

free mailing magazine for japanese residents & visitors

# パルティ

ココロ・カラダ・サイフがよろこぶ情報誌

創刊15年目

毎月1日発行

MICA(P)052/11/2007

11

NOV. 2008

VOL. 179

地球と仲良くなる方法

## LET'S START ECO LIFE!

無料送付お申し込みください

[www.parti.com.sg](http://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](http://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  自宅 Home  会社 Company

Tel

Fax

請求先ご住所  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  
※請求タームは3ヶ月毎になります。

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



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。

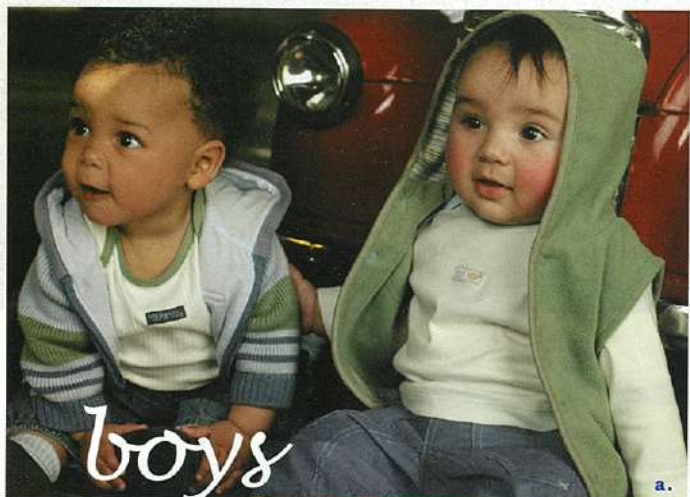


# PARTI かわいい! Report

「かわいい」をコンセプトに  
おすすめグッズを紹介

## mothercare 2008年秋冬 コレクション

年末年始の日本への里帰りや、少し肌寒い11月のシンガポールに  
重宝しそうな、mothercareの2008年秋冬コレクションをご紹介。  
高品質の商品が驚きの価格で手に入るAmazing Valueも要チェックです。



- boys**
- a. ニットウェアセット(左)とベスト3点セット(右)。
  - b. ニット、シャツ、ジーンズセット。
  - c. シャンブレー織りのオーバーオールセット。
  - d. 生成りブルーの帽子2コセット。



生成りの交じったブルーとグリーンカラーのラインナップが今年風。ブラウンカラーのお洋服との相性も抜群です。



- a. 赤のコーデロイジャンパースカートセット。
- b. コーデロイドレス、ボディスーツ、帽子2コのセット。
- c. ベロアオーバーオールセット。
- d. ベビー用パーティードレス。



girls

今年のガールズベビー向け秋冬コレクションは、女の子らしいピンクと花柄が特長。お姉ちゃんには女子の気品溢れるリッチテイストの赤がおすすです。

### mothercare

新生児からのベビーグッズ専門店。オリジナル商品から世界の厳選ブランドまで豊富な品揃えが魅力です。

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) ★ブラザシガプーラ(#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(#01-11/12/13)

※今回紹介された2008年秋冬コレクションの洋服は、★印の店舗にてお買い求めいただけます。

### Amazing Value



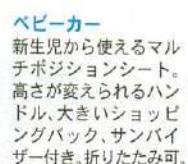
27ドル  
プリント&無地Tシャツ3枚セット  
花柄プリントのTシャツ2枚と、無地Tシャツ1枚のセット、サイズは0~3才児まで。



30ドル  
長袖Tシャツ3枚セット  
かわいい花柄のピンクと、何にでも合わせやすいブラウンと白のTシャツ3枚セット。サイズも豊富。



36ドル  
バンダジャマ2枚セット  
ねむねむバンダのイラストがかわいいバンダのイラストがかわいい。新生児から2~3才児向けと幅広いサイズがあります。



199ドル  
ベビーカー  
新生児から使えるマルチポジションシート。高さが変えられるハンドル、大きいショッピングバック、サンバイザー付き。折りたたみ可。



Z'en Japanese Cuisine・Sushi・Sake  
205 River Valley Rd #01-75 UE Square (On Unity St)  
☎: 6732-3110(お座敷希望の場合は要予約)  
ランチ12:00~14:30(LO14:00) ※平日のみ・土日・祝祭日除く  
ディナー18:00~24:00(LO23:20)  
無休



テラス席は、緑に囲まれていて、気持ちよくランチを楽しめる。

「Z'en」が本気で創った  
お値打ち感動ランチ

こんなに贅沢でいいんだらうか。華やかな小鉢に、ポリウムのあるおかず、テーブルに並んだ艶やかなランチに、目をばちくり！ ファインダイニングとして不動の人気を誇る和食レストラン「Z'en」の夜のクオリティーをそのままに、美味しさをギュッと詰め込んだランチは、まさにお値打ちです。

今年9月よりランチを始めた「Z'en」。徹底したリサーチと、夜の同店人気メニューを盛り込んで考えられた妥協のない内容からは、ランチを楽しんでもらいたいという、お店の心意気が伝わります。

その一例が「お徳な! Z'en ABCセット」。鮮度抜群の刺身、自家製ソースのサイコロステーキ、メンチカツ、海老フライ、しょうが焼きなど、食欲をそそる20種のおかずから3品をカスタマイズする仕組み。これなら、何度足を運んでも飽きることなく、毎回わくわくした心持ちで注文することができます。

夜とはひと味違った、カジュアルな雰囲気も通いやすさのひとつ。とくにミセスたちのハートを射止め、お座敷でキッズも一緒にゆっくりランチを楽しむ団体客も多いとか。ランチミーティングにも人気です。

しかし、なんと「Z'en」最大の魅力は、確かな味、それを昼時にも楽しめるようになったこと、それがなんとも嬉しいですね。

刺魚を使用したお寿司をお得に食べる「冷やし程焼うどんとお寿司のセット」(18ドル)。



Z'en  
Japanese Cuisine・Sushi・Sake

「お徳な! Z'en ABCセット」(23ドル)



20種のおかずから3種チョイス

表紙のこぼれ

デコポンの有機野菜  
有機野菜を食べることも、地球と仲良くなる一つの方法。自分の体に気を配って、地球と一緒に元気になるれちゃうなんて理想的ですね。写真は、日本の宅配野菜サービス「デコポン」の野菜たち(P09)。地球にやさしい野菜たちは、お味も抜群でした!!

## PARTI

# バルティ

## 11 2008 Vol.179

毎月1日発行 [Parti]

Parti	MICA(P)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@parti.com.sg
Designer	Akiyama Chiho
Writer	Aoki Asami / Tohgasaki Izumi
Printer	Innotech Communication Pte Ltd

02 ハレの日のレストラン Z'en

03 mothercare 2008年秋冬コレクション

04 特集 地球と仲良くする方法 LET'S START ECO LIFE!

12 旅特集 書を持ち旅に出よう! 特別編 パリ インドネシア

13 マガジンアンテナ EGG Maternity / YOKOSO JAPAN

14 マガジンアンテナ 茶道裏千家淡交会 / SPEC

15 プチ・ヨガ 2の腕すっきりポーズ

16 美肌相談サロン 毎日のケア

17 バルティレポート アユリー-アールヴェーダ

18 シンガポールの健康生活 膀胱炎とその予防

19 シンガポールの住宅・不動産事情 佐藤さんの住宅探し7

20 時事刻々 自宅裏の水路

21 まんだりん面白話 中国語学習法①

22 未来の国際人たちに 大学院へ

23 マーライオンとワルツ MISIAライブ

24 在外やぶにらみ 物足りないイチロー-輝く岩村、松坂

25 子どもを支える教育 シンガポールでの学校選び

26 インフォメーション Information

29 伝言板 じゃらん2

30 イベント情報 11月のイベント

02 ハレの日のレストラン Z'en

19 シンガポールの住宅・不動産事情 佐藤さんの住宅探し7



# LET'S START ECO LIFE!

地球と仲良くなる方法って  
なあ〜んだ？  
古いものを大切に  
自然の恵みを取り入れる  
エコバッグを使う  
水や電力を無駄にしない  
それは身近にあって、  
意外とカンタンなことなのに、  
日々の忙しさのなかで、  
ついつい忘れがち  
地球に優しくすること、  
それは自分の心や  
カラダが喜ぶこと  
小さなことからでもいい  
今日からエコライフ、  
始めませんか。



ミャンマー難民が作った  
天然草木染めのバック  
6ドル+寄付金。



タイ製の無漂白エコバッグ8ドル。



トップス5ドル  
スカート6ドル。



古着ワンピース5ドル。



オーガナイザーのEMILYさん。学業の傍らFM98.7でDJを務めています。

## ●エコフレンドリーフリーマーケット What The Flea Market (WTF.MKT)

アジアの孤児を支援する活動を行っているチームを中心に始まったマーケット。10月5日に行われた記念すべき第1回目に行ってきました。Delta Houseの1階と8階を会場に、約40店以上が出展。手作りアクセサリー、古着、バッグ、CDに加えて、手相占いやヘナアートまでバラエティ豊か。洋服は3~6ドル、バッグも5~10ドルと激安！ 来場者は、エコバッグ持参が条件。出展は無料で売上げの10~20%が団体に寄付されるそう。お買い物を楽しんで、チャリティに貢献できるなんて素敵です。次回は2009年1月を予定。

wtfmkt.blogspot.com  
www.blessingsinabag.com

# ECO LIFE!

## ●省エネ生活をしよう 10% Energy Challenge

ご自宅にこんなキット届きましたか？ これはThe National Environment Agency (NEA)が行っていた省エネキャンペーンのキット。エネルギー問題に対する国民の注意を喚起し、省エネ生活の良い習慣を付けてもらうためシンガポールの113万世帯全てに配布したそうです。5~8月までの電気料が前四半期の10%減だった人には、ラッキードローでハイブリットカーや、省エネ家電などをプレゼントしました。エネルギー問題に国を挙げて取り組んだ初の試み。今後の動きにも注目して、ぜひ参加しましょう。

資料協力：  
The National Environment Agency of Singapore  
www.e2singapore.gov.sg



エアコンの温度は25度に、  
1度ごとに20ドル節約。



エアコンを切って、扇風機を使えば月約50ドルの節約。



省エネタイプの冷蔵庫は長い目で  
見るとお得。年間100ドル節約。



## ●僕たちを使ってね リサイクルビン

最近街中にも、リサイクルビンの数が増えてきましたね。

## ●ハイブリットタクシー Prime taxi

先日乗ったタクシーにCNGマークが付いていました。この車地球にやさしいんですね？「そう、ハイブリットカーだよ。最近CNGとガソリンで走るんだ。最近CNGの価格が高くてね、大変なんだよ。あ、CNG無くなっちゃった。今はガソリンで走ってるよ。私が乗ったのは、昨年9月からサービスを開始した新しいタクシー会社Prime taxiの会社が保有するタクシーは全てハイブリット仕様なのだから。CNGとはCompressed Natural Gasの略で天然ガスのこと。緑色の三角マークが目印です。このマーク付きのタクシーを見かけたら応援してあげてね。」







牛乳1.5に市販のヨーグルト大さじ1杯を入れて混ぜ、半日室温で置いた後、冷蔵庫に入れておけばヨーグルトの仕上がり！

手作り納豆レシピ

- 1 ローカル市場で大豆を150g購入。
- 2 大豆をひと晩、水に浸ける。
- 3 大豆を3~4時間弱火で煮る。  
 ※圧力鍋は使わないこと。
- 4 ザルに上げて水を切る。
- 5 大豆をボウルに移して、温かいうちに市販の納豆大さじ1を入れる。
- 6 さらに砂糖と塩を少々加える。
- 7 パットの上にクッキングペーパーを引き、大豆を広げ、空気を入れてラップする。
- 8 温度が40度くらいで保たれる場所(AV機器の上など)に1日置く。  
 ※納豆とは違う臭い匂いが出るが、心配しなくてよい。
- 9 3日間冷蔵庫で熟成させると、納豆らしい良い香りが漂い、完成。  
 ※たくさん作ったなら、小分けにして冷凍保存しておくことよい。

NAOKOさんは、日本ではもつと広い畑で、子どもたちのおやつや食卓に出す野菜をたくさん育てていたそう。収穫のときは子どもたちも一緒に畑へ。



収穫したサツマイモは味噌汁に、ほんのり甘くておいしかった。



NAOKO邸  
 母から娘へ受け継がれる“つくること”の愉しさ、豊かさ

ホランドヴィレッジに程近い、スローな雰囲気のある住宅エリア「チップ・ピー・ガーデン」のテラスハウスの前にも小ぶりなお庭が見えます。その一角に暮らすNAOKOさんの庭では、サツマイモ、キュウリ、カボチャ、スイカなどが収穫されるとか。「今はちょうど休耕中なんですけど、サツマイモが5kgも採れたこともあるんですよ。」そんな話をしていたら、あら、今日もサツマイモが土の中から顔を出しました。

ピースやシルバーのアクセサリーの創作だけでなく、子どもの洋服や、ちょっとした家具も作ってしまうというNAOKOさん。なんと納豆も手作りして常備しているそう。

「私の母も、家の中の何から何まで作ってしまっただけなんです。私はそういう母の姿を見て育ち、子どものころから自然の中でいろんな物を作ることが好きでした。そんな私の原体験が、今でも私に物作りを続けさせているのかもしれない」とNAOKOさん。

今の時代、お店で買えば何でもすぐに手に入ってしまうけれど、自分の好きなものを作るのは楽しい時間だと彼女は語ります。野菜を育てるとリラックスして、それが結果としていい作品づくりにつながることも。そして今、娘の菜々央さん、シンガポール初のクラフトマガジン「CRAFT HOLLIC」を立ち上げ、編集長をしています。物作りの楽しさ、アートを愛する豊かな心は、確実に母から娘へ受け継がれているよう。

「ペランダのプランターでもちよっとした野菜は作れますよね。小さなお子さんにとっては、野菜の葉や花を見るってすごくいい経験なので、おすすめです」

白猫キティも参加して、土いじりをする。猫娘の休日にはゆつくりと流れていくのです。

**NAOKOさん**  
 シルバーとピースの工房 n'craft room 主宰。2008年度日本貴金属協会主催のコンテストで、熱帯雨林をモチーフにしたシルバー・クレイの作品が「三菱マテリアル賞」を受賞し、アーティストとしても活躍中。

**n'craft room**  
 131 Tanglin Rd #02-09  
 Tudor Court Gallery  
 Tel: 6737-9045  
 www.ncraftroom.com

ヨーグルトを食べると腸をひきにくい体になるとか。



これが自家製の納豆！ほんとにネバネバしていて、風味も抜群。



NAOKOさんが子どもの頃に採った数珠玉の実を利用して作ったネックレス。



庭先のテーブルで愛娘の菜々央さんとコーヒータイム。



「食」についての会話が弾む食卓。

瀬戸本邸  
 本能に訴える、滋味深き野菜たちを愛する夫婦の食卓

「食」が大切、と口を揃える新婚さんの瀬戸本夫妻。毎日の食卓には、穀物と野菜を中心にした料理(マクロビオティック)が並びます。旦那さまの秀人さんは、一流ホテルの日本食レストランの料理長。でも実は、奥さまの冴子さんがマクロビオティック歴は長いとか。二人は料理学校で出会い、主婦になった冴子さんのアイデアを、秀人さんがレストランのメニューに生かすこともあるそう。

「食べることは、生きていくのに必要不可欠ですよね。体に良い食事を心掛けていたら、自然と環境問題やエコへの興味もわいてきました」と冴子さん。野菜は全部使い切る。ゴミはリサイクルする。それは瀬戸本家では当然のこと。

野菜は基本的に近所のウエットマーケットで購入。地域の繁栄にもつながるし、その方が安く、新鮮だから。

「野菜にお金はあまりかけないけど、味噌や塩、醤油、それからオーガニック食材にはお金を払います」と秀人さん。洗剤やシャンプーもオーガニック製を選び、夫婦同じ価値観で、確固たる自分たちの暮らしを大切にしている姿が印象的です。

「自然な野菜の旨みって、人間の本能に訴える美味しさがあると思うんです。無意識のうち心が満たされるという感じが、そう語る夫婦の夢は、いつか二人でマクロビオティックのレストランを開くことだと言います。

「美味しくないあれ、美味しくないあれと思いつつながら作る、不思議と味が良くなるんです」と秀人さんはにっこり。「食」を愛するこの二人のレストラン、いつの日か本場に訪れてみたいものです。

**瀬戸本秀人さん**  
 インターコンチネンタル・シンガポール内「KO JAPANESE RESTAURANT」で料理長を務める。マクロビオティックもメニューに取り入れ中。

**マクロビオティックとは？**  
 「健康維持」「体質改善」「治病」を目的とし、玄米、野菜、豆、海藻、魚などを主体とした食療法。人間本来が持っている自然のバランスを取り戻す効果が期待される。

近所のウエットマーケット。余った輪ゴムは次来的时候に店の人に返しているとか。



環境に配慮した洗剤「seventh GENERATION」とオーガニックのヘアケア「sukin」。



できたての「残りもの野菜雑炊」(冴子さん命名)。海苔の風味とトマトのコンビが絶妙。



ウエットマーケットで買った野菜たち。奥は常備しているオーガニック食材。

残りもの野菜雑炊レシピ(2人分)

- 1 フライパンに600ccの水を入れる。
- 2 大根、ニンジン、パプリカ、ピーマン、キノコ、青菜など好みの野菜を賽の目に切ってフライパンに入れる。
- 3 ベジ・プロテイン・チップ(大豆プロテイン)、油揚げ、乾燥湯葉のいずれかを小さく切って加える。
- 4 野菜が煮立ち、柔らかくなったら、炊いておいた玄米を入れる。
- 5 再び沸騰させ、塩で味を調える。小さく切ったトマトを入れ、手で干切った海苔を乗せてできあがり。





ORGANIC



上/参加者の中にはシンガポール人の姿も、シンマ先生の和食レシピに興味津々。右/「お野菜箱」には、泥つきニンジンやキャベツ、ホウレンソウ、ブドウなど採れたて野菜と果物がぎっしり。

**●デコポン**  
日本ブランド農業事業共同組合  
株生産者連合デコポン「太陽の食卓」  
担当：大橋 誠  
Tel: +81-476-49-0181  
E-mail: ohashi@decopon.co.jp  
www.decopon.co.jp

**シンガポール事務局**  
担当：NAW(Network of Asian Women)  
須田裕美子

**「お野菜箱」**  
値段150ドル  
【内容】  
有機栽培や、特別栽培(農薬と化学肥料が半分以下)のお野菜12~15品、果物1~2品。野菜が4品ほど少なめ、果物が2品ほど多めの「果物多めコース」も選べます。

**【宅配日】**  
隔週火曜日  
収穫からほぼ48時間以内に自宅にお届け。  
**【「お野菜箱」のご注文は】**  
NAW(Network of Asian Women)まで  
Email: will\_by\_naw@hotmail.com  
Tel: 6734-1037(須田)



「有機野菜に変えてから、  
酒がうまくて人生幸せだよ」



イベントのために来星された生産者の篠塚さん

シンガポールで野菜宅配サービスを行って今年14年目のデコポン。そのPRイベントが10月15日に行われました。先月号の本誌でも告知したこのイベント。予定席数を超える応募があったそうで、有機野菜に対する皆さんの注目の高さが伺い知れます。イベントでは、カリスマシェフ・シンマ先生が日本の秋野菜を使った簡単「ちこそうレシピ」を教えてくれたほか、生産者の篠塚さんがご自身の体験などをお話されました。「18才で農家を継いで、農薬を使った野菜作りをしていたら、酒がまずくなっちゃった。30才で有機栽培に変えてからは、酒がうまくなって毎日幸せだよ。不耕機栽培という、有機栽培の中でも特に難しい農法で育てた篠塚さんのベビーリーフは、デコポンの「お野菜箱」で味わえます。

ORGANIC



右/野菜は毎週金曜入荷。左上/ビーフバーガー、カフェメニューは週ごとに変更。左中/オーナーのTuyetさん。左下/新鮮食品から加工食品、ベビー服、洗剤、スキンケアまでワンストップで揃います。

「オーガニックは、栄養素が高く、味わいも豊かなため、少ない食事で満足するようになった」という声を聞きます」と話すのはオーナーのTuyetさん。「食品添加物などの有害な化学物質が入ると、体はデトックスに忙しく、栄養素を吸収しにくくなります。オーガニック食では、栄養素も効果的に吸収できます。聞く程に納得のオーガニック効果でも、どこから始めたら良いの?」「理想的には、完全オーガニックですが、自分の好きな食べ物をから替えてみるのも一つの方法です。たくさん食べているから影響も分かりますよ。」早速私はリンゴを購入。皮付きで丸ごとかぶりつく、甘酸っぱい果汁とともに、中がやさしい気持ちに包まれたような気がしました。

「質の良い食事という選択肢を  
皆さんに知ってもらいたい」



オーガニックコットンのベビー服。

Sustainable Forestの木を使用したおもちゃ。

オーガニック認証商品のみ  
肉や魚の注文も可能  
ヨガクラス(土曜、要予約)  
L'organic  
eco-ethical weekend market  
(グッズ販売がメイン)  
11月15日(土)、12月6日(土) 10:00~17:00

**L'Organic nature, life**  
18A Dempsey Rd  
Tel: 6474-7142  
Email: info@lorganic.sg  
www.lorganic.sg  
※11月6日よりの営業時間  
マーケットショップ  
火~金 11:00~19:00  
土日 9:00~19:00  
(日は17:00まで)  
カフェ&デリー  
火~金 11:00~21:00  
土日 9:00~21:00  
(日は17:00まで)  
アルコールメニューは18:30~  
月曜定休

ORGANIC

デコポンの卸売業者ケビンさんが輸入担当をしているオーガニックストア。「現地で直に生産者の方と交渉しています。日本には有機の美味しいものがたくさん眠っています。お店には豪州や欧州、日本などから輸入された肉や魚などの生鮮食品、乳製品、加工品がずらりと並びます。店長さんが「シンガポール随一」と胸を張る豊富な品揃え。嬉しいことに、デコポンの野菜も入手可能で、隔週火曜に入荷されます。実は、このお店を手がけているのは、アパレルのClub21やホテルリゾート経営などを行うCOMOグループ。一流ブランドの洋服に身を包むセレブたちは、オーガニックにも関心が高いのです。



食料品を扱う1号店。

輸入担当のケビンさん。

有機杉樽醤油(31.55ドル)、小松菜とほうれん草(各10.50ドル)、ふらのぶどう果汁(7.95ドル)、ベビーリーフ(9.55ドル)、サツマイモ(1キロ19ドル)、ゴボウ(13.50ドル)、ニンジン(1キロ16ドル)。

「日本には有機の美味しいものが  
たくさん眠っている」

左/John Mastersシャンプー(39.90ドル)、ボディウォッシュ(45ドル)、Detangler(39.50ドル)。ベビーから大人まで使えるシャンプー&ボディウォッシュ(39ドル)。エコパック(20ドル)など。下/2号店ではスキンケアなどを販売。



日本のデコポンの野菜が単品で手に入る  
品揃え豊富なオーガニック専門店

**●SuperNature**  
21 Orchard Boulevard  
#01-21/27 Park House  
(タンダリン・モールから徒歩5分)  
Tel: 6735-4338  
10:00~19:00 水曜9:00~19:30  
日曜、祝日11:00~18:00  
E-mail: sales@supernature.com.sg  
www.supernature.com.sg

HANDCRAFT



写真左が、明るく親切的なサラ先生。的確かつ、個性を尊重した指導が人気。

**●MOSAICS-hip**  
ブキティマプラザ店(マテリアルも販売)  
Bukit Timah Plaza #01-03  
1 Jin Anak Bukit  
Tel: 6466-5055  
E-mail: enquiry@mosaics-hip.com  
www.mosaics-hip.com  
◆子供(4歳以上)「はじめてのモザイク」3セッション 65ドル  
◆大人 ベーシック・コース 2セッション 60ドル  
※1セッション2時間。材料費込み。  
※リサイクル・モザイクのクラスは、基礎習得後の受講になります。1時間15ドル(タイル料別)  
※その他のクラス、スケジュールはお問い合わせください。

お菓子の空き箱、欠けてしまったボウル皿、古くなった椅子。すぐに捨ててしまわないで! モザイクを施せば、新しい命を再び吹き込むことができるかも。アイデア次第で、貼る物もリサイクルできます。たとえば、いらなくなったポタン、海で拾った貝殻、タイルと自由に組み合わせ、創作を楽しんでみてはいかが。手作りをしていると、自然と心が落ち着くもの。古い物を大切に、再利用のために手を加える行為は、きつと温かな気持ちになれるはず。

「モザイクでいらなくなったモノをリサイクル」



「モザイクでいらなくなったモノをリサイクル」

**プロモーション**  
◆子供 3作品 180ドル  
(18時間・通常65+75+75=215ドル)  
◆大人 エssenシャル・コース  
160ドル(12時間・通常180ドル)  
※11月末までに登録料のお支払いをお願いします。  
※作品は登録から3か月以内に完成させてください。



古い椅子が見事に生まれ変わった!

上/モザイクは、タイルの貼り方、色の組み合わせ方ひとつで、まったく違った印象に仕上がる歴としたアート。



## FASHION & INTERIOR



上/歴史あるショップハウスに設けられたギャラリー。スカーフやカバン、クッションなど、アジアの布を使ったインテリア&ファッション小物が並ぶ。右/染色に使う黒檀の実。

アジアの布を見てみると、なんと心安らぐことか。このギャラリーを訪れると、そう不思議に思う。その理由のひとつをプロデューサーの中村恵美子さんはこう語ります。

「ラオスの工房から届く布は、草木染め。田園を眺めているような、自然のなかに混ざり合った優しい色は、心を癒やしてくれるんです」

ニユアンスのある美しい色に染められた、手作りの天然絹織物は、洗うほどに味が出る。恵美子さんの好むアースカラーを出すのによく用いられるのが、黒檀の実。セピアのような淡い色から、墨のような深い色まで、染め方次第で表情を変えます。恵美子さん自らしばしば現地に赴き、染師とじっくり相談。伝統技術と恵美子さんが持つモダンな感性のコラボ作業は、色作りひとつにも余念がありません。

恵美子さんは、フェアな賃金制度で職人たちがサポート。地球と仲良くする方法、それには世界の人々との絆を深めることも大切なことだと気付かされます。



### ラオス伝統の草木染め 天然絹織物に宿る癒やしの力



左/黒檀の実(エボニー)を使った「エボニー・コレクション」。上/ラオスには代々織物の技を受け継いできた、名職人が多数。緻密な作業はまさに匠の技。

### ファニチャー・コレクション新登場!

emgalleryの新しい仲間、家具のコレクションが近々展開予定。カンボジアやラオスの工房から届く、コロニアル風の味のある家具たちにご期待ください。

**emgallery**  
No.5 Blair Rd  
Tel: 6475-6941  
10:00~18:00(月~金)  
12:00~18:00(土)  
E-mail: em@emtradedesign.com  
www.emtradedesign.com

## FASHION & INTERIOR

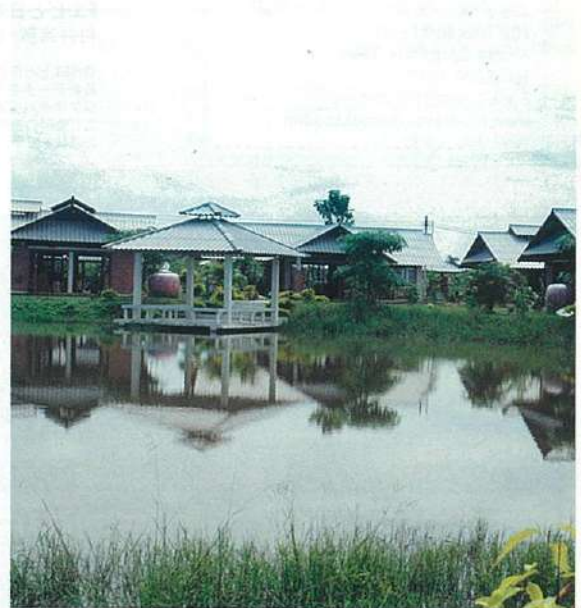
タイ北部イサン地方に、貧困問題を抱える人たちがいます。1997年、シンガポール人のアーティスト、パーシーさんがそこに織物村を作り出しました。伝統の織りとパーシーさんの芸術性が混ざり合った、100%天然シルクの織物コレクション。ここでは、仕事に見合った収入を得られるフェアトレードという仕組みを取り入れています。

織物村はエコにも力を入れており、染料をそのまま川に流さない浄化システムを構築。木々が伐採されてしまっていた土地に、再び森を蘇らせました。

パーシーさんは、アンティーク収集家として芸術の保存にも尽力。アンティークを販売した収益を利用し、チャリティでラオスの学校60校に清潔なトイレ建設を行ってきました。

そんなパーシーさんのギャラリーがシンガポールにあります。美しいシヨールや雑貨など、織物村の製品および、アンティークが並んでいます。ぜひ一度足を運んでみては。

### シンガポール人アーティストと タイの織物村、ピースな関係



上/パーシーさんが開いたタイの織物村。約30人の職人たちとパーシーさんは家族のような関係で、互いを尊重し合っているそう。左上/織物職人のほとんどは女性。左/アンティークのコレクション(200ドル〜)。信頼できる上質の品が並ぶ。

### ISAN GALLERY

42 Jalan Kembangan  
(MRTケンバンガン駅近く)  
来店前に要予約  
(Ms小川Tel: 9150-1495)  
10:00~18:00 無休  
www.isangallery.jp  
※月・水・金のみ日本語スタッフ対応

### クリスマスセール実施

日時:11月28~30日 10:00~18:00

クリスマスシーズンに合わせ多彩な製品を用意。予約は不要なので、どなたさまもお気軽に来場してください。



上/シンガポールのギャラリーにて、穏やかな人柄のパーシーさん。右下/新作小物のノートホルダー(ノート付・32ドル)とシヨール入れ(小17ドル、大18ドル)、シヨールは60ドル〜。ギフトにも最適!

## ORGANIC



**仏 PATYKA**  
有機栽培された植物を原料に香水・スキンケアを作っているオーガニックコスメブランド。



**Certified Organic Eau De Parfum Spray (15ml, 89ドル)**  
世界で最初に作られたオーガニック香水。

日本でも人気のLOGONAやPATYKAを取り扱うナチュラル&オーガニック化粧品ショップ「bud」。オーナーはシドニーでも同様のショップを営んでいたエリックさん。このお店は昨年1月にオープンしました。病院に通う程悩んでいた肌トラブルを、自然派化粧品に救われた。自身の経験を踏まえて、エリックさんの心こもった接客が今日も続きます。このラインナップを一掃え、というような勧め方はしませんが、一人一人の肌をよく理解して、ブランドをまたいででも、お客様に合う商品をピックアップしておすすめします。など話しているそばから、顔の小ジワどうしたの? 乾燥肌?なんて、ずばりと私の肌トラブルを見抜かれました。すごい!

### 「自分用に作った石けんを、 マーケットで売ったのが始まり」

**●bud Cosmetics**  
because you care, naturally  
10 Sinaran Drive  
#01-66 Square2  
(ノビナMRTすぐ上)  
Tel: 6397-6013  
E-mail: eric@budcosmetics.com  
www.budcosmetics.com  
11:00~21:00 無休



オーナーのエリックさん。



**独 ログナ**  
ナチュラルスキンケア先進国ドイツで公的機関BDIHの認定を受けています。

**Mint Cleansing Foam (100ml, 20ドル)**  
脂性肌やニキビのある人に理想的なクレンザー。植物性成分がきめ細やかな肌を実現。

**Wild Rose Day Cream (50ml, 32.50ドル)**  
敏感肌や乾燥肌用クリーム。オーガニックローズとカレンドラエキスが、お肌の潤いを保護し、細胞を活性化します。



**英 オーガニックファーマシー**  
薬剤師で自然療法ホメオパスでもある開発者が作るメディカルとオーガニックの融合製品。

**Antioxidant Face Gel (30ml, 133ドル)**  
**Antioxidant Face Firming Serum (30ml, 203ドル)**  
紫外線のダメージを受けた肌を改善・リフトアップ・シワ軽減・フリーラジカルの害と戦うなどの効果あり。



飯塚さんはIFA、ITECのアロマセラピーの資格保持者。物知りの飯塚さんと話していると、いろんな知識が身に付き、楽しい! 明るい人柄も魅力。

緑豊かなブキティマ山の麓でスローライフを営む飯塚さん。彼女の自宅を訪れると、お手製のアロマキャンドルの香りや、手摘みミントティーなどのおかげですっかりリラックスしてしまいます。「自然に親しみ、アロマを取り入れた暮らしをするようになってから、イライラしなくなり、人にも優しくなった」と飯塚さん。ここでは、飯塚さん本人も実践している暮らしに役立つアロマセラピー講座や、天然素材を使用した肌に優しいコスメ作り、重曹を用いた生活雑貨作りの実習クラスなどが行われています。

生活を、そして心を豊かにする方法を学べるひとときとなるはず。

### 天然素材を使ったカラダに優しい コスメや生活雑貨を手作りしよう

### ●AYURTOPIA AROMA

28 Hindhede Drive Angsana Park  
(ブキティマ山麓・バス171番等)  
Tel: 6468-3229  
www.ayurveda-asia.com  
※「アロマセラピー基礎編」(6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あり。

### 便利!「重曹」活用法 クローゼットや靴箱の湿気と臭い消し編

1~2カップの重曹を紙袋に入れ精油を20滴ほど垂らし、封をしないでコーナーに置きます。1か月程して重曹が湿気を吸って固まってきたら新しい重曹に変えます。

◆固まった重曹は捨てずに、フライパンやガスレンジの油落とし、食器洗いにリサイクルできます。  
◆精油はお好きな香りを選んで防臭剤として、カビ予防にはクローブオイルがお勧めです。  
※詳しく知りたい方は重曹とクエン酸でアロマセラピーの講座で学べます。



上質な精油やキャリアオイルも販売中。





**EGG Maternity**

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

**マタニティー・ブランドEGG  
NEWコレクション登場**

ニュージーランド発のマタニティー・ブランド「EGG」から、2008・2009年の最新コレクションが到着。フラワープリントのスカートやワンピースは、「妊娠中もおしゃれを楽しみたい!」そんな願いを叶えてくれそう。アイスブルー、ペニーピンクなど、ラブリーな色合いの新作も届いています。

「EGG」は、子育て中の女性デザイナーが手掛け、カジュアルからフォーマル、下着、水着、ナイトウェア、ベビーウェアまで、多彩なラインナップ。妊婦さんの着心地の良さにこだわって、良質な素材を使用し、ウェスト部分にも工夫が凝らされています。

ビュー・オーガニック・コットンを使用した「EGG Organic」というラインもあり、シンプルなTシャツやタンクトップは着回し力あり。妊婦さんへのギフトにしても喜ばれそうです。

デニムのバリエーションが豊富なのも魅力。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です。サイズ展開もXXSからXXLまで用意されています。

ワンストップで妊婦さんのワードローブが揃うから、ぜひお店をのぞいてみて。

**preggie pops**  
The natural way to ease morning sickness

- Sour Raspberry
- Sour Tangerine
- Peppermint
- Sour Lemon
- Ginger
- Lavender



ドレスから下着まで、幅広い品揃え。左ノつわりに効くキャンディーも販売。

**YOKOSO! JAPAN HOKKAIDO**  
北海道ぐるり旅!  
www.visit-hokkaido.jp

**北海道からの観光PR団がシンガポールを訪問**

シンガポール人にも大人気の観光地、北海道。シンガポールからの旅行者は年々増加傾向にあり、昨年は約3万7000人と前年比100%増でした。この人気を支えるのはおいしい食事、雄大な自然といった観光素材とともに、北海道の方々の地道な観光宣伝活動。そのうちのひとつ、今年3回目を迎える北海道観光プロモーションが10月15日に行なわれました。札幌、洞爺湖、牡蠣、登別、苫小牧など各地の観光関連機関や団体の代表約40名が来星し、イベントとセミナーを開催。セントラルのイベントでは、アイヌの伝統楽器演奏、サムライショー、雪合戦体験などが行なわれ、買い物客や観光客などが楽しめました。

これから冬へと向かう北海道はその寒さとともに一層魅力を増していきます。みなさんも、年末の里帰りついでに北海道へ足をのばしてみたいはかがですか?

アイヌの伝統楽器ムックリを奏でるアイヌ民族博物館の岡田さん。



雪合戦体験では、本物の雪玉を使って雪だるまの的を狙いました。雪の冷たさにビックリ!

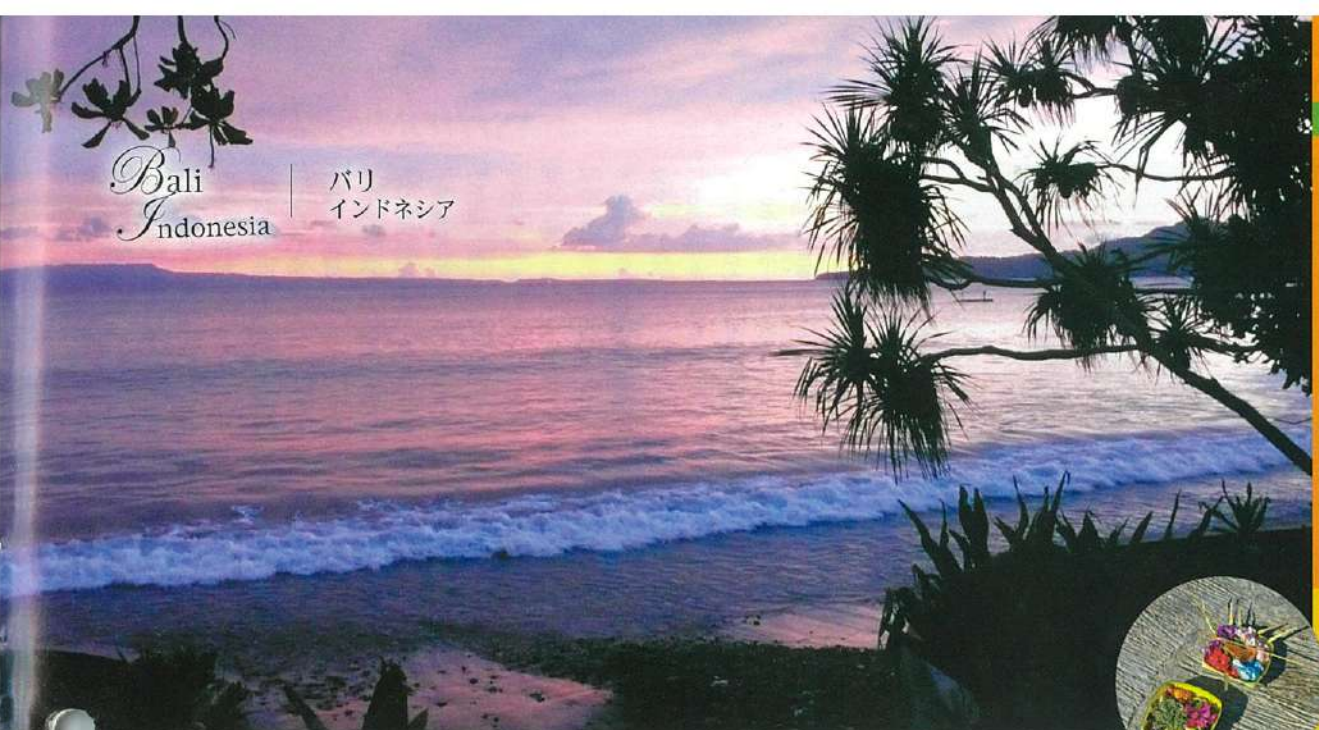


日本刀でサムライとご対決! 登別伊達時代村・富川社長の大きな斬れっぷりにどっと笑いが、



セミナー会場となったSwissotelには美しい花のデコレーションが、セミナーでは女性をターゲットにした自由旅行のPRも行なわれました。

**マガジンアンテナ**  
あさめの情報・旬の話題などをキャッチ!



Bali Indonesia | バリ インドネシア

南東海岸にあるバリナ・ビーチ。

- 航空会社 シンガポール航空
- 日程 2泊3日
- 料金 「SQで行くバリ2泊3日」570ドル~(1室2名利用) ※朝食、空港~ホテル間の送迎付き。
- 【7つの特典+飲茶クーポン】
  - ・携帯電話無料貸し出し
  - ・フットウォッシュ利用無料
  - ・バリ島正装衣装試着
  - ・バリコーヒー引換券
  - ・手作りバナナビーチサンダル
  - ・バリ島天然塩
  - ・日本語情報誌バリフリーク

【お問い合わせ】  
エイチ・アイ・エス  
100 Tras St #17-01  
Amara Corporate Tower  
Tel: 6224-1512  
E-mail: info@his.com.sg  
www.his-travel.com/outbound



ニッコー・バリ リゾート&スパ。

書を持ち、旅に出よう!

『ジャワの音風景』  
風間純子・めこん選書  
西洋音楽を学んだ著者、ガムラン音楽にのめりこみ、大衆芸能「クトブラ」劇団と超星を共に見えてきたものとは?

『エビと日本人II』  
村井吉敬・岩波新書  
前作『エビと日本人』から20年、最新データを元に、東南アジアやそれ以外の国々の、エビ資源の実態や自然破壊の現状を紹介した第2作。

**何度行っても楽しいバリ  
自分だけの旅を見つけよう**

何度行っても新しい発見があるバリの旅。HISのツアーなら7つのうれしい特典と飲茶クーポンがついてお得感満点です。HISバリ支店は繁華街・クタ地区のど真ん中にあり、日本人スタッフが常駐しているので、オ

ブシヨナルツアーの手配なども言葉の心配なく安心です。また、ツアー参加の方は、今話題の雑誌屋さんを巡るシャトルバスが滞在中乗り放題。3~4時間かけて日本人が厳選したおすすめの雑貨屋さんを4軒巡ります。

**2009年の旧正月は1月末  
HISのツアーで早めの準備が正解です!**

<p>インド洋の貴婦人 <b>モーリシャス</b> 3泊5日 1388ドル~ 6泊8日 1668ドル~ 1月24日出発 モーリシャス航空 LE TROPICAL, MERVILLE 宿泊</p>	<p>美しい海岸と白い砂浜 <b>ゴールドコースト</b> 5泊6日 1440ドル 1月23~28日 シンガポール航空 Watermark Goldcoast 宿泊</p>	<p>青いラグーンに浮かぶ島々 <b>モルディブ</b> 4泊6日 4460ドル~ 1月23~28日 スリランカ航空 航空運賃、燃料サーチャージ、食事すべて込み ウォーターピラ又は ウォーターバンガロー 宿泊</p>	<p>フェリーで1時間の楽園 <b>ピンタン</b> 2泊3日 290ドル~ 1月24日~26日、 1月25日~27日 ピンタンラグーン、ニルワナ 宿泊</p>
---	--	--	--

※金額は1室2名利用の料金です。

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  
www.his-travel.com

もっと世界をたのしもう。  
**H.I.S.**  
Highest International Standards

旅行企画  
**書を持ち、旅に出よう!**  
【特別編】  
本と旅の相乗効果は無敵!



★ ポーズ1 ★

プランク(板)のポーズ

腕立て伏せをするときの姿勢で、腕を伸ばしたまま30秒間保つ。手首を肩の真下に置き、腰を少し上げて、体が一直線になるようにする。



★ ポーズ2 ★

犬のポーズ

手首は肩の真下、ひざは腰の真下に置き、つま先を立てた状態から、逆Vの字を作るイメージで腰を上げて30秒間保つ。ふくらはぎ、太もものストレッチをしながら、腕の力をUP。  
※高血圧・低血圧の方はやらないでください。



★ ポーズ3 ★

クロスアームストレッチ

ひじを胸の前でクロスし、その状態のまま手のひらを含ませる。それを上方に上げて肩甲骨のストレッチをし、10呼吸。次に、下方に下げて肩のストレッチをし、10呼吸。反対側も行う。



上腕三頭筋を鍛えてぶよぶよの腕ダイエット  
ノースリーブから出た二の腕が、太くてぶよぶよで...とお悩みの女性は多いはず。美しい筋肉が付き、引き締まった二の腕は、オンナの自信につながります。  
腕の力がないと、重たいものを持つとき、腰に力が入るので、腰痛になることも、ヨガポーズを続けて、自分の体重をしっかりと支えられるだけの筋肉が付いた、きれいな二の腕を手に入れよう!



二の腕すっきりポーズ



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。日本語で指導を行う。

※最後に仰向けに寝てリラックスしましょう。

MRTクラークキー、セントラル近く  
10月から新スタジオOPEN!

ママのためのMUMkin  
(マンキン)ヨガ実施中  
子連れもOK  
Wasabi Yoga Studio

wasabi  
54C South Bridge Rd  
(MRTラッパズプレスとクラークキー  
から徒歩5分、セントラルの向かい)  
www.wabisabi.com.sg  
マタニティーヨガ&冬休み中の  
ワークショップ開講予定  
申し込み受付中  
その他、コースの詳細のお問い合わせは  
お電話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

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: toiawase@specdivers.com

お祝いの季節にギフトを  
ラッキードロワーは毎日3時から

FANCY FAIRE  
Presents  
Christmas Affair  
クリスマスのひととき

ハンディクラフト・シルバー・絵画・アンティーク・衣料・ジュエリー・家具・珍しいギフトなど  
テナントは世界各国から

オーチャードホテル3階  
オーチャードボールルーム&ラバンダールーム  
2008年 11月11日(火) 10:00am~7:00pm  
2008年 11月12日(水) 9:30am~5:00pm

入場無料!!!  
www.fancyfaire.com  
EXPAT LIVING Expat Living Magazine: The Official Magazine  
Copyright 2008 and beyond. All Rights Reserved.

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://kgi.konohanagakuin.ac.jp E-mail: kgi@konohanagakuin.ac.jp



写真左の生徒さんが薄茶の稽古中、右二人の生徒さんはお客として入っています。お稽古中の先生は、厳しいけれど、正しい指導をしてくれます。

茶道裏千家淡交会  
シンガポール協会  
177 River Valley Rd #02-11 Liang Court  
Tel: 9733-9146 / 6334-4175 月~土  
※入会金50ドル/年会費150ドル/  
月会費120ドル(学生80ドル)  
※初心者体験コース、夜クラス、学生クラス  
随時募集中

“本物”の日本文化に囲まれ  
茶道で心にゆとりと潤いを

リャンコートに新しく誕生した茶室にお邪魔してきました!扉を開くとまず感じる、清々しい量の香り。ほっと心がほぐれると同時に、和の設えのなか、凜と座す和服の先生の姿に、背筋がぴんと伸びました。「茶道は総合芸術なんですよ」と中林先生。焼物、掛け軸、お菓子など、お茶に欠かせない小道具ひとつひとつに意味があり、歴史がある。また、季節感もとても大事。家元の教えを継承する中林先生は、お稽古をしながら、さまざまな角度で日本文化について教えてくださるそう。静粛な雰囲気はそのままに、生徒さんからも質問の音が自由にあがり、和気あいあいとした会話が弾みます。心地よい緊張感のなか受けるお稽古は、リフレッシュのひとつにもつながるとか。そう、千利休から連綿と受け継がれてきた茶道を通して、最も得てほしいもの、それは「心のゆとり」だと中林先生は語ります。お稽古着は、着物でなくてもオーケー。シンガポール人の生徒さん、男性の生徒さん、初心者の方も、気軽に稽古に参加しています。海外にいるからこそ、日本を感じたくて茶道を始める、そんな生徒さんもいるそうです。



炭手前の稽古中、美しい所作が身に付くのも、茶道の魅力。

EVENT  
チャリティ茶会「和敬清寂」開催  
日時: 11月16日(日) 10:00~16:00  
場所: シンガポール日本人会 2Fボールルーム  
茶券: 15ドル  
※協会茶室および日本人会受付で販売  
問い合わせは右連絡先まで



右) おいしいお茶と菓子。

左) 「茶道裏千家淡交会シンガポール協会」は1991年にシンガポール政府の正式認可を得て発足。中林先生は在星歴6年。

Scuba Photo & Equipment Centre  
5 Koek Rd #B1-04 Cuppage Plaza  
Tel: 6732-5582  
E-mail: toiawase@specdivers.com  
www.specdivers.com

市民の救命措置「CPR」  
知ることから始めよう

日本ではすでに9万台以上設置されているAED(自動体外式除細動器)。心肺蘇生法「CPR」はこのAEDを使用した市民の救命措置法です。AEDはシンガポールでも空港、駅、学校、工場など多数の人が集まる場所に設置され、当地ではさまざまな救命講習会が市民のために実施されています。在星邦人を対象にしたCPR講習会も行われています。講師はダイバー歴20年、当地でダイバーショップを経営している志村さん。講習は、日本語マニュアルやDVDを使用し、人形を使っての実践もあり、プールでの事故時や食べ物や喉に詰まらせた時の対応など実際に起こりそうなシチュエーションを想定しながら進みます。プログラム内容は子供のケアも含まれ、在星ママにも好評です。グループでの申し込み受付が可能で、出張講習にも対応。ママ仲間同士、ご自宅でじっくり受講することができます。万が一のアクシデント時、救命措置法の知識があれば、冷静な対応にもつながります。CPRの知識を身につけませんか。



上)人形をモデルに、AEDの使用法を説明。

下)PHILIPS製AED(自動体外式除細動器)。コンピューターが内蔵されていて、音声ガイダンスにしたがって、使用。



日本人会での講習も好評。

LECTURE  
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



志村さんの経営するダイバーショップ

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!



## Ayurly Ayurvedic Spa

アーユルヴェーダ



**Ayurly Ayurvedic Spa**  
2 Serangoon Rd #05-11/12/13  
The Verge (Tekka Mall)  
Tel: 6737-5657 / 6291-2673  
10:00~20:00  
日休  
www.mayooryspa.com  
●アーユルヴェーディック・バスターフィング・トリートメント  
お試し価格 130ドル  
(70分・通常価格150ドル)

小胸でお悩みの方に耳より情報。アーユルヴェーダの新しいバスターフィング・トリートメントは、天然素材を使用し、副作用ゼロで安心なうえ、すぐに効果を実感できます！  
バイオフトロン・ライト・セラピーは、スイスで開発された新しいテクノロジー。乳腺の自然な発達を促し、バスターフィングに効果的です。バイオフトロン・ライトの照射は、紫外線を抜いた状態の安全な太陽の光を浴びることと同じ。古代よりヒーリング・パワーがあるとされてきた太陽の光を、最新技術でトリートメントに取り入れています。  
トリートメントで使用されるスペシャル・オイルには、マメ科のコロハ、フェンネル、

キゲリアなどの抽出液、そして小さな胸に効果があるミルクを作る働きを促すアーユルヴェーダの原料を使用。バスターフィングの特別プログラムは、出産後に起こりがちなバストの問題にも有効です。  
自然な製法で作られたバスターフィング・マスクは、胸にしっかりとポリウレタンをプラス。特別な製法なので、すばやく吸収され、豊かなバストに仕上げます。効果には個人差があり、セッションの数は人によって異なるそう。トリートメントを始める前に、有資格者のコンサルタントによる安心のカウンセリングを行います。胸の悩み、くよくよせずにレッツトライ！

### アーユルヴェーダ式 バスターフィングで女子カUP!

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

アユリーで  
リフレッシュ  
そして  
新しい年末を!

バスターフィング限定  
11月のプロモーション

❖ シロダーラ・ヘッドテトックス・トリートメント (45分)  
アユリー定番のストレス除去トリートメント(リニューアルしたインディアン・ヘッド・マッサージ付)。チャクラのバランスを整え、首・肩のコリも解消です。 **100ドル (通常120ドル)**

❖ バイオフトロン・ライト・セラピー(アーユルヴェーディック・バスターフィング・トリートメント付) お試し価格**130ドル**

2 Serangoon Road # 05-11/12/13 The Verge (Tekka Mall)  
Tel: 6737-5657 / 6291-2673 10:00~20:00 日休 www.mayooryspa.com

### 旅のご用命は郵船トラベル

#### \* 旧正月 出発日 限定ツアー

ブーケット	1月23日(夕)~1月26日 MI利用	ダイヤモンドクリフ
	1月24日(昼)~1月27日 MI利用	シェラトン・グランデ・ラグーナ
モルディブ	1月23日(夜)~1月27日 SQ利用	フルムーン・モルディブ
コタキナバル	1月24日(朝)~1月27日 MI利用	シャングリラ・ラサリア・リゾート
アンコールワット	1月24日(昼)~1月27日 MI利用	アンコールパレスリゾート

#### \* スーパースターヴァーゴ

ベナン・ブーケットクルーズ	3泊4日	毎週日曜発
マラッカ・KLクルーズ	2泊3日	毎週水曜発
ウイークエンドクルーズ	2泊3日	毎週金曜発

ツアーの詳細・ご予約・お問い合わせは  
[www.yusentravel.sg](http://www.yusentravel.sg)まで  
ピンタン島など上記以外のツアーも取り扱っています。  
お問い合わせは日本人スタッフまで!

郵船トラベル  
YUSEN TRAVEL (S) PTE., LTD.

郵船トラベルシンガポール 検索 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)

TEL 6732-1511  
E-Mail ysi@ytk.co.jp

肌 が 晴 れ ば コ コ ロ も 晴 れ る !

## 美肌相談サロン Vol.1

毎日のケア

「忙しくてお手入れサボっちゃった!  
今日の私の肌どう思う?」

はじめまして、佐藤薫です。この連載では日常私がお客さまと会話している風景を皆さんに覗いていただきます。「これって私みたい」に出会えること請け合い。皆さんのお肌のきれいにつながるヒントになれば幸いです。さあ、はじめ、はじめ!

引越を控えているので、しばらくフェイシャルに来ることはできないと言っていたAさんが「今日空いていない?」と少し慌てて予約を取ってやってきました。さっそくフェイシャルをスタート。

- 私 もう引越は終わったんですか?
- A まだよ、でもお肌がガサガサでどうしてもフェイシャルをしなくちゃと思ってきたの。ところで佐藤さんのワンちゃん(注:私は犬を飼っている)今、何歳?
- 私 今月で4歳になりますよ。相変わらずのやんちゃぶりですよ。Aさんの新しいワンちゃんはとうですか?
- A 元気いっぱいって感じてかわいいわよ~。あの元気が羨ましいくらい。...。ねえ、今日の私の肌どう思う? ガサガサでしょ。
- 私 ガサガサというよりゴワゴワという感じです。毎日ちゃんと保湿のお手入れをしていますか? ひょっとして何か化粧品を変えましたか? 毛穴は大丈夫ですよ、きれいな方です。
- A 毛穴が大丈夫なのはよかったです。実はね基礎化粧品をしばらく何も付けていなかったの。引越のことでバタバタしていて、化粧水を切らしてしまったんだけど買いに行く暇がぜんぜんなかったのよ。
- 私 ...今もお化粧水がないんですか?
- A ようやく買ったわ。でもなかなか元に戻らないから今日来たわけ。
- 私 シンガポールは湿度が高いので、何も付けなくても一見平気なこともあります。でも大人のお肌は湿度のある外気だけで潤いを保つのは難しいです。

それで湿気のせいで肌の乾燥に気が付くのに時間がかかって、肌荒れを起こしてから慌ててしまうんです。お肌の表面がこんな風にゴワつくのは肌荒れの第一歩、皮脂の出やすいお肌ならきびがでやすくなりますよ。保湿ができなくなったお肌は皮脂を過剰に出すようになるからです。オイルドライの状態ですね。Aさんの場合はシワの原因になるかも。

- A シワが増えちゃうのはすごく困るわ! すごく忙しくてお肌に手をかけられないときはどうすればいいの?
- 私 もし肌荒れのサインが出てしまったら、今日のようになんとかお時間をつくってフェイシャルでまずお肌を整えてから家でケアをしていただくのが手取り早いと思います。すごく忙しくても毎日歯磨きをするときにばばと化粧水と保湿クリームを付けられればいいんですよ。保湿美容液を加えてもいいです。これはミニマムで一番外せないお手入れです。ただ化粧水を買う暇もないと言われてしまうと私も何と言えいいのか...
- A えへへ。
- 私 今日のフェイシャルでとりあえずお肌は落ち着きますから、家ではたっぷりの化粧水と保湿クリームを毎日付けてくださいね。
- A はい。引越をして落ち着いたらまた来るわね。予約はお電話するわ。

#### ひとこと

Aさんとは私がまだ夫の駐在についてきた専業主婦だったときに知り合い、その後フェイシャルのお客さまとして再会しました。かれこれ十数年お付き合いが続いています。お手入れのしやすい普通肌をお持ちですが、ときどき今回のお肌を荒らして来るので目が離せません。お肌のお手入れは忙しい忙しくないにかかわらずAさんにお話したように基本的にはシンプルでいいと私は思います。それを「おさぼりしない」ことがコツかもしれません。

## JOY CLINIC FOR WOMEN

~産婦人科専門クリニック~  
有資格の日本人保健士がおります

- 24時間対応・母乳相談(日・水・金)
- ホスピタルツアーや母親学級も無料で実施。
- 各種手術にも対応。
- 女性の体、赤ちゃんが欲しい方、妊娠、出産についてご相談に応じています。
- 日本語の母子手帳を無料でお渡ししています。
- おっぱいマッサージ対応。
- 保健士による家庭訪問(ご予約) おっぱいケア、沐浴指導、育児健康相談など。
- 子宮頸がん予防ワクチン取り扱い。

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 9:00~12:00)  
火、木、土 9:00~13:00 (日本人スタッフ勤務時間 9:30~13:00)

## 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 048581



# シンガポールの住宅・不動産事情

## 佐藤さんの住宅探し⑦

3ベッドルームを探している佐藤さん。不動産仲介業者の山田さんとともに家探しをしています。

### 前回のポイント

- 壊れやすい電化製品は家主に要求しないほうが無難。
- むしろどうしても必要な家具、電化製品に注意を払う。

### 投資目的の家主が多いシンガポール

「家を選んだ後、家具まで交渉するのは大変ですね」と佐藤さん。  
 「ええ、家主さんは投資目的で買った人がほとんどですから、常に費用を削って収入を増やすことを考えています。そのため、不動産の値段が上がるとすぐ売ろうとします」と山田さん。  
 「私たちが住んでいても売ってしまっんですか?」  
 「つい最近までシンガポールは不動産バブルで、2年の賃貸借期間中に家主さんが3人替わったケースもありました」と山田さん。  
 「住んでいる人はどうなるんですか?」  
 「賃貸借契約が売買契約より先に成立していますから、法的に追い出されることはありません。通常契約書には、家主さんがその家を売ろうとする場合、テナントさんはその家を見せないといけないと書いてあります」と山田さん。  
 「それは大変ですね。私は出張も多いし、英語を話せない家内だけがいる時に家を見に来られるのは困りますね」と佐藤さん。  
 「それは大丈夫です。契約書には事前にアポを取ってと書いてありますので、突然見に来た場合は断っても問題ありません。ただ、見せないということはできませんので、見学可能な日時を指定することが必要になります。次のテナントを探す際にも、賃貸借契約が切れる2〜3か月前から同じような手続きがとられます」

### 家主交替の際の注意点

「途中で家主さんが替わった場合の注意点は何ですか」と佐藤さん。  
 「交渉の結果、前の家主さんが了解したことは、なるべく前の家主さんやってもらうということです。新しい家主さんは、それは前の家主との約束だから自分には関係ないとして、約束を果たさないことがあります。大切なことは必ず書面に書いて、両者が署名し保存しておけば、売買とともに賃貸借関係も引き継がれますから、新しい家主さんによつてもらえる可能性も高くなります。日本の常識は時として通用しません。重要事項や連絡は書面で残すことが必要です。重要事項は書留(レジスタード・メール)で送ったほうがいいでしょうね」  
 山田さんは続けてこう説明します。  
 「また、新しい家主さんから突然、翌月分からの家賃を自分宛てに振込むよう要求されることがありますが、絶対に従わないで下さい。シンガポールでは、不動産の売買には必ず弁護士が関与します。弁護士からの書面による連絡を待つて、書面記載の振込方法に従うようにして下さい。そうしないと、家賃を受け取っていない、支払ったというトラブルの原因にもなります」

### ポイント

- 家主さんはほとんどが投資家で、日本の家主/店子といった関係は通用しない。
- 物件売買後も賃貸借契約は有効。
- 連絡は書面で行う。
- 新しい家主への支払いは弁護士の書面による連絡に従う。

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者資格。



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

### 膀胱炎とその予防の巻

大谷 悦子 (おおたに えつこ)  
 静岡県出身。早稲田大学卒業後、看護の道を選択。松戸市立病院付属看護専門学校卒業後、江戸川病院内科病棟勤務。2005年5月よりラッフルズジャパニースクリニクにてスタッフナースとして勤務。

### くるみ先生のなやみ

アケビちゃんの幼稚園に、今年から新任のくるみ先生がやってきました。可愛い園児たちに囲まれて、忙しいながらも充実した毎日。…なのに、くるみ先生の顔は最近なんだかすくれません。「こーい、2週間トイレが異常に近いよね。それになんだか尿切れも悪い感じ」くるみ先生は思い切ってラッフルズジャパニースクリニクに電話をかけたみました。  
 「一度内科を受診し、尿検査をしてみることをおすすめします」  
 「でも仕事が忙しくて…」  
 「それでは仕事のお休みの時間にいらしてはいかがですか? オーチャード分院では、毎週火曜・木曜は診察時間を予約できるので、待ち時間なく安心して受診できますよ」

### 女性に多い病気!

待ち時間なく尿検査と診察とを終え、くるみ先生は膀胱炎と診断されました。「膀胱炎とは、大腸菌など雑菌が尿道を通過して膀胱に侵入し炎症を起こす病気です。排尿の時に痛みが走る、尿が近い、排尿の後も尿が残っているような感じがする、尿が濁ったり血が混じる、などが症状です。また下腹部の張りや痛み、微熱が出ることもあります。膀胱炎は、症状に応じて抗生物質・消炎剤などを服用すれば、2、3日から1週間で完治するケースがほとんどです」  
 「どうしてなっちゃったのかしら?」

### まとめ

膀胱炎は多くの人が体験しているのですが、決して恥ずかしい病気ではありません。日頃の生活の中、ちょっとした心がけで、膀胱炎は防げます。

### 【予防策】

- 1 ストレスや過労を避け、身体の抵抗力、免疫力の維持につとめる。
- 2 トイレをできるだけ我慢しない。
- 3 水分を多めにとって、尿量を確保し、体内の老廃物の排泄をスムーズに行う。
- 4 外陰部を清潔に保つ。排便のときは前から後ろにふき、生理用ナプキンやおりのシートは3時間以内に変える。
- 5 日頃の自分の排泄状態に関心をもち、おかしいと思ったら早期に受診する。

## 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\*

● 予約制で診察がスムーズ  
 ● 歯科検診も行っていきます(成人用・小児用)  
 ● 歯のホワイトニングはじめました

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

## 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

Eisはいつも安心して子供を預けられる場所です  
 毎日大好きな優しい先生と愉快なお友達とEisと一緒に過ごし、日本語だけでなく英語のお歌やお話も上手にできるようになり楽しく通っています。  
 ともきくん、弟のゆうきくんとお父さん、お母さん

Eis インターナショナル プレスクール  
 (ウエスト校) 21 West Coast Road Singapore 127309  
 Tel: 6777-2911 (日本語でどうぞ)

(イースト校)  
 7 Seraya Lane  
 Singapore 437275  
 Tel: 6348-4780

★ ホームページ <http://eisintl.com>

## おまかせください

# シンガポールでの不動産

実績 信頼 安心  
 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。

## 東京不動産

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

## 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

## 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





# 中国語学習法①

中国語を学習中あるいはこれから始めようとしている方から、「どうすれば中国語が聞き取れるようになりませんか?」「流暢に話したり、漢字の読み方を身につけるにはどうすれば良いですか?」などとよく聞かれます。私が最も大切だと思うのは基礎作りです。家を建てるのと同じように、中国語の学習も基礎をしっかりと固めなければいけません。ただ、学習の過程において大人は子供と違い、母国語の影響を受けざるを得ません。発音・声調・イントネーション・文法など、気づかないうちに間違いをおかしながら進みます。中国人の耳にはどうしても不自然に聞こえたり、あるいは可笑しく感じられたり、また誤解されたりするかもしれません。

「你正在或正要学习汉语吗? 怎样才能听懂中国人说话? 怎样才能说一口标准流利的普通话并掌握汉字的认读呢? 我想,最重要的是打好基本功。这就像盖房子一样,基础要扎实。再说你不是小孩子,你在学习汉语的过程中,总会有母



北京語言大學教授  
来思平先生

語的干渉、你的发音、声调、语调语法在不经意间就会出毛病、中国人听着觉得是洋腔洋调、甚至让人听不懂、或发生误会、闹出笑话。怎样才能打好坚实的基础呢? 老法子笨办法 多听标准的汉语普通话。比如听教科书的录音、看中文电视节目、此外还要多说、比如和同学用中文会话、与中国人聊天等等。总之、除了在课堂上学习以外、还要找机会或创造条件在实际交际中运用汉语。俗话说「拳不离手、曲不离口」、学习外语也一样、不用就不知道自己对错好坏、不用就会「狗熊掰棒子」。边学边忘、那么要多说、多用、就要「脸皮厚、不怕错」、要持之以恒、不怕枯燥、练好基本功、听说、读写都会高水平。」

4つの成語の意味が分かった方はJSUまでメールをお送りください。正解解答のうち、次回掲載に採用された方には賞品を差し上げます!  
info@jsu.com.sg

## まんだりん面白話

第82回



葛珠慧 ガーチュイ先生  
JSU星洲外國語學院院長

### 自宅裏の水路

シンガポールの仮住まいのマンションから最寄りのMRT(大量高速鉄道)の駅に向かう間に、水路沿いを毎朝歩いている。豪雨の翌日であれば水かさが増し、茶色く濁った流れが水路の存在感を強く示すが、一日でも雨が降らなければたちまち川底が透けてしまふ。雨の排出だけが目的のように見える水路だ。

それほど水位の上下が激しくても、魚がいないものと水面を時々のぞき込むが、アメンボらしき虫が動く時に生じる小さな波紋が見えるばかりで、小さな期待はいつも裏切られる。先日そんな調子で水路に目をやると、相変わらず魚の姿はなかったものの、青い影が視界をすつと横切った。「シンガポールではゴルフ場にもカワセミが姿を見ることがある」。前の週に聞いた話を思い出し、ひよつとしたらと行方を追った。

姿を消した水路の反対側に植えられた木の下に回り込み、葉のすき間から五メートルぐらい上の枝を見上げると、青い羽だけが確認できた。正体を収めようとカメラを向けていると、影が木陰を飛び出し、水路の対面に据え付けられた柵の上でポーズを取った。定か



なことは言えないが、写真付きの解説と見比べてみると「アオシロウビン」というカワセミ科の仲間のようなだ。東京の冬の通勤時には自宅近くの運河で水鳥を眺めるのが習いだが、シンガポールの水路にも新たな楽しみを見つけた。

【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 jiji@jiji.com.sg

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

11月24日より初級クラス開講

今年最後の中国語新規クラス募集! お見逃しなく!!  
経験豊富な教師が親切・丁寧に教えます。

大人気 中国語無料体験レッスン実施中!  
まずは気軽にお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
10:00 1:00	初級③	新規	初級①
2:00 5:00	初級④	新規	初級①
6:30 9:30	初級①	新規	初級③

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

星日外国語学院  
シンガポール政府公認  
E-Mail: info@jsu.com.sg  
www.jsu.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  
●北京中薬大学修士(内科学専攻)  
●大阪市立大学法学部卒

※各種保健取り扱い有り  
詳しくはお電話で  
www.minomedical.com

予約制・相談無料・日本語で診察  
402 Orchard Road  
#04-18 Delfi Orchard  
Tel: 6738-0300  
Fax: 6738-6976  
10:00am~6:00pm  
休診日: 日・月・祝日

最寄駅 MRT NS22 Orchard

呼び寄せ 年末年始受付中

呼び寄せ	航空会社	大人	子供
東京発	日本航空	31,000円~	23,300円~
	全日空	32,000円~	24,000円~
	シンガポール航空	47,000円~	47,000円~
名古屋発	全日空	32,000円~	24,000円~
	シンガポール航空	55,000円~	41,300円~
大阪発	日本航空	36,000円~	27,000円~
	全日空	32,000円~	24,000円~
福岡発	シンガポール航空	53,000円~	43,000円~
	全日空	32,000円~	24,000円~
札幌発	シンガポール航空	46,000円~	37,000円~
	日本航空	51,000円~	38,300円~
	全日空	42,000円~	31,500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

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

E-mail: ofc@sankei-tourist.co.jp

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





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5回 MISIAライブ編

# マーライオンとワルツ



MISIAライブ

THE TOUR OF MISIA DISCOTHEQUE ASIA - SINGAPORE  
9月13日(土)にシンガポール・エクスポ・コンベンション・ホール1にて行われました。

**余計な心配**  
暑そう... 着物を着て... 家族・夫婦他 何かのサークル 婦人の方々... ローカルの人結構いましたよ。

**ステージ**  
ずんこココ。HMVに並んで買ったかいました。広い割に ステージは小さかった。

**開演前**  
会場近くの パーキング周辺に 小さい日本人社会誕生 会場は5千人の 熱気でムンムン!

**MISIAライブ!**  
9月13日行って来ました。あー どーも どーも... ほんのりとした、カラオケをやらせたいぞー!

**MCさえも 歌ってる!**  
さすが歌姫!

**踊ってた。**  
そして... 気持ちは... 踊ってた。

**座ってるー!**  
座ってるー! 立ってー! 立ってー! 立ってー!

**最高なライブでした!**  
筋肉痛 翌日 ずんこ

**Everything**

**MISIA登場!**

# 未来の国際人たちにへ

最終回



ぶちすけ

幼稚園を運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。

**大学**  
そして大学院へ  
決めた日

色んな紆余曲折を経て、私は今メルボルン大学の Bachelor of Biomedical Science に在籍しています。これは医療に関係する様々な科学を学ぶコースで、ここで私は現在、薬の働きに関する様々なことを学んでいます。順調にいけば12月には卒業で、その後どうするかずっと迷っていましたが、今年の7月日本に帰って試験を受け、来年春から九州大学の病態生理学研究室で二年の修士課程を学ぶことになりました。この研究室は認知症やパーキンソン病の改善薬の開発を研究している所です。

高校から国際校へ通い、メルボルン大学に進学し、専門教育を受けてきた私にとって、英語から再び日本語で学び研究する道へ進むことは、新しく大きな挑戦で、友人達からは驚かれました。

現在の日本の教育では、英語と専門知識を両立させることは非常に難しく、専門領域で国際的に活躍することを志す人間にとって、第二言語はまだ大きな壁になっているように感じられます。

でも国際化社会の中で自分の力を発揮するため、また日本の国際的な競争力を高めるためには、それはもう避けられないところまで来ていると思います。

そのために、もし私に何か少しでもできることがあるとすれば、それはただ漠然とその必要性を説くのではなく、実際に自分でそれを試み、実現可能な目標の一つとして後輩達にその背中を示すこと。そして少しでもその壁の向こう側とこちら側を仲介することができるとな存在になることではないかと思ったのです。

専門的な領域でも英語と日本語を両立させ、将来日本と海外の研究者の間を繋ぐ架け橋のような研究者に成長するため、そして小さくても、後輩達の道標の一つになるために、苦勞するとはわかっていても、あえてこの道を進むことを選びました。

これから大学に進学する人、選択科目を決める人、その先を選ぶ人、選ばなければならない人がいたら、それが少しでも胸を張って「おもしろい」と言えるようなものであるよう、陰ながら応援しています。一緒に頑張りましょう!



## リンパドレナージュ(MLD)でさらさらリンパを手に入れよう

リンパ系は血液系に次いで重要な免疫機能のひとつ。老廃物を体外へと排出し、免疫機能を正常に保つのに重要な役割を果たします。リンパが詰まると、体液が細胞の隙間にとどまり、体の中の水分がよどんでしまいます。これにより、体全体に毒素がたまり、倦怠感を引き起こしたり、ウィルスに対する免疫力が落ちることにより、病気になるやすくなります。

リンパドレナージュは、体液のよどみを回復するための体本来の機能呼び起こすマッサージ。やさしく、リズムカルなマッサージによって、リンパ系の活発な動きを促進します。マッサージの刺激が、リンパの流れをスムーズにし、徐々にリンパ系本来の動きを取り戻す手助けをします。

**■マッサージ効果**  
セルライトの軽減/慢性疲労の緩和/体液のよどみ、むくみの緩和/免疫機能促進/免疫細胞の活性化/お肌の美容と健康/リラックス効果/新陳代謝を高める/老廃物や毒素を排出

**■どんな人に効果があるの?**  
水太りやむくみに悩む方/産後マッサージが必要な方/脂肪吸引を受けた方/免疫機能が低下している方/疲れやすい方/顔や体のむくみが気になる方

**Reviveがリンパドレナージュを受けられるワークショップ開催!**  
**Basic DIY MLD body & face workshop**

日時: 11月17日(月) 10:00~12:00, 24日(月) 19:00~21:00  
Tel: 6222-0061 (要予約)  
★来場者にEsthederm Skin Careのスキンケア(50ドル相当)のフリーギフトあり。  
★リバイブのリンパドレナージュは、当地の人気サイト「CozyCot」のオンライン投票で12800名から2008年度MLD部門No.1に選ばれました。



revive  
61 Tras St  
(タンジョンバガー駅から徒歩5分)  
月~金 11:00~21:30(最終受付)  
土 10:00~18:00(最終受付17:00)  
www.revivewellness.com.sg  
※リンパドレナージュはreviveの店舗でも受けられます。

revive wellness

自分に癒しのプレゼント  
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、熟練セラピーをお試しください。

**REVIVEプロモーション**  
リンパドレナージュ(MLD) スペシャルコース @ 108ドル (2時間30分)

内容  
リンパドレナージュ(MLD)フルボディマッサージ(1時間)  
+ プラス MLDフェイススパ(1時間30分)

※12月末まで  
\*MLDフェイススパは下記メニューを含みます。  
(ダブルクレンジング・毛穴クレンジング・エクスフォリエーション(角質除去)・リンパドレナージュフェイシャルマッサージ・リフティング&ファーマーミングマスク)

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

シンガポール屈指の歯列矯正医  
ロー先生があなたのビューティースマイルを作ります。

BEFORE 矯正前  
AFTER 矯正後  
15ヶ月抜歯なしで終了しました!  
ジャカルタから通院している日本人男性

診療内容  
● 歯列矯正  
● 一般虫歯治療

**日本語ライン 8113-3016**  
(Ms Kiyonoまで)

アロハデンタルクリニック  
**Aloha Dental Clinic**  
14 Scotts Rd #04-125 Far East Plaza Tel: 6738-2268  
9:00~18:00(月~金曜) 9:00~13:00(土) \*日は月1回  
www.alohadental.sg





### 在・外・や・ぶ・に・ら・み

## 物足りないイチロー

### 輝く岩村、松坂

職人芸はそれほど評価されない、という意見があったが、的外れも甚だしい。若手にベテラン、スターと無名選手が一丸となって強敵をなぎ倒して優勝するという、野球の本道に極めて忠実なのが北米のファンでありメディアだ。

今季プレーオフに勝ち残った各チームに日本人選手が名を連ねたのは嬉しかったが、特にレイズの岩村二塁手とレッドソックスの松坂投手は輝いていた。岩村は打率2割7分辺り

だが要所で打つし、四球も多い。一流の走塁と守備も併せて貢献度抜群だ。また自己最高の18勝をあげた松坂にしても、大らかな性格で仲間が好かれ、信頼されている。

偉大な安打製造機イチローだが、ベテラン主力選手に混じって一生懸命に戦っていた頃と比べ、名実共に彼が看板となった昨今チームは低迷を続けている。

その昔黄金時代の南海ホークスを率いた名將鶴岡一人監督いわく「ゼニはグラウンドになんぼでも落ちとる」。負けチームのグラウンドに銭は落ちていない。負け試合の本塁打は数字に過ぎない。

03年の世界選手権(WBC)で王監督を「男にする」と立派にチームを優勝に導いた時のイチローは輝いていた。

### 渡邊 正樹

(わたなべ まさき)

東京生まれ。特派員の父と共に一家で英国、イタリア生活を経験。東京に戻り大学後、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、フリーランスに転向。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。

在外生活の励みの一つとして、野球ファンならメジャー在籍日本人選手の活躍がある。シンガポールにいた90年代前半はドジャーズに入った野茂投手の<トルネード投法>が全米の注目を浴びるのを日遅れのスポーツ紙でワクワクしながら読んだものだった。

97年から住んでいるバンクーバーはカナダとは言え、イチロー外野手が2000年に入団したマリナーズの本拠地シアトルは国境のすぐ南だ。大リーグ初の日本人野手として大活躍する彼を西海岸北部の邦人や日系人と共に応援してきた。情報源はMLB関連ウェブサイトやTV中継になった。

そのイチローだが、どうしたのだろう。今シーズンは8年間連続200安打以上というおよそ100年ぶりの大記録を達成して日本メディアはそれなりに騒いだが、あの至ってクールな人柄もあって、いまいちバツとなかった。米国のスポーツ・メディアはくべた記事>程度の取り扱い。何故だろう。ずばりチームが弱いからだ。

日本選手を取材する同胞メディアは、イチローなら打率何割、ヤンキースの松井外野手ならホームラン何本と、個人成績に偏りがちだ。「イチロー(松井)がメジャーに乗り込んでこんなに活躍している」というストーリーで、チームの勝敗は二の次。グローバル時代の21世紀になっていまだ「桃太郎」のようなストーリーに仕立てている。

ある全国紙の寸評に、アメリカではホームラン何本など「派手な」記録はもてはやされるが、8年連続200安打のような「地味な」

## リレー連載 子どもを支える教育

### 第4回 「シンガポールでの学校選び」



### 高橋 みどり

(たかはし みどり)  
東京都出身、慶應義塾大学卒。前シンガポール日本経済補習校校長(1997年より8年間)。米屋前は、経済研究所、進学塾講師を経て、東京渋谷に学習塾を設立し15年間塾長として経営。

「子供を日本人学校か国際校か、どちらに通わせたらよいでしょうか？」

補習校で教職の立場にあった私に、また、子育てをする母親としての立場の私に、「こんな相談をお母さん方から度々もちかけられました。」

シンガポールには、現地校、国際校、日本人学校もあれば国際校に通う子供のための日本語補習校もあります。これほどまでに教育環境に恵まれた外国はわずかしかなかった。ですから、せっかくの海外生活で子供の将来にプラスになる教育を受けさせたい」と親として願うのは当然のことでしょう。

私は1995年夫の転勤に伴い、小学5年生の長男と2歳の娘を連れて来星しました。息子は日本の公立から日本人小学校に転入し、水泳が大好きだったので、放課後はシンガポールのナショナル水泳チームに週3日通うことになりました。それから5年間、日本人独り

だけの環境でしたが、厳しい水泳練習を通してシンガポール人のコーチ、友人達と楽しく交わっていました。そして日本人学校中学位を卒業すると、好きな水泳を続けたいとオーストラリアの私立男子高校に進学し寮生となり、一人旅立って行きました。娘は、3歳半からローカルの幼稚園に通いました。園の教育方針に賛同したこと、そして歌をたくさん歌う楽しい幼稚園だったからです。卒園頃には、娘は英語と日本語の両方を使い分けていました。いざ日本に帰るので日本語を確立したいと考え、日本人小学校に通わせることにしました。そして5年生でアメリカンスクールに転校しましたが、現地の先生方に師事し稽古事を続けていたこともあってか、特に問題もなく溶け込むことが出来ました。その後日本で進学しましたが、今では娘の周りには色々な国の友人がいて、その誰とでも

違和感なく友情を深めています。私の教育機関選びが正しかったかどうかは、まだ結論が出ていません。子供達が一人で生きていく力をもつて、将来自分自身の手で幸せを勝ち得て「幸せだ」と思ってくれる時があれば正しかったといえるのではないかと考えています。ただ、今いえることは、海外にあってよりよい教育を望むのなら親は子供の「将来」に「今」をしっかり見据えて教育機関を選び、更に、家庭で子供たちを支え、応援していくことが大切ということです。新しい学校に行く子供の不安を和らげ、日本語あるいは現地の言葉・文化を大切に育てる姿勢を教えることが出来るのは家庭です。

バイリンガル、バイリテラシーな子供を育てることは可能です。ただし、その方法は、『今』の子供の年齢・性格・滞在年数・今迄と今後の日本語環境、『将来』何の言語で学習していく予定か…等のさまざまな事情によって異なります。親の判断が子供の人生を大きく左右してしまうこともあります。そして、その教育機関に実際通うのは、子ども自身であり、代わってあげられない苦勞もあることもしっかりと踏まえて決めてあげてほしいと願っています。

## 开始学中文!

### 日本語で学ぶ中国語(北京語)講座

#### 新規初級中国語開講予定日

①11月17日(月・水)	13:20~15:00	⑤11月21日(金)	13:30~16:00
②11月17日(月)	14:00~16:30	⑥11月22日(土)	10:00~12:30
③11月18日(火)	14:00~16:30	⑦11月22日(土)	13:30~16:00
④11月20日(木)	15:30~18:00	※①(月・水/週2回コース)	

- ◆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します。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。

#### 無料体験レッスン日

①11月10日(月)	13:20~15:00	⑤11月14日(金)	13:30~14:30
②11月10日(月)	14:00~15:00	⑥11月15日(土)	10:00~11:00
③11月11日(火)	14:00~15:00	⑦11月15日(土)	13:30~14:30
④11月13日(木)	15:30~16:30		

プリティッシュイングリッシュコース募集中。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 (平日 10 am~6 pm)  
 #12-07 Shaw House (伊勢丹スコット上のオフィビル)  
 生駒語言学院 ホームページ [www.ikoma.com.sg](http://www.ikoma.com.sg)

## A シティ ニホン デンタル センター

### あなたの笑顔を守ります

#### 一般歯科

歯石除去、クリーニング、充填、歯科検診

#### 専門歯科ケア

- ・デンタルインプラント (口腔全体の再構築を含む)
- ・歯科矯正(見えにくいタイプ、リンガル等)
- ・修復歯科(冠、ブリッジ等)
- ・ホワイトニング(レーザーあります)
- ・審美歯科(セラミックベニア、クラウン等)
- ・口腔外科(親知らず抜歯、顎手術等)
- ・歯内歯科(歯根炎に関する治療)
- ・TMJ/TMD(顎関節の治療)
- ・歯周治療(歯茎の治療)
- ・歯ぎしりの治療

#### 小児歯科ケア

- ・小児科専門医による乳幼児からの小児歯科検診
- ・予防(シーラント、フッ素塗布等)
- ・鎮静/全身麻酔による歯科治療

#### 歯列矯正ケア

- ・歯列矯正専門医による歯と顎の発育チェック
- ・発育過程の歯列に関する問題の早期治療
- ・歯列矯正診断、及び治療
- ・歯列矯正治療後のケア

保険の手続きのお手伝い致します。日本人スタッフがおります。

電話: 6235-2212 (日本語でどうぞ)  
 ホームページ: [www.acitynihon.com](http://www.acitynihon.com)  
 391B, Orchard Rd #08-08 Ngee Ann City Tower B (S) 238874  
 (高島屋のあるビルのタワーB メディカル・フロア8階です)

## まちま

### 全面改装で最新器材導入

#### リラックスして受診できます!

「A シティ・ニホン・デンタル・センター」はオーチャード中央にあるニアン・シティが完成した年にオープンし、15年以上の歴史をもつ「総合歯科クリニック」。一般歯科治療だけでなく、矯正、小児、インプラント、歯周病、審美等あらゆる専門歯科治療に対応。各専門分野のエキスパートによるクオリティーの高い技術が、口コミで評判になっています。そして在星邦人のサポートも万全。3名の日本語通訳が受付から、治療の相談、ドクターとのコミュニケーション、治療プランの提示、会計まですべてに対応してくれます。

同クリニックは9月に全面改装を行い、最新器材を導入。たとえば、改装後のキッズ専用ルーム。壁には可愛いらしいキャラクターが描きこまれ、お花の照明器具が掛けられています。

天井にはTVモニターを設置。子どもたちは、診察室で「ポケモン」を見ながら、受診できるようになりました。また、各診察室には最新ワイヤレスタイプの口腔カメラを導入。口腔内をすみずみまで撮影し、患者さんは、問題のある歯の状況をより正確に見ることが出来ます。

患者さんがよりリラックスして受診できる環境を整え、同クリニックはこれからも在星邦人にとって、頼もしい「歯の守り人」になってくれそうです。

**A シティ・ニホン・デンタル・センター**  
 A CITY NIHON DENTAL CENTRE  
 391B Orchard Rd #08-08  
 Ngee Ann City Tower B  
 Tel: 6235-2212 (日本語受付)  
 9:00~18:00(月~金)、  
 8:30~13:00(土)  
[www.acitynihon.com](http://www.acitynihon.com)  
 ※歯科検診も実施中(完全予約制、要予約)



トク  
トク  
情報

**いまだけ!  
歯科矯正相談&デンタルチェック  
が無料で受けられます!**

アロハデンタルクリニックのDr.ローは、32年以上のキャリアをもち、NUSでも教鞭を揮う、世界各国で活躍する指折りの歯列矯正専門医。アメリカの最先端の矯正技術を取り入れ、「抜歯しない」「短期」「最小の痛み」で理想の矯正を実現します。同クリニックには映画スターを含め、多くの当地セレブ達が行っています。

今回、同クリニックではPARTI読者のためにプロモーションを用意。何とDr.ローによる矯正コンサルタントが無料で受けられます!(11月未まで)また、来院された方にはマウスリンスもプレゼント。

**アロハデンタルクリニック  
ALOHA DENTAL CLINIC**  
14 Scotts Rd #04-125  
Far East Plaza  
Tel: 8113-3016(日本語対応)/  
6738-2268  
9:00~18:00(月~金)  
9:00~13:00(土)※日は月1回  
www.alohadental.sg

在星中に矯正をして、変身しましょう。まずは気軽に電話で連絡をしてください。



お知らせ

**日本の伝統  
「茶道」を体感しよう!**

茶道裏千家淡交会シンガポール協会主催の「チャリティ茶会」が、今年も日本人会で開催されます。今回の会席のテーマは「和敬清寂」。それぞれ趣を違えた4席が設けられ、「和やかに、敬意を抱き、静かに、ぶれない心」でお茶とお菓子を振る舞います。また子どもが茶道を体験できる特別席も別途用意。在星のお子さんも日本の伝統に触れる絶好のチャンスです。

100年先を見つめて創造され、今も引き継がれている「茶道」。肩肘張らずに参加できるのも、「チャリティ茶会」の魅力。日本の伝統をチャリと体感してみませんか。

**茶道裏千家淡交会  
シンガポール協会**  
177 River Valley Rd #02-11  
Liang Court  
Tel: 9733-9146/6334-4175  
月~土



**チャリティ茶会「和敬清寂」**  
場所●日本人会 2F ボールルーム  
日時●11月16日(日)10:00~16:00  
茶券●15ドル  
※協会茶室および日本人会受付でチケット購入

お知らせ

**日本人会オープンハウス&  
チャリティ・バザー**

今年もチャリティ・バザーが開催されます。手作り作品・新品不用品の他手作りお菓子、野菜なども出品されます。日本人会非会員の方も是非いらしてください。収益金は当地の慈善団体に寄付されます。又、「のまりん」こと野間成之氏による紙芝居(3階オーデトリウム、11:00~12:00)、JASカラオケコンテスト(NHK杯、

3階オーデトリウム、16:00~)他、お茶席、パティッシュワークショップ、折り紙コーナー、伝統あそび、フラワーアレンジメント販売、マッサージなどイベントも盛り沢山。4階ラウンジのリニューアルオープニングも同時に開催され、飲み物のプロモーション(ビール\$2、ワイン\$2、ハードリカー\$3、コーヒー&紅茶\$1など)も

お楽しみいただけます。大勢の皆様のお越しをお待ちしております。

日時●12月6日(土)11:00~  
(完売次第終了)  
場所●日本人会館 2F  
ボールルーム

\*当日はシャトルバスが15分おきに運行されます。シャトルバスはチケット制(現金では乗車不可)。チケット売り場は日本人会または伊勢丹スコッツ店 4F カスタマーサービスカウンターです。バスは伊勢丹スコッツ店前バス停とニュートン駅に停車します。



お知らせ

**とっておきのギフトが見つかる  
クリスマスファンシーフェア開催**

今年もいよいよ近づいて来たクリスマスシーズン。ギフト探しに「クリスマスファンシーフェア」へ出かけませんか?

真珠、金銀、ルビー、ダイヤモンドなどのジュエリーをはじめ、絵画、ハンドメイド、リネン、アンティークグッズ、おもちゃ、洋服などが並び、普通のショップではなかなか味わえない、楽しいショッピング体験が待っています。

出店は、シンガポールはもちろん、日本、フランス、オーストラリア、香港、東南アジア諸国など多彩。当地最大規模のホテルフェアとあって120店が参加し、大いに賑わいます。

今回見逃せないのが、クリスマス飾りと手作りのクリスマスギフト。お友達を誘って、ぜひ足を運んでみて。

**クリスマスファンシーフェア**  
11月11日(火)10:00~19:00  
11月12日(水)9:30~17:00  
入場無料  
オーチャード・ホテル3F  
ボールルーム&ラベンドールーム  
www.fancyfaire.com



お知らせ

**JTBより  
ギフトカタログ**

日本の家族や上司、友人に、「シンガポールからお世話になってます!」のちよびり気のきいたお歳暮はいかが? 1年中使える日本配送ギフトカタログ「JTBワールドギフト」には98商品が掲載。



**JTBオーチャードラウンジ**  
25 Scotts Rd  
DFS Galleria@ScottsWalk  
Mezzanine FLR  
Tel: 6735-2847  
www.jtbsingapore.com  
orchard@sg.jtbasia.com

【今季お勧め】(下記全て日本製)  
●クリスマス・ポインセチア鉢植え  
●『龍の子』飲茶セット  
●『シェヒロコ』のシューロールケーキ  
●マンゴーアイスクリーム  
●京都大原三千院の新春おせち

お知らせ

**国境なき合唱団チャリティコンサート**

世界の「恵まれない子供たち」を応援するため、世界の檜舞台で第九のチャリティコンサートを開催している混声合唱団「国境なき合唱団」がシンガポールにやってきます。第2回目となる今回の会場は、エスプラネード。シンガポールのザ・フィルハーモニック・オーケストラとともに、国境なき合唱団が第九を歌います。この第九に参加希望の合唱経験者の方を現在募集中です。歌を通してチャリティと国際交流をしてみませんか? コンサートの模様は主催者であるTOKYO FM番組内でも放送予定です。

コンサートには『千の風になって』の大ヒットで知られるテノール歌手秋川雅史さんも独唱で参

加します。チケット無料ですので、観覧ご希望の方も、ご家族やお友達とぜひ会場に足をお運びください。

公演日時●11月25日(火)19:00開場  
会場●エスプラネード・シアターズ・オン・ザ・ベイ・シンガポール  
プログラム●  
第1部 日本の心の歌  
第2部 秋川雅史 独唱  
第3部 ベートーヴェン交響曲第九番合唱付  
チケット●無料(会場にてCRISIS RELIEF Singaporeへの寄付を募ります)  
チケット引換券配布場所●日本人会館 1Fロビー、JALシンガポール支店 発券カウンター(ホンリョンビル1F)  
※引換券は11月5~20日まで配布。



ウィーン楽友協会大ホールで行なわれた第1回チャリティコンサートの様子。



スペシャルゲストの秋川雅史さん。

**第九参加募集要項**  
募集人数●50名  
参加資格●第九経験者又は本番までに充分練習できる方。  
ドイツ語での暗譜が条件です。  
(男声は変声期を越えた方のみ対象)  
本番服装●男声:黒スーツ、白シャツ、黒蝶ネクタイ、黒靴  
女声:黒ロングスカート又はパンツ、長袖白ブラウス、黒靴  
※学生は制服可  
練習日●合唱予備練習 11月21日(金)夜・22日(土)夜を予定。  
本体・オーケストラとの合同練習(日本人学校クレメンティ校講堂) 11月23日(日)9:00~12:30、11月24日(月)19:00~21:00、11月25日(火)14:30~16:00  
お問い合わせ●日本航空シンガポール支店 Tel: 6220-2479(西山、早川)

日本 メディカル ケア グレニージュス病院  
NIPPON MEDICAL CARE  
**日曜緊急外来**  
午前9時~正午12時  
ホットライン: 6474-7707  
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

**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

**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ていたします。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)

**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「えぶりてい英会話」  
★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ブキス/シテイホール  
駅から7分/バス停直近  
Tel: 6334-0617 槐(えんじゅ)  
日本人コーディネーター



personal voice  
**じらんじらん**  
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)で、編集部  
までお申し込みください。勝手ながら、このコーナーに關し

てのお電話でのお問い合わせは一切お断りしております。  
●締め切りは毎月10日正午です。  
●無料掲載分が多数ある場合、一部お断りさせていただきます。  
●掲載の都合により掲載されないこともあります。  
●登載目的の内容(例えば、お部屋貸しますなど)及び求人広告には有料です。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  
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。パー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 Rd; Artarmon NSW 2064  
AUSTRALIA  
Tel: +61-2-9904-7239  
Fax: +61-2-9904-7241  
Email: customer@wjlc.net  
www.wjlc.net

■ジムでの個人トレーニング教えます  
ジムを正しく利用して効果的にシェイプアップ。  
コンドへの出張可。  
Hp: 9190-0654 (英語/ラッソル)  
Hp: 9762-8414 (日本語)

■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)

■中国語・韓国語・英語教室  
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。  
http://singapore-teachersnetwork.blogspot.com  
HP: 9185-7291 (Aki / 日本語可)

■中国水墨画教えます  
現在、シンガポール国立大学とNTUで、美術の特別  
カリキュラムを担当。教師は10年間、日本人の生  
徒を教えています。月謝は、1か月\$50。  
Kreta Ayer Rdから下記へ移転しました。  
173 Chin Swee Rd #09-01  
Landmark Tower  
Tel: 6737-4251  
Hp: 8148-2821(リクリア・タン)

募集

■Newsweekを読む会  
オーチャードの近くで毎週木曜の午前中に勉強  
しています。興味のある方、連絡ください。  
Tel: 6738-3247

お知らせ

■シンガポールのフイヨー陶芸グループの陶芸展開催  
Hwi Yoh Ceramic Groupは陶芸歴3年から40年以  
上のアマチュアからプロの陶芸家のグループで10  
日間の陶芸展を開催します。  
期日: 11月8日(土)~16日(日) 11:00~20:00  
会場: 国立図書館 National Library 5階ドラマセンター  
(North Bridge RdとMiddle Rdの角)

■集まれ 福岡県人!  
12月12日(金)に日本人会館にて、福岡県人会主催のイ  
ヤードパーティーを開催します。海外旅行が当  
たるラッキーカードや大人から子供まで楽しめるゲ  
ームもあります。福岡県人以外の方の参加も大歓迎!  
連絡先  
武田(福岡県)/自治体国際化協会シンガポール事務所  
FAX: 6224-8376  
E-Mail: fukuokakenjinkai.sin@gmail.com

■クローバー会(同志社 & 同志社女子大学 同窓会)  
クリスマスパーティの御案内  
日時: 12月14日(日) 13:00より  
クローバー会では、クリスマスパーティーの他にも、  
懇親会やゴルフコンペなどを開催して交流を深め  
ています。OB、OGの皆さん、お気軽にご連絡ください。  
Tel: 6423-9472 (梅田)  
Email: happysingaporelife@yahoo.co.jp

■クリスマスプレゼントで歌うメンバー募集  
今年のクリスマスを思い出に残るものにしませんか。  
短期集中練習の後、オーチャードの特設ステージに  
て12月19日(金)と一緒に歌う仲間を募集しています。  
日程等の詳細は聖アンドリュース大聖堂の越川まで。  
連絡先  
Hp: 9430-3781  
Email: mkchia@livingstreams.org.sg

■「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」が登場しました。ソニ  
ーのロケーションフリーを使用するので高機能で安  
心です。現在、無料で出張設置サポートを行っています。  
初期: ¥9870 月額: ¥5250  
※機器代金は別途必要  
お問い合わせは日本語でお気軽にどうぞ  
Tel: 6729-6804 (田中まで)  
Email: sg@nittel.net  
URL: http://www.nittel.net/sg/tv/

■ミュージアム情報  
・国立博物館  
歴史ギャラリーに「日本語音声ガイド」が設置され、  
更に充実。歴史ギャラリー入り口ログラシアトリウ  
ムにはガラス一面に「ストーム」と題されたカラ  
フルでダイナミックなアートを展示中。  
・シンガポール美術館  
8月15日(金)に別館BQが完成。クィーンズストリート  
をはさんだモダンなビルではシンガポールをはじめ、  
東南アジアのコンテンポラリーアートが展示されます。  
・アジア文明博物館  
シンガポールの混合文化のルーツを探る、東南  
アジア、西アジア、中国、南アジア(インド)の4つ  
のギャラリーで、貴重な文化遺産を多数展示。  
・プラナカン博物館  
中国、マレー、西欧の文化が交差するこの地で、そ  
の歴史が育んだ華麗な文化を、ビーズ刺繍、磁器な  
どが見事な展示品を通して知ることができます。  
<開館時間>  
シンガポール国立博物館  
10:00~18:00 (ライフスタイルギャラリーは20:00まで)  
シンガポール美術館  
10:00~19:00 (金曜は21:00まで)  
アジア文明博物館  
9:00~19:00 (月曜は13:00~、金曜は21:00まで)  
プラナカン博物館  
9:30~19:00 (月曜は 13:00~、金曜は21:00まで)  
<無料日本語ガイド(祝日を除く)>  
毎週火曜~金曜10:30より  
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実施中。  
プラナカン博物館:  
毎週火曜・金曜 10:30~

■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。金曜日の午後4  
時から、ワイワイガヤガヤ楽しく集まってやっ  
ています。母たちも子育ての悩みを相談し合い、  
リフレッシュの時となっています。どなたでも  
気軽に来てみてください。参加費は無料です。  
<11月の開催予定場所>  
14日(金): Kent Vale  
21日(金): Normanton Park  
28日(金): Dorver Parkview  
※11月からクリスマスに向けたお話&工作が始まります。

■プチマナへのお誘い  
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)  
【ぶるちへの開催のお手伝い募集中】  
ぶるちへの開催をお手伝いして下さる方を募集中  
です。シンガポールで子供と一緒に楽しみたい、子  
育て仲間を作りたい、友達を作りたい方、E-Mailで  
ご連絡ください。  
www48.tok2.com/home/prutino  
Email:prutino@hotmail.com

興味のある方は下記まで、どうぞご連絡ください。  
Hp: 9059-1752 (丹沢)  
Email: sarangleejp@yahoo.co.jp

■ポプラ文庫へのお誘い  
ポプラ文庫では、教会のホールをお借りして日本語  
の絵本・児童書の貸し出しを行っています。また、毎  
回16時からパネルシアターや手遊びなどを取り入れ  
たお話をしています。お子さんと一緒にぜひお  
越し下さい。ボランティア・スタッフも募集中です。  
詳細はHPにて。  
11月開催日: 13日(木)・27日(木) 15:00~16:30  
Email: poplarb@gmail.com  
URL: http://blog.livedoor.jp/spoplar/

■シンガポールカトリック日本人会  
11月1日(土)午後4時30分から聖イグナチオ教会  
のSacred Heart Hall 2階でFr. Bill Grimm(メリノ  
ール会)による日本語ミサ(主日のミサ)があり  
ます。そして11月23日(日)午前9時から午後1時  
まで聖イグナチオ教会で会主催のクリスマス  
クラフトバザーを開催しますのでどうぞいらして  
下さい。バザーの収益金は今年もイエズス会難  
民サービスへ寄付致します。  
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  
日本語ガイドのお知らせ  
11月、12月のガイド日程  
・11月1日(土) 11月12日(水)  
・12月6日(土)  
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

■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。毎週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。  
日時: 毎月第1、3水曜日 10:15~11:00  
問い合わせ先  
Email: sinchme65@yahoo.co.jp

■育児支援サークル【ぶるちへの】より  
スケジュールのお知らせ  
【ぶるちへの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: 11月26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。

【ぶるちへのぶち・Kids】\*事前予約不要  
対象: 9か月~未就学児  
日時: 11月12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)  
【ぶるちへの開催のお手伝い募集中】  
ぶるちへの開催をお手伝いして下さる方を募集中  
です。シンガポールで子供と一緒に楽しみたい、子  
育て仲間を作りたい、友達を作りたい方、E-Mailで  
ご連絡ください。  
www48.tok2.com/home/prutino  
Email:prutino@hotmail.com

パーティ無料送付ご登録お申込のご案内  
ウェブサイトまたはFAXにてご登録ください  
ウェブサイトでご登録  
**www.parti.com.sg**  
ウェブサイトでご登録いただく場合は、下の申込書は不要です

※翌月からのパーティを送付ご希望の場合は前月の20日までに登録ください。20日以降登録になりますと、翌々月よりの送付となります。

FAXでご登録 6278-2517

無料送付申込書

●お名前 (ローマ字のみ) (名: First Name) (姓: Family Name)	●性別 <input type="checkbox"/> 男性 <input type="checkbox"/> 女性	●年齢 歳	●「パーティ」本誌以外の情報 <input type="checkbox"/> 必要ない (DM, FAXはお送りしません。)
●在星 (西暦) 年 月 日	●ご住所 Singapore	●TEL: - ●FAX: - ●E-mail: <input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> なし	
●ご家族構成 <input type="checkbox"/> 独身・単身 <input type="checkbox"/> 同居のご家族 (続柄 / 年齢)			
(続柄 / 歳) (続柄 / 歳) (続柄 / 歳) (続柄 / 歳)			
●在留届 <input type="checkbox"/> 済み <input type="checkbox"/> これから <input type="checkbox"/> 必要と思わない	●在外選挙資格: <input type="checkbox"/> 取得済み <input type="checkbox"/> これから <input type="checkbox"/> 必要と思わない		
●ご帰国の予定回数 (出張も含む) 回/1年	●ご旅行の予定回数 回/1年		
●最も印象が良かった旅行先 ( )	●これから最も行きたい旅行先 ( )		
●あなたにとっての旅行の最適月 ( 月 )			
●最もお気に入りの飲食店 ( ) 理由○	理由 1.雰囲気 2.お店の人の態度 3.商品(メニュー)の品揃え 4.商品 や料理の質 5.お値段 6.交通の便 7.独自のサービスや特典 8.その他		
●最もお気に入りのショップ・デパート ( ) 理由○	○の中に最も通した理由(1~8)を1つ選択		
●興味のある習い事 ( )	●シンガポールのおすすめお土産 ( )	●パーティで取り上げてほしい情報 ( )	
●よくチェックするメディア <input type="checkbox"/> 朝日 <input type="checkbox"/> 日経 <input type="checkbox"/> 読売 <input type="checkbox"/> 星日報 <input type="checkbox"/> J+PLUS <input type="checkbox"/> マンゴスティン・クラブ <input type="checkbox"/> NHK.TV <input type="checkbox"/> FM96.3 <input type="checkbox"/> お役立ちウェブ <input type="checkbox"/> アジアX <input type="checkbox"/> その他 ( )			
●加入クラブ (日本人会、同窓会、県人会、カントリークラブなど複数記入可)			

住所変更・送付停止届け

(※いずれかに○を記入の上、必要事項をのりなくご記入ください。)

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

送付停止

名 (Mr./Ms) First Name 姓 Family Name

現住所 \_\_\_\_\_ Postal Code \_\_\_\_\_

TEL \_\_\_\_\_ FAX \_\_\_\_\_

旧住所 \_\_\_\_\_ Old Postal Code \_\_\_\_\_

登録コード Personal Code \_\_\_\_\_

ご意見・ご感想などご記入ください

.....

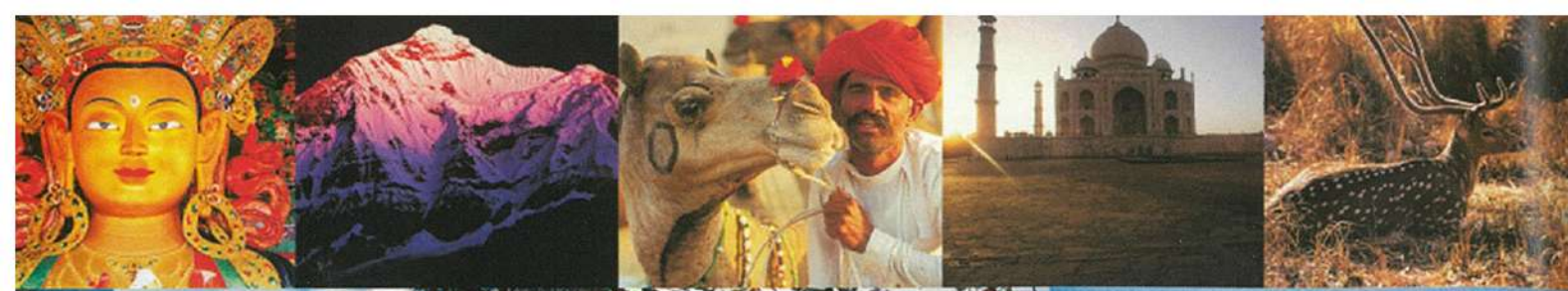
.....

.....

.....

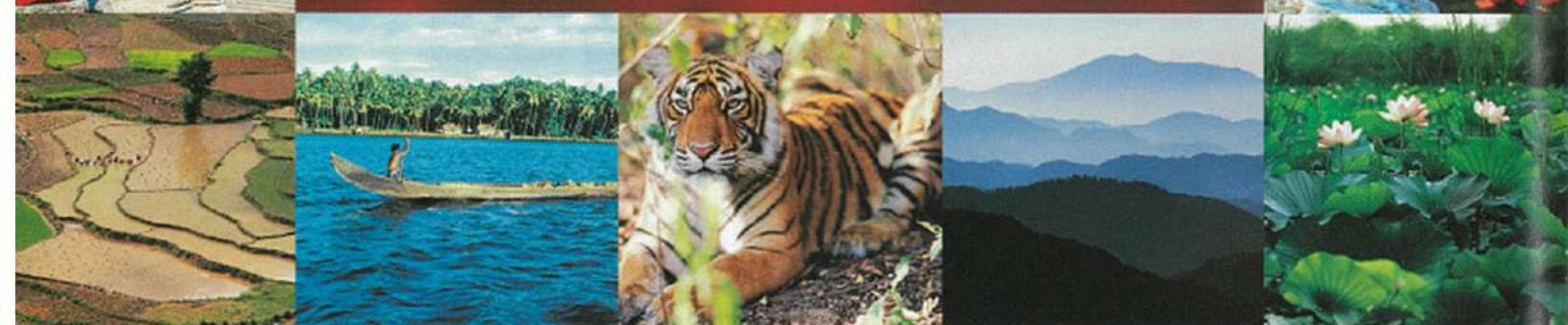
.....





# Incredible! India

www.incredibleindia.org contactus@incredibleindia.org



益群  
IK CHIN  
TRAVEL SERVICE (S) PTE LTD.

## 目眩めくインドの旅路

- ◆ ゴールデン・トライアングルの旅 6日間 1048ドル〜  
デリー・アーグラ・ジャイプール
- ◆ “豪華”ラージャスタンへの旅 12日間 2788ドル〜
- ◆ ムンバイーと世界遺産 6日間 1888ドル〜  
ムンバイー・エローラー・アジャンター
- ◆ ケララ 7日間 1338ドル〜  
コーチン・ムンナル・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
- ◆ デリー・バラナシ・カジュラホー・アーグラ 6日間 2188ドル〜
- ◆ 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・チャンディガール

※表記ツアーは最小旅行人数2名より

その他ツアー・日本語ガイドの手配・ビザ申請など詳細は 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。

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



## 今月のイベント情報 11月

◎:日時 画:場所 \$:チケット代 も: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。

### シンガポール国立博物館

#### 「VOOM PORTRAITS」 By Robert Wilson



シンガポール国立博物館提供

前衛舞台芸術で世界的にも有名なアーティスト、ロバートウィルソンの映像作品集「VOOM PORTRAITS」が、アジアで初めて展示・上映されます。ブラッド・ピットやジョニー・デップなどのハリウッドスターや動物達の高品位の映像や、現代美術作品をモチーフとした写真など、映像アートの世界をお楽しみいただけます。

◎: 2009年1月4日(日)まで  
10:00~18:00  
画: 国立博物館地下ギャラリー2  
\$: 大人\$10  
学生\$5  
家族(大人3名・子ども2名) \$30

### 白雪姫

#### Snow White & the Seven Dwarfs



誰もが知っているあの白雪姫がミュージカルコメディに。12月のクリスマスシーズンに向けて、気分を盛り上げてくれること間違いなし。子供から大人まで楽しめる、面白くて、心あたたまるミュージカルです。上演時間は15分の休憩を挟んで2時間15分。

◎: 11月26日(水)~12月20日(土)  
画: ドラマ・センター・シアター  
(国立図書館3階)  
\$: \$29~59  
も: SISTEC Tel: 6348-5555  
www.sistic.com.sg

### はらぺこあおむし

#### The Very Hungry Caterpillar and Other Eric Carle Favourites



エリック・カールの人気絵本「The Very Hungry Caterpillar(はらぺこあおむし)」「Little Cloud」「The Mixed-up Chameleon」がステージになりました。キャラクターたちが、絵本の鮮やかな色彩そのままに、黒い背景のステージに浮かび上がります。3~6才児向け。

◎: 17・18日 10:00~  
19日 10:00~、14:00~  
21日 10:00~、19:30~  
22・23日 11:00~、16:00~  
画: ビクトリア・シアター  
\$: \$20~25  
も: SISTEC Tel: 6348-5555  
www.sistic.com.sg

### 英語本セール

#### MPH BOOKSTORE ブックセール

シンガポール最大の英語本の販売店MPH BOOKSTOREのセール。30万冊を超える様々な種類の本が30~80%引きで販売されます。お得にゲットできるこの機会を利用して、読書の秋を楽しみましょう。

◎: 11月14日(金)~16日(日)  
9:00~21:00  
画: シンガポール・エキスポ  
\$: 無料  
も: www.singaporeexpo.com.sg  
www.mph.com.sg

### Umbrellaのリアーナ

#### RIHANNA! シンガポールコンサート

全世界で1200万枚以上のセールスを売り上げ、MTVやグラミーなどの各賞にも輝いたバルバドス出身女性シンガー、リアーナ初のシンガポールライブ。大ヒットソング「Umbrella」を生で聞くチャンス。

◎: 11月13日(木) 20:00~  
画: シンガポール・インドア・スタジアム  
\$: \$95~225  
も: SISTEC Tel: 6348-5555  
www.sistic.com.sg

## Welcome to our campus!



すみれ組  
毎日おさわぎ! 元気やる気  
いっぱい! のすみれ組です!



2009年度 新入園児の募集が始まりました。  
11月15日(土) 午前中  
幼稚園オープンデー(幼稚園開放)  
保育室での遊びコーナー、園庭、大人気! 汽車、ふれあい遊びなどお楽しみがいっぱい。お友達お誘い合わせの上、お越し下さい。予約不要です。詳しくは、ホームページをご覧ください。



おかげさまで  
創立20周年を迎えました  
日本人幼稚園

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