特定非営利活動法人

ロングステイクラブ®

２０１４年　新年号　ＶＯＬ.８７

カナダ・アルバータ州　ボウ川

～第二の人生を豊かに～

Long Stay Club

２０１４年　新年号　ＶＯＬ．８７　目次

【巻頭言】　生き生きと年を取る　理事長　塚本茂・・・・・・・・・・１

【海外ロングステイ】　イギリスでロングステイ！！！　会員　福島啓子・・・・２～６

【海外旅行体験記】

アメリカ西部、神秘のパワースポットの町　セドナを目指して

会員　森川浩司　・・・・　７～１４

【特別寄稿】アメリカ、カナダドライブ旅行　湯浅弘子・・・・・１５～１８

【海外ボランティア】

使用済みナイロンストッキング・パンストを贈る運動について

会員　佐々木知・・・・１９～２２

【海外便り】

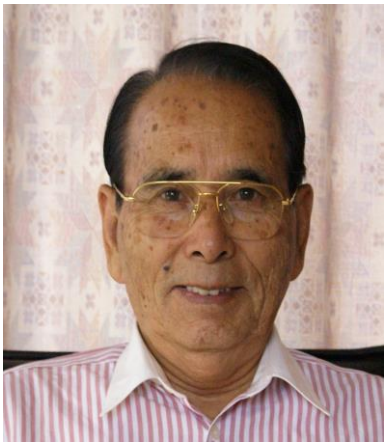
オーストラリア・タウンズヴィルからの便り

オーストラリア在住　中村てる子・・・２３～２７

【編集後記】　・・・　２８

表紙写真　カナダ・アルバータ州 ボウ川　湯浅弘子氏 提供

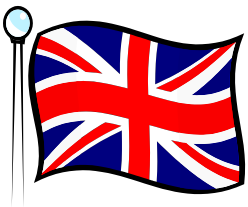
「生き生きと年を取ろう」



ＮＰＯ法人　ロングステイクラブ理事長　塚本茂

昔の人間は年を取る前に死んでしまったが、今は年をとつてから生きるのだと言った
アメリカの医学者がいる。平均寿命が延び、年をとつてからの期間が長いのでいかに上手に美しく、生き生きと年を取るかということが大きな問題になりつつある。
若い時は同じように若いが，老人はめいめい違う老い方をする。年を取るということは極めて個性的であり個人差がある。だから(年をとるには)悠長に大上段に構えてかたづけるわけにはいかない。昔から日本には還暦を祝う習慣が有るが、ただ赤いちゃんちゃんこを着て赤ちゃんのまねをすると言うことではなく、これを機会に新しい人生が始まる、自分にとつての新生，ルネツサンスと積極的な考え方が必要ではないか。(新しい人生を自分で生きて行くには，ある程度の経済力、年齢にふさわしい健康の設計、更には生き方を持つといった、心をささえる準備が必要である。日本人は貯蓄好きな国民だと海外からいわれているが、老後の生活自助出来るだけの経済的蓄え持つことは、高齢化社会における重要な対策の一つではある。しかし、ある程度の経済力をもつたら、物事を悲観的でなく楽観的に見て，何時も何か楽しみをもつて　毎日を暮らすことが大切だ。

生き生きと年を取ろう！



イギリスでロングステイ！！

2013 年 11 月 27 日　　会員　福島啓子

“ただいま～”

昨年に引き続き今年もイギリスでボランティア活動をしてきました。場所は昨年同様　ウエストン・スーパー・メアです。今回はオランダ経由ブリストル着の飛行機を利用しました。

◎スーパー・メア：

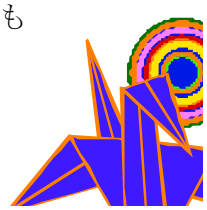
ブリストルから車で３０分ほど南に下がる。ビクトリア朝の面影を残す静かで落ち着いた港町です。夏は避暑地として賑わっています。（スーパー・メア）

今年は折り紙で作った鶴をメインに動物、コマ、サンタなど持っていきました。渡英が決まると同時に、多くの人から折った鶴をいただき、集まった鶴は一千羽を超えました。まさかこんなにたくさん集まるとは思ってもいませんでしたので本当に驚きました。皆さまの暖かいこころと気持をもって、二つの学校、一つのフラット、老人ホームを訪問し、昨年同様バジーセンターでのイベントに参加してきました。

◎12/3 バジーセンター：

スーパー・メア市の公の施設で、イベント、会議、ボランティア紹介、各種相談の窓口として利用されています。

昨年と同じイベント（多文化交流会）に参加　バジーセンターでは月２回中東、アジアから来た人達とランチを食べながらの交流会が開かれています。今回は日本から新婚旅行に来た若いご夫婦の協力を得て、みんなで鶴を折りました。少し難しかったですが皆一生懸命作りましたよ。昨年会ったブルガリアのベラさん、博美さんも参加し、再会を喜びました。今回初めて参加した中国人のお嬢さん達が感激しその日のうちに、フェイス・ブックで流れたようです。時代の流れを感じますね。最後に日本から持って行った鶴、栞を皆さんにプレゼントしました。



（日本から持って行った折り紙で楽しみました。）

◎12/5　ベイツリー　スクール

ノースサマセットの自治体が運営する特別な学校で知的障害を持つ子を対象にしています。（３歳から１９歳までの約６５名が通っています。）
症状の軽い子から重症の子も受け入れています。私と一緒に折り紙のサンタを作った子供達は本当に楽しそうでした。紙のコマも大人気でした。

（子供達と）

（校長先生と）

（ベイツリー＝月桂樹）

◎12/5 ベイツリースクール　フラット

少人数で先生と共同生活をし社会生活に必要な事（料理、掃除など家事一般、その他）を学びます。子供達の手作りクッキーをいただきました。とっても明るい子供達で、スマホで音楽を楽しんでいました。

（先生と生徒）

◎12/6 老人ホーム

静かな環境の中、ビクトリア朝の建物の中は、18 のプライベートルーム、13 のスイートタイプの部屋があります。居間、食堂はまさにホテルそのものでした。美容院、足治療医，眼鏡技師のサービスを受けることもできるそうです。今回は入居者のうちの４人の方と折り紙を折りました。子供、孫の話しを聞かせてもらいました。子、孫を思う気持ちは世界共通ですね。帰りに働いている人達に折り鶴、栞をあげてきました。とても喜んでくれました。

（広い敷地）

（居間）

（食堂）

◎12/6 ウエストヘブン　スクール

　ノースサマセットの自治体が運営する特別な学校　1960 年設立　生徒数約 80 名
中学生年齢の子供が多い。普通学校で問題のあった子供でも、将来就職できるように、カリキュラムが組まれています。学校の敷地内に園芸施設があり子供達が作ったお花を市場に出しているそうです。自分の得意分野を見つけられると、いいですね。

（生徒達と）

（世界に目を向けよう！）

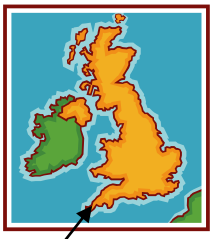
（校長先生と）

プライベートで訪ねたところ

◎ランズ・エンド

イギリス、コンウォール半島の先端、ペンザンスから西に約 16ｋｍのところです。
ランズ･エンドへはロンドン　パディントン駅から列車で約５時間３０分でペンザンスに到着　ペンザンスからはバスです。バスは小さな村をいくつも通り抜け、見渡すかぎりの大平原を走り約１時間でランズ・エンドに到着。そこはイギリス海峡に面し、大西洋に突き出たイングランド本土最西端、断崖絶壁の海岸に絶えず強風がふきつけ、名前の通り　地の果て（Land’s End）そのものの風景でした。夏は観光客が大勢訪れます。12 月に訪れる人は少ないようですが、それでもいろいろな人と出会いました。〇喜びにあふれた新婚カップル（イギリス人とアメリカ人のカップル）〇苦楽を共にした老夫婦（スペインからきたそうで手を繋いでいたのが印象的でした）〇ハッピーな家族連れ、〇青春を謳歌している若者のグループ（音楽をやっている若者、バイクで来ていました）〇ツアーで来た人たち（中国から）〇私のような一人旅の人、　訪れる人の気持ちはさまざまですが、この断崖は一人一人の気持ちを受け止め、すべてを流し、次のステップに進む後押しをしてくれる力をもっていると感じました。

（埼玉までは何マイル？）

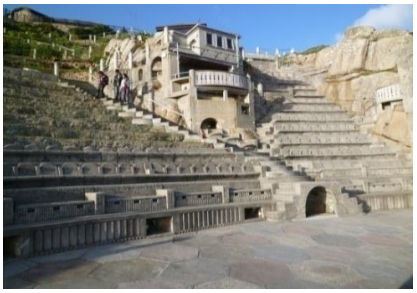


（ランズエンド）

（まさに地の果て）

◎ミナック・シアター

ランズ・エンドから南東へ５㎞ほどの海岸沿いにある石造りの野外劇場。この劇場はイギリス海峡をバックに５月半ば～９月半ばまで毎日公演があります。この劇場はなんと１９３１年英国女性ロウィーナ・ケイド（Rowena Cade） が発案しロウィーナと二人の職人でロウィーナが亡くなるまで、５０年以上の歳月をかけこつこつと断崖絶壁の岩を切り砕き造られたものです。　私が訪ねたのは１２月でしたので、公演はありませんでしたが、劇場の迫力、見事さに圧倒されました。海からの潮風に吹かれながら、シェクスピアの劇を見たいと思いました。照明器具も整い、夜間公演もあります。演劇に関心のある人は、ぜひ訪ねてみることをお勧めします。２０１４年のプログラムもすでに発表されています。（エルトン・ジョンも出演予定あり）　関心のある方はホーム・ページを参照して下さい。交通手段がバスのみで、曜日により時間が異なるのでよく調べていく必要があります。私も土曜日でバスがなくなりタクシーに乗りました。運転手の言うことには、中国人の観光客は増えてきましたが、日本人は本当に少ないということです。私の持っていた折り鶴をあげたら、喜んでくれて、いろいろ融通をきかせてくれました。（ここでも、日本人は大歓迎のようです。）


（舞台から客席を望む）

（舞台）

（客席から舞台を望む）

◎ボートン・オン・ザ・ウォーター

今回もコッツォルズ地方の一つの村を訪ねました。たくさんある村の中でも、もっとも有名な村です。クリスマスシーズンなので、各お店も華やかにデスプレイされ、多くの観光客が来ていました。村の中心を川が流れ水鳥が泳いでいます。この川の中心に大きなクリスマス・ツリーが飾られ（この時期だけだそうです）観光客の目を引いていました。レストランの天井にたくさんのティーポットが飾られていて、気に入ったものがあれば、購入する事もできます。（地震の少ない国だと改めて感じました）

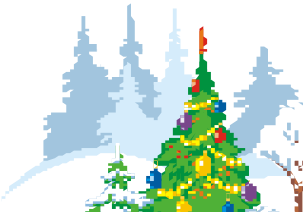
（川の中のツリー）

（レストランの天井）

◎クリスマス・キャロル

ウェールズ市のカテドラルにて AGE・UK 主催のクリスマス・キャロルに参加.
市職員のリンダさんをはじめ５０人乗りのバスが満杯でした。各地方からの参加も多く広い教会の中がいっぱいになりました。楽団の演奏、小学生の合唱も素敵でした。イギリスの教会でクリスマス・キャロルに参加できた事は私にとって最高に至福の時でした。この時期、教会の周りではマーケットが開かれたくさんの店は大勢の買い物客で賑わっていました。（キャロル開催中、写真が撮れなかったのが残念です。）

(カテドラル)



（カテドラルの中）

◎ 今回もたくさんの人と出会い、又新たな発見をしました。そのひとつは今回訪問し
た二つの学校の校長先生、日曜礼拝に参加した歴史ある教会の主任牧師が女性でした。もうひとつは日本の折り紙のすごさでした。あの紙でできた、小さな折り鶴一羽が相手の心を柔らかくし、笑顔をもたらすのです。難しい挨拶、言葉はいりません。一緒に同じ物をつくる、同じ空間を共有することが大事なのだと改めて感じた旅でした。

“いってらっしゃい”の言葉に送られ日本に帰ってきました。

英国サポートセンター

Ｗｅｓｔｏｎ　Ａｃａｄｅｍｙ　ＵＫ（ウェストンアカデミー　ＵＫ）

短、長期間のホームステイ
英国の文化、人に触れる
コッツウォルトの旅
イギリスでボランティアワークをする
先生の家に下宿して勉強する
英語学校に入って勉強する

ホームページ　（英語と日本語）
http://www.westonacademy.co.uk/academy/jp/greeting.aspx

日本国内でコンタクトできるホームページ
http://www.tfsk.net/
鈴木まで

アメリカ西部、神秘のパワースポットの町セドナを目指して

2013.12.1　森川浩司

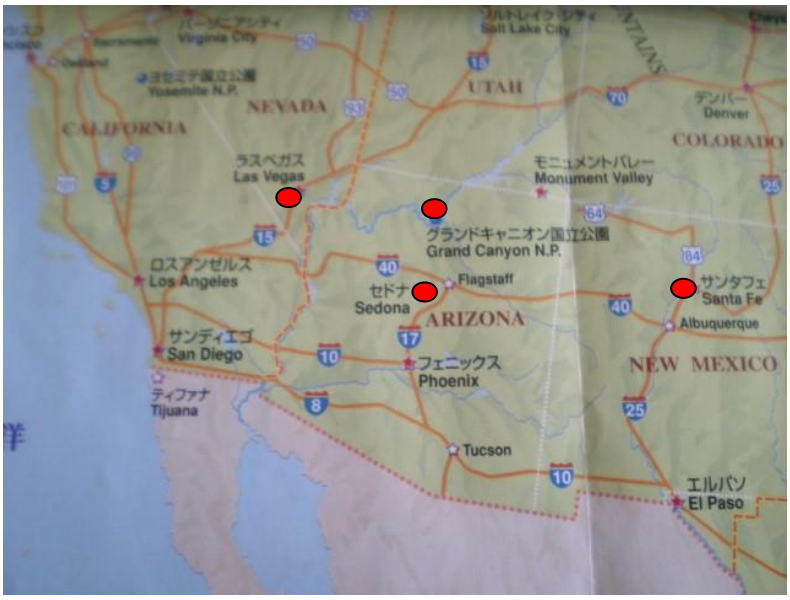
１．はじめに

過去数年の間に、アジアとヨーロッパのスピリチャルと思えるいくつかの場所へ旅をし、不思議な体験、経験を重ねてきた。また、そのことが自身を高める変革にプラスに働いてきた。この流れから、今回はアメリカ合衆国の西部、数千年に渡りネイティブの人々にとって神聖でスピリチュアルな場所であった Vortex（渦）と呼ばれる地球のパワーの出入り口を歩いてみることにする。Hiking というかなりマニアックな旅となるが、歩くのが好きな私にはたまらない旅になりそうだ。

ところで、アメリカ合衆国の国土は日本の約 25 倍もあるため、アジアやヨーロッパのように徒歩中心での旅は難しく、町から町への移動はレンタカーでおこない、その場所での Hiking を中心とする散策は自身の脚で歩くことにする。レンタカーは左ハンドル、右側通行と日本とはマ逆となり要注意である。（特にワイパーとウインカーの操作ハンドルの位置がマ逆にあるため、ウインカーを出したつもりでワイパーが動き出す、、）

２．コース

コースはこうである。まずはグランドキャニオンの北へり（ノースリム）が冬季閉鎖になる前に数日間ハイキングし世界的大自然を満喫する。その後、いろいろな場所で Hiking をしながら、Sedona とともにスピリチャルな町として注目を浴びてきた SantaFe を訪問し、芸術と世界遺産を堪能する。そして最後は、旅のハイライトとして、Vortex(渦)の町 Sedona に 10 日ほど滞在し、５つ全ての Vortex を制覇し何が起こるのかを待つ。（実際におきました、何日か経って熱がでました、、、）



(赤丸印がメインの目的地)

訪問地は、大抵が国立、国定公園内にあるため、出発日になってもアメリカ政府内の予算未承

認問題で閉鎖となっており若干心配した。でもそのお陰で、Las Vegas など関係する町の Hotel が値下がりし大変徳もした。（Las Vegas の高級 Hotel が$30 で泊まれたが、）

州としては、ネバダ、ユタ、ニューメキシコそしてアリゾナの 4 州、ドライブ距離としては約 2500km、日程は 10 月半ばから 11 月半ばまでの約 4 週間で、宿泊地は、Las Vegas⇒Kanab⇒Jacob Lake⇒Second Mesa⇒Albuquerque⇒Santa Fe⇒Gallup⇒Sedona⇒Las Vegas の 8 箇所、このうち Kanab,Second Mesa,Albuquerque,Gallup の 4 箇所は中継地として 1 泊のみである。Las Vegas は日本からの航空拠点としての宿である。（はずだったが、ついギャンブルに手を出して$120 ほどすってしまった。トホホ。）

３．世界遺産グランドキャニオン国立公園、ノースリム(North Rim)の Hiking

グランドキャニオンは、谷底に流れるコロラド川を挟んで、南側（サウスリム）と北側(ノースリム)に分かれる。北側は南側よりも標高が高く(2500m ほど)冬は閉鎖されてしまうが、観光客もわずかで、高原を思わせる自然を満喫できる素晴らしい場所である。

南側は数年前に覗いたので、今回は冬季閉鎖直前の北側に一番近い Jacob Lake の山小屋に宿をとり、１０ほどある Trail（山歩きコース）を歩いてみることにする。地図は、Visitor Center で無料。また、歩きだし始点にもガイドマップが置いてあり、わずかな寄付で入手できる。

(写真、左から：山小屋とレンタカー、グランドキャニオン、Trail)

この時期は、入園費$25 の徴収もなく、観光客も極端に少なく、晴天が続き気温も昼間１５℃と Hiking にはベストシーズンと言える。いろいろなコースを試したが、一番のお勧めは、一周 16ｋｍ、約 6 時間コース “Widforss Trail”で、素晴らしい渓谷風景を楽しみながら、ほとんど平坦な道を歩き、終点の Widforss Point は正に絶景、持参のお弁当(サンドイッチ、リンゴなど)を広げてくつろげる。途中出会ったのは 3 人のみと、ほとんど邪魔されず自分のペースで自然を満喫できた。

小さな村 Kanab での Hiking

Zion 国立公園とグランドキャニオン国立公園の丁度中間に位置する小さな町 Kanab は、西部劇に出てきそうな赤い荒野の中にできた町で、町の裏側は１５００ｍ 級の赤い奇岩の山で囲まれている。そこに Trail が３つあり誰でも歩くことができるのだが、かなり急こう配の岩山を登らなくてはならないのでそれなりの覚悟は必要となる。立派な案内所のおじさんに地図をもらいスーパーで鶏の丸焼き$7、サラダ、水を手に入れて Hiking を開始する。

スタートは、赤土で靴を埃だらけにしながら、細い一本道を山に入っていくが、どういうわけかすぐに道を見失い、目の前に立ちふさがる岩の壁を見上げる。何とか勇気を振り絞り、回り込む形で岩山を登り始める。落ちたらやばいなと思いながらも、鶏の匂いに我慢できず、少し登ったところにあった平らな岩の上で、町を見下ろしながら早めの昼食にする。ニンニクとハーブで

こんがり焼いた鶏は絶品。食欲も満たされ、心機一転、かなり厳しい岩山を登り始めると、なんと、遠くに中年女性が犬を連れてのんびりと歩いている姿が見える。あれっ！道があるんだ！すると突然しっかりとした登山道にぶつかり、そのおばさんともすれ違う。“Good Morning!”と挨拶して、おばさんとは反対方向の頂上へと向かう。

頂上は砂地で、町を見下ろせる南側と、遠くに岩山を望む北側、西側は崖で行き止まり、東側に尾根が伸びている。この尾根に沿ってぽくぽくの砂道を歩いていくと、また標識を見失ってしまい少し不安になるが、もらった地図と見晴らせる地形を目途に二山を走破する。しばらく行くと道は突然切れ、絶壁の上に出る。そこからはかなり急斜面の岩場を、それも足を踏み外したら真っ逆さまに落ちてしまいそうな狭い山道を、下りに下り、もう参ったと思う頃にやっと地上に降り立つことができた。降りてきた絶壁を振り返ってみると、気が遠くなるほどの高さだ。よくこんな危険なところを歩かせるなとアメリカの常識を疑いたくなる。

さて、山を下りた荒野には 2 匹の犬が直ぐに寄ってきて、吠えるでもなく噛みつくでもなく、ただ淡々と町まで荒野を先導してくれる。道に迷わず有難いけど、どこまでついてくるのかなと少しいぶかっていると、それを察してか町に着くとすぐにいなくなる。どこまで訓練されている犬なのだと不思議に思いながら、あたりを見まわした。どうやら、ここは、車を停めた駐車場とは町の反対側だ。重い足を引きずってさらに２ｋｍほど歩き、無事車に戻ることができた。スリル満点の Hiking でした。満足、満足。

（写真、左から：ｽｰﾊﾟｰの前で売られるﾊﾛｳｨﾝ用カボチャ、Trail 入口、奇岩の上から町を見る）

４．ターコイズ（トルコ石）街道 Cerrillos での Hiking

ニューメキシコ州のアルバカーキとサンタフェを結ぶ全長１１４ｋｍの州道、ルート 14 は、かつては、石炭、銀、ターコイズなどの鉱山で栄えていたが、今ではターコイズトレイルの名前で観光ドライブルートとして人気がある。ターコイズ街道沿いには、Madrid と Cerrillos という２つの村がある。Madrid は石炭鉱の廃墟だったものが１９７０年代からギャラリーやギフトショップが並ぶアートの村として見事に再生できたが、Cerrillos は落ちぶれた埃だらけの小さな村で観光客はほとんど行かない。しかし、ここはかつてターコイズ鉱山のあった町として州立公園になり Hiking や乗馬などができる場所でもある。

セリロス村の周りには小高い丸い丘があり、炭鉱跡を巡るトレイルが数本用意されている。全長６ｋｍほどのコースで、埃っぽくあまり魅力的には見えないが、上手くいけば２００年前の鉱山から原石を見つけることができるかもしれないという期待だけで歩き始めた。遠くに見える穏やかな山並みや、時折見せる低木の黄葉に秋を感じながら、とにかく下を向いて歩いてきたが、日本の砂利と変わらない。はげ山への日照りは強く、ペットボトルの残量も気になる。人っ子一人いない山で、つるはしとハンマーの音が聞こえてくる 1800 年代の西部の炭鉱にタイムスリッ

プしたような錯覚さえおきそうな場所だ。鉱山跡の周りや干上がった川底などを一生懸命探したのだが、青や赤の石は見つからない。客寄せに撒いておいてくれてもよさそうなものを、残念。

この公園の入園料は車一台$5 だが、結果はどうであれ、それ以上の期待を抱かせるトレイルであることは間違いなさそうだ。

（写真、左から：Madrid 村、セルロス州立公園、ターコイスの鉱山跡）

５．アートとスピリチャルな町 Santa Fe と世界遺産 Pueblo のある町 Taos を訪ねて

”サンタフェ”の響きはどこかロマンチックな香りがするのは私だけだろうか。もともとはスペイン語で”聖なる信仰”を意味するほどカトリック勢力の強い地域で、アメリカでも一二を争う歴史 400 年を誇る古都でもある。

ハイウエー40 号線を東へ快適に飛ばしていて、何か気になり、はっとバックミラーを見ると、パトカーがライトを点滅させながらぴったりと後ろについている。まさか私の車？と思って無視して走っていると、パトカーはスピードを上げて私の車と併走しはじめた。何だろうとパトカーの中を覗くと、若い警官が一人、手振りで車を停めろと言っているようだ。車を右車線に寄せて待っていると、パトカーからその警官が降りてきて、窓を下げさせて、すごい剣幕で叫んだ。”Why you didn't pull over?” ？？pull-over の意味が分からず、ﾌﾟﾙｵｰﾊﾞｰって何だ？と聞くと火に油を注いだかたちとなり、”俺はお前の車の後ろに 3 マイルもついていてライトを点滅してサイレンも鳴らしている。何故すぐに pull-over しない、お前は耳が聞こえないのか？”とダメ押し。だから pull-over の意味が分からないのだ、と再度言うと。この若い警官はついに怒り心頭し、車から降ろされ、パトカーの前に立たされ、思いっ切りサイレンを鳴らされた。どうだ、聞こえただろうと言う。アメリカの法律では停止命令に従わない場合、即逮捕することができる。おれはお前をこのまま留置場に入れることもできるのだと意気込まれ、散々pull-over を連発されてから解放された。一体何だったのだ。どうして停められたのか今もわからないが、後で辞書をひいてみると pull-over とは、「車を道の端に寄せて停めること」だそうだ。無視して 3ﾏｲﾙも走った私が、どうやら若い警官の面子を潰したようだ。勉強になりました。

Santa Fe は全米人気 No.1 の観光地で、特に、この秋の気配を感じる頃は観光客が多く宿も満員だ。私は町からはかなり離れた「Motel 6」に宿をとり、日干し煉瓦の灰色の街並みと、多くのギャラリーやジュエリーショップの個性的な店、またネイティブアメリカンの美術館などを楽しむことにする。また一日は、旅の途中で知り合った日系アメリカ人のおばさん、早苗さんからすすめられた場所、Santa Fe の 100km ほど北の郊外にある、世界遺産でも有名な Taos の村へドライブすることにする。

昨夜の雷雨が嘘のような快晴。気温は 7℃、絶好のドライブ日和だ。町を抜け、ハイウエーを

北上。州道に下りると道は荒野から徐々に山間部へと入る。谷に沿って小川が流れ、両岸は木々の葉が黄色に染まり秋まっただ中だ。素晴らしい景色を楽しみ、山を越えると町が見えてきた。Taos はスペース的には Santa Fe よりも広いが、日干し煉瓦の街並みや、アートの店など Santa Fe の縮小版のような町だ。世界遺産プエブロインディアンの住居は、行っては見たが入場料が $16 と高いので、あまり興味もないことから外からみるだけにした。Santa Fe もそうだが、ニューメキシコ州の田舎町は、高層ビルもなく、普通にネイティブアメリカン、ヒスパニック、白人系が仲良く暮らしていて、とても落ち着いた、いい感じの町だ。黒人が少ないこともその原因なのかもしれない。

山があり、川があり、四季がある美しい自然の中にいると、芸術家が移り住んでくる理由がわかる。各ギャラリーは、私設の美術館のようなもので、入場無料、それぞれ一押しの画家や彫刻家を抱え作品を展示している。敷居が低く、中に入って画家の素性や作風、書き方などを尋ねると、パソコンなどのデーターを見せて説明してくれる。すべての作品には値段が貼ってあり、その高額には驚かされる。私も書いてみよかなどと分不相応なことをつい思ってしまうほどである。

(写真、左から：ｷｬﾝﾋﾟﾝｸﾞｶｰについてのんびり走行、山あいの秋、Taos のｷﾞｬﾗﾘｰ)

７． El Malpais 自然保護区での Lava Falls(溶岩流） Hiking

今日は、Santa Fe と Sedona を結ぶクリスタル街道を西に走り、途中「ﾙｰﾄ 66」の歌に出てくる Gallup の Motel に 1 泊する。アメリカの道は良く整備されており、道幅も広く、車も少なくドライブ天国だ。途中時間があるので半日ほど Hiking することにする。

ﾙｰﾄ 40 ﾊｲｳｴｰを 117 号線で降り El Malpais(スペイン語で悪い地)国立自然保護区へと向かう。15 分ほど走るとレンジャーステーションがあり、50 代のおばさんから地図をもらい、Trail についての説明を受ける。ここは、ｱｺｰﾏ･ｲﾝﾃﾞｨｱﾝとﾅﾊﾞﾎ･ｲﾝﾃﾞｨｱﾝの特別保留地に囲まれた地域で、東に岩山、西側は 30km にわたる溶岩の大地となっている。この真っ黒な溶岩は 3000 年前からこの地を覆っていて不思議な景観を見せている。溶岩は不思議な磁気の力によって自然の浄化作用があるそうで、私もその上を歩くことで心身共に浄化されそうな気がしてくる。

真っ黒なコークスの燃えカスのような大地を歩き始めたが、しーんとした静寂に異次元を感じて、つい後ろを振り返り、駐車場があるという現実を確かめ安心する。1 週 3km ほどの Trail だが、黒い口を開いたクレパスがいたる所にあって集中力が必要だ。無毛の地と思われた溶岩の割れ目から松の根が生え、緑の針のような葉を出している。植物の生命力の逞しさに驚かされる。ポケットから落ちてしまったペットボトルが、クレパスに吸い込まれていく。底に落ちた音が全くしないことからかなり深いのだろう。ペットボトルが自然分解するには 100 万年かかるそうで、人類ではもう見つけられないかもしれない。

溶岩吐出口のクレーターの中で、座禅を組み静寂に身を任せてすべてのチャクラを開いていると、悠久の昔からの時の流れを感じ、自分がここにあることの偶然に思いがおよぶ。何故か耳の

リンパ腺が痛くなってきたので車へ戻ることにする。不思議な Lava Trail だった。

(写真、左から：ﾊｲｳｪｰ 40 号線、El Malpais 東側の岩山、西側の溶岩)

８． Vortex の集中するスピリチャルな町 Sedona での Hiking

Gallup の町には貨物用の鉄道駅があり、夜中でもしきりなしに機関車 4 台に貨車 100 台以上を引っ張った長蛇の貨物列車が西から東に走っている。どういうわけか、この町の出口で汽笛を数回鳴らす。この Motel が設備(電子レンジ、冷蔵庫、朝食付き)の割に安い理由がわかった。安眠が妨害されるのだ。

New Mexico 州から Arizona 州に入ると風景も一変し、山もない荒涼とした大地が広がる。ハンドルを取られるくらい風も強い。600 年前その荒野のまっただ中に隕石が落ち、大きなクレーターを作り、そこが博物館となっているので寄ってみた。入場料$16。中に入るのはやめ、一路 Sedona を目指す。

日本のオリンピック選手が高地合宿するﾌﾗｯｸﾞｽﾀｯﾌの町でﾊｲｳｪｰを下り、針葉樹林を抜け、山道を急角度イロハ坂状態で降りていくと、正面に沢山の奇岩に囲まれた盆地に、緑に混ざるように Sedona の町が広がっている。アメリカではスピリチャル、ヒーリングの場として有名で、町自体は昔のカリフォルニアの様に、発展途上にあり、犯罪もなく、気候も良く、子供の教育にも熱心で、古き良き時代のアメリカがそこにあるようだ。

町からかなり離れた国道沿いの「ホワイトハウス」という立派な名前の付いたインド人経営の Motel に 10 日間ほど滞在することにする。Sedona では、地球のパワーの出入り口でエネルギーの渦を巻いている場所を Vortex と呼んで、昔からネイティブアメリカンたちが神聖な場所として崇めてきたといわれている。その Vortex が 5 か所あり Hiking をしながらそのエネルギーを感じることができるそうだ。Sedona の周りには 200 か所以上の Trail があり、体力や時間、興味に合わせて楽しむことができる。それぞれの奇岩にはその形に応じて Bell とか Teapot のような名前がついていて自分の目指す山がどこなのかすぐにわかるようになっている。

さて、ある日の午後、Bell Mountain Trail を歩いていると、40 代のカトリック日本人女性（Mrs.David としておこう）と出会い話をする。3 年ほど前に Mr.David が Sedona に住みたいと 1500 万円ほどの中古の家を買って移り住み、地元の高校に通っている娘さんと 3 人で暮らしているが、とても良い所だそうだ。Mr.David は Internet を使って仕事をしているそうで、近所とも仲が良く、家族問題は聖書によって解決している理想的なクリスチャンホームのようだ。日本人が国際結婚をして幸せに暮らしているのを知るのは日本人として嬉しく応援したくなる。

Mrs.David が言うには、Sedona の山は優しそうに見えるが、毎年多くの人が亡くなっている。つい先日も 20 代日本人女性が Bell Mountain から落ちて亡くなったり、山登りベテラン男性がやはり落ちて亡くなったりしているとのこと。彼女に出会うことで山に対する見方を再認識する

ことができ、安全の面からとてもラッキーだったといえる。そういえば、朝方飛んでいた気球２つも、私が Trail に向かう道路に１つと藪の中に１つ不時着していたので、のんびりと見える気球ﾂｱｰさえも安全ではなさそうだ。

さてここで、自身で歩いてみて感激した Trail を 5 つ紹介しよう。なを、この Trail は全て Vortex に指定されている場所でもあり、エネルギーをもらえるコースでもある。

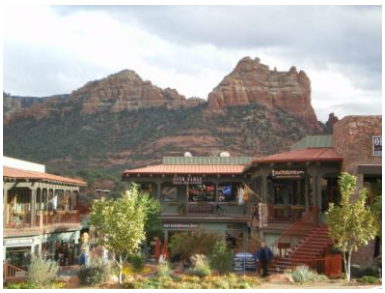
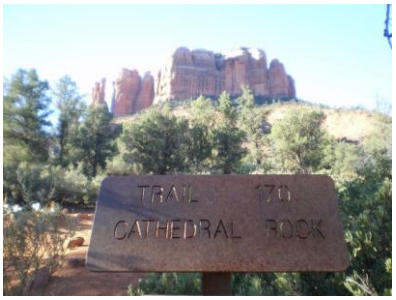
Boynton：谷の突当りまで山を分け入るコース。秋を楽しめたが、熊活動中で少しびびった。

Cathedral：奇岩真下まで直登するコース。頂上からの眺めは素晴らしいが高さにびびった。

Morgan：多くの奇岩に囲まれたコース。ﾋﾟﾝｸｼﾞｰﾌﾟﾂｱｰに邪魔されない 11 時までが最高。

Airport：頂上に飛行場のある山の中腹を一周するコース。全貌が把握でき最高。3 度登った。

Teapot：途中から Sugar Loaf Loop に入り山頂に出るコース。正に絶景。

（写真、左から：Sedona の町、Trail170 番の入口、邪魔なﾋﾟﾝｸｼﾞｰﾌﾟﾂｱｰ）

(写真、左から：岩山の教会、Teapot Trail、Cathedral の頂上から)

９． 終わりに

アメリカはとにかくスケールが大きい。グランドキャニオンの大渓谷から、溶岩自然保護区、Sedona の奇岩群など日本のスケールでは、はみ出てしまうほど巨大だ。どこに行っても案内やガイドブックがしっかりしているが、最終責任は本人にあるというのもアメリカ式だ。

今回は、ニューメキシコとアリゾナを中心にいろいろな Trail を歩いてみたが、どこにでも Trail があって多くの人が、散歩がてらに利用していることがわかった。パワースポットでは、自然のエネルギーをもらい、大いなるものへ畏怖の念をいだき、自身が生かされているという感謝の気持ちが生まれた。与えられている健康、守られて安全に旅をできたことへの感謝が尽きない。

以上

参考資料

・格安航空券：Delta 航空の早割、往復 7 万円すべて込、ルートは羽田―ラスベガスの往復
往きはロスアンジェルス経由、帰りはシアトル経由、混み具合は 6 割程度

・レンタカー：Expedia 経由で Fox レンタカーを予約。Midsize で$22/日＋保険＋Tax
長期間、長距離利用する場合は日本車が燃費および故障率の面から圧倒的にお勧め。

・保険：車両盗難保険、人身事故保険に加入。（両方で$30/日とかなり高い）

・ラスベガスのホテル：Vegas.com で予約。(The Strip の一流ホテルが$30 とかなり安いがリゾート料金などがかかる。市外の Hotel はリゾート料金なしで割安)

・アメリカのモテル：Booking.com で前日までに予約する。当日飛び込みよりははるかに安く泊まれる。

・国際自動車運転免許証：レンタカーに必要、また、パトカーに停められたときにも必要だった。さらに、モテルなどで写真入り ID を要求されることがあるので ID の代用にできる。

・米国での運転：とにかく最高速度を守ること。罰金倍払いのケースが多い工事現場などの速度制限には特に従うこと。

・地図：カーナビは標準装備ではなく有料。それも$9/日ほど取られる。私はネットでルートを調べていたのでカーナビも地図も使わなかった。

・ガソリン：レギュラー、ハイオクと 3 種類ほどのガソリンがあるが、一番安いレギュラーで問題ない。なを、単位はガロン（約 4 リットル）で$3 位。

・クレジットカード：アメリカはカード社会。途中で使えなくなるカードもあり、2 枚持って行くと安心できる。（私は View カードの Visa と住銀の Visa の 2 枚持参した）

・パソコン：Motel は大抵無料 Wi-Fi があるので便利。但し Hotel では大抵有料なので要注意。

・$：$50 程度の現金は常に必要となる。ATM でクレジットカードを使ってキャッシングできるが、空港などで替えておくと面倒くさくない。

・水：乾燥しているので水は常に必要。スーパーで 500ml ペットボトル 24 本$5 ほどで買い、車のトランクに入れておく。

・氷：Motel にも Hotel にも氷用のバケツが置いてあり、製氷機から氷を取ってきてビールやワインを冷やす。

・食糧：ｽｰﾊﾟｰで買えば、チップの心配もないし安い。特に Motel の住所でｽｰﾊﾟｰの会員カードをレジで作るとかなりの割引になる。

・荷物：毎日洗濯もでき一晩で乾いてしまうので予備 1 セットで十分。荷物の大半は未使用だった。反省。

・治安：地方の観光地はどこも安全。人種偏見も感じず快適に過ごせた。

アメリカ、カナダドライブ旅行

湯浅　弘子

Ｙさんと Ａさん（共に男性、77 歳）と私とは、約 10 年前に USA を車で旅する約束を交わしていた。その 3 年前に、Ｙさんは男性 4 人で USA を走り、楽しかったから次回は一緒に行こうと私を誘ったのである。しかし、そのあと彼は、Ｃ型肝炎に罹り、入退院をくり返し、旅行は延期された。そして昨年、やっとＹさんの病気が治り、三人でプランを立てた旅行である。

1 日目

平成 25 年 5 月 28 日成田空港を出発。

同日午前 8 時 20 分ワシントン州のシアトル・タコマ国際空港に到着。入国したあと、すぐ近くのレンタカー会社 HERTZ へ行き、車を借りる。空港からシアトルまでは 1 時間強かかるが、私は経験のあるＹさんがまず運転するのだと思っていた。しかし彼は、入退院のくり返しで 2 年ほどハンドルを握っていないから､今日は貴女がやってくれと言う｡Ａさんは用心深い人で、左ハンドル、右車線走行のアメリカでは運転しないと旅行前から宣言していた。ということは、私しかいないことになる。私は十数年前にワシントン大学でボランティアをしたことがあり、その時、3 ヶ月アパートを借りて生活していた。しかし、その 3 ヶ月間、私は大学で知り合ったマーガレットの車の助手席に座っていたのであり、運転をしたことはない。でも、男二人がインステート 5 を走るのをためらっている以上、私がやるしかない。腹を決めてハンドルを握り、5 車線のフリーウェイをシアトルまで走る。大学通りに着いたあと、ランチを摂り、キャンパスの中を散策。マーガレットに電話をかけると、すぐに大学通りまで迎えに来てくれた。私とマーガレットとご主人のテッドは再会を喜び合った。USA 一日目は、マーガレットの家に宿泊。

2 日目

午頃、マーガレットの家を出て、日本食材を売っている「宇和島屋」へ行き、米 10 キロと缶詰などを購入。Ｙさんが朝食だけでも米を食べたいと言ったので、私はトランクに電気炊飯器を持ってきている。外国に来てまで米飯にこだわらない方がよいと思うのだが。

今日も私の運転である。出発の際、Ｙさんに車のキイを渡そうとすると、手を引っ込め､「明日からする」と言う｡私は腹を立てながらも､セーフィコ・フィールド球場の脇を通って､Ｉ－50 に乗り､東へ向かう｡今日の宿泊地は、Spokane を予定している｡次第に広々とした農地が広がってくる｡夕方､rest area で初めて給油する。14.5 ガロンで 56＄。リッター当り 100 円強。

18 時頃、目的地に到着し、ホテルにチェックインした。私はここで二人に提案した。「明日から運転は三人で平等に分かち合うことにしたい。あと 2 週間、私一人で運転する気はない。運転したくない人は、ここで降りて帰ってほしい」。Ｙさんが言った。「肝性脳炎をやったので、運転できるかどうか自信が無いんだ」「私が助手席に座るから大丈夫よ」。Ａさんは「僕は運転はしないという約束で来たんだ」「じゃ、明日の朝、電車の駅まで送るから、シアトルへ戻って頂戴」Ａさんは黙ってしまった。

3 日目

朝食後、Ａさんが、運転の練習をしたいから、私に助手席に乗ってほしい、と言った。快く引き受けて、ホテルの敷地内でスタート、前進、バックの練習をする。何回かやったあと、Ａさんいわく、「日本の車と同じなんだ」

Ｙさんの運転で、Spokane を出発。やれやれ。30 分程走ると、Idaho 州に入った。13 時半、Montana 州に入り、トイレを借りるためにガソリンを 5.3 ガロン入れる。スタンドの脇の原っぱに腰を下ろし、サンドイッチを食べる。目の前には広大なじゃがいも畑が広がっている。次にＡさんがハンドルを握る。問題なく走り、途中でＩ－90 に入る。3 時間後に私と交替。

19 時頃、Butte の街に入り、モーテルにチェックイン。近くにスーパーマーケットがあったので、パンやサラダ等の食料を買い、宿で夕食を摂る。今日の走行距離、340 マイル（547 キロ）。

4 日目

Ｉ－90 をひたすら走る。見渡す限りの草原。15 時半、イエローストーンの入口の West Gardiner に到着。ここには 2 泊する予定である。

5 日目、6 日目

晴天の中、イエローストーン国立公園の North gate をくぐる。地図を片手に、８の字になっている主要道路を進む。間歇泉を見たり、滝を見たりと楽しんでいるうちに夕刻になり、ホテルに戻る。公園は広すぎて、まだ北半分を回っただけである。翌日、ホテルで洗濯を済ませてから、チェックアウト。残りの南半分を回って、South Entrance から出る。遅いランチを摂ったあと、Grand Teton 国立公園へ向けて南下。3 時間後、Jadson Lake から眺めたグランドティトンの景色は雄大で力強く、満足した。更に南の Jakson まで走り、宿へ入った。Ｋマートで食料を買い、遅い夕食。今日の走行距離、216 マイル。

（国立公園　グランド・ティトン、アメリカ）

7 日目、8 日目

Jakson から Boulder まで 184 マイル（296 キロ）。Boulder から Sweet Grass （モンタナ州北端）を経て、CANADA との国境を越えた。入国手続きは簡単を究める。Lethbridge に宿泊。

9 日目、10 日目

カルガリー（Calgary）へ向かって走る。なかなか 1 号線に乗れず、道に迷う。カルガリーに到着後、モーテルに入り、明日からの行程を検討する。翌日の昼頃、Banff に到着。ここは休養を兼ねて 2 泊の予定である。

（カナダ 1 号線）

11 日目

朝食後、Lake Louise（ルイーズ湖）へ。バンフから 1 時間の距離。観光客で賑わっていた。湖水は透明で、ロッキー山脈に抱きかかえられており、絶景である。湖畔でゆっくり過ごした後、バンフに戻って、寿司店で食事。

よい休日になった。

（レイク・ルイーズ、カナダ）

12 日目、13 日目

最終宿泊地ヴァンクーヴァー（Vancouver ）までは途中でもう 1 泊しなければならない。7 時に A さんの運転でバンフを出発。途中、カナディアンロッキーを横断する。高所のせいか、ガスがかかり、視界 80m.程の蛇行した山道を、A さんは 4 時間近く運転。運転を渋っていた人とは思えない粘り強さだった。16 時、ホープ（Hope）という小さな町に到着。走行距離、1 日としては最高の 438 マイル。翌朝 8 時 10 分、モーテルを出て、2 時間弱でヴァンクーヴァーに到着した。

14 日目

8 時にホテルを出発し、99 号線を経て、91 号線に入る。これがシアトルのＩ－５（フリーウェイ５号線）につながって行く。USA Boader でアメリカに入国。Ｉ－５に乗ってシアトルに向かう。シアトルの街に入ると、自然と十数年前の記憶が甦ってくる。 NE 45th の標識を見て、私はハンドルを右に切り、Ｉ－５を降りた。45th street を進むと、ワシントン大学の正門に到着した。何だか我が街に戻ったような気持ちになった。大学通りの中華料理店で、ランチを摂り、マーガレットの家に行く。マーガレットとテッドは、私達の無事帰国を喜び、私を強く抱きしめてくれた。美味しいスターバックスを飲んで、二人に別れを告げ、車を返却するために、シータック空港へ向かう。レンタカー会社 HERTZ で車を返し、予約しておいたホテルの迎えの車でホテルに入る。１５日間のドライブ旅行は、無事に終った。走行距離マイル（5,168 キロ）。日本縦断の 2 倍を越える。消費したガソリンは 527 リッターで、586＄。　翌日、私達は成田へ向けて、機上の人となった。　【完】

はじめに

2014/01/10
佐々木　知

使用済みナイロンストッキング・パンストを贈る運動について

佐々木が「NPO 法人・南国暮らしの会」のメンバーに所属している時から、
会の有志の方々と一緒に、日本いながらボランティア活動の一環として、行っている活動です。
この他にも皆さんご存じの通りいろいろな活動が有ります。実際にからだを動かして作業をする、また お金を寄付して援助するなど形態は様々です。今回のこの活動は身近にあって廃品の利用をする事で役に立てる様にしたいと考えて活動しています。是非ご協力をお願いいたします。
タイ王国の北部にチェンマイという小京都的古都があります。
この地に、王立プロジェクトである「タイ義肢財団」というのがあり、この財団はもともと「日本財団」がバックアップ専門の技師を派遣し、義足製作の現地指導をしていました。その後タイ人自身で自立出来るようになったため日本財団は日本へ引き揚げてしまい、今ではアフターケアに若い女性スタッフ（国吉晃代さん）が一名だけ残り活動しております。ではいったい何のために義足を作っているのかを簡単に説明しましょう。
タイの隣国（ベトナム・ラオス・カンボジア・ミャンマーなど）には、かつての戦争の負の遺産として至る所に地雷が残っております。戦後数十年経った今でもこの地雷を踏み、足を失うなど犠牲になる人が後をたちません。人だけでなく山中で材木運搬作業に携わっていた象まで被害に会っています。そこで上記の「タイ義肢財団」では国籍を問わず無料で義足を提供する活動をしているのです。

ところで、この義足を製作する工程で欠かせないのが使用済みのナイロンストッキングやパンスト・・石膏で義足の型どりをする際に石膏がくっつかないように金具にかぶせたり石膏を縛ったりするのに役立っており、しかも日本製のナイロンストッキングやパンストは特に品質がよく丈夫で、義足製作所では大好評・・ところが、熱い国タイの女性はこれを着用しないため常に品不足なんだそうです。
回収して頂く例のモノの多少は全く問題ありません。　1本でも2本けっこうです。回収期間も全く制限ありません。　半年間でも1年間でもOKです。
回収のしかたは追って連絡いたしますが簡単な紙袋でもかまいません。後日ストッキングが集まりましたら回収場所を準備したいと思います。
よろしくお願いいたします。
この様な話を聞いてさいたま市の中でもいろいろなサークル団体、個人の方々が共感していただき、佐々木が続けてきた口コミと狭い範囲内での呼びかけ回収に協力していただいております。

近年チェンマイの街は日本人に大変な人気で、其処を訪れる会員さんには直接持参いただき、所定の場所で回収を行い、適宜「タイ義肢財団」の方へ届けております。
チェンマイへ行けない方はグループでまとめメンバーがタイに訪れる際、又は訪チェの際に運搬することになっています。
時々ニュースでも報道されていますが、ラオスではベトナム戦争当時に埋設され地雷を踏む犠牲者が未だに年間９０名以上いるんだとか。同じ状況が他の近隣諸国でも続いており、「タイ義肢財団」では国籍を問わず無料で義足を提供しています。　その義足を製作する工程で欠かせないのが　「使用済みナイロンパンスト・ストッキング」で、製作所がチェンマイの‘７００年記念陸上競技場’近くにあります。　　以上

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　　心の風景 一つ　　・・・・・・・・・・・・・

回収場所になっているチェンマイ CLLクラブオフィスであった話

＊ デパートでのものと思しき紙袋が宅配便で拙宅に・・・・匿名で電話番号が書いてあるだけ；開けてびっくり、使用済みナイロンストッキングやパンストがびっしり。 電話すると若い女性の声で「社長が女子社員に呼びかけ、1年ほどかけて集めたモノです」と。こうして三々五々寄せられる寄贈品、それぞれに込められた‘心の風景’を思いながら「タイ義肢財団」へ届けております。つい最近になって［雑誌「AERA」に[特集　アジアで勝つ日本人 100 人が「いま」]の題目で載っています。下記写真と文章を参考に載せます。

アジアで勝つ日本人100人

タイ北部チェンマイ。ここで、障害者の生活の質の向上に取り組んでいるのが、國吉晃代(37)だ。06年から義肢装具士に技術指導をし、義肢の製作もしている。心地よい風が通る製作所で、重さ20キロの石膏の袋を運び、型をつくり、金属を曲げる。

「この仕事についてから、腕がたくましくなって七分袖のブラウスの袖のボタンが留まらなくなりました」

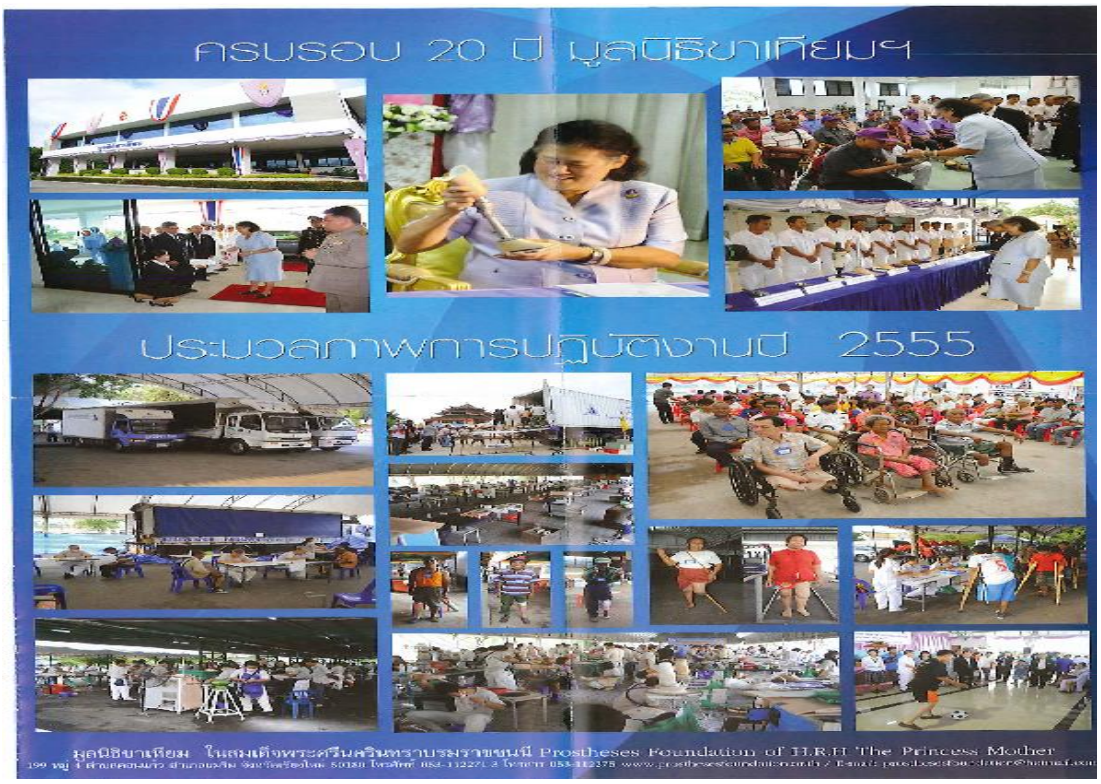
大学は英文科だった。地雷廃絶活動家の講演を聴いて義肢装具士になりたいと思い、大学卒業後3年間、専門学校で技術と知識を学んだ。都内の義肢装具製作会社に就職したが、チャンスがあれば東南アジアで働きたいと思い続けていた。

「笑顔での接客」で人気

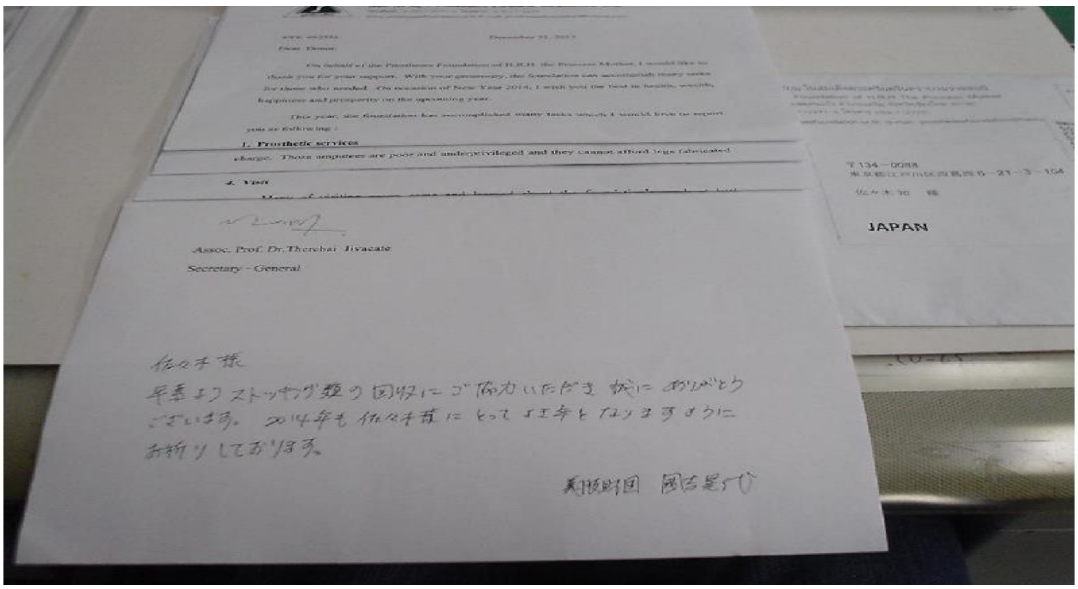
ある日、専門学校の先輩に、チェンマイで活動するプロジェクトに誘われ即決。そのとき関わったタイの義肢財団の理事長に乞われ、現在は財団職員として、義肢に関するセミナーの運営にも携わる。タイではオートバイの事故で手足を失う若者が多く、カンボジア国境地帯に残る地雷が原因で障害を負う人もいる。義肢は、彼らの日常生活に大いに役立っている。

義肢装具士
國吉晃代(37)

パンフレット



お礼の手紙



初めての呼びかけ

ご相談：ウィルさいたま新式場用地探してます。居抜きＯＫ、駐車場５台くらいあると◎です。

なにっ、今度はウィルは何を始めるんだ！？・・・との心配はご無用。決してかぶったりしませんので。・・・というか、むしろ真面目なお願いです。

話せば長いのですが、簡潔に言うと「タイ義肢財団支援」としてパンティーストッキングを集めたいというお話です。

最近吉澤が通っている「美団キッチンクラブ」（前号で紹介・男子向け料理教室）の先輩、佐々木知氏が、別に所属するＮＰＯ「南国暮らしの会」の活動として、パンストを集めて、タイ王国北部のチェンマイにある同財団に、パンストを送り届けています。

なぜ？　それは以下に佐々木氏の原文で説明しますね。

～～以下原文～～～～～～～

タイの隣国（ベトナム・ラオス・カンボジア・ミャンマーなど）には、かつての戦争の負の遺産として至る所に地雷が残っております。戦後数十年経った今でもこの地雷を踏み、足を失うなど犠牲になる人が後をたちません。人だけでなく山中で材木運搬作業に携わっていた象まで被害に会っています。そこで「タイ義肢財団」では国籍を問わず無料で義足を提供する活動をしているのです。

ところで、この義足を製作する工程で欠かせないのが使用済みのナイロンストッキングやパンスト・・石膏で義足の型どりをする際に石膏がくっつかないように金具にかぶせたり石膏を縛ったりするのに役立っており、しかも日本製のナイロンストッキングやパンストは特に品質がよく丈夫で、義足製作所では大好評・・ところが、熱い国タイの女性はこれを着用しないため常に品不足です。

使用済み・・というのは、"伝線入り・穴あき"など何でもＯＫです。

～～原文以上～～～～～～～

回収の方法としては、ストッキングを丸めてビニール袋などに入れて、ウィルさいたま宛に送っていただけると幸いです。

１～２本だったら封筒に入れてでもよいと思いますし、多い場合は回収に伺いますので。

長～く続いている支援活動だそうなので、半年一年の間にまとまったらご連絡をいただくのでも結構です。とにかく詳しくは、ウィルまでお電話ください。

（吉澤　隆）

こんな場面で活躍中

街頭清掃も益々盛り上り中

タイ王国の国王も代々援助中

10月11月12月のお掃除は
10/19(土)、11/16(土)
12/21(土)　です
朝９時から大宮駅西口
２Ｆデッキ　アルシェ前に

３ヶ月後集まったパンストを集めて送る手配をする。

前号の「タイ義肢財団支援」の呼びかけに応えてくださった方からのパンストが、こんなに集まりました！

「使い古しですけどどうぞ」とか、「最近履かなくなったので」とか。中には「亡くなった妻のを送ります」というご遺族の方など。感動しました。ありがとうございます！

第一便はこれから窓口となってくださっている「ＮＰＯ南国暮らしの会」の佐々木知氏を経由して、「タイ義肢財団」へとお送りいたします。

この活動は今後も継続していきますので、もし身の回りで使い古しやご不用ののナイロンストッキングやパンストがありましたら、ウィルさいたま宛に送りつけてください。段ボール一箱分程度の量が集まり次第、都度発送していきます。不明な点はお気軽にお電話で。お待ちしております！

オーストラリア・タウンズヴィルからの便り

オーストラリア在住　　中村てる子

オーストラリアの北、クィーンズランド州にあるタウンズヴィル市と言う街から
新年のご挨拶を申し上げます。まず、２０１３年、この街で行われたイベントの写真の数々を掲載します。

オーストラリアの学生に依る日本語スピーチコンテストや子供たちによるコンサート

発展するタウンズヴィル港湾開き（大型客船やタンカーが入港できるようになる）

福島から避難されて来て、稲作を作っている方の稲刈りや農業祭での餅つき

日本映画鑑賞会　　（磯田ケアンズ領事の挨拶と映画の感想を述べる市民）

日本の祭りで浴衣を着せてもらって喜んでいる子供と日本の太鼓を演奏する高校生

市民が自分の作品を販売するマーケット。私も日本の真珠の作品を出展

クリスマス前に開かれるキリスト生誕の祭り（キリストが馬小屋で生まれたと言うことにちなんで、この祭りを　“ステーブル”　と呼ぶそうです。子供たちがローマ軍の兵士の衣装を着け城を守る役をする）それと、地元の子供たちによるスコットランドのダンス

個人的には、ヨーロッパ一人旅を実行しました。今年は仕事が無くなり、家庭教師だけの仕事になったので、日本語を教えている生徒たちに、休みの許可を貰ってフランス、イギリスへ一人旅。フランスでは、昔、パリで一緒にフランス語を習いに行っていた友人と３

８年振りで再会。会いたい人に会えるという幸せをかみしめて来ました。
イギリスででは、大好きなテレビドラマの撮影場所を巡るツアーに参加、そして、有名なストーンヘンジ、ロンドン、ドーバー海峡の白壁を見てから、ドイツの友人を誘ってイタリアへ。ナポリ、カプリ、蒼の洞窟、ソレント、アマルフィの大聖堂を訪ねて、命の洗濯をして来ました。ソレントからアマルフィ海岸の景色は、全て絵になる素晴らしいものでした。また、ソレントの断崖絶壁に建つ教会の中に、映画写真展なるものが開催されていて、日本の女優、八千草薫さんの写真が、世界の俳優さんと一緒に展示されていたのには、感激とともに驚き。イタリアのナポリからドイツのバーゼルに飛行機で移動。その後、訪ねたフランスのアルザス地方のストラスブール。ドイツの中世の街並みに似て、街の一角が、それも広範囲で昔のままに残っていて感激でした。食のアルザスと言われるだけあって、チーズ、ワイン、料理はおいしいものばかり。遊ぶことで、心をウキウキ、ドキドキさせて行かないとエネルギーが湧いて来ない。日本の新格言“するなら、今でしょ”　と言うのがぴったりの私の行動。

ストーンヘンジ

蒼の洞窟

アマルフィ大聖堂

また、今年は、３月６日（木）から９日（日）に、キャンベラ郊外のカウラと言う町で、アーティスト達が集まり、日本人戦争墓地での銘板除幕式と特別慰霊祭が行われるそうです。その墓地に眠る兵士の３割は、木曜島、ケアンズ、タウンズヴィルから強制収容された日系人たちだそうです。主催者は、クィーンズランド大学の永田由利子氏、オーストラリア国立大学の田村恵子氏で、アートパフォーマンスは、金森まゆ氏によるもので、女性の活躍が目立ちます。日本の方の参加も歓迎だそうです。

日本を離れて２６年経ちました。毎年、日本に帰り、日本の家族、友人達との交流を維持し、そして、日本の変化に付いて行く努力をしています。そうしないと本当に浦島太郎になってしまいそうなんです。外国に一人で暮らすと言う事は、自分を奮い立たせておかないと、人とのふれあいが無くなってしまうようで努力が必要です。また、こちらで、日本の祭りなどの催しを通じて、今まで聞いたことがなかった日本の新しい音楽を知ったということもあります。

遠く離れたオーストラリアで、上の写真でご案内したように、こんなにも、たくさん日本に関係した催し物が行われているのは嬉しいことです。実は、このような催しは、皆、自分たちに依る手作りです。タウンズヴィルの街は、とても、積極的に日本の文化を伝えて行く活動をしているということが、ケアンズにも伝わり、今年は、日本領事館ケアンズ出張駐在事務所が映画祭を催してくれました。１０年前、オーストラリア、ジャパン、ソサエティ（豪日協会）と言う会は、存在していたのですが、会長職が、空席になっていて誰も希望者がありませんでした。私がその職を、引き受けてから、地元のお祭り“カルチャー、フェスティバル”というのに、大阪の住吉神社の太鼓のグループを呼んだり、お寿司やお好み焼きの屋台を出して、資金集めをしたり、ラーメンやおでんパーティ、しゃぶしゃぶパーティ、流しそうめん祭りを開催して地元の方に喜んでいただいています。資金集めしたお金は、スピーチコンテスト受賞者（上記写真）へのトロフィーやメダルの寄付、各学校への日本語奨励メダルの寄付、福島被災者への協力など、文化交流に役立てています。そうしている内に、地元の日本の武道グループ（柔道、剣道、居合抜き）が会に参加してくれたり、以前は、小学生だった学生さんが、高校生になり、太鼓や、忍者ダンスで参加してくれるようになりました。去年、一昨年と、〝日本のお祭り“が、博物館内で開かれるほど盛大になりました。この小さな街だからこそ、小さな努力が実を結んだのではないでしょうか。

オーストラリアの人達にとって、日本は、憧れの国です。例えば、オーストラリア人の日本語の先生は、退職後、日本の小物を売る店をしたいと言っています。この間、エアコンを取り付けに来てくれた電気屋さんも、二月には、野沢温泉へスノーボードをしに行くそうです。タウンズヴィルを朝、早く出て（５時位）、５時間後にケアンズの空港へ。１２時の飛行機で、ケアンズから日本まで、7 時間半の飛行。日本に夜の 8 時に着いて、その後、新幹線で野沢温泉に行けば、一日で、この街から野沢温泉に行けると教えてくれました。私は、長野への新幹線があるのも知りませんでした。彼から、日本の情報をもらい、私も今度、野沢温泉に行って見ようかなという気になっています。また、近くのスーパーに勤めている男性も、北海道のニセコへスキーに行くそうです。大晦日に、会った９１才の絵描きさんは、日本に１７回も行っているそうです。友人の甥御さんは、福島の日本女性と結婚、震災に会い、今は、仙台に住んでいるそうです。どうして、こんなに、日本が人気なのでしょうか。それは、第一に、安全であること。清潔であること。礼儀正しいこと。長い歴史があること。外国の人には信じられないほど、物事が正確に運ぶこと。どのレストランに入っても美味しいこと。日本人にとって当たり前のことが、当たり前で無い外国にとって、日本は、理想の国、夢の国なんです。

私の友人に、日本在住で、エベレストや、キリマンジャロ山などに登った人がいますが、とても刺激を受けています。私に登山は無理ですが、お互い、刺激しあい、体力作り、心

の楽しみを追及していきたいと思っています。今、私は、ピアノと彫金とギリシャダンスを習っていますが、来年からフランス語を習って、ヨーロッパへのロングスティを計画しています。皆様も、ロングスティクラブを通じて、いろいろな国に出かけて行って、ボランティアをしたり、ご自分の趣味を生かしたロングスティをしていらっしゃると思いますが、もし、上記に記したカウラの慰霊祭など、また、他に、私に出来る事がございましたら、いつでも、メールをいただけたらと思います。

では、皆様にとりまして２０１４年が、健康で、そして、充実した楽しい年でありますように、南の国からお祈り申し上げております。

中村てる子
nakamura.teruko@gmail.com

オーストラリア　サポートセンター

Australian Japan Society
P.O. Box 2189　Townsville QLD4810　Australia

中村てる子

【編集後記】

★★★２０１４年　　ロングステイクラブ総会のお知らせ★★★

２０１４年　総会が下記の通り行われますので、会員の皆様にご通知申し上げます。
同封の葉書に出席の可否をご記入いただき、欠席の方は委任状をお願いいたします。
総会出席通知並びに委任状は２月２８日までにご投函ください。

記

日時：２０１４年3月２９日（土）　　１４：００～１５：００
場所：浦和パルコ１０階　浦和コミュニティーセンター　第４集会室
議題：２０１３年会計報告、２０１３年活動報告、今年度活動計画　その他

以上

『編集後記』

明けましておめでとうございます。
昨年は、外国人の訪日人数が１千万人を超えたそうです。観光立国を目指してもいる政府の目標が一応達成された年になりました。昨年は又、２０２０年の東京オリンピックが決定された年でもありました。外国人の日本への関心の目は、我々が気が付かないところにもありそうです。浅草などの日本式の古い格安の旅館も外国人に人気だそうです。しかし、そこにも経営者の努力があることを忘れてはなりません。主人の英会話力であったり、英語表示の説明書や張り紙であったり、ちょっとした、おもてなしの精神が外国人を呼んでいるようです。駅や博物館などでの身体障害者、お年寄り等にたいする私達の態度も外国人は注意深く見ています。改めて世界共通のマナーの向上にも目を向けねばなりません。
今年も。ロングステイクラブをよろしくお願い申し上げます。

２０１４年　春季号　Ｖｏｌ.８７
発行日　　２０１４年　1月２５日
発行人　　塚本　茂
編集・校正　　大野康昭、秋本佳之
馬越治、中井川久男

☆ロングステイクラブの概要と入会について☆

＜目的＞

☆　ロングステイクラブは、快適な生活環境を求めて海外および国内で長期滞在を希望する方々を対象とし、その日常生活に必要な各種情報の提供や体験セミナーなどを通じて現地での「不安」「疑問」から解放して、生きがいのある滞在ができるように支援し、広く公益に貢献することを目的とします。

＜主旨＞

1. 自分の収入に応じて(主に年金等の範囲内で)
2. 自分の力で(体力経験等に応じて)
3. 自分なりの方法で(単独・家族・友人等で)
4. 自分なりの生きがいを求めて(国際交流・語学研修・ボランティア・スポーツ等)
5. 海外で生活体験をする(ツアーでも移住でもなく)

そのための情報交換・友人作り・高齢化社会におけるシルバー世代の余暇活用を生き方の選択肢とし活動します。

＜主要活動＞

1. 月例会の開催(海外体験報告・海外滞在計画の発表・情報交換)
2. 地域別交流会の開催(東京・千葉・神奈川・埼玉・関西・九州)
3. 同好会活動(海外各国別の同好会・各趣味の同好会等)
4. 会員相互の自主企画による海外グループ旅行の推進
5. 国際交流活動(各国友好協会・ボランティア・語学研修・ホームステイ)
6. 会報「ロングステイクラブ」の発行

＜留意事項＞

1. 当会及びリーダー(名称の如何を問わず)は、会員が企画海外旅行・滞在・同好会の諸行事等において一切責任を負いません。参加者は一切責任が自己に帰することを承知の上で参加下さい。
2. 当会は、非営利の団体です。会員は当会の諸活動(例会・会報・会員名簿等)を営利目的に利用することを禁止されています。

＜入会＞

当クラブの主旨に賛同される方は、年齢・性別・国籍に関係なく、どなたでも歓迎します。

年会費

- **4000円（1月から12月）を下記口座にお振り込み下さい。**

お振込先口座

- **銀行口座**

  りそな銀行東京中央支店普通5807817

  ロングステイクラブ

  郵便振替

  00120-2-166202 ロングステイクラブ

NPO ロングステイクラブ事務局

〒337-0017

埼玉県さいたま市見沼区風渡野470

電話/FAX 受付:048-685-2470

E-mail:info@longstayclub.jp

特定非営利活動法人「NPOロングステイクラブ」の目的

この法人は、快適な生活環境を求めて海外及び国内での長期滞在を希望する人々を対象とし、その日常生活に必用な各種情報の提供や体験セミナーを通じて現地での「不安」「疑問」から開放して、生きがいのある滞在が出来るよう支援し、広く公益に貢献することを目的とする。（法人の定款第３条）

「**ロングステイクラブ**」は、登録商標です。

（登録第４５４６８１１号）

long stay club
Hello
winter!!