehurst Resort & Country Club (Course No. 2)
Village of Pinehurst, NC • USA
- 6月20日 - 23日
Travelers Championship
TPC River Highlands, Cromwell, CT • USA
- 6月27日 - 30日
Rocket Mortgage Classic
Detroit Golf Club, Detroit, MI • USA
- 7月4日 - 7日
John Deere Classic
TPC Deere Run, Silvis, IL • USA

Atlanta Braves

アトランタブレーブス
ホームゲームのみの案内です。



- | | | |
|-----------|--------|------|
| ■ 6月14日から | レイズ | 3 連戦 |
| ■ 6月17日から | タイガース | 3 連戦 |
| ■ 6月28日から | パドレス | 3 連戦 |
| ■ 7月02日から | ジャイアンツ | 3 連戦 |

Atlanta United FC

アトランタユナイテッドの
ホームゲームのみの案内です。



- | | | |
|---------------|--------|--------|
| ■ 6月02日 (日) 対 | シャルロット | 4:45pm |
| ■ 6月15日 (土) 対 | ヒューストン | 7:30pm |
| ■ 6月29日 (日) 対 | トロント | 7:30pm |
| ■ 7月17日 (水) 対 | ニューヨーク | 7:30pm |

Music

Mercedes-Benz Stadium

1 AMB Dr NW
Atlanta, GA 30313
www.mercedesbenzstadium.com



- 6月07日 Rolling Stones
- 7月31日 Chelsea F.C. vs Club América

State Farm Arena

1 State Farm Dr, Atlanta, GA 30303
☎ 404-878-3000
www.statefarmarena.com

- 6月10日 Justin Timberlake
- 7月05-14日 Chris Brown
- 7月21日 Janet Jackson
- 7月23日 Olivia Rodrigo
- 8月14-17日 Usher

Cadence Bank Amphitheatre at Chastain Park

4469 Stella Drive Atlanta, GA 30327
● バックヘッドの北にある野外劇場で毎年開催される往年のスター達の野外コンサート案内です。

- 8月08日 (木) SLASH
- 8月17日 (土) Tate MacRae
- 8月31日 (土) The Australian Pink Floyd Show
まだまだあります。

Ameris Bank Amphitheatre

2200 Encore Parkway, Alpharetta, GA 30009

- 5月07日 (火) Neil Young
- 5月11日 (土) Judas Priest
- 6月01日 (土) Niall Horan
- 6月12日 (水) Dave Matthew Band



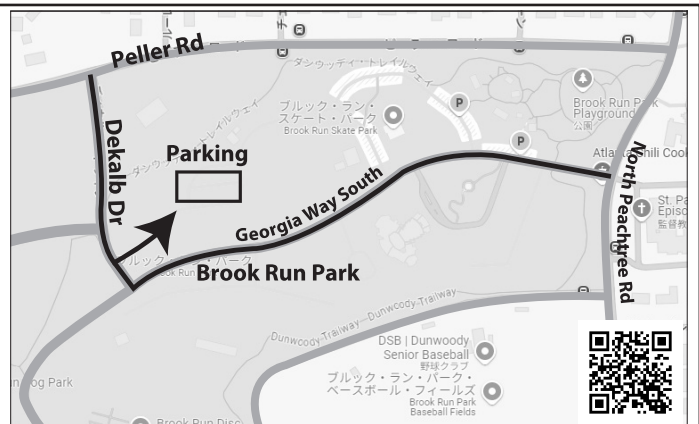
アトランタ矢島カイロプラクティック主催

★第31回 AYC CLUB★



会場: Brook Run Park (Dunwoody)
4770 N Peachtree Rd, Dunwoody, GA 30338
テーマ: ファーガソンさちこさんによるズンバエクササイズ
日時: 7月6日 (土) 午前10時~11時30分
※雨天決行
参加費: 無料 ※参加ご希望の方はテキストまたは電話にてお知らせください。
持ち物: 飲み物、運動のできる格好。
集合場所: Amphitheater 野外劇場 (駐車場右図参照)

★お問い合わせは WEB または電話 434-228-6815 まで



※イベントの可否につきましては当院 FACEBOOK ページにてお知らせいたします

Gas South District

6400 Sugarloaf Pkwy, Duluth, GA 30097
☎ 770-813-7600
www.gwinnettcenter.com

Coca-Cola Roxy Theatre

800 Battery Ave SE Suite 500,
Atlanta, GA. 30339
☎ 470-351-3866 Ext 38186
www.cocacolaroxy.com



Theatre

Fox Theatre

660 Peachtree Street NE Atlanta, GA 30308
☎ 404-881-2100
www.foxtheatre.org



- 歴史のある FOX 劇場でさまざまなイベントが開催されています。
- Broadway Across America
www.broadwayacrossamerica.com
- 6月04日-09日 Les Miserables
- 7月30日-8月04日 Funny Girl



Museum

High Museum of Art

近代美術館

1280 Peachtree St Atlanta GA 30309
☎ 404-733-4400
www.high.org

- 火-日曜日 10時-5時 (日曜日は正午から)
- 第三金曜日 6時-10時 (Friday Jazz Events)

HIGH HIGH MUSEUM OF ART ATLANTA

Fernbank 自然史博物館

767 Clifton Rd. Atlanta GA 30307
☎ 404-929-6300
www.fernbankmuseum.org

- 毎日 10時-5時 (日曜日は正午から)



Nature, Parks

Georgia Aquarium

ジョージア水族館

225 Baker St. Atlanta GA 30313
☎ 404-584-4000
www.georgiaaquarium.org

- 日-金曜日 午前10時-午後5時
- 土曜日 午前9時-午後6時



Zoo Atlanta

アトランタ動物園

800 Cherokee Ave. Atlanta GA 30315
☎ 404-624-5600
www.zooatlanta.org

- 月-金曜日 午前9時半-午後5時半
- 日・土曜日 午前9時半-午後6時半



Stone Mountain Park

1000 Robert E. Lee Drive,
Stone Mountain, GA 30083
☎ 770-498-5690
www.stonemountainpark.com



Atlanta Botanical Garden

アトランタ植物園

1345 Piedmont Ave. Atlanta GA 30357
☎ 404-876-5859
www.atlantabotanicalgarden.org

- 火-日 9時-5時 (4月からは9時-7時)



Uniquely ATL

World Of Coca Cola

コココーラ博物館

121 Baker St NW, Atlanta, GA 30313
☎ 404-676-5151
www.worldofcoca-cola.com

- 8時-6時



Atlanta History Center

アトランタ歴史博物館

130 West Paces Ferry Rd. Atlanta GA 30305
☎ 404-814-4000
www.atlhist.org

- 10時-5時半 (日曜日は正午から)



Margaret Mitchell House

990 Peachtree St. Atlanta GA 30309
☎ 404-249-7015
www.gwtw.org

- 毎日 ツアー:10時半-5時, ショップ:10時-6時

MLK Museum キング牧師博物館

449 Auburn Ave. Atlanta GA 30312
☎ 404-524-1956
www.thekingcenter.org

- 9時-5時

Jimmy Carter Library Museum

カーター大統領博物館

441 Freedom Pkwy. Atlanta GA 30307
☎ 404-865-7100
www.jimmycarterlibrary.gov

- 9時-4時45分 (日曜日は正午から)



Centennial Olympic Park

265 Park Ave W Northwest, Atlanta, GA
☎ 404-222-7275
www.centennialpark.com/

- Web のイベントガイドを確認してください



SKY VIEW

168 Luckie St. NW, Atlanta, GA 30303
☎ 678-949-9023
www.skyviewatlanta.com/

- 日-木:12時-10時,
- 金:12時-11時, 土:10時-11時



日本にて学生・研究者用のビザ関連書籍を出版

大蔵昌枝弁護士 ジョージア州弁護士

学生や研究者は弁護士や企業サポートがなく、自分でビザ申請を行うことが多いため、法的問題に対してどこを見てよいかわからないといった問題が多くみられます。そのため、自分でもビザの申請ができるように解説された本です。

研究者は学生ビザ、研修ビザ、就労ビザなどで渡米されるので、主に F-1・OPT/CPT と J-1 の申請方法や配偶者の就労について触れていますが、就労としてくる場合の H1B、L、E、O ビザなども選択肢として簡単に解説しています。

下記のリンクから書籍の概要をご覧ください。

<https://www.yodosha.co.jp/jikkenigaku/book/9784758108492/>

研究者・留学生のための アメリカビザ取得 完全マニュアル



アメリカの弁護士による徹底解説!

著 大蔵昌枝 (Tricolor English Duma LLC、ラングアージュ) 弁護士
監修 大原賢 (東京外国語大学、ラングアージュ) 教授
発行 野口剛史 (IPS Fumi LLC、ラングアージュ) 編集者





格闘家の戯言

国際大山空手道連盟
アトランタ支部長 高橋督



戯言日記 ファイターズカップ 2024 編

5月4日

明日の大会の為にサンフランシスコに向かう。フライトは午後の2時。表向きは「土曜日のクラスを休めない」からということにしているが、本当はその前のフライトだとアラバマ州バーミングハムから乗ってくる師匠と同じフライトになってしまうのを避けるためである。

同じフライトと言っても席が隣同士のというわけではないので、気にすることはないので？と思われがちだが、今回のサンフランシスコまでの5時間のフライト中に師匠には「もう少しで終わります」と言っているものの、実はほとんど手を付けていないYouTubeの編集作業をやるつもりなのだ。なので、作業中に師匠が同じ便に乗っているというプレッシャーを感じたくないというのが一つ。

もうひとつは師匠は長いフライトで目的地に着くと、道場に直行し1時間ほど汗を流すという決め事がある。我々は年齢82の師匠が汗を流しているのを見守るわけにもいかないので、当然一緒に稽古しなくてはいけない。それが結構きつい。その稽古か逃げるため、が2つ目の理由でなのだ。

今回のフライト中はノイズキャンセリング機能付きのヘッドフォンを使って、編集に集中するはずだったがノイズキャンセリングがしっかり機能してくれたおかげで、最初の1時間ぐっすり眠ってしまった。残りの4時間集中して12分の動画の字幕挿入を終了。支部長の斎藤家に着くと、既に師匠は稽古を終えてビールタイムの真っ最中。編集した動画を見せるとご満悦の様子で一安心。

5月5日

前日に斎藤から「明日の出発は7時半ですがよろしいでしょうか？」と聞かれるも西海岸時間の7時半と言えば、アトランタ時間では10時半。なんの問題もない、どころか予想通り4時半には目が覚めていた。

会場に着くと既に会場の設営が始まっている。設営を手伝っているスタッフの中には、選手として今日の大会に出場する者も当然含まれている。みんなで大会を成功させるんだ、という意気込みが見えて頼もしい。今回の私の出番は午後に行われる5階級セミノックダウン部門決勝戦とメインのノックダウン部門全試合の主審である。

開場時間になると各道場の選手団、観客が続々と会場に入ってくる。本部席で大会の進行の打ち合わせのふりをして座っていると、各団体の先生方が「オス」「オス」と挨拶に来てくれる。一年ぶりに会う先生もいれば、数年あっていない流派の先生、初めて大会に参加してくる先生などうれしい限り。

試合が始まると私は斎藤の弟子のタカが受け持つ試合場にピタリ張り付き、彼自信と副審達の審判をチェックする。気になる判定があると、審判全員を呼んで今の判定はおかしいとダメ出しをする。格闘技の審判には選手の安全を守っているのは主審、副審だという自覚を持ってもらいたいので、ダメ出しは容赦しない。

武道の大会だと言っても参加者全員がルールにのっとって試

合をするとは限らない。本人はルール通りにやっているつもりでも、試合の緊張感からコントロールが効かず、犯則行為(フルコンタクト空手のメインの犯則行為は手による顔面殴打)が起こってしまうことがある。試合の流れ、選手の癖を見てアクシデントが起こる前に選手に注意して事故を未然に防ぐのが、勝ち負けを判定する以上に重要な仕事なのだ。

午前中の少年部、女子部、ティーンエイジャーの予選が終わり、少しの休憩をはさんで本戦開始。本戦第一試合目。女子部のセミノックダウン部門の決勝戦。私の判定では赤の選手が優勢かもしくは引き分けという試合を副審達3人は白に上げて、まさかの白の選手の優勢勝ち。私は頭をかかえ、観客の反応もビミョーな感じである。

ルールでは副審の旗が3本以上で勝敗が決するのだが、私が主審を務める試合ではそうは問屋がおろさない。ここからタカハシ劇場の開幕である。白旗が3本上がっているのに私が「白、1、2、3、勝者、白！」と言わないので、シーンとなっている会場に「ジャッジは3本白に挙げたが、私の判定は引き分け。2分間の延長戦を行う！(ここ勿論英語ね)」と宣言すると、会場はどっかーんと大盛り上がり！。この「どっかーん」が主審をやっている一番気持ちがいい時なのだ。

以前はそういう状況の時は、本部席に座っている師匠に目助けを求めたものだが、昨年の全日本大会で副審の判定を覆したのを極真会館の最高顧問からも「あれは良い判断だった」と言われてから、副審の判断に同意できない時は堂々と判定を覆している。今回は第一試合からこのどっかーんが味わえたので、あとの試合はその勢いで重量級の決勝まで駆け抜ける。

今年の重量級決勝戦は二人とも身長190cm、体重120kg越えの超大型選手だったのでパンチやキックが相手にヒットした時の音が凄まじく迫力満点。そんな二人の試合を超至近距離で試合をさばくので、主審といえどもかなり危ない。

YouTubeのスポーツおもしろ動画で、ボクシングのレフェリーが試合中に選手に殴られてKOされるというシーンを見かけるが、そうならないように彼らのパンチ、キックをもらわないように選手と同じくらい動き回る。無事、超重量級の攻撃をもらうこともなくミッション完了。

閉会式が終わると参加してくれた各流派の先生たちがフェアな判定を評価してくれて「ありがとう」と挨拶に来てくれる。観客の「どっかーん」は快感だが、大会終わりの「ありがとう」は充実感である。

その中で「アナタ達のYouTubeを毎回楽しみに観ている。アナタが最高師範に質問をしたり、後ろで笑っている人物か？」とどこかの流派の先生に言われたのだ。「そうです。あれは私です。いつも観てくれてありがとう。」とは答えたものの、最近の動画には私の顔出しはしていないので、なんでわかったんだ？

大会後は、斎藤師範の家で打ち上げの前に2本YouTubeの収録を済ませる。これからまた師匠からの動画編集の催促の日々が始まる。

クラシファイド広告

Classified

●求人 Help Wanted
●教授 Instruction
●ビジネス Business
●お知らせ Information

一般求人

ヤマト運輸アトランタ支店

事務職と引越作業員募集 フルタイム。各種ベネフィットあり 要労働ビザ。詳細は池谷まで yiketani@yamatoamerica.com

GA 州内食料品配達要員募集

トラック運転手、月～金フルタイム、勤務地:Norcross、詳細は電話又は Email でお願います。会社名: Yamasho Atlanta Inc ☎ 770-263-9312 ① info@yamashoatl.com

NX アメリカアトランタ支店

引越コーディネーター募集。(フルタイム/パート可) コーディネーターとして引越現場でお客様と作業スタッフの架け橋となって頂きます。詳細はお電話または E-mail でご連絡下さい。☎ 678-826-0200 Email: hikkoshi.atl@nipponexpress.com

ウィンタースチャペル幼稚園

保育補助出来る方を募集しております。時間: 月～金曜日、午前 7 時半～午後 3 時半。午後 3 時半～午後 6 時半。委細面談の上、決定。☎ 770-394-3242 新井まで。

マリエッタ / ロズウエル公文

採点・事務スタッフ複数急募中。学齢期のお子さんが学校へいっている間や教室中などフレキシブルな時間で働けます。詳細は長谷川まで ☎ 770-321-2637 メッセージを残してください。

日本語補習校教師募集

ジョージア日本語学校では、小学(国語、算数)の教師を募集しています。研修あり、未経験歓迎、教員免許の有無問わず、代講からでも OK です。是非ご応募下さい。勤務日は土曜日(年間 41 日)。本校謝礼細則に基づき支給。詳細は事務局まで、TEL: 770-941-0533 (平日) 404-797-8177 (土曜) ① information@gjls.org

日本語補習校教師募集

サウスカロライナ州グリーンビル日本語補習校では、中学(国語)、小学(国語、算数)の教師を募集しています。教育に興味があり、子ども好きで経験のある方、情熱のある方を、広く募集していますので是非ご応募下さい。勤務日は土曜日(年間 40 日)。当校規定による報酬と交通費を支給。詳しくは、① gssschool@gmail.com、☎ 864-554-5224 山川までご連絡下さい。

日本語補習校教師募集

アラバマ州バーミングハム日本語補習校では、小学(国語・算数)の教師を募集しています。教育に興味がある方のご応募を心よりお待ちしております。勤務日は土曜日(年間 40 日)。当校規定による報酬と交通費を支給。詳しくは、① board@bssal.org、補習校教務担当までご連絡下さい。

とまとストアー カブ店

フルタイムまたは、パートを募集しております。詳細は ☎ 770-933-0108 まで。

清水歯科 スタッフ募集

スタッフ募集、日英バイリンガル、土曜出勤可能な方、要労働ビザ。詳細は篠原まで ① info@myhaishasan.com

植月歯科医院

(Henderson Mill Dental Care)

歯科アシスタント募集。フルタイム、福利厚生有、要労働ビザ・日英バイリンガル・コミュニケーションができる方。① careers@hendersonmilledentalcare.com

Wagaya Groceries

パート/フルタイム。木曜～日曜に働ける方大歓迎。レジ打ち品出しなど、カタコト英語可。① wagayagroceries@gmail.com

ビル / オフィス掃除募集

SmartDog Commercial Cleaning Services 平日の夜、週末に働ける方を募集。選べる時間帯。電話は日本語で ☎ 770-667-8736

サロンリーガ スタッフ募集

スタイリスト、アシスタント、受付、ネイリスト、アイリスト。フルタイム、パートタイムどちらも大歓迎です。① salonliiga@gmail.com 良枝迄

レストラン求人

はや川 スタッフ募集
チームはや川として働く人を急募。店長、店長候補、サーバー、フルタイム優遇、経験不問、能率給有り。☎ 770-986-0010 or ☎ 404-488-9178

Umaido スタッフ募集

従業員募集。詳細は ☎ 770-335-3070

はじめ スタッフ募集

従業員募集。詳細は ☎ 470-428-2388

横浜 Yokohama Doraville

パートタイムの寿司シェフ、サーバー募集。英語必須。詳細はリーまで。678-580-3455

TANAKA レストラン

サーバーを募集しています。詳細はお電話にて ☎ 770-740-1488

楽ラーメン Duluth

サーバー、キッチンシェフを募集。学生、未経験者大歓迎。詳細は木下まで。☎ 404-786-3307

Rusan Tower Place

寿司シェフ、サーバーを募集しています。詳細は藤田迄。404-514-1585

Sakura Sushi Bar

サーバー募集と寿司シェフを募集しています。Lower Roswell エリア。☎ 678-896-0026 Tim まで

Daisuki Sushi Izakaya

Jones Creek エリア。日本食レストランではシェフとサーバーを募集。☎ 770-634-4347 西原まで

Okiboru Duluth

一緒に働けるバイリンガルのマネージャー候補を探しています。ストレスフリーで働きやすい環境、お気軽にお問い合わせください。直樹 (naoki@okiboru.com)

Gekko Sushi スタッフ募集

寿司シェフを募集しています。詳細は Jack まで ☎ 770-906-6936

Sushil Avenue Snellville

寿司ヘルパーとキッチンヘルパーを募集しています。お問合せは ☎ 770-985-1800

GOTO Peachtree City

サーバーとキッチンアシスタントを募集。詳しくは 678-431-2059 Wooja まで

日本食シェフ募集 オーガスタ

オーガスタダウンタウン、アパートあり ☎ 404-451-5447 詳細はヨシまで

MIYABI サバナ GA

寿司シェフ、マネージャー補佐募集。詳細は ① miyabisavannah@gmail.com ☎ 912-352-7300 瀬尾まで。

寿司 KOJI グリーンビル SC

寿司シェフ、ウェイトレスを募集を募集しています。詳細は ☎ 864-569-7769 まで

寿司勝 グリーンビル SC

寿司シェフ、サーバーを急募しています。詳細は ☎ 864-288-2227 まで

花水木レストラン FL

寿司シェフ・調理師・サーバー募集。フロリダ州オーランド。労働ビザの方は優遇、ビザスポンサー可。詳しくは当店のウェブ www.hanamizuki.us 求人情報欄をご覧ください。花水木レストラン 407-363-7200

アニスアトランタは
あなたのビジネスを応援します!!



クラシファイド広告募集

教授

ジョージア剣道アソシエーション

剣道を楽しみながら学びたい人たちを募集しています。新井まで ☎ 770-394-3242 ① www.GEORGIAKENDO.net

ダンスレッスン

バレエ、モダンも含めたルイジのジャズダンスメソッドで踊りを楽しみませんか? 詳細は ☎ 770-656-7505 奈保子

正剣会剣道道場

小学生から 60 代まで稽古をしており、初心者も募集中。田村(7 段)が主に指導。Lawrenceville 木曜日夕方と日曜日のお昼過ぎ。詳細は ① seikenkai.info@gmail.com

お知らせ

女子ゴルファー集まれ!

マリエッタ近郊のゴルフ女子の方! 月に 1、2 回、平日(たまに休日)にパブリックコースでゴルフを楽しみませんか? フミまで text ください 770-378-7167

草野球メンバー募集

活動期間は 4 月～8 月、Atlanta MABL 草野球リーグに参加しており、アトランタ近郊)で日曜日に試合を行っています。佐々木まで連絡ください。470-330-0147



クラシファイド申込方法

送付先: ANIS ATLANTA

4514 Chamblee Dunwoody Rd,
Suite 249, ATLANTA, GA 30338
Phone: 404-510-8534
E-mail: infojp@anisatlanta.com

- ◆ 料金 見出し 13 文字 x 1 行以内 + 本文 20 文字 x 4 行以内
上記の基本パターン 1 号につき 20 ドル、1 行につき 5 ドル追加
 - ◆ 追加料金 写真・ロゴ掲載料: 1 件につき 15 ドル
 - ◆ 掲載期間 1 回の申し込みにつき 1 カ月
毎月 15 日まで到着分となります。
 - ◆ 締め切り 上記は締切りの目安であり、印刷スケジュール及びスペースの都合上、変更の可能性がりますのでご了承ください。Eメールにてご連絡ください。
 - ◆ 申込方法 チェック、Zelle、
◆ 支払方法 <前払い> 水掲載料の返金は一切できませんのでご了承ください。
※リターンチェックの場合は手数料 10 ドルをいただきます。
- 尚、求人広告は無料です。

ANIS ATLANTA Classified Ad Information
Rate: \$20 for 2 title lines and 4 main contents lines.
1 title line 13 Japanese characters or about 25 English characters.
Additional lines \$5 per line
Logo / Pictures Fee \$15 each.
Translation Fee \$10

- Advance Payment is required to place your ad. Pay with Check or Money Order.
- All ad must be received by the 15th for the issue.
- No refunds in any case.
- 掲載された広告内容に関しましてはアニスは一切責任を負いかねます。
- 広告掲載をされる場合、内容によっては掲載をお断りすることもありますので、ご了承ください。また、レイアウトの都合上、広告掲載時の行数は異なる場合があります。We do not accept responsibility for ads appearing in this magazine. We may refuse to place the ad if the contents is not suitable for the magazine. The number of the line may differ from the original form for the layout reason.

次回 2024 年 7 月号は
7 月 5 日ごろ配布予定

ANIS ATLANTA

NO. 54
JUNE 2024

PUBLISHED BY ANIS USA, LLC

4514 CHAMBLEE DUNWOODY RD,
SUITE 249
ATLANTA, GA 30338
PHONE: 404-510-8534
E-MAIL: INFOJP@ANISATLANTA.COM
WEB: HTTP://WWW.ANISATLANTA.COM

PUBLISHER: MIYUKI MOROOKA

© ANIS ATLANTA 2024

本誌掲載の記事・写真の無断複写、複製を禁じます。本誌に掲載された広告内容に関しましては、アニスアトランタは一切責任を負いかねます。

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced in any form without permission from ANIS ATLANTA. Advertisements published in ANIS ATLANTA do not necessarily represent the views of the publisher. The publisher is not liable for errors or omissions.

編集後記

木々の葉が青々と茂り、夏の訪れを感じます。ジョージアでは夏休みがはじまり、初夏の到来となりましたが、いかがお過ごしでしょうか。

先日、Plaza Fiesta の横を走っていると、移動遊園地がきていましたので、ちょっと寄り道してみました。日曜日の夕方だったこともあり、沢山の人がショッピングモールに来ていました。夕方なのに外はまだ明るいので、沢山の子どもたちが乗り物に乗ったり、バスケットボールをなどの、アトラクションを楽しんでいました。こういう偶然に出会って楽しめるのは夏だなあ〜と思います。皆さんはどんな出会いしてるのでしょうか？

私の小さなガーデンは、トマト、ハラペーニョや紫蘇もぐんぐん伸びてきて、実がなるのが楽しみになってきました。最近は、落ち込んでしまうことが多々ありますが、でも元気であることが明るい未来に繋がると信じています。次号も暖かく見守っていただけると嬉しく思います。

アニスアトランタ M.M.



ANIS ATLANTA は以下の場所に配布されています

ジョージア州:

アトランタ主要日本食レストラン	アトランタ総領事館	ジョージア日米協会
ウエストミンスター日本人教会	倉岡クリニック	ジョージア日本語補習校
アトランタ日本語バプテスト教会	ICAGeorgia	アトランタ公文アカデミー
ウィンタースチャペル幼稚園	日系美容室	アジアンスーパー 他

テネシー、アラバマ、サウスカロライナ、ノースカロライナ州:

Wisemttac Asian Foods, Inc. (formerly Nishimoto Trading Co., Ltd.) 様のご協力により、30 のレストランと食料品店に配布されています。

アトランタに住んでいる人、これからアトランタに住む人、アトランタを訪れる方の生活情報応援サイトです。ショッピング、不動産、公的手続き、VISA、公立学校のことなど皆様の生活のお役に立てれば幸いです。

広告・クラシファイド・取材記事・連載コラム

お問い合わせは、下記までお願いいたします。

E-mail: infojp@anisatlanta.com

Phone: 404-510-8534

締切りは毎月 18 日頃です。日本人コミュニティのイベント取材依頼や告知なども受け付けておりますので、お気軽にお問い合わせください。

クラシファイド広告は、一般求人・レストラン求人・売りたい・買いたい・イベントの告知・メンバー募集など、幅広くご利用いただけます。1 ヶ月のみ掲載ですので、特に申し出のない限り自動的に消去します。ビジネス以外は、無料で掲載できますので、毎月 15 日までにお申し込みください。



はや川

行き届いたサービスと

最高の食材を提供

ウエストミッドタウンにお店を移転いたしました。
変わらぬご愛顧を賜りますよう
変わらぬご愛顧を賜りますよう

何卒よろしくお願ひ申し上げます。

はや川 早川 睦

スタッフ一同

創業16周年



MICHELIN
Michelin-starred
restaurant

HAYAKAWA

Authentic Japanese cuisine for a unique dining experience

www.HayakawaATL.com 御予約はウェブサイトから / Tel. 770-986-0010

営業時間はウェブサイトからご確認くださいませようお願ひ申し上げます。

1055 Howell Mill Rd. Atlanta GA 30318 (at Star Metals Office Building 2F)

完全予約制

アトランタ日本語バプテスト教会

Peachtree Corners Baptist Church Japanese Mission

《定例集会のご案内》

- ◆主日礼拝 日曜日 9時30分 (同時通訳・託児あり)
教会での対面の礼拝、またオンラインによる配信 (ライブ中継) を行っています。詳しくは教会のFacebookをご覧ください。幼児から小学生は、英語による子ども礼拝とクラスに参加します。
- ◆教会学校 (聖書の学び) 日曜日 11時00分
中高生から大人まで、少人数による聖書の学びの時間です。
- ◆マナ・タイム (子育ての会) 火曜日 10時30分
「共に育て、共に育つ、共育の場」をモットーに、お母さん方と子どもたちが一緒に楽しく過ごします。
- ◆聖書の学び 火曜日 13時00分
教会で対面とオンラインによって行っています。
- ◆英会話クラス 木曜日 10時00分
アメリカ人の教師の指導による英会話クラスです (託児あり)。

牧師: 酒巻宏明 / Rev. Hiro Sakamaki, pastor
4480 Peachtree Corners Circle, Peachtree Corners, GA 30092
TEL: 770-582-2449 www.atlantajbc.org

ウェストミンスター日本人教会 (1977年創立)

主日礼拝 日曜日 午前 11:00 教会 / オンライン

(ナーサリー、同時通訳あり)

- サンデースクール (子供 ~ K6) 日曜日 午前 9:45-10:15
(ユース・大人) 日曜日 午前 10:00-10:45
- オンライン祈禱会 水曜日 午後 8:00-9:00
- 諸集会 (キッズ・ユース・親) 第1 日曜日 午後 12:50-14:30
- ハーベストタイム (シニア) 第3 火曜日 午前 10:30-15:00
- たすけあう親の会 第3 木曜日 午前 10:30-12:00
(病気、障がいや悩みを持つ子の親、助け合いたいという思いを持つ人の集い)
- るばの子クラブ (就学前の親子の会) 月1回 木曜日 午前 10:30-13:30
- 花束の会 第3 土曜日 午前 10:30-12:00
(聖書を聞き、年齢、障がい、言葉の壁をこえて集い楽しむ会)

牧師: 小澤寿輔 770-594-1382 contactus.wjc@gmail.com
Pastor: Toshisuke Ozawa 11450 Bowen Road, Roswell, GA 30075
www.westminsterjapanesechurch.org



情報満載!

www.anisatlanta.com

あなたにぴったりの広告プランをご提案いたします。
まずはサイトにアクセス!!
お気軽にお問い合わせください。

●Web広告ページ \$150.00/month~



広告掲載ご依頼
承っております!

We will boost your business!!

E-mail: infojp@anisatlanta.com Tel: 404.510.8534 あなたのビジネスを応援します!!



国際宅急便 エコ

小さなプレゼントや通販の発送、
書類など一品のみなら最安\$21から!

国際宅急便

一般的な荷物を送りたい方に

国際宅急便 別送品

帰国のための身の回り品を免税扱いで
送りたい方に

サイズ	3辺の長さの合計と重量の制限	料金
60	60cm / 2kg まで	\$58
80	80cm / 5kg まで	\$85
100	100cm / 10kg まで	\$110
120	120cm / 15kg まで	\$138
140	140cm / 20kg まで	\$170
160	160cm / 25kg まで	\$190

- ・箱の大きさ、重さどちらか大きい方で送料が決まります
- ・関税は送料に含まれておりません
- ・上記の送料にFuel Surcharge (毎月変動) は含まれておりません。

国際宅急便 オーバーサイズ

大きな荷物を送りたい方に
(3辺合計300cm,50kgまで)

お支払い方法は3通り!

- ① 運賃元払い (All Prepaid)
- ② 運賃着払い (All Collect)
- ③ 運賃元払い、関税・消費税は着払い (Duty Collect)



無料ドロップオフができる宅急便取扱店

ヤマト運輸ATL支店 4341 International Pkwy #101, Atlanta, GA 30354 404-363-6062
Tomato 1号店 (Cobb店) 2359 Windy Hill Rd SE Suite 250, Marietta, GA 30067 770-933-0108
Gohan Market 4015 Holcomb Bridge Rd #620, Peachtree Corners, GA 30092 770-674-1263
J-Mart 2820 GA-54, Peachtree City, GA 30269 917-345-5803

お申し込みはこちら → <https://www.yamatoamerica.com/cs/>

クロネコヤマト アメリカ

