

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



8 2026
No. 80
月1回発行



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』

英語・日本語バイリンガルの最先端医療サービス

Kuraoka
Clinic

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

AUGUST 2026 NO. 80

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 9 月号は 9 月 5 日ごろ配布予定

- 05 8月のカレンダー
- 07 偉人の名言
- 09 ニュースダイジェスト
- 13 FOOD & HEALTH
- 16 アロマテラピー◎タウンゼント瞳
- 23 バイリンガル求職者の就職・転職事情◎PASONA
- 24 Timeless Japan@JapanFest
- 26 アトランタネイル手帖◎Indigonails Aiko
- 27 アトランタ in-Town News◎ATLANTA YAJIMA CHIROPRACTIC
- 28 パパッとつくっておいしくたべよ
- 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 聖書の言葉◎ますみ
- 32 EP「Borderless Nostalgia」が発売◎MADOCA
- 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

© 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。

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



美味堂
umaido



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

WWW.UMAIDO.NET

678-318-8568

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

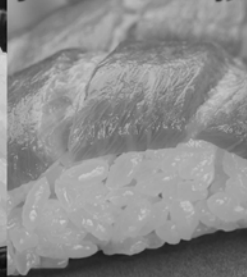


Shirakiku Wismettac Asian Foods, Inc.

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」。短粒米本来のふっくらとした食感と上品な味わいが楽しめるお米です。

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



Shirakikuの短粒米は「サツ」と洗うだけで炊飯いただける軽洗米です。

Wismettac



<https://wismettacusa.com>



8 AUGUST

8月のカレンダー

8月06日	広島平和記念日
8月09日	長崎原爆記念日
8月12日	君が代記念日
8月15日	終戦記念日

8月06日 広島平和記念日

1945年（昭和20年）8月6日午前8時15分、アメリカ軍のB29爆撃機エノラ・ゲイが、広島市上空約9600メートルで世界初の原子爆弾リトルボーイを投下し、上空約600メートルで爆発した。

広島市街は壊滅し、放射線による急性障害が一応おさまった1945年12月末までに約14万人が死亡したと推計されている。

この歴史的悲劇から人類は目をそむけることなく、犠牲となった多くの人々の霊を慰め、世界平和を祈る日として広島市では「平和記念日」とし、この日に原爆慰霊碑の前で「平和祈念式典」が行われる。

平和祈念式典において、原爆が投下された午前8時15分に平和の鐘やサイレンを鳴らし、原爆死没者の冥福と恒久平和の実現を祈り、1分間の黙祷が行われる。その後、広島市長による平和宣言、子どもによる平和への誓いが行われるのが通例である。

一般的にこの日は「広島原爆の日」と呼ばれることが多い。また、広島市では、この日8月6日を「ヒロシマ・デー」、8月9日を「ナガサキ・デー」として記念日とするよう、平和市長会議に加盟する国や都市に呼びかけている。

8月09日 ながさき平和の日

1945年（昭和20年）8月9日午前11時2分、アメリカ軍のB29爆撃機ボックス・カーが原子爆弾ファットマンを投下し、長崎市松山町の500メートル上空で爆発した。

広島に次いで史上2番目の原子爆弾で、当時の長崎市の人口24万人（推定）のうち約7万4千人の市民が死亡した。また、建物は約36%が全焼または全半壊した。2020年（令和2年）8月9日時点で、長崎で被爆して亡くなった人々を記した原爆死没者名簿の登載者数は18万5982人となっている。

原爆投下から50年を迎えた1995年（平成7年）に、長崎市ではこの日8月9日を「ながさき平和の日」に制定したという情報もあるが、一般的にこの日は「長崎原爆の日」と呼ばれることが多い。

また、この日には長崎市松山町の平和公園において「長崎原爆犠牲者慰霊平和祈念式典」（長崎平和祈念式典）が行われ、核兵器の廃絶と世界恒久平和の実現を訴え続けている。

平和祈念式典では、原爆が投下された午前11時2分に長崎の鐘やサイレンを鳴らし、原爆死没者の冥福と恒久平和の実現を祈り、1分間の黙祷が捧げられる。その後、長崎市長による平和宣言、平和への誓いが行われるのが通例である。

8月12日 君が代記念日

1893（明治26）年、文部省告示「小学校祝祭日大祭儀式規定」が公布され、小学校の祝日・大祭日の唱歌に『君が代』『一月一日』『紀元節』等8曲が定められた。1999（平成11）年、「国旗国歌法」により正式に国歌となった。

8月15日 終戦記念日

1945年（昭和20年）8月14日、日本政府はポツダム宣言を受諾し、翌15日の正午に昭和天皇による玉音放送によって日本が無条件降伏したことが国民に伝えられ、第二次世界大戦が終結した。

玉音放送は国民が初めて聞く昭和天皇の肉声であった。内務省の発表によれば、戦死者は約212万人、空襲による死者は約24万人だった。1963年（昭和38年）から毎年、政府主催による「全国戦没者追悼式」が行われ、正午から1分間、黙祷が捧げられる。この追悼式は第二次世界大戦の日本人戦没者に対して宗教的に中立な形で行われる。1982年（昭和57年）4月の閣議決定により「戦没者を追悼し平和を祈念する日」となった。



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・築年数: 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分からない、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： リオネル・メッシ (Lionel Messi)
国： アルゼンチン ロサリオ
生： 1987年6月24日 -
職業： アルゼンチンのプロサッカー選手

リオネル・メッシ (Lionel Messi)。本名はリオネル・アンドレス・メッシ・クッチッティーニ (Lionel Andrés Messi Cuccitini)、愛称はレオ・メッシ (Leo Messi)。1987年6月24日、アルゼンチン・サンタフェ州ロサリオ生まれ。アルゼンチンのプロサッカー選手。ポジションはフォワード。現在はメジャーリーグサッカーの Club Internacional de Fútbol Miami に所属し、また、チームのキャプテンを務める。

メッシのキャリアは、アルゼンチンの名門ニューウェルズ・オールドボーイズの下部組織から始まりました。成長ホルモンの分泌異常という病気を抱えていましたが、その才能に目をつけた FC バルセロナが治療費を負担することを条件に彼を獲得し、育成機関であるラ・マシアで才能を開花させました。

2004年10月にトップチームデビュー。クラブの象徴として長く君臨し、史上最多となる8度のバロンドール受賞や、4度のUEFAチャンピオンズリーグ制覇など数え切れないほどの栄光をクラブにもたらしました。

2021年夏には長年過ごしたFCバルセロナを退団し、フランスのパリ・サンジェルマンへ移籍。2シーズンでリーグ・アン優勝を経験した後、2023年7月からはMLSのインテル・マイアミに加入し、クラブ史上初のタイトルとなるリーグスカップ優勝に大きく貢献しました。

代表チームにおいては、アルゼンチン代表として2008年の北京オリンピックで金メダルを獲得。A代表としては、2021年のコパ・アメリカ優勝で悲願の代表初タイトルを手にとると、2022年のカタール・ワールドカップではチームを世界王者へと導き、自身も大会MVPに輝きました。



早い時間に始めて遅くまで残っていた。
来る日も来る日も、来る年も来る年も。
一夜にして成功するのに17年と114日もかかったよ。

夢を叶えるためには戦わなければならない。
犠牲を払い、できる限りの努力をしなければならない。

本当に愛していることのためなら、どんなことでも乗り越えられる。

わたしはプレーについて考えたり、思い描くことはない。
その瞬間にひらめいたことをする。
直感だ。いつもそうだった。

何かの最高選手に選ばれることは特別ですばらしいことだ。
しかしタイトルがなければ、目的は何も達成されない。

時計製造のような厳密さと精密さなしには、サッカーにおける才能と優雅さには何の意味もない。

わたしの職業はサッカー選手だ。
それがわたしの好きなことなんだ。

常に勝つことはできない。
時にはそのことを受け入れなければならない。

人生には試合に勝つことや負けることよりも重要なことがある。

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



JUNO
MEN'S HAIR STUDIO

ボディマッサージいたします！女性も歓迎

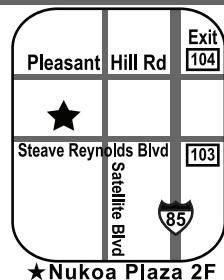
男性カット \$23
(シャンプー込)

◎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。



3230 Steve Reynolds Blvd. #206 Duluth, GA 30096



ジョージア・チャーター学院

日本語と英語のDUAL LANGUAGE

ジョージア州公立学校（チャータースクール）

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。



- 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 Drive, Peachtree Corners GA 30092

770-604-0007 | info@internationalcharteracademy.org

技術力と"3Sサービス"

山本自動車

信頼

親切

正直

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

いざと言うときの
頼れるメカニック！

車に関するどんな悩み
も相談にのりますので、
気軽にお越しください。

お電話、テキストで
ご予約受付しています



テキスト可

電話: 770-416-4040 E-mail: kzyama.1216@icloud.com

853 South Peachtree Street, Suite 101, Norcross, GA 30071

Website: www.yamamotoauto.com

おかげさまで 36 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 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



ANIS ATLANTA

アニスはあなたのビジネスを応援します!!

広告募集

クラシファイド・求人広告・取材記事・連載コラム・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。

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

ニュースダイジェスト

スペースXの「スターシップV3」、試験飛行を完了

米民間宇宙企業スペースXは24日、大型ロケット「スターシップ」の試験飛行を完了した。先週の試験では、離陸時に複数のエンジンが点火せず、打ち上げが中止されていた。



今回の試験飛行は「フライト13」と呼ばれる。いくつかの重要なハードルをクリアした後、スターシップの上段を構成する宇宙船がインド洋に制御された着水を行い、試験終了となった。ロケットブースターの「スーパーヘビー」は飛行開始から2分後にスターシップから分離し、制御された状態でメキシコ湾に着水した。

フライト13は「V3」と呼ばれる現行のスターシップで2回目の試験飛行となった。5月に行われたスターシップV3の初飛行では、エンジンの停止が相次ぎ、ロケット本来の性能を発揮できていなかった。

スペースXには、来年予定される米航空宇宙局（NASA）の重要な試験飛行に向けてスターシップの準備を整えるよう、強いプレッシャーがかかっている。この試験は次なる月面着陸への足がかりとなる可能性もある。

今回の飛行はスペースXの上場後、初めての試験飛行でもあった。スペースX株は先週の打ち上げ中止を受けて売り込まれ、今も新規株式公開（IPO）時を下回る価格で取引されている。

トランプ氏の「イランは交渉に真剣」との発言を一蹴

イラン当局者は、イランの交渉姿勢が「より真剣になってきている」とするトランプ米大統領の発言を一蹴し、同国が米軍による地上侵攻の可能性を歓迎しているとさえ示唆した。

イランメディアがアサディ將軍と伝えた軍高官は25日、「敵との戦争は消耗戦であり、終わることはない」と述べた。「侵略者である米軍の地上部隊が、われわれが地上で交戦できる状況に置かれるよう神に願っている」

米国は約2週間にわたってイラン各地を攻撃し、覚書の締結以降で最も深刻な激化を招いている。

トランプ氏は7月24日、米国とイランが協議しており、イラン政府の姿勢が「より真剣になってきている」との考えを示した。また、イランは「合意したがっている」が「準備ができているとは思わない」とも述べた。

事情に詳しい情報筋がCNNに明らかにしたところによると、この発言の前にトランプ氏は側近らと会談し、戦争をさらに激化させる可能性について協議していた。

イラン国家安全保障最高評議会に近いニュースサイト「ヌール・ニュース」は7月25日の論評で、「米政府は局面を変え、イランと米国の二国間の危機をイランと国際社会の対立へと転換しようとしている」と指摘。

イランはホルムズ海峡の通航を阻止していると米国が非難していることに触れ、「世界貿易を脅かしていると非難されているイランはかつて交渉の最中に2度攻撃を受けた」と付け加えた。

NYの連邦庁舎前で放火

米ニューヨーク市のオフィス街で7月20日、米陸軍の元兵士が連邦政府機関の庁舎前の路上に放火して発火物を投げ、3人を負傷させたとして逮捕された。捜査当局によると、容疑者は反移民税関捜査局（ICE）の文言を掲げていたとされる



JB

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.

QUICK USA

- ✓ 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



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

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

3059 Peachtree Industrial Blvd, STE 200
Duluth, GA 30097
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



日本食品が毎日お得
豊富な品揃え

20 ドル以上お買い上げの場合
平日は **5%オフ**・週末は **10%オフ**

* White Windmill Bakery は除きます



インスタグラムをフォローして
毎日のお買い得品を確認してね。

とまと1 カブ店 770-933-0108

2359 Windy Hill Rd SE Suite 250, Marietta, GA 30067

フルタイム又はパートタイムのスタッフを募集中



YOKOHAMA

678-580-3455

5412-B Buford Hwy NE
Doraville, GA 30340

8 月の特別プロモーション

月～土曜日は スペシャルランチ弁当 \$19.99

・ 月曜日: レインボーロールと握り 5 貫 \$23.99

・ 火曜日: 全てのラーメン 20%引き

ミニ中落ち丼とミニうどんセット \$17.99

・ 水曜日: かつカレーうどん \$17.99

・ 木曜日: ミニちらし寿司とミニうどんセット \$17.99

木～土曜日は スペシャルロール 20% 引き All day

T・スウィフトとT・ケルシー NY で挙式

米歌手テイラー・スウィフトさんと米プロフットボールNFLのスター選手トラビス・ケルシーさんが、ニューヨーク・マンハッタンのマディソン・スクエア・ガーデン（MSG）で今週、結婚式を挙げる見通しだ。関係者が6月30日、CNNに明らかにした。



関係者によると、現地時間の7月2日午後6時から始まる「リハーサル」には招待客約100人が出席する見通し。結婚式は3日に予定され、夕方から「カクテルパーティー」が始まる。披露宴は4日午前4時まで続く見通しで、招待客は約1000人を見込んでいます。

2人は2023年に交際を始め、25年8月にインスタグラムで同時に婚約を発表した。

ニューヨークのゾーラン・マムダニ市長は30日の記者会見で2人の挙式をほのめかし、予想される熱波到来に絡めて「もしMSGで挙式する予定なら、屋内で涼しく過ごせる。これは市全体にとって良い手本だと思う」と語った。

米国は7月4日に250年目の建国記念日を迎える。現在はサッカーの北中米ワールドカップ（W杯）も開催中で、ニューヨークは観光客であふれかえっている。7月5日にニュージャージー州のスタジアムで行われる試合の観客は、マディソン・スクエア・ガーデンの地下にある巨大な乗換駅のベン・ステーションを経由する人も多い。

マディソン・スクエア・ガーデンは、スウィフトさんが過去に8回の公演を行った会場でもある。それでもファンやスタッフは、本当にここで挙式が行われるとは信じられないと口にしていた。

市や警察によると、結婚式の企画で知られるイベント会社はマディソン・スクエア・ガーデン周辺でのイベント開催について許可を申請していた。申請が認められれば、周辺の道路は2日から4日にかけて封鎖される。

寄生虫感染症の集団感染

米国で下痢を引き起こす寄生虫感染症「サイクロスポラ症」の感染が拡大している問題で、米国疾病予防管理センター（CDC）は、玉レタスとの関連が疑われる一連の症例が9州で確認されたと明らかにした。

すでに集団感染が確認されていたインディアナ州、ケンタッキー州、ミシガン州、オハイオ州、ウェストバージニア州に加え、イリノイ州、カンザス州、オクラホマ州、ペンシルベニア州の4州も発症地域に加わった。州の追加については、米紙ワシントン・ポストが最初に報じた。

CDCによると、データでは引き続き、食品会社テイラーファームズのメキシコ支社が供給した汚染レタスが原因となったことが示されている。CDCの集計では、9州のタコベルで食事をしたことを報告したサイクロスポラ症の感染者は1947人に上る。玉レタスに関係する集団感染の症例は6月22日に初めて確認され、7月20日の時点でも続いているという。ただ、9州の保健当局はこの夏、1万2000件を超えるサイクロスポラ症の症例を報告しており、その大半はミシガン州に集中している。

ミシガン州の保険当局者によると、州内の症例の一部には他の感染源が関係している可能性がある。聞き取り調査を受けた全員にレタスを食べた記憶があったわけではないという。

患者への詳細な聞き取りや流通経路を追跡した結果、保健当局はメキシコ中部の玉レタスが感染源になった可能性が高いと特定した。米食品医薬品局（FDA）の調査官やメキシコの保健当局が現在、汚染の原因について調査中。テイラーファームズは、メキシコ中部で加工され、米国27州の飲食店や各種の食品サービス、小売り業者に出荷された細切りレタスをリコール（回収・無償修理）した。

サイクロスポラ症の症例はこの夏、数十の州で確認されている。CDCは複数のクラスターを調査中で、そのすべてが同じ感染源に関連しているわけではないと説明している。

汚染された食品や水を摂取してからサイクロスポラ症の症状が現れるまでには、最長2週間かかる。症状には水様性の下痢や食欲不振、体重減、腹部のけいれん、膨満感やガスの増加、吐き気、倦怠（けんたい）感があり、発症した人は数週間にわたって症状が続く可能性がある。

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 大塚寛 元はモリス・ニコルソン・ロビンソン
野口剛史 (OPR Plant LLC, ジョージア州弁護士)

羊土社
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



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。



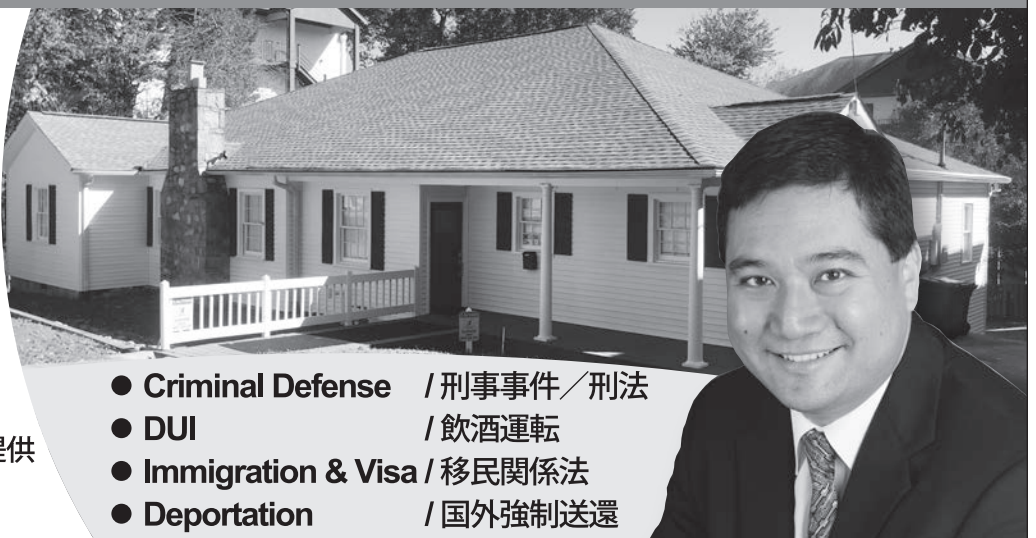
THE SONODA LAW FIRM

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)

世界最高のスコッチ・ウイスキーは？

ASCOT アワード (ASCOT Awards) が 2026 年の「ベスト・イン・クラス (最高賞)」を発表し、そのすべての受賞銘柄を独占先行公開する。今回はスコッチ部門に焦点を当てて詳しく見ていくが、その前に、そもそもなぜこの年に一度のコンペティションの結果に注目すべきなのか、その背景を少し説明しておこう。



ASCOT アワードは、受賞歴のある作家であり、ウイスキー評論家のフレッド・ミニックによって 2021 年に創設された。アワードの正式名称は「American Spirits Council of Tasters (アメリカ・スピリッツ・テイスター評議会)」であり、当初は 27 人の専門家による審査員団がアメリカのスピリッツを中心に評価していたが、その後、世界中のスピリッツ部門へと対象を広げている。

最高評価を獲得した銘柄はトーナメント方式のプレイオフに進み、「ダブル・プラチナ」を獲得した銘柄同士がそれぞれのカテゴリーで競い合い、最終的に「ベスト・イン・クラス」が選出される。最終的には、これらベスト・イン・クラスの受賞銘柄すべてが、最優秀賞である「ベスト・イン・ショー」の座をかけて競い合うことになる。ここで紹介する最高評価のスコッチも、その栄誉に輝くかもしれない。結果は数週間後に判明する。しかし、先急ぎするのはやめよう。いよいよ発表の時だ。ASCOT アワードを獲得したのは「アベラワー・アブーナ (Aberlour A'bunadh)」である。

シェリー樽熟成のスコッチのファンにとって、この甘美なウイスキーは説明不要だろう。熟成年数表記のないこのシングル

モルトは 1997 年の発売以来、カルト的な人気を誇るクラシックボトルとみなされている。名前はゲール語の「起源」に近い意味の言葉に由来する。発音は「アブーナ」で、バッチごとにわずかに異なるものの、常にカスクストレングス (加水せず原酒の度数のまま) でボトリングされ、ファーストフィルのシェリー樽のみで熟成されることで、特徴的なダークフルーツの洗練された味わいを生み出している。

その後の審査では、繊細なスモーク、ダークチョコレート、タバコのニュアンスが指摘された。筆者が最近市場で見かけた「アブーナ」の最新ボトルは、アルコール度数 61.2% と力強いものだった。妥協のない「シェリー爆弾 (シェリー樽の特徴が非常に強いウイスキー)」のファンとして、年ごとのわずかな変化に関わらず、このウイスキーは常に私の味覚を感動させてくれる。しかし、この最新リリースにおける底流にあるダークな風味は、ゆっくりと広がるフィニッシュにおける、砂糖漬けのジンジャーのニュアンスによって引き立てられ、より長く持続する。飲み慣れた人ならストレートで楽しみたいと思うだろうが、常温のミネラルウォーターを数滴加えて加水すれば、さらに柔らかい口当たりを堪能できる。

このボトルを手に入れるには、通常 100 ドル (約 1 万円) 前後の費用がかかる。そのクオリティと、これを製造する 146 年の歴史を持つ名門蒸留所の格式を考えれば、十分に妥当な価格と言えるだろう。2026 年 ASCOT アワードで、このボトルが最優秀ウイスキーの栄誉を手にするかどうか見届けたいだろうか。今後も独占的な審査結果の最新情報を随時お届けするので、ぜひチェックしてほしい。

コーヒーは何杯ならストレス軽減に効果的？

これまでの研究で、コーヒーの飲用が長生きの促進や心房細動のリスク低下につながる可能性が示されていた。そして今回、科学者らによると、ある一定の量のコーヒーを飲むとストレスを軽減する可能性があるという。

ここで重要なのは、何杯が最適なのかという点。『ジャーナル・オブ・アフェクティブ・ディスオーダーズ』に掲載された大規模な研究では、46 万人の自己申告によるコーヒー摂取量とその後の約 13 年間にわたる医療記録が分析された。その結果、毎日コーヒーを飲んだ人 (具体的には一日 2 ~ 3 杯) は、まったくコーヒーを飲まない人よりも、気分障害 (うつ病や双極性障害など) やストレス関連障害 (不安障害や適応障害など) を発症するリスクが低いことがデータから分かった。

コーヒーと精神疾患の関連性は J 字型であった。これはつま

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

ANIS
ATLANTA

Monthly Japanese community Magazine



The Japan-America Society of Georgia

2026 Annual Dinner Gala

ジョージア日米協会
2026年度 年次晩餐会

THURSDAY, AUGUST 20, 2026
8月20日(木) 6:00PM-9:00PM

PIEDMONT DRIVING CLUB
1215 PIEDMONT AVENUE NE
ATLANTA, GEORGIA 30309

FEATURING A NETWORKING COCKTAIL
RECEPTION, SILENT AUCTION FUNDRAISER,
SPECIAL GUEST REMARKS, ENTERTAINMENT,
AND DOOR PRIZE DRAWING

BLACK TIE OPTIONAL



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

2026 JASG ANNUAL DINNER GALA

As a part of its summer tradition, the Japan-America Society of Georgia will be celebrating its 46th Anniversary at the 2026 Annual Dinner Gala on Thursday, August 20, 2026 at the Piedmont Driving Club. The Annual Dinner Gala will bring together an audience of approximately 300 prominent guests, including executives from Japanese and Georgia-based companies, civic leaders, and representatives from the international community.

ジョージア日米協会では、夏の恒例行事として、来たる8月20日(木)に第46回年次晩餐会をピードモント・ドライビング・クラブで開催いたします。その他にも日本企業やジョージア企業のトップ、市民リーダー、国際社会の代表者など、約300名の著名人が一堂に会いたします。

RSVP 申し込み : www.bit.ly/JASG-AD2026



PICKLEBALL

YP SOCIAL EVENT

YP Member	\$20	JASG Member	\$24	Non-Member	\$28
-----------	------	-------------	------	------------	------

15
AUG

SATURDAY
 2:00-4:00 PM

JOIN NOW!
 DILL DINKERS PICKLEBALL
1200 WHITE ST SW #1000, ATLANTA

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



SUMO

&
NAGASHI SOMEN

KIDS SUMMER EXPERIENCE!

SATURDAY, 22nd AUGUST
2pm - 4pm

Lewis Global Karate
5522 New Peachtree Rd Ste 103, Chamblee, GA 30341

Learn Real Sumo
Catch Flowing Noodles
Discover Japanese Culture

Special Guest
Black Dragon Beya Atlanta Sumo Club

JOI PROGRAM
JAPAN OUTREACH INITIATIVE

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

Child (JASG Member): \$5
Child (Non-Member): \$10
Parent Somen Only: \$5

6+ (IDEAL FOR AGES 6-12)

り、コーヒーを飲み始めた時点からリスクの低下が見られ、一日2〜3杯程度を摂取し続けることでその効果が持続したことを指す。しかし一日5杯以上になるとその明白な効果は薄れ、気分障害に関してはリスクが高まる傾向が見られた。「これは、カフェインの摂取が過剰になった際に臨床上で観察される事象と一致します」と説明するのは、行動保健学の専門家であるカイラ・ボビネット医学博士。



参加者はインスタント、挽き豆、デカフェなど、飲用したコーヒーの種類を報告し、デカフェコーヒーを飲む人ではこれらの効果は見られなかった。さらに研究者は、交絡因子の影響を減らすために、年齢、性別、人種、学歴、社会経済的地位、喫煙、飲酒、紅茶の摂取量、睡眠、身体活動、BMI、高血圧、2型糖尿病について調整を行った。彼らは参加者の遺伝的要因やカフェイン代謝についても言及したが、これらはあまり重要ではなかったという。

もちろん、コーヒーの摂取傾向は自己申告であり、研究開始のベースラインに一度収集されただけなので、習慣は時間の経過とともに変化するという点からこれらの結果には誤差の余地があります、とボビネット博士は述べている。研究者らは単に、コーヒーの摂取と気分／ストレス障害という2つの変数間の相関関係を示しただけに過ぎない。

「神経生物学の観点から言えば、カフェインはおもに脳内のアデノシン (A1 および A2A) 受容体を遮断し、間接的にドーパミンのシグナル伝達を促進します」とボビネット博士は説明する。

ドーパミンは「幸福感をもたらす」ホルモンとして知られ、多くの高次実行機能に関与している。「これにより、覚醒度、意欲、知覚エネルギーが一時的に向上し、気分の改善やストレスへの耐性として認識されます」と彼女は結論づける。

レストラン紹介

★ Nai Thai Cuisine

5486 Chamblee Dunwoody Rd #13, Dunwoody, GA 30338
(678) 691-7403

<https://naithaicuisine.com//>

店内は落ち着いた雰囲気、とても居心地の良い空間でした。テラス席も用意されていますが、木の温もりを感じるダイニングエリアの方が、ゆっくり食事を楽しめる印象です。



前菜は、「タイ・バジル・ロール」と「タイ風蒸し餃子」です。野菜や麺のシャキッとした冷たい食感が楽しめるタイ・バジル・ロールと、熱々で旨みたっぷりの蒸し餃子という、対照的な味わいを一度に楽しめます。タイ・バジル・ロールは一口サイズにカットされていて、見た目も上品な一品でした。

メインには、おすすめメニューの「マサマンカレー」と「パッキーマオ」を注文しました。パッキーマオはメニューに「スパイシー」とありましたが、辛さは控えめで、日本人にも食べやすい味わいです。太めの麺を使った仕上がりは、どこかパッシーイウにも似た印象を受けました。

マサマンカレーは、ココナッツミルクのまろやかなコクと、複雑に重なり合うスパイスの香りが絶妙で、個人的にもお気に入りのタイカレーの一つです。

全体的に満足度の高い食事でしたが、本格的なタイ料理を求める方には、もう少しスパイスの奥行きやインパクトがあるとさらに魅力が増すように感じましたが、落ち着いた空間で気軽にタイ料理を楽しめる一軒としておすすめできるお店です。

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： ディクソン香り先生によるウォーキングクラス

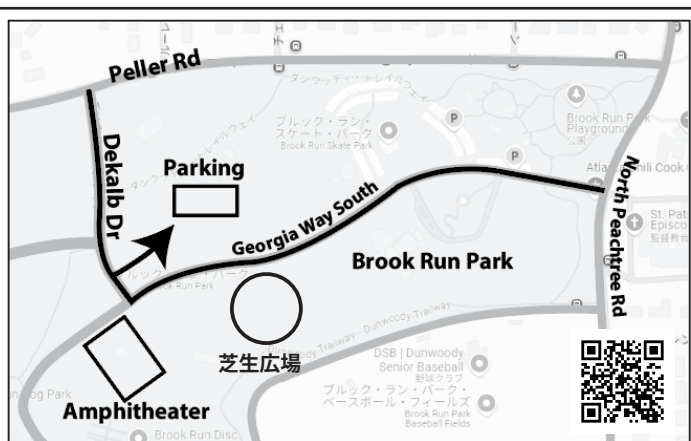
日時： 9月12日(土) 午前10時～11時30分
※雨天の場合は中止

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、手ぬぐい、もしくは長めのタオル

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

夏の疲れは香りでリセット

夏は思っている以上に体が疲れている

厳しい暑さが続く夏。外では強い日差しに照らされ、室内では冷房の効いた空間で過ごすことが多くなります。この大きな温度差は、私たちの体に思っている以上の負担をかけています。

「しっかり寝たはずなのに疲れが取れない」「なんとなく体がだるい」「気持ちまですっきりしない」。そんな夏の終わりの不調を感じる方も多いのではないのでしょうか。

その背景には、自律神経の働きがあります。自律神経は、体温や発汗、血圧などを調整し、体を一定の状態に保つために24時間働いています。暑い屋外と冷房の効いた室内を何度も行き来すると、この調整役が休む間もなく働き続けるため、疲れが蓄積しやすくなるのです。

夏の疲れを癒やす3つの習慣

疲れをため込まないためには、「睡眠・食事・リラックス」の3つを意識することが大切です。

睡眠では、エアコンを適切に利用し、寝室を快適な温度に保つことが、質のよい睡眠につながります。心地よいと感じる温度は人によって異なりますが、冷たい風が体に直接当たり続けると、体が冷えたり、筋肉がこわばったりして、朝にだるさを感じる場合があります。ファンやエアコンの風向きを調整し、体に直接風が当たらないように工夫しましょう。

食事では、そうめんやパンなど、炭水化物だけで済ませるのではなく、肉や魚、卵、大豆製品などのたんぱく質を意識して取り入れましょう。たんぱく質は筋肉だけでなく、酵素やホルモンなど、体を支えるさまざまな組織の材料になります。

さらに、ビタミンやミネラルを含む夏野菜や果物を組み合わせ、汗とともに失われやすい水分やミネラルもこまめに補うことが、夏の体調管理につながります。

そして、心を休ませる時間も忘れてはいけません。そんな時間に役立つのが「香り」です。

香りが心と体に寄り添う

嗅覚は五感の中でも特別な感覚で、香りの情報は、感情や記憶に関わる脳の部位へ素早く伝わります。そのため、心地よい香りを感じると、自然と気持ちが落ち着いたり、気分転換につながったりすることがあります。

近年の研究でも、アロマテラピーは、睡眠の質やストレス、疲労感を和らげるためのセルフケアとして役立つ可能性が報告されています。



夏の終わりにおすすめの香り

ペパーミント

夏にぴったりの香りといえば、ペパーミントです。暑さでぼんやりした気分をすっきりと切り替えたいときや、清涼感が欲しいときの心強い味方です。

洗面器に水を張り、ペパーミント精油を1滴加えてよく混ぜ、タオルを浸して固く絞ります。そのタオルで首元や腕などを拭くと、メントールの働きによって、実際の体温以上にひんやりとした感覚を楽しめます。

刺激を感じることがあるため、使用量は控えめにし、目や粘膜の周辺、乳幼児への使用は避けましょう。

レモン

すっきりと爽やかな香りが特徴のレモンは、朝の目覚めや、仕事・家事を始める前など、気持ちを切り替えたい場面にぴったりです。

お部屋にディフューズするほか、掃除に取り入れるのもおすすめです。一般的な圧搾法でつくられたレモン精油には光毒性があるため、肌に使用した後は、一定時間、直射日光や紫外線に当たらないよう注意が必要です。

ラベンダー

穏やかでやさしい香りが特徴です。一日の終わりに気持ちを落ち着かせたいときや、寝る前のリラックスタイムにおすすめです。

ディフューザーで寝室に香らせたり、天然塩や植物油などに適切に希釈してアロマバスに取り入れたりするのもよいでしょう。

ユーカリ

すっきりとした清涼感のある香りが特徴です。湿気の多い日や、気分をリフレッシュしたいとき、仕事や勉強に集中したいときにも人気があります。

香りが強く感じられることもあるため、少量から試し、好みに合わせて調整しましょう。

夏の疲れは、一つの方法だけで解決するものではありません。十分な睡眠、栄養バランスのよい食事、そして心をほぐす香り。この3つがそろってこそ、毎日を元気に過ごす土台になります。

暑さが続くこの季節だからこそ、自分の心と体に少しでも目を向け、香りとともにいたわる時間をつくってみませんか。

タウンゼンド 瞳 (アッセンズ郊外在住)

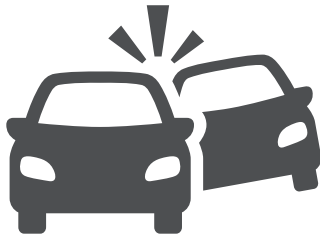
日本で看護師として大学病院婦人科病棟に勤務。その後クリニック、訪問看護にも携わる。インターナショナルスクールのスクールナースとして勤務後、渡米。エッセンシャルオイルとの出会いを通して自然の力に魅了され、子供の誕生をきっかけに本格的にアロマについて学び始める。現在小・中・高校生の5人の子供達をエッセンシャルオイルを使いながら子育て中。アロマクラスを随時開催。ぜひ感想などお聞かせください。

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





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





8月のセール商品



Tomato2

8560 Holcomb bridge Rd #108

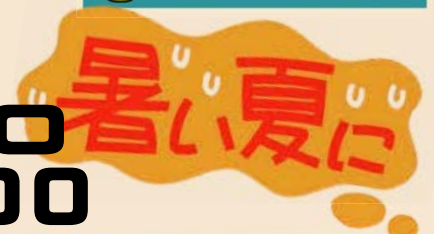
Alpharetta, GA 30022

770-263-7838

新商品



おすすめ商品



Tomato2 営業時間
日一土 10:00-8:00





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
お試しください!!

SushiYOKO & Tomato2

8560 Holcomb bridge Rd #108#109

Alpharetta,GA 30022

Tomato2 営業時間
日一土 10:00-8:00

バイリンガル求職者の 就職・転職事情

最近、「求人は多いのに、なかなか仕事が決まらない」という求職者の方からのご相談を受けることが増えています。「以前より転職活動が長引いている」「数多く応募しても企業から返事がない」「面接までなかなか進めない」といった声を耳にする機会も少なくありません。一方で、ニュースや雇用統計を見ると、「失業率は低い」「雇用は増えている」と報じられています。求職者が感じている現実と、企業側の採用状況には大きなギャップがあるように感じます。では、なぜこのようなことが起きているのでしょうか。

現在、多くの企業は「本当に必要な人だけを採用する」という慎重な姿勢を取っています。求人自体は出ていますし、応募も集まっています。しかし、採用人数は必要最小限に抑えられ、求めるスキルや経験に合う候補者を慎重に見極めていたため、採用活動も以前より長期化する傾向があります。

さらに、AIの普及も採用市場を大きく変えました。今ではAIを活用すれば、レジュメやカバーレターを短時間で作成できるようになり、応募そのもののハードルは大きく下がっています。その結果、以前は1つの求人に100名程度だった応募者数が、現在では500～1,000名に達するケースも珍しくありません。つまり、求職者にとってはライバルが大幅に増えたということです。

一方で、企業側もAIを活用して応募書類を確認したり、候補者を絞り込んだりするケースが増えています。求職者も企業もAIを活用する時代だからこそ、「とにかく応募数を増やす」というこれまでのやり方だけでは、結果につながりにくくなっています。

では、これからの転職活動では何が重要になるのでしょうか。これからは、やみくもに応募数を増やすのではなく、一社一社に合わせた準備が欠かせません。企業研究を行い、Job Descriptionに合わせてレジュメを調整し、LinkedInのプロフィールを充実させること。そして、可能であればリファerral（紹介）を活用することも、面接につながる可能性を高める重要なポイントです。

リクルーターの立場から見ても、最近面接に進まれる方には共通点があります。

- LinkedInのプロフィールが充実している
- レジュメがJob Descriptionに合わせて調整されている

- 企業研究を行い、面接準備ができている
- 自分が目指すキャリアを明確に説明できる

反対に、AIを利用して大量に応募しているものの、一社ごとの準備が十分でない方は、思うように選考が進まないケースも見受けられます。

AI時代の今だからこそ、「応募数」ではなく「一件一件の質」にこだわるのが重要です。企業も求職者もAIを活用する時代になったからこそ、最後に差がつくのは、やはり人にしかできない準備とコミュニケーションではないでしょうか。

また、「質」にこだわるということは、それだけ時間もかかります。現在の採用市場では、以前より転職活動が長期化するケースも珍しくありません。そのため、結果に一喜一憂するのではなく、その時間をスキルアップや業界研究、LinkedInの充実など、自分自身への投資に充てることをお勧めします。

私たちは日々、多くの求職者の方々と接していますが、準備を続けていた方ほど、チャンスが訪れたときにしっかりと結果をつかんでいます。焦って応募数を増やすのではなく、一つひとつの応募に丁寧に向き合うことが、これからの転職活動ではますます重要になっていくでしょう。

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
レジュ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

2026 SPECIAL GUEST PERFORMERS



WAVES OF HARMONY



HARIBOW



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共存する魅力を紹介し、世代や文化を超えて多くの人々が日本を体験できるイベントづくりをしています。

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。

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>



HARIBOW

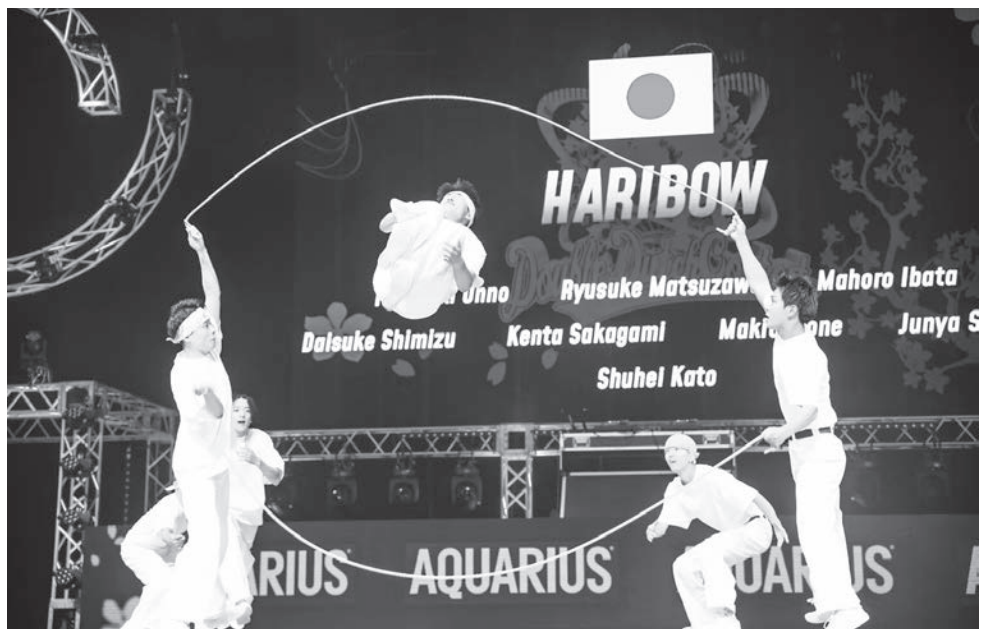
HARIBOW は、国際的に高い評価を得ている日本のダブルダッチ・パフォーマンスチームです。イギリスの人気番組『ブリテンズ・ゴット・タレント』で「ゴールデンブザー」を獲得し決勝に進出したことで世界的な注目を集めました。

スピード感あふれるロープワーク、アクロバット、そしてダイナミックなダンスを融合させたエネルギッシュなパフォーマンスで観客を魅了しています。

東京を拠点に活動するこのチームは、ダブルダッチ・コンテストのフリースタイル・バトルなど、主要な大会での優勝経験を持つ世界トップクラスのパフォーマー 5 名で構成されています。

圧倒的な迫力を持つルーティンで知られ、主要テレビ番組や NBA のハーフタイムショーへの出演などを通じて、その活動の場を世界へと広げています。

ストリートショーから本格的なサーカス・ツアーまで、多岐にわたるエネルギッシュなステージを展開しています。



GUEST PERFORMERS



Wave of Harmony

今回のアトランタ特別公演では、プロジェクトのビジョンをより深く掘り下げた「三味線のみによる親密なアンサンブル」をお届けします。あえて他の楽器を排し、三味線という楽器そのものが持つ奥深さ、多彩な表現力、そして豊かな感情の機微を余すところなく披露します。



中島晴香

大阪エキスポ、またイギリス、インド、マレーシアのJapanFestにも出演。音楽を通して、日本文化と心を込めたメッセージを世界中の観客へ届けています。力強い歌声と豊かな表現力で聴く人の心を揺さぶり、言葉や文化の垣根を越えて人々をつないでいます。



SAMURAI SWORD SOUL

映画”SHOGUN”にも出演した Yoshi Amao 率いる侍グループ。迫力満点のサムライパフォーマンスをコメディを交えてJapanFestを盛り上げてくれています。伝統武術の技とエンターテインメントを融合させた演武は、日本文化の魅力を体感できる圧巻のステージです。



祭り座

1993年に結成されたこのグループは、伝統的な太鼓の音楽と自曲を世界中で演奏しています。15cmから182cmまでの、手作りの和太鼓をつかって行われる演奏は、鼓動を感じられるほどの迫力があります。毎年人気投票No.1の太鼓グループ祭り座。今年も力強い太鼓を聞かせてくれます。





アトランタ ネイル手帖



01. はじめまして

指先は、誰よりも自分自身が毎日目に見えている場所。だからこそ、自分の機嫌をとるための大切なパーツです。トレンドを追いかけるだけではなく、自分らしく心地よい指先を育てるための知恵を、『アトランタネイル手帖』として少しずつ書き留めていきます。

はじめまして。まずは簡単に自己紹介をさせてください。Duluthにあるネイルサロン「indigonails」にてネイリストをしている藍子といます。indigoは名前の「藍」の字からとりました。藍色は私の一番好きな色です。

2013年にアトランタのネイルスクールを卒業したのですが、残念ながらライセンスを取る前に自分のVISAが切れてしまい、日本に帰国しました。その後京都で6年以上ネイリストとして働いた後、2019年にまたアトランタに戻ってきました。

少しブランクがありましたが今度こそライセンスを取るために再度ネイルスクールに通い直しました。というのも州のライセンスを取る為の試験は、卒業から2年以内に受けないと受験資格が切れてしまうのです。

仕方なく二度目のネイルスクール通いとなりました。ところがここでの出会いが今のお店で働くきっかけとなりました。インストラクターライセンスを取るために学校に通っていたJenaとの出会いです。今は隣のデスクで一緒に働く同僚となりました。

私の働くお店はとてもインターナショナルな環境で、オーナーはアメリカ生まれのベトナム人Jen、ウクライナ人のDiana、Jenaはラトビア出身、そして日本人の私。色んな言語が飛び交う職場です。

無事念願のライセンスを取得後、2025年夏からindigonailsをスタートしました。ところでこのコラム内では日本の方に馴染みのある“ネイリスト”という言葉を使っていますが、実はアメリカでネイリストという言葉は通じませ

ん。一般的にはManicurist, Nail TechnicianやNail artist等という風に呼ばれています。

他に日本とアメリカの違いで言うと、例えば日本ではネイル検定はありますが、働くための免許はありません。一方、アメリカではネイリストとして働くにはステートボードという州ごとのライセンスが必要で、なんと州によって履修時間が全然違います。

一番短いのはマサチューセッツ州で100時間、一番長い州だとアラバマ州の750時間という州もあります。ジョージア州は全米でも多めの525時間となっています。なんかちょっと不公平なような。

さて、第一回は自己紹介メインのお話となりましたが、今後はネイルのトレンドや技術のお話だけではなく、ネイルに興味がない方にも読んで貰いたい、爪の健康などに関するお話も書いていきたいと思っています。次回も、ゆくりと読んでいただけたら嬉しいです。

足の爪の痛み、我慢していませんか？

Onyfix (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
「Onyfix」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)

✓加齢などに伴い
爪が硬くなったり厚みを増すことで
ご自身でのケアが難しい方へ
安心・快適に整えるフットケアのご相談も
承っております

Onyfixサービス料金

初回Onyfix: 親指 1本 \$90 / 2本 \$135
親指以外 \$60 (2本目以降+ \$20)
(カウンセリング 全ての爪のカット込み)
◆2回目以降 全メニュー 20% オフ

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)
* サービス料金は爪とのかかとの
コンディションにより変わります

日本での6年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
自爪育成や噛み癖についてのご相談も承っております

10%OFF
当広告を見た
とお伝え下さい
8/31/2026まで

日本製の
ジェルを
使用しています

@INDIGONAILS_ATL

indigonails
インディゴネイルズ

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



indigonails Aiko/ 藍子

日本で6年間ネイリストとして経験を積み、ジョージア州ライセンスを取得。

TEL: (470) 929-1666 テキストは日本語で
公式LINEでのご予約は @855oixar を
追加後トークからご連絡ください

アトランタ in-Town News

ATLANTA YAJIMA CHIROPRACTIC

体のメンテナンスしませんか？

今回は、アトランタ矢島カイロプラクティックにお邪魔しました。特に痛みがあるわけではないものの、「最近なんとなく姿勢が悪くなった気がする」「肩が重だるい」と感じていたため、体のメンテナンスをお願いしました。

まずはマッサージからスタートします。マッサージは、リラクゼーションだけでなく、筋肉の緊張をほぐし、体のコンディションを整えることを目的に行われます。

普段あまり運動をしていない私にとっては、自分ではなかなか伸ばせない筋肉を丁寧にほぐし、ストレッチしてもらえる感覚です。全身をバランスよく動かしながら筋肉を緩めていくため、施術後は体が軽くなり、血行も良くなったように感じました。

アトランタ矢島カイロプラクティックでは、ジョージア州認定マッサージセラピストがカイロプラクターと連携し、一人ひとりの状態に合わせた施術プランを組み立てています。マッサージとカイロプラクティックを組み合わせることで、より効果的なケアが期待できます。

十分に筋肉がほぐれたところで、いよいよカイロプラクティックの施術へ。事前に体をほぐしておくことで、姿勢の調整もしやすくなるそうです。

私自身も久しぶりの施術でしたが、気付かないうちに姿勢のバランスが崩れていたようで、自分でも驚きました。

カイロプラクティックは、背骨や骨盤など骨格のバランスを整えることで、身体本来の働きをサポートし、健康維持を目指す自然療法の一つです。薬や手術に頼らず、身体が本来持つ力を引き出すことを目的としています。

背骨のゆがみは、姿勢の崩れだけでなく、日々の生活習慣や運動不足、食生活、ストレスなど、さまざまな要因と深く関わっています。ストレスにも身体的なもの、精神的なもの、食生活に起因するものなど、さまざまな種類があります。

アトランタ矢島カイロプラクティックでは、骨格の調整だけでなく、運動療法や食事に関するアドバイス、マッサージセラピーなど、多角的なアプローチを取り入れ、一人ひとりの健康づくりをサポートしています。

現在、金曜夕方オープン記念キャンペーンを実施中です。通常、カイロプラクティック（\$70）とマッサージ（\$50）の合計\$120のところ、期間限定で**\$100**で受けることができます。

ご興味のある方は、この機会にぜひ体験してみたいでしょうか。人気の時間帯は予約が埋まりやすいため、早めのご予約をおすすめします。





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

甘辛だれがおいしい！

トマト肉巻き

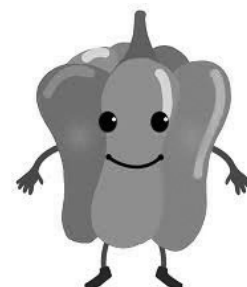
材料【2人分】

トマト 1 個 (180g)
豚バラ肉 (薄切り) 8 枚 (160g)
塩 少々
片栗粉 大さじ 1
サラダ油 大さじ 1/2
黒こしょう 少々
青ねぎ (小口切り) 適宜
☆合わせ調味料
しょうゆ 大さじ 1
酒 大さじ 1
みりん 大さじ 1
砂糖 大さじ 1/2



作り方

1. トマトは 8 等分のくし形に切る。それぞれ豚肉で巻いて塩をふり、片栗粉をまぶす。(A) を混ぜ合わせておく。
2. フライパンに油を中火で熱し、肉巻きの巻き終わりを下にして並べ入れる。時々転がして全体に焼き色をつけながら火を通す。
3. (A) を加えて全体に絡める。器に盛りつけ、黒こしょうをふり、好みで青ねぎをちらす。



トマトの酸味と甘辛たれのハーモニーがたまらないうまさ！



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。

留学生等在留期間の変更

米国国土安全保障省は、非移民学生（F ビザ）、交換訪問者（J ビザ）、報道関係者（I ビザ）保持者の滞在期間に特定の期限を設けると発表しました。これ以外のビザ保持者は、通常入国時に I-94 にそれぞれのビザ種類特定の滞在期限が記入されますが、上記のビザ保持者には特定の滞在期限はなく、滞在期間には D/S (duration of status) とかかれています。

つまり、これらビザ保持者は申請した学位やプログラムの期間を示す I-20 や DS2019 の期限が有効な間は滞在することができました。新規則は、滞在期間に明確な上限を設け、必要に応じて連邦政府への延長申請を求めることを義務付けるものです。

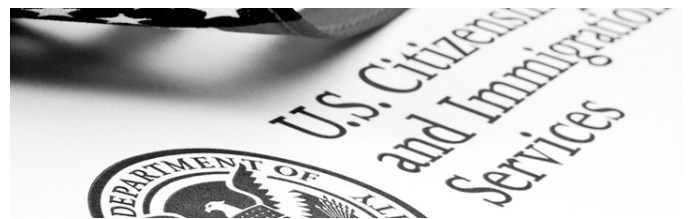


主な変更点として、非移民学生や交換訪問者の入国許可期間は、原則として各プログラム期間に限定され、最長 4 年を超えないものとされます。また、プログラム修了後に期間を追加する必要がある場合は、米国移民局に延長申請書を提出する必要があります。さらに、F-1 学生が卒業後に出国準備、転校や滞在資格の変更を行うために設けられている猶予期間は、現行の 60 日から 30 日に短縮される予定です。従前の制度下で在留資格期間が D/S となっている者は、新制度へ移行後は、許可される滞在期間は新規則の発効日から最長 4 年に制限されます。

上記に伴い、実務上の注意点について説明します。

- 対象者の在留期限の確認：F、J および I ビザ保持者について、現在のプログラム期間、I-94 記載滞在期間、SEVIS の情報等を確認し、今後の在留期限管理に備える必要があります。
- 延長申請の要否の早期判断：学業、研修、研究、報道活動等が予定より長期化する可能性がある場合には、在留期間延長（EOS）の要否および申請時期を早めに検討することが重要です。

- 学校・スポンサー側の記録管理体制の見直し：教育機関や交換訪問者プログラムのスポンサーおよび雇用主は、対象者のプログラム開始日・終了日、変更履歴、出席状況等を適切に記録し、SEVIS 情報との整合性を確保する必要があります。
- プログラム変更・転校時の事前確認：専攻変更、プログラム延長、転校、スポンサー変更等を行う場合には、新規則上の制限や追加手続の有無を事前に確認することが必要です。
- 発効日および経過措置の確認：新規則は連邦官報掲載後に発効するため、発効日、既存滞在者への適用、移行期間中の取扱いについて、引き続き最新情報を確認する必要があります。



新規則発効後は、対象となる学生、交換訪問者、報道関係者などを受け入れる教育機関、雇用主、スポンサー団体は、在留期限の延長申請の要否やプログラム変更時の手続きを見直す必要がでてきます。

特に、学業や研修プログラムが予定より長期化する場合には、従来よりも早い段階で在留期間延長申請が必要であるかを判断し、その時点における審査時間も確認して、事前に申請準備を行うことが重要となります。なお、新規則に関しては、今後も規定が変更したり、追記されることも考えられるので、その都度最新情報を確認するように心がけましょう。



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ものではありません。一般的な情報の提供を目的とするものです。また、記載されている情報に関しては、できるだけ正確なものにする努力をしておりますが、正確さについての保証はできません。しかも、法律や政府の方針は頻繁に変更するものであるため、実際の法律問題の処理に当たっては、必ず専門の弁護士もしくは専門家の意見を求め下され。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ください。



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 Thank you for your Service

7月4日

今年の独立記念日は250周年だという事だからという訳でもないが、何故か急にイベント的なものを見たくなり、近所で行われているはずのパレードを観に行こうと、朝の散歩を兼ねてダラダラとパレードを観に行った。

テレビでよくやっている超大規模なパレードとは程遠いが、ローカルのパレードでも独立記念日のイベントばくって面白かった。退役軍人や警察、消防車両の登場で歓声が沸くのがアメリカっぽい。どうせならアメリカ国家も聴きたかったが、既に終わっていたらしい。

アメリカ国家は色々な人が歌っているが、今までで一番カッコ良いと思ったのが、1991年の湾岸戦争のまただ中で行われたスーパーボウルでのWhitney Houstonの国歌斉唱。(日本語表記ではホイットニー・ヒューストンだけど「ホイットニー」の読み方が絶対違うと思っているのであえて英語で書いてみた)

これは私もテレビを生中継で観ていて鳥肌が立ったのを今でも覚えている。YouTubeで動画が観られるが、最後に戦闘機が飛んで行くところはいまだに鳥肌ものだ。ちなみにスーパーボウル直後に発売されたLIVE CDはいまだに持っている。

7月10日

最近アシスタントのチェイスが、何故か妙に気合が入っている。とりあえず私は道場のトップではあるが、とくに還暦を超えているジジイである。

チェイスはそのジジイに向かってクラス中、かなり本気で倒しにくる。いくら私に怪我をさせるつもりは無いにしても「オレにそれをやってくるか?」というような、アブナイ攻撃を仕掛けてきて、私が「今のは効いた…」とギブアップするのを聴くと、してやったりの表情を浮かべる。

かと思えば、クラスのメにスクワットで、予定回数を過ぎてもカウントを続けみんなを困らせる。通常私が50、彼が50と交互にカウントを掛け合って200回で終わるところ、今日は追加で50回で250回までカウントをした。彼がカウントしている以上、意地でも「止めろ!」とは言えないので汗だくになりながら250回完遂。

悔しいので250回スクワットをやらされた報復で、いつもの腹筋運動は各自横になって伸ばした両足を100回上下する運動なのだが、それよりキツイ2人一組の腹筋をしてやった。私は23回で一度力尽きたが、どうにか30回やり終えた。全員ヘロヘロになってクラスを終了。

私はクラスが終わってもウエイトトレーニングをやっている。今日は彼にそれを付き合わせさせた。いつもルーティン3ラウンド目で、彼が潰れたを見て「勝った」と自己満足。ジジイを舐めるとリベンジが待っていることを知らしめてやった。

7月18日

私の先輩に山中泉(やまなかせん)という人がいるが、実はこの人現在は参政党の参議院議員。彼の議員会館の部屋には、大山空手が国立代々木第二体育館で開催した、正道会館という空手団体との空手界初5対5マッチの新聞が、額縁に入れられているほど空手家時代の事を大切に思っている人だ。(正道会館との5対5マッチについては現在YouTube大山康彦カラテよもやま噺で公開中です)

FBを見ていたら、泉先輩の外交防衛委員会の質疑の様子が流れてきた。アメリカでは軍人さんに対して「Thank you for your service」という気持ちを普通に表すし、軍人さん側も「Thank you for your support」と返す、というようなちょっといい話。

そんな動画を見ていたら、今日の稽古に、元々は普通のサッカー少年だったのに、たまたま知り合いだった黒帯のスティープに道場に連れて来られたのがきっかけで空手を始め、格闘技に目覚めて、そのまま軍隊まで行ってしまったニュウソンが稽古に参加した。

彼は現在ドイツの部隊に所属して、日夜訓練に励んでいるらしい。「ロケットを発射するのが楽しい」という、ちょっと一般人脳からは離れてしまっているところを併せ持っているが、基本的に昔のままの良い青年である。カラテからしばらく離れているとは言え、現役の若い軍人である。敬意を表してかなり本気で攻撃をする。クラスの最後にみんなの前で「Thank you for your service」というと「OSU」。全員が拍手した。

稽古の後「キミは戦闘には行くことは無いのか?」と質問すると「今はないが、戦地近くのステーションに配属されれば、最初に行くのが私達だ」
いざという時の覚悟が決まっている尊敬に値する凄い漢だ。





生活のリズムを整えて

夜しか子どもと接する時間がなく、つい寝るのが遅くなる場合

「子どもといっしょに過ごす時間は大事です。仕事をしているので帰宅してから遊びます。」「お父さんの帰りを待っていっしょに時間を過ごしてほしいから」と言って、子どもに遅寝をさせてしまうことがあります。冒頭のお母さんのように、たまには夜にでかけたいというケースもあります。ですが、子どもの生活リズムを第一に考えてください。親子でふれあう時間を取りたいならお布団の中に入った時に、絵本を読んだり、今日あったことをじっくり聞きましょう。

また、「ねえ」と話しかけてきた時には家事の手をとめて「なあと」と目線が合う状態で話を聞けば、子どもはほんの5分でも「ちゃんと聞いてくれた」お母さんは自分のことを大切に思ってくれている」と満足するものです。必ずしも子どもと接する時間は長ければいいというものではありません。コミュニケーションの密度や質で、時間の短さを補うこともできます。夜は早く寝かせて、遊ぶのは朝にするのもいいでしょう。

それが無理なら「日曜日にたくさん公園で遊ぼうね」と週末を使えばいいのです。決して大人の都合に子どもを合わせないでください。

朝ごはんの朝準備をする時間がない場合（朝ごはん編）

「炭水化物を温かい飲み物」を基本に、どうしても時間がとれなければシリアルと温かい牛乳から始めてはいかがでしょうか。冷凍しておいたおにぎりを電子レンジで解凍し、それにインスタントのお味噌汁をつけるだけでもかまいません。夕食を作る時に朝食もいっしょに準備をしてしまうと楽ですね。できるところから一步步ずつ取り組んでみてください。温かいものは、体温を上げ、体の活動性を高めます。また炭水化物はエネルギーになりやすいので、これらを摂れば、午前中から元気に動けます。

朝ごはんを食べてくれない場合

まず、なぜ食べてくれないかを考えてみてください。夜遅くにご飯を食べたりしていませんか？例えば夜7時に夕食を食べ、その後10時間もねたら普通は「お母さん、おなか減った！」と言うものです。学校であまりにもイライラしたり、元気がなかったりするので、先生が食べ物をあげるとすっかり元気になるというケースもよくあるそうです。

生活リズム全般、特に夕飯の時間を見直してみてください。そして、できれば朝ごはんを食べるのは、おきて30分くらいたってからがいいでしょう。起きてすぐは腸の働きが悪いので、まず水を飲み、腸を活発に動かしてから朝ごはんを摂ると、消化がすぐに始まります。便秘がちな乳酸飲料も良いですね。便秘も解消して、学校に行く前に排便ができ、学校でのトイレの不安を抱えなくて済みます。

生活リズムと自立心

生活リズムを整えることは、子どもの健康のためだけではなく、子どもの自立心を養うためにも重要なことです。決まった時間で行動がとれれば、次に何をすればいいのか子ども自身がわかり、積極的に動いたり、空いた時間でお友達と約束をすることもできるでしょう。夕食の時間が決まっていれば、おはしやお茶碗を並べてもらったり、お風呂を洗ってもらったりと、子どもにお手伝いしてもらいやすくなります。役割分担をすることで、家族の役に立っているという自己肯定感や自立心にも、そして生活技能を身につけることにもつながります。

子どもの生活リズムを整えてしまえば、夜の時間を親自身の趣味や夫婦の時間にあてて、楽しむこともできるようになります。自分のための時間を充実させることで心のゆとりも生まれ、穏やかな心で子どもと向き合うこともできます。生活リズムを整えることは、子どもにとっても、親にとってもいいことづくしです。どれかひとつでもいいのでまず1ヵ月をめどに、できることから取り組んでみることをお勧めします。

生活リズムを見直すきっかけになったでしょうか？ある統計によると、寝る時間がおそい子ほど生活リズムが乱れるそうです。夜9時までには寝ている子どもは、7時以降に起きる子はほぼいないのに対して、寝る時間が遅い子ほど7時以降に起きています。朝一人で起きられない子どもの割合も、テレビの視聴時間や夜食の摂取頻度も寝る時間が遅くなるほど増えています。

生活リズムが整っていると、学習の習慣化がしやすくなります。毎日一定の家庭学習を行えば、学力向上にもつながります。公文式は家庭学習でもあります。最大限の効果をだすためにも、夏休み期間、もう一度生活のリズムを考えて是非実行してみてください。



KUMON®
MATH. READING. SUCCESS.

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

『生きる力』をつける公文式

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

公文式学習内容：

- ・国語（日本語読解力）
 - ・英語（現地校国語読解力）
 - ・算数・数学（大学レベル以上） ※日本の英語教材とは違います。
- 0歳から大人まで、あらゆる年代が学べる学習法です。

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

Madoca

EP『Borderless Nostalgia』が発売

ピアニスト・キーボード奏者、そして作曲家としても活躍するMadoca（マドカ）さんが、6曲入りのEP（ミニアルバム）『Borderless Nostalgia（ボーダレス・ノスタルジー）』を7月10日にリリースされました。

Madocaさんの音楽は、コンテンポラリー、クラシック、ジャズ、フュージョン、ソウル、ファンク、ラテンなど、多彩なジャンルを融合させた独自のスタイルが魅力です。洗足学園音楽大学ピアノ科を卒業後、3日間にわたるライブオーディションで奨学金を獲得し、当時ごく限られた人数しか入学できなかったヤマハ・ネム音楽院へ推薦入学。その後、Berklee College of Musicでは、ジャズピアノをはじめ、ジャズセオリー、アンサンブル、コンポジション、アレンジメントなどを学び、音楽性をさらに深められました。

「Love Frequency」は、まるで南の島で過ごす穏やかな休日のような空気をまとった楽曲です。軽やかなピアノの音色と心地よいグルーブ、そこにさりげなく溶け込むレゲエのリズムが、聴く人をやさしく包み込みます。

どこか懐かしさを感じる旋律は、忘れていた記憶の扉をそっと開き、心の奥に眠る風景を映し出します。それは、幼い頃に見た夏の空かもしれませんし、旅先で出会った夕暮れの海辺かもしれません。人それぞれが心に抱く「帰りたい場所」を思い起こさせるような、不思議な温もりがあります。

アルバムタイトルの『Borderless Nostalgia』が表すように、その郷愁には国境も時代もありません。誰もが心の中に持つ大切な記憶や風景へ、音楽が静かに寄り添ってくれるのです。

Madocaさんのピアノは、ジャンルという枠を軽やかに越え、ジャズ、クラシック、ソウル、ラテンなど多彩な要素を自然に融合させながら、新しい音楽の世界を描いています。その音色は、過去への懐かしさだけではなく、未来へ向かう希望も感じさせてくれます。

音楽は、言葉では届かない場所へ語りかけることができます。『Borderless Nostalgia』は、一人ひとりの心の中にある記憶や風景を呼び覚まし、それぞれの「郷愁」と静かに出会わせてくれる作品です。ぜひ、目を閉じて耳を傾けながら、自分だけの風景を見つけてみてください。

公式ウェブサイト：<https://madocapiano.com>



聖書の言葉

By ますみ

あなたの先祖たちの知らなかったマナを、あなたに食べさせられた。それはあなたを苦しめ、あなたを試み、ついには、あなたを幸せにするためであった。

申命記 8 章 16 節

「あなたを苦しめ、試み」と、神は言っておられます。苦しみが臨むと「なぜ？なぜ？」と、不安、不満、怒りが出て来ますが、試練を通してしか得られないものがあります。試練とは、試して、練られることです。神の試練は、その結果、「あなたを幸せにするためであった」と、記されています。

勿論、試練を好む者はいません。しかし、誰もが、試練に会います。その時に、環境や他人のせいにして、不満と苦しみに飲まれて行く事もできますし、あるいは、それを訓練として受け止める事もできます。

試練の時、心を屈折させるのも、心を素直にするのも、自らの選択です。「人がその子を訓練するように、主があなたを訓練される」と、聖書に記されています。試練を訓練として受け止めるなら、測り知れない益を得ることでしょう。

心を固くせず、試練の中で主に従えば、全てが合い働いて益とされ、成長していきます。そして後に、「苦しみにあったことは、私にとって幸せでした」と言えるのです。

人は、苦しみによって碎かれて、自分の力に頼れず、なすすべもなく、神にしか頼れない所まで追い込まれないと、自分の弱さを認めることが出来ない…人とは、何と強情で、自分を正当化し、周囲を責めても、自分の非を認めない者でしょう。

全ての人がそうではありませんが、人は、往々にして、試練にあったその時、初めて、真に神と向き合い、神を知るのです。それを、回心といいます。改心ではありません。回心は、これまで、神に背を向けて歩んでいた者が、180度心の向きを変えて、神様に向きを変えることです。試練にあって、苦しみを受け止め、神に近づいて、神に拠り頼む事の意味を知ることが出来た人は幸いです。神との出会いによって、試練が「涙の谷を過ぎる時も、そこが平安の泉の湧く所」となるのです。

苦しみの時に与えられる御言葉（聖書）により、天の父なる神が、すぐそばにおられるかのような臨在感に包まれ、神から来たとしか思えないような慰めをうけて、平安に過ごせる時があります。試練を超えて、新たに神を知り、信頼して、全てを明け渡して、委ねる時、本物の幸いを経験していくのです。まさに、あなたを幸せにするためとの御ことばどおりですね。

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

予防と日頃のメンテナンス

今年の春ごろ、国民的タレントのマツコ・デラックスさんが、首の痛みや手足のしびれなどの症状により入院・手術を受け、しばらくお仕事を休まれたというニュースがありました。私の家族やスタッフも大好きなタレントさんなので、当院でも話題になりました。現在は無事にお仕事へ復帰され、安心された方も多いと思います。

正式な病名は公表されていませんが、一部では「頸椎症性脊髄症ではないか」と報道されていました。当院にも、首や肩の痛み、腕や手のしびれを訴えて来院される方が多くいらっしゃいます。特に50代以降になると、長年の姿勢や身体の使い方に加え、加齢による変化も重なり、首の症状が現れやすくなります。



頸椎症とは、首の骨や椎間板、関節、靱帯などが、年齢や長年の負担によって少しずつ変化していく状態です。簡単にいえば、首の関節やクッション部分に起こる老化や変形です。この変化によって、首の中を通る脊髄が圧迫されるものを「頸椎症性脊髄症」、腕や手につながる神経が圧迫されるものを「頸椎症性神経根症」といいます。

「頸椎症性脊髄症」では、手足のしびれ、力の入りにくさ、歩きにくさなどが現れます。箸を使う、ボタンを留める、文字を書くといった細かな動作が難しくなることもあります。一方、「頸椎症性神経根症」では、首から肩、腕、手にかけて痛みやしびれが出ることが多く、首を後ろへ反らしたり、症状のある方向へ向けたりすると悪化する場合があります。

脊髄や神経が強く圧迫され日常生活に支障が出ている場合は、もうカイロプラクティック施術だけで改善させることはできず、症状によっては圧迫を取り除くための外科手術が必要になることがあります。手足のしびれが強くなる、手先が急に不器用になる、歩みにくい、足がもつれる、力が入りにくいといった症状がある場合には自己判断をせず、早めに整形外科や専門の医療機関を受診してください。



頸椎症は、最初のうちは「いつもの首こりや肩こり」「少し腰がしびれるだけ」と見過ごされがちですが、症状が進行してしまえば治療期間が長くなり、治療の選択肢も限られてしまいます。だからこそ、症状が軽いうち、あるいは症状が出る前から首に負担をかけにくい身体の状態を保つことが大切なのです。

残念ながら、カイロプラクティックによって、加齢に伴う骨や椎間板の変化を完全に防ぐことはできません。しかし、身体のバランスや姿勢を定期的に確認することで、首に負担をかけている原因に早めに気づくことはできます。例えば、頭が前に出ている、左右の肩の高さが違う、背中が丸くなっている、身体の重心が片側に偏っているといった姿勢の変化は、自分ではなかなか気づきにくいものです。こうした状態が長く続くと、

首や肩の筋肉が常に緊張し、頸椎の一部に負担が集中しやすくなります。特に、デスクワークやスマートフォンを長時間使用する方は注意が必要です。

また、首への負担は、首だけに原因があるとは限りません。骨盤や背中のバランスが崩れることで、その上にある頭を支えるために、首が無理をしていることもあります。そのため当院では、首だけを見るのではなく、頭、背骨、骨盤を含めた身体全体のバランスを確認しています。定期的に身体の状態を確認することで、首の動きの硬さや筋肉の緊張、姿勢や重心の変化などにも早めに気づくことができます。

カイロプラクティックは、頸椎症性脊髄症を直接治療したり、その発症を確実に防いだりするものではありません。しかし、姿勢や身体のバランスを整え、首にかかる余分な負担を減らすための予防的な健康管理として役立てることができます。歯に痛みがなくても定期検診を受けるように、首や背骨も、問題が大きくなる前から定期的に状態を確認し、整えていくことが大切です。首の健康は、強い痛みやしびれが出てからではなく、元気に動けるうちから守っていきましょう。

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

マッサージ
始めました
チップ不要です

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。



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



ドライマウス

唾液の分泌量が減り唾液の成分が変化することにより口の中が乾燥し、さまざまな症状が現れる状態をドライマウスといいます。

唾液には、口の中の汚れを洗い流したり（自浄作用）、細菌の増殖を抑えたり（抗菌作用）、粘膜を保護したり、食べ物を飲み込みやすくしたりする大切な役割があります。そのため、唾液が減るとこれらの機能が低下し虫歯や歯周病のリスクが高まるほか、食事や会話がしにくくなるなど日常生活に大きな影響を与えます。

<原因>

1. 加齢による唾液腺機能の低下

加齢によって嚙む機能や顎周りの筋力が衰えると、唾液分泌機能も低下します。歳を重ねるにつれて口腔内の水分量が減り乾きやすくなることが知られています。

2. 生活習慣・生活環境

- 喫煙：ニコチンが唾液腺の活動を抑制し、唾液分泌を減少させる。
- 飲酒：アルコール分解に体内水分が使われ唾液が減少する
- 口呼吸：口腔内の水分が蒸発し、乾燥が進む。
- ストレス・緊張：交感神経が優位になり副交感神経による唾液分泌が抑制される
- 軟らかい食事が多い：咀嚼回数が減り、唾液腺への刺激が不足する。

自律神経のバランスが崩れると唾液の分泌量が減少し、ドライマウスにつながります。現代社会のストレスフルな環境は、若い世代のドライマウス増加とも無関係ではありません。

3. 薬の副作用

風邪薬・鼻薬に含まれる抗ヒスタミン薬、花粉症の薬、血圧降下剤、抗うつ剤など、約400種類以上の薬剤に唾液の分泌を抑える作用があるとされています。特に、高齢者では複数の薬を服用していることが多いため注意が必要です。

全身疾患によるもの

- シェーグレン症候群：自己免疫疾患の一つで、唾液腺や涙腺が攻撃され、唾液や涙の分泌が極端に減少します。女性に多いのが特徴です。
- 糖尿病：高血糖により脱水傾向になりやすく、唾液分泌が低下することがあります。
- 頭頸部への放射線治療：がんの治療などで唾液腺に放射線が当たると、唾液腺が損傷し、永続的な乾燥の原因となります。
- 脱水症、腎機能不全など。

<症状>

- 口の中がカラカラに乾く、ネバネバする、喉がかかわく、口臭が気になる
- 食事の際、水分がないと食べ物が飲み込みにくい、話しにくい、味がわかりにくい、入れ歯が合わない・痛みが出る
- 舌がヒリヒリと痛む、口内炎や口角炎がでやすくなる、粘膜が赤く腫れる、ひび割れる・虫歯の増加・進行、歯周病の悪化、口腔カンジダ症

<治療法>

1. 原因療法

- 薬剤の見直し：主治医と連携し、可能な範囲で唾液分泌を抑える作用の少ない薬に変更・減量・中止を検討します。
- 基礎疾患の治療：シェーグレン症候群、糖尿病、鼻炎などの病気を治療します。
- 生活習慣の改善：禁煙、過度なアルコール摂取を控える、鼻呼吸を意識するなどの指導を行います。

2. 対症療法

唾液分泌促進

- 薬物療法：唾液腺の機能が残っている場合、唾液の分泌を促す薬剤が適用となることがあります（シェーグレン症候群や頭頸部放射線照射後など、適応症が限定されています）。
- 唾液腺マッサージ・口腔機能訓練：耳下腺、顎下腺、舌下腺などをマッサージしたり、咀嚼運動を指導したりすることで唾液の分泌を促します。

保湿・粘膜保護

- 保湿剤・人工唾液の使用：保湿ジェル、保湿成分配合の洗口剤、スプレータイプの人工唾液などを使用し、口腔内の乾燥した粘膜を保護します。
- こまめな水分補給

3. 口腔ケア

- 唾液の自浄作用が低下しているため、徹底したブラッシングやうがいが必要です。フッ素の応用（歯磨剤や歯科医院での塗布）による虫歯予防も必須です。
- 口腔カンジダ症などの二次感染症が生じた場合は、抗真菌薬などによる治療を行います。

ドライマウスは口腔乾燥症と呼び、単なる「口の渇き」ではなく、全身の健康にも関わる重要な問題です。気になる症状がある場合は医療機関にご相談ください。

<医療法人徳洲会茅ヶ崎徳洲会病院 HP より引用>





ナチュラルホルモン補充療法とは

ナチュラルホルモンとは

ナチュラルと聞くと自然な植物からとったもののように思われるかもしれませんが、ここでいうナチュラルとは、体にとって「ナチュラル」なホルモン、つまり、体の中に元々あるホルモンと、化学的に全く同じホルモンのことを指し、英語で bioidentical (バイオアイデンティカル)、つまり「生体同一性ホルモン」のことで、簡単にいいますと、『人の体が作るホルモンと化学構造が同じホルモン』のことです。

更年期障害の治療に保険適応で使用される「合成ホルモン剤」は、これらとは異なり、『体内のホルモンに似せた薬剤』です。そのため本来身体にあるホルモンとは化学構造が異なるため、場合によっては拒否反応（副作用）が出ることがあります。

これに対し「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のホルモンなので、体に優しいといえます。中でも加齢により急激に減少する女性ホルモンが深く関わっています。

補充療法が有効な症状

更年期および更年期前後の症状

- ホットフラッシュ
- 疲労感
- うつ症状
- 性欲低下
- 痴呆症
- 不眠
- 記憶力低下
- 集中力低下
- 骨粗しょう症
- 心血管疾患

PMS（月経前症候群）

- うつ
- いらいら
- 引きこもり
- 腹部膨満感
- 関節痛
- 四肢の浮腫み
- 怒りの爆発
- 不安と混乱
- 乳房緊満感
- 頭痛
- 体重増加

女性ホルモンの種類

ナチュラルホルモン エストロゲン効果

- 痴呆予防（記憶力
- 認知力・集中力向上）
- 動脈の柔軟性維持
- 皮膚コラーゲン維持
- 大腸がんリスクを下げる
- 血圧低下
- 骨密度の向上
- 性的関心の向上

ナチュラルホルモン プロゲステロン効果

- 子宮がんリスクを下げる
- 卵巣がんリスクを下げる
- 乳がんリスクを下げる
- 心血管系疾患リスクを下げる

実はエストロゲン優位であることが更年期症状・月経前症候群の原因だった！

まず！エストロゲンが最終的にどうやってつくられるかを見てみましょう。エストロゲンは2つの経路から合成されます。

コレステロール→プロゲステロン→アンドロゲン→エストロゲン
コレステロール→DHEA →アンドロゲン→エストロゲン

このようにプロゲステロンからできる経路と DHEA からできる経路があります。

「更年期障害はエストロゲンが少なくなるから起こる」

「月経前症候群は月経前にプロゲステロンが増えるから起こる」と思っている方が多いと思いますが、ちょっと違います。

正しくは、「更年期障害はエストロゲンも減るが、同時にプロゲステロンが急激に減るために起こる」

「月経前症候群は月経前にプロゲステロンが増加するが、それ以上にエストロゲンも増加するために起こる」です。

倉岡クリニックでのアンチエイジング治療

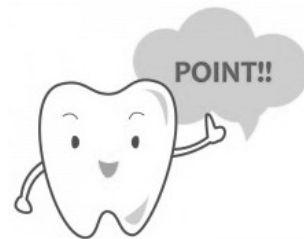
倉岡クリニックでは、さまざまなアンチエイジング治療を行っています。以下の症状に心当たりがある方は、一度ホルモンの血液検査をお勧めします：

- 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～

歯周病検診を積極的に受けましょう！

歯周病検診は現在の自分の状況がわかり、歯科医師が歯や歯肉の状況をチェックし、治療・予防を指導するための基準とします。当医院では、新患としてお越しいただく方に、まず口腔内検査を行うことをお勧めしています。

この検査では、2種類のレントゲンと口腔内の写真を撮り、口腔ガンのスクリーニング、歯の検査だけでなく同時に歯ぐきの検査も行います。

この歯ぐきの検査はプロービングと呼ばれ、歯ぐきからその下に隠れている歯槽骨までの距離を歯一本につき3箇所～6箇所ずつ測っていきます。健康な歯ぐきは2mmから3mm。4mm以上になると、歯周病にかかっていることがわかります。

歯垢は歯と歯ぐきの境目や歯と歯の間にたまりやすく、これを歯ブラシやデンタルフロスで毎日取り除かないと、ばい菌が繁殖し、歯石となって硬くこびりついてしまいます。

歯垢や歯石がたまった状態のままにしておくと、ばい菌繁殖の媒体となり歯ぐきが炎症を起こして、歯肉炎になってしまいます。

さらに、この状態が続くと繁殖しているばい菌を避けるために歯槽骨が後退し始め歯周ポケットが深くなっていきます。

歯周病チェックリスト

- 歯ぐきが腫れ、出血しませんか？
- 口臭があるといわれたことはありませんか？
- お口の中で、変な味がしませんか？
- 歯がぐらぐらしませんか？
- 冷たいものや、熱いものを口に入れると歯がしみませんか？
- 歯ぐきが退縮し、歯の根元がむし歯になりかけていませんか？



当てはまる項目があったらすぐに歯科医師に相談することをお勧めします。

来月は、歯周病と診断を受けてしまった場合、どのような治療をするのか、また歯周病にまたかからないようにするための予防方法についてお知らせします。

(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】勢いを大切にしつつ、人間関係や日常を再構築すると波に乗れる運氣をしています。これまでの努力がようやく形になり始める一方で、次なる目標へと舵を切るタイミングも訪れることでしょう。自分の中の情熱や意欲が再び燃え上がり、停滞していた物事が一気に動き出す気持ちを感じられそうです。

【恋愛運】恋の流れは情熱的で、ドラマのような展開が待っているかもしれません。シングルの人へは、出会いが急速に進展する兆しがあります。思い掛けない場所で心を惹かれる相手と出会い、一気に恋の炎が燃え上がる可能性があります。

【金 運】金運は上昇傾向にあります。使用の方に慎重さが求められる時期です。収入面では、これまでの努力が実を結び、思わぬ臨時収入や評価による報酬アップが期待できるでしょう。

♥ 幸運日 : 2 16 28
× 危険日 : 8 13 24

牡牛座

4/20 ~ 5/20



【全体運】表面上は穏やかに見えても、内側では価値観の変化や新しい決意が芽生える時期のようです。これまで当たり前だと思っていたことが、ふと違って見えたり、自分の心が求める方向が変わっていたりするかもしれません。

【恋愛運】恋愛面では、穏やかさの中にも、小さな波風が立ちやすい運氣です。魅力が高まり注目を集めるものの、相手の気持ちを誤りやすい時期でもあります。思い込みや期待が強過ぎると、せっかくの出会いがすれ違いで終わることもありそうです。

【金 運】金運は安定していますが、油断は禁物の時期です。大きな出費の予定が入るかもしれませんが、先を見据えた使い方であれば運気を下げることはなさそうです。信頼できる人の助言が、金運アップの鍵となります。

♥ 幸運日 : 5 16 21
× 危険日 : 1 11 25

双子座

5/21 ~ 6/21



【全体運】一見すると穏やかに見えますが、そんな中にもちょっとした影響で大きく上下する変化の波が潜んでいる月でしょう。これまで積み重ねてきた努力が静かに実を結び始め、恋愛でも仕事でも安定感を感じられる一方で、周囲の環境や人間関係にまだ見えないくらい小さな揺らぎが生じる兆しも出てきそうです。

【恋愛運】新しい出会いが増え、心が揺れ動く瞬間も多くなりそうです。特にシングル期間が長い人は、ちょっとした出会い、軽やかな会話などから恋が始まる暗示があります。

【金 運】金運は活発ですが、出入りは激しそうです。収入面では臨時の仕事や副収入のチャンスがあり、思いがけない形でお金が入る可能性もあります。

♥ 幸運日 : 1 14 22
× 危険日 : 5 19 27

蟹 座

6/22 ~ 7/22



【全体運】気持ちをいったんリセットする機会と、そこから新しく再出発することがテーマになりそうな月でしょう。これまで頑張ってきたことの結果がひと段落して、次に進むための準備期間に入るといった具合です。

【恋愛運】恋愛感情の波が大きく揺れる時期のようです。優しさが増し、愛する人を包み込みたいという気持ちが強くなる一方で、相手の反応に敏感になり過ぎて心が不安定になりやすい面も見られそうです。

【金 運】金運は安定していますが、感情に左右されやすい運氣です。ストレス発散や気分転換での買い物が増えやすく、気付けば出費がかさんでいる・・・という事態になりそうです。お金を使う前に、本当に必要かどうかを考えることが大切です。

♥ 幸運日 : 3 15 25
× 危険日 : 9 17 29

獅子座

7/23 ~ 8/22



【全体運】まさに太陽が味方する時期にきています。あなた本来の輝きが最大限に放たれ、周囲を惹きつける力が強まることでしょう。これまで温めてきた計画や夢に対して、思い切った行動を起こすタイミングに差し掛かっていると言えます。

【恋愛運】恋愛面では、あなたの存在感がひと際強まり、自然と注目を集めるようです。憧れの人や普段は距離のある相手との急接近がありそうです。思い切って自分からアプローチすれば、熱くドラマチックな展開に発展する可能性もありそうです。

【金 運】金運は上昇気流に乗りつつありますが、勢い任せの使い方には注意が必要でしょう。投資や挑戦にツキもありそうですが、それは慎重な判断の上でのこと。自分磨きやスキルアップへの出費は吉となり、将来的なリターンをもたらすでしょう。

♥ 幸運日 : 4 17 21
× 危険日 : 8 14 25

乙女座

8/23 ~ 9/22



【全体運】色々な関係の整理と新しい構築が起ころうな月でしょう。これまでの努力や積み重ねが形になり始め、現実的な成果を実感できるタイミングに入ります。ただし、周囲の変化も同じように大きくなりそうなので、ややそれに振り回されることもありそうです。

【恋愛運】静かながらも確かな変化が訪れる恋愛運をしています。これまで見過ごしていた相手の優しさや、普段意識していなかった人の存在に心が惹かれるかもしれません。

【金 運】金運は安定傾向にはありますが、堅実さと慎重さが運を左右しそうです。収入面では大きな波は少ないものの、日々の節約や管理が成果を生むときでしょう。支出の見直しや契約関係の整理には幸運が宿ります。

♥ 幸運日 : 4 16 21
× 危険日 : 9 13 24

天秤座

9/23 ~ 10/23



【全体運】あなたの可能性の扉が開くエネルギーが注ぎ込まれる月になりそうです。これまで準備してきたことが形になり始め、あなたのセンスと判断力が多方面で評価されるでしょう。行動と静けさのバランスを意識すれば、運気はさらに安定していくでしょう。

【恋愛運】恋愛運は穏やかで温かな光に包まれるような、良い状態です。あなたの魅力が自然と高まり、人との距離が近付くでしょう。相手を理解し、共に調和を育む姿勢が幸運を引き寄せます。

【金 運】金運は、安定している運氣のようです。大きな変化は少なく、バランス感覚を活かれば確実に資産を守ることができそうです。無駄な支出を抑えつつ、必要な投資にはしっかりお金を使う姿勢が良いでしょう。

♥ 幸運日 : 3 18 27
× 危険日 : 9 15 23

蠍 座

10/24 ~ 11/22



【全体運】継続や維持をしていくことと変化することの狭間に立つ月のようです。人間関係や環境に動きがあり、あなたのバランス感覚が試されるタイミングとなるでしょう。周囲の期待や流れに合わせ過ぎると、様々な面でボロや疲れが出てくるかもしれません。

【恋愛運】恋愛運は、情熱と直感が強く働く時期でしょう。心の奥で感じていた想いが表に現れやすく、恋が動き出す切っ掛けが訪れるでしょう。

【金 運】金運は安定傾向にはありますが、慎重な姿勢が求められそうです。見えないところで運氣が作用するため、軽率な出費や短期的な儲け話には注意が必要です。人からの紹介や信頼関係を通じたチャンスは吉でしょう。

♥ 幸運日 : 2 15 20
× 危険日 : 8 18 24

射手座

11/23 ~ 12/21



【全体運】煮詰まっていたことや袋小路に入っていることから解放されて、新しい世界へと拡がりを見せるエネルギーが強く働く月でしょう。あなたの持ち前の冒険心と好奇心が活性化して、新しい世界へと踏み出すチャンスに恵まれそうです。

【恋愛運】恋愛運は活発で、ドラマティックな展開を迎える予感があります。あなたの魅力が一気に高まり、多くの人の注目を集めるでしょう。

【金 運】金運は、変化の兆しが強いつもりです。チャンスに恵まれる一方で、判断を誤ると出費が増える可能性もあります。特に先行投資にはツキがありますが、曖昧な話や勢いだけの買い物には注意が必要でしょう。自分の価値を高めるための支出は、今後の安定と発展を呼び込む鍵になりそうです。

♥ 幸運日 : 3 17 22
× 危険日 : 7 13 25

山羊座

12/22 ~ 1/19



【全体運】これまで続けてきた努力が実を結び、達成のタイミングに入ってきているようです。地道に取り組んできたことが評価され、周囲からの信頼や称賛を得られることでしょう。あなたの誠実さと責任感が光り、特に仕事や社会的な場面で存在感が増していきそうです。

【恋愛運】恋愛運は、穏やかで安定的です。あなたの真面目さや誠実な態度が、相手の信頼を深める時期ですので、その点をアピールしていきましょう。

【金 運】金運は堅実で、安定感があります。収入面では大きな波はないものの、努力した分だけ確実にリターンが得られる時期です。特に貯蓄や長期的な資産形成に意識を向けると、将来に向けた基盤をしっかりと築けるでしょう。

♥ 幸運日 : 4 17 21
× 危険日 : 8 13 30

水瓶座

1/20 ~ 2/18



【全体運】視野が一気に広がる革新と発見のエネルギーに満ちている月のようです。これまで感じていた停滞感が徐々に薄れていき、新しい風があなたの周囲に流れ込み始めるでしょう。価値観を揺さぶられるような情報や出会いが増え、あなたの中の未来へのビジョンが鮮明になるタイミングでしょう。

【恋愛運】恋愛運は穏やかながらも、どこか新鮮な空気が漂う月のようです。シングルの人へは、価値観の近い相手や、趣味・コミュニティを通じた自然な出会いに恵まれます。

【金 運】金運は変化の兆しがあり、やや波がある印象です。しかし、アイデアや発想が収入につながりやすい時期でもあります。突発的な出費や予定外の出払いが発生しやすいので、余裕を持った管理が鍵となります。

♥ 幸運日 : 3 14 27
× 危険日 : 9 18 22

魚 座

2/19 ~ 3/20



【全体運】緩やかだが確かな追い風が吹く優しい運氣に包まれていそうです。周囲の環境が整い、あなたがリラックスしながら自分らしい道を歩めるタイミングに入っているでしょう。無理に動かなくても、自然と必要な縁や情報が引き寄せられ、物事が流れるように進んでいきそうです。

【恋愛運】恋愛運は好調で、ロマンチックな出来事に期待ができそうです。懐かしい人との再会や、ゆったりと距離が縮まる縁が生まれやすく、運命を感じる瞬間が訪れるかもしれません。

【金 運】金運は比較的安定していますが、感情に左右されやすい傾向が出るため注意が必要です。人のために使い過ぎたり、気分での買い物をしてしまうと後でバランスを崩してしまいがちでしょう。

♥ 幸運日 : 8 14 20
× 危険日 : 4 18 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 でお問い合わせ。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 ⑤ 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@bssa.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

植歯歯科医院

(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@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。詳細はリーまで。☎ 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) takioya716@yahoo.co.jp

女子ゴルフア集まれ!

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

草野球メンバー募集

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

クラシファイド広告募集

ANIS ATLANTA

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

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 号につき 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 <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

盛夏の候、皆さまいかがお過ごしでしょうか。雷雨の多い今年の夏ですが、雨上がりには蒸し暑さが一段と増し、夏らしい日々が続いています。長かった夏休みも終わり、新学期が始まって、忙しい毎日をお過ごしの方も多いのではないのでしょうか。

皆さんは、お気に入りのドリンクはありますか。私は飲み物が大好きで、少し遠出をするときには、必ずお気に入りのドリンクを買ってから出かけます。ドライブのお供として楽しめるだけでなく、水分補給にもなるので、一石二鳥です。

以前はバブルティーがお気に入りでしたが、最近はヨーグルトドリンクにはまっています。トッピングにはさまざまなフルーツ

を選ぶことができますが、私のお気に入りには少し酸味のあるパッションフルーツです。

ヨーグルトドリンクは、ほどよい濃厚さがあって甘さは控えめで、とても飲みやすいのが魅力です。素材本来の風味が生かされていて、後味もさっぱり。新鮮なフルーツをその場で加えて作ってくれる様子を見るのも楽しく、デザート感覚で味わえる一杯です。

まだまだ暑い日が続きます。こまめな水分補給と十分な睡眠、そしてバランスの良い食事を心掛けながら、どうぞ体調にはお気を付けてください。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!!

暑中お見舞い
申し上げます

無料ドロップオフができる宅急便取扱店

三辺の合計/重さ	送料
60cm / 2kg	\$66
80cm / 5kg	\$97
100cm / 10kg	\$129
120cm / 15kg	\$163
140cm / 20kg	\$205
160cm / 25kg	\$228

*ヤマト運輸ATL支店

4341 International Pkwy #101 Atlanta, GA 30354

*Tomato 1号店(Cobb店)

2359 Windy Hill Rd SE Suite 250 Marietta, GA 30067

*Gohan Market

4015 Holcomb Bridge Rd #620 Peachtree Corners, GA 30092

*J-Mart

2820 GA-54 Peachtree City, GA 30269



お持ち込みに必要なもの

- *梱包、オンラインで発送手続き済のお荷物
- *Reference番号とTracking番号(それぞれの箱に記入)
(国際宅急便オンラインシッピング手続き後発行)
- *写真付きの身分証明書 (運転免許証やパスポートなど)

★ドロップオフのみ★ATL支店以外の取扱店での箱の販売などは行っておりません



今すぐ荷物を送る





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)

