

パーティ Sep 09 vol.189 FREE 毎月1日発行
無料送付お申込みは www.parti.com.sg まで

parti.

無料

特集
ビーフンを極める



お知らせ
四国フェア
新店舗オープン
Face Plus by Yamano
第2特集
カメラ大好き!(後編)
夢紀行
ニュージーランド

Monthly H.I.S.

チェンマイ パッケージツアー
プリンス・クム・パヤ・リゾート&スパ 2泊3日 S\$332~ 他



www.his-travel.com

詳しくは
次頁で

GHM A STYLE TO REMEMBER *The Leading Small Hotels of the World*

www.ghmhotels.com

THE LEGIAN

BALI



"ULTIMATE ESCAPE"

Singapore Airlines

Stay 3 Nites Pay 2 Nites
Stay 6 Nites Pay 4 Nites
Stay 9 Nites Pay 6 Nites

S\$ 898~ (Adult) S\$348~ (Child)

Valid: 01Sep - 21Dec'09 Stay

Package includes:-

- *Airfare to Bali on Singapore Airlines
- *Return Airprot transfers
- *Accommodation with breakfast
- *<Additional Benefits>

THE CLUB

AT THE LEGIAN

BALI



"ULTIMATE ESCAPE"

Singapore Airlines

Stay 3 Nites Pay 2 Nites
Stay 6 Nites Pay 4 Nites
Stay 9 Nites Pay 6 Nites

S\$ 1458~ (Adult) S\$518~ (Child)

Valid: 01Sep - 21Dec'09 Stay

Package includes:-

- *Airfare to Bali on Singapore Airlines
- *Return Airprot transfers
- *Accommodation with breakfast
- *<Additional Benefits>

THE CHEDI CLUB

TANAH GAJAH, UBUD, BALI



"BEST OFFER 2009"

Singapore Airlines

3 Days / 2 Nites

S\$ 688~ (Adult) S\$378~ (Child)

Valid: 01Sep - 21Dec'09 Stay

Package includes:-

- *Airfare to Bali on Singapore Airlines
- *Return Airprot transfers
- *Accommodation with breakfast
- *<Additional Benefits>

★上記以外の各方面のツアーはホームページもしくは電話にてお問い合わせ下さい。

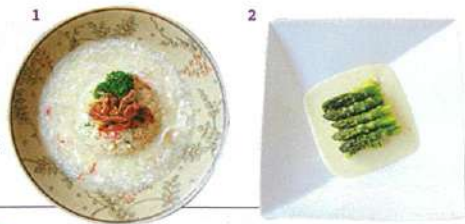
ツアーの種類と価格に自信あり。他社と比べて違いがわかる、それがホリデーツアーです。

HOLIDAY TOURS
www.holidaytours-sin.com

15 Cainhill Road #06-05
Cainhill Place
Singapore 229650

Tel: 6735-5002 (日本語ホットライン)
営業時間:10:00~18:30(月~金曜)
9:00~13:00(土曜) ※日・祝日休

1. ソフトシェルクラブをまるごと使用した、スワイ蟹あかけチャーハン。2. ブルーチーズのマイルドなソースがたまらない! グリルアスパラのチーズソース。



japanese restaurant

祝! ランチ1周年
9月限定で食べ放題プロモーション中!

新感覚の創作和食で人気のダイニング・レストランZ'en。このほどランチタイムの1周年を記念して、9月限定の特別プロモーションを実施中。寿司、刺身、天ぷら、牛しゃぶ、串焼き、麺、デザート……。約60種類のメニューはどれも京都の割烹で腕を磨いた安井料理長の手によるもの。あらゆる食材を自在に操る匠の技をお得に、そして存分に楽しめる機会です。でも食べ放題ってお味のほうはどうなの?.....なんて思っている方、Z'enのビュッフェを侮るなかれ。同店では通常のアラカルトをそのままビュッフェでサーブ、だからクオリティーは保証付き! しかもオーダーごとに調理しているから、いつだって出来たての一品を楽しめるのです。またいろいろな味を少しずつ楽しみたい女性に嬉しいのが「小さめオーダー」。量を少なめにしたり、フライ系は1ピースからの注文も可能です。

モダンでおしゃれな店内は、気軽な宴会や友人同士のお食事などどんなシーンにもふさわしい雰囲気。まずは自分の舌でその味、そのクオリティーを確かめてみて。

Z'en Japanese Cuisine
205 River Valley Rd #01-75 UE Square
Tel: 6732-3110
ランチ 12:00 ~ 14:30 (LO14:00)
※平日のみ、土日祝除く
ディナー 18:00 ~ 24:00 (LO23:20) 無休

9月限定プロモーション
食べ放題のランチビュッフェが
9月中に限り34ドルに(通常52ドル)。
ランチはなんと12ドル(通常18ドル)!
※注文時にバルティを見て、と一言。

5.赤をアクセントにしたラグジュアリーな雰囲気店内。ランチの予約も受け付ける。6.みんな大好きカニクリームコロッケ。1ピースごとの注文でもOK!



3. 噛むほどに肉汁の旨みを実感。サーロインステーキは手作りのポン酢でさっぱりと。4. シェフお手製のスイーツも絶品。ココナツクリームブリュレ(左)とチーズケーキ(右)。

2. だし汁が沸騰する前に肉をくぐらせて、高温だと肉のうま味が逃げてしまうので注意。



japanese restaurant

たまには贅沢! 鹿児島の一級ブランド
黒牛の極上肉をしゃぶしゃぶで味わう

銀座を創業地とする鰻料理の老舗、竹葉亭。ここシンガポールの高島屋SC店では鰻はもちろん幅広い和食を味わうことができます。9月のおすすめは「鹿児島黒牛しゃぶしゃぶ」(98ドル)。5月の和牛解禁を受けた新メニューで、最高級のくら下(肩ロース)を使用したしゃぶしゃぶセット。鹿児島の温暖な気候と大自然の中で育った黒牛は脂肪融点(脂肪の溶ける温度)が低いため、供される時点でとろけてしまうほど! スライスした肉はだし汁の中で軽く「しゃぶしゃぶ」。お手製ポン酢もありますが、生でもいけそうな極上品、せっかくなのでそのままいただく。まずは柔らかな食感と口溶けの良さが舌を刺激、続いて美しい霜降りのまろやかなコクと甘味が口の中を駆け巡ります。

お肉のお伴にはレタス、ニンジン、シイタケ、ネギなど彩り豊かな野菜をどうぞ。鍋の薬物は白菜が一般的ですが、しんわりとするレタスがまた絶品、お野菜もたくさんいただけて大満足。たまにはこんな贅沢いかがですか?

竹葉亭
391 Orchard Rd #04-28
Ngee Ann City Tower A
Tel: 6738-8954
ランチ 11:45 ~ 14:15 (土日祝は 15:30まで)
ディナー 18:00 ~ 21:45 無休

3. 高島屋に位置する竹葉亭の店内は純和風の落ち着いた雰囲気。ショッピングがてら、ぜひ立ち寄ってみては。



バルティ読者限定
プロモーション
「鹿児島黒牛しゃぶしゃぶ」
をご注文時にバルティを
見て、と一言。もれなくミ
ニそばのサービス付。
お鍋の締めどうぞ!
※9月末まで

1. 見よ、この肉の輝きを! カットする段階でとろける脂は上質な肉の証。濃厚で力強いその味をぜひお試しあれ。



CONTENTS

04 四国フェア



09 特集 安・早・旨!のアジアン・ヌードル
ビーフンを極める

16 特集2 はじめよう。写真のある生活
カメラ大好き!(後編)

18 夢紀行
ニュージーランド

- 03 マガジンアンテナ
Z'en Japanese Cuisine / 竹葉亭
- 06 PARTIREPORT
東京和食 さん
エコな日常 with enloop
- 07 Face Plus by Yamano
- 08 KIZUKI cafe に聞き耳たてて。
KIZUKI+LIMの課外活動
- 14 心ひも解くヒント
自分を映す4つの鏡
- 15 「水」と「健康」を考える
- 20 美肌相談サロン ミネラルメイクアップ
- 21 マーライオンとワルツ クラブ
まちなま KIZUKI+LIM
- 23 シンガポールの健康生活 シミ
まちなま Book mart
- 25 シンガポールの住宅・不動産事情
佐藤さんの住宅探し17

- 27 時事刻々 洋上処分場と「自然」の両立
まちなま
Aシティー・ニホン・デンタル・センター
- 29 伝言板 Jalan Jalan
- 30 インフォメーション
- 31 イベント情報

(表紙) 中華鍋の中で野菜や肉、魚と一緒に一気に炒められていくビーフン。空腹を刺激する鍋からのいい香りが漂って来たたら出来上がりのサイン。では、いただきます!

■バルティ MICA(P)049/11/2008
■Publisher Parti Pie Ltd
Blk 61 Lengkok Bahru #01-452 Singapore 150061
info@parti.com.sg
Tel: 6474-8003 Fax: 6474-6703
■Chief Editor Takamori Tetsuo
■Sales Kawai Kenichiro (kawai@parti.com.sg)
■Writer Aoki Asami / Sugiyama Yumi
■Designer Miyake Natsuki ■Assistant Inohara Tomoko
■Printer Innotech Communication Pte Ltd



安心のHISが
お届けする近隣への旅

Langkawi
ランカウイ2泊3日
ザ・ダタイ S\$890~ | ジ・アンダマン S\$770~
大人1人につきS\$80、9月8日までのご予約で
子供1人につきS\$50ディスタント!
※ツインルームご利用時のお一人様料金。※航空運賃、朝食、ホテルまでの往復送迎を含みます。※シンガポールおよびマレーシアの燃油サーチャージ、出国税は含みません。

Dubai
ドバイ3泊4日
カラマ・ホテル S\$998 (9月18日まで)
※ツインルームご利用時のお一人様料金。※航空運賃、朝食、ホテルまでの往復送迎を含みます。※シンガポールおよびUAEの燃油サーチャージ、出国税は含みません。

Chiang Mai
チェンマイ
プリンス・タム・パヤ・リゾート&スパ
今年7月オープン!のプリンスホテルグループ
2泊3日 S\$332~
※ツインルームご利用時のお一人様料金。
※航空運賃、朝食、ホテルまでの往復送迎を含みます。

Bintan ビンタン1泊2日
アンサナ・リゾート&スパ
S\$170~(★1)/S\$190~(★2)
ピンタンラグーン
S\$130~(★1)/S\$150~(★2)
★1:日~木 ★2:金~土、祭日前日・祭日
※いずれもツインルームご利用のお一人様料金。
※朝食、フェリー往復、ホテルまでの往復送迎を含みます。
※インドネシア出国税は含みません。

株式会社 エイチ・アイ・エス (H.I.S International Travel Pte.Ltd) 営業時間: 平日10:00AM~6:30PM 土曜日10:00AM~2:00PM
#17-01 Amara Corporate Tower 100 Tras Street Singapore 079027 TEL: 6224-1512 FAX: 6224-7129 Email: info@his.com.sg

徳島

TOKUSHIMA



鳴門海峡に渦巻く直径20mもの渦潮、剣山に連なる山間部の秘境、祖谷峽、大歩危&小歩危など山海の魅力が詰まった徳島。地鶏やすだち、なると金時、麺類など徳島発の農産物・海産物も豊富。夏の風物詩、阿波踊りも有名。

- ▶半田手延べ素麺
/吉田屋 9ドル (300g)
 - ▶半田手延べうどん
/吉田屋 9ドル (300g)
- 清流吉野川のほとり、阿波半田は良質の小麦と清冷な水が揃う産地。細麺ならではの繊細な口当たりが嬉しい手延べ素麺、コシの強さとのど越しの良さが自慢の手延べうどん。どちらも郷土の味や食感を思いだせてくれる逸品です。



愛媛

愛媛。伊予。美しい響きを持つこの地には、漱石ゆかりの道後温泉、風光明媚なしまなみ海道、内子や大洲の昔町など、山にも海にも里にも心安らぐ風景があります。瀬戸内海の暖かい風で育つ柑橘類は質・量・知名度ともにNo.1。



- ▼純生大福
(抹茶・黒胡麻・いよかんなど)
/母恵夢
- 3.8ドル (1個) / 名水百選の四国西条「打抜き水」を使用したこだわりの純生大福。国産もち米とフレッシュな生クリーム北海道の小豆が醸し出すふわわりやわらかな食感が病みつきに。



- ▼かつおのたたき
/土佐料理 司

20ドル (250g) / 土佐では二千年前から食べられていたというカツオ。強火であぶって風味を引き出し、たたいて味をなじませる。鮮度の保持が難しいカツオを食すためのまさに先人の知恵。豪華な大皿に乗せた血鉢(さち)料理の1つです。



- ▲ゆずシャーベット
/高知アイス 3.40ドル (1個 115ml)
 - ▲天日塩ジェラート
/高知アイス 4.30ドル (1個 115ml)
- 日本一のゆず産地が贈るスイーツ「ゆずシャーベット」。無農薬ゆずを使用し、爽やかな香りとさっぱり味がたまりません。また土佐の太陽と風を受けたミネラルたっぷりの塩が甘さを引き出す「天日塩ジェラート」も絶品。

高知

日本の原風景ともいえる清流・四万十川が悠然と流れる高知。室戸岬や足摺岬などの黒潮の流れる太平洋から揚がるカツオなどの海産物はもとより、四国山脈から広がる温暖な大地に育つズズやイモなど、豊かな自然がもたらす味覚の宝庫。



- ▲わらび餅/コックのぼうし
3.30ドル (100g) / 本わらび粉のコシの強さとたっぷりのきな粉のハーモニーが絶妙な老舗和菓子屋のわらび餅。日常のおやつにも手土産に最適です。



- ▶パイシュー
/コックのぼうし
- 3ドル (1個) / パターが薫るサクサクのパイ生地の中に、和三盆を使った上品な甘さのカスタードクリームがとろりと入った新感覚のシュークリーム。



- ▲かえりちりめん
/まるもと物産 17.50ドル (200g)
 - ちりめんと煮干の粉末
/まるもと物産 17.50ドル (250g)
- 瀬戸内海の伊吹島でとれたイワシを加工したちりめん。出汁の出もよく、おつまみや佃煮にしても美味。本格天然出汁の粉末タイプはお湯で溶いて本格的なスープで味わえるほか、ご飯のふりかけにしてもOK。



- ▲いわし煎餅各種/瀬戸の小魚/梅いわしサラダ煎餅/香川県物産協会
- 各6ドル (25~60g) / 魚を骨ごと油を使わずに遠赤外線ですっきり焼き上げたバリの煎餅や、瀬戸内海でとれたカルシウムたっぷりの小魚など、高松珍味堂のおつまみおやつをどうぞ。

- ▲しょうゆ豆各種/香川県物産協会
- 各2.80~7ドル (90~300g) / 香ばしく煎ったソラマメを醤油、砂糖などで作ったタレに漬け込んだしょうゆ豆は香川県の家庭料理。薬味風味つけとポロッとくずれる食感が特徴。おつまみやお茶請けに。



- ▲黒ごまペースト(はちみつ入り)
/千金丹
- 9.60ドル (170g) / カルシウムや鉄分などが豊富に含まれた高品質の黒ゴマにはちみつや黒砂糖を加えた黒ごまペーストは、コクのあるおいしさでパンやクラッカーに最適。



- ▼アナゴ天井(野菜付)/海鮮料理 百とら
- 15ドル / 小豆島沖に生息するアナゴ。夏は脂がのって特に美味。ビタミンAが豊富で肌荒れ防止にもおすすめ。野菜とともに丸ごと揚げてご飯に載せた天井でどうぞ!



- ▲でんぶく(ナシフク)から揚げ/海鮮料理 百とら
- 11.80ドル (1パック 200g) / トラフグに勝るとも劣らない甘みと旨み、歯触りの良い弾力性を持つナシフク(通称:でんぶく)のから揚げ。衣に包まれたナシフクの白身の淡白な味わいと程よい歯ごたえが絶品!

「讃岐の金毘羅さん」こと金刀比羅宮や弘法大師の生誕地・善通寺、そしてオリーブの島・小豆島など多彩な文化と歴史を感じさせる香川。地元名物・讃岐うどんが日本中で大ブームを巻き起こしたのは記憶に新しいところです。

香川

KAGAWA



四国フェア

SHIKOKU FAIR

四国4県の「おいしい」が一堂に集結 郷土料理や名産グルメで「味遍路」

讃岐うどんの里、香川をはじめ、徳島、愛媛、高知それぞれが個性豊かな風土をもつ四国。温暖な気候と豊かな自然に育まれたその食文化もまた実に多彩です。8月28日から伊勢丹スコッツにて開催中の「四国フェア」では、約15店舗の四国の名産品が会場にずらり!「讃岐うどんバー」などのイトインコーナーや各種実演販売も行われています。シシガボールはもちろん、地元以外では普段手に入らない珍しい味がいっぱい!の「四国フェア」。ぜひこの機会に出かけてみませんか。



- ▼きつねうどん/手打免許さめき蕎麦
- 9.80ドル / お揚げにネギ、かまぼこ。シンプルだからこそ麺のうまさ引き立つきつねうどん。なめらかでもちもちとした弾力こそ讃岐うどんの醍醐味。



- ▶さめきうどん各種/手打免許さめき蕎麦
- 5~5.80ドル (各300g) / 昔ながらの製法による「さめき包丁切りうどん」、のど越し抜群の「細うどん」、香川県産小麦100%使用の「さめきの夢2000うどん」などおいしい蕎麦。

- ▲かきあげうどん
/手打免許さめき蕎麦
- 10.80ドル / 良質の小麦粉を使い、伝統の手打ちで作り上げた讃岐うどんの上に、玉ねぎなどの野菜で作ったジャンボかき揚げをトッピングした大満足一品。

- ①大吟醸 吉祥翔鶴
/川鶴酒造 198ドル (720ml)
 - ②大吟醸
/川鶴酒造 118ドル (720ml)
 - ③杜氏の土産 原酒竹の皮包み
/川鶴酒造 58ドル (720ml)
- 酒米山田錦の玄米と自家湧水で仕込んだ大吟醸、芳醇でコクのある原酒など、創業明治24年の老舗蔵元の杜氏が研ぎ澄まされた五感で仕上げた渾身の一滴を味わって。



四国グッズを無料プレゼント!

会場にて四国フェア商品を50ドル以上お買い上げの方に、うちわ、ポストカード、携帯ストラップなど、すてきな四国グッズを無料でプレゼント。在庫がなくなり次第終了ですので、お早めに!



【後援】香川県/高知県産業振興推進部/四国ツーリズム創造機構

四国フェア

- 8月28日(金)~9月6日(日)
- 伊勢丹スコッツ店
(B1スーパーマーケット内)
350 Orchard Rd Shaw House
Tel: 6733-1111
10:00~21:00(最終日は19時まで)
※期間中、実演・試食販売は19時まで。
www.isetan.com.sg



噂の
エステティシャンは
ここにいます!

yamano

美しさへの限りないこだわりに応えるビューティーケア



マネージャー/シニアセラピスト
かわな まい
川名麻衣さん

ゴッドハンドの
持ち主!
直撃

Q1

サロンのこだわり、
特徴を教えてください。

大切にしていることが3つあります。おもてなしの心、上質なハンドテクニック、自社の自然派プロダクト。私たちはカウンセリングも施術もお客様に素晴らしい時間を提供するためのものと考えます。

Q2

どんなトリートメントが
受けられるのですか?

当サロンはフェイシャル専門です。泥や琥珀などの天然素材を用いて人間が本来持つ自然治癒力を引き出します。施術はクレンジング、栄養、保湿の3ステップ。伝統と確かな技術に基づくケアを徹底しています。

Q3

オリジナルの自然派プロダクトとは?

プロダクトはどれも「人に優しい自然素材を活かして癒す」という創始者・山野愛子の発想から生まれた自社のヒーリングコスメです。泥には洗浄、保湿、栄養の、琥珀にはアンチエイジング効果がそれぞれあります。

Q4

日本人スタッフはいるのですか?

はい、常駐しております。ご予約は専用ホットラインへ日本語でどうぞ。カウンセリング・シートも日本語をご用意していますので、お肌やトリートメントに関するご希望・ご相談などきめ細かな対応が可能です。



↑セラピストの滑らかなハンドテクニックが血液とリンパの流れを促進してくれる。



↑バック中のフットマッサージで、ストレスも溶け出していきような完全リラクゼーションに。スタッフは皆トレーニングを積んだスゴ腕セラピスト。

サロンいち押しのメニュー

お肌ピカピカ! 素顔に自信

ベーシック・フェイシャル
(60分)

フェイシャル、デコルテ、肩まわりのトリートメントに加え、バック中には膝下のフットマッサージも付いた基本コース。カウンセリングも施術も同じ担当者によるマンツーマンなので安心。まずはクレンジングで毛穴の汚れやくすみを排除。続いてマッサージをしながら血行を促進。そしてオリジナルドロンコを使ったクレーマスクで栄養補給と保湿。この一連の流れの中で肌本来の力を引き出す「どろんこ美容」の神髄を体感できます。

オーチャードセントラル店

Face Plus by Yamano

☎ 9646-0555 (日本語ホットライン) / 6509-3393 (店舗) www.faceplus.com.sg

by yamano

FACE +

● 181 Orchard Rd #02-29 Orchard Central
☎ 11:00 ~ 23:00 (最終予約は21:00) 無休
※メンバー(180ドル/月)は月2回のベーシック・フェイシャルが受けられる。他にホワイトニング、琥珀など各種コースあり。詳細はお問い合わせください。

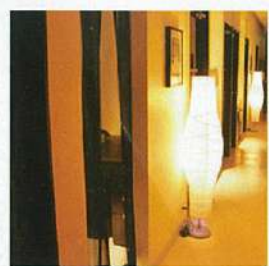
最初で最後の50ドル!
(期間限定初回) 詳細は左へ!

オープン
特別割引

今が
チャンス!



↑日本美容業界の草分け的存在「ヤマノビューティメイト」が手掛ける海外初店舗。ドロンコクレーマ、琥珀美など日本でも人気の自社プロダクトが揃う。



↑黒と白を基調としたインテリアで落ち着いた雰囲気。夜は23時まで営業しており、働く女性が仕事帰りの癒しスポットとして利用するのに最適。



↑「ヤマノ肌」(180ドル)はクレンジング、洗顔、パック、保湿の4点セット。上記コースで使用した「ドロンコクレーマ」(70ドル)の洗顔は単品でもおすすめです。

PARTI REPORT

JAPANESE DINING SUN

レストラン

九州各地の山の幸・海の幸! 絶品ご当地グルメが今年もお目見え



1. 「和牛リブアイ鉄板焼き」(88.80ドル)は、ボン酢またはごまマスタードをつけて。2. 味も歯応えも抜群! 長崎県対馬産「活姫アワビ刺身」(14.80ドル)。3. 明太子入りおこわが詰まった「鳥賊飯明太子」(12.80ドル)は料理長のオリジナルメニュー。4. 鹿児島県産・紫イモのコロッケ (10.80ドル)。

本格寿司からモダンな和食まで日本の味を幅広く楽しめる人気ダイニング「東京和食さん」。昨年、大好評を博した九州グルメ・プロモーション「Kansai Go! Eat Experience」が今年も10月5日(月)まで開催されています。今回の目玉は、5月の日本産和牛の輸入解禁を受け、満を持して登場の宮崎県産・黒毛和牛! きめ細やかな霜降り肉は本当に柔らかくてジューシー! そのとろけるような食感を刺身や鉄板焼きなどで存分に味わえます。

開催中
九州
うまかもん祭り
8月25日(火)~10月5日(月)
「東京和食さん」
いちご焼酎グラス一杯が3.90ドル!!
チャイムス、セントラル、
ウィーロックプレイス各店にて



←「石焼長崎ちゃんぽん」(左)、「博多とんこつラーメン」(右)はアラカルト(14.80/15.80ドル)でも、ランチセット(20.80/21.80ドル)の一品としても味わえる。

東京和食さん(チャイムス店)

30 Victoria St. Tel: 6336-3166
ランチ12:00~15:00、ディナー18:30~23:00
(金・土・祝前日は~24:00/土はディナーのみ)、
無休 www.sfbi.com.sg



Parti Eco-fils

PARTI編集部の

エコな日常
with eneloop

vol.5



→授業では三洋オリジナル教材を使用

子どもたちの意識向上に貢献! 地元小学校で環境授業を実施

8月14日(金)、Bukit View Primary Schoolにおいて三洋エナジー(シンガポール)主催による環境授業が実施されました。充電電池などを用いた体験型授業を通して子どもたちの環境意識を高めるために、2007年から現在までに約15校の地元小学校などで開催しているもので、授業前には同社の井口満マネージング・ディレクターからも挨拶。授業ではまず環境コンサルタントが地球環境の現状をクイズ形式で説明。続いて3R(Reduce・Reuse・Recycle)について「今できること」をグループ内で相談し発表。「箸をもらわない」「買物バッグを持ち歩く」などのアイデアが飛び交いました。また「人間電池」の実験で自身の体を伝導した電気で音楽が再生されると教室は大盛り上がり! 授業後の感想では「地球が危険な状態にあることがわかった」「3Rを実践していきたい」など生徒たちにとって環境問題を考えるきっかけとなったようです。

→井口満MDも授業に参加



↑身近なテーマや題材で環境問題を考える

↓webでもっと詳しく!

eneloop
Ready to use Rechargeable Battery
www.eneloop.com.sg SANYO Energy(S) Corp., Pte.Ltd.
eneloop-sales_sg@sanyo.com



安・早・旨!のアジアン・ヌードル

ビーフンを極める

中国南部が発祥の地といわれるビーフン(=米粉)。その名のとおり、米の粉と水から作られるアジアン・ヌードルは存在感のあるシャキシャキとした歯ごたえと、あっさり味がまさしく日本人好み。最近ではヘルシー志向の女性を中心に注目が高まっています。味付けも自由自在&幅広い食材との相性が良いからお料理のレパートリーも広がります。



今回は、ローカル料理研究家の梓椒子先生にスタンダードな焼きビーフンからひと手間かけたスープ系ビーフンまでシンガポールの家庭の食卓には欠かせないビーフンを使ったお手軽&簡単クッキング・レシピを教えてくださいました。



KIZUKI cafe に聞き耳たてて。

第5回 KIZUKI+LIMの課外活動



—店長のオオバ、スタイリストのアキラ、アシスタントのマキコがそろって雑談中。

マキコ: この連載も早くも5回目なんですわー!
 アキラ: 早いもんだね。オープンして約7か月、アッという間だった。
 マキコ: 皆さんにお店の名前、覚えていただけてるみたいで嬉しいです!
 オオバ: それもこれも、すべてバルティさんのお陰でございます。
 一同: あざーっす!!(笑)
 マキコ: でももっと多くの方にKIZUKIの魅力を知ってもらいたいです。
 アキラ: そうだね。KIZUKIでは「美容」っていう人を美しくする本来の仕事はもちろん、「人を美しくすることができる人をつくり、世界を変える!」っていう会社の理念をもとに、サロンワーク以外でも色々な活動をしているってこととかね。
 オオバ: つまりは教育を大切にしているっていうこと。まあLIMグループではそれを「共育」って言ってるんだけど。
 マキコ: この前の子供向けWorkShopのコンセプトがまさにそうですね?
 アキラ: そう。お母さんの髪の毛を洗ったり、人形の髪をカットしたり。美容の仕事体験を通じて美容師をもっと身近に感じてほしいと思って企画したけど、参加者にもとても喜んでもらえて大成功だった!
 オオバ: ほかに色々な「仕事」を体験したいっていう子供や、普段見せない子供の意外な一面が見られたというお母さんの声も聞

けた。
 マキコ: 私たちの活動は小さいですけど、みんなに“KIZUKI”を与えることができたってことでしょか?
 オオバ: うん。僕らもWorkShopでは多くの学びや気付きがあった。“KIZUKIだから、僕たちだからできること”に懸命に取り組むことで、新しい発見を与えたり、自分や相手の魅力に気付くきっかけになれば。そういう積み重ねが未来を築き上げていくんだ!
 アキラ: あまり知られてないけど、KIZUKIの上の階は小さなギャラリーになっていて、様々なアーティストの作品(写真上)を展示してる。そんなところからも新しいKIZUKIを与えられたらいいね!
 オオバ: ディレクターのカントロウさんもギャラリーでいつかカットアカデミーをやりたいって言ってたしね。
 マキコ: 「気付き」「築き」「KIZUKI」。なんかさらにこの言葉が好きになりました!

INFORMATION

参加者募集中です!

ワークショップ@KIZUKI

KIZUKIでは美容師の仕事の楽しさを子どもたちに体験してもらい、より身近にKIZUKIを感じていただけるワークショップを企画。好評だった初回に引き続き、第2回目は10月18日(日)に開催予定!
 ※詳しくは21ページをご覧ください。



KIZUKI+LIM

47B Cantonment Rd (MRTオートラムパーク駅出口から徒歩3分)
 平日 10:00~22:00(最終受付20:00)
 木・日・祝 10:00~18:00(最終受付16:00)
 定休日 月曜日 ※変則的になる場合もございます。
 E-mail: kizuki@lessismore.co.jp
 http://www.lessismore.co.jp

Tel: 6221-6320

※詳しくはHPでどうぞ。※KANTAROIは、1か月に1週間限定で来星。スケジュールはお問い合わせを。※バスは、2, 12, 33, 54, 63, 124, 143, 147, 174, 196, CT18, CT8。

Price List

cut (men / women)	shampoo & treatment
stylist \$50 / \$70	treatment \$50
Kantaroi \$100 / \$150	full treatment \$100
	shampoo & dry \$30
permanent wave	shampoo & blow (curler) \$50
permanent wave \$150	shampoo set \$70
digital permanent wave \$280~	
straight \$180~ / rebonding \$280~	
color	
short \$100~	
medium \$120~	
long \$150~	





↑魚の頭から出るエキスをじっくりと味わえるクリーミーなスープ。

材料【1人前】

- ビーフン(茹で済み/太めタイプ) …… 200g
- 魚の頭(ハタなどの白身魚) …… 1/3匹
- 万能ねぎ …… 少量
- ニンニク …… 少量
- ショウガ …… 少量
- ライトソヤソース …… 少量
- コンデンスミルク …… 大さじ1
- コショウ …… 少量
- チキンスープまたは水 …… 2カップ
- サラダ油 …… 少量
- 塩 …… 少量

作り方

1. 下ごしらえをする

市販の茹で済みビーフンは水で油を軽く落とす。ショウガはスープ用に薄切り、薬味用に千切りに。ニンニクはみじん切り、万能ねぎも細かく切る。

魚の頭は塩、片栗粉を薄くまぶし、衣をつける。中華鍋に少なめの油を入れ、焦がさないように、中火できつね色になり、火が通るまで揚げる。

2. 具を炒め、スープを作る

中華鍋を熱し、刻んだニンニクを乾煎りに。そこに油を加え、揚げた魚の頭も加えて軽く炒め、チキンスープ(水でも可)を注ぎ、蓋をする。

沸騰したら薄切りにしたショウガ、コンデンスミルク、塩、ライトソヤソースを加えて、スープの味を調える。

3. 麺を湯通し、盛り付ける

別の鍋に湯を沸かし、ビーフンをざっとくぐらせて器へ。さらに2を入れて器に盛りつける。最後にショウガと万能ねぎ、コショウをたっぷりかけていただく。

大きい魚の頭なら3~4人前に使えます。大きいものほど身が豊富で美味。

POINT

- ★魚の頭はウエットマーケットでカットしてもらえ、ダシがよく出る重要な部位。
- ★魚の頭を揚げる時、オイルは少量で、天ぷらのように泳がせる必要はなし。

↑今回使用した太めのビーフンは、すでに茹でたもの。スーパーなどでも手に入る。



チキンスープはスープの素でもOK。なければ水でもかまわない。



スープが油っぽくならないように、揚げた魚の頭はしっかりと油を切っておこう。



魚の頭を揚げる時はこの程度のオイルの量で十分。シンガポールでは酸化しやすいので保存に注意。

魚頭を丸ごと使ったまるやかな白濁スープに舌鼓
魚頭米粉湯 イートウ・ビーフン・タン



ビーフンこぼなし①
アジアの代表麺=ビーフン

中国南部の福建省周辺が発祥とされるビーフン。「米粉」の漢字表記どおり、本来は米の粉のみから作られるもの。中国以南は米作地帯であることから、小麦麺よりライスヌードルが古くから定着してきました。ちなみに「ビーフン」は福建語。北京語は「ミーフェン」、広東語は「マイファン」、ベトナムでは「ブン」、タイでは「センミー」。その他にもフィリピン、マレーシア、ミャンマーなどでも広く食用とされています。

↑海鮮ビーフン炒めには「人民米粉」(左)、「太山米粉」(中央)ブランドなど中細のものを使用。「銀絲米粉」(右)はスープ向き。

POINT

- ★ビーフンを戻す時は水に漬けたままNG! さっと水に通すだけ。
- ★ニンニクを炒める時は乾煎り。オイルが先だと焦げるので注意!



↑材料はレシピどおりでなくても、家の冷蔵庫に余った魚介や野菜を使ってもOK。大勢のお客様のおもてなし時にも◎。

材料【3~4人前】

- ビーフン(乾燥/中細タイプ) …… 1袋
- むきエビ(中) …… 6~7尾
- イカ …… (大)1/2杯
- 白身魚(ヒラメなど) …… 1/2匹
- 豚肉 …… 約50g
- ニンジン …… 約1/2本
- 青菜(チンゲン菜など) …… 約1/2株
- キクラゲ …… 少量
- 万能ねぎ …… 少量
- フィッシュケキ …… 1枚
- ニンニク …… 少量
- ショウガ …… 少量
- 塩 …… 少量
- ライトソヤソース …… 少量
- サラダ油 …… 大さじ2
- 水 …… 2カップ

作り方

1. 下ごしらえをする

ビーフンをほぐして、さっと水を通し、ざるにあげておく。豚肉、白身魚は一口大にカット。キクラゲは水に戻し、万能ねぎも細かく切っておく。ニンニク、ショウガもみじん切り。

青菜は湯通しして3センチ幅に切る。ニンジンは皮をむき、短冊切りにし、ゆがく(そのままだでもOK)。

2. 具を炒める

中華鍋を熱し、刻んだニンニクを乾煎りする。油と塩小さじ2を入れてかき混ぜたら、刻みショウガ、豚肉、ニンジンを順に加えて炒める。水2カップを加え、沸騰したらビーフンを箸でほぐしながら入れる。

ビーフンが少し柔らかくなったところで、白身魚、続いてエビ、イカ、そしてキクラゲを加える。

3. 味を調え、仕上げる

塩、ライトソヤソースで味を整え、フィッシュケキを追加。ビーフンが柔らかくなるまで炒め、最後に青菜を加えて仕上げる。

海鮮のうま味が詰まった見目麗しき一皿!

海鮮ビーフン炒め

彩り豊かな海鮮ビーフン炒めは、魚介のうま味がぎゅーっと熱いうちに召し上がれ!





マイルドな風味のスープとトマトの酸味、咸菜の塩気が絶妙なバランス！

優しい味のスープに魚介や野菜のエキスがたっぷり

ビーフンの咸菜スープ

イェンツアイ

材料【1人前】

ビーフン(乾燥/極細タイプ)...	1/4袋	フィッシュケーキ	1枚
トマト	1個	ニンニク	少量
咸菜(高菜の漬物)	1/8株	塩	少々
豚肉	約50g	ライトソヤソース	少々
イカゲソ	1杯分	サラダ油	少量
むきエビ	5尾	水	2カップ
卵	1個		

Teacher's Profile

梓 椒子先生
Syoko Azusa

ローカル料理研究家。在歴35年。養母直伝のシンガポール家庭料理やオリジナルレシピを中心に、日本人会や自宅での料理教室を主宰している。

～梓先生より～

「ビーフンはよく見かける乾燥タイプ以外に、すぐに調理できる茹であげたタイプもスーパーやウエットマーケットで売られています。茹でたものはスープに便利ですが、炒め向きではないのでご注意ください。ビーフンは素材にクセがないのでどんな味付けにも適応し、さっぱりとした食感は、暑いシンガポールに嬉しい食材です。」



今回、梓先生(写真中央)のサポートとして料理教室に通う鈴岡さん(同右)、榎野さん(同左)にもご協力いただきました。ありがとうございました！



梓先生の料理クラス
毎週火曜&金曜10:30～
Tel: 6457-7558

咸菜はシンガポールで定番の漬物。料理では塩抜きすること多い。



ビーフンこぼなし② 各地のビーフン事情

本場中国の福建省や台湾ではスープ麺や焼きビーフンが一般的。特に福建以外の中国本土では切り口が丸く、太い「桂林米粉」が多数派。そのほかミャンマーではキャベツ、タマネギとともに魚醤などで味付けしたビーフン・サラダが定番料理の1つです。タイにも「セン・ミー・ナム」という汁ビーフンが、日本では野菜や肉類などといっしょに炒めた焼きビーフンがポピュラー。

POINT

★咸菜から塩気が出るので、調味の際は塩辛くなりすぎないように。

→ビーフン尽くしのランチの後は、カラフルなフルーツゼリーのスイーツで締め！



「セン・ミー」「フォー」など呼び方や太さは違えど、アジア各地の主食として浸透。

作り方

1. 下ごしらえをする

咸菜は千切り、トマトは6～8の半月切り、フィッシュケーキは斜めのそぎ切りに、ニンニクはみじん切りにする。ビーフンは、さっと水を通し、水けをきる。

2. 具を炒め、スープを煮立てる

中華鍋を熱してニンニクを乾煎り。オイル少量を加えて炒め、さらに豚肉を入れ、炒める。そこに水を人数分入れ煮立てる。咸菜、トマトを入れ、さらに煮立てて最後にフィッシュケーキ、イカゲソ、むきエビを入れる。

ひと煮立ちしたら塩、ライトソヤソースで味を調べて、卵を割り入れる。

3. 麺を湯通し、盛り付ける

別の鍋でお湯を沸騰させ、ビーフンを湯通し程度に茹でて器へ。2を盛りつける。



↑魚介、肉、野菜、バランスのとれた具を入れることで栄養面にも配慮。

やっぱり定番！お手軽な週末のランチにも◎

ビーフン炒め

材料【5～6人前】

ビーフン(乾燥/中細タイプ)...	1袋	万能ねぎ	少量
ニンジン	1～2本	ニンニク	少量
豚ひき肉	300g	塩	小さじ1
卵	3個	ナンプラー or ライトソヤソース	少量
干しシイタケ	少量	サラダ油	少量
キクラゲ	少量		



ビーフンこぼなし①

ビーフンはヘルシー

ビーフンの特徴の1つとして水分を吸う性質があります。野菜のうま味たっぷりのヘルシーな炒めビーフンなどは特に女性に人気。ちなみに栄養的には炭水化物を多く含み、消化吸収も早いので、すぐにエネルギーになります。たんぱく質源の肉やビタミンA、Cが採れる野菜を加えて調理すると、栄養バランスもさらに良くなり、育ち盛りのキッズにもぴったり！

ビーフンは蒸した米を乾燥させ、粉にして楕状に加工したもの。もどした後にそのままにするとビーフン同士がくっついて扱いにくい状態に。必要量だけをもどしたほうがベター。



→ニンジンは千切りに。その他の具も同様にする。ビーフンと味が馴染みやすくなる。



→卵は鍋肌に広げて、うすく焦げ目をつけてから炒り卵に。



→もどしたビーフンは少し固めでOK。しんなりするまで炒めよう。

作り方

1. 下ごしらえをする

ほぐしたビーフンをさっと水を通し、ざるにあげる。干しシイタケも水で戻し、石づきをカット、千切りに。ニンジン、キクラゲも千切り、ニンニクはみじん切り。卵を割って混ぜすぎないようにほぐし、炒り卵にしておく。

2. 具を炒める

中華鍋を熱してニンニクを乾煎り。油を加えて塩小さじ1を入れる。軽く炒めてひき肉を加え、火が通ったら、ニンジン、シイタケ、キクラゲを順に入れる。

3. ビーフンを加える

全体に火が通ったら、ビーフンをほぐしながら入れる。(この時、油が足りないようなら少し足す。)箸とフライえしを使いながら、焦げ付かないよう気をつける。

ビーフンに具が馴染んだら、水を少量加えて蓋をする。(この時、中華鍋からジュッという音と湯気が上がるのが望ましい。)ひと呼吸おいてから蓋をあげ、混ぜ合わせ、蓋をする。これを2～3度繰り返す。

4. 味を調べ、仕上げる

ビーフンの柔らかさを確認し、あと少しという時点で塩、ナンプラー(またはライトソヤソース)で味を調べ、炒り卵を入れて仕上げる。器に盛り、最後に万能ねぎを散らす。

POINT

- ★炒り卵は、鍋肌に卵を広げて軽く焦げ目をつけると香ばしさがプラス。
- ★3で焦げそうな時は、シイタケの戻し汁を追加で数回に分けて入れるとよい。



素材の味を吸ったビーフンは絶品！お好みでチリソースやペッパー・チリを添えて。

SPECIAL TOPIC

人間の体にとって「最適水」とは？

『水』と『健康』を考える

? たかが水、されど水!!

人間の70%は水でできています。その水分は、成人で毎日少なくとも2リットル入れ替わっています。飲み水、コーヒー、料理などで必ず2リットル近くの水分が体内に入り、そして汗や排泄物となって老廃物とともに出ていきます。あなたは、この毎日取り続ける水をどんな水にしますか？安全だけれど、酸化力の強い水を飲み続けますか？無害だけれども、高価な水を飲み続けますか？それとも人間の体が本当に必要とする酸化性のある水を飲み続けますか？

? 「健康であり続けたい」は万国共通の願いです!!

「健康であり続ける」ためのキーワードは、「いかに体の酸化を抑えるか」です。そのために、最近では酸化性のある様々なサプリメントを補給する人も増えています。しかし、酸化性のあるサプリメント1錠で、生涯の酸化現象を抑えられるわけではありません。毎日飲み続けなければならないのです。もっと効果的な方法はないのでしょうか？「体の70%は水分」なのです。もし、この水分が酸化性に優れた水「電解還元水」に置き換わったらどうでしょう？そして、その電解還元水が家庭の蛇口からいくらかでも出てきたらどうでしょう？

協和病院院長 河村先生 第1回講演会

現在、日本の様々な大学で、電解還元水(アルカリイオン水と呼ばれる)の研究が取り組まれるようになり、医療の世界はもとより、スポーツや農業などにも応用されてきています。

講演者は、いち早く電解還元水に着目し、1990年より医療現場において活用してきました。一人でも多くの方が健康であり続けたいという想いで、院長の職務をこなしながら、休診時に休日返上で、ほぼ毎週全国各地で講演会を行っています。

この度、シンガポール在住日本人を始め、現地の方々にも還元水の必要性を少しでもお伝えすることが出来るのならと来星が決定。実際に体験した多くの症例となぜ還元水が人間に必要なかを、わかりやすく講演いたします。

日本人会クリニック・ラウンジでも大好評・活躍中。

日時 9月18日 10:00～11:30 (9時半受付開始)

場所 日本人会オーデトリウム

主催：M・F・I・NET(S) PTE. LTD.

講演会来場者全員に日本で大人気の還元水2リットルペットボトルを差し上げます!

同時開催

お楽しみ抽選会

当日入場は無料ですが、事前に入場券をお申し込みでご来場の方には、日本の特産品などが当たる**無料抽選会**を行います。ka9218@lagoon.ocn.ne.jpまでメールにてお申し込みください。

お問い合わせフリーダイヤル：800-810-2347

講師プロフィール

河村宗典
神戸大学医学部卒 医学博士

早くから電解還元水の効果に着目し、糖尿病やアトピーなどの医療現場に導入、臨床応用で数々の実績を残す。『奇跡体験!アンビリバボー』をはじめ様々なテレビでも紹介される。著書に『電解還元水革命 人間の体に「本当に良い水」はこれだ!!』がある。



ここがお気に入り!

梓椒子さん
ローカル料理研究家。オリジナル・レシピはP9～に掲載。

誌上カウンセリング

心ひも解くヒント

第6回
「自分を映す4つの鏡」



山形千尋 (やまがた ちひろ)
The Counselling Place LLP心理カウンセラー
(カウンセリング学修士・心理学士)
オーストラリア・カウンセリング協会会員、
シンガポール心理学会会員



自分の知っている自分は、本当の自分?でも、本当の自分って一体なに?

理佳(32歳)は、現地採用として、3年間当地に暮らしています。最近気分が落ち込み気味です。というのも、他に二人いる同年代の日本人女性の同僚は、入社が自分より後にもかかわらず、仕事ができ、上司や他の社員にも認められ、彼らとも楽しくやっているようなのです。自分とは言う、それなりに業務はこなしてはいるものの、親しい友人もできず、孤独で無力感を味わうばかりです。

そんな心の内を一人の同僚に話してみたところ、「え? 理佳さんって、自分の世界を持っていてかっこいい感じですよ。それに、人と群れるのがあまり好きじゃないのかと思ってたんですが、違うんですか?」という答えが、プライドもあり、それ以上は不満を口にすることも引けてしまい、理佳は「確かに、一人でいるのも苦ではないけど……」と言葉を濁してしまいました。

大学までは、いつでもたくさんの友達に囲まれ、賑やかな雰囲気の中にいた自分を思い出して、あまりのギャップに驚きました。「一人でいることを好むかっこいい自分」なんて、とても自分でないようです。しかし、そのせいで周囲も心を開いてくれないのでしょうか?

「ジョハリの窓」という、自己評価と他人評価のコンセプトを分かりやすく説いた考え方によれば、人間の心には4つの領域(窓)があります。

- 1)「開いた窓」: 自分も他人も、よく知っている自分
- 2)「隠された窓」: 自分だけが知っていて、他人には知られていない自分
- 3)「盲目的窓」: 自分では気づいていないけれど、他人には知られている自分
- 4)「未知の窓」: 自分も他人も知らない自分

※大きな四角を書き、縦と横中央に一本ずつ線を引き、4つの窓にした後、左上下に、窓1、2、右上下に、窓3、4と書いてみると分かりやすいでしょう。

私たちは、誰もがこの4つの窓を持っていますが、それぞれの大きさ・バランスは各人によって異なります。理佳の場合は、「開いた窓」つまり自己開示が健康的にできる人間関係が、当地または会社内には作られていないのかもしれないことに気づきました。それにはやはり自分自身をオープンにする必要があります。言わなくても分かっているのが人間の本性ですが、言わなくては分からないのが現実です。特に、様々なバックグラウンドを持つ人々が集まる中では、それがさらに重要な役割を持ちます。また、フィードバックを受けることで、日々の人間関係だけでなく、就職面接や営業活動での相手への印象なども多少は予測でき、私たちが成長させてくれる糧にもなります。

※「ジョハリの窓」
心理学者ジョセフ・ルフとハリー・インガムが1956年に発表した「対人関係における気づきのグラフモデル」の通称。

今月のヒント

心の健康保持には「開いた窓」ができるだけ大きく、「盲目的窓」ができるだけ小さいことが理想。そのためには、正しい自己洞察ができること、耳に痛いことでも正直に言ってくれる友人や家族、それを感謝できる本人の柔軟性が重要です。



8 Eu Tong Sen St #16-90 The Central
Tel: 6887-3695
admin@thecounsellingplace.com
www.thecounsellingplace.com



母体: (財) 倉敷成人病センター

毎日笑顔、元気に過ごす海外生活を JGH がサポートいたします

診療科目
● 外来診療 (小児科・内科・外科・耳鼻咽喉科・婦人科・その他)
● 定期健康診断 ● 乳児健診 ● 医療検査 ● 予防接種
● 診断書作成 ● 理学療法
* 婦人科、健康診断、予防接種、理学療法は予約制

受付時間
● 月～金 9:00～12:00, 14:00～17:00
● 土 9:00～12:00

海外在留邦人のための総合医療センター
ジャパン グリーン クリニック
290 Orchard Road, #10-01 Paragon
Tel: 6734 8871 (代表) 6733 0171 (健康診断予約)
9668 1056 (夜間・休日) Fax: 6733 1213
歯科は JGH デンタルクリニック (当院内) Tel: 6235 7747

ホームページ www.japan-green.com.sg Eメール jghmc@singnet.com.sg

日本人医師・医療スタッフ常駐。主要海外旅行傷害保険キャッシュレス提携



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

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

『今日は何したの?』
『クッキングレッスン!』『ダイナソーのうたー!』
『朝顔、こんど見せてあげるね』
いきいき、のびのび、二人ともEISが大好き。
けんとうんとりょうたくん

イーズ 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>

カラダにやさしい電解還元水で毎日のお料理をもっとおいしく。



味にこだわる料理研究家も愛用中!

電解還元水を使うと料理の味が違います。素材への味の染み具合が良いですし、乾物はふんわり、野菜も青々。コーヒーや紅茶もまろやかになりますね。また普通の水に比べて電解還元水はたくさん飲めるので、以前より水分を取れるようになりました。

- ★料理の味がかなりおいしく仕上がる
- ★電解時に生成される酸性水で美容効果も

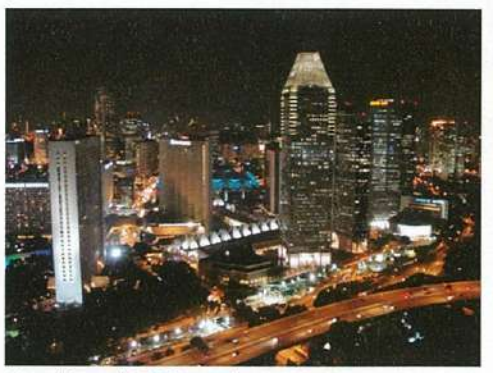
「水分をたくさん採ることで、腎臓の機能も良くなったような気がします。」

風景編 自然や街の風景はアングルやズームでひと工夫を

風景

風景を撮影する時、視覚的印象に引っ張られ、四角いフレームの内側に多くの要素を入れてしまいがち。すると一番心が惹かれた部分まで小さくなって印象の薄い写真になってしまうことがあります。そんな時はズームを望遠側にずらしてみよう。あえて画面を絞ることでインパクトの強い画像にすることもできます。また花の撮影時に効果的なのは「ボケ」。できるだけレンズを望遠にしてピントは中央1点合わせ。これで花の美しさを際立たせます。

望遠で撮影すると緑の葉が詰まり鮮やかに。迫ってくるような印象的な風景が撮れた。



ガラス越しの夜景撮影。手ブレと反射防止にはガラスにカメラのレンズをつけるとうい。



花だけをクローズアップ(右)するより、あえて背景を入れてボカすのがポイント。



花



逆光を利用しながら葉や花を透かしたり(右)、青空とのコントラストを生かす(左)と一味違った感じに。

構図&目線。一番大切なのはリラックスした表情

人物編



(上)小道具(=花)を使っていつもの構図を変えてみる。目線をあえて外すと情感的に。(右)少し上からカメラを構えると被写体が上目使いになって可愛い雰囲気。小顔効果もあり。

家族や友人など大切な人の笑顔は心を和ませてくれるもの。被写体をリラックスさせ、自然なポーズや笑顔を引き出しましょう。構図の工夫も大切です。人物を液晶モニターに大きく取ってインパクトを出したり、被写体をあえて中心からはずしたり。ペット、花など小道具があると面白さもプラスされます。全身写真なら体を真正面ではなく少し斜めに向かせるとスタイルアップ効果あり。



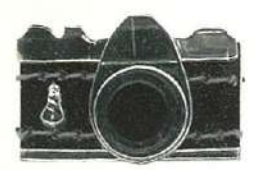
背景にある大きな被写体にあわせると人物が小さくなってしまいます。人物はカメラの近くに配置するとバランスがよくなる。



最後に

今回のまとめ

プロのアドバイスに従って、ちょっとした工夫やテクニックを加えるだけで、いつもと違った写真が撮れました。カメラの様々な機能を駆使するだけでなく、撮影者が意識を少し変えるだけで、ワンランク上の写真が残せるもの。心に響いたシーンや何気ない風景を自分の撮りたいイメージのままに写真におさめることができたら、もっともっとカメラライフが楽しくなりそう！



はじめよう、写真のある生活。
カメラ大好き!

プロに聞くカメラ女子向け「撮影レシビ」

— 撮りたいイメージにもっと近づける。

前号では「デジカメの基本5か条」と題して、コンパクトカメラの基本機能をご紹介しました。そして今号はいよいよ実践編。まずは身近な南国の風景を、気の向くままに撮影開始……する前に、簡単なアングルやテクニック

クのお勉強を。プロのフォトグラファーに学ぶちょっとした撮影のコツをマスターすれば、写真の面白さに改めて開眼するはず。あとは自分の撮りたいイメージに近づけよう、どんどんアレンジしてみましょう！

前回に引き続き、使用したカメラはコレ!



ソニー サイバーショット DSC-W170

※以下の撮影結果についてはすべて「ソニー サイバーショット DSC-W170」によるものです。仕上がりはカメラの機種により異なりますのでご了承ください。

今回、取材&監修にご協力いただいたのは

プロ・フォトグラファー 谷口 哲さん

プロとしてのキャリアは約20年。京都を拠点に国内外を飛び回りながら、旅行・情報誌などの撮影で幅広く活躍。特に中国内陸部の少数民族への造詣が深く、人物やその生活風景などを被写体に撮影を続けている。



Profile

光の方向をコントロール! で「おいしさ」倍増

料理編

ブログに食べ物や飲料の写真をアップしている方も多いのでは? 料理撮影で大事なのはやっぱり「おいしそうに見えること」。そこで注意したいのが逆光と明るさ。料理の向こう側に光源があると、立体感やツヤが生まれ、各段においしそうな写真になります。レフ板を使って意図的に光を当てたり、影の部分明るくするとさらに効果的。



セットメニュー

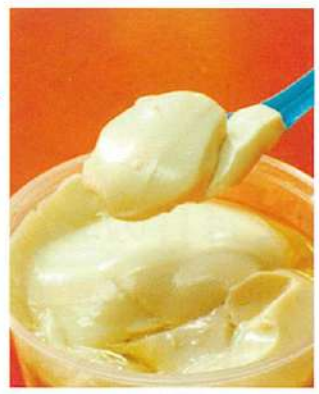


複数の場合は配置にも工夫を。(右)は色が沈んで配置も失敗。(左)のようにメインを手前にしてフォーカスを合わせ、背景をボカすことで引き立たせる。



レフ板を当てるとツヤが出ておいしそうに。また全体が入るように撮るだけでなく(上)、スプーンですくうなど画面に動きを出す◎(右)。

単品



飲物

透明感のある飲料は逆光を利用して光を通すとよい。シンプルなものはストローを添え、上から撮るだけでも違う印象に。



ポイント



レフ板使いで大きな差!

レフ板は量販店などで扱ったホワイトボードにアルミホイルを貼るだけでも十分。

ニュージーランド

～ベストシーズンを迎える南半球の箱庭～



「アオテアロア(長く白い雲のたなびく地)」。先住民マオリがそう名付けた美しき島国、ニュージーランド。ダイナミックな火山や氷河、フィヨルド、天然の湖など神がこの地にもたらした奇跡のような風景が旅人の心をパワーで満たしてくれるに違いない。



1. ミルフォードサウンドを代表とするフィヨルドランド国立公園は世界遺産に指定。氷河が侵食した深い谷に海水が浸入してできた自然の造形美を堪能しよう。(写真提供: Holger Leue) 2. 初夏にはチカボ湖の湖畔を可愛らしいルピナスの花が群生するマウントクック一帯。3. クライストチャーチの中心に建つ大聖堂。ゴシック様式の建物は40年の歳月をかけて建造されたもの。4. エイボン川をゆくパント(小舟)に乗って優雅にクライストチャーチ市内を散策。5. 人口400万人に対して、その約10倍もの羊がいるという羊大国・ニュージーランド。6. 様々なアクティビティの拠点となるクイーンズタウンは1年を通して観光客で賑わう。7. 多彩な動植物に出会えるのも、自然に囲まれたクイーンズタウンならではの。8. ミルフォードサウンドのダイナミックな自然を遊覧船に乗って体感しよう。



9. 温泉が数多く見られるロトルア。豪快に熱湯を吹き上げる間欠泉は圧巻!(写真提供: Chris McLennan) 10. 本場ならではのラムやマトンなどの羊肉を使った料理はぜひ試したい。11. 国内最大都市、オークランド。食事や買物などのお楽しみがいっぱい。(資料提供: JTB シンガポール/ニュージーランド政府観光局)



自然観光のハイライト! 世界遺産のフィヨルドへ

南島・西部の観光拠点、クイーンズタウン。周囲を山々が囲むこの湖畔のリゾートでは、マオリが「翡翠の湖」と呼んだワカティプ湖のクルーズや対岸から行ける牧場のんびりと過ごしましょう。

そして今回の旅のハイライトといえば、フィヨルドランド国立公園。峻険な山々と入江が織りなすミルフォードサウンドの景観はまさに奇跡。長い年月をかけて大地に刻まれた自然の芸術が、見る者に神々しさをも感じさせてくれるに違いありません。

ヨットが行き交う港湾都市 市内&周辺は見どころ満載

1865年まで首都であった北島のオークランド。美しいハーバーに挟まれた国際色豊かなこの都市では、旅の締めくくりに買物やグルメを満喫したり、マウントイデンからのパノラマ風景を楽しんで。北島はほかにもマオリの聖地・ロトルアや間欠泉、ワイトモ鍾乳洞などの見どころもアリ。ぜひチェックを。

変化に富んだ風景と澄んだ空気が旅人を優しく包む山菜水明の地、ニュージーランド。今度の旅は、心のパワーをチャージしに出かけてみませんか。

世界随一! ビュアな風景と豊かな自然があふれる国

ポリネシアと欧州の影響を受けた独自の文化を受け継ぐ人々が、手つかずの自然を愛し、共存するニュージーランド。3000m級の山々と田園風景が広がる南島、マオリの聖地と知られる北島。この2島の彼方此方にビュアな風景が残る。地球上で最も美しい国の1つです。

今回の旅の出発地は南島の玄関口、クライストチャーチ。英国移民が築いたこの街は、基盤の目状の通りに並ぶゴシック建築を背にトラムが走り、どこか洗練された雰囲気。市内には庭園も多く、花と緑を眺めながらエイボン川沿いを散策すれば、四季折々に変化する風景を堪能できるでしょう。また足を伸ばして郊外のカシミアヒルへ向かえば、広大なカンタベリー平野も一望の下!

一方、大自然の息吹を間近に感じるならマウントクック国立公園へ。クライストチャーチから南に約300kmに位置するここは、南半球のアルプス。霊峰と氷河が描



Wow! クライストチャーチ・マウントクック クイーンズタウン・オークランドの休日 8日間

日次	行程	食事	宿泊地
1	午後: シンガポール →		機中
2	午前 → クライストチャーチ 着後、クライストチャーチ半日市内観光(カシミアヒル、大聖堂広場ほか)	×××	クライストチャーチ
3	終日: 自由行動または OP トランツアルバイン1日観光ほか	○××	クライストチャーチ
4	クライストチャーチ → マウントクック	××○	マウントクック
5	午後: マウントクック → クイーンズタウン	○××	クイーンズタウン
6	終日: 自由行動または OP ミルフォードサウンド1日観光ほか	○××	クイーンズタウン
7	クイーンズタウン → オークランド 着後、半日市内観光(マウントイデン、オークランド博物館ほか)	○××	オークランド
8	オークランド → シンガポール		

◆基本代金: 大人1名/1室2名様利用※旅行代金は下記代金に燃料代+税金(2009年8月21日現在SS292)を加算した金額となります。
◆最小催行人員: 2名 ◆基本フライト: 往路SQ297/復路SQ286

日程	料金			燃料代+税
	スタンダード	スーパー	デラックス	
9/1~30	SS3,830	SS3,860	SS3,950	SS292
10/1~31, 12/26~31	SS3,890	SS3,950	SS4,090	
11/1~12, 2010/1/1~3/31	SS3,910	SS3,950	SS4,090	
11/13~12/25	SS4,190	SS4,180	SS4,320	

9/23 メリタスマンダリンにサロン仮移転!
この度高島屋SC内のJTBトラベルサロンが仮移転。各種旅行に関するお申込み、ご相談などお気軽にお立ち寄りください。
Meritus Mandarin Hotel 1階ロビー Tel: 6735-2345
10:30~21:00(毎日) www.jtb.com.sg
Email: jbttravel@saloon@sg.jtb.com

リャンコートにトラベルボックス登場
日本行きツアーなどの英文パンフレットが豊富に揃うトラベルボックス。旅の情報収集にぜひご利用ください。

※送迎および観光ガイドは日本語または英語。※悪天候や現地事情により観光内容が変更となる場合あり。※各種オプションツアーは現地での申し込みとなります。(大人1名様: トランツアルバイン観光約SS325/ミルフォードサウンド観光約SS322ほか) ※取消料規定およびその他の詳細につきましてはお問い合わせください。※基本代金に含まれるもの●シンガポール航空往復およびNZ国内便片道のエコノミークラス運賃、バスなど各種運賃●宿泊6泊(1室2名様利用)●食事(朝4夕1)●クライストチャーチ、オークランド各市内半日観光●空港・ホテル間の往復送迎

JTB ION 店
TEL: 6595-0600
(アイオン・オーチャード内) 営業時間 10:00~22:00(毎日)
2 Orchard Turn #B4-29 ION Orchard
Email: jtbion@sg.jtb.com www.jtb.com.sg

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

マーライオンとワルツ

ZIRCA
Blk 3C The Cannery
#01-02 to 05 & #02-01 to 08,
River Valley Rd, Clarke Quay
Tel: 6235-2292
http://www.zirca.sg

Comic strip panels with dialogue and illustrations. Topics include dancing, club atmosphere, and social interactions.



Bienvenue!
美肌相談サロン

Kaoru Sato

[かおる・さとう]エステティシャン。
ご主人の独立をきっかけに、1996年より駐妻から
一転、エステサロン「マリー」の経営者になる。
日本人ならではのきめ細かな
カウンセリングとサービスでファン多し。



today's topic ミネラルメイクアップ - 母も気に入って喜んでます!

Jさんは、脇のIPL脱毛をしているお客さま。脱毛の割引特典があるならと、ミネラルメイクアップのクラブに入会したのをきっかけに、ミネラルファンデーションを使い始めました。今日も脇の脱毛でご来店です。
私: ありがとうございます。年中夏の服装でいるシンガポールでは、むだ毛の自己処理からは解放されたいものですよね。
J: 先日購入したファンデーションがなくなりそうなので、買ってきたいです。
私: 分かりました。そういえば、日本に一時帰国だったんですね。お母様を買っていかれたミネラルファンデーションはいかがでしたか?
J: はい、私が使ってみてとてもいいと思ったので、母に話したところ欲しいと言うので持って行きました。母は私と本当に肌質や肌色が似ているので、同じ色でよかったです。仕上がりが具合や感触も気に入って喜んでいました。
私: それはよかったです。Jさんのようなアトピー肌の人にも、気持ちよく使っていただけるのはうれしいです。先日Jさんのように、お母様へのお土産として買っていかれた人がいましたよ。幅広い年齢層の人に使っていただけそうです。
J: 佐藤さんはどうして、ミネラルファンデーションを使い始めたのですか?
私: 友人の強力なお勧めのせいかな(笑)。2年以上前から、雑誌や店頭で目にするようになりました。全く興味なかったんですよ。仕事ではエアコンでお肌が乾燥しないためにも、リキッドやクリームファンデーションをしっかりと付け、パウダーで仕上げたいし、週末のスポーツのときは、日焼け対策としてサンブロックをマメに塗り重ねるためにファンデーションは付けられない主義でしたから。
J: 佐藤さんにメイクレッスンをしてもらった当日は、とりえずファンデーションを買わなかったです。ほんの耳搔き一杯程度のファンデーションで、もつのかなくて。でも大丈夫だったし、使うほどにお肌の調子の良さも実感しています。
私: 私は週末のスポーツで始めて使ったとき、これはいいかもしれないと思いました。ミネラルファンデーションは汗に強くスポーツに最適という知識はありましたが、実感できましたから。汗をかいたときの不快感や紫外線によるお肌のダメージ感が軽減したのはうれしいですね。それでコンサルテーションを含めたサービスをお客さまにもしようと思ったんです。以前よりお客さまから、いいファンデーションを紹介して欲しいとご要望もありましたし……。また4月の一時帰国は深夜のフライトで、ナイトクリームを下地に化粧をして行ったのですが、早朝日本に着いたときいつもとは違い、まずまずの化粧顔をキープしていただけるほどと思いました。
J: 私もそうでした。機内の化粧室の鏡に映る自分の顔に「ゲッ!」と思わなかったし、乾燥しにくいのか、何よりお肌が楽でした!
私: 他のお客さまからも同じ体験を聞いていますよ。下地に付けた基礎化粧品品の保湿力を長時間落とさないでしょう。

Point check! まとめ

ミネラルファンデーションはお肌をきれいに見せてくれるだけでなく、スキンケアとして基礎化粧品のアイテムに入れることのできるファンデーション。試してみたいことには、その良さはわかりません。Let's try!

machimame logo and advertisement for KIZUKI hair salon workshop. Includes text about the workshop and contact information.

Montreux Bistro advertisement. Features the restaurant logo, location, and menu details.

Greenberry Loft advertisement. Promotes natural organic hair products and includes contact information.

MARLY ESTHETIC SALON advertisement. Lists various beauty services like IPL, waxing, and manicures.

JGH DENTAL CLINIC advertisement. Promotes dental services by Japanese dentists and includes a map and contact details.

「先生、シミがだんだんひどくなってきています。すこく気になります。悪いものではないでしょうか。」

「シミといっても実はいくつもの種類があります。桂さんの目の周りのシミは主

シミの種類

最近、顔のシミ、特に目の周りのシミが急に目立ち始めた桂さん。栗雄君やアケビちゃんの外で遊ぶことが多く、シンガポールの生活で強い日差しを浴びる機会が増えていました。日ごろ気をつけていることといえば、日焼け止めはSPFの数値の高いものに変えたり、日傘をさしたり、美白効果のあるパックやマッサージュをしたり、自分なりに努力はしていました。しかし、シミがやはり濃くなってきているのが心配になりラッフルズジャパニーズクリニックの菊地先生に相談してみることになりました。



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

シミの巻



菊地 夕子 (くくち ゆうこ)
ラッフルズジャパニーズクリニック・プギス本院勤務
順天堂大学医学部卒業医学部大学院修了、医学博士 / 日本皮膚科学会認定皮膚科専門医 / 日美容皮膚科学会会員
「美容も含め、皮膚に関することでしたらなんでもお気軽にご相談ください。」

「肝斑(かんぱん)といわれる色素沈着と考えます。悪性のもではありませんよ。」

「肝斑とはなんですか?」

「30歳から40歳の女性に発症することの多い、顔面の後天性斑状色素増加症です。前額、頬骨、上口唇、顎に左右対称にできます。目の周りは抜けるのが特徴です。病因としては多因子の関与が考えられています。例えば、妊娠、経口避妊薬、紫外線、遺伝、化粧品などが誘因となるといわれています。」

肝斑(かんぱん)の治療

「このシミの治療はうまく耳にするレーザーがいいのでしょうか?」

「肝斑に関しては、他のシミと違ってレーザー治療が逆効果になることが多いのでお勧めできません。一番効果があるのは、トランキサム酸の内服です。抗ブラ

スミン効果があり、メラノサイト活性化因子の産生を抑制し、メラニンの合成を抑えると考えられています。だいたい内服開始から1、2か月程度で効果が現れます。副作用がほとんどないので長期間で飲んで安心な薬ですが、内服を中止すると肝斑が再発してることがあります。」

「他に日常生活で注意することはありますか?」

「紫外線を避けることはもちろんですが、シミをよくしようとするあまり、過剰なケア、つまりこすりすぎによるバリア破壊や過剰刺激が原因になっていることもあるので、シンプルなお手入れを心がけてみてください。」

まとめ

- シミといっても、いろいろある。後天性真皮メラノサイトーシス、老人性色素斑、そばかす、肝斑、炎症後色素沈着に基本的に分類される。
- シミによっては治療が違ってくる。気になるシミがあれば自己判断せず、専門の医師に治療法を相談してみましよう。

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?

先月の買い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ます。ご来店前にお電話ください

Creative Golf By Joe
シンガポール最大の中古ゴルフクラブ・ボール専門店

Blk 333 Kreta Ayer Road, #01-17 Singapore 080333
Tel: 6227-7760 Mobile: 9633-9086
営業時間 11:30am ~ 7:00pm (平日) 11:30am ~ 5:00pm (週末)
www.creativegolf.net (祝日はお電話でお呼び出し下さい)

幼児は語学の天才!
学ぶのが大好き!!!

3カ国語 (日本語、英語、中国語) を同時習得していく
全能開発プログラム
(3ヶ月-5歳)

Develop your child's Love For Learning through Multi-language Brain Development

Bugis校: 6338 5090
Dhoby Ghaut校: 6337 6696
お問い合わせは 各校の日本人講師まで
www.LittleNeuroTree.com Little Neuro Tree™

無事に出産、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。
シンガポールでの育児・出産を応援します!

- 出産準備クラス、母乳育児クラス、ベビーケアクラス詳細はお気軽に日本人スタッフまでお問い合わせください。
- その他、産後の母乳育児・離乳相談・おっぱいマッサージ・ベビーシッターサービス、産後のヨガクラス(日本語・英語)もご用意。
- 子供とお母さんの「音楽遊びクラス」がスタートしました。

バース&ビヨンド
19 Tanglin Rd #05-18 Tanglin Shopping Centre
Tel: 6736-1636 / 9818-1063 (日本語対応) 無休(夜間時間内) 9:30~17:30 日休
E-mail: jstaff@birthandbeyond.com.sg または enquiry@birthandbeyond.com.sg
ホームページ: www.birthandbeyond.com.sg

MIYABI JAPANESE HAIR SALON
ミヤビ・ヘアーサロン
The Adelphi #02-21 1 Coleman St (MRT シティホール駅から徒歩3分)
Tel: 6336-8867 (要予約) 営業時間: 10:00~19:00 (日・祝は18:00まで/火曜日休み)

machimame
お得だし、便利だし、エコだし。
リユース書店へ行こう!

日本国内で展開中の古本屋「Book mart」の初海外店舗がセントラルに誕生。モダンな本棚とソファが配された店内は、長居するお客さん大歓迎のムード。カフェメニューが用意され、ゆっくり本を読めるんです。

書籍(新書18ドル、文庫9ドル)は、常時5万冊を用意。コミックや雑誌、CD、DVDなども揃います。「人が集い、和める複合スペースにしたい」とスタッフ。待ち合わせや仕事帰りに気軽に立ち寄れる一軒となりそう。もちろん、買い取りも実施。いらぬ古本を持ち寄って、地球にもいいコトしましょ。

Book mart
6 Eu Tong Sen St #02-32 The Central (MRTクラーク・キー駅)
Tel: 6227-3977 11:00~22:00
www.bookmart-store.com

話題の新作も並ぶ。会員になると、ポイント制度でお得。

Raffles Japanese Clinic

◆一般外来 ◆産婦人科* ◆小児科* ◆歯科 ◆皮膚科
◆専門医紹介(手術、入院) ◆カウンセリング* (本院のみ)
◆乳幼児健診(小児科医による検診は水・木曜日の午後のみ) ◆予防接種 ◆定期健康診断

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 渡辺 知緒 (女性医師)

本院 ◆(ラッフルズ ホスピタル11階) MRTプギス駅すぐ前
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

Metropolitan YMCA
~在星日本人青年の心と身体の健全な育成を目指して29年~
ジャパニーズ・セクション

2009年度 2学期クラス会員受付中!!

コースバスケットボール ● 小学生
サッカー ● 幼児(年中・年長)、小学生
スイミング ● 幼児(準年少~年長)、小学生、中学生

野外活動&体験学習 ● 幼児(年長)、小学生
スポーツ ● 幼児(準年少~年長)、小学生
親子体操 ● 1歳6か月~3歳

60 Stevens Road Singapore 257854
詳細については、下記までお問い合わせください。
TEL: 6839-8342 / 6839-8346
Website: www.mymca.org.sg E-mail: japanese@mymca.org.sg

生きてく、英語。
Berlitz

10月4日より**日曜日**も開校開始!
※10:00~17:30まで

あなたの期待に応えます!
★ KIDS(4~7歳) 英会話プロモーション ★

今なら最大**\$275 OFF**
プライベートレッスン 20レッスン(40分/1レッスン)
受講料: \$1500 (通常\$1700) 教材費: \$75 (通常\$150)
9月30日までのお申し込みの方限定
※上記金額はGST抜き金額になります。

ベルリッツは最高の教師陣と効果的なベルリッツ・メソッドで皆様の英語学習をサポートします。

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 お問い合わせは日本語でどうぞ
www.berlitz.com

シンガポールの住宅・不動産事情

佐藤さんの住宅探し

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を探しています。

山田 佐藤さん、お久しぶりです。先週お話しした小修繕について、日本では家主さんが基本的に修理費については全額もつてくれます。これはほとんどの家主さんがその資産価値を維持するために、誰かに住んでメンテナンスしていただいている発想があるからです。しかしシンガポールでは家主さんが投資目的で物件保有をし、なるべく物件を良好な状態に維持するよりも費用節約を主眼とすることから、現在は大体100ドルから200ドルまで（契約によって異なります）の修理費用についてはテナントの負担とする条項が一般的です。

佐藤 その金額を超えようというのですか。

山田 ちゃんとした契約書であればその金額を超えた時、その差額を支払うのか、あるいは全額支払うのか、とすりぎめがあります。また、いつからこの取り決めが発

小修繕について

不動産仲介業者の山田さんと一緒に「コンドミニアム」を見学している佐藤さん。

山田 エアコンの定期点検は必ずしなければなりません。その点検契約費用は家主かテナントのいずれかが負担します。

佐藤 点検の頻度を明確にしておいた方が良いでしょう。家主が費用を負担する場合でもエアコン業者の連絡先を必ず控えておくようにしましょう。

山田 修理が必要な時で、テナントが負担すべき修理費用を超える場合には、家主の同意をとってからでないと全額テナント負担とされる場合があります。

今回のポイント

- 小修繕については一定金額までテナント負担とすることが一般的、但しテナントの過失による場合は全額負担。
- 入居からのくらい家主が修理に責任をもつてくれるのかをはっきりさせる。
- 取り決めた金額を超えた場合、どのように負担するのかを明示する必要があります。

効するのかもしれない。そうしないと、最初から壊れていたもので、テナントさんが負担してはならない可能性がある。いつから負担がでるのかについて家主さんとテナントさんの間でもめる原因になります。弊社ははじめ一般的には、最初の1か月から2か月については全て家主さんの負担とするようです。

佐藤 そうすると入居をはじめて不良箇所を発見したら、早めに家主さんに連絡しなくてはならないということですね。

山田 そうです。そうしないと、入居後3か月も4か月もたつてから、最初から壊れていたとしても、取り決めた金額をテナントさんが支払わなくてはなりません。また、この金額は1か所の修理費用というのではなく、修理箇所が複数ある場合には1つの修理費用毎にその費用が計算されますので、全部で取り決めた金額を超えるからといって家主さんに負担を求めめることはできません。また、前回お話ししたように修理費用が取り決めた金額を超える場合には、必ず家主さんの同意をとってからでないと修理はできません。

高野 徹 (たかの とおる) TOKIO PROPERTY SERVICES PTE LTD
TRE 21 PTE LTD
1982年東急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月東急不動産より会社譲渡を受け現職。宅地建物業取引主任者、シンガポール不動産仲介業者資格。メールアドレス:takano@pacific.net.sg

産経のカシコイ呼び寄せ術

9月のお得な呼び寄せ方程式

方程式① 大阪関空発
航空券+空港送迎+ホテル2泊+特典つき = **39,800円**~
特典 SIAホップオンバス乗り放題

方程式② 東京成田発
航空券+シンガポール島内観光+特典つき = **39,000円**~
特典 日本国内線・片道5,000円より

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ても予約承ります
TEL: 6222-6600 FAX: 6224-1400
E-mail: singapore@sankei-tourist.com.sg

世界的権威の歯科矯正医

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 **AFTER**

- 日本人スタッフがフルサポート
- 日本の歯科医と提携、帰国後も治療継続OK
- 日本人医師による一般歯科診療もあり

19ヶ月後、抜歯せずに、最小限の痛みで治療が完了しました。

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、水は20:00まで
www.alohadental.sg

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

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

Natural ベレッザ・デ・ミドリ

Belleza de Midori
Midori's Hair Studio

10:00~20:00 (日・祝は11:00~18:00)

238 Thomson Rd #03-43
Velocity @ Novena Square
Tel: 6358-2900
Email: midoriyocw@hotmail.com

PARTI読者限定
プロモーション
ケミカルカラーパーマをされた方
大好評のスバトリートメントが\$50
来店時クーポン券を
ご提示ください!
※9月末まで

スパトリートメント \$50 (09年9月末迄)

CANADIAN EDUCATION SCHOOL

ネイティブから学ぶ英語&中国語!

- ◆ Internationalクラス 英・中国語 \$1280/3ヶ月 (月~金 3時間/回)
- ◆ 会話クラス 英・中国語 \$560/24回 (週2回 2時間/回)
- ◆ Privateレッスン 英・中国語 \$50~60/時間 (20時間以上)
- ◆ TESOLディプロマコース \$2900 (通常\$4500 英語教授法)

- ケンブリッジ&オックスフォードの学習プログラム
- 経験豊富な有資格カナダ人、英国人、米国人による指導
- 日本人スタッフ常駐
- 振り替え受講可 ● 各種資格取得対応、スチューデントパス申請可 ● 無料レベルチェックテスト実施中 (要予約)

CANADIAN EDUCATION SCHOOL

【本校】 1 Coleman St #05-12 The Adelphi (MRTシティホール徒歩2分) TEL: 6336-0666

【ピースセンター校】 1 Sophia Rd #05-11 Peace Centre (MRTドービーゴート徒歩5分) TEL: 6339-2122

E-mail: jennifercao@yahoo.com (日本語可)

CANADIAN EDUCATION SCHOOL 文部省(MOE)認可校

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。

TPS 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

AMY Beauty-Link International

美しくいるヨロコビを感じる

パルティ限定プロモーション

- ◆ IPL脱毛(脇/肘下/膝下) 58/88/148ドル (通常 150/150/350ドル)
- ◆ IPLフェイシャル 78ドル(通常168ドル)
- ◆ 3Dアートメイク眉 --- 380ドル(通常1200ドル)

※ 初回のお客様限定 ※ 2009年10月末まで

エミーは当地のセレブや有名スター達が通う人気サロンです。上記をはじめ、効果◎の多様なトリートメントをご用意しています。是非、お試しください。

エミー 14 Scotts Rd #05-72/73 Far East Plaza
Tel: 6738-2180/9061-2218 11:00~21:00 (土・日曜は19:00まで)
日本語で予約希望の場合 Tel: 9615-5305

美濃漢方診療所

内科・婦人科・皮膚科
中醫師 **劉文鋒**

- シンガポール厚生省公認中醫師
- 北京中医药大学修士(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 (9月25日~30日休診します)

最寄り駅 MRT NS22 Orchard

シンガポール本島の南沖合7キロに、サンゴ礁の小島を土台にして造成された洋上ごみ埋め立て地「セマカウ処分場」がある。この「シンガポール版夢の島」をこのほど、パシル・パンジャンからの連絡船に二十分乗り乗って訪れた。

処分場を運営する全国環境局（N.E.A.）によると、一九九〇年代後半に行った処分場建設に伴い、土台となったサンゴ礁の小島「セマカウ」「サケン」のマングローブの原生林の多くが伐採

洋上処分場と「自然」の両立

シンガポール 時事 刻々 第84回

通信社支局長が見つけたシンガポールのトピックを、写真付きで届けます。



されたという。が、その後の再植林の取り組みを進めた結果、処分場開設から10年経った現在は、島の西側に樹木の高さが不ぞろいの天然林に続いて、高さが均一な人工のマングローブ林が広がっており、「回復」に向かう自然の強さを感じて驚かされる。

マングローブの天然林を抜けた先には、磯が広がり、干潮時には磯歩きを楽しむことができる。チョコチップのような斑点が広がるヒトデや、カニ、



ナマコ、色とりどりのイソギンチャク（磯巾着）といった海洋動物が相次いで目に入り、処分場の横に在ることをつい忘れてしまうほどだ。

筆者は今回、全国環境局のツアーでセマカウ処分場を訪れる機会を得た。同局によると、バード・ウォッチングや釣り、磯歩き、星の観測などの市民団体を通じて処分場を一般開放しているという。

【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

MY SCHOOL そろばん教室
社団法人全国珠算教育連盟会員教場

生徒募集中!

今がチャンス!



いつでも体験学習ができますよ! 遊びにおいで!

そろばん学習は右脳を活性化し、基礎能力を高めてくれます。

珠算・暗算・フラッシュ暗算検定を実施しています。

スクールバスあり(クレメンティ校、チャンギ校、ブキティマ、オーチャードRd近辺)

MRTクラークキー駅上セントラルに移転しました
8 Eu Tong Seng St #14-87 The Central Office 2
Tel: 6737-2401(原口)
www.myschoolsingapore.com

光エネルギーの奇跡

IPLフェイシャル

初回限定 \$68 (通常\$240)

Signature Beauté

Tel: 62-955-455

360 Orchard Rd #05-09 International Building Singapore 238869 (イセックスコップ隣)



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月末開講予定

- ◆ 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。

無料体験レッスン受付中

※お問合せ・ご予約は電話又はメールにてどうぞ

・プリティッシュ英語コース 随時募集中
・日曜日午後ビジネス英語クラス開講中

※レベルチェック 受付中(要予約)

IKOMA Language School
生物语言学院

日本語ホットライン
Tel: 6238-0055 (平日 10 am~6 pm)
(Ms. 嶋谷・Ms. 渡辺・Mr. 中川様)
#12-07 Shaw House (伊勢丹スコップ上のオフィスビル)
ホームページ www.ikoma.com.sg

◆◆◆ 一碗からピースフルネスを ◆◆◆

茶道裏千家淡交会シンガポール協会の行事&クラスに参加してみませんか。

- ◆ クラス内容 ◆
- ◆ 初心者体験コース 4回 \$150
- ◆ 学生コース 4回 \$100
- ◆ 行事 ◆
- チャリティ茶会『秋』
9月13日(日)10時~16時
(受付 9時30分~15時30分)
- 場所: シンガポール日本人会
2階 ボールルーム
チケット代 \$15

詳細につきましてはお電話でお問い合わせください。

URASENKE (電話) 6334-4175

machimame

子供に優しい歯医者さん 「ジュニア・デンタル・ケア」

ニーアンシティにある総合歯科医院。同院には「ジュニア・デンタル・ケア」があり、子供の発育に沿った治療を行っています。歯並びは早期に専門医の診察を受けることで直ぐに矯正を行わなくても治療計画ができ、抜歯を避けられる場合もあります。虫歯は早期発見で削る事を回避できる場合も。医師は児童心理を熟知し、専門の部屋でアニメを観ながら治療を終える子もいます。他に治療を怖がる子の治療提案や障害児の歯科ケアもあり。15年以上に渡り日本人の方々の信頼を受け、必要な治療のみ行う誠実な治療ポリシー。日本人スタッフが常駐しています。

Aシティ・ニホン・デンタル・センター
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
※歯科検診も実施中(完全予約制)



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
- 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
発育過程の検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
- 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(歯根管に関する治療)
TMJ/TMD(顎関節の治療)
歯周治療(歯茎の治療)
歯ぎしりの治療

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
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-8階フロア-8階です)

ティンデール TYNDALE EDUCATION GROUP SINCE 1990

★奥様のための英語クラス

ネイティブ講師/日本人講師
レッスン中の託児サービスあります

ネイティブ講師の
キッズ英語クラス
(4~6歳)

★日本人講師による「えびりでの英会話」

★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



JOY CLINIC FOR WOMEN ~産婦人科専門クリニック~

- 産科、婦人科、不妊治療等に関する診察相談、および各種検査、手術等にも対応
- 妊娠20週から出産までの「マタニティー・パッケージ」あり
- JOYクリニック・オリジナル母子手帳(日本語)を用意
- 出産前の院内見学あり(日本語通訳つき)
- 日本人スタッフが通訳その他安心サポート
- 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
S'pore 258498
TEL: 6737-0044 FAX: 6474-4935
日本語ホットライン 9115-1718 (21:00まで)
joyclinicforwomen@yahoo.co.jp (日、英)
診療時間(予約制):
月、火、金 9:00~12:30 & 14:00~17:00 水、木、土 9:00~12:30
日本人スタッフ勤務時間:
月、水、金 9:00~12:30 火、木、土 9:30~12:30

personal voice
Jalan Jalan
無料掲示板

掲載ご希望の方は、
FAX(6474-6703)、
郵送 (Blk 61 Lengkok Bahru #01-452
Singapore 150061)

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、このコーナーに関してのお電話でのお問い合わせは一切お断りしております。

●締め切りは毎月10日正午です。
●無料掲載分で字数が多い場合、一部割愛させていただきます。また、編集の都合により掲載されないこともあります。

●営利目的の内容(教えます、お部屋貸しますなど)及び求人広告は有料です。また、探しています、お知らせでも企業や店舗の営業案内、テナント事務所等是有料となります。掲載料は50字以内\$32.10、100字以内\$53.50(いずれもGST含む)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23年 卒業生2000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
URL: www.wjlc.net

■トールペインティング教えます
CDA資格有り。少人数制。1回無料体験。
Tel: 9128-3675 (YU)

お知らせ

■アラノン家族グループ
漠然とした生きづらさ・不安を感じていませんか。幼少時代、または今現在の家族や身近な人の嗜癖問題(飲酒、ギャンブル、薬物など)が原因となっているかもしれません。心当たりのある方は、アラノンに参加されてみませんか。日本語アラノン家族グループは家族や身近な人のお酒や薬物依存による影響を受けた人々を助けることを目的としています。自主的な献金だけで活動しているグループですので、会費などは一切ありません。

場所: NOVENA教会
(300 Thomson Rd/MRT Novena駅より徒歩5分)
日時: 毎週土曜日 17:30~18:30
Email: japalanonsing@hotmail.com
(場所はお借りしているだけなので、連絡は上記のEmailへお願い致します。)

URL: www.geocities.jp/alanon_singapore/

■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・児童書の貸出を行っています。また毎月16時からお話会も開催しています。お子さんと一緒にぜひお越し下さい。詳細はHPにて。
9月開催日: 11、25日(金) 15:00~16:30
Email: poplarb@gmail.com
URL: blog.livedoor.jp/spoplar/

■コアラクラブ
お友達を作りたい、体験談を聞いてみたい、産前・産後の心配事、ストレス、子育ての悩みなど、みんなとお昼やお茶をしながらお喋りして解消しませんか?

日時: 9月17日(木) プレママ、9月24日(木) 1歳頃~2歳頃までのお子さんとママ 11~16時頃(退会自由)
定員: 10~12名(定員になり次第お申し込みは締め切りさせていただきます)

会費: \$2 + お昼代(お弁当注文予定)、おやつは差し入れ大歓迎! 飲み物はこちらで用意します! お子さんの食事は持参。お昼寝する場所はあるのでバギーは不要かと思えます。
お申し込み、詳細は www.ladybaby.com.sg の「ご案内」とお知らせから!!

■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9月、10月の日程
9月5日(土)、9日(水)、10月3日(土)
10:00~(受付9:45~)

集合場所: 植物園ビジターセンター
シンガポール植物園日本語ガイドグループ
■シンガポールカトリック日本人会
子供は私たちが好き勝手にできる所有物ではありません。面倒を見、大事に育てるようにと天から授かった賜物です。子供は私たちがとても大事なお客様。わが家に来てきて、こまやかな気配りを受け、しばらく滞在し、それからそれぞれに自分の道を行くために出てゆくのです。ヘンリ・ナウエンと一緒に自分を見つめる静かな時間を過ごしませんか。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下さい。ご連絡お待ちしております。

TEL: 6468-6965
Email: kasaharaj@pacific.net.sg
URL: blogs.yahoo.co.jp/sg_catholic_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Kids】*事前予約不要
対象: 9ヶ月~未就学児
日時: 9月9日(水) 10:30~11:30(10:20開場)
内容: 手遊び、お友達作り等
会費: \$4(要共通参加者カード)
会場: 日本人会ファンクショナルーム1を予定
持ち物: 名刺、敷物(バスタオル等)、靴用ビニール袋
注意事項: 受付時に混雑が予想されますので、時間には余裕を持って、お早めにご来場下さい。対象年齢を超えた方のご参加は、ご遠慮願います。

【ぶるち〜の開催のお手伝い募集中】
ぶるち〜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。スタッフだけのお楽しみイベントもあります!

Email: prutino@hotmail.com
URL: www.48.tok2.com/home/prutino

■コンサート【音楽の贈り物】
10月25日(日) 15:00~日本人会オーデトリウムにてシンガポール在住の武蔵野音大卒業生がピアノ・声楽・弦楽器・管楽器などによるカジュアルクラシックコンサートを開催。チケットは日本人会受付にて\$10で販売。(未就学のお子様も入場可)

■チャリティ茶会【秋】開催
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開催されます。
9月13日(日) 10~16時(受付9時30分~15時30分)
シンガポール日本人会2階 ポールルーム

チケット\$15(裏千家茶室および日本人会フロントオフィスにて販売中)なお、収益金はストレイツタイムズのスクールポケットマネーファンドに寄付されます。

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: 6334-4175

■ミュージアム情報
・シンガポール国立博物館 (10:00~18:00)
シンガポールの歴史・生活を展示で紹介。「Image of Our Landscape」では19世紀のシンガポールの風景画、写真などを展示(9月3日~11月29日)。
※ライフスタイルギャラリーは20:00迄 ※無料日本語ガイド(火~金10:30~、第1土13:30~祝日除く)

・シンガポール美術館 (10:00~19:00)
シンガポールアートの第一人者Anthony Poon(アンソニー・プーン)の作品展。絵画からレリーフ・彫刻の代表作、明るい配色の作品を展示(開催中~10月18日)。※金21:00迄 ※無料日本語ガイド(火~金10:30~祝日除く)

・アジア文明博物館 (9:00~19:00)
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、南アジアの貴重な文化遺産を多数展示。特別展 ハンターズ&コレクターズ(7月24日~9月21日)。※月13:00~、金21:00迄 ※無料日本語ガイド(火~金10:30~、第1土13:30~祝日除く)

・プラナカン博物館 (9:30~19:00)
華麗なプラナカン文化を紹介する常設展示に加え、特別展としてプラナカンのファミリージュエリー等350点が展示されているP&Pブリング展開催中。(12月13日まで) ※月13:00~、金21:00迄 ※無料日本語ガイド(火~水・金10:30~祝日除く)

華麗なプラナカン文化を紹介する常設展示に加え、特別展としてプラナカンのファミリージュエリー等350点が展示されているP&Pブリング展開催中。(12月13日まで) ※月13:00~、金21:00迄 ※無料日本語ガイド(火~水・金10:30~祝日除く)

募集

■英語サークルメンバー募集
英語勉強会「Newsweekの会」ではメンバーを募集しております。お問い合わせ、見学お気軽にどうぞ。
日時: 毎週木曜9:30~12:00
場所: MRTニュートン駅近く
Email: yasuyoyoshikuni@yahoo.co.jp(ヨシクニ)

■《ミュージアム日本語ボランティアガイドグループ入会説明会のご案内》
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・プラナカン博物館で日本語ガイドを行う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。説明会を行いますので、お気軽に会場へお越しください。予約不要。
日時: 9月14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)
Tel: 8120-1977 佐川
Email: jdtrainingcontact@yahoo.co.jp
Tel: 9114-9700 佐々木
Email: jdcoordinator2@yahoo.co.jp

■ボランティア募集
Young Adult Support Center は中学校卒業後の障害のある子供、成人の療育センターです。現在、生徒4名(日本人3名)です。毎週月、火10:00~15:00の間、子供達と一緒に活動して下さるパートタイマーの方を捜しています。専門の資格のない方でも大丈夫です。障害児(者)の療育に興味のある方、子供の好きな方、気楽にご連絡下さい。
Tel: 9835-1037 (Kyoko)
Email: makari81@singnet.com.sg
URL: www.yasc.org

求人

■会計・税務関係の募集
会計・税務関係(又は法規関係)の経験/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。お問い合わせ先以下(秘密厳守)。
Tel: 9027-8300 E-ビック(Avic)エヌ・エイ・シー
Email: hr@avic.com.sg
URL: www.avic.sg

Deliciously Healthy
『おいしく飲める日本のお酢です』

■Saika Vinegar Drinks(300ml)
・ハニー、すだち、赤ぶどう(希望小売価格各\$17)
・福井梅(希望小売価格\$20)



お酢で夏バテ&メタボ解消!!

お酢には疲労回復を助けるクエン酸が含まれています。暑さで毎日グッタリの方も、1日30mlのお酢をお水で割って飲めば、元気回復! また、お酢の継続的摂取は内臓脂肪の低下にもつながります。メタボ対策にもオススメです。

お試し 9月15・16日 試飲販売いたします。
ホテルフェア、グッドウッドパークホテルにて。

販売取扱店
■西野薬局(明治屋・伊勢丹B1F・高島屋B2F)
■日本人会クラブショップ
■Four Seasons Organic Market(グレートワールドシティ#B2-07)
■アスペン・ハイツ・コンド内ミニマーケット

製品の詳細はウェブ: www.saikaproducts.comまで。
直販デリバリーも承っています。
お申し込みはウェブからオーダーフォームでどうぞ。



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

今月はタイ
大反響につき、コーナー化!
アリラ・チャーム
無料宿泊券プレゼント!!

白砂のビーチに囲まれ、静かな漁村の佇まいを残す、タイのチャーム。バンコクから車で約2時間半、知る人ぞ知る、隠れ家リゾートです。今回、当地のラグジュアリーホテル「アリラ・チャーム」の無料宿泊券をパルティ読者限定、1組2名様様にプレゼント!
同ホテルの設計は、アジアの代表的建築家デュアングリッド・ブンナグが手掛け、寛ぎの空間を演出。極上ホテルでゆっくりと過ごす至福の時間。無料ステイできる幸運の女神はあなたに微笑むかも。まずはご応募を!



アリラ・チャーム宿泊券 詳細
●1組(2泊3日、大人2名朝食付き)
●部屋: Horizon
●2009年10月1日~2010年3月10日まで有効
※2009年12月23日~2010年1月10日、2010年2月12~17日を除く
協賛: ホリデーツアー
ホテルの詳細はwww.alilahotels.com/ChaAmまで

NIHON
100%納得の
「プレミアム」な治療を
院長 皮膚科担当医
ドシラウ
小児科担当医
大野眞美子
ニホンプレミアムクリニック
月曜~金曜 9:00-12:30/14:00-17:30 土曜 9:00-13:00
日・祝祭日休診
●総合診療科・小児科・眼科・消化器外科・耳鼻咽喉科
●産婦人科・整形外科・皮膚科(平日午後診療(要予約))等
美容治療の初診料は無料。お気軽にご相談ください。(皮膚科)
最新Qスイッチレーザーによる効果的で安全な治療
ほくろとりなど: \$250、
毛穴の引き締め・ピーリングなど: \$400
話題のボトックス治療: \$250~
日本プレミアムクリニック NIHON PREMIUM CLINIC
NOVENA MEDICAL CENTER 10 Sinaran Drive, #11-12/13/30
Tel: 6397-2002 Fax: 6397-2112 Email: contact@npc.sg
www.nihonpremiumclinic.com

シンガポール国際日本語教会
■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
キリストの福音を伝えるためにこの地につくられた日本語教会です。皆さまのお越しをお待ちしています。
International Japanese Church of Singapore

PRESENT
協賛: ホリデーツアー
アリラ・チャーム宿泊券 詳細
●1組(2泊3日、大人2名朝食付き)
●部屋: Horizon
●2009年10月1日~2010年3月10日まで有効
※2009年12月23日~2010年1月10日、2010年2月12~17日を除く
協賛: ホリデーツアー
ホテルの詳細はwww.alilahotels.com/ChaAmまで
プレゼント応募方法
「アリラ・チャーム宿泊券希望」と明記の上、氏名・住所・TEL・今月号の感想をお書きいただき、E-mail: info@parti.com.sgもしくはFAX: 6474-6703までお送りください。(2009年9月20日必着)
※当選発表は発送をもって、代えさせていただきます。

A Story of the Image: Old & New Masters From Antwerp

アントワープ美術展



ベルギーのアントワープにある「王立美術館」現代美術館、世界遺産である「プランタン・モレトゥス印刷博物館」が所蔵する約150点の絵画作品などを紹介する美術展。ルーベンスやヴァン・ダイクなどシムガポールでは初公開となるフランドル絵画のほか、リュック・タイムスやラウル・デ・カイザーなどベルギー出身の現代アートの大家の作品が一堂に会し、新旧の傑作を鑑賞するまたとない機会です。

A Story of the Image: Old & New Masters From Antwerp (写真提供/シムガポール国立博物館)

①: 開催中～10月4日(日) 10:00～18:00
 ②: シムガポール国立博物館
 \$: 一般\$8、学生と60歳以上\$4
 ☎: nationalmuseum.sg

2009 FORMULA1 Singapore Grand Prix

2009 F1シムガポール・グランプリ



美しくライトアップされた大都会、シムガポールをマシンが駆け抜けるモータースポーツの最高峰F1グランプリが再びやってきます! 昨年は世界初の街路での夜間開催で、大いに盛り上がりを見せた同大会ですが、会場のマリナベイ・ストリート・サーキットには今年も10万人を超える観客が集結し熱戦を見守ります。チケット完売は必至、お早めにご予約を!

①: 9月25日(金)～27日(日) ※タイムスケジュールについては下記公式サイトにてご確認ください。
 ②: マリナベイ・ストリート・サーキット
 \$: \$38～1,488
 ☎: Tel: 6738-6738 www.singaporegp.sg

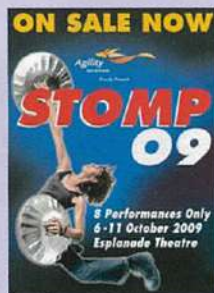
Sep 09 Event Information

今月のイベント情報をお届けします

①: 日時 ②: 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。

STOMP 09 FRESHER, FASTER, FUNNIER!

STOMP 09



バケツ、デッキブラシなど身の回りのモノや体を打ち鳴らす、斬新なリズムセッションで知られるエンターテインメント集団、STOMP(ストンプ)。世界30か国以上で公演を行い、1000万人を動員してきた最強のサウンドメーカーが新しい演目を引っ提げてついに来星。彼らの手にかかればあらゆるものが楽器に変身! 音楽、ダンス、演劇などすべての枠を超えたステージに要注目。

①: 10月6日(火)～11日(日)
 火～金20:00～、土14:00～20:00、日14:00～19:00～、月休
 ②: エスプラネード・シアター
 \$: \$70～120
 ☎: SISTIC Tel: 6348-5555 www.sistic.com.sg

AN EVENING WITH IL DIVO

イル・ディーヴォ コンサート

2004年のデビュー以来、卓越したコーラスワークでクラシックとポップスの融合を牽引してきた多国籍ヴォーカルグループ、IL DIVO。甘くせつない歌声と端正なマスク。"世界中が恋に落ちた"と評される彼らの圧倒的かつスマートなパフォーマンスは、今回1日限定。絶対にお見逃しなく!

①: 9月21日(月) 20:00～
 ②: シムガポール・インドア・スタジアム
 \$: \$88～275
 ☎: SISTIC Tel: 6348-5555 www.sistic.com.sg

Singapore Sun Festival 2009

ELVIS COSTELLO-A Solo Performance

エルヴィス・コストロ ソロ・ライブ

ジャンルを超えた音楽的挑戦を続け、多くのアーティストに影響を与えてきたシンガーソングライター、エルヴィス・コストロによる一夜限りの単独公演。普遍的なロックの要素と独自の音楽観でファンを魅了する世界のカリスマのステージをとくにご覧あれ!

①: 10月5日(月)
 ②: エスプラネード・コンサート・ホール
 \$: \$88
 ☎: SISTIC Tel: 6348-5555 www.sistic.com.sg

information

Sep 09

明治製菓「アミノコラーゲン プレミアム」 パルティ読者3名様プレゼント!

厳選された高純度のフィッシュコラーゲンを使用し、キレイの素として大人気の「アミノコラーゲン」。同シリーズの「アミノコラーゲン プレミアム」は、ヒアルロン酸とコエンザイムQ10がプラスされ、更に進化! ワンランク上の美をもたらすプレミアムパウダーです。今回、この商品を3名様にプレゼントします。「ア

ミノコラーゲン プレミアム希望」と明記のうえ、氏名・住所・TEL・今月号の感想をお書きいただき、E-mail: info@parti.com.sgもしくはFAX: 6474-6703までお送りください。(9月20日必着)

www.meiji.co.jp/health/amicolla



AYURTOPIA AROMAから ホテルバザー出店のお知らせ

●本誌連載「アロマセラピー物語」でもお馴染みのAYURTOPIA AROMAがホテルバザーに出店。厳選したハイクオリティの精油、アロマキャンドル、ディフューザーを販売します。ディフューザーをお買い上げいただいたパルティ読者に10ml入りの精油を一本プレゼント。ぜひ足を運んでみて!

ホテルバザー
 場所: グッドウッドパークホテル
 2階Windsorボールルーム(スコツツ・ロード)
 日時: 9月15日(火) 10:00～19:00
 9月16日(水) 10:00～17:00
 AYURTOPIA AROMA
 www.ayurveda-asia.com



Miyabiから PARTI読者限定プロモーション

●一人ひとりの髪質や好みに合わせ、旬のスタイルを提案してくれるMiyabi Japanese Hair Salon。経験豊富なスタイリスト、古西さんとアンさん2人のアットホームな人気サロンです。今回、Miyabiでは、お得なプロモーションを実施。カット&カラーもしくはカット&パーマでトリートメントが無料(9月末まで)に。

秋のスタイルはMiyabiにお任せ!

Miyabi Japanese Hair Salon
 1 Coleman St #02-21 The Adelphi
 Tel: 6336-8867 10:00～18:30 火休
 カット: 45ドル パーマ: 90～140ドル
 カラーリング: 75～130ドル



「マルリー」から お得なプロモーション

●フェイシャルで定評のある、日本人エステティシヤンのサロン「マルリー」。ここでネイルやまつ毛パーマ、まつ毛エクステができるってご存知? 日本人スペシャリストが肌にも優しい施術を行っています。さらに話題のミネラルメークアップのレッスンや購入もでき、いろんなキレイをワンストップで体験できちゃいます。お得なプロモーションを利用して、フェイシャルして、ネイルやまつ毛のお手入れもする、リラックス・デーを過ごしてみませんか?

MARLY ESTHETIC SALON
 402 Orchard Rd #04-15 Delfi Orchard
 Tel: 6738-3736
 9:00～18:00(最終予約) 日祝休

フェイシャル(ノーマル)+ MMU + ネイルor
 まつ毛エクステ 150ドル(10月末まで)
 ※MMUは、ミネラルメークアップレッスンとMMUクラブ会(割引特典アリ!)含む。
 ※ネイルは、カルジェルを使用。ハンドまたはフットを選択(単色)。



快適! シムガポール生活講座のご案内

●5月に開催した「星蘭会・初めて来星された方のオリエンテーション」の第2弾で、より快適なシムガポール生活を送るための講演会です。会の後半では茶話会形式で、参加者同士の交流会を予定しています。初めてシムガポールで生活される方を始めとして、多くの方に関心の高い情報満載の講演会です!是非ご参加下さい。日本人会員以外でも参加できます。
 当日の主なプログラム
 1. 「在外生活の安全に関する情報」
 2. 「海外駐在生活inアジアの留意点」
 3. 「海外生活を家族と楽しむために知っておきたい10のメンタルヘルス情報」
 4. 生活お役立ち情報交換会

●日時: 10月22日(木) 10:00am～12:30pm
 ●場所: 日本人会館ボールルーム (2F)
 ●費用: 無料(お飲み物を用意しております)
 ●申込期間: 9月15日～10月14日
 ●定員: 70名(先着順)
 ●申込・問い合わせ: 日本人会館フロントオフィス(1F)
 TEL: 6468-0066(お電話でのお申し込み可)

※お子様の年齢、性別をお知らせ下さい。※キッズルームはございません。お子様と一緒に別室モニタールームにてご参加いただけます。(定員10組)※当日、シャトルバスは乗り切れない可能性がございます。ご了承下さい。



きく組
 チャレンジ大好ききくぐみさん!
 毎日笑顔が絶えません!

らん組
 いつも元気ならん組さん♪
 たくさん食べてたくさん遊ぼうね!

一人ひとり感じる心も考えることも違います
 大切に受け止めながら温かな心と主体性を育みます
 好奇心を深め意欲的な毎日を通す
 日本人幼稚園の子ども達!

10月3日運動会!
 未就園児競技あります。
 みんな来てね!

Japanese Kindergarten (S)Pte Ltd
 251 West Coast Road Singapore 127390
 TEL: 67793434 FAX: 67771830
 Email: info@jks.com.sg
 http://www.jks.com.sg

シンガポール
 日本人幼稚園