

free mailing magazine for japanese residents & visitors

パルティ

ココロ・カラダ・サイフがよるこぶ情報誌

増ページ!!

創刊15年目
毎月1日発行
MICA(P)052/11/2007

8

AUG. 2008
VOL. 176



Mom & Baby



スイートデイズ



beauty /
Special Interview

嶋田ちあさきさん&嶋田真理子さん

無料送付お申し込みください

www.parti.com.sg

知っておきたい日本のこと。目が離せない世界のいま。

チャレンジャー!
朝日新聞
国際版



申込方法 インターネット www.ocsasia.net Fax 下記フォームに記入の上、お申し込み下さい。

定期購読申込書 Subscription Order Form FAX:6220-8644

朝日新聞国際版 購読開始希望日 Commencement date 2008年 月 日

お名前 (ローマ字) Name Mr. Ms. 署名 Signature

E メールアドレス E-mail

配達先ご住所 Delivery address 自宅 Home 会社 Company Tel Fax

請求先ご住所 Billing address 上記と同じ Same as above 上記と別 Others Tel Fax

定価 Monthly Rate **S\$110** 1ヵ月 税込
支払い方法 Pay by **小切手 Cheque**
Overseas Courier Service (S) Pte Ltd
19 Keppel Road #03-02 Jit Poh Bldg Singapore 089058
購読課サービス Tel:6225-8288 Fax:6220-8644 **DCS**

OCSでは朝日新聞国際版、日本経済新聞国際版をはじめ、各種新聞雑誌を取り扱っております。

日曜日の午後、みんなで
どら焼きパーティーはいかが？
ホットプレートで
わいわい焼くのも楽しいよ。
自分好みのオリジナルどら焼き
いくつできたかな？



ティーパーティーに いろいろどら焼き

材料A: どら焼きの皮

●薄力粉100g ●卵90g ●白糖(なければグラ
ニュー糖)90g ●はちみつ6g ●重曹2g ●水40cc

作り方

- ①卵を軽く泡立て、白糖を加えて白っぽくなるまで泡立てる。
- ②はちみつを加え、更に泡立てる。
- ③重曹を水20ccで溶いたものと薄力粉を加える。
- ④③を冷蔵庫で20〜30分間寝かせ、取り出して残りの水を加える。
- ⑤フライパン(またはホットプレート)を中火で熱しラダオイルを薄く引き、大きじ1の生地を流し入れる。
- ⑥表面に気泡が出てきたら、ひっくり返す。



材料B: つぶあん

●小豆180cc ●氷砂糖90cc ※缶詰でも可

作り方

- ①小豆は水洗いし、冷蔵庫で一晩寝かせておく。
- ②鍋いっぱい水と小豆を強火で煮る。
- ③小豆が柔らかくなったら、氷砂糖を加え、溶けるまで混ぜる。
- ④そのまましばらく煮て水が少なくなったら、とろみがつくまで混ぜる。

材料C: ホイップクリーム

●生クリーム200cc ●グラニュー糖10g

材料D: 苺、マンゴー、バナナ、キュウイ、栗の甘露煮etc.

※お好みで、ツナ、ハム、ポテトサラダなど、食事感覚でもお楽しみいただけます。



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のが好きだった。「産でも作れる
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」

“オーラがある人の
生活はのぞいてみた”
なります 真理子さん

“いつも何かにトライ
している人は
オーラがあって美しい”
ちあきさん

100%フィッシュコラーゲン
明治製菓『アミノコラーゲン』
パルティ読者3名様にプレゼント

お名前、住所、電話番号、今月号の感想
をお書き添えのうえ、E-mail:
info@parti.com.sgもしくはFax:
6278-2517へお申し込みください。



一日の流れ

真理子さん	ちあきさん
朝食に玄米を食べる	朝食に玄米を食べる
サプリメントも飲む 家事の前に紫外線対策	サプリメントも飲む 家事の後に紫外線対策
仕事 仕事の合間に週1〜2回加圧トレーニング	仕事 仕事の合間に週1〜2回加圧トレーニング
9時に夕食を食べる(それ以降は一切食べない) DVDを見ながら有酸素運動(エアロビクス)をする 必ずバスタブに浸かって入浴 寝る前にビタミンCとアミノコラーゲンを飲む	9時に夕食を食べる(それ以降は一切食べない) DVDを見ながら有酸素運動(エアロビクス)をする 必ずバスタブに浸かって入浴 寝る前にビタミンCとアミノコラーゲンを飲む
スチームを併せて トレーニング	スチームを併せて トレーニング

明治製菓の「アミノコラーゲン」(通称アミノコラー)のコンセプト「ナビゲーター」を務める嶋田夫妻がシンガポール発売2周年を記念して来星。ちあきさん50歳、真理子さん45歳という実年齢は全く想像できないほど若々しいお二人に、キレイの秘訣を独占インタビュー!

美容業界界きってのおしどり夫婦という嶋田夫妻。確かに、隣り合って座るお二人は互いに尊重し合い、仲の良さは一目瞭然。

「コミュニケーションが大事ですね。1日に何回も電話やメールをします。そうすると家に帰っても共通の話題があるから、会話が絶えないんです(ちあきさん)」

忙しい毎日だが、お風呂はできるだけ一掃仕事柄ボディチェックをすることも。

「観点が似ているからね。美しくなること、若くいることに頑張っているわけではなく、それが僕たちにとって当り前のこと。結局は健康的な生活をするのが若く、キレイでいるコツだと思う。内面的にも刺激し合っています(ちあきさん)」

二人で年を重ねることが楽しみという嶋田夫妻。そのためには一番大切なのは、健康。「基本的なことですが、運動、睡眠、食事が大事。毎日続けることですね(真理子さん)」

嶋田夫妻のアミノコラーゲンはすでに5年、プーに流されず、こんなに長く続けているのは、効果を実感しているから。

どんな人を美しいと思うかという質問に対して二人が口を揃えたのが、オーラがある人。「年齢に関係なく、向上心を持ち続けている人は美しい(ちあきさん)」

「私はオーラのある人を見ると、食事とか健康法とか聞いてみたくなります(真理子さん)」

そんな嶋田夫妻こそ、確固たる信念を持ち、美容の最先端を走り続け、人として輝いて見えました。

Ayurilly Ayurvedic Spa がブルネイ共和国に近々オープン予定!



パルティ読者限定予約セッション ベビー&ママのトリートメント

ママにご褒美
アユリー・アスピランガ・ボディ・マッサージ(70分)

贅沢なブレンドオイルを用い、産後ママのつま先から頭まで癒すコース。デトックス効果があり、体のシステムを自然な状態に。※すべての女性にオススメのマッサージです。 **150ドル(前席200ドル)**

可愛い赤ちゃんに
アーユルベディック・ベビーマッサージ(30分・3か月〜5歳対象) **10回パッケージ500ドル(前席1060ドル)**

2 Serangoon Rd #05-11/12/13 Tekka Mall(リトルインディア駅近く)
Tel: 6737-5657 / 6291-2673 10:00~20:00 日休 www.mayooryspa.com



パルティ

8 2008 Vol.176
毎月1日発行 [Parti]

表紙のことば
by Isan gallery

Dense Open Weave
Silk Shawl
オープン織シルクショール(厚)。横糸を6色にイカット染めし、ざっくりと漁網織りで仕上げました。柔らかな手触りと鮮やかな色彩をお楽しみください。

http://isangallery.jp

Parti	MICA(F)052/11/2007
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 / Tohgasaki Izumi
Printer	Innotech Communication Pte Ltd

- | | | | |
|----|--------------------------------------|----|---------------------------|
| 02 | スペシャルインタビュー
嶋田ちあき/嶋田真理子 | 26 | まんだりん面白話
誤解を招く紛らわしい漢字② |
| 03 | シンプル・スイーツ・クッキング
ティーパーティーにいろいろどら焼き | 27 | 子どもを支える教育
「海外で育て」 |
| 04 | 西野薬局
ベビーグッズ | 28 | 未来の国際人たちへ
日本語と英語で学ぶこと |
| 05 | マガジンアンテナ
MIYABI / EIS | 29 | マーライオンとワルト
ドリアン |
| 06 | 夢紀行
ドバイ | 31 | ココロノケアルーム
コンプレックス |
| 08 | 特集
Mom & Baby スイートデイズ | 32 | 在外やぶにらみ
にっぽん細見 |
| 22 | ハッピーチャイルドパス
病院での快適な過ごし方 | 33 | 伝言板
じゃらん2 |
| 23 | シンガポールの健康生活
屋外スポーツと脱水 | 34 | イベント情報
8月のイベント |
| 24 | シンガポールの住宅・不動産事情
佐藤さんの住宅探し4 | 35 | インフォメーション
Information |
| 25 | 時事刻々
下町の味わい | | |



傷んだ毛先はカットし、トリートメントもお願いして、つるつる健康的な仕上がりに。



左から由希さんとアンさん。お二人ともにカット、カラー併せてお願いできます。



カット45ドル、カラー75ドル、パーマ90ドル〜と手頃な値段も嬉しい。



ロレアル製品のほか、オガニッシュシャンプーなども販売

パルティ読者限定 4周年記念プロモーション

期間中に「CUT+パーマ」または「CUT+カラー」をされたお客様に、通常26ドルで販売しているシャンプー(小)をプレゼント。

また、ストレートパーマをされたお客様にはトリートメント(通常85ドル)を無料サービス。さらに、縮毛矯正(通常ロング360ドル、ショート275ドル)が30%OFF。

※予約時に「パルティを見た」と伝えてください。※9月末まで有効。

マガジンアンテナ

おすすめ情報・旬の話題などをキャッチ!

イーズ インターナショナル プレスクール

イースト校 7 Seraya Lane Tel: 6348-4780
ウェスト校 21 West Coast Rd Tel: 6777-2911

http://eisintl.com

イーズで英語の放課後アクティビティー「フォニックス」スタート

のびのび子どもの心を育てるバイリンガル幼稚園イーズで、英国出身、人気のイアン先生による英語の放課後アクティビティー「フォニックス」を開始。その様子を覗いてきました!

188cmという長身のイアン先生。男性の先生らしい活気のあるクラスを展開しています。イアン先生の美しい発音を聞くことは、子どもたちにとってまたとないチャンス。優しく、子ども大好きなイアン先生は、たとえ子どもたちが全て分からなくても易しい英語で語り続けます。「楽しむことが第一。そうすると、自然と学んでいくものさ」とイアン先生。

「フォニックス」とは、綴り字と音素(音声)の関係を規則化して教える教授法のこと。このクラスでは、イギリスの「フォニックス」のテキストに沿って授業を進めています。取材時は、「V」と「W」をフィーチャーし、発音や、その文字を使った単語などを学習。絵を用いたり、体を動かしたり、ペーパーワークを交えつつ、子どもたちの集中力をキープしていきます。ゲーム感覚で楽しみながら、子どもたちに英語に対する興味を持たせ、目標は長いセンテンスを読めるようになることだとか。

ネイティブの先生のキレイな英語が響く、楽しくて活気十分のこんなクラス、私も幼稚園児のときに受けてみたかったと思ってしまう編集Aでした。



今日はVを覚えるよ、Vを使った言葉どんなものがあるかな?



ペーパーワークは色鉛筆を使って楽しく。

「フォニックス」K1-K2園児対象(両校で実施) 週1回1時間

※ウェスト校のみ小学1年生のクラスあり。現在は卒業生が参加していますが、卒業生以外でも参加可能です。



体を使ったゲームも、人数の多いイースト校はアシスタントの先生が付く。

日本人の髪を知っているヘアサロンで新しい自分発見

シティホールMRTから徒歩3分の好立地にあるヘアサロンMIYABI。オーナーの古西由希さんは日本で11年、シンガポールで7年のキャリアがあります。パートナーで中国系マレーシア人のアンさんとともに、このお店を始めて今年で丸4年。お客さまは日本人6割、ローカル4割で、お子様から30〜40代、年配の方まで幅広い客層です。

ロレアルのカラーリングコンテストで3度の入賞歴があるアンさん。日本にも3度講習へ行っていて、日本人のお客さんに慣れていて、日本人の髪質や好みに合わせた洗練されたカラーリングを提案してくれます。今回はカラーリングをアンさんに、カットを由希さんをお願いしました。

日頃から冒険しないタイプの編集Aは、自分で選ぶとついつい同じ髪色になりがち。今回は好みを伝えながらアンさんにまかせてみました。自分で最初に選んだ色より、2段階明るい色をアンさんは提案。少しドキドキでしたが、仕上がりは大満足。アンさんの言った通り、肌色にも合った自然で明るめの印象になりました。皆さんも、MIYABIで気分転換してみませんか?

MIYABI JAPANESE HAIR SALON
The Adelphi #02-21
1 Coleman St
Tel: 6336-8867 (要予約)
10:00~18:30 (日曜は11:00~17:00)
火休

くすり屋さんのなるほどアドバイス vol.3

ベビーグッズ

ママが安心して赤ちゃんに使える本場に「良い物」を厳選。シンガポールならではのアイテムも。



親子で乳歯ケア Infadent ベビー歯ブラシ (9.6ドル)

お母さんの指を入れて、優しくマッサージするように歯磨き。ゴム製なので、柔らかい。



スーとする匂いで鼻詰まり解消 Karvol 鼻炎緩和カプセル (6.35ドル)

アロマセラピーの一種で、鼻が詰まったとき、ティッシュなどに染み込ませて枕元に置く。生後3か月から。

飲み込んでも安心 First Teeth ベビー歯磨き粉 (13.75ドル)

リンゴ・バナナ味のカルシウム入り歯磨き粉。フッ素を含まない安心素材で、歯石・バイ菌予防。生後3か月から。



歯が生えるときのむずがゆさ対策 Dentinox Teething Gel (7.5ドル)

歯の成長に伴う不快感を和らげるジェル。マッサージすると、泣いていたベビーも泣きやむとか。



おむつかぶれ予防クリーム Desitin Creamy (12.80ドル)

ドクター推薦商品。アロエとビタミンEを含み、おむつかぶれを防ぐ。クリーミー・バージョンは、西野薬局だけの取り扱い。



花の香りのベビーパウダー Klorane プロテクティブパウダー (13.80ドル)

キンセンカの植物エキスで、肌を鎮め、かゆみを止める。仏製らしい優しい香りで、シャワー後に最適。



胃腸の調子を整えるオイル Yu Yee Oil 如意油 (2.8ドル)

ローカル家庭には必ずあるオイルで、おなかをマッサージするとゲップが出やすくなる。大人の胸やけにも効く。

海外での子育ては、ベビー衛生用品選びに悩んでしまうこともしばしば。どのブランドが信頼して使えるのか、成分や生産国を念頭にチェックしてしまいます。そこで、西野さんが選りすぐりの名品をご紹介します。今回はあえて海外ブランドの商品をピックアップ!

西野篤子(西野薬局) 開業以来16年、日本の製品をはじめ、シンガポールで評判の良い信頼の製品を取り揃えている。

高島屋店(薬剤師常駐) Takashimaya Department Store #B2 Tel: 6735-1226

伊勢丹スコット店(薬剤師常駐) Shaw House #B1 Tel: 6835-3305

Kusuri no Nishino Liang Court #B1 Meidi-ya Tel: 6337-5831

Eis International Pre-school

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

イーズはいつも安心して子供を預けられる場所です。毎日の給食がおいしくて楽しみにしています。心も体も元気でEisに通って大切な時間を先生やお友達と過ごしています。れいちゃんとお母さん

ウェスト校では、体験入園を募集中。(N2クラス以上、1週間\$290)

イーズ 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) (ウェスト校) 21 West Coast Road Singapore 127309 Tel: 6777-2911

★ ホームページ http://eisintl.com



ウェスト校で夏休み集中学習教室をOPEN!

苦手な単元を克服しよう

- 小学生のための 算数スクール 算数のコツを学びます
- 英語スクール 楽しい初級レベルの英語
- 作文スクール 国語の表現力をつける

集中TOEIC&ライティング講座 期間:8/18~8/22

詳細は下記までお問い合わせください Hp: 9689-0463(竹元まで)

★その他、個人指導クラスもあります(小学生~高校生)

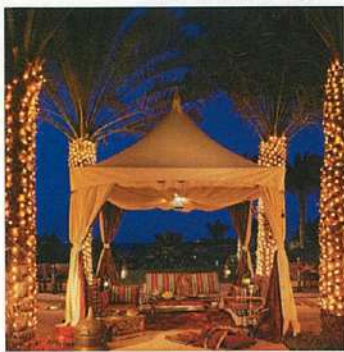


Komaba-Kai



日々進化しているドバイの今を目撃しよう。

ジュメイラ・ビーチのリッツ・カールトンドバイ。



海で砂漠で、様々なアクティビティが楽しめる。



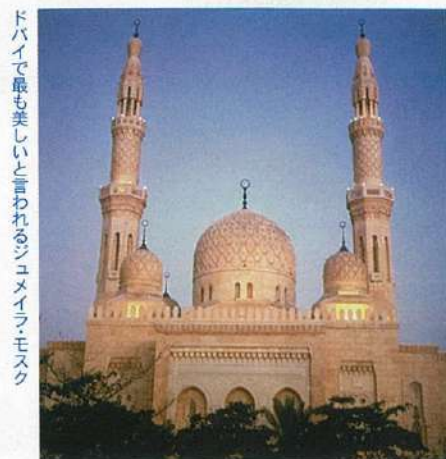
世界中の注目を集めるリゾート ドバイ2泊3日 1800ドル〜

日本語ガイド、シンガポール発着の往復航空券、宿泊費(1室2名利用、朝食付き)、市内観光、ダウ船ディナークルーズ(夕食・英語ガイド付き)を含む。



写真はJumeirah Beach Hotel(オーシャンビュールーム・2030ドル〜)

H.I.Sなら現地に支店があるので安心 詳しくはウェブをチェック www.his-travel.com
株式会社 エイチ・アイ・エス(H.I.S International Travel Pte.Ltd)
#17-01 Amara Corporate Tower 100 Tras Street Singapore 079027
営業時間: 平日9:00AM-5:30PM 土曜日9:00AM-1:00PM
TEL: 6224-1512 FAX: 6224-7129 Email: info@his.com.sg



ドバイで最も美しいと言われるジュメイラ・モスク



スークでは、サフランやセージなどが安く手に入る。

女を磨く? 海ではしゃぐ?

ドバイステイで欠かせないのがスパ。アラビアンスタイルのトリートメントやインドのアーユルヴェーダなど世界各地のスパトリートメントが体験できる。あのジバンシーが手がける世界でまだ6つしかない「ジバンシー・スパ」もある。

などが楽しめる。マリンスポーツで有名なのは、高級住宅地ジュメイラ・ビーチ。週末は海水浴を楽しむ人たちで賑わう。

アラブの生活に触れる スーク巡り

人々の生活を覗いて楽しいのがスークと呼ばれる市場めぐり。生地や金銀、スパイスなどが売られるスークでは、アラビアらしい雰囲気味わえる。

巨大ショッピングセンターでのショッピングも楽しい。高級ブランドのフティックや化粧品店が勢ぞろいする。ドバイはフリーポートなので、市内で買いたい物をして全て免税なのが嬉しい。

アラブの生活に触れる

第91回 夢紀行

ドバイ

幹線道路を走れば、車窓に広がる景色は砂漠とラクダ。
アラビア半島でひととき輝くリゾート地・ドバイ。
ここだけでしか味わえない体験が待っている。



シンガポールからドバイまではエミレーツ航空などで7時間半のフライト。

☆パーシ・アル・アラブはまさにドバイのシンボル。

注目を集めるリゾート地

アラブ首長国連邦の大都市ドバイ。人口の75%を外国人が占める国際都市だ。近年目覚ましい開発を遂げた場所のひとつで、最近では世界でも有数の高級リゾートとして注目を集めている。

世界一の「7つ星」ホテル

「パーシ・アル・アラブ」。その名前にピンと来なくても、船の帆を表現した特異な外観は、写真やテレビなどで目にしたことがある人も多いだ

らう。「7つ星」とも呼ばれる全室スイートの豪華ホテルで、高さは321m。世界一高いホテルとしてギネスにも登録されている。宿泊は約12万円からと、ハードルも高い。最近ではタレントの神田うのさんが宿泊したことも話題になった。雰囲気味わいたい人にはアフタヌーンティー利用がおすすめ。

ジュメイラ・ビーチとドバイ中心部のクリーク(運河)沿いには、高級ホテルが多いが、この他にもホテルは安宿から超高級ホテルまで様々ある。



☆アッサワンスバは地上200mにある天上スパ



☆「SAHN EDDAR」でジュメイラ・ビーチを眺めながらアフタヌーンティー。



☆「地上200m」水族館「アラビア風」など多彩なレストランも魅力のひとつ。



☆客室は全室スイート。アメニティはエルメス。

☆(以上パーシ・アル・アラブ)



ベビーベッドや毛布なども。上質なシルク100%ブランケットは、ぜんそくの赤ちゃんにも安心。



まるでベビーカーのショーハウスのような店内。「マクラレン」の価格は268～668ドル。日本製「コンビ」、3輪型でおしゃれなオランダ製「クイニー」なども扱う。



ブルーと白のコントラストが夏らしい

「マクラレン」の1967年モデルの復刻版「ブッチャース・ストライプ」、非常に軽く、持ち運びも便利。

四季折々の柄のファブリックがセットになり、8パターンのデザインを楽しめる「マクラレン」のバギー。



英国老舗おもちゃメーカー「ガルト」

鮮やかな色合いが赤ちゃんの好奇心を引き出す「ガルト」社の玩具も「Baby Avenue」では種類豊富に揃う。

②本革を使用したママバッグ「ストークサック」は、プラビがママバッグとして持っていたことでも有名に。



カラーバリエーションが豊富なチャイルドシート「4キンコン」は世界で最も信頼性が高いと評価されている。

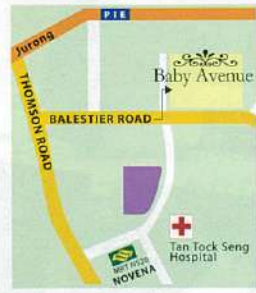
**大人気「マクラレン」勢揃い
ここはまるで
バギーのショーハウス**

この夏、オープン1周年を迎えるベビーグッズ専門店「Baby Avenue」。そのベビーカーの取り扱い台数は、圧巻です。とくにイギリス製バギー「マクラレン」は、こちらがアジアの卸売を行っていることあって、限定商品やファッションブランドとのコラボアイテムなども揃い、種類がとても豊富。最近、日本のママたちにも大人気の「マクラレン」の魅力は、抜群の機能性と、スタイリッシュなデザイン。大人が座っても壊れない丈夫さも持ち合わせています。

バギーの他にも、ロンドン発のママバッグ「ストークサック」や、ベビーベッド、ベビーフード、車用チャイルドシート、おもちゃなど広い店内には、厳選されたベビーグッズがぎっしり。メンバーになると、お買い得度が増すので、まとも買いもおすすです。大切な赤ちゃんのために、買いたくなる「優れ物」と「キュートな物」にたくさん出会えるはず。



③ハイブランド「SHANGHAI TANG」とのコラボ。今や乳母車はライフスタイルを彩るツールに。



今年7月に双子を出産したアンジー＆プラビ夫妻もマクラレンを愛用。



520 Balestier Rd #01-02
Leong On Building
(MRT/ベナ駅から徒歩10分)
Tel: 6253-6678
11:00～21:00
無休
www.baby-avenue.com
(オンラインショップあり)

メンバーシップ
メンバーのために毎月プロモーションを用意。メンバーになるには30ドル必要ですが、ウェルカムフリーギフトがもらえるうえ、15～20%オフのお買いものが楽しめます。

**Mom & Baby
スイートデイズ**



パーティが総力を結集して、ママとベビーの毎日をHAPPYにする情報を収集。ベビーグッズから健康・美容系、ユニークなメモリアルギフトまで、これを読めば、シンガポールで出産・子育てすることが楽しみになっちゃうこと間違いなし！

Greenberry Loft

現役ママが日本で買い付け！
着心地&デザイン抜群アイテム

質の良さ、機能性、デザイン力の三拍子揃った日本の子供服が、シンガポールでも手頃なプライスで見つかるショップをご紹介します。オーナーは、3人のお子さんを持つ、日本人の現役ママ。トレンドも取り入れながら、自身の体験をもとに日本で直接買い付けています。涼しげな浴衣など、ギフトにも喜ばれるちょっとユニークなものも！

● 移転セール実施中！
9月中旬にリャンコートへ移転するため、特別セールを開催しています。



Greenberry Loft

1 Raffles Place #05-01
OUB Centre
Tel: 6438-3825
11:30~18:30(土は14:30まで)
日・祝休
※新生児から130cmまで取扱。

優しいアースカラーの上下セット
刺繍や花柄プリントなど、細部までこだわった上下セット(39.90ドル)。



北京オリンピックでパンダブーム

飛ぶように売れているというパンダ柄、肌触りのよいコットンのロンパース(27.50ドル)。



流行の小花柄とデニムで、元気ガール

小花柄トップ(29.90ドル)は、日焼け肌にも好相性。ハーフ丈のデニム(25.50ドル)を合わせて。



人気のサロペットはチェックで可愛く

大人もブームのサロペットとTシャツのセット(45.50ドル)。



おむつも快適 モンキーパンツ

おむつをしているお尻にフィットする裁断のモンキーパンツ(27.90ドル)。トップ(26.85ドル)は夏らしいマリンテイスト。



涼しげなじんべいはギフトにも◎

和素材で涼しく、ユニークなデザインも人気のじんべい(左37.90ドル、右34.50ドル)。



ハート型のペンダント。シルバーだからどんな着こなしにも合いそう。

そのちっちゃい可愛い手、思い出に残したい！ 英国発ユニークなシルバージュエリー

生まれたばかりの赤ちゃんの小さな手は、見ているだけで幸福な気持ちにさせてくれますよね。「Smallprint」の誕生は、ある一人のママが我が子を見て「この可愛らしい手や足を思い出として残しておきたい」と思ったことがきっかけ。そのママ、MaijaさんがPMCと出会い、赤ちゃんの指紋(フィンガープリント)でシルバージュエリーを作ると、それが人気に。PMCとは、99%純銀のメタルクレーのことで、最初は柔らかな粘土のよう。そこにペタッと赤ちゃんの指紋を押

せば、あとは高い技術を持つ職人が手作業で、世界でたったひとつのジュエリーに仕上げられます。

種類は、ペンダント、チャーム、キーホルダー、携帯ストラップ、ワンコの首輪などさまざま。パパやママが持つのももちろん、日本にいるおじいちゃん、おばあちゃんにプレゼントしても喜ばれそう！

イギリス生まれの「Smallprint」は現在、シンガポールを含む7か国で展開中。一生の宝物になるシルバージュエリー、あなたもおひとついかが？

お仕事でもベビーのこたえを想っていたパパにカフスを。



Smallprint Singapore

Step by step guide



1 クレイを伸ばす。



2 カッターで型を取る。



3 クレイの上に指紋を押す。

チャーム	56ドル (プレスレット付 108ドル)
ペンダント	108ドル
キーホルダー	135ドル
携帯ストラップ	68ドル
ドッグタグ	108ドル

※シンガポールでは、Ms. Aileenが窓口、電話で予約をし、どこでフィンガープリントを取るか決めます。Ms. Aileen自宅、カフェ、またはお客様の自宅(ロケーションによって最少個数が変わりますが)でも可能。お友達と一緒にすることもできます。
※生後16週からフィンガープリント可能です。

Smallprint Singapore

Tel: 8399-6189
9:00~16:00
土日祝休み
Aileen@smallp.sg
www.smallp.com

mothercare

Furniture



Toy



mothercareの製品

ウェア、おもちゃ、ベビーカー、家具などバラエティーに富んだ商品を開発。



Baggy&Car seat



Clothes

mothercare

フラッグシップストア
HarbourFront Centre
1 Maritime Square #03-07
Tel: 6513-3243
www.mothercare.com.sg

その他の店舗

★センターポイント(#01-34/39)★プラザシンガポラ(#03-08)★パークウェイパレード(#02-34B)★コースウェイポイント(#03-14/15)★ピボシティ(#02-79)★タンピネスモール(#03-04/05)★マリーナスクエア(#03-150/1/2)★KKウーマン&チルドレン・ホスピタル(ブキティマ・ロード#01-11/12/13)

EGG Maternity

デニムも・ドレスも・下着も 妊婦さんのワードローブはおまかせ！

おなかの中のベビーと過ごす貴重な10か月間。おしゃれを楽しむことができれば、もっとハッピーな妊婦ライフを楽しめるはず。

子育て中の女性デザイナーが手掛ける「EGG」は、素材感、着心地の良さにこだわったニュージーランド発マタニティーブランド。デイリーからフォーマル、さらにヨガウェアや下着までワンストップで揃うから、とっても便利です。とくにデニムの展開は豊富で、スキニージーンズなど、トレンド感があるものも。おなかの部分がストレッチ素材だから、マタニティー期も安心してはくことができます。サイズ展開もXXSからXXLまで用意。あらゆるニーズに応えてくれるから、ぜひ足を運んでみて。



デイリーユースなシンプルウェア

トップ(109ドル)は、ポリエステルストレッチ素材。リネンのパンツは、大人の上質なカジュアル感を演出。

変幻自在のカーディガン

店員さんイチオシのカーディガン(155ドル)は、ショールのようにも使え、産後は授乳中の赤ちゃんを隠すときにも活躍。



ヘビロテ確実のデニム

デニム(129~189ドル)はデザイン、色などバリエーション豊か。

さらりと一枚着れば、お出かけモード

着回しがきくピーコック・ドレス(219ドル)。グレーもあり。



今年4月に誕生したハーバーフロント店は、「mothercare」アジア最大の大型店舗。マタニティーを含む衣類、ベビーカー、チャイルドシート、おもちゃ、家具、授乳・調乳グッズなど、とにかく品揃え豊富。オリジナル商品のほか、スウェーデンの人気ブランド「ベビービョルン」などの卸売も。

日本未上陸UKブランド こだわりベビーグッズ満載

50年の歴史を持ち、イギリス国内に200店舗以上、世界38か国で展開中の「mothercare」。オリジナル商品から、世界の厳選ブランドまで、赤ちゃんにまつわるものなら、ワンストップで見つけることができる品揃えが自慢です。

オリジナルのベビー服には、7つのこだわり(ボタンの付け方、縫い方、洗濯OKな素材選びなど)を持ち、赤ちゃんの着心地と使い勝手の良さを追求。

UK発とあって、洗練されたデザインも魅力です。

ベビーグッズ専門店の店員としてトレーニングを受けているスタッフたちは、新米ママの心強い味方。哺乳瓶選び1つを取っても、環境ホルモンが含まれていない安全なものを勧めてくれ、必要があれば、その理由まで説明してくれます。

日本ではまだ手に入らない「mothercare」製品は、ギフトにもぴったり！



シンプルなトップは、ギフトにも最適。オーガニック・コットンを使用したウェアもおすすぬ。



EGG Maternity

1 HarbourFront Walk #01-58
VivoCity
Tel: 6376-8135
10:00~22:00
無休
www.eggmaternity.com.sg

Ayurly Ayurvedic Spa



2 Serangoon Rd
#05-11/12/13 Tekka Mall
(リトルインディア駅近く)
Tel: 6737-5657 / 6291-2673
10:00~20:00
日休
www.mayooryspa.com

赤ちゃんもリラックス
アーユルベダの
ベビーマッサージ

赤ちゃんのためのアーユルベダ式
マッサージは、インドで今も続いている
伝統。血行促進、デトックス、消化作用、
その他さまざまな効能が期待できます。
健康面はもちろん、心を落ち着かせ、感情
を満たす効果も。赤ちゃんは、マッサージ
を通して愛されていることを感じ、
安心するといえます。この体験は、赤ちゃん
のパーソナリティーにも良い影響を
与えるとか。

マッサージは週1回が理想的。アーユル
ベダのマッサージは、2歳以上の子
どもにも効果があり、美しい姿勢や丈
夫な骨を育みます。

パルティ読者限定プロモーション

ベビー&ママのトリートメント

ママ:アユリー・アプハヤンガ・
ボディ・マッサージ(70分)
贅沢なブレンドオイルを用い、産
後ママのつま先から頭まで徹すコー
ス。デトックス効果があり、体のシ
ステムを自然な状態に。※すべての
女性にオススメのマッサージです。
150ドル(通常200ドル)

赤ちゃん:アユルベディック・
ベビーマッサージ
(30分・3か月~5歳対象)
10回パッケージ500ドル
(通常1回60ドル)



腕・脚
動かしてあげることで、
筋肉のエクササイズをして、
丈夫な体に。

頭
生後6か月から9
か月に行うヘッド
マッサージは、
脳や視力に良い。
脊髄液を活発にし、
神経システムを
強くする効果あり。

肌
特別にブレンドされた栄養たっ
ぷりのオイルは、感染や乾燥
から肌を保護。発疹をできに
くし、熱を逃がす作用も。

鼻
鼻詰まり解消。

歯・あご
成長中のあごをマッサージすると、
赤ちゃんはリラックス。歯のは
え始めに感じるむずかさも解消。

おなか
腹部マッサージは、腸内ガス・
腹痛緩和、便秘解消に効果あり。



wasabi
yoga
studio



妊娠中は体が柔らかくなることを目的の「逆」やり
すぎないように、先生に見てもらうのがポイントです。



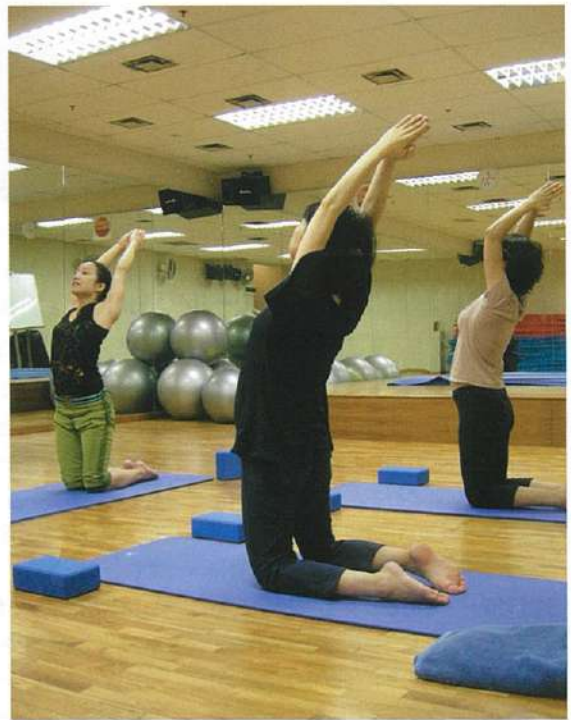
マタニティーヨガで、安産準備をしよう

妊婦さんの精神・肉体・呼吸を整え、心
身を健やかに保つマタニティーヨガ。妊
娠中はとくに動くのが億劫になり、血液
循環が滞りがち。これはむくみの原因。
妊婦さんでも無理なくできるヨガポー
ズで、負担のかかった足を楽にしてあげ
ましょう。また、出産に向けて、股関節を
柔らかくするストレッチも大事。腰痛エ
クササイズや、内臓や赤ちゃんにも良い
影響を与える振動エクササイズ(あ・う
んの発声練習)など、盛りだくさんのマ
タニティーヨガで、安産の準備を。

日本語で指導してくれるウェンリー
さんが主宰する「ワサビ・ヨガ・スタジオ」
では、マタニティーヨガのときは、暗め
の照明で、BGMをかけながら、ゆっくり
としたペースで進行。「ヨガでしっかり
と呼吸してあげると、お腹のなかの赤ちゃん
も喜ぶんですよ」とウェンリーさん。
いつも明るくて、チャーミングなウェ
ンリーさんは、ヨガ哲学にも精通していて、
一緒にいるとハッピーになるから、運動
不足で、精神も不安定になりがちな妊婦
さんにぴったりのスタジオです。

メンバーシップ
マタニティーヨガ
トライアル 35ドル
シングル・チケット 40ドル
10枚チケット 350ドル(1回35ドル)

wasabi yoga studio
・442 Orchard Rd
Orchard Hotel 4th floor(ジム内)
・8 Dublin Rd
9731-3987(日本語対応)
www.wasabiyoga.com



マタニティーヨガは週1回60分安定期に入ってから通うことをおすすめします。



ベビー用浮き輪
(フロート)
成長に合わせて3サイ
ズあり。購入すること
も可能(25~30ドル)。

噂のベブースイミングで
丈夫なカラダ&脳の発達を!

土曜日の屋下がり、続々とバギーを押
してやってくる若いママとパパ。裸ん坊
になった赤ちゃんは特製の浮き輪を首に
つけてもらい、水の中へ。桃色のユニフ
ォームを着たスタッフの上手なリードで、水
の中の赤ちゃんはみ〜んご満悦です。

2007年、シンガポール初のベブースイ
ミング・プログラム(ハイドロセラピー)
を始めて以来、1年で8000人ものベブー
が参加し、口コミで人気が広がっている「Hwa
Xia International」。1歳までの赤ちゃんを
対象に、特別に作られた浮き輪は、柔らか
素材で、しかも安全に赤ちゃんを水の中
でサポート。耳に水が入ることもありませ
ん。赤ちゃんは自由に手足をバタバタ
と動かし、楽しそう。考えてみればそれも
そのはず、彼らはいこの間まで、ママの
お腹の中で泳いでいたのです。そう、赤ちゃん
は床の上で動くよりも、水の中の方が
上手に動けるといいます。早い段階からし
っかりと体を動かすことは、健康な体作り
はもとより、脳の発達を促す効果が!
さらに生涯において探究心が強くなり、
学ぶ姿勢の基礎を育むとされています。

センター内には、深めの小さなプール
がいくつも用意され、毎回水を新しく入
れ替えているから、衛生面も安心。赤ちゃん
のケアに慣れた優しいスタッフが付き
っきりでお手伝いしてくれます。
水の中でうれしそうな赤ちゃんを見守
るママとパパの顔は、みんな最高に幸せ
そう。その顔を見ることで赤ちゃんはもっ
とハッピーに。休日は家族でベブースイ
ミングへ出かけましょ!

Baby Swimming Program
(~12か月)1回28ドル ※お得なパッケージあり

赤ちゃんのときに、通常よりたくさんの刺激を受けると、脳はそれだけ多くの情報を取
りおけるようになる。これは、人間の能力の土台に。スイミング中は、感覚が刺激
され、脳はさまざまな情報を得ているとか。よって脳の発達を促すのだ。また同時に、
泳ぐという楽しい経験を赤ちゃんのときにすることで、人間形成にも良い影響を与
えてくれる。



Baby Massage Program
1回22ドル

気持ちよくて赤ちゃんの心
を和らげるマッサージ。安
眠や健康に効果的。



Hwa Xia International
Harbourfront Centre店
1 Maritime Square #03-11
Punggol Plaza店
168 Punggol Field #02-09
Boon Keng店(Boon Keng MRT駅)
Blk 27 #02-653 Bendemeer Rd
Tel: 6489-4847
(休日は予約をオススメします)
10:00~20:30
www.babyswimming.com.sg

パルティ読者限定プロモーション

※初回限定
ベブースイミング4セッション
お申し込みの方に、1セッ
ション無料サービス!(計5回)

Plaze Singapura店(9月上旬PEN予定)
68 Orchard Rd
Plaze Singapura #03-30



Baby & Kids Hair Cut
10ドル

車のイスに座って、アニ
メのDVDを見ている間
にカット完了!

revive



④伝統の技タミーラップは、きれいなボディラインへの近道。産後ママでなくても、ダイエットをしたい方なら誰でもできます！

伝統マッサージで、自然治癒力UP

妊娠中や産後、疲れてしまった心と体。優しいハンド・マッサージで、自然治癒力を高めてエネルギーをチャージしましょう。

良質なトリートメントを、リーズナブルに受けられることで人気の隠れ家サロン「リバイブ」では、妊婦さん&産後ママのために、ボディマッサージを用意。出産前のコースでは、仰向けではなく、横向きになってマッサージを受け、腰痛や足のむくみなどをとくにケア。マタニティー・マッサージの知識があるセラピストによる、繊細でリズムカルなマッサージが痛みを緩和します。心身が癒され、ストレス解消にも効果的。安定期に入ってから、月1回程度が目安です。

産後のコースは、ちょっとユニーク。たるんでしまったお腹を中心に60分のボディマッサージのあと、インドネシア伝統のハーバルトリートメントを行います。顔や全身に特製ハーブを塗布。さらに、たるみを取り、体内の汚れた血液を浄化するお腹用のハーブを塗り、タミーラップを巻きます。実はこれ、インドネシアではどの家庭でも代々受け継がれている伝統の技。サロンから帰っても5時間ラップを巻いたままにし、これを最低3日おきに一定期間続けると、出産で崩れた体型が短期間で元通り！自宅出張サービスもあるので、赤ちゃんがいても無理なく続けることができます。

パルティ読者限定プロモーション

※初回限定
Pre & Post Natal Massage
出産前・出産後のマッサージ
(90分・通常118ドル)
1FOR1
※2名で1名分の料金でお試いただけます。
※1名で来店の場合は、75ドルになります。
自宅出張サービス118ドル
(交通費込み)

revive

61 Tras St
(タンジョンバガー駅から徒歩5分)
Tel: 6222-0081 / 6327-8456
月~金11:00~21:30(最終受付20:00)
土 10:00~18:00(最終受付17:00)
www.revivewellness.com.sg

ショップハウスを改造したおしゃれな隠れ家サロン。



MARLY ESTHETIC SALON



ママ2人以上で貸し切りサービス

赤ちゃんを連れてママ同士で来て、交替で施術を受ければ、ママも赤ちゃんも安心。赤ちゃんが泣いても貸し切りなので、気がねすることもなし。フェイシャルや脱毛など、すべてのトリートメントを受けられます。

⑤施術で使用しているフランス製「バイオジニー」の自宅スキンケアも販売。肌に優しく、佐藤さんもお気に入り。

⑥産後は、IPLやRFで効果的に肌のメンテナンスをする人も。



MARLY ESTHETIC SALON

402 Orchard Rd #04-15
Delfi Orchard
Tel: 6738-3736
9:00~18:00(最終予約)
日・祝休

「ノーマルフェイシャル」
(60分・100ドル〜)
「イオン導入フェイシャル」
(60分・160ドル)※効果持続のために集中美容液プレゼント



お店をオープンして12年というオーナーの佐藤さん。親身なカウンセリングも好評。

“ママだってキレイでいたい！”を叶えるフェイシャル

妊娠してから授乳が終わるまで、お肌の調子が変わって、トラブルに悩むママは多数。ニキビができてしまったり、崩れたホルモンバランスと紫外線の影響で、シミが増えたり。逆に調子が良くなる人もいますが、そんな人もこの際だから、リラクゼーションを兼ねてフェイシャルに通って、肌レベル向上を目指してみてもいいかもです。

え？ 妊娠中にフェイシャルしてもいいか？ もちろん大丈夫です。「マルリー」では、ゆったり心地のいいハンドマッサージが至福の「ノーマルフェ

イシャル」と、イオン導入器と手技でリンパドレナージュを行う「イオン導入フェイシャル」を用意しています。

オーナーの佐藤さんの「ノーマルフェイシャル」を体験した編集AIは、熟練したハンドテクに身も心もトロトロに。丹精込めたマッサージは、誠実な佐藤さんの人柄が現れたよう。毛穴の掃除も上手で、赤ちゃんのようなモチモチ肌がよくみえり、心まで潤った感じ。

産後ママも大歓迎。ママ友2人以上で貸し切りできる新サービスを導入しました。ママだって、キレイを諦めないで！



小川さんは現在、2人の男の子を育児中。長男レイちゃんも次男リオちゃんにキス。



sleepydays

www.sleepydays.net

バージョンアップしたサイト。

子連れママの応援サイトがバージョンアップ！

「赤ちゃんを連れていけるレストランはどこ？」「子どもが咳、急病に！ 救急病院は？」…「sleepydays / 子連れでシンガポールを100%楽しむ情報ガイドサイト」は在星ママのそんな疑問やニーズに応えてくれる生活情報サイト。病院からレストラン&プレイスポットまで、独自に集めたローカル系の情報も日本語で読むことができ、穴場情報も盛りだくさん。「シンガポール生活サポートフォーラム」など参加型のページもあり、誰に聞けばいいかわからなかった小さな疑問などにも対応してくれます。

実は、同サイトの始まりは、一人の在星ママの個人サイト。シンガポールで初めて子

どもを出産した小川ユリさんが、「日本に住む家族や海外の友人に親子の元気な姿を届けよう」と個人サイトを開始しました。赤ちゃんを育てるママの視点で、便利でお得な情報をサイトに載せると、在星中や訪星間近のママから質問や相談が続き、返答して役立つ情報をアップデートしているうちに、人気のサイトになっていったそうです。

サイト名の「sleepydays」は、小川さん自らの体験を踏まえ、眠気のなかでも育児に頑張るママの日常を例え、命名したもの。同サイトはしばしの休止期間を経て、6月にバージョンアップして活動をリスタートしました。今後も、子連れママ「必」アクセスの応援サイトです。

きものレンタル・節句屋



お宮参り写真はシンガポールでもOK！

お宮参りは、赤ちゃんが生まれて初めて神社にお参りする日本の伝統行事。産着を身にまとった小さな可愛い赤ちゃんを連れて、これからの健やかな成長を願います。産着姿の子どもの記念写真は家族の大切な思い出の一葉になります。

シンガポールでもお宮参りの写真撮影は可能。「きものレンタル・節句屋」では、お宮参り写真の記念撮影を行っています。同ショップは男の子には髪目(のしめ)模様、女の子には柄模様の素敵な着、

またママの着物を豊富に取り揃え、着付けやヘアセットなどのオプションサービスも充実。撮影当日は親子揃って和装でキメルことができます。もちろん、お好みで洋装のチョイスもあり。ベビードレスや少しコミカルな衣装も用意されています。

シンガポールでお宮参りはできませんが、子どもの誕生を祝い、将来の成長を願う気持ちは同じ。ハレ姿のベビーの記念写真を思い出の一枚にしてみませんか？

料金

写真サイズ:6切り(20cm×25cm)
高級台紙入り
基本2ポーズ 200ドル
赤ちゃん(産着着用)+家族(お母様産着を羽織る)
3ポーズ 280ドル
ラブラブなファミリーショット、構内坊の赤ちゃんの写真もおススメ。
ママヘアメイクアップ(土・日のみ) 80ドル
和装レンタル着付け 90ドル

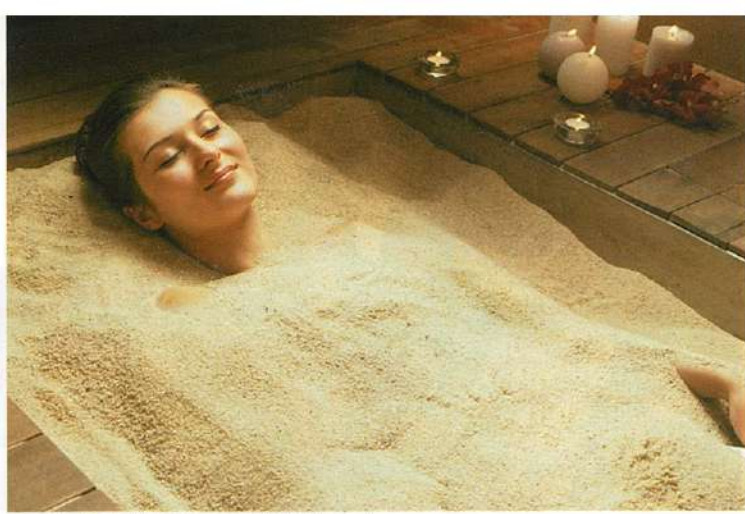
※年賀状、葉書作成可
※焼増し、画像データの販売可
※撮影後、写真の選別可
※友人の出産祝いにはバウチャー作成

きものレンタル・節句屋

62 Monk's Hill Terrace
Tel: 6738-7065
(日本語可10:00~19:00)
Fax: 6738-6027
www.seqya.com (日本語)



育児のちょっとした疑問に「sleepydays」のイメージ写真ですと小川さん。



ラップを巻いたまま、スチームバスか砂風呂で20分。

スチームバスか砂風呂でデトックス&スリミング

シンガポールに4店舗、クアラルンプールに2店舗を持つローカル系スパ。アジアンビューティーの美容健康法を取り入れた独自のトリートメントを行っています。「Mother2baby」は産前産後の女性をターゲットにしたメニュー。今回は、「Post-Natal デトフィックスセラピー(90分)」を体験しました。これらは、インドネシアの伝統的な産後マッサージを基にしたトリートメント。産後の体型を速やかに元に戻す効果があります。

カウンセリングの後、2階の個室へ移動しマッサージ開始。20種類以上のハーブを使用したRUSTICオリジナルの

JAMUオイルを使って、全身をぎゅぐゅと揉み出していきます。マッサージで柔らかくなった肌に、次は泥パックのようにJAMUのペーストを塗り、その上からラップをぐるぐる巻きに。突っついてしまうくらいに全身ぐるぐる巻きです。歩くラップのミイラ状態で1階へ移動しスチームバスへ。4畳ほどの部屋に長座して20分。ゆっくり温まり、ビックリするぐらいの汗が出ました。砂風呂も選べます。

産後マッサージには、体型改善の他に、前向きな気持ちにさせたり、自信を持たせたりする効果があります。この他、産前マッサージメニューもオススメです。

RUSTIC NIRVANA



JAMUを塗った体を腕の先までラップでぐるぐる巻きに。



オリジナルのJAMU。朝鮮ニンジンのような匂い。

RUSTIC NIRVANA

14 Liang Seah St (ブギス駅徒歩3分)
Tel: 6289-9193
11:00~20:30(月~金)、
10:00~19:00(土)
日・祝休
www.rusticnirvana.com
他島内3店舗
(8 Boon Lay Way, 25 Cantonment Rd, 37 Cuppage Terrace)

バルティ読者限定プロモーション

Pre-Natal マッサージ(60分)
または Post-Natal デトフィックスセラピー(90分)
68ドル 通常180ドル
※Post-Natal デトフィックスセラピーのメニューはJAMUマッサージ+ラップ+スチームです。
9月15日まで

産後マッサージには産前産後(産前)の両方ともあります。



清潔感あふれる待合室。産後ママのたるんだおなかを効くクミー・タイトニングは、2種類、RFとリンパドレナージュのコースは、180ドル(パッケージ価格)。母乳育児が終わってから始めましょう。

低価格でハイパフォーマンスな美容医療

今や美意識の高い女性にとって、美容医療はキレイへの近道として常識。ただ、クリニック選びは慎重にしたいところ。今回は、夫妻ドクターが運営する信頼の美容クリニックをご紹介します。センパワンで一般診療を行う一方、今年5月に美容専門のクリニックを開業。美には、健康が不可欠という理念のもと、ヘルス・スクリーニングなども行い、とくに妊娠前の女性の健診はポピュラー。

美容で最も定評があるのが、スキンホワイトニング技術。レーザー、ケミカルピール、ビタミントリートメントなどがあり、妊娠でシミが増えてしまったママにもおすすめ。

今回はレーザーに挑戦。アメリカ製のトップブランドの機器を使用しながら、パッケージ料金なら1回300ドルとかなり低価格。レーザー治療は、医師免許がないとできず、その効果は絶大です。施術後、毛穴は見るからに小さくなり、かねてから気になっていた頬のシミが薄く！1~2週間後にはさらに美白を実感できるとか。

同クリニックでは、産後のお腹のたるみに効果的なトリートメントも用意。多彩な美容機器を揃え、メスを使用する治療は行いません。ドクター・ジェーンは、女性ならではの視点で、クライアントと一緒に目標達成に向かうプラン作りをしてくれます。日帰りプチ美容で、ビジュアルアップを目指して！



①レーザー治療前に痛みを和らげるクリームを塗布。レーザーを照射すると、肌の上でビリビリとした感覚が、クールダウンパック後はすぐに帰れる。1回300ドル(パッケージ価格)。

Stellar Medical Aesthetic Clinic LLP

②アメリカで美容医療を学び、誠実なカウンセリングが好評のドクター・ジェーン。日本語も少しオケー。



Stellar Medical Aesthetic Clinic LLP

Novena Medical Center
10 Sinaran Drive
#11-31 Square 2
Tel: 6397-2722
10:00~19:00(土曜16:00まで)
日休
www.stellarclinic.com

バルティ読者限定プロモーション

●レーザーフェイスホワイトニングトリートメント 280ドル
レーザーフェイス+ビタミンCトリートメント+ホワイトニングマスク
●ボディコントアートトリートメント 120ドル
産後のスリミングにも効果的
●レーザー脱毛(腋下) 80ドル
※9月末まで

Aromatherapy

アロマセラピー活用法

つわり
■使用するもの
マンダリンまたはシシヤの精油
■使用方法
朝起きてすぐ暖かいお風呂にマンダリンまたはシシヤの精油を1滴ずつ入浴剤として入浴する。または、アロマポットやディフューザーで香りをお部屋に拡散させるのも効果的。※1日における1種類のオイル使用は、時間までにしてください。
POINT
マンダリンやシシヤは、吐き気や消化不良に効く。とくにマンダリンは、リラクゼーション作用があるので、精神的に不安定なときにも役立つ。

足のむくみ
■使用するもの
ゼラニウムの精油(2滴)、
ヘーゼルナッツあるいは
スイートアーモンドオイル15滴
■使用方法
血行を促進させるために、足首からひざに向かって手のひらでさする。さらに、ふくらはぎをマッサージ。
POINT
お腹が大きくなってきたら、旦那様にマッサージを頼みましょう。ひどいむくみが見られる場合は、ドクターに相談を。

妊娠線(ストレッチマーク)
■使用するもの
ネロリの精油(2滴)、
マンダリンの精油(4滴)、
ヘーゼルナッツオイル15滴
■使用方法
朝晩、お腹とお尻の妊娠線が出そうな箇所に塗り込む。妊娠6か月頃から使用する予防法です。
POINT
皮膚細胞再生の作用がある。とくにネロリは、ストレッチマークやシワに効果があると言われる。



クラスは、飯塚さんのご自宅で開催。緑に囲まれたテラスハウスで、癒しのひとときを。

アユルトピア・アロマ
28 Hindhede Drive
Angsana Park
(ブキティマ山麓・バス171番等)
Tel: 6468-3229
E-mail: ayurtopia@ayurveda-asia.com
www.ayurveda-asia.com

※基礎編クラス(8時間・180ドル)
虫除けスプレー、バスソルト、オーガニック化粧水・軟膏、ボディスクラブ、リップバームの実習を行う。その他のクラス情報はウェブサイトをご覧ください。
※医療グレードのエッセンシャル・オイルの販売もしています。キャリアオイル、オーガニック製品も多数。

※注意事項
・妊娠4か月までは全ての精油使用不可。
・妊婦さんが使用してはいけない精油がある。(マージラム、ヴェンネル、クラリセージ、バジル、ジュンパー、メリッサなど)
・流産の恐れがある人は、ラベンダー、カモミール、ペパーミントも避ける。

Ayurtopia Aroma

お家でできる妊婦さんのアロマセラピー

植物の恵みによるアロマセラピーは、妊娠中に起こりがちなマタニティーブルーや、体調の問題にも効果的。とくに「マンダリン」は、妊婦さんによく用いられるエッセンシャル・オイル(精油)で、不安やストレス解消、つわり予防にも効くそう。今回は、IFAおよびITEC公認アロマセラピスト・飯塚さんに、妊娠ライフをハッピーに変えてくれるアロマセラピー活用法を教えていただきました。

なお、飯塚さんが主宰するアユルトピア・アロマでは、基礎から日本アロマ環境協会検定1級の対策まで学べる多彩なクラスを実施中。美肌コスメやボディケア作りなどの実習クラスも好評です。

明生堂治療院
545 Orchard Rd #04-24
Far East Shopping Centre
Tel: 6738-2881
9:30~13:00、14:00~19:00
日・祝休
中医学研究院卒のフランキー・リュウ中医師。

※鍼灸、漢方、指圧などを行う。針治療は、腰痛、ぎっくり腰、肩こり、腱鞘炎などに効果的。最近では美容のために顔針も人気。治療は1回40~60ドル。
※産後ダイエットは、出産1か月後から可能。

●通電をすると、効果はさらに増す。
●針の太さは選ぶことができる。



※写真は撮影用のため、産後ダイエットのツボではありません。

東洋医学・針治療で産後ダイエット

中醫師として20年の経験を持つフランキー先生。その技術力には定評があり、お世話になった人の感謝状がクリニックの壁を飾っています。そのいくつかは、ダイエットの成功を感謝するもの。出産でたるんでしまったお腹の引き締めに来る女性も多いといいます。

産後ダイエットは、お腹にあるツボに集中的に針を打ち、通電を行うことで、脂肪を分解し、筋肉を引き締めていきます。個人差はありますが、週1回2か月間通うと、出産前のスタイルに。長い歴史

ある東洋医学に基づいた施術で、副作用などは一切ありません。針治療は妊娠中にはできませんが、産後は母乳不足、腰痛、貧血、神経症などの悩みにも対応。フランキー先生のクリニックでは、複数の問題を抱えている人にも、ほぼ同じ治療費で診てくれます。

日本でも鍼灸師として勤務経験のあるフランキー先生は、日本語がとても堪能。針は、新品なので衛生面も問題はありません。また、痛いのが苦手な人には極細の針を用意。痛みの心配も無用です。

明生堂治療院



頭脳明晰、健やかな成長を祈り 赤ちゃん筆(胎毛筆)を 作りませんか?

ママのおなかの中にいるときから生え始める、フワフワで柔らかな赤ちゃんの髪の毛(胎毛)。生まれて初めてハサミを入れた胎毛を、一生に一度の宝物として筆にしませんか?

中国では唐の時代から続くとされているこの伝統。日本にも伝わっており、古来より健やかな成長を祈り、作られてきました。また、頭脳明晰な子に育つようにとの願いも込められ、風水では勉強部屋に置くことよといわれているとか。

「HUAXIA TAIMAOBI CENTRE」がシンガポールに誕生したのは、2004年のこと。国民的人気女優Zoe Tayも我が子の胎毛筆を作り、広告に出演しており、たった4年間で2万本の筆の注文が。熟練した職人が丹精込めて、美しい筆に仕上げられます。軸の部分は、竹やマホガニーなどに、さまざまな材質から選ぶことができ、ホルダーには名前、誕生日、願い事などを彫り込むことが可能。注文すると無料でスタッフが outgoing、自宅で初めての散髪をしてくれます(生後1か月が通常)。

同社では、隣の緒をスタンプにする商品も。中国では隣の緒は、富と健康を祈願し、大事に取っておくそう。大人になった赤ちゃんに、未来のプレゼントを用意しては?

Hotline: 6258-5505
www.taimaobi.com
huaxia@taimaobi.com
Outlet1:
KK Hospital#01-16
Tel: 6296-0221
Outlet2:
United Square #01-47
Tel: 6258-5535
Outlet3:
TMC Branch
(Opp Thomson Medical Centre)
Tel: 6356-4001
HQ:
13 Lorong 8 Toa Payoh #03-05
Braddell Tech S319261

赤ちゃん筆(胎毛筆) 38ドル〜
隣の緒スタンプ 88ドル〜
※無料出張サービスで、ご自宅で初めての散髪を行います。

华夏胎毛筆 HUAXIA TAIMAOBI CENTRE(S)



一筆
一生
情
相
隨



Zoe Tay
Mediacorp Artiste

Birth & Beyond



ベビークラス ミルク作りに奮闘中



母乳クラスも好評!



タンダリンショッピングセンター内に立地、ベビー服も展示販売されている。

Birth & Beyond

19 Tanglin Rd #05-18
Tanglin Shopping Centre
Tel: 6736-1636/7
Tel: 9813-1067(日本語対応 ※下記営業時間内)
9:30~17:30 日・祝休
E-mail: jstaff@birthandbeyond.com.sg(日本語対応)
www.birthandbeyond.com.sg

出産準備クラス
360ドル 定員8組、通常金曜日5回 (1,2回は10:30~12:30、 3,4,5回は18:00~20:00)
母乳育児クラス
120ドル 定員8名ほど、通常木曜日1回、 10:30~13:30
ベビークラス
120ドル 定員8名ほど、通常土曜日1回、 14:00~17:00
※上記クラスをすべて受講する場合は、535ドル。 ※妊産婦・日本で出産する方の受講も相談に応じます。 ※産後の母乳育児相談、おっぱいマッサージなども行う。

プレママ&プレパパのサポーター

シンガポールで妊娠・出産・育児を迎えるプレママ&プレパパを対象に日本語による「出産準備クラス」、「母乳育児クラス」、「ベビークラス」を開講している「Birth&Beyond」。講師は、10年近くローカル産婦人科で勤務し、自身も当地で4人の子どもを出産、そして現在、育児進行中のKIYOMIさん。豊富な実務キャリアと出産・育児の実体験に基づいたレッスンは、正しい知識とリアルな情報が盛り込まれています。「海外出産を安心して迎えるためには、不安や悩みをひとりで抱え込まないことが大切」と話すKIYOMIさん。

クラスの雰囲気明るく楽しくなるよ

うりーどし、受講生はお互いの状況を気楽に話し、相談し合えるようになっていきます。出産後は、プレママから新米ママ仲間が続いていくことも多いそうです。

また、同クラスではプレパパの参加も大歓迎! 「出産準備クラス」では、パパに参加してもらえよう、一部セッションのレッスン時間が夕方6時からになっています。新生児の沐浴、おむつ交換などの練習をする「ベビークラス」はプレパパにも好評です。

「Birth&Beyond」は、プレママ&プレパパの不安や悩みを安心して相談できる心強いサポーターです。

ストレッチが効くウェストバンド
赤ちゃんのどんな動きにもフィット。

シルキー・タッチ・シート
赤ちゃんの敏感なお肌にも安心。

パワフル・ブロック・ギャザー
おしっこやゆるゆるうんちの漏れを防止。

どこでも付け直しテープ
何度でも付け直し可能。14種類の動物キャラクターがママとベビークラスのコミュニケーションを楽しく。

おしっこお知らせマーク
ぬれると動物マークがお知らせ。

GOON Pull-up Pants XL26 (15.50ドル)

GOON Premium Diapers M44 (15.20ドル)

GOON Premium Diapers NB58 (15.50ドル)

Diapers.com.sg



モトコクリニック

290 Orchard Rd #11-13/4 Paragon
Tel: 6838-5366

ポイント

検診からお産まで主治医として対応
婦人科の手術も行っています

名医より

良医でありたい

口コミで日本人の間に評判の産婦人科専門クリニック。日本国内に比べ、不安の多い海外の出産も日本語で気兼ねなく相談できます。産科・婦人科全般に対応し、不妊治療も行っています。



陽光がやわらかく差し込む待合室。

モトコ先生は検診からお産まで一貫して主治医として対応。出産前は、パースプランを綿密に立て、妊婦さんの不安をやわらげ、出産後も、心身のバランスを崩しがちな新米ママの体とココロの状態を見守ってくれます。



患者さんとの対話を重視した診察室。

「名医より良医でありたい」。静かにそう話すモトコ先生。クリニック内のボードには、新生児と笑顔の親御さんの写真がたくさん飾られていました。



ジョイ・クリニック・フォー・ウーマン

4-6 Napier Rd #08-03/04
Gleneagles Medical Centre
Tel: 6737-0044
日本語ホットライン
9115-1718, 8180-5121 (23:00まで)
http://www.joyclinicforwomen.com/

ポイント

自然分娩へのこだわり
ホスピタルツアー、おっぱいマッサージ対応

女性の幸福を願う思いが込められたクリニック名

「自然分娩」にこだわるクリニックですが、計画出産や無痛分娩も対応可能です。数々の受賞歴からタン先生の名は広く知られていて、クリニックには様々な国籍の方が訪れます。日本人看護師もあきさんと通訳のみでみさんがいるため、日本人にも人気。訪れる人の約半数は日本人です。小誌連載でもおなじみのあきさんは、シンガポールの看護師免許も持つ頼れる存在です。また、タン先生は婦人科の予防医学でも定評があります。



クリニックと同敷地にある病棟の分娩室。ナースもとても親切。



あきさん(左)と先生、スタッフの息もばっちり。クリニック全体が明るい雰囲気。



本人の意志を大切に尊重してくれるタン先生。



タン先生の著書、
「Being a Woman」など
購入可能。

料金

マタニティパッケージ
1600ドル+GST
妊娠20週から
毎回の検診、分娩助産費、産後検診込み



ラッフルズ・ジャパニーズ・クリニック

585 North Bridge Rd
Raffles Hospital #11-00
Tel: 6311-1190
www.rafflesj-clinic.com

ポイント

日本人の女性産婦人科医
必要な検査は全て入ったパッケージプランがお得

一番大切なものはお母さんと赤ちゃんの命

田島先生のモットーは「安全第一」。自然分娩も選べますが、リスクの少ない計画出産を勧めています。「計画出産では、赤ちゃんとお母様にとって一番良い日に出産日を設定できます。出産日の0時に入院、午後2時頃に産が平均的です。分娩経過中には、赤ちゃんやお母様の状態が急変することもあります。日中の分娩だと、緊急時にもすぐに対応できます」。また、約85%の方が無痛分娩を選ばれているそうです。診察室にはたくさんの赤ちゃんの写真。「一人一人違うので、みんな覚えていきます」と先生は目を細めます。



入院から分娩まで1つの部屋で行えるLDR。ご主人も一緒に泊まれます。

料金

パッケージA: 650ドル
12~27週(4回)
健診間隔: 1回/4週
検査: 初期検査

パッケージB: 2500ドル
28週~分娩(6~9回)
健診間隔: 1回/2週(28~35週まで)
1回/1週(36週~分娩まで)

検査: 中期検査(28週)、GBS(34週)、後期検査(34週)
産後健診: 2回(1・6週)
※分娩費込、入院費別

★パッケージは前半と後半に分かれていて、日本への帰郷を希望される方や他院から転院されてきた方にも、利用しやすくなっています。
★A・B連続利用で100ドル割引あり。



はつらつとした笑顔が素敵な田島里奈先生。



日本の母子手帳
無料進呈
※パッケージ利用者対象

Motoko Clinic For Women

産婦人科専門クリニック
医師は日本語可

受付時間(予約制)
月~金曜日
午前 9:00~13:00
午後 14:00~17:00
土曜日
午前 9:00~13:00
日曜日祭日は休診

290 Orchard Rd #11-13/14 Paragon (S)238859
290 オーチャードロード #11-13/14 パラゴン (S)238859
Tel: 6838-5366 Fax: 6738-9773

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識学級も無料で実施。
- 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のっています。
- 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)

Raffles Japanese Clinic

- ◆一般外来 ◆産婦人科* ◆歯科 ◆皮膚科
- ◆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*

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)

医師 田島里奈 (日本産科婦人科学会専門医・医学博士)
インターナショナル分院でも皮膚科診療を開始しました。詳細はHPで

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

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促します。
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://kji.konohanagakuin.ac.jp E-mail: kji@konohanagakuin.ac.jp



病院での快適な過ごし方

シンガポールでは出産のための入院は、普通分娩だと生まれる当日を含めた2泊3日、帝王切開でも3泊4日。日本の平均5~7日間、帝王切開だと10日間も入院するのに比べて、すごく短い滞在期間です。そんな短い間で大丈夫かと心配の声が聞かれます。やはり疲労はこの入院期間では取れませんが、看護婦さんにいろいろ教えてもらおうと思っても、時間が足りません。「やってもらう」のではなく自分から積極的に病院のスタッフに質問したり、産前産後クラスに出たりして情報を集めます。

「準備良ければ終わりよし」という言葉をよく親に言われましたが、これは出産準備にも当てはまります。

●冷房が寒すぎるので、防寒対策のための毛布、カーディガン、靴下を持っていく。雪国育ちの私でさえ、病院の冷房は寒い。

●病院スタッフとのコミュニケーションのため、必要なくつかのフレーズを英語で書いておく。例) 予防接種、おへそ、便秘、母乳、痛い、陣痛、出血など。

●35週位までに必要な書類と物品を用意しておく。英文の婚姻証明書、入院申し込み用紙、血液検査の結果、臍帯血バンクの申込書やキット(希望者のみ、専門業者あり)、パスポート、医師や病院の緊急連絡先、病院付属の救急車の番号(一般の救急車を呼ぶと、政府系の病院へ連れて行かれます)、タクシーの電話番号。これらは、自分用、

パートナー用、大きい子供がいる場合は子供用にも用意すると良いでしょう。

●入院中の必要物品は病院によって違うので、クリニックのスタッフに確認してください。ホスピタルツアーに参加して、病室にどのような設備があるか確認するのも良いでしょう。

入院中は極力疲労回復に努めましょう。お見舞いの方も短時間で済まし、子供連れは感染防止の意味からも避けてください。冷蔵庫がない場合があるので、生ものや冷蔵の必要なお見舞いの品は避けたいほうがベターです。冷たいものが欲しい場合、クーラーボックスを持参するのも手です。

一番大切なのは、自分がどういう風に過ごしたいのか、はっきり病院スタッフ、パートナーに伝えることです。遠慮する必要はありません。

皆さんのシンガポールでの出産が心に残る良いものになりますように。

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ン・クリニックがわかりやすくご説明いたします。

屋外スポーツと脱水の巻

田畑 奈穂 (たばた なほ) 東京女子医大看護短大卒業。その後腎外科・透析と慢性腎不全患者の看護に携わる。透析技術認定師取得。2007年12月よりラッフルズジャパン・クリニックにて看護師として勤務。

脱水症状ってどんな状態になるの?

桐雄さんが健康診断に来たときに、脱水の話になりました。「先日ゴルフをしていたら、途中で頭痛が痛くなって、めまいもしたんですよ。水分をとったら治りました。あれは脱水だったのかな?」

看護師の田畑さんは「脱水は頭痛、吐き気、めまい、脱力感、疲れを引き起こします。もっとひどい場合は熱射病と言っています。意識障害を引き起こすこともあります。特に屋外スポーツ、水泳やゴルフなどをしている際には気を付ける必要があります」と話しました。「脱水になっているかどうか、どうやって自分からわかりますか?」

ください。色が濃くなっていたら、脱水になっていきます。尿の色が薄くなるまで水分補給をした方がいいです。体重で言えば、運動前後で体重の3%減っていたら、脱水状態です」

「脱水症状が出たときはどうしたらいいんでしょう?」

「涼しい場所で横になり、水分補給をしましょう。汗で失われた塩分も補給できるスポーツ飲料がおすすめです。ビールなどのアルコールは水分補給にはなりません。アルコールは体温調節機能を狂わせてしまう働きがあるからです」

しょう。また、運動1週間前から水分を普段より一日500mlくらい多くとるのも、脱水の予防に効果的です。子供は遊びに夢中になり、水分補給を忘れがちです。保護者の方は積極的に水分補給を促しましょう。安全に屋外スポーツを楽しみましょうね」

まとめ

①脱水を軽く考えたらならぬ!! 症状は頭痛、めまい、吐き気、倦怠感、脱力感。重篤な場合は意識障害を引き起こします。

②脱水かどうかわかる方法 運動後の尿の色をチェック。色が濃ければ脱水。色が薄くなるまで水分補給をしましょう。

③脱水になったら? 涼しいところで横になり、水分補給をしましょう。スポーツ飲料がおすすめです。アルコールは水分補給になりません。

④脱水の予防法 運動中、こまめに水分補給を意識しましょう。30分に一度は日陰で休みましょう。二日酔いや体調不良の時はやめましょう。お子さんは特に水分補給をこまめにしましょう。

dreamworld ディパバリ出発日限定 10/25-10/28. ブーケット 3泊4日. バリ島 3泊4日. アンコール遺跡群を巡る3泊4日の旅. JTB トラベルサロン TEL. 6735-2345

世界15ヶ国557校 直営校 世界で教えているのはジオス 英会話ジオス. 8月11日よりShaw Centre校移転. NewクラスOPEN! スプリントコース, インテンシブコース. 無料レッスン 移転記念最大2週間プレゼント

ココロからキレイになれる「癒し」の空間. 日頃のお手入れのサポートに. 帰国や大切な日にあわせた集中ケアに. 日本からのゲストと過ごす楽しみに. フェイシャル, イオン, IPLイントロダクション, IPLフルセッション, RF, IPL脱毛. MARLY ESTHETIC SALON

無事に産出、楽しく育児! 日本語によるプレママ&プレパパ教室を開講しています. 出産準備クラス 360ドル, 母乳育児クラス 120ドル, ベビーケアークラス 120ドル. Birth Beyond Group Pte Ltd

MIYABI JAPANESE HAIR SALON. ミヤビ・ヘアーサロン. The Adelphi #02-21 1 Coleman St. Tel: 6336-8867 (要予約) 営業時間: 10:00~19:00

【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



時事通信社
シンガポール支局

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

シンガポール | 時事刻々 第71回

下町の味わい

週末の喜びの一つは「食」にある。東京にいた時もそうだったが、シンガポールに来て、唯一とまでは言わないものかかなり重要な部分を占めつつある。ローカルフードや国際色豊かな料理を、自ら食する楽しみはもとより、料理を囲みながらよく食べ、よく語らう人々を眺めるのは爽快なものだ。

日曜日の遅めの朝食を求めたティオンバル・マーケットは、今でも下町の雰囲気を感じる公設市場だ。1階のウエットマーケットに入る魚屋では、水の上にアジ、マナガツオなどの鮮魚が並び、太刀魚らしい姿に塩焼きがいいか、

バターソーテーの方が合うかなどと食意地が頭をもたげる。目的は2階だ。三角形のフロアの外辺に沿うように飲食店がびっしりと並び、数えてはいないが、全部で1000店は優にありそうな高密度に圧倒される。中には行列のできるブロン・ミー、お粥、菓子などの店も少なくない。

そんな行列の一つに加わり、店先でめんと野菜、海老、ゆで豚などの具材、スープを手早く、無駄のない動きで次から次へと調理されていくさまを見せられると、その小気味よさに待たされていることが



余り苦にならなくなってくる。地元の住民に鍛えられ、愛されてきたであろう下町の味に出会い、ほっとした気分に戻ったひと時だった。

シンガポールの住宅・不動産事情

佐藤さんの住宅探し④



3ベッドルームを探している佐藤さん。前回のポイントは次の3点でした。

- コンドミニアムの床材は直接コンクリートスラブに貼り付けてあるため上下階の音は伝わりやすい。
- キッチンの換気扇は油こしの機能のみで排気をしないうのがほとんど。
- ゴミは住戸内のダスターシュートから捨てられ分別は必要ない。

今回は浴室について山田さんが説明します。

シンガポールの給湯設備

「シンガポールでは給湯設備のほとんどが電気温水器で、使う15〜20分位前にスイッチを入れて利用します。日本やアメリカなどに大量のお湯を使う所では、温水器は戸外近くの専用場所に設置されますが、シンガポールでは浴室の天井裏にあります。また、シンガポールではシャワーだけで生活する傾向があるため、バススタブは普通の大さなのに、温水器の容量はバススタブをためるのに十分な給湯能力がないケースがほとんどです」

「ではどうやってバススタブを使うのですか」と佐藤さん。

「電気温水器のお湯を一旦水で薄めずに全部出して、次のお湯が温水器で沸き上がった頃に最初に出したお湯に水を足して入れれば、シャワーとバススタブの両方を使っていることが出来ます」

「結構面倒ですね。電気温水器をもっと大きなものに替えることはできないのですか」と佐藤さん。

「交渉によって出来ないことはないのですが、設置場所が物理的に限られていること、結構交換の費用が高いために嫌がる家主さんが多いのは事実です。また、お引越しまでの日が限られている場合にはスケジュール的に間に合わないこともあります。シンガポールでは水の供給をマレーシアから受けているために、節水の運動が盛んですので、郷に入れば郷に従えのことでわざわざ生活された方が無難でしょう」

ウォッシュレットは設置可能か？

「先程スイッチの話が出ましたがどこにあるのですか」

「大抵スイッチはバスルームの入口に、赤いランプが付くように設置されています。これはシンガポールでは電圧が高いため、水を使用する浴室の中には原則として電気のコンセントを設けないようにして、直接分電盤に接続されているからです。そのため、日本でポピュラーなウォッシュレットも電圧を使うものは、設置に高額な工事費がかかっています。最近水圧で動くウォッシュレットが発売されていますので、それが良いでしょう。ただし、便座の種類によって設置できないものもありますので、専門の業者さんに確認する必要があります」

「そのスイッチはずっと付けておいていいんですか」

「夜寝る前には必ず消してお休みになってください。そうしないと、いつもお湯が沸いた状態で、電気温水器の故障の原因になり、家主さんがテナントさんの不注意ということで修理費を負担してくれないこともあります」

高野 徹 (たかの とおる) | TOKIO PROPERTY SERVICES PTE LTD
TRE 21 PTE LTD

1982年東京不動産株式会社入社。マンション・戸建て販売、ビル事業に従事。89年から海外事業部、ロサンゼルス駐在後、93年からシンガポール駐在。シンガポール内外の不動産全般の仲介、エアコン保守メンテナンス業務を手がける。2001年11月東京不動産より会社譲渡を受け現職。宅地建物取引主任者、シンガポール不動産仲介業有資格。

秋の呼び寄せ

<呼び寄せ>	航空会社	大人	子供
東京発	日本航空	32,000円~	24,000円~
名古屋発	シンガポール航空	61,000円~	52,000円~
大阪発	日本航空	32,000円~	24,000円~
福岡発	シンガポール航空	44,000円~	34,000円~
札幌発	日本航空	74,000円~	55,500円~

*福岡発は大人2名以上の料金です。燃油付加料金・その他TAX別途

<家族旅行でバリ島へ> 日本よりSQをご利用のお客様は格安にてバリへ行けます。詳しくはお問合せ下さい。(下記料金・航空運賃含まず)

バリ島2泊3日 (1室2名利用・朝食・送迎込)	
リサタ・バリ (SUPERIOR)	13,000円
グランド・ミラージュ (SUPERIOR)	18,500円
ニッキー・バリ (OCEAN-VIEW)	27,000円
リッツ・カールトン (RESORT-VIEW)	36,000円

産経旅行 東京: 03-3562-4001
名古屋: 052-586-1081
大阪: 06-6222-6091
福岡: 092-475-1678

シンガポール支店にでも予約承ります
TEL: 6222-6600 FAX: 6224-1400
E-mail: singapore@sankei-tourist.com.sg

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9月1日(月)より開講予定

- ① 月・金 10:00~11:40
 - ② 月 10:00~12:30
 - ③ 火 10:00~12:30
 - ④ 水 13:00~15:30
 - ⑤ 木 10:00~12:30
 - ⑥ 金 10:00~12:30
 - ⑦ 日 13:00~15:30
- ◆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
8月25日(月)~31日(日) *30日(土)を除く
※お問合せ・ご予約は電話又はメールにてどうぞ

ブリティッシュ英語クラス開講中。詳細はお問い合わせ下さい

日本語ホットライン
IKOMA Language School
Tel. 6238-0055 (Mr. 紫野・Mr. 中川まで)
#12-07 Shaw House (伊勢丹スクワ上のオフィス) ホームページ www.ikoma.com.sg

寿 Kotobuki Japanese Restaurant

日本のテレビ、ライブで早朝7時半から放映中
オリンピックを観戦しながら、ご飲食を

座敷個室でご会食、ご宴会をどうぞ

日本人学校へ通学のご家族の方アンケートに答えるとその場で1割引き (他のプロモーション品を除く)

8 Shenton Way #01-17/20 (タンジョンバガー駅出口D正面)
営業時間: 7:30~22:30 (月~金)、11:30~14:30 / 17:30~22:00 (土・日・祝)
Tel: 6327-9590 www.kotobuki.com.sg

実績 信頼 安心

おまかせください
シンガポールでの不動産

経験豊富なスタッフが日本語でご相談に応じます

- 不動産仲介全般 ● 賃貸・売買 ●
- 住宅・事務所・倉庫・工場 ●
- エアコンメンテナンスサービス ●

ホームページで最新の物件情報をご覧いただけます。またはEメールで情報をお届けします。

シンガポールでの不動産/住居は安心の
東京不動産
TEL 67385033 FAX 67383221
www.tokioproperty.com.sg Email: tps@tokio.com.sg
89 Short Street 09-10 Golden Wall Centre Singapore 188216

世界中どこに在っても子育てをしているお父さんお母さんに悩みは尽きません。健やかに育てほしい、夢を持って生きてほしい、誰もが子供の幸せを願っています。そして、そんな子供たちの今と未来を支えるのは、「教育」です。

カウンセラー、幼稚園園長、療育サークルメンバー、日本語補習校前校長、が中心になって「シンガポールに住む子ども達に、よりよい教育を与える支援が出来たら」と考えボランティア「シンガポールの子女教育を考える会」を発足しました。海外での子育てのヒントになってもらえればと願って、それぞれの経験から「子どもを支える教育」をテーマに連載を開始します。

私は人生の約半分を海外で過ごしています。日本の小学校と外国の小学校での経験について今回は書きたいと思います。

私はスイスで生まれ、生後3か月で帰国し、幼稚園を日本で過ごして、1年生の4月にフィリピンに引越しました。小学校1年生の時の記憶として残っているのが、同じクラスに「渡辺君」がいて、初めての欠席確認の時に「渡辺君」で「はい！」と元気良く手を上げたことです。担任の先生にはやさしく「渡辺さんは後で呼びますよ」と諭されたのを覚えています。当時私の学校では男子が先に呼ばれ、その後女子でしたが、私にはそのような感覚が全くなく、「何で彼が先で私が後??」と幼心に違和感を覚えたものでした。そして、フィリピンのインターナショナルスクールに通い始めましたが、最初の1週間は泣きっぱなしで、母と一緒に学校

に来てくれました。先生もクラスメートも笑顔いっぱいに接してくれたのですが、あまりにも楽しそうに大騒ぎしていたのに圧倒され、「怖い」と言う印象を持ったのを覚えています。しかし、全く無理強いわされず、こちらの準備ができるまで待ってくれました。慣れた後は楽しく、男女入り乱れて学校の敷地内を走り回っていました。小学校3年生になってアメリカに引越し、現地校と補習校に通いました。補習校はあまり好きではなかったのですが、日本語は家庭での会話を通しての教育、国語の教科書および漫画を通しての教育が主だったものでした。アメリカの現地校では、数回にわたって個別指導を受けました。小さい個室で先生と1対1で鏡を使って「Ladder」(はしご)と「Ruler」(定規)を言われたのを覚えています。今振り返れば、これは言語療法

第1回 「海外で育って」



佐渡 涼子 (さどりょうこ)
「子ども時代をフィリピン、アメリカ、ヨルダン、日本(東京)で過ごす。上智大学文学部心理学卒業、ニューヨーク大学大学院教育学部応用心理学学校カウンスリングK-12修士修了。麻布ニューヨーク学院寮監(2年)、学習院女子中高等学校非常勤講師(英語)(2年半)、特定非営利活動法人青少年育成支援フォーラム(JNYD)勤務。

士との「言語指導」でした。また、算数も習熟度別で、社会科も縦割りで面白かった思い出があります。そして日本に帰って、同い年の子とただ座って受ける授業に退屈したのを覚えています。授業中に思わず口笛を吹いてしまい、注意された苦い経験もあります。しかし、担任の先生やクラスメートが何とか私をなじませようとしてくれた温かい感触は残っています。

小さいカルチャーショックを繰り返し感じながら小学校を過ごしましたが、常に親が冷静にありのままの状態を受け入れ、支えてくれたからこそ、苦勞を感じないで育ってきたのではないかと感じています。そして、子どもの見えないうところで、親・先生・他の大人(保護者)が連携して見守ってくれたおかげだと感謝しています。

誤解を招く紛らわしい漢字②

下流
前回は、中国人が誤解しやすい日本の漢字を取り上げました。今回は、日本人が誤解しやすい中国の漢字を紹介いたします。

日本語に「一億総中流」という言葉がありました。それに対して今の「負け組」の人達は「下流階級」と言えそうです。ところが、中国人に「あなたは本当に『下流の人』」と言われたら、経済的な能力や地位とは関係なく、「下品卑しい人」の意味です。「下流階級」は「げすな言葉」「スケベな話」「下流的做法」は、「卑劣なやり方」ももちろん川の

経理
中国人とビジネスをしたことがある日本人は誰でも経験すると思いますが、相手の名刺に「〇〇経理」という肩書きが多く見られます。紹介された時は、会社の責任者というにも関わらず「経理」の肩書きが付いているから不思議で仕様がありません。まさか、会社の会計の仕事も兼任しているのかと首をかしげます。実はこれは誤解です。中国の企業や商店の「経理」はその「責任者」あるいは「代表」なんです。大きい会社では、各部署の責任者も「経理(部門経理)」で、社長は全体をまとめる「総経理」になるわけです。ちなみに、日本語の「経理課」は中国語では「財務科」「会計科」です。

情報
中国文化大革命の時台湾、日本、アメリカなど西側に「情報」を提供した中国人を終身刑などにしたニュースを何度も見ました。中国語の「情報」は日本からの外来語ですが、指す意味は日本語より狭く、「機密情報」に限っているのではないかと思います。「情報員」はスパイのこと。約30年前に、上海へ短期留学に来た日本の女性が、家族と一緒に日本の地方都市で、〇〇情報経理専門学校を運営していました。彼女の名刺を見た中国人教員が、「このスパイのリーダーを専門的に養成する学校」の「危険人物」を、早速上海の大学当局に報告し、ブラックリストに入れた話を聞いた時、大笑いしました。

老婆
初めて中国を訪問したある日本人が、中国人の若い夫婦と筆談した時、この夫が自分の若妻を指して書いた「我的老婆」を見て、びっくり仰天。実は中国語の「老婆」は「お母さん」とも関係がなく、親しみ、謙遜の気持ちをもって「家内」のような感じで使います。中国本土ではちょっと距離感がある相手の妻のこととは「老婆」と言いませんが、「愛人」や「太太」という、シンガポールでは初対面の人に対しては言うようです。ちなみに、男性の配偶者は「老公正」と言います。もちろんこれも年齢の制限がありません。



葛珠慧 ガーチーフライシ先生
J.S.U. 日本外国語学院院長

日本全国各地の教育事情や国公私立小・中・高受験指導に精通！
30年以上の指導実績を誇る集団指導
年少～年長・小学生・中学生 [日本人高校生・インター生] MOE(教育省)認可校

能開センター

秋期新入会生募集!!

能開センター中学進学コース
・小4 木曜(120分) 16:30～18:35 算数・国語
・小5 月曜(170分) 15:30～18:25 算数・国語

週1回の通学で効率よく指導要領範囲内容+αを学習。中学校進学を見据えた学習姿勢の育成にも力を入れています。月例定着度測定テストあり。

能開センター中学受験特設ゼミ
小1～6対象。全国の有名中学から難関校まで幅広く対応。最新の入試傾向を分析し、指導法に反映した独自のカリキュラム・教材。

8/30(土)午後3時 入会説明会・学力診断テスト 実施

ご希望の方には、ゼミ内容の説明や無料体験授業を実施しています。お問い合わせ・入会お申し込みは、お気軽に下記まで。

能開センター WAOシンガポール
TEL: 6733-5144
受付時間: 月～土 10:00～19:00
583 Orchard Road #09-04 Forum Singapore 238884
全体版 http://www.wao-corp.com

日本 メディカル ケア NIPPON MEDICAL CARE グレニーグルス病院

日曜緊急外来

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 SINGAPORE
3RD Level Annexe Block, 6A Napier Road Singapore 258500
TEL: 6474-7707 FAX: 6474-4391
E-mail: nmc@nipponmedicalcare.com.sg
http://www.nipponmedicalcare.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います。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

MEISEIDO CHINESE MEDICAL TRT

針灸、漢方薬、指圧で体にやさしい治療を施します。

ご予約は、☎6738-2881 フランキーまで日本語で
受付時間: 月～土 9:30am～7:00pm(日、祝休業)

明生堂 Meiseido Chinese Medical Treatment
545 Orchard Rd #04-24 Far East S.C. (ヒルトンホテル隣)

海外生活でのアクシデントに適切に対応できますか?
大切な子供・家族の命を守る
レスキュー講習会実施中

出張講習会、グループでの申し込みも可

プログラム内容
CPR(心肺蘇生法)+子供のためのケア+AEDの使い方
4日間(90分/日) 100ドル

Scuba Photo & Equipment Centre
5 Koek Road #B1-04 Cuppage Plaza, Singapore 228796
Tel: 6732 5582 Fax: 6732 0817 E-mail: tolawase@specdivers.com

東南アジア唯一の中検公開会場校!

日本語で学ぶ JSUでニーマンハオ! FM96.3もよろしく

標準中国語教室

8月25日より初級クラス開講

参加お申込み まだ間に合います! シンガポール政府公認

9月14日(日)第3回中国語スピーチコンテスト

経験豊富な教師が親切・丁寧に教えます。
まずは気軽に電話お待ちしております! ☎: 6336-3055 葛珠慧先生

初級用		NEW テキスト使用				
月	火	水	木	金	土	日
10:00-1:00	初級②	初級②	初級④	初級④	新規	初級③
2:00-5:00	初級③	新規	初級②	初級④	初級④	初級①
6:30-9:30	初級③	初級④	初級④	初級③	初級②	新規 韓国語

JSU Language School
ランコート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



ずんこ シンガポール在住の漫画家。趣味は人間観察、毒吐きですけど自滅も多いです。

第2回 ドリアン編

マーライオンとワルツ



Geylang Rd

●ドリアン屋
AH HUNG COMPANY
107/109 SIMS AVE
(ゲイラン・ロード近く)
Tel: 6743-3509(オフィス)

1位 芦蘆王 ウルタンワン 1KG=25ドル
2位 猫山王 マオサンワン 1KG=18ドル
3位 D-24 1個5~10ドル

そしてドリアンは主に3種類ある。

①見た目 ②音 ③匂い

ここが黒いのは日が経って新鮮ではない。甘いものと苦いものがある。『通』は苦い方を選ぶらしいです。

ドリアンと言えは、臭くて嫌われモノの果物。というイメージが強いですが、おいしいドリアンの選び方伝授

ゲイランドリアン ドリアンIIゲイランIIしかもフルーツの玉も食べに行こう!

じゃなくてごめんね

予算の都合で無理です!

あー

親光に来ていたTさん母娘

なんとそのドリアンは...

口の中に無駄なく広がる

意外と平気でした。

DRAGON WORLD



未来の国際人たちへ

第4回



ぶちすけ 幼稚園を経営している両親の下、シンガポールで幼・小・中・高を過ごす。現在オーストラリアのメルボルン大学理学部在籍中。

中学校 日本語と英語で学ぶこと 異文化交流の面白さ

日本人小学校を卒業した後、私は中学部へと進みました。別に中学生になったからといって劇的な変化が起こるわけでもなく、相変わらずマイペースな生活を続けていたのが、小学校時代と違って、日本人と外国人の先生たちが一緒に教えてくれるイメージの授業の存在でした。

イメージとは、日本語で教わる英語の授業や、英語で教わる英会話の授業と異なり、日本語と英語の二つの言葉で授業が展開されるというものでした。

これは英語の能力が成績に直接関わるものではなく、あくまで美術、音楽、体育、技術家庭科の授業なのですが、どうしてか、ただ日本語で教わっていたときより、この方がとても面白くて、得意なものも不得意なものも含めて、楽しく感じられました。

というのも、それぞれ違った背景を持つ先生に教えてもらうと

というのは、同じ事柄を学ぶにしても、色んな角度からのものが見方や考え方が、感じ方を教わることでできたからです。

例えば美術の時間でブーメラにアポリジニ風の絵を描いたとき、オーストラリア人の先生が見本を使ってアポリジニアルートの説明をしてくれたのですが、「文字を使うのではなく、点描で描いた水の流れや、エミューやカンガルーの足跡の模様を使って、絵で物語を表現しているんだよ」と教えてくれたのがなんだか印象的で、それまであまり知らなかったオーストラリアの文化に興味を持つきっかけになりました。

他にも音楽の合唱で映画天使にラブソングを2のジョイフル・ジョイフルを英語で歌ったり、中国の家庭料理の作り方をシンガポールの先生から教わることで、色々なことを学びました。このイメージ教育を通して、自分と異なる環境で育った人々と交流すること、それぞれの文化を伝え合うということが、どれほど興味深く楽しいことなのか、教わったような気がします。

テンプスタッフシンガポール

求職者の方へ

- ①履歴書・職務経歴書をご送付下さい
- ②専門コンサルタントと面談
- ③求人のご案内・企業への応募
- ④面接のアレンジ

企業様へ

- ①お電話・E-mailにてご依頼下さい
- ②ご希望があれば御社へお伺い致します
- ③適材者をご紹介致します
- ④就労ビザのサポート

お問い合わせはこちらまで
日本語対応可能

Tel: (65) 6226-1308 Fax: (65) 6226-3889
E-mail: good-job@tempstaff.com.sg
16 Raffles Quay, #27-04 Hong Leong Building, Singapore 04851

revive wellness

この夏、癒しのプレゼントを

あなたの疲れた体と心をリフレッシュさせ、明日へのエネルギーとなる、熟練のセラピーをお試しください。

REVIVEサマープロモーション

ボディエクソフォリエーション(30分)
リンパマッサージもしくはご希望のマッサージ(60分)
ボディーマスク(60分)

上記セットで
プロモーション価格 120ドル(1人)
(通常価格228ドル)

※2008年末日まで
※1回限定

61 Tras St(クンジョンバガー駅から徒歩5分)
Tel: 6222-0061 / 6327-8456
月~金11:00~21:30(最終受付20:00)、土10:00~18:00(最終受付17:00)
www.revivewellness.com.sg

生きてく、英語。 Berlitz

夏休みに差をつけよう!

ベルリッツ夏休み限定プロモーション!!

① KIDS英会話 短期集中コース
対象年齢: 4-6歳/7-9歳/10-12歳
レッスン時間: 4-6歳: 1回80分
7-9歳/10-12歳: 1回120分
期間 2週間~1ヶ月
※定員3名集まり次第開講。

② 短期集中プライベートコース
マン・ツー・マンの6週間短期集中コース
お子様から大人まで、全言語対象。

ベルリッツ・ランゲージセンター
391B Orchard Road, #16-01/02 Ngee Ann City Tower B
Tel: 6733-7472 | お問い合わせは櫻田(Ms.) まで
日本語でどうぞ
www.berlitz.com

近隣諸国のお勧めパッケージツアー

<一度は見てみたい世界遺産!>
アンコールワット
2泊3日(全食付) \$810~
専用車・専用ガイドのご案内
ラフリーズ・グランド・ル・メリディアン他
シルクエア利用

<微笑みの国>
バンコク(エア&ホテル)
2泊3日(朝食付) \$360~
パイオニースカイ、シャングリラ、ホリデーイン
パンヤンツリー、セラトングランド他
SQまたはTG利用

日本行き格安航空券
ANA・JAL・SQ 日本行き\$650(4名様から) \$800(2名様から)
マレーシア航空(KL経由)\$530~ タイ航空(バンコク経由) \$571~
その他、世界各地都市への格安航空券も取り扱っています。
お気軽に日本人スタッフまでお問い合わせ下さい。

業務出張 ツアー ホテル 航空券 蘭の花のご手配

航空券、ツアー、スタークルーズの最新情報、ご予約は

郵船トラベル

TEL: 6732-1511
www.yusentravel.sg
E-Mail: ysi@ytk.co.jp
YUSEN TRAVEL (S) PTE., LTD. 場所: 高島屋(ニースシティ)タワーA 9階
営業時間: 平日9:00am~6:00pm(昼休み12:00~1:00pm) 土曜9:00am~1:00pm(日・祝休み)

ココロノケアルーム 第5回 **コンプレックス**



山形千尋 The Counselling Place LLP心理カウンセラー
(カウンセリング修士・心理学士)
(やまがた ちひろ) 兼カウンセリング協会正会員、新加坡心理学会アソシエイト会員
「ご相談お待ちしております」

コンプレックスのせいで友達ができません。
どうやったらコンプレックスを解消できるの？

人付き合いが苦手で、友人ができません。学生の頃からコンプレックスのかたまりで自分に自信が持てません。(会社員:31歳)

the counselling place

The Counselling Place LLP
1 Scotts Rd #25-10 Shaw Centre
Tel: 6887-3695
admin@thecounsellingplace.com
www.thecounsellingplace.com

A コンプレックスは多くの場合、思春期に他人と自分を比較することで生まれます。「人の振り見て我が振り直せ」、「人は皆我が師なり」と言うように、他人との比較は、その人を前向きに建設的に成長させるバネとなることもある反面、上手くプロセスされない劣等感や「自己嫌悪」から「自己否定」へと行き着き、それが大人になっても続きます。コンプレックスの問題は「思い込み」や「過剰判断」によるものが大きいところです。

「人付き合いが苦手」というのは結果であり、その原因は何らかのコンプレックスだと考えていると理解します。例えば「話ベタ」や「容姿」であるとして。これは自己分析の結果であり、あなたの「物事がうまくいかない理由」となっているわけです。しかし、考えてみてください。単純に「話ベタ」や「容姿」を磨く努力をしたとして、人付き合いが上手いくのでしょうか？もし、そうであるなら、今すぐにその努力を始めてください(それがこれまでできてこなかった

ことに問題があります)。しかし、努力の結果、「〇〇さんの話って面白いね」「綺麗な肌ね」と周りが認めてくれても悩みが解消されない場合も多いのです。その時は、コンプレックスに感じているもの自体が「物事がうまくいかない原因」ではないこと、それを隠れ蓑にして逃げている自分に気付かなければなりません。次はコンプレックスの本当の理由を探します。コンプレックスに囚われている人には見えにくいものですが、その生まれた背景を探り、過程を見つめ直すことで見えてきます。例えば「両親の期待に添いたかった」、「家が貧しかった」など、自分の信じていた原因とは掛け離れたものであることも多いのです。

コンプレックスの解消は、これまでの自分自身を否定し、新しい別の自分になろうとするのと同じことで、とても勇気があることですが、本当の理由と向き合い、その部分を癒していくことが問題解決につながります。

赤ちゃんは待てない！ **お宮参り写真**

皆様の御要望にお応えして節句はお宮参り衣装を揃えました。お赤ちゃん誕生の喜びを素敵な写真で思い出に残しませんか？

●2ポーズ \$5200 6切りサイズ・台紙入り
ご家族+赤ちゃん(ママ着物はプラス\$90)

●お気に入りをプラスした3ポーズ \$5280
着ぐるみベビードレスは無料です

出来上がりは

♪撮影後、すぐに自分で写真を選べます！
♪焼増し・画像データの販売もできます！
♪男の子の衣装ももちろん揃っています！
♪撮影場所は、UEスクエアのPicture ME
♪年賀状・New Baby/バギキもできます
♪お友達の出産お祝いにもどうぞ
♪随時ご予約受け付けております

お問合せは、☎6738-7065
www.seqya.com

Stellar Medical Aesthetic Clinic

Stellar Medical Aesthetic Clinicは有資格ドクターによる、最先端で効果的なトリートメントを提供しています。お電話によるお問い合わせもしくはウェブサイトにも気軽にアクセスしてください。

美しく健やかでありたい人に

パルティ読者プロモーション

- レーザーフェイスホワイトニングトリートメント 280ドル
レーザーフェイス+ビタミンCトリートメント+ホワイトニングマスク
- ボディコントアトリートメント 120ドル
- レーザー脱毛(腋下) 80ドル ※9月まで

ステラStellar自信のスキントリートメントもお試ください。

- レーザーフェイスリジュビネーション(色素沈着やひずんだ肌の解消、毛穴縮小など)
- レーザー脱毛
- スムージング・ボディピール(背中ニキビ、ニキビ、ざらついた肌の解消など)
- ボディコントアトリートメント(産後、腹部の弛みの解消など)
- スキントイトニングトリートメント(顔、首、ボディの引き締め)

Stellar Medical Aesthetic Clinic LLP
Novena Medical Center 10 Sinaran Drive #11-31 Square 2
Tel: 6397-2722 10:00~19:00(土曜16:00まで) 日休
www.stellarclinic.com

益群 IK CHIN TRAVEL SERVICE (S) PTE LTD

目眩めくインドの旅路をご案内いたします。

- ◆「豪華」ラージャスターンへの旅 11泊12日 2788ドル~
- ◆ ムンバイーと世界遺産 4泊6日 1888ドル~
ムンバイー・エローラ・アジャンター
- ◆ ケララ 7日間 1338ドル~
コーチン・ムンナール・テッカディ・クマラコン
伝統舞踊「カターカリダンスショー」の見学もあり
- ◆ ブッダ巡礼 9~12日間 1988ドル~
バンコク1泊
- ◆ ヒマラヤ 9日間 1618ドル~
デリー・シムラー・マナーリー・マディー・チャンディガル
※表記ツアーは最小旅行人数2名より、ビザの申請代行可

その他、多彩なツアーをご用意しています。
ツアー内容などの詳細は **IK CHIN TRAVEL (イー・チン・トラベル)** までお気軽にお問い合わせください。

IK CHIN (益群) トラベル
101 Upper Cross St #03-11 People's Park Centre 営業時間: 10:30~19:00(土曜は10:30~18:00)
Tel: 6535-4334 / 6221-3727 E-mail: sales@ikchin.com.sg www.ikchin.com.sg

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

季節のはがき・引っ越しはがき etc...

オリジナルポストカード
作成いたします

PARTI Pte., Ltd. Tel: 6278-3622 Fax: 6278-2517
Blk 4 Jalan Bukit Ho Swee #01-158 Singapore 162004

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
- ★ 日本人講師による「えぶりでい英会話」
- ★ 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/シティーホール
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

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 (祝日はお電話でお呼び出し下さい)

●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)**で、編集部
 までお申し込みください。勝手ながら、このコーナーに限り

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。
 ●無料掲載分が多数ある場合、一部掲載させていただきます。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ご郵送ください。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。

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ご郵送ください。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

■ **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3分の1から4分の1の授業料(日本は60万円以上)で受講できます。検定試験対策にも対応。
 授業料: 1740オーストラリアドル(送料込み)
 期間: 1年間(半年も可)
 基礎講座のみ: 10週間 990オーストラリアドル
 創立22年 卒業生1800名突破
 World Japanese Language Centre
 4/1 Cleland Road, Artarmon NSW 2064 AUSTRALIA
 Tel: +61-2-9904-7239
 Fax: +61-2-9904-7241
 Email: customer@wjlc.net
 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、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)

■ **英語教えます**
 日本とシンガポールの学校で英語を教えたことのある経験豊富な教師です。個人レッスンや子どものレッスンもOK。ご都合にあわせて、優しく教えます。お気軽にお電話ください。
 Hp: 9236-4361(エスター)

■ **中国語・韓国語・英語教えます**
 教室はクレメンティMRTから5分。企業への中国語講師派遣も可。中国語教室は会話の授業と日本語堪能な講師による文法の授業を交互にくり返す事で確実に身に付きます。
 Hp: 9185-7291(趙老師/Aki)日本語可
 URL: http://singapore-teachersnetwork.blogspot.com

■ **ヨガ教えます**
 5名までの少人数クラスで、インストラクターがヨガ・呼吸法・瞑想を指導。朝・夜クラス有。
 Hp: 9180-7753(AMAMIYA)
 Email: sharanagati.yoga@live.jp

■ **和テイスト陶芸教室生徒募集**
 受講料\$290(10回分、週1回)
 日時: 午前・火、水、金、日
 午後・火、土
 講師: 林 錦輝(リム・キムフイ)
 セラミックハウス
 Blk 9004 Tampines St 93 #02-102
 Tel: 6784-0024 (日本語可)

求人

■ **スタッフ募集**
 会計もしくは法規関係の経験、又は、興味があり、専門職を目指され、辛抱強く、長期勤務可能な方。英語力要。
お問い合わせ先(秘密厳守):
エイビック(Avic)コーポレーション
 Tel: 9027-8300
 Email: hr@avic.com.sg
 www.avic.sg

■ **広告営業スタッフ募集**
 時間: 9:00~18:00(月~金曜)
 英会話、英作文力要、営業経験有る方
お問合せ先:
エイビック(Avic)コーポレーション
 Tel: 9767-3322(Mr. Clifton Teo)
 E-mail: Clifton_teo@weslynet.com

紹介します

■ **パートタイムメイド**
 インド系シンガポール人がパートタイムの仕事を探しています。彼女は欧米系、日本人宅の家で長く働いてとても信頼できる女性です。得意はアイロンとベビーシッターです。
 ぜひお電話お待ちしております。
 Hp: 9850-4250 (ステラ)

お知らせ

■ **「北京オリンピックはニッテルTVで」**
 日本のテレビがリアルタイムに視聴できるサービスです。
 ソニーのロケーションフリーを使用するので映像もきれいです。
 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
 Tel: 6729-6804 (田中まで)
 Email: sg@nittel.net
 URL: http://www.nittel.net/sg/tv/

■ **早稲田渋谷シンガポール校入試説明会**
 日時: 9月7日(日) 10:00~11:30
 場所: 早稲田渋谷シンガポール校
 57 West Coast Rd
 学校の教育内容や入試についての説明の後、校内施設・寮を見学していただきます。当日、願書・過去問をお配りして、10月4日(土)の模擬試験の申込受付も行います。
 事前予約・上履きの必要はありません。
 Tel: 6771-8118 (入試広報部)

■ **家族や友人のお酒や薬物の問題でお困りですか?**
 アラノン(Al-Anon)は身近な人のアルコール(又は薬物)の問題を抱えている家族と友人の集まりです。アラノンの唯一の目的は、アルコール(または薬物)依存症者の家族、友人を助けることです。自分達の自由な献金だけで自立している自助グループですので、会費などは一切ありません。
 日時: 毎週土曜日 17:30~18:30
 会場: Novena Church (ノベナ教会)
 300 Thomson Rd
 (※会場はお借りしているだけなので会場への問い合わせはご遠慮願います。)
シンガポールアラノン日本語グループ
 Email: japalanonsing@hotmail.com

■ **ミュージアム情報**
 ・**国立博物館**
 歴史ギャラリーに新しい展示品が加わったので、是非ご覧ください。
 ・**シンガポール美術館**
 ベトナムにおいて「ポスト・ドイモイ」と呼ばれる時代、1990年以降のアート作品を集めた展示会を9月28日(日)まで開催中。
 ・**アジア文明博物館**
 特別展「ベトナム! 神話から現代」を9月30日(火)まで開催中。180点余りの青銅器、陶磁器、仏像などを展示。
 ・**プラナカン博物館**
 マレー、中国、西欧が融合した独特な文化の展示を楽しめます。ピーズ刺繍、陶磁器、家具など素晴らしい展示品が多数!
<日本語ガイド(無料)>
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:
 毎週火曜~金曜10:30より(祝日を除く)
プラナカン博物館:
 毎週火曜・金曜(祝日を除く) 10:30~
アジア文明博物館・特別展:
 毎週水曜・土曜(祝日を除く) 13:30~
***4館共通:**
 8月2日(土)~18日(月)日本語ガイドはお休みです。

■ **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。
<8月の開催予定場所>
 15日(金): Dover Parkview
 29日(金): Normanton Park
 Hp: 9059-1752 (丹沢)
 Email: sarangleejp@yahoo.co.jp

■ **シンガポールカトリック日本人会**
 「わたしたちが愛のために働けばそれはそのまま平和のために働いたことになります」
 福者マザー・テレサと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、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

■ **シンガポール植物園レインフォレスト・トレイル**
▼8月、9月のガイド日程
 ・8月2日(土)
 ・9月6日(土) 9月10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)
▼ボランティア・ガイド募集
 レインフォレスト日本語ガイド募集中。好奇心旺盛な方、大歓迎。基礎知識はなくてもOKです。ガイド日は毎月第1土曜、奇数月は追加で第2水曜も。ガイド頻度は現在2~3か月に一度くらい。植物園直属のボランティア活動です。シンガポール植物園が大好きな方歓迎。新発見が待っています。
シンガポール植物園日本語ガイドグループ
 Hp: 8235-8245 (岡島)
 Email: seiko534@yahoo.co.jp

■ **育児支援サークル【ぶるち〜の】よりスケジュールのお知らせ**
【ぶるち〜のBaby】*事前予約不要
 対象: 開催日を基準に0~9か月児まで
 日時: 9月17日(水)
 10:30~11:50(10:20開場)
 内容: 手遊び、季節の歌、フリートーク等
 会費: S\$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: 対象年齢を超えた方のご参加は、ご遠慮願います。
【ぶるち〜のぶち・Kids】*事前予約不要
 対象: 9か月~未就学児
 (これまでのぶちとKidsを合同で開催)
 日時: 9月10日(水)
 10:30~11:30(10:20開場)
 内容: 手遊び、読み聞かせ、お友達作り等
 会費: S\$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)
★8月の【ぶるち〜の】の活動はお休みです。
【ぶるち〜の開催のお手伝い募集中】
 ぶるち〜の開催をお手伝いで下さる方を募集中です。8月にスタッフ向けの『子供の歯磨き講習会』を行います。興味のある方はE-Mailにてご連絡ください。
 www48.tok2.com/home/prutino
 Email: prutino@hotmail.com

当コラム<在外やぶにらみ>が、月刊パルティさんのご厚意でシンガポール内外の皆さんの目に触れようになって10年にもなるか。97年に住まいを<星州>からバンクーバーに移した訳だが、その理由を当時友人知人にこゝ説明したものだ。我が子たちに<自分で考える>能力を育む欧米圏カナダの教育を受けさせたいから。それは60

サムシングになった身で長い<在外>生活を続け<やぶにらみ>等の雑文を書き続ける動機にもかかわる事だ。大雑把に言えば<儒教主義的なトップダウン式教育と合理主義的な個性尊重型教育との価値観の違い>にこだわり、後者の方を選んだのだ。常にその違いを念頭に暮らしている訳でもないが、時おり些細な事に具体例を発見してハッとしたりする。
 たまたまニュース記事の和訳チェックと添削を定期的に手がけているのだが、最近訳者の一人から人名表記に関する質問があった。訳すのはカナダに英語を学びに来ている方々、女性が多いのだが、皆さん英文読解力の向上などを目指してがんばっている。英文の人名を和訳する場合、ファーストネームは頭文字のみ、苗字はカタカナ表記と一応決めてあった。ところがある日、次のようなニュースが、夏季学習コースを受けにバンクーバーを訪れた中国人高校生が、到着後間もなく行方不明になった。問題はその姓名の表記だった。英文中の中国名は苗字と名前がはつき

在・外・や・ぶ・に・ら・み

**<自分で考える>とは
 時にはルールを破ること?**

子供のころ、東映の時代劇をよく見に行った。満員の映画館で立ち見をしながら、中村錦之助や片岡千恵蔵が暴れまわるスクリーンに拍手をおくった。だが、内容はほとんど覚えていない。年に一度だけ、父親に連れられて西部劇を見に行った。自分から「連れて行って」と頼んだ記憶はない。多分、父親は「こんな映画もあるよ」と教えたかったのだろう。

騎兵隊や保安官が先住民と戦う映画だった。騎兵隊や保安官が「善」で、先住民が「悪」という、いまでは考えられないストーリーがほとんどだった。西部劇で初めて、字幕映画

を体験した。最初は戸惑ったが、何度か見るうちに筋書きが分かるようになり、違和感がなくなつた。映画に関しては、言語の壁は取り除かれた。その後、テレビではアメリカの番組が花盛りとなった。字幕ではなく、吹き替えになった。外国人がしゃべっているのに、言葉は日本語。口の動きは多少ずれるが、これも違和感がなくなつた慣れと、恐ろしい。映画フアンの間では、「字幕派」と「吹き替え派」に分かれるらしい。朝日新聞(5月31日付)の調査によると、「字幕派」は69%、「吹き替え派」は31%となっている。「字幕派」が3分の2以上を占めた。

外国でテレビを見ると、不思議な感覚におそわれる。中国人が英語をしゃべり、アメリカ人が中国語を話している。これが日本語なら違和感がないのだが、

映画フアンはオリジナルを大切にしているから「字幕派」が多いと思っていたが、「吹き替え派」が3割もいたのは意外だった。「字幕派」の主張は「俳優の生の声を聞きたい」「映画のムードを大切にしたい」「吹き替えはしらける」。

字幕



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。

お知らせ

**ベルリッツ夏休み限定
プロモーション実施中!**

最新の情報をアップデートしたオリジナルテキスト、独自のトレーニングを受けている優れた講師陣、質の高いレッスンが評判の「ベルリッツ・ランゲージセンター」。同スクールでは、キッズや大人のための夏休み限定プロモーションを実施しています。「インターに通学しているけど、2学期までに英語力を付けたい」お子さん、また「英語への抵抗感をなくし、もっと積極的にになりたい」ママやビジネスマンの方。今年の夏は短期集中で英語力を伸ばしてみませんか?

Berlitz Language Centre
ベルリッツ・ランゲージセンター
391B Orchard Rd #16-01/02
Ngee Ann City Tower B
Tel: 6733-7472
(日本語対応 Ms 櫻田まで)
www.berlitz.com



- KIDS 英会話 短期集中コース
年齢: 4~6・7~9・10~12歳
時間: 80分/回(4~6歳)、
120分/回(7歳以上)
期間: 2週間~1か月
最少人数3名
- 短期集中プライベートコース
期間: 6週間(40時間60レッスン)
3600ドル~

とくどく情報

**日本デンタルケアで
無料歯科検診実施中**

在星邦人のための歯科クリニック「日本デンタルケア」では、虫歯、歯周病、歯垢・歯石、歯並びや噛み合わせの無料検診を実施しています。お口の中の健康は予防が一番大切。「話す、笑う、美味しく食べる」という毎日の喜びをサポートしてくれる歯科検診を是非、無料でお試ください!

日本デンタルケア
3rd Level Annexe
Blk 6A Napier Rd
Tel: 6474-0060
緊急時 9751-2147(日本語対応)
月~金 9:00~13:00
14:00~17:00
土 9:00~13:00
日・祝休診
E-mail: ndc@nippon
dentalcare.com.sg
www.nippondentalcare.com.sg
*無料シャトルサービス巡回
(グリーンゲルズ院~オーチャード)



お知らせ

**ミュージアム日本語
ボランティアガイド
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10月入会の方を募集中。この度、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。日本語のガイドは毎週火曜日から金曜日の10時30分より、シンガポール国立博物館・アジア文明博物館・シンガポール美術館で、毎週火曜日と金曜日の10時30分より、プラカン博物館で行っています。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●
9月8日(月)10:00~
1時間半程度
場所●
シンガポール国立博物館
(National Museum of
Singapore)
2階 セミナールーム
93 Stamford Rd
連絡先●
Tel: 6474-7468(笠井)
E-mail: jdtrainingcontact@
yahoo.co.jp
Tel: 6445-8456(川口)
E-mail: jdcoordinator2@
yahoo.co.jp



お知らせ

**エステサロン「revive」
スペシャルプロモーション**

6月号のバルティで、ボディのリンパドレナージュ(MLD)をご紹介した「Revive」では、大好評にお応えして、フェイスのリンパドレナージュのプロモーションをお届け! フェイスラインのたるみ、敏感肌、ニキビ肌、くすみなどに効果的。リンパを刺激するマッサージが毒素を出し、角質もオフ。すっきり若々しい艶肌に!

revive
61 Tras St
(タンジョンバガー駅から徒歩5分)
Tel: 6222-0061 / 6327-8456
月~金 11:00~21:30
(最終受付20:00)
土 10:00~18:00
(最終受付17:00)
www.revivewellness.com.sg



リンパドレナージュ・
フェイシャル
(90分・108ドル)
1 FOR 1
※2名で1名分の料金で
お試いただけます。
※1名で来店の場合は、
58ドルになります。
※初回のお客様限定。

お知らせ

**GEOSシンガポール校
8月11日(月)より教室移転**

世界57校、グローバルに展開するジオス。「ゲセツしなないシステムによるレッスン内容はシンガポール校でも好評です。8月11日(月)よりリョーセンター校がウエンリントン校6Fに移転し、より一層充実したサービスを提供します。移転に伴い、新規クラスもOPENしますので、お気軽にお問い合わせください。

GEOS Language Centre
ジオス・ランゲージセンター
20 Bideford Rd
Wellington Building 4&6F
(パラゴン近く、パークホテルの裏側)
Tel: 6734-7558(日本語対応)
月~金(11:00~20:00)、
土(11:00~16:00)
E-mail:
aimisukawa@geosing.com.sg
glcsingapore@pacific.net.sg
www.geosing.com.sg



お知らせ

**EGG Model Search
妊婦さんモデル大募集!**

ニュージランド発マタニティブランド「EGG Maternity」では、2009年版秋冬カタログのモデルを募集しています。妊娠5か月~7か月半(2008年10月1日時)の妊婦さんが対象。モデルに決定した方には、1000ドルのEGGお買い物バウチャーと、アルバム入りの写真をプレゼント! 妊娠中の姿を美しく写真に撮ってもらうチャンスです。
応募方法は、全身写真を添付してウェブサイトからオンライン登録または、郵送でも可能。詳しくはお問い合わせを。

EGG Maternity
1 HarbourFront Walk
#01-58 VivoCity
Tel: 9678-1780
10:00~22:00
無休
www.eggmaternity.com.sg



今月のイベント情報 8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。

National day Event

**独立記念日を
エスプラネードで祝おう!**



来たる8月9日はシンガポールのナショナルデー。1965年にマレーシアから独立後、今年で43周年。エスプラネードではこれに合わせてナショナルデーイベントを開催。地元バンドによるライブコンサートなどが行われます。9日にはマリーナベイで行われるナショナルデーパレードの雰囲気と花火をウォーターフロントから楽しめます。ピクニック気分でシンガポールのパースデーをお祝いしてみませんか?

◎: 8月8日(金)~10日(日)
19:00~(9日は14:00~)
画: エスプラネード・ウォーターフロント
\$: 無料
☎: www.esplanade.com

シンガポール美術館

**ポスト ドイ モイ
(Post Doi Moi)
-1990年代以降の
ベトナムアート展-**



シンガポール・ベトナム友好35周年記念の展示会。「理想、国土、個人、変化」の4つのテーマを通して、3世代のアーティストによるここ20年間の作品を紹介。ベトナム戦争に軍人として参加した第1世代、ベトナム戦争中に育った第2世代、そして戦争を体験していない第3世代。それぞれにベトナムらしい風景画や経済開放後の個性的な作品が多数展示されています。

◎: 9月28日(日)まで
10:00~19:00(但し、金曜は10:00~
21:00)
\$: 大人\$8、学生・60歳以上\$4
☎: www.nhb.gov.sg/SAM/

「Cuong's Smile」 Nguyen Nghia Cuong
2005 Gouache on Di paper

MAD ABOUT ENGLISH!

**北京オリンピック
みんな英語に夢中!**



英語試験に落ちたら、オリンピック中の運転が許されない楽家タクシードライバー。英語特訓授業に初めて参加する11才。「故宮で英語ガイド」が夢の定年退職者。オリンピックを8月8日に控える中国は今、みんな英語に燃えています。シンガポールの女流監督が、英語熱に沸く中国をおもしろおかしく捉えたドキュメンタリー映画。

◎: 8月7日(木)より公開予定
画: ショウ系
\$: \$7~9.5
☎: www.shaw.sg

トゥーランドット(Turandot)

**ブッチーニ生誕
150周年記念公演**

世界的に有名な作曲家ブッチーニの最後の戯曲として有名な『トゥーランドット』のシンガポール公演。2006年トリノオリンピックで荒川静香が金メダルを獲得した際に、日本でもおなじみとなった戯曲。セリフはイタリア語、英語と中国語のサータイトル(字幕)付き。

◎: 8月29日(金)・30日(土)、
9月1日(月)~3日(水)
20:00~(2時間30分)
画: エスプラネード・シアター
\$: \$25~130
☎: SISTEC Tel: 6348-5555
www.sistic.com.sg

夏フェスへ行こう!

**シンガポール最大の音楽祭
SINGfest 08**

シンガポール最大の野外ライブイベントがフォート・カニング・パークで開催される。参加アーティストはTravis, Simple Plan(土曜)、Alicia Keys, Stacie Orrico, The Pussycat Dolls(日曜)など約20組。ドリンクやフードの屋台も出てハッピーなお祭り気分。

◎: 8月2日(土)~8月3日(日)
12:00~23:00
画: フォート・カニング・パーク
\$: 前売り券\$150(土)、\$200(日)、
\$300(土日)
※当日券はそれぞれ\$50増
☎: www.singfest.sg
SISTEC Tel: 6348-5555
www.sistic.com.sg

Welcome to our campus!

Clap! Clap!
らん組
いつもげんきいっぱいならんぐみさん。
たのしいことがだ~いすき!!



きく組
ここにこえがおがすきなきくぐみさん。
きょうもえがおがあふれています。



おかげさまで
創立20周年を迎えました
日本人幼稚園

251West Coast Road Singapore 127390
TEL:6779-3434 FAX:6777-1830
website: www.jks.com.sg E-mail: yochien@jks.com.sg