

FREE MAILING MAGAZINE FOR JAPANESE RESIDENTS & VISITORS

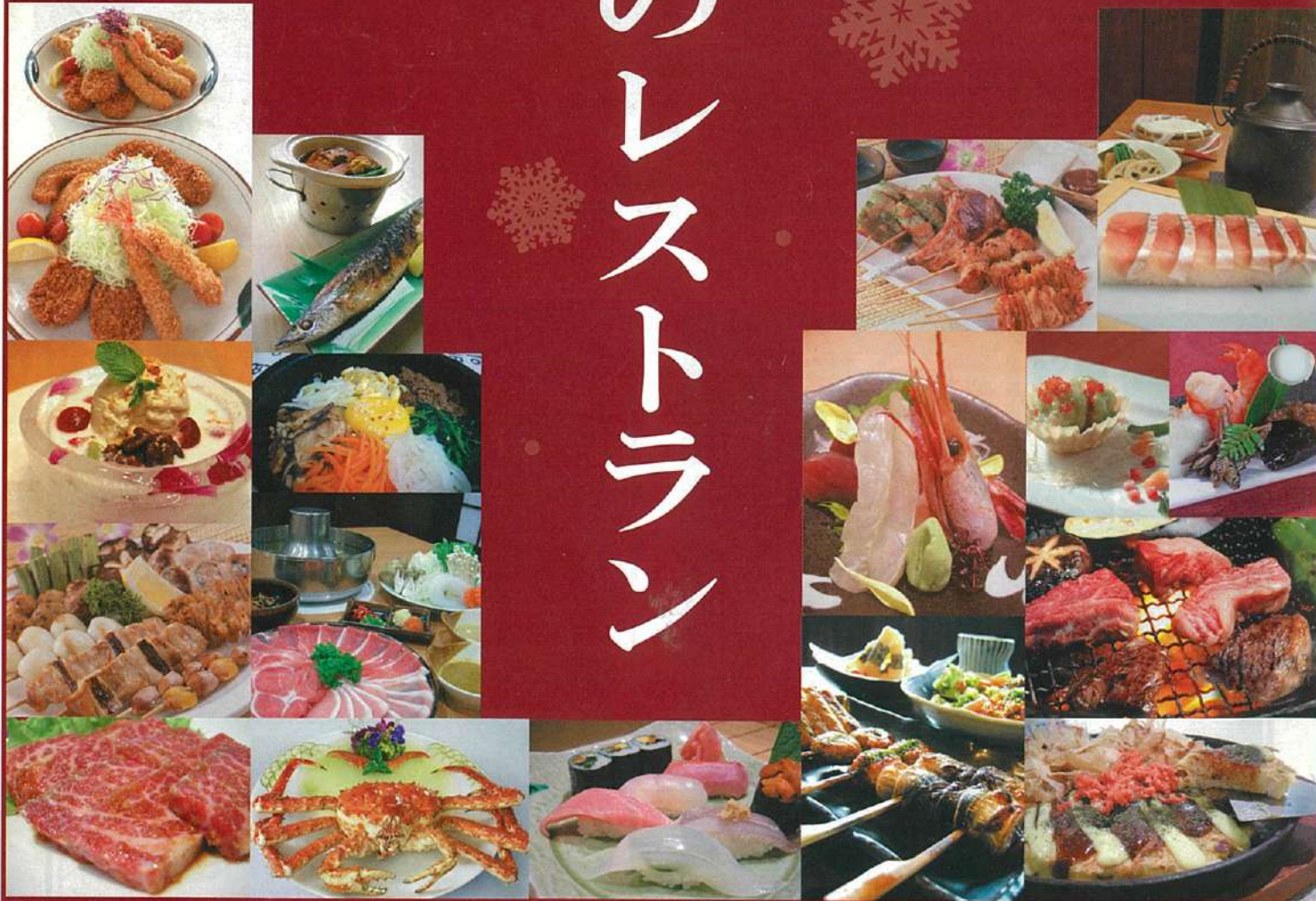
# パーティ

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

12  
2007  
毎月1日発行  
Vol.168  
[Parti]  
定価=0yen

特集  
探訪

## 味わいのレストラン

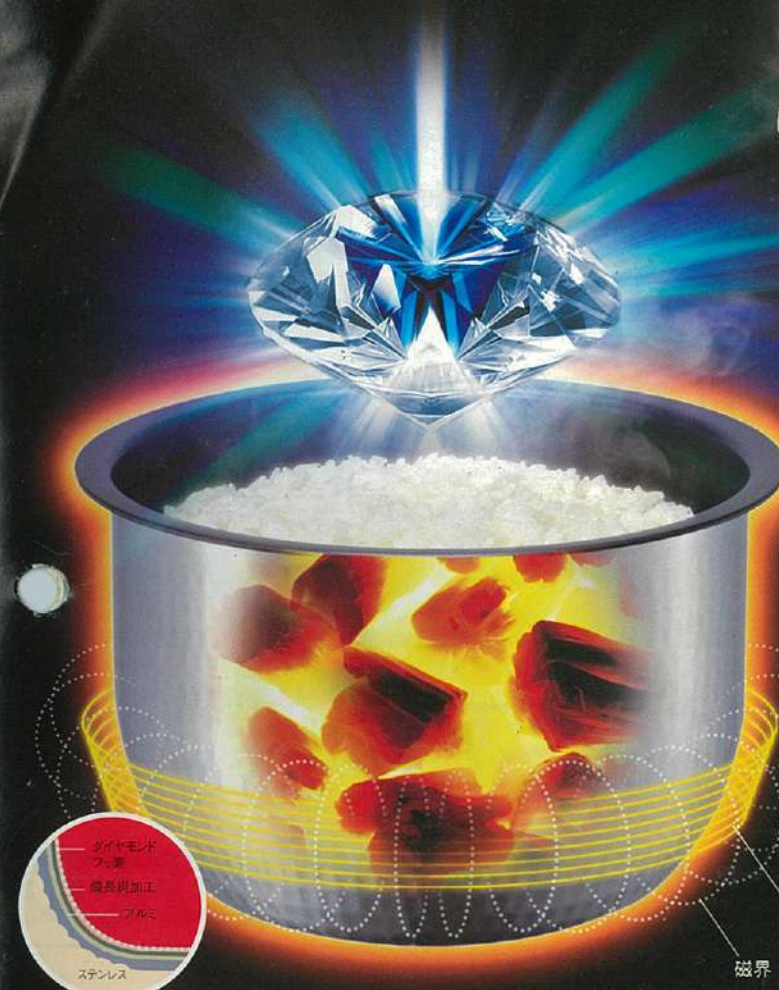


無料送付お申込みください [www.parti.com.sg](http://www.parti.com.sg)

Panasonic ideas for life



### ダイヤモンドが ご飯を美味しくする。



熱伝導率の最も高いダイヤモンド微粒子を内釜内面にコーティング。沸騰時の泡を大量に発生させてお米一粒一粒を芯からしっかり加熱。



**ダイヤモンド微粒子コーティング**  
大量の細かい泡が発生し、米粒と熱対流との接触面積が大きい。

**通常のフッ素釜**  
泡が比較的大粒で数が少なく、熱対流が少ない。

「旨火ダイヤモンド釜」 × 備長炭・打ち出し厚釜 × IH<sup>※</sup>ならではの高火力

泡の熱対流で75,000粒(一升)をムラなく炊き上げ。 遠赤外線効果の高い備長炭に加え、全面打ち出し釜が熱をしっかりと伝える。 釜自体が発熱するIH加熱方式だから、高い火力で全体を加熱。

※IHベースメーカーをお使いの方は、IHジャー炊飯器をご使用の際には念のため専門医師とよくご相談の上、お使いください。



#### うま味キャッチャー

センサーがおねばを感知した後、ふきこぼれないよう見張りながら、ギリギリまで強火で加熱し、うま味を引きだします。



#### メニューいろいろ マイコン調理でカンタン操作



#### 取り外して洗える 蓋加熱板

打ち出し加工  
ステンレス製



#### 少量炊飯

ご飯一杯から  
おいしく炊けます

2007年12月31日までにSR-JHF18をお買い上げ頂いた皆様にもれなく高島屋シンガポールでご利用頂ける\$80のクーポン券を1台につき一枚進呈致します。

\*クーポン券は、2008年2月2日までPanasonic Buildingにてお引き換え頂けます。(諸条件についてはお手数ですが下記のPanasonicのWebサイトにてご確認ください)

Panasonic Singapore. 2 Jalan Kilang Barat, Panasonic Building, Singapore 159346. Tel: 6277 8338 Fax: 6277 2338. Visit [www.panasonic.com.sg](http://www.panasonic.com.sg)

JENGGALA



## クリスマスギフトやお土産に バリ島生まれのテーブル雑貨を

世界中に多くのファンを持つジェンガラ陶器。シンガポールでは、キャセイにある直営店が移転オープンし、広くなったスペースで、さらに多彩な陶器に出合えるようになりました。

バリ島で誕生したジェンガラ陶器は、東洋と西洋のセンスが融合。シンブル・モダンでありながら、手作りの温かみも備え、どんな料理にもマッチする皿やカップを展開。そのハイクオリティな製品は、リッツ・カールトンやアマン・リゾートなど、世界トップクラスのホテルでも使用されています。

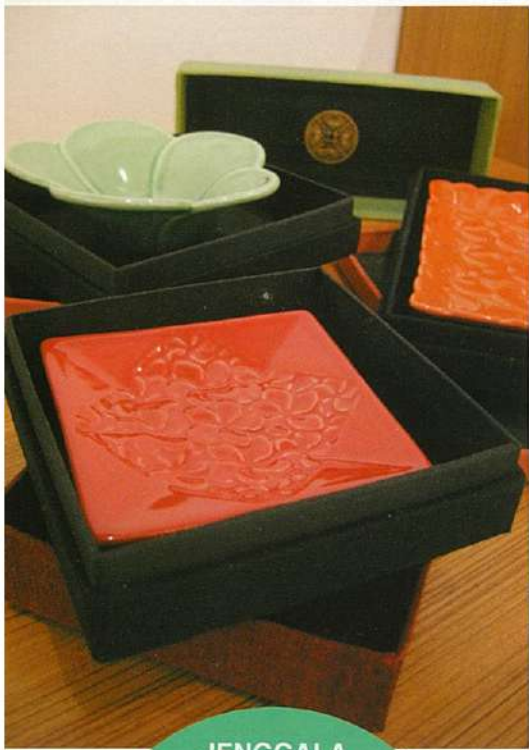
なかでも定番人気はフランジュパニのシリーズ。小鉢(12ドル)や箸置き(6ドル)など、リーズナブルな価格で、多彩なカラーバリエーションが揃います。洗練された布を使用したギフトボックス(6ドル)もあるため、贈り物にもぴったり！箱の底はクッションになっています。

12月は新作のイエローも入荷予定。南国らしいモダン・アジアな陶器で食卓を彩って。



### JENGGALA

2 Handy Rd #03-01 The Cathay  
(MRT ドービー・ゴート 駅よりすぐ)  
Tel: 6732-7881  
12:00 ~ 21:00



### JENGGALA

#### The Cathay Restaurant プロモーション

(2008年1月31日まで)  
「ジェンガラ陶器」を80ドル以上お買い上げの方に、中華料理「ザ・キャセイ・レストラン」にて、セットメニュー(68ドル)を1 FOR 1でサービス！  
中華料理「ザ・キャセイ・レストラン」で100ドル以上お食事をされた方に、「ジェンガラ陶器」を10%オフ！  
\*Terms and Conditions apply



### JENGGALA

Spend \$80\* at Jenggala and enjoy a 1 for 1 set menu at The Cathay Restaurant for \$68++

Enjoy 10% off at Jenggala when you spend \$100\* at The Cathay Restaurant

Valid from now to 31 Jan 2008

\*Terms and Conditions apply

The Cathay, 2 Handy Road #03-01  
Tel: 6732 7881 Opens 12noon - 9pm daily

パティシエさんが教える  
シンプル・スイーツ・クッキング

## クリスマスにぴったり ヨーグルトのレーズンケーキ



赤いクランベリー、緑のピスタチオで彩って、ひと工夫加えたクリスマスケーキ。みんながハッピーになりますように、祈りを込めた手作りケーキを召し上がれ。

### 材料

●レーズン80g ●くるみ60g ●グラニュー糖85g ●シナモン小さじ3分の1 ●薄力粉100g ●強力粉40g ●ベーキングパウダー小さじ2分の1 ●ベーキングソーダー小さじ3分の2 ●バター75g(無塩、有塩半々) ●卵2個 ●バニラオイル少々 ●プレーンヨーグルト200g ●クランベリー適量 ●ピスタチオ適量

### 作り方

①レーズンはぬるま湯で洗って、水を切っておく。くるみは120℃のオーブンで10分程焼き、細かく切る。グラニュー糖20gとシナモンを混ぜる。

- ②①の材料を全部混ぜ合わせて置いておく。
- ③バターをよく練り、グラニュー糖30g加えて混ぜる。
- ④③にバニラオイル、卵黄を加える。
- ⑤別のボールを用意し、卵白にグラニュー糖35gを加えて、しっかり泡立てる。
- ⑥④のボールにヨーグルトの3分の1を加えて、さっくり混ぜ合わせる。⑤で泡立てた卵白の半分を加える。ふるった薄力粉、強力粉、ベーキングパウダー、ベーキングソーダーを加える。残りの卵白とヨーグルトを加える。粉を入れたあとは混ぜすぎに注意。
- ⑦型に生地を半分を入れ平に広げ、②の半分を全体に振り入れる。その上に残りの生地を入れてから、残り

の②を振り入れる。

⑧170℃のオーブンで30分焼く。

⑨お好みで、細かく切ったクランベリーやピスタチオをのせる。



池野夕佳子(いけのゆかこ)  
SUN with MOON JAPANESE DINING & CAFEのパティシエとして、和の要素を取り入れた創作菓子を手掛ける。子どものころから、お菓子職人だったお母さんと一緒に洋菓子を作ることが好きだった。「誰でも作れる簡単なレシピを紹介するので、ぜひみんなで作ってみてください。」

## パーティ

12 2007 Vol.168  
毎月1日発行 [Parti]

Parti MICA(P)231/11/2006  
Publisher Parti Pte Ltd  
Blk 4 Jalan Bukit Ho Swee #01-158 Singapore 162004  
info@parti.com.sg  
TEL:6278-3622 FAX:6278-2517  
Chief Editor Takamori Tetsuo  
Sales Kawai Kenichiro kawai@parti.com.sg  
Chayne Lim chayne@asahi-np.com.sg  
Designer Akiyama Chiho  
Writer Aoki Asami / Araki Akiko  
Printer Innotech Communication Pte Ltd

## 子どもの芽を伸ばす!

今、話題の教育学者・齋藤 幸著「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: さまざまな活動をのびのびと楽しむ  
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://kgj.konohanagakuin.ac.jp E-mail: kgj@konohanagakuin.ac.jp

LinC Aesthetic Clinic

501 Orchard Rd #05-10 Wheelock Place  
Tel: 6732-0208  
日本語ホットライン 9662-0484  
9:00~17:00(土曜 15:00まで) 日曜休

肌のキメ密度を強力UP

Xmas前にキレイをチャージ!

スキン・リチャージ「イオン導入」で、シワ、毛穴、クマ、くすみを一掃

親身なカウンセリングと豊富な知識で、美をサポートする女性ドクターの美容クリニック「LinC」。今回は、肌荒れ、クマ、シワ、毛穴、美白、リフトアップなど、あらゆる悩みを解消してくれる「スキン・リチャージ・トリートメント」(\$88)をご紹介します。

ビタミンなどの栄養素は、そのまま肌に塗布するだけでは皮膚の奥までなかなか入っていかないもの。そこで、弱い直流電流を利用した「イオン導入」を用い、一人ひとりの悩みに応じてカスタマイズされたクリームを、高い技術で真皮層まで届けます。施術の流れはクレンジング、イオン導入、マッサージ、マスク。イベントの多いこの季節、キメの整った華やぎフェイスを手に入れて。



HAIR STYLE

BEFORE

AFTER

by HAIR TALK SALON



AFTER FRONT

コスミック・パーマが叶えるテンポラリーな大変身

パーマをかけてみたいけど、髪が傷むし、自分に似合うか心配。そんな人はぜひコスミック・パーマを！1か月程の短期間だけのパーマで、そのまま自然となくなっていく。今回は、トップだけ大きなロットに変え、ゆるめのウェーブで顔周りをエレガントに。ピンで簡単にアレンジ可能だからパーティーシーズンに最適です。

カラーは、刺激の少ない「DEMI COLOR」を使用。グレーヘアも目立たなくなります。



BEFORE



SIDE



VARIATION

● Y.Aさんの場合(ロング) プロモーション(下記広告)のパッケージAを使えば...

カット+コスミック・パーマ+DEMI COLORが225ドル(110ドルお得)

カットモデルY.Aさんの感想

洗い立てのときにナチュラルなウェーブが出るのでスタイリングもラクそう。顔が明るく見えるカラーも気に入りました。

hts HAIR TALK SALON

Let's talk about hair!

いまなら、パッケージ料金が  
お得な \$ 150 !

- (A) カット+コスミックパーマ
- (B) カット+縮毛矯正
- (C) カット+カラー+ヘアトリートメント or カラートリートメント

A, B, Cパッケージ、好きなものをお選びください。  
いずれも \$ 150(12月末まで)

12 Gopeng St #01-87 ICON Village (タンジョン・バガー駅近く)

6534-8568 (日本語対応)

営業時間: 10:30~21:00 (日・祝祭日休)



Established in 1935  
The Custom Shop

www.cycustomshop.com

創設1935年、老舗のカスタム・メイド・シャツ専門店

きらめくクリスマス  
コレクション 07

当店の最新コレクションで、カスタム・メイドのシャツを仕立てておまかせ。イタリア直輸入の生地はバラエティ豊かなストライプ、そして色をご用意。定番人気のクラシック・ホワイトから個性溢れるウォーターメロン、ラベンダーそしてエメラルド・グリーンなどを取り揃えております。また、多彩な種類のカラー(襟)、カフス、ポケットと豊富なモノグラムの中からお選びいただき、オリジナルのシャツが作れます。

リネン生地で作られ、カジュアルに前したカスタム・メイド・ジャケットとウールまたはウール混のテイラー・スーツが当店に新登場。ウール混のカスタム・メイド・スーツは、\$600からご提供しております。

Season's Greetings from CYC The Custom Shop Pte. Ltd.





100mの落差をもって流れ落ちるシャマレルの滝。



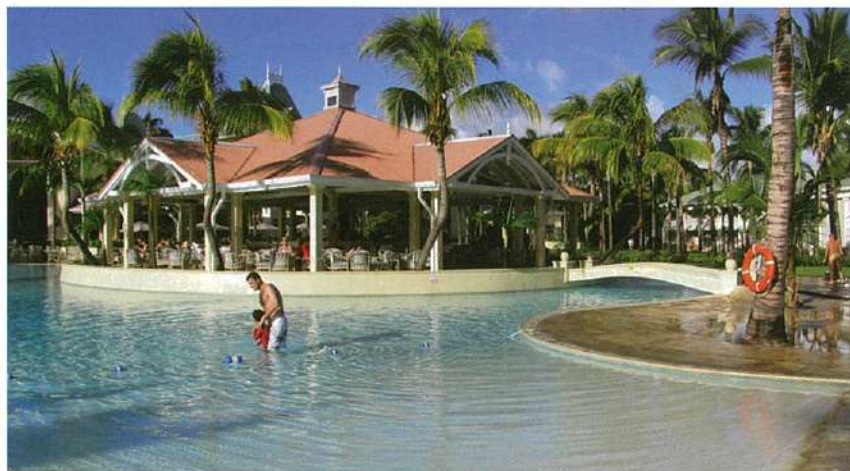
シャマレル火山によって出現した7色の大地。



ポートルイスのマーケットでは掘り出し物が見つかりそう。



インド人の多いモーリシャスでは、ヒンドゥー教徒たちの聖なる湖「グラン・バッサン」なども見どころのひとつ。写真はシバラ寺の神像。



モーリシャスはグレードの高いホテルが多く、極上のバカンスを過ごせる。

どこまで行ってもサトウキビ畑！  
モーリシャスの感想を聞かれた奈良さんの最初のひところは「サトウキビ」。国道の両側は地平線が見えるまで、どこでもサトウキビ畑が続く。その広大さが最も印象に残ったとか。「のどかな島なんです」と奈良さん。もちろん、砂糖は特産物。パニラティーや陶製品などもお土産に人気です。

ユニークな自然も魅力のひとつ  
ビーチリゾートのイメージが強いこの島。でも実は、北側では独特な自然を見ることができるとツアーに参加してみよう。鬱蒼と茂る緑の峰が続くブラックリバー。火山の影響で現れた赤、紫、黄色など七色の土地。豊かな自然のなかで驚いたり、癒されたりする一日になるはず。

首都ポートルイスでグルメ&ショッピング  
素朴な島に忽然と現れる町、ポートルイス。コロンビアな雰囲気が残り、欧米人も多く、小粋なショッピングも点在。セントラルマーケットでは安くお買い物を楽しめそう。また、川沿いはシンガポールのクラーク・キーを思わせる新しいグランドエリアが広がっています。

世界トップクラスのリゾートがお値打ち価格  
奈良さんのオススメは、東海岸のビーチリゾート。モルディブに引けを取らない白砂のビーチ、コバルトブルーの海が広がります。ホテルは大人テイストの高級感あふれるインテリアが主流。多くのホテルで別棟にキッズクラブを持ち、多彩なプログラムを用意しており、ファミリーにうれしい配慮も忘れていません。

そんな一流ホテルに、物価が安いモーリシャスならリーズナブルに滞在可能。しかも、朝夕食付き。さらになんと、「マリン・アクティビティ」や「放題」がこの島のスタンダード。これはかなりお値打ちです。この旅で最も奈良さんが感動したこと、それはホテルの接客。ホテルの教育もさることながら、モーリシャス人の人柄が成せる技だとか。モーリシャスで多数のホテルを視察した奈良さんのお墨付きです。



第86回 夢紀行

# モーリシャス

「インド洋の貴婦人」と謳われるモーリシャス。欧米では、カリブ海や南太平洋などと肩を並べる人気ビーチリゾートですが、日本人にはまだ認知度の低い魅惑の地。「きれいな海のほかに何があるの?」そんな疑問をお持ちの方、必読です。

『トム・ソーヤの冒険』の著者マーク・トウェインはモーリシャスを訪れた際、「神はモーリシャスというパラダイスを創り、それを真似て天国を創った」と語ったとか。

エアー  
モーリシャス航空で  
シンガポールから  
直行7時間

公用語はフランス語  
モーリシャスってどこ？

よくモルディブと混同されること多いモーリシャス。マダガスカル島の東約900kmに位置しており、アフリカ系とヨーロッパ系の混血であるクレオール人が多く住んでいます。そのほかインド系、華僑、欧米系とさまざまな民族が同居し、文化が交錯。植民地時代の名残で公用語はフランス語です。わずか3時間ほどで南北縦断ができるほど小さな島ですが、訪れてみると多彩な文化を体験できるでしょう。

トリップス・インターナショナル  
オペレーション・マネージャー  
奈良サウイトリーさん  
今年5月に訪れたモーリシャスの旅の感想を語っていただきました。

取材協力&ツアー問い合わせ先  
トリップス・インターナショナル  
TEL 6324-2811  
www.trips@trips.com.sg

日本の焼肉文化を伝えて25年

# 至福の和牛

自家製タレにもこだわりあり

日本が誇る焼肉文化を当地に伝えて25年。秘伝のタレは、10種類以上のスパイスを調合した奥深い味わいで、やみつきになった常連客も多数。

また同店で、一度食したら忘れられない味といえば、なんといっても「和牛特上カルビ」。オーストラリアの豊かな大地で日本人のために育てられた特別な牛肉を厳選して入荷しており、ほかではなかなかお目にかかれない逸品です。輝かんばかりの霜降り肉は、口の中で旨みが踊り、しばし至福のときを与えてくれます。

そのほかお馴染みの焼肉メニューがリーズナブルに揃う「大同門」。帰途、尽きぬ余韻に浸る晚餐を約束してくれます。

焼肉大同門 | YAKINIKU DAIDOMON

371 Beach Rd #01-07 Key Point

(コンコース向かい)

☎6295-2077 / 3077

www.daidomon.com.sg

11:30~14:30、

18:00~22:30



## 焼肉 大同門

クリスマス&ニューイヤー  
スペシャルセット  
12月21日~1月2日  
12ドル(2人分) きのこサラダ、揚げ  
赤ワイン、きのこサラダ、揚げ  
出しなす、刺身盛り合わせ、カ  
リフォルニア巻き、特選タン、  
特上カルビ、特上ロース、石焼  
ピピンバ、味噌汁、フルーツ  
※他の特典やバウチャーは使用不可。  
Terms and Conditions apply

1. ボリュームたっぷりの「クリスマス&ニューイヤー・スペシャルセット」、2. これが噂の「和牛特上カルビ」、3. お肉も野菜もジュージュー焼いて楽しんで、4. きれいな霜降りが入った上ロース、5. 多彩なシーフードも楽しめる。

## 特集 探訪 味わいのレストラン

2007年もいよいよ最後の月。

みなさん、今年も一年お疲れ様でした。

美味しいものを食べて、吞んで、

来年もまたがんばっていきましょう！

そんな気分させる選りすぐりのレストランを探してきました。



# 富久利

パルティ読者プロモーション  
(12月まで)  
平日  
・富久利プロモーションコース(55ドル)  
・焼酎ボトル30%オフ  
・アラカルト10%オフ  
・ランチ 小鉢無料サービス  
土曜  
・ランチ&ディナー 小鉢・デザート  
無料サービス  
さらにセットもアラカルトも  
10%オフ(飲物除く)

## 出汁の味わいがしみじみ旨い 意匠を凝らした コース

お値打ち価格で12月限定登場

今年9月に誕生した「富久利」。シンガポールのパン・パシフィックホテルをはじめ、世界数か国の一流ホテルで腕を磨いたシェフのドニーさんが理想の城として結実させた本格和食店です。

「料理の決め手は出汁」と断言するドニーさん。コース料理では、出汁が効いた優しい味、お次は濃い目の味と、緩急を付けたひと皿、ひと皿が心地よいメロディーのように続き、身も心も満たしてくれます。

ホールでは、気配り上手のユウコ夫人がおもてなし。「味は本格派、でも肩の力を抜いて通ってもらいたい」というご主人のドニーさんの店作りを見事に実現しています。今宵、その扉を開いてみては。



富久利 | TOKKURI

焼酎との相性抜群の「富久利プロモーションコース」  
1. 「豚しゃぶ冷菜」、2. 「豚の春巻」、3. 「川エビの唐揚げ」、4. 鰻節の出汁が効いたつゆが美味の「とろろそうめん」、または「うなぎ茶漬け」も選べる。5. 鮮度のよい「刺身三點盛り」、6. ハマチが中に入った「茄子舟盛り焼き」、甘辛い味噌仕立て、7. デザートは、チーズケーキまたはアイスクリーム。

12 Gopeng St #01-57/62 ICON VILLAGE  
(アマラホテル裏の新しいビル)  
☎6238-5863  
11:30~14:30 (L.O.)  
18:00~21:30 (L.O.)  
日休

# とん吉



## 料理人のひらめきが生み出す 新スタイルのカツ をプロモーションで楽しんで

永きにわたり万人を虜にしてきた「とん吉」のとんかつ。この厨房で7年間腕を振るうシェフのシムさんに、その秘密を問うと「第一に豚肉。素材を厳選することはもちろん、高い技術を以て、筋をいねいに取り除き、柔らかな歯触りを実現させています。第二にパン粉。自家製レシピで作る生パン粉でしっかり素材を包み、外はクリスピーで中はジューシーに仕上げています。第三に常にクリアな油で揚げることです」とのこと。伝統のとんかつの味を守りつつ、シムさんは豊富な経験を生かし、毎月新しいカツのスタイルを提案。さらなる美味に進化する、まさにとんかつの名店です。



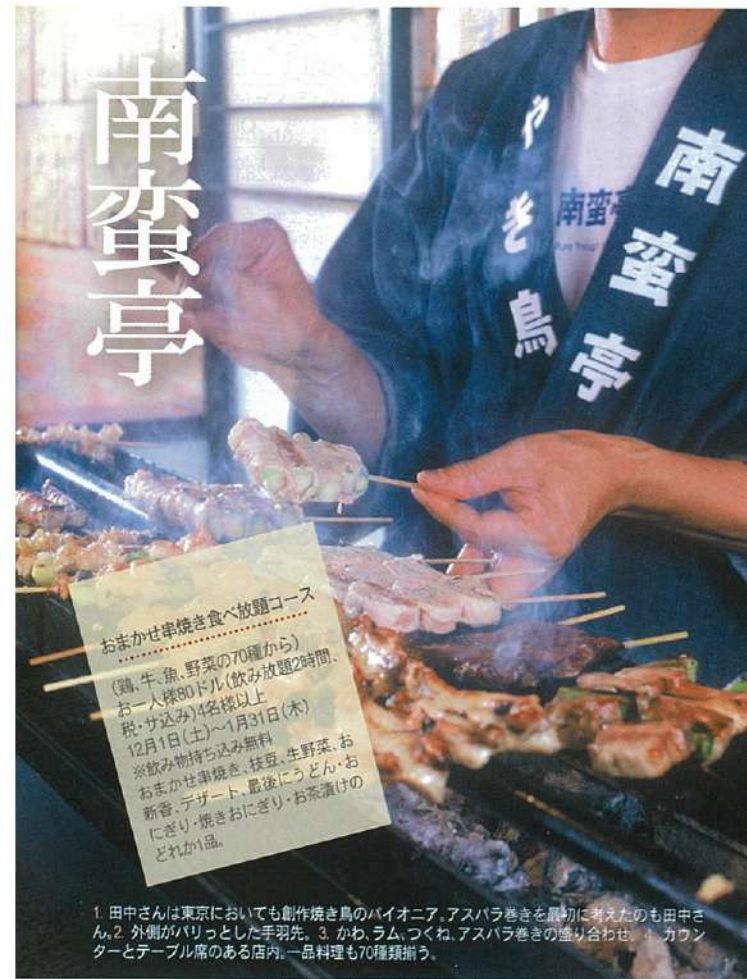
普通のカツだけではない新しいメニューをプロモーションで!

とん吉のシェフのシムさん

とん吉	TONKICHI
伊勢丹店 伊勢丹スコッツ店4F ☎6835-4648 11:00~22:00 (L.O.21:30)	サンテック・シティ店 サンテック・シティ・モールB1F(大塚水産) ☎6339-4231 月~金 11:30~15:00 (L.O.14:40), 18:00~22:30 (L.O.22:00)
高島屋店 ニー・アン・シティ(高島屋)4F ☎6735-7522 10:30~22:30 (L.O.22:00)	土日祝 12:00~15:00 (L.O.14:40), 17:30~22:30 (L.O.22:00)

1. ありそうでなかった新しいアイデアの海鮮かつとし、期間限定なのでぜひご賞味あれ。2. ホリウムのある「ツイン・セット」はファミリーにも好評。3. 食感の妨げになる筋を取り除かれ、柔らかいヒレかつ。窓からはオーチャードの美しい緑が見える、広々とした伊勢丹スコッツ店。

# 南蛮亭



## 職人が炭火で焼き上げる 創作焼き鳥 なんと70種類!

「実は女性のお客さんも多いんです」と語る田中さんの串焼きは、トマト、ナス、オクラなど野菜も取り入れた創作。田中さんはどんな料理を食べていても「串に刺せないかなあ」と考えてしまうとか、ピザにヒントを得て、チーズをトッピングしたトマト・ポーク巻きなど、組み合わせの妙に感嘆してまいります。焼き台が体の一部となっているという田中さん。炭の色で温度を察し、最も適した食材を瞬時に選んで置いていきます。焼き上がったものからテーブルに運ぶので、記憶力も勝負。店の中心に立つ熱練した職人の姿は、店に活気を与え、食欲に拍車をかけます。



串焼き一筋30年! 職人の技を堪能してください。

「南蛮亭」シェフの田中さん



南蛮亭	NANBANTEI
14 Scotts Rd #05-132 Far East Plaza ☎6733-5666 12:00~14:30 (ランチも好評営業中), 18:00~22:30 無休	

1. 田中さんは東京においても創作焼き鳥のバイオニア、アスパラ巻きを最初に考えたのも田中さん。2. 外側がパリッとした手羽先。3. かわ、ラム、つくね、アスパラ巻きの盛り合わせ。4. カウンターとテーブル席のある店内、一品料理も70種類揃う。

# THE CATHAY RESTAURANT



## 数々のグルメ賞に輝く 麗しの香港キュイジーヌ

今年1月、建物のリニューアルと同時に、新しく生まれ変わった「ザ・キャセイ・レストラン」。香港の有名店より招いたマスター・シェフのカンさんを中心に、伝統と新しさが融合した広東料理を披露。オープンより1年足らずでその評判は広まり、グルメ誌などで絶賛され、美味しいもの好きのシンガポール人が連日数多く足を運んでいます。カンさんの得意料理はスープ、とくにサメの骨やフカヒレを用いたスープは、コクのある味わいに加え、美肌効果もあって人気です。

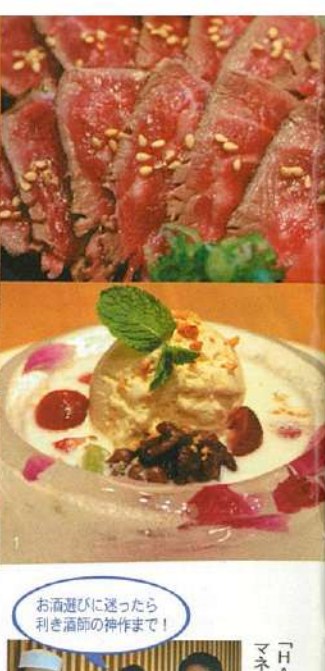
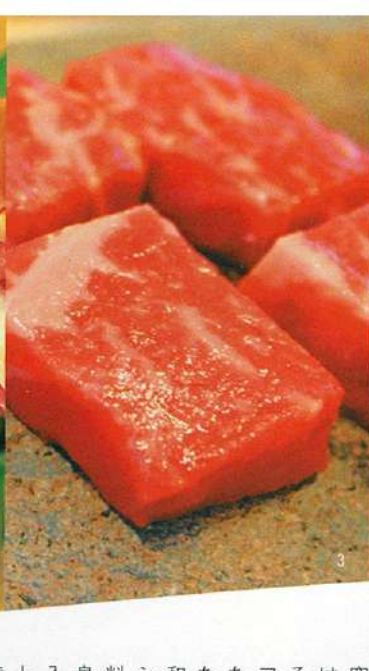
また、ランチタイムには手ごろな価格の点心が登場し、夜とは違う楽しみも。ひとロサイズの点心たちですが、そのなかに食材や調理法のこだわりがぎゅっと詰まっています。この建物、もとはシンガポールで最も古い映画館とあって、店内にはかつてこの地に集った映画スターたちの写真が飾られ、ちょっぴりノスタルジックな雰囲気。年の瀬、大勢で食すとなお美味しい香港キュイジーヌをこだわりの空間で。

12月のプロモーション  
・イヤー・エンド・コーポレート・メニュー  
(8人分・428ドル)

※注文時にパーティをご提示ください。  
※要予約。レストランでの利用のみ。  
※他のプロモーションやVIPカードとの併用不可。  
※12月末まで、休日・休前日は不可。  
※個室の予約は3テーブル以上のご利用に限る。

ザ・キャセイ・レストラン	THE CATHAY RESTAURANT
2 Handy Rd #02-01 The Cathay (MRTドービー・ゴート駅よりすぐ) ☎6732-7888 11:30~15:00 (日祝10:00~15:00), 18:30~22:00 点心テイクアウト・カウンター12:00~20:00 無休	





### 料理、もてなし、空間に 真心を感じる和ダイニング

HARU DINING | SAKE BAR

1 Fullerton Rd #01-07 One Fullerton  
☎ 6536-3080  
12:00~14:30,  
18:00~22:00(土・日・祝はディナーのみ)  
無休

「HARU」のゲスト・リレーションズ・マネージャーの神作弥生さん。真中央。マリーライオンのお酒のすくすくは、和の様式美とモダンさが調和した美食空間があります。「敷居が高いのでは」との考えは、店内に入れば変わるはず。もてなし上手な日本人スタッフたちに出迎えられるリラックスした気分。そしてメニューに記された手頃なプライスを見て、「上質な和食を気軽に食してほしい」と願うシェフの心意気を感じましょう。料理長の石山シェフは、フレンチ出身とあって、ときに洋の要素を取り入れたサブプライスな一品を出すこともあるとか。一方、春巻石85ドルでは和食の粋を凝らした料理の数々を堪能できます。日本酒とともに至福に浸るひとときを。

#### 今のお奨めうまい酒 5ドル

サッポロ エビスビール(1ボトル)  
本格芋焼酎 黒霧島(1グラス)  
吟醸 熊本神力(1グラス)  
※何杯でも注文可能  
(提供商品が予告無く変更される場合があります。)

お酒遊びに迷ったら  
利き酒師の神作まで!



- 上●「牛肉叩き ぼん酢仕立て」(9ドル)、下●氷の器に入ったデザート「トロピカルデザート」(12ドル)。
- 木のぬくもりと柔らかな照明が心地の良さを与える店内。
- 「石焼ステーキ 神戸牛」(150g・60ドル)は店の一番人気。
- 鮮度抜群の刺身盛り合わせ。

「HARU」のゲスト・リレーションズ・マネージャーの神作弥生さん。真中央。



#### お得なランチ

江戸前ちらし(38ドル税別)  
寿司(松・40ドル税別)など  
接待に人気  
おまかせコース(150ドル税別)  
月替わりで季節物を取り入れたメニューを提供  
小鉢、刺身、焼き物、煮物、揚げ物、寿司

- 素材を慈しむ中世古さん自慢の寿司。
- 冬の味覚、白子、安肝、焼きタラバガニ、奥地の専門店から取り寄せる香の物。
- 家族連れならプライベートな和室で。
- トロ、ヒラメ、タイなど贅沢なランチの「江戸前ちらし」。

週4回の空輪で届く食材は、鮮度の良さは当然のこと、質の高さにもこだわり抜いたものはかり。ランチは、そんな贅沢な食材を惜しみなく使いつつ、良心的な価格で提供しているとか。たとえば「江戸前ちらし」極上のトロと上品な味わいの酢飯を一緒に頬張る幸福といったら! もちろん寿司もお値打ち。寿司職人として長年の経験を持つ中世古さんの握りは、米粒を潰さず、適度に空気を入れて握る熟練の技が光ります。夜は、四季を映した料理が並ぶおまかせコースを。月替わりの一品料理にも旬の味わいあふれ、お酒とともに甘美なひとときを楽しませてくれます。

### 旬の食材の豊かな滋味を 昼はヨロコビのランチ、夜はコースで

中せい | NAKASEI  
11 Cavenagh Rd #01-13/16  
Holiday Inn Park View  
☎ 6734-6144  
12:00~14:30(ランチ、土日祝除く)、  
18:30~24:00(土日祝は23:00まで)  
無休

### 美味への探究心をかきたてる

### 焼酎100銘柄×モダン和食 ゆるりと過ごす愉悅のとき

さつま 焼酎ダイニング・バー

1 Nanson Rd #01-10 / #02-10  
The Gallery Hotel  
☎ 6235-3565  
12:00~14:30(ランチ土日祝除く)、  
18:00~23:00(金土は25:00まで)

米、芋、麦、黒糖、紫蘇、蕎麦、粟... 驚くべき焼酎の宝庫「さつま」。炭焼きの店として知られる「suisun」の姉妹店として誕生し、自慢の串焼きはもちろん、こだわりの創作和食を展開。なにがこだわりかといえば、焼酎に合う味とことん追求しているのです。メニューにはそれぞれ「米」「芋」などのマークが付く。どの焼酎に合うか表示するなど、心遣い配慮も。ちなみに100種の焼酎のうち、50種は独自に仕入れた逸品揃いです。全銘柄グラスで注文可能なので、飲み比べもできそう。桜模様の壁が心をほっこりさせてくれる安らぎの店内で、話のひびとを。

#### 忘年会プロモーション

宝山焼酎芋焼酎(750ml・\$78)  
1FOR1  
(予約時にプロモーション希望の旨をお伝えください。お持ち帰りできません。他のプロモーションとの併用不可。12月末まで)



- 自家製ドレッシングの「鮎サラダ」(15ドル)。
- 「鳥焼塩辛豆腐」(6ドル)。底に小さな穴が空く。飲み残しができないソラキューでくいと一杯!
- 手前から串焼き、「キムチ豚肉」(6ドル)、「長芋揚げ」(8ドル)。「秋刀魚梅巻」(2本8ドル)は梅のアクセントが効いた絶品。
- 桜模様が変わる空間を演出。
- 忘年会でぜひ飲みたい「宝山焼酎芋焼酎」。

### 探訪 味わいのレストラン



#### 幹事さんの強い味方! しゃぶしゃぶ食べ飲み放題

お一人様67ドル++  
各種豚肉(ロース、肩ロース、バラ)、野菜盛り合わせ、小鉢、飲み物(ビール、焼酎、日本酒、ウーロン茶)  
※特選黒豚は除く

- 豚肉(ロース、肩ロース、バラ)のしゃぶしゃぶ食べ放題。野菜も食べ放題なので栄養満点。
- 手前から和牛、黒豚肩ロース、牛、「特選黒豚しゃぶコース」(42ドル++)も好評。和牛はロの中にとろける極上の味。
- タレは、隠し味が効いたオリジナルのボンダレ、ゴマダレ、ボンダレの3種。
- 個室は4名から、最大35名で宴会ができる。テーブル席は、パーティションが高く、プライバシーが守られる。

宴会にぴったりの豚しゃぶ。なんと二日酔い防止に効くってご存じでしたか? 豚肉はビタミンB1、B2を多く含む、疲労回復にも効果的。しかもローカロリーです。「大隅は、そんなにいい事尽くめの豚しゃぶの専門店。上質な肉は、きれいな白い筋が入り、見てはだけで食欲をそそります。ロース、肩ロース、バラの3種類は、淡泊な味わい、ジューシーな食感など、それぞれ持ち味が違っていてどれも美味。タレも3種あるので、いろんな組み合わせを楽しんで。最大35名の個室は、和の趣ある掘りこたつ。年末年始の楽しい宴を演出します。

### ヘルシーなしゃぶしゃぶで 口福な宴を

大隅 | OHSUMI  
5 Koek Rd #03-24/28 Cuppage Plaza  
☎ 6235-6178  
11:30~14:30(ランチも好評営業中)、  
18:00~22:30



創業62年を迎える  
**シーフードの老舗**  
「シンガポールの味」を堪能



ロングビーチ | Long Beach

MAIN  
Next to ECP Burger King,  
☎6445-8833

DEMPSEY  
25 Dempsey Rd,  
Opposite Singapore Botanic Gardens  
☎6323-2222

IMM  
IMM Level 3, Next to Rooftop Garden,  
☎6566-9933

UDMC  
#01-04 East Coast Seafood Centre  
☎6448-3636



シンガポールを訪れる多くの旅行者が楽しみにしているもの、それはシーフード料理。なかでも有名な「ベッパ・クラブ」を生み出した店こそが、シンガポールの老舗海鮮レストラン「ロングビーチ」です。空輸便で届くアラスカ産キング・クラブや、スリランカ産クラブなど、鮮度抜群のカニを使用し、黒胡椒などのスパイスを駆使した独自のレシピで仕上げています。

同店の食材は、南シナ海や北太平洋など世界各地から届く逸品揃い。人気のオーストラリア産ロブスターなど、活きたまま毎日届くものも。

シーフード料理ひと筋62年という長い歴史のなかで培われた「ロングビーチ」の調理法は、素材の味を最大限に引き出し、多くのファンに愛されてきたもの。レストランはいつも活気にあふれ、まるでお祭りのような賑わいです。なぜか美味しいものが食べなくなる12月、シンガポールならではの味わいを堪能したくなったら、ぜひ足を運んでみて。



1. 見事なキング・クラブ! 2. ほのかな甘みのあるカナダ産ゲオダック(ミル貝)。3. 食べ応え十分のゴールデン・ストライプ・ロブスター 4. 1982年に誕生した伝統料理「ブラック・ベッパ・クラブ」。5. 注目のダイニングエリア、デンプシー・ロードに新店舗が誕生。

妥協のない素材選びが支える  
**これぞ日本の焼肉**  
新メニューも続々登場

なんと、牛一頭で1%しか取れない最高級品という「青ちゃん」の上カルビ。美しい霜降り肉のジューシーなこと! また、ガツンとした肉の旨みを味わいたい方は、新メニュー「和牛 神戸ビーフ」を。贅沢なステーキカットを塩でいただければ、ビーフ本来の甘みに感嘆するはず。「ほかでは絶対にこの価格では食べられません」と青野さんが自信をみながら語るこの逸品。最高のご馳走、アットホームな雰囲気、活力の源です。



焼肉亭 青ちゃん

100 Orchard Rd #02-22/26  
Hotel Meridien & S.C.  
☎6735-6457  
12:15~14:30(ランチ、土日祝除く)、  
18:00~23:00(土日祝は15:00~22:30)



和牛プロモーション  
(12月末まで・数量限定)  
・和牛 神戸ビーフ ステーキ  
カット(35ドル)  
・プレミアムコンビ(上カルビ  
&和牛サイコロステーキ)  
(22ドル)



お好み焼き、たこ焼き、うどん  
**関西の粉文化**  
そのままの味を再現

関西の食文化といえば、小麦粉を使ったお好み焼き、たこ焼き、うどんが代表選手。「どれも特別な料理ではないんです」と関口さん。とはいえ、異国では話は別。関口さんは日本から粉やソース、山芋などを取り寄せ、愛すべき関西の味をていねいに再現しています。開業11年、毎日鉄板の前に立ち続ける関口さんの腕は職人の域。アットホームな店内でお好み焼きが焼けるまで、関口さんの関西ジョークに笑うもよし、鉄板の上を眺めるもよし。一人でビール片手につまむ人もいれば、4~5人で特大お好み焼き「大阪城」(78ドル)をつつく人もいます。お好みで使える一軒です。

IROHA168  
442 Orchard Rd #B1-06/08  
Orchard Hotel Shopping Arcade  
☎6738-1683  
12:00~15:00(ランチ好評営業中・月曜除く)、  
18:00~22:00  
無休

**新宿**



お父さんがほっとする  
**あたたかい味**  
そして、おもてなし

ふくよかな笑顔を湛える名物おかみのいる店として、多くのお父さんたちが通う「新宿」。「年末は一年間頑張った自分にお疲れ様を言い、ぜひ一人でもいらしてください」とおかみさん。夜でも、ハンバーグやすき焼きなど、栄養バランスの取れた定食を16ドルから出し、一人で訪れる常連さんも多いといえます。鍋ほっけ開きなど、北海道出身のおかみさんこだわりの逸品も多数。厨房で腕を振るうりチャードさんは、料理人として10年の経験の持ち主。「日本人のための日本食」をモットーにするおかみさんが太鼓判を押す腕前です。



新宿 | SHINJUKU  
22 Cavenagh Rd Hotel  
Grand Central 1st floor  
(オーチャード、メリディアンホテル裏)  
☎6734-8436  
18:00~25:00(日・祝は23:00まで)  
無休





# 東京和食さん

忘年会・新年会メニュー  
+飲み放題  
お一人様80ドル・4名様以上  
(1月未まで)  
飲み放題(90分)は女性に人気の  
「ピーチバンデ」なども含む。  
※ SUN with MOON JAPANESE  
DINING & CAFE Wheelock Place店・  
The Central店でも実施。  
※ 2日前までに要予約。12月24、25、  
31日、1月1日は利用不可。



出来上がったときの  
色合いも大切にしています。  
東京和食さんの総料理長の  
澤井俊男さん。

1.「忘年会・新年会メニュー」は、先付、刺身サラダ、冬白菜とヘルシーポークの小鍋仕立て、イカと海老のサクサクチヂミ、ミニ和風ラーメン、デザートフルコース。2.チャイムス店だけの「クリスマス&年越しメニュー」(98ドル・12月24、25日、31日限定)。3.チャイムス店だけの「雑魚コース」(88ドル・1月1日～5日限定)

## まさに「旬」の味

季節感とトレンドに敏感な  
年末年始のコース料理も準備万端  
連日多くの客で賑わいを見せる「東京和食さん」。京都の老舗料亭で和食の真髄を学んだ、総料理長の澤井シェフの料理は、季節感があり、目でも楽しめる彩りのよさが特徴。頻りに日本に向き、最新のトレンド収集にも余念がありません。意匠を凝らした料理、そして総料理長自らが示すもてなしの心。それこそが多くのファンに支持される所以かもしれません。  
12月は、クリスマス、年末、お正月に合わせたコース料理を用意。冬の故郷を思い出しながら、和の美味に酔いしれて。

東京和食さん | JAPANESE DINING SUN  
30 Victoria St CHIJIMES #02-01  
☎6336-3166  
12:00～15:00(14:30LO)、  
日～木・祝18:30～23:00(22:30LO)  
金土祝前日18:30～24:00(23:00LO)



# 串焼 炭火焼 串銀



年末年始コース  
お一人様80ドル  
(飲み放題・2時間、税・サ込み)  
12月1日(土)～1月15日(火)  
前菜、焼き鳥、鍋料理、ご飯物

手羽先、ねぎま、しそ巻き、海老など魚介も多数揃う。左奥から逆時計回りにオクラ、つくね、うすら、ねぎま、銀杏、皮、しそ巻き、しいたけ。カウンター越しの賀茂さんとの会話も楽しい。

## 珠玉の串焼

若き職人が焼き上げる  
一品料理も美味  
肉から落ちた脂によって煙を操り、上手にスモークさせた香り高い串焼。ひと口食べれば、串焼き職人賀茂さんの腕とセンスの良さが分かります。串焼は、鮮度にこだわったレバーをはじめ、ねぎま、つくね、砂肝、かわ、なんこつ、ほんじりなど定番を含め50種類。通常、味付けは塩が中心ですが、お好みで選べる自家製タレは、肉汁が染み込んだ「一生手放せない物」と賀茂さんはいいます。  
仕入によって決める日替わり一品料理も楽しみ。串焼の傍ら、炭火で焼く焼き魚は絶品。カウンターでじっくり味わう一人客も多い一軒です。



炭火焼 串銀 | KUSHIGIN  
5 Koek Rd #01-01 Cuppage Plaza  
☎6238-6860  
12:00～14:30(ランチも好評営業中)、  
18:00～23:00(日・祝は夜のみ)  
無休

## 伝統の韓国料理

有名なお忍びで訪れる  
創業19年の歴史を持つ本場韓国料理店「セラベル」。俳優のイ・ピョン・ホンをはじめ、多くの韓流スターがお忍びで訪れるほどの本格派です。  
お肉は、オーストラリアやニュージーランドから厳選したものを入荷。そんな上質なお肉と一緒に、野菜もたっぷり食べられる「ブルコギ」など、大勢でわいわい囲みたい韓国料理が揃います。  
昨年12月に移転リニューアルした新しい店内には、宴会に便利な大中小の個室も完備。ちなみに同店は、シンガポール環境省から「ヘルシーフード賞」を受賞。伝統の特製ソースを絡めてお肉や野菜をお腹いっぱい食べれば、多忙な年末の疲れも吹き飛ばすはず!



# SE RA BEL

12月のプロモーション  
アラカルトメニュー  
全品25%オフ  
※ランチ、ディナーで利用可。  
パルティをご提示ください。  
※50ドル以上の利用に限る。  
※他のプロモーションとの併用不可。



1.人気の韓国料理「ブルコギ」。2.魚が食べたい気分ならサバをどうぞ。3.熱々の「ビビンバ」は外せない一品。4.キムチで元気をチャージ。5.韓国スタイルの焼肉を心ゆくまで楽しんで。

本格韓国レストラン セラベル  
SE RA BEL  
60 Eu Tong Sen St #03-01  
Furama City Centre  
(MRTチャイナタウン駅隣)  
☎6535-0336 / 6535-3038  
11:00～15:00、17:30～22:30

## 愛すべき庶民の味

赤ちょうちんに呼ばれ、暖簾をくぐる  
締めほとんどこつラーメンで  
ウェストコーストで人気の和食店「九州」の姉妹店として誕生して1周年。演歌をBGMに「この味、懐かしいなあ」と心の底から癒される一軒です。「日本食を食べるのが好きなんだ」と語るスティーブンさん。そのおらかな笑顔の裏に、師匠の味を舌で記憶し、追求してきた料理人としての20年の誇りと、純粋に和食を愛する姿勢が見えます。食材は九州と東京から合計週4回空輸で取り寄せ。ちょっとだけ贅沢したい日には「松御膳」(38ドル)を。刺身はもちろん、天ぷらのエビにも新鮮さがあふれ、お値打ちです。なんとメニューは200種類。締めはやっぱり、「とんこつラーメン」(10ドル)で決まり!

博多 | HAKATA  
33 Mohamed Sultan Rd #01-03  
☎6836-1039  
11:30～15:00、  
17:30～24:00  
日祝(17:30～24:00)



博多のシンボルの「博多」の「博」の字を  
「博多」の「博」の字を  
故郷に帰ったつもりで  
くつろいでください。

# 博多



12月のプロモーション  
(12月未まで)  
・生ビール1杯目無料  
・九州産の芋焼酎「一刻者」  
(ボトル85ドル)20%オフ

1.昼も夜もオーダー可能な「松御膳」(38ドル)。2.酒のつまみにぴったりな豚角煮(8ドル)と生さんまの塩焼き(18ドル)。3.握りごたつ式の個室。最大18名まで利用可能。4.一人客に人気のカウンター席。5.炭が出るほど美味しい味のカツカレー(11ドル)。

テレビは録画して観る。そして面白ければコピーして保存、友達にも貸してあげる。家庭用の録画機が普及して、これが当たり前のようになっていた。ところが、デジタル放送の登場でコピーができなくなつた。視聴者から「何とかしてこれという声が高まり、テレビ業界、録画機メーカーなどの間で、大きな紛争」になっていた。

日本で地上波テレビのデジタル放送が始まって約4年。現在は従来のアナログ放送もデジタルと同じ番組を放送しているが、2011年7月までにアナログ放送はなくなる。テレビ放送のデジタル化は世界的な流れで、日本も国策として実施されている。限られた資産の電波が有効に利用できることも、録画はできるが、コピーを

番組の高画質・高音質化、データ放送、双方向システムが可能になる。日本ではすでに約3割の家庭がデジタル放送を楽しんでいる。アナログ放送はコピーするたびに画質が悪くなる。3回を超えると見た目にも明らかな差が出る。それ以上になるととも鑑賞にたえられない画質になる。

ところが、デジタル放送は録画、コピーを何度繰り返しても画質は劣化しない。ハイビジョン画質のまま、映画のソフトが何枚も出てくる。これは著作権の侵害につながる。そこで、デジタル放送の開始とともにコピー防止の措置がとられた。「コピー・ワンス」と呼ばれるもので、録画はできるが、コピーを

すると、元の録画が消える仕組みだ。手元にはひとつの複製しか残らない。これでは不便で仕方がない、という訳だ。コピーに失敗すると、録画内容がすべてなくなってしまう。こうした視聴者の言い分と、著作権を重視するテレビ局が対立していた。

このほど、やっと決着がついた。「10回だけコピーを認める」というもの。「ダビング10」といわれるシステムで、間もなく製品化される。

テレビ局側からみれば、「個人として楽しむために10回もコピーが必要なのか」と疑問に思う。要は著作権の意識の問題。録画した番組は制作者の財産だと理解を深めてもらい、「コピー天国」から脱却するしかない。

## にっぽん 細見 第72回

小橋 繁好 (こはししげよし)

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。

## コピー天国

映画の試写会が終わると、すぐにDVDが裏社会に回るという。会場にビデオカメラを持ち込んでスクリーンを撮影するらしい。恐ろしいまでの「コピー天国」だ。

## 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

## つつい気になる 国内の金銭感覚

在外生活が何年経とうと、日本人の今の(幾らで何が買える)という金銭感覚は気になる。「こっちの方が幾分裕福に暮らしている」「何々が買える国内の人達が羨ましい」といついつ己の日常生活と国内のそれを比べてみる。国内のすべてを流石の目を追いつける国内だと、今度どこそこオープンした○○ビルズやら××タウンやらを覗きに行くという消費生活のパターンがある。

最近では「銀座の発展が止まらない」という書き出しで女性コラム書きが二つの最新スポットを見に行った週刊誌記事が目にとまった。一つは「上質な空間が歌い文句の銀座」の高級店。コートが10万円以上する高級店をテ

エクとして、次に探検するのはやっぱりお菓子類すると「小ぶりのマフィンが400円、小さい蒸しパンが300円位位してインフレ傾向だそうだ。高いのだ。銀座は物価が上昇し続けている。もう一つの取材先が「有楽町イトシア」なる複合施設で月賦の丸井がキーテナントだ。閉館直後に訪れてみると「丸井らしからぬエレガントな白亜の塔」なので、また高いのかとあきらめモードで入店。ところがファッショントピアの店を見ると北千住や上野あたりの丸井とそう変わらない。ワンピース6800円などの値札に「丸井は...市民の味方」と一安心してから、またお菓子屋を覗くと「コインパン105円からの庶民的価格」に癒される。パークバーの田舎モノには眩しい大都市トキョーのギンザでも、マフィンを菓子パンがこっちの金銭感覚で4ドルするか1ドルするかが重大関心事らしい。何となくホッとすることはないか。

二〇代から三〇代の父親千人のアンケートでお小遣

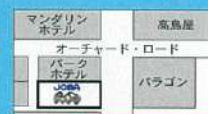
いの平均月額が38600円と報じる特集記事にも注目。「飲み会の二次会に誘われたとき、200円しかなかった(お小遣い2万円の28歳など辛いエピソードが並んでいる)。

自身ジャズを弾くので、投書欄に載った読者の感想にも同情を禁じえない。「趣味でバンドをやっているため費用の捻出には苦勞しますが、主な節約法は昼食。スーパーの安売りで買いためたカップ麺、バナナ一本、百円のおにぎりで済ませ...喫煙もしないし缶コーヒーも買いません」由。56歳の会社員とあるが、思えば当方がパークバーに移住したのは10年前、52歳の時だった。食品、飲食業関係は東京やシンガポールと比べて一機に安いバンクーバーだが、消費生活のささやかな喜びと言え、最近では定価2ドルの大判焼き海苔十枚入りパックを見つけた事だ。国内では洋菓子に目が行き(在在)はお買い得の日本食品が嬉しい。これはやはり昔から変わらない傾向かも。(以下次頁)



「あつ！」を経験してみませんか？  
心に響いたもの、感動したことは忘れません。  
JOBAは勉強の中の  
「あつ！」を大切に指導しています。  
受験・情報・勉強何でもJOBAへ  
JOBAはシンガポールの学習塾です。

20 BIDEFORD ROAD #11-01 WELLINGTON BUILDING  
お問い合わせは TEL: 6733-2300  
日本人スタッフまで  
(平日13:30~21:00)



MIKASA HAIR SALON

ミカサは日本のサロンのメソッドを取り入れ、くつろいだ雰囲気のアヘアサロン。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お待ちしております。是非一度お試しください。

MIKASA HAIR SALON ミカサ・ヘアサロン  
400 Orchard Rd #03-44 Orchard Towers (ヒルトンホテル斜め前) Tel: 6887-5525  
ご予約は日本語でお気軽にどうぞ 10:00~19:00 (日曜は15:00まで、火曜休)

PETS' STATION

Where Pet Friends Meet

ペットのことならおまかせください!!  
島内9店舗。毎日ディスカウント。  
1万点以上の豊富な品数。

21 Marsiling Industrial Estate Rd 9 (Office & Warehouse)  
Tel: 6363-1121 www.petsstation.com

6 Maju Ave (Serangoon Garden) Tel: 6288-0973	25A Lorong Liput (Holland Village) Tel: 6468-8838
99 Frankel Ave (East Coast) Tel: 6448-0633	Bik 82 Marine Parade Central #01-618 Tel: 6342-1611
1 Woodland Square #B1-09 Causeway Point Shopping Centre Tel: 6391-3547	Compass Point Shopping Centre No.1 Sengkang Square #B1-09/10 Tel: 6489-0669
Bik 109 Clementi St 11 #01-25 Tel: 6777-4882	302 Tiong Bahru Rd Tiong Bahru Plaza #03-13 Tel: 6276-6613
1 Jurong West Central 2 #01-40/41 Tel: 6791-9989	Jurong Point Shopping Centre

YMCA Metropolitan YMCA

2007年度1月生会員募集!!!  
新しくドッジボール教室が始まります!

ドッジボール	サッカー	スイミング	スポーツ	野外活動&体験学習	親子体操
ドッジボールの基本『投げる・キャッチする・かわす』を実際の試合を通して練習します。	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。	水慣れから始まり4泳法の習得を目指します。	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。	体験学習と各月ごとのテーマに沿って活動を行います。	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。
小学生	幼児(年中・年長) 小学生	ベビークラス(年少) 小学生	幼児(年少・年長) 小学生	幼児(年長) 小学生	1歳6か月~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/jp  
E-Mail:japanese@mymca.org.sg

お歳暮、クリスマス、お年賀の贈り物  
箱詰めラン 日本へ宅配  
締め切り日は12月23日(日)まで  
お申し込みはお早めに  
お電話・FAX・Eメールで、御注文下さい。  
日本人女性による本物のフローリスト  
マサコフローリスト  
マサコフローリストでは  
朝晩ランをその日の  
400 Orchard Road #06-07 Orchard Towers Tel:6732-1489  
後行便にも使えます Fax:6737-2073  
www.masakoflorist.com E-mail:masako\_florist@pacific.net.sg

旅のご用命は郵船トラベル

\* 年末年始 出発日 限定ツアー(いずれも12月29日出発 3泊4日)  
プーケット SS1,180 MI利用 メルキュール・パトン  
バンコク SS 920 SQ利用 インターコンチネンタル

\* 旧正月 出発日 限定ツアー(2月7日出発 3泊4日)  
バンコク SS 860 SQ利用 シャングリラ  
料金は大人1名ツイン利用の場合

\* スーパースターヴァーゴ  
2人目の方無料  
プロモーション  
(DBS・POSBクレジットカード  
お持ちの方/窓付きキャビンのみ)

ツアーの詳細・ご予約・お問い合わせは  
www.yusentravel.sgまで

スタークルーズ、ピンタン島など上記以外のツアーも取り扱っています。  
お歳暮に蘭の花、フルーツ、飲茶の日本宅配も受付中。

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(ニースアンティ)タワーA 9階

# 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](http://jijiweb.jiji.com/asia_info.html)



## 時事通信社 シンガポール支局

電話 6224-4212 FAX 6224-0711  
担当 糸井・利根川 メール [jijisp@jiji.com.sg](mailto:jijisp@jiji.com.sg)

### シンガポール 時事 刻々 第63回

## チャンギ空港に新ターミナル完成 自然採光で明るい空間演出

シンガポールの空の玄関、チャンギ空港に新たに第3ターミナルが完成し、来年1月9日から運用が始まる。旅客施設の拡張は1991年6月の第2ターミナルの開設以来16年半ぶりだ。民間航空局(CAAS)は第3ターミナルを12月9日まで一般開放し、市民の見学を歓迎している。

第3ターミナルを訪れると、全長300メートルの広大な空間にまず驚かされる。CAASの担当者が「見学には歩きやすい靴で」と呼び掛けるほどだ。中へ進むと、従来のターミナルで見慣れた出発・到着便を示す大型表示板が姿を消し、代わりに液晶モニタが多数配置されたことに新鮮さを感じる。

到着ロビーに入ると、5階建てビルの高さに匹敵する壁に設けられた「垂直庭園」の葉の緑に目を奪われる。また天井には採光窓と、光の方向を自動調整する反射板がずらりと並び、ロビーを明るく照らす。

い自然光で満たしている。

飲食店・小売り店を充実させたのも新ターミナルの売りで、世界初の国際サツカー連盟(IFIFA)のオリジナルショップや、欧州域外では初のフェラーリ・ショップなどが登場する。ふだんは航空機の乗降で通り抜ける空港ターミナルを、オープン前にじっくり探索してみよう。

12月9日までの開放時間は平日が午前10時から午後5時まで。



土曜・日曜日は午前9時から午後6時まで。有料のガイド付きツアーもある。



劉文鋒  
(りゅうぶんぼう)

### 第48回

美濃漢方診療所所長、シンガポール厚生省公認中醫師。  
1953年台湾高雄県生まれ。  
中華医学専攻卒業、北京中医学薬学博士、大阪市立大学卒業。  
京都大学研究員を経て、重慶大学中医学卒業。  
(財)中西医療院 監事兼医師。

## 漢方治療の効果を 高めるために

### 病気の原因を 考えてみる

病気には必ず原因があります。心身ともに無理をしていなかっただか、ストレスは何か、悩みすぎていないか、睡眠は充分とれていないか、きちんと食べているか、運動不足になっていないかなど、心当たりはありませんか？

安定した生活リズムと心は、心身にゆとりをもたらすし、体の自然治癒力を高めます。

快食・快眠・快便を心がけ、漢方薬の力を借りて根本から治していきましょう！

### リラクセスの効能

リラクセスを常に心がける習慣は、本格的な漢方治療の効果を最大限に高めます。

心と体は密接につながっています。中医学では「心身一如」といいます。「リラクセスしよう、気を楽にもとう、前向きに考えよう……」と常に心がけると、体

は次のように反応します。

- 中医学でいう「気・血・水」の循環が良くなり、「五臓六腑」の働きがなめらかになる。
- 胃腸の働きが高まり、食物の栄養や漢方薬の成分が効率よく体に吸収される。
- 体の末端部分や肺の細胞のひとつひとつに血液が行きわたり、自然治癒力・免疫力が活性化される。
- 中医学の「七情内傷」(過度または長期の喜怒哀楽が各内臓を傷つけるといふ理論)から離れることができる。
- 逆に、リラクセスしていない状態(悩み、怒り、憎しみ、悲しみ、緊張、興奮など)やストレスが長期継続くと、「気血・水」の循環が滞り、呼吸が浅くなり、頭痛、肩こり、不眠、下痢、便秘、冷え、うつ、低体温などの原因となり、漢方治療による自然治癒力・免疫力の活性化にブレーキをかけてしまいます。

### 生活上の注意点について

日中は適度に動き、夜間はぐっすり8時間眠る生活を実践しましょう。夜更かしは禁物です。

くりとお風呂に入ったり、散歩をしたり、テイタイムを設けたり、自分なりのリラクセスタイムをとみましょう。

- カフェインを含む飲み物(コーヒー・紅茶・緑茶・ウーロン茶・コーラ・チョコレートなど)揚げ物・天ぷら・ポテトチップ・フライものなど、刺激性の強い香辛料などはひかえ、バランスの良い食事を心がけましょう。必ず良質の動物性たんぱく質(牛肉の赤身魚介類)を1日100g、150gと緑黄色野菜を摂るよう心がけてください。アルコールはほどほどに。
  - ※病気の種類によって注意点は多少異なってきます。
  - 西洋のお薬との併用について
- 現在服用中のお薬(西洋薬)は、漢方治療中は服用の必要がなくなったり、漢方治療の効果を下げたりする場合がございますので、ご相談ください。
- ※サプリメントも同様です。併用する場合は、服用時間の間隔を1〜2時間あけてください。
- 「漢方話」はしばらく休載いたします。美濃漢方診療所。

**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

日本 メディカル ケア  
NIPPON MEDICAL CARE

グレイズコート病院  
マウントエリザベス病院

### 日曜緊急外来

グレイズコートにて 午前9時～正午12時  
ホットライン: 6474-7707

緊急の方を優先しますので、予防接種、乳児検診はご遠慮下さい。  
ご予約の必要はありません。休日料金となります。

**Gleneagles HOSPITAL**  
3RD Level Annexe Block, 6A Napier Road  
Singapore 258500  
TEL: 6474-7707 FAX: 6474-4391  
E-mail: [nmc@nipponmedicalcare.com.sg](mailto:nmc@nipponmedicalcare.com.sg)

**MOUNT ELIZABETH HOSPITAL**  
#02-04 Mount Elizabeth Medical Centre  
3 Mount Elizabeth Singapore 228510  
TEL: 6737-1868 FAX: 6736-3198  
E-mail: [mte@nipponmedicalcare.com.sg](mailto:mte@nipponmedicalcare.com.sg)

<http://www.nipponmedicalcare.com.sg>

**美濃漢方診療所**

内科・婦人科・皮膚科  
中醫師 **劉文鋒**

●シンガポール厚生省公認中醫師  
●北京中医学薬学修士(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](http://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

産経旅行の  
中国正月手作りツアー特集

ガーデンシティ パース	インド洋の楽園 モルディブ
2月6日、7日発 4日間 大人 \$1,100~ 子供 \$680~	2月6日発 5日間 大人 \$1,980~ 子供 \$1,580~
天使の都 バンコク	神々の島 パリ
2月7日発 4日間 大人 \$850~ 子供 \$580~	2月7日発 4日間 大人 \$830~ 子供 \$630~
世界遺産 アンコールワット	アングマン海の真珠 ブーケット
2月6日、7日発 4日間 大人 \$1,080~ 子供 \$780~	2月6日、7日発 4日間 大人 \$1,050~ 子供 \$600~

呼び寄せ航空券のお問合せは30年の実績をもつ、産経旅行へ  
＜詳細については日本語でお問い合わせ下さい＞

**産経旅行シンガポール**  
16 RAFFLES QUAY #B1-17 HONG LEONG BUILDING SINGAPORE 148581  
TEL: 6222-6600 FAX: 6224-1400  
<http://www.sankeitourist.com.sg/>  
E-MAIL: [singapore@sankeitourist.com.sg](mailto:singapore@sankeitourist.com.sg)

即座に解決! 中古クラブ高価現金買い入れ  
古いゴルフクラブを捨てていませんか?

先月の買入れ価格の合計金額 \$68,000

▶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

Bik 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](http://www.creativegolf.net) (祝日はお電話でお呼び出し下さい)



日本人保健士、北海道出身、国立大学医学部看護学科卒業、日本で産婦人科に勤務し、母子保健にかかわる。卒業後シンガポールの正看護師免許を取得、2児の母。

## むくみ対策

**な** んとなく足が重いな  
ーと思ってみてみると、  
昨日までカモシカの足だった  
私の足が、大根ごころかソウの  
ようになっている！こんな経験  
をされた方いませんか？

妊娠による副腎機能亢進や  
胎盤機能亢進によって、ホルモ  
ン分泌が増えたり、大きくなっ  
た子宮で血流やリンパの流れ  
が妨げられたり、腎機能の低下  
でむくみは起こるといわれて  
います。特に下半身に多く見ら  
れます。まれに手先などにも現れる  
ことがあります。

### 症

状としては、むくみ、  
指で押すと押したと  
ころが戻らない、皮膚の弾力性  
の低下、皮膚線条、皮膚温の低  
下、体重の急激な増加、尿量の  
減少や蛋白尿の出現、血圧の上

昇、四肢の屈曲困難、いらいら、  
皮膚のかゆみなどが見られま  
す。むくみは妊娠性高血圧症の  
前駆症状ともいえます。

むくみの改善策としては  
**1 安静療法** 安静臥床して、心  
臓や腎臓の負担を減らして尿  
量を増やし、末梢部静脈の血液  
貯留を減少させましょう。  
**2 食事療法** 塩分控えめ(ソ  
ーセイジやかまぼこ、インスタ  
ント食品にはかなり食塩が含  
まれています。また麺類も塩分  
をつけましょう)水分を過剰に  
取らない。蛋白尿が出ていると  
きは、良性的たんぱく質を積極  
的に取りましょう。ビタミンや  
カルシウムも多く取るように  
します。

**3 保温** 浮腫を起している  
皮膚は、血行が阻害され、蒼白  
で冷たくなっています。保温に  
よって、皮膚血管の循環をよく  
します。(エアコンによる冷え  
は厳禁です。靴下を履いたり、  
温度設定を27度以上にしまし  
よう)

**4 足浴** 40度くらいのお湯に  
入浴剤などを入れて20分くら  
い足を温めます。その後、つま  
先からゆつくり上に向かって  
マッサージします。強くやりす  
ぎると、皮膚が傷つきやすくな  
ります。

**5 衣服** きつい靴下、ズボンな  
どは循環を妨げます。

**6 姿勢** 同じ姿勢を続けると  
循環が悪くなります。特に立ち  
仕事やデスクワークを長時間  
すると足がむくみやすくくなり  
ます。できれば1時間に5分か  
ら10分くらいは足を上げて楽  
な姿勢を取るようにしましょう。

**7 清潔** むくみのある皮膚は  
弱く、感染しやすいので、入浴  
時などナイロンたわしでこし  
こししない、爪は短く切り、な  
るべく皮膚を掻かないように。

あまりむくみがひどい場合  
は、医師の指示によって薬物療  
法を行うこともあります。

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

### ガ

チャガチャ、この音を聞きつ  
ける。長男は「コッ」とし、視  
線はドアに釘付けとなります。お目当  
ての人が姿を見せると、彼は弾んだ声  
で「お父さん、たいたい、お帰り！」。長  
男はまだ「たいたい」と「お帰り」の使  
い分けができないのです。でも何も言  
わなかった以前に比べると、大きな進  
歩。次男は満面の笑顔で「お父さん、お  
帰り！」。理解している言葉数や発音  
では、長男よりはるかに劣りますが、  
次男はその場に適した言葉が使えま  
す。彼が自閉症児であることを思えば、  
これはすばらしいこと！ 父親は「ただい  
ま」と顔がほころびます。

夕食の準備をしていると、遊び部屋  
から「かして、かして！」。かして!!と  
次男の声が聞こえてきます。原因はお  
もちの取り合い。前はいつも負けて  
いた次男ですが、最近ちょっと変化が。  
理解した言葉を実用化する。ここで

## 自閉坊やとかあぶんの 新加坡雑記 最終回



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半生生活も、  
人との出会いに恵まれ、早4年目を迎えた。

### YUKKO

長男、次男ともに抱える言葉の問題は依然として大きいもの。  
彼らが理解する言葉は徐々に増えてきたとはいえ、会話はやはり難しいです。  
でも我が家にも最近ようやく会話らしきもの  
聞かれるようになってきました。

## 僕らの交代タッチ

ゆっくりだけど、着実に状況に合っ  
た言葉が使えるようになってきた次  
男。この点理解はしていても使わな  
い長男とは、全く異なります。  
最近、次男の「かして」攻撃は、かな  
りの威力を発揮し、渋々長男はおも  
ちやを渡しています。  
「ダメ、ダメ」「じゅんばん」とま  
た次男の声。今度はパソコンゲームの  
取り合い。以前のように簡単に諦めな  
くなった次男に、長男は仕方なく次男  
に両手を差し出して「交代タッチ！」  
と言い始めました。それに次男も「交  
代タッチ！」と言って応じています。  
次男の言葉の発達は、長男に獲得  
言語の実用化を促し、二人の間に会  
話らしきものが生まれてきました。  
それにつれて、長男が次男を拒絶す  
るような様子は、徐々に薄れ、兄弟ら  
しい関わりが以前よりずっと多く見  
られるようになってきました。母に  
はそれがなによりうれしいです。  
そして、キシキシと音を立てていた  
母の心は、息子たちから「お話し」という潤  
滑油を差してもとえるようになり、も  
う鳴く(泣く)ことはありません。

16回にわたった連載も、今回が最後  
となりました。この連載を始めるよう  
になり、息子たちとの日々の暮らしを  
見つめ直し、省みる事ができるよう  
になりました。それを通して、気付き学  
んだたくさんのお話を生かして、これ  
からも息子たちと頑張っていきたいと思います。  
本当にありがとうございました。

## クリスマス、お歳暮の贈り物として 最適なJTB特選商品満載です。

新しくなったお歳暮カタログ、ワールド  
ギフトカタログはDFSオーチャード  
ラウンジ、高島屋で取り扱っております。

一例)  
インベリアルトルテ: \$130  
※ウィーン王宮ご用達の  
チョコレートトルテをお届け。



越前海岸割烹旅館「こばせ」  
越前寿し三昧: \$79  
※越前海岸割烹旅館「こばせ」の  
自信作の押し寿司をお届け。



ご予約は:  
JTB PTE LTD TEL: 6735-2847 FAX: 6733-8148  
(DFS内中2階) 営業時間 10:00~18:30 (毎日)  
25 Scotts Road DFS Galleria @ Scotts Walk Mezzanine Floor  
Email: optjb@sg.jtbasia.com



JTBトラベルサロン TEL: 6735-2345 FAX: 6735-7871  
(高島屋ショッピングセンター内) 営業時間 10:00~18:00 (毎日)  
391 Orchard Road #04-02 Takashimaya S.C.  
Email: jtbtravelsaloon@sg.jtbasia.com

本格韓国レストラン

# Se Ra Bel

서라벌

12月のプロモーション!!  
**ランチ 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。

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)

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駅南)  
Singapore 059804 www.serabel.com  
11:00AM-3:00PM 5:30PM-10:30PM  
Tel: 6535-0336 / 6535-3038

初回限定価格、要予約、パルティを見たとお申し付けください。

- 1-ティース・クレンジング・フェイスル (通常\$98)...\$58
- 2-フルボディ・マッサージ (通常\$75)...\$48
- 3-マニキュア+ペディキュア (通常\$55)...\$48
- 4-アイラッシュ・エクステンション (通常\$120)...\$68
- 5-フルッグ・脱毛ワックス (通常\$75)...\$52
- 6-ホットスリミング・ラップ (通常\$95)...\$55

上記トリートメント  
どれでも3つで **\$138\***

Jeune eternal  
100 Orchard Road Hotel Meridien Unit 02-60 Singapore 238840 Tel: 6333 6382

42 Jalan Kembangan (MRTケンバンガン駅近く)  
10:00~18:00 無休 ※月・水・金の日本スタッフ対応  
Tel: 9150-1496 (日本語対応 Ms.小川)  
http://isangallery.jp

## 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(月・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。
- おっぱいマッサージ対応。
- 保健士による家庭訪問(要予約)  
おっぱいケア、沐浴指導、育児健康相談など。

医師: DR. GORDON TAN  
住所: 4-6 Napier Road, #08-03/04 Gleneagles Medical Centre  
Singapore 258498

TEL: 6737-0044 FAX: 6474-4935  
日本語ホットライン 9115-1718, 8180-5121 (23:00まで)  
joyclinicforwomen@yahoo.co.jp (日、英)  
受付時間(予約制):  
月、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)



## 教えて、テンプ。

第12回

テンプスタッフ

### シンガポールは好景気!

シンガポールで就職活動をしていると、日本語スピーカーという言葉を目にしたかと思うことがあります。近年、日本語スピーカーはシンガポールでは欠かせない存在となっていますが、実際どのような候補者なのでしょうか。

また、シンガポールの好景気により、物価や家賃は上昇しています。給与についてはどうでしょうか…?

### Q | 日本語スピーカーって?

**A** 近年多くの日系企業や、日本の市場をターゲットとしている外資系企業がシンガポールに進出していることにより、日本語スピーカー(国籍を問わず日本語が話せる候補者)がシンガポールでは不可欠な存在となっています。多くの企業が積極的に日本語スピーカーを採用していますが、ASEAN地域へのビジネス拡大のため、英語・中国語・マレー

語・日本語などの多言語能力が必要」といった理由が挙げられます。特に日本の大学への留学経験、日本に在住しながら日系企業で就労していた経験があるといった日本語スピーカー候補者は人気があり、「日本の文化、日系企業独特の社風への理解がある」、「柔軟性がある」等の理由から高い評価を得ています。

### Q | シンガポールは好景気。給与は増えているの?

**A** 最近では、企業側と候補者の希望する給与額が一致しないといった問題が増えています。これには、シンガポールの好景気による家賃の値上げや物価の上昇などの理由があります。今まで通りの給与では生活が困難であるといった候補者側の現状と、今まで通りの給与で候補者を探したいといった

企業側とのギャップが大きいことが挙げられます。そのようななか、良い人材を獲得するため、給与を見直したり、住宅手当や医療保険、残業代を付ける等、給与外での保障を充実させている企業も増えつつあります。シンガポールが経済面でますます豊かになれば、この問題は更に深まるのではないのでしょうか。

## 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(英雄君 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ンースクリニックがわかりやすくご説明いたします。

### 起立性低血圧症の巻



**山田 杏子** (やまだ きょうこ)  
千葉出身。千葉県医療技術大学卒業後、北京語言大学へ留学。帰国後、都内の脳外科病院、成田空港検疫所で勤務後、2006年3月より、ラッフルズジャパンースクリニックでスタッフナースとして勤務。

ある日の午後診察を終えた桂さん。「最近立ちくらみがして…起立性低血圧と診断されたんです」と心配そうです。

#### 起立性低血圧症とは…

寝た状態や座った状態から急に立ち上がった時に血圧が下がり、ふらつきやめまい・疲労感・動悸・視野のかすみ時には失神などの症状を起すことです。これらの症状は、疲れたときや運動したとき、油っぽいものを食べたとき、お酒を飲んだときなどに悪化します。

#### どうして起るの…?

「なんで急に立つと、くらーっとするのかしらね?」桂さん。「血液は水分なので、人間が急に立ち上がると、重力によって体の中の血液のうち、約1/5がお腹や足に溜まります。その結果、心臓に戻る血液と心臓から

#### 家で出来る予防対策

「起立性低血圧は、自分で少し気を付けるだけでも予防できますよ」と山田さん。「え?そんなんですか?」と驚く桂さんに、山田さんがお家でできる簡単な予防策を説明していきます。「例えば、起上がるときは勢い良く立ち上がり、ゆっくり座ったり立ったりしましょう。また起き上がる前には体を動かすことで、血の巡り

を送り出される血液の量が減って、脳への血液量も減るので血圧が低下するんです。正常の状態では、脳や神経が複雑なコントロールを瞬時に行い、体は血圧低下にすぐ反応します。血圧を調整する機能がうまく働かなかつたり、働きが非常にゆっくりである場合「起立性低血圧が起ります」と看護師の山田さんが答えます。「へえーなるほどね」と桂さん。

#### まとめ

起立性低血圧とは、立ち上がったときに血圧が過度に低下することで、結果的に脳への血流が減少して、めまいや失神が起ります。

- 対策**
- 1 起き上がるときに勢いよく立ち上がらない!
  - 2 水分補給をしっかりと!
  - 3 適度な運動を!
  - 4 規則正しい生活を!
- 症状が強い場合は、すぐに受診しましょう!!

### 企業様へ

人材をお探しの場合

#### ご依頼

お電話、E-mail、FAX(日本語対応可能)にて受け付けております。

#### ヒアリング

当社担当が御社にお伺いします。

#### ご紹介

御社ご希望条件にマッチする適材者の履歴書送付、そしてご都合の良い日時にあわせて面接をアレンジさせていただきます。

#### 採用

就労ビザサポートも行なっております。

### 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

## テンプスタッフシンガポール

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

## 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

## 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 (イセックスコング)

## ティンデール TYNDALE EDUCATION GROUP SINCE 1990

### ★奥様のための英語クラス

ネイティブ講師/日本人講師 レッスン中の託児サービスあります

ネイティブ講師のキッズ英語クラス (4~6歳)

### ★日本人講師による“えぶり”でい英会話”新クラス9月開講!!

### ★ワーキングアダルトのための英語

### ★フルタイム(毎日5時間)英語クラス

スポンサーシップ・学生ビザ申請代行

### 英国の大学、学位取得コース

- ・MBA・ビジネス
- ・コンピューター
- ・エンジニアリング

33 Middle Road #01-01 (S)188942

MRTブギス/シティホール 駅から7分/バス停近

Tel: 6334-0617 槐 (えんじゅ) 日本人コーディネーター

## 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\*

\*は本院のみ 日本人医師による胃・大腸内視鏡検査も受け付けています

- 産婦人科(本院のみ)
- 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
  - かかりつけの妊婦さんには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(妊婦健診・婦人科検診・不妊検査・性病検査)

本院 ◆(ラッフルズ ホスピタル11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  
◆(インターナショナル・ビルディング9階) 伊勢丹スコットの隣のビル

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 (リャンコート分院) 6733 5066 (インターナショナル・ビルディング分院)

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

**歩** 歩き方を改善してヘルシー&ビューティーライフを始めよう!

毎日、あなたはどんな姿勢で歩いていますか? パレエ教室スタジオアーツパッセは、特別ワークショップ「ビューティー・ウォーキングクラス」を初開催します。同ワークショップではウォーキングインストラクターの末菜先生が、歩く姿勢をチェックし、美しく正しい歩き方を教えます。美しく正しい歩き方をマスターすれば、身体のゆがみを整え、ヒップと足のラインを美しくし、新陳代謝を促進するなど多くのメリットがあります。ビューティー・ウォーキングで、優雅な身のこなしと引き締まった健康的な美しいボディラインを身につけてみては!

ビューティー・ウォーキングクラス  
＜美しい歩き方を学ぶ＞

- 第1回 12月19、20、21日 ● 第2回 12月26、27、28日
- 朝クラス 10:30~11:45AM ● 夜クラス 19:30~20:45PM
- 各クラス限定10名 3日間 \$100(入会金不要)

スタジオアーツパッセ  
11 Unity St #02-16 Robertson Walk  
Tel: 6735-2819  
E-mail: info@studioartspasse.com  
www.studioartspasse.com



お知らせ

**中** 華料理ザ・キャセイ・レストラン \$10パウチャー券プレゼント!

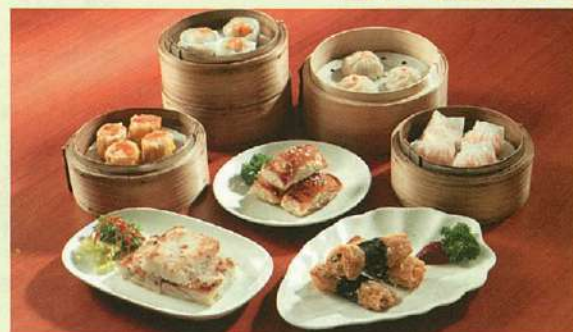
今月の特集で紹介した「ザ・キャセイ・レストラン」より\$10パウチャー券を10名様にプレゼントします。年の瀬に、香港キュイジンをぜひお楽しみください。プレゼント応募方法は、お名前、住所、電話番号、今月の感想をお書きいただき、「キャセイ・パウチャー券プレゼント」と明記のうえ、E-mail: info@parti.com.sgもしくはFAX: 6278-2517へ12月10日(月)までにお送りください。

The Cathay Restaurant  
2 Handy Rd #02-01 The Cathay  
Tel: 6732-7888

※パウチャー券のご利用は50ドル以上お支払いの方に限りです。※注文時にパウチャー券を提示してください。※他のプロモーションやVIPカードとの併用はできません。※祝日・祝前日はパウチャー券の使用できません。※レストランでの使用に限ります。※有効期限は12月31日です。



とくどく情報



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。「Phase 1 & 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、弾力のある肌になります。



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

サービスメニュー

- 1 Eyelids Enhancement 二重まぶた(キズのない技術)
- 2 Rhinoplasty & Nasal Augmentation 鼻の整形
- 3 Body Liposculpture 脂肪吸引
- 4 Breast Enhancement & Augmentation 豊胸
- 5 Botox ボトックス注入でシワをなくす
- 6 Hair Removal 除毛
- 7 Pigment and Mole Removal 色素沈着とほくろの除去
- 8 Pulse Light Facial Rejuvenation 光によるフェイシャル
- 9 Pore Reduction Using Laser Therapy レーザーによる毛穴ケア

ドクターコスメ

- 1 Extreme Silky Cleanser
- 2 Extreme Lifting (Phase 1 & 2)
- 3 Extreme Tightening Mask
- 4 Extreme Rejuvenation Cream
- 5 Swiss Placenta Extract Serum
- 6 Extreme Vitamin C Serum
- 7 Extreme Whitening Serum
- 8 Extreme Wrinkle Magic
- 9 Pink Serum



Z. F. メドロー先生 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。

**日** 本人会 12月行事

- 1日(土)こどもお楽しみ会
- 8日(土)JASリサイクルバザー
- 9日(日)第2回バレーボール大会
- 22日(土)クリスマスパーティー
- 31日(月)カウントダウンパーティー

Japanese Association, Singapore  
120 Adam Rd  
Tel: 6468-0066  
Fax: 6469-6958



お知らせ

**S** HAWから25組(50名様)ペア映画招待券プレゼント!

話題の新作映画を上映する「SHAW」から映画招待券をペア25組(50名様)にプレゼント! 月~木曜(17:00まで)なら、どの劇場でも、好きな映画をご覧ください。お名前、住所、電話番号、今月の感想をお書きいただき、「SHAW・ペア映画招待券プレゼント」と明記のうえ、E-mail: info@parti.com.sgもしくは、Fax: 6278-2517へ12月10日(月)までにお送りください。



SHAW  
Lido Cineplex, Balestier Cineplex, Bugis Cineplex, Jurong Cineplex, Choa Chu Kang Cineplex, Prince & Jade Cineplex

とくどく情報



日本語で学べるパレエ教室  
スタジオアーツパッセ

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

特別ワークショップ

ビューティー・ウォーキングクラス

＜美しい歩き方を学ぶ＞

第1回 12月19、20、21日

第2回 12月26、27、28日

朝クラスと夜クラスを両講

各クラス限定10名3日間 \$100(入会金不要)

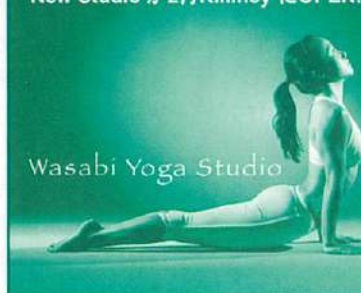
詳しくは6735-2819または

info@studioartspasse.com

ウォーキング インストラクター

井口末菜

New Studio が2月Killiney にOPEN!



wasabi  
442 Orchard Rd Orchard Hotel 4th floor(2/F) 西  
www.wasabi.com.sg  
次回インストラクター養成コース  
2008年1月末開講予定  
ヒーリングとセラピーを実施中  
その他、コースの詳細、無料体験のお問い合わせは  
お電話でお気軽にお問い合わせください。  
Tel: 9731-3987 日本語対応  
Ms. ウェンリー

**フ** ル・グルーミング \$5ディスカウント中!

シンガポール最大規模のペットショップ「PETS' STATION」からお得なプロモーションのお知らせ。犬&猫のフル・グルーミングがディスカウント中(ホランド・ヴィレッジ店限定)! バス、ブロー、ドライ、ネイルカット、耳そうじ、ヘアカットの内容で通常価格、犬40~120ドル、猫100~150ドルを5ドル引きで試せます。

ホランド・ヴィレッジ店のグルーマーは、豊富な経験を持つ有資格者のエマさん。動物とまるで本当に会話するようにコミュニケーションが取れるとか。シャンプーはスキンタイプや毛色に合わせてベストなものを選び、スタイリングも希望に沿って仕上げられます。

PETS' STATION  
ホランド・ヴィレッジ店  
25A Lorong Liput  
Tel: 6468-8838

グルーミングは、セラフグーン・ガーデン店(トランスポート・サービスあり)、フランクル店、ジュロン・ポイント・ショッピング・センター店でも実施。プロモーションはホランド・ヴィレッジ店のみ。  
※プロモーションは12月まで、バルティを提示してください。  
Terms & Conditions Apply



とくどく情報

**マ** イバスで片田舎へ宝鑑ツアー

夜空に輝く星はまるでクリスマスツリーのように。今年のクリスマスの思い出にマレーシアのコタティンギへ行ってみてはいかが。



12月16日(日)10名から催行  
所要時間: 15:00~22:30  
夕食: 海鮮中華料理  
料金: 大人 \$100  
子供 \$70(2~11才)  
※マイバスではその他ブリザードフラワー教室、アクセサリー教室なども行っています!

JTBオーチャードラウンジ  
Tel: 6735-2847 www.jtb.com.sg

お知らせ

**Y** MCAでボランティアを募集

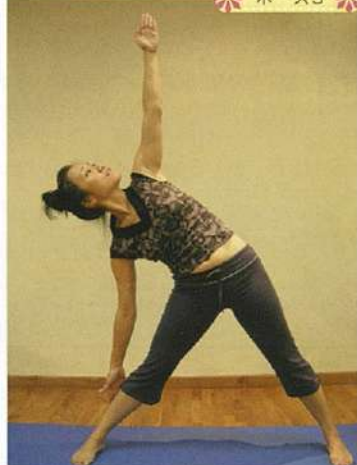
メトロポリタンYMCAジャパニーズセクションでは幼稚園、小学校に通う日本人を対象にした体育活動(サッカー、水泳、体操)、野外プログラムの指導のお手伝いをしてくださるボランティアの方を募集します。(事前に研修を実施します)  
対象: 中高生以上  
活動場所: メトロポリタンYMCA 体育館、プール他



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

お知らせ

ポーズ3



TRIKONASANA  
両足を開き、右手を右足のふくらはぎに当てる。左手を垂直に上げ、その指先を見る。※反対側も同様に行う。

ポーズ2



ADHO MUKHA SVANASANA  
四つん這いの状態から、膝を伸ばし、頭を腕の間にに入れる。かかとをできるだけ床に着けるよう心がける。(高血圧の方はやらない方がよい。)

ポーズ4



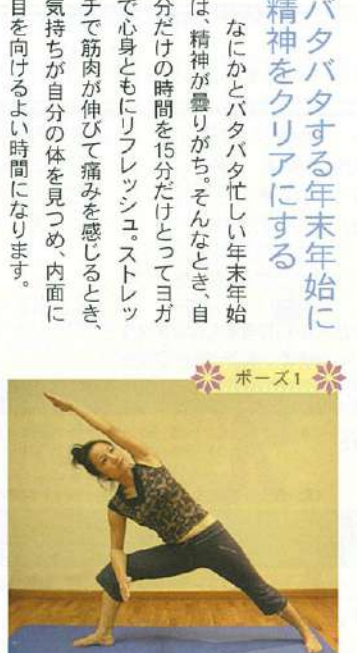
SETU BANDHA SARVANGASANA  
仰向けになり、太腿に力を入れて膝を上げる。かかとはできるだけ床に着け、両手を組む。(頭をケガしている方はできない。)

ポーズ5



SHAVASANA  
仰向けになり、手足を自然に開く。このポーズを最後にやることで頭を「無」の状態にしてリラックスできる。

ポーズ1



PARSVAKONASANA  
曲げた右膝に右腕の肘を乗せる。左手、左足を斜めに伸ばし、脇腹をストレッチ。足先は左は正面、右は右側を向ける。※反対側も同様に行う。



年末にぴったりの5ポーズ  
Scattered Lifestyle



ウェンリー  
Wasabi Yoga Studio主宰。集中力、体の柔軟性、活力、バランスなどを強化するピンヤサ・ヨガを実践。インストラクター養成コースも行う。日本語が堪能。

Personal Voice  
**じゃん<sup>2</sup>**  
無料伝言板

●掲載ご希望の方は、**ファクシミリ(6278-2517)**、**郵送**(Blk4 Jalan Bukit Ho Swee #01-158 Singapore 162004) または、**Eメール**([info@parti.com.sg](mailto:info@parti.com.sg))で、編集部までお申し込みください。勝手ながら、このコーナーに関する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。

●無料掲載分では字数が多い場合、一部削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、しかも日本の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  
Email: [wjlc@netspace.net.au](mailto:wjlc@netspace.net.au)  
[www.wjlc.net](http://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)

求人

■日本人スタッフ募集  
製造業でマーケティングアシスタントを募集しています。日本人顧客の窓口としてローカルスタッフとの橋渡しが主な仕事です。能力次第でマーケティングにも昇格可。

Tel: 6561-8167 (山田)

■日本人スタッフ募集

仕事内容: 日本への蘭宅記の手配、事務(パソコン使用)、接客、電話対応、英語能力不問  
勤務日: 週2~3日(土日祝日休み)  
勤務時間: 10:00~18:00  
勤務場所: オーチャード  
給与: 時給は応相談  
マサコフローリスト  
Tel: 6732-1489

譲ります

■譲ります

・組み立て式ジャンクルジム (30kgまでOK) \$40  
・洗面台の蛇口の水が、光センサーで出ます。取り付け簡単、新品です。 \$45  
・日本のドラマ(VCD)、日本語訳付き映画(ビデオ)たくさんあります。(タイトルはFAXで送ります) まとめて \$80

Tel: 6363-0716

Hp: 9396-1690

■譲ります

・1 seater sofa 70×73×82 \$20  
・2 seater sofa 128×73×82 \$35  
・ライティングデスク \$10  
・ガラストップサイドテーブル×2 70×70×55 \$60×2  
・ガラストップサイドテーブル 68×54×54 \$30  
・イス×2 \$25  
・回転式ボックスミラー(鏡) (両脇がハンガー、裏が棚4段) 40×40×180 \$80  
・Vino King Size Delux Gold 背骨保護のマットレス 硬くて上等です \$200  
ご希望なら、ベッドヘッドとベースをつけます。

・キャノンプリンターi320 + 未使用のカラーカートリッジ \$40  
・GEドラム式洗濯機 \$80(6年使用)  
・変圧器 1000V \$30  
連絡先: 6738-3247

お知らせ

■日本のテレビがリアルタイムに視聴できます  
シンガポールに「ニッテルTV」登場しました。ソニーのロケーションフリーを使用するので画像もきれいです。現在、無料で出張設置サポートを行っています。  
初期: ¥9,870 月額: ¥5,250  
※機器代金は別途必要  
お問合せは日本語でお気軽にどうぞ  
Tel: 6729-6804 (田中)  
Email: [sg@nittel.net](mailto:sg@nittel.net)  
[www.nittel.net/sg/tv/](http://www.nittel.net/sg/tv/)

■無料電話心理カウンセリング(10分間)  
ショーセンターのカウンセリングプレイスでは、毎週水曜日10:00~18:00の時間帯で、日本人有資格心理カウンセラーが、10分間の無料コンサルテーションを行っています。国際結婚、ストレス、鬱症状、子育て、人間関係などでお悩みの方は一度ご利用ください。担当者が不在の時は、こちらからおかけ直しいたします。  
Tel: 6887-3695 (やまがた)  
[www.thecounselingplace.com](http://www.thecounselingplace.com)

■シンガポール稲門会CHRISTMAS PARTY☆  
早稲田OB/OGそしてご家族の皆様、今年もクリスマスパーティーの季節です。ゲーム・豪華賞品盛りだくさん! 今年は早稲田大学125周年、大いに盛り上げていきましょう。  
参加希望者は連絡ください。  
日時: 12月15日(土) 19:00~22:30  
会場: 日本人会2階「ボールルーム」  
申込/問い合わせHp: 9862-2748(木藤)

■クリスマスは伝統ある教会で

今年も聖アンドリュース大聖堂でジャパニーズ・クリスマスがあります。大聖歌隊によるヘンデルのメサイアより「ハレルヤコーラス」、「きよしこの夜」「もろびとこぞりて」などのおなじみのクリスマスキャロルをお楽しみください。入場無料。大人も子供もどなたでも歓迎します。  
日時: 12月15日(土) 15:30~17:00(15:00会場)  
場所: 聖アンドリュース大聖堂(会場はスタンドグラスのあるゴシック建築の旧会堂です。)  
※City Hall MRT Exit Bの左脇に入口があります。  
住所: 11 St Andrew's Road  
お問合せは聖アンドリュース大聖堂、担当越川まで  
Tel: 6337-6104(内線154)  
Hp: 9430-3781  
Email: [mkchia@livingstreams.org.sg](mailto:mkchia@livingstreams.org.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、アジア文明博物館で火曜~金曜の10:30より無料ガイドを行っています。(祝日、12月21日~1月6日を除く)  
国立博物館  
「人々に開かれた博物館」をコンセプトに、歴史ギャラリーではシンガポールの変遷を、18:00~21:00は無料になるリビングギャラリーではシンガポールの文化・芸術を紹介。是非、お越しください。  
シンガポール美術館  
特別展「ザ・ビッグピクチャーショー」ではアセアン各国から縦横5m級の迫力ある『ビッグ』な作品が一堂に会し、来年3月23日まで開催。「Art of Our Time」も継続展示中!  
アジア文明博物館  
「ナランダ 仏教巡礼」展は来年3月23日まで、日本語ガイドは月、木、(第2と第4)土、13:30より。仏陀の骨といわれる聖遺物も展示され、入場には警備強化で金属探知機による検査があります。

■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。専門的知識は特に必要ありません。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、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ください。  
お待ちしております。  
Tel: 6472-1594 (田宮)  
Email: [sinchme65@yahoo.co.jp](mailto:sinchme65@yahoo.co.jp)

■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16:00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、ご連絡ください。  
＜12月の開催予定場所＞  
7日(金): Normanton Park  
14日(金): Dover Parkview  
\*クリスマスパーティー!!!  
20日(木): オーチャード、パラゴン前舞台上  
讃美歌の発表  
28日(金): プレビクニック  
Hp: 9059-1752 (丹沢)  
Email: [sarangleejp@yahoo.co.jp](mailto:sarangleejp@yahoo.co.jp)

■シンガポール植物園レインフォレスト・トレイル 日本語ガイドのお知らせ  
12月・1月のガイド日程  
12月1日(土)  
1月5日(土) 1月9日(水)  
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

■ボプラ文庫へのお誘い  
ボプラ文庫では、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。)  
12月開催日: 13日(木)、27日(木) 15:00~16:30  
Email: [poplarb@hotmail.com](mailto:poplarb@hotmail.com)  
URL: <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  
【ぶち&Kids合同クリスマス会】\*チケット制  
対象: 9か月くらい~未就学児  
日時: 12月13日(木)  
10:30~11:30(10:15開場)  
場所: 日本人会館2階ボールルーム  
会費: \$7  
内容: ハンドベル演奏、手遊び、バイオリン演奏、劇等  
持ち物: チケット、共通参加者カード (リピーターの方のみ)  
チケットを購入されていない方はE-Mailで参加予約をして下さい。  
予約申込み先: Email: [prutino@hotmail.com](mailto:prutino@hotmail.com) (お子さんの氏名、電話番号を記入)  
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。  
【ぶるちへのEggs】\*要事前予約  
対象: プレママ(妊娠中の方)

日時: 2008年1月9日(水)  
10:30~11:50(10:20開場)  
場所: 日本人会館3階ファンクションルーム1  
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: \$10(会場、資料代)  
予約受付開始日: 12月26日(水)  
お申し込み方法: HPご参照の上、E-Mailでお申し込み下さい。(先着30名様)  
注意事項: 開催曜日が変更になりましたのでご注意ください。  
★全ての開催日: 日本人会会員以外の方も参加可能です。  
ホームページ: [www48.tok2.com/home/prutino](http://www48.tok2.com/home/prutino)

お詫びと訂正

パルティ11月号の「マガジンアンテナ」で紹介した「Po nail」の電話番号に間違いがありました。正しい電話番号は下記の通りです。お詫びして訂正いたします。

Po nail Tel: 9154-5278

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1月21日(月)より開講

- ◆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お教えます。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。途中入学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

英語クラス開講中です。詳細はお問い合わせ下さい  
日本語ホットライン  
IKOMA Language School 生物语言学院  
Tel. 6238-0055 (Mr.中川まで)  
(平日 10 am ~ 6 pm)  
#12-07 Shaw House (伊勢丹スク上の物忘れ)  
ホームページ [www.ikoma.com.sg](http://www.ikoma.com.sg)

放送休止のお詫び  
毎週土曜日 11時からのキリスト教日本語放送 (FM102.3 Voice of Grace) は、諸般の事情により9月より放送を休止致しております。誠に申し訳ございません。来年の再開を目下めざしております。  
▶ラジオ放送休止期間中も、いつでも FEBC インターネット放送を是非お聴き下さい。  
全20番組を 24時間いつでも 繰り返し聞ける!  
▶ <http://www.febcjp.com>  
キリスト教放送局 日本FEBC

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  
園児を1人の人間として向き合い、良い所を伸ばしていくように優しくも大らかな愛で温かく育んでくれる。人として大切なモノをこの時期に園生活の中から自然と学んできてくれています。風邪以外で休まないのはその証です。先生方に感謝です!!  
ともひろくんとおかあさん  
ウエスト校では、インターナショナルスクールのスクールホリデーを利用しての体験入園を募集中。(N2クラス以上、1週間\$290)  
イース インターナショナル プレスクール (イースト校) 7 Seraya Lane Singapore 437275  
Tel: 6348-4780 (日本語でどうぞ)  
(ウエスト校) 21 West Coast Road Singapore 127309  
Tel: 6777-2911  
★ホームページ <http://eisintl.com>

# チャレンジャー! 朝日新聞



日本の毎日をお届けします 定価(1か月) MONTHLY RATE **S\$110** 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				TEL	FAX	
定価(1か月) MONTHLY RATE	<b>S\$110</b> (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 URL: <a href="http://www.asahi-np.com.sg">www.asahi-np.com.sg</a> EMAIL: <a href="mailto:info@asahi-np.com.sg">info@asahi-np.com.sg</a> または OCS SINGAPORE TEL: 6225-8288 FAX: 6220-8644				FAX: 6225-0709		

## 今月のイベント情報 12月

◎: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。

### THE BIG PICTURE SHOW

#### ザ・ビッグピクチャーショー

現在シンガポール美術館では来年3月23日まで、超大型サイズの作品ばかりを集めた展示会「ザ・ビッグピクチャーショー」を開催中。シンガポール、マレーシア、インドネシア、タイ、フィリピン、ラオスなどアセアン諸国の作家を中心に、油絵・水墨画・パッチワークなど多彩な作品を観ていただける稀な機会です。このインパクトのある展示会を是非お見逃しなく!



『現在を描いた未完の絵』  
エドガー・フェルナンデス  
油彩、367 x 612 cm  
シンガポール美術館所蔵

◎: ~2008年3月23日(日)10:00~19:00  
画: シンガポール美術館  
※日本語ガイドは毎週火曜~金曜  
10:30より(祝日、年末年始を除く)  
\$: 大人 \$5  
60才以上・学生・子供6歳未満 \$2.5  
♪: [www.nhb.gov.sg/SAM](http://www.nhb.gov.sg/SAM)

### NEW YEAR COUNTDOWN

#### ニュー・イヤー・カウントダウン



2007年のカウントダウン、そして新年を迎えるイベントが今年も盛りだくさん。エスプラネード周辺ではマリナーベイの空高くあがる花火が眺められ、

オーチャード・ロードやクラーク・キーにあるホテルやクラブでも沢山の人が賑わいます。サンテック・シティにある「富の噴水」では、噴流に当たろうと大勢の人が押しかけ、ダンスパーティーも開催。セントーサ島では、アジアでもっともグルーヴなビーチパーティーが開かれます。DJのノンストップ・ミュージックに合わせて、しぶきを上げる巨大プールの中で踊って盛り上がりましょう。

◎: 12月31日(月)  
~2008年1月1日(火)  
画: マリナーベイ、オーチャード・ロード、セントーサ・シロソビーチ他  
\$: 催し物によって異なる  
♪: [www.visitsingapore.com](http://www.visitsingapore.com)

### A JAZZY CHRISTMAS

#### ジャジーなクリスマス ジェレミー・モンテイロ、 タック&パティとポール・ボストライ



『シンガポールのスイング王』と呼ばれ、今年で音楽活動30周年を迎えるピアニスト兼ボーカリストのジェレミー・モンテイロと、アメリカの人気デュオ、タック&パティ、ソウルフルなシンガー

のポール・ボストライの豪華な顔ぶれで聴かせる、一夜限りのライブ。世界各地で音楽評論界を賑わせてきたジェレミー・モンテイロは、日野皓正率いる『アジア・ジャズ・オールスターズ』のメンバーとしても活躍。また自身のバンド『ASIANAZ』でも、アジアのミュージシャンが集まり、エスニックな楽器の音と、様々な要素を混ぜ合わせた即興のジャズハーモニーを演奏しています。今年のクリスマスを素晴らしいメンバーが奏でる素敵なジャズで祝いましょう。

◎: 12月22日(土)19:30~(約110分)  
画: エスプラネード・コンサートホール  
\$: \$80~40(6歳未満入場不可)  
♪: [www.sistic.com.sg](http://www.sistic.com.sg) Tel: 6348-5555

### KITARO LOVE & PEACE TOUR 2007

#### 喜多郎 ラブ&ピースツアー2007

日本のみならず世界的に活躍するシンセサイザー奏者・作曲家、喜多郎のライブ。2000年にはアルバム『THINKING OF YOU』で、ニューエイジ部門のグラミー賞他、数々の賞を受賞。アルバムは世界で1000万枚以上をセールスしています。

◎: 12月6日(木)20:00~(約2時間)  
画: シンガポール・インドア・スタジアム  
\$: \$178~80(6歳未満入場不可)  
♪: [www.sistic.com.sg](http://www.sistic.com.sg) Tel: 6348-5555

### CHRISTMAS CELEBRATION IN SINGAPORE

#### シンガポールで祝うクリスマス

国内外の演奏グループがオーチャード・ロードのステージでパフォーマンスを繰り広げます。プラザ・シンガポール近くにはクリスマス村が開設され、イエス・キリストの生誕を再現。イブにはクリスマス・ミサ・キャロルを同時に行い、25日はオーチャード・ロードでグランド・コンサートが開かれます。

◎: 12月15日(土)~25日(火)19:00~23:00  
画: オーチャード・ロード  
\$: 無料  
♪: [www.ccishome.org](http://www.ccishome.org)

らん組

わくわくどっきどっきようちえん

毎日たくさん遊んで「今日も楽しかったね。」  
とお友達と笑顔で言葉を交わすゆり組です!

毎日にごにぎ  
元気一杯のら  
ん組のお友達。  
遊ぶの大好き! 走るの大好き! 歌うの大好き!  
給食大好き! そしてお友達大~好きです!

ゆり組

日本の文化と日本人としての豊かな心を有みます  
**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](mailto:yochien@jks.com.sg)