

FREE MAILING MAGAZINE FOR JAPANESE RESIDENTS & VISITORS

パーティ

おかげさまで14年目。日本人向けコミュニティーペーパー

3

2007

毎月1日発行

Vol.159

[Parti]

定価=0yen

MICA (P) 231/11/2006



爽やかに 住もう!

コンド最新物件、引越情報、
ローカルお宅拝見!



夢紀行 ティオマン島



行ってきました
シア・シークレット



無料送付お申込みください www.parti.com.sg



チャレンジャー! 朝日新聞



国際版

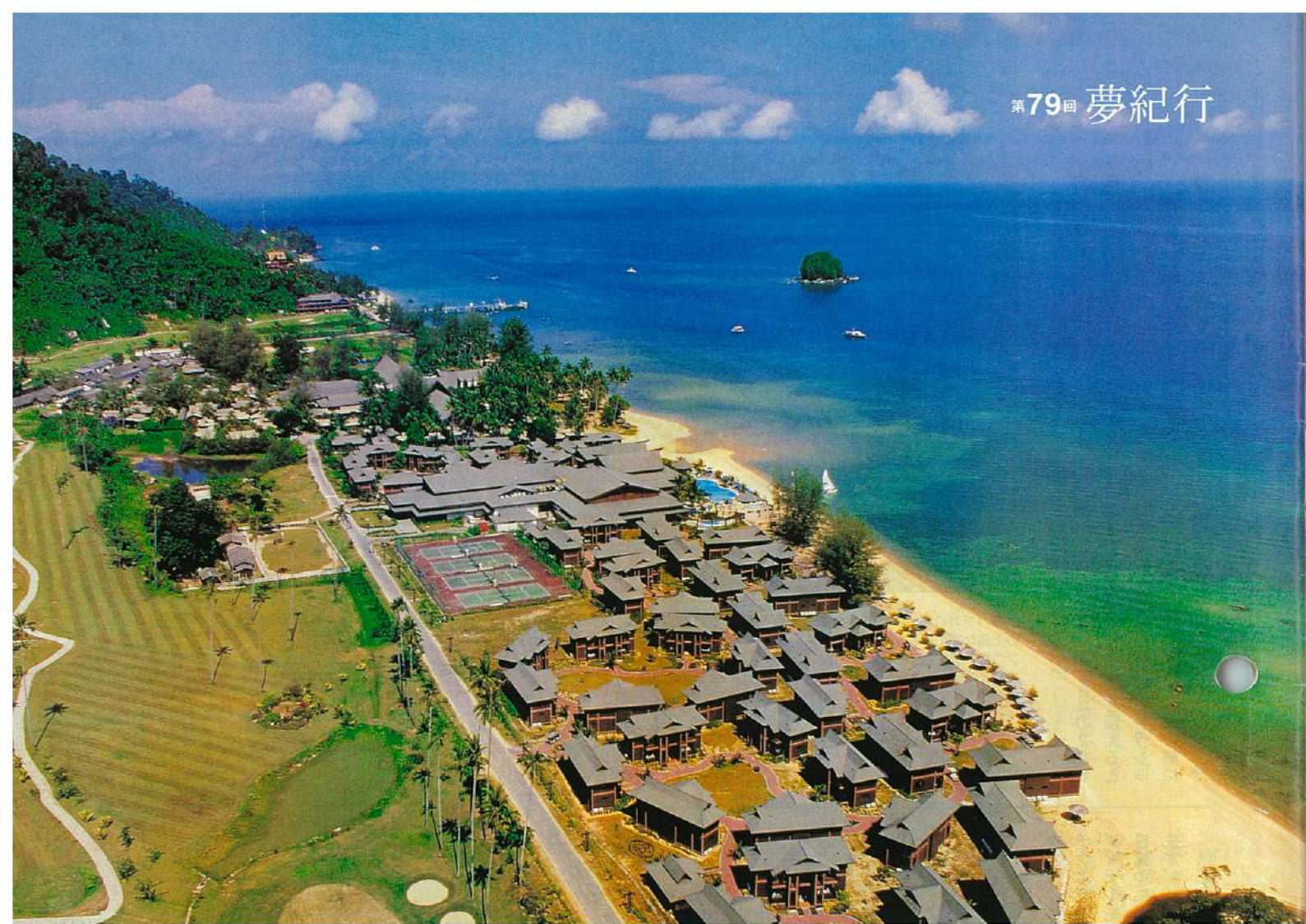
日本の毎日をお届けします

定価(1か月) **S\$110**
MONTHLY RATE GST含む

定期購読申込書 SUBSCRIPTION ORDER FORM

FAX: 6225-0709

申込部数 NUMBER OF COPIES	部	申込日 DATE OF ORDER	月 日	開始希望日 COMMENCEMENT DATE	月 日
お勤め先会社名 COMPANY NAME				TEL	FAX
お名前(ローマ字) FULL NAME	<input type="checkbox"/> Mr. <input type="checkbox"/> Ms				
配達先ご住所 DELIVERY ADDRESS	<input type="checkbox"/> 自宅 HOME <input type="checkbox"/> 会社 OFFICE			TEL	FAX
請求先ご住所 BILLING ADDRESS	<input type="checkbox"/> 上記と同じ SAME AS ABOVE <input type="checkbox"/> 上記と別 OTHERS				
定価(1か月) MONTHLY RATE	S\$110 (GST含む)		支払い方法 PAY BY	小切手 CHEQUE ※OCSからご案内します。3か月分の前払いとなります。	
お申し込み お問い合わせ PLEASE CONTACT	Asahi Shimbun International Pte. Ltd. TEL: 6225-0667 FAX: 6225-0709 URL: www.asahi-np.com.sg EMAIL: info@asahi-np.com.sg または OCS SINGAPORE TEL: 6225-8288 FAX: 6220-8644				



ティオマン島

ティオマン島めざして
ひとつ飛び

その昔は、シンガポールからティオマン島への交通手段は延々数時間乗るフェリーだけ。今はベルジャヤ航空の小型機であっという間に到着します。出発はシンガポール北部にあるセレタ空

港から、プライベートエアポートの雰囲気、リゾート気分も盛り上がりです。ティオマン島に到着後、お迎えのバスに乗って一路ホテルへ。途中通るのは、小さいながら島の中心地、お土産物屋、レストラン、雑貨屋、食料品店、学校島で唯一の銀行やポリスオフィスもあります。

これからの季節、マレーシア半島の東海岸に位置するティオマン島は、ますます海が輝くベストシーズンです。シンガポールから、わずか1時間プラスの飛行時間、コバルトブルーのビーチリゾートへ行ってみませんか。



のどかな雰囲気、ティオマン島の空港



シンガポール
時事
刻々
第54回

フィッシュ・スパが登場 魚で美容—シンガポール



スパ先進国シンガポールで、小さな魚が古くなった足の角質を食べるフィッシュ・スパが登場

場した。リゾート地、セントー島の水族館「アンダー・ウォーターワールド」が昨年12月、施設拡充の一端として採用、水族館に併設してスパ施設を開設した。

フィッシュ・スパは日本や韓国でも既に知られているが、発祥地はトルコ。温泉地に生息するコイ科の魚「ガラルフア」は古くから角質を食べることから、皮膚疾患の治療効果があり、トルコではド

クター「フィッシュ」とも呼ばれている。また、この魚は摂氏37度の温泉でも生息できる。

同水族館のスパ施設では縦横2×4メートルほどの長方形のいけすを2つ設置。各いけすに15人ほどが一度に足を漬けられる。2つのいけすにはガラルフアとアフリカ産のスパ・フィッシュ数百匹が別々に入っており、ガラルフアが2〜3センチに対し、アフリカ産は4〜5センチと大きい。

来客は20分程度足を漬けた後、足ツボマッサージやオプシオンで肩のマッサージを受けることもできる。同水族館のピーター・チュウ・マーケティンク・ディレクターによると、スパ開設以来の来客はまずまずで、大部分は観光客だという。今後旅行代理店などと提携、ツアーの中にスパを組み込む考えだ。

■時事通信シンガポール支局

【医療豆知識】【法務カフェ】
【税務・会計ワンポイント】

最新ニュースと 実務情報

「時事速報」

+

「時事ウェブ」

1ヶ月無料試読 受付中

詳細は

http://jijiweb.jiji.com/asia_info.html

時事トップセミナー

日系企業・団体トップの
情報収集・ネットワークを支援

2007年3月26日(月)
正午～午後2時(11時半受付開始)

演題: アジア市場における
日系自動車企業の競争力と展望

講師: 早稲田ビジネススクール
法木 秀雄教授

会場: グランド・コブソーン
ウォーターフロントホテル 4階 ボールルーム

時事通信社 シンガポール支局

電話 6224-4212 FAX 6224-0711
担当 福田 メール jijisp@jiji.com.sg

パルティ

3 2007 Vol.159
毎月1日発行 [Parti]

Parti MICA(P)231/11/2006

Publisher Parti Pte Ltd
66A Tras Street Singapore 079005
info@parti.com.sg
TEL:6224-8912 FAX:6224-8932

Chief Editor Takamori Tetsuo

Sales Kawai Kenichiro kawai@parti.com.sg
Chayne Lim chayne@asahi-np.com.sg

Designer Suzuki Takumi / Matsumoto Yumi

Writer Aoki Asami / Araki Akiko / Takako Tatemura

Printer Innotech Communication Pte Ltd

- 02 時事刻々(第54回)
フィッシュ・スパが登場
- 03 夢紀行(第79回)
ティオマン島
- 06 今月の特集
爽やかに住もう!コンド最新物件、引越情報、ローカルお宅発見!
- 12 行ってきました
シア・シークレット/東京和食 さん(チャイムス店)
- 13 にっぽん細見(第63回)
小橋繁好 - 知名度
- 14 よみごろボックス(第11回)
KI-SHUN = スポーツにかける青春本
- 15 シンガポールの健康生活
ラップ&スジャパニースクリニク = 内視鏡の巻
- 16 ハッピーチャイルドバース(第8回)
便秘の予防
- 17 自閉坊やとかあさんの新加坡(第9回)
YUKKO=僕、一輪車に乗りたいんだ!
- 18 まんだりん面白話(第63回)
新語紹介
- 19 女性の心とからだ(第51回)
KIYOMI = 母乳の知識
- 20 耳寄り情報
Information
- 21 隠れ食材レシピ(第2回)
檸檬子 = 腐竹
- 22 漢方百話(第40回)
劉文鋒 = 健康の基準
- 23 教えて、テンプ。(第3回)
テンプスタッフ= バツと輝く履歴書を書こう!
- 24 伝言板
じゃらん?
- 26 イベント情報
2月のイベント
- 27 PARTY @ PARTI
読者のおたより



右●各種フェイシャル、マッサージメニューが揃うバリ・スタイルのエアラ・SPA。
 右下●ディナーはメインダイニング、スチームボートの他にもレストラン、BBQ、4つのバーやカラオケもあります。
 左●ティオマン島には龍のお姫様にまつわる伝説が。



ゆつたりしたひとときを満喫
 次の日は少し早起きして、静かな海を眺めながらテラスで深呼吸、軽く体操などして日頃より健康的な一日の始まりです。朝食は、お粥やナシレマのローカルフードの他に、お味噌汁など日本食やコンチネンタルブレイクファーストも用意されています。
 ゆつくり朝食をとった後は、ホテルの敷地内をサイクリングして、プールサイドでリラクゼーション。デッキに寝転んで本を読んだり、泳いだり、ゆつたり流れる時間を気ままに楽しみます。ランチは、プールサイドのバーでピザをオーダー。ハウスメイドの焼きたてピザは、実はイタリア人も絶賛するほどの隠れ人気メニューです。
 屋下がりには、予約しておいたSPAでマッサージ。好きなアロマイ



18ホールのチャンピオンシップ・ゴルフコース、テニス、バスケットボール、バレーボール、サッカーコート、サイクリング、乗馬、ドンキーライド、ジャングルトレッキング、マリンスポーツやクルージング、夜釣り他、豊富なアクティビティがティオマンリゾートの自慢です。またベビーベッドの貸し出しやベビシッター(要予約)も可能。

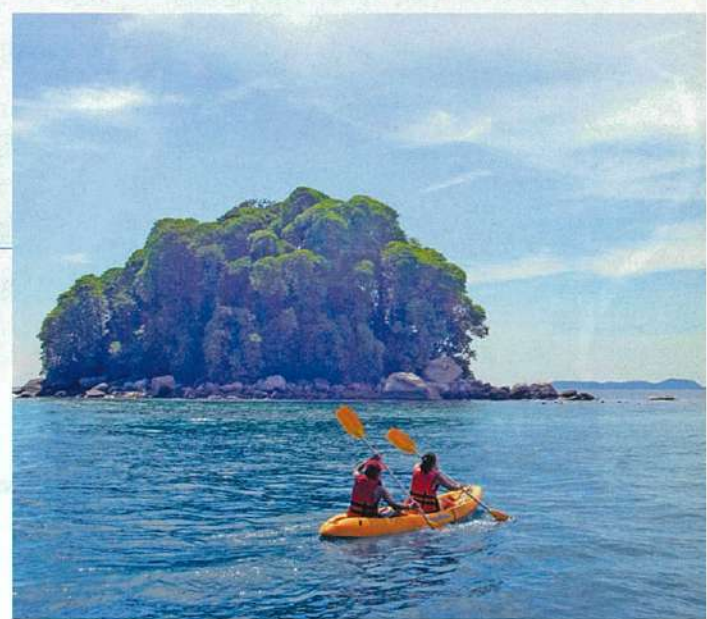
ルを選んで、心地よい香りマッサージに、うとうと夢見心地です。
 2日目のディナーは、マタハリ・ビーチレストランでスチームボートで、食後はビーチバーで月あかりの下、東の間の休日の夜を過ごしました。

最後の日もランチまでゆつくり滞在できます。なんといってもわずか1時間10分の飛行時間で、もうそこは青い海、ティオマン島は、リフレッシュしたい週末に気軽にに行ける身近なリゾートです。

青い島と海に思いきり浸る一日
 島で唯一のインターナショナルスタンダードホテル、Benaya



上●バンガローやマレースタイルの上品なスイートまで、様々なタイプの客室が400室。
 右●インストラクターが常駐、初心者から上級者まで楽しめる8つのダイビング・スポットがあります(要予約)。料金もタイ、インドネシアよりリーズナブルで、道具もすべて揃い、保険も完備。



Tomon Beach Resortの200エーカー(約80万9千㎡)を超えるという広い敷地を走り抜けて、セラフションへ到着。ビーチバーにて目の前に広がる海を眺めながら飲む、フレッシュ

ココナッツ・ジュースのウエルカムドリンクは格別です。部屋の鍵を受け取り、小道を歩いてたどり着いたのは、海が目の前のシャレ。比較的新しくバスタブ付きのバスルームも綺麗です。午後はシュノーケリングをしにホテルの送迎で近くのビーチへ。透き通る深い海の底では、ウニやヒトデが動いています。ホテルから持ってきた朝の残りのパンで餌付けをしていると、ニモをはじめ、たくさんのお魚がすぐ近くに寄って来て、可愛い口でパクパクとパンを食べます。夕食は、海からの風がさわやかに吹き抜けるメインダイニング「ナリ」で、インドネシアンブッフェディナーを。ここでは曜日ごとに毎日違ったテーマのブッフェが楽しめます。

NOW OPEN

JENGGALA
 Ceramic and Glass Tableware

The Cathay
 2 Handy Road, #04-11
 Tel: 6732 7881

Long Beach 61年の歴史を誇るシーフード・レストラン
 元祖ブラックペッパークラブの名店です。

- ベストフォーシーフード・デビットブロック 雑誌European
- "サタデーナイトキッチン" セブンプロダクションズ、TVプログラム(オーストラリア)
- グルメプログラム Deutsche Welle (DW-TV)、TVプログラム(ドイツ)
- "唯一のおすすめシーフードレストラン" 愛知万国博覧会 2005年、シンガポールパビリオン
- "グルメプログラム" 「エンジョイ・シンガポール」九州朝日放送(KBC)、TVプログラム(日本)

空輸便、アラスカ・キング・クラブ

LONG BEACH MAIN Seafood Restaurant
 (シンガポールティニスセンターの隣)
 1018 East Coast Parkway
 Tel: 6445 8833
 営業時間 11am-3pm / 5pm-12.15am (土・日・祝日前日 -1.15am)

LONG BEACH IMM Seafood Restaurant
 (IMMジャイアントスーパーマーケットの隣)
 #01-80 IMM Building, Jurong East St 21 Tel: 6566 9933
 営業時間 11am-3pm / 5.45pm-11pm (土・日・祝日 11am-3pm / 5pm-11pm)
 移動します 3月にIMM 3階の屋上のガーデン橋へ移動します

LONG BEACH MARINA Seafood Restaurant
 (ラッフルズホテルから車で5分)
 Car Park A, Marina South (Ample parking at doorstep)
 Tel: 6323 2222
 営業時間 5pm-1.15am

LONG BEACH UDMC Seafood Restaurant
 (401-04 イーストコーストシーフードセンター)
 1202 East Coast Parkway
 Tel: 6440 3636
 営業時間 2pm-12.15am (土・日・祝日前日 2pm-1.15am 日・祝日 12pm-12.15am)

Head Office Tel: 6338 9398 Fax: 6338 6398 http://www.longbeachseafood.com.sg

子どもの芽を伸ばす!

今、話題の教育学者・齋藤 孝著「子供の集中力を育てる」(文藝春秋刊)でも大きく取り上げられた総合幼児教育研究会(総幼研)の手法を取り入れ、充実した教育を日々実践しています。

当園はお子様の身体・知能・情操の調和のとれた発達を図ります。
 よい声: 張りのある生き生きとした声
 よい動き: きびきびとエネルギーにあふれる動き
 よい表情: さまざまな活動へのびのびと楽しむ
 言葉・体育・音楽を通してバランスのとれた全人教育を行っています。

当園では保護者の皆様の教育費負担に配慮しています。
 2歳児のスクールフィーは一律月額\$550となっています。

日本語と英語で保育する このはな幼稚園
 シンガポール教育省認可
 Address: 16 Ramsgate Road Singapore 437462
 TEL: 6342 0100 (日本語可)
 Website: http://kgi.konohanagakuin.ac.jp E-mail: kgi@konohanagakuin.ac.jp

最新物件情報

うっとり憧れのコンドミニアム大集合!
※賃貸料は月額で推定です。



CARIBBEAN RESIDENCES
カリビアン・レジデンス

2 Keppel Bay Drive
3-bedrooms 6,000ドル



エントランスから水をイメージさせる洗練された雰囲気。部屋から海が見え、リゾート感覚を満喫できる。VIVO CITYもすぐそば。



Residences@Evelyn
レジデンス@エベリン

11 Evelyn Rd
2-bedrooms 4,500~5,500ドル
3-bedrooms 5,500~6,500ドル



(C) City Developments Limited, 2006



MRTニュートン駅前に2007年6月頃完成予定。日本人好みの使い勝手がよい工夫が満載。大きな窓から光があふれ、都会派にぴったり。



Amaryllis Ville
アマリリス・ヴィル

20 & 22 Newton Rd
2-bedrooms 4,500~5,500ドル
3-bedrooms 5,500~6,500ドル

2006年度、ダントツの人気を誇った物件。ガス給湯、機能的なキッチンが女性に好評。シティへアクセス便利なMRTノビーナ周辺は注目エリア。



COTE D'AZUR
コート・ダジュール

Marin Parade Rd
3-bedrooms 4,500ドル

白い外観がまぶしい新しいコンド。イーストコーストエリアのマリンパレードが近くショッピングも便利。

取材協力: パシフィック不動産 Tel: 6372-0111

爽やかに住もう!

コンド最新物件、引越情報、ローカルお宅拝見!

春、引越の多い季節です。シンガポールではコンドミニアムの賃貸料が上がり、異動ではないけれど引越をしなくてはいけない家族も多い様子。3月号のバルティは、住まいに関するあれこれをご紹介します。



物件探しステップ

- 1 希望条件の検討** 予算、通学・通勤・買い物の便、環境、賃貸契約開始日・契約期間など、家族のニーズを踏まえて優先順位を付ける。
- 2 業者選定** 借り手(外国人)の立場に立ってくれる業者を選ぶ。
- 3 物件探し** 当地では間取り図の代わりに寝室数を提示されるので、面積表示も曖昧。家主の趣味が内装に反映されてイメージが各部屋異なるので、実際に見学することが重要。
- 4 物件の選定** 築年数、部屋の向き、雨漏り、電気温水器の容量、空調機の状態、照明、洗濯機、セキュリティなどをチェック。小さい子どもがいる場合は、室内の段差、窓の格子も確認する。
- 5 契約手続き** 「口約束」は無意味で、「入居してから家主にお願いすればよい」と通じないので注意。敷金は2~3か月分、家賃は1か月前払い、礼金はなく、業者手数料は通常家主のみの負担となる。(1年契約や、S\$2500以下の物件の場合は、借り手にも手数料がかかる。)

不動産 HOT NEWS

海そばにリゾート型コンド続々誕生
ブラッサのあるコンドミニアムが増加中! とくにイーストコーストやウエストコーストなど、海の近くにリゾート

ト感覚で癒やしの居住空間を提供する新しいコンドが登場し、人気を集めている(詳しくは左ページで紹介)。また、セントーサ島に開発中のセンターサーコープには、早くも今年中に入居可能な物件も、超高級物件も多く、憧れのエリアとして注目大。

ポイラーが主流のシンガポール。ところが、最近のコンドにはガス給湯のものも少しずつ増えているそう。これなら湯量に制限なしだから心置きなくバスタイムを楽しめそう。

「ガス給湯でたっぴりのお湯」
バスルームのお湯は

不動産のプロからアドバイス

- 1 傷や汚れは証拠写真を** 入居したばかりの部屋に自分が付けたものではない傷や汚れを見つけた場合は、写真に撮ってCDに焼いておきましょう。
- 2 退去するときは清掃するのが常識** 引越前に部屋をプロフェッショナル・クリーニングすることは、欧米では当たり前のこと。オーナーの心証を良くし、デポジットのことでトラブルにならない
- 3 敷金返還等の家主との揉め事は、直接交渉でダメなら小額裁判所へ** 10,000ドル以下の件なら、小額裁判所(通称スモール・クレーム・コート)へ相談しよう。政府のコンサルタントがきっちり対応してくれる。
http://app.subcourts.gov.sg/sct/index.aspx

次に挙げられるのが、外国人(EP)の増加。昨年度だけで2万人(家族は含まず)も増え、10万戸しかないコンドの総数とほぼ同じ人数の外国人がいる状態となっている。稼働率が上がった結果、2年前と比べて約25%も賃貸料が値上がりし、人気物件はさらに高くなった。

2007年上半期は上昇を続ける見込み。今年中に新規のコンドが7000戸完成し、それに伴って賃貸料の値上がりにも歯止めがかかると思込まれるが、それにも一度上がったところからの値下げ。しかも一方で3000戸の取り壊しも決まっている。数年前のように安値でシティエリアに住むのは難しくそう。

取材協力: パシフィック不動産 Tel: 6372-0111

本格韓国レストラン
Se Ra Bel
6名様以上で大・中・小の個室もご利用いただけます。(ルームチャージなし)
パーティメニューございます。(10名~40名様・要予約)

3階へ移転しました
リニューアルオープン
スペシャル
ランチ/ディナー
25% OFF

この広告ご提示の方にアラカルトメニュー全品(\$50以上ご利用された方に限ります)

※オーダーの際、この広告をご提示ください。※他のプロモーションとの併用はできません。

セットメニューA \$29 B \$39 セットランチ \$10

SE RA BEL KOREAN RESTAURANT
60 Eu Tong Sen Street #03-01
Furama City Centre (チャイナタウンMRT駅隣)
Singapore 059804 www.serabel.com
11:00AM-3:00PM 5:30PM-10:30PM
Tel: 6535-0336 / 6535-3038

せっかくの海外生活、思い出に残る楽しいものになさいませんか?
お住い探しは、「借手の立場」の
パシフィック不動産におまかせ下さい。
ご入居後のカスタマーサポートも、専任日本人女性スタッフが、お世話いたします。

お問い合わせ:
パシフィック不動産(株) Pacific Network(S) Pte Ltd
16 Raffles Quay Hong Leong Bldg #41-05A Singapore 048581
Tel: 63720111 Fax: 63720100 Office Hours: 9:30-17:00 (月一金)
Web: http://www.pfudosan.com.sg email: pfudosan@pfudosan.com.sg

光エネルギーの奇跡
IPL脱毛
脇の下(3回) \$222 (通常\$450)
腕/足(3回) \$599 (通常\$1050)
ビキニラインetc...

Signature Beaute
Tel: 62-955-455
360 Orchard Rd #01-12 / #05-09 International Building Singapore 238869 (イセカンスコック隣)

ローカルお宅拝見!

常夏のシンガポールで、ローカルの皆さんはどんなふうに通りに過ごしているのでしょうか。今回は、実に国民の85%が住んでいるというHDBフラットへお邪魔させていただきました。

- Q1.** あなたにとって快適な家とは? **Q2.** 快適な家であるために工夫している事は何か?
Q3. 家の中で、ご自慢の品などあれば、教えてください!

チャイニーズ系テイさん

トアバヨ/3ベッドルーム/
夫婦と息子、娘の4人家族

ニュートンサーカスなどで3軒のフード・ストールを夫婦で経営するテイさんのお宅は、現在ではめずらしくトラディショナルなチャイニーズインテリアで、洗くまどめられています。

Q1. 一日中賑やかな外で働き、くたくたになって帰って来た後、ゆったりくつろげる空間です。帰宅後は仕事の事は忘れて、静かに滝が流れる壁の絵を眺めてリラックスしています。

Q2. 私(ご主人)の趣味で、中国の伝統的なインテリアにこだわりました。妻がお店に出かける前に、毎日モップが



けなどしてキレイに掃除してくれるので、いつもピカピカです。働き者の妻には感謝しています。

Q3. 菩提寺の高名なお坊さんが描いた水墨画は、30年前にチャリティーで買いました。風



水の意味もあるんですよ。漢詩は親戚から新居祝いの贈り物で、わざわざ中国に行って、私たち夫婦の名前を入れた詩を頼んで書いてもらったそうです。



マレー系カミサさん

クレメンティー/3ベッドルーム/
一人住まい

ロマンティックなお家にお住まいのカミサさん。ムスリムのお宅には必ず飾ってあるという壁掛けは、一般的な紙ではなく動物の毛皮に書かれています。コーランの一章から書かれ、家内安全、開運などの意味があるそうです。

Q1. 外で疲れた一日を癒し、リラックスできる場所です。

Q2. やはり常に綺麗であること。特にリビングの床はラミネートウッドを使っているの、こまめにお掃除しています。

Q3. キッチンとリビングです。キッチンは、最近よくあるモダンな物ではなく、木をベースにした西洋のコテージにある様なキッチンをイメージして作りました。そうすることで暖かい雰囲気を作り上げたかったからです。リビングは、ソファやカーテンなどにお花や蝶々の模様を沢山使ったかわいい雰囲気が気に入っています。マレー人は花柄を好む人が多いようです。



インド系アナンティさん

アンモキオ/3ベッドルーム/
ご夫婦二人住まい

さすがにエスニックなインド小物が、とても自然にコーディネートされています。リビングの壁には、カラフルな花輪と共に亡きお父様の写真が飾られているのも、インド系のお家ならではの。

Q1. 家の中も大事だけど、普段の生活に便利なことも快適さには重要ですね。買い物や食事をするのに、とても便利が良いこの場所には満足していますよ。それから実家に近いので、いつでも母に会いに行けます。

Q2. 夫が座り心地のいいソファを探し抜いて購入しました。インテリアは私の趣味でコーディネートしています。好きなものにかまれていると気持ちが安らぎますね。

Q3. ヒンドゥー教の神壇と、壁の鳥の飾りは全て夫の手作りなんです。オリジナルティーがあって、なにより世界にひとつしかないのだから、我が家の誇りです。とても器用な夫も自慢です。



エアコンクリーニング

SDエアコン

887A Bukit Timah Rd Tel: 6467-4778(日本語対応) Fax: 6467-3998
sdenzai@singnet.com.sg www.sdac.per.sg
年間契約 年4回300ドル(2台)~700ドル(6台)
ガスの補充40ドル
ケミカル・ウォッシュ 50ドル/台の追加料金

定期的なメンテナンスで 家族もエアコンも元気生活

一年中冷房のお世話になるシンガポール。日本とは気候、使用頻度、配管の構造などが違い、汚れや水漏れ、故障が生じやすいので、定期的な手入れが必要です。

Q 水漏れでお部屋が洪水! SOS!

A シンガポールでは、長くて細かい排水パイプを使用することが多いため、汚れがたまりやすく、パイプのたわみが起きてしまうことも。構造上の問題も水漏れの原因のひとつです。さらにフル稼働で使用すれば、不具合が起きるのも当然かもしれません。水漏れ防止には、エアコンをきれいな状態に保ち、定期的な配管内の塵を取り除くしか解決法はありません。また、配管の結露や冷却ガスの不足も水漏れの原因に。ただし、冷却ガスは早々に減るものではないので、悪質業者に毎回ガス代を請求されないよう水を十分にスプレーして汚れを一掃。その結果、エアコンの効き目もアップし、電気代が25%節約にもなってハッピー!

手入れ、日本にはない習慣ですが、快適に暮らすためにも定期的に行いましょう。



Q これってカビ? どうすれば?

A エアコンを入れたときに漂う不快な臭い、これは内部の汚れやカビが原因。このカビをたくさん吸い込むと、頭痛、咳、アレルギーなど体調不良を引き起こしかねません。こうなったら通常のクリーニングでは不十分。ケミカル・ウォッシュを業者に依頼しましょう。タール状の頑固な汚れを溶かす溶液を使用した後、水道水を十分にスプレーして汚れを一掃。その結果、エアコンの効き目もアップし、電気代が25%節約にもなってハッピー!

ハウスクリーニング

協和ビルディングメンテナンス

No.1 Tannery Rd #04-02/03 Cencon 1
Tel: 6741-3368 Fax: 6741-7828
kyowa@pacific.net.sg(日本語対応)
www.kyowasecurity.com.sg

引越前のクリーニングで にこにこ笑ってさようなら!

引越をするときは、入居時と同じ状態にして出て行くのが基本。自分ではなかなか行き届かない掃除もプロに任せて安心です。



Q 引越前の清掃ってしないとダメなの?

A お部屋をきれいにしておくこと、オーナーとの関係が良好になります。「退去時にデポジットが返還されない!」などのトラブルを防ぐため、オーナーの心証を良くしておくことも大切なことです。普段からきれいにしている、いざ引越となると部屋の大きさや隠れた汚れに改めてびっくりさせられることもしばしばです。

Q プロの清掃、そのすごさを教えて!

A 自分でやると数日かかると大掃除も、プロなら3~4時間で部屋の隅々までピカピカに。引越の分量次第では、荷物の搬出



部屋の掃除・引渡しを全て一日で済ませることも可能です。重たい家具の裏側、手の届かない天井や照明器具、トイレなどの水回り、なんと冷蔵庫の中まできれいにします。頑固な油汚れのあるキッチンや、窓拭きなどは、専用の清掃道具が活躍。見違えるほどキレイになるので、引越前に限らず、季節のお掃除にも好評です。また、引渡し時、オーナーとトラブルになりがちな部屋の汚れなどに関することも、事前にプロのアドバイスを聞くことができ、安心です。オーナーにも、お部屋にも、さわやかに別れを告げたいですね。

SDエアコンの
エアコンクリーニング
日本人経営で安心のサービス
オフィスやご家庭のエアコンのメンテナンスは万全ですか?
SDはココが違う!
●日本人スタッフが迅速できめ細やかに対応
●リーズナブルな価格で満足度のサービス
●修理全般も当社熟練スタッフに任せて安心
SDエアコン Tel: 6467 4778
担当: 森藤(9655 8667)、上田、ケビン、レイコ http://www.sdac.per.sg

季節のはがき・引越しはがき etc...
オリジナルポストカード
作成いたします
PARTI Pte., Ltd. 66A Tras Street, Singapore 079005
TEL 6224-8912 FAX 6224-8932

協和ビルディングメンテナンス
シンガポールで二十年以上の歴史を持つ
KYOWAが大きなビルディングから
小さなフラットまで清掃いたします。
オフィス・クリーニング
定期・不定期、どちらでもOK!
ハウス・クリーニング
引越時や季節の大掃除等
その他附随作業
●大理石磨き(オフィス、コンドミニアム等)
●カーテン、カーペットクリーニング
●壁や床の補修
お問合せ先
TEL: 6741-3368 FAX: 6741-7828
Email: kyowa@pacific.net.sg URL: www.kyowasecurity.com.sg
担当: Mr.道添(日本語可) / Ms.シューキン(英語のみ)
『協和ビルディングメンテナンス』は、協和警備保障
シンガポール現地法人の清掃部門です。

海外にいながら考える帰国後の住まい



海 外にいながら帰国後の住まいを購入、建築すると、帰国と同時に入居、忙しい帰国後も我が家でゆつたりと過ごすことができます。仮住まいで子どもさんが何度も転校するといった心配も無用です。さらに仮住まいの家賃など余計な費用もかからず引越も一度だけ。

また使い慣れた家具や照明を持ち帰って使うこともできます。



そ れでは、マイホームの計画はどのように進めていけばいいのでしょうか。土地購入から新築、建替、建売、マンション、リフォームなど計画はさまざま。例えば土地から探して新築する場合のポイントは次の通り。まず物件情報は知人や住宅、不動産業者に依頼したり、ネット検索を使って探します。次に一時帰国などを利用して実際に物件を確認。この時、建物とその他諸経費を含めて大まかな資金計画を立てておくこともスムーズです。良い物件は直ぐに売れてしまうもの、判断基準を立地、環境、予算、時期などを明確にしてタイミングを逃さず希望の物件を購入することがポイントです。

海外に精通した業者の中には、Eメールや電話での相互通信や国際宅配便での資料送付など、距離を感じさせない対応を基本に、決定段階では海外の自宅にて詳細打合せを行ってくれるところもあり、工事段階も随時様子を報告してくれるので安心して任せられます。

一 番のポイントは、住まい作りに関わってもらう業者との信頼関係。信頼関係が厚く、希望の物件に巡り会ったのであれば、海外社任中でも購入、建築について具体的に進める事も可能です。帰国後の住まいは、まずは情報収集から、アクションすることから夢の実現がスタートします。

取材協力: パナホーム www.panahome-kaigai.com

教えて、引越屋さん!



林 美雲さん(マネージャー)
取材協力:
アート引越センター
Tel: 6795-0123
(日本語対応)

Q 引越準備はどの位前から始めたら良いですか?
A 引越業者へのご予約は、1か月前くらいを目処に。また繁忙期には2か月前くらいがよいです。

Q 引越の繁忙期はいつですか? その時期によって料金が変動することがありますか?
A 本帰国などの海外引越は2月、4月と9月、12月、島内引越ですと3月と6、7月が多いようです。当社では繁忙期の割増料金は設定していません。

Q 引越会社への見積りは、何社に依頼すればよいですか?
A 最低2~3社くらいに依頼して、いろんな面から比べてみるのがよいでしょう。

Q 引越の見積り結果はいつ頃に入りますか?
A 当社では、依頼から2~3日後にご連絡していただきます。

Q 引越業者との契約をキャンセルした場合は発生しますか?
A 引越業者のキャンセル料が発生します。他にも変更がある場合は早めに連絡することをおすすめします。

Q 荷物が見積り時より増えた場合は?
A 1立方メートル単位ごとに追加料金が加算されます。

Q 引越の荷造りはどのような物から始めたらいいですか?
A ベッドルームのアイテムなど、普段お使いにならない物や、すぐになくも困らない物から徐々に梱包されるのがよいでしょう。

Q 荷造りの「コシヤアト」は必要ですか?
A 割れ物や大切にされている物の梱包はプロに任せていただくのが一番です。荷物の特徴に合わせて丁寧に梱包することができます。

Q 引越先が以前より狭いのですが、荷物の一時預かりなどのサービスは可能ですか?
A 一時、長期とも荷物のお預かりをいたします。料金については相談してください。

Q シンガポール島内引越なら、特に注意する点はありますか?
A コンドミニアムでは、土曜日の午後や日曜祝日には、引越荷物の搬入、搬出の制限があります。

Q 引越当日、荷物と一緒にベットも運んでもらえますか?
A 専用ケージに入れていただければ、ベットも荷物と一緒に運ばれます。

Q 引越の荷物の一部を引越先以外の場所へ積み降ろしは可能ですか?
A 可能ですが、別料金になりますので、見積り依頼の際に相談してください。

Q 作業中に家具や壁に傷をつけたら場合、や荷物の破損の保障は?
A もちろん対応しています。

Q 引越先が以前より狭いのですが、荷物の一時預かりなどのサービスは可能ですか?
A 一時、長期とも荷物のお預かりをいたします。料金については相談してください。

引越前後で手配することは?
● 最寄りのポストオフィスで郵便物の転送手続きができます(有料)
● エンプロイメントパスの住所変更は、MOMへ
● 電気・水道・電話インターネット、ケーブルテレビ、カードなどの住所変更もお忘れなく(電気・水道はプロパティエージェントが代行してくれます)

取材協力: パナホーム www.panahome-kaigai.com

Enhancing Asian Beauty

進化する アジアンビューティー

Medora Extreme Lifting Range

オリジナルのドクターコスメを好評発売中。フランス及びアメリカのファクトリーで生産しています。今回は、リフティングを集中的にケアするアイテムをご紹介します。「Phase1 & 2」には、スイス製のプラセンタ(胎盤)、グリーンティー、コラーゲン、ビタミンCをはじめ、多くの美容成分を配合。肌深部まで浸透し、内側からみずみずしさが溢れる肌を実現します。さらに、アロエベラやハチミツ、プロテインなどを配合した「Mask」をプラスすれば、効果的にリフティング。細胞からの若返りで、シワやシミも目立たなくなり、弾力のある肌に導きます。

ドクターコスメ

- Extreme Silky Cleanser
- Extreme Lifting (Phase 1 & 2)
- Extreme Tightening Mask
- Extreme Rejuvenation Cream
- Swiss Placenta Extract Serum
- Extreme Vitamin C Serum
- Extreme Whitening Serum
- Extreme Wrinkle Magic
- Pink Serum

MEDORA CENTRE FOR AESTHETIC MEDICINE
#03-08 Camden Medical Centre One Orchard Boulevard Singapore 248649
Tel: 6836 6035 Website: www.cosmeticsurgeon.sg
Email: enquiries@cosmeticsurgeon.sg

Z. F. メドーラ先生 イギリスの大学院卒業、NUSの医療修士号取得。イギリスのケンブリッジ大学にて整形外科学を学び、ヨーロッパ美容外科学会から日本へ研究のために派遣された経歴もあり。

即座に解決! 中古クラブ高価現金買い入れ

Creative Golf By Joe

古いゴルフクラブを捨てていませんか?
◎ 高価買取
◎ 無料査定
◎ 無料出張

個人・会社でお持ちの中古クラブセットも買い入れいたします。ご来店前にお電話ください。

Creative Golf By Joe シンガポール最大の中古ゴルフクラブ・ボール専門店
Blk 333 Kreta Ayer Road, #01-17 Singapore 080333
Tel: 6227-7760 Mobile: 9633-9086
営業時間 11:30am ~ 7:00pm (平日) 11:30am ~ 5:00pm (週末)
www.creativegolf.net (祝日はお電話でお呼び出し下さい)

私たちのスタンダードが、きっと世界標準になる。

国際引越
国内引越
事務所移転
物流全般

the 0123

すべてのお引越は
アート引越センターにおまかせください。

the 0123 アート引越センター
アートコーポレーション株式会社

Tel: 1-800-888-0123/6795-0123
Fax: 6898-4876/6234-6314

10 Hoe Chiang Road, #14-08 Keppel Towers, (S)089315
Mail to: hikkoshi@the0123.com.sg, c.service@the0123.com.sg
http://www.the0123.com

担当: スミコ(Ms)・冬美(Ms)・山根(Mr)・マネージャー: メーブル・リム(Ms)

シアー・シークレット

Sheer Secret

SEIYU BUGIS (Level 1)
230 Victoria St, Bugis Junction

Tel: 6846-6696
www.sheerhealthpharm.com

プラセンタの美肌力に感動!
SEIYUにカウンターOPEN

ハリウッドのセレブや、日本の人気モデルが愛用する美肌の秘密、プラセンタ(胎盤) Sheer Secretのコスメは、内側からプラセンタで肌細胞を修復し、外側からコラーゲンをプラスして強力にアンチエイジング! セラム(\$139)、アイクリューム(\$89)、デイ&ナイトクリューム(\$89、\$109)の3ステップで、シワや毛穴、くすみなどを一掃します。美白効果も抜群。ウォーターベースだからべとつかず、敏感肌をはじめ、どんな肌質にもOKです。根本的な肌改善を行いつつ、7日間て分かる



即効力は、肌の救世主になる予感。また、美容と健康に効くサブリンメント(\$109)は美しい髪を育み、男性にもおすすです。ニュージランド産の良質な羊のプラセンタを使用し、ニュージランド政府が認める信頼できる製品。3月7日、西友に待望の新カウンターがオープンします。インターネットでも送料無料で購入できるからまずはチェック!

パルティ読者プロモーション
本誌持参の方に、3月末まで全商品20%オフ!
スターキット \$204 (通常\$256) サプリメント付は\$292 通常\$365
レギュラー \$360 セット \$324 (通常\$406) サプリメント付は\$412 (通常\$515) 単品でも可。
さらにビッグチャンス!
スターキットお買い上げの方にアイクリューム5ml \$39、レギュラー \$360 セットをお買い上げの方にセラム10ml (\$89)をプレゼント。

東京和食さん(チャイムス店)

Japanese Dining Sun

30 Victoria St #02-01 CHIJMES
Tel: 6336-3166
ランチ12:00~15:00 (L.O.14:30)

ディナー日~木・祝18:30~23:00 (L.O.22:30)、金・土・祝前日18:30~24:00 (L.O.23:00) 無休

期間限定プロモーション!
さん流「USビーフの愉しみ方」



東京の食のトレンドを取り入れた美食レストラン「さん」流行に敏感な厨房スタッフが虎視眈々と狙っていたもの、それはUSビーフ。2006年1月に解禁になって以来、安定した供給が得られるまで待ち、満を持して「USビーフ・プロモーション」(3月31日まで)を開催中です。

用意された素材は、USブランク・アングス・プライム・ビーフ、そしてUS神戸ビーフ。ともに一級品。今回は、和牛の輸入が認められていない当地にあって、日本人としては是非お目にかかりたいUS神戸ビーフのメニューを紹介しましょう。



七輪の上でじゅうじゅう音を立てる「薄切り牛豆腐巻き」(15・80ドル)は、柔らかいお肉が、さらに柔らかい豆腐を包み、食感からも幸福感たっぷり。甘いタレが絡み、ご飯がすすみます。ランチなら、ご飯セット(4・50ドル)と一緒に食べるのがおすすめ。
夜はお酒を片手に、「刺身」(48・80ドル)をお試しあれ。「トロ」を「お刺身」で味わえる口溶けです。また、「鉄板焼き」95ドルは素材の旨みを最大限に引き出した逸品。このほか、すき焼き、しゃぶしゃぶ、シチュー、ロケットなど、和のテイストが楽しめる多彩なメニューが揃います。いずれの料理も一人一皿というスタイルではなく、みんなでシェアしてわいわい食べるのが、さん流の幸せ。食べ逃がすと悔いが残るかも!

にっぽん

細見 第63回

小橋 繁好

(こばし しげよし)
1946年、岡山市生まれ。70年、新聞社に入社し社会部記者として事件、司法などを担当。現在、テレビ局で報道と番組制作を担当している。

知名度

都道府県の県庁所在地はともかく、国の首都名が思い浮かばないことがある。手元に地図があればよいが、分からないという人は多い。『地図を読む』は楽しい。

関西人は関東地方の県がどこにあるのかよく分からない。栃木県と群馬県の位置関係に首を傾げる人は多い。海に面した千葉県や茨城県は比較的分かりやすい。四国四県の位置が分からない関東以北の人もかなりいるだろう。位置が分からない都道府県のランキングが、朝日新聞(1月28日付)に掲載されていた。ライブドアがインターネットを通じて調べた結果だ。

若者は海外旅行が好きだが、いろいろな所に出かけている。逆にも知られていないのが沖縄県。次いで青森、北海道、東京、千葉となっている。端っこは、やっぱり有利だ。東京の位置が分からない人は12%だった。関西人は「八王子」を「八王寺」と書き、関東人は「天王寺」を「天王子」と書く。当然のことだが、出身地から離れた地名は弱い。学生時代に全国を歩き、すべての都道府県を訪ねた。かなりの数の市町村にも足を踏み入れ、知っているつもりだ。しかし、「平成の大合併」で訳が分からなくなってきた。著名な市や町の名前が消えた。JRの駅名と新しい市町村名が一致しなくなってきた。

渡邊 正樹

(わたなべ まさき)

東京生まれ。特派員の父と共に一家で英国、イタリア生活を体験。東京に戻り大卒後、ロンドンのロイター通信に就職。ローマ、ワシントン、パリ各支局勤務を経て、フリーランサーに転向。サンフランシスコと東京で70年代を過ごした後、シンガポールに移住。英字紙、シンガポール経済開発庁(EDB)広報部、航空会社機内誌編集を歴任。97年シンガポール人の妻、2児と共にカナダ・バンクーバーに移住。

在・外

やぶにらみ

ジャズは臨機応変に一期一会の精神で

ジャズ奏者達はよくくつついたり離れたりする。と前回書いたが、その結果しばしば寄せ集めバンド、初対面同士でギクするところがある。いつもどこでやってくるんですか?「ま、楽しくいきましょや」などとムダ口をききながら楽器の準備をして音程を合わせ、テンポを決めて演奏し始めるまで普通一五分前後か。

ジャズで重んじる即興性というものは日常生活にもあてはまる。(行き当たりばったり)と言われると立つ瀬がないが、税金の納入からゴミの処理までする事をちゃんとやった上で臨機応変に生きる状況に(シヤムセッション)の精神的なゆとりと、それを支えられる日頃の準備が理想だ。

それとも食べたことのない品目を探るか。旅行だったら名所旧跡や食事処など予定済みのところを訪れた方が安心する人と、その時その時の気分で行き先を決める方を好む人がいる。人間関係でも、気心の知れた人達が多いパーティーや会合の方が落ち着く人と、知らない人達が多い方が面白いと言う人がいる。初対面の人と話しているとお互いに興味のある関心事に巡り会った時の軽い興奮は心地よい。友人の一流タリストは(一期一会)という言葉が好きだという。調べてみると、茶会は毎回一生に一度だという思いをこめて、主客とも誠心誠意、真剣に行うべきことを説いた茶の湯のことばだったが、ジャズにも通じる。

(以下次号)

PLACENTA.COLLAGEN™

MADE IN NEW ZEALAND

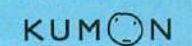


7日後、肌が変わる!

100% PURE NEW ZEALAND MAF NATURAL PRODUCTS NZ NZPA SEIYU
SheerSecret™ range of products are certified by New Zealand Food Safety Authority, Natural Products NZ and Ministry of Agriculture & Forestry.
※効果には個人差があります。 3月7日SEIYU内にカウンターOPEN

生徒募集

入会説明会と診断テストを開催しています(要予約)
◆オーチャード教室 Tel: 6835-2756
20 Kramat Lane, United House, #05-08
◆グレートワールド教室 Tel: 6733-9495
1 Kim Seng Promenade, #02-41, Great World City



対象: 小学生~成人 科目: 算数、数学、英語、国語
公文式は一人ひとりの学力に合わせた個人別・学力別の学習法です。

CELEBRATING Nations 神様の愛にあふれ、元気いっぱいの明るいローカル教会です

毎週日曜日 9:00 - 11:00
EXPO The Max Pavilion
※日本語同時通訳付
・日本語セルミーティング
・バイブルスタディ (火曜日10:00~)
・子供クラスもあります(2才~)

Faith Community Baptist Church
Tel: 9457-7497(優美子)又は、jslink@pacific.net.sg / www.fcbc.org.sg

今月のテーマ●スポーツにかける青春本

怠けた体と心を スポーツでリセット

旧正月はいかがお過ごしでしたか？ 旧正月とともに、鬱陶しかった雨期が去り、乾期の到来ですね。3月は、本格的に暑くなる前の爽やかな時期。スポーツを始めるにもいい季節です！ とはいえ、何か始めたいと思っ

せて気持ちだけでも軽やかに、スポーツ(！?)してみませんか？ きっと、若かりし頃の仲間と一緒に汗を流した、懐かしい青春時代も思い出せるはず。ところでスポーツに限らず、何かに打ち込むのは、いくつになっても気持ちがよいことですよ。ちなみに本店では、現在スタッフを募集中ですので、本に困られたお仕事を打ち込んでみたい方、どうぞお気軽にお問い合わせ下さい。

800
●川島誠 ●角川書店



みずみずしい青春
走る格闘技とも呼ばれる陸上競技800メートル。主人公は優等生・広瀬と野生児・中沢、対照的な二人の高校生がそれぞれの思いを込めてトラックを駆け抜ける爽快感と躍動感に溢れたスポーツ小説です。友情、恋愛、青い海、芝生の匂い、たくさんのお話。面白く青春の要素が詰まっていて懐かしい気分がささります。面白いスポーツ漫画はたくさんあるのに小説となるとなかなか出合えないもの。けれどこの本は陸上に興味のない人も軽快なテンポと読みやすい構成で最後まで楽しめるお話です。

その他のオススメ本

- ジョッキー ●松樹剛史 ●集英社
スポーツといっても、これは栄光に向かって疾走する、若き騎手の物語。横暴な馬主との確執、馬への愛情など様々な思いを抱え、心優しき騎手は天皇賞の大舞台に挑む。8年
- 堂場暁一 ●集英社
オリンピックで活躍し、プロ入りを期待されたが、野球を捨ててしまった投手・藤原雄大。8年後、突然、ニューヨークのメジャー球団に入団する。「あの男ともう一度対戦したい」その悲願のためだけに…。
風が強く吹いている
- 三浦しをん ●新潮社
奇跡のような出会いから、清瀬灰二と蔵原走は、無謀にも陸上とかけ離れた者たちと箱根駅伝に挑む。長距離を走る(=生きる)ために必要な真の「強さ」を思いあげた、超ストレートな青春小説。

バッテリー

- あさのあつこ
- 角川書店

クールな野球少年の成長

児童書でありながら、大人にも愛読されているこのシリーズ。日本では今月から、映画も公開されます。中学生野球の話ですが、今までにあったような、ただ熱血で爽やかな青春ものではありません。まず主人公が爽やかじゃない！クールで自分に自信があり、それでいて常にイライラしていて、口が悪い…。でもそこが妙にリアルな少年像を描き出していて、彼の苦悩や大人への反抗心、仲間たちとの



会話に成長を感じながら、これぞ青春だなぁ、なんてしみじみしてしまいます。子どもにも大人にも読んでほしい傑作。



シンガポールの健康生活

山野さん一家はお父さん(桐雄さん 38歳)、お母さん(桂さん 35歳)、お兄ちゃん(栗雄君 6歳)、妹(アケビちゃん 3歳)の4人家族。山野さんはシンガポールで生活を始めました。山野さん一家を取り巻く健康生活をラッフルズジャパニーズクリニックがわかりやすくご説明いたします。

内視鏡の巻



山田 杏子 (やまだ きょうこ)
千葉出身。千葉県医療技術専門学校卒業後、北京語言大学へ留学。帰国後、都内の脳外科病院、成田空港検査所で勤務後、2006年3月より、ラッフルズジャパニーズクリニックでスタッフナースとして勤務。



内視鏡検査とは

内視鏡検査とは、先端に小型カメラ(CCD)またはレンズの内蔵された管状の機械を体内に入れて、病気の有無を確認する検査です。場合によっては処置や治療をすることも可能です。消化管の主な内視鏡検査には、口から挿入して食道・胃・十二指腸を観察する検査(上部消化管内視鏡検査)と、肛門から挿入して直腸・結腸・



検査の準備

「大腸内視鏡検査? 初めての内視鏡検査だ。痛そうだな、嫌だな」と、桐雄さん。とても心配そうです。そんな桐雄さんに、看護師の山田さんが丁寧に検査の説明をします。「内視鏡の検査には、前日から準備が必要です。大腸内視鏡の場合、お食事の調整と、下剤服用が必要になります。まず、お食事ですが



まとめ

上部消化管内視鏡検査や大腸内視鏡検査は消化器症状の原因検査に行われます。また健康診断として内視鏡検査を行うこともできます。検査の際は、前日からお食事の調整、下剤の服用(大腸内視鏡検査の場合のみ)が必要になります。気になる症状がある場合、早めに医師に相談することが大切です。

桐雄さん、最近お腹の調子が悪い日が続いています。「何か悪い病気になるかな。何だか心配だな」と桐雄さん。ジャパニーズクリニックに来院し、消化器専門の吉田医師の診察を受けました。吉田医師は診察後、大腸内視鏡検査を勧めました。

回腸を観察する検査(大腸内視鏡検査)の2種類の検査があります。上部消化管内視鏡検査で見つかる主な病気が食道・胃・十二指腸に発生した癌・潰瘍・炎症・ポリープです。またヘリコバクター・ピロリ菌の検出も可能です。大腸内視鏡で見つかる主な病気が大腸炎・大腸癌・大腸ポリープなどです。

「次は検査当日についてです。検査は専用の内視鏡室を使用し、吉田医師が行います。寝ている間に終わった」とおっしゃる患者さんが多いです。検査自体は20分前後ですが、目が覚めるまで1〜2時間かかります。目が覚めたら、吉田先生から検査の結果説明があります。もし何か所見があれば、お薬の処方や今後の治療方針の説明も行います。検査から結果説明、今後の治療まで吉田医師が行うので安心して「そうか。吉田先生に検査もやってもらえるなら心強いなあ」と桐雄さん。少しほっとした表情になりました。

开始学中文!

日本語で学ぶ中国語(北京語)講座
次回初級クラス3月12日(月)より開講

月・水	14:00-15:40	火・木	14:00-15:40
月	09:45-12:15	木	09:45-12:15
金	19:00-21:30	日	13:45-16:15

- ◆1クラス: 4~9名
- ◆授業料: (初級コース) 420ドル(税込) / 30時間 週2回コースの場合 18回。週1回コースの場合 12回。
- ◆日本語の話せる経験豊富な中国人講師が丁寧に教えます。又、日本人専属コーディネーターもお手伝いいたします。
- ◆現在初級から上級まで多数開講中。途中入生も随時受け付けております。
- ◆「中上級者向け会話クラス」も開講中。

無料体験レッスン受付中
※お問合せ・ご予約は電話又はメールにてどうぞ

日本語ホットライン
IKOMA Language School (Mr.中川まで)
Tel. 6238-0055 (平日 10 am~6 pm)
#12-07 Shaw House (伊勢丹スク上のイキマ)
生駒语言学院 ホームページ www.ikoma.com.sg

Raffles Japanese Clinic

- ◆一般外来診療 ◆産婦人科診療* ◆歯科診療*
- ◆専門医紹介(手術、入院) ◆定期健康診断*
- ◆乳幼児健診 ◆予防接種 ◆カウンセリング* (本院のみ)

日本人医師による胃・大腸内視鏡検査始めました

産婦人科

- 予約制で診察がスムーズ
- 分娩も婦人科手術もトータルサポート
- 妊娠中の緊急時には24時間日本語で医師が対応
- 日本語母子手帳配布・胎児超音波検査DVD録画無料
- 各種パッケージあり(妊娠健診・婦人科検診・不妊検査・性病検査)

医師 田島里奈 (日本産科婦人科学会専門医・医学博士)

本院 (ラッフルズ ホスピタル12階) MRTブギス駅すぐ前

診療受付時間 月~金 08:45~12:30, 14:45~18:00
土 08:45~12:00
日・祝 休診
Tel: 6311 1190 (代表) 6311 2297 (健診専用)

分院 (リャンコートB1階) 明治屋すぐそば

診療受付時間 月~金 09:45~13:00, 14:45~18:00
土 09:45~12:30
日・祝 休診
Tel: 6334 1175

Email: j-clinic@rafflesmedical.com
Website: www.rafflesj-clinic.com

Eton House

インターナショナルスクール・プレスクール

イトンハウスでは、多文化の環境の中で1歳半から小学7年生までの子ども達を対象に、国際色豊かな教育を行っています。心と体の成長、そして学力の向上と共に価値ある個性豊かな人間へと導きます。子ども達は、対話と研究発表によって学び、国際的視野を身につけます。それを援助するのは経験豊かな素晴らしい教師達です。イトンハウスは、IB PYP (International Baccalaureate Primary Years Programme) を採用しています。ご見学、お問い合わせをお待ちしております。

イーストコースト	オーチャード	トムソン	セントラル	プキティマ
51 Broadrick Road Singapore 439501 Tel: 6346 6922	764 Mountbatten Road Singapore 437764 Tel: 6440 5100	717 Mountbatten Road Singapore 437737 Tel: 6440 0777	2 Orchard Boulevard Singapore 248643 Tel: 6252 3322	39 Newton Road Singapore 307966 Tel: 6352 3322
			1218 Whitley Road Singapore 297814 Tel: 6256 1161	240 Outram Road Singapore 169043 Tel: 6221 1050
				1 Vanda Road Singapore 287771 Tel: 6466 7880

E-mail: enquiry@etonhouse.com.sg Website: www.etonhouse.com.sg

Happy Childbirth

ハッピーチャイルドバース

第8回

日本人女性保健士、日本で産婦人科病院に長年勤務後、シンガポールへ、2児の母。

便秘の予防

妊 産前は、毎日あったお通じが、出にくく感じることがありませんか？ 便は約60〜80%が水分で、残りが食べ物の残りかすや、腸内細菌などから成っています。妊娠中の便秘の原因は、黄体ホルモンや自律神経の働きで胃腸の動きが抑えられがちなのに加え、大きくなった子宮が大腸を圧迫し、腸蠕動が低下するためといわれています。このため食物が胃や腸を通過する時間が長くなり、水分が吸収されすぎて便秘がちになります。

お 産後は、分娩時の腰の痛みや、痔瘻が裂けるのではないかと恐ろしいから、排便を我慢したり、産褥期の安静臥床による運動不足が腸蠕動の低下を招きます。お通じがたまる、おなかの膨らみ、食欲不振などを招く恐れがあります。おならがたくさん出たり、いらいらや頭痛、口臭、悪心嘔吐なども引き起こします。

で どのように便秘を予防したらいいのでしょうか？

- ① 軽い散歩や妊婦体操、腹式呼吸などで腸の蠕動を促すとともに、排便を我慢せず、規則的な排便を心がけましょう。
- ② ゆっくりとトイレタイムを取るとお通じが出やすくなることがあります。
- ③ 規則正しいバランスの取れた食事を心がけます。朝の空腹時に胃に食物が入ると、胃腸蠕動が促されて、結腸が

収縮し、排便が促されます。朝の冷たいコップ一杯のお水や、牛乳の摂取も効果的です。

- ③ 食物繊維の多い食品(海藻、野菜、果物、豆類)を食べると、水分を吸収して便量を増やし、蠕動を促します。
- ④ 腸内にビフィズス菌を増やします。ヨーグルトや乳酸菌飲料、オリゴ糖などを摂取することで乳酸や酢酸が大量に作られ、腸蠕動を促します。
- ⑤ 手やかぼちゃ、豆、バナナなどガスが出やすい食べ物は、腸を刺激し、排便効果が高まります。
- ⑥ 水分不足を防ぎます。一日に1〜1.6Lの水分を飲料として取りましょう。甘いジュースや果汁飲料などは控えるに、なるべくお水やお茶、麦茶などにします。
- ⑦ 脂肪食品は潤滑的な働きをします。油抜きダイエットをすると、便秘がちになります。すくも、油抜きダイエットは、可能性があるので、絶対にやめましょう。特にセンナ系の便秘薬には注意が必要です。

情報提供 ● ジョイ・クリニック・フォー・ウーマン ご質問、ご相談等は joyclinicforwomen@yahoo.co.jp まで日本語でどうぞ

チ ヤイムが鳴り、休み時間になっても教室で絵を描いたりして過ごしていた長男。そんな彼がお友達と同じように、チャイムが鳴ると教室を飛び出して行くようになりました。3学期に入り、一輪車への挑戦を始めたのです。

僕、一輪車に 乗りたいんだ!

発達検査と専門医の診察のために一時帰国し、長男は一週間遅れの3学期スタート。日本でもらったばあちゃんのエールを受けて、ひとつ、うれしい変化がありました。

自閉坊やとかあちゃんの 新加坡雑記

第9回



YUKKO

7歳と6歳になる男の子の母。二人とも自閉症という障害を持っている。不安いっばいでスタートした日常生活も、人との出会いに恵まれ、早3年目を迎えた。

「半年ぶりに会ったら、よう分かるよ。二人ともすくすく成長してる。二人がどんなええ子に育つてくれるか楽しみやから、ばあちゃんはまだまだ死なれへん神様にもう10年生きさせてくださいってお願いしたよ。二人とも頑張りや」

息子たちよ、今年もばあちゃんのエールに込めていこうね。

ちに自分から一輪車の練習をスタート。母は「まあ、2、3日で嫌になってやめるだろう」と傍観気味。一輪車のサドルに座ることすら難しく、徐々に上達していく長男。今では壁にしがみつきながらペダルをこいで移動できるようになりました。マイペースで練習を続ける長男ですが、最近では母が教室で座っているとお母さん、立ってくださいと練習への協力を求めることもありました。

今までは人から与えられてやるばかりだった長男が初めて自分の意志で取り組み始めた一輪車。いつまで続くかわかりませんが、長男が一輪車との出会いを通して、自ら努力することの大切さを学んでほしいと思っています。

一時帰国した折には、今年72歳になる祖母が何より有難いお年玉をくれました。

新和食 異空間
IKUKAN
CONTEMPORARY JAPANESE DINING

新しい和食を提案しています

インド寺院
South Bridge Rd.
Car Park
Club St.

新和食 異空間
23 Mohamed Ali Lane
(Cross StからClub Stへ入ってすぐ)
12:00~14:30
18:00~22:30
(日祝は18:00~22:30のみ)
Tel: 6325-3362

Metropolitan YMCA

春休みホリデープログラム受付中!!!
マレーシア海のキャンプ・デイキャンプなど
2007年度1期(4~7月)会員募集
3月13日(火)より受付開始!

サッカー パス・シュートなどの基本技術の習得、ゲームを通してルール・チームゲームの楽しさを学びます。 幼児(年中・年長) 小学生	スイミング 水慣れから始まり泳法の習得を目指します。 ベビ〜幼児(年少・年中) 小学生	スポーツ ボールゲームや器具運動を中心に様々なスポーツを体験します。 幼児(年少・年長) 小学生	野外活動&体験学習 スポーツ・文化体験と各月ごとのテーマに沿って活動を行います。 幼児(年長) 小学生	親子体操 リズム体操から始まり、大きな体育館を走り回るなど、体をいっぱい動かします。 1歳6カ月~3歳
---	--	---	--	--

メトロポリタンYMCAジャパニーズセクション
~在星日本人青少年の心と身体の健全な育成を目指して27年~
60 Stevens Road Singapore 257854
TEL:6839-8342 / 8345 Website:www.mymca.org.sg E-Mail:japanese@mymca.org.sg

W 早稻田アカデミー

新学年度講座 申込受付中
春期講習会

途中入塾でも安心、万全のフォロー体制

早稻田アカデミーでは、春期講習会期間中に新入生対象の講座を多数御用意しております。

- 受験科・キャッチアップ講座
- 新中1・新高1フォローアップ講座
- 中学生・高校生1日完成英数など

春期講習会日程 3月18日(日)~4月15日(日)

詳細は各校舎へお問い合わせ下さい

● オークランド校(インターナショナルビルディング) TEL 6734-1969 FAX 6235-9361
● ウェスト校(バンドンパレー内)(小・中・高) TEL 6469-1204 FAX 6469-5468

JOY CLINIC FOR WOMEN
~産婦人科専門クリニック~
有資格の日本人保健士がおります

- 24時間対応・母乳相談(日・水・金)
- ホスピタルツアーや母親学級も無料で実施。
- 各種手術にも対応。
- 女性の体、赤ちゃんが欲しい方、妊娠、出産についてご相談に応じています。
- 日本語の母子手帳を無料でお渡ししています。
- ご出産の方に、産声アルバムプレゼント。
- おっぱいマッサージ対応。

医師: DR. GORDON TAN
住所: 4-6 Napier Road, #08-03/04 Gleneagles Medical Center Singapore 258498
TEL: 6737-0044 FAX: 6474-4935
日本語ホットライン 9077-7259 (23:00まで)
joyclinicforwomen@yahoo.co.jp (日、英)
受付時間(予約制):
日、水、金 9:00~13:00 & 14:00~17:00
(日本人スタッフ勤務時間 9:00~13:00)
火、木、土 9:00~13:00 (日本人スタッフ勤務時間 9:30~13:00)

母乳育児 母乳の知識

フレッシュなミルクを飲むのと、UHT(スーパーの普通の棚に置いてある、冷やさなくても腐らないミルク)のミルクを飲むのでは、美味しさは全く違うと思います。誰でもフレッシュなミルクを飲むのを好みます。赤ちゃんだって、フレッシュなミルクを飲むのが好きなんです。そして、おいしいおっぱいであることも大切です。

おいしいおっぱいを出すには、生産元のママがバランスの取れた食事をする、水分をたくさん取る、睡眠を十分に取る、ストレスを溜めない(リラックスした気分)などを心得ておくことが大切です。たくさんおっぱいが出るママはあげる前に少し搾乳し、また残ったおっぱいも搾乳しておくといいますが、あまりし過ぎると逆に張ってきってしまうので気をつけてください。おっぱいが沢山溜まってしまつと次に作られるフレッシュなおっぱいと混ざって美味しくなくなってしまいます。必ず両方のおっぱいをあげることが大切です。1つのおっぱいだけで満足して寝てしまう子なら、片方ずつ短い時間で両方あげるようにして、抱き方を変えてまんべんなく飲ませてください。

母乳が足りているか、足りてないかの判断は赤ちゃんのおしっこが1日に6~8回出ているかを目安にしてください(シンガポールの気候は暑いので、日中暑い

場合には赤ちゃんも汗をかき、水分が外に出されるので、場合によってはおしっこの回数が増えることもあります)。

1日に6回以上おむつが濡れているのであれば、十分です。ただし、おむつがもったいなくて代えないでいて、回数を少なく計算しないように!

私が母乳指導にあたる時、ほとんどのママが「母乳不足ではないか?」と心配したり、落ち込んでいます。ママの心配事、「どうして母乳不足だと思っているのか?」などを聞いてみると、ほとんどのママが「勘違い!」をしているのです。新米ママだけでなく、2人目、3人目のママでもそう思っていることがあります。母乳は粉ミルクと違って量を計ることができません。搾乳量=分泌量ではないことを覚えておいてく

KIYOMI イギリス系ヘルスケアで解剖、生理、病理学を学ぶ。イタリア、イギリス、アメリカ、スイス、香港へと移り住み、95年からシンガポールへ、98年から産婦人科院で勤務を始め、数多くの出産や手術の立会い、不妊治療のアドバイス、出産前後の母のケアなど、不安や悩みを抱えている女性のサポートをしている。出産準備クラス、母乳マッサージや母乳育児指導などチャイルドバースエドゥケーターとしても活躍中。三児と犬2匹の母。

女性の心とからだ 第51回



ください。「おっぱいを吸わせた後、泣くので粉ミルクをあげたらグイグイ飲んだので、母乳が足りてない!」と思ってしまい、ついつい粉ミルクを足してしまっているママがたくさんいます。

赤ちゃんが泣く理由にはいろいろありますから、泣くから足りてないと思わないように! 前回にもお話ししたように、赤ちゃんがおっぱいを吸ってくれなくなると、母乳の出が悪くなります。粉ミルクを足すことによって、おっぱいを吸ってもらうことが少なくなれば、さらに分泌量が少なくなることを覚えておいてください。本の通りや、お友達と同じようにスムーズにいかないことは当たり前! あせらないで、気長にやってみてください! でも、最初は根気と努力が必要になりますよ!!

新語紹介

まんだりん面白話 第63回

葛珠慧 ガイ・チウ・ワイ 先生
J.S.U. 星日外国語学院院長

今回は最近の流行語「新語」を2つ紹介します。

房奴

中国語「房」は「独房」、「房内」の「房」で「部屋、家」の意味です。「奴」は「奴隷」の略語、昔「奴婢」や「黒奴」といったことがありましたね。この「房奴」はつまり「部屋・家の奴隷」の意味です。中国は1990年代の半ばから40数年も続いた政府企業による住宅配給制度を廃止し、「商品房」(分譲住宅)の購入制度を導入してきました。この10年間、特にこの5、6年間、不動産価格が暴騰と言っているほど上がっています。多くの市民が住宅ローンを組んで家を買わなければなりません。このローンのことは日本ではよく「地獄」と言われますが、中国ではローンを組んだ人が「房奴」と見られているわけです。それではどの程度の「房奴」かを、次の二つの統計を引用して見てみましょう。まず「住宅苦痛指数」。ある中国の学者が世界主

賀歳片

「賀歳」は「祝賀新年」の意味、

「片」はフィルム、映画の略語例えは「記録片」はドキュメンタリーフィルムのこと(「賀歳片」英語で New Year greeting video)と言いますが、日本では「お正月映画」でしょうか。この言葉は90年代中期から香港映画が大挙に中国大陸に入り始めた頃に使われるようになり、中国本土の有名な監督や映画製作会社も旧正月の前後に観客集めに有力な作品をわれ先にと上映させるようになってきました。その結果、「賀歳片」も中国の新年(旧正月)風物詩の一つとして定着しています。今年の人気賀歳片には「墨攻」(中日韓香港合作)、話題作「満城尽帯黄金甲」、「愛情呼叫转移」等特に「愛情」はある離婚男が不思議な携帯電話の「呼叫转移」呼び出し転送機能を使って12人の美人女優(いま一番話題の女優范冰冰さんが主演)とめぐり合う様子をおもしろく描写しているため、賀歳片の「軽いタッチ」「ユーモア」「ハッピーエンド」の三拍子に合っていて大当たりになりそうです。

O & G Partners Clinic for Women
Dr L C Foong BSc, MBBS(London), MRCOG, MD(London), FAMS
産婦人科・不妊治療専門医

当クリニックでは一般産婦人科のケアをはじめ、不妊でお悩みの方のご相談、治療を行っております。

- 産科・婦人科 ●女性・男性不妊治療
- 人工授精、IVF(体外受精) ●ラバスコピック術(腹腔鏡術)

Website: www.ogpartners.com

#01-38 Annexe Wing Gleneagles Hospital 6A Napier Road Singapore 258500
月~金 8時~5時30分 土 8時~1時 Tel: 6479-7267 Fax: 6479-6536
日本人スタッフ勤務 月、水 10時~1時 Tel: 9650-5675 (日本人スタッフ10時~5時)

在住者の皆様に大人気!

シンガポールの記念にお友達との思い出に最高のベストショットを!

JTBオリジナル「変身フォト」パッケージ お一人\$100

※5名以上で申し込めば、一人\$95/3月末まで

※コスチューム(様々なコスチュームを現地でお選びいただけます)、メイク&ヘアアレンジ、プロカメラマンによる写真撮影、PCでの写真選択、写真(15cm x 10.5cm)2枚 ※出来上がりは1週間後になります。スタジオでの受け渡しとなります。 ※ネガ、焼き増しは別途追加代金で現地でおオーダー可能です。

日帰りお手軽ツアーも日本からのお客様にも

お問い合わせ・ご予約は 電話 6735-2847 (0900-2000 / 年中無休)

JTB PTE LTD (DFS内中2階) 25 Scotts Road DFS Galleria 1 Scotts Walk Mezzanine Floor 電話: 6735-2847 FAX: 6733-8148 Email: optb@sg.jtbasia.com

家庭教師だからよくわかる

- ・中間、期末テストの成績を上げたい
- ・時間を有効に利用したい
- ・中学入試、高校入試、編入対策
- ・インター校の各教科、日本語(論文)対策

勉強の仕方がわからないなど、お子さんに関わる個人的なご相談にも経験豊富なスタッフが対応いたします。

駒場会
プロ家庭教師センター
komabakai_katekyo@yahoo.co.jp

(6773) 4934 または 9689-0463
お問い合わせご相談はお気軽にお電話ください。

シンガポール国際日本語教会

■牧師 岡村 直子 ■E-mail: ijcs5on@hotmail.com
■Tel: 6732-1893 Fax: 6732-4060
■礼拝(毎日曜日): 16:00-17:30
■場所: Kay Poh Road Baptist Church
■住所: 7 Kay Poh Road
River ValleyとZion Roadの交差点すぐ横です

日本語と英語のバイリンガルで行なってます。来てみてください。平日にも様々なプログラムがあります。お気軽にご連絡ください。

International Japanese Church of Singapore

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

20年以上の経験と実績があります
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、ゴルフ肩、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: 6738-9142 Fax: 6735-1873

中国語はJSU! 今年こそ!

日本語で学ぶ JSUでニーメンハオ! FM96.3もよろしく

標準中国語教室

JSU 3月26日より初級の時間割(初級クラス)

大人気の無料体験レッスン実施中

10週間 \$380 (税込み)

韓国語もあります 6336-3055
電話受付時間: 9:30~18:30

初級用	月	火	水	木	金	土	日
10:00	初級 新規	初級 新規	初級 新規	初級 新規	1100-200 初級③c	初級③c	初級③a
1:00	②b	初級①	④a	初級③a	初級③a	初級①	初級②a
2:00	初級 ①			1200-230 新規		初級 ②b	初級③b
6:30	新規	初級 ②a	初級③b	初級②b	初級③b	5:00-7:00 初級③b	新規
9:30			初級④a	初級①			

JSU Language School
リャンコートM5階
Tel: 6336-3055 Fax: 6337-0535

星日外国語学院
E-Mail: info@jsu.com.sg
www.jsu.com.sg

腐竹

(ワツオ=湯葉)

日本では、湯葉はよく高級料理に使用され、家庭で調理することはあまりないようですが、当地の中国系の人やベジタリアンは、よく湯葉を食材に使用しています。

ひと口に湯葉と言っても数種類あり、調理法もさまざま。今回ご紹介する湯葉は棒状に固めたもので、最も一般的で、

私たちの目に留まりやすいもので、数本がパックになってスーパーでも売られています。乾物店でバラ売りにしているものを、必要な分量だけ買ったほうが使い残しもお得です。

メイン料理の説明の前に、咳がひどいときや、疲れを感じたときに効果のある薬膳スープとして、甘いデザート作り方をお伝えしましょう。「湯葉と銀杏のデザートスープ」は、湯葉2本、銀杏適量、氷砂糖100g、150g用意してください。湯葉は水をかけて少し置いて、柔らかくしたらハサミで4センチ幅にチョキチョキ、水にさらして湯葉に付いている脂を落とします。鍋に水を入れ沸騰させたら銀杏を入れ、ひと煮立ちしたら湯葉を入れて中火で5分程煮てね。火を止めてお好みの量の氷砂糖を入れて蓋をして、砂糖が溶けるのを待ちましょう。温かいうちでも、冷やしていただいても美味しいですよ。

隠れ食材レシピ

第2回



ローカル料理専門店
梓椒子
(あざせしやん)

湯葉と豚肉のスープ (4~6人分)

材料
●湯葉 3~4本 ●脂の少ない豚肉 150g ●あさつきねぎ 少量 ●水

スープ碗で人数分+1杯
作り方
①湯葉は水をかけて少し置き、柔らかくしたらハサミで4センチ幅に切る。
②豚肉はバラ肉より少し厚めに

③鍋に水を入れ、火にかけて沸騰したら豚肉を入れる。※必ず沸騰してから入れてね。
④中火で15分程煮たら湯葉を入れる。そのまま10分程煮て湯葉の色が白っぽくになったら塩、ライトソヤソースで薄味を付けて仕上げる。
⑤碗によそって刻んだあさつきねぎを散らす。

⑥肉の色が白っぽくなり、全体に火が通ったことを確かめてから湯葉を入れる。
⑦フライ返しで湯葉がらぎれなように混ぜ合わせる。揚げ付きそうになったら少量の水を回し水で入れる。蓋をして少し

湯葉と豚肉の炒め物

材料
●湯葉 6~8本 ●多少脂のある豚肉 400~500g ●ニンニク 1片
作り方
①スープと同じ。

②豚肉はひと口大に切る。
③ニンニクをみじん切りにする。
④中華鍋を温めてニンニクを乾煎りし、サラダオイル大さじ2を入れてかき混ぜ、塩小さじ1を加える。
⑤豚肉を入れて炒める。

⑥肉の色が白っぽくなり、全体に火が通ったことを確かめてから湯葉を入れる。
⑦フライ返しで湯葉がらぎれなように混ぜ合わせる。揚げ付きそうになったら少量の水を回し水で入れる。蓋をして少し

蒸らし煮をしてもよい。
⑧湯葉が柔らかくになったら塩小さじ1、ダークソース大さじ2を加えて混ぜる。※甘い味がお好みなら、スイートソース大さじ1を加えると甘みとツヤが出る。

Eis International Pre-school
バイリンガル幼稚園 教育省(MOE)認定校
各クラスを日本人・英語ネイティブの先生が担当
のびのび、生き生き、しっかりと子供の心を育てます

愛情あふれる私たちの園を見てください
イースはいつも安心して子供を預けられる場所です

子どもは幼稚園の盛りだくさんの行事や日々の生活の体験をとおして、心も身体も元気になっていこうと、私たちもそんな娘から元気をもたらしています。

毎日うれしそうに登園しています。風邪をひいて休んだ時でさえ、「Eisに行きたい!」と言うくらい、娘はEisが好きです。子どもたちが楽しむことを一番に考えてのびのび指導してくれる、そんなEisが私も大好きです。

「い・やしの木クラブ」支援校!
シンガポールの子育てを応援するボランティア
教育サークルHELLO HELLO ボランティア募集
連絡先 HP: 9017-4509 (大久保)
E-mail: ktrmama@starhub.net.sg

保育時間: 9:00~15:00 (全日クラス)

イース インターナショナル プレスクール
7 Seraya Lane Singapore 437275
Tel: 6348-4780 (日本語でどうぞ)

★ホームページを開設しました! <http://eisintl.com>

旅のご用命は郵船トラベル
春休みの一時帰国、日本在住の方への呼び寄せにご利用ください。

JAL JAPAN AIRLINES
●日本行き GV4 (4名様以上)
大人 ss650 子供 ss520
●日本行き GV2 (2名様以上)
大人 ss800 子供 ss640
●呼び寄せ
大人 ss810~ 子供 ss595~

ANA A STAR ALLIANCE MEMBER
●日本行き GV4 (4名様以上)
大人 ss650 子供 ss520
●日本行き GV2 (2名様以上)
大人 ss800 子供 ss640
●呼び寄せ
大人 ss800~ 子供 ss600~

スタークルーズプロモーションもご紹介します。

最新情報はウェブサイトにて! www.yusentravel.sg

お気軽に日本人スタッフまでお問い合わせください

郵船トラベル TEL 6732-1511 FAX 6733-0216 E-Mail ysi@ytk.co.jp
YUSEN TRAVEL (S) PTE., LTD. 場 所: 高島屋(ニーアンシティ)タワーA 9階

* Information *

インフォメーション

E tonHouseが新しい理想の幼稚園をオープン!

今年4月、イトンハウスがオーチャード・ブルバードに新しい幼稚園をオープンします。乳幼児期の早い段階からより良い教育を、という要望にお応えし、1歳半~6歳を対象にインターナショナルプレスクールを開園。「問う、考える、学ぶ」に基づき、子ども自身の探究心を大切にしたい新しい教育アプローチを提案します。このカリキュラムは長年のリサーチと世界各国で成功した幼児教育例を研究して開発されました。国際バカロレア初等教育課程(IB PYP)のほか、3つの教育法が基になっています。保育内容は、一人ひとりを尊重してその好奇心や自己表現に合わせて進められ、創造性に富み、社会性、表現力、知性が豊かな子どもへと導きます。また、広い園庭と整えられた園舎は、子どもにとって最高の環境です。友達と過ごし、愛情溢れる先生と学び、遊びのなかから自由な発想力を養う...一人で絵本を読み、屋外で自然と触れ合う...このような子ども主体の穏やかな毎日のなかで子どもたちは自分自身を育てていきます。

イトンハウスの新しい幼稚園に興味のある方は、日本語で右記までご連絡を。



EtonHouse
2 Orchard Boulevard
Tel: 6252-3322
Fax: 6746-9123
www.etonhouse.com.sg
momoyo@etonhouse.com.sg

お知らせ

東京和食さん(チャイムス店) 2周年記念 お料理全品30%オフ

洗練された美食空間「東京和食さん」。昨年の1周年記念のときも大好評だったため、今年も「2周年記念プロモーション」を行います。3月1日(金)~12日(月)の限定12日間、店内での食事に限り、ランチ・ディナー共にお料理全て30%ディスカウント! このチャンスに気になっていたらメニューを試してみたいか? なお、チャイムス店のみのプロモーションです。

東京和食さん(チャイムス店)
Japanese Dining Sun
30 Victoria St #02-01 CHIJMES
Tel: 6336-3166
ランチ12:00~15:00(L.O.14:30)
ディナー日~木・祝18:30~23:00(L.O.22:30)、金・土・祝前日18:30~24:00(L.O.23:00)無休



お知らせ

YMCAでボランティアを募集

メトロポリタンYMCAジャパニーズセクションでは幼稚園、小学校に通う日本人を対象にした体育活動(サッカー、水泳、体操)、野外プログラムの指導のお手伝いをしてくださるボランティアの方を募集します。(事前に研修を実施します)
対象: 中高生以上
活動場所: メトロポリタンYMCA 体育館、プール他



Metropolitan YMCA
60 Stevens Rd
Tel: 6839-8342/
6839-8345 (日本語)
担当: 立山・瀬川

お知らせ

プラセンタ使用のコスメ 読者限定プロモーション

注目の美容成分プラセンタ(胎盤)を使用したコスメが評判の「Sheer Secret」が3月7日(水)、SEIYUにカウンターをオープン! パルティ読者だけのうれしいプロモーションを行います。本誌持参の方に3月末まで、全品20%オフ! 顔のフリートリアルもあります。キットご購入の方にはさらにプレゼントまで用意。このチャンスに実際に手に取って、効果を実感してみたいか? 詳しくは「行ってきました!」(12ページ)をご覧ください。



Sheer Secret
SEIYU BUGIS (Level 1)
230 Victoria St, Bugis Junction
Tel: 6846-6696
www.sheerhealthpharm.com

とくどく情報

新しいJTBのマイバス

JTBの日本語現地発着ツアーの『マイバス』の新しいパンフレットが出来ました。今度は07年4-9月までです。日帰りバタムツアーやホテル鑑賞ツアーなどラインナップも充実。日本からの家族や知り合いにも最適な定番ツアーも用意されています。たくさんのレストランやスパで特別価格やプラスアルファのサービスを受けられる「ドキドキクラブ」やホテル内レストラン等にてセットメニューがお手ごろ価格で食べられる「楽Luckyセットメニュー」など...今回は高島屋4階JTBトラベルサロンが、DFS中2階JTBオーチャードラウンジ、SINGAPORE VISITORSセンター、各種ホテルでも入手できます。



JTB DFS内
オーチャードラウンジ
Tel: 6735-2847
営業時間: 10:00~18:30
年中無休

お知らせ

さしみハウス さくらや 3月初旬 移転拡大オープン!

美味しい刺身や寿司が自慢の老舗「さしみハウス さくらや」がGinza Plazaから Anchor Point Shopping Centre(Alexandra Rd)に今月初旬、移転オープンします。カウンターも含む64席と店内はさらに広がり、8月末には、個室なども増設され、ビジネス向け、グループでの利用も可能となり、82席に拡張予定です。また、さくらやでは新鮮な魚や日本食材を販売している店「FISH MART」も好評。寿司・弁当の宅配(Tel: 6872-5350)などのうれしいサービスも充実。

ネタは福岡や川崎、築地の本場から空輸で届けられ、新鮮さにこだわっているのがなんといってもおいしさの秘密。3月中に新店舗Anchor Pointに来店されると全てのメニュー10%オフです。利用の際、パルティ本誌をご持参ください。この機会をお見逃しなく。



さしみハウス さくらや
Anchor Point #01-32
Alexandra Rd(IKEA向かい)
www.sakuraya.com.sg
FISH MART さくらや
Village Centre店
3 South Buona Vista Rd
#02-01/02 The Village Centre
Tel: 6773-6973-6872-5350
営業時間: 11:00-21:00(毎日)
Parkway Parade店
80 Marine Parade Rd
#B1-83D Parkway Parade
Tel: 6345-4714
営業時間: 11:00-21:30(月~木)
11:00-22:00(金)、10:30-22:00(土)
10:30-21:30(日・祝)

お知らせ



教えて、テンプ。

第3回

テンプスタッフ

パッと輝く履歴書を書こう!

就職活動、まずは自分をアピールする履歴書を書くことが大切。シンガポールでお仕事を探す日本人の方には、和文・英文両方の履歴書を用意することをおすすめします。シンガポールでは、日系企業もあれば外資系企業もあるため、採用担当者に応じて履歴書を使い分けなければいけません。

Q 履歴書を書いているうちに自分のことが分からなくなってしまった…

A 履歴書は、あなたの第一印象を決める大事な書類。あなたを売りこむためのツールでもあります。引き出しをたくさん持っていて、中身は何が入っているかな、と好奇心をつらせ、開けさせるのが鍵です。その内容は、面接の際に聞かれる質問にも大きく影響します。そのため自分自身を正しく理解してもらい、相手に興味を持たせるように書きましょう。何よりも**履歴書を書くことによって、自分をよく知**

ることが重要。しかし書いているうちに煮詰まることも。テンプリンちゃんのように悩み中なら、友達や家族に自分の長所や短所を聞いてみては？ 自分では気付かない一面を知ることあるはず。また、自分を何かに例えて表現してみてもおもしろいかもかもしれません。実際に、「私はニューハーフのような人間です(外見は女でも内面は男のようにサバサバしている)」と書いた女性で、内定を受けた方もいます。

Q フォーマットなし、自由なのはいいけど、英文履歴書って何をどう書くの?

A 和文履歴書はフォーマットが決まっているため、項目ごとに内容を記入すればよいのですが、**英文履歴書は自由形式**。日本のように履歴書が売られていることもありません。そのため、各自ワード等の文書作成ソフトを使い、履歴書を作成することになります。英文履歴書には、PERSONAL DATA(個人情報/名前や生年月日など)、WORK EXPERIENCE(会社名・勤務年数・役職名・仕事内容や仕事で身に付けた能力など)、

EDUCATION(学歴・カリキュラム・取得学位)、CERTIFICATION(資格)を記載。その他に興味やボランティア、スキルなどを載せてもよいでしょう。また、和文履歴書では学歴や職歴を古いものから順に書きますが、**英文履歴書では最近のものから順に書きます**。自由に項目を作ることができるので、自分がどんなことをやってきて、何が出来るかという**自分を評価する項目を作り、ぱっちりアピール**しちゃいましょう!



劉文鋒 (リウワンペイ)

第40回

「健康」の基準

知って得する中医学智慧袋

今月から健康に役立つ簡単な智慧を少しずつ紹介していきます。大半の現代人は、毎年の健康診断などで検査数値が正常内であったり、レントゲンの検査で異常がなければ、ひとまず自分の健康状態は大丈夫と判断し安心されるでしょう。しかし実際は、倦怠感、手足のむくみ、不眠、動悸、頭痛、生理不順など、すつきりしない症状がある方が多いのではないのでしょうか？

- 起床後、洗顔前のチェック
- 昨夜はぐっすり眠れ、すっきりと起きることができた。
- 体に痛み、しびれる個所、不快な症状がない。
- 微熱、歯皮、皮下出血、不正出血、発疹がない。
- 目や二がたくさん出ていない。
- 舌に苔(こけ)が分厚くついていない。
- 寝る前のチェック
- 気持ちよく排便し(1~2回)小便が濁っていない。
- 心地よい食欲があった。
- うつ状態にならなかった。
- *多少のストレスは普通
- 手足のむくみ、ひどい口の渇きがなかった。
- 昨日と比べ、体に異常がなかった。

以上、毎日10項目すべてに○がつく人は、特に心配をする必要はなく、サプリメントも必要ないでしょう。快食・快眠・快便・適度な運動を心がける程度で十分です。多少、検査数値でひっかかっていたとしても心配りません。元気な体には強い自然治癒力が備わっていて、多少のバランスの崩れは自分の力で治していくことが出来るからです。2項目以上×が3日以上続いている人は、要注意です。なんらかの治療や生活習慣の改善が必要でしょう。さらに一週間以上続いている場合は、医者にかかる必要があるでしょう。

美濃漢方診療所所長、シンガポール厚生省公認中醫師。1953年台湾省高雄生まれ。中華醫事学院卒業、北京中薬大学修士、大阪市立大学卒業。京都大学研究を経て、廈門大学中医学卒業。[財]中西医院、陸軍医務所。

企業様へ

人材をお探しの場合

- ご依頼
- ヒアリング
- ご紹介
- 採用

求職者の方へ

ご登録から就業開始までのお仕事紹介の流れ

- 履歴書、職務経歴書のご送付(ご登録)
- 専門コンサルタントと面談
- 求人のご案内
- 企業への応募
- 面接のアレンジ
- 就労ビザのサポート

お問い合わせはこちらまで

16 Raffles Quay, #27-04 Hong Leong Building Singapore 48581
Tel: 65-6226-1308 E-mail: good-job@tempstaff.com.sg

STUDIO ARTS passé

日本語で学べるバレエ教室
スタジオアーツ パッセ

11 Unity St. #02-16 Robertson Walk (S) 237995 www.studioartspasse.com

パルティ

毎月1日発行

パルティ折り込み広告が
更にお得になりました

~~\$1200~~ ➡ **\$600**

Tel: 6224-8912

アジアの避暑地

インドネシア バンドン

パパはゴルフ、ママはスパ、ボク・わたしはカブト虫採集の地獄!

日・水・金のご出発

- バンドンフリータイム 3日間 \$480より
- バンドンゴルフパッケージ 4日間 \$580より (ゴルフ2R 日曜日出発)
- カブト虫採集ツアー4日間 \$628より
- チアトル温泉でのスパ体験 \$80より

※その他、お気軽に見積もり致します。

呼び寄せ 一時帰国

業務出張 家族旅行

産経旅行シンガポール支店
TEL: 6222-6600 FAX: 6224-1400
E-mail: info@sankeiitourist.com.sg

バンコク・シラチャ・ジャカルタ・クアラルンプール・東京・大阪・名古屋・福岡・札幌・仙台・広島・松山・アメリカ8都市

美濃漢方診療所

劉文鋒
中醫師

内科・婦人科・皮膚科

- シンガポール厚生省公認中醫師
- 北京中薬大学修士(内科学専攻)
- 大阪市立大学法医学部卒

※各種保健取り扱い有り
詳しくはこちらで
www.minomedical.com

予約制・相談無料・日本語で診察

402 Orchard Road #04-18 Delfi Orchard
Tel: 6738-0300 Fax: 6738-6976
10:00am~6:00pm
休診日: 月曜、祝日、第2・4日曜日

最寄り駅 MRT NS22 Orchard

Personal Voice
じゃん²
無料伝言板

●掲載ご希望の方は、**ファクシミリ**(6224-8932)、**郵送**(66A Tras St. Singapore 079005)または、**Eメール**(parti@mbox1.ntti.net.sg)で、編集部までお申し込みください。勝手ながら、このコーナーに関してのお電話でのお問い合わせは一切お断りしております。

●**締め切りは毎月10日正午**です。

●無料掲載分で字数が多い場合、一部割愛させていただきます場合もあります。また、編集の都合により掲載されないこともあります。

●**営利目的の内容(教えます。お部屋貸しますなど)及び求人広告は有料**です。また、探しています、お知らせでも**企業や店舗の営業案内、テナント事務所等は有料**となります。掲載料は**50字以内\$30、100字以内\$50**、クロスチェックを原稿と一緒に郵送ください。**支払先はParti Pte Ltd**です。

●このコーナーでは、ご依頼者からの情報を掲載しています。パルティでは内容についての責任は負いかねます。

教えます

■資格取得 日本語教師養成420時間通信講座 文化庁のモデルカリキュラムに対応した養成講座が通信教育でしかも日本4分の1(日本は60万円以上)の授業料で受講できます。検定試験対策にも対応。

授業料:1680オーストラリアドル
期間:1年間(半年も可)
基礎講座のみ(10週間)
授業料:990オーストラリアドル
創立21年 World Japanese Language Centre
4/1 Cleland Rd, Artarmon NSW 2064 AUSTRALIA
卒業生1500名突破
Tel: +61-2-9904-7239
Fax: +61-2-9904-7241
E-mail: wjlc@netspace.net.au
www.wjlc.net

■3か月で英会話が話せるようになります。正しい発音できれいな英語。ビジネスマン、主婦向けグループ、プライベートレッスン、子ども向けグループレッスン。オフィスへの出張も可。
Hp: 9871-6383 (日本語可)

譲ります

■ベビーカー譲ります
マクラーレン Triumph 黄×紺(7か月使用) \$100
Hp: 8118-0436

譲ります

・まんが日本昔話ビデオ(VHS)市販品1集、2集、(3本を除いてほとんど未開封)計20本 \$60
・トランス1.5kw(2個) 各\$15
Hp: 9650-5204

譲ります(取りに来て下さる方希望)

3月6日以降にご連絡ください。
・靴箱(縦31×横52×高150cm) \$100
・室内用くるまSTEP2(縦86×横48×高80cm) \$100
・コンビジャングルジム(すべり台付) \$30
・ディズニー ベビー蚊帳(縦110×横173×高80cm) 食卓で使用するような、虫よけの大きい感じです。 \$10
・リトルスイマーズ(水中で使用可能なおむつ) Lサイズ(緑/新品) \$10
・アップリカ2ウェイマザーバッグ(新品) \$20
室内用くるま以下、マザーバッグまでまとめて買ってください場合は、少し値段の交渉も可能です。
Hp: 9138-0453(SMSも可)

譲ります

・プリオ 木のレール 50ピース \$30
・和久洋三作 童具館の木の積木 (104個と144個のパーツ2箱、ビデオ付) \$60
Hp: 9750-8035

譲ります

・ディズニー ワールドオブイングリッシュ (PAL方式/全12巻) \$400
・ヤマハ 電子ピアノPSR-272 (椅子付) \$100
・ゲームボーイ(緑) \$50
・PICO ゲーム機(青) \$60
▼PICO ゲームソフト 各\$10
・トーマス
・しまじろう
・公文の数字
・はじめての英語
▼VCD 各\$8
・ごくせん2
・ホットマン1,2
・砂の器
・ブライド
・エンジン
・グッドラック
・人間の証明
・ラストクリスマス
・逃亡者
・Mの悲劇
・ディズニー系子供向けビデオ(15本) 各\$7
Hp: 9674-0133 (電話かSMSでどうぞ)

お知らせ

子供ピアノパフォーマンス

3月28日(水)、29日(木)の2日間、19:30~20:00、20:30~21:00の計4回に渡って、エスプラネードのコンコースにて、日本人とシンガポールの子供達がピアノのパフォーマンスを行います。入場無料です。どうぞお気軽にお越し下さい。

JEPUN HITAMメンバー募集

サッカー好きの小学生集れー!! サッカー好きの小学生なら男女を問わず大歓迎! 親子で楽しめるイベントも盛りだくさん。毎週日曜日の午前中にAR-JASスポーツセンター(日本人会)グラウンドで練習しています。見学・トライアル随時受付中。
Hp: 9180-7601(坂井)

Email: jepunhitam2007@yahoo.co.jp

バス&ピヨンドからお知らせ

今回の出産準備クラスは、4月13日(金)からとなります。母乳関係クラスは、4月24日(火)、ベビークアは、3月17日(土)と5月12日(土)です。詳細はホームページからご覧になれます。お問い合わせはメールでどうぞ。また、3月1日より、センターは同ビルディング(タングリンショッピングセンター)の#05-18に移転となりますので、よろしくお願致します。
www.birhandbeyond.com.sg
Email: jstaff@birhandbeyond.com.sg

ミュージアム日本語ボランティアガイドのご案内

シンガポール国立博物館、シンガポール美術館、アジア文明博物館の3館で火曜~金曜の10:30より無料ガイドを行っています(祝日を除く)。国立博物館では、最新の技術を駆使したヒストリーギャラリーや4つのテーマ別に展示されたリビングギャラリーなど家族全員で楽しめます。シンガポール美術館では、フィリピン、マレーシア、ベトナム、インドネシア、それぞれ4か国の独自性を表現した作品展"Art of Our Time-Part2"と「Chen Wen Hsi生誕100年展」を4月7日まで開催予定。アジア文明博物館では、アジアを4つの地域に分け、東南アジア、西アジア、東アジア、南アジアの4ギャラリーから多民族国家シンガポールのルーツを探ります。特別展"Mystery Men"は4月15日まで開催中です。

ミュージアム日本語ボランティアガイドグループ 入会説明会のご案内

ミュージアム日本語ガイドグループでは4月入会の方を募集。毎週火曜日から金曜日の10:30より、アジア文明博物館、シンガポール美術館で日本語のガイドを行っています。昨年12月にリニューアルオープンした、シンガポール国立博物館でも日本語ガイドを開始しました。このたび、入会説明会を行いますので、お気軽に直接会場へお越しください。予約の必要はありません。シンガポール生活を更に有意義なものにしませんか?
日時:3月5日(月)10:00~1時間程度
場所:シンガポール国立博物館(National Museum of Singapore)内Salon 93 Stamford Road
Tel: 6468-0724 (太田)
Email: jdtrainingcontact@yahoo.co.jp

The Singapore Cheshire Home ボランティア募集

The Singapore Cheshire Homeは、成人の障害者自立支援施設です。毎回15人ほどの入所者の方たちと音楽に合わせて軽いストレッチ運動をしています。特に専門的知識は必要ありません。毎回でなくとも、都合のつく時にちょこっと顔を出すのも大歓迎です。
日時:毎月第1、第3水曜日 10:00~11:00
場所:The Singapore Cheshire Home (159 Serangoon Garden Way)
どうぞお気軽にご連絡下さい。お待ちしております。
Tel: 6472-1594 (田宮)
Email: sinchme65@yahoo.co.jp

子育てを支援する「い・やしの木クラブ」からのお知らせ

「親子の遊びの広場」親子でふれ合う、楽しい時間を持ちましょう。経験豊富な日本人の先生が、手遊びや簡単な製作をご指導くださいます。(お子様の飲み物をご持参下さい。)
対象:1才6か月~幼稚園児まで
日時:3月20日(火)15:15~16:15
会費:\$5(実費)/回
開催場所:Elisインターナショナルプレスクール(「い・やしの木クラブ」協賛校) 7 Seraya Lane
※できるだけFAXでのお申し込みをお願いします。その際、連絡先とお子様年齢を明記してください。
Tel / Fax: 6463-5015 (やない)

シンガポールカトリック日本人会

「名前は人間一人ひとりの存在の証です。聖書の中で、『私はあなたの名を呼ぶ』というのは、神があなたを固有のかけがえのない『大切な人』として認めているということ。人生の迷い、孤独感にさいなまされても、大勢の中からあなた一人を選びだし、慈しみ深い愛のまなざしを注ぎ続けてくれる御方がいるのです。」
鈴木秀子
一緒に自分を見つめる静かな時を過ごしませんか。未信者の方、これからカトリックについて知りたい方もどうぞご参加ください。ご希望の方には、カトリック日本人会発行のニュースレターをお送り致します。ご連絡をお待ちしています。
連絡先・代表 笠原智子
Tel / Fax: 6468-6965
Email: kasaharaj@pacific.net.sg

プチマナへのお誘い

歌や踊りに工作、聖書のお話など盛りだくさんの子供のバイブルクラスです。毎週金曜日4時

からファンクションルームなどでワイワイガヤガヤ楽しく集まってやっています。どなたでも気軽に来てみてください。参加費は無料です。興味のある方は下記まで、どうぞご連絡ください。
<3月の開催予定場所>
2日:Anchorage
9日:Normanton Park
16日:Dover Parkview *プチパーティー
23日:Heritage View
30日:Dover Parkview *イースターエッグ作り
Hp: 9059-1752 (丹沢)
Email: sarangleejp@yahoo.co.jp

シンガポール植物園レインフォレストレイル 日本語ガイドのお知らせ

3月・4月のガイド日程
3月3日(土)、14日(水)、4月7日(土)
3月3日(土)に限り、同時に国立ラン園特別ガイドも行います。(ラン園ガイド希望者は先着6名まで。)
10:00~(受付9:45~)
集合場所:植物園ビジターセンター(無料)
シンガポール植物園日本語ガイドグループ

ポプラ文庫へのお誘い

ポプラ文庫では、教会のホールをお借りして日本語の絵本・児童書の貸し出しを行っています。絵本が大好きな方、お子さんと一緒に絵本と親しみたい方、ぜひ一度お越しください。(ボランティア・スタッフも募集中です。詳細はブログをご覧ください。)
日時:3月8日・22日の第2・第4木曜日 15:00~16:30
場所:Kay Poh Road Baptist Church, 7 Kay Poh Road
ケイポーロードバプテスト教会 1階ホール(Zion RoadとRiver Valley Roadの交差点近くです。)
Email: poplarb@hotmail.com
http://blog.livedoor.jp/spoplar/

育児支援サークル【ぶるちへの】よりスケジュールのお知らせ

【ぶるちへのE g g s】 *要事前予約
対象:プレママ(妊娠中の方)
日時:3月29日(木)10:30~11:50(10:20開場)
内容:出産体験者との交流・体験談、お友達との名刺交換等
会費:\$ \$ 7
予約受付開始日:3月19日(月)
お申し込み方法:連絡先を明記の上、FAX:6474-4570、またはHP参照の上、Emailでお申し込み下さい。(先着30名様)
【ぶるちへのB a b y】 *事前予約不要
対象:開催日を基準に0~9か月児まで
日時:3月22日(木)10:30~11:30(10:20開場)
内容:手遊び、季節の歌、フリートーク等
会費:\$ \$ 5 (要共通参加者カード)
持ち物:名刺、靴用ビニール袋、参加者カード(リピーターの方のみ)
注意事項:
受付時に混雑が予想されますので、時間には余裕をもって、お早めにご来場下さい。対象年齢を超えた方のご参加は、ご遠慮願います。
【ぶるちへのぶち】 *事前予約不要
対象:9か月~1歳3か月児
日時:3月8日(木)10:30~11:30(10:20開場)
内容:手遊び、お友達作り等
会費:\$ \$ 4 (要共通参加者カード)
【ぶるちへのK i d s】 *事前予約不要
対象:1歳3か月~未就学児
日時:3月1日(木)10:30~11:30(10:20開場)
内容:手遊び、季節の歌、工作等
会費:\$ \$ 4 (要共通参加者カード)
★全ての開催場所:
日本人会3階ファンクションルーム1(日本人会会員以外の方も参加可能です)
●集合時間厳守にご協力下さい。
ホームページ
www.48.tok2.com/home/prutino

画期的な
幼児教育を実現します。

Eton House

インターナショナル幼稚園

新設幼稚園にお越しください。
2 オーチャードブルバード
幼稚園見学説明会

2007年3月24日(土) AM10.00-PM3.00
2007年3月25日(日) AM10.00-PM1.00

お問い合わせは 日本語で 62523322
Eメール: enquiry@etonhouse.com.sg ウェブサイト: www.etonhouse.com.sg



◎:日時 画:場所 \$:チケット代 ♪:問い合わせ先 ※各イベントは予告なく変更される場合があります。ご了承ください。

【今月のテーマ】 自慢の家(族)

うちの父さんは町内の将棋大会で3回連続優勝しました。それなのに何で娘の私は将棋の指し方も知らないのですよ... (匿名希望)

パ●大丈夫。私も知りません。

お姉ちゃんがこの間、英検1級受かりました。ここで自慢さして下さいますか? (フリティーミー)

パ●おめでとく(こ)います。世界に羽ばたけお姉ちゃん!

【来月のテーマ】 「おすすめリフレッシュ法」

例)おすすめはやっぱりスパ。心も体も生まれ変わったかのようにリフレッシュ!

我が家のベランダはミニミニオーキッドガーデン。赤、黄色、紫とカラフルなオーキッドで埋まっています。(フローニ)

パ●偉い! 私も植えてみたのですが、すぐ枯れてしまいました(泣)

オニのパンツ

かわいい出来事がありましたので紹介させていただきます。

先日「節分」に向けて、子どもたちと大きなオニのパンツを作りました。黄色と黒色の紙でトラ柄の立派なパンツができあがり、私も子どもたちも大満足。するとAちゃんが真剣な顔で、「オニって、虎にな

1月号の「夢紀行」のエジプトは、旅行したことがあるのですが、広い国で、とても全部の観光地は一度では、まわりきれません。そのひとつ、「シナイ山頂のご来光」は、宗教に関係なく、神聖で、次に機会があれば是非、訪れてみたいと写真を見て思いました。友人が旧正月にエジプト旅行に行くことになり、早速、記事を紹介しました。(ひの)

りたのかな?」とひとこと「どうして?」と聞くたびに「ライオンが魚になりましたからマールライオンになったんですよ」と。その後、「豆まきのときに、もしオニが来たら聞いてみる!」と張り切っていました。おニがくるところではなかったようです。

来年は絶対に聞くと今から意気込んでいるAちゃんです。(匿名希望)

編集後期

爽やかに住む、といっても日本と勝手が違う戸感(こ)ともありますね。我が家も洗濯機をめぐって3か月もオナーともめ、先日やっと和解。壊れた洗濯機にその場しのぎの修理を3回繰り返したあげく駄目で、別の洗濯機を運んできたかと思えば、オナーのお古(後)は新しいのを買った! 結局それもすぐ壊れようやく新品が来て手洗いの日々から解放。文明の素晴らしいさを痛感しています。

今月号の「PARTY」を読んだご感想・ご意見、シンガポール生活で感じたことなど、皆さまからのおたよりをお待ちしています

「トークX2」および「読者おたよりコーナー」に採用された方の中から大賞を選び、紀伊国屋パウチャー30ドルをプレゼントいたします。投稿の際、アンケート①今月号で面白かった記事とその理由、②つまらなかった記事とその理由、③ご感想、④取り上げて欲しい記事もお書き添えください。

応募はE-mailまたはFAXで受け付けています。
E-mail: info@parti.com.sg
FAX: 6224-8932

ペット紹介 MY COMPANION ANIMAL

私はクロボタンインコのポコと言います。色は黒いけど、ボタンインコの中でも希少で気品があるのよ! 私はこの家に来て6年になります。2人のお姉ちゃんとパパ、ママがとても可愛がってくれます。人の肩に乗ったり、髪の毛にじゃれるのが大好き! 特に下のお姉ちゃんとは、一緒に昼寝をするほど仲よしなのよ。

●ポコママさんちのポコちゃん・オス・6才●



Talk Talk

バルティ読者の井戸端会議場トークX2。シンガポールに住む私たちならではの情報や意見などを毎月テーマにそって大募集!

読者おたよりコーナー

大賞 エジプト旅行

CANTAR! SAIGENJI!

相棒のパーカッション、福和誠司の叩く激しいサンバのリズムに乗って、躍動感いっぱいギターをかき鳴らす。日本語の詩も異国のリズムに溶け込んで、熱く魅力的でカッコいいサイゲンジの音楽には情熱と切なさを感じられます。熱いステージをぜひ間近でご覧ください。(1日80席限定ですので、前売り券のご購入をお勧めします。)

※3月18日(日)にはモザイクのイベントに参加。コンコース(エスプラネード内)にて、21時より(無料)。こちらもお見逃しなく!

◎: 3月16日(金)、17日(土) 21:30~
画: Blu Jaz Too (Blu Jaz Cafe 2階)
11 Bali Lane Historic Kampong Glam
\$: S\$35(カイピリーニャ1杯付)
♪: Blu Jaz Cafe TEL: 6292-3800
ボンゴウ TEL: 6732-5234 (日本語)

BHSO Classical Delights

グモント序曲、モーツァルト作曲の「ピアノ協奏曲第23番」、シューベルト作曲の「交響曲第8番『未完成』」他。また同オーケストラでは、楽器経験者を急募しています。弦楽器全般、金管楽器はホルン、トロンボーン、木管楽器はクラ、ファゴット。練習は、ブラッデルハイツ・コミュニティーセンターで、毎週日曜日の15:00から18:00まで。(入団金、運営費、チケットノルマなど一切ありません。)

◎: 3月18日(日) 20:00~
画: ビクトリア・コンサートホール
\$: \$21~11
♪: SISTIC Tel: 6348-5555 www.sistic.com.sg
メンバー募集は、Hp: 9118-0270(高山)
Email: trumpettaka@yahoo.co.jp

THE PHANTOM OF THE OPERA

あの有名な傑作ミュージカルが、シンガポールに戻ってきます。フランスの作家、ガストン・ルルーの小説をイギリスの作曲家、アンドリュー・ロイド＝ウェバーが脚色。20年前に最初にロンドンのステージに現れ、瞬く間に話題になりました。以来、50以上の主要な演劇賞を受賞、20か国以上の国で上演され、世界中の8000万人以上の人によって観られた驚異的なヒット作品に、豪華な衣装と、大掛かりな舞台装置を使うそのステージは、後に続くミュージカルの先駆けとなりました。

ベアチケットを1名様にプレゼント
3月15日までに、3月号のご感想を添えて、バルティ編集部宛にEmailかFaxで、ご応募ください。
Email: info@parti.com.sg
Fax: 6224-8932

◎: 3月23日(金)~4月29日(日) 14:00~、20:00~
画: エスプラネード・シアター
\$: \$180~70
♪: SISTIC Tel: 6348-5555 www.sistic.com.sg

MOSAIC

毎年恒例、多彩なジャンルの音楽によるこのビッグフェスティバルに、今年は17か国から400名が参加。日本からもスカパパラダイス・オーケストラが熱いステージで魅せます。ほか、無料イベントも多数開催。詳しくはウェブサイトをチェックして!

◎: 3月9日(金)~18日(日)
画: エスプラネード
\$: 公演により異なります。
♪: SISTIC Tel: 6348-5555 www.sistic.com.sg
www.mosaicmusicfestival.com

HULA GIRLS

日本で大ヒットした話題作。福島県の「常盤ハワイアンセンター」がオープンするまでの実話をベースにした、笑いあり、涙ありのストーリーです。キャセイ・ザ・ピクチャーハウスの1周年記念映画祭で、2日間のみ上映されます。お見逃しなく。

◎: 3月23日 19:30, 21:30
3月24日 12:50, 15:00, 17:10
画: キャセイ・ザ・ピクチャーハウス
\$: \$9
♪: www.thepicturehouse.com.sg

幼稚園がだ〜いすき! お友達がだ〜いすき! 先生、だ〜いすき! そう言って毎日登園してくれた子ども達の一年間。子ども達一人一人が意欲的になり、いろいろな力を育ててくれたと成長を感じる3月。♪あんなこと〜こんなこと〜あ〜ったね〜♪

4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 12月 1月 2月 3月

日本人幼稚園 JAPANESE KINDERGARTEN
251 West Coast Road Singapore 127390
TEL: 6779-3434 FAX: 6777-1830
Home Page Add.: http://www.jks.com.sg
E-Mail: yochien@jks.com.sg

2007年度新入園児募集