

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



7 2026
No. 79
月1回発行



AMERICA

250

INDEPENDENCE DAY

Celebration

MIYUKI (全般 / お問い合わせ)

Tel: 404-510-8534

E-mail: infojp@anisatlanta.com

© 季節・12ヶ月のイラストなら『花鳥風月』

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

「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！
お問い合わせください。

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

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ーに携わり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

JULY 2026 NO. 79

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 8 月号は 8 月 5 日ごろ配布予定

- 05 7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 アロマセラピー◎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 Timeless Japan@JapanFest
- 26 パパッとつくっておいしくたべよ
- 27 アトランタ in-Town News◎INDIGONAILS
- 28 ぶらりアトランタ◎Chamblee Night 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：

Wismetac 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

© 2026 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。



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

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!



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: 2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

薄 俊彦

TOSHIHIKO SUSUKI

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

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

7 JULY

7月のカレンダー

7月01日	国民安全の日
7月02日	公民権法制定
7月04日	米国独立記念日
7月07日	七夕
7月15日	中元
7月20日	月面着陸の日
7月26日	土用の丑の日

7月01日 国民安全の日

1960年5月の閣議で、産業災害・交通事故・火災等の災害防止を図る為に制定。「全国安全週間」の初日。

暑さで気の弛みから事故が多発する、夏場の一日が選ばれた。

7月02日 公民権法制定

公民権法（Civil Right Act）は、黒人差別に対してキング牧師らによって1950年代から進められた公民権運動の高まりを受け、1964年7月2日、アメリカ議会で成立、制定された法律。ケネディ大統領によって取り組まれ、その暗殺後、後任のジョンソン大統領の時に成立した。

7月04日 米国独立記念日

1776年のこの日、英国からの自由と独立を宣言し、アメリカ合衆国が誕生した。独立記念日を7月4日に祝うのは、その日に英国からの独立が正式に宣言されたからである。1776年7月8日には、独立宣言が初めて公に読み上げられ、市民はこれを祝った。

独立記念日が近づくと街中に星条旗をあしらった飾りつけやグッズなどが増え、当日は各地でパレード、コンサート、打ち上げ花火などのイベントが開催されます。また、家庭ではバーベキューやピクニックをして楽しめます。中でも打ち上げ花火

はアメリカ独立宣言の翌年の1777年からずっと続いている伝統行事です。

7月07日 七夕

旧暦の7月15日の夜に帰って来る祖先の霊に着せる衣服を機織して棚に置いておく習慣があり、棚に機で織った衣服を備えることから「棚機」という言葉が生まれた。その後仏教が伝来すると、7月15日は仏教上の行事「盂蘭盆（盆）」となり、棚機は盆の準備をする日ということになって7月7日に繰り上げられた。



これに中国から伝わった織女・牽牛の伝説が結び付けられ、天の川を隔てた織姫（織女星、こと座のベガ）と彦星（牽牛星、わし座のアルタイル）が年に一度の再会を許される日とされた。

7月15日 中元

半年生存の無事を祝い、祖先の霊を供養する日。

元々は正月15日の上元、7月15日を中元、10月15日の下元をあわせて「三元」とする道教の習慣で、中国仏教ではこの日に祖霊を供養する「盂蘭盆会」を行った。日本では江戸時代から商い先やお世話になった人等に贈り物をするようになった。

7月20日 月面着陸の日

1969年のこの日、アポロ11号が月面の「静かの海」に着陸し、人類が初めて月面に降り立った（日本時間では7月21日早朝）。アームストロング船長は「この一歩は小さいが、人類にとっては大きな飛躍である」とのメッセージを地球に送った。

7月26日 土用の丑の日

「土用の丑の日」とは、土用の期間中におとずれる丑の日のこと。昔の暦では十二支で日にちを数えていたので、「丑年」が12年周期で回ってくるのと同様に「丑の日」も12日ごとにあります。

土用とは「土旺（王）用事（どおうようじ）」の略。立春（2月4日ごろ）、立夏（5月5日ごろ）、立秋（8月7日ごろ）、立冬（11月7日ごろ）の前18日間のことをいいます。

土用は夏にしかないと思われがちですが、年に4回、各季節にあります。

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



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

✓ 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!

847-924-1328
quickga@919usa.com

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

おかげさまで 36 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 36 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。

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歳児の入学願書の受付を開始中

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： 2026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

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）

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・K-8 入学願書受中！
 学校見学は予約制にて承ります。
 お気軽にお問い合わせ下さい。

2026 - 2027 年度・K-8 入学願書受中！
 学校見学は予約制にて承ります。
 お気軽にお問い合わせ下さい。

●授業料：無料
 ●対象学年：ジョージア州在住の幼稚園年長~中学2年生
 ●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二言語同時習得をめざすプログラム
 ●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、運動会など

【教員募集中】
 退職金制度、健康保険など福利厚生あり。
 応募は下記までご連絡ください。
 employment@internationalcharteracademy.org

3705 Engineering Dr, Peachtree Corners GA 30092
 770-604-0007 | info@internationalcharteracademy.org



とまと TOMATO JAPANESE FOOD GROCERY

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

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
 当広告を見たときお伝え下さい
 8/31/2026まで

ご予約方法
 行の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 トークからご連絡下さい
 お電話、テキストでのご予約も可能です

インディゴネイルズ
indigonails
 3170 Peachtree Industrial Blvd #135 Duluth, GA 30097
 ☎ 470-929-1666

Onyx Certified **足の爪の痛み、我慢していませんか？**

Onyxfix (オニフィックス)とは
 ✓ドイツ生まれの医療機器登録済み
 痛くない巻き爪(Ingrown nail)ケア
 「Onyxfix」は爪を切らずに
 老若男女問わず自然な形へ
 やさしく矯正します。
 (痛くないのでお子様でも安心です)

Wellness Pedicure 料金
 ドライフットケア \$65~
 (全ての爪のカット、かかとのケア込み
 *サービス料金はお爪とかかとの
 コンディションにより変わります)

ご予約・お問い合わせは上記インディゴネイルズまでお気軽にどうぞ

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： 吉本 ばなな
国： 東京都文京区
生： 1964年7月24日 -
職業： 小説家

批評家・詩人の吉本隆明の次女。姉は漫画家のハルノ宵子。姉は絵がうまかったことから「それなら私は文章だ」と思い、5才くらいから作家になろうと考え、小学校4年生の時に処女作『赤い橋』を執筆した。

文京区立汐見小学校、文京区立第八中学校、東京都立板橋高等学校卒業。1987年3月、日本大学芸術学部文芸学科卒業。卒業制作の「ムーンライト・シャドウ」が担当教員の曾根博義に評価されて、日大芸術学部長賞を受賞。

同年9月14日、第6回海燕新人文学賞の選考会が開かれ「キッチン」が受賞する(村上政彦の「純愛」も同時受賞)。「キッチン」が『海燕』1987年11月号に掲載され商業誌デビュー。1988年1月30日、初の単行本『キッチン』が刊行される。1989年3月20日、『TUGUMI』が中央公論社より刊行される。

吉本ばななが影響を受けた作家としてあげているのが、ドラえもんやオバケのQ太郎などが代表作である「藤子不二雄」とバナナブレッドのプディングが代表作である「大島弓子」の二人です。

その影響の大きさを裏付けるように、吉本ばななの右肩にはオバケのQ太郎のQちゃんのタトゥーが入られています。また、大島弓子の代表作の影響とは公言されていませんが、右太ももにはバナナのタトゥーが入られています。

ペンネームに”ばなな”を入れた理由は、作家デビューのタイミングで自宅でバナナの木を育てていたからです。

そもそもペンネームにしようと思ったのは、本名の「真秀子」を子どもの頃から読んでもらえないことが多く、本名で作家になってしまったら誰も名前を覚えてくれないと感じたからと【「茂木健一郎×吉本ばなな」ペンネーム由来と小説「キッチン」の頃！事実婚の理由&父・吉本隆明の思い出】で発言しています。



モヤモヤする仕事はしない。大切なものが減るから。

競わない。自分だけを深く深く掘っていく。

嫌いな人がいたら、好きになるところまで離れればいいのよ。

止めることのできない時間は惜しむためだけでなく、美しい瞬間を次々に手に入れるために流れていく。

やりたいと思ったときに、ぱっと手を出さないと届かなくなることがあるんだ。

こわがっていたら、なにも進まない、なにも起きない。誰も愛せない。なにも動くことがなくなってしまう。

自分も含めていろんな人の人生を見てみると、全部がダメっていう状況ってない。

いろいろなことがあって、何度も底まで沈み込む。何度も苦しみ何度もカンバックする。負けはしない、力は抜かない。

大丈夫、大丈夫、いつかはここを抜ける日がやってくる。

今日あったいやなことは、とりあえずみんななかったことにしよう。

やりたいと思ったときに、時間のある時なんだ。そういうのをしなくなったら、時間の奴隷になっちゃうよ。

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



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



トマト2

アトランタで日本の
コンビニ気分をお楽しみください



お弁当、おにぎり、サンドイッチ
お惣菜各種取り揃えております。

TOMATO 2
8560 Holcomb Bridge Rd
Alpharetta, GA 30022
770-263-7838

従業員募集中です。興味のある方は770-861-5433
テキストメッセージをお願いします。

HAJIME

JAPANESE RAMEN BAR



自家製麺所 らーめん
House Made Noodle



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

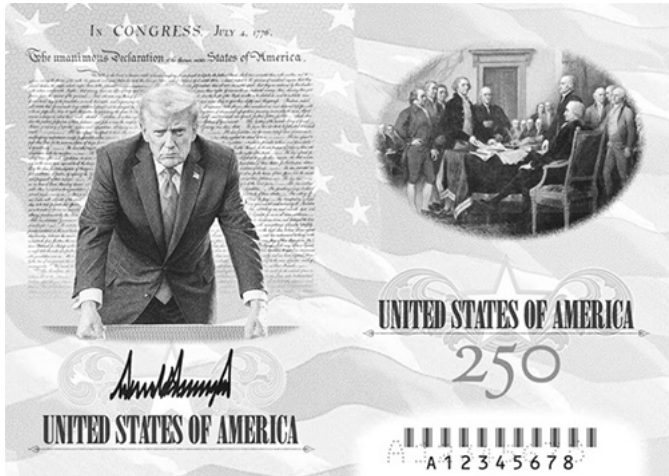
WWW.UMAIDO.NET 678-318-8568

ニュースダイジェスト

米建国 250 年記念パスポート

トランプ米大統領は6月26日、自身の肖像をあしらった建国250周年特別記念パスポート（旅券）の新たなデザイン案をお披露目した。

トランプ氏はSNSトゥルース・ソーシャルに「米国の新しいパスポート。『ようこそ、ただし行儀よく！』という趣旨だ」と投稿した。



投稿されたパスポート見本のページには、大統領執務室の机にのしかかるようにして立つトランプ氏の姿が描かれ、背景には独立宣言の原本の文章、下部にはトランプ氏の署名が記載されている。反対側のページには、ジョン・トランブルによる絵画「独立宣言」の一場面もあしらわれている。

新パスポートに描かれたトランプ氏の肖像は、首都ワシントンのスミソニアン国立肖像画美術館に所蔵されている大統領の肖像画を基にしたものとみられる。国務省が今年公開したデザインでは別の肖像を用いていた。

ホワイトハウスのX（旧ツイッター）のアカウントは26日、トゥルース・ソーシャルのものと同一デザインを投稿。「建国250周年を記念する新しい米国のパスポート」とのキャプションを添えた。

限定版の新パスポートは今年4月、建国250周年祝いの一環で初めて発表された。「表紙と裏表紙、内見開きに特製の図案と鮮明な絵柄」をあしらった「建国250周年の歴史的節目を記念する限定版の米国パスポート」と銘打たれている。

米ユナイテッド航空機着陸時にドローンとあわや衝突

米ユナイテッド航空の旅客機が6月26日、ニュージャージー州の空港への着陸進入中にドローン（無人機）1機と衝突しそうになっていたことが分かった。同機のパイロットが明らかにした。

当該のパイロットは航空管制の音声の中で「もう少しでドローンに衝突するところだった」と話している。パイロットの説明によるとドローンは円形で、幅はおよそ90センチ。旅客機の「約100フィート（約30メートル）下にいた」という。

旅客機はボーイング737で、フロリダ州キーウェストから106人の乗客と乗員5人を乗せて飛行していた。ユナイテッド航空が声明でCNNに伝えたところによれば、午後5時30分ごろにニューアーク・リバティー国際空港へ無事着陸した。乗客は通常どおりゲートで降機したという。

同じ頃、ゴージェット航空が運航するユナイテッド・エクスプレス便でニューアークへ向かっていた別のパイロットも、高度約610メートルでドローンを目撃したと報告している。これは同時間帯の航空管制音声で確認できる。

連邦航空局（FAA）によると、米国の空港周辺では毎月およそ100件のドローン目撃情報が報告されている。ただし同局は、公式な許可なしに管制空域内や有人航空機の近くでドローンを飛行させることを禁止している。

トランプ氏の対イラン戦争権限を制限する決議案

米上院は6月23日、トランプ大統領にイランとの紛争から軍を撤収させるよう求める決議案を可決した。トランプ氏に対する重大な非難であり、この戦争が議会内で支持を得ていないという強力なメッセージとなった。

民主党はトランプ氏の戦争権限を制限するため、上下両院で繰り返し採決に踏み切ってきた。このところ共和党内で徐々に支持が広がりつつあり、トランプ氏の怒りを買っている。

共和党のランド・ポール、スーザン・コリンズ、リサ・マコースキー、ビル・キャッシュ各上院議員が民主党と足並みをそろえ賛成票を投じた一方、民主党のジョン・フェッターマン上院議員は反対票を投じた。採決の結果は賛成50、反対48。これまで戦争権限を巡る決議案に反対票を投じてきた共和党のミッチ・マコーネル、デイブ・マコーミック両上院議員が不在だったことも可決に寄与した。

この決議案は今月初めに下院を通過していた。ただ、いわゆる「両院一致決議」のため大統領の署名は必要なく、定義上、



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

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

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

技術力と”3Sサービス”

山本自動車

信頼

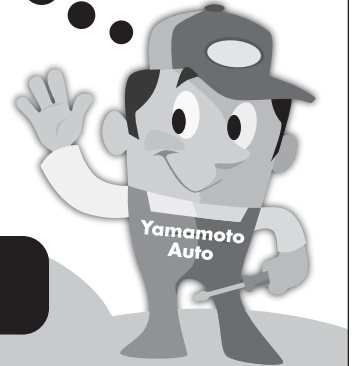
親切

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



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 26 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)

法的拘束力を持たない。

ホワイトハウス当局者は上院の採決を一顧だにせず、今回の決議には「何の重要性もない」と主張。採決されたのは「共和党議員の欠席」のせいだとの見方を示した。

この当局者は「両院一致決議が大統領のもとに送られることはなく、法的拘束力もない」としている。

当局者は今回の決議について、イランとの敵対行為から米軍を撤収させるようトランプ氏に指示する内容だと説明。「ただ、敵対行為は4月7日の停戦で終了しており、米軍を撤収させるべき敵対行為自体が存在しない」と指摘した。

上院がイランを巡る戦争権限決議案の採決を行ったのは、今年に入ってから10回目。上院主導の別の決議案も先月に前進したが、民主党が可決に必要な支持の確保に動いている状況で、採決はまだ行われていない。

スペース X 株、記録的な IPO 受け 19% 上昇

富豪のイーロン・マスク氏が率いる米宇宙開発企業スペース X の株は6月12日の新規株式公開 (IPO) で大幅な上昇を記録し、同社の時価総額を2兆ドル(約320兆円)超へと押し上げた。これに伴い、マスク氏は世界初の「トリリオネア (兆万長者)」としての地位を確固たるものにした。



スペース X は1株150ドルで取引を開始し、取引中には176.52ドルまで上昇、最終的に161.11ドルで取引を終えた。引けにかけて上げ幅をやや縮小したものの、IPOの目標価格である135ドルから19.34%高で終了した。

アナリストらによると、このIPOは成功だった。これは堅固な値上がりと限定的な価格変動、そして個人投資家による過去

最高水準の取引活動と需要を考慮に入れた判断だ。スペース X は現在、米国で6番目に時価総額の大きい上場企業となっている。

「株式への当初の需要を見れば、これはむしろ予想どおりの結果だったと思う」と、カーブ・インベストメント・マネジメントの創業者兼最高経営責任者 (CEO) であるハワード・チャン氏は語った。同社は今月、スペース X へのエクスポージャーを持つ上場投資信託 (ETF) の立ち上げを予定している。

市場全体もわずかに上昇して取引を終えた。S&P500 指数は0.5%上昇。ハイテク株中心のナスダック総合指数は0.31%上昇した。

欧州各国で記録的な暑さ続く

欧州でヒートドーム現象が発生し、複数の国は6月25日、37度を超える暑さに備えている。英国ではすでに6月の最高気温が2日連続で更新され、他の国でもこれまでの最高気温を超える可能性がある。

英イングランド南西部のメリーフィールドでは25日、気温が36.7度に達し、英気象庁によると、24日に更新されたばかりの英国の6月の最高気温を上回った。この記録はこの日のうちにさらに更新される可能性がある。今回の熱波に見舞われる以前、6月の最高気温は50年前に記録された35.6度だった。

スイス・バーゼルでは同日、38度に達し、6月の気温として観測史上最高となった。スイス気象当局によると、これまでの最高気温は1947年に記録された36.9度だった。

フランス気象局によると、同国では24日から25日にかけて、観測史上最も暑い夜となった。24日は2日連続で観測史上最も気温が高く、24時間の平均気温は30度。パリを含む多くの町や都市で40度を上回った。

スペインでも今週、国内記録が更新された。同国気象庁は24日、22日と23日が6月として観測史上最も暑い日となり、平均気温を7.1度上回ったと発表した。

この暑さにより死者が急速に出始めている。スペインの死者数監視システムのデータによると、同国では過去4日間で212人が熱波により死亡した。

英国とフランスでは週末にかけて暑さが和らぎ、28日には大幅に緩和する見通しだ。ただし、熱波は徐々に東へと移動するため、欧州大陸の他の地域では週末にかけて極端な高温が想定される。

熱波のピークは27日になるとみられ、ドイツの多くの都市では気温が40度に達する見込み。ポーランド、ハンガリー、クロアチアなども極端な暑さを警戒している。

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 Duma LLP, ジョージア州弁護士)
監修 大澤育 愛 (モリス・ニコルソン・ラッセル・セブリング LLP)
刊行 野口剛史 (OPR Law LLC, ジョージア州弁護士)

羊土社
YODOSHA

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 **サッ** 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

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
アメリカの皆様へ
お届けします。

KEEPING AYANISHIKI FRESH AT ALL TIMES
TEMPERATURE CONTROL

100% JAPAN GROWN KOSHIHIKARI

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

100% 新潟県産限定農家

GLUTEN FREE
NON GMO

七夕
七たね

Wish Upon the Milky Way

A Tanabata Evening

★ July 10 2026

DATE 6:30-8:00 PM
VENUE JASG OFFICE
Member \$15 / non-member \$20

Write your wishes Somen noodles Confections

Ladies Evening Picnic

SAT 18 JULY 5-7PM

Place: GA Tech Campus

FREE MUST RSVP

BYOB (Bring Your Own Bento)

Registration: <https://www.jasgeorgia.org/event-6724174/Registration>

Registration: <https://www.jasgeorgia.org/event-6732074/Registration>

インスタントラーメン世界中で愛され続ける理由

健康志向のパートナーが、出張で留守になった夜の食事。人気アニメ「KPOP ガールズ！ デモン・ハンターズ」に登場する、主人公たちの大好物。ある時は疲れて帰宅したシェフたちの空腹を満たし、またある時は恋人に婚約指輪を買うための儉約生活を支える。



世界中の人々にとって、インスタントラーメン（即席麺）ほどユニークな食べ物はあまりない。一方ではごほうびのジャンクフードとして、また一方では頼りになる主食として、重宝されている。

インスタントラーメンが健康的でないというのは公然の秘密だ。認知症や心臓病、ホルモンバランスの乱れなどのリスクを高めるという研究が、折に触れて発表される。それに驚く人はほとんどいない。にもかかわらず、自然派志向や菜食主義が広がる現代の世界で、今なおインスタントラーメン市場の大きな成長が見込まれていることは驚嘆に値する。

その人気の理由は「依存性」にあるというのが、科学者らの手っ取り早い説明だ。超加工食品の研究者によれば、カロリー密度（食品1グラムあたりのカロリー）や塩、砂糖、脂質、炭水化物の組み合わせが生み出す嗜好（しこう）性が高いために、食べ出すと止まらなくなるという。

だが一方で、メーカー側は別の理由を示す。日清食品グループの担当者は、インスタントラーメンが「ほっとする食品」を意味する「コンフォートフード」として世界で広く支持されてきた理由について、人々が食べ物に求める普遍的な価値、つまりおいしさと便利さ、保存性、手ごろな価格、そして安全を提

供できるからだ」と説明した。これは、インスタントラーメンの生みの親とされる同社の創業者、安藤百福氏が掲げた開発の5原則だ。

話は1950年代の大阪、安藤氏の質素な木造小屋にさかのぼる。同氏は戦後の深刻な食糧難を目の当たりにして、この5原則を満たす食品の開発に熱中した。

そして58年、何か月間も試行錯誤を重ねた末に、妻が天ぷらを揚げるのを見てひらめいた。麺を高温でさっと揚げると水分が急激に蒸発し、お湯ですぐに戻る食品ができることに気づいたのだ。同氏はこれを「チキンラーメン」と名づけた。世界初のインスタントラーメンの誕生だ。

日清食品は71年、初のカップ麺を発売した。この発明はすぐに国境を越えて広がり、同社は翌年、米カリフォルニア州に初の海外工場を開設した。世界でのインスタントラーメンの需要は現在、史上最大の年間1230億食に達している。

最新のデータによると、最大の消費国は中国で、年間約438億200万食。これにインドネシアの146億8000万食、インドの83億2000万食が続く。ただし国民1人あたりの年間消費量は、ベトナムが平均81食でトップに立つ。2位は韓国の79食、3位はタイの58食だ。

一方で米国のインスタントラーメン市場も年々拡大し、24年には51億5000万食で世界6位に立った。アジア風のスパイシーな味への需要が高まり続けているという背景がある。

「究極のコンフォートフード」

香港の路地裏にたたずむビストロ「ネイバーフッド」は、「アジアのベストレストラン50選」ランキングの今年版で24位に入り、シェフのデービッド・ライ氏は22年、同業者の投票によるシェフズ・チョイス賞に輝いた。

だがライ氏が最も気に入っている榮譽は今年、赤い袋の「辛ラーメン」で知られる韓国の製麺大手「農心」のアンバサダーに起用されたことだ。

「インスタントラーメンは私の大好物。空腹だが時間がなかったり、面倒だったりする時の、究極のコンフォートフードだ」と、同氏は言う。ビストロでは高級食材を使った絶品料理に腕を振るうライ氏だが、インスタントラーメンもれっきとした食材だと話し、「食材に本質的な優劣はない」と主張する。

インスタントラーメンの新たな可能性

ライ氏はその例として、ある裏メニューを紹介した。幅広のフライパンに麺をかたまりごと、バター、牛脂とともに入れ、

広告募集

クラシファイド・求人広告・取材記事・連載コラム・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。

お問合せは Text: 404-510-8534 E-mail: infojp@anisatlanta.com



Monthly Japanese community Magazine

AMERICA

250

アメリカ建国 250 年

2026年7月4日、米国は1776年の独立宣言から
250周年の節目（セミクインセンテニアル）を迎えます。

首都ワシントンを中心に、国家的な記念事業や大規模なイベントが連日開催されています。

アメリカ建国 250 周年

全米で記念イベント開催

2026年7月4日、アメリカは独立宣言から250周年という歴史的な節目を迎えます。

これを記念し、全米各地では年間を通して過去最大規模となる祝賀イベントや記念事業が開催されています。建国250周年は、アメリカの歴史や文化、多様性を振り返り、次世代へ受け継ぐ特別な機会となっています。

● America250（公式記念事業）

建国250周年の公式プロジェクト「America250」では、官民が連携し、アメリカの歩みを振り返るとともに、未来へ向けたさまざまなプログラムを展開しています。

首都ワシントンD.C.のナショナル・モールでは、大規模な展示や航空ショー、軍楽隊の演奏などが行われるほか、全米各地でも記念式典や歴史イベントが開催されています。ペンシルベニア州ランカスターなど、独立戦争ゆかりの地域では、観光イベントや歴史再現プログラムなども予定されています。

● The Great American State Fair

建国250周年の目玉イベントの一つが、「The Great American State Fair」です。6月25日から7月10日までの16日

間、連邦議会議事堂からワシントン記念塔にかけて開催される国家的な博覧会で、全50州に加え、ワシントンD.C.や米国準州を含む各地域が一堂に集まります。

各州・準州の文化や歴史、食、音楽などを紹介するパビリオンが並び、全米各地の魅力を一度に体験できる、建国250周年を象徴するイベントとなります。

ジョージア州でも各地で祝賀イベント

●ダンウッドィ（Dunwoody）

1週間にわたる「America250 Celebration」を開催。歴史講座「バーベキューから見るジョージアの歴史」をはじめ、州内最大級の「第50回ダンウッドィ独立記念日パレード」（7月4日午前9時開始）が行われます。

●マリエッタ（Marietta）

歴史あるマリエッタ・スクエアでは、「Independence Eve & Fourth in the Park」を開催。7月3日にはロックバンド「Drivin N Cryin」による無料コンサート、翌4日には「Let Freedom Ring Parade」と花火大会が予定されています。

●ウッドストック（Woodstock）

7月3日午後7時30分から、創立75周年を迎えるジョージア交響楽団（GSO）による無料の記念コンサートが開催されます。（要事前予約）

●スワニー（Suwanee）

7月11日に「Celebrates America 250」を開催。子どもたちによる「Liberty Lap」、ライブ演奏、ラインダンスなど、家族で楽しめるイベントが予定されています。

●ウィンダー（Winder）

Jug Tavern Parkでは、7月4日にパレード、カーニバル、ライブエンターテインメント、花火大会など、一日を通して独立記念日を祝います。

文化プログラムも充実

建国250周年に合わせ、文化・教育プログラムも数多く企画されています。

スミソニアン協会による巡回展「Voices and Votes」では、アメリカ民主主義の歴史を紹介する展示が、2026年4月から2027年3月までジョージア州内6か所を巡回します。

また、「American Stories」と題した子ども向け読み聞かせイベントも、州内の公共図書館で6月下旬から7月末まで開催され、家族で楽しめるプログラムとなっています。

建国250周年は、一生に一度しか訪れない歴史的な節目です。アメリカの歴史や文化に触れながら、各地で開催される多彩なイベントをぜひ楽しんでみてはいかがでしょうか。

あめ色になるまでじっくり炒める。次にトマトパルプとピューレを加え、さらにトマトと牛肉のスープをゆっくりとすくいかけ、麺に水分を吸わせる。

ライ氏は時折、フライパンの底にこびりつきかけた麺をかき集め、そこに少しだけ水分を加える作業を繰り返す。最後に牛肉の薄切りとトマトを載せ、麺に付いてきた小袋入りスパイスをふりかける。「即席ではなく、約30分かかる料理。麺の可能性を示したいからだ」と、同氏は語った。

インスタントラーメン誕生の地、日本でも可能性の追求が続いている。日清食品は多彩な味の展開にとどまらず、人気商品を使ったアレンジレシピを次々に紹介。最近では「カップヌードル茶碗蒸し」「カップヌードル炒飯」が話題を呼んだ。

同社はまた、フードテクノロジーにも力を入れ、33種類の栄養素を詰め込んだ即席の「完全メシ」シリーズを打ち出している。目標は世間の認識を変えることだ。担当者は、「即席食品なのに」ではなく「即席食品だから」こそできることは何かとの発想で、おいしさと健康の両立という新たな可能性の開拓をめざすと語った。

セーフティーネットの役割も

インスタントラーメンの誕生から70年近く経った今も、日清食品の経営判断には安藤氏の企業理念が色濃く受け継がれている。「食が足りて初めて、世の中が平和になる」「食を創り、世の為につくす」「美しく健康な体は賢い食生活から」「食の仕事もまた聖職」という理念だ。

今年5月までに、WINAの会員企業は世界53カ所で緊急食料支援活動を実施し、約800万食のインスタントラーメンを配布した。被災者に手早く信頼できる食品を提供するだけでなく、汁麺のような温かく満足感のある食事を通して「安らぎと安心感」を届けることができると、WINAは強調する。

一般の人々にとっても、インスタントラーメンは現代の日常における大切な心身のセーフティーネットという役割を果たす。店がどこも開いていない時、家にインスタントラーメンがあれば、手早く腹を満たすことができる。ストレスの大きい多忙な生活の中で、インドのマサラ味でもブラジルのシュラスコ味でも、頼りになる食事が5分でできるのはありがたい。

加工麺が体に悪いといわれながら、今も世界共通の食文化として愛され続ける理由は、ここにあるのかもしれない。あるいは日清食品が言うように、ロングセラーブランドが帰属する先は企業でなく、消費者の記憶や体験になっていくものなのかもしれない。

レストラン紹介

★ Canton House Chinese Restaurant

4825 Buford Hwy NE, Chamblee, GA 30341

(770) 936-9030

<https://www.cantonhouserestaurant.com/>

Canton House Chinese Restaurant は、本格的な広東料理と点心（ディムサム）が楽しめる人気のレストランです。

このお店の魅力は、毎日いつでも点心（Dim Sum）を注文できること。エビ蒸し餃子やスペアリブのトウチー（黒豆）蒸し、大根餅など、どれも本格的な味わいです。



中でも私のお気に入り、チャーシュー包（チャーシューまん）。数ある点心の中でも、つい注文したくなる一品です。ひと口サイズの包子を割ると、甘辛いタレが絡んだチャーシューの香ばしい香りがふわっと広がり、思わず笑みがこぼれます。

チャーシュー包には蒸したタイプと焼いたタイプがありますが、私のお気に入り、焼きタイプ。香ばしく焼き上げられた表面のほのかな歯ごたえと、中のふんわり柔らかな生地とのコントラストが絶妙で、一度食べるとまた食べたくなるおいしさです。

今回は、お気に入りの点心を味わいながら、新しいメニューにも挑戦してみました。大人数で訪れば、さまざまな料理を少しずつシェアできるのも中華料理ならではの楽しみです。

本格的な広東料理と点心を気軽に味わえる一軒。飲茶を楽しみたい方はもちろん、ご家族やご友人との食事にもおすすめです。ぜひ一度足を運んでみてください。

アトランタ矢島カイロプラクティック主催

★第47回 AYC CLUB★

会場： Brook Run Park (Dunwoody)
4770 N Peachtree Rd, Dunwoody, GA 30338

テーマ： カヨさんによるヨガラティス

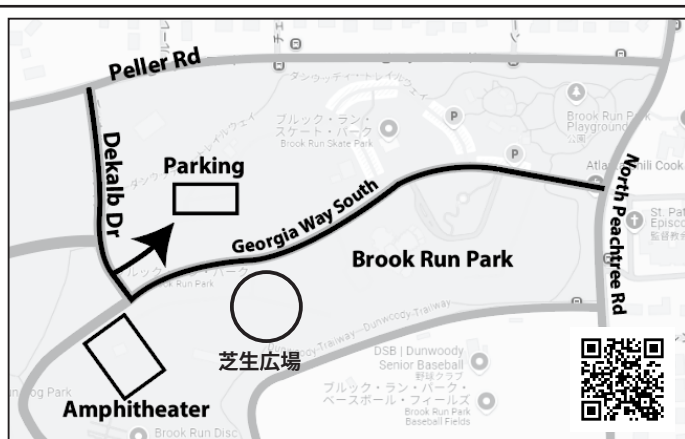
日時： 8月8日(土) 午前10時～11時30分
※雨天の場合は中止

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、ヨガマット or バスタオル

集合場所： Amphitheater 野外劇場隣芝生広場（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



アロマテラピー

香りと記憶

～なぜ懐かしい香りは心を動かすのか～

皆さんは、ある香りを嗅いだ瞬間に、昔の記憶が鮮明によみがえった経験はありませんか。

裏庭の草の匂い、夏祭りの屋台から漂う香ばしい匂い、打ち上げ花火の煙、海辺で感じた潮の香り。あるいは、子どもの頃によく食べたお菓子や、お母さんが使っていたハンドクリームの香りを思い出す方もいるかもしれません。

私は栗の花の匂いを嗅ぐと、子どもの頃の記憶とその頃住んでいた場所の情景が浮かび上がってきます。栗の花の香りは青臭いような、少し生臭いような独特の香りですが、私にとっては子どもの頃の記憶を呼び起こす心地よい香りなのです。

香りには、このように記憶や感情を呼び起こす不思議な力があります。私たちの五感の中で、嗅覚は少し特別な存在です。視覚や聴覚の情報は脳の中でいくつかの処理を経て認識されますが、香りの情報は感情や記憶に関わる「大脳辺縁系」に直接伝わるといわれています。そのため香りは理屈よりも先に感情へ働きかけ、過去の出来事やその時の気持ちを思い出させることがあるのです。

この現象は「プルースト効果」と呼ばれています。フランスの作家マルセル・プルーストが、小説の中で紅茶に浸したマドレーヌの香りと味によって幼少期の記憶がよみがえる様子を描いたことから名付けられました。

実際に研究でも、香りによって呼び起こされた記憶は、写真や言葉による記憶よりも感情を伴いやすく、鮮明であることが知られています。

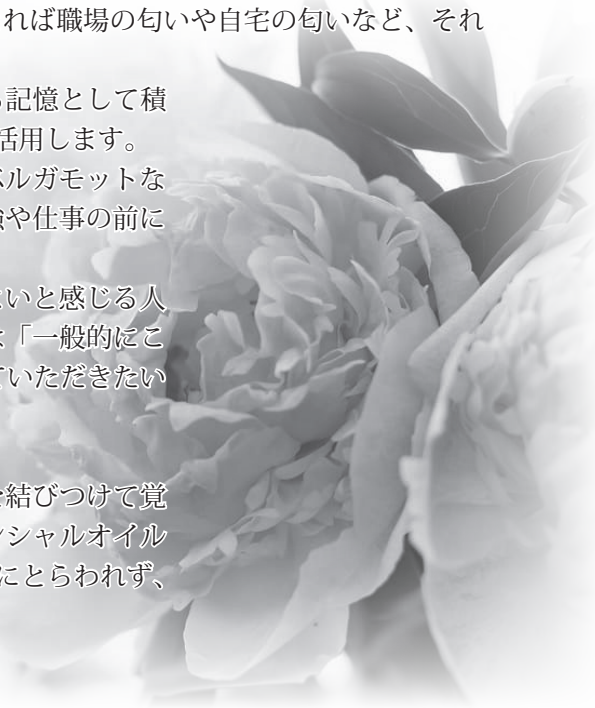
考えてみると、私たちの人生は香りと共にあります。生まれたばかりの赤ちゃんは、お母さんの匂いを認識します。学校の教室の匂い、新しい教科書の匂い、運動会の日の土の匂い。大人になれば職場の匂いや自宅の匂いなど、それぞれの人生の場面に特有の香りがあります。

香りは、私たちが意識していなくても、その時々感情と結びつきながら記憶として積み重なっているのです。アロマテラピーでは、この香りの特徴を日常生活に活用します。

例えばラベンダーはリラックスしたい時によく使われます。オレンジやベルガモットなどの柑橘系は気分を明るくしたい時に人気があります。ローズマリーは勉強や仕事の前に使う方も多く、ペパーミントは暑い季節の気分転換にぴったりです。

もちろん香りの感じ方には個人差があります。同じラベンダーでも心地よいと感じる人もいれば、あまり好きではない人もいます。そのため、アロマを選ぶ時には「一般的にこう言われているから」ではなく、「自分が心地よいと感じるか」を大切にしていきたいと思います。

また、香りは未来の記憶づくりにも役立ちます。これは脳が香りと行動を結びつけて覚えるためです。そこで今回は、日常生活で取り入れやすい代表的なエッセンシャルオイルをいくつかご紹介します。香りの感じ方には個人差がありますので、効能だけにとらわれず、「自分が心地よい」と感じる香りを選んでみてください。



【目的別 おすすめのエッセンシャルオイル】

● ラベンダー

- ・リラックスしたい時に
- ・就寝前のくつろぎタイムにおすすめ
- ・緊張やストレスを感じる時の気分転換に



● オレンジ

- ・気持ちを明るくしたい時に
- ・不安や落ち込みを感じる時に
- ・エネルギーが足りない時に

● ローズマリー

- ・集中したい時に
- ・勉強や仕事に集中したい時に
- ・デスクワークの前におすすめ

● ペパーミント

- ・頭をすっきりさせたい時に
- ・暑い季節のリフレッシュに
- ・勉強や仕事の集中力アップをサポート



● レモン

- ・気分転換したい時に
- ・空間を爽やかにしたい時に
- ・すっきりとした清潔感のある香り

● ユーカリ

- ・スーッとした清涼感のある香り
- ・冬場や花粉の季節にも人気
- ・気分をリフレッシュしたい時に

● フランキンセンス

- ・ゆったり瞑想や深呼吸をしたい時に
- ・心を静かに整えたい時に
- ・落ち着いた樹脂系の香り

● ベルガモット

- ・心を落ち着かせながら前向きな気持ちになりたい時に
- ・心配事で頭が休まらない時に
- ・朝の目覚めや仕事、学校の前にすっきりしたい時に



● ティーツリー

- ・空気を清潔に保ちたい時に
- ・疲れが溜まった時や季節の変わり目に
- ・シャープで爽やかな香り



● ゼラニウム

- ・気持ちのバランスを整えたい時に
- ・生理中の気分の落ち込みやイライラを和らげたい時に
- ・甘さと爽やかさを併せ持つ香り

香りは目に見えませんが、私たちの記憶や感情に深く寄り添っています。この夏、皆さんもお気に入りの香りを見つけてみてください。数年後、その香りが今の幸せな記憶を運んでくれるかもしれません。

タウンゼンド 瞳 (アッセンズ郊外在住)

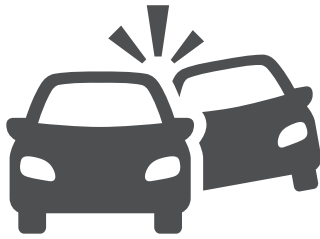
日本で看護師として大学病院婦人科病棟に勤務。その後クリニック、訪問看護にも携わる。インターナショナルスクールのスクールナースとして勤務後、渡米。エッセンシャルオイルとの出会いを通して自然の力に魅了され、子供の誕生をきっかけに本格的にアロマについて学び始める。現在小・中・高校生の5人の子供達をエッセンシャルオイルを使いながら子育て中。アロマクラスを随時開催。ぜひ感想などお聞かせください。

hitomitowsend@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





SushiYOKO

ディナータイムに新しく御膳と定食も始めました。
メニューは横のQRコードでご覧いただけます。

「おまかせ」も提供しております。

ガンコ店主が自ら選び抜いた食材を
丁寧に、正直に仕上げた
至極の料理の積み重ねを
ぜひ五感でお楽しみください。

SushiYOKOの「おまかせ」は
おひとり様 \$150

「おまかせ」は予約のみで承っております。

Sushiyokoatl.com 又は
電話770-903-9348まで。



Beginning December 2, 2025





7月のおすすすめ商品



\$7.07→

\$5.79

\$8.58→

\$6.99

\$7.65→

\$6.39

\$39.00→

\$33.59



\$7.43→

\$3.99



\$6.80→

\$5.69



\$5.43→

\$3.69



\$3.85→

\$3.19



\$2.75→

\$2.24



\$2.20→

\$1.84



\$3.10→

\$2.59



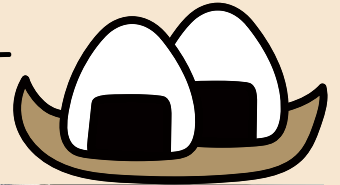
たくさんの種類のおにぎりを取り揃えております。



さけ
さけマヨ
スパイシーさけ
さけ親子
いくら
いくらわさび
ツナマヨ
スパイシーツナマヨ

めんたいこ
めんたい高菜
めんたいマヨ
ごまこんぶ
葉唐こんぶ
うめ

和牛焼肉
和牛しぐれ
牛玉
鶏親子そぼろ
チキン照焼
うな玉
えび天むす



お弁当各種
フルーツサンド
たまごサンド
カツサンド
エビカツサンド

お惣菜
麻婆豆腐
麻婆茄子
鳥唐揚げ
エビチリ
エビマヨ

たらこパスタ
ミートソースパスタ
ナポリタン
冷やし中華



チキンサラダ
ローストビーフサラダ
すし横ドレッシング
すし横照焼ソース

その他いろいろ
コンビニメニューあります



SushiYOKO & Tomato2

8560 Holcomb bridge Rd #108#109

Alpharetta,GA 30022

Tomato2 営業時間

月一土 10:00-8:00

日 10:00-6:00



7/25,26
大特価

試飲
できます!



プレゼントのタオルは
デザインが変わることも
ございます。

7月中のセール価格\$2.99
KIMINO各種類 1本づつ
4本で

\$3.99

7月中のセール価格\$2.24
大塚製薬ポカリスウェット
6本で

\$11.94

先着でタオルプレゼント

Tomato2

8560 Holcomb Bridge Rd
Alpharetta, GA 30022

770-263-7838

バイリンガル求職者の 就職・転職事情

2026年に入り、米国経済は引き続き堅調な雇用創出を続けています。5月には約17万2,000人の新規雇用が生まれ、失業率も4.3%と安定した水準を維持しました。一見すると、米国の労働市場は好調に見えます。ところが、その裏側では多くの求職者が仕事が見つからないという厳しい現実と直面しています。現在の米国雇用市場は、まさに「二つの現実」が同時に存在する状況にあると言われています。

一つ目の現実、経済全体としては依然として雇用が増加していることです。特にレジャー・ホスピタリティ業界、医療業界、政府関連部門などでは人材需要が高く、新たな雇用機会が生まれています。企業の大規模な人員削減も限定的であり、全体としては比較的安定した労働市場が維持されています。

しかし、二つ目の現実として、実際に仕事を探している人にとっては厳しい状況が続いています。特に解雇された労働者や新卒者にとっては就職活動が長期化する傾向が強まっています。27週間以上失業状態が続く長期失業者の割合は前年の20.4%から27.5%へ上昇しました。また、22歳から27歳までの大学卒業者の失業率は5.6%と、全体平均を上回っています。

この矛盾した状況の背景には、「低解雇・低採用」という特徴があります。企業は景気の先行きやAI導入の影響を見極めようとしており、大規模な解雇は行わない一方で、新規採用にも慎重な姿勢を取っています。また、多くの従業員が現在の職場に留まる傾向を強めており、転職による人材の流動性も低下しています。その結果、求人の数自体は存在していても、実際の採用件数は伸びにくくなっています。

さらに、業界ごとの格差も拡大しています。近年、高成長を続けてきたテクノロジー業界では採用抑制や人員削減が続く一方、医療、介護、建設、公共サービスなどでは慢性的な人材不足が続いています。つまり、「仕事がない」のではなく、「求職者の希望する仕事が少ない」というミスマッチが発生しているのです。

こうした状況の中で、AIの影響についても注目が集まっています。AIが仕事を奪うのではないかと不安がありますが、多くの専門家は、現時点ではAIによる大量失業よりも「求められるスキルの変化」の方が大きな課題であると指摘しています。特に事務職やエントリーレベルのホワイトカラー職種では、AI

を活用できる人材への需要が高まっています。一方で、医療や対人サービスなど、人間ならではの判断やコミュニケーションが必要な職種では引き続き高い需要が見込まれています。

では、働く人々はどのように対応すべきでしょうか。まず重要なのは、特定の業界や職種に固執せず、自身のスキルを他業界でも活用できる形で整理することです。例えばITスキルはテクノロジー企業だけでなく、医療機関や物流企業、教育機関など幅広い分野で求められています。また、AI活用能力やデジタルスキルの向上は、今後のキャリア形成において大きな武器となるでしょう。

米国の労働市場は現在、表面的な数字だけでは判断できない複雑な局面にあります。雇用は増えている一方で、求職活動は容易ではありません。しかし、そのような環境だからこそ、変化への柔軟な対応力や継続的な学習姿勢がこれまで以上に重要になっています。今後も市場の変化を注視しながら、自らのスキルを磨き続けることが、キャリアの安定と成長につながると言えるでしょう。

参照：Forbes.com “The Job Market’s Two Realities – And What It Means For Workers”



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



Akiko Komura

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
全米10拠点！

【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



JAPANFEST ATLANTA 2026

Timeless Japan

今年のJapanFestのテーマは「Timeless Japan」。日本の伝統文化と現代文化が調和する魅力を紹介し、世代や文化を超えて、多くの人々が日本を体験できる場を目指します。

今年のメインゲストは、日本から来米するダブルダッチチーム HARIBOW。人気オーディション番組「イギリス・ゴット・タレント」に出演し、番組史上初となる観客投票によるゴールデンブザー「Audience Golden Buzzer」を獲得した、日本を代表する実力派チームです。高度な技術と創造性を兼ね備えた圧巻のパフォーマンスで、会場を大いに盛り上げます。

また、日本の伝統文化を代表する三味線演奏も見どころの一つです。7人編成の三味線グループ Waves of Harmony が、迫力あふれる演奏で日本の伝統音楽の魅力を披露します。力強さと繊細さが融合したステージは、「Timeless Japan」のテーマを象徴するプログラムとなるでしょう。

さらに今年は、来場者の体験をより充実させるため、JapanFest 公式アプリの導入を予定しています。

会場内に隠れた JapanFest キャラクターを探したり、AR (拡張現実) 技術を活用して花火を映し出したり、カメラを

向けると着物姿で撮影できる演出など、デジタル技術を取り入れた新しい楽しみ方を提供します。



アプリは来場者の皆さまに無料で提供され、JapanFest 会場内限定で利用できる体験型コンテンツとして設計されています。実際に会場を巡りながら楽しめる仕組みとなっており、来場者同士の交流や会場探索を促す新たな試みです。お子さまから大人まで、より没入感のある JapanFest をお楽しみいただけます。

さらに、JapanFest レアキャラクターを見つけた方にはプレゼントもご用意しています。ぜひ会場で探してみてください。

今年は Gwinnett Special Needs School と連携し、障がいの有無にかかわらず、誰もが日本文化を楽しめる環境づくりにも力を入れています。

会場内には Sensory Room (センサリールーム) を設置し、にぎやかな会場から

離れて静かに過ごせる空間を提供します。感覚過敏のある方や小さなお子さま連れのご家族など、より多くの方が安心してイベントを楽しめるよう配慮しています。

また、昨年に引き続き、低所得世帯や退役軍人の方々への無料招待チケットの提供も実施予定です。

JapanFest Atlanta は、日本人コミュニティだけでなく、ジョージア州の多様な人々が集い、日本文化への理解を深める貴重な交流の場です。

伝統と革新が融合する **「Timeless Japan」** の世界を、ぜひ会場でご体験ください。

※プログラム内容は変更となる場合があります。

JapanFest Atlanta 2026

日程: 2026年9月19日(土)・20日(日)

会場: Gas South Convention Center

JapanFest では現在、スポンサー企業・団体を募集しています。日本文化の普及や地域コミュニティとの交流を支援したい企業・団体にとって、多くの来場者へ PR できる絶好の機会です。また、グループチケットのお申し込みも受け付けています。

詳細・お申し込みはこちら

<https://www.japanfest.org/sponsor-us>



GUEST PERFORMERS

*SUBJECT TO CHANGE



WAVES OF HARMONY



HARIBOW



KATSURA SUNSHINE



SAMURAI SWORD SOUL



MATSURIZA



JUNKO FUJIYAMA



AKUA SHIN



SLEEP & LOOP



HARUKA NAKASHIMA



VIDEO GAME ALLIANCE



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

さっぱり簡単！

トマトと大葉の冷製パスタ

材料【2人分】

トマト 1 個
 大葉 10 枚
 ささみ 1 本
 スパゲティ 100g

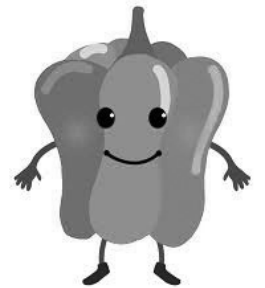
☆ソース

おろしにんにく 小さじ 1/3
 めんつゆ (3 倍濃縮) 大さじ 2
 白すりごま 大さじ 2
 こしょう 少々
 オリーブオイル 大さじ 2



作り方

1. トマトは食べやすい大きさに切る。大葉は細切りする。
2. 鍋に熱湯を沸かし、ささみを入れ3分茹でる。アクを取り、同じお湯でスパゲティを表示時間よりも1分長く茹でて湯を切り、流水にさらし、水気を切る。
3. ボウルに☆合わせ調味料を入れてよく混ぜ合わせ、トマトを加え冷蔵庫で冷やす。
4. トマトと調味料を合わせたボウルに、ささみをさきながら入れ、スパゲティ、大葉を加えよく混ぜ合わせる。



切って和えるだけなので10分以内に簡単にできます！

大葉とごまが効いて食欲のない日でも食べやすい♪

さっと作りたい日はこのメニュー、オススメです！

アトランタ in-Town News

INDIGONAILS

指先を見るたびにポジティブな気分になれる

今回は、インディゴネイルズさんにお邪魔しました。藍子さんは日本で6年以上のサロン経験を積み、ここジョージアでもネイルサロンを開業されています。

普段はあまりネイルケアをしていない私ですが、夏になりサンダルを履く機会が増えると、足元のおしゃれが気になる季節になります。この時期になると、いつも以上に遊び心のあるカラーに挑戦してみたくになります。

とはいえ、私の「ミニマルネイル好き」がそう簡単には変わるわけではありません。それでも今回は思い切って、ペディキュアも一緒にお願ひしました。

手元は、つややかでありながらも抜け感のある、薄いピンクから白へと美しくグラデーションする「オンブレフレンチ」に。さらに、ゴールドのお花のアートを添えていただきました。指先がすらりと長く見え、とても上品で素敵な仕上がります。

ペディキュアは、紫からブルーへとグラデーションするマグネットネイルにさせていただきました。ワンカラーでも十分な華やかさがあり、シンプルでありながら上品で個性の光る足元になりました。

普段はあまり意識せず、素手で食器洗いや庭仕事をしていましたが、手袋は必須とのこと。もし手袋を使わない場合でも、保湿は欠かせないようにしてほしいそうです。いつも手がガサガサしていた原因はそこにあったのだと、深く反省しました。

ネイルをきれいに整えることで、日常のちょっとした心掛けが自然と身につく、自分自身を大切にすることを改めて感じました。

インディゴネイルズの藍子さんは、美術系の学校で学ばれた経験もあり、ご希望があれば繊細なアートネイルにも対応させていただきます。(今回は「いちご」のイラストをさっと描いていただきました。)

また、ネイルを美しくするだけでなく、爪の健康管理も大切にされており、「巻き爪」のケアにも対応されています。足の爪の痛みでお悩みの方は、ぜひ一度ご相談ください。

藍子さんは、「手はいつも自分の目に入る場所だからこそ、爪がかわいいと自然と気分が上がり、毎日のモチベーションにもつながります」と話してくださいました。

さらに、「たくさんの方にとときめきを届けたい」という思いを大切にしながら、コマーシャル関連のお仕事にも携わっていらっしゃいます。

ときめきとは、自分自身を輝かせる魔法のようなもの。指先から始まる小さな幸せが、毎日の暮らしを少し豊かに彩ってくれます。

ぜひ、あなただけの素敵なネイルで、心ときめく毎日を楽しんでみてください。



ぶらり アトランタ

Chamblee Night Market

Taste The World In Downtown Chamblee

去る6月5日(金)、シャンブリー(Chamblee)のダウンタウンで開催された「アトランタ・インターナショナル・ナイト・マーケット」を訪れました。今年で3回目を迎えるこのイベントは、ブロード・ストリートを会場に、世界各国のストリートフードや職人による工芸品、文化パフォーマンスなどが楽しめる2日間のフェスティバルです。

ラテンアメリカ、アジア、アフリカ、ヨーロッパなど、世界各地の料理や工芸品を扱う60以上の出店者が集まり、シャンブリーという街の豊かな多様性を祝福するイベントとして、多くの人々に親しまれています。

入場は無料で、家族連れでも気軽に楽しめることから、週末を通して1万人以上の来場が見込まれていました。

会場には、各国のスパイスや炭火料理の香りが漂い、色鮮やかな民族衣装や手作り雑貨が並びます。ステージではライブミュージックやダンスパフォーマンスが披露され、訪れた人々は心地よい初夏の夕暮れの中、それぞれ思い思いに食事や音楽を楽しんでいました。

さまざまな文化や人々が自然に交流できるこのイベントは、「多文化都市アトランタ」を象徴する催しの一つ。世界各国の文化や食を身近に感じられる、魅力あふれる2日間となりました。





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。

H-1B ビザ「10 万ドル追加料金」をめぐる政策転換と司法判断

2025 年 9 月、トランプ政権は H-1B 制度の乱用防止、米国人労働者の保護、そして外国人労働者の受け入れによる賃金抑制の回避を目的として、H-1B ビザ申請に 10 万ドルの追加料金を課す新制度を発表しました。

これは従来の申請手数料とは別に雇用主が負担するもので、米国外から新規に H-1B を申請し、領事館でビザ発給を受けるケースが対象とされました。一方、既存 H-1B 保持者の延長申請や、米国内での在留資格の延長や変更は対象外とされました。



これは、H-1B の申請者のうち約 75%以上を占めるインド系 IT 技術者が、長年にわたり海外から大量に採用されてきた結果、米国人労働者の雇用機会を圧迫しているとの指摘が続いてきたことを背景にした政策判断であると考えられますが、この異例の高額追加料金は、米国内の企業、大学、研究機関、医療機関などから強い反発を招きました。

高度人材に依存する産業界は、10 万ドルという負担が優秀な海外人材の採用を著しく阻害し、米国の国際競争力を低下させると主張しました。複数の州政府や業界団体は連邦政府を提訴し、大統領には議会の承認なく新税を創設する権限はないとして制度の無効を求めました。

【地裁判決：追加料金は「税」に該当し無効】

2026 年 6 月 8 日、マサチューセッツ州連邦地方裁判所は、10 万ドル追加料金制度を無効と判断しました。判決では、この支払いは行政サービスの実費回収を目的とする通常の手数料とは異なり、実質的に「税金」に該当すると指摘し、米国憲法上、課税権は連邦議会に属しているため、大統領が単独で新税を創設することは許されないと結論づけました。この判断により、追加料金の徴収は一時的に差し止められました。

【政府の対応：控訴と緊急執行停止の申立て】

これに対し政府は上訴し、10 万ドルは税ではなく、移民制度の適正運用のための規制手数料であり、米国の雇用市場や国家安全保障を守るために必要な措置だと主張すると同時に、

判決の効力を止めるため緊急執行停止を申請しました。裁判所はこれを認め、上訴審の審理中は追加料金の徴収が再開されることとなりました。

【今後の見通し：上訴、最高裁審議】

その後、上訴裁での本格審理が行われるまでの間、地裁判決の効力は一時的に停止されています。したがって、追加料金の支払義務は今後の司法判断に左右される不安定な状況にあります。

上訴審で政府が敗訴した場合、争点は連邦最高裁に持ち込まれる見込みです。制度の存廃は、今後の判決と政治的動向に大きく依存することになります。



【実務上の留意点】

H-1B の 10 万ドル追加料金は、現時点では徴収が再開されていますが、最終的な法的結論は確定していません。そのため、企業・申請者は以下の点に留意する必要があります。まず、H-1B 申請前に最新の政府発表・裁判状況を確認すること；米国外の領事申請か、米国内移民局への滞在資格の延長・変更申請であるかを正確に区別し 10 万ドル追加料金の対象になるか否かを判断すること；さらに訴訟の進展に応じて予算計画・採用計画を柔軟に調整することです。

H-1B 制度をめぐる政策は今後も大きく変動する可能性があります。最新情報の継続的なモニタリングが不可欠であると思われます。



執筆：大蔵昌枝弁護士
Pierson Ferdinand LLP 法律事務所
* Copyright reserved. 著作権所有
260 Peachtree Street NW, Suite 2200
Atlanta, GA 30303
DIRECT: 678-720-3608
E-Mail: masae.okura@pierferd.com
Web: <https://pierferd.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のではなく、一般的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と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も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



戯言日記 零細個人事業主の航空券の購入方法

「ギャラより高い交通費」は、日本で懇意にしてもらっているミュージシャンのボヤキだ。メジャーのミュージシャンは交通費、宿泊費などの心配などすることはありませんが、音楽を生業にしていながらもそこまで売れていない人達というのも一定数いるわけで、その人達はイベンターから支給されるのが出演料だけだったりすると、出演料より交通費の方が高くてしまうという事態が発生する。

それは我々の業界でも同じで、大会に呼ばれて「お車代」を貰っても交通費、宿泊代など賄いきれないことが多々起こる。そんなにしてまで参加しなくちゃいけないのか？と聞かれるが「それでも参加することに意義がある」だけ。大会・セミナーへの出席は業務の一環とはいえ所詮、零細個人事業主のトラベルなのでコストは抑えるに越したことはない。そこで今日は零細個人事業主流のチケット入手方法を公開します。「そんなの知ってる」「もっと安く手に入る」という意見はあるでしょうが、あくまでも「戯言」なので、お気になさらず。

私はアトランタがベースなので、使う航空会社は基本デルタ航空、delta.comでチケットを検索する。現在デルタは、エコノミークラスでも Main Basic, Main Classic, Mail Extra の3クラスに分かれているが、Basicはマイルが付かない、座席は当日までわからない、搭乗も最後 (Zone 8) で持ち込める手荷物も限られるなど、あまりお勧めはできない。

とはいいいながら、前回のトリップは Expedia で取ったので行きのフライトは Basic だったが、真ん中のシートに 14 時間座るのは耐えられないのでマイルを使ってアイルシートを取った。すると搭乗の順番も Zone 5 になって、棚への収納も楽にできてマイルが付かない以外は何の問題もなかった。

Expedia は皆さん使われているので知っていると思うが、同じ旅程、航空会社、クラスで予約しても航空会社のオフィシャルサイトよりも安い (デルタ航空しか知らないけど)。じゃあオフィシャルサイトを使うメリットは？という話になるが、ちゃんとあるのです。それは後で。

Expedia でチケットを探す時は Flight (航空券だけ)、Packages (航空券+ホテル) の選択がある。ホテルを使わなくても 1 番安いホテルを一泊入れるだけで、同じ旅程、航空会社、クラスで予約すると Flight で予約するよりも安くなる。この前などは何故か Classic の方が Basic よりも安い値段で出ているという逆転現象が起こっていた。

デルタのオフィシャルサイトの場合

- 納得するスケジュール・値段があればブッキング。
- 発券して安心するのではなく、その後の価格を調べる。

- ブッキングした時の値段より下がっていても悔しがる事は無い。
- デルタ日本語デスクに同じフライトを下がっている値段で再ブッキングしてもらう。(もちろん自身で WEB 上で変更も可能だが、日本語デスクは親切なので安心できる)
- 差額は返金されない代わりに E-Credit として次回のトリップに使える。
- E-Credit が使えるのは 1 トリップにつき 3 credit まで。

Main Classic のチケットを買った場合、E-Credit で差額が戻るから買ってからが勝負なのだ。これが Expedia などの外部サイトであった場合は変更ができないようなので、これが悩ましい。

5 年位前までは安く上げるために LA から全日空を使ったりしていたが、その場合 LA での待ち時間がとてつもなく長く、ジジイには耐えられないので、できるだけ直行便を使うようにしている。

座席は。デルタ直行便エコノミーでは 3・3・3、その上のプレミアム・セレクトは 2・4・2 である。(最上の DELTA ONE は全く無関係なので知識無し) 私がとるのは通路側のシート (アイル・シート) である。それも真ん中の 3 列のアイルシート。勿論トイレに行きやすいため。

真ん中 3 列のアイルシートの場合、真ん中に座っている人とその隣の人と一緒にいた場合、真ん中の人がトイレに行くときは向こうから出る。つまりフライト中に「すみません…」と話しかけられる確率はゼロとなる。

ところが窓側 3 列のアイルの場合、必ず 2 人に「すみません」を言われる確率は 100% である。それを考えるとプレミアム・セレクトは 2・4・2 なので、アイルシートを取っても気が休まらない。

そもそもエコノミーとプレミアム・セレクトの大きな違いは、私には離陸前にラウンジに入れる事と、食事の時にテーブルにテーブルクロスが敷かれることくらいである。もちろんエコノミーとは内容が違うが、私にとっては騒ぐほどじゃない。

あとシートにはレッグレストが付いているが、ひじ掛けが固定制でスペースが制限されているので、あまり楽じゃない。だから私はエコノミーで、前の座席と感覚が少し開いているコンフォートで充分。そのチケットをいかに低価格で入手するか、修行の一環である。

* 今回の話はあくまでもアトランタ羽田を前提とした個人の感想です。





人間らしさとは

人間らしさとは、「言葉」を豊かに獲得していること

今回は幼児期と言語学習それによっての人間形成について書きます。幼児期は言語の学習という一点に的を絞ってみてもとても重要な時期です。以前書いた敏感期についての記事のように幼児期は言語形成期とちょうど重なり合うのです。まさに言葉の習得の敏感期でもあるのです。

もし、この時期に適切な言語学習を得られなかった児童は、永遠に言語は不可能とまで言われるぐらいです。言語が得られないということは、思考したり記憶にとどめておく能力に欠けるということを意味します。また、何かを感じ取ったり識別したりする能力も、大まかなものになってしまう・・・極端に言うとそのような結果を導くことになるといわれます。

よく人間らしくという人間らしさとは、国語学習の立場から言わせて頂くと、それは「言葉を豊かに獲得している」ということになると思います。そしてその言葉とは、多くこの幼児期において得られるものが後年において花が咲き、実を結ぶことがほぼ確認されています。やはり三つ子の魂百までなのです。

幼児期の読書は、「ことば」そのものを獲得する能力を育てる

幼児期における読書の大切さはそれによる文字言語や音声言語、つまり書き言葉や話し言葉の習得だけにあるわけではありません。それよりも言葉そのものを獲得する能力を育てる点にあります。

子供たちは母親の言葉や態度を真似し、物語の主人公の真似をしながら、自分の経験を言葉として心の中へ少しずつ貯めていきます。ときには、貯め損なえば言葉をねだり、貯め過ぎれば何とかして貯めようとします。それは子供にとって全人格を投じた生きる行為そのものでもあります。そして私たち大人が与える言葉の質や量によって、子供たちがどんな生き方をしていけるのかを決定する大きな要因にもなりうるのです。

幼児期にたくさんの読み聞かせをしてもらった子供たちはみな語彙が豊かで理解力があり想像力もたくましく育っていきます。この時期の読書は、その多くが十分に未知であり過ぎる言葉の世界へのお願いでもあるのです。同じ話を何度聞いても胸躍らせるのは子供たちには毎回同じ話でも違った世界や深さとして味わえるのです。

公文式では公文会長が作った標語があります。「歌二百、読み聞かせ一万、賢い子」というものです。我々の何十年もの幼児優秀児の統計からできた標語ですが、歌を200暗記できる力と読み聞かせを一万回ほどしてもらったら、どんなお子様でも優秀になるという意味です。私自身もわが子に生後3日目から毎日5冊読み聞かせをし、記録をとりました。一万回まで行く

以前にたくさんの成果が現れるので、お母さんの励みになると思います。

小さい頃は5冊などすぐに読めてしまいます。子供がせがめば同じ本を5回よんでもいいのです。歌の歌詞にもたくさんの言葉が含まれています。メロディーがつくので覚えやすく、語彙を増やすのにすごく役立ちます。

私の体験談からですが、いつも幼稚園の帰りはハイウェイの渋滞にはまり西の方角へ運転していたときのことです。「マミー、夕焼けが真っ赤でとてもきれい！」と3歳の娘が行ったのです。一瞬、耳を疑いました。というのも、この時はじめて夕焼けという言葉が娘がはじめて使ったので、とても驚いたのです。後で「夕焼け小焼け」という歌を覚えていたので、そこからこの言葉を導き出し正しく使ったのではないかなと思ひ、あらためてこの標語のすごさを知ったのでした。

読み聞かせと歌をたくさん一緒に歌ってあげて、その子その子の人間らしさを大きく深くしていきましょう。はじめはあまり成果がなくても毎日続けることに価値があります。続けていけば必ず本好きな子供にそだちます。本好きな子供の語彙力はとても豊かです。この豊かな語彙力が深い思考力、想像力につながり、すべての学問の基礎になるのです。このことは人生を豊かに生き抜く力ともなります。まさに生きていく力なのです。英語も日本語もその他の言語でも読書は言語習得においても万能です。

公文式では読書力を上手つけるお手伝いをしています。いつでもご相談ください。



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。

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6月20日(土)、DunwoodyにあるBrook Run Parkにて、第46回AYC CLUBが開催されました。今回は特別ゲストとして、ダンスインストラクターの田中奈保子先生をお迎えし、参加者の皆さんと一緒にジャズダンスを楽しみました。

ジャズダンスは、クラシックバレエを基礎としたダンスの一種で、指先まで意識を向けた繊細な動きや、軸の通った美しい姿勢が特徴です。バレエの要素を取り入れながらも、しなやかで表現力豊かな振り付けが魅力で、アイドルグループのパフォーマンスやミュージカル、テーマパークのショーなど、私たちの身近なさまざまな場面でも目にすることができます。

当日は初心者向けの内容で、音楽に合わせて楽しく体を動かしました。以前にも奈保子先生のレッスンを受けたことがありますが、ステップや体の使い方は想像以上に難しく、先生



の指先まで美しいダンスを見るたびに、その表現力に憧れを抱きます。

今回は「嵐」の楽曲に合わせて踊りました。少しずつステップが決まり、音楽に合わせて体を動かせるようになると、とても嬉しく、あっという間に時間が過ぎていきました。

講師の田中奈保子先生は、3歳で日本舞踊、5歳でバレエ、10歳でジャズダンスを始められました。高校生の頃からプロダンサーとしてテレビや舞台で活躍され、ラスベガスを皮切りにアメリカへ渡り、その後はニューヨークやヨーロッパ各地でも活動されてきた豊富な経歴をお持ちです。

美しい姿勢と表現力を学びながら、楽しく体を動かすことができた、充実したひとときとなりました。

AYC CLUBのお問い合わせは、アトランタ矢島カイロプラクティックのウェブまたはお電話(434-228-6815)まで



聖書の言葉

By ますみ

母は手伝いの人たちに言った。「あの方が言われることを、何でもしてあげてください」

ヨハネの福音書2章3節

この聖書のことは、イエスが、伝道活動を始めた直後に出席した結婚式で行われた、最初の「しるし」と、記されている出来事です。カナ(地名)での結婚式の席の途中で、ぶどう酒が無くなりました。当時の結婚式では、ぶどう酒は無くしてはならないもので、それが途中で無くなるなど、花婿花嫁の顔は丸つぶれです。そんな、大切な結婚式が台無しになってしまう大変な事態が生じたのです。

その時、イエスの母・マリアは慌てる様子もなく、「あの方が言われることを、何でもしてあげてください」と、手伝いの人たちに言いました。この時、マリアは、自分で立ち回って何とかしようとするのではなく、この最悪な事態(問題)をイエスの所へ持っていきました。「あの方が言われること」をする…つまり、自分の手に負えない問題を、イエスに明け渡したのです。

自分を明け渡して、主イエスに従う時に、神の御業がなされ、栄光が現されます。自分ではどうしようもない問題を、神に委ねる時に、初めて、神が働かれます。自分で何とかしようと

している間は、神の働きを見ることはありません。我々は、目の前の窮地を何とかしようと、まるで神がおられないかのように動き回って、疲労こんぱい状態になります。そのような時、静まって祈り、神の御声を聞き、「あの方の言われること」をする事が大切です。

その時の、主イエスの反応も、その問題処理の方法も、普通では考えられないものですが、手伝いの人たちは、マリアの指示通り、イエスの言われるままに従いました。そして、イエスが言われる通り、実際に、水瓶に水を満たしている時に、その水が極上のぶどう酒に変えられる奇跡を見たのです。私たちも、素直に、「ぶどう酒がありません」と、現実の自らの姿を認め、「あの方が言われる」通りに従った手伝いの人たちのように、素直に、神に祈り、神の言われる事を行おうではありませんか。

人は、頑固で、プライドが高く、自力では何も出来ない所まで追い詰められないと、なかなか、自分(問題)を明け渡す事ができません。どんな小さい事、また、どんな大きい事でも、主なる神、イエス・キリストに明け渡す事ができるなら、その時が「恵みの時」となります。神が味方なら、恐れるものなど何もありません。神は愛です。 私たちは愛されています。



健康とカイロプラクティック

夏バテ対策

今年の夏のアトランタはとにかく暑い！熱い！サッカーW杯の盛り上がりとともに、例年以上に“Hotlanta”らしい夏になっています。そんな熱気に包まれたアトランタですが、気分だけでなく実際の気温も高温多湿。ジョージアの夏は、夏バテに要注意の季節です。

先月のコラムテーマは「電解質」と「脱水症状」でした。電解質とは、ナトリウム、カリウム、カルシウム、マグネシウムなどのミネラルのことで、身体の中で電気信号を伝えたり、水分バランスを調整したり、筋肉や神経を正常に働かせたりする重要な役割を担っています。汗をかく夏場は、水分だけでなく電解質も失われるため、適切な補給が欠かせません。

今月は、その電解質不足や脱水症状の先にある「夏バテ」の対策についてお話ししたいと思います。

夏バテとは、高温多湿の環境によって身体が疲労し、体力や自律神経機能が低下した状態を指します。単に「暑くてだるい」というだけではなく、身体全体の調整機能がうまく働かなくなっている状態です。夏バテの主な原因として、まず挙げられるのが水分不足と電解質不足です。汗を大量にかくことで身体の水分とミネラルが失われ、脱水状態になると疲労感や頭痛、めまいなどが起こりやすくなります。



もう一つの原因が、自律神経の乱れです。ジョージアの夏は外気温が90°F(約32°C)を超える日も珍しくありません。一方で、室内は冷房が強く効いているため、外と中の温度差が大きくなります。この急激な温度変化に対応し続けることで、自律神経が乱れてしまうのです。

さらに、暑さによる食欲低下や睡眠不足も夏バテを悪化させる要因です。食事が減ることで必要な栄養素が不足し、疲労回復が追いつかなくなります。

夏バテの症状としては、食欲不振、全身のだるさ、眠気、集中力低下、頭痛、めまい、吐き気、胃腸の不調、下痢などがあります。「最近なんとなく疲れが抜けない」「朝から身体が重い」という方は、すでに夏バテが始まっているサインかもしれません。

予防の第一歩は、やはり水分補給です。喉が渇く前にこまめに飲むことを心掛けましょう。一度に大量に飲むよりも、150～200ml程度を小分けに飲む方が効率よく吸収されます。また、水だけではなく電解質の補給も重要です。特に屋外活動や運動をする方は、スポーツドリンクや電解質補給飲料を上手に活用してください。

また、疲労回復を助けるビタミンB群、ビタミンC、クエン酸を含む食品も積極的に取り入れましょう。高タンパクで栄養価の高い食事を意識し、豚肉、うなぎ、納豆、レモン、キウイ、梅干しなどは昔から夏バテ対策に良い食材として知られています。

個人的におすすめなのが、はちみつレモン湯です。はちみつにはエネルギー源となるブドウ糖やアミノ酸が含まれ、レモンにはビタミンCやクエン酸が豊富です。疲れが溜まっている時に飲むと、身体が軽くなるように感じます。また、生姜湯もおすすめです。生姜には抗炎症作用や消化促進作用があり、胃腸が弱っている時や冷房で冷えた身体を温めるのに役立ちます。

当院では、夏バテ対策としてカイロプラクティックによる背骨の調整、マッサージやストレッチによる血流改善、そして食事やサプリメントに関するアドバイスを行っています。身体のバランスを整えることで、自律神経の働きをサポートし、疲れにくい身体づくりを目指しています。現在、夏のキャンペーンとして「ビタミンB祭り」を開催しています。疲労回復やエネルギー代謝に欠かせないビタミンB群を上手に活用して、暑い夏を元気に乗り切りましょう。ぜひお気軽にスタッフまでお声がけください。

疲れや痛み、発熱は身体からの大切なメッセージです。「少し休んで」というサインを無視せず、自分の身体の声に耳を傾けながら過ごしてください。今年の夏も、元気に Hotlanta を楽しみましょう！

矢島 敬朗 上部頸椎カイロプラクター



アトランタ 矢島カイロプラクティック



金曜日
夕方OPEN

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。



マッサージ
始めました
チップ不要です



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
	4PM - 7PM
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



歯と口の健康週間

夏休み真っ只中の7月、子どもたちはどんなおやつを食べていますか?

発育期にある子どもは、朝昼晩の食事だけでは栄養を補えないためおやつは重要な栄養補給になりますが、子どもの好むおやつの中には虫歯になりやすいものがたくさんあります。スナック系のお菓子は口の中で粘土状態となり、歯のくぼみや隙間に粘着して虫歯の原因となります。チョコレートやケーキ、飴などの糖分の多いものも虫歯の原因になります。

<虫歯になりやすいおやつ>

1. 砂糖を多く含んでいる
虫歯菌の代表であるミュータンスレンサ球菌は、砂糖を構成しているスクロースをエネルギー源とします。そのため、砂糖が多く含まれるお菓子は最も虫歯のリスクが高くなる傾向にあります。具体的には、ケーキやクッキー、糖分の多いジュースなどです。
2. 粘着性が高い
べたべたと粘着性の高いお菓子は食べた後もしばらく歯の表面にくっついているため虫歯になりやすいです。粘着性の高いお菓子としては、キャラメルやチョコレートなどが挙げられます。これらは砂糖が豊富に含まれていることも多く虫歯のリスクが高いお菓子といえます。
3. 食べ終わるまでに時間がかかる
虫歯菌のエサとなる物質は、お口の中に存在している時間が長いほど虫歯のリスクも上昇させます。飴やガム、砂糖が含まれたガムなどは長い間口の中に残るので、その間虫歯菌の活動も活性化していることとなります。

<虫歯になりにくいおやつ>

1. 粘着しにくいもの
2. たくさん噛まなくてはならないもの

食品名	乳製品	野菜フルーツ	えびせん	ポテトチップ	ゼリー	ケーキ	クッキー	かりんとう	チョコレート	ビスケット	ウエハース	カステラ	アイスキャンディ	ガム	キャンディ	キャラメル	トワイ
歯垢や酸をつくる力	低	低	低	低	低	高	高	高	高	高	高	高	高	高	高	高	高
口の中に入れていた時間	短	短	短	短	短	短	短	短	短	短	長	長	長	長	長	中	中
口の中への残りやすさ	低	低	高	中	低	中	高	高	低	低	高	高	低	低	高	高	高

(松久保隆、1981)

ナッツ類やスルメ、チーズ、野菜スティックなどは粘着しにくく虫歯になりにくいおやつです。また、これらの食べ物はその性質上たくさん噛まなくてはなりません。たくさん噛むことにより、唾液の分泌を促進します。唾液は自浄作用を促し虫歯予防にとっても重要なものです。たくさん噛む食材の他に食物繊維の多いものも良いお菓子といえます。食物繊維がブラシのような役割を果たし、歯の表面を磨く効果も期待できるからです。

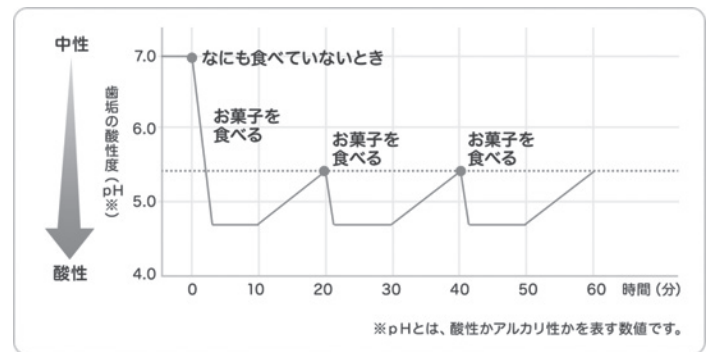
フルーツも健康なおやつに分類されますが、柑橘類など酸性が強く歯のエナメル質を脱灰させてしまうものもあるので、食べ過ぎに注意し、他の物と一緒に食べるなど摂取方法に気を付けてください。

<おやつの時間>

むし歯予防でもっとも大切なのはおやつの与え方です。ただだらとおやつを食べ続けていると、口の中の歯垢は酸性状態になります。酸が歯を溶かしてむし歯を進行させてしまいます。おやつの時間はしっかり決めて、それ以外は与えないようにしましょう。3歳までは1日2回、3歳をすぎたら1日1回が目安になります。

おやつの量も適正な量を与えるようにしましょう。与えすぎると肝心な食事を食べなくなり、食生活のリズムがくずれる原因になります。また、空腹の状態になってから与えることも重要です。

20分おきにお菓子を 食べたときの口の中の状態



虫歯になりやすいお菓子は、砂糖を多く含み、粘着性が高く、飲み込むまでに時間がかかるという特徴があります。このようなお菓子を最小限にする事でお子さまの虫歯予防につなげることができます。歯の健康はもちろん、栄養面でもすぐれたおやつを用意してあげてください。





ナチュラルホルモン補充療法とは

老化とホルモン

ホルモンは、脳、甲状腺、副腎、卵巣、精巣などの臓器から分泌され、体温・生殖・成長・老化・免疫システムなど、身体の様々な機能を調節しています。

加齢に伴いホルモンが減少すると、様々な老化の兆候が現れます。

疲労、筋肉の減少、筋肉や関節の痛み、心疾患、体重増加、ガン、脳卒中などの老化現象の多くは、実はホルモン分泌量の減少によるものだと考えられています。

ナチュラルホルモンとは？

ナチュラルホルモンは、もともと体に備わっているホルモンと全く同じ化学構造式であり、合成ホルモンと比較すると副作用の危険性が低いホルモンです。

更年期障害治療に使用される「合成ホルモン剤」は、体内のホルモンに似せた薬剤であるため、同じような働きをするものの、化学構造式が違うために異なった作用があります。そのため、人によっては、副作用の原因となることがあります。

これに対し、ナチュラルホルモン補充療法は、体に優しく、自然な治療法といえます。

特に高齢になってくると、若い時のように強い作用のある女性ホルモンは必要ありませんので、より自然で体に優しい、ナチュラルホルモンによる治療が適しているのです。

総合ホルモン検査

ホルモン補充療法開始前に、ホルモンバランス、老化度をチェックします（自費となります）。

DHEAS、コルチゾール、TSH、T3、テストステロン、遊離テストステロン、LH、FSH、エストラジオール、プロゲステロン、CA15-3、CA12-5、PSA など男女ごとに組み合わせ、検査します。その検査結果により、必要なナチュラルホルモンを検討します。

投与するホルモンの一例

◆ DHEA（デヒドロエピアンドロステロン）

DHEA は、副腎から分泌される「若さのホルモン」の代表格です。テストステロンやエストロゲンなど、多くの性ホルモンの原料となる重要なホルモンです。

20～30代をピークに年齢とともに急激に減少し、70歳では最盛期の約20～30%にまで低下します。

DHEAの低下は、活力の低下・体力の衰え・免疫力の低下・気分の落ち込みなどと関連していることが知られています。

このような症状、ありませんか？

- 疲れやすい・体力が落ちた

- 気力・意欲の低下
- 免疫力が落ちた気がする
- 肌のハリがなくなった
- 女性：更年期の不調
- 男性：活力の低下

DHEA 効果

- 活力・免疫力・筋力の維持向上
- 気分の安定、意欲・集中力の改善
- 肌質の改善、アンチエイジング効果

※ホルモン検査を行った上で、適切な用量を処方します。

予防医療としてのナチュラルホルモン補充療法

欧米では、社会的影響力のあるセレブの多くが、ナチュラルホルモン補充療法によって、若々しさと美しさを保ち続けながら活躍しています。

ホルモン補充療法をしたからといって永遠の命を手に入れることはできません。とはいえ、死ぬ直前までアクティブに過ごしたい方にとって、ナチュラルホルモン補充療法は間違いなく大きな助けとなるはずですよ。

ナチュラルホルモン補充療法を活用して、多くの方たちがいつまでもアクティブで美しく過ごしていただければと思います。

倉岡クリニックでのアンチエイジング治療

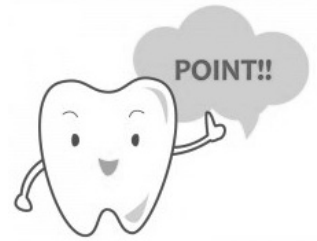
倉岡クリニックでは、さまざまなアンチエイジング治療を行っています。以下の症状に心当たりがある方は、一度ホルモンの血液検査をお勧めします：

- 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



守ろう、お口の健康！

～歯周病予防～

歯周病予防には、検診とアフターケアが有効です。

● 歯周病は生活習慣病です。

これまで歯周病は、加齢によって起こる避けられない病気であると考えられてきました。しかし最近、その原因が食事や歯みがき、疲労、喫煙などの生活習慣と密接に関わり合っていることがわかってきました。

今後は、歯周病を予防するために、生活習慣の改善に目を向けなければなりません。

歯周疾患の原因

- ・ 糖尿病などの病気
- ・ プラーク（歯垢）
- ・ 喫煙

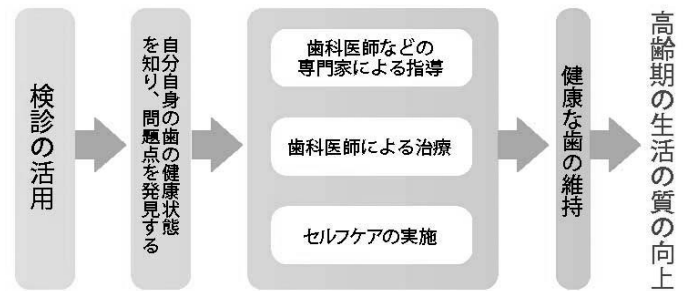
ビタミンの欠乏・栄養の偏り

- ・ 疲労
- ・ 精神的ストレス
- ・ ホルモンバランスの乱れ など

● 歯を失う前に歯周病検診を！

歯科疾患は自然に治ることがありません。自分の歯の状態を正確に把握し、それに応じた予防が必要になります。急速に歯が失われ始める40歳代では、歯周病検診を受診し、専門家の指導を受けることが重要です。また、検診と指導はできる限りこまめに続けることで大きな効果を生み出します。

予防のためのステップ



かかりつけの歯科医を持ちましょう！

かかりつけの歯科医は生涯にわたって歯と口の中の健康を保っていくためにはとても大きな役割を果たしています。自分の状態をよく知ってくれる親しいかかりつけの歯科医を持ち、歯周病を早めに発見・予防することが大切です。アトランタ在住中は当院でも歯周病の診断、治療を行っておりますので、お気軽にご相談ください。また、日本にご帰国になったり州外に移転された場合は、移転先でかかりつけの歯科医を持つことをお勧めいたします。

(8020資料参考)



～ 次号につづく ～

歯周病やその他の歯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。

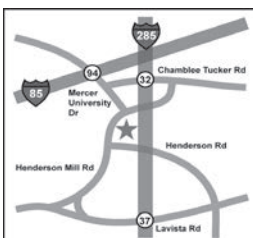
植月歯科医院 at Henderson Mill Dental Care

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】情熱と直感が強く響き合う月になりそうな気配です。季節のエネルギーが活発に動き、あなたの中に眠っていた創造性や挑戦心が燃え上がる傾向が強くなるでしょう。自信と優しさをバランスよく使いこなせれば、あなたの世界は新しい輝きを帯びていきますので期待が持てます。

【恋愛運】恋愛面では、心の奥に秘めていた想いが自然と表に出るタイミングになりそうです。素直な気持ちや言葉を言葉にすることで、関係が一步前進する可能性があります。出会いの場での行動力が恋の切っ掛けをつかむ鍵になるかもしれません。

【金運】金運は好調で、これまでの努力が形となって戻ってくる兆しを持っています。特に、自分の才能やスキルを活かした活動が、収入アップにつながる暗示があります。

♥ 幸運日: 3 14 26
× 危険日: 8 19 22

牡牛座

4/20 ~ 5/20



【全体運】運気は特に上下することもなく穏やかなもので、ただその中でも確かな変化の兆しが宿る月と言えます。これまで積み重ねてきた努力が形になり始め、心に余裕が生まれそうです。周囲の流れがどれほど慌ただしくても、あなたは振り回されずに自分のペースを貫けるでしょう。

【恋愛運】他者への優しさがテーマになる月でしょう。華やかな動きよりも、心の通じ合いを大切にしたい関係が深まりそうです。

【金運】金運は堅実で安定傾向にあります。派手な臨時収入よりも、コツコツと積み上げることで確実に成果を得られます。これまで努力してきたことが報酬や信頼として戻ってくるタイミングのようです。無駄遣いを控え、計画的に使う意識が金運を守りそうです。

♥ 幸運日: 3 15 24
× 危険日: 9 18 27

双子座

5/21 ~ 6/21



【全体運】色々な面で再構築に向き合うことが求められる流れの訪れる月になるでしょう。これまで軽やかに動いてきたあなたに、少し立ち止まって本当に大切なことを見詰め直す時間が与えられそうです。

【恋愛運】刺激的でドラマチックな流れが来ており、恋愛運も大いに好調のようです。社交の場やSNSなど、人とのつながりから新しい恋が生まれる予感があります。あなたの軽やかで知的な魅力が際立ち、気になる人との距離が一気に縮まるでしょう。

【金運】金運は上昇気流に乗りつつあります。新しい情報や人脈を通じて、思いがけない収入のチャンスが舞い込むかもしれません。フリーランスや副業をしている人は、アイデアや発信力がそのまま収益につながる可能性大です。

♥ 幸運日: 4 16 28
× 危険日: 9 13 22

蟹座

6/22 ~ 7/22



【全体運】風向きが変わるよって、新しい展開が訪れる月になりそうです。好奇心が冴え渡り、これまで停滞していたことに新しいアイデアや視点が加わって、次々と可能性が広がっていく良い気配を持っています。あなたの言葉には説得力が宿り、自然と周囲を惹き付ける力を持ちそうです。

【恋愛運】恋愛面では、心の距離感を丁寧に見詰め直すときのようなようです。派手な動きは少ないものの、内面的なつながりが深まる流れです。

【金運】静かな上昇傾向を含んだ金運をしています。新しい情報や人脈を通じて、思いがけない収入のチャンスが舞い込むかもしれません。フリーランスや副業をしている人は、アイデアや発信力がそのまま収益につながる可能性大です。

♥ 幸運日: 2 19 23
× 危険日: 7 14 28

獅子座

7/23 ~ 8/22



【全体運】あなたらしさが強く評価を受ける時期のようなので、内側に眠っていた情熱が再び燃え上がり、行動するたびに周囲へ良い影響を与えるパワーが高まりそうです。これまで控えてきた態度でいた人も、自然と中心的な立場に立つことが増えるでしょう。

【恋愛運】恋愛運は華やかで、心が高鳴る展開が期待できる時期です。シングルの方は、出会いのチャンスが増えそうです。あなたの明るさと魅力が輝き、自然と注目を集めます。特に、笑顔や言葉に温かみを添えると好感度が急上昇することです。

【金運】活発で動きのある金運をしています。臨時収入や新たな収益チャンスが期待できる一方、気が大きくなりやすく出費も増えがちです。特に、自己表現や趣味に関する支出は充実感をもたらすものの、勢いで使い過ぎないように注意が必要です。

♥ 幸運日: 8 16 27
× 危険日: 1 11 23

乙女座

8/23 ~ 9/22



【全体運】運気は安定している状態にあると言えます。期待が大きすぎると肩透かしを食らいそうなので、ほどほどの幸せを噛み締める程度が良いでしょう。仕事や日常では、あなたの几帳面さや分析力が光り、細やかな配慮が高く評価されそうです。

【恋愛運】恋愛運は落ち着いており、緩やかに温かさを増していく時期です。シングルの方は、信頼できる相手との出会いに恵まれやすく、友情から恋に発展する可能性も見えます。誠実な態度が相手の心を惹き付けていくでしょう。

【金運】金運は堅調なようです。派手さはないものの、堅実な管理ができるようです。日々の出費を見直したり、不要なサブスクリプションを整理したりすることで、思いのほか余裕が生まれそうです。

♥ 幸運日: 3 14 26
× 危険日: 8 17 21

天秤座

9/23 ~ 10/23



【全体運】調和と決断が求められる月になりそうです。あなたの周囲では様々な意見や動きが交錯して、バランス感覚があなたに求められる場面が増えそうです。誰かのために動くことが多くなりますが、その中で本当に自分が大切にしたいものが見えてくるでしょう。

【恋愛運】恋愛運はやや揺れ動きやすいものの、関係を深めるチャンスが潜んでいます。シングルの方は、社交の場や趣味の活動を通じて魅力的な出会いがありそうで、期待が持てそうです。

【金運】金運は変動的です。出入りの波がありそうですが、全体として見れば悪くはありません。人とのつながりから金銭的なチャンスが生まれる一方で、交際費などの出費も増えがちになるでしょう。

♥ 幸運日: 4 12 24
× 危険日: 8 19 28

蠍座

10/24 ~ 11/22



【全体運】内面的な変化が外の世界へと現れていく月になりそうです。これまで静かに温めてきた想いや計画が、いよいよ形になり始めることでしょう。状況が変化しても、焦らずに自分の直感や想いを信じるのが大切です。

【恋愛運】恋愛運は情熱的で、深まりのある展開が期待できます。シングルの方は、強く惹かれ合う相手との出会いがあるかもしれません。表面的な魅力よりも、心の奥で共鳴するような関係が育ちやすい時期です。

【金運】金運は、好調な流れに入りつつあります。特に、自分の経験や専門知識を活かした収入アップのチャンスが訪れる暗示があります。地道かつ地味な努力が、確かな実りをあなたにもたらしてくれるでしょう。

♥ 幸運日: 8 14 24
× 危険日: 2 18 29

射手座

11/23 ~ 12/21



【全体運】派手さはないものの静かな成長と信頼の再構築ができて、前に進むことが叶う月になりそうな運気を持っています。普段は行動的で外へ向かう傾向の強い射手座のあなたですが、この時期は少しペースを落として足元を整える流れが訪れることでしょう。

【恋愛運】恋愛運は高まり、情熱的で開放的なムードになりそうです。旅行先や新しい趣味の場など、非日常的な場所で出会いが訪れる暗示があります。明るく前向きな姿勢を見せて、相手の心を惹き付けると良いでしょう。

【金運】金運は上向きで、行動力が収入アップにつながることでしょう。自分の才能を発揮できる場を広げることで、思わぬチャンスが舞い込めます。

♥ 幸運日: 5 15 27
× 危険日: 1 12 21

山羊座

12/22 ~ 1/19



【全体運】努力が実を結びやすく、安定と成果を同時に感じられる良い運気をした月のようです。これまで地道に積み重ねてきたことが評価され、周囲から信頼を得られる出来事が増えそうです。責任感や実行力が際立ち、重要な役割を任せられることもありそうです。

【恋愛運】恋愛運は、誠実さと安定感がテーマです。シングルの方は、真面目な雰囲気を持つ相手や、信頼できる環境での出会いに縁があるでしょう。すぐに情熱的な展開にはならずとも、時間をかけて育まれる恋が長続きする暗示があります。

【金運】金運は安定しており、確実に実りを積み重ねていける時期のようです。収入は堅実に入ってくる一方で、浪費を避ければ着実に貯蓄が増えていくでしょう。

♥ 幸運日: 9 17 22
× 危険日: 5 13 25

水瓶座

1/20 ~ 2/18



【全体運】リスタートとチャレンジ精神の復活がキーワードの月になりそうです。ここ数ヶ月、落ち着いた流れの中で温めてきたアイデアや夢が、ようやく現実動き出す時期となりそうです。特に月の前半は、新しい挑戦への直感が冴えて、行動力が運気を呼び込みます。

【恋愛運】恋愛運はやや波がありそうです。日常生活の中で、ちょっとした出会いに恵まれそうです。じっくりと時間を掛けて信頼を築くことになりそうですので、第一印象だけの判断は禁物です。

【金運】金運はやや荒れつつも、月を通して見れば安定基調と言えます。堅実な管理ができれば、まったく問題と感ずることもないでしょう。無駄を省き必要にもしっかりお金を使う姿勢を持ちましょう。

♥ 幸運日: 6 18 22
× 危険日: 4 13 27

魚座

2/19 ~ 3/20



【全体運】気持ちを整理して再出発を考えるという運気になりそうです。周囲の変化や他人の期待に影響されやすい時期のようですが、その中でも自分の本音や気持ちに気付くタイミングでもあります。月の前半は、静かに内省するのに最適な時期のようです。

【恋愛運】恋愛運は安定しており、仲が深まっていくような状況にあります。シングルの方は、出会いのチャンスが増えるというよりも、心に響く相手とじっくり向き合える時期と言えます。

【金運】金運は穏やかで、堅実さが求められる時期です。大きな変化はないものの、地道な努力が確実に実を結びます。特に、立てた計画や節約の成果が形として現れやすくなるでしょう。

♥ 幸運日: 4 12 24
× 危険日: 9 17 28

クラシファイド広告 Classified

- 求人 Help Wanted
- 教授 Instraction
- 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 でお願いします。会社名: Yamasho Atlanta Inc ☎ 770-263-9312 ㊟ 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 ㊟ 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。

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、㊟ 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、㊟ 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 ㊟ 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。㊟ careers@hendersonmilledentalcare.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。詳細はりーまで。☎ 678-580-3455

Chirori @ ミッドタウン
寿司シェフ募集。連絡先 Jackie 770-865-1234

楽ラーメン Duluth
サーバー、キッチンシェフ募集。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

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

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。佐々木までご連絡ください。470-330-0147



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の募集しています。新井まで ☎ 770-394-3242 ㊟ www.GEORGIAKENDO.net

ANIS ATLANTA クラシファイド広告募集



アニスアトランタは
あなたのビジネスを応援します!!

クラシファイド申込方法

E-mail to: infojp@anisatlanta.com

- ◆ 料金 基本パターン1号に付き30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カ月
◆ 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 *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

7月に入り、まぶしい青空に本格的な夏の訪れを感じる季節となりました。World Cupをはじめ、プールパーティーやミュージックフェアなど、イベントが盛りだくさん。これから始まる夏が今から楽しみです。

先日、Chamblee Night Marketへ出かけてきました。夕方になってもまだ明るく、屋外で音楽が流れるあの雰囲気が大好きです。気軽に楽しめるストリートフードを片手に、友人とおしゃべりしながら過ごす時間は、まさに夏ならではの贅沢です。

また、先日訪れた屋外コンサートでも、ビールを片手に音楽を楽しみながら会場全体が一体となって盛り上がり、最後には星空の下で花火が打ち上げられました。その瞬間、会場が歓声に包まれ、夏の思い出に残る素晴らしい夜となりました。

屋内コンサートは、天候に左右されることなく、照明や音響が緻密にコントロールされた環境で音楽を楽しめる魅力があります。

一方で屋外コンサートは、夕暮れの風や夜空、季節の空気を感じながら音楽を楽しめるのが何よりの魅力です。天候に左右されることもあります、その開放感こそが屋外ならではの醍醐味だと思います。

アメリカで初めて訪れたコンサートも屋外でした。ブランケットを芝生に広げ、ミュージシャンの登場を待ちながら、思い思いにビールや食事を楽しむ人々のリラックスした光景が、とても印象に残っています。音楽を聴くだけでなく、その場の空気や時間そのものを楽しむ文化に触れ、「アメリカらしい夏」を感じた瞬間でした。

World Cupの決勝も今から楽しみです。イベントが続く季節ですが、お出かけの際は暑さ対策をしながら、どうぞ安全に楽しい夏をお過ごしください。次号も温かくご覧いただけましたら幸いです。
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 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
(病气、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)		
るぼの子クラブ (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!!

日本へのお荷物は

クロネコヤマトの宅急便が便利です

- 1 お好きな箱を準備
- 2 オンラインで簡単にインボイス作成
- 3 無料ドロップオフが出来る宅急便取扱店にお持ち込み



★遠方の方もヤマトオンラインからUPSの国内輸送の手配が1クリックで完了!

無料ドロップオフが出来る宅急便取扱店

☆ ヤマト運輸ATL支店	4341 International Pkwy #101, Atlanta, GA 30354	404-363-6062
☆ Tomato I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



お問い合わせはお電話で 404-363-6062





はや川

行き届いたサービスと

最高の食材を提供



MICHELIN

Michelin-starred
restaurant

2023・2024・2025

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しています。新しいご縁を心より楽しみにしております。テキストにてご連絡ください 404-488-9178

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

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

