

parti



無料

パーティ Sep2011 vol.213 FREE 毎月1日発行
自宅まで無料でお届け! お申込みは www.parti.com.sg まで

特集
と私の新生活



parti. 発行/パーティ September 11 vol.213 2011年9月発行 \$80 発行/Parti Pte Ltd Bldg1 Langkok Bahru #01-452 Singapore 150061 TEL: (65) 6474-8003 FAX: (65) 6474-6703

シンガポールで車を運転したい!

シンガポールは車が高い! 事故があっても言葉の問題で大変!
ということであきらめている方はおられませんか?

週末または希望時レンタル

日本からのお客様の案内、週末の家族旅行など用途に合わせた車種を選ぶことができます。面倒なメンテナンス、税金の支払、車検など一切不要です。

長期リース

2年を超えてお客様のご希望する期間、リースするシステムです。ご希望の車種を手に入れ、年3回のフルメンテナンスを含み、面倒な手続きをすることなくご予算に応じた毎月の支払でシンガポールでの車生活を楽めます。(料金はお始めの時期によって異なります。詳しくはお問合せください)

運輸業でおなじみのコムフォート・デルグロが、あなたのシンガポールでのドライブライフをお手伝いします。

週末だけ借りるレンタカーから、2年間3年間と滞在期間に合わせた長期リース、道路税、車検、保険、メンテナンス、故障時のサービスまでのフルサービスをお客様のご予算に合わせてご提案いたします。

※日本の運転免許証をお持ちの場合、来星後1年以内はそのままシンガポールで運転することができます。1年以上滞在する場合はベシックスセオリーテストで取得できるシンガポールの運転免許証に切り替えなければなりません。

シンガポール大手のレンタカー会社
コムフォートデルグロ・レンタカーが
ご予算に合わせたお車を用意します。

トヨタ・ハイオスの新モデルがお手ごろ価格で長期レンタルできます。



ウィークエンド
特別パッケージ

\$175 (金~月)
(1500/1600cc 車のみ)

日本語でのお問合せは: **9634-1725** (いきしま)

COMFORT DELGRO
RENT A CAR
Reliability with a Difference

Tel: 6882-0800/6882-0882
Email: sales@cdgrentacar.com.sg
URL: www.cdgrentacar.com.sg

Sensory learning, neuromuscular activities, and spatial awareness, otherwise referred to as, "WEEEEEE!"



The Little Gym リトルジムでは、子どもたちの未知なる能力を引き出します。生後4ヶ月から12歳までのクラスでも、お子様の成長に合わせ心身の健やかな発達のみならず自信を与え、バランス良くサポートします。

入門クラスのスケジュールは下記までお問い合わせください。

SINGAPORE EAST, Marina Square
6336-9734, 6336-4307

SINGAPORE WEST, Forum Shopping Mall
6238-6331, 6238-8267

www.thelittlegym.com
www.childrensuccess.com



Parent / Child Classes · Pre-K & Grade School Gymnastics · Dance · Karate Sports Skills · Awesome Birthday Bashes · Parents' Survival Night · Camp

CONTENTS

07 特集
ベビと私の新生活

- 04 夢紀行 インド
- 05 マガジンアンテナ
Asian Golf Academy / Iyengar Yoga Centre
- 17 マガジンアンテナ
Medical aesthetics spa(uk)
ComfortDelGro Rent-A-Car
- 19 マガジンアンテナ
monso hair design Tokyo / Belleza de Midori
- 21 マガジンアンテナ
豚骨王けいすけ / 楽市
- 22 Pick Up by Nishino Pharmacy
サトウQ10液状カプセル
まぢマメ アロハデンタルクリニック

- 23 PARTI Report SHABU 29
- 24 働く女性のキャリア相談室
シンガポールで働きたい! ~面接と自己分析~
- 25 美肌相談サロン 新感覚なお肌の活性化
- 26 PARTI BUZZ! ショッツ
- 27 時事速報ピックアップ
- 29 心ひも解くヒント 合理化
- 30 まぢマメ Kawatec
- 31 シンガポールの健康生活
日本脳炎の予防接種
- 32 なぜなに? 電解還元水
マグネシウムの話
- 33 マーライオンとワルツ
エビ釣りへ行こう
- 35 アルビス社長ノート
リーグカップ優勝!
- 38 英会話誌上レッスン
あ~! 楽しかった!!

- 39 シンガポールの住宅・不動産事情
佐藤さんの住宅探し 41
- 40 在外やぶにらみ
ヨーロッパの空の交通事情
ヘルシンキ、ロンドンの印象(2)
- 41 伝言板 Jalan Jalan
- 42 インフォメーション
- 43 イベント情報

■ パルティ MICA(P)147/10/2010
■ Publisher Parti Pte Ltd
Blk 61 Lengkok Bahru #01-452 Singapore 150061
info@parti.com.sg
Tel: 6474-8003 Fax: 6474-6703
■ Chief Editor Takamori Tetsuo
■ Sales Hatton Emi (hatton@parti.com.sg)
Tsujiura Aki (tsujiura@parti.com.sg)
■ Writer Aoki Asami / Uchinaka Sanae / Nitta Kumi
■ Designer Aihara Yuki
■ Printer Innotech Communication Pte Ltd



混み合う時期こそ
JTBにおまかせ!

混み合う時期に旅行に行きたくても、気づいた時にはすでに遅し! 人気の旅行先は売り切れに……。でも、JTBの「限定出発」なら、お客様に代わって航空券を事前に押さえているので安心です!

連休(ハリラヤハジ・旧正月)&年末年始のフライト確保!



限定出発 ★12月31日発 2泊3日
★1月21日発 2泊3日



限定出発 ★11月5日発 2泊3日
★12月30日発 3泊4日
★1月21日発 2泊3日



限定出発 ★1月21日発 3泊4日

「お出かけフェア」へGO! ~旅のプロによる旅先情報説明会~

10月3日(月)
10:00~11:30

@JTB マンダリンギャラリー店
テーマ「オーストラリア」

アクセス方法、過ごし方や現地アクティビティなどなど、シンガポールから人気の3都市「ゴールドコースト」「パース」「エアーズロック」を中心にご紹介します。

※お申し込みは電話又はEmailにて、※完全予約制(定員になり次第締め切ります)。

特典1
Lawry'sでの軽食付き!



特典2
デルタ航空特別料金をご提供!



特典3
ティファニーのクリスタルボウルをプレゼント!
(毎回3名様)



【パッケージに含まれるもの】往復航空券、ホテル2泊もしくは3泊(朝食付き)、空港とホテル間の往復送迎。
※各方面の料金、詳細はお問合せ下さい。

JTB マンダリンギャラリー店
333 Orchard Rd #02-17 Mandarin Gallery
(マンダリンギャラリー内)

TEL: 6735-2345 FAX: 6597-0880

Email: jtbtravelsaloon.sg@jtbap.com
URL: www.jtbsingapore.com

営業時間: 10:30~20:00 (毎日)
※旧正月を除く



golf lesson

家族でラウンド出来る日は早くそこ一緒に頑張ろう。



秋、ゴルフシーズン到来
目指せ、第二の石川遼、松山英樹!

アジア太平洋オセアニア地区でのゴルフ競技のさらなる普及、発展を目的に2009年に創設された「アジア・アマチュア選手権」。3回目となる今年の舞台はここシンガポール。9月29日~10月2日、シンガポールアイランドCCにて開催されます。優勝者はマスターズ出場権を獲得でき、昨年大会優勝の松山英樹君(東北福祉大)は、マスターズにてベストアマチュアを獲得、日本人初の表彰式列席という快挙を成し遂げました。

さて、日本だと敷居の高い本格練習場でのジュニアゴルフレッスンもシンガポールならお手軽です。もし我が子に適性があるなら早いうちに芽を伸ばしてあげたいもの。ジュニアの習い事は長い期間で見ていく必要がありますので、先生を選ぶときはなにより人格を重視したいもの。いい先生に出会って、まずは「ゴルフって楽しい」と子どもが心から感じる事が重要です。ジュニアにお勧めの、優しく分かりやすい先生をお探しなら齊藤賢治プロのゴルフスクールの門を叩いて。子どものレッスン中は付き添いのパパママは格安の打ちっ放し*でいい汗かくのもよし、一緒にレッスンを受けるのもよし。*1カゴ(50球)3.20ドル。



ご紹介プロモーション

初めて受講する生徒さんと、一緒に来て受講される生徒さんは、**グループレッスン、個人レッスン共に1人あたり10ドル引き。新規の方、既存の方ともに割引。**※10月末まで適用。

1. 駐妻の皆さんもKidsに負けてはいられませんよ。齊藤先生のもとで練習練習。2. お手本の弾道の迫りも感動も、本格練習場だからこそ体験になるはず。3. 285ヤード打ちっ放しの練習場。こんな贅沢な場所でレッスンできるのはシンガポールならでは!

アジア・ゴルフ・アカデミー
Asian Golf Academy
(Bishan Driving Range 内)
601 Sin Ming Avenue (シティ方面から162番、54番バスで一本)
Tel/SMS: 9626-4603 (齊藤プロ)
Email: ksaitoh@singnet.com.sg



- 親子レッスン(1時間)
親1人子1人120ドル
親1人子2人140ドル
親2人子1人160ドル
親2人子2人170ドル
- グループレッスン(1時間半)
単発(3~6人)大人60ドル
ジュニア40ドル。
※複数回バック料金がお得。大人:5回280ドル、10回540ドル、ジュニア:5回185、10回360ドル。
- 個人レッスン(1時間)
大人1人108ドル、2人70ドル、3人60ドル、4人50ドル。
子供1人70ドル、2人50ドル、3人40ドル、4人30ドル。

パーティ読者限定
プロモーション

1回券(トライアル)
通常35ドルが**10ドル!**
※9月末日まで。※初回のみ。
※「パーティを見て」と一言。

1. アウトラム駅近くのショップハウスを改造した教室。レベル2では、こんな難易度の高いポーズも。



2. ロープのサポートがあることでカラダの緊張が抜け、より柔軟な姿勢がとれるように。3. 椅子を使えば捻りのポーズも正しく行える。「できた!」という達成感が潜在能力を引き出す。4. 「体力がついて疲れにくくなりますよ」とアキさん(左)。インストラクターのウィティさん(右)。5. 営業日も3点倒立に挑戦。指示通りにやったら意外に簡単にできちゃった!

yoga studio

サポートを使って隅々までストレッチ
しなやかなボディと健康な身体へ

ヨガに興味はあるけれど運動音痴な私、クラスについていけない心配……。そんな方にお勧めなのが「アイアンガー・ヨガ」。ブロックや椅子などの補助道具を使って、年齢や柔軟性といった身体能力の差を補うので、誰もがマイペースに楽しめるヨガなのです。

体育会系ながら体の硬い編集U、ちょっと難しい「レベル2」を体験してみました。シンプルポーズの連続に、楽勝?と思ったのもつかの間。一つひとつのポーズを維持する時間が長く、徐々にインナーマッスルに効いてきます。手脚がプルプルと震え、バランスが崩れたところへ「ブロックを使ってみて」と先生の一言。あ、これは楽ちん♪ 手の位置を変えることで姿勢が安定するんですね。普段以上にカラダの伸びる感覚が気持ちいい! 「硬い人ほど効果が出やすいですね」と、現在インストラクター修行中のアキさん。「半年ほどでカラダが変化し始め、1年後には劇的に柔らかくなりました」。長時間姿勢を保とうと集中するのはメンタル面にもよいとか。確かに、体験当夜はいつになく熟睡できちゃいました。まずはトライアルで、体験してみましょう!

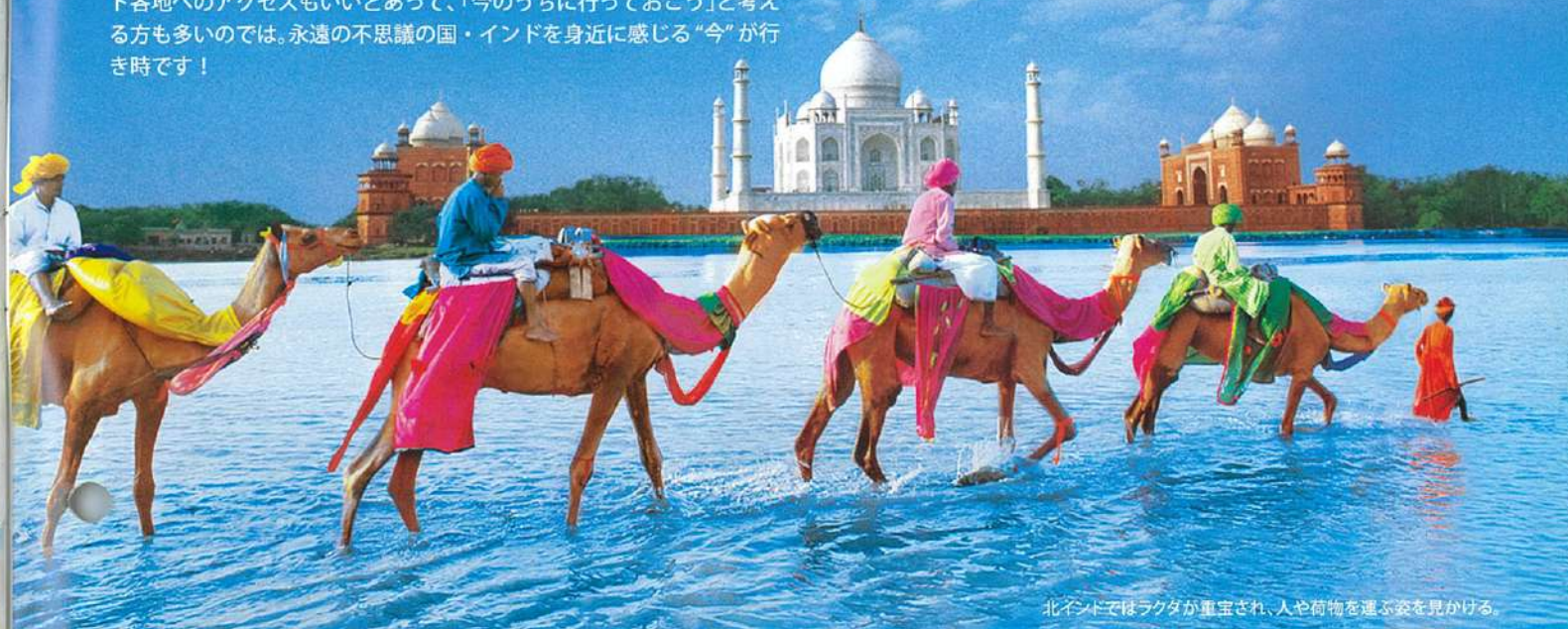
Iyengar Yoga Centre
アイアンガー・ヨガ・センター
146B Neil Rd
Tel: 6220-4048/9670-9990 (日本語対応 Aki)
Email: info@iyengaryogasingapore.com
www.iyengaryogasingapore.com

- ヨガクラス(レベル1~3): 90分×10回券/280ドル(3か月有効)
- マニティヨガ: 60分×5回券/165ドル(2か月有効)
- ※キッズヨガ、産後クラス、ランチヨガなどのクラスもあり。※25~50回券、マンスリー、年間パスなどのプランもあり。

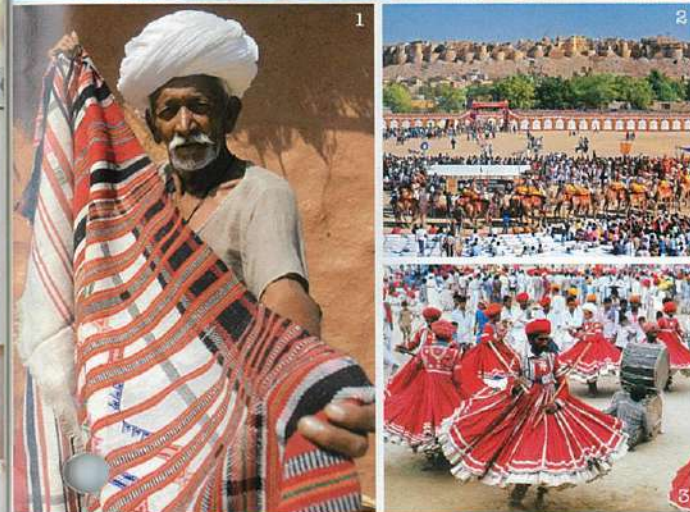
Petit

第106回 夢紀行 インド

「インドには、呼ばれる人と呼ばれない人がいる」とはよく言われることですが、シンガポールに住んでいること自体、既に「呼ばれて」いるのかもしれませんが。食、ヨガ、宗教などの文化や人に触れる機会も多く、インド各地へのアクセスもいって、「今のうちに行っておこう」と考える方も多いのでは。永遠の不思議の国・インドを身近に感じる「今」が行き時です!



北インドではラクダが重宝され、人や荷物を運ぶ姿を見かける。

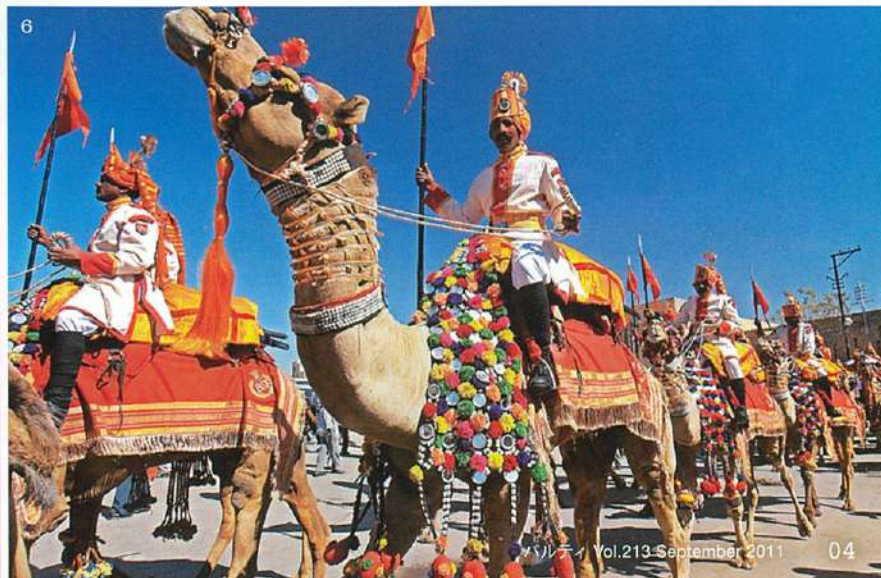


砂漠と色彩のラージャスターン
インドと一口に言っても、地域によって気候も異なり、文化や風土は多種多様。例えば首都デリーの南西、ラージャスターン州には雄大な砂漠が広がります。古くから繊維製品の生産地で、数世紀にわたり、絹・綿織物の染色・捺染技術で知られるこの地には、色鮮やかな民族衣装、繊細な建築物、伝統音楽や舞踊など独特の伝統と景観が。
聖なる湖のラクダ祭り
普段は静かでのんびりとしたラージャスターンの町々も、祭りとなると一変、驚くほどの盛り上がりを見せます。毎月のように開催される祭りの中でも、最大の祭典がプシュカル・フェア&ラクダ市。11月の満月の前1週間(2011年は11月2日~10日)、ヒンドゥー教の聖なる湖を囲む小さな町プシュカルに、20万人もの巡礼者と世界各地からの観光客が詰め寄ります。最大の見どころは、郊外で行われるラクダ市。インド全域から何万頭ものラクダが集まり、砂漠を埋め尽くす姿は圧巻!人もラクダも煌びやかな装飾品を纏って歌い踊るこの魅力的な祭りで、一味違うインドを体験してみませんか?

1. 伝統工芸が盛んなラージャスターンは、布織物や染色・刺繍技術でも有名。
2. ラクダ市はプシュカル郊外で開催。遊園地や伝統舞踏、大道芸なども楽しめる。
3. 民族衣装でクルクル回る姿が幻想的なダンス。
4. ピンクシティ・ジャイプルのシンボル「風の宮殿」。宮殿の女性達が町を見る為に作られた。
5. 蛇使い一族であるカルベリア(シブシー)の民族舞踏は、伴奏の音楽や楽器も独特。
6. おしゃれをしたラクダたち。ラクダのダンスが見られることも。

資料提供: インド政府観光局 Tel: 6235-3800
E-mail: info@indiatourism.com.sg
www.incredibleindia.org

※シンガポールからデリーへのフライトは5~6時間。デリーからラージャスターンの州都ジャイプルへは飛行機(4~60分)、もしくは電車+バス(4~5時間)で移動。デリーから7泊8日でラージャスターン州の見所を巡る、豪華な宮殿列車(www.palaceonwheels.com)も人気。



特集
ベビと
私の
新生活

我が家に Baby がやってきた。
初めての育児は誰だって不安。ましてやここは異国の地。
でも日本ではできない貴重な体験を子どもたちにいっぱいさせ
てあげられるのは Lucky! 異国子育てはママの元気が最重要。
ママが元気なら家族みんな Happy!

ドクターからの手紙

シンガポールで安心して妊娠・出産するために

安心して妊娠中を過ごし、出産するためには、ある程度の準備が必要になります。例えば、妊娠や出産に関することを調べたり学習したりすることです。自分の体に起こっていること、これから起ころうとしていることを理解しながら、一人の親として赤ちゃんを迎える準備をして頂きたいと思えます。

海外での妊娠・出産で分からないことや言葉の問題等、色々な不安があると思います。最近ではインターネットでの出産体験記や妊娠や育児の本等、数多くの情報があふれています。とはいえシンガポールでの妊娠・出産・育児に関する具体的な情報は少ないかもしれません。曖昧な情報に惑わされないようにしたいですね。

シンガポールでは、出産方法(自然分娩・計画分娩・無痛分娩・帝王切開等)を選ぶことができます。どのような方法で出産するかは、妊婦さんとご家族の希望をお聞きし、医師と相談した上で決めていきます。私達医療従事者はできる限り妊婦さんのご希望に沿いながら、安全に出産できるようにお手伝いするのが役目です。妊婦さんとそのご家族が、安心して赤ちゃんを迎えられるようにサポートしていきたくと考えています。

Dr. Motoko

日本語可能なモトコ先生が妊娠・出産・産後まで一貫して医療分野を担当し、日本人助産師が妊娠中は保健指導、産後は母乳や育児の相談等、保健分野を担当。モトコクリニックは、オーチャード、パラゴンの中。出産や入院は、パラゴンに隣接し集中治療室(ICU)等の高度な設備・施設を完備するマウントエリザベスホスピタルを利用。また、モトコクリニックでは不妊治療や婦人科疾患の診療も行っており、在星日本人女性に絶大な支持を得ています。

Motoko Clinic For Women

290 Orchard Rd, #11-13/14
Paragon
Tel: 6838-5366
月~金 9:00~13:00, 14:00~17:00
土・水 9:00~13:00 日祝休



Memorial

永遠に残したい記憶と想い
この子の幸せが生涯続くように

生後30日前後に氏神様に誕生を報告し健やかな成長を願うお宮参り。現在は30日〜100日前後に親族揃っての会食を兼ねて神社にお参りするケースが多くなっています。残念ながらシンガポールに神社はありませんが、せめて、今しか揃えない、祝いやベビードレスでおめかしをした写真館での記念写真と想いは残したいもの。だからといって一時帰国と早まるなけれどシンガポールにも日本の写真館があるんです。誕生挨拶ハガキもオーダー可。パパママの和装レンタルの取り揃えも豊富なので、一家和風なご挨拶ハガキで日本にいるお友達をびっくりさせるのもアリ。こちら節句屋ではお宮参り以外にも七五三や結婚式など和装の衣装レンタル、記念写真など幅広く対応。



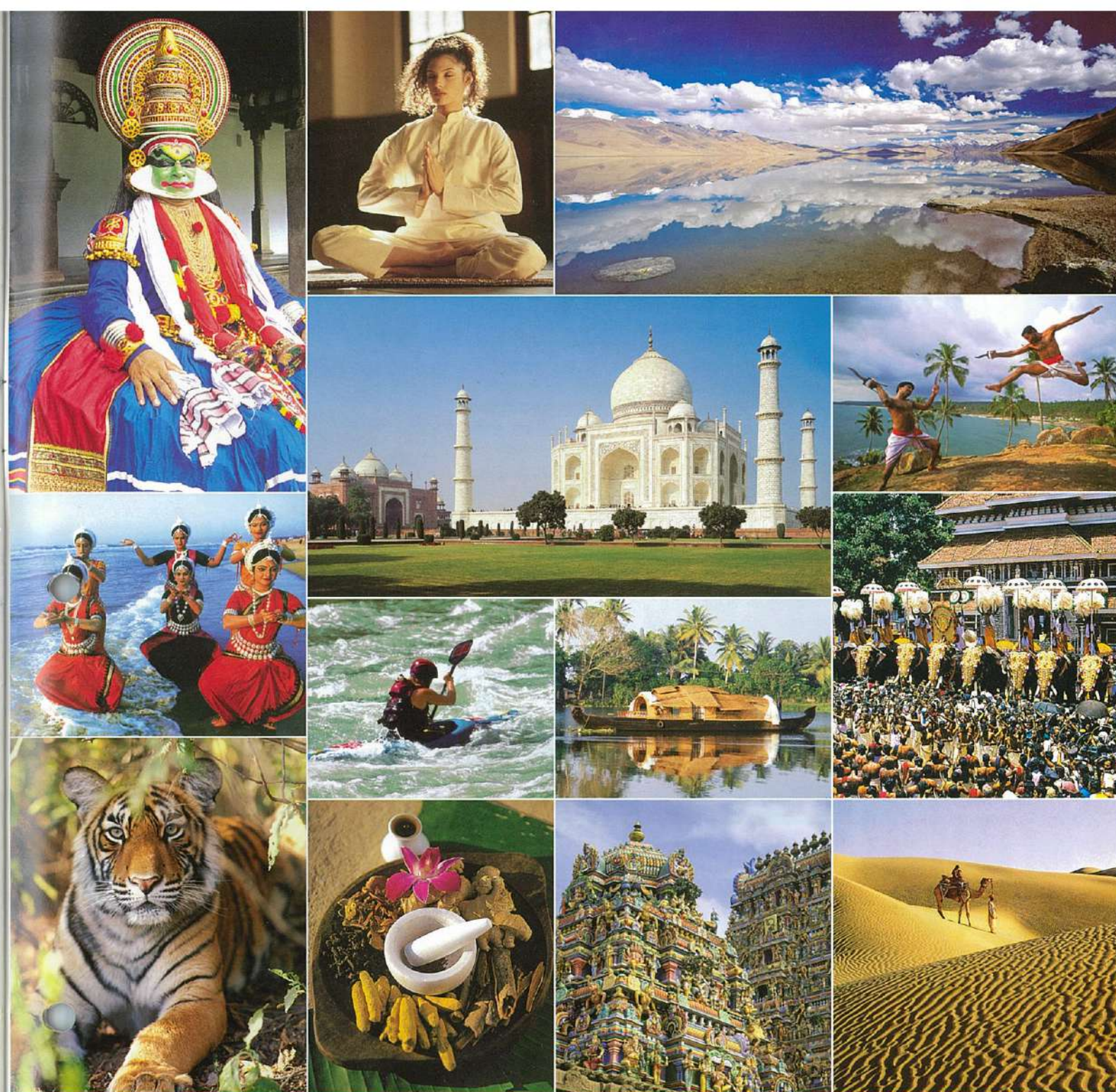
きものレンタル・節句屋
SEQYA
62 Monk's Hill Terrace
Tel: 6738-7065 (日本語対応)
10:00~18:00
www.seqya.com

Pick Up!

お宮参り写真(2ポーズ/200ドル, 3ポーズ/280ドル)
※金額はお宮参り撮影セット料金です(一ツ身、ベビードレス、着ぐるみ、撮影、高級台紙含む)※写真サイズ 6 切(20cm x 25cm)



1. 羽二重の紋付・熨斗目模様の祝着。日本男児かくあるべし! 2.3. 七五三の衣装内覧会は10月15日(土)~23日(日)に開催。詳細はお問い合わせを。



Welcome to a land where every expression has colour. Where every walk is an unforgettable trip. A land where tradition blends with modernity to create a present that is at once evocative, charming and magical. Around the clock, across the nation, India brings you sights and sounds that will remain an unparalleled sensation in your mind and heart forever. Come, celebrate life. Experience India.

With the new tourist visa-on-arrival facility for citizens of Singapore, India is now so close to home. Be there to discover the charms of Incredible India.

India Tourism, #01-01 United House
20 Kramat Lane, Singapore 228773
Phone: (65) 6235 3800 • Fax: (65) 6235 8677
Email: info@indiatourism.com.sg

Incredible India
www.incredibleindia.org



LadyBaby Precious Room
レディーベビー・プレシャスルーム
215 Bedok South Avenue 1 #04-21
Casafina
Tel: 9650-5675 (日本語対応)
E-mail: kiyomi@ladybaby.com.sg
www.ladybaby.com.sg
※「おっぱいマッサージ&母乳相談」
「ベビーファーストエイド」「産後の
家庭訪問」など産後コースも充実。



1.「ベビーケアクラス」にて、プレパパも一緒に
沐浴の練習。2. クラスで知り合った受講生同
士いつでも相談しあえる育児仲間。3.「コア
ラクラブ」では産前・産後のママ同士が集まっ
て、おしゃべりしながら不安やストレスを解消。

Health & Care

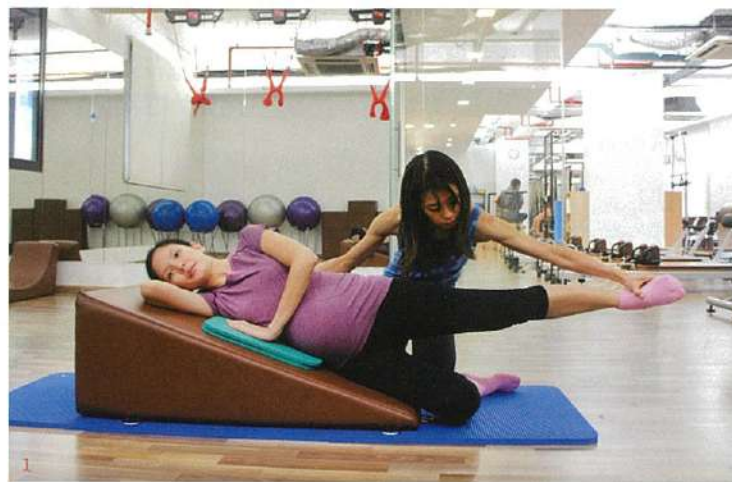
シンガポールのパパママ学級
異国出産の頼れる駆け込み寺！

当地で日本人の出産をサポートし
続け13年。もはや、在星妊婦の母的
存在として知られるキヨミさんの
バースエデュケーションプログラム
分娩助手としての経験も豊富なキヨ
ミさんは自身も4児の母。全6回の
出産準備クラスでは実際に体験した
からこそアドバイスが織り込まれ
病院では聞きづらかったあんなこと
やこんなこと何でも相談可能。全6
回のプログラムのうち3回は、沐浴
指導、異国出産ならではの産前産後
の各種手続き、出産時のパパのサ
ポートの仕方などは是非新米パパにも
参加してもらいたい内容です。出産
後は母乳育児サポートなどの講座や
ママ友をみつけられるコアラクラブ
も開催。「悩みは一人で抱え込まない
こと」と力強く話すキヨミさんに
ついでに...



Pick Up!

LadyBaby パッケージ(6回/550ドル)
※パッケージは下記全てのクラスを受講。
●出産準備クラス(4回/340ドル)
●母乳育児クラス(140ドル)
●ベビーケアクラス(140ドル)



Pick Up!

マタニティ(器械)クラス
(プライベート3回+グルー
プ(器械)5回/500ドル)
※無料体験、マットクラス、産後
クラスもあり。※参加には医師
の許可が必要(目安は安定期に
入ってから)。



1. 妊娠時に起こりやすい足のむくみを解消! サポート
器具を使って脚回りのトレーニング。2. 運動をしながら、
深く鼻から吸ってゆっくり口から吐く胸式呼吸もマス
ター。3. リフォーマーにも補助器具をセット。赤ちゃんを
含むお腹~脚の筋肉を強化する。

Health & Care

体バランスを整えて腰痛にさよなら
颯爽と街を歩きましょう!

大きなお腹を支えたり、赤ちゃん
を片手で抱いたり、産前・産後は体
のバランスが崩れて背中負担がか
かりがち。腰痛がひどくて出歩くの
もおっくう...なんてもったいな
い! 産前・産後ピラティスでは
体の歪みを治して腰痛を軽減。日々
変化する自分の体とボディタイプに
きあうお手伝いをします。
特に妊娠中は、関節が柔らかく
なったり、仰向けになれなかったり
と、運動の姿勢や方法にも細心の注
意が必要。Atsumiさん、Kokoさんの
正しい知識の下、出産時や産後の体
型戻しにとっても重要な骨盤底筋
股関節をしっかり鍛えましょう。姿
勢がしゃっきりすれば心も晴れやか
に。ハッピーなブレ&ベビママライ
フが待っていますよ!

Options Studio オプションズスタジオ
(カナダ Stott Pilates 公認スタジオ)
121 Penang Rd #04-13 Regency House Office Tower
Tel: 9129-3142 (Atsumi) /
9151-2697 (Koko) (日本語対応)
www.options-studio.com

●プライベート3回+グループ
(器械)5回/500ドル※無料体験、
マットクラス、プライベートもあり。
※上記金額は初回限定。



Atsumiさん Kokoさん

特集 ベビと私の新生活

Health & Care

お腹のベビとの繋がり感じる
至福のリラックスタイム

「息を吸って、吐くときに「フー
ン」とハミングして、ベビにも聞かせ
てあげましょう」と、心地よい声に
合わせて長く息を吐くうちに、お腹
のベビの存在を強く意識するよう
に。非妊婦ながらマタニティヨガ体
験中の編集Uまで、なんだかお腹が
温かくなってきました!
お邪魔したのはロバートソン
ウォークに新オープンした「CASA
SANTOSA」インドネシア出身のベ
ギーさんが、海外を転々としてきた
自らの経験から、「母国を離れて暮ら
す母子を心身ともにサポートした
い」と創設した、総合ヒーリングブ
レイスです。ヨガだけでなく、ホメ
オパシー、キッズセラピーなど、様々
なセッションが。9月後半からは日
本人のベギーさんによるマタニティ
クラスも始まるのでお楽しみに!



呼吸法と瞑想で全
身の力が抜け、熟睡
したかのようなすっ
きりした気分に。

CASA SANTOSA カーサ・サントーサ
11 Unity St #02-15 Robertson Walk
Tel: 6836-7782 (代表)
9018-0628 (日本語対応/Yuki)
E-mail: info@casasantosa.com
www.casantosa.com

※キッズヨガ、ママ&ミー、ファミリーヨガ等のク
ラスもあり。※9月14日(水)にグランドオープ
ニング・イベントを開催。様々なワークショップが
行われます。詳しくはWEBをご覧ください。



3.

Health & Care

“その時”大切な我が子を守れますか?
私が家族のライフセーバー!

小さな子どもが亡くなる原因の
第一位は、不慮の事故。誤飲、窒息
溺水...。普段生活している何気な
い瞬間に事故は起こります。突然の
事故、救急車が来るまでの間に応急
処置の一手が踏み出せるかがとて
も重要です。特に異国での生活で
は正しい知識を積極的に身につけ
、事が起きた時に冷静に対応で
きる母でいたいもの。シンガポールの
日系ダイビングショップの老舗
「SPEC」では各種の「救命手当オ
リエンテーション」を行ってきました
が、このたびは乳幼児向けの心肺蘇
生法講習の開催を決定。実際に赤
ちゃん人形を用いて、その時に備
えての救命講習を行います。もちろ
んパパの参加も大歓迎。

Pick Up!

乳幼児心肺蘇生法講習
(120分/30ドル)
※通常 50ドル※バルティを
見て一言。※火曜日 10:30
~。※2名以上で出張講習可。
※プロモーション料金は
2011年12月末まで。



4.



2.



SPEC スペック
150 Orchard Rd #05-44 Orchard Plaza
Tel: 6732-5582 (日本語)
E-mail: toiwase@specdivers.com
www.specdivers.com



3.

1. 大人も赤ちゃんも心肺蘇
生方法は基本は一緒。但し、
赤ちゃんに適したやり方が
あります。2. 営業Hも挑戦。
3. 用途に応じた救命講習
を随時開催。写真は AED
(自動体外式除細動器)。
4. SPEC 代表・志村さん「ち
なみにダイビングライセン
スは10歳から取得可能!」

ベビと
私の
新生活

● 婦人科・産婦人科 ●

ジョイ・クリニック

4-6 Napier Rd #08-03/04 Gleneagles Medical Centre
Tel: 6737-0044 日本語ホットライン: 9115-1718 (21:00まで)
joyclinicforwomen@yahoo.com.jp (日、英)
婦人科・産婦人科全般を担当。不妊治療相談も行う。



ラッフルズ・ジャパニーズ・クリニック

585 North Bridge Rd, Raffles Hospital #11-00
Tel: 6311-1190
E-mail: j-clinic@rafflesmedical.com
www.rafflesj-clinic.com
日本人女性産婦人科医によるトータルサポート。



ニホンプレミアムクリニック

10 Sinaran Drive #11-12/13/30 Novena Medical Centre
Tel: 6397-2002 (時間外: 81-110-119)
E-mail: contact@npc.sg
www.nihonpremiumclinic.com



● 婦人科・産婦人科を紹介しています ●

ジャパン・グリーン・クリニック

290 Orchard Rd #10-01 Paragon
Tel: 6734-8871
E-mail: reception@japan-green.com.sg
www.japan-green.com.sg



日本メディカルケア

Blk 6A Napier Rd #03-37 Annexe (グレネーグルス病院内)
Tel: 6474-7707
E-mail: nmc@nipponmedicalcare.com.sg
www.nipponmedicalcare.com.sg



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
- 3D超音波あり(要予約)

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 (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 9:00~12:00 火、木、土 9:30~12:30

毎日笑顔、健康な海外生活をサポート!



●外来診察 (小児科・内科・外科・耳鼻咽喉科・婦人科・他一般)
●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
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
併設は 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 reception@japan-green.com.sg
日本人医師団・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

Health & Care

産前・産後の不調を鍼灸治療で改善
体も心も元気に

妊娠中のつわり、腰痛、むくみから始まり、出産後の赤ちゃんの夜泣きによる睡眠不足、だこをすることで肘・膝の腱鞘炎など出産にまつわる体の悩みは尽きません。中医学では針・電気・灸を使ってツボを刺激しつらい症状を改善していきます。中醫師として20年の経験を持つフランク先生のもとには、産前・産後の悩みを持つ患者さんも多く訪れ、妊娠中や出産後の体の悩みを熟知しており相談がしやすい。針は全て使い捨ての日本製を使用し衛生面でも安心です。また、顔のむくみやくま、お腹の筋肉をひきしめる産後ダイエットのメニューや、母乳産後うつには「内閣」というツボが効くなど幅広く対応しているので一度相談してみてください。



刺した瞬間も分らなかったほど無痛なことに感動。針と電気指圧では届かない深部まで刺激することでより効果を発揮。



Pick Up!

電気針治療
産後の腰痛・腱鞘炎・膝の痛みなどの解消(約60分/50ドル〜)
※時間は問診含む。※要事前電話予約。※妊娠中の針灸は制限があるので相談を。

1. 中医学研究院卒のフランク先生。
2. 手早く、的確な場所に針を打っていく先生。
3. 逆子には「至陰」をお灸。



明生堂治療院
545 Orchard Rd #04-24
Far East Shopping Centre
Tel: 6738-2881 (日本語)
日・祝休

特集 ベビと私の新生活

Health & Care

中醫師・島田久仁子先生指南
小児用指圧マッサージ講習会

赤ちゃんの便秘、吐き戻し、カンの虫。苦しむ我が子を少しでも楽にしてあげたいと親なら誰もが思うもの。当地で日本人として初めてシンガポール中醫師国家資格を取得した島田中醫師が営むこちらのクリニックでは中医学に基づく鍼灸などの診療や、家庭で即実践できる各種講座を開催しています。今回小児に特化した指圧・マッサージのコースを開講。小児指圧は子供の経脈やリンパを母自身が愛情を込めてさすっていくことで、血液の流れを良くするとともに親子の絆を強め、子どもの精神を安定させる効果があります。自身も3人のお嬢さんに実践済み。マッサージの副産物として、足の形が良くなる、なんてこともあるかも。



Pick Up!

小児用指圧マッサージ講座
(75分×2回/100ドル)
※2011年12月末まで(通常150ドル)、パルティを見て一言。※9月20日以降開催、日程についてはお電話で相談を。

1. 産後の身体の不調などに効く漢方の処方箋も出す。体質によって処方箋は異なるので漢方服用前には必ず中醫師の診察を受けること。
2. 「正しい中医学の知識を広めたい」と島田久仁子中醫師の講義は分かり易く実践的。
3. 人体模型を使って経脈、ツボの位置を解説。



実際に経脈を確認し合いながら講習を行います。

Kuniko TCM & Healthcare
クニコ・ティーシーエム&ヘルスケア
100B Oxley Rise Hollywood Apartment
Tel: 6836-0548 / 9696-1463 (日本語対応)
9:30~12:00 14:30~17:30 日・祝・木曜午後休
www.tcmhealthcare.com
※診療時間内に、電話またはSMSにてお問い合わせ下さい。9月2日~19日は不在。





今日も楽しかったね! お迎え前は、みんなでお歌を歌う「お帰りの会」。



1. お姉ちゃん、お兄ちゃんのまねっこしながら、みんなでシャボン玉遊び。2. Els 幼稚園の姉妹施設、タングリンショッピングセンターにあるので、ママもそのまますみやかに遊びやすい! 3. 紙芝居の読み聞かせに夢中、ママと離れても楽しかったという自信は成長へのステップに。

Education & Play

週に2日のお出かけデー
お預かり教室でぐーんと成長

母子一緒に過ごす時間は大切だけれど、少しずつ集団生活に慣れていくのも子どもの成長には重要なこと。実家も遠く、何かと不安な外国での出産、育児をサポートする「Kizroo & MaMaroo」の「ポップキッズ」は、そんな未就園児のためのお預かり教室。幼稚園教諭の資格を持つ日本人先生がプログラムを組み、しっかりと目を配っている。初めての母子分離でも安心です。異なる年齢のお友達と元気に遊び、遊んだり、四季折々の工作をしたり。様々な刺激を受け、社会性や思いやりの心を身につけていきます。ちよつと離れたけれど、なんだか我が子がたくましく見える! ママだって、一人の時間でリフレッシュすれば、心にゆとりを持って育児を楽しめるはず。

Kizroo & MaMaroo キズルー & ママルー
19 Tanglin Rd #05-18 Tanglin Shopping Centre
Tel: 6736-1636 / 9816-1063 (日本語対応)
E-mail: otoiawase@kizroo.com
www.kizroo.com/jap.php
月～金 9:30～17:00、土 9:30～13:00、日・祝休
※出産準備クラス、産前・産後家庭訪問・母乳相談、ベビーシッターサービス、新米ママおしゃべり TEA TIME 等もあり。

Pick Up!

ポップキッズ
(週2コース/380ドル)
※週1コース/週3コースもあり。
※月により変動あり。※月・水、又は、火・木の9:30～12:30。※対象年齢は1歳半～4歳。※お申し込みは1か月単位。



3～6歳体操クラス。今日のテーマは消防士。火事を消しに行くぞー!

The Little Gym リトルジム
www.thelittlegym.com.sg
<West> 583 Orchard Rd #B1-24
ORUM The Shopping Mall
Tel: 6238-6331 / 6238-8267
E-mail: gerry@thelittlegym.com.sg
<East> 6 Raffles Boulevard #03-163/164
Marina Square
Tel: 6336-9734 / 6336-4307
E-mail: richie@thelittlegym.com.sg



Education & Play

運動能力の発達は幼少期の体験が鍵
自信に満ちた人生への第一歩

幼児体操教室世界ナンバー1、アメリカ生まれの体操教室リトルジムは世界30か国300教室以上を展開。運動能力を向上させる過程で子どもたちは、自己尊重、自信、達成感を学んでいきます。特筆すべきは、こちらの理念は「非競争型」。あくまでも打ち克つ対象は己の中に。特に低年齢のクラスはお友達や先生と遊んでいるかのような楽しいレッスン。3～6歳児クラスは毎回「海賊」「消防士」などテーマを設定して、皆で想像の中での大冒険を繰り広げます。4か月～3歳のクラスはシャボン玉やボールを使って「身体を動かすことの楽しさ」を学ぶ中で意欲が引き出されていきます。4歳からはなんと空手コースも有り。レッスンの中で楽しく英語を学んでいけるのも嬉しいポイント! 先生方もとってもフレンドリーで、英語が苦手なママでも安心。

体験レッスン(お子様1名につき1回)
通常 42.80ドルが無料に!
※9月末日まで。※初回のみ。※パーティを見て一言。

Pick Up!

親子乳幼児体操クラス(4か月～3歳)
12回 488ドル / 24回 898ドル
年会費: 55ドル



ママと菜ちゃん(3歳)。通い始めて半年で前転もできるようになり、楽しく通っています!

ベビと私の新生活

Education & Play

記憶力は作れる!
語学習得には幼児期の右脳教育がカギ

子どもは生まれた時からみんな右脳の才能を持っています。「右脳開発は右脳が全開の幼児期に取り組みること」が大事と「Happy Train」の川守田先生。こちらでは3か国語(英・中・日)の習得プログラムを通じ、右脳に働きかけることでイメージ力や直観力、また子ども達の好奇心、集中力、持続力を伸ばします。レッスンでは歌、パズル、工作、フラッシュカードなどをテンポよく展開。週一回、一時間のレッスンで遊びながら右脳記憶という一生の財産を身につけていきます。プログラムに沿って6歳児クラスでは全員が無理なく百人一首を暗記。「家ではこれほどの内容は出来なかった」と我が子の想像以上の成長に親からの喜びの声がたかさん!



Baby クラスは畳の上で座って。

1. IQゲームをしている顔は集中力が満ちて真剣。2. レッスンで使う教材はほとんどオリジナルの手作り教材。

Pick Up!

トライアルレッスン実施中
3か国語(3レッスン/180ドル)
日本語(70ドル) ※7月からは2011年度生まれのBabyクラスもスタート。

Happy Train ハッピートレイン
プギス本校 87 Beach Rd #06-02
Chye Sing Bldg Tel: 6336-5080
タンビネス校
1 Tampines Central 5 #08-01
CPF Tampines Bldg Tel: 6781-6788
enquiry@happytrain.com.sg
www.happytrain.com.sg
※3か国語プログラム / 1学期(3か月) 550ドル(木or金)、600ドル(土or日)。※日本語プログラム(プギス本校のみ) / 1学期(3か月) 750ドル。
※一時帰国の際は割引制度あり。※詳細はWEBを。

特集 ベビと私の新生活

Education & Play

学ぶことは最高の遊び 知ることは最大の喜び

日本ではお受験教室としても知られる1歳からの幼児教室「こどもクラブ」。当地ではお受験色は弱まり、国際結婚組やインター校に通うキッズが日本語補強のために通学するケースも多く、日本文化が多めに授業に取り込まれています。但し、到達地点設定は日本と同じ。1歳からママと一緒に遊びながら学ぶことをスタートしますが、詰め込み型とは明らかに一線を画した手法で歌や双方体験型学習を通じて好奇心を刺激。「遊び最大の遊び」として取り組まれます。楽しく先生やクラスメイトと遊ぶように学んだ結果、2歳でひらがなや数学を読み出す子ども、見学した2歳児クラスは小麦粉からの色粘土遊び。真っ白い小麦粉がピンク色に変わった瞬間、子どもたちから歓声とほしげな笑顔が!



1. いろいろな果物の名前をみんなで確認した後は、お利口に座っていた子から順番に好きなカードを選びます。2. 小麦粉に食紅を入れると……、一瞬静まり返り先生を注視する子供たち。何が起るの? 3. 左からかすみ先生、あゆみ先生、かずみ先生、あゆみ先生は幼児教育一筋20年超。楽しく、しかしシッとして締めます。



「Partiを見て」で年齢に合わせた入会プレゼント有



Pick Up!

プチあいあいコース
(9月開講予定)
対象年齢: 1歳児
クラス人数: 15名まで
月会費: 150ドル
(金曜 10:30～11:30)
登録料: 100ドル

こどもクラブ Codomo Club
19 Tanglin Rd #12-05 Tanglin Shopping Centre
Tel: 6734-3254 (日本語対応)
E-mail: orchard@codomo.co.jp
www.codomo.co.jp
※1歳～小学生まで各種クラスあり。
※1～2歳児クラスは保護者同伴。
※教室で使われるベビー玩具は週に一度滅菌消毒。



小麦粉粘土でお団子やお菓子などを作って、それを眺めて「すごいね」と褒める子。

Shopping&Fun

motherswork Big is Beautiful
163 Tanglin Rd #02-33 Tanglin Mall
Tel: 6887-3571
www.mwbigisbeautiful.com

どんなときも女性らしく！ カッコいいママで出かけよう

マタニティ服を買うとき、合うサイズや好みのデザインがなくてお困りではありませんか？「マタニティ服が可愛い」「マタニティ服が着たい」「マタニティ服が着たい」というお悩みを解決するためのアイテムです。日本女性に合ったデザイン、素材、色合いが揃ったマタニティ服を揃えてお出かけください。

どのマザーズワークのお店でも
初回限定5%OFFに！

※9月末日まで。※通常価格商品限定。
※このページをお見せください。

1. アンジェリーナ・ジョリーも愛用中。
storksak EMILY (199 ドル)。2. T
シャツは何枚あっても重宝します！
amsterdam shirt short-sleeved (59
ドル)。3. マタニティ用のトップス、
ショートパンツ、ワンピースなど、ス
タイリッシュな洋服がいっぱい。



Shopping&Fun

Greenberry Loft
グリーンベリーロフト
177 River Valley Rd
#03-09 Liang Court
Tel: 6334-6123 無休

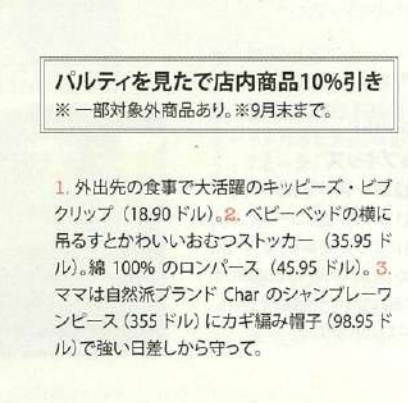


キュートな便利グッズで ベビ連れママもお出かけの達人

妊娠中&ベビ連れの外出を楽しむには、お出かけの便利グッズが欠かせません。例えば「ママの服が汚れないように」や「赤ちゃんのオムツが濡れないように」などの便利グッズが揃っています。お出かけの達人になるために、ぜひこれらのグッズを取り入れてください。

パーティを見たで店内商品10%引き
※一部対象外商品あり。※9月末日まで。

1. 外出先の食事で大活躍のキッピーズ・ピブクリップ (18.90ドル)。2. ベビーベッドの横に吊るすとかわいいおむつストッカー (35.95ドル)。綿100%のロンパース (45.95ドル)。3. ママは自然派ブランド Char のシャンブレワンピース (355ドル) にカギ編み帽子 (98.95ドル) で強い日差しから守って。



特集 ベビと私の新生活

Shopping&Fun

GOO.N ゲーン
Tel: 6766-3888
www.diapers.com.sg
商品の詳細はウェブまで。明治屋スーパーマーケットやCold Storageでも販売。
※80ドル以上購入で送料無料。

安心優しい GOO.N で 赤ちゃんご機嫌 ネットでラクラク注文

お話の出来ない赤ちゃんは自分の口で意思を表明できません。だからママは日々、お尻を念入りにチェック、相性のいいおむつを探して東奔西走、日本に帰国中、さらさら優しい肌触り、かわいなおむつが安価にさらさらしているのを見て思わず大量買い、お尻を前に前方に暮れたのはあなただけではありません。日本でそのソフトな肌触り、通気性の良さ、なによりおむつかぶれの少ない断トツといえるサポートを集めるエリエールの「GOO.N」がシンガポールでも入手できることに驚かされたら、しかもウェブから注文、ラクラク自宅配送、お値段もとってもお買い得、80ドル以上で送料無料なので、お尻ふき、授乳パッドなどと一緒にまとめて注文しちゃいましょう！



パーティ読者限定プロモーション
●無料サンプル配送
●初回のお客様は送料無料

4. なんねえ期の赤ちゃんには寝たままさつと変えられるテープタイプを。新生児用~5kg (GOO.N Diapers NB58) 58枚入り (21ドル)。5. 活発になってきたら立ったまま変えられるパンツタイプ。7~12kg (GOO.N Supreme Pants M30) 30枚入り (21ドル)。



わくわくするベビ& キッズグッズのおもちゃ箱

「マザーズワークベイビー&キッズ」には子育て応援グッズが所狭しと陳列されています。地図のバスルやおままごと、子どもの好奇心を刺激するキッズセット、想像力を育てるアート&クラフトキット、ヨーロップやアメリカ製ならはのポップな色使いはとってもキュートな取り材陣もありません。

お出かけ大好きアクティブ親子を応援するバギーの種類も豊富で、日本より安いものもありません。旅行者も購入したり、多機能パスタナイチエアなどたくさんあって選べない！何人も足を運んで購入するママも多いそうです。

motherswork baby & kids
●1 Kim Seng Promenade #02-16 Great World City
●163 Tanglin Rd #03-11C Tanglin Mall
●The Shoppes At Marina Bay Sands, #B1-58 Galleria Level
Tel: 6738-5886
www.motherswork.com.sg



4. かわいいベッドで素敵な夢をみてね。Dwell Studio Oval Crib Set (499ドル)。5. 日本でも人気のバギー「bugaboo」。bugaboo bee +Missoni accessory set (1398ドル)。6. 積み重ねて遊びながら数を学習。素材はリサイクルで環境にも優しい。Green Toys Stacking Cup (13.90ドル)。

eye treatment

疲れた目元じゃかわいくなれない
アイトリートメントで目力UP

一日中パソコンを使ってお仕事、ネットサーフィン等と、現代人にとって切っても切り離せない目元の疲れ。放っておいた小皺、たるみ、クマはお化粧で誤魔化すのはもう限界。

そんなあなたに朗報です。パルティでも何度か紹介してきた「medical aesthetics spa(uk)」が新しく「グアシャアイトリートメント」を始めました。

グアシャとは中国で二千年以上前から行われている伝統療法で美容・健康に効果があり、自然素材のヘラで体を擦り、経路の流れを良くし全身の血流のめぐりを整えていく自然療法です。日頃、目を酷使している営業Hも期待に胸膨らませ体験してきました。まず初めに、丁寧にWクレンジングした後、牛の角でできたヘラで目元のリンパドレナージュをしていきます。その後、ぐいぐいとほどよい力で経路を刺激し、老廃物を流します。悪いものがどんどん出ていく感じが気持ちいい! 最後にお茶と海藻エキスが配合されたアイマスクで落ち着かせて完了です。

トリートメント後は目元のコリがほぐれ、すっきりして視力もUPしたように感じるから不思議。化粧のノリも断然違ってくるので、メイクアップの憂鬱からもさよなら!



Medical aesthetics spa(uk)
● 390 Orchard Rd #03-10 Palais Renaissance Tel: 6235-3343
● 68 Tras St #01-01 (タンジョンバガー駅より徒歩3分) Tel: 6323-3018
www.medicalaestheticsuk.com.sg

1. 気持ちよくて熟睡してしまう営業H。2. 牛の角で作られたヘラで目の周りのツボを擦って気血を整える。3. 手にあるツボも刺激。4. トリートメントで使用した商品。5. 中庭に光が差し込む店はショップハウスの1階。

パルティ読者プロモーション
Gua Sha Eye Treatment
グアシャアイトリートメント
75分 80ドル(通常 180ドル)
※9月末まで

rent-a-car

シンガポールで車を運転

シンガポールは車が高いのでとても持つことはできないとか、3年間程度の滞在で車の売買をするのもどうすればよいか分からないなどの話をよく聞きます。一方で、会社で車を持っていたのをリースに換えたというようなケースも最近は多くなってきました。「シンガポールで車を運転したい」という人はどうすればいいか、「コンフォートデルグロ・レンタカー」で聞いてきました。

同社は、ブルーのタクシーでおなじみのコンフォートデルグロ・グループのレンタカー会社。車の長期のリース、1日から借りられるレンタル、運転手付きで貸し出すショーファーサービスまで様々なサービスを提供しています。

同社によると現在はCOE(新車買取権)が非常に高く車を買うのは大変だそうです。2年から3年程度で帰国する駐在員が自動車を持つには、面倒な手続きが省略できるリースカーが最適。また通勤には使わず休日などに買い物をしたリマレーシアに行ったりするにはレンタカーで十分のこと。

長期のリースカーの場合、新車に限らず同社の幅広いネットワークで予算に合わせた最適な車を探してくれます。保険、メンテナンス、故障時のサービスなど、同社の30年の歴史で作上げたトータルサービスが利用できます。また短期のレンタカーでは1~6日間で1日98ドルから(保険別)、現在金曜から月曜までで175ドルの週末特別パッケージも行っています。シンガポールでの運転体験を始めるのには最適ですね。



人気のトヨタ・バイオスの新モデルも、お手ごろ価格で長期レンタルできます。

ComfortDelGro Rent-A-Car
Tel: 6882-0800/6882-0882
日本語問合せ: 9634-1725
Email: sales@cdgrentacar.com.sg
www.cdgrentacar.com.sg

※来星後1年以内は日本の運転免許証で運転できますが、それ以降はシンガポールの運転免許証を取得しないと運転できません。

2012年旧正月

アジアのホテル&ツアー予約専門店

GreenHoliday

www.greenholiday.com.sg/sin/sinpackage/
TEL 6296-1600

年末年始&旧正月のお休みのプランも随時更新中!
各コースお見積りいたしますのでお気軽にお問合わせください。

スラウェシ島珊瑚の楽園

マナド

旧正月マナド3泊4日
20JAN MI274 SIN/MDC 0925/1305
23JAN MI273 MDC/SIN 1350/1705

アジアのホテル&ツアー予約専門店
GreenHoliday

インド洋の宝石箱

モルディブ

旧正月モルディブ4泊5日
20JAN SQ462 SIN/MLE 0945/1115
24JAN SQ461 MLE/SIN 1230/2010

アジアのホテル&ツアー予約専門店
GreenHoliday

アンダマン海の伝説の島

ランカウイ

旧正月ランカウイ島3泊4日
21JAN MI362 SIN/LGK 0820/0945
24JAN MI369 LGK/SIN 2045/2215

アジアのホテル&ツアー予約専門店
GreenHoliday

世界遺産

東南アジア歴史浪漫

アンコール

旧正月アンコール3泊4日
21JAN MI633 SIN/REP 1435/1545
24JAN MI622 REP/SIN 1040/1520

アジアのホテル&ツアー予約専門店
GreenHoliday

素朴なビーチリゾート

ロンボク島

旧正月ロンボク島2泊3日
21JAN MI128 SIN/RMI 1545/1830
23JAN MI127 RMI/SIN 1925/2200

アジアのホテル&ツアー予約専門店
GreenHoliday

東南アジア最高峰を頂くサバ州

コタキナバル

旧正月コタキナバル3泊4日
21JAN MI392 SIN/BKI 0850/1120
24JAN MI395 BKI/SIN 1740/1950

アジアのホテル&ツアー予約専門店
GreenHoliday

世界遺産

ネパール

初めてのヒマラヤ・カトマンズ世界遺産

旧正月ネパール4泊5日
20JAN MI412 SIN/KTM 0910/1205
24JAN MI411 KTM/SIN 1305/2015

アジアのホテル&ツアー予約専門店
GreenHoliday



ドライブに行きたい!!

hair&nail salon

健康な頭皮から健康な髪を
スカルプスバでお洒落上級者に!

年中照りつける強い紫外線対策、お肌のお手入れだけで満足していませんか? 実は、頭皮は顔の2倍以上の紫外線を浴びるとも言われています。そこでご紹介したいのが「スカルプスバ」。

専用カメラを使って頭皮、髪の状態をチェックしカウンセリング開始。頭皮の状態に合わせた専用クレンジングで頭皮の汚れを落とします。マイクロミスト専用機を頭に被せ、普段落としきれない毛穴にまつた汚れやシャンプー残りをどンドン浮き彫りに。洗い流した後、カプサイシン入りローション(育毛剤)をつけヘッドマッサージ。マッサージを受けていると毛穴がぎゅっと引き締まってくるのが実感でき、すっきり爽快リラックス効果あり。最後にカウンセリングを行い、頭皮・髪の変化をチェック。

この爽快感を味わうために、月一回のネイルのお手入れと同時にスカルプスバをお願いする人も多いとか。スカルプスバ後、スタイリング(20ドル)をプラスすれば、素敵なヘアスタイルに変身。ぜひ一度チャレンジしてみてください。きっとやみつきになりますよ!



パルティ読者プロモーション

スカルプスバ **15%off**
(通常女性80ドル、男性60ドル)
まつ毛パーマ&ジェルネイル(ハンド)
合計金額より**10%off**
※9月末まで。※パルティを見て一言。

monso hair design Tokyo

1 Nanson Rd #01-06 Gallery Hotel
Tel: 6836-5585 / 9298-5339
10:00~19:00(日・祝18:00まで、火休)
www.monsohairdesign.com
スタッフブログ

http://ameblo.jp/monsohairdesign (hair)
http://blog.goo.ne.jp/kumi_nail (ネイル)

- カット(70ドル〜、Jr.Stylist30ドル)
- パーマ(200ドル〜)
- トリートメント(150ドル〜)
- スカルプスバ(女性80ドル、男性60ドル)
- ジェルネイル(80ドル〜)
- まつげパーマ(50ドル)



1. 今回のカウンセラーは新スタッフの伊東さん。乾燥対策をしましょう。2. つやつや髪に変身して、素敵なヘアスタイルに。3. 毛穴にシャンプー残りが……。4. 毛穴がくぼんでキレイに。5. スカルプスバとネイルが同時進行できて嬉しい。スカルプスバをするのは新スタッフの荒川さん。



hair salon

スチームパーマ
130ドル~170ドル

※シャンプー・カット・ブロー(55ドル~75ドル)※カットなしの場合、全ての施術に+10ドルでシャンプー・ブローが付く。※金額は長さ、スタイリストによって変わります。

新兵器ナノスチーマーでのパーマ!
ツヤツヤ、ふっくら、年齢不詳の美女に変身

ふわっと自然なおくれ毛が顔周りを華やかにし、時間のない朝、無造作に結っただけのスタイルでもキマるのはパーマならではの、もちろん巻髪ヘアもダウンスタイルも断然ゴージャスに!

それでも「パーマは高い」と躊躇する方に Midori「スチームパーマ」のご紹介。こちら日本人スタイリストが3人、ハイレベルな技術でありながら、お手頃価格が嬉しいサロンなのです。「傷むのが心配」と相談するとスタイリストの TOKO さんが取り出したのはナノスチーマー。エステで使われているものと全く同じものを髪に応用したのだとか。このスチーマーを使いながらパーマをかけることでナノ粒子の水分が髪にぐんぐん取り込まれ、仕上がりはトリートメントの後のようなしっとりツヤツヤ感。自然なウェーブで確実に女度 UP。その成果は編集 N の変身を参照。

セラミド、真珠タンパクがたっぷり含まれるパーマ液は安心の日本製。染みない、臭くない、パーマをかけているのか半信半疑になる逸品です。そして何よりエライのがお値段。このナノスチーマーを使ったパーマ、130ドル〜(ショート)です。

1. ナノスチーマーで施術中。パーマによる髪のダメージを減らす。2. 新兵器、エステ使用の業務用ナノスチーマー。髪の手触りが変わる。3. ノビナ駅直結。雨でも安心のアクセス!



てっぺんがべしやんこ。結べば「落ち武者風」に。



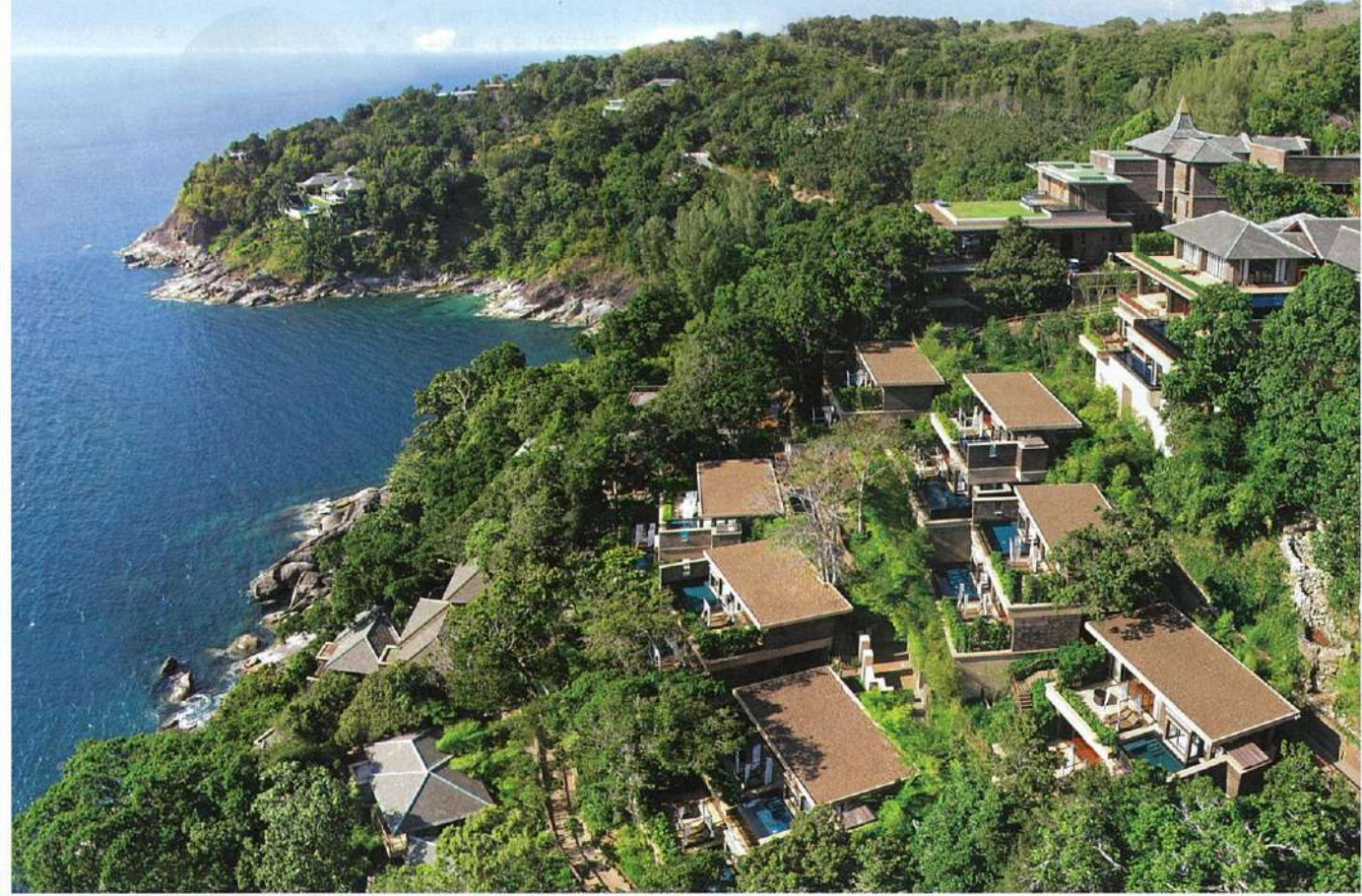
TOKOさんの技術力の高さをご覧あれ!

Belleza de Midori
238 Thomson Rd #03-43 Velocity@ Novena Square
Tel: 6358-2900
10:00~20:00(日祝11:00~18:00)



P A R E S A

Extending out dramatically from the stunningly sculptured cliff tops of Kamala overlooking the spectacular azure waters of the Andaman Spa and surrounded by lush tropical forests and gardens, Paresa embraces the exclusivity of its natural surroundings to create an oasis of tranquility and unrivalled luxury. A short 30-minutes from Phuket International Airport and situated at Phulet's most sought after address, "Millionaires'Mile" at Kamala Bay, Paresa is a secluded retreat offering unrivalled indulgence and luxury for the truly discerning guest. The ultimate Phuket retreat, cocooned from the daily throng of life. Paresa is also with easy access of the sleepy, traditional Kamala fishing village and the lively Patong Beach.



Phuket
"SUMMER PARADISE"
SilkAir

Stay 2 Nites Pay 1 Nite (1+1)
Stay 4 Nites Pay 2 Nites (2+2)
Stay 6 Nites Pay 3 Nites (3+3)
fr S\$468 per person

Valid: 01Sep ~ 31Oct'11 Stay
(Booking/Ticketing by 30Sep'11)

Package Includes:-
*Return airticket on SilkAir *Return Airport transfers
*01N + 01N Free (Total 2N)
*Daily breakfast at Diavolo Restaurant
*Complimentary Halfday Phuket City Tour

Above offers exclude: Airport Tax, Airline Fuel Surcharge & Security Tax · Terms & Conditions apply

HOLIDAY TOURS
www.holidaytours-sin.com

15 Cairnhill Road #06-05
Cairnhill 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

ramen dining

有名店「けいすけ東京」が豚骨専門店をオープン
懐かしの雰囲気毎日通えるラーメン店

今年4月「新!東京らーめんチャンピオン」で優勝、東京、バンコク、北京など19店舗を展開し、勢いのとまらない「けいすけ東京」。この度、待望のシンガポール2店舗目となる豚骨専門店「豚骨王けいすけ」がタンジョンバガー駅徒歩2分と便利な場所に8月8日オープン。店内は座席数18席で、昭和のラーメン屋に入ったような心地良い雰囲気味わうことができます。

メニューは「とんこつラーメン」「ブラックスパイシーラーメン」「レッドスパイシーラーメン」の3種類。テーブルには、味付けもやとゆで卵が常備され食べ放題。

お勧めは「ブラックスパイシーラーメン」。「とんこつラーメン」に2種類の山椒と一味唐辛子の焦がし油が入り、香ばしい匂いが食欲をそそります。スープは山椒のピリリとした味がアクセントとなり、すっきりとした辛味が刺激的です。豚骨スープと焦がし油の絶妙なコラボレーションをぜひ一度ご堪能あれ。

豚骨王けいすけ TONKOTSU KING

1 Tras Link #01-19 Orchid Hotel
(タンジョンバガー駅出口Aより徒歩2分)
Tel: 6636-0855

www.grandcuisine.jp/keisuke

11:30~15:00、18:00~22:30(スープがなくなり次第終了する場合があります)

- とんこつラーメン 10.80ドル
- ブラックスパイシーラーメン 11.80ドル
- レッドスパイシーラーメン 11.80ドル



1.山椒と一味唐辛子の焦がし油ですっきりとした辛味。2.今年4月「新!東京らーめんチャンピオン」で優勝しました! 3.2種類のチリを組み合わせたソースで深みのある辛さ。4.昭和のポスターが並びレトロな雰囲気に。5.けいすけ自慢のこだわり豚骨スープで勝負をけます!

パルティ読者プロモーション

ソフトドリンク
1人1杯サービス

※9月末まで。※パルティを見て一言。

オープニングプロモーション

- 楽市コース(78ドル)
Buy3 Get4(3人前頼むと4人目無料!)
生牡蠣ポン酢、刺身盛り、人気の炙り寿司、白玉ぜんざいなど8品に、キリンビール1瓶がついてこの価格はお値打ち。
※9月末まで。※2名様から。
- キリンビール1for1! ※10月末まで。

sushi dining

ノヴィナ界隈の住民に朗報!
鮮魚自慢のご近所ダイニング

なぜか最近「ノヴィナの近くに引っ越し

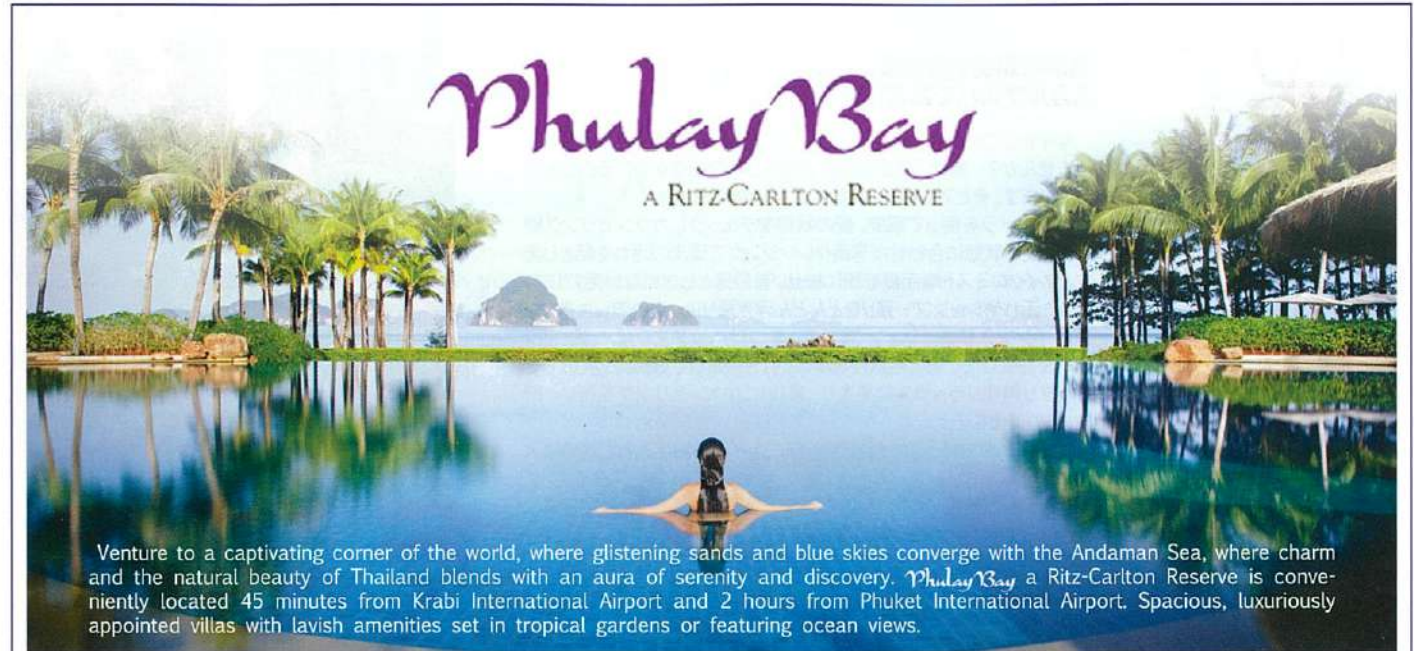
たの」という報告をよく受ける編集U。日系の病院に美容室、スポーツ用品店も多く、行く機会の増えてきたノヴィナに「楽市」3号店ができたとは嬉しいお知らせです! ノヴィナスクエアの真横にできたモダンな四ツ星ホテル「オアシア・ホテル」1Fと、集合しやすい便利な立地。店内には40名までOKのテーブル個室があり、ビジネス会食などにも重宝しそうです。

楽市と言えば、ネタに妥協なしの握り寿司が18.60ドル!と高コストなランチセットをはじめ、とびきり新鮮な旬の魚を使った多彩なコースメニューが人気です。メニューを考案するジャッキーさんは吉祥寺の寿司屋で修行し「日本人の食の楽しみ方」を熟知。カウンターには生簀を構え、週2~3回日本から空輸される鮮魚を使って「美味しいものをちよつとずつ」堪能できるコースを提供してくれます。ご近所さんなら、おすすめ料理をおかず毎日の食堂づかいもよし。エイヒレや河豚味噌干しで一杯なんてもいいですね。何よりも、スタッフの明るくきめ細やかなサービスが一日の疲れをほくしてくれる。「ノヴィナーゼ」の新たな憩いの場の誕生です。

1.大個室(40名まで)の他、掘り炬燵式個室(10名)が2部屋ある。年末に大活躍すること間違いなし。2.まずはカウンター席に並ぶ新鮮な魚をチェックしよう。3.盛り付けの美しい鰻唐揚げ(28~32ドル)はポン酢ソースでさっぱり召し上がれ。4.新メニューの自家製焼餃子(9ドル)は皮から手づくり。かぶと拉面(18ドル)は、なんとフィッシュヘッドスープにラーメンの麺を投入! 飲んだ後に優しいお味。5.つるりと上品な味わいのカナダ産・活牡蠣ポン酢(9ドル/通常価格12ドル)。

楽市 RAKUICHI

オアシア・ホテル(ノヴィナ)店
8 Sinaran Drive #01-05 Tel: 6659-6683
11:30~14:30(LO)、18:00~22:00(LO)、無休
www.rakuichi.com.sg
※デンプシー店(10 Dempsey Rd #01-22)、
ファーストSC店(#03-11Far East SC)
もあります。



Venture to a captivating corner of the world, where glistening sands and blue skies converge with the Andaman Sea, where charm and the natural beauty of Thailand blends with an aura of serenity and discovery. Phulay Bay a Ritz-Carlton Reserve is conveniently located 45 minutes from Krabi International Airport and 2 hours from Phuket International Airport. Spacious, luxuriously appointed villas with lavish amenities set in tropical gardens or featuring ocean views.



Krabi

"VILLA BONUS NITE OFFER"

Tiger Airways

- Stay 2 Nites Pay 1 Nite = (1+1)
- Stay 4 Nites Pay 2 Nites = (2+2)
- Stay 6 Nites Pay 3 Nites = (3+3)

S\$ 658~ (Adult) S\$ 118~ (Child)
~~S\$ 1068~ (Adult) S\$ 118~ (Child)~~

Validity: 01 Sep ~ 31 Oct'11

Basic Package Includes:-

- * Return economy airticket on Tiger Airways
- * Return Airport transfers by private car
- * 1 Nite + 1 Nite FREE (Total 2 Nites) * Daily Breakfast

Above offers exclude: Airport Tax, Airline Fuel Surcharge & Security Tax · Terms & Conditions apply

HOLIDAY TOURS
www.holidaytours-sin.com

15 Cairnhill Road #06-05
Cairnhill 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

SHABU 29
レストラン



1. ディナーセットの和牛しゃぶしゃぶ (70ドル)。2. とろける鹿児島産和牛に舌鼓。3. お食事後のくつろぎスペースも完備。4. 熟練の技で丁寧に下処理された肉を、オーダー毎にスライス。



マイ鍋で厳選黒豚を心ゆくまで堪能
“カウンターしゃぶしゃぶ”という新機軸

マイ鍋で誰に遠慮するでもなく、自分のペースで食すしゃぶしゃぶ。カウンターに座り、友達と肩を並べて、あるいはお一人さまで、大好きなお肉をじっくり味わう。そんな新しいスタイルが日本で増えているってご存知?

今年7月にオープンした「SHABU 29」では、いち早くシンガポールに“カウンターしゃぶしゃぶ”を導入。仕掛け人は、当地の和食のイノベーションを牽引し続ける「たんぽぽ」のオーナーです。いつもあっと言わせる手法で楽しい食体験を提案してくれるだけあって、ハルティ編集部も期待に胸をふくらませお店へ。カウンター越しに迎えてくれたシェフは和食一筋20年。オーダーが入ると、目の前で肉をスライスしてくれます。特定農家から買い付けるUSA産黒豚の鮮やかな赤色は、鮮度の高い証拠。昆布と鰹で取っただしに、しゃぶしゃぶと肉を泳がせ、自家製ポン酢でいただきます。豚肉の甘みと旨みにうっとり。シェフが鍋の様子をさりげなく見て、温度調節やアク取りをしてくれるのもうれしいサービス。ワインセラーもあるので、しゃぶしゃぶとワインのマリアージュも楽しんで。

ちなみに店名の「29」とは「ニク(肉)」のこと。ランチなら29ドルからしゃぶしゃぶのセットをリーズナブルに楽しめます。お財布に余裕がある日は、鹿児島産和牛も絶品ですよ。“カウンターしゃぶしゃぶ”ぜひお試しあれ。

SHABU 29
6 Eu Tong Sen St
#03-88/99 Central
Tel: 6327-7887
11:30~15:00、18:00~
22:30 無休



SELF-CARE / Atsuko Nishino

Parti Topic Line Up
□BEAUTY □EDUCATION
□HEALTH □HOUSE
□LIFE □COLUMN
□CAREER □FOOD

西野篤子

西野薬局代表。開業以来20年、日本の製品をはじめ、シンガポールで評判の良い信頼の製品を取り揃えている。豊富な知識で、みんなの海外生活を快適にする心強い味方!

Pick Up by Nishino Pharmacy



サトウ Q10 液状カプセル (90粒 / 58.85 ドル)

美肌・体力向上・冷え性改善
コエンザイム Q10 は万能サプリ!

毎日1粒を続けていたら、風邪をひきにくい体質になったと、西野さんも愛飲中の「サトウ Q10」。

「コエンザイム Q10 は、もともと心臓の病気を患った患者さんに医師が処方していた医薬品でした。日本では2001年の規制緩和により、健康食品に配合することが可能になり、コスメなどの外用に使われてから、大ブームになりましたよね。実はシンガポールでは昔からQ10の商品はあったのですが、あまり注目されてきませんでした。でも、私自身も効果を実感しているので、もっと広めていきたいと思っています!」と西野さん。動悸や息切れなどに効き、心臓の持病がある方にとくに効果的。心臓からの血液循環を良くし、筋肉にエネルギーを供給して運動能力や持久力を高めるため、アスリートにもお勧めです。さらに、免疫力を高めてくれるうえ、抗酸化作用も高く、お肌のエイジングを遅らせる効果も。冷え性にも効くとあっては、女子も見逃せませんね。

「サトウ Q10」は、体内に吸収されやすい液状カプセル。一日1粒の新習慣、始めてみませんか?

プロモーション

- サトウ Q10 液状カプセル(通常 58.85 ドル) 47.10 ドル (20% オフ)
- ユンケル Q10 ゼリー(通常 3.20 ドル) 1.90 ドル (40% オフ)



コエンザイムQ10に、ビタミンB2、B6、B12、E、ナイアシン、パントテン酸カルシウム、葉酸を液状にしてカプセルに配合しているため体内への吸収が良く、効果が実感しやすい。

こちらもおススメ!

ユンケル Q10 ゼリー (3.20 ドル)

活力を与える生薬ニンジン、ロイヤルゼリーに美容サプリメントのコエンザイムQ10、αリポ酸を加えた、ダイエットにうれしい低カロリーのライチ風味ゼリー。朝食を食べる時間がないときや、スポーツの試合前などに最適。

取材協力: SATO PHARMACEUTICAL (S) PTE LTD

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

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

(薬店につき薬剤師不在) くすりのにしの
明治屋店
Liang Court #B1
Tel: 6337-5831



シンガポールの街角ネイルサロン
Perfectly Polished Nail Boutique

9月のプロモーション

◎初めてご来店で新規
ジェルをされるお客様に限り
他店ソークオフジェル
オフ代無料(通常1本3ドル)

◎1日1組限定
朝9時からのタイムサービス!
ハンド&フットジェルを
同時予約のお客様に限り
10%OFF
※ GST 込み、デザイン別別途

- ソークオフジェル(バイオ、アクセント使用) 60ドル
 - クラシックマニキュア・ペディキュア 30ドル / 40ドル
 - スバマニキュア・スバペディキュア 55ドル / 65ドル
- ※キッスルームは完全予約制となっております。
サービス内容などお気軽にお問い合わせください。

Tel: 6836-2202/9238-2851 (日本語対応)
14 Scotts Rd #02-14 Far East Plaza
月~土 10:00~19:00 (最終予約) 日祝休
日本人ネイリスト 予約最終受付 16:30
http://ameblo.jp/perfectlypolishednail/

日本人歯科医師
海外でも安心の
日本語対応

JGH デンタルクリニック
JGH DENTAL CLINIC
所在地: 290 Orchard Road #10-01 Paragon Singapore 238859
Tel: 6235 7747 (日本人受付) FAX: 6235 1335
ホームページ www.japan-green.com.sg

※初診・再診ともに電話予約制
※休診日: 日曜・シンガポール祝日

診療科目
●一般歯科 ●小児歯科
●歯科検診

受付時間
●月~金 08:45~12:00
13:45~17:00
●土 08:45~12:00

ジャパングリーンクリニック(パラゴン10階)内にあります

家族や友人を誘って行こう!
エビ釣り&フィッシュスパで大はしゃぎ

かわいなお魚さん
たちにも会えるよ

エビ釣り
1時間...15ドル
2時間...26ドル
3時間...32ドル
(半と餌代込み)
★午前 10時から

フィッシュスパ
30分...10ドル
1時間...18ドル

MAINLAND TROPICAL FISH FARM
No.1 Pasir Ris Farmway 1 Tel: 6287-3883 8:30 ~ 19:00
Email: enquiries@mainlandfishfarm.com
www.mainlandfishfarm.com

machimame

前は笑うとき手で口を隠すくせがあったけど、今は気にしないで自然に笑えるのがうれしいです。

1. 歯科矯正中の小平理央さん。2. 矯正を始める前。3. 矯正を始めてから4か月経過、八重歯が下がっているのが一目瞭然。4. 矯正以外のインプラントや親不知の抜歯にも各専門医が対応。

歯科矯正で長年の悩みから開放
すぐにわかる効果に喜びの声

「矯正を始めてから1か月で見える見上の八重歯が下がってきました!」と期待以上の効果に驚きと喜びを語ってくれた小平さん。小学生のときから歯科検診で歯科矯正を勧められてきたが見た目や痛みを心配し、なかなか踏み切れませんでした。お母さんが知り合いの方から院長のロー先生の評判を聞きつけ、今年3月から意を決して歯科矯正を開始。気にしていた痛みも始めてから2、3日で落ち着き、その後はつけているのも忘れてしまうほど。見た目上の歯の矯正は透明なので目立ちません。通常、1年ほどで完了するので期間もセーブできます。日本人コーディネーターが料金設定、診察の付き添いなどフォローしてくれるので安心して通えます。

これまで歯科矯正しようか悩んでいた方、費用も期間もセーブできる在星中に自信の笑顔を手に入れよう。日本の歯科医と連携し、帰国後も続けて治療ができるので一度相談してみてください。

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 ※要予約
月~金9:00~18:00 (水20:00、土13:00まで) ※日は月1回、祝休
www.alohadental.sg

「美肌相談サロン」

Parti Topic Line Up
 BEAUTY EDUCATION
 HEALTH HOUSE
 LIFE COLUMN
 CAREER FOOD



佐藤 薫

エステティシャン。ご主人の独立を機に、1996年より駐妻から一転し、エステサロン「マリリー」の経営者に、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。



Bienvenue!

新感覚なお肌の活性化 — 炭酸ジェルパック

3週間に1回、IPLフェイシャルとイオンリシェイプフェイシャルを交互に受けるプランでサロンをご利用いただいている1さん。本日は2回目のIPLフェイシャルです。

I: 今日、すごく楽しみなんです。この前のIPLで知ったツルツル、ピカピカなお肌をまた味わいたいと思って! 飾がりの私には、ダウンタイムがない施術なものばかりです。

私: IPLは回数を重ねるうちに効果が持続するようになりますから、初めのころに体験するようなインパクトは徐々に薄れますよ。またダウンタイムがないと言っても、施術翌日に黒いほくろ状の薄いかさぶたができ、1週間ぐらいで自然に落ちてなくなることもあります。

I: へえ、今日のIPLでなるかしら。

私: ところで1さん、前回やっていただいたリシェイプフェイシャルはゴールドとアミノ酸系のセラムとマスクを使いましたが、それとは違うバージョンを始めた。

I: 表情筋の緊張をほぐして、コラーゲンを増やす成分を表情筋マッサージでお肌に入れてくださったのよね。純金はイオン効果だったかな。他のコースもできたの?

私: よく覚えていてくださいましたね。炭酸ジェルパックって聞いたことがありますか?

I: それって炭酸ガスをお肌に浸透させてお肌を活性化するパックかしら。実は日本に帰ると行くエステがフェイシャルで使っていてすごくいいの。家でも買ってやっているわよ。佐藤さんも始めたのね。ぜひ次のリシェイプフェイ

シャルでやってみたいわ。自宅用に販売もするのですか?

私: そうなのですね、いいお話が聞けてうれしいです! 販売もしますよ。

I: どうして炭酸ガスをお肌を活性化するの?

私: 水に炭酸ガスを加えたのがソーダ水ですよね、炭酸ガスは空気中にどんどん逃げていってしまいます。炭酸ジェルパックはジェルに閉じ込められた炭酸ガスがお肌に浸透するように工夫がされていて、血中の酸素をお肌の細胞に引き出すんです。美肌に欠かせないアミノ酸やセラミド、コラーゲンは私たちがお肌で作られるとき酸素を必要とします。お肌に酸素を充実させて、お肌の再生を促進するということですね。素肌力がアップしますので、美白、にきびを含む毛穴のケア、お肌のハリや保湿力を高めるなどが期待できるでしょう。炭酸ガスらしく、シュワシュワ感やブクブクと泡がでるような製品もあるようですが、サロンでは特に低刺激のものを採用しました。私は使ってみて、目の際やまぶたにも付けることができるので、目元のアンチエイジングとしてもいいと思っています。また使用中ひんやり感があって、日焼け後のお手入れにも最適です。リシェイプフェイシャルでは、抗酸化作用の強いセラムと一緒に使いますよ。

I: なるほど。次のフェイシャルが楽しみです。

Point check! (まとめ)

お肌の活性化と言ってもいろいろな方法があるものです。炭酸ガスでお肌の酸素を増やすなんて、お肌が気持ちよく深呼吸をしているようですね。

働く女性の「キャリア相談室」



Parti Topic Line Up
 BEAUTY EDUCATION
 HEALTH HOUSE
 LIFE COLUMN
 CAREER FOOD



斉藤 秀樹

グッドジョブ・クリエーションズ・シンガポール MD
 神奈川県出身。大学卒業後、大手日系小売店、IT出版社の人事担当、日系大手人材紹介会社のタイ支社長、米至誠路系人事コンサルタント勤務を経て 05年にグッドジョブを設立、タイ在留中に経営者として活躍

第7回「シンガポールで働きたい!」～面談と自己分析～

前回まで「キャリア」について述べてきました。第7回からは「実践編」として具体的にどのように就職・転職活動をすればいいのか、魅力ある履歴書の書き方、最近の労働ビザ事情などをテーマにお話して参ります。

<シンガポールは遠い国?>

以前はシンガポールに関するニュースは少なく、どちらかというと日本からは遠い存在でした。しかし最近ではカジノができ、ユニバーサル・スタジオオができ、また経済でもアセアン内での急成長国として報道されることが増え、シンガポールはより身近な国になってきました。それに伴い、日本で就活中の学生からのお問い合わせも増えてきています。

<シンガポールで就職!>

例えば、日本の大学を昨年卒業した1さんの場合、日本では希望する就職先が見つからず、卒業後はオーストラリアで英語の勉強をすることに。そのうちシンガポールでの就職を考えるようになり、グッドジョブ(以下GJ)にやってきました。GJに登録する際には、まず日本人コンサルタントによる登録面談を受けて頂きます。

“適財適社”

～親身的確なコンサルティング&マッチング～



Creations
(Singapore)
Pte. Ltd.

6 Eu Tong Sen Street, #12-07 SOHO1
 @ The Central, Singapore 059817
 MRT クラークキー E 出口徒歩1分
 Tel: +65 6258 8051
 E-mail: japandesk@goodjobcreations.com.sg
 Web: www.oshigoto.sg お役立ち情報満載!!

斉藤: ご自身の長所・短所を教えてください。

1さん: 長所はいつも明るく元気が良いことです。短所は外向きな性格が出すぎて、相手の話を聞いて喋りがちなことです。

斉: 短所を克服する為に何か努力をしていますか?

1: 「聞く技術」という書籍を読んだり、友人や家族でも、相手が話し終わってから話し始めるよう心がけています。

斉: どのようなお仕事をしたいですか?

1: 人と会うのが好きなので、日々コミュニケーションが取れる仕事がしたいです。ホテルのゲストリレーションのアルバイトもしていました。

斉: なぜシンガポールでの就職を希望するのですか?

1: オーストラリアからのトランジット等で何度か滞在してみて、住みやすい国という印象を受けました。様々な文化を持つ人と出会えるのも魅力的ですし、身につけた英語を生かせると思ったからです。

斉: 3年後はどうなっていたいのですか?

1: 将来的には、シンガポールの人と日本の人を繋げるような仕事に携わりたいです。

<己を知る>

面談の目的は希望されるお仕事へのヒアリングですが、実はこれ、カウンセリングも兼ねているのです。特に新卒者や就労経験が短い方の場合、自分の「適職」が、まだよくわからないもの。そこで、重要になってくるのが自己分析です。面談で第三者からの質問に答えていくことが、己を見つめ直すきっかけともなるのです。1さんの場合、「外交的な性格」「人と会うのが好き」という自己分析から、どんな仕事をしたいか～将来のビジョンまで、一貫して答えることができました。今までの自分、現在の自分、そして将来の自分を見つめ、何ができるか?何をやりたいか?何をすべきか?を問い直してみましょう。

<ポイント>

- 「自己分析」は就職・転職への第一歩。
- 第三者からの質問が「自己分析」の手助けに。
- 過去・現在だけでなく、将来のビジョンまで考えよう。

ココロからキレイになれる「癒し」の空間

◆ 素肌に自信をつけましょう ◆

- ノーマルフェイシャル—100ドル、120ドル
- イオンフェイシャル—160ドル
- リシェイプフェイシャル—160ドル NEW!
- IPLフェイシャル—250ドル、350ドル
- RFフェイシャル—350ドル

◆ すっきりとムダ毛の処理も ◆

- IPL脱毛両脇—120ドル他

◆ さらに日本人施術による ◆

- カルジェルネイル カラー単色—100ドル他
- まつ毛エクステンション—100ドル

◆ お得な特典&コース ◆

- コース 500ドルもしくは700ドル (各670ドル、1000ドル相当のお好きなサービスを選べます)
- マルリー MMU クラブ ※入金金 50ドル、年会費 30ドル(初年度なし) 全サービス(コースは除外)20% オフ & 基礎化粧品 20% オフ(毎月1品)
- MMUクラブとふたつのコースはミネラルメイクアップのコンサルティングをプレゼント

日本人エステティシャン経営サロン
MARLY ESTHETIC SALON
 402 Orchard Road #04-15 Delfi Orchard
 営業時間 9:00~18:00 (最終予約/日祝、水曜午後休)
 Tel: 6738-3736 E-mail:marlykiao@starhub.net.sg
 http://marlysalon.blog135.fc2.com/

中国茶芸

中国茶は、お茶を作ってくれた人たちに思いを馳せ、お茶を淹れます。彼らの思いを無駄にせぬよう、美味しいお茶を淹れる。—それが、中国茶のおもてなしです。

“中国茶の美学”簡易コース開講中 ※お手前15回・講義2回・期間4ヶ月・週1回 500ドル(※1年目の受講料、テキスト代込み) ※2年目以降は200ドルで1年間、何度でもお手前無料

THE TIME OF TEA 清茶居・中国茶道
 38 Mosque St. (MRTチャイナタウン駅から徒歩5分)
 Tel: 6220-5620 (日本語対応)
 E-mail: teacastle2002@yahoo.com.sg www.thetimeoftea.com

豚骨王 Ramen Dining けいすけ

どんこつラーメン \$10.80
 ブラックスパイシーどんこつらーめん \$11.80
 レッドスパイシーどんこつらーめん \$11.80

けいすけシンガポール2店舗目オープン
 香るスパイシー“豚骨王”参上!!

1 Tras Link #01-19 Orchid Hotel (MRT タンジョンバガ一駅出口Aより徒歩2分)
 Tel: 6636-0855
 11:30~スープがなくなり次第終了

9 Raffles Boulevard P3-02 PARCO Marina Bay Tel: 6337-7919
 月~金 11:30~14:45 (LO)、17:30~21:45 (LO) 土日祝 11:00~21:45 (LO)

節句屋の七五三

今年も新作着物 どんどん登場

ドレス、スーツも無料

■七五三衣装展示会 10月15日(土)~23日(日) ウォークイン・予約不要 12:00~18:00 @ 節句屋 ニュートン近く ママとパパの着物も選べます

完全予約制で予約受付中! ■七五三撮影会 @UE Square “Picture Me” 10月29,30日、11月12,13,19,20日

スタジオ撮影バック

- 1 500円~1000円
- 2 600円~800円 (台座入り)、衣装、ヘアメイク
- 3 700円~900円 (台座入り)、衣装、ヘアメイク
- 4 800円~1000円 (台座入り)、衣装、ヘアメイク
- 5 900円~1200円 (台座入り)、衣装、ヘアメイク

詳しくはホームページをご覧ください
 www.seqya.com

Parti Topic Line Up
□BEAUTY □EDUCATION
□HEALTH □HOUSE
□LIFE □COLUMN
□CAREER □FOOD

時事通信社シンガポール支局
日々最新の情報を全国に配信する
時事通信社より、シンガポールに關
する最新のニュースをピックアップ
してお届けします。

◆初生物物百科事典
シンガポール国立大学 (NUS)
は、国内の生態系を網羅した本格的
な初の百科事典「シンガポールの
生物多様性」自然環境と持続可能

◆SIAが格安航空子会社新設へ
シンガポール航空 (SIA) は7
月18日、全額出資で設立する格安
航空会社 (LCC) の最高経営責任
者 (CEO) に、キャンベル・ウィル
ソン前日本支社長 (40) を起用す
ると発表された。2012年に中
長距離線で運航を開始する計画
で、機材は米ボーイング製の
B777-200型機を使用する。

-Singapore-
時事速報
ピックアップ
7月16日~8月15日
Singapore
時事速報
ピックアップ
7月16日~8月15日

◆外国人の申請急増
シンガポール政府機関のギャン
ブル問題国家協議会 (NCPG) は
7月27日、本人申請に基づくカジノ
入場禁止命令の対象者が、6月末
で1万8049人に達したと発表
した。内訳は国民と永住権取得者
(PR) が5389人、PRを除く
た外国人が全体の約7割に当たる
1万2660人。昨年11月にオンラ
イン申請を導入したことに加え、外

◆民間住宅価格2%上昇
シンガポール都市再開発庁
(URA) が7月22日発表した
2011年第2四半期 (4~6月)
の不動産統計で、民間住宅価格
指数 (1998年第4四半期=
100) は203.0と前期比2.
0%上昇した。政府の不動産投機
抑制策の実施で、不動産価格の上
昇ペースは鈍化しているものの、8
四半期連続の上昇となった。最近の
底値である09年第2四半期からは
5割以上上昇している。

◆過去最大の赤字
シンガポール金融管理局
(MAS、中央銀行に相当) は7月21
日、2010年度 (11年3月期) の純
損益が109億4000万シンガ
ポールドルの赤字になったことを
明らかにした。期中のシンガポ
ールドルの為替相場上昇で、外資建
て資産で巨額の為替評価損が発生し
たため、為替評価損を計上する前
の段階では、123億シンガポ
ールドルの投資運用利益を計上したと
いう。

◆空港境界に最新鋭センサー
チャンギ空港グループ (CAG)
は8月3日、延べ20キロを超える
同空港の境界フェンスに新開発の
侵入検知センサーを整備すると
発表した。導入費用は数百万シン
ガポールドルを見込み、2012
年末までに設置を終える計画。高
い精度で侵入を検知できる新セ
ンサーと、既存の二重のフェンス
監視カメラ (CCTV) による遠隔
監視、警備員による24時間巡回を
組み合わせて、セキュリティを高
めようとしている。

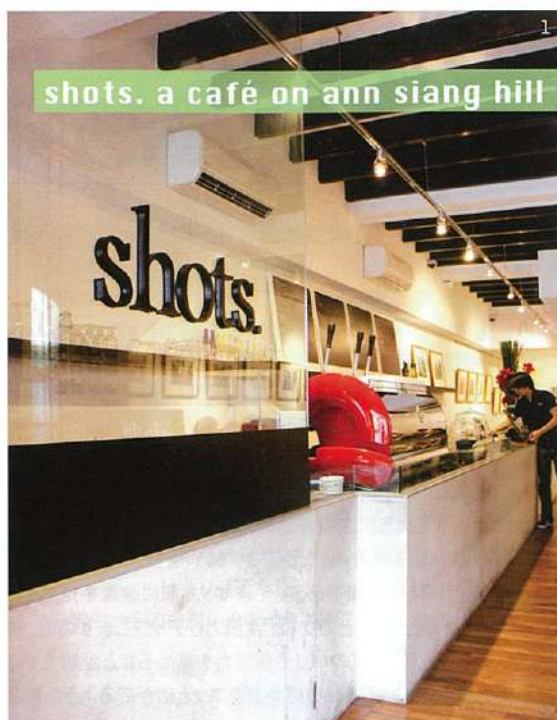
◆新大宇村Uタウン
シンガポール国立大は新年度初
日の8月1日、西部クレメンティ
地区のゴルフ場跡地に整備した大
学村「ユニバーシティ・タウン (Uタ
ウン)」をオープンした。街開きを記念
し、新入生らがセントリッジ・キャ
ンパスとUタウンを結ぶ連絡橋の
渡り初めをした。Uタウンの第1期
計画では、学部生用のカレッジ (シ
ナモン・テンパス) と学部卒業生向
けの寮、24時間利用できる学習施
設「教育リソース・センター」など
を整備した。

◆MRT環状線が全面開通へ
シンガポール陸上交通管理局
(LTA) は8月1日、MRT環状
線「サークル・ライン」の西側区間
(メリマウ・セントラール・ハイパー
セントラール) の営業運転を10月8日に開
始すると発表した。これにより環
状線は2009年から10年かけて
先行開業した東側区間 (メリマ
ウ・セントラール・ハイパーセント
ラール) と結ぶ本線が全線開通
する。1日当たりの利用客数は40
万人程度と見込まれている。

◆住宅・雇用・教育で国民重視
リー・シェンロン首相は14日、8
月恒例の独立記念日集会演説を行
い、政府の政策に対する国民の不満・
不安の高まりが明らかになった5月
の総選挙結果を踏まえ、住宅と教育
を優先する政策を推進すると表明
した。公団住宅 (HDBフラット) を
購入できる世帯所得の上限を引き
上げ、ホワイトカラー・専門職の
外国人就労者を対象とする「就業ハ
ス (EP) 」の発給条件の強化、国民
の大学入学者の拡大を打ち出した。

◆年間成長率見直し下方修正
シンガポール政府は8月8日
2011年の経済成長率見直しを
従前の「前年比5.7%増加」から
「前年比5.6%増加」に下方修正
した。独立記念日前日の8日にテレ
ビ放映された首相メッセージで明
らかにした。

◆被災地に多目的ホール
シンガポール赤十字社は8月4
日、東日本大震災の被災者支援とし
て寄せられた義援金を活用し、岩
手県陸前高田市に多目的ホールを、
同県宮古市に仮設ケアセンターを
それぞれ寄贈すると発表した。ま
た、日本赤十字社を通じて被災地の
仮設病院の再建、看護学校の改修の
支援と、医療用ベッド250床と車
両60台、仮設住宅入居者の家用品
の提供を行うほか、シンガポールの
民間団体と連携し、被災地に高
齢者送迎用車両10台も寄付する。
これら一連の支援活動に要する費
用は合計3438万シンガポ
ールドルに上り、シンガポール赤十字
社がこれまで寄託を受けた計
3450万シンガポールドルの義
援金の大半をこれに充てる。義援金
には同国政府が震災発生直後に提
出を表明した50万シンガポ
ールドルや、シンガポール日本人会に寄
せられた義援金も含まれている。



1.ヨーロッパの香り漂うミニマルなデザイン。2.糖より具が多い? 新鮮魚介をたっぷり使った、スパイシーなシーフードパスタ (16.80ドル)。3.カ
フェラテ (5.80ドル) には天使のラテアート! 豆は自家焙煎というこだわり。4.絶品! 自家製ティラミス (奥/8.50ドル) は、イタリア人をもうならせる。
チョコがとろ〜り溶け出るチョコレート・ラヴァ・ケーキ (手前/6.50ドル)。5.ギャラリーの展示は1~2か月おきに変わる。何よりも、このおしゃれ空間
にいることが心地よい。6.日本の味ではないけれど、カラッと揚がったチキンカツが◎。甘口なカツカレー (14
ドル)。7.一口で飲み干すティラミス・
エスプレッソ・ショット (5.50ドル)。あ、
ほんとにティラミスの味!

2人でおいくら?
・ティラミス (シェア) 8.50ドル
・カフェラテ 5.80ドル
・カフェモカ 5.80ドル
=20.10ドル

PARTI BUZZ!
Vol.04
Cafe + Sake + Photo = Culture Platform
area/China town
<プロモーション>
10本だけ入手した、爽やかな飲み口の微発泡のに
ごり酒 (720ml / 通常 70 ドル) をパルティ読者のみに
25%OFF にて限定販売。※グラス販売もあり。
※パルティを持参のこと。※なくなり次第終了。

アンション・ヒルのプラナカン式建築の並
ぶ一角に、一際目立つ赤い壁。ヨーロッパの風を
感じてふらり足を踏み入れると、壁には写真
がずらり。そう、ここはカフェがギャラリーと
なっている「フォトカフェ」なのです。
フォトグラファーであるオーナーのエディ
さんは、大のイタリア人 & 日本好き。店名の
「shots」は、写真のショットであると同時に、朝
を始めるエスプレッソのショットであり、一日を
締めくくるSAKEのショットのことでもあ
るのです。「ワイワイ騒ぐにはビール、でも
SAKEは人と人を親しくすること、日本への
愛を語りだすと止まりません。経営する2階
のレストランで仕入れた新鮮食材と、隣接する
バーのお酒を使った本格的なカフェ
メニューはまだまだ発展中。夜には焼き鳥など、
日本酒に合うメニューも登場予定です。
朝から晩まで、我が家のリビングの様にくつ
ろけるこの店は、なんだかサロンのよう。近隣
の人々やアーティストが集い、ストロリー性的
のある写真にハツたり、クスリとしたり。そ
して会話かうまれ、人の輪が広がる。若い
世代のカルチャー・プラットフォームになりた
いという、エディさんの想いのごもった空間で、
今宵はSAKEを片手に語り合いましょ!

ショット
8 Ann Siang Hill
☎6224-8502
10:00~22:00
(金・土・祝前日は01:00)
www.shots.com.sg

最新アジアビジネス情報!
「時事速報」
+
「時事ウェブ」
1ヶ月間無料試験サービス 実施中
時事通信社
シンガポール支局
メール jijiisp@jiji.com.sg
電話 6224-4212 FAX 6224-0711

即座に解決! 中古クラブ高価現金買い入れ
Creative Golf By Joe
Blk 333 Kreta Ayer Road, #01-17 Singapore 080333 www.creativegolf.net
Tel: 6227-7760 Mobile: 9633-9086 平日・祝日はお電話でお呼び出し下さい
営業時間 11:30am~7:00pm (火~金) 11:30am~5:00pm (週末)、月休

スーパースター・グアゴ
キャビンUP プロモーション
10月からの出発
★インサイドルーム料金で“窓付オーシャンビュー”へ!
★窓付オーシャンビューの料金で“バルコニー付”のお部屋へ!!
マラッカ・KLクルーズ 3日間
SS\$470~→SS\$252~
洋上クルーズ 3日間
SS\$660~→SS\$368~
三巴旺/パネケットクルーズ 4日間
SS\$810~→SS\$454~
郵船トラベル
TEL: 6732-1511
www.yusentravel.sg

安心・安全・本物の味
焼肉
YAKINIKU HANATORA
Tel: 6438-8072
40/40A Boat Quay (1F&2F)
ランチ: 月~金 12:00~14:30 (L.O.14:15)
ディナー: 月~日 18:00~23:00 (L.O.22:15)
www.yakinikuhanatora.com

MENTAL CARE / Chihiro Yamagata

カウンセリングあれこれ
「心も解くヒント」Version 2

第16回「合理化」

「負け惜しみ」「責任転嫁」は、
心の平安を得るための防衛機能

イソップ寓話の「すっぱい葡萄」をご存知の方は多いと思います。あらすじはこうです。

ある日、キツネがたわわに実ったおいしそう葡萄を見つけます。そこで食べようと、跳び上がりますが、葡萄はみな高い所にあり、何度跳んでも届きません。疲れ果てたキツネは怒りと悔しさで「どうせこの葡萄は、すっぱくてまずいに決まっている。誰か食べてやるか」と捨てて去って行きました。

さて、キツネのセリフは「負け惜しみ」であり、本当にこの葡萄がすっぱくてまずいかどうかは一切関係がありません。これは、心理学では「合理化」と呼ばれる防衛機能の一つで、自己の取る行動や考えに対して、論理的かつ道徳的に妥当な説明を与えて、不安や葛藤を回避しようとする心的過程を指します。

「合理化」には、テストで目指す点が取れなかった、良い業績を収めたにもかかわらず会社から評価されなかったなどの際に「どうせ、こんなことには大

- Parti Topic Line Up
 BEAUTY EDUCATION
 HEALTH HOUSE
 LIFE COLUMN
 CAREER FOOD



山形 千尋
BeeYrOwn 心理士
(応用心理学修士・カウンセリング学修士)
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

した意味がない」と考える欲求充足のための一般的な正当化から、深い無意識の抑圧から生じるものもあります。苦手な相手のいる大切な約束を忘れた場合に「家のことで忙しく、つい忘れてしまった」や「具合が悪かった」という合理化は、本人自身は深層心理で行きたくなかったことには気づいていません。

実はこの「合理化」、精神的に余裕のない時には誰にでも見られる行動ですが、社会不適応な行動においても、同じメカニズムが作動していると考えられています。例えば、強迫性障害(不安障害の一つ。自分でも変だと半分は分かっているが、強迫観念により、どうしてもやめられない動作を繰り返す)や、日常・社会生活に支障が出る状態においては、清潔なことは良いことなので、手を洗うことも、シャワーを浴びるのも正当なこと。良いことなので、何回でも、どれだけの長さでもしていいはず、という正当化でその行動を繰り返すことに繋がります。また、外出の際、戸締りという既に正当な行動のなかで、家が水浸しにならないように水道の蛇口、火事防止のためのアイロンの電源、防犯のための窓、玄関の戸締りなどを何度も繰り返し確認してもいいはず、ということで過剰な確認行動をします。

繰り返される過剰な「合理化」の裏にあるものは、抑圧された「自己嫌悪」や「自己不信」であるため、本人は、現実を受け入れられないという葛藤に苦しんでいます。そのため、現実を無理やり変形させるという作業をしているのです。

「合理化」が本当に「合理化」へのプロセスなのか、現実を受け入れることの方がずっとシンプルなのか。どうですか？

This Month's Hint (今月のヒント)

「合理化」は、一時的には役立つレベルのものもありますが、本当の意味での自己の欲求充足を得ることは難しく、周りに「成長がない」「頑固な負けず嫌い」「ひねくれ者」という印象を与えてしまいます。場合によっては、身体に害を及ぼすほどの抑圧になっていることもあります。心の健康は、心の声を聞くことから始まります。

BeeYrOwn
Psychologist & Counsellor
111 North Bridge Rd #07-10 Peninsula Plaza
Tel: 65-9665-4572
http://beeyrown.blogspot.com
email: beeyrown@aim.com
診療日(完全予約制): 火・水・土

New Premium Childcare Centre
 ● 1才半から6才
 ● 現在生徒数35人中7人が日本人
 ● 只今、プロモーション価格実施中(限定有)

どうしてお花は咲くのでしょうか？
鳥は どうやって 飛ぶのでしょうか？
空は どうして 青いのでしょうか？
魚は どうやって 息をしているのでしょうか？

Mulberryでのみんなは
何にでも疑問を持って、尋ねて
質問をするようになります。

●体験学習● 英語、中国語、算数などの基礎知識を身につけ、みんなで話し合いをしたり一緒に学んでいきます。時間割以外の習い事も可(別料金)

Mulberry Learning Centre @ Tanjong Pagar
Block 1, Tanjong Pagar Plaza #02-01 Singapore 082001
Tel: 6223 3539 Fax: 6223 3175
MRT タンjongパガール駅より徒歩3分。アマラホテルの前。
www.mulberrylearning.com

日本 メディカル ケア
NIPPON MEDICAL CARE
ダレニーグルス病院
日曜緊急外来
午前9時～正午12時 ☎6474-7707
緊急の方のみ、予約不要。休日料金になります。

#03-37 Annexe Block 6A Napier Road (ダレニーグルス病院内)
Tel: 6474-7707(代表) Fax: 6474-4391
健康診断などのお問い合わせは 健診室 ☎6479-3722
ホームページ: www.nipponmedicalcare.com.sg WEBリニューアルしました!

開校26年!!
AZセンター
会話教えます!!
☆コース内容☆
◎英語 先生 Mrs. Mitta, Aida, Tamara
初級～上級クラス: 1時間 \$17 ~
プライベートレッスン: 1時間 \$50 ~
◎中国語・マレー語
初級～上級クラス: 1時間 \$15 ~
プライベートレッスン: 1時間 \$30 ~
※各国語、初級～上級クラスは少人数制

無料体験受付中!
お問い合わせ先
詳細は Mr. ロイライ
(シンガポール大学・英アストン大学卒業)
までお気軽に TEL ください。
Tel: 9336-0166 もしくは
6734-6488 まで(日本語対応)
住所: #08-06 オーチャードプラザ
(サマセット駅近く)
開校日: 平日のみ、土日祝休み

シルクエアが9/27からのサムイ島へ週3回の就航を開始します。
● サムイ島プロモーション ●

SIX SENSES
SAMUI
A SALA PROPERTY

サムイ島の岬先端に造られたこのリゾートのセールスポイントは、立地を生かした絶景。岬を囲むように点在するプライベートヴィラ、岸壁の中腹に作られた大きなインフィニティプール、岬の岩の上に行むレストランなど、270度海に囲まれた岬ならではの。これだけの絶景を誇るラグジュアリーリゾートは珍しいでしょう。サムイ空港から車でわずか15分。アクセスのよい立地もお客様の高い支持を得ています。

"Pool Villa & Pool Villa Suite Promotion"
SilkAir
Stay 3 Nites Pay 2 Nites
Stay 6 Nites Pay 4 Nites
S\$ 998~ (Adult) S\$ 198 (Child)

Validity: 27Sep - 21Dec'11 Stay
(Booking/Ticketing by 30Sep'11)

< Value-added Benefit >
50 minutes Spa treatment for 2 persons during stay

Basic 2 Nights Package Includes:-
 ~ Return economy airticket to Koh Samui on SilkAir
 ~ Return Airport transfers by resort
 ~ 02 nights + 01 FREE night (Total 03 nights)
 ~ Daily Buffet Breakfast

Above offers exclude: Airport Tax, Airline Fuel Surcharge & Security Tax · Terms & Conditions apply

HOLIDAY TOURS
www.holidaytours-sin.com

15 Cairnhill Road #06-05
Cairnhill 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

HEALTH CARE / Dr Motoda Lena

「シンガポールの健康生活」



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

「日本脳炎の予防接種」の巻

今日は「3歳児健診」の日。桂さんは母子手帳をバッグに詰めながら、「玲奈先生の所に行きますよ!」とアケビちゃんを呼びました。火曜日と木曜日の午後はラッフルズジャパニーズクリニック本院では予約制で乳幼児健診を受けることができます。アケビちゃんは「玲奈先生に絵をあげるんだ!」と大はりきりです。

桂さんは受付に診察券を出しながら、はて困りました。「予防接種?何かあったかしら?」スタッフは「先生に相談できますよ。これらの問診票を書いてお待ちください。熱も測りますね」と言いながらアケビちゃんの耳に体温計を当てました。

桂さんたちはすぐに呼ばれました。アケビちゃんの絵に玲奈先生は大喜び。赤やピンク

の丸が一杯描いてあって、これで3歳児健診のチェックが一つクリアです。先生は母子手帳を見ながらお母さんに予防接種の説明をしました。

元田先生:「日本では3歳から日本脳炎の予防接種が始まります。これは豚にいたウイルスを蚊が媒介する感染症です。シンガポールには豚がないので当地では接種義務はないですが、特に西日本をはじめアジア地域全体では必要なものです」

桂さん:「それって重篤な副反応が出たためワクチンを作り直して、接種を再開したやつですね?大丈夫ですか?」

元田先生:「因果関係の証明は難しいですが、ある種の脳脊髄炎が起こってしまったようです。でも、この副反応は100万回接種に一回くらいの確率と言われていて、一方、このウイルスに感染したら1000人に一人は脳炎を発症して重篤な後遺症が残ります。日本の現行新型ワクチンは日本だけしか使っていません。旧型のワクチンはこの地域では歴史が古く、問題なく使っています。スケジュールは合計4回接種。1回目と2回目の間が1週間から4週間。2回目と3回目の間が1年。それから5年後に最後の1回があります。旧型で開始して途中で本帰国になっても、続きを新型で受けることは問題ありま



元田 玲奈 医師
東京大学医学部卒業、東京大学大学院医学系研究科修了、医学博士、2008年10月より現職、日本小児科学会認定、小児科専門医、日本小児科医認定、子どもの心相談医。

せん。また、7歳半までに最初の3回を終われば良いので、もし来年本帰国になるのなら帰国後開始しても良いですが」

桂さん:「怖い感染症なんですね。当分本帰国にはなりませんから今日やります!」

雰囲気を感じて、それまで上機嫌だったアケビちゃんの顔が凍ります。でも、玲奈先生にかけ声をかけてもらいながら、無事終了。

「1週間から4週間あけて2回目を予約して下さい。アケビちゃん、またね!」

次の予約がまた注射であることまでは分からないらしく、アケビちゃんは満面の笑みで手を振っていました。

今回のまとめ

- 日本脳炎は治療法のない死亡率の高い感染症で、アジア地域では予防が必要。
- 日本脳炎ワクチンは日本の定期接種ワクチンの一つで3歳から開始。
- シンガポールでは旧型ワクチンを使用しているが、特に問題はない。
- ワクチンによる副反応の確率は100万回接種に一回と言われている。

machimame

よくあるパソコンのトラブル

- インターネット/メールに接続できない。
- パソコンが立ち上がらない。
- ウィルスに感染したかも。
- データ救出してほしい。
- 液晶モニターが壊れた。



買ったときは予期していなかったパソコンのトラブル。意を決して電話をしてみたはいけれど……英語で症状を伝えるのも大変なのに専門的なことを言われてさらに混乱。余計なストレスを抱える前に「カワテック」に相談してみよう! カワテックでは日本語でわかりやすく説明してくれるから安心。信頼出来る日本人スタッフがプロの技でさまざまな問題をスピーディーに解決してくれます。また、同社では日本語パソコンや日本語ソフトウェアの販売などもあり。MRTブギス駅から徒歩3分なので持ち込みも楽々です。自宅やオフィスへの出張サービスもあります。詳しくはウェブサイトをご覧ください。



Kawatec Pte Ltd
470 North Bridge Rd #04-07 North Bridge Commercial Complex
日本語ホットライン: 6743-4530 (担当: 川辺)
kawabe@kawatec.com www.kawatec.com

パソコン修理・サポート・PC販売ならお任せ

パソコントラブル発生 → 電話1本で即対応

無事復旧!

- ◆ 日本人スタッフが親切丁寧に対応。
- ◆ 日本語環境のパソコン販売。
- ◆ インターネット・メールのトラブル解決。
- ◆ パソコンお持ち込み修理/出張修理も可能。
- ◆ ハードディスクデータ救出サービス。
- ◆ 法人向けIT保守サービスのご提供。

KAWATEC PTE LTD 日本語ホットライン: 6743-4530 (川辺まで)
470 North Bridge Rd #04-07 North Bridge Commercial Complex(S)188735
E-mail: kawabe@kawatec.com www.kawatec.com 日曜は休み

Appreciation Concert
A Music concert in appreciation of Singapore's support to the Great East Japan Earthquake

感謝コンサート
シンガポールから日本に寄せられた支援へ感謝をこめて

日時: 9月10日(土) 午後4時より (入場無料)
場所: シンガポール日本人会 (120 Adam Road)
演目: ハンドベル独奏、聖歌隊コーラス、女声コーラス、独唱、フルート独奏など
出演: 日本バプテスト連盟音楽伝道隊 日本人会女声コーラス同好会 シンガポール国際日本語教会

コンサートポプラ文庫
日時: 9月9日(金) 午後3:30より
場所: Kay Poh Road Baptist Church (7 Kay Poh Road)
シンガポール国際日本語教会 特別音楽礼拝
日時: 9月11日(日) 午後4時より
場所: Kay Poh Road Baptist Church

主催: シンガポール国際日本語教会 International Japanese Church of Singapore
http://ijcs.baptist-church.net

気鋭の日本人ヘアスタイリストがスタンバイ!

Belleza de Midori
ベレッザ・デ・ミドリ

ノヴィナ駅上
ノヴィナスクエア #03-43
お気軽にお電話ください。
Tel: 6358-2900
midoriyocw@hotmail.com
10:00~20:00 (日・祝は11:00~18:00)

Midori's Belleza de Midori

スパトリートメント+COTA \$60
ホームケアトリートメント連盟
※トリートメントのみの場合は別途シャンプーブローカー\$10が優待です。

カットクーポンを提示ください。

スパトリートメント+COTA \$60 (11年9月末まで)
COTAホームケアトリートメント連盟
Midori's Belleza de Midori

Raffles Japanese Clinic

◆ 総合診療 ◆ 定期健康診断 ◆ 小児科 ◆ 乳幼児健診 ◆ 予防接種 ◆ カウンセリング ◆ 産婦人科 ◆ 整形外科 ◆ 皮膚科 ◆ 美容皮膚科 ◆ 耳鼻咽喉科 ◆ 歯科 (分限のみ)

*は本院 *は本院とリャンコート分院 *は本院とオーチャード分院

9月上旬より、オーチャード分院で伊藤医師(歯科)が診療を開始予定です。医師免許手続きの都合上、診療開始日が遅れることもありますのでご了承ください。

本院 ◆ ラッフルズ ホスピタル 11階 (MRTブギス駅すぐ前)

総診察受付時間 月~金 08:45~18:00
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2階 (1階スターバックス横のエスカレーターを上がって正面)
◆ ウィーロックプレイス4階 (伊勢丹スコット向かい)

総診察受付時間 月~金 09:15~13:00, 14:45~18:00
土 09:15~12:30
日・祝 休診

Tel: 6334 1175 (リャンコート分院) 6738 6550 (オーチャード分院)

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

アーツジュニアモンテッソーリ幼稚園

幼稚園の特長

- ★ 一人ひとりの個性を伸ばすモンテッソーリ教育
- ★ 経験豊かな日本人園長とネイティブ教師による(英・中・日)3言語環境
- ★ バイオリン・合気道・ダンス・絵画製作など情操教育が充実

9月23日(金) 子育て応援セミナー開講
「想像・創造力を育むおもちゃ」
参加費無料・要予約
お気軽にお電話ください。

1 Telok Bagan Crescent #02-07 Radin Mas Community Club
Tel: 6272-1332 / 9185-8804 (日本語対応)
E-mail: info@artsjunior-montessori.com
Web: www.artsjunior-montessori.com

日本製わんにゃんグッズを直輸入でリーズナブルにお届け

SunDream Pet Land Pte Ltd
545 Orchard Rd #02-24 Far East Shopping Centre (Wheelock Place 横) Tel: 6224-9944/9004-8303(SMS)
11:00 ~ 19:00 (日 17:00 まで)、祝休
Email: sundreampetland@yahoo.com.sg

※会員優待割引 (10 ~ 25% オフ) あり ※50ドル以上購入で無料ホームデリバリー。電話・SMS・Email (でも注文可)

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

「子どもたちの自主性を尊重し、温かく見守ってくださる先生方と、楽しく過ごせるお友達がいるEisを、息子たちは大好きです。」
ともひろくんとはるゆきくんご両親

Eis International Pre-school
East Coast Rd

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

季節のはがき・引っ越しはがき etc...

あなただけのオリジナルポストカード
作成いたします
129ドルより

PARTI Pte., Ltd. Tel: 6474-8003 Fax: 6474-6703
お値段やお申し込み方法は、お気軽にお問い合わせください。

人材募集

パーティを一緒に作りませんか
編集・ライター募集

- ◆ 仕事内容: パルティの企画、取材、執筆、校正など
- ◆ 雇用形態: パートタイム
- ◆ 勤務時間: 週3~4日、6~7時間程度
- ◆ その他: PR・DP保持者歓迎

ご興味のある方は info@parti.com.sg まで

東南アジア在住の美人すぎる漫画家。趣味は人間観察。毒吐きですけど自滅も多いです。ブログ <http://ameblo.jp/zunkozunko>

第36回 エビ釣りへ行こう

ズンこ

ズンこさん、だめだよ。エビも男も☆

お、来た来た！

よし3匹目！

家族・仲間・カボチと密着はいろいろ

空港から直行で向かった先は

エビ釣堀

料金表

1時間...15ドル
2時間...26ドル
3時間...32ドル

レンタル竿 & えさ付き

エビ釣堀経営者 ヤオさん

アタイはエビが好きなんだよ。

エビは産産に補充してるぞお嬢さん。

壁際！

男も釣った。

初エビゲット！

やぱり魔性！

経営者のヤオさんにコレもらった。

さっき写真撮りに行った。

ズンこさん、関係ないけど。

Iyengar Yoga Centre

Iyengar Yoga enhances your beautiful lifestyle!

アイアンガー・ヨガを通して、バランスやリラクゼーションをもたらし、健康な心と体へと導きます。

バルティ読者限定プロモーション

1回券(トライアル)通常35ドルが10ドルに!
※9月末日まで。※初回のみ。※「バルティを見て」と一言。

Iyengar Yoga Centre

146B Neil Road Tel: 6220-4048
Email: info@iyengaryogasingapore.com
www.iyengaryogasingapore.com

- ヨガクラス(レベル1~3): 90分×10回券/280ドル(3か月有効)
- キッズヨガ(週1): 60分×4回/75ドル(1か月間有効)

※産前クラス、産後クラス、ランチヨガなどのクラスもあり。※25・50回券、マンズリー、年間パスなどのプランもあり。

ニッポンの長月の旬

楽市コース 78ドル

生牡蠣ボン酢、炭焼き盛り、炙り寿司、かぶと味噌鍋など前菜からデザートまで全8品さらにキリンビールが1瓶。

プロモーション

● キリンビール 1for1 ※10月末まで
● 楽市コース Buy3 Get4! (3人前頼むと4人目無料) ※9月末まで ※2名様から

舌鼓

新店舗がオープンしました!

- ノヴィナ店 8 Sinaran Drive #01-05 Tel: 6659-6683 ←NEW
- デンプシー店 Blk 10 Dempsey Rd #01-22 Tel: 6474-2143
- ファーイースト SC 店 545 Orchard Rd #03-11 Far East Shopping Centre Tel: 6737-0757

※オーチャード Rd ~デンプシー間、無料シャトルバスあり

ランチ11:30~14:30、ディナー18:00~22:00、無休
www.rakuichi.com.sg

本当の安らぎを知っていますか

豊かにならぬに固まれた歴史ある教会堂で神様と語り合うひととき...
どなたでもお気軽にお越しください。 www.sjcf.org.sg

SJCFシンガポール日本語キリスト教会

毎週日曜 午後2時半~4時半
日本語による礼拝を行っております。 **ボタニック**
ファミリーキャンプ 10月7日(金)~8日(土) **ガーデン**
詳しくはお問い合わせ下さい。 **徒歩5分**

お問い合わせは
石橋恵子 97219057
チョン加代子 97505189まで

MEISEIDO CHINESE MEDICAL TR

針灸、漢方薬、指圧で体にやさしい治療を施します。

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

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

KUNIKO TCM & HEALTHCARE

漢方、針灸、推拿の施術による身心の調和で、症状改善

100B Oxley Rise, Hollywood Apartment
Tel: 6836-0548 / Hp: 9696-1463 (要予約)
9:30~12:00 14:30~17:30 休診: 日、祝日、木曜午後
Web: www.tcmhealthcare.com

MILKY WAY

熟練スタイリスト率いる日系ヘアサロン

祝 8周年記念プロモーション

カラー・パーマ **28%OFF!!**
縮毛矯正 **50ドルOFF!!**
※9月末まで

Price

- *Ryuichi: 60ドル
- *Gerard: 50ドル
- *Veronica: 35ドル~

MILKY WAY HAIRDRESSING

ご予約はお気軽に Tel: 6466-3949 まで
予約受付時間 10:45~19:00、日は17:00、祝は17:30まで、水休 ※電話は第3日曜日休

360 Orchard Rd International Bldg #01-13

ご要望の箇所をしっかりお応えいたします

大満足の施術

100%日本人好みのフットリフレクソロジー

Love de foot 是非お試しを!

Promotion

- フットリフレクソロジー (45分)+ 肩 & 頭マッサージ (15分) \$68 (通常 \$85)
- 首 & 肩 & 背中マッサージ (30分) \$38

※9月末まで有効

Love de foot
402 Orchard Rd #04-27/28 Delfin Orchard
Tel: 6235-5012 (予約がオススメ)
月~土曜 10:30~20:00 (19:15LO)、日 10:30~19:00 (18:15LO)

Dr. Nari Denbari, Jampensai

vol.20 電解還元水

ドクター河村の『水』と『健康』を考える

マグネシウムの話

私達の毎日の生活の中で、知っているつもりで実際には見落としていることがあります。その第一は水です。還元力を持っている水が存在すること、飲料水は還元力を持っている必要があること、このことを知り完全に行うことは我々の健康上の諸問題解決の最も基本であることは論を待ちません。ところで最近私はもう一つの大きな見落としに気づきました。マグネシウムがそれです。

私達の体内には約20種類のミネラルが必須元素として存在していますが、これらの中で特に不足しがちなのがカルシウムとマグネシウムです。カルシウムは骨の主要な構成成分ですが、それ以外の大部分は血液中にあり、全身の細胞に入り込んで神経の情報伝達や筋肉の運動を助け、血液のpH調整、各種酵素やホルモンの調整など、多様な仕事をマグネシウムと共に担っています。カルシウムは過剰に入ってくると沈着して石灰化を引き起こしますが、これを調整するのがマグネシウムです。カルシウムは不足しても大変ですが過剰に摂取することも危険で、必ずマグネシウムと同時に摂取することが大切です。

残念ながらマグネシウムを沢山含んでいる食品はあまりありません。しかし海水中に最も多く含まれるミネラルはマグネシウムです。海水からナトリウムと塩素を取り除いたものがにがりですが、にがりの主成分はマグネシウムで、その他人体に必要なミネラルを多く含んでいます。ですから、にがりを取り除いていない天然塩、たとえば沖縄宮古島の塩などを常用するのは良いと思います。また天然のにがりを使った豆腐や、昆布などの海藻類も良いでしょう。

河村宗典 (かわむらむねのり)
医療法人誠心会協和病院・院長

1936年山口県生まれ、神戸大学医学部卒、医学博士。早くから日本トリム社電解還元水の効果に着目し、85年から糖尿病やアトピーなどの医療現場に取り入れている。

●還元水についてのお問い合わせ
Tel: 800-810-2347 (フリーダイヤル太田)
Email: k.a9218@lagoon.ocn.ne.jp

還元水 [RW-5]

「アルビス社長ノート」

Parti Topic Line Up
 □BEAUTY □EDUCATION
 □HEALTH □HOUSE
 □LIFE □COLUMN
 □CAREER □FOOD



是永 大輔
 1977年千葉県出身。日本大学芸術学部卒業後、サッカージャーナリストとして年間の3分の1以上を欧州で過ごす傍ら、IT企業でサッカービジネスの立ち上げに多岐関わる。2008年から現職、シンガポールサッカー協会理事。

『リーグカップ優勝！』
 ～設立8年目、念願の初タイトル～

2011年7月30日、アルビレックス新潟シンガポールは、シンガポールでの3つのタイトルの一つである「リーグカップ」を制しました。設立8シーズン目にして、クラブ史上初のタイトル。海外のトップリーグにおいて日本のクラブが優勝すること自体、世界で初めての出来事です。

大会を勝ち抜くのは簡単ではありませんでした。中2日で行われた準々決勝～決勝の3試合は全て延長戦。しかも、準決勝と決勝にいたってはPK戦にまでもつれ込む展開。さすがに選手たちは疲労困憊で、普段の軽快なパス回しを見ることはほとんどできず、それでも必死に相手選手に食らいつき、戦い続けました。ちょっと考えられないほどの過密日程の中

で強い精神力を見せてくれた選手やスタッフを誇りに思います。また、スタジアムで最高に熱い声援を送ってくれたサポーターの皆さん、チアリーダー、サッカースクールの子どもたち、そしてこれまでアルビスを支えてくれた多くの方々の想いは、ピッチの中にも強く響いていました。チームだけでなく、クラブだけでなく、みんなで獲ったタイトルです。「リーグ戦」「シンガポールカップ」と残り2つのタイトルにも、まだまだ手が届く状況にあります。次なるタイトルを目指し、全力で戦い抜きますので、ご声援よろしくお願ひします！

優勝カップは、今年9月にオープン予定のクラブハウス(ジュロンイーススタジアム内)に展示しますので、ぜひ見に来てください。



試合に出たメンバーや出なかったメンバーの関係なく、チーム一丸となって戦うことができた。その結果優勝することができ、とにかく今は本当に嬉しいと思う。チーム、フロント、サポーター、すべての人に感謝したい。ただ、今日の結果だけで満足することなく今後も頑張っていきたいといけな。

Musashi Okuyama
 奥山 武宰士

ポジション: MF
 番号: 14
 あだ名: オクムサン
 年齢: 20
 出身地: 東京都八丈町
 趣味 or 特技: 散歩、剣道



選手もスタッフもサポーターも含めて一つになれたことが、優勝できた一番の要因だと思う。半年間自分がやってきたことが結果として残ったことはとても嬉しいし、もっとも自分自身サッカーが上手になりたいと思った。課題もまだまだあるので、1日1日を大切にひとつ上を目指していきたい。



Shuhei Hotta
 堀田 秀平

ポジション: DF
 番号: 3
 あだ名: しゅう
 年齢: 22
 出身地: 千葉県松戸市
 趣味 or 特技: 海外サッカー観戦、将棋



子宮頸がんワクチン
 9月末日までキャンペーン
 3回接種セットで\$300+GST
 10歳以上の日本国籍女性または日本人を配偶者に持つ外国籍の方
 要予約 詳細はホームページで

NIHON PREMIUM CLINIC
 院長 橋口 宏
 院長 皮膚科担当医 ドン ラウ
 全科診療担当 広田 真美

ニホンプレミアムクリニック

診療科目 ●総合診療科 ●小児科
 ●整形外科 ●皮膚科 ●耳鼻咽喉科 ●眼科
 ●産婦人科 ●消化器外科
 ●予防接種 ●健康診断 (*は予約制)

住所・連絡先
 ノヴィナメディカルセンター 11階
 (MRT Novena 駅直結ノヴィナスクエア2内)
 NOVENA MEDICAL CENTER
 10 Sinaran Drive, #11-12/13/30
 Tel: 6397-2002
 時間外連絡先 Tel: 81-110-119
 (平日 夜11時迄 土曜 夜9時迄)

www.nihonpremiumclinic.com email: contact@npc.sg

パーティ無料宅配登録 Webにて受付中!

パーティは、シンガポールで唯一の無料宅配月刊誌です!

今年で創刊18年目を迎えたパーティはシンガポールで生活する日本人の皆さまに当地での生活をより豊かに過ごすためのヒントやお役立ち情報を様々な切り口で提案するフリーマガジンです。

“毎月読みたいのだけれど、どこに置いてあるのですか?”

読者の皆さまから日頃このようなご質問をいただいておりますがパーティはWebサイトにて会員登録していただいた方に無料でご自宅のポストにお届けするサービスを行っています。会員になりますとバックナンバー閲覧やプレゼント応募が可能になります。ぜひこの機会に下記Webサイトからお申し込みください。

www.parti.com.sg

今後ともご愛読のほど、よろしくお願いいたします。

パーティ編集部一同

DISTRIBUTION LIST

主なパーティ配布SPOT

- 紀伊国屋 高島屋店・リャンコート店 ●明治屋 ●伊勢丹 スコッツ店 ●日本国大使館 ●日本人会
- 生駒語言学院 ●JSU Language Centre ●ベルリッツ ●GEOS ●Canadian Education School ●ラッフルズジャパニーズクリニック ●JGHデンタルクリニック ●MOTOKOクリニック ●日本メディカルケア ●Joy Clinic ●ニホンプレミアムクリニック ●アロハデンタルクリニック ●A City Nihon dental ●日本人幼稚園 ●このはな幼稚園 ●Eis インターナショナルプレスクール ●Little Neuro Tree ●西野薬局 伊勢丹スコッツ店 ●美濃漢方診療所 ●KIZUKI+LIM ●Miyabi Japanese Hair Salon ●Belleza de Midori ●Azami Barber ●JTB ●ホリデーツアー ●H.I.S ●Green holiday ●TRIPS ●ブライムトラベル&ツアー ●旅るっ ●郵船トラベル ●産経旅行 ●早稲田アカデミー ●オーチャード校・ウエスト校 ●能開センター ●WAOシンガポール ●オービッド ●En ●Z'en Japanese Cuisine ●東京和食さん ●セントラル店・チャイムス店 ●ニライカナイ ●タンダリン店・リャンコート店 ●たんぽぽ ●とんとん ●とん吉 ●楽市 デンプシー店 ●なんじゃもんじゃ ●蔵の中 ●寿 ●あぶりや 他

年長 お泊り保育(7月)

お水遊びのあと、
汽車前で
記念撮影

クッキングやすいか割り、キャンプファイヤー
みんなで踊ったダンス、お庭で食べた朝ごはん。
たくさんのきらきらした夏の思い出ができました。

幼稚園オープンデー
10月22日(土)
園庭遊びや汽車乗車、
たくさんの遊び場を
用意してお待ちして
おります。※予約不要

幼稚園体験
10月1日(土)運動会
未就園児プログラム
あります。※予約制

さくら組(年少)

ひろーいお庭には、ジャングルジムやすべり台
ブランコやシーソーなど遊ぶところがいっぱい
「きょうは何して遊ぶ?」

好奇心を深め意欲的に毎日を過ごす
日本人幼稚園の子ども達

2歳児クラス・2歳6カ月児クラス・3歳児クラス・4歳児クラス・5歳児クラス有り
詳しくは、ホームページをどうぞご覧下さい。

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

**シンガポール
日本人幼稚園**

PRESENT

今月は
タイランド

シンガポールから至近!

**コートヤード・バイ・マリオット・バンコク
無料宿泊券プレゼント!!**

バンコク・ラッチャプラソーン・ホテルコートヤード・バイ・マリオット・バンコクで、名高いタイのおもてなしをご体験ください。バンコクのラッチャプラソーン地区に建つ当ホテルは、バンコクの大使館地区の中心に位置し、主要なショッピング街やレストラン街、ビジネス地区、BTSスカイトレインへわずか数分です。旅の目的がビジネスでもレジャーでも、コートヤード・バンコクのフレンドリーで行き届いたサービスにきっとご満足いただけます。

無料宿泊券 詳細
● 1組(2泊3日、大人2名、朝食付き)
● 部屋: デラックスルーム
● 2011年10月1日~2012年3月31日まで有効
※ピークシーズンを除く。

協賛: **HOLIDAY TOURS**

プレゼント応募方法
「コートヤード・バイ・マリオット・バンコク」と明記の上、今月号の感想をお書きいただき、PARTIウェブサイトよりお申し込みください。
※ PARTI 無料郵送申し込み登録者の方限定
※ 締め切り: 2011年9月25日
※ 当選発表は10月1日ウェブサイトで

シルクエアが9/27からのサムイ島へ週3回の就航を開始します。
● サムイ島プロモーション ●

CHAWENG REGENT BEACH RESORT

Chaweng Regent Beach Resort is a stunning beach front resort, situated on the famous Chaweng beach on Koh Samui. Conveniently located only short walk away from the vibrant excitement of Chaweng with its many entertainment sports, restaurants and shopping centres, this resort offers the very best location to suit all tastes. Whether you want to get away from it all and relax in the tranquil surroundings or shop till you drop, Chaweng Regent Beach Resort has it all.

SilkAir
Stay 2 Nites Pay 1 Nite = (1+1)
Stay 4 Nites Pay 2 Nites = (2+2)
Stay 6 Nites Pay 3 Nites = (3+3)
S\$ 278~ (Adult) S\$ 138~ (Child)
Validity: 27Sep ~ 20Dec'11
(Booking/Ticketing by 30Sep'11)

Basic Package Includes:-
* Return economy airticket on SilkAir
* Return Airport transfers
* 1 Nite + 1 Nite FREE (Total 2 Nites) *Breakfast

MELATI Beach Resort & Spa

Melati Beach Resort & Spa in Koh Samui is a destination resort and spa located on an exclusive limited access beach. The Resort is embraced by an expansive and lush tropical landscape, featuring a magnificent waterfall making Melati Beach Resort the ideal destination for those seeking indulgent romance or true relaxation. Melati's secluded beachfront location can be found on the northern most tip of Koh Samui Island at Thongsong Bay. Conveniently located just 15 minutes away from Chaweng Beach shopping, restaurants and entertainment venues, it is a short 10 minute drive from Samui airport as well as Fisherman's Village.

SilkAir
Stay 2 Nites Pay 1 Nite = (1+1)
Stay 4 Nites Pay 2 Nites = (2+2)
Stay 6 Nites Pay 3 Nites = (3+3)
S\$ 358~ (Adult) S\$ 148~ (Child)
Validity: 27Sep ~ 20Dec'11
(Booking/Ticketing by 30Sep'11)

Basic Package Includes:-
* Return economy airticket on SilkAir
* Return Airport transfers
* 1 Nite + 1 Nite FREE (Total 2 Nites) *Breakfast

Above offers exclude: Airport Tax, Airline Fuel Surcharge & Security Tax · Terms & Conditions apply

HOLIDAY TOURS 15 Cairnhill Road #06-05
www.holidaytours-sin.com Cairnhill 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

第41回 「佐藤さんの住宅探し」

Parti Topic Line Up
BEAUTY EDUCATION
HEALTH HOUSE
LIFE COLUMN
CAREER FOOD

高野 徹 TOKIO PROPERTY SERVICES PTE LTD/TRE 21 PTE LTD
82年東急不動産入社。93年からシンガポール駐在、不動産仲介、エアコン保守を手がける。01年東急不動産より会社譲渡を受ける。宅地建物取引主任者、シンガポール不動産仲介業有資格。takano@pacific.net.sg

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。

前回のポイント

- 最初にあまりきれいではなかったからといって清掃しないで物件を返すと敷金の差引きが多くなることもある。
● 自分で清掃する場合には水回りやキッチン回りを徹底的に清掃する。
● 電気、都市ガス、水道は物件返却の翌日に切れるようにする。
● 電話は前もって切っておいても問題はない。

害虫、ヤモリについて

佐: 最近、家内から台所に虫がでるといふふうに言われているのですが、どうしたらよいでしょうか。

山: どんな虫ですか。

佐: アリやゴキブリらしいんです。時々コンドミニアムの管理組合で、もうもうとした煙を使って害虫駆除をやっているようですが、どうして出るんですか。

山: シンガポールでは周辺の国々と違って、害虫駆除を頻繁におこなっています。これは蚊などがデング熱などの熱帯性の伝染病を媒介するからです。そのため、日本にもありますがインドネシアやマレーシアにある網戸がシンガポールにはあまり見られません。これは周辺の国々と比べて蚊やハエなどが少ないからです。

佐: でもどうしてアリやゴキブリがいるんですか。

山: ゴキブリは日本でも温かい九州などではサイズも大きく活発ですが、シンガポールはさほど大きくなく、弱っているものが多いのは害虫駆除が活発だからだと思います。

佐: でも家には結構入ってくるようですが。

山: それは外部で害虫駆除を行っているのですが、それらの虫が難を逃れてすき間から住戸内に入ってきて、そこに住み着いて卵などを生んで繁殖したり、ご近所の住戸で発生した虫が入ってきたりします。大抵の住戸にはダスターシュートがあるでしょう。もし下ごみの収集場所付近から上層部に向けて害虫駆除をおこなうと、虫が住戸のダスターシュートのすき間から住戸内に避難してくることが考えられます。また同じようにシンガポールでは台所やユーティリティの床に水を流すことのできる排水口を設置しています。この排水口からも虫が上がってくる場合があります。そのため、共用部分の害虫駆除のスケジュールがあらかじめわかっている場合には、その日はダスターシュートを使用せず、ガムテープなどで目張りしておくのと良いでしょう。また、台所やユーティリティに水を流して床清掃をしないのであれば、床にある排水口も目張りしておくことをおすすめします。

佐: ヤモリとかアリについてはどうですか？

山: アリやヤモリについてはちょっと難しいかもしれません。シロアリもそうですが、アリはその巣を潰さない限りいったんアリの道ができるとなかなか駆除が難しいようです。また、ヤモリは奥さん方で嫌いな人が多いのはわかりますが、小さな害虫を食べてくれますし、シンガポールでは低層階から高層階まで来ますので、避けることがなかなか困難です。

今回のポイント

- コンドミニアムでは定期的に害虫駆除が行われている。
● その際にダスターシュートに目張りしておくことで害虫の進入をある程度防ぐことができる。
● 使わない床の排水口も目張りしておくとお効果的。
● アリの駆除は結構難しい。
● ヤモリをいないところをシンガポールで探すのはほぼ不可能。

CASA SANTOSA
BE EMPOWERED, INSPIRED AND LOOK AT LIFE WITH FRESH NEW LENS
Yoga Pre/Post Natal Yoga Kids Yoga Fertility Yoga Yin/Restorative Yoga Hatha Yoga
Counseling Individual/Couple Counseling E-Med Counselling/ Hypnotherapy
Treatments Reiki Quantum Touch® Aromatherapy Flower Remedy
キッズヨガ フリートライアル 実施中!!
CASA SANTOSA カーサ・サントーサ
11, Unity St #02-15 Robertson Walk
Tel: 6836 7782
9018-0628 (日本語対応) Yuki
E-mail: info@casasantosa.com
www.casasantosa.com
9月14日(水)にグランドオープン
※当日は無料ヨガのクラスや軽食つきの見学会オープンハウス (19:00~21:00) あり。詳しくはWEBをご覧ください。

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10月下旬開講予定
◆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
フリティッシュ英語コース ※レベルチェック受付中
開講予定: 準中級ビジネス英語クラス(土曜午後)、BookClub(平日)
開講中: 準中級・上級者向け会話クラス、準中級・中上級ビジネス英語クラス、中級・準上級パートタイムクラス
IKOMA Language School
日本語ホットライン (平日 10 am~6 pm)
Tel. 6238-0055 (Ms. 前谷・Ms. 渡辺まで)
#12-07 Shaw House (伊勢丹スコット上のオフィスビル)
ホームページ www.ikoma.com.sg

車のことなら
ジャスト・オート
JUST AUTO PTE LTD / JUST AUTO SERVICE
TEL: 6737-6308 FAX: 6737-6508
(担当: いきしま)
E-mail: jast.auto@pacific.net.sg

出産~産後~保育まで一緒に育みます
数時間だけリフレッシュしたいママとベビーも楽しい時間を!!
★ベビーシッター承ります
★ちょっとした一時をママ友とグループでの申し込みも受付中!
子供もいつものお友達だから安心
1.5歳からの幼稚園準備お預かり教室
★POPKIZは月~金まで毎日開講中!
KIZROO & MaMAROO
KIZROO & MaMAROO ☎6736-1636 / 9816-1063 (日本語)
Tanglin Shopping centre #05-18
Mail: otolawase@kizroo.com web: kizroo.com

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。
東京不動産
TEL 67385033 FAX 67383221
www.tokioproperty.com.sg Email: tps@tokio.com.sg
180B Bencoolen Street #03-01 The Bencoolen, Singapore 189648

いっしょにFootball やろう!
無料トライアル 随時受付!
●ジュニア(幼稚園~小6) 40ドル~
●ジュニアユース(小6~中3) 50ドル~
クラスの詳細などはお気軽に Tel: 9108-0731 (中村)まで
Web: www.samurai.sg Email: gfa.akinakamura@gmail.com

Vetica Saloon
オープニングプロモーション
パレティ持参で
全てのヘアサービス 50%off
※要事前予約
Vetica Saloon
150 Orchard Rd #03-71 Orchard Plaza
Tel: 6733-8038 11:00 ~ 21:00
カット 女性 40ドル、男性 38ドル
カラー 90ドル~ ショウ・ハウス 250ドル
シブ・カット 200ドル シトリートメント 70ドル~

英会話誌上レッスン♪
Native Phrases For Current Topics
■あ~!楽しかった!! [Dialogue]
Hana: Did you watch the National Day Celebrations? (ナショナルデーの祭典見た?)
Lisa: Yes, I went to Marina Bay with some friends. We got some tickets, so we sat in the grandstand. (うん。友達とマリナベイに行ったの。チケットもらったから特別観覧席に座れたの。)
Hana: How was it? (どうだった?)
Lisa: It was fun, the fireworks were amazing. What did you do? (楽しかったよ。花火が凄かった。ハナは何したの?)
Hana: Nothing much, I went to the movies on Tuesday afternoon. (特になにも。火曜日の午後に映画を観に行っただよ。)
Lisa: What did you see? (何を観たの?)
Hana: I saw the last Harry Potter movie at Shaw House. (最新のハリーポッターをショウ・ハウスで観たの。)
Lisa: Didn't they just reopen the cinema there? (その映画館つい最近再オープンしなかった?)
Hana: Yes they renovated it and now it's much better. (そう。改装して、すごく良くなったよ。)

Native Hills English Language Centre
30 Bideford Rd 07-02/03 Thongsia Bldg
パラゴンタクシースタンド向かいビルディング1階SEIKO
Tel: 6735-8330 (Ms. 櫻田)
E-mail: k.sakurada@nativehills.com.sg
www.nativehills.com.sg

Parti Topic Line Up
□BEAUTY □EDUCATION
□HEALTH □HOUSE
□LIFE □COLUMN
□CAREER □FOOD

渡邊 正樹
東京生まれ。特西員の父と家族で英、伊生活を経験。東京で大学後、ロンドンのライター・通訳に就職。ローマ、ワシントン、パリを勤務後、フリーランスに。サンフランシスコと東京勤務後、シンガポール移住。英字紙、シンガポール経済開発局広報部、航空会社社内誌編集を経て、97年シンガポールの妻、2児と共にカナダ・バンクーバーに移住。

「在外やぶにらみ」

ヨーロッパの空の交通事情
ヘルシンキ、ロンドンの印象(2)

バンクーバーを出発してヘルシンキに着いたのが10日前、厚くもてなしてくれた従兄弟たちに別れを告げ、娘と二人再び空路でロンドンに向かった。彼女が参加予定の或る短期コースの手続きが主な目的だったがロンドン少年時代、駆け出し記者の頃と数年ずつ暮らした馴染みの街だ。でももう20年位は訪れていないので大分様子も変わっているだろうし、到着先はかつて国際水準以下と酷評されたヒースロー空港だ。予定3日間の滞在はどうなる事か。

英国は例のシェンゲン協定に加盟していないので着陸すると係官が旅券に入国スタンプを押す。空港施設・設備は幾分改善されている模様だが、ひたすら予約済みの市内のユース・ホテルを目指した。最寄のパディントン駅まで直通の<ヒースロー急行列車>なら30分前後で行ける。その方が早いのに「疲れたし荷物が重いからタクシーで」と娘がグズるので結局そうしたが、料金は80ポンド(約1万円)かかった。

まだ西の空に陽が高い夏の夕方、25キロ前後の道程だが市内に近づくにつれ片側2車線の<高速>道路は渋滞気味となった。シンガポール自慢のチャンギ空港から中心部に向かう花咲き乱れる片側4車線の高速道路が懐かしくなった。

ホテルは中心繁華地区ウエストエンドから地下鉄で西に7、8駅行った辺りだった。割安で中心部に近い宿をインターネットで探してオンラインで予約した所だ。若者向けの宿だが、その昔ヒッピーまがいに放浪した事もある街だ、という妙な自信も若干あった。

客筋はやはり圧倒的にドイツ、イタリアなど西欧人を中心とした青年男女だった。定員8人の部屋、客は男女共用が女性のみの部屋が選べる。後者に入った娘は、体験済みの労働奉仕キャンプのノリで、同室のカタロニア人の女の子たちとすぐに仲良くなったようだった。当方も同室のボストンからのインド系米国人や東京で銀行に勤めていたフランス人などと知り合いになった。

娘が短期コースに通い始めた某美術学校やホテル付近のバブやレストランの従業員も東欧系や中国系が目立った。純粋のロンドンっ子は商店や飲食店に関する限り稀な存在になってしまったようだ。NYよりもっと国際色が豊かで、NYよりノンビリしている、というのが東の間のロンドンの印象だった。

バンクーバーに帰る早朝、娘に別れを告げ、徒歩で5分のパディントン駅から例の急行(片道14ポンド/約1700円)で空港に向かった。今度はあつという間に目指すターミナルの駅に着き、あわててスーツケースを掴んで飛び降りた。後は指標をたよりにく動く歩道>つきの回廊を幾つか通りエレベーターで二階に上ると、カナダ航空バンクーバー便のチェックイン・カウンターに到達した。

搭乗客一般向けの待合、飲食店、免税店各エリアの施設はやはりチャングや成田のそれに劣っていた。娘の付き添いでバタバタした滞りだったが、今度はもっと時間をかけて来たいと思った。その価値はある真のグローバル・シティです。

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く場合もあります。また、編集の都合により掲載されないこともあります。

●営利目的の内容(教えます、お部屋貸しますなど)及び求人広告は有料です。また、探しています、お知らせでも企業や店舗の営業案内、テナント事務所等是有料となります。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(日本では60万円以上)で受講できます。検定試験対策にも対応。創立25年、卒業生3000名突破。
授業料:1740オーストラリアドル(送料込み)
期間:1年間(半年可)
基礎講座のみ:10週間 990オーストラリアドル
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
メールまでご連絡ください。
Email: lululanguageexchange@hotmail.com (ルイーズ)

英語教えます
学生、主婦、ビジネスマンに初級~ビジネス英語まで教えます。経験は豊富です。個人、グループ可。ご自宅、オフィスに出張いたします。
Tel: 9687-7945(アイリーン)
Email: irene64@singnet.com.sg

お知らせ

国際基督教大学高等学校 海外学校説明会
日時:10月1日(土)13:00~14:30全体会(予約不要)。14:30~16:30個別相談(予約制)。
場所:シンガポール日本人会館
申込、予約は、本校ホームページ参照。
URL: www.icu-h.ed.jp

■ブチマナ会へのお誘い
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。0歳の赤ちゃんから小学生まで、幅広い年齢のお友達が集い、金曜日の午後4時から、ワイワイガヤガヤと楽しい会です。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。※場所は毎回変わります。興味のある方は、下記にご連絡ください。
日時:9月2日、16日 16:00~
Tel: 90591752(丹沢)
Email: sarangleejp@yahoo.co.jp

■ポブラ文庫へのお誘い
教会のホールをお借りして、日本語の絵本・児童書の貸出、お話し(16:00から)を行っています。お話しや受付などのボランティアスタッフも募集中です。経験、お子さんの有無は問いません。ポブラ文庫スペシャルコンサート開催。ハンドベルやコーラス、腹話術などが行われます。参加費無料。9月23日は通常通り開催。
日時:9月9日 15:30~16:30
会場: Kay Poh Road Baptist Church, 7 Kay Poh Road
Email: poplarb@gmail.com
URL: blog.livedoor.jp/spoplar/

■シンガポール日本語教会 婦人会のお知らせ
DVDによるメッセージ~太平洋放送局「ライフライン」より~何かが残る...そんな心温まるメッセージをどうぞ。軽食の用意もあります。どうぞお気軽にお越し下さい。※タイ、カンボジアなど4か国に送る中古衣料の回収をしています。
日時:9月8日(木) 10:00より
場所: セントジョージズ教会(植物園対面デンブシーロードに向かって5分)
Tel: 9839-7723(佐々木)
URL: www.sjcf.org.sg

■金城学院大学ハンドベル・クワイヤ・コンサート
名古屋から金城学院大学ハンドベル・クワイヤが12年ぶりに来星します。入場無料です。座席予約、お問い合わせは日本語で下記メールまでどうぞ。
日時:9月7日(水) 19:00開演
場所: Singapore Chinese Girls' School (190 Dunearn Road) Khoo Auditorium
Email: rondonmusic@yahoo.com.sg

■シンガポール植物園レインフォレスト・トレイル 無料日本語ガイドのお知らせ
今後のガイド予定日:9月3日(土)、10月1日(土)、11月5日(土)
時間: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

■ぶるちへのぶち・Kids※事前予約不要
対象:10か月~未就学児まで
日時:9月14日(水)10:30~11:30(10:20開場)
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)
内容:手遊び、フリートーク等
会費:4ドル(要共通参加者カード)

■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、Email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

■シンガポール国立博物館
歴史ギャラリーでは14世紀から近代までのシンガポールの歴史を、リビングギャラリーではシンガポールの生活・文化を紹介。オールセイ展(10月26日~2012年2月5日 日本語ガイド13:00 火~土)。

■シンガポール美術館
好評開催中の「リウ・カン展」では、シンガポールの誇るパイオニアアーティストの一人、リウ・カンの百点近い作品をじっくりとご覧頂けます(10月16日まで)。

■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貴重な文化遺産を多数展示。特別展「兵馬俑一始皇帝とその遺産」展を開催中(10月16日まで)。古代中国の貴重な文化遺産を紹介する。

■プラナカン博物館
華麗なプラナカン文化を紹介。プラナカンの女性達が愛した、美しいパティックのサロンと純白のアンティーク・クバヤや豪華な刺繍が施されたクバヤの特別展を開催中。

<開館時間>
シンガポール国立博物館 10:00~18:00
(リビングギャラリーは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 9:00~19:00
(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)>
上記の博物館では、ボランティアによる日本語ガイドを実施中。
◎シンガポール国立博物館 歴史ギャラリー
毎週火~金曜 10:30~ 第1土曜 13:30~
◎シンガポール美術館
毎週火~金曜 10:30~
◎アジア文明博物館
毎週火~金曜 10:30~、第2土曜 13:30~
◎プラナカン博物館
毎週火~金曜 10:30~

募集


■シンガポールなでしこ会が新規メンバーを募集します
シンガポールに永住目的で滞在している日本人で、国際結婚をしている方を対象としたメーリングリストです。国際結婚をしている男性も入会できます(会費無料)。生活情報や、学校情報などを共有したい方、是非下記までご連絡ください。
Email: nadeshikosgp@yahoo.co.jp

■ミュージアム日本語ガイドグループ
10月期入会説明会
日本語ガイドグループでは、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によるガイドを行っています。このたび、新メンバー募集のため、入会説明会を開催いたします。新しい仲間と一緒に、シンガポールについて楽しく学んでみませんか? 予約は不要です。ぜひ、お気軽に会場までお越しください!
日時:9月12日(月) 10:00~
場所:シンガポール国立博物館1階 サロン
Email: jdtrainingcontact@yahoo.co.jp (ミュージアム日本語ガイドグループ)

今なら取れる! 今だから取れる!
年末年始 旧正月 パリ島
各コース10名まで
先着20名様限定パッケージ!
カインドヴィラビンタン滞在
12月31日出発 2泊3日 S\$680
1月21日出発 3泊4日 S\$780
コンラッドパリ滞在
12月31日出発 2泊3日 S\$850
1月21日出発 3泊4日 S\$1030
TRIPS INTERNATIONAL
TEL: 6324 2811 http://www.trips.com.sg/

美濃漢方診療所
内科・婦人科・皮膚科
中醫師 劉文鋒
●シンガポール厚生省公認中醫師
●北京中医药大学修士(内科学専攻)
●大阪市立大学法學部卒
※各種保健取り扱い有り
詳しくはお電話で
www.minomedical.com
402 Orchard Road #04-18 Delfi Orchard
Tel: 6738-0300
Fax: 6738-6976
10:00am~6:00pm
休診日:日・月・祝日
最寄り駅 MRT NS22 Orchard

Hope for Japan, Earthquake Charity Event
東日本震災チャリティイベント第2弾



日本人主婦ボランティアグループによるチャリティイベント第2弾。4月に行われた第1弾イベントではネイル、マッサージ、メイク教室など多様なブースが出展し、1日で1万ドル以上の募金を達成。今回は新たにお花屋さん、ヘナタトゥーなど楽しいブースが追加。前回大好評のマカロンほかお菓子、ランチボックス、アクセサリーなども出展。今回の収益金は福島で放射能から子供を守る活動をしている「こどもとなり基金」に寄付されます。

📅: 9月13日(火)10:30~14:00
📍: アスペンハイツ・ファンクショナルーム
261 River Valley Rd Aspen Heights
🌐: http://ameblo.jp/earthquakecharity

Liu Kang: A Centennial Celebration
リウ・カン展 - 生誕百周年



今年、シンガポールの誇るバイオニアアーティスト、リウ・カンの生誕百周年。中国とフランスで芸術を学んだ彼は、南洋のまぶしいばかりの色彩と独特の風物に出会い、新しい絵画の世界を確立。初期の作品から晩年のものまで、様々なスタイルの作品を一挙にご覧頂けます。シンガポール滞在中に是非見ておきたいアーティストの一人です。

📅: 7月29日(金)~10月16日(日)10:00~19:00(金~21:00)
📍: シンガポール美術館
💰: 大人\$10、学生\$5、シニア\$5
☎: SISTIC Tel: 6348-5555 www.singaporeartmuseum.sg

September 11 Event Information

今月のイベント情報をお届けします

📅: 日時 📍: 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。

SCANDAL Asia Tour 2011 "Baby Action" Singapore
SCANDAL 初アジアツアー



2008年に大阪で結成した新世代ガールズバンドのSCANDAL。結成当時は現役女子高生だったことも話題を後押し。08年に米シアトルで開催された"Japan Culture Fes."を皮切りにした全米6都市で7千人の観客を動員し、その後、仏の"Japan Expo"で1万人動員。今回3rdアルバム"Baby Action"の発売を機に台北、香港、シンガポールを巡る初のアジアツアーを敢行!

📅: 9月16日(金)・17日(土) 20:00~
📍: LASALLE College of the Arts, The Singapore Airlines Theatre
💰: \$75~90
☎: SISTIC Tel: 6348-5555 www.sistic.com.sg

One Fighting Championship
アジア最大総合格闘技大会 旗揚げ戦

アジア最大の総合格闘技大会を目指す新大会。チャンピオン対チャンピオンというコンセプトで各格闘技のチャンピオン同士が戦う。ムエタイ、ブラジリアン柔術、武道、ボクシング、NO-GI・グラップリング(道衣を着ない柔道)などの世界チャンピオン同士の熱戦に期待。日本の吉田善行も参戦。

📅: 9月3日(土)19:00~
📍: シンガポールインドアスタジアム
💰: \$20~100
☎: SISTIC Tel: 6348-5555 www.sistic.com.sg

Disney Live! Mickey's Music Festival
ディズニー・ミッキーミュージック・フェスティバル

みんなの人気者ミッキーマウスと仲間達にリトルマーメイド、アラジン、トイストーリーなど、ディズニーの25以上の人気キャラクターが出演する楽しい音楽ショーです。ディズニーのヒットメロディーがロック、レゲエ、ヒップホップ調にリミックスされ、子どもならずとも踊り出したくなる衝動が。

📅: 9月7日(水)~10日(土)15:00~18:45(金土日11:00~)
📍: マリーナベイサンズ・グランドシアター
💰: \$35~95
☎: SISTIC Tel: 6348-5555 www.sistic.com.sg

information

September 11

日本人会チャリティドロ

📅: 毎年恒例「チャリティドロ」が始まります。今年もシンガポールの様々な企業・個人の方々のご協力により賞品を多数準備することが出来ました。チャリティドロの収益金はシンガポール慈善事業団体(Community Chest)に寄付いたします。楽しみを持ちつつチャリティに参加できる絶好の機会です。皆様の温かいご支援をお願いします。

📍: 日本人会事務局
Tel: 6468-0066(光安)
発売日: 9月15日(木)より
発売場所: 日本人会館フロントオフィス(1F)
発売時間: 毎日9:00~21:00
発売金額: 1セット(5枚)10ドル
抽選日: 11月25日(金)
当選発表: 11月28日(月)
「The Straits Times」紙上、日本人会館掲示板、南十字星12月号
日本人会ホームページ www.jas.org.sg

居酒屋「TENZA」ランチで至福のお昼ご飯

📅: 日曜限定プロモーション ※夜のみ
● 10種の日本酒とつくり (250ml / 18ドル) 半額
● 日本産ビール (7.90ドル) 1for1



📍: クレメンティのひそかな注目エリア、サンセットウェイにある居酒屋「TENZA」が待望のランチをスタート。メニューは銀ダラの照り焼きセットやうなぎ蒲焼セットなど「こんなランチが食べたかった!」というものばかり。シェフは和食一筋35年の本格派で居酒屋でも味に定評あり。「日曜限定プロモーション」も引き続き好評中。

📍: TENZA IZAKAYA-SUMIBIYAKI&SAKE BAR
106 Clementi St #01-38D Sunset Way
Tel: 6773-0093 月休
12:00~14:30
18:00~お客さんが帰るまで

1. ちらしとミニ豚豚焼うどんセット (23.80ドル)。2. 鶏ねぎ南蛮とミニ南蛮丼 (18.80ドル)。

いつもと違う表情のオフィス街に 土曜「和食」シャンパンビュッフェが登場

📍: マリーナベイエリアにある「Akari Japanese Dining & Bar」がサタデーアラカルトビュッフェを始めました。さらにシャルル・ラフィット・シャンパーニュなどを含む飲み放題をつけることができます。新鮮なお寿司、刺身に加え、ソーキ竜田揚げ、うなぎ豆腐、銀ダラ西京焼き、サイコロステーキなど本物の日本の味が50種類以上も味わえます。いつもは会社員で賑わうこのエリアも休日は静か。海風とともに心地よいビュッフェが楽しめます。

📅: 土曜日 12:00~15:00(ランチ) 17:00~21:00(ディナー)
● ランチ ビュッフェのみ 68ドル 飲み放題つき 98ドル
● ディナー ビュッフェのみ 78ドル 飲み放題つき 128ドル
※飲み放題内容: シャルル・ラフィット、ワイン、ビール、日本酒。※お一人様料金。※大人2人につき12歳以下のお子様は1人目無料、2人目は15ドル。



📍: Akari Japanese Dining & Bar
8A Marina Boulevard Grand Plaza #01-02 Marina Bay Link Mall
Tel: 6634-0100

シンガポール名産料理の味をお土産に

📍: JTBがチリクラブ・ペースト(2箱)とブラックペッパークラブ・スパイス(1箱)のセットを、日本からの旅行者のお土産用に売り出して大好評を得ています。1箱が2~3人前で、ベストチリクラブ大賞を受賞したジャンボシーフードの人気の逸品が、家庭の食卓で手軽に味わえます。この商品、他でも手に入りますが、JTBのものには日本語レシピが付きます。お求めはJTB(6735-2847, orchard.sg@jtbap.com)にオーダーして、オーチャードラウンジ(DFSギャラリア2階)で受け取りにります。



📍: JTB ワールドギフトデスク
Tel: 6735-2847
E-mail: orchard.sg@jtbap.com
www.jtbsingapore.com
3箱セット(27ドル)

GFA(グローバル・フットボール・アカデミー)に新コース

📍: Sリーグ現役プロの中村彰宏選手が主催、他にも5人の現役選手のコーチがいるGFAでは、「感謝」の気持ちを常に持つことをモットーに、サッカーを通じて大人になることを目指して子どもたちの育成に力を入れています。プロの技を間近で見ながらサッカーの技術だけでなく、メンタル面での成長も図ります。また様々な大会に積極的に参加し、昨年は年齢別の全カテゴリーで優勝の実績をあげています。



📍: グローバル・フットボール・アカデミー
9月からの新コース
● 水曜日@イーストコースト (Sports Planet) 17:00~19:00 / 小1~小6 月謝: 60ドル
● 火・木曜日@AR-JAS Field 17:00~18:30 / 小1~小6 月謝: 50ドル
● 土曜日@AR-JAS Field 9:30~11:30 / 小1~小6 月謝: 60ドル
入会金 50ドル別途
Tel: 9108-0731
Email: gfa.akinakamura@gmail.com
www.samurai.sg

ホテルバザーからはじまるアロマ&エコライフ

📍: 本誌掲載「アロマセラピー物語」でお馴染みのAYURTOPIA AROMAがグッドウッドパークホテルバザーに出店。アロマの芳香を楽しむリードディフューザーをはじめ精油で香り付けたコールドプレス石鹸やアロマキャンドルなど魅力的なアロマ関連商品を販売。またドイツ直輸入のオーガニックハーブティなど良質のエコ商品も揃います。



📍: Ayurtopia Aroma
28 Hindhede Drive Angsana Park
Tel: 6468-3229 (日本語対応)
E-mail: info@ayurveda-asia.com
www.ayurveda-asia.com

📍: グッドウッドホテルバザー
9月13日(火) 10:00~19:00
9月14日(水) 10:00~17:00
グッドウッドパークホテル2階 Windsor Ballroom

Maldives Nov SGD1398.00~

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	

SQ451 現地23:25発 SQ462 SIN09:45発



Prime Travel Special
☆9月末までにお申し込みのお客様
大人2名毎にSGD100.00ディスカウント!
☆11月4日朝発 7日夜帰りフライトで
丸々4日間満喫!
☆朝食付き
別途空港諸税が現行SGD325.10 かかります。

📍: 16 Raffles Quay #B1-14D Hong Leong Building Singapore 048581
E-mail: japanese@primetravel.com.sg
お問い合わせは 日本語ライン 6225-7797 まで