

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



12 2025
No. 72
月1回発行



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

インフルエンザ予防接種

実施中!

ご家族の健康管理のため、
早めの接種をおすすめしております。
ご予約は当院の WEB 予約ページより
受け付けております。

「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。

ホルモン血液検査、受けてみませんか?

最近こんなことはありませんか?

- 疲れやすい
- イライラする
- 眠れない
- なんとなく体調がすぐれない

もしかすると、
ホルモンバランスの乱れが原因かもしれません。
ご予約・お問い合わせは倉岡クリニックまで。

アトランタ医院

Kuraoka Clininc Atlanta

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

Phone: **770.980.0000**

www.KuraokaClinic.com
info@kuraokaclinic.com

完全予約制。予約なしでのご来院はご遠慮ください

Governors Ridge Office Park Bldg. 30
1640 Powers Ferry Rd, Suite 100, Marietta, GA 30067

美容部門 倉岡クリニック3階

AdvancedMD Aesthetics of Atlanta

ピコレーザシミ取り、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

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

DECEMBER 2025 NO. 72

バックナンバーはウェブサイト

www.anisatlanta.com

でお楽しみください。

次回 2026 年 1 月号は 1 月 5 日ごろ配布予定

- 05 12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
- 14 パパッとつくっておいしくたべよ
- 16 アロマテラピー◎タウンゼント瞳
- 23 バイリンガル求職者の就職・転職事情◎PASONA
- 24 Hello! Atlanta◎鎌田桃佳
- 26 アトランタ in-Town News◎
Tomato2 Ribbon Cutting Ceremony
- 27 ぶらりアトランタ◎Ponce City Market
- 29 雇用・労働・移民法ニュース◎大蔵昌枝弁護士
- 30 格闘家の戯言◎高橋督
- 31 子育て知恵袋 in Atlanta◎長谷川ゆかり
- 32 AYC CLUB◎矢島カイロプラクティック
- 32 聖書の言葉◎ますみ
- 33 健康とカイロプラクティック◎矢島敬朗
- 34 教えて歯医者さん◎清水デンタル
- 35 メディカルコラム◎倉岡クリニック
- 36 「歯」の話◎植月歯科医院
- 37 今月の12星座占い
- 38 クラシファイド広告
- 38 編集後記



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：

Wismettac 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中

アトランタに住んでいる人、これから住む人、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。

ANIS ATLANTA

編集部へのお問い合わせは下記までお願いいたします。

E-mail: infojp@anisatlanta.com

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。

Published by Anis USA, LLC
4514 Chamblee Dunwoody Rd., Suite 249, Atlanta, GA 30338
E-mail: infojp@anisatlanta.com
Publisher: Miyuki

© 2025 ANIS USA, LLC. 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.

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ついては ANIS ATLANTA は一切責任を負いかねます。

在外選挙の 制度と手続き について

在留届の
提出も
忘れずに！



在外選挙人名簿への登録資格

- 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*をした方を除く。)

※国外転出をする際に市区町村の窓口で行う申請

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、日本大使館・総領事館
等の領事窓口で登録申請

3か月の居住期間経過後に
日本大使館・総領事館等から
住所確認の連絡を受ける

在外選挙人証の受取
(郵送又は領事窓口)

用意するもの

- ・パスポート
- ・登録申請書
- ・居住していることを
証明できる書類
(在留届を提出済みの方は不要です。)



日本大使館・
総領事館等



在外選挙人証



同居家族による代理申請もできます

申請者の署名入り登録申請書及び申出書*、申請者及び代理の方のパスポート等
をご用意ください。 ※登録申請書及び申出書は、領事窓口又は総務省のホームページから入手できます。

在外投票は次の3つの方法で行うことができます

在外公館等投票



直接日本大使館・総領事館等に
出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

日本国内における投票



一時帰国した方や、帰国直後で
転入届を提出して3か月未満の方が、
日本国内で投票する方法

TEL :
(404)240-4300
(615)340-4300

Mail :
ryoji@aa.mofa.go.jp
con1@nv.mofa.go.jp

又は
外務省 在外選挙 検索 まで



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

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
美味さと品質を
アメリカの皆様に
お届けします。



100%新潟県産限定農家

GLUTEN
FREE

NON
GMO



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、何をとっても絶
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「サッ」と洗うだけで炊飯いただける軽洗米です。



<https://wismettacusa.com>



12 DECEMBER

12月のカレンダー

12月21日 冬至（とうじ）
12月24日 クリスマス・イヴ
12月25日 クリスマス
12月31日 大晦日、大晦

12月21日 冬至（とうじ）

冬至は二十四節気のひとつ。二十四節気は季節の移り変わりを知るためのもので、約15日間ごとに24に分けられています。冬至は1年で最も日が短いということは、翌日から日が長くなっていくということ。そこで、冬至を太陽が生まれ変わる日ととらえ、古くから世界各地で冬至の祝祭が盛大に行われていました。太陰太陽暦（いわゆる旧暦）では冬至が暦を計算する上での起点です。

この日にかぼちゃや小豆粥を食べると寒い冬を健康に過ごせると言われています。地域によってはお風呂に柚子を入れて温まります。

12月24日 クリスマス・イヴ

クリスマス（キリスト降誕祭）の前夜。
eve は夜を意味する古語 even から来たもので「クリスマスの夜」の意味になる。

キリスト教会暦では日没が1日の始まりであり、クリスマスは24日の日没から25日の日没までとなるので、その間の夜である24日の夜のことをクリスマス・イヴと呼ぶ。

12月25日 クリスマス

イエス・キリストの降誕を記念する日。イエスがこの日に生まれたという確証はなく、各宗派がそれぞれに日付を定めてイエスの生誕を祝っていたが、4世紀前半、教皇ユリウス1世が「イエスの生誕の日」は12月25日」と定めた。

冬至の時期であるこの日前後には異教の祭が重なっており、キリスト教側が布教拡大を狙ってこの日をイエス生誕の日としたものと見られている。

日本では1874年に最初のクリスマスパーティーが開かれ、現在では宗教を越えた年末の国民行事となっている。

12月31日 大晦日、大晦

1年の終りの日。月末のことを晦日・晦と言い、年末の最後の晦日なので大晦日・大晦という。「みそか」は三十日の意、「つごもり」は月籠りが転じたもので、旧暦では毎月1日が新月であり、その前日を「つごもり」と呼んだ。

12月31日 除夜

除夜（じょや）とは、一年の最後の日「大晦日（おおみそか）」の夜のこと。かつては一年の神「年神（歳神）」を迎えるために朝まで眠らずに過ごす習慣があった。

除夜には各家庭で「年越しそば」が食べられ、深夜0時を挟む時間帯に寺院では「除夜の鐘」が撞かれる。除夜の鐘は多くの寺で108回撞かれる。

除夜の鐘が108回の由来

眼（げん）・耳（に）・鼻（び）・舌（ぜつ）・身（しん）・意（い）の六根のそれぞれに好（こう：気持ちが良い）・悪（あく：気持ちが悪い）・平（へい：どうでもよい）があって18類、この18類それぞれに浄（じょう）・染（せん：きたない）があって36類、この36類を前世・今世・来世の三世に配当して108となり、これは人間の煩惱の数を表すとされている。

また、月の数12、二十四節気の数24、七十二候の数72を足した数が108となり、一年間を表しているとの説もある。除夜の鐘は、これら108の煩惱を一つ一つ消し去るといわれている。

「除」という漢字には、古いものを捨て、新しいものを迎えるという意味があります。そういったことから、1年の最後の日である大晦日は、「除の日」「除日」とも呼ばれ、除日の夜につく鐘という意味で、「除夜の鐘」と言われているのです。



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、中古車探し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



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開設までお任せください！



薄 俊彦

TOSHIHIKO SUSUKI

おすすめ物件

●Alpharetta (賃貸) \$2900/月
間取り: 4BR2.5BA・面積: 2216 sqft・築年数:
1993年・階: 2階・物件種別: 一戸建て・引き
渡し時期: 7月上旬 ※弊社取り扱い物件

●Dunwoody (賃貸) \$2100/月
間取り: 1BR1BA・面積: 950 sqft・築年数:
2007年・階: 物件種別: マンション・引き
渡し時期: 4月下旬 ※弊社取り扱い物件

●Suwanee (賃貸) \$2550/月
間取り: 4BR2.5BA・面積: 2498sqft・築年:
2000年・階: 2階・物件種別: 一戸建て・引き
渡し時期: 即時 ※Zillow掲載物件

不動産のご相談は日本語で
お気軽にご連絡ください。

Tel: 404.454.7402

e-mail: tsusuki@sakurarealty.com



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



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？

何から始めたらいいのかわからない、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

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： スティーヴン・スピルバーグ
国： オハイオ州 シンシナティ
生： 1946 年 12 月 18 日 -
職業： アメリカ合衆国の映画製作者

1946 年 12 月 18 日、オハイオ州シンシナティのウクライナ系ユダヤ人家庭に生まれる。父は電気技師、母はコンサートピアニストであった。父の仕事の都合上、引越しも多く、スティーヴンはアリゾナ州フェニックスで育つ。子ども時代、ユダヤ人であったことや学習障害により読み書きを修得する速度が遅かったことなどからいじめを受けたこともあった。

12 歳のとき、スティーヴンは 8 ミリカメラで最初のホームムービーを撮影。以後、高校時代にかけて冒険映画を撮り続けた。18 歳になったスティーヴンはカリフォルニア州立大学ロングビーチ校に入学して映画を専攻。また、ユニバーサル・スタジオ編集部門にて無給インターンとして勤務する。

21 歳のときにショートフィルムを作る機会を与えられたスティーヴンは『アンブリン』を製作。この映画がユニバーサルテレビ部門の責任者の目に止まり、ユニバーサルと 7 年契約を結ぶ。忙しくなったスティーヴンは翌年に大学を中退。後に再度入学し卒業している。

1972 年、TV 映画「激突！」で注目され、以後「ジョーズ」(75)、「未知との遭遇」(77)、「レイダース 失われたアーク」(81)、「E.T.」(82) など発表する作品が次々と記録破りの大ヒットとなり、ハリウッド随一のヒットメーカーとなる。

1993 年には「ジュラシック・パーク」が自身最高の世界興行収入を記録し、「シンドラーのリスト」でアカデミー作品賞と監督賞を受賞。名実ともにハリウッドのトップに立つ。以降も 94 年に映画スタジオ、ドリームワークス SKG を設立するなど映画業界をリードし、「プライベート・ライアン」(98) では 2 度目のアカデミー監督賞を受賞した。

2015 年、スティーヴン・スピルバーグは文民に贈られる最高位の勲章である大統領自由勲章を受章した。



Once a month the sky falls on my head, I come to, and I see another movie I want to make.

月に一度、空が僕の頭に降り落ちる。正気に戻った時、作りたい映画が見えるんだ

I never felt comfortable with myself, because I was never part of the majority. I always felt awkward and shy and on the outside of the momentum of my friends' lives.

僕は多数派側の人間になったことがなく、自分の居場所を見つけたことがない。いつもきまりが悪く、内気で、友達の勢いのある生活の外側にいた。

All good ideas start out as bad ideas, that's why it takes so long. すべての良いアイデアは悪いアイデアからスタートする。だから良いアイデアが生まれるには長い時間がかかるんだ。

I don't dream at night, I dream all day; I dream for a living.

僕は、夜に夢を見るんじゃない。一日中夢を見ているんだ。生きる糧として、夢を見ている

Even though I get older, what I do never gets old, and that's what I think keeps me hungry.

僕は年齢を重ねても、決して年を取らない。それがハングリー精神を維持する秘訣だ。

Only a generation of readers will spawn a generation of writers. その世代の読者が、その世代の作家を生み出す。

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
お仕事をいたします。

Tel. 770-851-7030
Email: htparis@gmail.com



JOB

企業は
あなたを
求めています

お仕事探しはこちら

QUICK USA, Inc.

✓ 全米求人数
トップレベル

847-924-1328
quickga@919usa.com

✓ 求職者様に寄り添った
手厚い無料サポート

✓ 企業と求職者の
高マッチング!

1 Glenlake Pkwy NE, Suite 650
Atlanta, GA 30328 USA



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）



山田大使、松田総領事 訪問


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。

2026-2027 年度の入学願書の受付は1月7日より開始
 学校説明会及び見学会を下記の予定で開催します。
 1月21日、1月28日（日本語）、2月18日、3月11日 8:30AM

- 授業料：無料
- 対象学年：ジョージア州在住の幼稚園年長～小学7年生（2026年度夏 8学年クラスを開設）
- 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
- 学校の年間行事：ジャパンフェスト、ウィンターコンサート、餅つき、書初め、節分、ひな祭り、運動会、こどもの日

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






おかげさまで 35 周年

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 35 年目を迎えました。

当園は、ジョージア州政府認可の幼稚園・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

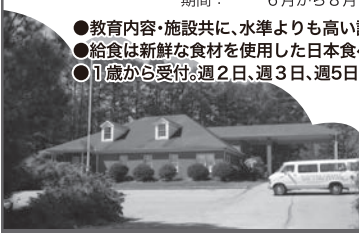
アフタースクール

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



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




Instagram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

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
ご予約受付けています



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

Website: www.yamamotoauto.com

ニュースダイジェスト

米政府、19 カ国出身者の永住権を全て再審査

米首都ワシントンで州兵 2 人が銃撃された事件を受けてトランプ政権が移民に対する取り締まりを強める中、米政府は 11 月 27 日、アフガニスタンなど 19 カ国の出身者に付与されたグリーンカード（永住権）全ての再審査を行うと表明した。

米移民局（USCIS）のジョー・エドロー局長は同日、「米大統領の指示を受け、懸念のある国から来た外国人全員について、全てのグリーンカードの全面的な徹底再審査を指示した」と X（旧ツイッター）に投稿した。



対象となるのはアフガニスタン、ビルマ（ミャンマー）、チャド、コンゴ共和国、赤道ギニア、エリトリア、ハイチ、イラン、リビア、ソマリア、スーダン、イエメン、ブルンジ、キューバ、ラオス、シエラレオネ、トーゴ、トルクメニスタン、ベネズエラの 19 カ国の出身者。

州兵が銃撃された事件では、当局がアフガニスタン国籍の男を容疑者と特定。これを受けてトランプ政権が移民に対する取り締まりを一層強めていた。

国土安全保障省は 27 日、ジョー・バイデン前大統領の下で認められた全ての亡命申請についても見直しを行っているとして、「アフガン国籍保持者にかかわる移民申請の処理については、安全および審査手順のさらなる見直しを行う間、無期限で停止する」とした。

州兵を銃撃した疑いがもたれているアフガン国籍のラーマヌラ・ラカンワル容疑者は、過去に中央情報局（CIA）などの米政府機関に協力したことがあり、協力者を受け入れるバイデン

前政権のプログラムで 2021 年に渡米。24 年に亡命を申請し、トランプ政権が 25 年 4 月に亡命を認めていた。

米造幣局が 1 セント硬貨の製造終了

米ペンシルベニア州フィラデルフィアにある造幣局で 11 月 12 日、最後の 1 セント（0.01 ドル＝約 1.54 円）硬貨が製造された。1 セント硬貨は長い闘病の末、息を引き取った。享年 238 歳。

ブランドン・ビーチ財務官が最後の製造に立ち会った。トランプ大統領は 2 月、SNS を通じ、製造コストを理由に 1 セント硬貨の製造停止を造幣局に指示したと明らかにしていた。

1 セント硬貨の製造費用は 1 枚あたり約 4 セントで、額面を上回る。かつてはガムボールなどの「ペニーキャンディー」を買えたり、駐車メーターで使われたりもしたが、現在では硬貨入れや引き出し、店頭の小銭用のトレーに置かれることが多い。

ビーチ財務官は最後に製造された 1 セント硬貨について、競売にかけられる予定だと明らかにした。実際に流通へ回った最後の 1 セント硬貨は 6 月に製造されたものだったという。

現在も、5 セント硬貨や 10 セント硬貨、25 セント硬貨、珍しい 50 セント硬貨や 1 ドル硬貨が流通している。製造が終わっても 1 セント硬貨は法定通貨としての地位を保つ。

長く計画されていた廃止でも課題山積

一見、時代遅れに思える硬貨だが、流通停止はとりわけ小売業界で予想以上の混乱を生んでいる。

一部の小売店は価格を最も近い 5 セント硬貨に切り上げる方針を示しており、多くは 1～2 セント高くなる。供給を安定させるために顧客に 1 セント硬貨での支払いを求める店舗もある。しかし州によっては、値段の切り上げや切り下げを行うことで業者が法的問題に直面するおそれがある。

さらに、1 セント硬貨を廃止して節約できるはずだった費用が、代わりに製造する 5 セント硬貨の増産で相殺される可能性がある。5 セント硬貨は 1 セント硬貨より製造コストが高いためだ。

米国での 1 セント硬貨廃止は「やや混乱気味だ」と語るのは、1 セント硬貨存続を主張する団体 ACC のマーク・ウェラー事務局長。「クリスマスの頃には、1 セント硬貨不足で小売店の問題はさらに深刻になるだろう」

ウェラー氏によれば、カナダやオーストラリア、スイスなど低額硬貨を廃止した国では、その後の処理に明確な指針があったが、米国にはそれが無いという。

MAYUMI
HAIR SALON

3232 Peachtree Rd. Suite B
Atlanta, GA 30305 (Studio 131)

ご予約、お問合せは日本語でどうぞ
404-824-5403 (テキスト可)

当店は
日本製の
ジェルを
使用しています

日本での 6 年以上のサロン経験を経て
GA州 Nail Technician license取得
当店はスピード重視のサロンとは違い
お一人お一人に寄り添った丁寧な施術をさせていただきます

Grand Opening 記念
10%OFF
当広告を見た
とお伝え下さい
02/28/2026 まで

ご予約方法
右のInstagramのQRから予約サイトのリンクへ。
日本語でのご予約お問合せは公式LINEから。
@855oixar を追加してトークからご連絡下さい。
またはTEXTでのご連絡もお受けしております。

@INDIGONAILS_ATL

インディゴネイルズ
indigonails

3170 Peachtree Industrial Blvd
#135 Duluth, GA 30097
☎ 470-929-1666

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
- * アメリカ会計業務暦: 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

まなみと焼き鳥



開店 4周年

HAPPY 4TH
ANUVERSARY

各種イベント
開催!!!
詳細はSNSで
随時発表!!

12月
20日(土)
21日(日)

感謝

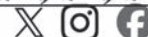
♥日頃のご愛顧に感謝を込めて♥

なっくり&WOWをたくさんご用意!
一緒に盛り上がりましょう!!

*お子様にも楽しいイベント企画中!
*商品商品即実演販売も!



参加参加参加参加参加参加参加参加参加参加参加参加参加参加参加
FOR MORE INFORMATION, PLEASE CHECK @GOHAN MARKET



HAJIME

JAPANESE RAMEN BAR



自家製麺所 らーめん
HouseMadeNoodle

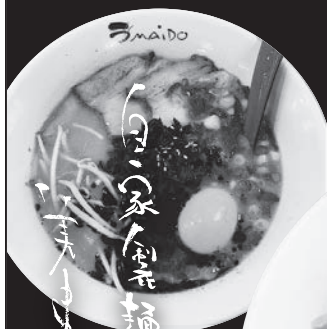


2345 Cheshire Bridge Rd. Suite 1, Atlanta, GA 30324
470-428-2388
www.HAJIME.us

umaido

美味堂

超本格派! 博多とんこつラーメン
Japanese Noodle Bar



2790 Lawrenceville-Suwanee Road Suite #140 Suwanee, GA 30024
WWW.UMAIDO.NET 678-318-8568

フォーブス「世界長者番付」2025 年版発表

フォーブスは、39 回目となる年次の「世界長者番付 (World's Billionaires List)」を発表した。これは、世界の富豪を網羅した決定版のランキングであり、今年はかつてないほどの富が増している。



今回のリストには、第 1 回である 1987 年以降で最多となる 3028 人のビリオネアが名を連ねている。その資産の総額は過去最高となる 16 兆 1000 億ドル (約 2410 兆円) に達している。また、資産が 1000 億ドル (約 15 兆円) を超える「センチビリオネア」の数は世界で 15 人にのぼり、昨年の 14 人から増加した。

今年のランキングではイーロン・マスクが、昨年 1 位だったフランスの LVMH グループ会長のベルナール・アルノーに代わって首位に返り咲いた。マスクの資産は、前年から 75% 増加して 3420 億ドル (約 51 兆 3000 億円) に達している。彼の資産の上昇は、xAI とスペース X の評価額の急上昇や、テスラの株価がここ最近の下落にもかかわらず過去 1 年間では上昇したことによるものだ。マスクは、史上初めて資産が 3000 億ドル (約 45 兆円) を超えた人物となった。

ドナルド・トランプ米大統領の推定保有資産は、昨年の 2 倍以上の 51 億ドル (約 7650 億円) に達し、700 位に入った。彼の資産の増加は、メディア関連の事業体である「トランプ・メディア・アンド・テクノロジー・グループ (TMTG)」の株価上昇や、暗号資産関連の事業からの大規模な資金流入によってもたらされた。

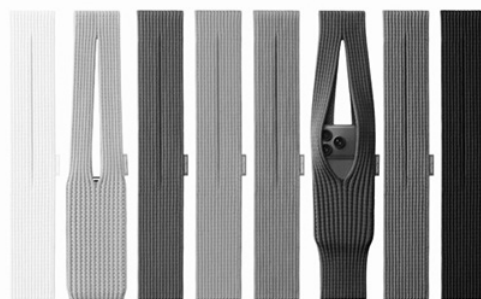
「経済の不確実性や地政学的緊張の高まりの中においても、富豪たちは記録的な年を迎えている」と、ランキングを担当したフォーブスのシニアエディターのチェイス・ピーターソン＝

ウィズーンは語った。「マスクや商務長官のハワード・ルトニック、さらに米政府に影響力を持つその他のビリオネアたちは、ますますその力を拡大している」と彼は述べている。

マスクに続く 2 位は、マーク・ザッカーバーグで保有資産は 2160 億ドル (約 32 兆 4000 億円) とされた。3 位はジェフ・ベゾスで保有資産は 2150 億ドル (約 32 兆 2000 億円)。4 位はラリー・エリソンで保有資産は同 1920 億ドル (約 28 兆 8000 億円)、5 位はベルナール・アルノーとその家族で同 1780 億ドル (約 26 兆 7000 億円) だった。

ニット編みストラップ「iPhone Pocket」発表

米アップルは 11 月 11 日、ファッションデザイナーのイッセイミヤケとコラボ開発したニット編みのストラップ「iPhone Pocket」を発表した。発表によると、iPhone Pocket は「もう一つポケットを加えるというアイデアから生まれた」製品で、全ての iPhone にフィットする。14 日から発売予定。



「Apple とイッセイミヤケは、職人の技、シンプルさ、喜びの賞賛といったデザインアプローチを共有している。この便利なもう一つのポケットはそういったアイデアの好例であり、私たちの製品と自然になじむ」「見てそれとわかるシルエットは、iPhone、AirPods、お気に入りの日常アイテムを持ち歩くための美しく新しい方法を提供する」。Apple のインダストリアルデザイン担当副社長、モリー・アンダーソン氏はそうコメントしている。

「『一枚の布』のコンセプトからインスピレーションを得た」という iPhone Pocket の値段は、ショートが 149.95 ドル、ロングが 229.95 ドル (日本ではそれぞれ税込み 2 万 5800 円、3 万 9800 円)。X (旧ツイッター) では「切り取ったソックスに 230 ドル。アップルファンはアップルなら何だって、どんな額でも支払う」という書き込みもあった。

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 (Taylor English Doms LLC, ジョージア州弁護士)
監修 大原賢 寛 (エモリー大学ワシントン法律事務所)
野口剛史 (GRS Final LLC, ジョージア州弁護士)

羊士社
YODOSHA

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
リーガルサービスを
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

8560 Holcomb Bridge Rd, Alpharetta, GA 30022

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



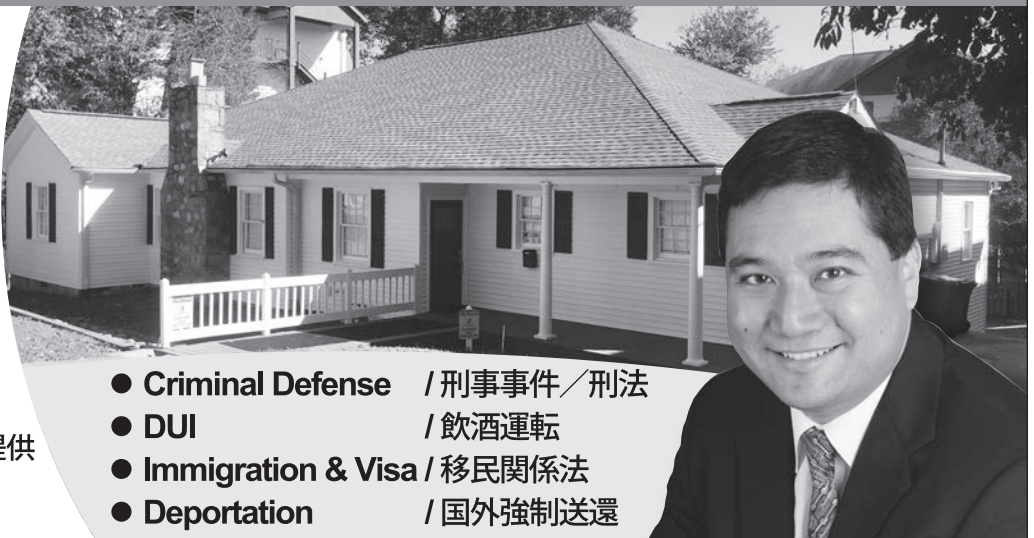
THE SONODA LAW FIRM

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。初回で相談、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 25 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)

2025 年レストランの新しい食トレンド 11

2024 年 11 月 5 日、レストランに関する専門的なアドバイスをするサイト、The Restaurant HQ が「11 New Food Trends for Your Restaurant in 2025」を発表し、レストラン業界における最新のトレンド予測を紹介しました。

ファッションと同じように、食のトレンドも移り変わりが激しい。2025 年には、持続可能で健康的な、植物由来の地元産食品が、パンチの効いたスパイスや国際色豊かな味とともに、その舞台を占めるようになって予測されている。

1. グルテンフリーの小麦粉と小麦の代替品

小麦価格は 2025 年まで高値が続くと予想される。

例えば燕麦粉は、ほとんどのレシピで小麦粉の最大 20% を置き換えることができ、自家製で、ヘルシーで食べ応えがある。また、パンバスケットを無料で提供している場合は、パン代やパンバスケットのおかわりを有料にすることを検討する。

小麦粉の代替品が人気を集めている理由はいくつかあるが、グルテンフリーであること、味の組み合わせのバリエーションや種類が無限にあること、そしてその多くにタンパク質が増えるという利点があることだ。カップ 1 杯のひよこ豆の粉は 20g のタンパク質を含む。

2. シーフードの保存食

北欧のシンプルでミニマルな暮らしは、数年前からインテリアのトレンドとなっているが、健康的で質素な暮らしにも浸透し始めている。サバ、イカ、タコなど、ソースやスパイスに漬けた魚の缶詰、燻製、瓶詰は、クラッカー、ゼリー、ドライベリー、ハーブ、カリカリのパンと一緒にバイキング料理に出せる。これらの商品は一般的に低価格で、高級で国際的な前菜として売ることができる。

瓶詰めや缶詰のシーフードもまた、「廃棄物ゼロ」レストランの主要なメニューとして脚光を浴びている。この魚は賞味期限が長く、冷蔵する必要がなく、リサイクル可能な容器から直接提供することができる。

3. 植物由来の水産食品

海藻、海苔、ウキクサ（水レンコンとも呼ばれる）、寒天（ベジタリアン・ゼラチンの代用品としてよく使われる紅藻類）などに多く含まれるビタミン豊富な成分は、現代のスナックやメニューにさらに登場することになるだろう。

4. 甘い味のスナック

Z 世代は、最も間食をする世代になることとなり、状況を変えつつある。今年は、大胆でスパイシー、そして国際的な味の組み合わせがトレンドだ。NCSolutions の調査によると、Z 世代の半数以上 (51%) は自分たちを「ホットソース通」だと考えている。Z 世代の実に 35% が、辛い料理を食べる前に免責同意書にサインしたことがあると答えている。「スパイシー」と「スイート」を組み合わせた「スウィシー (Swicy)」も最近のトレンドのひとつだ。このアイデアは、カルダモン・スパイス・ミックスナッツ、チリ・マングー・シャーベット、シラチャ・ポップコーンのように、バーのおつまみ、前菜、デザートに使える。

5. 餃子

餃子の多様性が今年、食卓に広がりを見せている。Whole Foods のトレンド食品リストによると、来年はほぼすべてのカテゴリーで餃子が注目されている。餃子は世界中のあらゆる国で何らかの形で食べられており、あらゆる食生活や味覚に適応できるため、機知に富んだシェフにとってはエキサイティングな食べ物だ。Google トレンドによると、どの州でも過去 5 年間にわたって安定した傾向が続いている。

6. 低アルコール飲料とノンアルコール飲料

Tik Tok ではシラフがトレンドになっており、ユーザーたちはソバークュリアスと称して、社交の場で自分自身や友人たちの飲酒量を減らすことに挑戦している。これにより、外出先でアルコールを控えている間も飲み続けられるノンアルコール飲料の選択肢が急増している。

大手ビール会社は、低アルコールやノンアルコールの選択肢を提供することで対応している。Anheuser-Busch 社は、2025 年には低アルコール飲料またはノンアルコール飲料が売上の 20% を占めるようになって予測している。The Coors company は、このトレンドに対応するため、エナジードリンクやノンアルコールビールに投資している。低アルコール・ノンアルコール業界は、2022 年から 2026 年にかけて 25% の成長が見込まれている。

7. ダーティ・ソーダ

ユタ州に住んでいない限り、ダーティ・ソーダは初めて耳にするものだろう。Hulu のリアリティ・シリーズ『The Secret Lives of Mormon Wives (モルモン教徒の妻たちの秘密の生活)』によって人気に火がつき、最近になって他の国でも知られるようになったのだ。ダーティ・ソーダはソーシャルメディア上で大流行し、今年の「ヘルシー」ト

JCCG × ジョージア日本語学校 共催イベント 第 11 回 健康体操教室開催ご案内

日時：2025 年 12 月 6 日 (土) 9:15 ~ 10:45 (9:00 開場)

会場：ジョージア日本語学校 第 1 体育館

1550 Pebble Brook Circle, Mableton, GA 30126

申込方法：商工会 Web サイトより申し込み

<https://jccg.org/events/209/entry/new>

申込定員：ICAG 会場 30 人

参加費：無料

持ち物：きれいな外履 (会場内を汚さない)、ヨガマット (任意)

テーマ：知っておきたい病気や怪我の予防



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 \$23

(シャンプー込)

- ◎シャンプーなしカットは \$20
- ◎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。

★ Nukoa Plaza 2F

3230 Steve Reynolds Blvd. #206 Duluth, GA 30096



Exit 104
Pleasant Hill Rd
★
Steve Reynolds Blvd
Catalina Blvd
85



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

きちんとおいしく作れるレシピ

さめても美味しい

ハニーマスタードチキン

取り皿もフォークも不要、手軽につまめるのが嬉しいフィンガーフード。
女性はもちろん男性にも大人気で、ワイン会では「ハニマ」の愛称で親しまれてます。



材料 (2 人分)

鶏肉 (もも) 1 枚
A 塩 小さじ 1/2
A 黒コショウ 少々
小麦粉 小さじ 2
B ハチミツ 大さじ 1
B 粒マスタード 小さじ 1

作り方

1. 鶏肉 (もも) を一口大にカットし、A 塩小さじ 1/2、黒コショウ少々をふり、小麦粉をまぶします。
2. フライパンに油少々を熱して 2 を入れ、途中返しながらか中火で 7 ~ 8 分。
3. 火を止め、B ハチミツ大さじ 1、粒マスタード小さじ 1 をよく混ぜて加え、弱火で 2 ~ 3 分煮からめます。
4. 器に盛って楊枝を刺せば完成！



The Japan-America Society of Georgia

2025 Bonenkai Holiday Gala

ジョージア日米協会
2025年 忘年会

THURSDAY, DECEMBER 18, 2025
12月18日 (木) 6:00PM-9:00PM

PIEDMONT DRIVING CLUB
1215 PIEDMONT AVENUE NE
ATLANTA, GEORGIA 30309

featuring
a Networking Cocktail Reception,
Silent Auction Fundraiser,
Dinner & Entertainment and more

Black Tie Optional



**THE JAPAN-AMERICA
SOCIETY OF GEORGIA**
ジョージア日米協会

12月18日(木)にジョージア日米協会の第45回忘年会ディナーがピードモントドライビング・クラブで開催されます。皆様に楽しい夕べの集いを持っていただけますようご案内を申し上げます。今回は新任の在アトランタ日本国総領事によるご挨拶、日本プロ野球界のレジェンドとの交流会、ネットワーキング・カクテルレセプション、豪華なドアプライズ、そして Junko Fujiyama さんによるパフォーマンスなど、盛りだくさんの内容で皆様をお迎えいたします。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

また恒例のサイレント・オークションでは、ホテル宿泊券、有名レストランのギフト券やデルタ航空券等数々の品を取り揃えておりますので、ぜひご参加ください。また、皆様からオークションの品や現金のご寄付も募っております。オークションの売り上げの収益は、当協会の教育、ビジネス、文化等のプログラム運営に使わせていただきます。詳細は、ジョージア日米協会ウェブサイト (<http://www.jasgeorgia.org/>) または 404-842-1400 までお願いいたします。

レンドの中でも異彩を放っている。

8. インフュージョンな飲み物

※インフュージョン：抽出した、煎じたという意味
消費者は、毎日飲む水の一滴一滴を大切にしたいと考えている。水分補給と健康維持に努める人が増える中、普通の水は平凡になりつつある。企業は、64 オンスの飲料に、風味、ビタミン、電解質、さらにはタンパク質の強化のために、クロロフィル、プロテイン、ノパルサポテンを加えている。

9. お茶

ここ数年、人々は炭酸飲料から離れて、風味豊かで健康的なさまざまな代替品を求めている。紅茶の人気はかつてないほど高まっている。米国は世界第3位の紅茶輸入国である。ミレニアル世代の87%がお茶を飲む。パンデミック以来、Z世代も同様に切り替えている。アメリカでは、紅茶の75～80%がアイスティーで飲まれている。今年は、エルダーフラワー、ハイビスカス、ラベンダー、ジュニパーなどのフローラルティーが、特に写真映えし、インスタ映えすることから人気を集めるだろう。お茶は飲むだけではない。ほんの数例を挙げると、日本風の抹茶アイスクリーム、カモミールリコッタチーズケーキ、カルダモンチャイアイスクリームなど、お茶を取り入れたフレーバーがあちこちで登場している。

10. カラフルな抹茶

もうひとつ、全国のコーヒーショップでブームになっているのが抹茶だ。抹茶は緑茶の葉を脱水して粉末にしたもので、日本では何百年も親しまれてきた。抹茶は、その健康効果から米国市場に新たに登場した。抹茶の鮮やかな緑の色合いは、より多くの色を求める現代の顧客を満足させるには十分ではない。SNSでは色とりどりの抹茶が人気で、なかでもオレンジが一番人気だ。

11. ウコン飲料

ウコンは、炎症を抑え、肌荒れを改善し、汚染や細胞損傷などのフリーラジカルを体内から除去する可能性があるなど、その健康効果が長い間称賛されてきた。ウコンはTikTokに定着し、ウコンを飲むことで肌がきれいになり、体重が減ったと主張するユーザーの動画が何千もある。ムスクのような、胡椒のような、土のような味は万人受けするものではなく、美味しく食べるには試行錯誤が必要だ。多くのレシピ開発者は、少量のショウガとレモンを使うことでバランスを取ろうとしている。

レストラン紹介

★ BELLINA

Ponce City Market,
675 Ponce De Leon Ave NE UNIT 131, Atlanta, GA 30308
(404) 330-9933

PPonce City Market 内のフードホールにあるため少し賑やかですが、席数も多く、快適に過ごせました。受付スタッフも親切で、外を眺められる素敵な席に案内してくれました。行き交う人々を眺めながら、ゆったりとした時間を楽しみました。



ガーリックブレッドは外はカリッと、中はふんわり。マリナラソースをつけるとさらに美味しさが引き立ちます。サラダにはストロベリーとキャンディピーカンがアクセントになっており、ドレッシングも程よいバランスで絶品でした。カルボナーラは上に生卵がのっていて、混ぜると濃厚な味わいに。太めの手打ちパスタはもちもち食感で、ソースとの相性も抜群です。ジョージアシュリンプのパスタは爽やかなレモンソースが特徴で、スピナッチ入りフィットチーネとよく合っていました。

スタッフの対応も丁寧で、料理の提供もスムーズ。気持ちよく食事をしました。私たちの席からはパスタを作る様子も見られ、とても興味深かったです。このお店ではパスタ教室も開催しているそうなので、次回はぜひ参加してみたいと思います。



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



Kayobi-Kai は、
毎月第2火曜日にアトランタ都市圏の
さまざまなレストランで開催される
継続的なディナーイベントです。

RSVP 申し込み:
www.bit.ly/JASG-KayobiKai

ANIS ATLANTA

Monthly Japanese Community Magazine

www.anisatlanta.com

広告・取材記事・連載コラムに関するお問い合わせは
email: infojp@anisatlanta.com text: 404-510-8534

アロマテラピー

アロマクラフトでつくるクリスマスギフト

～香りで届ける、冬のやさしい贈り物～

寒さが深まる 12 月は、クリスマスのデコレーションが一層美しく見え、優しい香りが心を癒してくれます。精油の香りは、忙しい日々の中でふっと深呼吸を促し、気持ちを落ち着けてくれる“小さな癒し”。一年の感謝を伝えるクリスマスギフトに、自然の香りを使った手作りのアロマクラフトを添えてみませんか。ここでは、この季節にぴったりの香りと、簡単に作れるクラフトをご紹介します。



冬を彩る香りたち

■ 柑橘系

(オレンジ、マンダリンなど)
甘く爽やかな香りで気持ちを明るくしてくれます。子どもから大人まで幅広く好まれる香りです。

■ 樹木系

(サイプレス、ヒノキ、シダーウッド、サンダルウッドなど)
クリスマスツリーを思わせる清々しく上品な香り。空気を整え、心を落ち着ける効果があります。

■ 樹脂系

(フランキンセンス、ミルラなど)
フランキンセンスとミルラはキリスト誕生に贈られた香料として知られ、クリスマスを象徴する神聖な香りです。深い安らぎをもたらします。

■ スパイス系

(シナモン、クローブ、ジンジャーなど)
温かみのあるスパイシーな香りで、ホリデーシーズンには欠かせません。気分を明るくしてくれます。

クリスマス・ルームスプレー (50ml)

ひと吹きでお部屋全体に冬らしい香りが広がります。

材料：

- ・ 無水エタノール 10ml
- ・ 精製水 (Distilled/Purified water) 40ml
- ・ 精油
 - ・ 柑橘系 (オレンジ) 8 滴
 - ・ 針葉樹系 (ダグラスファー、サイプレスなど) 5 滴
 - ・ 樹脂系 (フランキンセンス) 4 滴
 - ・ スパイス系 (シナモン) 1～2 滴

※ 無水エタノールがない場合 Everclear (190 proof)、Vodka、アルコール入り Witch Hazel で代用可。Rubbing alcohol は香りが強いので不向き。

作り方：

1. 清潔な遮光スプレーボトルに無水エタノールに精油を加えて
2. よく混ぜる。
3. 精製水を加え、蓋をしてよく振る

柑橘、森の香り、スパイスが重なり合い、クリスマスらしい優しい香りに仕上がります。

しっとりハンドクリーム (30g)

冬の乾燥した手肌をしっとり保湿するクリームです。

材料：

- ・ シアバター 15g
- ・ ホホバオイル 10g
- ・ ミツロウ 5g
- ・ 精油
 - ・ ラベンダー 3～4 滴
 - ・ 樹脂系 (フランキンセンスなど) 2～3 滴
 - ・ ゼラニウム 1 滴

作り方：

1. 耐熱容器にシアバター・ミツロウ・ホホバオイルを入れ、湯せんで溶かす。
2. 粗熱が取れたら精油を加え、爪楊枝で優しく混ぜる。
3. 容器に移し、固まるまで冷ます。

華やかで優しい香りが手元にふんわり広がります。



ヒーリング・バスソルト (1 回分)

冬のバスタイムを特別な癒しの時間に。

材料：

- ・ エプソムソルトまたはヒマラヤソルト 50g
- ・ 精油
 - ・ 木の香り (ヒノキ、サイプレス など) 3 滴
 - ・ 柑橘 (オレンジ) 2 滴
- ・ ドライハーブ (ラベンダー、ローズなど) 少量

作り方：

ソルトに精油をよく混ぜ、ドライハーブを加えれば完成。

森の清々しさと柑橘の明るさが調和し、深呼吸したくなる香りです。

リップバーム

リップバームは材料さえ揃えば作るのは意外と簡単。ミルラは乾燥した唇の保護と修復に最適な精油です。オレンジの香りですんわりと優しい香りで仕上げて。

材料：(約 20g / リップバーム 2 ～ 3 本分)

- ・ ミツロウ 5g
- ・ シアバター 8g
- ・ ココナッツオイル 7g
- ・ 精油 ミルラ 1 ～ 2 滴、オレンジ 1 滴

作り方

1. 耐熱容器に ミツロウ・シアバター・ココナッツオイル を入れる。
2. 湯せんでゆっくり溶かす。
3. 少し冷ましてから 精油を加える。
4. リップチューブまたはクリーム容器に流し入れ、冷蔵庫で固める。

しゅわしゅわバスボム (2 ～ 3 個分)

冬の入浴が楽しみになる、やわらかい香りのバスボム。

材料：

- ・ 重曹 100g
- ・ クエン酸 50g
- ・ 片栗粉 50g
- ・ ココナッツオイル 大さじ 1
- ・ 精油
 - ・ 例) サンドルウッド 2 滴、オレンジ 5 滴
- ・ 霧吹きの水 適量
- ・ シリコンモールド

作り方：

1. 粉類をよく混ぜる。
2. 湯煎で溶かしたココナッツオイルを加えて混ぜる。
3. 霧吹きで水を少しずつ加え、全体がしっとりするまで混ぜる。
4. 型にしっかりと詰め、乾燥させる。

サンドルウッドの落ち着いた深みとオレンジの明るさが合さり、やさしい冬の香りが広がります。



香りの選び方のコツ

■ 冬に向く香り

- ・ 柑橘：落ち込んだ気分を明るく
- ・ 針葉樹：空気を整える
- ・ 樹脂系：深く呼吸したくなる香り

■ 年代・性別別のおすすめ

- ・ 子ども：柑橘系 (オレンジ、マンダリンなど)
- ・ 女性：ゼラニウム、ラベンダー、イランイラン
- ・ 男性：シダーウッド、ダグラスファー、フランキンセンス、パイン
- ・ 高齢の方：ラベンダー、サイプレス

おわりに

精油の香りは、贈る相手の心にそっと寄り添う“小さな癒し”の贈り物です。

手作りのアロマクラフトは、手軽に作れるのに特別感があり、冬のギフトとしてとても喜ばれます。ラッピングを工夫して、世界にひとつだけのオリジナルギフトを作ってみてください。

どうぞ、香りとともに、心あたたまるクリスマスをお迎えください。

タウンゼンド 瞳 (アッセンズ郊外在住)

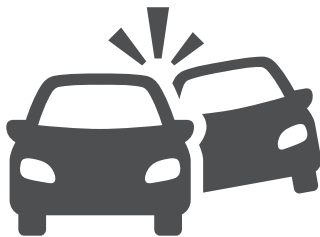
日本で看護師として大学病院婦人科病棟に勤務。その後クリニック、訪問看護にも携わる。インターナショナルスクールのスクールナースとして勤務後、渡米。エッセンシャルオイルとの出会いを通して自然の力に魅了され、子供の誕生をきっかけに本格的にアロマについて学び始める。現在小・中・高校生の5人の子供達をエッセンシャルオイルを使いながら子育て中。アロマクラスを随時開催。ぜひ感想などお聞かせください。

hitomitownsend@gmail.com
Instagram : mynaturallife.hitomi



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





12月のお買い得商品

大特価

通常 \$24.67
\$22.17

5kg\$24.27
\$19.99
10kg\$50.33
\$39.50

通常 \$3.58
各 \$2.58

通常 \$24.18
\$13.99

通常 \$3.47
\$2.63

通常 \$2.89
\$2.18

通常 \$4.71
\$2.85

通常 \$2.20
各 \$1.69

通常 \$10.32
各 \$7.82

通常 \$10.32
各 \$7.82

通常 \$10.32
各 \$7.82

通常 \$9.29
\$7.82

通常 \$3.70
各 \$2.48

通常 \$3.70
各 \$2.48

通常 \$3.98
各 \$2.48

通常 \$3.98
各 \$2.48

Tomato2

8560 Holcomb Bridge Rd #109
Alpharetta, GA 30022
770-263-7838

SUN 10-6
MON-SAT 10-8

Seasoning your life



We look forward to seeing you at



TOMATO 2



\$ 11.25



\$ 5.67



\$ 8.93



\$ 5.62



\$ 5.62



\$ 5.62



\$ 8.03



\$ 4.69



\$ 8.03



\$ 6.05



\$ 8.34



\$ 6.05

Omniflex Bold*



\$ 5.38



\$ 4.17



\$ 4.17



KIKKOMAN®

ODEN

Japanese Favorite Hot Pot dish.



“Fine Surimi and KIBUN Broth
Bring Out the UMAMI!!”

**DECEMBER
SALE**

紀文の季節

通常価格 \$19.26 **\$14.59**



TOMATO2/Sushi Yoko

8560 Holcomb Bridge Rd Ste.108,
Alpharetta, GA30022

バイリンガル求職者の 就職・転職事情

先行きが不透明で、変化のスピードがこれまで以上に速くなっている今、「本当にこの働き方でいいのだろうか」「自分のキャリアの選択は正しいのだろうか」と不安を抱える方もいると思います。特にアメリカで働くということは、文化の違いや周囲との比較、成功モデルの多様さもあり、時として、キャリアの“正解”を見失うこともあります。しかし、実際のところキャリアには明確な正解はありません。むしろ大切なのは、時代の変化に振り回されることなく、「自分にとって納得できる働き方」を見つけていく姿勢です。

これまで私たちは、ある程度決められたルートをとることがキャリアの成功と考えられてきました。良い学校を出て、安定した会社に入り、経験を積みながら昇進していく。そうした直線的な道筋が安全で正しいとされてきた時代が確かにありましたが、働き方が多様化し、産業そのものが短いサイクルで変化する現在では、一つのルートに固執することがかえって可能性を狭めてしまうこともあります。

たとえば、途中で立ち止まったり、別の分野に挑戦したり、プライベートの事情で一度キャリアを離れたたりすることも、人生の一部として自然なことで、そのような変化をマイナスと捉えるよりも、その経験をどう糧にしたか、どんな学びがあったか、という視点で評価されるのが昨今です。キャリアが直線的でないからこそ得られる視点やスキルは、今の時代に求められる柔軟性や適応力につながっていきます。

この、正解がひとつではない、という考え方は、働く目的にも深く関わっています。誰かが成功と呼ぶ働き方が、自分にとっての幸せや充実とは限りません。重要なのは、自分がどんな環境で力を発揮できるのか、どんな働き方が心地よいのかを知ることです。たとえば、アメリカのオープンなコミュニケーションスタイルが合う人もいれば、日本的なきめ細やかさや丁寧さを活かせる場面で力を発揮する人もいるでしょう。多様な価値観が共存する今の時代だからこそ、「自分に合った働き方」を選ぶ自由が広がっています。

納得のいくキャリアを築くうえで、もうひとつ大切なのが、自分の選択にラベルを貼らないことです。他の誰かと比べて焦ったり、もっとこういう道を歩くべきだった、と後悔したりすると、視野が狭まり、今の自分が持っている力や魅力に気づきにくくなります。キャリアの歩みは、個々の背景や価値観によってまったく異なるものです。同じ職種に就いていても、同じ国で働いていても、その人にとってのベストはそれぞれ違います。だからこそ、変化や寄り道を恐れず、これが今の自分にとっての良い選択だ、と思える道を選び続けることが、長く働き続けるうえでの大きな支えになります。

さらに、自分に合ったキャリアを見つけるには、時折立ち止

まり、内省することも必要です。日々の業務に追われると、なぜこの仕事をしているのか、といった根本的なことが見えにくくなります。だからこそ、自分の価値観や優先したいこと、心地よさをあらためて言語化する時間をつくることで、キャリアの方向性がぶれにくくなります。これは、転職やキャリアチェンジを考えている人だけでなく、今の職場で働き続ける人にとっても大切なプロセスです。

働き方の選択肢が広がる今の時代は、多くの人が、「これでいいのかな」と迷いやすい時代でもあります。しかし、迷うことは悪いことではありません。迷うということは、それだけ自分の人生や働き方について真剣に考えている証拠でもあります。そして、答えがひとつに定まらないからこそ、柔軟に変えながら、自分のペースでキャリアをつくっていく自由があります。履歴書だけでは語りきれない人生のストーリーを持つことこそが、これからの時代の強みになります。キャリアの正解はひとつではありません。誰かの基準ではなく、自分が納得できる働き方を選び、その選択を大切に積み重ねていく。その先にこそ、自分らしく輝けるキャリアが広がっていくことでしょう。

そして、気がつけば、2025年ももうすぐ幕を閉じようとしています。一年間、記事を読んでくださった皆さまに心よりお礼申し上げます。どうぞ素敵なホリデーシーズンををお過ごしください。来年もまた、皆さまのキャリアに寄り添える情報をお届けできれば幸いです。2026年もよろしくお願いいたします。

働く、つながる、パソナ

PASONA

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 NA, INC.

TEL:(404) 848-9221

E-mail:pasona.info@pasona.com



Akiko Komura

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

www.pasona.com



Hello! Atlanta

～お家で Christmas Party 編～

時代と共に変化していくクリスマス

友達から「もうすぐ甥っ子が生まれるんだ！」と嬉しい報告が。名前は既に決まっています、その名もニコラス。カトリックの彼女なので、「それって聖書に出てくる名前？」と聞いてみたけれど、「どうなんだろう？」と首をかしげる彼女。私は「聖ニコラスかな？なんか聞いたことある・・・けど誰だっけ？」という、半端知識を披露。二人で“どこぞのニコラスさん”を思い出すために記憶の引き出しを探したものの、埃しか出てこず終了。で、後で調べた結果・・・ニコラス=サンタクロースの元ネタの人でした！え、めちゃ有名。むしろ世界的スター！もちろん諸説あるので、今私達が認識しているサンタクロースは、北欧神話やコカコーラの広告イメージが混ざりまくった結果だけど、元ネタの一つである事は間違いないようです。そして彼が貧しい家の娘たちのために、夜中に金貨を窓や煙突から投げ入れ、それが暖炉の近くの靴下に入った事が、“クリスマス靴下”の原点なんだとか。・・・いやいやいや、ちょっと待って？真冬に窓開ければなしの家なんてレアすぎん？！そして娘さんがいる家限定で屋根に登るニコラスさん、リスク高すぎない？！雪でも積もってたら、ニコラスさん伝説になる前に大怪我してついでに不審者として一発アウトな未来しか見えない。私の汚れた心を誰か洗って！そして金貨を煙突に投げ込むという謎チャレンジ。うっかり暖炉で溶けた金貨ドロドロ事件とか起きてない？！もし彼が玄関のドアの隙間からそっと滑り込ませていたら・・・現代のクリスマスは「誰がドアの隙間から一番遠くにコインを飛ばせるか競う日」になっていたかも。そんな「あり得たかもしれない世界」を想像していると、サンタクロースって本当に、歴史と伝説と善意と偶然で出来た奇跡のキャラクターなんだなあ・・・と思いました。とはいえ、私は今の色んなものがミックスしたクリスマスが大好きです♡家でクリスマスパーティーするのも大好き！お家クリスマスパーティーを紹介します。

【木製ビレッジ】↓

ハンドメイド感たっぷりのゆい作りが温かい木製ビレッジ。
(CH Home)



【Faux Cypress】←
実がついたヒノキのステム。無造作に束ねて。
(Linen & Flax Co.)

【ベル】→
ベル付きステムをバラしてペロアリボンに結び付けた、お手軽ガーランド。
(Hobby Lobby)



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。アクセサリー&イラストのブランド Tiny MOMO の Instagram →



[tinymomous.etsy.com](https://www.tinymomous.etsy.com)

私のハンドメイドジュエリー Tiny MOMO のオンラインショップです。



【ゴールドリース】
細いシンプルなリース。そのまま鏡に掛けたり、ミニオーナメントを足して小スペースのインテリアに。
(La Bella Maison)





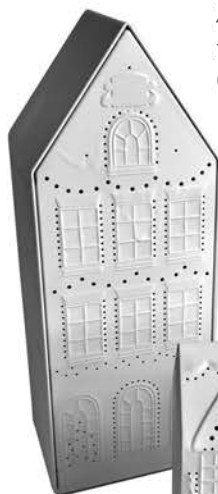
【鹿】↓
動物の置物は、インテリアデコレーション物語性を高めるのに効果的。ミニツリーのそばに置くと一気にメルヘン！
(CH Home)



【Meri Meri ペーパーツリー】↓
10個セットのペーパーツリーは、重ねば厚さ5mmのため、コンパクトに収納できる。
(HomeGoods)



【M&S お菓子缶】↓
Marks & Spencerのお菓子缶はLEDライト付きの優れもの。スプレーペンキで白くしました。
(Target)



【テーブルセッティング2パターン】↓
ナプキンもプレースマットも6枚か8枚ずつしか揃えていないので、それ以上の人数になる時は、2種類を交互に置く事で統一感持たせてます。



*Merry Christmas
& Happy New Year!*



アトランタ in-Town News

Tomato2 Ribbon Cutting Ceremony

SushiYoko & Tomato2

去る 11 月 20 日 (木)、すし横&トマト2の新店舗オープン
を祝う記念イベントが開催されました。当日は、ジョージ
ア州ロズウェル市の経済発展を支援する官民連携組織 Roswell
Inc が中心となってオープニングセレモニーが執り行われ、在
アトランタ日本国総領事館の松田総領事、ロズウェル市議会議
員 Christine Hall 氏も出席し祝辞を寄せました。

すし横&トマト2 オーナーの中村氏は、これまで大きく取
り上げられる機会は多くないものの、地域の学校への寄付など、
長年にわたり地道なコミュニティ活動を続けてこられました。
今回の店舗移転にあたり、Roswell Inc の協力により新たな地
域とのつながりが生まれ、今年のハロウィンには地域の学校で
初めてコミュニティ活動を行うことができたといいます。こう
した継続的な取り組みが評価され、今回のセレモニー開催へと
つながりました。

中村氏は、「新しいコミュニティの皆様当店をお引き立て
いただき、心より感謝しております。地域の皆様からいただい
ているご支援には、コミュニティ活動という形で少しでもお返
ししてきましたが、それをご評価いただけたことは大変光栄で
す。今後も皆様に喜んでいただけるよう、より一層励んでまい
ります」と感謝の気持ちを述べられました。

すし横&トマト2の皆様、このたびの新店舗オープン、誠に
おめでとうございます。地域に日本の味と文化を届けてくだ
さっていることに深く感謝申し上げますとともに、今後ますます
のご発展をお祈りいたします。



ぶらい アトランタ

Ponce City Market

アトランタの街の中心にある **Ponce City Market (ポンス・シティ・マーケット) ** は、地元の人にも観光客にも大人気の複合施設です。

フードホールやレストラン、ブティック、オフィス、そして居住スペースまでが集まるこの場所は、まさに“アトランタの縮図”ともいえる活気にあふれています。

歴史を受け継ぎながら、現代の感性を融合させた Ponce City Market は、地元の人々にとっても観光客にとっても、アトランタの“今”を体感できる特別な場所となっています。

アトランタの歴史と文化が融合する複合施設

この建物は、もともと 1920 年代に建てられたシアーズ・ローバック社の流通センター。当時は南東部最大級の施設として物流の拠点となっていました。

その後しばらくは市庁舎の一部として使われていましたが、2014 年に見事にリノベーションされ、今の Ponce City Market として新たに生まれ変わりました。

重厚なレンガ造りの外観と大きな窓は当時の面影をそのまま残しており、歴史的な建築美とモダンなデザインが見事に融合しています。

建物のすぐ横には **Atlanta BeltLine (アトランタ・ベルトライン) ** が通っており、散歩やサイクリングを楽しむ人の姿も多く見られます。週末にはマーケットやイベントが開催され、屋上の「Skyline Park」からはアトランタの街を一望することもできます。

2016 年にはアメリカ国立史跡にも登録されたこの場所は、今やアトランタの新しいランドマーク。おしゃれなカフェでのんびり過ごすもよし、ローカルグルメを食べ歩くもよし。訪れるたびに新しい発見がある、そんな魅力あふれるスポットです。



フードホール at PCM

今では、おしゃれなレストランが地元産のオーガニック食材を使い、国際色豊かな料理を提供しています。従来のフードコートのイメージを一新し、モール内の洗練された小売店と調和する形で、高級感のあるダイニングエリアへと進化しています。

こうした食の専門店街、いわゆる「フードホール」は、単なる食事や休憩の場ではなく、食と体験が融合した新しい目的地として注目されています。広々とした芸術的な空間の中で、本格的なバーや料理を楽しめる店がある一方、調理の実演や試食など、食をテーマにした体験を提供する店舗も多く見られます。

また、有名シェフが監修する人気店もあり、それぞれのレストランが独自のコンセプトを打ち出しています。訪れるたびに新たな発見があり、全体からは常に新鮮で活気あふれる雰囲気が感じられます。



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。

就労許可書自動延長の廃止

2025年10月30日、国土安全保障省（DHS）と米国移民局は、就労許可の自動延長措置を即時廃止すると発表しました。就労許可書の自動延長の終了により不当詐欺的行為や正当性のない就労許可書の申請数を減らし、これにより米国内の安全保障と就労許可プログラムの健全性をより適切に確保することを意図しています。



【自動延長】

以前は、就労許可書の審査が異常なまでに長引いていたために雇用が一時中断するなどの問題が多発していました。この状況を改善するために、バイデン政権により更新申請中は既存のカードが失効しても、最長で540日間は就労資格が自動的に延長されるようになりました。このおかげで申請中も仕事が中断することなく、更新待機期間中も雇用を継続することができるようになりました。

【自動延長廃止】

しかしながら、今回の措置により、2025年10月30日以降に就労許可書の更新申請をする外国人は、延長申請中に既存のカードが失効したら、雇用を継続することができなくなります。主に就労ビザ保持者の配偶者（H-4など）、永住権申請者、亡命者、強制送還差止申請者、暴力被害者ビザ（VAWA）申請者、また以前自動延長措置を受けることができた就労許可書カテゴリーの者が対象となります。しかしながら、今回の自動延長廃止措置はF1学生のSTEM-OPT延長、TPS滞在資格の延長措置受益者、或は法的に滞在資格・就労資格を延長された特別な場合には適用されません。また、2025年10月30日以前に自動延長された就労許可資格にも影響しません。

【影響】

就労許可の自動延長が廃止されたことで、就労許可証の有効

期限が切れた労働者が更新承認を待っている間に就労資格を失う可能性があるため、多くの業界で突発的に人員不足のリスクが高まることが懸念されています。そのため、就労許可保有者に大きく依存している医療、教育、テクノロジー、サービスなどの業界では、事業やサービスの継続性が脅かされる可能性があるかと危惧されています。就労許可書が切れて新しいカードが届くまでの就労中断期間を最小化するためには、現在の就労許可書が失効する180日にすぐに更新申請を提出したほうがよいでしょう。



【I-9 遵守】

また、一時的な雇用の中断により雇用法順守に問題がないように、雇用主は社内のI-9ポリシーと離職手続きを見直し、有効な就労許可書なしで雇用を継続しないように注意する必要があります。社員の就労許可書の有効期限が切れた場合、まずは例外措置の適用に該当するかを確認し、その他の救済措置がないか専門家の意見を求めたほうがよいでしょう。また、患者のケアや製造業や重要部門業務の人材不足を補うためにも、緊急時の人員配置計画などを策定し、オペレーションへの障害を最小限に抑えるように心掛け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@taylorenchinese.com
www.taylorenchinese.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なく、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おき下さい。



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



年末に思う事

今 2025 年も終わってしまう。今年は悲しいことが多い年だった。その一番は 2 月に親父が亡くなったこと。

「その時」に居合わせることはできなかったが、子供がその時の様子をラインでオンタイムで知らせてくれていたの、ほぼ同時に「その時」を知ることができた。

親父は毎朝両親の写真に向かってお線香をあげていたのだが、気が付いたらオレも親父の遺影に向かってお線香をあげている。亡くなってからの方が、親父の顔をよく見るという不思議な現象が起きている。

親父が亡くなる 2 週間前には従妹がなくなり、夏には親父と同じ午年のミュージシャンの金尾さんが亡くなった。PC のフォルダを見ていたらこのコラムの下書きが出てきた。

「オレが先生にあと寿命はあとどのくらいですか？って聞いたらさ、もうとっくに越してますって言うのよ」

日本に行くと必ず会う金尾義郎さんの笑うに笑えない、でも思わず笑ってしまう最近の鉄板ネタである。こうして自分の寿命さえネタにしてしまう金尾さんは、お笑い芸人ではなくステージ 4 の肺がんの 30 日連続放射線治療を終えて、リハビリ中のミュージシャンだ。

「30 日連続じゃないと効果ないって言ってるけど、土日は休みだから全然 30 日連続じゃないんだよね」

と憎まれ口をたたきながら、放射線治療を終えてがん細胞は消しきったが、放射線のダメージで肺炎を併発するようになってしまい呼吸がしづらいと言っている。歌手が肺炎にかかったら普通なら落ち込むところだが、金尾さんは

「オレはシンガーだから歌う事がストレス発散にもなるし、リハビリにもなる」

と毎週金曜日パーソナリティを務める自分のラジオ番組のオープニングではいつも「ア～オ!!」と叫び声をあげて生歌を披露している。リスナーも金尾さんの病気を知っているので「無理をしないでください」「ア～オは無しで」というメールを送っているが本人はそういうメッセージを逆らうかのようにいつも思いつき「ア～オ」と叫び、ファルセットなしで小田(和正)さんばりに B(シ)の音まで出している。今読み返すとこの文章の中では金尾さんがしっかり生きているじゃないか、と少し嬉しくなった。

どのくらいの方が日記をつけているのか全く分からないが、自分が感じたことを文章に残しておくのは、悪い事ではないと思う。フェイスブックで「XX 年前の思い出」と昔にアップした写真が出てきて、こんな事もあったなとすっかり忘れていた事も思い出させてくれるので非常に良いのだが、たまに写真を見てもその写真の事を全く思い出せないという事案が発生するというのも悲しい現実もある。

師匠とやっている YouTube では、さすがに記憶に無い回というのは無いが、昔の映像を観ると技術的なアラが目についてもう一度やり直したくなる回はたくさんある。メジャーなユーチューバーとは比べ物にならないのだが、各回最低でも 1 万回は回っているの、あまり恥ずかしい映像は残したくないのだが、素人の映像だから…という言い訳で自分をごまかしている。

YouTube で思い出したが、来年の正月早々 10 年前に師匠が原作、脚本の映画「Take a Chance」が YouTube で配信されることになった。この映画の主演はなんと新田真剣佑！

お父様は、私等世代では知らない人はいない千葉真一さん。いくら千葉真一さんの息子でもそう簡単に有名になるとは思っていなかったから

「将来キミがビッグになったらアイツを育てたのオレだからって言うていい？」

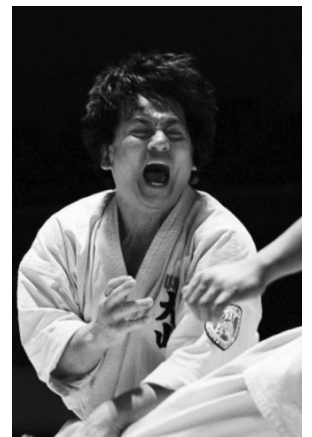
なんて冗談を言っていた。

「もちろんですよ」

と答えるような素直な 16 歳だったのだが、今はそんな事を冗談でも言えなくなってしまう位ビッグになってしまった。

親の七光りだけではなく、やはりサラブレッド中のサラブレッドは違うようだ。勿論その映画には千葉真一さんも出演されている。親子の競演作はこの一本のみという貴重な作品。撮影の話をしだすと 4 時間は終わらないので別の機会に。

ということで良いお年をお迎えください。 押忍





国語力とは何か？

国語学習は人間作り！

ヒトが物事を考えるとき声には出さなくても言語を使って考えをすすめていきます。ですから貧弱な言語力しかもっていないければ思考力も貧弱なものになってしまいます。この言語力というのが国語の学力というものです。国語学習の目標は「理解力、表現力をつけて静かに考えて書き表し、よく読んで考えを深めよく聞いて、考え深く理解していく人間に成長する」ことだと思います。よく「あの人は思慮深い人だ」と言いますが、その場合の思慮深いというのは、生まれつきの性格ではなく、その人のもっている国語力と密接な関りをもっているようです。

例えば「人の言うことは静かによく聞きなさい」と叱る、この“よく聞く”ということとは、単にマナーとして黙って聞くということではなく相手が言っていることを理解して考え、さらに自分の考えたことをまとめて要領よく的確に表現していこうという、これが本当のよく聞くということであり、これは国語の力に関わってくることなのです。そしてそれが思慮深さとなり、その子の性格人格を作っていくのです。子供たちの人格形成にもっとも深くかかわるのが国語力なのです。

国語力はなぜ学力の中枢、教科の土台なのか？

国語の学力があがったら数学など他教科もあがったという話がよくあります。また国語力の状態で他の教科の学力もわかると思います。例えば英語などで英語を日本語に訳したときの日本語の正確さで学力の安定度がわかります。正確にきちんとした日本語にできる子は他の教科もおとさないかと予測できそうです。逆に英語は訳せたが、その日本語がお粗末だったり文字が乱雑な場合、他の教科でもどこか不安定なところがあります。これが国語力が学力の中枢であるとか、教科の基礎といわれるゆえんなのです。

数学の数に関する力とあわせて基礎学力の中核になりますし、人間と人間を結んでいく人間関係を整える力にもなります。また創造の営みの中には言葉が直接、間接的にかかわってきます。そういう意味で国語の学力の重要性を知っておくことが大切です。特に中学、高校に進んでより多角的に学力を伸ばし豊かな学校生活をおくるためにも、是非小学生のうちに国語の学力をしっかりとつけることが必要です「読む力」「書く力」「計算力」学力の基礎です。

国語力をどうつけていくか

現実には国語が得意な子と苦手な子がいるわけですが、その差は生まれつきではありません。子供がそれまでどういう国語環境と国語学習を与えられてきたかが問題になってきます。国語の得意な子は頭の中に国語学習の磁石が出来上がっています。

この磁石というのが基礎学力のことです。これが出来上がっている子は習うことが吸い寄せられるように身についていきます。こういう子は落ちこぼれません。成績にも反映します。逆にこの磁石（基礎学力）がまだ整っていない場合、いくら詰め込んでも詰め込まれたときだけで、学力として生きてきません。自身の身となっていないのでその学力を使って応用ができません。そして、みえる学力としても残っていないのです。ではこの基礎学力はどうやってつけるのでしょうか？

この学力を引き寄せる磁力を付けるには2つあります。一つ目は家庭での言語環境と読書。2つ目は国語学習です。家庭での会話は聞く力、話す力を養いますからできるだけきちんとした文章にして話すことが大切になります。そして読書です。しかし本を読まない子が多い今（読まないではなく読めない）国語学習として公文式国語の学習をお勧めしたいと思います。

公文式の国語学習は読書に必要な読解力をつける学習法です。

この安定した家庭環境と教材学習が機能したときより高い国語力が約束されます。現地の国語という当教室ではアメリカの現地に対応した米語の読解力をつける公文式学習があります。日本の英語学習とはレベルがかなり違います。第二外国語としての英語学習と母国語としての学習としての差であり、日本独特の目的（受験英語や英検など）をもってデザインされているのとも違います。

永住のご家族や駐在のご家族であれ、ほとんどのお子様は現地校で国語を学習します。こちらに滞在中はこの米語で国語を学習するのです。すべての学習の大きな土台である国語学習を公文式学習で強く大きくすることをお勧めします。



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。

日本習字の生徒募集（大人、生徒）

指導者：長谷川ゆかり

お問合せ：770-321-2637



アトランタ矢島カイロプラクティック主催

★ AYC CLUB ★



去る 11 月 15 日 (土)、Dunwoody の Brook Run Park にて、第 42 回 AYC CLUB が開催されました。今回は、アトランタ矢島カイロプラクティックの矢島院長による、空手の「型」を基本とした空手エクササイズが行われました。

空手道における「型」は、定められた順序で技を繰り出しながら演武するもので、空手の基礎と位置づけられています。「型」の稽古には、心身の調和を図るほか、身体を前後・左右・上下にバランスよく動かすことで全身の筋肉を使い、組手に必要な実践的動作を習得する効果があります。また、「型」は競技としても行われ、美しさと力強さの融合と称されます。実際に挑戦してみると、所作を美しく整える難しさや、普段使わない筋肉が多く働くことを実感します。



空手は日本の伝統文化の中で育まれた武道であり、技の鍛錬を通じて心を磨くことを重んじます。身体を鍛えるだけでなく、礼節・忍耐力・思いやりといった精神面の成長にもつながり、人間教育としての側面も備えています。

矢島院長は 12 歳で空手を始め、学生時代から実業団まで選手として活躍しました。2003 年には東日本実業団大会で団体組手 3 位を獲得。さらに、日本空手松濤会愛知県熱田支部の支部長として後進の指導にも尽力しました。

アトランタでは 2007 年より「松濤館空手道矢島道場」を主宰し、国籍を問わず多くの門下生に「強い精神力」と「礼儀の大切さ」を空手を通じて伝え続けています。

AYC CLUB では、毎月様々なテーマで開催しています。ご興味のある方は、アトランタ矢島カイロプラクティックのウェブサイトまたはお電話 (434-228-6815) までお問合せください。



聖書の言葉

By ますみ

『いと高きところでは、神に栄光があるように、地の上では、み心にかなう人々に平和があるように。』 ルカ 2 章 14 節

12 月は、世界中の多くの人々が、イエス・キリストの降誕を喜び祝う月です。新約聖書には、4 福音書と呼ばれるイエス・キリストの生涯を記した書物があります。『福音』とは、『良い知らせ』という意味です。それらは、新約聖書の最初の 4 冊の本で、マタイ、マルコ、ルカ、ヨハネという著者の名前が付いています。その中から、下記の聖書箇所 (マタイの福音書 2 章) には、世界で初めてのクリスマス进行を祝う、東方からの博士たちの状況が記されています。それは、約 2000 年前に、イエス・キリストが誕生された時の出来事・真のクリスマス物語です。

【イエスがヘロデ王の代に、ユダヤのベツレヘムでお生れになったとき、見よ、東からきた博士たちがエルサレムに着いて言った、「ユダヤ人の王としてお生れになったかたは、どこにおられますか。わたしたちは東の方でその星を見たので、そのかたを拝みにきました」。ヘロデ王はこのことを聞いて不安を感じた。エルサレムの人々もみな、同様であった。そこで王は祭司長たちと民の律法学者たちとを全部集めて、キリストはどこに生れるのかと、彼らに聞いた。]

彼らは王に言った、「それはユダヤのベツレヘムです。預言者がこうしてしています、『ユダの地、ベツレヘムよ、おまえは

ユダの君たちの中で、決して最も小さいものではない。おまえの中からひとりの君が出て、わが民イスラエルの牧者となるであろう』。そこで、ヘロデはひそかに博士たちを呼んで、星の現れた時について詳しく聞き、彼らをベツレヘムにつかわして言った、「行って、その幼な子のことを詳しく調べ、見つかったらわたしに知らせしてくれ。わたしも拝みに行くから」。

彼らは王の言うことを聞いて出かけると、見よ、彼らが東方で見た星が、彼らより先に進んで、幼な子のいる所まで行き、その上にとどまった。彼らはその星を見て、非常な喜びにあふれた。そして、家には行って、母マリヤのそばにいる幼な子に会い、ひれ伏して拝み、また、宝の箱をあけて、黄金・乳香・没薬などの贈り物をささげた。マタイの福音書 2 章 1 節 -11 節]

イエス・キリストの誕生で世の中が変わり、世紀が変わり、世界が変わりました。クリスマスには、ぜひ、お近くの教会へお出かけください。クリスチャンの教会では、初めての方、クリスチャンでないけれどクリスマスを教会で体験した方々の新訪問を喜んで迎えてくださいますので、お気軽に、礼拝に参加して、教会でのクリスマスを体験してください。今年のクリスマスに、良い出会いと素晴らしい経験、神様の祝福がありますように。神は愛です。私たちは愛されています。

Merry Christmas and Happy New Year! Peace on Earth!



健康とカイロプラクティック

足首ケア

こんにちは！ストレッチトレーナーのひかりです。あっという間に12月。今年はどうな一年でしたか？私は4月にユタ州のザイオン・ウルトラマラソン60kmに挑戦し、無事に完走することができました。壮大な景色の中を走り抜ける経験は本当に感動で、また必ず挑戦したいと思っています。

さて、そんなウルトラマラソンにも欠かせない大事なテーマ…今月は「足首の硬さ・可動域」についてお話しします。皆さんは、ご自身の足首の柔軟性や動かしやすさを意識したことがありますか？足首は歩く、立つ、しゃがむといった基本動作を支える重要な関節です。ここが硬くなると衝撃を吸収できず、膝や腰に負担がかかり、姿勢の歪みや歩行の乱れ、さらには腰痛や膝痛につながる可能性があります。特に“つま先を上げる動き＝背屈”が十分にできないと、歩行時の骨盤や腰の動きが制限され、全身のバランスに影響が及びます。

足首の可動域が狭くなる原因はさまざまです。長時間のデスクワーク、運動不足、過去の捻挫や靭帯損傷、ふくらはぎ・すね・足裏の筋膜の硬さなどが考えられます。特に、筋膜は全身に張り巡らされているため、一部が硬くなるだけで周囲の筋肉や関節も連鎖的に硬くなり、可動域が低下する悪循環に陥ってしまいます。身体は筋膜だけでなく、すべてがつながり合っているため、足首という“体の土台”が硬いだけで全身の動作に余計な力が入り、姿勢が歪みやすくなってしまいます。

当院の「スポーツパフォーマンス＆トレーニング(ST)」では、足首の可動域を“全身運動の基礎”として重視し、独自のスクワット動作を用いてフォームチェックを行っています。どの部位の硬さが足首の可動域を制限しているのかを細かく分析し、原因を特定することが可能です。実際、多くの患者さんが初回チェックで正しいスクワットフォームを取ることが難しく、筋膜や関節の硬さ、筋肉のつき方の癖などが影響しているケースがほとんどです。それほど私たちの身体バランスは日常の習慣で歪みやすいのです。

足首の可動域改善には、ふくらはぎや足裏の筋膜リリース、ストレッチ、関節を滑らかにするモビリティトレーニングなど、多角的なアプローチが必要です。当院では、カイロプラクティック、SR、STを組み合わせ、体の癖に合わせたオリジナルメニューで施術を行っています。

さらに、足首の柔軟性向上に有効な「カッサ」と「カップピング」も導入しています。カッサは専用のプレートで皮膚をやさしく擦り、血流とリンパを促進して筋膜の癒着を緩めます。カップピングは皮膚を吸引し、深部の血流を改善して強い筋膜のこわ

ばりにも働きかけます。どちらの施術も足首まわりの組織を柔軟にし、トリートメント後は足首の軽さや可動域の広がり、歩行時の安定感の向上を実感される方が多いのが特徴です。

当院では、可動域チェックからトリートメント、セルフケアまで一人ひとりに合わせてサポートしています。寒い季節は筋肉や筋膜がこわばりやすく、足首も硬くなりがちです。この機会にご自身の足首を見直してみませんか？足首ケアで5年後、10年後も元気に動ける身体づくりを一緒に目指しましょう！



今年も当院のコラムを読んでいただき本当にありがとうございました。来年も地域の「健康よろず相談処」として、役立つ情報を発信していきます。どうぞお楽しみに！



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 マッサージ始めました(チップ不要)

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

カッサ・
カップピング
始めました



Dr. Yajima Chiro
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

■ Roswell 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



骨粗しょう症と歯科の関係

骨粗しょう症は、骨の量が減って骨が弱くなり骨折しやすくなる病気です。骨は皮膚などと同じように新陳代謝を繰り返しています。健康な骨は、古い骨を壊す「骨吸収」と、新しい骨を作る「骨形成」のバランスによって作られています。

しかし、加齢や閉経、運動不足などによってこのバランスが崩れてしまい骨が弱くなると、つまずいて手や肘をついた拍子や、くしゃみなどの「わずかな刺激」で骨折してしまいます。



骨粗しょう症の病気自体に痛みなどの症状がないため気づかないうちに病気が進行し、骨折をして骨粗しょう症と診断されることも多くあります。日本にはおよそ 1500 万人以上の患者さんがいると推定されています。

骨粗しょう症は圧倒的に女性に多く、男性の 3 倍以上、50 歳以上の女性では 3 人に 1 人は骨粗しょう症になると言われており、閉経後の高齢女性に多くみられます。

女性の骨量は、思春期から 20 歳代で最大骨量に達し、40 歳を過ぎ卵巣機能が衰退してくると徐々に骨密度が減少し始め、閉経すると急激に減少します。これは、エストロゲンという女性ホルモンが閉経により急激に減少することが要因と言われています。



骨粗しょう症とお口の関係

骨粗しょう症で全身の骨がもろくなってしまうと、歯を支える歯槽骨も弱くなり歯周病が進みやすい状態になります。また、歯科治療時の注意点として骨粗しょう症の治療の際に服用する薬剤が挙げられます。

骨粗しょう症の治療薬のうち、骨吸収抑制薬（ビスフォスフォネート製剤—BP 製剤）や抗 RANKL モノクローナル抗体（デノスマブ）と呼ばれる薬があります。

骨吸収抑制薬は、骨吸収の過程を抑え骨量の低下を防ぎ骨を固くする薬で骨粗鬆症の治療薬としては効果が高く一般的によく使用される薬ですが、顎の骨に関わる副作用があります。それが「薬剤関連顎骨壊死」です。

薬剤関連顎骨壊死は顎の骨の組織や細胞が局所的に死滅し骨が腐った状態をいいます。発生頻度は 0.02 ～ 0.05 % と低いですが、抜歯やインプラント等の外科処置後に、顎骨壊死や炎症反応の副作用が出るケースがあるので注意が必要です。さらにお口の清掃状態が悪いと、顎骨壊死を悪化させる要因となります。

また、日頃から自分のお口を観察しておくことも早期発見につながります。骨吸収抑制薬を服用していて以下のような症状がでたら、速やかに歯科医院に受診しましょう。

- ・口の中に痛みがある、特に抜歯後から痛みが治らない
- ・歯肉に白色もしくは灰色の固いものが出てきた
- ・あごが腫れてきた
- ・下唇がしびれている気がする
- ・歯がぐらついて自然に抜けた
- ・歯肉に何か出てきて、それが入れ歯にあたって痛い

女性はホルモンの変化により男性よりも様々なお口の変化があらわれやすいので、かかりつけの歯科医院に定期的に受診し、歯のクリーニングや治療を行い、お口の健康を保って、いつまでも健康で美味しく食べられるように心がけましょう。

資料：骨粗鬆症とお口の関係 - 日本歯科衛生士会より抜粋

清水デンタル
清水 義仁





ナチュラルホルモン補充療法とは

ナチュラルホルモン補充療法（BHRT）とは

ナチュラルホルモン補充療法（BHRT：Bioidentical Hormone Replacement Therapy）は、体内で作られるホルモンと同じ化学構造を持つホルモンを補うことで、加齢などに伴うホルモンバランスの変化に対応しようとする治療法です。



ホルモンは、脳下垂体・甲状腺・副腎・卵巣・精巣といった内分泌腺から分泌され、全身を巡って多様な生理機能を調整しています。しかし、ホルモン量は20歳代をピークに徐々に減少し、40歳代以降には急激な変化がみられます。加齢に伴う心身の不調の背景には、このホルモン量の変化も一因として挙げられます。また、運動不足やストレス、生活リズムの乱れなども影響を与えるとされています。

ナチュラルホルモン補充療法の主な目的

以下のような症状・変化に対して、ホルモンバランスの調整を図ることを目的としています。

- 更年期にみられる諸症状へのアプローチ（ほてり・発汗・不眠など）
- 疲労感や倦怠感への対応
- 筋肉量や骨密度の維持をサポート
- 活力や性機能に関する変化への働きかけ
- 肌や髪のコンディションの維持
- 睡眠の質の向上
- 認知機能の維持
- 生活習慣病リスクへの配慮

こんな方に検討されることがあります

- 更年期に伴う不調を感じている方
- 加齢により体力や活力の低下を自覚している方
- 慢性的な疲労感や集中力低下が気になる方
- 骨や生活習慣病への備えを考えている方
- PMS（月経前症候群）やPCOS（多嚢胞性卵巣症候群）に

関連する不調がある方

なお、加齢にともなう変化は男女共通して起こり得ます。若い世代でもホルモン値の変動が見られる場合があり、まずは自身の状態を把握することが重要とされています。

女性ホルモンと加齢の関係

女性ホルモンは身体機能の調整に広く関わりますが、その分泌量は加齢とともに低下し、40歳代以降には急激に変動します。エストロゲンとプロゲステロンのバランスが崩れると、心身のさまざまな変化につながるということが知られています。

特にプロゲステロンはエストロゲンより早く減少するため、バランスの乱れが強く表れる場合があります。こうした背景から、ホルモンバランスの調整を目的とした治療法が注目されています。

ご相談について

ナチュラルホルモン補充療法は、閉経前後の女性だけでなく、活力や体力の変化を感じる男性など、年齢や性別を問わず相談される方が増えています。まずは現在のホルモン状態を検査し、必要性や適切な方法を確認することが大切です。

外見・内面ともに健康的なコンディションを維持したい方は、ぜひ倉岡クリニックへご相談ください。

倉岡クリニックでのアンチエイジング治療

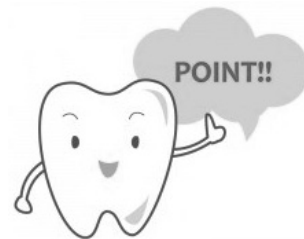
倉岡クリニックでは、さまざまなアンチエイジング治療を行っています。以下の症状に心当たりがある方は、一度ホルモンの血液検査をお勧めします：

- 疲れが取れにくい
- 寝つきが悪い・夜中に何度か目が覚める、スッキリ目覚めない
- 元気がなくなった
- 体調不良
- イライラ、不安、鬱症状
- 体重が増える
- 髪の毛が細くなった、薄くなってきた、抜け毛が増えた
- 男性：EDの症状、または自分のピークは過ぎたと感じる
- 女性：ほてりなどの更年期症状

ぜひ、ホルモンの検査を受けて、健康をサポートしてください。

倉岡クリニック

電話番号：770-980-0000



～アメリカの一般歯科医と歯科専門医について～

アメリカでは、年に2回歯科検査と歯科クリーニングに行くことが慣習となっています。でも、日本では、一般的に歯にむし歯ができたことに気がついたり歯が痛くなったら近所の歯医者に行き、大抵の場合は問題を処置してくれますので、歯科というのは1科目と思っている方が多いかもしれません。

しかしアメリカでは医療のシステムと同じように様々な専門医に分かれています。そこで、数回にわたり一般歯科医と5種類の専門歯科医についてその違いと専門分野についてご紹介したいと思います。

一般歯科医

アメリカの医療では、多くの場合医師の診察を受けるときはまず一般医を受診し、その診断にもとづいて専門医のもとへ行くシステムになっています。歯科医療でも、これは同様です。

年に2回の検査とクリーニングは一般歯科に行ってしてもらい、むし歯ができたり歯周病になったりしても初期のうちに発見することができるので一般歯科で大抵治療することができます。一般歯科でも抜歯、神経治療、歯周病治療ができますし、最近では特別なトレーニングを受けて一般歯科医も歯科矯正やインプラントができるようになってきています。



一般歯科でも、子供だけを専門に見る小児歯科医もあります。小児歯科医院は子供向けに絵本やおもちゃ、子供向けのビデオなどがあり、歯科医やアシスタントは子供たちに慣れているので、アメリカでは子供が小さいときは、親とは別の歯科医に親が連れて行くことがよくあります。

専門歯科医の種類

アメリカには以下のような専門歯科医があります。通常一般歯科医がその治療範囲外になると必要に応じて患者を専門医に紹介します。

- 1) 歯内療法科医 (Endodontists)
- 2) 歯周病科医 (Periodontists)
- 3) 矯正歯科医 (Orthodontists)
- 4) 口腔外科医 (Oral Surgeons)
- 5) 補綴歯科医 (Prosthodontists)
- 6) 小児歯科医 (Pediatric Dentists)

次号からそれぞれの専門医の違いやその分野についてご紹介していきます。

歯のことについてのご質問がございましたらお気軽に御連絡ください。

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】 運気は徐々に高まっていくようで、後半になるにつれて行動力と決断力が冴える月になりそうです。これまで手をつけられなかったことに挑戦したり、積み重ねてきた努力が実を結んだり、前向きな展開が期待できるでしょう。

【恋愛運】 情熱的な気持ちが高まる一方で、少しのすれ違いにも敏感になる傾向が出てきそうです。シングルの人は、自分から積極的に動くことで良い出会いを引き寄せられる運気をしています。

【金 運】 華やかな雰囲気から誘われて支出が増えやすい時期です。年末年始に向けた出費やプレゼントなど楽しい予定も多く、気付けば予算オーバーということも多くあります。使い道をきちんと選ぶことが重要です。

♥ 幸運日 : 6 15 25
× 危険日 : 2 19 30

牡牛座

4/20 ~ 5/20



【全体運】 一年の締めくくりにふさわしく、安定と見直しの気配に満ちた月となります。日常のルーティンや人間関係、生活スタイルなどを振り返り、必要なものとしてないものを見極める好機。あれこれ散漫にならず、心を落ち着けて過ごすことが満ち足りた月を作る秘訣です。

【恋愛運】 恋愛運はあまり動きがなく、穏やかで安定した状態になっているようです。華やかな出会いよりも、日常の中で育つ関係が恋愛に発展する可能性が高いでしょう。

【金 運】 堅実な管理が、お金の運気の安定につながる時期です。年末の出費が増える傾向にあるものの、計画的に使えば問題ありません。貯蓄や年末の家計整理もおすすめ。地道な管理が、来年以降の金運を安定させる基盤となるでしょう。

♥ 幸運日 : 3 16 27
× 危険日 : 6 12 21

双子座

5/21 ~ 6/21



【全体運】 年末に向けて忙しさが加速しつつも、充実感を得られる月になりそうです。これまで積み重ねてきた努力や経験が、形になって現れやすい時期でもあります。人との縁が活発になる時期でもあり、新たな出会いや再会があなたに刺激を与えてくれるでしょう。

【恋愛運】 出会い運が上昇傾向。シングルの人は、偶然の出会いがきっかけで心惹かれる相手とつながるチャンスがあるでしょう。特に趣味や仕事を通じた交流が鍵になりそうで、良い関係を築けそうです。

【金 運】 計出費がかさみやすいものの、運氣自体は悪いとまでは言えず、上手くやり繰りすれば安定を保てそうです。収入面では大きな変化はないものの、副収入や臨時収入が期待できる場面もありそうです。

♥ 幸運日 : 4 18 23
× 危険日 : 9 14 27

蟹 座

6/22 ~ 7/22



【全体運】 これまでの生活や日常の見直しと、健康面や精神面を整えることがキーワードの月になりそうです。年末という節目の時期も相まって、自分の内面や生活、周囲の人間関係などを振り返る機会が増えるでしょう。

【恋愛運】 恋愛面では、穏やかさと誠実さが求められる時期です。シングルの人は、急展開よりもじっくりとした関係作りが幸運のカギとなりそうです。

【金 運】 堅実な動きが吉と出る運気をしています。年末年始に向けた出費が増える時期ではありますが、計画的に予算を立てて動けば無理なく乗り切れるはずで、臨時収入の可能性もややありますので、長く眠らせていたスキルや趣味が思わぬ形で収入につながることもありそうです。

♥ 幸運日 : 3 17 22
× 危険日 : 9 14 28

獅子座

7/23 ~ 8/22



【全体運】 再燃と飛躍がキーワードになりそうです。これまで一度諦めかけていたことに再び光が差し込み、再チャレンジのチャンスが良いタイミングで巡ってきそうです。理想に向けて、大胆かつ丁寧に動くことが良いかもしれません。

【恋愛運】 ひと月を通して多少波のあるようです。情熱が高まる一方で、空回りしやすい傾向も見られます。好きな人にはまっすぐな気持ちを伝えたいくなりますが、相手のペースも考慮することも大切でしょう。

【金 運】 金運は上下の波があるものの、最終的にはプラスに転じやすい運気になっているようです。衝動買いや贅沢に走るが後悔しがちなので、予算を決めて行動するのが吉でしょう。臨時収入のチャンスもありそうです。

♥ 幸運日 : 2 14 24
× 危険日 : 9 17 28

乙女座

8/23 ~ 9/22



【全体運】 色々と整理整頓を行いつつ、省内面にも影響が出るような月になりそうです。年末という節目を前に、生活面だけでなく、心の中も整えていくことが求められることでしょう。焦らず着実に一歩ずつ、自分のペースを守ることが充実のカギになりそうです。

【恋愛運】 恋愛運は、ゆっくりとした進展が期待できる落ち着いた運気のようなようです。無理に盛り上げようとするよりも、日常の中での安心感や信頼を再確認することが愛情を深めます。

【金 運】 金運は堅実そのもので、大きなアップダウンは少なめとなりそうです。ただし、年末のイベントや人付き合いで思わぬ出費が重なる可能性があるため、事前に予算を立てておくのが吉でしょう。

♥ 幸運日 : 7 15 25
× 危険日 : 1 11 20

天秤座

9/23 ~ 10/23



【全体運】 周囲との調和を意識しながらも、自分自身の軸を再確認することが大切になる月です。内面のバランスを整えながら、軽やかに次のステップを踏めるタイミングになるでしょう。

【恋愛運】 穏やかな深まりが感じられる落ち着いたムードが漂っています。派手な進展よりも、信頼や絆をじっくりと育てていくことにフォーカスすると良い結果を生みそうです。相手の立場に立った対話を心掛けるようにしておきましょう。

【金 運】 収支のバランスが問われる時期でしょう。出費が増えやすい季節ではありますが、冷静に管理すれば無理なく乗り切れるでしょう。大きな買い物は、慎重にタイミングを見極めてください。価格や品質の比較が運氣アップのポイントです。

♥ 幸運日 : 9 17 22
× 危険日 : 3 14 27

蠍 座

10/24 ~ 11/22



【全体運】 流れの変化や自己再生がテーマとなる月のよう。これまでの流れがひと段落し、新たな方向性を模索しなくなる気持ちが強まるでしょう。年末に向けては、精神的にも軽やかにしていくでしょう。蠍座らしい洞察力と芯の強さが光る時期です。

【恋愛運】 恋愛運は好調さを持ち、静かに動き出す兆しが見られます。シングルの人は、過去の恋愛や未練に決着をつけることで、新しい出会いのチャンスが自然と訪れやすくなります。率直な対話を心掛けましょう。

【金 運】 見直しと計画性がテーマになりそうです。思わぬ出費が増えやすいものの、事前に準備をしておけば大きな痛みにはならないでしょう。これまでの支出を振り返り、「なんとなく」で使っていたお金の流れを見直すのに最適なタイミングのようです。

♥ 幸運日 : 2 15 26
× 危険日 : 8 18 30

射手座

11/23 ~ 12/21



【全体運】 年末ではありますが、自分らしさを思い切り発揮できるリスタートの月になりそうです。射手座にとっては誕生月にあたる時期でもあり、自然とエネルギーが高まり、前向きな気持ちや新たな挑戦への意欲が湧いてきやすいでしょう。

【恋愛運】 活気がある恋愛運をしており、特に出会いを求めている人にはチャンスが多い時期になりそうです。フットワークの軽さや明るい笑顔が、あなたの魅力を引き出し、多くの注目を集めるでしょう。

【金 運】 金運の波はあるものの、使い次第で大きく運氣を引き寄せられる月です。出費が増えやすい季節ではありますが、それ以上に「有益な使い方」がカギとなります。特に、学びや経験に関わる出費には惜しまず投資をするのが良いかもしれません。

♥ 幸運日 : 6 18 24
× 危険日 : 2 14 27

山羊座

12/22 ~ 1/19



【全体運】 新しい局面に向けての準備と、自身の内面の充実がテーマになる月のようです。年末ということもあり、自然とこれまでの自分の歩みを振り返りたくなる時期となるでしょう。無理せず、自分のペースで進むことが何よりも大切になる月です。

【恋愛運】 穏やかな調子となる時期のようです。派手な展開は少ないものの、心の距離がじわじわと近づくような、安定感のある運気です。感情よりも絆を育むことが鍵になります。

【金 運】 堅実な金運をしており、手堅く守る力が高まるタイミングです。無駄な出費を抑えられるので、年末年始の支出があっても大きく崩れることはないでしょう。節約術を駆使すると、大きな貯えにつながりそうです。

♥ 幸運日 : 2 17 22
× 危険日 : 8 14 27

水瓶座

1/20 ~ 2/18



【全体運】 変他者とのつながりが良い結果を生み、インスピレーションが成功への鍵となりそうです。人との交流が活発になり、様々な価値観や刺激を受け取る場面が増えそうです。独自の感性と冷静な分析力が冴え渡り、あなたらしい形で物事を動かせる月になるでしょう。

【恋愛運】 特に心の距離を縮めるチャンスに恵まれる時と言えそうです。自由でマイペースなあなたですが、今は「一緒にいて心地良い人」との関係がより重要になってきます。素直な気持ちを伝えましょう。

【金 運】 金運は波があるものの、使い次第で大きな成果を得られる可能性を秘めています。予想外の出費が生じるかもしれませんが、それが結果的に自分を成長させる投資となることも多そうです。

♥ 幸運日 : 5 15 28
× 危険日 : 8 13 23

魚 座

2/19 ~ 3/20



【全体運】 心の中に抱えていた負の感情が浄化され、その後に再出発が叶うような運気をしています。年末に向けて自然と内省的になり、自分自身の過去や感情と静かにじっくり向き合いたくなるタイミングとなるでしょう。

【恋愛運】 心の深い部分でのつながりを求めるようになる時期のようです。運気は悪くないものの、表面的なやりとりよりも言葉にならない感情や空気感で通じ合えるような関係性に惹かれるため、なかなか前に進めないかもしれません。

【金 運】 見直しと整理がポイントになりそうです。年末に向けて出費がかさむ傾向はありますが、計画的に管理すれば大きな問題にはなりません。直感的な買い物も、意外と当たりやすい時期のようです。

♥ 幸運日 : 6 17 24
× 危険日 : 1 12 29

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

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 州内食料品配送要員募集

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 でお願ひします。会社名: Yamasho Atlanta Inc ☎ 770-263-9312 ⑤ 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

保育補助を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。

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、⑤ 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、⑤ board@bssal.org、補習校教務担当までご連絡下さい。

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 ⑤ 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。⑤ careers@hendersonmilldentalcare.com

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。

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

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

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

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

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)

Ozuri 居酒屋 Duluth

キッチンシェフ、マネージャー、サーバーを募集。Andy まで☎ 470-707-7086, ozuri.manager@gmail.com

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

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

求人、売買、不動産、
教授、お知らせなど

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 ⑤ www.GEORGIAKENDO.net

お知らせ

東京外大 OB・OG 募集

アトランタ在住東京外大 OB・OG の皆様、西ヶ原・府中出身の方も改めて東京外大の繋がりを深めませんか? 詳細は本田 (2007 年ロシア語卒) takoiya716@yahoo.co.jp

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

ANIS ATLANTA

クラシファイド申込方法

E-mail to: infojp@anisatlanta.com

- ◆ 料 金 基本パターン 1 号に付き 20 ドル、1 行追加につき 5 ドル追加
見出し 13 文字 1 行以内 + 本文 20 文字 x 4 行以内
- ◆ 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 か月
- ◆ 締め切り 毎月 15 日まで到着分となります。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、変わる可能性があ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 Zelle Payment
- ◆ 支払方法 <前払い> *掲載料の返金は一切できませんのでご了承ください。

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 Zelle.
● All ad must be received by the 15th for the issue.
● No refunds in any case.
掲載広告内容に関してアニスは一切責任を負いかねます。広告掲載内容によっては掲載をお断りする場合がありますので、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 on 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.

編集後記

街はクリスマスの灯りに包まれ、冬の空気の中にも柔らかな温もりが感じられる季節になりました。師走の慌ただしさが増す中、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

先日、Ponce City Market を訪れました。歴史あるビルが生まれ変わったこのスポットは、フードホールやユニークなショップ、屋上のスカイライン・パークなど、世代を問わず楽しめる魅力が詰まった場所です。新しい店舗も増えており、コンセプトやデザインの斬新さに刺激を受けました。

なかでも印象的だったのは、“セールをしない”という高品質アメリカンクラシックを扱うショップ。流行に左右されない価値観

に新鮮さを覚えました。また、2025 年 6 月にオープンしたフードホール「Market East」では、パブルティー、フォー、韓国ストリートフードなど、アジアのトレンドフードが勢ぞろい。伝統とモダンが交差する、多彩な味わいを楽しめます。

冬のお出かけスポットとして、改めて足を運びたい場所でした。

本年も多くの方にご愛読いただき、誌面を通じて皆さまと時間を共有できたことを大変うれしく思います。これからも皆さまのお役に立つ情報をお届けしてまいりますので、次号も温かくご覧いただければ幸いです。

アニスアトランタ M.M.

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

(ナースリー、同時通訳あり)

サンデースクール (子供 ~ K6)	日曜日	午前 10:20-10:40
(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
友の会 (シニアの集い)	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
(病氣、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)		
ろばの子クラブ (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
(聖書を開き、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!!

Holiday Seasonですね、
日本への贈り物の準備はお早めに
クリスマスに間に合う出荷は

12/8まで



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





はや川

「最高の店」作りませんか？

店舗運営スタッフ募集

将来的に自分でお店を動かしたい
店長としてお店を盛り上げ、責任のあるお仕事
がしたい方を募集いたします。

新しいご縁を心より楽しみにしております。



MICHELIN

Michelin-starred
restaurant

2023・2024・2025

HAYAKAWA

Authentic Japanese cuisine for a unique dining experience

404-488-9178

テキストにてご連絡ください