

# SWEET ORANGE

Los Angeles · Orange County · South Bay ★ Monthly Paper · Feb 2021 No. 224

Sweet Life in Southern Calif  
February 2021

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

No.176



Out with the demons.  
In with good fortune!

福

MUSIC MONDAYS  
FEBRUARY 8: NAOMI OZAWA

食べて記ました!  
Seafood  
Cove 2



the best Chinese restaurant

Page 15



2

Cheerful  
元気 SoCal人  
person

Naomi



"With music all the time"

-Mrs. Naomi Ozawa

Interview Page 02

LIVE ON JFLA FACEBOOK!  
WWW.FACEBOOK.COM/JFLALC

メカニック  
**WARABY'S** ワラビース

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

3006 Enterprise St. Suite A www.warabys.com  
Costa Mesa, CA 92626 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~ Sale \$1.20  
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

私のサイトwww.thegillamgroup.comは sweetorangeweb.com より簡単にログインできます。

	<b>Mariko Gillam</b> BRE 01758682 TEL 714-717-5181		<b>Kayo Yoshioka Kaumeyer</b> BRE 01959214 TEL 619-405-6655
www.thegillamgroup.com			

Keller Williams 2100 Main Street Suite #350, Huntington Beach, CA 92648

コラム:人類学者の奮闘記 www.sweetorangeweb.com  
大学教授:タマノイマリコ www.vipbizus.com/wp

## ジュリアンよこお

OCの不動産プロフェッショナルが、一般住宅・商業物件・土地の売買、賃貸物件等親切丁寧なお手伝いをさせていただきます。お気軽にご相談ください。

jullian.yokoo@kw.com  
jullian-yokoo.kw.com  
949.532.7789  
800 Newport Center Dr, Ste 150  
Newport Beach, CA 92660

Please be my follower ☆



facebook.com/jullian.yokoo  
instagram.com/americanluxuryhome/



生命力・世界一の酵素ドリンク  
「極み」 免疫力アップのサポートに!

- 水一滴も加えてない大自然の味  
そのまんま、Taste Good!
- 厳選された32種類のオーガニック栽培で育った、野菜、果物、ハーブ、穀物などが主原料
- オーガニック農園 (USDA 認可) 内にある工場 (GMP, HACCP認可) で 3年間 発酵、熟成。

Organic Enzyme Drink  
**KIWAMI**

送料 無料 特別期間中  
720ml (1ヶ月分) \$99

ご注文・お問い合わせは石橋まで!  
電話番号 (510)427-4617  
info@kiwamienzyme.com / www.kiwamienzyme.com

Eon Foods International  
GreeNoodle や 桑の葉茶を お馴染みの

Interview #176

## 元気SoCal人

● 音楽家

「サクソフォンの音色を聴きたい！」と奏者を探していた時に巡り合ったのが小澤奈緒美さんでした。ウィーン国立音楽大学演奏学科(オーボエ専攻)に6年間、その後ニューヨークマネス音楽院に4年半在籍し、マスターとプロフェッショナルスタディの学位を取得。現在はトランスにお住まいの奈緒美さんは、オーボエ・イングリッシュホルン・オーボエダモーレ・サクソフォンなど6つの木管楽器に加え、ピアノの演奏、New Age Jazzの作曲、The Music Teachers Association of Californiaのプランチボードメンバー、オーケストラ、プライベートパーティでの演奏、NPOチューリップインハーモニー運営、更に音楽クラスまで経営されるスーパーレディです。

奈緒美さんはヤマハやカワイピアノなど楽器の街で知られる静岡県浜松市で、とても寛大な両親の元に育ちました。音楽に興味をもつ奈緒美さんに「楽譜が読めるようになってくれれば嬉しい」という強い両親の願いもあって6歳6ヶ月を待ってピアノを習い始めました。10歳の時、学校のレコード鑑賞の時間に、ある音色の正体がオーボエという名の楽器だということを知りました。オーボエとの出会いは「私はこの楽器のことを知っている」という不思議な感覚と「この楽器のことを知りたい！」という電撃のようなものでした。

数年後に完璧なタイミングでオーボエの先生と出会い、地元の浜松学芸高校でオーボエ科を作ってもらったにも関わらず「絶対大丈夫」と言われていた音楽大学受験で失敗。その時「もし次の年にダメなら音楽は諦めるように」と両親から一年の猶予をもらった奈緒美さん。地元の浜松学芸高校では大学で学べることは大体学んでしまったので、自分の力を向上させるためにはそれなりの環境や場所が必要だということはおわ

っていました。きっかけは卒業高校で開催されたウィーン交響楽団(後の師匠)の公開レッスン。卒業生だった奈緒美さんも参加させてもらえることになり、当時のピアノの師匠(ウィーン留学経験者)に伴奏をお願いしました。ドイツ語は全く分かりませんが、レッスン時の先生の意図は全て通じました。「日本の大学に行かないでこちらに来たら? 大学を卒業してからでは受け付けられませんよ」と言われ、そのレッスンを一部始終見ていたピアノ伴奏の師匠からの「奈緒美さんの演奏はウィーンの方が向いているわよ」の一言でウィーン国立音楽大学へ入学することになったのです。

「ウィーンでの授業は、一週間に3回のオーボエレッスン(アメリカや日本では1回)、ピアノのレッスン、指揮科のオーケストラでの演奏、アンサンブル、音楽史、音楽理論、呼吸学、楽器学などの授業が盛り沢山。5年分のカリキュラムを3年で取ったので、詰め詰め。授業以外にアルバイト的なレッスンをしたりオーケストラ演奏もあり、文字通り音楽漬け。正に音楽家(職業音楽家)を育てるトレーニングスクールでした。ただ、いつも決まったレパートリーの音楽漬けの毎日が、ちょっと苦痛になってきて6年間住んでいたウィーンから「アメリカではもっと自由に音楽ができるのでは」と考えニューヨークに決意をいたしました。しかしアメリカへの移住に猛反対したのは、それまで何でも賛成してくれてくれた両親でした。理由は大学院の学位をあと一年で取れるということまで来ていたし、両親は日本に帰ってくることを心待ちにしていたのだと思います。私は学位よりも、自由に音楽を楽しむということの方が大切だったので。ニューヨークの大学院へ通いながら、オペラ座のオーボエ指導者としての仕事もありました。「ニューヨークメンズグリークラブ」の定期演奏会でオーボエを吹いたことがご縁で、ご主人の小

## ずっと音楽と共に

Naomi Ozawa

澤さんとの出会いがあり、ロサンゼルスへ転居。トランス市のヤマハ音楽教室で教え始めたのを機会に様々な音楽活動を始めました。

2011年の東日本大震災以来、チューリップインハーモニーという名の日本人女性で始めたボランティア演奏での音楽活動による支援。のち国籍、年齢、ジャンルという垣根を超え集まった「Send Love to Japan」プロジェクトを継続し、毎年チャリティーコンサートを行って来ました。第10回目にあたる2020年のコンサートは、震災以来ずっと支援活動をされているグレートフルクレーンという日系人のグループとコラボする予定でしたが、コロナで出来なくなってしまいました。2021年は、10周年メモリアルコンサートを開催したいものです。この活動は、音楽に敬意を表すと共に、コミュニティの音楽文化を育み、後継者を育てるというためにも、ずっと続けていきたい、奈緒美さんのライフワークです。

演奏のお知らせ。2月8日 12時30分より Japan Foundation Virtual Concert で奈緒美さんが演奏されます。

詳細は: <https://www.jflalc.org>

(Interview: Toshiko Okawa)



小澤奈緒美 (オーボエ、イングリッシュホルン、ピアノ、サクソ)

浜松市生まれ。浜松学芸高校音楽科を卒業後、ウィーン国立音楽大学演奏学科(オーボエ専攻)に6年在籍。在学中よりバーデン劇場ほかオーケストラ、室内楽、ソリストとして、ヨーロッパ、日本で演奏活動を行う。のちニューヨークマネス音楽院で、学位を取得後、2001年に結婚を機にロサンゼルス拠点に移しフリーランスでの演奏活動をする傍ら、ユースオーケストラ、ホームスタジオ、Music Teacher's Association of California などを通じて後進の指導にあたる。(Visionary Music Entertainment LLC, ICYOLA, YAOLA, MTAC) 東日本震災支援プロジェクト『Send Love to Japan』と共に誕生したNPO チューリップインハーモニーの創立メンバー・現代表。ジャズとニューエイジフォークスタイルの癒し音楽作曲、演奏(サクソ、フルート、ピアノ)和楽器と他のジャンル(ロック、ファンク)などもクリエイティブなジャンルの開拓は趣味を超える。

Web : [www.Naomish.com](http://www.Naomish.com)

New Year 2021 連載 2

## 新春特別寄稿 コロナ禍での年男の初夢

● 南加日系商工会議所 副会頭・岡山人会 会長: 藤本章 Akira Fujimoto

## いつも笑顔でピンチをチャンスに変えて健やかに

((情報通信技術))

これからはICTが必要なのです。ICTはINFORMATION AND COMMUNICATION TECHNOLOGY (情報通信技術)でパソコンひとつで家にいて仕事や遊びが出来て世界にははた魔法の翼がはえた動きが出来ます。還暦を過ぎると人生面白くなる黄金期で詩吟もカラオケもZOOMでやりシニアライフが活気になりますからデジタルライフを私と同じ高齢者でまだの方は始めましょう。ITは出始めのころIT(イット)IT is a pen. のIT かと云った政治家もいましたしシニア川柳で(インスタバエ 新種の蠅かと 孫に問い)とか私もユーチューブのチューブは自転車のチューブ関連かと思いきや浮かびませんでした。息子がYouTubeはユーチューバーになって若者が何億円も稼いでいると聞き、やらなきゃと前向きに昨年8月から始めました。古希(70歳)を越えた私がチャリティーのためのボランティア歌手として元気と夢を与えるためです。芸名を先輩が付けてくれた ふじ たくま で検索して下さい。2019年10月にロサンゼルスの子弟のための育英資金のチャリティーイベントの県人会協議会主催の演芸会にお招きした日本からのプロ歌手 小沢あきこさんと前夜祭で人生初めてのプロ歌手とのデュエット(ふじたくま と 小沢あきこ で検索) YouTubeでは有名な天才歌姫13歳の東 亜樹さんとデュエット(東亜樹と藤本章で検索)や米国版紅白歌合戦、パサデナシニアへのチャリティーの春歌祭りの動画をご覧ください。

小沢あきこさんは、日本コロビアの歌手で日本コロビア歌謡曲オーデション全国大会で40名の中より最優秀賞を受賞し、三味線、民謡、日本舞踊、北京語も出来ます。先輩の島倉千代子の鳳仙花や守屋浩とのデュエット、星

空に両手を最近歌っています。私のYouTubeの動画は歌の上手さでなくファンからの花束が一番多いところに注目して下さい(笑)。日本の友人に知らせると「おめえさんの歌でなくロサンゼルス景色や催し物が見たいと言われ詩吟の入ってる演歌(あゝ大森城址)にロサンゼルス風景を入れ動画もあります。綺麗ですよ。ひとつの生きがい暇なときに始められる事が出来、YouTubeでユーチューバーと呼ばれ有名になれますようにこの記事読まれる皆様に同情でチャンネル登録といねサインを宜しくお願いします(笑)。

((詩吟とカラオケ))

ロサンゼルスで創立75周年を越える詩吟の国誠会は初代宗家荒国誠氏が戦時中にマンザナの収容所で創られた詩吟の会です。初代は自由を奪われ、落胆に沈みがちの収容されてい日系人に希望と勇気を与えようと創られました。戦後は日本で霧島昇の白虎隊唄のレコードの中で詩吟を吟じています。私が入会した年が二代目宗家20周年記念で、わずか入会一ヶ月にお祝いに初代からの弟子がブラジル、カナダ、ハワイ、全米から参加し明治神宮で吟じてきました。そして海外からの参加者で熱海旅行に行き、富士山を見渡せる日本の詩吟会の一同の集まる石碑の場所に行き、富士山に向いそこでも全員で吟じました。昨年9月にはハワイ国誠会創立60周年の記念大会がホノルルであり参加してエンジョイしました。

その詩吟の入会がボランティア歌手の始まりです。米国版紅白歌合戦でも歌った武田節に詩吟がありそれをカラオケ店で詩吟師範の方に教えて頂いたのがきっかけで2年前から春歌祭りに出場することになりました。ロサンゼルスにはカラオケ同好会が10数グループあり南加カラオケ連盟も

あり養老施設でチャリティーコンサートしています。先ほどの東亜樹さんは現在13歳ですが3歳の時から全国の養老施設をボランティアで2000曲と16ヶ国語で歌を披露して高齢者に喜ばれています。高齢者が若い頃に親しんだ演歌を聴くと痴呆症の改善があったと家族から感謝の手紙ももらったそうです。東亜樹さんは日本と中国、韓国で数々の歌謡コンクールで優勝しています。5歳で中国世界歌謡祭学生部の優勝、9歳で大人に混じり全国遠藤実大賞優勝、古賀政男大川音楽古賀メロディー部門優勝、その他多数回優勝。私も東亜樹さんと知り合い、昨年ロサンゼルス武道館設立資金の調達のチャリティー公演を私が東亜樹ロサンゼルス公演の実行委員長で開催予定がコロナで延期となりました。そしてカラオケグループで伝統のあるひまわりカラオケ同好会の顧問を私がしており、昨年創立30周年公演にもキングレコード所属人気プロ歌手の北川裕二さんを招待しての開催も延期となりましたが今年開催の運びとなりましたらぜひお越し下さい。来月号に続く。



藤本章 (ふじもとあきら) Sanwa Enterprise, Inc. 代表取締役社長 不動産コンサルタント、投資家。ロサンゼルス市在住49年。国立詫間電波高校(現国立香川高専詫間キャンパス校)卒業。(株)日立製作所勤務後、ぶらじる丸で渡米、1975年会社設立。ロスとラスベガスで不動産投資会社を経営。



写真: 小沢あきこさんのCDを持ってポーズ



写真: 詩吟大会にて



ふじたくまのポスター



東亜樹さんのポスターを手に

**"With music all the time"**  
-Naomi Ozawa

I met Naomi Ozawa when I was looking for a player, "I want to hear the sound of the saxophone!"

She attended the University of Music and Performing Arts in Vienna (Oboe) for six years and then at the Mannes School of Music in New York for four and a half years, where she earned a master's and professional study degree. Naomi, who currently lives in Torrance, plays the piano in addition to six woodwind instruments such as the oboe, English horn, oboe d'amore, and saxophone.

She composes New Age Jazz, is a brunch board member of The Music Teachers Association of California, plays in orchestras, private parties, runs NPO Tulip in Harmony, and also runs music classes. She is a super lady.

Naomi grew up in Hamamatsu City, Shizuoka Prefecture, a city known for its musical instruments such as Yamaha and Kawai pianos, and was raised by very generous parents. Her parents strongly wished that Naomi, who was interested in music, would be happy if she could read music, so she waited until she was six years old to start learning the piano. When she was ten, when she was listening to records, she knew that a tone was an instrument named oboe. Her encounter with the oboe had a mysterious feeling that "I know this instrument." At the same time, she had the feeling that she wanted to know about this instrument!

She met an oboe teacher at the perfect time a few years later, but she failed in her college entrance exam despite having an oboe department at her local Hamamatsu Gakugei High School. From her parents, she was then told that she would "give up on music if she failed to take her next year's exam." At her local Hamamatsu Gakugei High School, she also learned what she could study at college, so she thought she needed a new environment and place to improve her strength.

The trigger was a public lesson of the Vienna Symphony Orchestra held at her graduation high school. Naomi, who was a graduate of her, will also be able to participate, and she asked the piano master at that time to accompany her. "I didn't understand German at all, but I understood all the teacher's intentions at the time of the lesson. The teacher said that I should go to Germany without going to a Japanese university, and it will not be accepted after graduating from university. The piano accompaniment teacher, who was watching the lesson all the time, told me that your performance was good in Germany, and suddenly I was admitted to the National University of Music in Vienna."

The classes in Vienna include oboe lessons three times a week, piano lessons, performances in conducting orchestras, ensembles, music history, music theory, breathing, and musical instruments. "I took a curriculum for 5 years in 3 years. In addition to classes, there are part-time lessons and orchestral performances, so you can literally immerse yourself in music. It was a training school that trained musicians. However, when my daily life in the music of the repertoire was getting a little painful, I decided to move from Vienna, where I lived for 6 years, to New York." But it was her parents who had been in favor of everything until then that strongly opposed immigration to the United States. The reason is that she had reached the point where she can get a bachelor's degree in graduate school in another year, and her parents were looking forward to returning to Japan. However, it was more important for her to enjoy music freely than to have a degree. While attending graduate school in New York, she also worked as an oboe leader at the Opera. After that, she met her husband, Mr. Ozawa, at a regular concert at the New York Men's Glee Club, and moved to Los Angeles. Taking the opportunity to start teaching at the Yamaha Music School in Torrance, she started various musical activities.

Since the 2011 Great East Japan Earthquake, she has begun to support her musical activities with a volunteer performance called Tulip in Harmony. She has continued the "Send Love to Japan" project, which has gathered across borders, ages, and genres, and has held charity concerts every year. Her 10th concert in 2020 was planned to collaborate with a group of Nikkei called Great Full Crane, who has been supporting her since the earthquake, but she couldn't do it in Corona. This activity is her life work that she wants to continue for the purpose of fostering the music culture of the community and fostering successors.

**OCJAA 無料 ZOOM 健康セミナー第 3 弾**



講師：村松真澄准教授 札幌市立大学の老年看護学領域

**「健康アップは歯と口のお手入れから」**

日本では健康寿命を延ばすその第一要素は口腔健康と考えられています  
高齢者の食事や歯の健康と嚥下を含む口腔全体の  
機能維持と改善を図るご指導をして頂きます  
皆様もいつまでも健康で過ごすために一緒に勉強しませんか？  
どうぞ奮って御参加ください

日時： 2021年2月20日(土)午後3時~4時  
申込先：オレンジ郡日系協会 [network@ocjaa.org](mailto:network@ocjaa.org) (714) 730-3551  
只今オフィスの時間が短縮していますので、成るべくメールでお申し込みください。  
お名前、メールアドレス、電話番号をお知らせください  
ZOOM のアクセスコードを開催日前に送ります



過去のスイートオレンジが新聞形態で読めます  
[www.sweetorangeoc.com](http://www.sweetorangeoc.com)  
[www.vipbizus.com/wp](http://www.vipbizus.com/wp)

好評連載中!

令和天声	by	キリスト教牧師・東本願寺 釈繁尋 P 7
これ知ってる? 知的財産の活用	by	K. Arai 弁護士 P 8
着物 DE 遊ば	by	Toshiko Okawa P 8
住めば都	by	Dr. Sasaki P 9
Hiro's Happy Life	by	Hiro Isogawa P 5
もっと元気に美しくなろう!	by	薬剤師 みっちゃん P 8
改革が必要なアメリカ	by	Alex Tokita P 13
Shanty Diary	by	Fuuka P 9
お茶の里から (日本なんでも情報)	by	コラムニスト シンプソン君子 P 4
次郎長雑記帳	by	次郎長 The LA P 13
Mariko Gillam 不動産情報	by	Mariko Gillam P 13
人類学者の奮闘記	by	タマノイマリコ P 11

**OC COMMUNITY NEWS**

**2月**

**IKUEI セミナー**

**1) 冬学期クラスのご案内**

育英セミナーでは、1/3(日)より3/27(土)まで冬学期クラスを開講いたします。ほとんどのクラスはリモートの個人授業で、一人ひとりの目標に合わせて、しっかりと丁寧に指導します。学期途中での入学も歓迎いたします。高校入試、編入、大学出願書類準備等の個別指導も随時行っております。

**開講クラス**

小学: 国語、算数、英語、英検、英会話 (フォニックス含む)  
中学: 国語、数学、英語、英検、現地校対応イッセイ、入試・編入準備  
高校: 小論文、国語、英語、英検、TOEFL、SAT math、エッセイ、入試面接、出願エッセイ、AP Japanese

**2) 2021 年秋入学 AO 入試出願準備は進んでいますか?**

慶應 GIGA Pearl, 早稲田国際教養、政治経済、理工、文化構想学部、上智、ICU、法政、立教、同志社、APU、東京大、名古屋大、九州大等、英語授業だけで学位が取れるプログラムを持つ日本の大学、学部が増えています。そのほとんどが秋入学で、出願エッセイ、統一試験 (SAT or ACT)、GPA で合否が決まる AO 入試です。すでに結果が出ていたり、出願を締め切っている学校もありますが、今年はコロナの影響で出願期間が例年より遅くなっている大学もあります。まだ間に合う学校もあります! 育英セミナーでは、経験豊かな教員が個別指導で効果的なエッセイの作成をお手伝いします。

**3) 無料英語力診断テストおよび無料英検受験級診断テスト**

文字を使わない学習が学びの中心となる小学生からは、耳から入ってくる英語だけに頼らずに、正しいスプリングや文法、文の作り方をしっかりと学び、英語の読解力や表現力を向上させていくことが大切です。早期の英語対策は、現地校での成績の向上、進学や受験の成功にもつながります。お子さんの英語力を客観的に診断してみませんか? 育英セミナー独自で開発した弱点発見テストで、お子様が現在抱えている弱点や理解していない文法事項を発見し、英語への今後の取り組み方をアドバイスいたします。また、英検は、取得級によって、中学高校入試、編入試験などに大変有利になります。また、目標に向かってテスト勉強をする習慣、方法を小学生のうちにつけることは、その後の大きな力となります。適切な受験級、目標にする受験級が不明の際は、どうぞ「英検受験級診断テスト」をご受験ください。

**育英セミナー全クラスをオンラインで授業**

**Keiro News**

**Keiro はサクラ中間看護施設の居住者の安全と健康の為に真摯に力を尽くします**

2021年2月2日、ロサンゼルス—Keiro は、現在パシフィカ・シニア・リビング社所有のサクラ中間看護施設 (ICF) の全居住者の方の長期的な安全と健康に変わらず努力して参る所存です。ICF の閉鎖をパシフィカ社が熟慮している中、彼らは私たちのコミュニティに、パンデミック中に ICF の居住者の方が立ち退くことはない保証しています。Keiro では引き続き、ICF の管理者と連携し、全居住者が適切にかつ安全にケアを受けられるよう努めて参ります。

今後、現在の公衆衛生上の危機が収束し、そしてもしも ICF の運営が、財政的に存続可能でないとパシフィカ社が判断した場合、各 ICF 居住者のニーズを満たす、安全でかつ手の届く金額での転居先の選択肢を探すとパシフィカ社の法的責務を手伝うべく、Keiro は ICF スタッフ及びパシフィカ社と取り組んで参ります。これは規制の多いライセンスの施設を持つパシフィカ社の担当すべき事ですが、Keiro では ICF の管理者を支援し、各居住者が適切にケアや引っ越しがなされることに関わって参ります。

Keiro では過去 5 年にわたって ICF の運営状況を見守って参りました。そして今現在の公衆衛生上の危機の間も見守っております。この異常な時期に居住者へ質の高いケアを提供するべく、ICF で休む間もなく働く献身的なスタッフの皆様にご敬意を表します。Keiro は引き続き居住者の方のニーズを探り、必要なリソースを提供することで、居住者やスタッフへの COVID-19 感染のリスクを減らしつつ文化に配慮した形で高い質のケアを保てるよう、管理者チームと頻りにコミュニケーションを取り合っております。

----- 不動産セミナー by ジュリアンよこお -----

初心者にも分かりやすい、オンライン不動産セミナーを開催します。資産を築いている人達から学ぶアメリカ不動産投資。対象は、OC で自宅や投資物件の売買を検討されている人。予約制となりますので、下記の Email にご連絡ください。



日時: 2/23 (火) 11:00am~12:00pm 料金: 無料 Email: [jullian.yokoo@kw.com](mailto:jullian.yokoo@kw.com)

**無料 Zoom メディケア セミナー**

メディケア・アドバンテージはまだ変更できません

**無料 Zoom リタイアメント、ファイナンシャル・プランニング**

アナウイターは株式市場に影響されない、ロースク、ハイリターンの一環の保険商品です



セミナーは第2、第4土曜日に行います。詳細は P.8 P.9 をご覧ください。

# IKUEI Seminar Quality Education 育英セミナー

WEB : <http://www.ikuei.com>

No.183

### 11年生は志望コースを絞り、SATとTOEFLの受験スケジュールを立てよう!

「日本の大学への進学を希望しています。SATは必要ですか？TOEFLはいりますか？」というよくあるご質問の答えは、「どの大学、コースをお考えかによって異なります。」大まかに言えば、9月入学英語授業コースのAO入試の場合、SAT(またはACT)は必要です。TOEFLの提出も併せて必須にしているところもあります。日本語授業の4月入学帰国生入試の場合、ほとんどの学校、学部でTOEFLが必要です。SATを必要とする学校は限られています。まずは、日本の大学の英語コースを選ぶのか、日本語授業を選ぶのかを、現在11年生の皆さんはそろそろ絞る時期です。目標を早めに定めることにより、効率よく必要な統一試験の勉強に集中でき、高得点を狙えます。

SATやTOEFLの提出が必要な場合、そのスコアが大きな合否決定要素となります。実は1年に受験できるチャンスは、SATは7回とそう多くはありません。その中で5月はAPテストと同じ週になったり、6月はファイナルと同じ週になることもあります。大事な試合やコンペティションと重なることもあるでしょう。3月の補習校の卒業式と重なった年もありました。7回もあれば、とっと思っても、実際に受験できる数はそれほど少ないのです。UCがSATを必要なくなった今年以降、試験会場が減る可能性もあります。また、受験料が\$225(2021年1月現在)と高額なTOEFLも、回数多く受験することは難しいものです。

現在11年生の皆さんは、まずはコースを選び、受験を考える学校、学部の今年の募集要項に目を通しましょう。そして、この3月以降、どのような日程で、SAT(ACT)、TOEFLを受験し、志望校の出願に間に合わせるべきか、綿密な計画を立てる必要があります。現地校で無料もしくは\$20ほどで実施されるPSATと\$50ほどで自宅受付けられるTOEFL模試(ets.org/toefl)を受け、現在の実力を把握しましょう。そして、出願締切に間に合う試験回までに、合格に必須のボーダーといわれている点数を越えられるよう計画立てた学習と受験回数の確保が必要です。

試験に向けた学習のみならず、試験当日に向けた準備にも注意してください。以下、試験前日・当日の注意事項を列記しますのでご参照ください。

#### ①受験票と身分証明証について

SAT: 受験票と運転免許証またはSchool IDを忘れずに。身分証明証がないと受験資格が無くなります。  
TOEFL: 身分証明はパスポートのみ。パスポートを忘れてしまうと受験失格、会場に入れてもらえません。ビザの更新で会社に預けてしまっていて受けられなかった、というケースもありました。米国民であれば、運転免許証でも大丈夫ですが、School IDは不可です。

#### ②受験会場確認と余裕を持った到着

過去の受験生でカーナビに頼って会場に行こうとしたところ、目的地周辺でどうしても試験会場が見つからず遅刻し受験できなかった生徒がいます。よく知らない受験会場は前日までに実際に一度試しに行ってみるか、遠隔地でそれは難しい場合はGoogle Map等の航空写真や現地写真で会場確認するなど、確実に会場に到着できる準備を怠らないこと。会場が大学など広いキャンパスの場合では、どの駐車場に止めるのか、などの計画も必要です。また、会場付近がLAマラソンの交通規制で通常通りの道で到着ができず、予定より45分も余計に時間がかかった生徒もいました。そうでなくても、受験会場周辺は集合時間間際は大渋滞になりやすいです。動かない車から降りて猛ダッシュ始める高校生たちはたくさんいます。(試験が始まる前に疲れきってしまいますね。)会場に早めに到着して30分以上待つくらいの心積りで計画を立ててください。

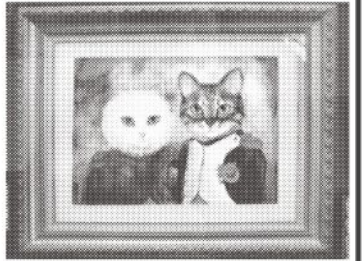
ご質問や授業のお問い合わせは [ikueiir@gmail.com](mailto:ikueiir@gmail.com) まで。

アーバン校 18023 Sky Park Circle #E Irvine CA 92614 TEL(949)757-0883  
トランス校 23800 Hawthorne Blvd. Torrance CA 90505 TEL(310)375-7791

コラムニスト シンプソン君子の日本あるある事情

## お茶の里から

④ 肖像画



ワクチンの供給争奪戦で世界に混乱が起きている。日本への供給は滞るのだろうか。オリンピックが開催される前提なら今すぐにも接種を開始してほしいところだ。毎年、クリスマス時期はオレンジカウンティに住む娘達や孫と過ごすのだが2020年は断念した。初めて家族と祝わなかったクリスマスだ。残念なのはもうすぐ1才になろうとする孫にまだ会えていないことである。私のようなシチュエーションの人はコロナ禍では多いだろう。国内でさえ孫に会えないおじいちゃん、おばあちゃんが家に入らず車内越しに直面するという異常事態も発生した。せめて日本からクリスマスプレゼントを送ろうと小包を持って郵便局に行ったところ、航空状況の悪化でアメリカに届く保証はないと言われた。途中で行方不明になる可能性を考えて断念。プレゼントも送れないのかと絶望的な気持ちになった。クリスマス当日、娘達家族と携帯のビデオ通話で17時間差でのクリスマスを味わうことができた。そんな中、次女があるものを見せてくれた。私は一瞬、目を疑った。それは次女の孫を抱いた亡き夫の肖像画だった。

「これ、どうしたの？」

話を聞くと娘婿がプロの画家に描かされた肖像画を次女にプレゼントしたという。勿論夫と孫の写真の合成だが夫が本当に孫を抱いているかのような絵だった。粹なことをするなあとは目の奥が熱くなり言葉を失った。6年前、夫が亡くなる1週間前に生まれたばかりの長女の赤ん坊をロッキングチェアで胸に抱いていた姿がこの絵と重なる。

渡米初期、コミュニティーカレッジでデッサンを学んだ。人体の筋肉や骨格を把握するプロセスとしてヌードデッサンなどの人物画を始め、風景画や静物画を習得した。ヌードデッサンの必要性を説く人もいるが人物の細部を似せて描くのはデッサンの鍛錬の一つである。しかし、人物画の魅力はただ似せて描くだけでなく描かれた人物の生前の有様が伝わってくるころだろうか。歴史の古い肖像画はその人物の生き様のようものを感じる。肖像画の夫は少し若く笑みを浮かべていた。現在は風景などの水彩画に転向したがこの絵を見て感化され人物画にも挑戦してみたいと思うきっかけになった。

アメリカ生活35年、OC暮らし20年、一昨年に日本へ帰国しました。静岡から日本あるある事情をお届けします。メールアドレス [mikoangel@aol.com](mailto:mikoangel@aol.com)

オンライン経営者モーニング ZOOM セミナーにご招待します。開催・毎週火・水曜日 朝7AM-8AM  
開催日前々日までに申し込み・お問い合わせください。 [Rinri4U@gmail.com](mailto:Rinri4U@gmail.com) 714-717-5181 Mariko

## 今月の倫理

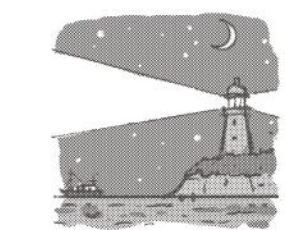
### 2月のテーマ | 心即太陽

「人材は企業の宝」といわれるのは、人の力が会社をつくるからです。社員がイキイキと働く職場からは、建設的な意見、積極的かつ自発的な行動が現われるものです。倫理法人会で推進する「活力朝礼」は、職場の風通しをよくし、社員それぞれの人間力を向上させてくれます。自動車の整備、車検、中古車販売といった総合サービス事業を展開するH氏が、倫理法人会に入会したのは、今から約十年前のことです。

H氏は、お客様に喜ばれるようなサービスを届けるために、社員がイキイキと働けるような活気溢れる職場にしたいと考えていました。さらに自らも実践し、変わらなければならぬとも考えていました。その実現のために、独自に朝礼を取り入れたものの、H氏の熱い思いとは裏腹に、一向に社員の士気が上がりませんでした。そんな葛藤を抱えていた時に出会ったのが倫理法人会であり、「活力朝礼」と「職場の教養」の存在を知ったのです。

社員にスムーズに「活力朝礼」に取り組んでほしいと考えたH氏。実際に「活力朝礼」を実施している企業に何度も足を運び、そこでのアドバイスに耳を傾けました。大きな問題が二点あることに気づきました。それは、①朝礼時間は三十分と長い。そのほとんどが社長の訓話に終始していた点。②社員だけの変革を強要すれば、職場が良くなるだろうと信じていた点、の二点です。

## 活力朝礼を導入して自分の器磨きに徹する



これまでの朝礼の問題点を知り、活力朝礼との違いに強い衝撃を受けたのです。そこで「変わるには自分と決意したのです。役員が主役である朝礼にしよう」と決心したので。活力朝礼の導入後、社長の挨拶時間を短縮し、体操などの実習を取り入れ、朝礼の時間は十五分程度に収めました。すると社員が自主的に朝礼に参加するようになったのです。「活力朝礼」導入から一年が経過し、次のような効果が現われてきました。

- ◆職場内の雰囲気明るくなり、社員の笑顔が増えた。
- ◆社員の接客マナーが向上し、お客様からの信頼と評価を得られるようになった。
- ◆社員の離職率が減った。
- ◆作業効率が上がり、残業が減った。基本給をアップし、収入減になることなく、家族と過ごせる時間が増えた。

以上のように「活力朝礼」を導入してからは、様々な成果が現れたのです。今ではH社長は「社会貢献したい」と口にしていま。そのために、最も身近で大切な存在である社員に「笑顔で出社し、笑顔で帰宅できること」を願い、会社でも家庭でも幸せを噛み締めたいと考えています。「活力朝礼」を通して、社員に寄り添いながら、自分自身を磨いていくことを決意したH社長。「近い将来、社員の給料を業界一の水準にまで引き上げていこう」と、志を新たにしています。

**\* ラスベガス~ヘンダーソン \***  
**不動産情報**  
- Real Estate -  
**HOME FOR SALE**

No: 2  
みなさま、新年を迎えたと思いきや、あっという間に1か月が過ぎました。春の訪れが待ち遠しいですね。

初回はラスベガス~ヘンダーソンの不動産マーケットについてご説明致しましたが、今回は、ヘンダーソンの南側にある山岳地帯マクドナルドハイランドに開発及び建設中のラグジュアリーホームコミュニティ「Vu by Christopher Homes」をご紹介します。

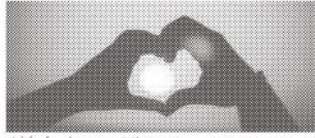


LAのハリウッドヒルズをイメージしたクリストファーホームのVuコレクションは、マウンテンやラスベガスストリップを一望できるコンテンポラリースタイルの2600~5500スクエアフィートの一戸建やタウンハウスが\$900,000~からございます。24時間ガードマン付ゲートコミュニティ内には、42,000スクエアフィートもあるドラゴンリッジゴルフコースがあり、ラウンジやレストラン、フィットネスセンター、プールやスパも備え、いつでもゴルフを楽しめます。その他にも、コミュニティ内には広大なパークやトレイル、ピクニックエリア、バレーボールやバスケットボールコートもありますので、日中はトレイルをウォーキングしたり、家族や友人が訪ねてきた時はピクニックをしたり、夜はラスベガスストリップの夜景を眺めながらジャグジーで寛いだり、自然に触れあひながら都会の雰囲気を楽しめます。モデルルームの内見ご希望の際は、お気軽にお問合せ下さい。

去年、FinanceBuzzが、リビングコスト、WiFiスピード、デリバリーオプション、公演、空港、3寝室以上の物件中央値価格を元に、リモートワークに適した街を調査した所、ヘンダーソンが全米都市の23位にランキングされました。理由は、ラスベガスストリップから約20分と近く、様々なアトラクションがあり、リモートワーク生活をしながらジョギングやエクササイズなどが出来、グルメシティーなのでデリバリーオプションが山とあることなどでした。因みに、一位がミズリー州カンザスシティ、2位がウィスコンシン州ミルウォーキー、3位はテキサス州ラボックでした。

ラスベガス~ヘンダーソンの不動産に関する事はお気軽にアーバンレスト不動産・井上かおりまでお問合せ下さいませ。 TEL: 702-355-8050

## Hiro's Happy life

五十川祐久 <http://hirosogawa.com/>

Vol 17

## 信仰の大切さ

信仰は昔の人のためのものなのでしょうか？科学が進んだ現代人には必要のないものなのでしょうか？

科学者は自然の秩序や論理をどんどん発見しています。例えば人体がそうです。人体は実に良くできていて人間のそれぞれの特性はDNAにより決まっています。DNAは情報を保持するツールであり人間は実に良く設計されているものであることを科学者は発見しています。

多くの科学は設計者（神）を抜きにして宇宙や生命の誕生を説明しようとしています。進化論などはその最も典型的な仮説です。進化論はまだ仮説であって証明されている訳ではありません。科学は自然に関していろいろな説明をしようとするが根本的な問いである“存在する”という事に関しての説明はできていません。また人間の心の問題に対しての解決は与えません。進化論を信じるのであれば人間という存在は物質が作用しあって出来上がった存在であり、偶然の積み重ねで出来上がったものであれば人間の存在自体には意味がない、ということになります。

信仰には根拠があるのでしょうか？聖書は書かれている予言の成就や書かれている歴史の正確性により信じるに足る書物であることを自己証明しています。また多くの人が自らの体験を通して信じるようになっていきます。聖書に書かれている神の存在、人間が神の形に造られたこと、そして神が人間を愛する人格を持った存在であること、には根拠が十分あります。

ナーニア物語など数多くの本を書いたC S Lewisは次のように書いています。“科学は楽譜を見ることができるとは信仰は楽譜だけでなく詩を理解することができる。”

聖書にはこのような記載があります。“初めに、ことばがあった。ことばは神とともにあった。ことばは神であった。”オリジナルはギリシア語で書かれています。ここで書かれていることばとはギリシア語で「ロゴス」という語ですが、その本来の意味は私たちが通常用いている「言葉」ではなく、哲学的用語で存在、万物の原理を示し「知恵、英知」とも訳せる語であるようです。ここで書かれていることばとは神であるキリストのことを示しています。

科学だけで説明できないものが多くあります。自分の人生を考える時に信仰は不可欠なものだと思います。人生の意味や本当に大事なことを発見するためにも聖書に書かれていることを検討されることをお勧めします。

五十川祐久 <http://hirosogawa.com/>

# STOP HUMAN TRAFFICKING

## New Hope Foundation International

Vol: 11

Before traffickers take action, they first target a victim of human trafficking. Then, the trafficker invests in the victim - gaining her trust and loyalty. And lastly, they trick the victims into getting whatever they want through force, coercion or lies.

How do the traffickers find these girls? More and more through social media.

It's easy to find and get direct access to vulnerable girls via social media. All they have to do is pay them a compliment, befriend them, keep pursuing them to the point where the girls fall in love with them, etc.

This is becoming more of the mainstream way traffickers are targeting vulnerable victims. Thus, it's essential that we understand how social media works in enabling traffickers to prey on innocent and unsuspecting victims.

人身売買業者が行動を起こす前、まず人身売買の被害者をターゲットにします。次に人身売買業者は被害者に投資し、彼女たちから信頼と忠誠心を得ます。そして最後に、被害者を騙して力や強制、嘘などを使って欲しいものを何でも手に入れます。

密売人はどうやって少女たちを見つけているのでしょうか？その機会はソーシャルメディアを介してますます多くなっています。

ソーシャルメディアを介して脆弱な少女を見つけ、彼女たちに直接アクセスするのは簡単です。彼らがしなければならぬことは、褒め言葉をかけること、仲良くすること、少女が恋に落ちるまで追い続けることなどです。

これは、人身売買業者が脆弱な被害者をターゲットにしている主流の方法になりつつあります。したがって、人身売買業者が罪のない無実の被害者を食べ物にすることを可能にするソーシャルメディアの仕組みを理解することが不可欠です。

### New Hope Foundation International

Contact: Adia Lancaster

[adia@nhfinternational.org](mailto:adia@nhfinternational.org) for more information

Donate to: 316 E Bridger Ave, Suite 203 Las Vegas, NV 89101  
or online at <http://nhfinternational.org/give/>

### 酵素飲料とは？ 生物は酵素がなければ生きられないのです。

生命のあるところに必ず酵素があります。私たちが元気で生きていくには酵素の力が必要なのです。

生物は生きていくために必要なものを取り込み、それを分解したり、合成したり、調節したり、不要になったものを外に出したりと、体の中で色々な化学反応を絶えず行っています。こういった全ての反応を酵素が司っています。この酵素が足りなくなると、体のいろいろな代謝や消化がスムーズに行うことができなくなり、体の不調を起こし、病気の原因になります。酵素は体内で作られる酵素と体内では作られない、食べ物から取り入れる酵素があります。本来、食べ物には酵素がたくさん含まれているのですが、現在は農業や化学肥料で野菜や果物を栽培し、また加工食品を多く使用するようになった為に、食品に含まれる酵素がたいへん少なくなってきました。

私たち人間は魚、肉、野菜、穀物などの食物をとり、その中にある栄養素を酵素の同化作用により自分の体の筋肉や臓器、神経、血液などの構成物質に作り変えています。この酵素による同化作用がなければいくら食料があっても自分の肉体と生命を養うことはできません。酵素こそ生命体を維持する鍵といえるでしょう。すべての生命体は酵素をもっており、その働きによって肉体と生命を養っているのです。小は微生物から動物や植物、魚類を含めて、すべての生命体は酵素によって生命を養っています。酵素こそ生命体維持の基本であり、健康の根源であるといえるでしょう。この酵素は『生きた食べ物』に多く含まれます。特に葉草、野菜、穀物、果物など新鮮で土に戻せば芽吹く、生きている植物に酵素はたっぷり含まれています。また新鮮な野菜や果物にはビタミン類も多く含まれており、この豊富なビタミン類は酵素の働きを助ける助酵素、補酵素として働きます。化学肥料や農薬を使用した葉草、野菜、穀物、果物にはこの大切な酵素が少なく、また残留農薬や化学物質も蓄積されており『生命を養う食べ物』ではなく『体に害を与える食べ物』になっています。抗酸化酵素を製造するにあたり一番大切なことは『生命力の高い生きた食べ物』を原材料に使用することです。

酵素ドリンクの愛飲者からの証です。

20代女性 便秘気味で顔の吹き出物が増えたので、酵素がお通じにいいと聞いて『極み』を試してみたら、便秘もよくなりましたが夜勤明けでも身体が元気なのに驚きました。

60代男性 夜にアルコールを飲むことが多いのですが、寝る前に酵素を飲むと翌朝ね体調が楽なので今では日課にしています。

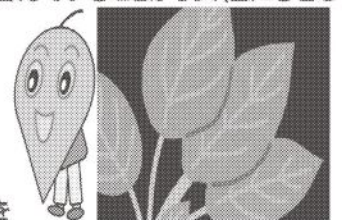
40代女性 薬でなく天然のビタミンやミネラルを摂りたいと『極み』を飲み始めて5年半です。仕事が忙しく体調を崩して食事が美味しくなくても『極み』だけは飲んでます。生活の中に無くてはならない物です。

参考表紙 AD [www.kiwamienzyme.com](http://www.kiwamienzyme.com) お問い合わせ (510) 264-0568

### 健康作りをサポート！万能野菜、モロヘイヤの持つ健康効果

野菜の王様とも言われるモロヘイヤ。野菜の中でも特に栄養価が高く、ほとんどの栄養がモロヘイヤ一つで摂取出来ると言っても過言ではないほど優れた野菜です。そのため、太古のエジプトでは栄養価の高さから王族以外は食べるのを禁じられていたとか。また、モロヘイヤは女性に嬉しい栄養素も豊富に含んでいることから女性にもぜひ食べていただきたい食材です。

動脈硬化を予防する——体内で日常的に発生する活性酸素。増え続けると血中の脂質を酸化させ、動脈硬化を引き起こす恐れがあります。動脈硬化は進行すると様々な生活習慣病の原因ともなりますので、予防をしておくに越したことはありません。



モロヘイヤに含まれるβ-カロテンやビタミンEには体内の活性酸素を除去する働きがあるので、血管を若々しく保ち、動脈硬化を予防、改善します。また、モロヘイヤにはポリフェノールの一種、ケルセチンも含まれています。強い抗酸化作用を持つケルセチンはビタミンC、Eとともに動脈硬化を予防・改善する働きがあります。また、ネバネバ成分のムチンにも余分なコレステロールを吸収を抑える血中のコレステロール値の上昇を抑える働きがあります。

#### 高血圧を予防する

野菜や果物に含まれることの多いカリウムですが、モロヘイヤにも含まれています。カリウムは体にとって不要な塩分や水分を体の外へと排出する働きがあり、普段それらを多く摂取している方には積極的に摂っていただきたい成分です。塩分の摂り過ぎは高血圧を引き起こす原因にもなります。しょっぱいものが好きだったり、塩分の多い食事をしている方はモロヘイヤを食べて高血圧を予防しましょう。

#### 糖尿病を予防する

ムチンには糖の吸収を穏やかにする働きがあります。食後、血糖値は上がるものですが、血糖値が上がった状態が続くと糖尿病を引き起こす恐れがあります。モロヘイヤは血糖値の上昇を抑えてくれるので、糖尿病予防にも適した食材です。

#### 骨粗鬆症を予防する

カルシウムと聞くと乳製品や小魚といったものに多く含まれているイメージがありますが、意外にもモロヘイヤにも含まれています。実はモロヘイヤのカルシウム含有量はほうれん草の5倍、牛乳の2倍近くもあるんですよ。カルシウムは不足すると血中カルシウム濃度を一定に保つために、骨にあるカルシウムが血液中に溶け出します。この状態が続くと骨粗鬆症になります。そのため、日常的にカルシウムを摂らないとどんどん骨がスカスカになってしまうんです。また、骨粗鬆症対策にはカルシウムを骨に定着させるビタミンKの摂取も重要となってきます。

モロヘイヤはビタミンKの含有量も豊富。食べるだけで骨粗鬆症対策が出来ますよ。特に女性は男性に比べて骨粗鬆症になりやすいですから、普段から意識して食べたいですね。

#### 貧血を予防する

鉄分にはヘモグロビンの量を増やし、貧血を予防する働きがあります。血液中の赤血球に含まれるヘモグロビンは全身の組織に酸素を届ける役割を持っています。しかし、鉄分不足により減少すると細胞まで酸素が行き届かなくなり、顔色が悪くなる 息切れする 立ちくらみがある 疲れやすくなる といった貧血の症状が現れます。モロヘイヤは食べるだけで貧血を予防することが出来るのです。また、モロヘイヤには鉄の吸収を高めるビタミンCも含まれていますから、効率良く鉄分を体に取り込めます。

モロヘイヤから創られたグリーンヌードル [www.greenoodle.com](http://www.greenoodle.com)

### 改革が必要なアメリカ



No. 48 「新政権—めでたし?」

バイデン新政権が発足した。早速に大量の大統領令を發布する。トランプ大統領の時の何倍もの速度だがマスコミはその時のような非難はしない。そして国民の大半はニュースをそれらマスメディアに頼っている。第四の政治権力と言われるマスコミがそれであってアメリカと言う国が今後どうなっていくのか、自分の子や孫の全員がこの国に住んでいる以上強い関心を寄せざるを得ない。

新政権の課題は①コロナ対策、国内の②安全と③経済、そして世界の平和のための④外交とだろう。

①コロナ対策としては新政権が誕生すると同時に、それまでの言説を全くひっくり返して「コロナ対策として新しく出来ることは何もない」と本音を暴露した。しかしトランプ時代に拍車を掛けて開発がなされたワクチン接種が可能になったことで数か月後には劇的な改善が見込まれるだろう。

②安全に関してはこれもアンチファやBLMの今までの応援に対して、驚いたことに裏切りを以て強い態度で報いているようで、見通しは明るい。メディアが邪魔をする気配がないので新政権は強権をもってしても反乱に挑むことが可能だろう。しよせん彼等反乱分子は組織され訓練された各地の警察やましてや軍隊の敵などではないのである。治安維持のためにどんどんしよつ引いて処分すれば良いのである。

③これには心配が残る。トランプ氏の時は氏自身がビジネスマンであったせいか経済は空前の景気を迎えたが、上記①や②のように政策で決まるものでもなくて国民の心理によるところが大きいからどうなるやら、楽観は出来ない。

④外交に関しては新政権誕生前に心配されたようなことはなく、アントニー・ブリンケン新国務長官は中国に対して強い態度で臨むとし、それには議会在後盾となるだろうからこれもあまり大きな心配はないようだ。

とは言え、大統領令への矢継ぎ早の署名の時に「自分は何に署名しているのか分らん」とつぶやきながら署名をするバイデン氏を見ていると誰に手繰られているのだろうという不安はぬぐえないし新大統領令の数だけの心配はあるにはあるが、就任式前に予想・心配したほどの大きな問題は今のところないようだ。ただ上記四分野はいずれも相手のあることだから、これからどのように展開してゆくか十分な関心を以て見守って行く必要はあるだろう。ひとまずはめでたしめでたしとておこつか。(了)

朱鷺田 aahtokita@gmail.com

### A way of life to focus on

By Pastor: Toskio Maehara

Around December of last year, I received an email from a friend. His second son, J, is being trained under a professional coach in Japan and the United States to become a professional baseball player. In Japan, it seems that children who aim to become professionals start training with a coach from the age of two or three. J is now 12 years old. From that mail, I was told that there is a principle difference between Japanese-style training on batting and his American-style training.

Focus on the stitching of the ball.

It seems that batters are trained to be able to read the seams of a ball as it is thrown to them. Pitchers throw balls at speeds of 90 or 100 mph. Professionals are trained to recognize the seams of the ball, which is a godsend. However, there seems to be a difference in the training of hitters between the two countries. In Japan, hitters are trained to bat according to their physical strength and height, while in the U.S., hitters are trained without regard to their physical strength and height. The point, he says, is that "focus" is important. The key is to focus on the form of the ball so that you can see the ball being thrown to you. This is the difference in batting between Japan and the U.S. My friend said that this is the difference between Japanese and American professional baseball players. He was also a college baseball player, so he knows baseball. He says that he teaches them the best form to be able to see the pitch being thrown, to bite on it and keep their eyes on it. The important thing here is to focus, to keep your eyes on the ball, and to stay on the ball.

Mary's Focus

Once upon a time, when Jesus was on his way to Jerusalem, he and his disciples stayed at the home of two sisters, Mary and Martha. While Martha is busy entertaining the guests, Mary is clinging to Jesus' feet, listening carefully to every word he speaks so as not to miss a word. Martha is annoyed with Mary for listening to Jesus instead of helping with the hospitality, and she complains to Jesus, "Lord, do You not care that my sister has left me to serve alone? Therefore tell her to help me. And Jesus answered and said to her, "Martha, Martha, you are worried and troubled about many things. But one thing is needed, and Mary has chosen that good part, which will not be taken away from her." (Luke 10:40-42) Focus!

Focus on how to live:

Last year, 2020, was an unprecedented year for the Corona disaster. In a nutshell, it was the stress and frustration of being trapped in our homes, unable to do anything with our free time. As a church, we encouraged people to use their homes as a place of worship, but I don't think that was enough to deal with the situation. It is important for each of us to have something meaningful to focus on.

What did Jesus teach Mary and Martha? It is a focused life, a selective life. A life without choice, where we just let time take its course, can be a waste of life. Especially in this time of pandemic, it is easy to become dizzy and lose precious time. Through the story of Mary and Martha, Jesus Christ teaches us how to listen and focus on the word of God. I pray that God will guide your life and bless you in the new year.

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

### 歴史から学ぶ日本の心

Mari Hanabusa

sakurastart1@gmail.com

No.25

### 崇神天皇

有難いご縁があり、未熟ながら再度コラムを書く機会をいただきました。どうぞよろしくお願いたします。昨年8月にZoomで参加した日本精神復興促進会の勉強会で、疫病をはらった崇神天皇の事を教えてもらった。日本は古来、現代医学もない時代に何度も疫病が流行っているが日本も日本人も滅びていない、という事に気づき気持ちが明るくなった。第10代天皇の崇神天皇が即位したのは、皇紀564年(紀元前97年)つまり2100年も前にどのように疫病を退散したか、この会で学んだことを簡単にご紹介したい。(皇紀は初代神武天皇が即位した年が元年)崇神天皇の御代に、原因不明の疫病が流行り日本の半分の人口が失われた。事態を悲しんだ崇神天皇は、天の神々に祈られた。しかし疫病は収まらなかった。そこで、天皇は自分の神々への敬う気持ちが足りないのだと反省し、沐浴齋戒して心身を清め、宮殿も掃き清め、何が原因なのか夢で教えてほしいと再度祈った。すると大物主神(オオモノヌシノカミ)が夢に現れ「我が子、太田田根子(オオタタネコ)をもって私を祭れば世は平安になる」と言った。大田田根子を探し出して神主とし、奈良の三輪山で大物主神を祭ると疫病が鎮まり国内は平和になったという。大物主とは、初代神武天皇の皇后の父で、大和の土地神であった。つまり、天津神(天上の神々)は祭司の役割がある天皇によって祀られてきたが、大物主などの国津神(土地を守護する土着の神)への敬いがおろそかになり不自然な状態だった、ということだろう。感動したことは二つあった。一つは、崇神天皇が最初の祈りで疫病が収まらなかった時、自分を反省し、心身と場を清めてお祈り直したことだ。日本の中心にある天皇のこの謙虚な姿勢は、2000年かけて日本人

一人一人にも良い感化を与えて続けて今の日本文化が出来上がったのではないだろうか。事に当たって、自分を正当化し相手の責任になるとホッとするようなアメリカ生活をしている自分が恥ずかしくなったと共に、この逆の自信の内奥へと掘り下げて自戒し場も心も清める日本文化に触れ、心が洗われるようだった。2つ目に感動した事は、大物主への敬神の心を怠るという不自然な状態を改めたら疫病が収まったということである。大物主は土地を治める神であるから、大物主を祀るという事は、自然を敬い自然と調和する、ということ。そうすると疫病が収まることにつながるのか。この会を発足した大塚寛一先生の「世の中上手いかわない」と嘆く人が多いが、自分の心の鏡を磨くこと、それが先決問題である。心の鏡を曇りをとることが最も近道であり、宇宙原則にもなっている」という言葉と「怖いのはバイ菌ではない。なぜなら、流行病があっても亡くならない人もあるからだ。バイ菌に侵されるような不自然で不合理な生活状態を続けることが恐ろしいのである。そういう生活を改めることが肝心である」という言葉を教えてもらった。なるほど、今世界中の民が心身ともに困難なコロナ禍、一人一人が心の曇りを一つ一つ取り去り、自然を無視した不自然な生活や人との調和を失った生活を改め調和のある生活をすれば、流行病による混乱摩擦は収まる。こんな宇宙の原則と言っても良い叡智を2000年以上も前から国の中心である天皇が率先して実行してくれ、私たち一人一人に良い感化を与えてくれている有難い国に感謝した。

お買い求め出来ます iMac \$399 HP \$399 Lenovo \$249

## コンピュータの販売・修理・サポートならお任せ!

ISC Computer

「スタマサのISC Computerは法人および個人を対象に、コンピュータの販売・修理・サポートなど多種多様なサービスを日本語で提供する専門店。お客さまのコンピュータ環境やライフスタイルに合わせて提案型サービスを行います。モニターとしていままこと話すのはISCUSA代表を務める桑原トマスさん。

「同店が提供する『無料見積もり』は、まさにそのモットーが集約された手厚いサービス。正確な修理費をお伝えするのはもちろんですが、修理するだけの価値があるのか、新しいコンピュータを購入したほうが良いのか、などと具体的に判断し、さまざまなオプションを含めてお客さまのご提案するようになっています。」



1 16年にわたり法人・個人対象のコンピュータ関連業務を行っている桑原トマスさん。営業時間内であれば持ち込みにも対応してくれるとあって、緊急の場合も非常に心強い  
2 『無料見積もり』はその日のうちに、また修理期間は48時間以内\*とスピーディな対応が魅力(※部品取り寄せなどの場合を除く)  
3 同店ではコンピュータの販売も行っている。「予算やニーズに最も適したコンピュータをお勧めいたします(桑原さん)」



ISC Computer (Information Systems Consulting)  
631 Paularino Ave. Costa Mesa CA 92626  
(949) 756-9210 (日本語)  
www.iscus.com

営業時間: 月~金 9:30am ~ 6:30pm 10AM~5PM  
土 10am ~ 5pm Close

～新時代への語り～  
Voice #15



ボールの縫目にフォーカス:

バッターは投げられてくるボールの縫い目が読めるように訓練を受けるようにです。ピッチャーは90、100マイルの速度で投球します。そのボールの縫い目を見かける訓練をする訳ですから、プロは神わざです。ところが、バッターの訓練には両国に違いがあるようです。日本は日本人の体力、身長に合わせたバッティングを訓練し、アメリカは体力や身長を度外視して訓練をするそうです。ポイントは「フォーカス」が大事だと説く。では、どんなフォームか、それは投げられてくるボールがよく見えるようなフォームを教えるとの事です。これがバッティングの目録の違いで、友人はこの違いが日米のプロ野球選手の違いと説く。本人も大学の野球選手で野球を知っている人間です。投げられてくる球がよく見えるようにその球に食いついて目を離さない、

フォーカスある生き方

牧師:前原利夫

それができる最善のフォームを教えるそうです。ここで大事な事は、フォーカス、ボールから目を離さない、ボールに食いつく事です。人間の生き方にもこのフォーカスは大事なポイントですね。

マリヤのフォーカス:

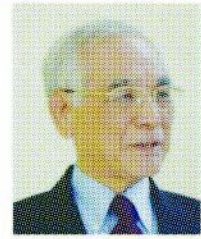
その昔、イエスはエルサレムに上る途上、弟子達と共にマリヤとマルタという姉妹達の家を宿にしておられた。マルタは大切なゲスト達のために接待に勤む一方、マリヤはイエスの足元にしがみつ、イエスの話す言葉を逃さない一言一言を大事にフォーカスして聞いているのです。マルタは接待の手伝いをしないでイエスの話に聞き入っているマリヤに対してイライラ落着かず、イエスに文句です。「主よ。妹が私だけにおもてなしをさせているのを、何とも思いこならないのでしょうか。私の手伝いをするように、妹におっしゃってください。」主は答えて言われた。「マルタ、マルタ。あなたは、いろいろなことを心配して、気を使っています。しかし、どうしても必要なことはわずかです。いや、一つだけです。マリヤはその良いほうを選んだのです。彼女からそれを取り上げてはいけません。」(ルカの福音書10章40～42節)。フォーカス!

生き方にフォーカス:

昨年、2020年はコロナ禍未曾有の年でした。一言で言うと、自宅に閉じ込められ、自由な時間があっても何もできない状態で、ストレスとフラストレーションを抱えたことです。教会としては自宅を礼拝の場とするように励ましましたが、それで十分対応出来とは思いません。私たち一人一人がフォーカスできる有意義なものを待つことが大事です。

イエスは、マリヤとマルタ姉妹に対して何を教えたのでしょうか。それはフォーカスある生き方、選択的生き方です。時の流れに身を寄せて委ねるチヨイスのない生き方は人生を無駄に過ごすことになりかねません。特にこのパンデミックの時はフラフラと大切な時を失ってしまいます。神の言葉にしっかり耳を傾けフォーカスする生き方を、マリヤとマルタ姉妹の話を通してイエス・キリストは教えてくれています。

新しい年、神が貴方の生き方を導き祝福して下さいようお祈り申し上げます。



牧師:前原利夫

前原さんはフルブライト奨学金でハワイ大に留学、USCからMBA取得、フラ神学校卒、牧師になるべき準備、訓練を受ける。

著書に「聖書が語るビジネスの原則」「サクセスストーリー:小さな島から世界を飲む」。

Gospel Venture International Church (GVIC) GVICは1994年、トランス市で誕生。前原利夫さんはビジネスのコンサルティングをしながら、ホテルで始める。毎日曜日礼拝を開いている。礼拝は11時から12時半。サンデースクール、英語部も同じ時間で開かれている。

EMail: tmaehara@gospelventure.com  
HP: www.gospelventure.com

ゴスペルベンチャーインターナショナル教会  
Gospel Venture International Church (GVIC)  
17811 South Western Avenue, Gardena, CA  
90248 U.S.A. Tel. (310) 527-6112  
www.gospelventure.com/

幹細胞活性化パッチの秘密が明らかにされました。

この幹細胞活性化パッチは、体内の銅ペプチドGHKを自然に上昇させることを発見しました。銅ペプチド。GHKは(グーグルのウィキペディアで検索できます英、日共)健康、癒し、再生の「聖杯」として科学的な分野で尊敬されている物質です。幹細胞活性化パッチは、人間の体内でこの特定の銅ペプチドを安全に高めるために設計された技術を作成した世界で最初のパッチです。

この幹細胞パッチの光線療法パッチ技術までは、人間の体内に既に存在する自然バイオの利用可能な銅ペプチドを昇格したり増加する証人された方法はありませんでした。

(銅ペプチドGHKの利点)

この銅ペプチドが幹細胞を活性化し、創傷治癒、免疫細胞を引き付ける力、抗酸化作用及び抗炎症作用、皮膚線維芽細胞におけるコラーゲン、及びグリコサミノグリカン合成の刺激、血管の成長を促進します。GHKはヒト遺伝子の発現をより健康的な状態に逆転させます。この銅ペプチドは、体自身の皮膚細胞を幹細胞に変換します。つまりこの銅ペプチドがあなたの体に上昇している限り、あなたの幹細胞が不足することはありません。これこそが私達が常に幹細胞活性化パッチを使用している沢山ある理由の一つの大きな理由です。

この幹細胞活性化パッチについての詳細を学び簡単に他の人とこの製品や機会を共有するための新しいアプリがあります。私達がここに持っている物の意味を理解している人たちは、将来数十億ドルの機会に成長する理由を、明確に見ることができます。この製品に関しては、競争相手は、全くありません。私達は、完全に世界中の多くの人々の生活に、積極的に影響を与える事が出来、癒しと再生の「聖杯」を高める特許を取得したパッチの技術を持っています。

現在、世界100以上の国々の人達が恩恵を受けています。次はあなたの番です。毎月セミナー行っていますので、興味のある方は連絡お願いいたします。

メール: stemcellact@gmail.com 909-861-7043 Mizまで。

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。



在宅で仕事!

増毛 2ヶ月

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、家にお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27000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 909-861-7043 Mizまで

ぶらっと観光

～OC界限～

本格的なハイキングが楽しめる場所、

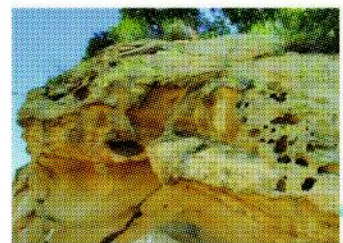
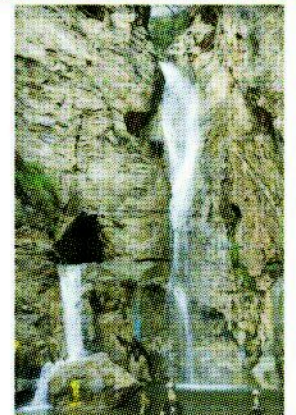
Black Star Canyon Falls Trail

をご紹介します。

ブラックスターキャニオンフォールズは、オレンジカウンティであり知られていない素晴らしいハイキングコースの一つです。それは滝が簡単にハイキングのできる道路からわずか0.8マイルしか離れていないにもかかわらず、この0.8マイルは、オフトレイルハイキングを始めていない人にとっては比較的難しい場合があり、多くのハイカーは滝に到達する前に諦めます。未舗装の道路の最初の2.5マイルは比較的楽な1時間ほどのハイキングですが、条件や熟練度にもよりますが、そこから川床の上の滝に到達するには、さらに1～2時間かかると予想されます。オフトレイルハイキング。これを乗り越えることができれば、ブラックスターキャニオンフォールズに到達して、この素晴らしい冒険を楽しむことができます。滝の大流量は通常雨季にのみ発生します。ハードなハイキングコースですが、それでも楽しいハイキングであり、静かで美しい場所です。

Black Star Canyon Falls

ブラック・スター・キャニオン・フォールズ



「T&K パソコン教室・日本語教室」

tkyokoclass.wordpress.com  
(949)542-7197  
クラスのお問い合わせは洋子まで



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. 118 (ウイルス)

変異種も見つか、新型コロナの威嚇はまだ続いています。日本時間の1月30日時点で世界全体での感染者数は1億2百万人を超え、死者数は2百20万人を超えています1)。

ウイルスは遺伝情報(ゲノム)を脂肪膜で包んだ粒子にすぎません。目にも見えない微小な「生き物」でもないウイルスが、できるだけ多くの人に感染して増殖していくことを「使命」としているように振舞っていますが、ウイルスとは何者なのか。

ウイルスは電子顕微鏡等を使わないと見えませんが、その大きさは、「大体、地球を人の大きさに例えると、ウイルスというのは赤ん坊程度であるというふう言われています。想像してみますと、赤ん坊ひとりが地球に入ってきて1日や2日そこで地球全体を侵していく」2)のようなもので、まさに驚きです。

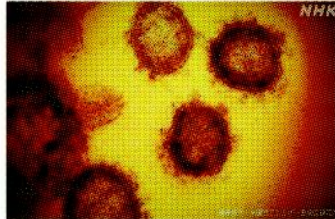
また、地球上にいるウイルスの数は1000種(ジョウ)個(億や兆を遥かに超える「穢」という単位があることも知りませんでした)とい

うことで、これはウイルス粒子を一直線上に並べると、その長さは銀河系65個分の長さになる2)ほどのまさに天文学的な数ということです。細菌も含め地球上の生物は全てウイルスに感染しているそうです。

ウイルスの中にはレトロウイルスのように感染した生物の遺伝子に入り込みその一部になってしまうものもあるようで、人間では遺伝子の8%~9%、ネズミでは10%以上がそれらウイルス由来(ウイルス化石)ということで、ウイルスは人間が誕生するずっと前から存在していたようです。これらウイルス化石は有益な働きをしているものも多く、胎盤形成に関与したり、病原体に感染したときに免疫反応をスタートさせたり、ウイルス感染したときに病気の発症を抑えたり1)、また、ガンと闘う3)ものもあるようです。

新型コロナウイルスは運が悪く人間に有害なウイルスですが、有益なものもあり、いずれにしてもウイルスは人間と長い間共生していると言えます。

なお、新型コロナウイルス関連の発明(検査、治療、マスク、予防、抗体等)も先月時点で35件特許化されており、通常は数年かかる審査ですが、新型コロナ関連特許では平均155日と短く、最短で出願から特許まで58日という最短記録の特許(COVID-19感染の治療薬、特許番号10,729,735)もありました。しかし、まだワクチンの



特許はないようです。ところでアリスーパー(Alice Cooper)はもう70歳を超えていますが、いまだ現役で、新型コロナに対して「Don't Give Up」という歌を昨年5月に公開しています。「我々の敵は冷酷で、無差別のモンスター。それは年寄りか赤ん坊かに関係なく、葬るために存在している。あなたも私もどうでもいい存在。ハートもソウルも良心もない。怖い?はい。縮こまる?絶対ない。我々は熱意も根性もある人類だ、我々は勝つ!」

- 1) NHK ニュース  
(<https://www3.nhk.or.jp/news/special/coronavirus/world-data/>)
- 2) <講演4>ウイルス化石が語る生命の進化、朝中啓造、  
<http://hdl.handle.net/2433/227535>
- 3) 「ウイルスと地球生命」、山内一也、岩波書店  
(上記は一般論又は個人的見解で、個々のケースでの法律アドバイスを目的としたものではありません。)

**Law Office of Katsuhiko Arai**  
22471 Aspan Street, Suite 205C  
Lake Forest, CA 92630  
Tel: 949-457-8296  
Fax: 949-457-8297  
E-mail: karai@kapatlaw.com  
[www.kapatlaw.com](http://www.kapatlaw.com)

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. 166 By Mrs. Mitsuko Ota

2021年、「血液サラサラ」を考えよう。



もう今年も2月になりましたが、1か月前にダイエットや健康な食生活を新年の抱負にした方も多いのでは。そんな方は、あきらめずにこのまま続けてください。



健康に過ごすことで 糖尿病など防ぎ、コロナでも重症にならないですむかもしれません、

糖尿病は欧米人に多い気もしますが、現在は、日本国民の10人に3人までが糖尿病患者または、予備軍といわれるまでになりました。しかし、痛くもかゆくもないからと比較的のんきに構えている人が多い事実です。

糖尿病を放置していたら、コロナで重症化する確率が上がるだけでなく、失明や足の切断、人工透析を余儀なくされることもあることを覚えておいてください。

また肥満や糖尿に代表される、「生活習慣病」は脳梗塞、心筋梗塞、高脂血症、内臓脂肪、高血圧などにつながり、病気のデパートになる危険性が高いことを覚えておいてください。

世界一の長寿を誇る日本人ですが、糖尿病患者の場合、その平均寿命はやっと67歳というのが現実。ある調査報告では、欧米型の同じような食事を続けた場合、日本人はアメリカ人の約3倍も糖尿病にかかりやすいといえます。

糖尿病に限らず、現代人を襲う病気は、血液の流れがスムーズでなくなることで無関係ではありません。血液がドロドロになって流れにくくなれば、血管そのものがポロポロになり破壊されて、時には死につながる恐ろしい病気におかされてしまう。血液の健康を守る(糖尿病の予防・改善)には、食事の改善と運動が必要で、やれば必ず成果がでますが、その前にまず「良い水」をたっぷり飲むことが肝心。水は血液をサラサラにし、身体の隅々まで生き生きした細胞の活動を促してくれます。良い水で、血液をサラサラにし、糖尿やコロナから守っていきましょう。

移転しました

当社SantaAnaのオフィスが同じ棟ですが#112に変更になっています。

どんなことでもお問合せ下さい!

Toll Free 1-877-259-6716  
[www.pi-water.com](http://www.pi-water.com)



**水の水で健康的な美しい体を作る!**

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。

パイウォーターに関するご質問、資料のご請求などはお気軽に!  
Toll Free 1-877-259-6716  
[www.pi-water.com](http://www.pi-water.com)  
e-mail: contact@pi-water.com

Water Quality Member  
**Pi Water, Inc.**  
3301 S. Harbor Blvd., Suite 103, Santa Ana, CA 92704  
Tel. 714-857-2424 Fax. 714-857-4300

**着物 DE 遊び**

第90回

**着物 DE サックス**

**着物インストラクター**

Toshiko Okawa

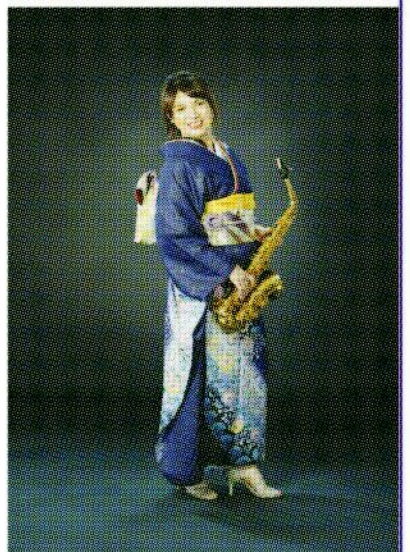
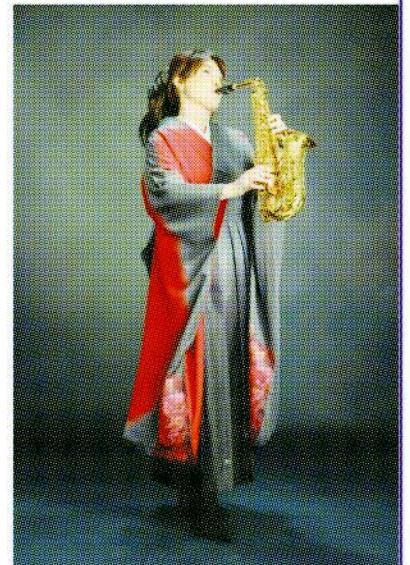


2月8日、Japan Foundation Virtual Concertで演奏をされることになった小澤奈緒美さんは、Torranceで6つの木管楽器+ピアノ演奏の他、Jazzの作曲、音楽クラス、そして震災支援活動など幅広く音楽活動をされるスーパーレディです。

ウィーン国立音楽大学留学やニューヨークの大学院での体験談を伺っているうちに、軽〜く「着物 DE サックス」してみましようかという話になりました。「成人式以来の振り袖です!」ということで話がまとまり、早速翌日には振り袖、帯、小物選び、着物合わせとトントンと進みました。これからの音楽活動のことも考えて、コンサートを意識した衣装選び、10年来のお付き合いのヘア、メイクアーティストのスケジュール調整、成人式や結婚式着付けの日は頼りになる20年来のお付き合いのカメラマンのスタジオでの撮影となりました。

早朝からの撮影準備でしたけれど、奈緒美さんのサックス、オーボエ、そしてお嬢様のバイオリンの音色を聴きながら、まったりと贅沢で思い出深〜い撮影風景がみられた一日でした。

Japan Foundation Virtual Concert inf.  
<https://www.jfaloc.org>  
Naomi Ozawa: [www.naomish.com](http://www.naomish.com)  
Joey Ikemoto: Joey Ikemoto Photography  
Hair, Make: Michi Suzuki  
Kimono: Toshiko Okawa



TEL 562-787-5060  
[www.kimonohime.com](http://www.kimonohime.com)

Email [kimonodressing@ca.rr.com](mailto:kimonodressing@ca.rr.com)  
エッセイ集 [vipbizus.com/wp](http://vipbizus.com/wp)

**無料 Zoom メディケア セミナー**



**メディケア・アドバンテージはまだ変更できます**

以下の掛け金 \$0.00 のメディケア・アドバンテージに変更しませんか?

- 掛け金が全く無しで、歯の治療費を\$2,000 (LA, OC Counties 等)まで払って来て、どの歯医者 (Opt out Dentists 除く) にも掛けられるメディケア・アドバンテージ
- Part B の掛け金 \$148.50 の内、\$125 を負担してくれるメディケア・アドバンテージ (年 \$1,500 のセービング)

無料 Zoom セミナーを 2月13日、27日 土曜日 午後1~2時に開催します

セミナー参加ご希望者は: ご希望のセミナー名を明記し ① ご希望の日にち ② 姓名 ③ 生年月日 ④ 住所 ⑤ 電話番号 ⑥ Zoom 用メールアドレスを [INFO@HOKEN411.COM](mailto:INFO@HOKEN411.COM) の桐原までお送りください。尚、お申し込み、個別相談、Zoom Meeting にも応じています (310) 381-9505 ※ ご相談、手数料は無料です





抹茶ベリーマフィン

今日は St. Valentine Day にちなんで♡

日本ではチョコをあげますが、アメリカでは花束を男性から頂きます♡

このシーズンは甘い気分を楽しんじゃいましょう♡

抹茶マフィンにホワイトチョコとベリーで可愛くしてみました♡

抹茶の風味が生かされているので、甘ったるい感じではなく大人なマフィン♡

今回は生地を膨らませるために重曹を使って見ました♡

重曹はお掃除などでも使われるのでと思う方も居るかもしれませんが

食用の重曹は食べる事ができるので安心して下さい♡

ぜひ Green tea muffins で Tea time を楽しみましょう♡

【材料】6個

- ★全粒粉 50g
- ★アーモンドパウダー 50g
- ★ココナッツシュガー 50g
- ★ココナッツオイル 20g
- ♡アーモンドミルク 1/2カップ
- ※好きなミルクを使って大丈夫♡
- ★抹茶 小さじ1
- ♡卵 1個
- 重曹 小さじ1
- りんご酢 小さじ1
- 冷凍ミックスベリー 1カップ
- ※もちろんフレッシュでも大丈夫♡
- ホワイトチョコ 1枚(50g)



【作り方】

- ①ボールに★の材料を入れて混ぜる。
- ②重曹にりんご酢をかけて♡と混ぜる。
- ③オーブンを200度に温める。
- ④①に②を入れてミックスベリーとチョコレートも細かくして混ぜる。
- ⑤マフィン型に入れて200度のオーブンで20分焼く。

Written by Shanti Yoga & Exercise  
Instructor: Fuuka  
Email: shanti4214.richest@gmail.com



健康と美肌の為に 魔法の水・・・水素水

水素おじさんのちょっと良い話

お茶に「コロナ抑制の効果」…カテキンが関係する可能性

奈良県立医科大学(同県橿原市)は27日、新型コロナウイルスが市販のお茶によって無害化する効果を確認したと発表した。基礎研究段階で人での効果は未確認だが、試験管内でウイルスが1分間お茶に触れることで最大99%が感染力を失っており、感染対策の一つとして期待。



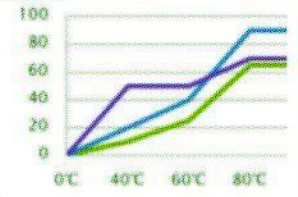
実験は、矢野寿一教授(微生物感染症学)の研究チームが実施した。実験ではペットボトル入りの緑茶や紅茶など約10商品を使用。試験管内でウイルスとお茶を混ぜ、経過時間ごとの感染力を持ったウイルスの量を検査した。最も効果が高かったのは茶葉から淹(い)れた紅茶で、感染力のあるウイルスは1分間で100分の1、10分間で千分の1以下にまで減少した。矢野教授は、人への効果について「可能性の段階」とした上で、「インフルエンザでカテキンの効果は確認されており、お茶を飲むことで同様な効果が期待される」と話した。矢野教授によると、カテキンはインフルエンザウイルスなどの表面にある突起状のタンパク質に付着し、感染力をなくすことが確認されており、新型コロナでも同様の効果が推測されるという。産経新聞ニュースから引用…

カテキンの効果的な摂り方

カテキンはポリフェノールの一種で4種類あり、各成分の比率により免疫力の働きの発揮しやすさが違うと言われています。カテキンは高温で溶けやすい性質を持っていますが、冷水で抽出すると、より効果的な比率となりマクロファージを活性化させ、免疫力を高めることがわかってきました。

水だし茶は、旨味が多くカフェイン抽出を抑えられる

水出しすると、カフェインが抑えられ、また苦味・渋味も抑えることができます。そして、アミノ酸(旨味成分)を多く引き出すことができるので、お湯で淹れるよりも旨味をより強く感じます。



茶葉のビタミンCは、水溶性なので水に溶けやすいですが、熱に弱い性質があります。緑茶に含まれるビタミンCは、カテキンがビタミンCを安定に保ってくれるので比較的壊れにくく、水出しすることで熱にさらされることなく摂取されます。皆さん、家で簡単に作れる美味しい水素水だし緑茶を飲んで元気に頑張りましょう!!

Diles In, Inc.  
19099 Beach Blvd. Huntington Beach, CA 92648 TEL 949-331-2040  
Web site: English www.diles-in.com Japanese www.aquolia.com

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



訪問診療します 30年の経験

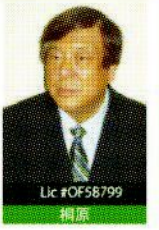
針による自然治療法  
カイロによる脊椎の歪み矯正

- 交通事故障害
- 体の痛み歪み
- 頭痛 ストレス
- 不眠症 婦人病
- ウエイトコントロール
- 美容針 骨盤矯正
- メタボ 難病
- 難しいケース
- その他
- 健康のグレードUP!

エッセンシャル健康センター Dr.佐々木 正春 D.C., L.Ac.  
丸山-アリ-ちづる L.Ac.  
17502 Irvine Blvd Suite A 月-金 8:30-6:00  
Tustin CA 92780 土 8:30-1:00  
TEL 714-665-1354 取扱い保険: PPO HMO 旅行保険  
www.dr.sasakihc.com メディケア 学生保険PIA



無料 Zoom リタイアメント、ファイナンシャル・プランニング



アヌイティーは株式市況に影響されない、ローリスク、ハイリターンの一種類の保険商品です

- 401(k)、銀行預金、IRA から税金、手数料なしで資金を移せます
- 元金と毎年の運用益を守りながら資金を増やせます
- 移した資金を元に一生保証された収入を受け取り続けることができます

無料 Zoom セミナーを 2月13日、27日 土曜日 午後3時～4時に開催します

セミナー参加ご希望者は: ご希望のセミナー名を明記し ①ご希望の日 ② ③ 生年月日 ④ 住所 ⑤ 電話番号 ⑥ Zoom 用メールアドレスを INFO@HOKEN411.COM の桐原までお送りください。尚、お申し込み、個別相談、Zoom Meeting にも応じています (310) 381-9505 ※ご相談、手数料は無料です

住めば都 民主主義の危機

バイデン新大統領が誕生してもなお国は分断し政治は混とんとしているように見える。トランプ前大統領はあくまで敗戦を認めず選挙は違法に行われた結果自分は敗れた、と大々的にメディア・演説などを通して主張していた。最終的な選挙人投票の結果認定の審議をしている最中、トランプの扇動に呼応した支持者が連邦議事堂内に乱入し死者までが出る騒ぎとなった。僅差で負けたのでリカウントなどいろいろな連の法的プロセスをへて、最終的には結果を受け入れ潔く負けを認めるのが民主主義の根本なのだが、トランプとその取り巻き連はそれを無視しあくまで選挙結果を覆そうと暴挙に走ってしまった。そして自らジョージア州の共和党幹部に電話をかけた一時間にもわたって票の数を自分に有利に計らうよう強要した。これだけでも弾劾追訴で糾弾されてもいい行為だ。選挙は不正に行われたと喧伝するために暗躍した弁護士たちがあまたいるがその中でもシドニー・パーヴェルは選挙で使われたマシンのソフトウェアは南米の社会主義国が絡んでいる不正の温床である、と証拠もなしに断言した。地味に努力を重ねここまでネーム・バリューを上げてきたドミニオン会社にとっては計り知れない打

撃となる。カナダで開発されそれほど大きな会社ではないが統計の分野でこれから伸びると期待された。今日に至り生存が危ぶまれているが、1500億円の損害賠償を求めてパーヴェル弁護士を相手取り訴訟に踏み切った。更に、前ニューヨーク市長のジュリアーニにも同様の訴訟を起こした。突き詰めて言えばトランプ陣営はそこまで切羽つまっていたということだろう。なりふり構わずテキサス州上院議員クルツ、ミズアリー州上院議員ホーリーらトランプを支持する者たちはあくまで選挙の正当性を認めず、無駄な足掻きとしての連邦会議を招集していた。そこへこのトランプ支持派の暴徒がなだれ込み不幸がおきたわけだ。この失態は世界へ伝達される。最も民主主義を重んずるアメリカで非民主的暴挙が起こってしまった。画面では必至に止めようと警察警備隊が暴徒ともみ合い、逃げ場の失った議員達の悲壮な様子が画面に伝わってきた。これだけ実際に恐ろしい目に会えば一部の共和党議員を加え民主党は弾劾追訴へと持ち込みざるを得ない。二度とこうしたことが起こらないよう全てを検索し責任をたずす必要がある。「選挙」は「憲法」と並び最も大切な民主主義の要の一つである。自分の思い通りに行かず



都合が悪くなったからと言って力で制するものではない。弾劾追訴が失敗した場合トランプ前大統領は次期大統領選に出馬する可能性があるが、政治的賭けに出たクルツなどの有力な共和党議員次期大統領候補にとっては頭痛の種となるだろう。唯、いまだ相当のトランプ人気を抱えている状況であり、バイデン新内閣が4年のあいだに経済的に失墜すればトランプの復活はありうるかもしれない。それにしてもこの目まぐるしい数か月間の政治劇は日本では考えられない見ごたえのあるものだった。どんな手を使っても居残りたい不法勢力に対し民主主義を最高の価値とする民衆がやや上回った。アメリカは結局のところ「大人の国」だったという感がしている。

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年度米、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ィック大学、カリフォルニア鍼灸大学卒業後、オレンジ郡コスタメサで開業、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.dr.sasakihc.com

**無料配信** 体験談から学ぶ「実践型 朝活セミナー」  
**2月 FEBRUARY 2021**  
 時間: 朝 7:00am~8:00am 開催はZoomによるインターネット無料配信です。  
 申し込みは、Zoomのアプリのインストールと、当日参加のIDナンバーが必要ですので、参加希望の方は、開催前々日まで下記のお申し込みURLまたは右のQRコードからお申し込みください。お申し込み以外の方は参加できません。  
 お問い合わせ: カリフォルニア州倫理法人会事務局 / Rinri4U@gmail.com / www.CArinri.com <https://forms.gle/rH7U63sopzjgeHK6>

**ORANGE COUNTY, Irvine** オレンジ・カウンティ倫理法人会 (毎週火曜: 朝7時)

第1週 2/2 火	若石 藤ツキトタネ 主宰 オレンジカウンティ倫理法人会 会員 <b>竹本 恵子 氏</b> (たけもと けいこ)	朝	
	<b>私が信じていること</b>		
	BB MEME HAIR SALON OWNER オレンジカウンティ倫理法人会 会員 <b>国長 晃司 氏</b> (くになが こうじ)	朝	
	<b>鬼は外、福は内! 得るは捨つるにあり</b>		
第2週 2/9 火	一般社団法人倫理研究所 法人局 普及事業部 首都圏方面 研究員 <b>塚本 玄樹 氏</b> (つかもと げんき)	朝	
	<b>『万人幸福の葉』は 自己向上の手引き</b>		
第3週 2/16 火	一般社団法人倫理研究所 米国事務所 所長 <b>伏木 久登 氏</b> (ふしぎ ひさと)	朝	
	<b>物はこれを生かす人に集まる② ~金銭にめぐまれるには~</b>		
第4週 2/23 火	Apcon International Inc. President カリフォルニア州倫理法人会 監査 <b>平野 敬士 氏</b> (ひらの けいし)	朝	
	<b>自然との融合は健康と成功の基となる アメリカ発、遺伝子情報科学の時代</b>		

**NEWS!** San Diego & Little Tokyo倫理法人会準備委員会が合同プレモーニングセミナーを英語にて開催します!  
 日時: 毎週月曜日、午前6時30分~7時30分まで  
 参加のお問合せは カリフォルニア州倫理法人会事務局: Rinri4U@gmail.com

**Uyehara Travel**  
**営業中!**  
 皆様お元気ですか?  
 そろそろ旅に行きたいですね。  
 旅行に行きたい時はご連絡ください  
**ウチナンチュ大会**  
 残念ながら2022年まで延期となりましたが...  
**2021年はクルーズの旅があります!**

**クリスタルクルーズ船**  
**7月は、ロシア帝国の歴史と北欧ロマンの旅**  
 7月8日-20日 ロシア帝国の歴史と北欧ロマンの旅

**9月は、地中海クルーズ**  
 9月4日-12日 8泊9日地中海クルーズ (Mediterranean)  
 カナダロッキー山脈汽車の旅

旅行のプランなどをご検討の方はお問い合わせください。  
 皆様の満足のいく旅の企画を提案させていただきます!  
 旅行のご相談はいつでも承っております。

UYEHARA TRAVEL  **ご連絡お待ちしております!**

**UYEHARA TRAVEL** Tell: 213-680-2499  
 E-mail: tamiko\_uyehara@yahoo.co.jp

**HONDA-YA**  
 Please enjoy the original Japanese style.  
 We strive to be a restaurant that takes pride in meeting our customer's expectations.

**日本でも話題の!**  
**今、大人気です。Eon Foods International から発売中!**  
**桑の葉茶** の特徴と効果・効能  
 マルベリーティー

カルシウムは牛乳の約24倍! 鉄分は納豆の約15倍! 桑の葉茶

体脂肪を抑制するダイエット効果  
 抗酸化作用でアンチエイジング!  
 食物繊維も豊富でお腹もスッキリ  
 桑の葉特有の「DNJ」が滋養強壮・血行促進を促す!  
 ビタミン、ミネラルも豊富  
 カルシウムは牛乳の約24倍! 鉄分は納豆の約15倍!  
 桑の葉茶の特徴

桑の葉茶はなんととてもその豊富な栄養素。  
 さらに、桑の葉にしか発見されていない特有成分「DNJ」には

**血糖値を下げる、血圧を下げる、抗酸化作用、便秘解消、など**  
 ダイエットやアンチエイジングといった女性にうれしい健康茶です。  
 とても美味しく飲みやすいお茶です。 お買い求めは日系スーパーでマルベリーティーのウェブサイトです。  
[www.organicmulberrytea.com](http://www.organicmulberrytea.com)



かわいいパッケージのマルベリーティー

**本多屋** 居酒屋

**OUTDOOR DINING OPEN**  
 -苦境を乗り越え次のステップへ-

**HONDA-YA** TEL 714-832-0081  
 556 El Camino Real  
 Tustin, CA 92780

**KAPPO HONDA** TEL 714-964-4629  
 18450 Brookhurst St,  
 Fountain Valley, CA 92708



[www.izakayahondaya.com](http://www.izakayahondaya.com)



## 人類学者の奮闘記

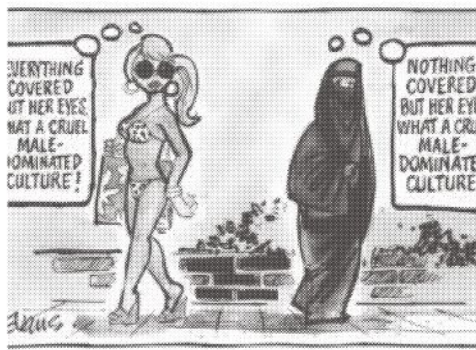
著者/タマノイマリコ

No: 10

今回から、人類学者にとって非常に重要ないくつかの概念 (concepts or key terms) についてお話ししたいと思います。第一回目は「文化」(culture)です。

日本人としてアメリカに住んでおられる皆さんはきっと「日本の文化を紹介してください」と言われたことがあるでしょう？ とっさに浮かぶのは歌舞伎や生花などのいわゆる伝統文化、和食、またはアニメなどでしょうか？ さらに、日本人であるあなたがある行動をとるとします。そしてそれがアメリカ人にとって理解し難いときも日本の文化を問われているのではないのでしょうか？ 私もそうした経験は多々あります。たとえば、学生とのセミナーの最中に「先生は日本人だから、討論のときの相打ちの入れ方が独特だ」とか！ 私はまったく意識していないので、驚かされます。

人類学における「文化」はとてつもなく広い意味をもっている、ということは以前にお話ししました: ある「文化」に属する人々がどう考え、どう行動するか。つまり文化を政治や経済とは分離せず、ヒトの生活体系のありかたすべてを包み込んでいるのが「文化」です。しかしここである問題に直面します: 文化をどう線



引きするか、です。この問題を扱う前に cultural relativism (文化相対主義) という概念についてお話ししなければなりません。文化相対主義とは、他者に対して自己は異なる存在であるとして、さらに他者の文化も自己の文化も対等である、とする主張です。人類学者は、



クリスチャンである白人は偉大な文化を持っているが野蛮人は文化と呼べるようなものを持ってはいない、と信じられていた時代にこの概念を突きつけたのです。

しかし、自己と他者を分けることはそれほど簡単なことではないのです。

たとえば、ロサンゼルスの大きなスーパーマーケットで、実演販売をしている寿司コーナーを想像してみてください。そこで寿司を握り、カリフォルニアロールをつくっているのはたいてい日本人ではありません。ほとんどがミャンマー (Myanmar) からアメリカに移民してきた人々だそうです。さて、ここで文化をどう線引きすればいいのでしょうか？ 文化はすべて対等であるが、寿司は日本人が握ったものでなければ寿司とはいえない、と考える人もいるかもしれませんが、しかし、そうした発言はミャンマー人の文化を蔑むことになりかねません。つまり私たちは様々な文化が錯綜する

場所に常に立っているのです。これは最近のGlobalizationのもたらした現象でしょうか？ 実はそうとも言えるし、そうとも言えないのです。たとえば1910年代にマリノウスキー (B. Malinowski) がトロブリアンド諸島とニューギニアに住む原住民を調査したとき、すでにイギリスの帝国主義が島々にも及んでおり、かなりの白人が住んでいました。マリノウスキーは彼らの存在をできるだけ排除しつつその著書Argonauts of Western Pacificを出版したのです。

ARGONAUTS OF THE WESTERN PACIFIC



Argonauts of Western Pacific



B. Malinowski(1884-1942)

著者/タマノイマリコ

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~

激安レンタル

Sale \$1.20

Japandvdstore.com



VIDEO JAPAN

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

＼ 今月のおススメ映画 ＼



Fukushima 50

あの時、福島第一原発に残った名もなき作業員たちは、Fukushima 50と呼ばれた。未曾有の事態を防ごうと現場に留まり、

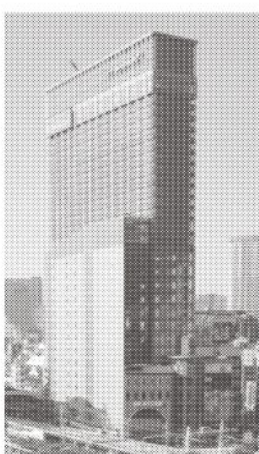
主演・佐藤浩市  
共演・渡辺謙

Sale \$5.00

News from KOBE

コロナ禍で「東急ハンズ三宮店」が撤退。飲食店の閉店や休業も相次いでいる  
神戸三宮で 阪急新ビル開業で活性化に期待

阪急電鉄が建て替えを進める神戸三宮駅直結の駅ビル(神戸市中央区)が4月26日に開業し、名称を「神戸三宮阪急ビル」とすることが26日、関係者への取材で分かった。新型コロナウイルス感染拡大による地域経済の停滞が続く中、都市の魅力向上をけん引する役割が期待される。



同ビルは高さ約120メートル、地上29階、地下3階建てで、延べ床面積は約3万4300平方メートル。高層部にホテル、中層部にオフィスや知的交流拠点「アンカー神戸」、低層部に飲食店を中心とした商業施設、地階に食品スーパー「阪急オアシス」が入る。オープンに合わせて、神戸市が北側の「サンキタ通り」を進めている歩行者中心道路の整備が3月中に完成する。新たなモニュメントなどを置くりニューアル工事中の「さんきたアモレ広場」も、夏ごろに完成する

見通し。神戸・三宮の再整備は、西日本最大級のバスターミナルを備える高層ツインタワーの整備事業が始動。JR三ノ宮駅ビルは建て替えに向けて解体されたが、新型コロナウイルスの感染拡大によるJR西日本の業績悪化を受け、計画内容の見直しが進められている。

一方、新阪急ビルが接する繁華街では昨年未、30年以上にわたり営業を続けた「東急ハンズ三宮店」が撤退。飲食店の閉店や休業も相次いでいる。阪急ビルが周辺エリアの新たなランドマークとなり、まちの活性化の起爆剤となることが期待されている。

旧ビルは阪神・淡路大震災で損壊し、解体。2016年まで仮設ビルで営業していた。新ビルは、低層部東側の外壁に大きなアーチ状の窓を設けるなど、市民に親しまれた旧ビルのデザインを受け継いでいる。

春の到来を告げる梅の

花が、兵庫県明石市二見町東二見の御厨神社で見頃を迎えた。ピンクや紅色の花が連なるように次々とほころび、甘い香りを境内に漂わせている。同神社には拝殿裏などに、白と紅の梅の木が約300本植えられている。35年ほど前、地元ライオンズクラブが梅の木を奉納したのが始まりという。

今年は紅梅が1月中旬から咲き始め、現在は7、8分咲き。昨今の陽気に誘われてか、ここ数日で一気に開花が進んだという。訪れた参拝者はカメラのレンズを向けたり、顔を近づけたりと、日ごとに春めく景色を楽しんだ。

これから咲き始める白梅は、2月下旬ごろに見頃を迎える見通し。中嶋邦弘宮司(73)は「新型コロナウイルスの影響で家にいる時間も増える。気分転換に見に来てもらったら」と話す。同神社TEL078・942・3461



神戸西新聞 玉津支局  
徳久特派員



**MARIKO GILLAM**  
**不動産情報**

オレンジカウティは春の兆しが少しずつ感じられるようになりましたね。と言っても朝晩は冷え込み、特に早朝のサーフィンにはまだまだ工夫が必要です。家を出る時にウェットスーツを着て行ったり、お湯のタンクを積んで上がって来てから少しでも冷えた手足を温められるようにとか、UGG スリッパ、毛糸の帽子とか。究極はチリペッパー入りのジェルを背中に塗って海に入ることです。じんわり暖かくて快適です。そうやって苦勞して入って雪山とカタリナ島を交互に眺められながらのサンライズサーフィンは本当に爽快です。最近では同年代サーフィン女子が増えてきて、彼女たちとお喋りしながら、励ましあいがらの朝のひと時はなんととも言えない至福の時間です。

仲間の一人のたまたまゴルフプロが倫理法人会ゴルフ部を発足させてくれて、そちらも楽しみが増えました。月に2回ほどの練習会ですが、プロの指導のもとしっかりしたフォームを叩き込んでもらっています。のはず。コース再デビュー目指して頑張ります。

さて、ハワイの長女のところに居候しながらロングパケーションを楽しんでいた風来坊大学生の息子がやっとなってきました。向こうも観光客はまばらで毎日サーフィン、ハイキング、カヤックなどアウトドア三昧だったようでよく食べてよく遊びふらふらちよびりワイルドになって帰ってきました。本人曰く、Zoom University (初めて知った表現) なので世界中どこにいても卒業できる!と豪語しております。コロナ禍ならではの今しか出来ないおひとり様大学生生活を

エンジョイしてください。というのが母の願いです。長女は大学院生活ももう直ぐ終わり。ソーシャルワーカーとしての仕事のオファーを受けるのか博士課程に進むのかが目下の悩みみたいです。どの道に進もうとも応援しようと思います。

そして一番コロナに振り回されている感がある夫は今絶好調。やっとならコロナワクチンを受けられて、不安から開放されただけでもありがたいそうです。とはいいつつ、毎日海に出かけて、SUPにもハマり、夕方は犬のオスカーを連れてまたビーチに出かけ、これまたアウトドア生活を彼なりにエンジョイしている様子です。以上マイファミリーの With Corona 生活の一端でした。

やっとなら。アーバインにカミングスーンの物件のご案内です。2ベッド1バスのコンド。オーナーさんの趣味の良さが際立つ、アジアンバリ風にリモデルされた快適な住空間がマーケットに出ますよ。価格も驚きの420K。綺麗なコミュニティで水のせせらぎの中で生活できる癒し環境です。それともう一件。2ベッド2バス。ファウンテンパレーの結構新しいコンド。こちら420K。どちらもオーナーのようにも賃貸用にも出来る、優良物件です。それからハンテントンビーチの一軒家。3ベッド2バス。お庭ひろし。静かな環境です。こちらは840K。もう直ぐ出る物件ばかりのご案内してみました。

みなさんのんびりお過ごしください。ね。

Mariko Gillam  
 BRE 01758882  
 TEL 714-717-5181

リアルター  
**Marikoの不動産情報** 詳細ADは表紙をご覧ください。

**Florist: Angeluck Inc.**  
 2250 w. 238th Street  
 Torrance California 90501  
 310-539-3838

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ご興味のある方は「News Letter希望」ということで [info@twomiles.net](mailto:info@twomiles.net) にご連絡ください。

**NEWS**  
 知らなきや損する! アメリカ最新情報満載  
 「無料ニュースレター」 毎月配信

● **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](http://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

**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](mailto:info@twomiles.net)

**アーバインスペシャリスト** Lic#:01362133

成約プレゼント  
 シャワートイレを全室に設置します

**新築物件人気!**

[www.usfudosan.com](http://www.usfudosan.com)

オレンジ郡の不動産売買と賃貸・アパート  
 Person Realty, Inc. Toru Suzuki 949-929-2095

**ジュリアンよこお**

OCの不動産プロフェッショナルが、一般住宅・商業物件・土地の売買、賃貸物件等親切丁寧なお手伝いをさせていただきます。お気軽にご相談ください。

Please be my follower ★

facebook.com/jullian.yokoo  
 instagram.com/americanluxuryhome/

jullian.yokoo@kw.com  
 jullian-yokoo.kw.com  
 949.532.7789

680 Newport Center Dr, Ste 250  
 Newport Beach, CA 92660

会員募集中! 先ずはゲストで参加OK 前日までに要予約 949-212-7216

**Orange Business Network**  
 オレンジ・カウティの日本人ビジネスネットワーク

会員同士がビジネスを紹介し合うグループです。水曜日は、OBNで始まる! 朝7:30-9:00

16782 Von Karman Ave.  
 #20 Irvine CA 92606  
 学習塾のきん

**OCのパソコン屋 便り**

題 46回 \*\*\* メディアの影響力 その② \*\*\*

皆さんお元気ですか? 大変な事になってきています。この米国が等々 CCP の影響下に入ったとの認識です。米国で堂々と起きている不正選挙、汚染された民主党、一部の共和党いやはや CCP の底力を体験しています。主流メディア、軍事産業、一部の政府関係、民主党、ビクテック (Google, Twitter, Facebook 等) が言論の制限・規制を開始しています。これで2度と公正な選挙ができなくなった訳です。大統領の Twitter, Facebook アカウント凍結です。よくまあ凍結など大胆な行動がとれるのでしょうか? まあ礼束で色々な企業、政治家、団体等を影響下に入れ 云々こと聞かないと怖い事です。CCP・DeepState、いや正確には暴力団「CCP 組」のやり方です。知っている限り既に5件の YouTube アカウントが停止、削除されています。未だ停止、削除されておりませんので裏情報等入手するなら「ニュース女子」チャンネルをご参考下さい。特に第 300 回目は裏情報が番組に紹介されました。(日本でコロナ感染者が増えている理由は 国際航空便で感染した人を入国させていたためです) 真面目に規制を守って

いる 小さな飲食店等は 可哀想ですね。しかし総理大臣になったから正しい判断、行動が取れるかと言うと無理ですね。既得権益が日本でも蔓延している。簡単に修復できません。日本の政治家、閣僚等もかなり汚染されておりますのでどうなることやら。大阪の橋下徹氏みたいな人が政界に出てきて規制、既得権等をぶっ壊して頂かないと先は無いですね。米国では既に Tesla, SpaceX 等の創業者 Elon Musk 氏が Big-Tech に立ち向かうと宣言しております。先月 Tesla は加州の工場を Texas に移動する報道をしました。HP, Oracle 等も狂っている加州から TX 州に移動中です。物価が安いし、家など加州の半分以下 同じ \$100 でも価値観が違いますね。コロナ禍で仕事がリモート化され、何処にいても関係ないと言う風潮が企業に取り込まれてきましたので 今後は何処にいても仕事はできる気風になりました。コンピューターの力は凄いですね! さあ遅れを取らないよう頑張りましょう! 店頭でコンピューター関連・質問 無料説明します。  
 Kuwahara@iscus.com

コンピューター関連のご相談は ISC Computers まで担当: 桑原 法人、個人、データ・リカバリー、クラウド・アプリ導入 / 設定 / 保守 パソコン販売、修理 (無料見積り)、社内ネットワーク  
 TEL 949-756-9210 Email [kuwahara@iscus.com](mailto:kuwahara@iscus.com)  
 詳しくは本誌 Page 6 参照

**御社商品、サービス、広告掲載**

OC地区: Rocky ☎:949.212.7216  
[sweetorangeoc@live.com](mailto:sweetorangeoc@live.com)

お問い合わせ、詳しくは弊社までご連絡ください  
**SWEET ORANGE**

LA, Torrance地区: Tom: 714.435.1111  
[info@sweetorangeus.com](mailto:info@sweetorangeus.com)

**次郎長雑記帖**

Vol: 17 これから

1月20日の大統領就任式が終わり、これから4年間を率いるであろう米国のリーダーが決まりました。流石に敵愾態勢にあったワシントンでは、暴動や当初予想されていたような過激な反対運動など起きることなく平和的に就任式は幕を閉じました。なんと奇妙な就任式でしたが、これようやく最後の最後まで次に何が起きるか予想出来ないトランプ大統領によるトランプ劇場の第一幕は終わりました。あれだけ不正選挙の問題を煽っていたトランプ氏でしたが、最後は意外にもあつけないくらいに静かに身を引く幕引きには、ある意味でサプライズでした。米国大統領としての品格を最後に見せた大人の対応というところでしょうか。この4年間の彼の政治的功績は、これからの米国の未来が証明することになりそうです。兎に角全てのこれまでの常識を覆し、アメリカの利益の為に今までいろいろなしがらみに囚われていた米国政治のあり方を変えた、恐ろしいほどまでに強引で剛腕な大統領でした。彼の America First というフレーズが未だに強く脳裏に残っています。

しかし、未だこの選挙に対する不正疑惑が問題として残っている中、今後アメリカが、米国民が民主党、共和党の垣根を超えて手を取り合い一致団結することが可能なかどうかはとて難しい状況であるのではないのでしょうか。これだけ大きくアメリカが分断されてしまい、民意が分断された状況は過去に例のない規模です。この選挙に関する不正の疑惑は、米国民の選挙、政治に対する信用を完全に裏切っていました。不正選挙は民主主義ではあってはならない致命的な不正です。今後の米国選挙やシステム、この状況を改善する為には、民主党、共和党共にこの問題の根源となった選挙に関する不正が絶対に起こることがないような選挙制度の仕組みを新たに構築していく必要がありそうです。ドミニオン社による集計結果には、第三者的に中立に見てもかなりおかしな集計結果でした。また郵便投票による投票制度には不正な抜け道がたくさんあり、この仕組みもどう見ても正しい投票を反映させることは難しく、不正がしやすいシステムです。先ずはこれらの投票システムが、誰がどう見ても不正が出来ない投票システムでアメリカ全土の州、連邦制度として統一されたシステムで運用すべきと思われます。一つの州にでも不正があれば、それはアメリカにある他の全ての州の選挙結果に影響を及ぼすからです。そういった意味においてテキサス州がペンシルベニア州を提訴したことは、誠に真つ当な主張だと思われましたが、残念ながら最高裁が審理することはありませんでした。

今回の選挙の騒動は、あたかもトランプ氏が自分の負けを認めずにワガママを言って一方的に不正を主張しているというようなメディアによる印象操作がありました。本当の問題は大統領選の結果なのではないと思っています。国民の不正のない選挙で選ばれたのがバイデン氏であれトランプ氏であれ、選挙に一票の不正もない制度で勝敗を決したのであれば、米国が民主主義国家である以上、国民はその選挙結果を受け入れざるを得ないのです。しかし今回の選挙では、その絶対に不正があつてはならないはずの投票システムが不正の放題だということが明らかになってしまいました。これではトランプ氏が納得出来る筈もなく、もちろん米国民にとっても受け入れられる内容ではなかったと思われます。問題の根源は今回の選挙制度とシステムなのです。身分証明が厳しく管理している米国であれば、市民権の証明と署名を義務付ければ、簡単に不正を防げる投票が出来ると言えます。しかしコロナだとか言って郵便投票を認めてしまった。しかも出所が怪しい集計機での集計という。ここは、アナログで時代遅れだと思われても、人の目で集計してほしいところですね。まあ今更言っても仕方がないので、今後の米国は何処に向かうのか楽しみにウオッチしていきたいです。また今後のトランプ氏の動向も気になります。トランプ氏の倍返しはあるのかないのか、果たしてどうなるのか米国の行方は。

[jirochothela@gmail.com](mailto:jirochothela@gmail.com)

**無料 不動産セミナー**

日程はお問い合わせください。  
 MLab 1327 Oost Ave. Suit L Torrance

アーバインセミナー会場は下記に変更しています。  
 Hinoki School 16872 Von Karman Av #20 Irvine, CA 92606  
 要予約 714-322-7045

メディケア・プランに関するご質問がごありですか?  
 当社と提携する保険代理業者は、主なメディケア・アドバンテージプランとメディケア補足保険プランのほとんどを扱っております。たった一つのプランに限らず、多くのプランを比較して最適なプランをお選びになりませんか?

今すぐお電話ください!  
 (310) 381-9505 桐原正喜、Masayoshi Kirihara  
 営業時間: 月曜日～金曜日: 午前9時～午後5時

上記の電話番号にお電話いただきますと、認定保険代理業者につながります。この情報は、メディケアの審査・承認を受けていません。

aga Medicare Options



食へて

## Seafood Cove 2

記しました!

ベトナム系中華料理

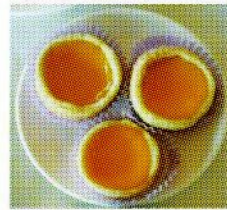
No.18 Reported by CS

場所はリトルサイゴンのご真ん中。ベトナム系中国料理の老舗レストラン(1990年開業) Seafood Cove の2号店です。週末は朝から1時間待ちは当たり前前のDim Sumレストランでしたが、コロナ禍で屋外seatingとTake outのみで営業しています。Dim Sumは午前8時半から午後3時まで。今回は平日午後1時過ぎに到着しましたがお客さんは途切れることなく来ていて人気の程が伺えます。普段は通路となっている場所に置いてあるテーブルはひとつひとつ十分な距離を保ち、メニューはQR codeをスキャンしてスマホで見てオーダーするシステムのためコロナ対策も万全です。

点心は一品\$3.99から35種類ほど。通常より数は限られますが、一般的な飲茶を楽しむには十分な品揃えです。一番人気のSiu Mai(シュウマイ\$4.99)は豚肉がジューシーで文句なく美味しいです。

## WestminsterのSeafood Cove 2で飲茶を食べて記しました!

Har Gow(えびの蒸し餃子\$4.99)、Soup Dumpling(スープ餃子\$4.99)、Shrimp Noodle Roll(\$4.99)など丁寧に基本を守った作りでどれも間違いのない美味しさ。Sticky Rice Lotus Leaf(ちまき\$5.99)はごはんに中華味(?)がしっかりと染み込んでもち米がお腹にたまりません。Steam BBQ Pork Buns(バーベキューポークまん\$3.99)は濃い味付けのバーベキューポークとまんじゅう皮のコンビネーションが絶妙でいくらでも食べられる一品。是非試してほしいのがデザートEgg Tart(\$3.99)ほんのり甘く、それでいてしっかりと卵の旨味がタルトに詰まって焼き上げられています。中華系のペーカリーでもなかなかこの美味しさにはお目に



かかれないと思いました。また、Dim Sumには定番ですが私的にちょっと苦手なChicken Feet(鶏の足の煮込み)、人気のChinese Broccoli with Oyster Sauce(中華ブロッコリーのオイスターソース炒め)、お粥、焼き餃子、ごま団子などもあります。夜はロブスターなどの一品料理も美味しいと評判です。やはり飲茶は実物を見て自分で選ぶのが醍醐味。熱々の点心を載せたカートがテーブルの間を動き回る移動する飲茶スタイルが早く復活して欲しいものです。

Reported by CS(インスタやってます)  
https://www.instagram.com/cheaplifefinoc



Seafood Cove 2  
9211 Bolsa Ave, Ste 106  
Westminster, CA 92683 (714) 893-1976

## ◆ 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

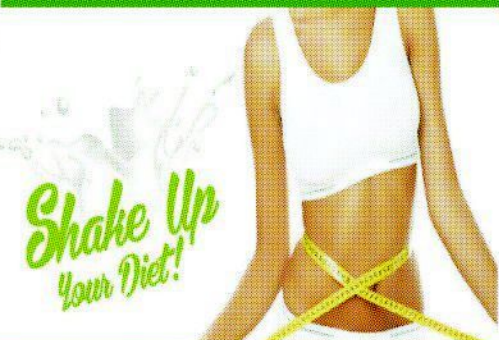
LA, Torrance地区: Tom  
info@sweetorangeus.com  
☎: 714.435.1111

## 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

UI サービス 女性と学生の強い味方!  
AUTO REPAIR SHOP

夜9時迄オープン!  
今ならオイルチェンジ  
\$15 + Disposal Fee

問題を丁寧に説明し、納得の上、低コストで  
あなたの愛車を修理します

UI SERVICE M-F AM11:00- PM21:00 出張修理も可  
土・日も OPEN! ミツワCosta Mesa店より10分

2709 S Orange Ave. #F Santa Ana CA 92707  
TEL 714-540-2366 日本語でウダガワ迄

## My Favorite!

シニアの方のコンピューターライフをお手伝いいたします。スカイプクラスもご相談ください。

## ● インターネットを安全に使うための豆知識 22 ●

私たちがパソコンやスマホ、あるいはSNSやウェブ上のサービスを利用するときに入力するIDやパスワード。自分がマルウェアなどに感染してなくても、ウェブサービス側でログインを認証するために控えて持っているIDやパスワードが、攻撃者によって盗み取られ、そこから漏れてしまうケースがあります。IDとパスワードを盗み取った攻撃者は、それでどこか別のウェブサービスなどを乗っ取れないか、様々な所で試みます(リスト型攻撃)。あなたが複数のサービスでIDとパスワードを使い回したり、あるいは似た形のパスワードを使っていると、これらのサービスのアカウントを一気に乗っ取られます。もしパスワード流出が判明したら、まずはすぐにパスワードを変更しましょう。

次回『攻撃されにくくするには手間(コスト)

がかかるようにする』『インターネットの安全・安心ハンドブック』より  
「T&K パソコン教室・日本語教室」洋子 tkyokoclass.wordpress.com  
(949)542-7197 tk.yoko.class@gmail.com



## 募集!

## エッセイストデビュー!

## 宣伝

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

## 女性のためのパソコン教室



奥様と一緒に学ばれる男性の方も大歓迎です。  
パソコンの基礎を丁寧に教えます。  
北は55号、南はサンクレメンテまで出張もいたします。

TEL 949-542-7197

tk.yoko.class@gmail.com http://tkyokoclass.wordpress.com



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、2019年度アーバンレスト・トッププロデューサーの一員になりました。

E-mail: kaori@lasvegas-fudosan.com

Website (English): www.mylasvegasdreamhome.com

Website (Japanese): www.lasvegas-fudosan.com



702.355.8050

REALTOR® Kaori Inoue

8475 West Sunset Road, Las Vegas, NV 89113



No:4  
**健康講座 目の健康**  
**By Magnus ~1978**

**Magnus Enterprises Inc**  
 22301 S Western Ave #104,  
 Torrance, CA 90501  
 Tel (310) 782-9657

**目の健康におススメ**



**アイ・クロセチンV**  
 Eye Crocetin Vは目と脳に必要な栄養成分を高品質な材料で、贅沢に配合した目のためのサプリメントです。クロセチンとビルベリーエキスを主成分に、目の栄養素として欠かせないビタミンA、ビタミンB群、ルテイン、DHA、EPA、そしてγオリザノールを配合しました。

- 目の疲れ
- パソコン、携帯のし過ぎ
- 視界がクリアでない
- 目の健康の維持
- 眠りが浅い
- 寝ても疲れが残る
- シミ、くすみが気になる
- 強い日差しが気になる



**=γオリザノール=**

γ-オリザノールは、脳の視床下部に直接働きかけるため、自律神経の乱れに大変有効です。ストレスや過労、不眠などで生活リズムが不規則な方には特におすすめです。また、抗ストレス作用から老人性認知症の治療にも医薬品として用いられています。

**目の健康や栄養補給におススメの「アイ・クロセチンV」**

●なにかと目を酷使しがちな現代人。疲れ目は、最悪、失明までする可能性のある恐ろしい症状なのです。

**=クロセチン=**

クチナシの果実に多く含まれる黄色の天然色素は、体の錆びつきを防ぐ「抗酸化力」に大変優れています。クロセチンは分子が小さいので体内へ吸収されやすいのが特徴です。

**=ルテイン=**

ルテインは眼の黄斑部や水晶体に多く存在するオレンジ色の成分で、紫外線などの強い光から黄斑と水晶体を保護しています。加齢と共に減少しますが、ルテインは体内ではつくれないため、毎日の食事から摂らなければなりません。ルテインを摂ると、白内障や加齢黄斑変性症の発症リスクが低くなることがわかっています。

**=ビルベリー=**

ビルベリーはブルーベリーと同じく、目に大変良いということは広く知られています。特に、有効成分であるアントシアニンがブルーベリーの3倍以上もあるといわれていて、疲れ目、視力回復に大変役立ちます。又コラーゲンを強化する作用や傷の回復を早める作用もあります。人間の網膜は加齢と共に酸化しやすくなり衰えてきますが、アントシアニンの持つ強い抗酸化作用がそれを防ぐことがわかっています。しかも即効性と持続性があるため、イタリアやフランスでは目に効く医薬品として、1970年頃から使われてきました。血管保護、血栓抑制作用によって、眼精疲労の回復や、網膜の保護に役立っています。

**=DHA=**

必須脂肪酸の一つで、脳や神経組織の発育、機能維持に不可欠な成分です。脳細胞内のDHAが減少すると、情報伝達がスムーズに行われなくなったり、老化による学習能力や視力の低下を招きます。

**=ビタミン=**

**ビタミンA:** ビタミンの中でも、特に目と関係が深いのがビタミンA。目の粘膜や角膜を健全に保つ役割があり、不足すると、ドライアイや暗い場所で目が見えにくくなる夜盲症を引き起こしてしまうことがあります。

**ビタミンB:** 眼精疲労時にはビタミンB群は欠かせません。特にB1とB12は視神経の活動を高め、視力の低下を防ぐ働きがあります。

**ビタミンE:** 抗酸化作用が非常に強く、生体膜を構成する不飽和脂肪酸や他の脂溶性成分を酸化障害から守るために、細胞膜のリン脂質二重層内に存在しています。過酸化脂質の生成を抑制し、血管を健康に保つほか、血中のLDLコレステロールの酸化を抑制したり、赤血球の破壊を防いだりする作用もあることが知られています。また、細胞の酸化を防ぐため、老化防止にも効果があります。

**VIDEO JAPAN**  
 1915 Carson St,  
 Torrance, CA, 90501

☆☆☆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

＼最強タッグ実現！／

『共演NG』

(内容)

25年間「共演NG」だった元恋人の大物俳優がなぜか再共演することに！メチャメチャ笑えて胸がキュンとする“大人のラブコメ”

■DVDご購入価格...\$1.75-\$2.00

(特別編と最終話以外、1つのDVDに2話収録)



**Japanese Movies**  
**Japanese Dramas**  
**Japanese TV**

**TV**  
**DVDs**  
**Rental**  
**and Sale**

**Video Japan Select DVDs**

☆☆☆最新韓国ドラマのご紹介です☆☆☆

商品番号: 04195

**Select 1: 愛の不時着**

日本に韓流ブームを再燃させた！

商品番号: 04189

愛の不時着 全8巻

(内容) 突風の先に待ち受けているのは、幸運か、はたまた不運の始まりか。富豪の娘がパラグライダー事故で不時着したのは、なんと北朝鮮。そこで出会ったのは現地の軍人で…。  
 <キャスト:ヒョンビンソン・イエジンソ・ダンク・スンジュン>

■DVDご購入価格...\$1.75-(DVDにつき2話収録)



ザ・キング~永遠の君主~ 全8巻

(内容)

次元の門を閉めようガス理系の大韓帝国皇帝イ・ゴンと分類の人生・人・愛を守ろうゼラチン文系の女性刑事事・テウルガ両世界を行き来して生まれ、別次元の2人を描くロマンス。

<キャスト:イ・ミンホ キム・ゴウン ウ・ドファン キム・ギョナム>

■DVDご購入価格...\$1.75-\$1.99 (全8巻)



**Select 2: ザ・キング ~永遠の君主~**

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**  
**\$1.75**

