

# パルティ

JULY 2001  
7月号

●毎月10日発行●

PUBLISHER: PARTI PTE LTD  
PRINTER: KHL PRINTING CO., PTE LTD

## 6 今月の特集

# Summer Vacation!

## サマーバケーション

(その2)



## CONTENTS

- 20 We Love ニッポン
- 21 A級B級日記
- 22 じゃらん<sup>2</sup>
- 24 パルティ・インフォメーション
- 26 シンガポールの食材
- 27 お肌のひとくちアドバイス
- 28 南の国のお医者さん
- 29 The 就職 in Singapore
- 30 JUN OJIMAの辛口ゴルフ紀行
- 32 椰子の実の唄
- 34 トレンド・ウォッチャー

第11回 パルティ夢紀行

# ホーチミン

It's  
**FREE!**  
Vol. **91**

パルティはシンガポール在住日本人向けの月刊コミュニティマガジンです。シンガポール在住日本人の方は巻末の申込用紙に必要事項をご記入の上、FAXもしくは郵送にて編集部迄お送り下さい。無料で定期送付いたします。

## 海外にいるメリット。 マイルが、 家族で使えること。

JALファミリークラブに入会すると、ご家族のマイルを合算して、特典航空券などに交換できます。海外駐在期間だけの特典です。ぜひご入会ください。



JAL  
FAMILY  
CLUB



海外にお住まいの方と、そのご家族を応援する  
JALファミリークラブは、  
便利でお得なサービスがいっぱいです。

- 海外生活情報誌「JALファミリーレター」送付 (年4回季刊)
- 「JALワールドホテルズ」宿泊料金の優待割引

- 対象** 本会員 : シンガポールにお住まいの12歳以上の方。  
家族会員 : 本会員の配偶者、お子様、ご両親、配偶者のご両親。  
(日本にお住まいのご家族の方も家族会員としてご入会いただけます。)
- 年会費** 一家族あたり、3000円(消費税別)です。(クレジットカード決済で、シンガポールのクレジットカードも可能です。)

JALファミリークラブにご入会の皆様は、JALマイレージバンク(JMB)に自動的にご参加いただけます。

JALマイレージバンクなら……

- 提携エアラインの充実で、世界中でますますマイルがたまります。  
● AA (アメリカン航空) ● AF (エールフランス航空) ● BA (ブリティッシュ・エアウェイズ) ● CX (キャセイパシフィック航空) ● SR (スイスエア)
- ホテルのご宿泊でも、マイルがたまります。
- JALマイレージバンクの会員が、JALファミリークラブにご入会の場合、これまでに積算されたマイル、及び会員番号はそのまま継続されます。
- ためたマイルは日本にご帰国時にも有効です。  
(日本に本帰国された後は、マイル合算の特典はなくなりますが、個人個人で積算されたマイルは、マイルの有効期限までそのまま継続されます。)



日本航空シンガポール支店 JALファミリークラブ・デスク  
TEL 220-2016 FAX 223-4919  
16 Raffles Quay, #03-01 Hong Leong Building, Singapore 048581  
ホームページ <http://www.jal.com.sg>

JALファミリークラブの資料・申込書は日本航空JFC DESKにFAXでご請求ください。

JALファミリークラブの資料を送付してください。

TO: JAPAN AIRLINES JFC DESK FAX: 223-4919

NAME: (Mr. Ms)

COMPANY:

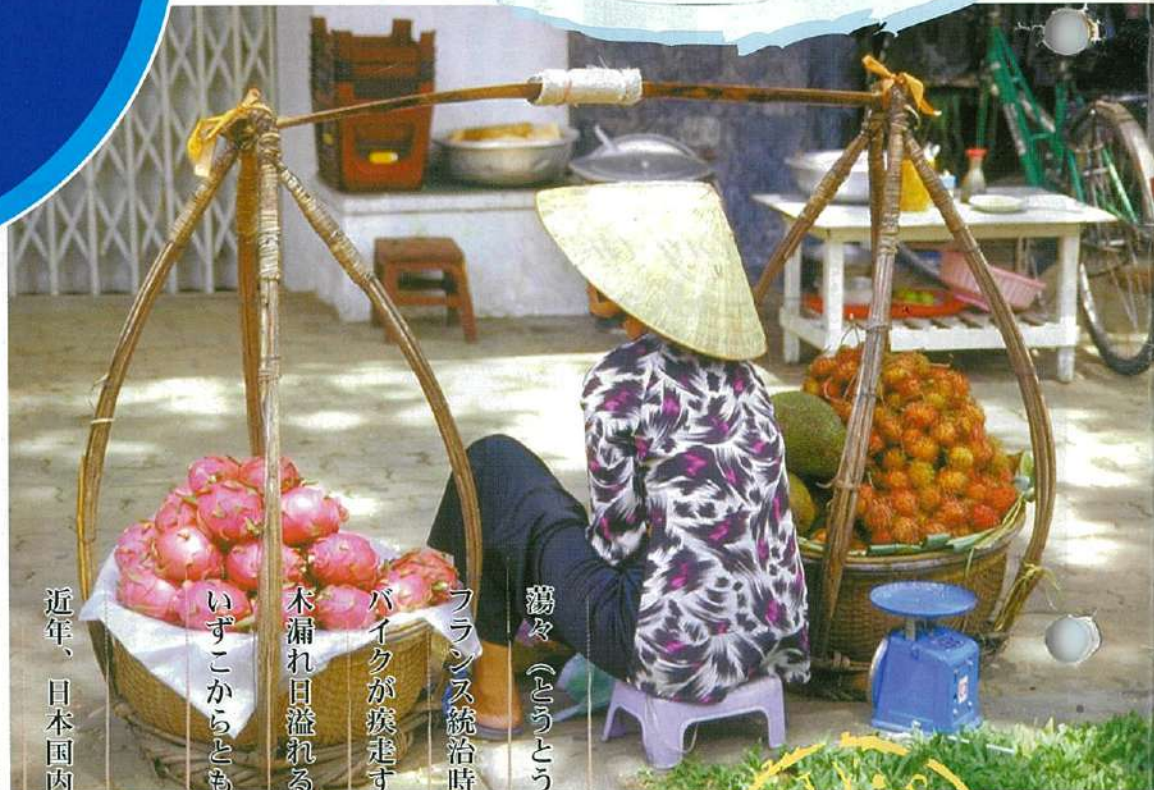
ADDRESS: (自宅・会社)

POSTAL CODE:

TEL:

# パルティ 夢 紀行

第11回「ベトナム」  
前編



蕩々(とうとう)と流れるメコン川。  
フランス統治時代を彷彿させるコロニアル風の建物。  
バイクが疾走する活気に満ちたホーチミン。  
木漏れ日溢れる落ち着いた街並みのハノイ。  
いずこからともなく漂ってくる料理の匂い。  
見どころいっぱい、アジアチックなショッピングも  
楽しめるベトナムは、シンガポールから3時間。  
今年と来月の2回にわたって  
魅力あふれるベトナムをご一緒に旅しましょう。

お得プラン

1 シンガポールから海外へ

パッケージツアー DREAMWORLD  
“ドリームワールド”  
おすすめツアー  
2001年7月

シンガポールはたくさんの国に囲まれていて、どこへ行くにも便利。お手頃な価格でたくさんのサービスが選べます。

※料金は2001年6月現在の価格です。変更になる場合がございますので、ご了承下さい。  
※料金は出発日・お部屋のタイプによって異なります。

**A** ランカウイの休日 3日間

ラティソタンジュール 宿泊 大人 830 トルより  
ダタイランカウイ 宿泊 大人 1330 トルより  
【マレーシア航空 または シルクエアール利用】

**B** ペナン島の休日 3日間

パークロイヤル 宿泊 大人 500 トルより  
ラササヤンリゾート 宿泊 大人 600 トルより  
ティアラビーチリゾート 宿泊 大人 660 トルより  
【マレーシア航空 または シンガポール航空利用】

**C** プーケットの休日 3日間

ダイヤモンドクリフ 宿泊 大人 780 トルより  
シェラトングランド 宿泊 大人 910 トルより  
ル・メリディアン 宿泊 大人 910 トルより  
【タイ国際航空 または シルクエアール利用】

**D** バリ島の休日 4日間

グランドハイアット 宿泊 大人 1220 トルより  
日航ホテル 宿泊 大人 1160 トルより  
リッツカールトン 宿泊 大人 1430 トルより  
【シンガポール航空利用】

**E** モルディブの休日 5日間

パラダイスアイランド 宿泊 大人 1350 トルより  
フォーシーズン 宿泊 大人 1920 トルより  
【シンガポール航空利用】

**F** ゴールドコーストの休日 6日間

レジェンド 宿泊 大人 1680 トルより  
空ホテル 宿泊 大人 1800 トルより  
シェラトンミラージュ 宿泊 大人 2150 トルより  
【シンガポール航空 または カンタス航空利用】

**G** ケアンズの休日 6日間

マトソンプラザ 宿泊 大人 1650 トルより  
ヒルトン 宿泊 大人 1950 トルより  
【シンガポール航空 または カンタス航空利用】



が、あなたの旅を  
応援します。



シンガポールならではの  
お得情報

蘭の花  
お届けサービス

朝摘みの新鮮な蘭の花を、ホテルまたはJTB大丸リャンコート、高島屋トラベルサロン、JTBミレニアラウンジへお届け致します。

オーキッド 50本入り \$50  
30本入り \$35

## シンガポールからの便利プラン

日本への宅配ギフト

ワールドギフトの新カタログが出来ました。どうぞご利用下さい。

海外出張のお手伝い

航空券、ホテル、ガイド、通訳他、あらゆるご相談にお答えします。

団体旅行

企業インセンティブ旅行の企画、見積もり、手配。

お得プラン

日本から  
シンガポールへ  
2

シンガポール在住の皆様が、日本からのご家族や友人を安心して迎えるための数々のサービスを、ご用意しています。

JAL・ANA呼び寄せ  
& 里帰り航空券

日本の季節による価格変動に関係なく、航空券をお買い求めになれます。そして有効期限も日本と比べて、長めとなっております。

日本語定期観光バス  
「マーライオンバス」

日本からのご家族、ご友人にJTBの定期観光バスをお勧め下さい。

【シンガポール航空利用】

ホーチミン 3泊4日

利用ホテル 大人 1090 トルより  
エクアトリアル オムニサイゴン サイゴンプリンス

お問い合わせはお気軽に日本語でどうぞ

大丸リャンコート店1階  
177 River Valley Road (S)179030  
☎338-7639 FAX 338-7682

高島屋ショッピングセンター4階  
391 Orchard Road #04-02  
Takashimaya Shopping Centre (S)238872

今やホーチミン名物となった感さえるバイクの群れ、通りに流れるポップミュージック、あちこちに現れる屋台、シクロ(ベトナム版人力車)の威勢のいい音引き...ベトナム南部の大都市ホーチミンは、活気溢れる街。現在は史跡などを除き、ベトナム戦争の名残は全く感じられませんが、この街の名前は、ベトナム戦争終結の翌年1976年に、それまでのサイゴンから故ホーチミン首席の名前に因んで改称されました。

見事なホーチミン博物館、旧大統領官邸の統一会堂、赤レンガ造りでネオロマネスク様式のサイゴン大教会(聖マリリア教会)、サイゴン川沿いにあるホー・おじさん記念館、動物園、戦争証跡博物館など。2つの尖塔が高くそびえるサイゴン大教会の赤レンガは、はるばるフランスから運んだ物です。

ホーチミンの中心から西方へ約5キロの位置にあるのが、チャイナタウンのチヨロン。この一帯には中華レストランや漢字の看板が氾濫していて、一瞬「ここは中国」かと思ってしまうほどです。ベトナム戦争終結後、一時はベトナムの華人数が減少しましたが、今やチヨロンは世界有数のチャイナタウンに発展しています。

ホーチミンの中心から西方へ約5キロの位置にあるのが、チャイナタウンのチヨロン。この一帯には中華レストランや漢字の看板が氾濫していて、一瞬「ここは中国」かと思ってしまうほどです。ベトナム戦争終結後、一時はベトナムの華人数が減少しましたが、今やチヨロンは世界有数のチャイナタウンに発展しています。

**お問い合わせ: JTBトラベルサロン**

**大丸リャンコート店1階:**  
177 River Valley Road (S)179030  
☎338-7639 FAX: 338-7682

**高島屋ショッピングセンター4階:**  
391 Orchard Road #04-02  
Takashimaya Shopping Centre  
(S)238872  
☎735-2345 FAX: 735-7871

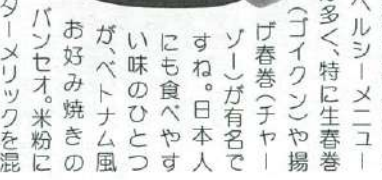
女性ならベトナムの民族衣装アオザイのオーダーメイドもお勧め。生地は素材や色を自分で選べ、自分の身体にフィットしたオリジナルのアオザイが作れます。

ベトナムの魅力は食にもあり。ベトナム料理は野菜たっぷりのヘルシーメニューが多く、特に生春巻(ゴイクワン)や揚げ春巻(チャヤ)が有名です。日本にも食べやすい味のピリ辛の炒め物や、お好み焼きのパンセオ米粉にターメリックを混ぜた黄色い生地で、

アジアを代表する大河メコン。ホーチミンの南西約60キロにあるのが、メコンデルタにある町ミト。ホーチミンから日帰り観光できるナイススポットです。ミトで体験できるのがメコンクルーズ。雄大なメコン川を流れる、大型ボートで訪れるタイナミックなプログラムです。川の両側に鬱蒼(うつそう)としたジャングルが続く独特の景観が楽しめる。川沿いに広がる果樹園も見学できます。

活気あるホーチミンには、立地条件に恵まれた高級ホテルもいろいろ。ここでは日本語スタッフがいる人気ホテル、サイゴンプリンス、オムニサイゴン、エクラアトリアルをご紹介します。

市中部から無料シャトルバスで約15分。屋外プール、アートギャラリー&ショップ、フィットネスセンター、サウナ、レストラン、カラオケラウンジ、バー、ヘアサロンなど完備。レストランは、日本食、中華、コーヒーショップがあります。



● **グルメも魅力**  
ベトナムの魅力は食にもあり。ベトナム料理は野菜たっぷりのヘルシーメニューが多く、特に生春巻(ゴイクワン)や揚げ春巻(チャヤ)が有名です。日本にも食べやすい味のピリ辛の炒め物や、お好み焼きのパンセオ米粉にターメリックを混ぜた黄色い生地で、

● **メコンクルーズとチヨロン**  
アジアを代表する大河メコン。ホーチミンの南西約60キロにあるのが、メコンデルタにある町ミト。ホーチミンから日帰り観光できるナイススポットです。ミトで体験できるのがメコンクルーズ。雄大なメコン川を流れる、大型ボートで訪れるタイナミックなプログラムです。川の両側に鬱蒼(うつそう)としたジャングルが続く独特の景観が楽しめる。川沿いに広がる果樹園も見学できます。

● **ハッチリ揃った高級ホテル**  
活気あるホーチミンには、立地条件に恵まれた高級ホテルもいろいろ。ここでは日本語スタッフがいる人気ホテル、サイゴンプリンス、オムニサイゴン、エクラアトリアルをご紹介します。

● **エクラアトリアル**  
開発の進むチャイナタウンのチヨロンからほど近い高級ホテル。ホーチミン市中心部への無料シャトルバスあり。大きな屋外プール、フィットネスセンター(サウナ、ジャグジー、スチームバス)、バー、ラウンジあり。レストランは日本食、中華、コーヒーショップがあります。

ホーチミン



今やホーチミン名物となった感さえるバイクの群れ、通りに流れるポップミュージック、あちこちに現れる屋台、シクロ(ベトナム版人力車)の威勢のいい音引き...ベトナム南部の大都市ホーチミンは、活気溢れる街。現在は史跡などを除き、ベトナム戦争の名残は全く感じられませんが、この街の名前は、ベトナム戦争終結の翌年1976年に、それまでのサイゴンから故ホーチミン首席の名前に因んで改称されました。

見事なホーチミン博物館、旧大統領官邸の統一会堂、赤レンガ造りでネオロマネスク様式のサイゴン大教会(聖マリリア教会)、サイゴン川沿いにあるホー・おじさん記念館、動物園、戦争証跡博物館など。2つの尖塔が高くそびえるサイゴン大教会の赤レンガは、はるばるフランスから運んだ物です。

ホーチミンの中心から西方へ約5キロの位置にあるのが、チャイナタウンのチヨロン。この一帯には中華レストランや漢字の看板が氾濫していて、一瞬「ここは中国」かと思ってしまうほどです。ベトナム戦争終結後、一時はベトナムの華人数が減少しましたが、今やチヨロンは世界有数のチャイナタウンに発展しています。

活気あるホーチミンには、立地条件に恵まれた高級ホテルもいろいろ。ここでは日本語スタッフがいる人気ホテル、サイゴンプリンス、オムニサイゴン、エクラアトリアルをご紹介します。

市中部から無料シャトルバスで約15分。屋外プール、アートギャラリー&ショップ、フィットネスセンター、サウナ、レストラン、カラオケラウンジ、バー、ヘアサロンなど完備。レストランは、日本食、中華、コーヒーショップがあります。

*Living in style & comfort...*

Century Roxy Park Hotel のサービスアパートメント・Corporate Suitesで贅沢なシンガポール滞在を

Corporate Suites は長期滞在のお客様が快適にお過ごしいただけるようデザインされています。お部屋の広さ、インテリア、サービス、そしてホテルのロケーション。全ての面で最高のシンガポール滞在を Century Roxy Park Hotel が約束いたします。

※Corporate Suites滞在中のお客様はホテルの全サービスをご利用いただけます。

Daily: **\$168**+++ (朝食付)

Monthly: **\$3500**+++ (ご優待価格 2001年9月末日迄)

- 広々とした64m<sup>2</sup>の居室。リビングとキッチン(冷蔵庫、電子レンジ、トースター、電気ポット付き)は完全独立。
- イーストコースト・パークウェイパレード真向かい。
- シー・ビューのお部屋もアレンジできます。
- 日本語新聞の無料サービス。
- NHK受信可。
- ハイスピード・インターネットアクセス。
- ビジネスセンター併設。
- コーヒーと紅茶の無料セルフサービス。
- 空港またはシティへの無料シャトルバスサービス。
- フィットネスセンター、スイミングプール、駐車場は無料でご利用いただけます。

その他の詳細、特典についてのお問い合わせは  
Ms.レイチェル・Mr.コジマまでお気軽にどうぞ。  
TEL:340-5721または予約専用フリーダイヤル1800-345-4922

50 East Coast Road (entrance via Marine Parade Road), Roxy Square  
Singapore 428769. Tel: 344-8000 Fax: 344-8010 Email: resvni@roxypark.com.sg

CENTURY INTERNATIONAL HOTELS ARE IN:  
CHINA • HONG KONG • INDONESIA • MALAYSIA • PHILIPPINES • SINGAPORE • VIETNAM

CENTURY ROXY PARK HOTEL SINGAPORE

www.centuryhotels.com

# Summer Vacation

## サマーバケーション (その2)



マレーシア、インドネシア、タイ、オーストラリア、ミャンマー、ベトナム。今月は、今からでも間に合うお勧めの夏休み旅行の大集合です。

### 南洋の楽園 ランカウイ島

マレー半島西海岸北部、タイとの国境に近いところにあるアンタマン海に浮かぶ大小104の島々があるランカウイ諸島。その中心をなす最大の島がランカウイ島です。手つかずの自然、島全体が免税、多様な見どころと魅力溢れるランカウイ島は、シンガポールからアクセスの良いリゾート地のひとつです。

ランカウイ島は、北と西に絶景のビーチを擁する風光明媚な島。観光開発が進められる一方で、マレーシア政府が開発地域を限定し、環境保護に力を入れているため、今も豊かな自然が息づいています。美しい海に囲まれたランカウイのアクティビティと言えば、筆頭はやはりマリンスポーツ。ダイビング、ジェットスキー、水上スキー、バナナボート、スピードボート、カヌーなどなど。オフショナールツアーとして、西マレー

シアで最も美しいダイビングスポットと謳われるバヤル島の一日観光コースや、ゴルフツアーもあります。ランカウイ島は、ミッドリアスな伝説が残る神秘的な楽園としても有名です。悲劇の女王「マヌス」の聖黒砂海岸、ワニ園など、見どころが多い点もこの島の魅力。市内観光ツアーを利用して、効率的に回ることもできます。

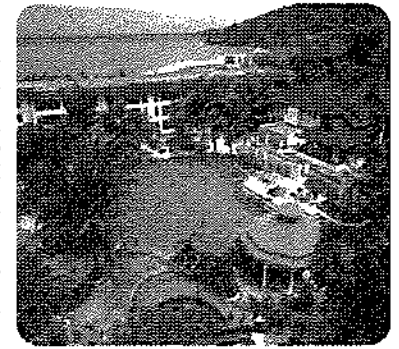
そして忘れてならないのがショッピング。政府により観光客が推進されているランカウイ島では間接税が撤廃されているため、島内全ての店が免税店。とくれば、特に輸入品が要子エック。

この島では、ホテルをベースにゆったり過ごすのがおススメ。「何も無い贅沢」という言葉がピッタリあてはまるのが、北部のザ・タライ・ランカウイ。北の端に位置するこのリゾート・タンジョン・ルー。

アンタマン海に面したザ・タライ

は、壮大な自然に溶け込んだ究極のリゾート。このホテルに宿泊するたびにランカウイ島を訪れる人がいるほどの人気を誇る、洗練されたホテルです。空港から車で約30分。大胆にも鬱蒼とした熱帯雨林ジャングルの中に建てられたこのホテルは、「熱帯雨林の中の隠れ家」といった趣に満ちています。ヨーロッパのエスプリとアジアンテイストが見事に調和した独特な設計で、その豪華な雰囲気には圧倒されるばかり。濃い緑に囲まれた敷地内、シーフロントのビーチクラブ、サブプール、そしてプライベートビーチへと続く心憎い造りは本当に見事。もちろんビーチ以外の施設・設備もレストラン、ヘルスクラブ、日本風呂、ヘアサロンと抜群。レストランも、マレー料理、タイ料理、西洋料理と変化に富んでいます。客室は落ち着いたムードで、床に敷かれたファブリックがユニーク。全客室から深緑の森林が展望できます。ジャングルトレッキングも人気です。

ランカウイ島の北と西に絶景のビーチを擁する風光明媚な島。観光開発が進められる一方で、マレーシア政府が開発地域を限定し、環境保護に力を入れているため、今も豊かな自然が息づいています。美しい海に囲まれたランカウイのアクティビティと言えば、筆頭はやはりマリンスポーツ。ダイビング、ジェットスキー、水上スキー、バナナボート、スピードボート、カヌーなどなど。オフショナールツアーとして、西マレー



### タイの楽園 プーケット

日本人に人気の高いタイの中でも一番人気のリゾート地と言えば、タイ最大の島プーケット。国際貿易都市として、1477世紀に於いて栄えたアユタヤ時代に交易地として発展した歴史を持つ島です。地形の変化に富んだプーケットは、マリンスポーツだけでなくゴルフやマウンテンバイクも楽しめるリゾートアイランド。マリンスポーツは、ダイビング、シュノーケリング、パラセーリング、ヨットクルーズ、ウィンドサーフィンなどが楽しめます。

プーケット島は、パンタオビーチを擁するラケーナビーチ、パトンビーチ、カロンビーチ、プーケットタウンの4つのエリアに大きく分けられます。パンタオビーチ、パトンビーチ、カロンビーチはいずれも、独自の趣を持つ美しいビーチ。プーケットタウンは、白壁のショップハウス風建物が林立する、エキンチックな街並みが印象的。かつて交易地として栄えた歴史がしのべれます。ここでは、タイシルクや陶器、民族調の

うわめ、家庭用電気、アクロ、フラワー形キャントルなどが揃います。

注目の高いパンタオビーチには、たずね高級リゾートがシャロン・グランデ・ラグーナ・プーケット。ビーチのラグーン上に広大な敷地があり、全長323メートルの流れるプールやこんもりと涼しいヤシ林がひととき美しい景観を創り出しています。ダイビング、パラセーリング、ジェットボート、ヨット、フィッシング、カヌー、ゴルフなど多彩なアクティビティは、隣接する4つのホテル(パンヤンツリー、ラケーナビーチリゾート、デュシットラグーナ、アラマンダ)の設備が自由に利用でき、嬉しい限り。しかも、カヌーやヨットなどモーターを使わないウォータースポーツが無料で楽しめます。客室は全てバルコニー付き。大半の部屋から水辺の美しい風景が眺望できます。施設もレストラン、プール、スパ、フィットネスセンター、キッズルームと万全。

パトンビーチのテラックスリゾートと言えば、ダイヤモンドクラブ・リゾート&スパ。プールはビーチを臨むように設計され、プールの目の前にアンタマン海が悠然と広がっています。客室はファブリックやベッドカバーがオリエンタル調で、エキゾチックムードいっぱい。レストラン群も充実。シーフードレストランや日本食、焼き肉もあります。そして特筆すべきがスパ。ホテル名が示す通り、本格派スパがイチ押し。自然の景観に囲まれながら、自然派化粧品を使ったアロマセラピー・マッサージでゆったり気分を満喫できます。

西南部のカロンビーチには、ル

メリディアンとプーケット・アルカディアの豪華リゾートがあります。ビーチにほど近い静かな入江に立つル・メリディアンは、自然と調和したタイ風ラグゼーションが味わえる高級ホテル。建物はタイ様式をふんだんに取り入れたエキゾチックな造り。ゆったり広々とした客室も魅力。マリンスポーツ、テニス、スカッシュ、エアロビクスなど多彩なアクティビティに加え、プールサイドではナイトショーも。このホテルも、モーターを使用しないウォータースポーツは無料。レストラン&バー群は、インターナショナルトップフェイや日本料理、タイ宮廷料理、地中海料理など合計10以上と超充実。

プーケット・アルカディアは、カロンビーチに面した大型リゾートホテル。滝やスライダールのある広々としたプールが超快適。オーシャンビューの客室からの眺めも見事。スポーツは、テニス、スカッシュ、バドミントン、卓球、フィットネスクラブが無料で楽しめます。サウナやお土産ショップもあり便利です。

資料提供・お問い合わせ

JTBトラベルサロン  
●大丸リヤンコート店1階  
177 River Valley Road (S)179030  
☎338-7639 FAX: 338-7662  
●高島屋ショッピングセンター4階  
391 Orchard Road #04-02  
Takashimaya Shopping Centre (S)238872  
☎735-2345 FAX: 735-7671

日本料理  
**まさかつ**  
お昼に、仕事のあとに、週末に。同僚、友人、家族、日本よりの旧友...とおこしください。

名物ちゃんこ鍋、せいろ、他メニュー豊富。(NEW SEIROYAのみ)

3両店共に個室有り

CHANKO MASAKATSU  
80 Middle Road #01-88  
Parco Bugis Junction  
Singapore 188966  
Tel: 334 2059

NEW SEIROYA MASAKATSU  
165 Tanjong Pagar Road #01-17  
Amara Hotel Shopping Centre  
Singapore 088539  
Tel: 225 8066

営業時間 11:30am~2:30pm 6:00pm~10:30pm

MIKASA  
ミカサ・ヘアサロン  
400 Orchard Road #03-41  
Orchard Towers  
(S)238875  
TEL: 8875525  
(ご予約は日本語でお電話ください)

ミカサは、くつろいだ雰囲気いっぱいのヘアサロン。日本語を話すフレンドリーで経験豊かなスタッフが、皆様のお越しを心よりお待ちしております。より良いサービスと確かな技術で、是非お試しください。

メンズコース 12000円  
ヘアケアコース 15000円  
カラートリートメント 18000円  
ヘアカット・トリートメント  
Female \$35 Male \$30  
営業時間: 10am~7pm(月~土)、10am~5pm(日) 定休日: 火曜日

カイロプラクティックケア PTE LTD.  
ドクター ロバート・ワサーマン  
カイロプラクティック 医師免許 (アメリカ)  
カイロプラクティック スポーツ 医師資格

頭痛・腰痛・ぎっくり腰・神経痛・首、肩、背中、の緊張  
関節、膝などの痛み・テニス肘、ゴルフ肘、肘などスポーツによる障害など

19 Tanglin Road, #04-19 Tanglin Shopping Centre, (S)247909  
Tel: 738-9142 Fax: 735-1873  
ホームページ: www.chiropractic.com.sg

JAL、ANAの航空券は、JTBでお求め下さい。

■ シンガポール発 日本 (往復)				
クラス	JAL		ANA	
	ビジネス	エコノミー	ビジネス	エコノミー
成田	2450	1260より	2400	1200より
関西	2200	1150より	2270	1150より

■ 日本からの呼び寄せ便 (往復) 大人				
クラス	JAL		ANA	
	エコノミー	ビジネス	エコノミー	ビジネス
成田	7/1~9/30出発 810~1750	7/1~9/30出発 770~1500	7/1~7/12出発 2650	
関西	7/1~9/30出発 880~1530	7/1~9/30出発 770~1500	7/1~7/12出発 2650	

\*上記運賃はシンガポールドル表示

※ 成田・関西経由、ハワイ、アメリカ、ヨーロッパ方面のチケットもごさいませ。

※ JTB高島屋、大丸各トラベルサロンで「呼び寄せ便」をお買い求めの場合、日本産の送料(OCS利用)を負担させていただきます。(おひとり様1件に限ります。サンテックでのお申し込みは対象外とさせていただきます。)

詳しくは、JTBトラベルサロンまでお問い合わせください

**JTB** トラベルサロン高島屋 : 電話 7352345  
トラベルサロン大丸 : 電話 3387639



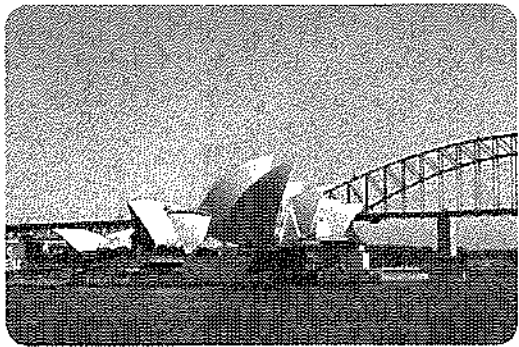


神秘的な魅力の島

神々の島バリは、世界的リゾートとして余りにも有名だが、自然に囲まれた素朴な一面も有する。多彩な魅力に富んだ島。シンガポールからならアクセス抜群、手軽に行けるバリは、何處でも足を運んでみたいリゾート地のひとつだ。

●話題のツーオーカー

その昔、バリ人気は火付町屋となつたのがサーファー達。バリはサーフポイントが多い。4〜10月の乾季はバリ西部にいい波が立ちやすいので、南西部のサーフポイントが狙い目。シユノーケリングやバナボートは家族揃って楽しめるマリンスポーツ。船内エアコン完備の快適なクルーズも楽しい。

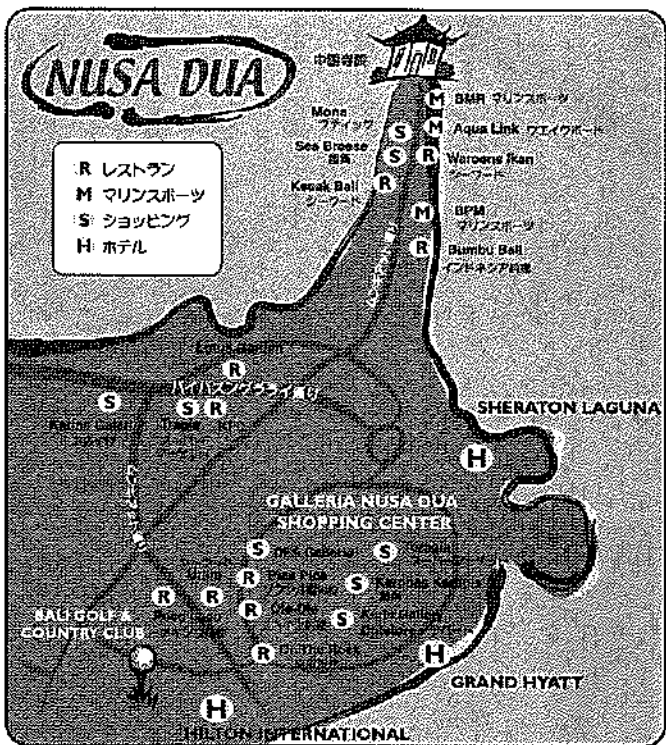


大自然を抱く広大な大寺院、オーストラリア

バリ島が独自に誇る芸術の中心地が、南東部の内陸に位置するウブド・エリア。ウブド村を始め複数の村が集合した地域で、バリ島を訪れたら足を運んでみたいスポットのひとつだ。毎晩行われるバリ伝統舞踏を鑑賞したり、バリ有数のガムラン演奏に耳を傾ければ、バリ独特のエキゾチック気分が浸れる。

Summer Vacation

●パース 調和のとれた見事な都会の街並みと、郊外に広がる豊かな自然が訪れる人を惹きつける街。それがパース。西オーストラリア州の州都で、スワン川と緑地を抱く風光明媚な街だ。



ン・ウオッチング・クルーズもある。その他、ダイビング、セーリング、フィッシング、ウィンドサーフィン、ジェットスキー、パラセーリングと迷うほどのチョイスがある。

●話題のマリンアクティビティがサーフオーカー。ホースの付いた特殊ヘルメットを着用しての海底散歩のことで、まるで地上にいるかのように海底を歩く。ヘルメットは密閉性に優れた水が入らないので、メガネもコンタクトも着用OK。ホースから酸素が送られるので酸素ボンベを背負う必要もなく、泳げない人もバッチリ楽しめる。幻想的な海底では魚の餌付けタイムも。これがメチャ楽しい。水中写真撮影もできる。

●ウブド、エトツァーもイチ押し 近年、新たに人気を呼んでいるのがエト・アドベンチャー。ラフティング、トレッキング、サイクリング、カヤックなど、バリの豪快な自然を体感できる。緑溢れる草原地帯をマウンテンバイクで駆け抜ける爽快感ほひとしおだ。中部タリンガン湖のレイク・カヤックングでは、湖の周囲に鬱蒼と茂る原生林を眺められる。そこには、タウンの喧嘩とは別世界がある。中部にできたエレファント・サファリパークでは、象に乗ったり餌をやることもできる。

●オーストラリア最大の都市シドニー この街で外せないのがキャプテン・クック・クルーズ。タロン動物園、ショッピング、シーフードレストランだ。キャプテン・クック・クルーズの所要時間約2時間。18世紀オーストラリアに辿り着いたキャプテン・クックの足跡を辿るロマン溢れる。



●コールドコースト 太陽が光輝くオーストラリア東部の都市コールドコーストと聞けば、フナー・プラザ・ムービーワールド、ドリームワールド、シーワールドの3大テーマパークが人気。ムービーワールドはオーストラリア版ディズニランド。アトラクションに加え、特撮現場体験ができるツアーなど、楽しいプログラムが自慢。ドリームワールドでは、36階と同じ高さから時速160キロで急下降するタワー・オブ・テラーが迫力。シーワールドは、イルカショーや水上スキーショー、クジラやアシカのショーがあるほか、自然に近い形でイルカを観察したり離ることもできる。

Advertisement for AUSTRALIA flights. Includes text: AUSTRALIA オーストラリア (3泊) パース S\$ 990より シドニー S\$ 1110より ゴールドコースト S\$ 1120より. Details about inclusions and contact info for HIS.

Advertisement for Bali. Includes text: Bali バリ 4つ星ホテルに泊まる 2泊3日 S\$716より. Details about the package and contact info for HIS.

Advertisement for RIRIANA Beauty Salon. Includes text: RIRIANA ビューティーサロン 冬虫夏草入 100%天然素材 RIRIANA商品. Lists services and prices.

Advertisement for HIS International Travel. Includes text: HIS International Travel Pte Ltd 250 Tanjong Pagar Road #05-02. Contact info.

Advertisement for Carlsberg beer. Includes text: Carlsberg 42 Larong Mambang Holland Village. Hours and contact info.





### 素朴な仏教遺跡 ミャンマーの旅



シンガポールから空路で3時間20分。そこに、人々の純朴で優しい笑顔が印象的な仏教遺跡「ミャンマー」がある。仏教信仰が深く根づくこの国では、リゾート地とはまた違った旅が味わえる。シンガポールから行きやすいミャンマーは、素朴でエキゾチックな雰囲気に満ちた魅力ある国だ。

●**ヤンゴン**  
ミャンマーの旅なら、首都ヤンゴンと古都バガンが外せない。ヤンゴン市のシンボルの存在が黄金のシエタゴンバトダ。ヤンゴン市を見下ろすかのよう北西部の丘にそびえ、参道も境内も広々として立派だ。とにかく大きいバトダなので、時間をかけて見学したい。18世紀後半に建造された約1000の足跡、ビルマ独立へと導いた学

生運動の記念碑、ルビーの眼をした仏像など、見どころは多い。このバトダの起源は、紀元前585年までさかのぼる。当時インドで仏陀に生かされた王子が髪をもらい、この地に奉納したのが、バトダ建立の始まりとされる。その後徐々に拡張され、大小60以上の塔を有する一大バトダとして完成した。ヤンゴンで必見のひとつが、疾風を祀るチャウタジバトダ。この覆屋は、全長70メートル、高さ17メートルと、とにかくビッグ。柔らかな顔の表情がとも印象的だ。足の裏に見られる黄金の仏教宇宙図も興味深い。

●**ミャンマー**には3千以上のバトダが点在しており、バトダはこの国のシンボルとも言える。数あるバトダの中で、悠久の歴史を持つのがボウタタウンバトダ。ヤンゴン川沿いに建つこのバトダは、紀元前、8人の僧がインドから仏陀の遺品を持ち帰りここに安置したことに始まる。第2次世界大戦中に爆撃を受け崩壊したが、改修工事中に数々の奉納物が発見されたという特異の歴史を持つ。当時の発見物は現在、バトダ内で見る事ができる。ただし、発見物の中でも、仏陀の遺髪や聖歯と推定

四方に低い塔がバフンス長く配されている。本堂は、一辺53メートルの正方形で、4カ所の入り口がある。本堂には、仏像4体が東南西北を向いた形で奉納されている。アトックン(彫像)だ。

●**シエタゴンバトダ**は、青空に壮大にそびえる黄金の塔がひときり美しい。敷地も広々としており、境内にたたずむ、歴史の流れがしみじみと感じられる。このバトダには、仏陀の歯が安置されている。

●**アーナンタ寺院**の約40年後に完成したシエタゴン寺院も、中央塔が高くそびえるごちんまりとした寺院。注意して見ると、壁面などあちこちに装飾が見られ、かつての面影がしのばれる。

●**シエタゴン寺院**とほぼ同時期に建てられたのがタニコ寺院。バガンに数ある寺院の中でも最も高層、内部は二層構造になっている。テラスから一望できる、平原に点在する遺跡群の姿は圧巻だ。

●**変わったこと**では、バガン唯一のヒンズー寺院のナツラウン寺院がある。仏教伝来以前、10世紀前半に建立され、寺院内にシヴァ神が祀られ、外側にはウイシユメ神の化身像がある。

●**他のバガン**とは外観からして趣を異にするタマヤンジー寺院も興味深い。この寺院は、12世紀後半に即位したナラトウ王が建立に着手したものの、未完成のまま現存している。即位を拒んだナラトウ

される貴重品は一般公開されていない。広い境内には、龜と鯉のいる池もある。

●**ミャンマー**のバトダは、現在も人々の信仰の対象となっており、その意味合いは他の仏教遺跡と大きく異なる。ヤンゴンの中心にあたるスレーバトダには、朝から夜まで、終日祈りを捧げる市民の姿が見られる。境内にたたずみ、静かに祈る人々に混じっていると、清々しい思いがして心から不思議だ。

●**バトダ**をじっくり回ったら、ヤンゴン最大級のマーケット、ボーション・アウンサン・マーケットへ行こう。マーケット内にも生鮮市場のエッソトマーケットではなく、建物内にある土産品などが買える大商店街といった趣がある。民族衣装のロンジー、その他衣類、宝石、服飾雑貨、漆器、小物など、ミャンマー産品が目白押し。人気のロンジーは手頃な価格のものから高級品までいろいろある。このマーケットと歩道橋で連絡されているのが、ヤンゴン市民利用の「コーボジョーマーケット」。ここでは生鮮品や日用品が手に入る。

●**その他の主な見どころ**としては、高さ8メートル以上の「獅子の王座」が収蔵されている国立博物館、世界一大きいルビーの原石が見られる宝石博物館、ボートにも乗れる動物園、水上レストランもある静かな憩いの場であるカンドージー湖などがある。

●**バガン**  
ヤンゴンから国内線に約1時間乗ると、ミャンマーが誇る仏教の

Summer Vacation



聖地バガンに到着する。バガンの仏教遺跡は、カンボジアのアンコール遺跡、インドネシアのボロブドゥール遺跡と並び、世界3大仏教遺跡とされ、一度は是非足を運ぶたい地区だ。

●**バガン**に残るバトダは3千以上とされ、赤茶色の大地に圧倒されるほど多数のバトダが点在している。これら現存しているバトダの大半は、11〜13世紀に建立されたもので、大きさはまちまちだ。静寂に満ちた遺跡群の中を歩いてみると、遺跡に隠れるかのようになり、遺跡群がまるでひとつの巨大な遺跡群のようになり、今も人々が生活を営んでいる地区なのだ。納徳させられる。

●**バガン**を代表するバトダと言えは、アーナンタ寺院とシエタゴンバトダだ。バガンの遺跡の中でも最大で均整美を誇っているのが、11世紀末に建立されたアーナンタ寺院。中央が高くそびえる塔を中心

●**バガン**とは外観からして趣を異にするタマヤンジー寺院も興味深い。この寺院は、12世紀後半に即位したナラトウ王が建立に着手したものの、未完成のまま現存している。即位を拒んだナラトウ

資料提供・お問い合わせ

産経旅行  
18 Raffles Quay #6-1-1/  
Hong Leong Building (S) 048681  
0222-6600 FAX: 224-1400  
Email: sankelsg@singnet.com.sg

●**王**は、王位にあつた父と王子だった兄を暗殺。即位後、改悛の情に感され、それまでにない最大級の独特の設計を持つ寺院建立を開始した。しかし、即位からわずか3年後(一説では5年後)に自らも暗殺の犠牲に遭い、寺院建立は中断され、荒廃が進んだ。本尊となる仏像は奉納されていたため、現在も仏像を目にする事ができる。薄暗い天井に目をこらすと「コウモリの姿が見える」と、寂寥(せきりょう)とした感じが漂う。亡霊が出るというウワサもあり、地元の人々は夜には絶対近寄らないとされる。

●**バガン**には、とにかくバトダが数多い。地元の人々が気軽に訪れるバトダもあり、あちこちで人々の信仰心に触れる事ができる。そして、バガンのハイライトは「夕日鑑賞」。バトダから眺める夕日は絶景で、思い出に残ること間違いなし。遠い昔の栄枯盛衰に思いを馳せつつ、暮れなずむ空を眺めると、諸行無常という言葉がびびりあてはまる感じがする。

## 2泊3日(ヤンゴン) ミャンマー遺跡の旅 3泊4日(ヤンゴンバガン)

①	午前	シンガポール発・ヤンゴン着	夕
	午後	ヤンゴン市内観光	
②	午前	終日、古都バゴー観光	朝昼夕
	午後		
③	午前	ヤンゴン発・シンガポール着	朝

ホテル: トレーダースホテル  
金・土・日発 料金: **\$1080**より  
(2名様で参加する場合の1名様料金)

●**家族旅行特集**  
・ピンタン島  
・ランカウイ島  
・フーケット島  
・モーリシャス  
・バンコク  
・カンボジア  
・オーストラリア方面

●**ディオマン島**  
・バリ島  
・モルティエ  
・セイシェル  
・ミャンマー  
・ベトナム

●**産経旅行 SIN**  
TEL: 2226600  
FAX: 2241400  
E-MAIL: sankelsg@singnet.com.sg  
HOME PAGE:  
http://www.sg-so-net.com/koukoku/sankel/sankei.html  
http://www.las.biglobe.ne.jp/sankei  
東京: 03-3562-4001  
大阪: 06-6222-6091

## 日本まで 1分間 たった 49セント

●**24時間同一料金**  
●**インターネット電話ではありません**  
●**高品質な音声**  
●**携帯電話からも同一料金**  
●**利用法は簡単**  
1551+ 国番号+ エリア番号+ 電話番号

	DSI	Singtel	StarHub
日本	0.40	0.90	0.88
香港	0.29	0.70	0.66
台湾	0.45	1.40	1.19
韓国	0.45	1.25	0.90
タイ	0.40	1.15	0.95

DSI Telecom Singapore Pte Ltd  
Tel: 324-2522 (日本語)  
150 Cecil Street, #10-02, AXA Life Building, Singapore 069543  
E-mail: sales@dsi.com.sg http://www.ostium.ne.jp

## Essence Vale Day Spa

当店はアロマテラピーを使って、お客さまをより生き生きと美しくするお手伝いをいたします。私どものマッサージやトリートメントは、精神を満ちし心とからだのバランスを整えます。

●**今月のスペシャルプロモーション (7/1~8/31)**  
●**ワイナリー・フットスパ (1時間30分) \$570**  
ぶどうの種を除いて、ハーブとミックスしたグレープシードオイル・スクラブでトリートメントした後、グレープシード・ローションでマッサージ。リラックス効果です。最後にボディケアで仕上げれば、ツルツル、ピカピカ足の完成です。マッサージの後はグレープシードオイルをどうぞ。

●**タミー・トリム (1時間15分) \$510**  
腹部のスリミングを特にご希望の方に特約のトリートメントです。アロエヴェラジェルを塗りマッサージした後、タオルで45分間ラップします。大変心地よく、リラックスしながらすっきりボディに、スペシャル・アイトリートメント付き。

●**ヨーロッパ・ソルト・グロウ (2時間) \$8125**  
爽快なミネラルたっぷりのソルトで蒸えた角質を取り除き、ヘチマスクラブで潤いを与えた後、アロマテラピーを使った全身マッサージでストレスや緊張をときほぐします。マッサージに使用するオイルは、お好みでお選びいただけます。

●**上記他のサービスも承っております。\*料金にGSTは含まれておりません。**

Essence Vale Day Spa TEL: 735-8082  
218 Orchard Road #02-07A Orchard Emerald (S) 238851  
Essence Vale Aroma Spa TEL: 831-4349  
Traders Hotel Singapore Traders Fitness Centre 1A Cuscaden Road 4th Floor (S) 249716





Summer Vacation

▼お土産に人気の特製Tシャツ



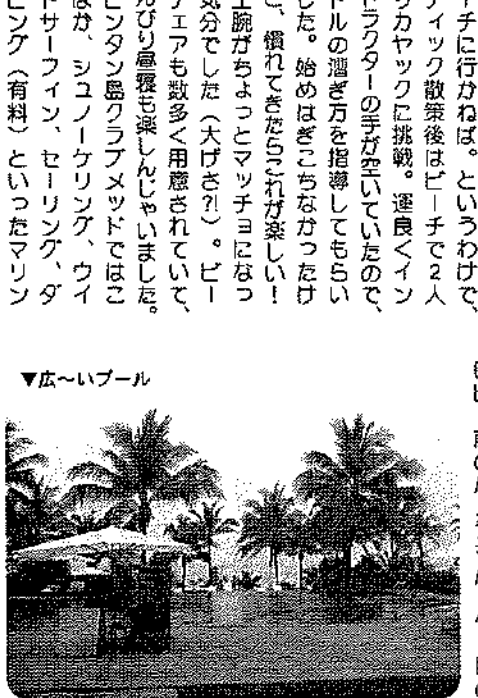
エキゾチックな象付き小物入れ

お土産が満載したTシャツ、フティックへ直行。定番人気はクラブメッド特製Tシャツ。大人用と子供用共にデザインと色が豊富で、お土産に最適。このフティックはオ...

●フティックの散策も楽しい

フティックの散策も楽しい。お土産が満載したTシャツ、フティックへ直行。定番人気はクラブメッド特製Tシャツ。大人用と子供用共にデザインと色が豊富で、お土産に最適。このフティックはオ...

▼広～いプール



ビーチでのんびり過ごしてから、ビーチ前のパラマバーへ。目の前には広～いプール。お土産が満載したTシャツ、フティックへ直行。定番人気はクラブメッド特製Tシャツ。大人用と子供用共にデザインと色が豊富で、お土産に最適。このフティックはオ...

●多彩なエンターテインメント

ビーチでのんびり過ごしてから、ビーチ前のパラマバーへ。目の前には広～いプール。お土産が満載したTシャツ、フティックへ直行。定番人気はクラブメッド特製Tシャツ。大人用と子供用共にデザインと色が豊富で、お土産に最適。このフティックはオ...

資料提供・お問い合わせ Club Med Services 1 Orchard Spring Lane #03-01 Tourism Court (S)247729 ☎738-4222 FAX 738-0770 http://www.clubmed.com

ことモクラブ 1歳から小学校入学前のお子様を対象とした楽しい幼児教室です。 会員募集中

7月のプロモーション PM6:00-7:00まで ご注文の品2割引 寿

パノラマバーからの見事な展望。クラブメッド。タナメラ・フェリーターミナルからフェリーで約45分。ビンタン島のフェリーターミナルから送迎バスに乗って10分、クラブメッドに到着。バスを降り立つと、軽快なBGMとジオー(クラブメッドのスタッフ名称)の拍手がゲストを迎えてくれます。ロビーにはウエルカムドリンクが。キヌ細やかなジオーのサービスが印象的。建物内ですれ違う時も、にこやかに挨拶してくれます。



パノラマバーからの見事な展望

充実したスポーツ施設&スパ。充実したスポーツ施設がクラブメッドの特徴のひとつ。ビンタン島クラブメッドのスポーツセンターは、エアロビクス・ランニング・フィットネス&ジムから、バスケットボールやバドミントン、バレーボールが楽しめる屋内体育館、スカッシュ・アーチェリー、朝夕レッスンが開かれるテニスコート(6面)まで充実。そして、スポーツ後のお疲れを癒すクラブメッドスパ。アジア4カ所のいずれのクラブメッドでも人気あり。ビンタン島のクラブメッドは、スポーツセンターの2階にスパ(有料)があります。この人気メニューは、インドネシア式スパやハーバルマッサージ(1時間45分)。スクラップサウナ、ボディラップ、ボディマッサージが堪能できる快適コース。本場ならではのフィンガーテックが味わえるインドネシア式マッサージも人気。マッサージルームは男女別。足マッサージは海に面した明るいルームで、穏やかな音楽が流れる中、リラックス度満点の快適マッサージが楽しめます。

に挨拶し合うのがクラブメッド流です。 充実したスポーツ施設&スパ。充実したスポーツ施設がクラブメッドの特徴のひとつ。ビンタン島クラブメッドのスポーツセンターは、エアロビクス・ランニング・フィットネス&ジムから、バスケットボールやバドミントン、バレーボールが楽しめる屋内体育館、スカッシュ・アーチェリー、朝夕レッスンが開かれるテニスコート(6面)まで充実。そして、スポーツ後のお疲れを癒すクラブメッドスパ。アジア4カ所のいずれのクラブメッドでも人気あり。ビンタン島のクラブメッドは、スポーツセンターの2階にスパ(有料)があります。この人気メニューは、インドネシア式スパやハーバルマッサージ(1時間45分)。スクラップサウナ、ボディラップ、ボディマッサージが堪能できる快適コース。本場ならではのフィンガーテックが味わえるインドネシア式マッサージも人気。マッサージルームは男女別。足マッサージは海に面した明るいルームで、穏やかな音楽が流れる中、リラックス度満点の快適マッサージが楽しめます。



館内の至る所にインドネシアの香りが...

クラブメッド パカンス Kidsプロモーション 6月1日~8月31日\*宿泊限定 子供4~11才のお子様対象 Club Med BINTAN トライアルパッケージ

クラブメッド オールインクルーシブ システム 旅行代金にすべて含まれているので安心してパカンスを過ごせます。 ●交通費(パカンス村間の送迎を含む) ●宿泊費 ●滞在中の全食事 ●昼食・夕食時のワイン&ビール ●各種スポーツ&レッスン



### 魅力満載、 アクレシミアサイゴン

ベトナムは、南北に細長い全長約3千キロの国土に、北は行政の中心首都ハノイ、南は商業の中心ホーチミン(サイゴン)の2大都市を有しています。

ホーチミン市は国内最大の観光地でもあり、ベトナムを訪れる外国人観光客の70%がこの街を訪れています。過去数年で急激に姿容を塗り替えたホーチミンには、しゃれたお洒落なレストランもいろいろ。魅力的なスポットが多数あり、散策するのも楽しい街です。ショッピングで有名なのはベトナム雑貨オシヤシヤでかわいく安価な雑貨を売ってお店が、続々とオープン。洗練されたデザインのものも多く、いまやこの街はアジア雑貨ブームをリードする発信地として人気を定着しています。その他、工芸品、ファッションから高貴品、家具まで、ベトナムならではのショッピングしたセンスのお店が白押しです。

そして、グルメ。こちらの注目を集めているのがベトナム料理。エスニック料理の中でも辛味控えめ、油っこくなく繊細な味で食べやすいのが特徴。野菜や



細な味で食べやすいのが特徴。野菜や

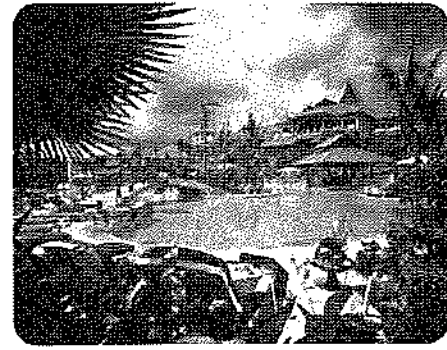
ハーブを使う料理が多いので、とてもヘルシーです。市場に行く、食材もあふれんばかりに豊富。この街には本格ベトナム料理店から大衆食堂、屋台まで何でも揃っています。

他方、300年の歴史を持つホーチミン市には古寺、教会も多く、重厚な雰囲気も感じられます。この街の文化的特徴は、伝統的なベトナム文化と、北方の中国文化、そして西歐文化の融和と言えましょう。主な見どころは、統一会堂、クチの地下道、戦争・革命博物館、ホーチミン博物館、ベトナム市場、チヨロン(中華街)など。最近ではダムセン遊園地、ウオーターパークなどの娯楽地も人気を呼んでいます。

1873年に建てられた別荘で、大統領官邸、独立宮殿を経て、サイゴン政権移譲後に市管理軍委員会事務局となり、その後、統一会堂と改名され一般公開されています。述べ床面積2千平方メートル、5階建ての内部には、大小100の部屋が備わっています。

＊ ＊ ＊

1890年の建立当初は、南部特産物展示場でしたが、後に南ベトナム総督の私邸とされ、日本軍占領時代には養蚕総督の私邸として使われていました。1983年11月1日、ゴ・ディン・ジエム大統領とゴ・ディン・ニユ大統領顧問がこの養蚕宮殿の地下道を通じて、クーデターの追っ手から逃



### お洒落リゾート ピンタン

夏休みのプランはもうお済みですか? 今さらでも間に合う手軽なリゾート地のひとつがピンタン。インドネシアとシンガポール両国政府が共同で開発を推進している、美しいリゾートアイランドです。この島には風光明媚なブルフコースが複数あり、ゴルフファームにも人気の高い島です。

シンガポールのタナメラ・フェリーターミナルから高速フェリーで約45分。そこに、真っ白なビーチと珊瑚礁が連なる美しい海に囲まれた、豊かな自然を抱くピンタン島があります。自然を大切にしながら開発が進められているピンタン島には、豪華リゾートホテルがいろいろある。その中でも、広大な敷地を有し、アクティビティ設備の充実したホテルがピンタン・ラグリーン・リゾート(旧ホテル・セドナ)。家族連れで、友人同士で



手軽にリゾートライフが楽しめるイチ押しリゾートです。海が美しいピンタン島では、やはりマリンスポーツが外せません。ピンタン・ラグリーン・リゾートは、プライベートビーチとプールを持つほか、ダイビング、バナナボート、パラセーリング、水上スキー、ジェットスキー、ウィンドサーフィン、釣りを楽しめるマリンスポーツセンターがあり、とても便利(各アクティビティは有料)。ゴルフ練習場、サイクリング、フィットネスセンター、スパも完備。その他のお楽しみ施設として、ゲームセンター、カラオケルーム、ビリヤードもあり、ホテル内だけで思う存分リゾートライフを満喫できます。

グループ旅行なら、ピラタイプがお勧め。ピラはアンソカピラ、ブーゲンビルピラ、チャンバカピラの3タイプで、いずれもパーベキュー設備付き。アンソカピラはプライベートプールまであります。ピラ利用の場合、ホテル内の

で、館内には民衆の惨状、拷問、流刑や、枯葉剤の散布、北ベトナム爆撃などの写真が展示されているほか、飛行機や大砲、戦車、ギロチンなどコンタオ島の複製2部屋も設置されています。また、対カンボジア戦争や対中戦争、長沙・南沙(フナトリー)問題などについても展示されています。

＊ ＊ ＊

市中心部から北西70キロ離れたクチ県フミーフォン村にあるクチの地下道は、ホーチミン市で最も有名な戦争史跡です。地中深く、多数の交差、運送を巡らした地下道網には、台所、食堂、寝室、会議室、手術室、矢倉などが設けられています。全長は、抗仏戦争当時の約17キロから1960年以降には250キロにまで延長されました。地下3階の構造で、最も深い所は地下10メートルも。敷地内には、1995年に完成した戦没者慰霊堂があり、本堂内の石碑に戦死者4万1447人の名前が刻まれています。

ホーチミン市革命博物館  
1890年の建立当初は、南部特産物展示場でしたが、後に南ベトナム総督の私邸とされ、日本軍占領時代には養蚕総督の私邸として使われていました。1983年11月1日、ゴ・ディン・ジエム大統領とゴ・ディン・ニユ大統領顧問がこの養蚕宮殿の地下道を通じて、クーデターの追っ手から逃

全施設利用もOK。ピラ内はゆったり広々、くつろぎムードいっぱい。パーベキューは事前予約を。肉・野菜・ゼール・誕生日ケーキなどの手配から、庭のテーブルセッティングまで、ホテルスタッフがしてくれます。ピラは持ち込み可なので、フェリーターミナルの免税店で買っておくと重宝します(インドネシア入国時のアルコール類免税範囲は輸入リットル)。

＊ ＊ ＊

このホテルのイチ押しは、何と言ってもスパ。全身を丹念に揉みほぐすアロマボディマッサージ。顔に潤いを与えてくれるリフレッシング・マリン・フェイシャル、花びらをたくさん浮かべたインドネシア式バス、肌が喜び海草パッド…。プログラムは多彩です。さっそくアロマボディマッサージにトライ。マッサージ方法はもちろん本格派インドネシア式。足から背中、首、腕へとアロマオイルを塗りながら、優しくマッサージ。さす指が指の動きが絶妙で本当に気持ちいい。セッティングの手によって、全身が癒されていく感じ。途中で思わずウトウトしてしまっただけ快感。日頃のストレスや疲れが吹き飛んでしまっ心地良いです。

そして、ファミリに嬉しいシステムがキッズクラブとベビシッター。キッズクラブは4〜12歳、ベビシッターは10歳以下を対象。気になる料金は、キッズクラブが90分4ドル、1日10ドル、ベビシッターが1時間8ドルとリーズ

資料提供・お問い合わせ

近鉄インターナショナル  
日本語デスク  
391A Orchard Road #09-01  
Ngee Ann City Tower A  
(S)238573  
☎737-0438 FAX: 735-7165

ナブル。それぞれ専任スタッフがケアしてくれるから安心。キッズクラブは、週末にお楽しみプログラムも実施しています。お父さんはゴルフ、お母さんはスパ、子供はキッズクラブで、と思い思いの充実したひとときを過ごすことができます。

漢方医 劉文鋒 (日本語で対応致します)

内臓器系疾患・ヒフ病・婦人病 完全予約制

100 Eu Tong Sen Street  
#02-28 Pearl's Centre  
Tel / Fax: 224-3123  
HP: 9649-1986  
24hr Fax: 873-3006

最寄り駅 MRT W2 Outram Park

美濃漢方 診療所

ピンタンラグリーンリゾート

お一人様 1泊2日 S\$120より(ツイン利用・平日)

ご家族・グループには2名〜7名様までご利用いただける

ピラ宿泊プラン S\$160より(平日)

(プライベートプール付、パーベキュー設備付ピラあり)

上記料金には、往復フェリー代、宿泊代(朝食付)、現地での送迎、滞高利用税 含む。他のホテルも手配致します。

※ この広告をご持参の方には S\$10 ディスカウント! (9月30日までに宿泊のお客様に限ります)

お申し込み・お問い合わせは、日本人スタッフまでお気軽にどうぞ

KINTETSU INTERNATIONAL EXPRESS (SINGAPORE) PTE. LTD.

Tel: 7370438 Fax: 7357165

33年のキャリアを持つ  
日本人料理長が腕をふるう店

九州料理 牡丹

25名様までOKの個室あります。

BOTAN ジャパニーズレストラン

営業時間 11:30am〜2:30pm 6:00pm〜10:00pm (年中無休)  
36/37 Pekin Street #01-01 Far East Square (S)046766

Tel: 5364404 Fax: 5364424

楽しみながら学ぶということは  
学習する環境において  
とても重要なことだと考えています。

DEMI FUNHOUSE

●プログラムは子供のニーズによって計画  
●優秀なスタッフ、教師は資格保持者  
●保母・幼稚園教諭免許保持の日本人教師  
●毎月遠足や園内でさまざまな行事

お気軽にお問い合わせください。TEL 468-0973  
ベス・ファンハウス NO.36 NAMLY CRESCENT

資料提供・お問い合わせ

TRIPS INTERNATIONAL  
63 Robinson Road #03-10  
Atrio Asia Building (S)068894  
☎324-2811 FAX: 324-1800  
E-mail: trips@pacific.net.sg  
Website: www.trips.com.sg

最新アイテムから定番商品まで  
全品20〜70%OFF

スペシャルオファー

ディオール 各\$10

●マスカラ(ブラウン)  
●マニキュア

シンガポール一安い  
コスメショップ

AGNES BEAUTY CENTRE  
150 Orchard Road #04-36 Orchard Plaza (S)238841

TEL 733-5408 営業時間 月&土 11:00〜19:30 火〜金 11:00〜20:00  
日・祝 12:00〜18:00

お得で便利な旅行屋 TRIPS INTERNATIONAL

ホテルのロケーションがグッド!

市内中心部でショッピングや食べ歩きに  
便利な人気のホテルよりご選択下さい

バスターミナルサイゴン \$530	ノーフォーク \$550
レックス \$540	ソフィテルプラザサイゴン \$620

内容: 航空券、ホテル、毎朝食、現地送迎、ベトナム航空利用

ウェブサイトも充実 <http://www.trips.com.sg>  
Tel: 3242811 Fax: 3241800 E-mail: trips@pacific.net.sg





## 講演会

### 大学病院一般講演会

テーマ:「針治療を理解する」

針治療とは何か、何に効果があるのかなど、針治療を理解するために西洋医学の医師で東洋医学の針治療も行う医師からお話を聞きます。

日時:2001年7月24日(火)10時~12時

講師:T. L. Lee 麻酔科教授、針治療クリニック部長

場所:シンガポール国立大学病院ケントリッジウイング3階講堂

参加費:無料

お申し込み方法:日本語デスクまで以下の方法でお申込み下さい。

TEL:772-4458, FAX:777-8065,

メール:Nihongo@nuh.com.sg 日本語対応可。

締切:7月20日(金)

尚、託児施設は用意しておりませんので予めご了承下さい。

## ミュージアム情報

●開館時間:9:00~17:30(金曜は~21:00)

●休館日:月曜日

●入場料:大人\$3、子供(6~16才)\$1.50

**Singapore History Museum** 93 Stamford Road  
332-3251・Diorama:20の模型によるシンガポールの歴史。・Ruma Baba:海峡植民地で生まれたペラナカン文化の紹介。・Jade House:ハウバー兄弟の玉のコレクション。

**Singapore Art Museum** 71 Bras Basah Road  
332-3220・China Art Now!!(期間~7月15日)20世紀後半の中国現代アートの中から、絵画、写真、ビデオアート、彫刻を含む、40を超える作品の展示。・President's Young Talents Exhibition(期間~7月22日)シンガポールの才能ある若手アーティスト10人のインスタレーションを含む現代アートの展示。

**Asian Civilisation Museum** 39 Armenian Street  
332-3284・The Peranakan Legacy:2階全室を占める華麗なペラナカンの展示。75カラットもあるダイヤモンドは必見。・Chang Dai-Chien(期間~10月28日)東洋のピカソとも言われる張大千の中国画70点余りの展示。・Chinese Calligraphy(期間~10月)著名な中国書家による中国書道の展示。

## イベント・コンサート

チケット購入先:SISTIC

348-5555 http://www.SISTIC.com.sg

### Ballet Under The Stars

夜空の下、フォートカニング公園で開かれるバレエ公演。●日時:7/28(土)/29(日) 8/3(金)/4(土) 19:30●会場:Fort Canning Green, Fort Canning Park●チケット:\$16(6才未満無料)

### Scorpions Acoustica Live Singapore

ドイツのハードロックバンド、スコープionsのライブコンサート。●日時:7月30日(月) 20:00●会場:Convention Hall, Level 6, Suntec City●チケット:\$51/76/101(2才以下無料)

## とくとく情報

### マナコフラワー・アカデミー

#### 大丸で花展開催

花の専門学院マナコフラワー・アカデミーが、大丸リヤンコート店のジャパンプフェアに参加し、花展・学院長によるデモンストレーション・ブライダルショーを開催します。お気軽に

お越し下さい。●花展:7/21(土)/22(日)●ブライダルショー:7/21(土)2pm~3pm, 6pm~7pm, 22(日)12pm~1pm, 4pm~5pm

### 頭痛、肩こり、腰痛からO脚矯正まで アクティブ・カイロプラクティック

何かとストレスの多い海外生活。慢性的な頭痛、首・肩こり、腰痛、神経痛、ゴルフ肩・テニス肘・筋肉痛などのスポーツ障害でお悩みの方、米國式カイロプラクティック(脊柱療法)をご存知でしょうか。日本の整体と異なり、博士号を持つ専門家が医学的に痛みの原因を追究し、各人にふさわしい治療を行うのが米國式カイロプラクティック。今話題の新しいカイロプラクティック診療所がアクティブ・カイロプラクティック。外国人患者も多いクリニックで、痛みだけでなくO脚やX脚の矯正も手がけています。治療にあたるのは、種やかで話しやすいブルース・リー(III)先生。米國生まれ、カナダ育ちのリー先生は米國での治療経験も豊富です。診察は丁寧なカウンセリングから。痛みの歴史やライフスタイルなどを細かくチェック。痛みの根本を突き止め、おおよそ何回の通院が必要かなどを説明してから治療。診察室は明るく清潔、プライバシー重視の個室。治療方法は特殊機器を使った電子セラピー、温・冷セラピー、先生の手によるマッサージ、特殊医療チェアを利用した矯正など様々。初診(約45分~1時間)大人\$100、



子供(12才以下)\$70、再診(約30~45分)大人\$70、子供\$55。保険が適用される場合も多いので、初診時にご相談を。  
Active Chiropractic #1 Orchard Road #07-01 Camden Medical Centre ☎836-0833 FAX: 836-0830 診察時間:月~金9:00~18:00, 土9:00~13:00

### エアコンのお手入れなら... SDエアコンサービス

常夏のシンガポールではエアコンが欠かせません。常時エアコンを使っていると、四季のある日本と違い、エアコンの内部が乾燥する期間がありません。室内機の内部は常に湿気を帯びた状態となり、チリやカビの温床になってしまいます。チリは水漏れや故障の原因、カビは冷風と共に室内に流れ出ます。シンガポールではエアコンの定期的な清掃が不可欠で、しばらく清掃をしないとお子様のアレルギーや病気の原因になってしまう恐れも。日本人スタッフが迅速に対応、日本レベルのサービス、ローカル並みのリーズナブル料金、と3拍子揃ったエアコンサービス会社がSDエアコンサービス。クリーニングサービスは、室内機のカバー取り外し清掃・コイル清掃・フィルター清掃、コイル排水受けの清掃、ドレンパイプの清掃、送風口部の清掃。プロが徹底的にケアしてくれるので安心です。料金は、年間契約(年4回清掃)が1台\$200、2台\$300、3台\$400、1回のみは1台目が\$70、2台目以降が\$40。ご希望日の約1週間前までに電話でご予約下さい。ホームページhttp://web.singnet.com.sg/~sdenzaiで、クリーニングの手順が写真を使ってわかりやすく説明されています。SDエアコンサービス☎468-4778(日本語可)

### 人気ヘアサロン・エリカ パルティ独占プロモーション!

日本人から熱い支持を得ている人気ヘアサロンのひとつ、エリカ・ビューティ・スタジオからパルティ読者へ嬉しいお知らせ。7月10日から31日まで、パルティ独占プロモーションを実施します。内容は、①平日のカット料金30%割引、②ヘアカラー・カット・トリートメントコース料金から35ドル割引、③パーマ・カット・トリートメントコース料金から35ドル割引の3種類。エリカで華やかなヘアスタイルに変身するチャンス! お好みのコースをお選び下さい(要予約)。ヘアケアしながら、美しいスタイリングが実現します。エリカではハイパーストレートとトリートメントが人気。ハイパーストレートはアイロンやパーマ液など、全て品質の優れた日本製品を使用。パーマ前に毛髪診断を行い、キューティクルケアも重視。パーマ後のしっかりトリートメントにより、仕上がりはつやつやさらさら。また、ヘアと地肌をケアするトリートメントを行うと、驚くほどつやつやかなヘアに。美しいヘアのよみがえり効果がパルティ期待できます。  
Erika Beauty Studio #177 River Valley Road #03-24/25 Liang Court Complex ☎337-2211, 337-3322 営業時間:月~金 10:30~20:00 土・日・祝 11:00~19:00



**HAEBOK'S KOREAN RESTAURANT**  
へボック韓国料理店  
(タンジョンパガーロード沿い)  
**元祖の味**をお楽しみください。  
コリアンバーベキュー、牛タン、カルビ、フデチゲ鍋  
営業時間:ランチ 11:30am ~ 3:00pm, ディナー 5:30pm ~ 10:00pm  
お問い合わせ: ☎ 223-9003 FAX: 223-9004  
44-46 Tanjong Pagar Road

**サンドリーム ペットランド**  
オーチャードにペット用品店オープン!  
各種ペットフード、お散歩グッズ、トイレ用品、食器 etc...  
を取り揃えております。(日本製商品多数)  
**SUNDRAM PET LAND**  
545 Orchard Road #02-24 Far East S.C.  
(ヒルトンホテル隣)  
Tel: 224-9944 Fax: 234-3764  
営業時間: 10:30~19:00

フレッシュベリカン  
**通訳・翻訳・通話**  
ホームページ: http://www.nittsu-sin.com/removal

THE POSSIBILITIES ARE INFINITE **FUJITSU**  
皆様の高まるご要望にお応えし、パソコン教室を開催いたします。  
① なるほど Windows 7/20(金) 10:00~16:00(1日) **\$200**  
② Word 2000 速習 7/23(月)~24(火) 13:00~17:15(2日共) **\$280**  
③ Exel 2000 速習 7/30(月)~31(火) 13:00~17:15(2日共) **\$320**  
④ PowerPoint 2000 速習 7/27(金) 9:00~17:00(1日) **\$320**  
①~④の2コース受講 **\$560** ②~④の3コース受講 **\$580**  
※テキスト代が別途必要となります。  
開催場所: Fujitsu Asia Training Centre Bugis Junction Tower  
お問い合わせ先: Fujitsu Asia Pte Ltd 星(ほし)  
Tel: 871-0141 or 9633-3287 Fax: 871-0123  
E-mail: thoshi@fapi.fujitsu.com.sg

どんな痛みもご相談下さい。  
**ACTIVE CHIROPRACTIC**  
アクティブ カイロプラクティック  
ゴルフ肩・テニス肘などのスポーツ障害、背中、首の痛み、頭痛、筋肉や関節、背骨・X脚・O脚などの矯正  
**Dr. Bruce Lee**  
カイロプラクティック医師免許(アメリカ)  
1 Orchard Boulevard #07-01 Camden Medical Centre  
Tel: (65)836 0833 Fax: (65)836 0830  
E-mail: drlee@pacific.net.sg

**CREATIVE GOLF 中古ゴルフ用品専門店**  
中古ゴルフクラブ 売ります買います!  
現金買い入れ、値段は必相談  
Blok 333 Kreta Ayer Road #02-17 ネイルロードサンホフ (Dun Zhong Eating House隣)  
TEL: 227-7760 H.P: 9633-9086  
出張査定、買い取り、配達も致します。ご来店前にお電話下さい。

Erika 「エリカ」ビューティ・スタジオ **30%** 7/10~31 月~金  
**パルティ読者独占プロモーション!**  
177 River Valley Road #03-24/25 Liang Court Complex Singapore 179030  
Mon - Fri 10.30am~8.00pm Sat & Sun & PH 11.00am~7.00pm  
ご予約は日本語でどうぞ(要予約)  
Tel 337-2211 or 337-3322  
**\$35 OFF**  
ヘアカラー・カット・トリートメントコース OR パーマ・カット・トリートメントコース  
料金から\$35をディスカウント!  
(他のプロモーションとの併用不可、要予約)  
有効期間: 2001年7月10日~31日

# シンガポールの食材

文・梓 椒子

## その42 夏の食材1 胡瓜(きゅうり)

一年を四季で区切ると、6月から8月は夏の区分になります。6月の時期のキュウリは、?の年代(ハッキリ言いたくないので想像して下さい)の子供のころは、いわゆる当地でいう日本のキュウリで、あまり太陽に当たっていないので、青くて細いものでした。それが7月、8月になると、たつぷり日光を浴びて、外見は不細工でゴツゴツ、黄色味がかった色で太く育ってしまつたものでも、水みずしくて柔らかく胡瓜として、馴染んでいました。

ところがいつの頃からか、日本ではこの種の胡瓜は全く見あたらず、一年を通して6月の旬のキュウリだけが店頭で並ぶようになりました。そういうキュウリに慣れきって来星した当初は、まだ日本式のキュウリがなく、あの細くて青いキュウリが食べたいたずいぶん思つたものです。そしてその願いが通じたのか、いつの間にか当地でも、その青くて細いキュウリが栽培されるようになり、日系スーパーのみならずローカルマーケットでも入手できるようになりました。ところが皮肉なもので、そうならねばなつた、細くて青い旬のキュウリのサラダが酢の物というキュウリそのままの料理より、調理の工夫次第で味が変化する太くて不細工な夏胡瓜の魅力が捨

てがたくなりました。ところでお気づきでしょうか? 文面で青くて細いキュウリ、太くて不細工な胡瓜、というように文字を変えていることを... そうなのです。まさしく夏胡瓜は胡瓜そのものなのです。

太腸の恵みをたっぷり取り込んだ胡瓜には利尿作用があり、成分のカリウムが体内の余分な塩分を排出し、高血圧や腎臓病の予防にも効果があります。旬のキュウリと共に安くて美味しい夏胡瓜を、是非食卓に乗せて下さい。

**干鰯胡瓜春雨炒**  
 材料：干しえび20g、30グラムぐらゐ、胡瓜2本、春雨1巻、売りを1個、刻んだニンニク少量  
 作り方：①干しえびを一度軽く水洗いしてから、カップ1の水に浸して戻し、大きめのみじん切りにする。もどし汁はとっておく。  
 ②胡瓜は1列おきの形で皮をむき、細長い乱切りにしておく。  
 ③春雨はさつと水を通し8センチほどにはさみで切っておく。  
 ④中華鍋を温め、刻んだニンニクを入れ乾煎りする。さらに、サラダオイル大さじ2を入れ、少炒め、①の干しえびを入れて炒める。  
 ⑤干しえびに7分が火が通つたら胡瓜を入れて炒める。胡瓜から水分が出るが、オイルが吸収されてきたら干しえびのもどし汁を入れて混ぜ

# お肌のひとくちアドバイス

文●佐藤 薫 (マルリー)

この春に来星されたばかりの方が、そろそろ落ち着かれて、お肌のお手入れを私共のサロンに受けにいらつしやいます。日本にいた時よりもお肌の調子がもうひとつしつくりしない、お肌は乾燥気味なのにオイル浮きがひどい、吹き出物ができてきた、などの悩みをお伺いすることが多いのですが、皆さんはいかがですか。

日本には年間平均した四季があり、お肌を受ける外気は、一年を通してウエットからドライへ、気温は高い方から低い方へと変化します。その時々で起こるお肌のトラブルはお手入れが少しずらぬ軌道をそれていまして、四季の変化で何とかがやりやすくなります。またお肌のコンディションが、例えば水分と油分のバランスが良くないとか、毛穴詰まりがあつても、あまり自覚もなく過ごせてしまっています。

このようなお肌を持つて常夏のシンガポールで暮らし始めますと、お肌は遅かれ早かれ悲鳴をあげ始めます。シンガポールに来たからお肌の調子が悪いのではなくて、以前から調子を崩していたということ。シンガポールに来て、お肌のコンディションがそこそこの方でしたら、紫外線の強い国ですから、紫外線ケ

アに集中してお手入れして下さい。良いと思います。

お肌の調子がもうひとつ、もしくはトラブルがある方は、今までの基本のお手入れを見直しましょう。まずクレンジングをする、洗顔をする、お化粧水をつける、モイスタライザーをつける、このお手入れを毎日欠かさず行つていますか? クレンジングと洗顔については前回書きました。お化粧水は皆さんがお使いだと思つていますが、モイスタライザーはどうでしょうか。サロンのお客様で、お肌の調子を崩している方は、かなりの確率で毎日のお手入れからモイスタライザーを省いていらつしやいます。モイスタライザーとはクリームや乳液のことですが、付けない理由は、シンガポールは気温も湿度も高いから、お肌の保水はお化粧水で充分というものです。

お肌は皮膚呼吸の他に紫外線や外気のせいでも、いつも乾燥しやすいつつ状態にさらされています。ただお化粧水で水分補給するだけでは、お肌を保水することはできません。モイスタライザーも付けて、お肌自身も持つている潤いを逃さない「保湿」をしなければお肌は喜ばないのです。シンガポールの気温と湿度は、モイスタライザーの代わりにはなりません。また美容液に含まれている保湿剤に「保湿」を期待するよりも、モイスタライザーを使用する方がお肌は潤いますし、美容液と併用すれば美容液にうたわれている効果をさらに引き出すことができると思つてます。

マルリー・エステティック・サロンへのお問い合わせは073383736までどうぞ。

**黄瓜豚肉湯**  
 材料：黄瓜 中1本、豚肉(豚肉の固いところ)でよい500グラムくらい  
 作り方：①黄瓜は皮ごと小さいわけてよく洗い、大きめに切る。  
 ②豚肉は一口大に切る。  
 ③中鍋にお湯を沸騰させ②を入れ、再度沸騰したところに①を入れ、再び沸騰したら中火にして1時間ほど煮込む。中火で吹き上げるようであれば少し火を細くし、蓋をすらしらしないこと。蓋をしたままで黄瓜が透き通るまで煮込む。  
 ④塩、ライソソールヤソールで薄味に仕上げる。  
 黄瓜の酸味がさわやかなスープ、干し牡蠣を入れることもある。

**キュウリの洋風スープ**  
 材料：キュウリ1本、オクラ2本、玉ねぎ半個、オリブオイル大さじ1、水1.5カップ、ヨーグルト(無糖)半カップ  
 作り方：①キュウリ、オクラ、玉ねぎは大きめにみじん切りにする。  
 ②中華鍋を温めオリブオイルを熱して玉ねぎを入れ、しんなりするまで炒め、キュウリ、オクラを加えてさらに炒める。  
 ③水を加えて沸騰したら弱火にし、15分ほど煮てから塩、胡椒を味を調え冷ます。  
 ④③をミキサーにかき、ボールに移してヨーグルトを加え、器に盛つてオクラの輪切りを散らす。

合わせ、蓋をして2分ほど煮込む。この時、もどし汁だけで少ないようだったら、少し水を足してもよい。  
 ⑤胡瓜が透き通つたら、④をバラバラと入れながら炒め、塩、ライソソールヤソールで味つけて仕上げる。

神奈川大和市にある プロテスタント教会  
**やまと 大和カルバリーチャペル Singapore**  
 私は、あなたがすべての面で栄え、たましいも体も健全であるように、と祈っています。(聖書)  
 日本語による礼拝、毎週日曜日午後2時より  
 電話 宅 (MRT Somerset 駅近く) TEL&FAX: 838-0907  
 ホームページ <http://www.yamatocalvarychapel.com/> リンクコーナーより

**ナチュラル アロマセラピー マジックハンドケア**  
 フェイシャルトリートメント 6回コース、1ヶ月集中コース  
 ポディマッサージもどうぞ  
 ♪リラクゼーションとともに健やかな美肌をあなたに  
 ♪お肌の疑問にお答えします  
 まずはご予約から...  
 TEL: 738 3736 FAX: 738 8971 営業時間 9:00~18:00 (最終予約日・翌日休み)  
 402 Orchard Road #03-15 Delfi Orchard Singapore 238876

**ローズモント幼稚園入園受付中**  
 イーストコーストのSiglapに開園したローズモント幼稚園は、シンガポール文部省の許可を受けた国際的幼稚園です。  
 当園では、全ての教師が教員資格を有し、子ども達の指導にあたっています。世界各国のお友達といっしょに、ネイティブ教師から英語を遊びながら学べます。  
 日本語を第2外国語として採用しており、日本語が母国語になる幼児には、日本人教師と日本語をたのしく学ぶプログラムがあります。

対象年齢	ナーサリークラス 3歳~4歳	幼稚園クラス 4歳~6歳
全日クラス	午前9時~午後3時	週5,3,2日(ランチ付き)
午前クラス	午前9時~正午12時	週5,3,2日(おやつ付き)
午後クラス	午後12時半~午後3時	週5,3,2日(おやつ付き)

※午前・全日クラス若干名と、午後クラスに空きがあります。  
 いつでも見学できますので日本人スタッフまでお問い合わせ下さい。  
**随時入園受付**  
 お問い合わせは、Tel: 4464636 25 ETTRICK TERRACE SIGLAP

**MSK マイクロサミット**  
 コンピューターのソフトをおまかせ下さい。  
 日本語ソフトの購入  
 家でもオフィスでも使えるPCの購入  
 デジタルカメラ・PDAの購入  
 ホームページの制作  
 オフィスネットワークシステムの構築  
 疑問・トラブルの解決  
**MICRO SUMMIT SINGAPORE PTE LTD.**  
 Blk 13 Braddell Tech #03-02 Toa Payoh Lorong 8 Singapore 319261  
 TEL: 2522677 FAX: 2522678 (久保・佐々木まで)  
 E-Mail: sales@msk.com.sg URL: www.msk.com.sg  
 日本人営業スタッフ募集

**Docu-Design Singapore Pte Ltd**  
 #07-02 Birchwood Mansion, 3 Jalan Ampas  
 Tel: (65)251-1330 Fax: (65)354-7041  
 ※英文法を修得されている方を募集しております。7時間労働で各勤務地に御座いますので、等価(MR)宛にお電話下さい。

**Aromatherapy / Reflexology**  
 HEALING GARDENS  
 29 SCOTTS ROAD  
 ツボ療法を併用した本格的なイギリス式アロマセラピー/リフレクソロジー  
 ストレス解消、慢性的腰痛、腰痛、神経痛、偏頭痛、PMSなどの治療及び体のバランスを取り戻す効果があります  
 詳しいお問い合わせ、御予約は 733-3507 まで

**Berlitz**  
**夏休み集中プライベートコース**  
 受講期間：7月2日~8月31日  
 12:15~6:10 月~金曜日 自由予約制  
 通常\$65 → \$50 (40分) × 20レッスン  
**短期集中コースもあります!** 全日・半日コース 1日4レッスンコース  
 ガレージアドバンテージで、お家のガレージに英語を学ぼう!  
 セザミングリッシュ (子供コース)  
 4-5歳コース(4:15~5:25) 6-7歳コース(4:15~5:25)  
 8-9歳コース(5:00~6:10) 10-12歳コース(5:00~6:10)  
 1回 1時間10分(30分プレタイム+40分レッスン)  
**ベルリッツラングエージセンター**  
 501 Orchard Road #05-03/04 Wheelock Place Singapore 238880  
 Tel: 7337472 Fax: 7337805  
 The Garage @ Ventures(チャイルドエデュケーションセンター)同ビル内2階に併設サービスも有ります。

# 南国のお医者さん

第33回

手足口病



在シンガポール日本人が携わっている業界は多岐に及び、製造業で活躍している方も多く、今回は前回に引き続き、製造業で頑張る日本人女性N子さんに登場願った。日系メーカーで人材管理アシスタントを務めるN子さんは、多忙な日々を送っている。

## ●来星の動機は?

N子さん: シンガポールで暮らすのは、今回で3度目なんです。1度目は小学生の時父の仕事の関係で3年滞在。その時の印象が良く、ずっと「将来シンガポールで働きたいな」と思っていました。2度目は、大卒後インターンシップで日本語教師として滞在。半年間、地元の小学校で教えました。教育学部出身で、資格を取得したので、そして1年近く前、就職目的で再度来星。JACに登録し、現在の会社を紹介していただきました。

## ●就職の経緯

N子さん: JACに登録した際、希望したのは日系企業であること、日本語教師の経験はありませんでしたので、希望職種は限定しませんでした。今の会社を選んだ主な理由は、面接を受けた時に勢いが感じられたからです。面接して下さった現在の上司も温厚な方でした。当時、今の会社では人材管理アシスタントと購買アシス

当地でもたびたび流行する「手足口病」。子供だけでなく大人にも感染する可能性があります。いざかかったときにあわてないよう、特に小さなお子さまがいらっしゃる方は、病気に関しての知識は持っておきましょう。

## ◆手足口病◆

発熱と発疹をともなう病気は色々ありますが、手足口病もその一つです。その名の通り、手足のひらや口の中に出てくる発疹が特徴的な感染症です。1~5歳の乳幼児に最も多く見られますが、年長児や成人にもまれにみられます。シンガポール在住の日本人の子供さんの間でも時折はやりませう。

## 【特徴的な症状】

感染経路は、経口、経気道感染と推定されていますが、確かなことはわかっていません。潜伏期は3~5日です。半数くらいは発熱しますが、あまり高くないことが多いようです。発疹は、1~3ミリ程度に赤く盛り上がったブツツで、手のひらや足の裏に出来ることが多いのですが、時にはひざやお尻に出来ることもあります。通常はかゆみや痛みを伴うことはなく、1週間程度で消えます。発疹は口の中にもでき、痛みを伴う小さな水疱となります。それが破れたりすると、飲んだり食べたりする度にしみて痛いため、小さな子供さんほど摂食困難になりがちです。

## 【治療】

治療は対症療法のみで、つまり、発熱には解熱剤、口の中の痛みは軟膏を使用するなどして和らげます。あとは何とか工夫して飲み食いを少しでもさせながら頑張る

しかないようです。硬いもの、熱い物、味の濃い物、ことに酸っぱいものは避ける方がよいでしょう。牛乳やスポーツドリンクなど、ぬるめの、口当たりの良い飲み物を選んで、脱水状態にならないように気を配ってあげましょう。

## 【予防法】

手洗いやうがいを励行したり、手を鼻や口の中に入れていないように注意するなどし、また発症した場合は他人への伝染を防止するため集団の中に入れていないことが必要です。予防ワクチンはありません。

## 【原因】

原因となるウイルスは数種類ありますが、中でもコクサッキーA16型と、エンテロ71型が多く、この場合、潜伏期は一般的に数日から1週間です。まれに脱水症(水分の摂取や摂食困難のため)や無菌性髄膜炎を伴うことがありますので、注意が必要と言えます。最近のマレーシアや台湾での流行型はウイルスの種類が違うためか一般型と違って重篤化例もありましたが、これはきわめて希なことと言えます。

健康に関するご質問がございましたら編集部までFAX(2940948)にてお送りください。

(情報提供: ジャパン グリーン クリニック)

●涙を流したことも  
N子さん: 入社してまだ8カ月余りですが、いろいろありました。慣れない入社当時、失敗が多く、自分のミスで周囲に迷惑をかけてしまったことが多くあります。でも、上司や周囲が優しい方揃いで、とても恵まれていると感謝しています。

## ●仕事の詳細について

N子さん: 会社は多様なモーターを製造・販売していて、私の担当はハードディスクドライブ用モーター。主にシッピングの予約・手配、書類作成、入荷時・出荷時のシステム入力、返品処理、小さい製品の梱包・測量などを担当しています。

## ●同僚にも感謝しています

N子さん: 現地採用では珍しいと思うのですが、私と同じくJACの紹介で同期入社した日本人女性がいるんです。入社後、すっかり仲良くなりました。精神的にこの友人にとても助けられました。嬉しかったのは、フライングや書類の流れなどの改善方法を提案して実行、上司が「仕事の流れがスムーズになったね」と言ってくれた時。小さなことだとは思いますが、少しはお役に立てたかなという感じです。シンガポールで働くという以前からの夢が実現した今、きちんと安定性をもって仕事をこなせるようになるのが第一目標です。現在の会社で働かせていただけて感謝している、というのが偽らざる気持ちです。ミス撲滅を目指して頑張ります(笑)。

キュートな若い女性ながら、誠実さがひしひしと伝わってくるN子さん。仕事柄、かなりの厳密性と注意力が要求されると見えます。「(今の仕事は)自分の性格に合っていると思います」と語るN子さんにも、自信が感じられます。忙しい時は1日3食、社員食堂を利用することも。趣味は旅行と裏千家茶道。茶道は大好きとか、帰国後「ふだん外部の方にお会いする機会がありませんので、今日は染まったです」と言ってお見せの笑顔がとっても印象的だった。

**JAC Singapore**  
LONDON TOKYO OSAKA SINGAPORE KUALA LUMPUR

- 人材紹介(パーマナント)
- 人材派遣(テンポラリー)
- ビジネスセンター

通訳・翻訳

お問い合わせは  
日本語デスク **323-4779**  
漢部・中川・安藤・西内 まで

138 Robinson Rd, #14-10,  
Hong Leong Centre  
(S) 068906  
homepage: <http://www.jac.com.sg>

**今月の日本人求人情報** 7月1日現在

日系情報通信会社 (シティエリア)	法人営業 (女性)	給与\$2,700	日系企業への法人営業、PC/インターネットに興味のある方、明るく活発。
日系大手銀行 (シティエリア)	オフィサー (女性)	給与\$3,000	日系顧客対応、財務・総務・税金など金融スキームアドバイス業務。経験者歓迎。
日系非営利団体 (イーストエリア)	編集 (女性)	給与\$2,500	月刊誌およびニュースレターなどの発行編集業務、PCスキル、編集、DTP経験者優遇。
日系メーカー (オートラムパーク、カラン、センバワン)	一般事務 (女性)	給与\$2,500~3,000	書類の翻訳業務、秘書業務等。PCスキル要。英語必須。
日系メーカー (クイーンズタウン/ウッドラズ、シティエリア)	営業補助事務 (女性)	給与\$2,500~3,000	納期調整業務、得意先との交渉、輸出入業務ほか。英語必須。
日系トラベル (シティエリア)	カスタマーサービス (男性・女性)	給与\$2,500~3,000	接客・旅行業務経験者ベターだが、経験なくともカスタマーサービスラインで経験のある方は応募可。急募!!
JACビジネスセンター	イベントコンパニオン 受付・コーディネーター 司会・通訳等	時給ベース (経験により好適)	当地で開催される国際展示会や各種イベントにおける各種業務。
JACビジネスセンター	リサーチャー(契約社員) 編集・翻訳等	プロジェクトベース あるいは成果ベース	価格調査や消費者需要調査等多岐にわたる調査。経験者尚可。

**急募!** 通訳者・翻訳者求む。(PR/DPホルダー)

**スーパーメディア 2001年度合格情報**

早稲田大学(政経)..... \*オーバーシーズから  
日本大学(芸術)..... \*ISSから  
玉川大学(英文)..... \*暮張高校から

<http://supermedia.press.ne.jp>  
Fax: 3720157 Phone: 4777039 International Plaza #30-07

**シンガポール国際日本語教会**  
International Japanese Church of Singapore

●牧師 加藤 亨 ■住所: 7 Kay Poh Road  
●Tel: 465-6185 Fax: 465-6471  
●礼拝(毎日曜日): 16:00~18:00  
●場所: Kay Poh Road Baptist Church

River Valley Road と Zion Road との交差点すぐ横です。  
E-mail: [ijcs@pacific.net.sg](mailto:ijcs@pacific.net.sg)  
ホームページ: <http://home1.pacific.net.sg-ijcs>

## ●賃貸

地区	物件名	部屋数	sq Ft	家賃
D03	セントラルグリーン	2	926	S\$ 2,900
D03	ジ アンカレッジ	2	1463	S\$ 4,300
D03	ハーベストマンション	2	956	S\$ 2,800
D07	サンシャインプラザ(新築)	2	764	S\$ 3,500
D07	ザ ベンクレーン	2	900	S\$ 3,500
D07	パーリントンスクエア	2	900	S\$ 3,800
D09	アスペンハイツ	2	1100	S\$ 4,300
D09	リッチモンドパーク	2	1292	S\$ 5,500
D09	ミラージュタワー	3	1367	S\$ 4,800
D09	ザ リゲリア	3	1250	S\$ 3,500
D09	UEスクエア	3	1378	S\$ 3,600
D09	ラ クリスタル	3	1270	S\$ 3,400
D10	ホーランドピーク	2	915	S\$ 3,000
D10	タンクリンビュー(新築)	2	872	S\$ 3,000
D10	バームスプリング	2	960	S\$ 3,100
D10	スプリンググローブ	2	1012	S\$ 4,000
D10	バレーパーク	2	1216	S\$ 4,200
D10	サマビル グランチュール	3	1830	S\$ 4,800
D10	バルモラル スプリング	3	1076	S\$ 4,000
D11	ダニアンガーデン	3	1300	S\$ 3,800
D11	ユーロアジアビュー	3	1900	S\$ 4,000
D15	フェーンウッドタワー	3	1200	S\$ 2,500
D15	アンバーポイント	3	1700	S\$ 3,500
D15	ザ マクナ	3	1528	S\$ 3,800
D15	アトリア	3	1345	S\$ 3,500
D21	プロツサムベール	3	1432	S\$ 3,500
D21	カベンディッシュパーク	3	1227	S\$ 3,300
D22	ザ メイフェア	3	1227	S\$ 2,500
D22	パークオアシス	3	1378	S\$ 2,500

オフィス、店舗、倉庫等の賃貸、売買も承ります。日本人スタッフまでお問い合わせ下さい。



シンガポール政府公認不動産仲介業者

## シンガポールでの快適なお住まいは フリックエステートにお任せ下さい。

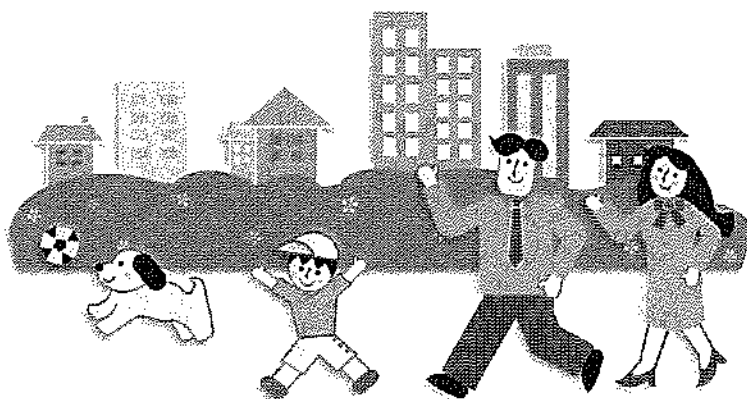
アパート・オフィス・土地・店舗  
倉庫等の賃貸/売買・物件管理

— お問い合わせは —  
惣田(Ms)・栗原(Ms)・宮下(Mr)・  
近田(Ms)・山本(Mr)・服部(Ms)まで

TEL : 225-0733  
FAX : 225-0722

FLIC ESTATE & MARKETING SERVICES PTE LTD

10 Anson Road #26-05 International Plaza Singapore 079903  
http://www.flic.com.sg E-mail: flicest@mbx2.singnet.com.sg



※引っ越しなどの挨拶状の印刷も承っております。

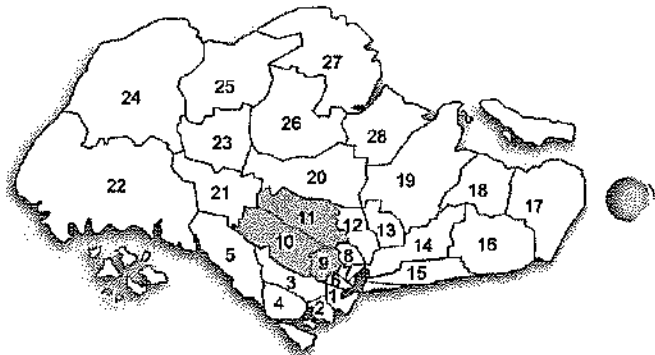
**D3** オーチャード、シェントンウェイや、日本人学校へのアクセス中間地点。

**D5** 日本人学校(クレメンティ校、中学、専修高校)に近く、お子様のいらっしゃるご家族に最適。

**D9** ショッピングの中心街、オーチャード・エリアで買い物に便利。塾に通うお子様のいらっしゃるご家族に最適。

**D10** オーチャードの北西に位置する緑の多いエリア。オーチャードと日本人学校の中間地点でもあります。

シンガポール住宅エリアマップ



**D11** 中心部に近いが閑静な佇まい。オーチャードまでの交通の便もよい。

**D14,15,16** イーストコーストエリア。日本人学校(チャンギ校)に近く、海の眺めがとても美しい。

**D21,23** ジュロン方面へ通勤する方に便利。ウッドランドへも近いエリア。

**D28** 緑に囲まれた環境。アン・モ・キオ方面に通勤される方に便利。

毎年6月に行われるシンガポールオープン。昨年は延期され12月に55のニューコースで行われました。私はまだ前回のシンガポールオープン予選落ちの悪夢から覚めやらぬ状態なのに、今年は恒例通り6月にジュロンカントリークラブで行われました。今回は世界各国からの有名選手を交えての試合ということで、6月18日曜日に試合出場のための予選のマンデークオリファイングトーナメントがありました。

参加者は全員で137人。そのうち日本人は何と59人で、このシンガポールオープン予選一日のためにばるる飛行機に乗り、最低5、6時間以上かけてこの南国の島、シンガポールに集まってきたのでした。

月曜日が予選当日ということもあって、通常は前日の日曜日に練習ラウンドができるのですが、指定練習日は15日金曜日のみというゴルフ場のメンバールを大変大事にしているジュロンカントリークラブならぬのは厳しきでした。ほとんどの選手は練習もせず、ぶっつ

このゴルフ場、私の家から車で5分なのですが、年に一回まわれば良い方で、3年前に一度試合でまわったことがあるだけなのです。でも毎回ツアーには、ゴルフ場の距離、バンカーの位置、グリーンの大きさ、池までの距離を詳しく書いたヤーデーブックを売っているマークおじさんが来ていて、非常に助かります。この秘密の手帳には、ティーボックスからピンまでの距離がわかるように、フェアウェイにペンキで矢印をつけて記入してあるのです。皆さんも試合が終わった後、フェアウェイに書かれた丸やバツを見たら、マークおじさんが来たと思つてよいで

しょう。今回は、参加人数に対して30人しか予選を通過することができないため(通常は50〜60人)、朝7時半から10時半の午前組、昼1時から2時半の午後組に組み分けが分けられました。ほとんどの選手にしてあげれば、朝一で風の強い時間、しかもグリーンが状態が良く前にはさつとまわってくるのが理想なのですが、なかなかそううまくはいきませんが、私のスタートは2時ということもあり、この頃多い屋からの雷雨に少々ビビっていましたが、その日は快晴で暑くもなく、大変良いコンディションでした。カントリーはワンアンダーで、パープレーの72はブレイド・オフヘともつれこんだのでした。一日しかない競技のため、大変運にも左右されるものなのですが、何と私はワンアンダーで何とか通つたのでした。バルティ7月号が出る頃には、今回の結果が出ていると思いますので、楽しみにしておいて下さい!

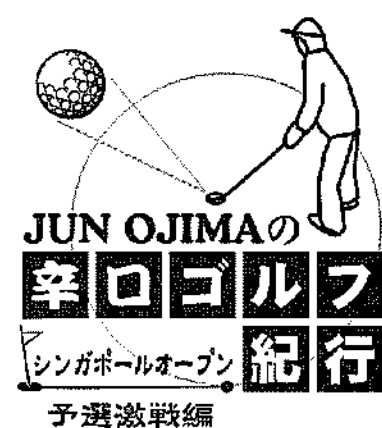
**【JUN OJIMAプロフィール】**  
1967年2月26日生まれ。(所属TRIPS INTERNATIONAL)  
海外生活28年のため、ちょっと変な日本人。最初シンガポールへ来た時よりは日本語がかなり上手になっていますが、いまだに感じが読めず、ただ今勉強中。  
レッスンのお問い合わせ  
TEL: 259-1811 PG: 9561-3001  
Toa Payoh Golf Driving Range:  
590 Toa Payoh East (S) 319134  
E-Mail: jij@ntti.net.sg  
HP: www.sg-so-net.com/index\_weekly.html

**無料体験レッスンあり!!** **トロピクス・ランゲージ・スクール**  
MOE(文部省)認可校  
●ビジネス英語コース  
●主婦のための英会話コース  
●小中高校生の英語コース  
●運転免許の準備コース  
●中国語会話コース  
●実用・商用中国語コース  
クレメンティにあり、西方面は朝勤め、お住まいの方にとって便利なリニアナブルが費用で経験豊富なベテラン講師が主の英会話・中国語を学んでみませんか?  
お問い合わせは日本語でも気軽にどうぞ!  
Tel: 873-3704 Fax: 873-1792  
E-mail: tisch@singnet.com.sg  
URL: www.tropicslanguage.com  
BLK 444 CLEMENTI AVE 3 #02-125B  
SINGAPORE 120444 (W8 MRT徒歩5分)

あなたの**ゴルフ**がもっと良くなる事をご存じですか?  
\*グループレッスン/ Mon-Thu 午前の部 10:00-12:00  
料金 \$503 (13回×2時間) 午後の部 8:00-10:00  
\*個人レッスン/ 常時受け付けております。  
料金 \$80 (1時間)  
なお、毎週金曜日はアスペンでレッスンを行っています。  
Tel: 259-1811 PG: 9561-3001  
E-mail: jij@ntti.net.sg  
**Jun Ojima**

定期的なエアコンメンテで  
**お部屋はいくも軽井沢??**  
シンガポールでは  
エアコンが年中フル稼働。  
定期的なクリーニング、  
メンテナンスが必須です。  
96251627  
軽井沢メンテナンスアンドクリーニングサービス

**プレゼントコーナー**  
ご希望の番号を○でお囲み下さい。  
ご応募はFAX294-0948、または郵送(Parti Pte Ltd: 11B Jalan Pinang Singapore 199143)でどうぞ! 締め切りは7月31日(必着)です。  
1. 『スリクソンゴルフボール、メタリミックツアー-1ダース3名様』(JUN OJIMAプロ使用球)  
2. JUN OJIMAプロのお友達2人で参加する無料体験レッスン 5組10名様  
お名前:(ローマ字)  
ご住所:  
お電話:



予選激戦編

今年6月に行われるシンガポールオープン。昨年は延期され12月に55のニューコースで行われました。私はまだ前回のシンガポールオープン予選落ちの悪夢から覚めやらぬ状態なのに、今年は恒例通り6月にジュロンカントリークラブで行われました。今回は世界各国からの有名選手を交えての試合ということで、6月18日曜日に試合出場のための予選のマンデークオリファイングトーナメントがありました。

参加者は全員で137人。そのうち日本人は何と59人で、このシンガポールオープン予選一日のためにばるる飛行機に乗り、最低5、6時間以上かけてこの南国の島、シンガポールに集まってきたのでした。

月曜日が予選当日ということもあって、通常は前日の日曜日に練習ラウンドができるのですが、指定練習日は15日金曜日のみというゴルフ場のメンバールを大変大事にしているジュロンカントリークラブならぬのは厳しきでした。ほとんどの選手は練習もせず、ぶっつ

このゴルフ場、私の家から車で5分なのですが、年に一回まわれば良い方で、3年前に一度試合でまわったことがあるだけなのです。でも毎回ツアーには、ゴルフ場の距離、バンカーの位置、グリーン



# 椰子の実の唄

その十八 小竹 裕一

## 日蘭交流400年・オランダの旅(最終回) 「オランダ人盗賊の襲来!」の巻

人口およそ1590万のオランダは、アルプスから流れる3本の川の三角州にできた国で、広さは日本の九州とほぼ同じだ。それで、日本よりずっと安い料金の鉄道を利用すれば、どこへでもかたんに行ける。

今回わたしはアムステルダムから、ライデン、ハーグ、ロッテルダム、ミデルブルグと旅したが、オランダには「オヤツ……」と思う地名がいくつもあった。

たとえば、「ハーレム」。これはアメリカのニューヨークにある有名な地名だが、もともとはアムステルダムの西20キロにある古い町で、アメリカ独立前のニューヨークにいち早く移住したオランダ人が、故郷にちなんでつけたという。

オランダ南部の「ゼーランド州」という名前をきいて、「アレツ、どこかで聞いたことがあるナ……」と思ったら、オセアニアの国「ニューギニア」の元の名前だった。イギリス人よりも先に到着したオランダ人船乗りが、「新しい(ニュー)ゼーランド」と命名したわけである。

たり賃金を差別することは法律で禁止されているとのこと。  
現在オランダでは、全労働者の約4割がパートタイム労働者で、「夫はフルタイム、妻はパート」という家庭が大半を占めているというが、これは少子化防止に力を発揮する新システムなのかもしれない。

それから、オランダで日常的に生活して気がついたのは、オランダ人のほとんどが英語が話せる、という事実だった。滞在中、数十人のオランダ人に道をたずね、駅やレストランやスーパーなどの人たちが言葉をかかわしたが、英語が通じない人は少ししかいなかった。

これもあとで調べてみると、オランダ人の77%が英語を、59%がドイツ語を、そして15%がフランス語を話せるという。英語とドイツ語はオランダ語に近い言語だということを知り引いても、オランダ人の語学力には舌を巻かざるをえない。

そうそう、「アンネの日記」のなかで、親子それぞれ、ある日は友人どうしで、親子どうし自分の得意の言葉を教え合っている記述が印象的だった。外国語を食欲に身につけようとするのも、オランダ人の文化のようだな。

ちなみに、かつてヨーロッパ大陸の外国語学習といえば、なんといってもフランス語中心だったが、現在ではEU諸国の中学生のじつに83%までが第一外国語として英語を勉強しているという。ヨーロッパも、英語さえ話せば、ラクに旅ができる時代になってきているのである。



### 緑豊かな自然の中でのびのびと遊び、学ぶ

ザ・レインツリー・アーリー・ラーニング・センターでは国際的に最も実績のある情報を用いた遊び中心の指導を行い、子供たちは遊びながら楽しい経験を通して想像力・探究心を育てます。

- 有資格者教師。
- 2～6歳対象。
- 午前9時～正午(延長クラスは午後2時まで)。\*週3日または週5日
- 通園バスあり。
- 入園・見学は随時。

**THE RAINTREE EARLY LEARNING CENTRE**  
Winchester Place, 8/9 Winchester Road  
Alexandra Park, Singapore 117782  
Email: baby10@pacific.net.sg Tel: 2701534  
詳しくはジョアンヌ (Ms) までお問い合わせください。

タンが地平線までつづいている。時刻は午後の3時ごろだったろうか。列車がアムステルダム市の前の駅にとまった。二階建ての車両の上の窓際の席にすわってポーツとしていたわたしは「ドン、ドン……」という音に、ハッと我に返った。

ガラス窓から下のホームを見やると、着古したジーンズに白いジャンパーをひっかけた若いオランダ人の男が、手に紙きれのようなものを持って、こちらをにらみ何かをいながら、車体をパン、パン叩いている。

「何が起ったんだらう……」とびくりし、身を左へ乗り出して外の様子を見つづけていたが、「瞬(瞬間)これはクサイぞ」と思いついて、体をもとの位置にもどした。

# むだ毛、気になりませんか? 最新の永久脱毛で もつと大胆に美しく。

## エステで脱毛って、 なんか怖い。

皮膚がカブレたり傷が付いたり、期間が長かったりとエステでの脱毛はトラブルが多いとか。HAIR AWAYは永久脱毛の専門クリニック。最先端の技術と専門の知識を持ったお医者さんが担当します。

## でもやっぱり気になるのは、 「お金」のこと。

料金は日本の平均価格の3/3です。しかも2年の期間中は制限なく何回でも通院可能。完全脱毛までしっかりお世話いたします。

## 高須クリニックと提携!! なぜ? 日本語で納得の カウンセリング。

HAIR AWAYの医師は、世界有数の脱毛技術を持つ高須クリニックでの勤務経験を持つスペシャリスト。日本と同じ方法、技術を習得しています。



Ms. Shanta Elizabeth  
Specialist Consultant  
「私たちが皆様にご納得いただけるまで丁寧にお話をいたします。どうぞ安心して日本と同じ技術の永久脱毛をお試ください。」

## 安心の全額返済システムって? 急に帰国。どーしたらいいの? 最新最先端の脱毛方法に秘訣あり。

**HAIR AWAY** 永久脱毛専門クリニック HAIR REMOVAL SPECIALIST FOR WOMEN & MEN  
Tel: 734-4155 402 ORCHARD ROAD, THE DELFT ORCHARD, #04-05  
完全個室制  
美容外科・形成外科・皮フ科・歯科  
**高須クリニック**  
\*ヘアアウェイは高須クリニックと提携しています。

※新規申し込み、住所変更、定期購読停止などをご希望の方は下記に必要事項をご記入の上、FAXもしくは郵便にて編集部までお送りください。  
※尚、事務処理の都合上、登録からお手元に届くまで最長6週間かかります。予めご了承ください。

# PARTI 編集部 行き FAX: 2940948

以下のように連絡します。(※いずれかに☑を記入の上、必要事項を漏れなくご記入ください。)

新規無料定期送付希望  送付停止  投書  
I would like to subscribe for Partii I wish to cancel my subscribe My comments on Partii

住所変更届(登録処理の都合上、宛名ラベルの登録コード、旧住所を必ず記入ください)  
My Address has changed to:

氏名 (Mr/Ms) First Name \_\_\_\_\_ Family Name \_\_\_\_\_  
現住所 Address \_\_\_\_\_  
郵便番号 Postal Code \_\_\_\_\_  
TEL \_\_\_\_\_ FAX \_\_\_\_\_  
旧住所 Old Address \_\_\_\_\_  
旧郵便番号 Old Postal Code \_\_\_\_\_  
登録コード Personal Code \_\_\_\_\_

パーティへのご意見・ご感想をご記入ください

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Orchid Gift



# 蘭

## お中元に、お世話になったあの方に シンガポールの「蘭」はいかがですか？

これを機会に日本のお友達やお世話になったあの方に贈ってみてはいかがですか？



**30本** ⇨ 通常価格 S\$110 を **S\$80** にて

**50本** ⇨ 通常価格 S\$130 を **S\$100** にて

【お申込み方法】 お電話または郵船トラベルのオフィスまで直接お越しください。  
場所は高島屋(ニー・アン・シティ)タワーAの9階です。

【お支払い方法】 現金、トラベラーズ・チェック、各種カード取り扱っています。  
※詳しいお問い合わせは日本人スタッフまでお気軽にどうぞ。

※お申込みは2001年8月31日(金)までとさせていただきます。

**郵船トラベル**  
YUSEN TRAVEL (S) PTE., LTD.

TEL 7321511 FAX 7330216

場 所: 高島屋(ニー・アン・シティ)タワーA 9階  
AGENCY LICENCE NO.577  
営業時間: 平日/9:00am~6:00pm (昼休み12:00~1:00pm) 土曜/9:00am~1:00pm (日・祝休み)  
391A, Orchard Road #09-03, Ngee Ann City Tower A Singapore 238873

# Mrs.CoCo.の トレンド。その17 ウオッチャー

自然志向のシンガポールリアン

日本ではバブルがはじけたころからエコブームが浸透して、食べ物やライフスタイルもより自然に、よりシンプルかつヘルシーな方向に進んできました。でもその後しばらく、ここシンガポールはそれに反してもっと華やかなエンターテイメント、刺激的なライフスタイル、贅沢なグルメが追求されてきたように思われます。豊かになるにつれて、どこか国も進んだように高級品を買い、車を取り回して夜は友人との飲み会、ディスコ、という快楽を追求してきたのでしょうか。

でもこの1、2年、シンガポールリアンの好み、生活感覚も様変わりしました。お金があってもそんなに派手なことほしくない、買い物ばかりではつまらない、

健康第一、ヘルシーな女性が人気。日本では少し前のガングロを引き合いに出すまでもなく、小麦色に日焼けした女の子やサーファー風の若者も根強く人気があるけれど、シンガポールは最近ようやくヘルシーなルックスの女性が見直されるようになってきたそうです。引き締まったボディにツヤツヤとしたクツキ！フェイス。そこでフィットネス・センターやスポーツセンターに

人が集まるわけですね。テニスやゴルフはもうかなりポピュラーになっていて、合気道、空手などのマッシュアップ(武道も各種のコースがあります。ムエタイというタイのキックボクシングのジムもできました。とにかく男も女も熱心にスポーツに励むようになって、学校のクラブ活動も盛んです。大学入学の時にもスポーツで活躍したことが点数として加算される、というのでも大きな理由らしいけど、

健康第一、ヘルシーな女性が人気。日本では少し前のガングロのために肉を食べない人の店だったけれど、今はスリムを保つためにベジタリアンになっている女性も多いのです。

自然の中で余暇を過ごす。先日、市民の憩いの場としてガイドブックにも掲載されている植物園に久しぶりに散歩に出かけました。早起きして、犬を連れて。ピジター・センターの近くにあるコーヒートップで朝食を食べようと思っていました。ところが...まあ、日曜日だったこともあるのですが、何とコーヒートップは満席で、しばらく待つても席は空きそうになく、仕方なくその辺を一周して戻ってきたら、今度はコーヒートップの入り口に列ができていました。ああ、植物園とかは最近人が多すぎますよ。ペット連れも増えてますね、確かに。友人が言っていました。プキティマ自然保護区とか、マウント・フェーバー、セントーサのネイチャー・ウォークなど静かなブームなのだそうです。そう言えば、何もなかったウビン島にもリゾートができて、ボンゴル・マリナからフェリーが出ていますと聞いたので、少し前にボンゴルに行ってみました。何年前か、裸電球の下に屋台のあったボンゴルは今やクルーザーの停泊所となっており、オーストラリアのビーチのような光景でした。多くのシンガポールリアンがここにクルーザーをキープしている、というの驚きでした。

その昔、シンガポールリアンの休日といったらショッピング。家族連れでショッピングセンターを歩き、ファーストフードを食べて、映画を見る。独身の若者ならバーやディスコ、といったライフスタイルも変わりつつあるのです。

グルメにも少し飽きてきたし、といったような...。以前はブランドのスーツをまとって、金のアクセサリーを、ごちやごちやと付けていたシンガポールリアンの友人に久しぶりに会ったら、耳にぶら下がっている大きなピアスは小ぶりの人工ダイヤにかわり、すっきりとした綿のサブリナパンツにチェックのシャツ、というシンプルな姿で現れました。聞くところによると、週に1、2回は水泳をしていて、というではありませんか。スポーツなんて縁のなさそうなキャリアウーマンだったのに...。彼女が指定してきたレストランもヘルシー志向のベジタリアンの店...。随分変わったものです。よく見るとお化粧が前より薄くなっているのに、印象としては若返ってきれいになったみたい。と言うと彼女は嬉しそうに、「実は肌がいい漢方を飲んで、マッサージもしている」と話しました。

健康第一、ヘルシーな女性が人気。日本では少し前のガングロを引き合いに出すまでもなく、小麦色に日焼けした女の子やサーファー風の若者も根強く人気があるけれど、シンガポールは最近ようやくヘルシーなルックスの女性が見直されるようになってきたそうです。引き締まったボディにツヤツヤとしたクツキ！フェイス。そこでフィットネス・センターやスポーツセンターに

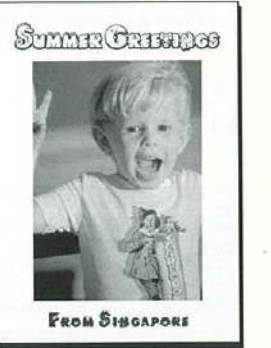
人が集まるわけですね。テニスやゴルフはもうかなりポピュラーになっていて、合気道、空手などのマッシュアップ(武道も各種のコースがあります。ムエタイというタイのキックボクシングのジムもできました。とにかく男も女も熱心にスポーツに励むようになって、学校のクラブ活動も盛んです。大学入学の時にもスポーツで活躍したことが点数として加算される、というのでも大きな理由らしいけど、

暑中見舞、はじめました。裏面にはお好きなお写真をフルカラーで、表面にはメッセージをお入れします。日本のご家族やお友達へ、常夏のシンガポールより季節のご挨拶はいかがですか？

50枚... S\$190 100枚... S\$220 (以降50枚増す毎にS\$30up)

★お申し込みは、総額料金分の小切手と写真(1枚)を下記までお送り下さい。  
メッセージ(100字程度)・住所・氏名・電話番号・FAX番号を忘れずにご同封下さい。  
★写真は印刷いたしますと多少色が変わることがあります。あらかじめご了承下さい。  
★期日の指定は出来ませんので余裕をもってお申し込み下さい。校正は2回までとなっております。  
★その他のデザイン、及び転勤・転居挨拶ハガキにつきましては、お気軽にお問い合わせ下さい。

小切手宛先 PARTI Pte., Ltd. 11A Jalan Pinang, Singapore 199143 お問い合わせ先 JSP Pte., Ltd. Tel:2918031 Fax:2919589



FROM SINGAPORE