

SWEET ORANGE

Los Angeles · Orange County · South Bay ★ Monthly Paper · Sep 2025 No. 279

Sweet Life in Southern Calif

Our mission is to be the premier resource for the South California residents and visitors by providing life-enriching information.

9

Sep 2025

Cheerful
元気 SoCal人
person

No.231

Japan
Film Festival
in OC on 9/6

大谷翔平選手
ヤン男にハイタッチ!
なんだ、ただの聖人か...

BESTIA

食べて記ました!

Page 15

Bestia



Rika



"I thought it would be wonderful to pass on the Japanese culture I knew." -Rika

Page 02

Sweet Orange QR Code
sorangemag.com



メカニック
WARABY'S ワラビース

AUTO REPAIR

20年以上の経験ある**TAICHI**に任せて!
ドライブレコーダー販売、取り付け (持ち込み可)
代車サービス復活!!!

3006 Enterprise St. Suite A Costa Mesa, CA 92626
Yelpで高評価! 714-842-5780

体の60%は水 日本で一番売れている

水素整水機

毎日の健康に美味しい水!!
www.dlles-in.com

アクアックス 水道直結型
何処でも作れる ポット型

ドレスイン tell: 949-331-2040 email: info@dlles-in.com

Video Japanで激安レンタル

★ トーレンス町のビデオ屋さん ★

Rental \$1.25 Sale \$1.99

Japandvdstore.com

ドラマ・邦画・アニメ・韓国ドラマ最新作、古いDVDまでたくさんご用意しております。
1915 W Carson St., Torrance, CA, 90501 Tel 310.325.2220

KIMONO

着物の着付け・撮影

お問い合わせお待ちしております。 着物DE遊び: 記事(Page 8)
Tel 562-787-5060 Web: kimono-la.com

eonbrands.com

Eon Brands
LIFE & NATURE

Eon Brands is an online company which serves as an online marketing site for Eon Foods International, LLC in USA. Our current featured product, **GreenNoodle**, is a vegetarian instant noodle made with organic moroheiya powder. We promote healthy lifestyles, environmental sustainability, fair trade practices and humane farming.

You can use this discount code for the first order.
THANKS15
15% OFF all products

& FREE SHIPPING within the Continental United States when you order \$49 or more

免疫力アップの製品ー 酵素ドリンク「極み」、モロヘイヤ麺、等
Eon の『自然と人間の調和』をテーマとして開発した無農薬有機のオーガニック製品群です www.eonbrands.com

Eon Brands
LIFE & NATURE

eonbrands.com

BUY online

Look at the back for the discount code

京都から逃げた京女の和裁ビジネス

Kaneko Rika

京都の旧家に生まれ、幼い日より、お祖母様とお母様のもとで、花嫁修業の手ほどきを受けて育ったRikaさん。その教えは、今もRikaさんのソーイングビジネスに息づいています。現在は、黒留袖や着物のリメイクを手がける日々。和の美を今に伝えるRikaさんにお話を伺いました。

ー 渡米前の日本でのお仕事と渡米の動機:

看護師の資格を取得後、商社で医療器械のバイヤーをしていました。世界から集めた医療器械を大学の研究室で日本人に合うように改良し、データーを取りその後、医療承認を申請し許可が取れたら、営業にバトンタッチする仕事をしていました。それとは別に自分の研究の課題は褥瘡(ジョクソウ 床ずれ)の発生機序の工学的研究も行ってきました。渡米の動機はアメリカに住む婚約者との結婚の為です。

ー 渡米後は、日本でのキャリアとは全く違うソーイングクラスのお仕事ですね。糸通しが複雑な工業用ミシンを駆使されて洋裁、和裁を大人だけでなく、子供たちにも指導されるようになったきっかけは。

私は京都の旧家に生まれました。「女の子はあほでええんや」と祖母から言われて、勉強すると怒られました。男の子には塾に通わせる教育熱心、女の子には花嫁修業を徹底的にお稽古させる家でした。祖母からは和裁を、母からは編み物と洋裁を習いました。祖母は京都の女性の典型的な人で母はその祖母に従う従順な人でした。私は小学校4年生の時から、買い物にも行き、一家の夕食を作っていました。毎日、一定のお金を渡され、朝食、昼食、夕食の配分を考えて「もし余ったらあんたのお小遣いにしてもええ」と言われました。そのために広告を見て少しでも安いところに行き買いに行ったり、買い物しながら自分のショッピングカートには今いくらの品物が入っているのか暗算しながら買い物していたので暗算も得意になり、算盤も祖母から習いました。私の家では家族のために洋服もパジャマも何でも家で作っていました。その為、いろいろなミシンを使うことは子供の頃からできました。

それでも勉強が好きだった私はこの家から抜け出すことばかり考えていました。そして、ひそかに勉強を続けて、当時の大学検定試験に挑戦して15歳で合格して家出をしました。しかし、大学検定に合格しても18歳までは大学に行けない規定だったので、寮があって学費が免除され、お小遣いがもらえる看護学校に入り、看護師の免許を取得してから褥瘡の工学的研究のため看護大学に行きました。決して看護師になりたいなんて思ったことなどありませんでしたが、それが私の医療機器業界

でのキャリアに繋がりました。

しかし、渡米後、ロサンゼルスにおける日本人が減少し、和裁ができる人も少なくなってきたと聞いて、自分が持っている日本文化を継承していけたらうれしいなと思って洋裁のクラスに加え和裁のクラスを始めました。私がソーイングのビジネスを始めると、駐在員のお母さんから、アメリカには家庭科という授業がなく、子供がボタンもつけられない大人になってしまうので、玉結やボタンのつけ方を含めてソーイングを教えてほしいと依頼されて、子供クラスを始めることにしました。パンデミックでマスクを必要としていた時には幼稚園でマスクのつくり方の授業もしました。

着物のリメイクは、この先絶対に着ないけれど大切な人にもらったものだから捨てられないという人の声が多くて、着付けのテクニックがいないドレスにリメイクすることを提案するようになりました。

ー 着物リメイクを依頼されるお客様に知っていただきたいこと

きものの反物の幅は37cmしかありません、洋服を作るにはパッチワークのようにつなぎ合わせる必要があります。また、絹は簡単には洗うことができませんので、直接肌に触れない洋服を作るか、リメイク後も洗濯をしたい場合はリメイクの前に洗濯をして一旦生地を縮めてた状態からリメイクを行います。

お客様の思い出の大事な着物をお預かりする以上は失敗のないようにじっくりと打ち合わせを行うように努めています。特に着物は洗うと縮んでしまうということ頭に入れておいていただいて何に作り替えるかを考えていただきたいと思います。

まさか祖母や母に仕込まれた和洋裁が自分のビジネスになるとは思ってもみませんでした。京都のしきたりにこだわる家に生まれたことが嫌で仕方があり

ませんでした、今では祖母や母に感謝しています。

*** ニットソーイングクラス体験報告

Rikaさんが経営されているニットソーイングクラスは、もともとストレッチ生地を使ったソーイングから始まりました。けれども生徒さん達のリクエストに応じて、今では伸縮しない生地を使う一般的なソーイングや和裁まで広がっています。

さらに最近では、訪問着や黒留袖といった豪華な模様を活かした「着物ドレス」や、作り帯のクラスも開講され、ますます楽しみの幅が広がっています。

クラスでは、生地選び → 型紙カット → サージャ・マシン(ロックミシン) → ストレートマシン(普通ミシン) → プチライン(裾や袖口の仕上げ)と、3種類のミシンを使いながらステップを進めていきました。そして、わずか1時間半後には、自分サイズの“Only one シャツ”が完成！鏡の前に立ったときのあのMagicalな瞬間は忘れられません。

「次はどんなデザインに挑戦しよう？」と、ますます創作意欲がふくらむ体験でした。

(Interview:Toshiko Okawa 大川敏子)



金子吏佳(かねこ りか)
ソーイングクラス経営者

京都生まれ。3歳の頃から茶道、華道、着付け、書道を遊びのように習い始める。和裁、洋裁、編み物、料理は祖母と母から叩き込まれ、京女の英才教育を受ける。看護師免許取得後看護大学で褥瘡の研究を行い、医療機器輸入のために、北大の医用工学を学ぶ。結婚のため渡米し、ソーイングクラスをオープン。
連絡先: 310-702-2586
diamondsewing@yahoo.com



糸通しも難しい、裾、袖口の始末用のPetit Line ミシン



子供洋裁クラスの様子



クラスで作った2部式着物



プロミシン用の糸



リフォームの黒留袖

COMMUNITY NEWS 9月

City of Irvine
www.cityofirvine.org

Fiesta Latina



グレートパークで「Fiesta Latina (フィエスタ・ラティーナ)」が開催される。音楽、味、ヒスパニック文化を届けます

9月14日(日) 午前11時 - 午後4時まで

この無料で家族向けのフェスティバルでは、ラテンアメリカ文化の音楽、ダンス、本格的な料理、色鮮やかなアート展示、体験型の文化プログラムを通じて、五感でラテンの魅力を堪能できます

This free, family-friendly festival brings together the sights, sounds, and tastes of the Latin American culture with live music and dance, authentic cuisine, colorful art displays, and interactive cultural experiences. Guests of all ages can discover the rich traditions, history, and contributions of Hispanic and Latino Americans while enjoying a lively day in the heart of Irvine.

www.cityofirvine.org Thursday Night Market Launches 木曜 夜
City of Irvine at Great Park Live This Summer マーケット



Thursday Night Market will take place every Thursday from 5 to 9 p.m. at Great Park Live. The event is free to attend and open to guests of all ages.

「サーズデー・ナイト・マーケット」は、毎週木曜日午後5時から9時まで、グレートパーク・ライブにて開催されます。

このイベントは入場無料で、すべての年齢層の方がご参加いただけます。



TEA TIME at CSUDH

Sat October 18 11:30am-1:00PM
ADMISSION IS FREE, Registration
REQUIRED

カリフォルニア州立大学ドミンゲスヒルズ校 (CSUDH) で、毎回大好評の「ティータイム」日本語会話テーブルを開催します！キャンパスを探索しながら、新しい友達や日本語ネイティブスピーカーと交流してみませんか？すべての日本語レベルの方が対象で、日本語の経験がなくても大丈夫です。どなたでもご参加いただけます。また、日本語学習者のためのキャリアパスに関する情報共有の時間も設けています。皆さんにお会いできるのを楽しみにしています！

We're having our ever popular "Tea Time" Japanese conversation tables at California State University, Dominguez Hills (CSUDH)! Come and explore the campus, as well as meet new friends and Japanese native speakers! All Japanese levels are welcome -- Japanese language experience is not necessary; this event is open to everyone. Additionally, we will have some time to share information about career paths for Japanese language learners. We're excited to meet all of you! Inquiries: www.jpf.go.jp

JAPAN FILM FESTIVAL in OC

今年は、コスタメサでも無料上映します。 9月6日(土) 午後1時から
Newport Beach Higashi Honganji Buddhist Temple 東本願寺
254 Victoria St. Costa Mesa, CA 92626 全3作品無料上映 全て英語字幕あり



←「風のマジム」と、「囁きの河」の上映は、9/7(日)に、ガーデナのOAA Centerと、New Gardena Hotelです。詳しくは、下記のWEBサイトまで

JFFLA.org

自宅からも視聴
できます。



Kyoto Woman's Traditional Japanese Sewing Business After Fleeing Kyoto
-Rika Kaneko

Born into an old Kyoto family, Rika grew up learning bridal skills from her grandmother and mother from a young age. That training still lives on in her sewing business today. She now spends her days remaking black formal kimonos and other traditional garments. We spoke with Rika, who carries the beauty of Japan into the present.

— Work in Japan before moving to the U.S. and motivation for moving:

“After obtaining my nursing license, I worked as a medical equipment buyer for a trading company. My job involved gathering medical devices from around the world, having them modified in university labs to suit Japanese patients, collecting data, then applying for medical approval. Once approved, the baton was passed to the sales team. Separately, my personal research focused on the engineering mechanisms behind pressure ulcer (bedsore) formation. My motivation for moving to the U.S. was to marry my fiancé living there.”

— After moving to the U.S., you started teaching sewing classes—a career completely different from your work in Japan. What led you to master complex industrial sewing machines and teach Western and Japanese dressmaking not only to adults but also to children?

“I was born into an old Kyoto family. My grandmother told me, “Girls don’t need to be smart,” and scolded me if I studied. It was a household where boys were sent to cram schools with fervent educational zeal, while girls were rigorously trained in bridal skills. I learned Japanese dressmaking from my grandmother and knitting and Western dressmaking from my mother. My grandmother was a typical Kyoto woman, and my mother was an obedient person who followed her grandmother’s ways. From fourth grade, I went shopping and prepared the family’s evening meals. Each day, I was given a fixed amount of money and told to budget it for breakfast, lunch, and dinner, with the instruction, “If there’s any left over, you can keep it as your allowance.” To manage this, I studied advertisements to shop at the cheapest places possible. While shopping, I constantly calculated the total in my cart in my head, which made me good at mental arithmetic. I also learned the abacus from my grandmother. In my home, everything for the family—clothes, pajamas, everything—was made at home. Because of this, I could use various sewing machines from childhood.

Even so, I loved studying and thought only of escaping this house. I secretly continued my studies, took the university entrance qualification exam at the time, passed at age 15, and ran away from home. However, even after passing the university qualification exam, regulations prevented me from attending university until age 18. So, I entered a nursing school that provided dormitory housing, waived tuition fees, and gave a stipend. After obtaining my nursing license, I went on to nursing university to conduct engineering research on pressure ulcers. I never once thought I wanted to be a nurse, but that path led to my career in the medical device industry.

However, after moving to the U.S., I heard that the Japanese population in Los Angeles was declining, and fewer people knew how to sew Japanese-style garments. I thought it would be wonderful to pass on the Japanese culture I knew, so I started teaching Japanese sewing classes in addition to Western sewing classes. When I started my sewing business, mothers of expatriate children asked me to teach sewing, including knot-tying and button-sewing, because American schools lack home economics classes, and their children were growing up unable to sew on buttons. This led me to start children’s classes. During the pandemic, when masks were needed, I also taught mask-making classes at a kindergarten.

Regarding kimono remakes, I often hear from people who say, “I’ll never wear this again, but I can’t throw it away because it was given to me by someone special.” So, I started suggesting remaking them into dresses that don’t require kimono dressing techniques.”

— Important Information for Customers Requesting Kimono Remakes

“Width of the Kimono fabric is only 37cm. To make clothing, we must piece them together like patchwork. Additionally, silk cannot be easily washed. Therefore, we either create garments that do not directly touch the skin, or if you wish to wash the remake afterward, we wash the fabric beforehand to shrink it before beginning the remake process.

Since we handle cherished kimonos filled with memories, we strive to conduct thorough consultations to avoid mistakes. It’s especially important to keep in mind that kimono fabric shrinks when washed, and to consider this when deciding what to remake it into.

I never imagined the Japanese and Western sewing skills taught to me by my grandmother and mother would become my business. I used to hate being born into a family so particular about Kyoto traditions, but now I’m grateful to them.”

*** Knit Sewing Class Trial Report

The knit sewing class run by Rika-san originally began with sewing using stretch fabrics. However, in response to student requests, it now also covers general sewing with non-stretch fabrics and Japanese-style sewing.

Furthermore, classes for “kimono dresses” that showcase luxurious patterns like those found on formal visiting kimonos and black formal kimonos, as well as classes for pre-made obi sashes, are now offered, expanding the range of enjoyment even further.

In the class, we progressed step by step using three types of sewing machines: fabric selection → pattern cutting → serger (overlock machine) → straight stitch machine (regular sewing machine) → finishing with a petit line (hem and cuff finishing). And in just an hour and a half, my own size “Only One Shirt” was complete! That magical moment standing in front of the mirror is unforgettable.

It was an experience that made us wonder, “What design should we try next?” and only fueled our creative drive even more.



シエラネバダ山脈

～我、第二のホームグラウンド～

No: 11

トウオルミー停滞



7月21日。ここでの停滞は予定外だったため、売店に食料を買い出しにゆく。緊張感がなくなっているためか、26ドル分も買い込んでしまう。オレンジやプラムなどの果物類のほか、やはり疲れているせいか、ふだん口にしないような甘いものがやたらにたべたくて、子どもみたいにこらえきれずに手当たりしだいに買ってしまった。

なんだか墮落したみたいで、後ろめたく感じるのは、プアーかつシンプルであることに美德を見出すバックパッカーの定めだ。足の痛みはさほどひどくなかったので、ゆっくりめの朝食をすませてから、釣りの支度と、この日だけは豪勢な新鮮なランチ(とはいっても果物、サンドイッチ、ポテトチップス、缶ジュース)をウエストバッグに入れて、前日あきらめた正統コースを歩いてみることにした。

起きたときに晴れていた空に急速に黒雲が広がってきたので、雨具も持った。歩いてみると、まるで宙に浮いているようにふわふわと身体が軽い。足裏のまめへの負担もすくないせいか、ほとんど痛みを感じられない。ただ、残念なことに天候がますます怪しくなってきた。黒雲が、すごい勢いで走り、遠くでずっと轟いていた雷鳴がしだいに近づいてくる。トウオルミー川の橋を渡るころに、ついにポツリときた。本格的な雷雨が来ないうちにキャンプ場に戻りたかったので、先を急いだ。まだ雨もそれほどはげしくはないし、そのまま戻るのもなんだかもったいないなくて、トレイルが木立の中に入ったあたりで、ちょっとフライロッドを振ってみた。

何回めかのキャストで15センチほどの美しいブラウントラウトがかかった。これで満足だった。そっとリリースして、ロッドをたたんだ。パーミットオフィスがあったので、ちょっと寄ってみると、昨晚、この先のライエル溪谷で、3人の青年が2頭のクマに食料を全部奪われてしまった、と報告していた。翌日ぼくが歩くコースにあたる。他人ごとではないので、詳しく聞いてみた。午後3時頃キャンプに戻ると、とたんに猛烈な雷雨が襲ってきた。あわててテントに潜り込んだ。

それにしても、ヨセミテにやってきて以来、すっきりと晴れ上がった、いわゆるシエラ晴れがない。そしてついにこの日、恐ろしい勢いで雷が襲ってきた。とにかく、山でいちばん恐ろしいのが雷だ。

プロフィール: 細渕巖(ほそぶちいわお) iwaohosobuchi@gmail.com
カリフォルニア州東端に連なるシエラネバダ山脈、スペイン語で「雪の山脈」を意味。



体がサビる!?

これが活性酸素の実態





①老化の原因
②お肌の大敵
③病気の原因



病気の90%が活性酸素による酸化が原因と言われています。



ガン



心臓病



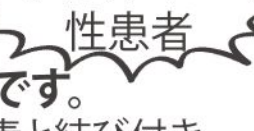
糖尿病



アトピー性
皮膚炎



高血圧



アレルギー
性患者

あなたに朗報です。
宇宙一小さい水素は活性酸素と結び付き、
無害な水となって体外に排出されます。



H・
水素

+

・OH

=

H₂O
水

ヒドロキシラジカル
活性酸素



Haruki

毎土曜日 1時から水素水説明会、今お使いの水の診断(要予約)
詳細はメッセージ Tell: (949)331-2040 e-mail: info@dlles-in.com



* ラスベガス～ヘンダーソン *

不動産情報

- Real Estate -



HOME FOR SALE

No: 56

みなさま、食欲の秋!9月になりましたね!

ラスベガス～ヘンダーソンも数年前に比べ、日本レストランを含めアジアレストランやアジアマーケットも多くなり、選択枠が増えてきました。ラスベガスのスプリングマウンテン通り周辺のアジアンタウン(チャイナタウンとも)は、アジアの美味しいレストランやカフェがたくさんあります。上海プラザにある「85Cペカリーカフェ」にパンを買いに行くといつも混んでいます。グルメな友人に教えて頂いた上海プラザの「上海テイスト」のダンプリングも絶品ですが、やはりいつも満席で待たされます。飲茶を食べたいときは、弊社の近くにある「Orchids ガーデン」に行けば本場の中華が食べ放題です。勿論、ラスベガス～ヘンダーソンでも新鮮なお刺身やお寿司などが食べられるローカル日本レストランも数件あるので、ラスベガスにいらした際は、是非アジアンタウンなどにも足を延ばして探索してみてください。

今回は、ヘンダーソンのお勧め賃貸物件をご紹介します。

ヘンダーソン・グリーンバレーの閑静な住宅街にある築10年/建物面積2036sqft/4 寝室/3 浴室/2 車庫の家具付戸建てで、家賃は月2800ドル。屋根付きパティオがある裏庭はプライベートで寛げますし、バーベキューなどにも最適です。学校区も良く、お買い物などにも便利で、空港にもフリーウェイで約15分です。大家さんは日本人の方なので、長期でも短期でも可能で、賃貸審査料もございません。室内もリフォーム済みのでほぼ新築のようです。ラスベガス～ヘンダーソンにはこのような賃貸物件もたまにございますので、移住する前に短期でご滞在したい場合なども是非ご相談下さい。



ラスベガス～ヘンダーソンの不動産に関する事は、いつでもお気軽にアーバンネストチーム@リアルブローカー・井上かおりにお問合せ下さい。 TEL: 702-355-8050

全米どこでもお任せください!

35年の経験と実績 & 迅速で丁寧なカスタマサポート



ウェブサイトデザイン

ウェブサイトのデザインだけでなく、ロゴや名刺、メニューなどの印刷物のデザインも承ります



SNS運用代行サービス

Google広告やソーシャルメディアへの投稿、メールマガジンの配信など、多岐に渡ってお手伝い致します



カスタムソフトウェア開発

日々の業務の効率化からアプリ開発まで、ニーズに合わせてモバイルアプリやウェブアプリをカスタム開発致します



ホスティング

ビジネスの形態やサイズに合わせたホスティング環境をすぐにご用意致します

弊社サービスをご利用された方々からこんな声を頂きました

大川 敏子さん
着物スタイリスト

私は年のせいもあり、ウェブサイトの編集やSNSを運用するのがとても苦手で、どうやって自分のビジネスに運用していけばいいかわからないときにPSPINCの方に会いました。苦手なことに時間を費やすよりプロの方にお願いし、それに費やしていた時間を自分の仕事、趣味に向けたいと思います。

エルナンデス 智美さん
牛タン司 USA

PSPINCのマーケティングサービスには大変助けられています!! パンデミック以降の多様な変化に対応していく中で弊社が対応しきれていなかった部分を補助してくだっています。スタッフの方々の説明やアドバイスもわかりやすく、詳細もデータで報告してくださるので今後も続けていきたいサービスです。

Y.H.さん
南カリフォルニア倫理の会

SNS構築、メンテナンスのサービスを提供する会社が多い中、私共がお世話になっているPSPINCさんは本当によくやって下さっており、いつも嬉しく思っています。常にコミュニケーションもスムーズですし、こちらの要望にも必ず答えて頂けています。一年過ぎた今後の普及に更に繋がって欲しいと希望しています。

お気軽に日本語でお問い合わせ下さい

sandiego@pspinc.com | (619) 539-6432 (テキスト可)

シアトル: 1404 140th Place N.E., Bellevue, WA 98007
サンディエゴ: 8787 Complex Drive, Suite 115, San Diego, CA 92123





歴史に学ぶ日本の心

(68)

三島海雲（かいうん）

Mari Hanabusa
sakurastart1@gmail.com

少しバランスを崩した時、利己主義や利他主義のどちらに偏っても長続きしないことを私の尊敬する方から教えてもらい目からウロコがとれる思いがしたことがある。「相手のために思って良いことをしても自分の利益を無視すれば長続きせず、自分が成り立たない。人を救うときには、自分がより良い状態であれば、もっと多くの人を救うことができる。だから自分と他人との利潤の中心点を把握することがお互いの永続性を保つことができる。」という内容だった。日本は調和の精神を持っていると言われるが、きっとこの自他の中間点を把握できるから、和を保つことが得意だったのかもしれない。今回はこのような精神をもって生きた三島海雲をご紹介します。海雲は夏の風物詩カルピスを作った、その人。

明治11年、海雲は大阪の小さな寺の住職の子として生まれた。父の後を次ぐために仏教を学んだが、24歳の時に教師として働くために中国大陸へ渡った。その一年後、実家に仕送りをするために教師を辞め、日本の山林王と言われた土倉家の土倉五郎と一緒に雑貨貿易商の仕事を始めた。つまり、この土倉家の資産の助けを借りて新しい事業を始めたのだ。海雲の人生を通してピンチの時にはいつも助けてくれる友人に恵まれているが、この時もそうだった。

その頃、日露戦争が始まり、日本の陸軍から軍馬調達の依頼を受けた海雲は、軍馬を買い付けるためにモンゴルへ旅に出た。この時に、日本の役所や上の人たちと知り合いになり彼の顔が売れるようになった。例えばこのころ、大隈重信からモンゴルで羊を飼育する事業を勧められ、牧羊も始めている。生まれつき体が弱かった海雲は、モンゴルでの仕事の疲れも重なって体調を崩してしまった。この時にモンゴルの遊牧民にすすめられて酸乳を毎日のように飲むようになった。酸乳とは、モンゴルの遊牧民が乳を乳酸菌で発酵させて飲むもの。海雲はこの乳酸によって胃腸の調子が整い、体も頭もすっきりし体調が回復してしまった。生来かかえていた自身の健康への不安も解消し、海雲はいつか日本にもこの乳酸を紹介し、国民の健康のために役立ちたいと思った。この甘酸っぱくおいしい乳酸こそ、後に開発される「カルピス」の原点だった。

1915年清朝が滅亡し、日本に残してきた妻も病に倒れたので、海雲は日本へ帰国することになった。帰国した海雲は妻を入院させて貯金を使い果たしてしまった。無一文になった海雲に助けの手を差し伸べたのは、中国大陸で行商をしていた時の友人だった。この友人が集めてきたお金を持って、海雲は新しい事業を展開することができた。そのきっかけは、日本で流行り始めていたヨーグルトを試食したことにあった。その時のヨーグルトがあまりおいしくなかったので、モンゴルでの乳酸の味を思い出し、よりおいしく体に良いものを世の人々に提供しようと思った。モンゴルで学んだ酸乳の製法に研究を重ね、一年後の1916年、乳酸菌で発酵させたクリームを商品化した「醍醐味」を発売した。さらに乳酸菌入りキャラメルを発売した。この「醍醐味」とキャラメルの会社設立の資金を手伝ってくれたのが、あの中国大陸で行商と一緒にした土倉五郎の家族だった。しかし、当時の日本ではまだ酪農が発展していなかったため、牛乳の供給が間に合わず、この事業は失敗に終わってしまった。

この後も、海雲は乳酸の開発を諦めなかった。国民利福、つまり自分の利益を追うだけでなく、国家の利益と人々の幸福が海雲の事業目的だったからだ。ある実験途中で、

脱脂乳に砂糖を入れたまま放置してしまっていたことがあった。数日後に飲んでみると、奇跡的にほどよく発酵していておいしかった。カルピス誕生の瞬間だった。彼はこれをカルピス菌と名付けた。カルはカルシウム。ピスは、仏教で使うサンスクリット語のサルピルマンダのピルが、歯切れのよいピスに変わったもの。サルピルマンダは、牛乳で作られる最高位のおいしさの「醍醐味」を意味するという。カルピスの名前にも海雲の民の健康を願う気持ちが込められた。こうしてカルピスの飲み物は1919年に世に出ることとなった。

世をリードする多くのジャーナリスト、政治家、実業家、芸術家、資産家等と親交のあった海雲は、与謝野晶子とも親しかった。彼女もこのカルピスのおいしさに感動し、短歌を詠んでくれよいPRとなった。余談だが以下の2首が与謝野晶子の歌。「カルピスを 友は作りぬ 蓬莱の 薬というも これに如かじな」「カルピスは 奇しき力を 人に 置く 新しき世の 健康のため」きっとおいしさだけではなく、海雲の世の人々の健康を願う熱意にも感動したと私には思われる。

海雲の世を良くしたい、と言う願いはヨーロッパにも及んだ。1923年、第一次世界大戦後のインフレに苦しむヨーロッパの商業美術家の救済事業として、カルピスの宣伝用のポスターのデザインをヨーロッパの美術家から応募した。このことにより、ヨーロッパの芸術家に賞金が配られると共に、この時のポスターがカルピスの良いPRにもなった。

最大の救済事業は1923年に起こった関東大震災の時のことだった。焼け野原と化した東京で、飲み水に困って池の水を飲んでいる人々に、なんとカルピスを配ったのだった。あるだけのカルピス原液をかき集めて氷水で薄めてトラックに積み、被災した人々に配り歩き、多くの人々から大歓迎を受け、人々の心を慰めたという。このことがカルピスの民衆に浸透する、という予期せぬ良い結果をもたらしたのだった。

1962年、海雲はすべての私財を投げうって、自然科学の研究とその研究結果を人類の福祉に寄与することを目的として、「三島海雲記念財団」を設立した。この時に海雲はこうに語っている。「私が今日あるのは、それは先輩、友人、知己、さらには国民大衆の方々のカルピスに対する惜しみないご声援によるところのものであると思つた。したがって私の得られた財物は、ひとり三島海雲の私するものではない。あげて社会にお返しすべきものである。そしてお返しする方法として、財団を設立することが望ましいとした」と。海雲は、睡眠10時間、仕事4時間、読書2時間、健康法8時間という日課をこなし、88歳でも富士登山を達成し、97歳でこの世を去った。

海雲は体が弱く生まれ、手がけた事業の数々にピンチがあり、決して運が良かったわけではない。しかし、ピンチに接した際に、素直に周りの友人のアドバイスに耳を傾け彼らに助けられ、真摯に努力し、常に国と国民への福利を願い続け、自己の健康管理にも努力し続け、次世代のために世に恩返しをして長寿を全うした。彼の志を継いだカルピスは国内だけではなく、国外でも親しまれている。まさに、自他ともに中庸を得た生き方とは永続性があることを証明してくれている。日本精神の一つの顔に、中庸を得る生き方がある、ということを教えてくれた先人に感謝したい。

「一体何をすれば英語が上手く話せるようになるの...?」と、お悩みのあなたへ!

最短 90 日! / 受講生の目標達成率 97%! /

Aska式英会話コーチングなら

あなただけのオーダーメイド学習法で
ムリなく・ムダなく・楽しく♪
英会話をマスターできる!

毎月先着
5名様限定!

英会話コーチNaomi
coachnaomivinod@gmail.com



Aska式英会話コーチング \お申し込みはこちら/

無料体験カウンセリング



こんなお悩みはありませんか?

受付け中!

- ✓ 長年英会話教室に通っているけど話せない
 - ✓ 仕事・プライベートで、すぐに英会話が必要
 - ✓ 言いたいことはあるのに英語が出てこない
 - ✓ 英単語や文法の勉強に疲れ、何度も挫折している
- 上記に一つでも当てはまる方は、ぜひ、**無料体験カウンセリング**にお越しください!

無料体験カウンセリングでは 4 ステップを踏んで
あなたにピッタリの学習方法をお伝えします!

STEP1

あなたの現在の英語力を確認

STEP2

あなたが英語をうまく話せない、本当の原因を特定

STEP3

90 日後の明確な目標を設定

STEP4

目標に合わせた、あなただけの英会話学習方法をお伝え

コーチプロフィール

海外在住歴、外資系企業勤務26年。外資系5つ星ホテル勤務経歴15年（フロントで世界レベルのホスピタリティ術を会得）。国際結婚歴7年。現在、子育てをしながら英会話コーチをしている私、Naomiがあなたのお悩みをしっかりお聞きし、あなただけの【オーダーメイド学習法】をその場で伝授いたします!



JAPAN FILM FESTIVAL in OC

今年は、コスプレでも無料上映します。 9月6日(土) 午後1時から
Newport Beach Higashi Honganji Buddhist Temple 東本願寺
254 Victoria St. Costa Mesa, CA 92626 全3作品無料上映 全て英語字幕あり



←「風のマジム」と、「嘔きの河」の
上映は、9/7(日)に、ガーデナの
OAA Centerと、
New Gardena Hotelです。
詳しくは、下記のWEBサイトまで

JFFLA.org

自宅からも視聴
できます。



The Voice of Reiwa Era

Imagining the Pure Land at Autumn Dusk

By Bishop: Yuju Matsumoto



Reiwa is the current era of Japan's official calendar. It began on 1 May 2019, the day on which Emperor Akihito's elder son, Naruhito, ascended the throne as the 126th Emperor of Japan.

It is said that the oldest collection of essays in Japan is "Makura no Soshi." The author, Sei Shonagon, says that the most profound time of autumn is dusk. The dusk of autumn in Japan is truly beautiful.

At the Koyasan Buddhist Temple where I work, there is a mandala on the wall of the alter. It depicts Bud-dhas, Bodhisattvas, Myo-o (divine generals), and g Devas of the heavens, and it expresses the universe in which we live, with Dainichi Nyorai, the supreme deity of esoteric Buddhism, at its center. To the west of Dainichi Nyorai is Amita Buddha. There are proba-bly many readers who think that Amita Buddha is a Buddha of Pure Land Buddhism, but even in Esoteric Buddhism, Amita Buddha is an object of worship.

Today, I will be discussing Amita Buddha, the Buddha of infinite life and mysterious light, who is said to be in the Pure Land. The word "Amita" is a transliteration of the Chinese characters for the common part of the two ancient Indian words (Sanskrit) "Amitābha" and "Amitāyus".

The first letter "A" in "Amita" is a word that means "opposite" or "reverse". In English, for example, the opposite of "happy" is "unhappy", and the opposite of "clear" is "unclear". Next, "mita" is the word that is the origin of the English word "meajur". So the word

"Amita" means "unmeasurable", and it also means "infinite" or "immeasurable".

The word that follows Amita, Ābha, means "light", and Āyus means "life". So, it has two meanings: "Buddha with unmeasurable life" and "Buddha with infinite light", and these two words appear at the beginning of "Sho Shin Ge", the book written by Shin-ran, the founder of Jodoshin Buddhism.

All life, including our own, cannot exist in a world without light. In this sense, light is the source of life. Light also shines equally on all life. Therefore, Amita Buddha is the very life that is brought about by the light that shines equally on us all.

Amida Buddha, who is in the west of the mandala world centered on the supreme Buddha of Shingon Esoteric Buddhism, Dainichi Nyorai, calls the world he lives in "Pure Land" and is working hard to enlighten us by making full use of the two virtues of cosmic wisdom and compassion. Even if the clouds of world-ly desires and passions are thickly covering our minds, Amita uses his wisdom and compassion to observe and know that our true nature is originally pure. In esoteric Buddhism, this wisdom of Amita is called "Myo - kanzatchi", which means the wisdom to cor-rectly know the true nature of all things.

Advertisement? Ask Sweet Orange Monthly Magazine! Best Price for you!

改革が必要なアメリカ

「危険な思想」
「変節に次ぐ変節」



トランプ大統領はいくつもの選挙公約をし、就任早々からそれらを実現しようとした。現に不法移民の流入阻止、国家予算の無駄遣い削減、中共政府の封じ込めなどいくつもの政策を早々と実現して世界平和と国内政治に貢献している。なかなかの実績だと思う。そういう公約の一つにウクライナ戦争早期終結というのがあった。これだけは実現していない。それどころかこれに関しでは停戦実現とは真逆のことをして来た。プーチンにいいように手繰られてきた。全く情けないことだ。もしバイデン政権が続いたならば今頃はウ露戦争も集結していたかも知れない。にも拘らずトランプ大統領が介入することによって終戦がグダグダと引き延ばされ、その間に両国の兵士たちはむろんのこと多くのウクライナ民間人も殺戮され続けてきた。全く残念なことだ。無用な殺戮を許してきた責任があるトランプ大統領にノーベル平和賞などもっての他だと思う。さらに今、国内的にはトランプ関税とやらで米国民を苦しめ始めている。この場合のトランプ関税なんて言うのは国際問題ではない。これらの関税なんて外国が支払うものではないのだ、アメリカ国民が払わなければならない税金だ。何を勘違いしているのだろう。ビジネスマンとは思えない。ビジネスマンと言っても所謂商売に携わってきたのではなく不動産開発というある意味特殊な部門で倒産までしながら頑張ってきた人なのだ。商取引について無知であっても仕方ないのかもしれない。

今までトランプ大統領を歴史に名を遺す偉大な米国大統領と認識してきただけに残念なことだ。このままでは歴史に名を遺すにしても良い名前は残らないだろう。プーチンとのアラスカ会談が終了してようやく多少は目

が覚めたか、ウクライナ戦争について最近少しはましな発言をしてはいる。失われた時は取り戻せないが、今からでも遅くはない。ウクライナへの支援をせめてバイデン並に出来ないものだろうか。EUが目覚めた今、米国からの支援が継続されればロシアを打ち負かすのにそれほど時間はかからないだろう。汚名返上とまでは行かないだろうが、間違った外交政策の罪滅ぼしにはなる。そしてそれは歴史に記録されるだろう。変節に次ぐ変節の大統領だったが、最後には何が正しいかに気が付き間違いを修正して戦争を平和へと導いた大統領として名を残せるかも知れない。

そしてプーチンはその戦争犯罪を糾弾されるべきだし、ロシアが再びこのような過ちを犯さなくて済むように、白系ロシア人地区を3分割して(モスクワ、サンクトペテルブルグ、ノヴォシビルスクそれぞれを首都とする3国、またはエカテリンブルグを加えて4分割でも良いかも知れない)、他の多くの少数民族国家と同様に独立させる必要がある。今中国国内が国内事情で紛糾している間、つまり台湾進攻など考えられもしないでいる間にそれらのことを進め、落ち着かせておきたいものだ。そうすれば中国の国内事情が好転して、台湾進攻を言い出したるまでに西側の大きな問題を一つ片づけておけば、中台問題が起きた時に、世界中がそのことに注力できる体制が整うかも知れない。トランプ大統領の更なる変節を期待したいところではある。

朱鷺田 A aahtokita@gmail.com



OC のパソコン屋 便り

「AI の悪影響？」進行中

No.103

OC のパソコン屋です。

AI 俗に言う人口頭脳の影響が出ていますが 良い影響もあれば 悪い影響もあります。

悪影響としては「検索からリンク、ニュース社のウェブサイトがこの数年で半減した！」つまりニュース社へのインターネット交通量が減ってしまう現象が発生、各社 Google に頼らないようニュースレー、高性能な基盤を自社ブランドで確立できるよう対応を開始して 交通量を増やす努力をしています。

この現象はニュース各社も想定外？だったかも知れませんが。要は AI を使って質問するとその場で回答をくれるので あえてリンク先にはいく必要がなくなりました。AI が勝手に色々なサイトに行き 内容をまとめて「回答を提供する」形式になりました。と言う事はニュース各社のサイト上での宣伝効果の減少が既に多数発生し 価値が下がってしまった訳です。Google 自身も 自身の検索広告収入が影響を受けているので 自社の広告収入も減ってしまいます。しかし AI を反映されたサービスを拡大しないとアップル社みたいに AI 戦争に乗り遅れてしまいますので 古めのバージョン AI を無料提供、最新版や高度な AI が必要な部分は有料サービスで購読収入確保を促進しています。

Google AI、xAI、Microsoft AI、Facebook AI、Amazon AI、OpenAI AI 各社がオン・パレードでユーザーを取り込み作戦を展開している状況です。「データー」こそが AI を支えている「血液」でしょうか？ AI を子供と考えれば AI を教育すればするほど AI は賢くなります。どこの AI サイトも自身の特徴を出しています。Google と xAI の AI はかなり使えますが、Microsoft 社の CoPilot は最下位です。近々 企業各社は AI を社内導入で利用し、AI を利用できる部門を削除、人件費軽減しています。ハイテク企業になればなるほど「仕事の AI 化」が進んでいます。この波はどんどん拡大し、各社員も AI 機能を学習して利用できるスキルが要求されておりますね。要は単純な作業は AI に依存、従業員は AI を使用して 自身の仕事の「効率アップが要求」されています。トランプ政権も「AI」、「仮想通貨」、「製造工場」等を奨励しているので 今後の米国は 世界最強の国に発展していく様子が明確です。関税で毎月 \$20 Billion の税収入、企業の製造業への投資、教育費は不必要な政府機関を最低限にし 直接各州に資金を送付するなど ビジネス界で成功した人が政治の世界に応用しています。左翼メディアは 大変な勢いで弱っており、この勢いは止まりません。今後は、新しい政治形態、ビジネス そして世界の覇権構造が構築されるでしょう！トランプ劇場、AI 劇場の始まり、始まり！

ISC Computers (Since1994) オレンジ郡 日系 IT ショップ

- 経験と実績 そして きめ細かいサービスを提供
- パソコン修理、アップグレード、データリカバリー、データ移行サービス
- 事務所、自宅のネットワーク、セキュリティカメラ、IP 電話、クラウドアプリ設定、保守
- QuickBooks、Sage 経理・在庫管理ソフト 現場、リモート サポート

949-756-9210 Text/Voice
Mon - Friday 10 - 5pm or Appt
www.iscus.com kuwahara@iscus.com



～新時代の語り～
Voice #69

令和
天声

日本最古の随筆集と言われる『枕草子』。作者の清少納言は、秋の最も味わい深い時間帯は「秋は夕暮れ」と述べています。秋の夕暮れは綺麗ですよ。私が勤める高野山別院の本堂内陣の壁には、曼荼羅(マンドラ)と呼ばれる絵が掲げてあります。仏様・菩薩様・明王・天の神様などが描かれており、密教の最高尊である大日如来を中心に、私たちが住む宇宙を描いたものであります。その曼荼羅の西側には、阿弥陀如来が描かれているのですが、読者の皆様の中には「阿弥陀如来は浄土宗・浄土真宗の仏様だ」と思っている方も大勢いらっしゃるのではないのでしょうか。高野山にもちゃんといらっしゃるのです。

今日は、西のはるか彼方「西方浄土」にいらっしゃる、限りない命と光の仏様である「阿弥陀如来」についてお話をしてみようと思います。「阿弥陀」とは、古代インド語(サンスクリット語)のアミターバーとアミターユスの二つの言葉の共通部分である「アミタ」を漢字に音写したものです。

「アミタ」のうち、「ア」は「反対」や「逆」を表す言葉です。英語

秋の夕暮れ 浄土を思う

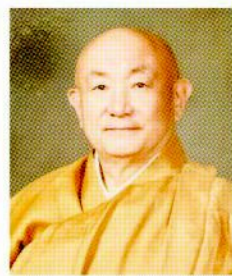
主監：松元優樹

で例えると、「ハッピー」の逆は「アンハッピー」、「クリアー」の反対語は「アンクリアー」であるのと同じです。次に、「ミタ」という言葉は、英語の「メジャー(測る)」とも繋がる言葉です。だから「アミタ」という言葉は「測ることができない」ということは「無限の」とか「無量の」という意味を持ちます。そして「アミタ」に続く言葉、「アーバ」は「光」を表し、「アーユス」は「いのち」を表す言葉です。だから、「無限の命を持つ(無量寿)仏様よ」「無限の光を持つ(無量光)仏様よ」という意味になり、浄土真宗の開祖、親鸞聖人は「正信偈」の冒頭に「帰命無量寿如来南無不可思議光」と認められたのです。

光のない世界では、生きとし生けるものは存在できません。そういった意味で、光は命の根源であります。また光は、生きとし生けるものに平等に降り注いでいるのです。そういった意味で、阿弥陀仏とは私たち皆を平等に照らしてくれる「光」がもたらしてくれる「いのち」そのものであるのです。

冒頭で書きました曼荼羅についてももう少し話をしてみましょう。真言密教の最高教主である大日如来を中心とする曼荼羅世界の西の方角にいらっしゃる阿弥陀如来は、自らの浄土を「極楽浄土」となして、全ての仏様の中心である大日如来(宇宙そのもの)の智慧と慈悲の徳を駆使して、私たちに「おさとり」を開かせようと一生懸命お働きになっているのです。

真言密教では「南無阿弥陀仏」とはお唱えいたしません、阿弥陀様の御真言「おん あみりた ていせい から うん」をお唱えします。日本語に訳すと「おー、不老不滅の神秘的な光をよく運用されるお方よ、成就あれ！」と唱えているのです。たとえ私たちの心に煩惱の雲が厚く覆い被さっていたとしても、阿弥陀様は知恵と慈悲を駆使して、本来の私たちの本性が明らかであることを、よく観察して知っておられるのです。この阿弥陀様の智慧のことを「妙観察智(みょうかんざっち)」と呼んでいるのです。



主監：松元優樹

米国ロサンゼルスの高野山米国別院、第10代主監。1979～82年まで高野山米国別院に開教師として赴任。その後、シアトル高野山に5年務めて帰国。2020年1月から高野山米国別院で主監を務める。



高野山米国別院

Koyasan Buddhist Temple
342 E. 1st St.
Los Angeles, CA 90012
Tel: (213) 624-1267
<http://www.koyasanbetsuin.org>

辛い凝りや痛み、ありませんか！

送料、TAX込み
\$33/4oz



痛いところにぬるだけ！

- 腰痛 ●関節痛
- 肩・首のこり
- 打ち身 ●打撲
- 捻挫など

薬草とゲルマニウムからできた自然の抗痛ジェル！

嬉しい、お便りがたくさん来ています。
是非、お試しください。

*アルコールフリー *ワックスフリー *オイルフリー



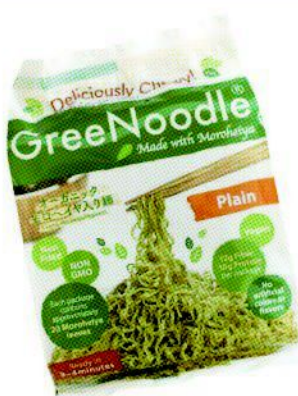
お問い合わせはマグナス迄
1.800.262.4687 or 1.310.782.9657
www.magnusamerica.com

◆ 御社商品、サービス、格安広告は弊社までご連絡ください！ ◆

格安広告は弊社までご連絡ください！
単月掲載、3か月掲載、臨機応変に対応可

OC地区: Rocky
sweetorangeoc@live.com

LA, Torrance地区: Tom
info@sweetorangeus.com



Eon Brands
LIFE & NATURE

eonbrands.com



eonbrands.com



Look at the back for the discount code

知的財産は知識財産 知識財産の活用

これ知ってる？
By Katsuhiko Arai

No. 173

(必要悪)

ロシアによるウクライナ侵略は24日、開始から3年半を迎えました。今年5月には和平実現を目指すトランプ米大統領の仲介でロシアとウクライナが約3年ぶりに直接交渉を再開し、8月にはトランプ氏はプーチン氏と会談し、またゼレンスキー氏、欧州首脳との会合も実施されていますが、宇露両国の立場の隔たりは大きく、和平合意で進展があるかどうかは未知数なようです。

戦争を終わらせるのは戦争を始めるよりも難しく簡単にはいきません。80年前に広島、長崎に事前通告なしで投下された原爆。アメリカでは「いかにして戦争を早期に、かつ無条件降伏という目的に沿って終わらせるか」(当時スチムソン陸軍長官)という観点から原爆を使用した、即ち、戦争を早く終わらせるためには仕方なかったとする「必要悪」論が主流となっています(千々和泰明・折木良一対談「原爆投下は「必要悪」とは言えない」(VoiceSeptember, 2025))。

しかし、ラルフ・バード海軍省次官はスチムソンに宛てた書簡で次のように書いています。「日本に対して原爆投下の数日前に警告を出すべきと信じます。(中略)この数週



間で、日本政府は降伏の機会を探っていることは確実にわかってきました。予定される三首脳会談(注:ポツダム会談)後に我が国の使節が日本の代表と中国の沿岸部のどこかの都市で会い、ロシアの状況(日ソ中立条約の破棄と対日参戦)を説明する。そのうえで、原爆の使用についてあらかじめ警告することができます。そして同時に、(降伏後の)天皇の立場や無条件降伏後の日本に対する扱いを(具体的に)説明するのです。こうした(丁寧な)説明こそが(降伏を模索する)日本が求めているものです(渡辺憲樹「第二次世界大戦とは何だったのか」PHP文庫)。日本を降伏させるには原爆投下以外に選択肢はなかったとする「必要悪」論には無理があり、原爆投下を正当化するものではないと思われます。

それでは、「必要悪」論の結論のように、日本が降伏した決定的な要因は原爆投下だったのでしょうか。

その当時、日本の政治指導層はソ連の和平仲介を追求しており、「八月六日に広島に原爆が投下されたあとも、東郷外相は佐藤大使に『ソ連からの返答はまだか』と問い続けていたし、米内光正海軍大臣も『そろそろ返事がくるころではないか』と話していたようです」。しかし、「八月九日午前四時ごろにソ連参戦の第一報が入ると、その六時間

後には最高戦争指導会議でポツダム宣言受諾を前提とする条件闘争が始まっています」(上記千々和泰明・折木良一对談)。そうすると、ソ連の和平仲介を期待していた日本の政治指導層にとって、それが絶たれたこと(ソ連は和平仲介するどころか参戦した)が原爆投下よりも決定的で、それによって一気に降伏へ向かったようにも見えます。また、その当時、核兵器は「未知の兵器」で、恐ろしい「絶対的破壊兵器」であるとは少なくとも日本側は認識していなかったのも影響していたと思われます。

しかし、アメリカでは原爆投下は正当化できると考える人は、2025年の調査では35%、1990年の調査では53%、投下直後の1945年の調査では85%だった(出典 NEWSWEEK 2025.8.12.19)ようで、時代とともに米世論も変わってきていますが、いまだに35%は正当化できると回答しているのは少し驚きです。なお、日曜日にこの原稿を書いているのは「必要悪」です。

Law Office of Katsuhiko Arai

Attorney at Law, US Patent Agent, Japanese Patent Attorney

Tel: (949) 457-8296

Fax: (949) 457-8297

Email: kapat@kapatlaw.com

WWW.kapatlaw.com

22772 Centre Drive Suite 160 Lake Forest, CA 92630



薬剤師 Pharmacist / Vice President of Pi Water, Inc.
みっちゃんのもっと元気に
美しくなろう！
Vol 221
By Mrs. Mitsuko Ota

スイカはダイエットには最高の味方

「お腹がいっぱい、もうダメ！」という満足感が得られた時、私達は食事をやめる。満足感を感じるのは、食べた食事の量に関係があるのであって、摂取したカロリーが多いからだ。ダイエットとして考えると、カロリーが低く、ボリュームが大きく、水分や食物繊維が多いことがのぞまれる。

そこで注目されるのが「スイカ」
食事のメニューにスイカを加えると満腹感が高められ、結果として摂取カロリーを減らすことができます。健康的にダイエットするためには、無理をしないことが重要なポイント。みずみずしくて美味しいスイカをたくさん(200gほど)食べると、肥満防止にもなり一挙両得だそう。

—— スイカ雑学 ——

1. スイカを食べるとむくみ防止
むくみの原因は、血液循環が悪くなり、血液が手足などに滞り、血液中の水分がたまるためと考えられている。スイカには血流を改善するシトルリンが含まれているので、手足のむくみの改善が期待でき、シトルリンが血管を強くしなやかにしてくれる。その他の作用:血流改善、動脈硬化予防、精力増強、疲労回復

2. ダイエット効果
スイカのカロリーは100gあたり37kcal。ゴボウの100gあたり65kcalよりもはるかに低い。そして、スイカの豊富な水分や食物繊維で満腹感を満たせるので、ダイエットのリバウンド予防効果としても注目されている。

3. 美肌&美白効果
スイカには新陳代謝を促し、肌の健康を保つビタ

ミンAや、美肌を損なう活性酸素を除去する力の強いリコピンなどが豊富。さらに、スイカに含まれているビタミンCは皮膚の弾力性を保つコラーゲンの形成に関与していて、シワの予防効果も見込まれる。



4. スイカは朝起きた時に食べるのが効果的
脳のエネルギー源であるブドウ糖を消費するのは睡眠中。朝起きた時にスイカを食べることでブドウ糖を補給でき、脳の活性化に役立つ。また、体の調子を整えるビタミンや食物繊維、リコピンなどの抗酸化物質が多く含まれているので、昼も夜も健康の維持に最適。

5. スイカを食べ過ぎたらやっぱり太るか？
アメリカの代表的医療機関であるメイヨー・クリニックでは肥満を研究し、健康的に体重を減らすためのダイエットプログラムを公表している。その中で生鮮スイカはカロリーが低く食物繊維を含むので、食べすぎで太る心配あまりないとのこと。(極端に大量に食べることはおすすめしない。)

6. 夏の熱中症予防にいい？
熱中症を防ぐには、まめに水分補給するのが有効。スイカには水分(90%)が豊富で、糖分やミネラルも含まれているので、微量の食塩を加えるとスポーツドリンクとおなじような効果が期待できる

参考文献

『見直そう! くだものちから』田中敬一 著: 日圓連
『くだものはたらき』関孝谷 徹、田中敬一 共著: 日圓連



どんなことでもお問合せ下さい!

714-557-2424

www.pi-water.com



Pi Water, Inc.

「水」でカッコイイ体になる。

飲む、浴びる、浸かる、癒される。
健康的で美しい体を作る水の威力!!

AP-260
小型カウンタートップ
\$370

生体水に近い、
身体に浸透しやすい
“パイウォーター”なら
水の威力が
さらに実感できます。

新商品 7月新発売



高品質低価格でご提供
フィルター交換がより簡単に!

Pi シャワーフィルター
シルバー \$145PI-600 パイウォーター製水器
\$550PK-600 パイウォーターアルカリ
製水器 \$620

パイウォーターに関するご質問、資料のご請求などお気軽に!

714-557-2424

www.pi-water.com

info2@pi-water.com



Pi Water, Inc.



着物 DE 遊ぼ

着物インストラクター

第
145
回

「男のお洒落」

Toshiko Okawa



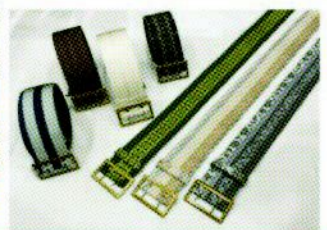
5月の日本旅行で見つけた福岡天神の着物屋
“Wa Lavie & Le Lien”の店長のお着物姿が何とも
お洒落で粋でした!! 3つのサプライズ!

お着物の襟先についていた2個のボタン!!。着物
がはだけなくて、長時間着用でも着崩れない、
という素晴らしいアイデアに脱帽!

博多織を使用したオリジナル角帯ベルト!! 発想
の素晴らしさに感嘆!!

ユニークなパーカー羽織!! こちらは完売だったそう
です!

先日、知人の男性より「女性は振り袖や付下げ
で着物のお洒落を楽しめるのに、何故、男性には
着物のお洒落がないのですか。不公平だな～」と
いう質問を受けました。今回の記事がお洒落で、
粋な着物姿を楽しみたい男性への朗報になれば幸
いです。



www.kimono-la.com

Web. sorangemag.com TEL 562-787-5060

Email: kimonodressing@ca.rr.com



●御社商品、サービス、広告●

格安広告は弊社までご連絡ください!
単月掲載、3か月掲載、臨機応変に対応可

お問い合わせ、詳しくは
下記までご連絡ください。

OC地区: Rocky
sweetorangeoc@live.com



LA, Torrance地区: Tom
info@sweetorangeus.com

Shanti Diary

Vol.71

YOGA

ヨガが目指すゴール、
それは...

穏やかで満たされた心を養う

膝が丸くならないように
しっかりと骨盤を起こす

右腕を上には伸ばしてから肘をまげ、左手を
曲げて手先を背後に回し、互いに手を組む。

『牛の顔のポーズ』 Gomukhasana

グムカ・アーサナ

Go 牛
mukha 顔

右のお尻は
浮かないように

両足先を右に崩して座り、
右足を左足の上にのせて組む。

肩がづらい時は
ベルト・タオルを使いましょう

膝が痛い時は
クッション

典型的なストレッチ系ポーズの1つ。

股関節、肩関節、背骨のすべての柔軟性を
必要とする難易度の高いポーズですので
無理をすると身体を痛めやすいです。

ヨガベルトを使い負荷を調整しながら
ご自身の身体に優しいポーズを行いましょう。

KeyPoint は

- ・深呼吸
- ・姿勢

整体効果→ストレッチ 整えられる部位→首・頭
効果→リラックス・冷え・肩こり・腕・ヒップ・脚

次回は

『コブラのポーズ』

RYT200 YOGA INSTRUCTOR
INTERNATIONAL MODEL
BODY MAKE ASSOCIATION

Instructor: Fuuka

Email: shanty4214.richest@gmail.com

健康と美肌の為に 魔法の水 ●●● 水素水

体が喜ぶミネラル還元水素水 ④

「長年の錆をとりましょう」 水による体質改善



水素水を飲み始めて
体がスツキリしてきたと
喜ぶ人、ホント多いの
若い人も中高年も
だから家では

還元水素水生成器で
水素水をつくって
ボトルに入れ外出する
時は持参しているのよ



さあ
歌おう!



そろそろ
時間だよ



姉さんホント
ゲンキね...



エー
まだ歌い
たりへんわ

体重の60%は水です

意見交換も可能です

水素水説明会・水診断開催（要予約／詳細はご連絡を）
 毎土曜日 1時より Tel: **949-331-2040**
 ご自宅のパソコン / Tell で視聴・意見交換も可能です。

水素おじさん
Haruki



伝統 カイロプラクティック
鍼灸
指圧
漢方



鍼灸師 ちづる
ドクター佐々木

求人広告

カイロプラクティック ドクター
鍼灸師

お部屋賃します。
フレンドリーなオフィスで
一緒に働きませんか？
是非、連絡ください

714-665-1354
dr_sasaki@yahoo.com

エセンシャル健康センター

17502 irvine BLvd Suite A
Tustin CA 92780

TEL 714-665-1354

www. Drsasakiehc. Com

Dr. 佐々木 正春 D.C.,L.Ac.
丸山 - アリ - ちづる L.Ac.

月 - 金 8:30 - 6:00
土 8:30 - 1:00

取り扱い保険: PPO HMO 旅行保険
メディケア 学生保険 PIA



先ずは3日間お試しください!

安全で健康的なダイエット

LOSE
WEIGHT
LOOK GREAT AND
FEEL HEALTHY!

1日2食分で\$5
詳しくは下記メールアドレスまで。
3dayTrial@outlook.com

要求が出てきたのはイーロン・マスクのトランプへのしっぺ返しが大きいかもしれない。エプスタインは短期間の間に4,725ものワイヤートランスファーを行ない総額1,500億円を銀行口座を利用して動かし力者との繋がりがありオルガッタ。カリビ안의孤島は自分で世界の金持ち・権力者ロダンスのひと時に未成年の女トたちに享受したわけだ。トとの係わりは全くないと思える分が何もペドファイルやら闇のエプスタインファイルの公開をGA支持者が騒ぐのは選挙前からだ。トランプは何か重要なというふうに見える。トランプ異常と思えるほど受動的、よく感じられない。さすがにヨーロッパ現状にイスラエル批判に転じ援助を支持しているのだが、別にイスラエルのパレスチア人への飢餓・殺害政策を支えている。恐らくはイスラエルの諜報機関・モサッドは組織的に何十年もの年月をかけてこのセックスリンクを裏から擁護し、社交の場を設けてアメリカの要人たちを泳がせ弱みをつかんでおいて、非常時には恐喝・強要の手段にしていたと思われる。トランプも例外ではない。AIPACと言うイスラエルロビーの援助基金があるが、民主・共和を問わず大量の資金が議員たちの懐に流れている。「ご自由にお使いください。唯、わが国イスラエルへの支持だけはお忘れなく」と言うひも付きだ。イスラエルはエプスタインファイルをはじめAIPACを最大限利用してアメリカの政治に深く入り込み、背後からアメリカを牛耳っているという現実が見える。

佐々木正春。自然療法ドクター。日本で教育大英文科卒業後、北海道女子高校で英語の教鞭をとる。1976年渡米、ニューポートビーチ紅花でシェフとして就業。その後、ヒーリング・健康に興味を持ちロスアンゼルスカイロプラクテック大学、カリフォルニア鍼灸大学卒業後、オレンジ郡コストメサで開業。2000年よりタスティンにてオフィスを構える。体の痛み・痺れ・コリ等を中心に多方面にわたり治療をおこなっている。エッセンシャル健康センターでは、健康に関する質問だけでなく、コラムに関するご意見・感想も歓迎します。Tel 714-665-1354
ehcentersasaki@yahoo.com www.drssasakiehc.com

とんぼ川柳 主宰 森田のりえ

★知らぬ間に心をとくす聞き上手
★逃げ切れる距離で負け犬吠えている
★手を引いた孫の車でラスベガス
★手をとってハグまでした人違い
★不用品捨てた途端に出番来る
★この思い五七五では書ききれぬ
★衰えと小言と文句未だ達者
★多忙から昔寝不足今不眠
★在るが儘ゆつくり歩む残り道
★在るが儘ゆつくり歩む残り道
★転びかけでも耐えられた脚を褒め
★一期一会明日も欲しいあの出会い
★妻タラウん夫はシエフに变身す
★孫帰リボツンとボール部屋のすみ
★誕生日忘れたくてもやってくる
★墓探しとこのつまりは無縁墓
★一人っ子墓守でさす墓じまい
★政治家が政治屋となり代を継ぐ
★歳だよと言われたくない誕生日
★隠せない内緒話と顔の皺
★土用の日うなぎ上りのこの値段
★愛犬にほえまされる顔バック
★二十歳の子読んだことなし紙の地図
★メモを取り忘れて出かけた用なさぬ
★あら不思議あれこれそれで会話なる
★内戦の消えぬ地球を月笑う
★おもてなし片付けだけで疲れ果て
★食べ頃をリスの夫婦に先取られ
★よう咲く文句も言わず百日紅
★息をするのも面倒な一人ぼち
★最近歩幅に老いを感じ取る
★生きているか 文句れた友先に逝き
★サンキューは心を変える魔法薬
★夫より先には行けぬ黄泉の国
★ボランテアそろそろ体きつくなり
★涼風に元気をもらうロスの夏
★娘来て老人食は隅にいく
★髪を染め外見だけは若返り
★わが祖國後進国になり下がる
★振り向けば一本道で道草す
★先生の話聞くよりチャットジョー
★少子化の波まなす日本丸
★年寄りに通じる言葉あればそれ
★夫残り先に行かぬサブリッジ
★雨よ降れ豪雨でなくて慈悲のそれ
★五年ぶり話せるうちに逢えた友
★子を産んで愛さぬわけは母に無い
★ゆれ動く日本の政治どこへゆく
★高齢で産めないけれど愛がある
★アベマリアいつも唄えるたすけてよ
★孫がきて朝昼晩の唄い婦
★いつの間にか感情線が消えていた
★健康で長生き今は贅沢だ
★子供の後をついて歩いた日本旅
★Jタウンの間にやたらデモ鎮火
★ある誌面思いがけない人の名を
★目覚ましを掛けても起きる5分前
★未っ子の揉まれて育つ処世術
★関税はもう刃のやいば気つけよ
★トランス過ごしやすさにまた惚れて
★内祝い花より米が喜ばれ
★灼熱のふるさと愛うロス暮らし
★日米の雲行きよめぬ夏の陣

締め切り 毎月二十八日、自由詠題三句
連絡先 Email Morita.norie@gmail
電話 310-347-8289 森田のりえ

吉信二 河合成近 シャネルこり もりもり 新田邦子 ババロアズ 軽平 ウノマリ ローベス文子 満月丸 青柳 佐々恵 グレース横田 木村修紀 カメリア 貞女 小倉二ナ 竹田はる ハチ鳥 迷い人 サブ さかえ一〇 竹村典子 グリンカあけみ 宇野美子 望月清子 赤とんぼ 木村宣子 近藤たかし 高木子猫 大輪野バラ かつちゃん 笑子 山内しげ子 L A ぼつちやれ かぐや姫 朝霧 当銘愛子 酒田三吉 加減 無限庵空也 中嶋つよし ゆきえ 楽浜とんぼ 平凡人 大沢早苗 紫の女 リポルド千恵 青銅鈴之助 ケイ きりちゃん 水上健 中根美季 天海惟 秀坊 ラズベリ 五十嵐義郎 多髪少年 ざくら餅 ガンちゃん 森田のりえ



貴方の名作をお待ちしています

絵手紙川柳・川柳

連絡先 Email Morita.norie@gmail
電話 310-347-8289 森田のりえ

◀日本の最新ドラマ、おススメTV、映画のご紹介▶

休日はドラマを観てお家でゆっくりしませんか？

Hyper Games & Video Japanより

★★★最新ドラマのご紹介です★★★

＼20作目記念すべき節目の集大成！／

=====

『特捜9 ファイナル』

=====

(内容)

特捜班メンバーそれぞれの人間模様も描き出す
最終シーズン！

<キャスト：井ノ原快彦 羽田美智子 吹越満 田口浩正 >

■DVDご購入価格...\$2.25

(特別編と最終話以外、1つのDVDに2話収録)



韓国SBSで放送されていた話題作！

=====

韓国ドラマ『鬼宮(ききゅう)』

=====

(内容) 商品番号[06111]

王家に恨みを抱いた鬼の呪いに立ち向かう、
巫女ヨリと大蛇のカンチョリのファンタジーロマンス時代劇。



<キャスト：キム・ジヨン ユク・ソングエ キム・ジフン>

■DVDご購入価格...\$2.25

(特別編と最終話以外、1つのDVDに2話収録)

歴史を通して生きた先代に学びませんか？

Hyper Games & Video Japanより

★★★最新歴史ドキュメンタリーのご紹介です★★★

＼ありがとう長嶋茂雄さん ミスタープロ野球 永遠に...／

=====

緊急特番スペシャル

商品番号[X0003] \$2.25

=====

<番組内容>

球界の顔として活躍、昭和の太陽、ミスタージャイアンツ
などの愛称で老若男女に親しまれた長嶋茂雄さんが都内の
病院で亡くなりました。89歳でした。

野球を愛し、愛され全ての人を笑顔にした長嶋さん。番組
では、「ミスタープロ野球」、「ONコンビ」でV9、一時
代築いた背番号3、栄光の現役生活17年、巨人軍監督2期
15年、巨人での教え子松井秀喜さんとの秘話、国民栄誉賞
W受賞など記憶に残る数々の功績を日本テレビに眠る秘蔵
映像を交えながら生放送で振り返ります。
ぜひご覧ください。

=====

このDVDは、japandvdstore.comからお求めになります。
ホームページ検索欄に英文字数字で "X0003"
と文字入力してください。

=====

SALE
DVD

Japandvdstore.com

Start
\$1.99

Video Japan & Hyper Games

TVドラマ・邦画・アニメ・韓国ドラマ最新作、話題作、名作が過去の古いDVDまでたくさんご用意しております。

人類学者の奮闘記

著者/タミノイマリコ

No: 65

人類学者の見る日本: 日本の汽車電車 1

正直に白状すると、私は汽車電車オタクである。と言っても「鉄道車両の形式を表す記号」などには興味がない。私が好きなのは「汽車電車」が創り出す「文化」のようなもの。そこに含まれるのはまず地図、窓からの景色、駅の名前、特に「絶対読めない駅の名前」、駅弁、鉄道パーサー（車内でおしぼりを提供したり、車内販売などのサービスをする人）、窓から見える川の名前、乗客のマナー、外国人の乗客、子供連れのお母さんなどなど。そのため車内で寝ている人を見ると、もったいないなあ、と思ってしまう。そこで今回は私が日本の汽車電車の中で最近見たこと、考えたことを書いてみます。

1: まずは「富士山」。冬の晴れた日に新幹線から富士山を見るのは最高だ。ところが近頃はほとんどの乗客が富士山に興味なしの状態。窓



のカーテンは閉まったまま、乗客の多くはコンピューターから目を離さない。車掌さんも富士山に慣れてしまったのか、アナウンスもしなくなった。窓から見える変わっていく景色にも全く興味がないらしい。

2: 新幹線名古屋駅から若い女性が乗ってきて、私の横に座った。座るなり彼女はお化粧し始める。30分経過。彼女はメイクアップを終え、京都駅で下車。彼女は名古屋から京都はちょうど30分であることを知ってたんだ。多分デートの為かな？

3: 残念なことに鉄道車両から

食堂車やビュッフェはすっかり消えてしまった。新幹線もビュッフェは2008年に閉業したが、コーヒーのサービスやお土産の販売は続いていた。娘が小さいころ、家で新幹線の鉄道パーサーの真似をしてよく遊んだものだ。私: えー浜松名物うなぎパイはいかがですか？娘: はい、ください、二箱お願いします。もうこんな売り子さんはいなくなった。本当に寂しい。

4: 子連れのお母さん: 子どもは大抵車に乗るのが好きはず。それでも飽きてきてぐずったり、泣いたりすることが多い。朝早い汽車電車に乗ると、通勤途中の乗客が泣いている子供のお母さんに冷たい視線を向けている。そうするとお母さんは子供にスマホを渡し、子供はスマホで遊ぶ。これしか解決法はないのかな、と思う。もう少し周りの乗

客の寛大さが欲しいな、いつも思う。

5: 「外国人って何で電車に乗るとうるさく喋るの？よその国にきているのに…」これは最近ネットに載ったある日本人のつぶやき。確かに、電車の中で気がついていたら、私と私の友人のアメリカ人だけが喋っていた、ということはある。しかしこれは文化の違い。仕方がないのだ。どうしても許せないなら、英語で「すみませんが、もう少し小さな声でお話していただけますか？」と言うしかないだろう。今や汽車電車は一つの地球みたいなもの。来月は「汽車電車が創り出す文化」をまた違う角度から追ってみたい。

著者 / タミノイマリコ
略歴: 大阪府出身。東京大学大学院博士課程を経てノースウェスタン大学留学。同大学にて人類学博士号取得。1992年よりUCLA人類学部教授として研究、教鞭を執る。2019年よりUCLA人類学部名誉教授。ラテンアメリカ、スペイン、東アジア(日本、中国)地域でのフィールドワークに携わる。

★ トーレンス町のビデオ屋さん ★

Video Japan

Rental \$1.25

激安レンタル

Japandvdstore.com

 VIDEO JAPAN
1915 Carson St,
Torrance, CA, 90501
Tel: 310.325.2220

＼ 今月のおススメ映画 ／



神弓-KAMIYUMI

1636年、清(中国)が朝鮮半島に侵攻したことで起こった丙子の乱で、朝鮮最高の弓使いであるナミは、最愛の妹ジャインを清軍にさらわれてしまう。

News From KOBE

築100年を超える神戸・旧居留地の近代建築「神戸商船三井ビル」が2027年にも閉館する



ビル内の設備の老朽化が進み、今後の維持管理が困難であるとして、ビルを所有する商船三井（東京）が入居者らに対し、27年6月末までに賃貸借契約を終了すると通告した。閉館後のビルの取り扱いは決まっていないという。

「何とか保存を」

「神戸の誇り、何とか保存を」渡辺節設計、文化財級の建物「取り壊しなら大きな損失」

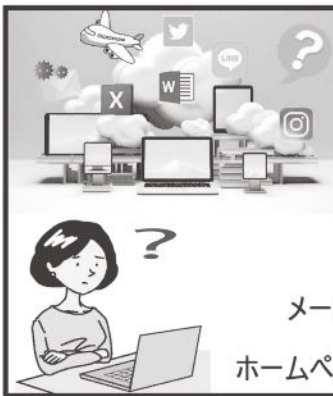
2年後の閉館方針が入居者らに伝えられた神戸・旧居留地の歴史的建築物「神戸商船三井ビル」。重厚で写真映えする外観から、ウエディングを控えたカップルや観光客らに人気の撮影スポットでもある。今年で築103年。開港を機に、外国文化をいち早く採り入れながら発展してきた神戸の歴史を今に伝える建物だけに、多くの関係者から「何とか保存を」と求める声が上がっている。



神戸・三宮のセンタープラザ、センタープラザ西館、さんプラザ建て替えへ 建設半世紀、震災経て老朽化

神戸市中央区の三宮センター街にあり、建設から約半世紀がたち老朽化したセンタープラザ、センタープラザ西館、さんプラザの3棟のビルについて、建て替えを前提に検討が進められていることが分かった。7月、区分所有者らで再開発協議会の設立を目指す準備会が発足した。JR三ノ宮駅周辺では都心の再整備が進んでおり、三つのビルの建て替えが実現すれば新たな注目施設となる。

センタープラザ（地上19階、地下2階）は1975年、センタープラザ西館（地上8階、地下2階）は78年、さんプラザ（地上6階、地下2階）は70年に建設された区分所有ビル。さんプラザは10階建てだったが、95年の阪神・淡路大震災で損壊した7～10階が撤去された。



オンライン パソコン教室

オンラインでお話ししながらお手伝いいたします。
画面を共有、PCの遠隔操作も可能です。
まずはメールでお問い合わせください。

メール: tk.yoko.class@gmail.com
ホームページ: <http://tkyokoclass.wordpress.com>



皆さまのコンピュータライフをオンラインで
お手伝いします。まずはご相談ください。

● インターネットを安全に使うための豆知識 76 ●

～サイバー攻撃とは～メールのリンクや添付ファイルを開いて確認するといった作業は、ビジネスパーソンであれば毎日やっていることであり、そんな行動が、攻撃の糸口になっているのです。「マルウェアはともかく、リンクで?」と思うかも知れませんが、リンク先を開いてみれば有名銀行のネットバンキングと瓜二つの偽サイトになっていて、ID とパスワードを入力させられ、それを使われ会社や団体の口座から不正送金されてしまい、被害に遭うケースも発生しています。また、会社や団体のパソコンやIoT 機器などがマルウェアに感染すると、情報流出だけでなく勝手に操作され、他の会社などへのサイバー攻撃に利用されることもあります。

→→来月に続きます 「情報セキュリティハンドブック」より

「YY Academy パソコン教室・日本語教室」 洋子
tkyokoclass.wordpress.com

募集!

コラムやブログ記事などの投稿経験が豊富な方
食文化、美術、芸術、文学、政治経済など得意分野を
このSweet Orangeでエッセイストデビューしませんか?
詳細お問い合わせ: Tel 714.435.1111 / 949.212.7216 sweetorangemags@gmail.com

エッセイストデビュー!

宣伝



LEARN JAPAN

世界中のお友達と楽しく日本語で遊ぼう!

Learn Japan オンライン講座のお知らせ
子供の日本語、漢字、歴史、素読等のオンライン講座を提供しております。
<https://www.learnjapanonline.com/> お問い合わせは、下記まで。
sakurastart1@gmail.com (花房麻里) learnjapanonline@gmail.com (ホール典子)

ラスベガス～ヘンダーソンの不動産は 井上かおりにお任せください

クライアント様との絆を大切に、ご満足いただけることをモットーに全力を尽くしております。
お陰様で、2021年度アーバンネスト・トッププロデューサーの一員になりました。

E-mail: kaori.us@outlook.com
Website (Japanese): <https://kaoriinoue.com>



LIC: S.0176847



REALTOR® **Kaori Inoue**
9580 West Sahara Avenue, Suite 200., Las Vegas, NV 89117

会計事務所TwoMilesでは毎月News Letterを配信しております。節税や経営に関することにご興味のある方は「News Letter希望」ということで info@twomiles.net にご連絡ください。

● 節税対策
新年が開けました、税務申告の準備をしなければなりません。News letterで節税対策をリストアップして説明しております。又TwoMilesのホームページで節税のヒントを代表の五十川が話しております。
www.twomiles.net

● クイックブックス・オンラインをAMAZONで販売開始しました。
AMAZONを開き「Quickbooks 日本語」と検索すると米国公認会計士直伝 これを見ればすぐに使えるQuickbooks Online 日本語動画徹底解説 主演: 大野雅之 のピンクカラーのICONが見つかります。表紙広告参照



NEWS

知らなきゃ損する! アメリカ最新情報満載
「無料ニュースレター」毎月配信



アメリカの節税

two miles
Tax & Accounting Services
五十川 裕久 | TWOMILES 代表
www.twomiles.net



two miles
Tax . Accounting . Outsourcing

【お問い合わせ先】 Two Miles Tax and Accounting Services
3070 Bristol Street Suite 440, Costa Mesa, CA 92626
Phone: 714-437-5823
URL: <http://twomiles.net> Email: info@twomiles.net

コンピューターの販売・修理・サポートならお任せ!

ISC COMPUTERS (SINCE 1994) オレンジ郡 日系 IT ショップ



- 経験と実績 そして きめ細かいサービスを提供
- パソコン修理、アップグレード、データリカバリー、データ移行サービス
- 事務所、自宅のネットワーク、セキュリティカメラ、IP 電話、クラウドアプリ設定、保守
- QuickBooks、Sage 経理・在庫管理ソフト 現場、リモート サポート

個人パソコン、業務パソコン等のニーズは是非 担当 桑原までご相談下さい

ISC Computer (information Systems Consulting)
631 Paularino Ave. Costa Mesa CA 92626

949-756-9210 TEXT/VOICE
Mon - Friday 10 - 5pm or Appt www.iscus.com

次郎長雑記帖

Vol: 73 「命の数だけ、人々のドラマがある」

12万人。
みなさん、この数字は何だと思いませんか?
――
ロシアによるウクライナへの軍事侵攻で、これまでに確認できたロシア軍兵士の死者数は12万人以上にのぼっているとイギリスのBBCなどが伝えました。
――
これは、ウクライナへの侵攻が始まった2022年2月以降7月25日に報じられた最新の調査結果です。原爆による死者は広島では約14万人、長崎では約7万人とも言われていますので、戦闘が始まって3年5カ月、広島での原爆による死者数に相当する人々が亡くなっています。

また、戦死者の内訳は、3分の1近くが軍事侵攻が始まって以降に契約を結んだ志願兵で、平均年齢は39歳とのこと。まあ当然ながら働き盛りで一家の大黒柱、嫁さんや子供達、家族を抱えているであろう世代の、平時であればどこにでもいるような普通のお父さんたちなんでしょう。

しかし、ロシア側の実際の死者の数はさらに多くいると見積もられているようで、最大で26万人余りにのぼる可能性があるとの推測もある。英国防省の発表によると「ロシア軍死傷者、約100万人になったか」という報道もあり、100万人は米国ではサンゼの総人口くらい。東京ドーム収容人数で換算すると、東京ドーム20個分相当の収容人数。日本国民1億2433万人で割ると124人に一人という計算。ということは、想像してみてください。この戦争を日本国民を例に計算した場合、老若男女を含めて、今私たちの周りにいる124人の中の一人が戦闘によって死亡、もしくは

負傷しているということになります。

一方、ウクライナ側の死者数は6万～10万人。双方合わせた兵士全体の死傷者数は140万人近くになると推測されています。比較してみると、ロシア側の戦死者が圧倒的に多いです。今現在、ロシアは支配地の拡大を続けて戦闘が続いている状況ですが、その裏で多くの兵士達が命を落とし、ロシア、ウクライナ双方の兵士達の家族、多くの人々が悲しみ苦しみ、つらい思いをしているのは想像に難くない事実です。

8月15日、米ロ首脳会談がありました。ロシアの侵攻が始まって以来の停戦協議。トランプ大統領の第2次政権発足から10カ月。その前段階でウクライナのゼレンスキー大統領との会談や、プーチン大統領との電話会談がありました。ようやく米ロ会談の下準備が整ってからの会談です。今回の会談では、プーチン大統領を過度に持ち上げすぎだとか、米国のロシアに対する弱腰外交だとか、いろいろな批判の声もたくさん聞かれました。しかし、この会談が実現出来たことは、平和への道筋を整え「互いに停戦に向けた姿勢を世界に示す」という意味において、非常に重要な一歩であり、大きな意義があったと思います。この会談を実現できたこと自体が、大きな進展です。事実、トランプ大統領以外にロシアと停戦に向けた協議を実施できた西側諸国の首脳は誰もいませんから、これは評価してもいいと思います。米ロ会談以降、米ウ会談、EUを含めたヨーロッパ諸国との会談。少しずつ、戦争終結に向けた具体的な動きが出てきました。一度、戦闘が始まってしまっただけは、互いに武器を置いて戦争を終わらせるのは大変難しい。しかし、世界が一丸になって一歩ずつ、少しずつ停戦に向けて努力する。前線で命を賭けて戦う兵士達を想い、平和を祈願します。

jirochothela@gmail.com



Your Real Estate Agent

Buy, Sell and Lease in Orange County



www.usfudosan.com ウェブサイトは再構築中です
Person Realty, Inc. Toru Suzuki 949-929-2095 DRE#:01362133

ここに貴方の広告を載せませんか?



SWEET ORANGE

Bestia

記ました! Italian

No.67 Reported by CS

www.instagram.com/cneaplifinoc/ (インスタはこちら)
https://cheaplifeinoc.com/ 過去の食レポートはこちら
reported by CS

Arts District のイタリアンレストラン Bestia。以前は倉庫だったレンガや鉄骨がむき出しのインテリアが印象的で、銅製のバーカウンターやオープンキッチンも目が離せません。今回ご紹介するのは8品。Herb Caesar Salad \$24: 伝統的なシーザーサラダとは一線を画すスタイルで、瑞々しくシャキシャキのロメインと軽い苦みのあるエンダイブの2種の葉野菜のコントラストが絶妙で、細かく削った Parmigiano Reggiano の香りと旨みが調和しています。Grilled Caledonian Prawns \$36: ガーリックパン粉で炙り焼きされた大ぶりのブルーカレドニアシュリンプがふっくらで香ばしく、コクのあるパインナッツとセラーノペストのソースとの融合する美味しさです。Charred Octopus \$32: アンチョビ・サルサの塩気と旨味が絡んだタコは外側がこんがり香ばしく、中はしっかりと弾力を残しつつも柔らかく、焼きトマトとカラブ



ア黒ひよこ豆のなめらかな食感も楽しめます。Grilled Branzino \$52: 皮はパリッ、身はしっとりふっくらに焼き上げられ、オリーブオイルの香ばしさと魚の甘みが広がる繊細な味。焼き魚としてのシンプルさをベースに、ペストやチリ、ハーブが魚本来の旨味を引き立てています。ブランジーノはヨーロッパ地中海沿岸でよく食べられる白身魚で“高級魚”の定番メニューでもあります。Margherita \$25: SanMarzano 産トマトのソース、モッツアレラチーズ、バジル、エクストラバージンオリーブオイル、海塩を使ったシンプルながら素材の良さを生かした正統派ナポリ風ピザ。焼き上がるとリム(耳)がふっくらと立ち、薪窯で香ばしく焼かれた薄めのクラストは外側ふわっとしつつも程よいパリッと感があり、ピザ本来の美味しさを堪能できます。Squid Ink Spaghetti \$42: セラー

ノ(メキシコ原産の中型の青唐辛子)、マイヤーレモン(レモンとマンダリンオレンジの自然交雑種)、マイクロ紫蘇が添えられ、ロブスターとイカ墨のコクのある旨味が楽しめる贅沢な一品。ロブスターの旨みにセラーノの辛み、マイヤーレモンの爽やかな甘み、紫蘇の香りが調和した絶品メニューです。Bar au Chocolat Bittersweet Chocolate Budino Tart \$17: カカオクッキー生地のタルト台とほんのりビターなチョコレートクリームプリン。仕上げのオリーブオイルとシーソルトが意外な組み合わせで、濃厚なビターチョコの風味に滑らかさをプラスしている定番スイーツです。Apricot Crostata with Lavender Glaze \$17: イタリアの伝統的なタルトの一種で、フルーツやジャムを詰めて焼き上げた家庭的なスイーツ。香ばしく焼き上げられたバターの風味豊かなクロスタータは、自然な果実味が際立つアプリコットフィリングとの相性が抜群です。店内は活気にあふれていて、本格的かつクリエイティブなイタリアンを堪能できる名店です。

Bestia
2121 E 7th Pl, Los Angeles, CA 90021

幹細胞活性化パッチの秘密が明らかにされました。

トーレンスで開催! グローバルビジネスセミナー

- ★ 世界 100 ヶ国以上に展開するグローバル企業
ライフウェブで4年で15万名のメンバー構築した
トップリーダーによる事業説明会を開催いたします。

10名 限定です

やりがいのあるビジネスを求めている方、夢を実現したい方
老後の資金をためたい方、子供の学費が必要な方、日本
及びアジア方面に知り合いのある方一度参加してみませんか? 参加者
には特許製品の幹細胞活性化パッチサンプル進呈。参加希望の方は
予約をして下さい。

ご質問は 909-861-7043 stemcellact@gmail.com



世界初! 幹細胞活性化パッチ

顔の傷が5日間で治りました。



ビジネスチャンス
日本で1年で1万人が愛用しています。ビジネスチャンスとして捉える方大募集中!

在宅で収入を必要としている方 募集中!

現在多くの人達が家にいなければならない状態です。収入減になられた方、家にいて出来るビジネスを考える時です。私は16ヶ月で日本他で2700名の参加者になりました。その方法をお伝えいたします。
stemcellact@gmail.com 909-861-7043 Miz まで

ぶらっと観光

~OC界隈~

Santa Ana Fiestas Patrias

ヒスパニックとラテン系のお祭り

Saturday, September 13 / 12:00 pm-11:00 pm

Sunday, September 14 / 12:00 pm-10 pm



Yorba Linda Dozynki Harvest Festival

ポーランドのお祭り

Saturday September 20 / 12:00 noon-11:00 pm

Sunday September 21 / 11:00 am-4:00 pm



9月は実りの秋。収穫の秋。様々なイベントが年末にかけて開かれていくスタートの月。今月は民族のお祭りが Orange county でも開かれます。その一部をご紹介します。それぞれの国の文化や食を楽しみに足を運んではいかがでしょうか。

San Juan Capistrano Greek Festival

【イベント情報】

ギリシャのお祭り

Saturday September 27 11am-10pm

Sunday September 28 11am-9pm



日本語教室講師・コンピュータライフアドバイザー 武藤 洋子



YY Academy オンライン教室

tkyokoclass.wordpress.com

Yoko Muto



●パソコン教室

身近なコンピュータの使い方をお手伝いします。

●日本語教室

多様なカリキュラムで楽しく学べる日本語教室です。





Sweet Orange 三方よし精神

VIDEO JAPAN
1915 Carson St,
Torrance, CA, 90501

**Japanese Movies
Japanese Dramas
Japanese TV**

☆☆☆最新ドラマのご紹介です☆☆☆

休日は日本のドラマを観てお家でゆっくりしませんか？

Hyper Games & Video Japan

1915 Carson St., Torrance, CA, 90501

＼韓国ドラマ：イム・ジヨン出演／

『オク氏夫人伝 -偽りの身分 真実の人生 全15巻』

(内容)

奴婢（ぬひ：奴隷身分）から良家の令嬢に！秘密を抱えるヒロインの波乱万丈な人生と、全てを捨てて彼女を愛した男の愛を描くラブロマンス時代劇

■DVDご購入価格...\$2.25

(特別編と最終話以外、1つのDVDに2話収録)

Video Japan Select DVDs

Select 1: 雲之羽

中国ドラマ！

＼商品番号:[05881]／

雲之羽～揺らめく愛、刹那の二人 全12巻

(内容)

花嫁候補を装う刺客たちの命懸けの潜入と恋、思惑が錯綜する兄弟同士の継承者争い。予測不可能なラブサスペンス。

<キャスト:ジャン・リンホー ユー・シューシン>

■DVDご購入価格...\$29.88 (DVDにつき2話収録)



☆☆☆最新韓国ドラマのご紹介です☆☆☆

＼商品番号:[05911]／

高麗契丹戦争 ～全16巻

(内容)

強国に立ち向かう高麗8代王・顕宗(ヒョンジョン)の一代記! 名ばかりの王となった顕宗は、強大な契丹の侵略から国を守ることができるのか!?

<キャスト:ソ・ハジュン イ・ヨンウン ジョンホン>

■DVDご購入価格...\$39.84(全16巻)



Select 2: 高麗契丹戦争 全16巻

このDVDは、japandvdstore.comからお求めになります。

**SALE
DVD**

Japandvdstore.com

support@japandvdstore.com Tel 310.325.2220

**Start
\$1.99**