

SWEET ORANGE



Los Angeles · Orange County · South Bay ★ Monthly Paper · June 2023 No. 252

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.

No.204



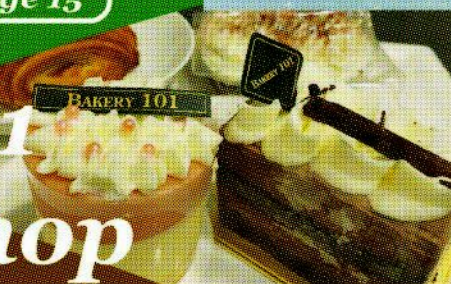
June 2023

Ohtani SHOWTIME! キタキタキター
今年も凄いぞ、大谷選手!

食べて記ました! Page 15

Bakery 101
Dessert Shop

BAKERY 101



6

Cheerful
元気 SoCal人
person

Susumu



"It is a great culture because American people often say thank you." -Susumu Kurogane Page 02

Sweet Orange New Homepage
sorangemag.com

WARABY'S メカニック
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

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遊ば: 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

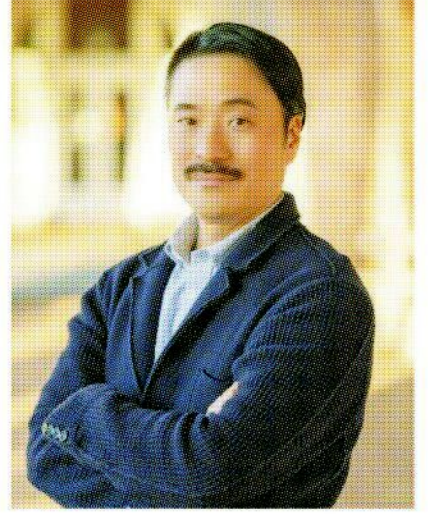
Interview #204

元気SoCal人

● Artist

カリフォルニアのエイジング&シーニックペインターライフ

Susumu Kurogane



黒金 進(くろがね すすむ)

ディズニーの世界を楽しめるテーマパーク内の様々な造形を本物のように見せる特殊ペイントのプロ、Susumu Kurogane さんへのインタビューです。

皆さんは、カリフォルニアでの楽しみ方や有名なものは何ですか、と聞かれたらどう答えますか。

サーフィンやビーチ、国立公園などの大自然、沢山あると思いますが、テーマパークもそのひとつだと思います。私はそのテーマパークの中の一つで世界的にも有名なDisneyland Resortで、現在Aging&Grainer, Scenic Painterとして働いています。テーマパークなどの造形物を本物の自然物の様にペイントしたり建物を古く見せたりするエイジング、シーニックペイントと呼ばれる特殊塗装です。

日本に住んでいた2000年、建設中だった大阪ユニバーサルスタジオのアルバイトのペイント仕事で初めてエイジングペイントの世界を知り、楽しくて夢中になりました。その後は東京ディズニーシー、富士急ハイランド、様々なテーマ系レストラン、ショップなどの仕事を体験しました。

2004年、渡米後は数社のシーニックペイント会社で働きディズニーの外注ペイント業者として働いていた時にディズ

ニー社のエイジングペインター募集に応募&面接を受け2008年に入社しました。現在はパーク内のメンテナンスやリハブ(改修)ペイントをしています。新規アトラクションのプロジェクトも経験してきました。

ユニークなペインティング仕事で、昔から絵やイラストを描いたりすることが好きだったので、今もこの仕事ができている事に感謝をしています。日米でこの特殊ペイントの仕事をしてきてお互いの国の文化の違いを体験してきました。アメリカでのペイント仕事で思うのは人によって性格も仕事のクオリティも人それぞれで仕事に対して、いい加減で適当な人、真面目な人、細かい人、バラエティに富んでいます。そういうアメリカ文化で仕事や生活をしていくうちに自分の中の日本人としての意識が芽生えてきました。そしてそれまで、ほとんど興味のなかった日本の歴史や伝統文化、美術、宗教(神道、仏教、禅など)に強い興味が生まれ本を読んだり調べるようになりました。

日本を離れてみて初めて日本文化の素晴らしさや逆に良くないことも分かったり、アメリカにも同じく一長一短があり、比較体験の大切さと楽しさを知りました。アメリカ文化の好きなところですが、パークオープン中に園内でバリケードをしてペイントをしている時に、後ろで気配

がして振り向くとお客様がじっと自分のペインティングの様子を観察していたり、質問してきたりと興味がある事はほとんど会話をしてくれます。一番嬉しいのが、パーク内を綺麗にペイント、メンテナンスしてくれてありがとう!とってくれた時です。アメリカの方はよく感謝の言葉をかけてくれるので、とても良い文化だと思います。

今までテーマパーク仕事を中心にしてきましたが、最近は個人でもペイント仕事もやりたい気持ちが生まれ、2年ほど前から個人宅のシーニック、リペア、ペイントや同業の造形会社のアートディレクティングなどを本業をしながらしています。個人仕事は直接、ハウスイーサーさんや、クライアントさん、からの良い評価や修正点が聞けて、大変ですがやりがいを感じます。

今もこの好きな仕事を続けていけるのも色々な人の良い縁です。縁やチャンスを活かして自分の好きな事、仕事を追求していく人が増えれば楽しい社会になります。

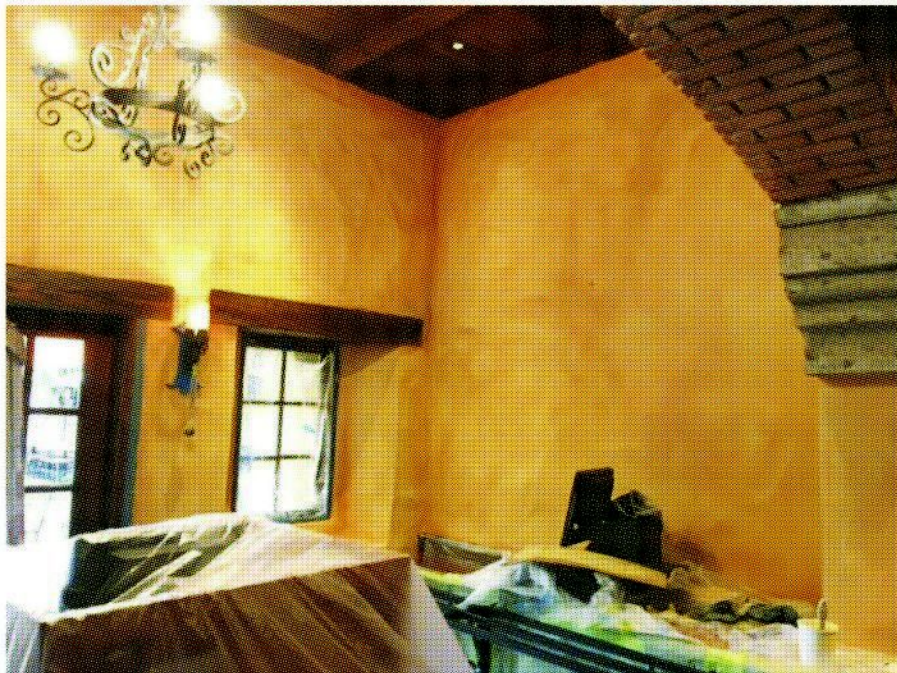
これからも自分の好きなこと、新しい事にチャレンジしていきます。

(Interview:Toshiko Okawa 大川敏子)

2004年に渡米。渡米1ヶ月後から数社、現地のシーニックペイント会社勤務を経験し2008年よりDisneyland Resort入社。Aging&Grainer(Scenic Painter)としてパーク内の新規アトラクション&メンテナンスペイント仕事を継続中。



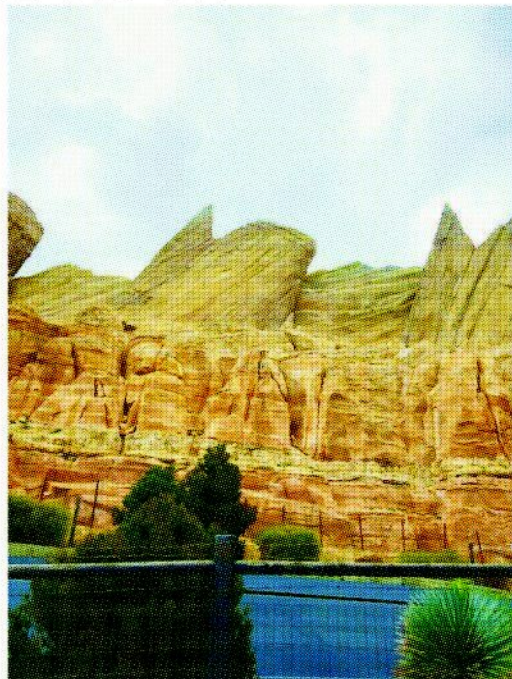
kuro_scenicart



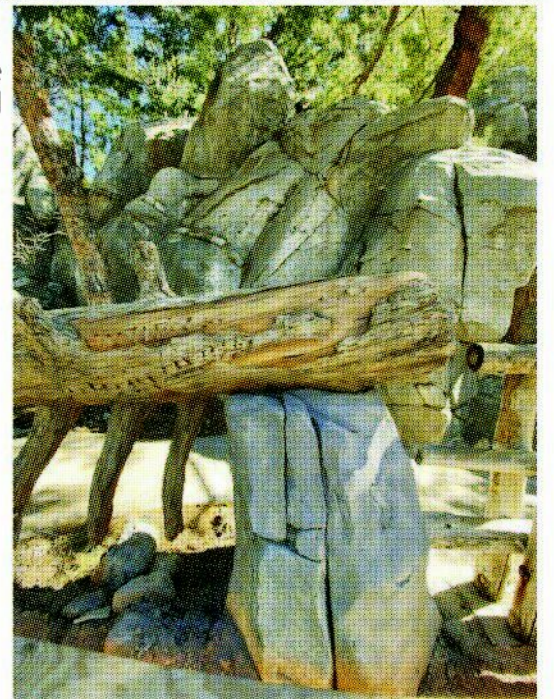
Disney Restaurant 内のスタッコエイジングペイント



写真右: California Adventure グリズリーライド・Driftwood



写真左: カースの岩山造形



Aging & Scenic Painter Life in California

- Susume Kurogane

Susumu Kurogane is a professional special effects painter who makes various forms in the Disney World theme parks look like the real thing.

What do you say when people ask you what you like to do in California or what you are famous for?

Surfing, beaches, national parks, nature, and theme parks are some of them. I am currently working as an Aging & Grainer and Scenic Painter at the world famous Disneyland Resort, one of those theme parks. This is a special painting called scenic paint, which is used to paint sculptures such as theme parks to look like real natural objects, or to make buildings look old.

I first learned about the world of scenic painting in 2000 when I was living in Japan and working as a part-time painter at Universal Studios in Osaka, Japan, which was under construction. After that, I worked at Tokyo Disney Sea, Fujiyuki Highland, and various theme restaurants and stores.

In 2004, after moving to the U.S., I worked for several scenic painting companies and worked as a subcontract painter for Disney. I then applied & interviewed for Disney's aging painter position and joined the company in 2008. I currently do maintenance and rehab (renovation) painting in the parks, but I have also worked on projects for new attractions.

I have always loved drawing and illustrating, so I am grateful to still be able to do this job. I have experienced the cultural differences between our two countries through this special painting job in Japan and the United States. In the U.S., I have seen a wide variety of people with different personalities and work qualities, including those who are lazy and careless about their work, those who are serious, and those who are meticulous. As I worked and lived in this American culture, I began to develop a sense of myself as a Japanese person. I also developed a strong interest in Japanese history, traditional culture, art, and religion (Shinto, Buddhism, Zen, etc.), which I had little interest in before, and began to read and research them.

I learned about the advantages and disadvantages of Japanese culture only after I left Japan, and I also learned the importance and fun of comparative experiences in America, which also has its advantages and disadvantages. One of my favorite things about the American culture is that when I was painting at the barricades in the park during the park opening, I would hear a presence behind me and turn around to see a visitor observing my painting or asking me a question, and they would engage me in conversation about what they were interested in. The most gratifying part is when they say, "Thank you for painting and maintaining the park so beautifully!" I am always happy when they say, "Thank you!" I think it is a great culture because American people often say thank you.

I have mainly focused on theme park work, but recently I have developed a desire to do private painting work as well, and for the past two years I have been doing scenic, repair, and painting for private homes and art directing for a modeling company in the same line of work, while doing my day job. The personal work is hard but rewarding because I get to hear directly from house owners, clients, and others about good evaluations and corrections.

I am able to continue to do the work I love because of the good relationships I have with many people. If more and more people take advantage of opportunities and good fortune to pursue what they love to do and work, it will make for a more enjoyable society.

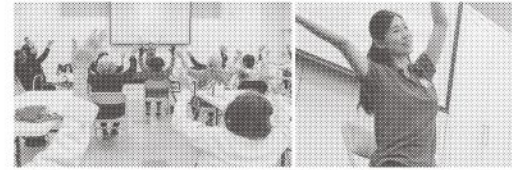
I will continue to challenge myself to do what I love and to try new things.

OC COMMUNITY NEWS

6月

日系高齢者向けデイプログラム「ClubGenki」 グランドオープン

Keiro とイースト・サンゲールバレー日系コミュニティセンターの提携
によって実現



2023年5月10日 - Keiro
とイースト・サンゲールバレー
日系コミュニティセンター
(ESGVJCC) は、在宅で生活

し続ける高齢者の生活の質を高めることを目的とした、日系文化に配慮した英語での高齢者デイ・プログラム、ClubGenki の正式オープンを発表した。このプログラムは、定期的な社会参加を必要とする、在宅の高齢者が対象となる。ClubGenki は、月曜から金曜、午前9時から午後5時まで運営され、パートタイムでの利用も可能。プログラムでは文化に配慮した食事や、脳と体を刺激する様々なアクティビティが提供される。参加者は「Kokoro no Sato チャイルドケア・センター」との世代間交流をはじめ、様々な ESGVJCC プログラムを利用できる。Keiro と ESGVJCC は、デイプログラムについて 2021 年に検討を開始、パートナーシップを 2022 年夏に発表した。今回の提携により、Keiro は 3 年にわたり \$150,000 を提供し、55 歳以上を対象とする高齢者デイ・プログラムのライセンスの修得・開設を含む ESGVJCC の既存シニア・プログラム拡張を支援している。5月3日に行われたグランドオープンでは各団体代表者が開設に際して一言添えた。

「私たち Keiro は、デイ・プログラムを立ち上げることの難しさを認識しており、当プログラムの成功のために揺るぎないコミットメントを貫いてくださったエグゼクティブ・ディレクターのパール・オオミヤ氏と理事長のティム・イタタニ氏に感謝しています。高齢者が食事を共にし、安全で交流の場をはぐくめる環境を提供すると同時に、家族にも安心を与え、介護から解放される時間を作ることを実現出来た、この ESGVJCC とのパートナーシップはパーフェクトなコラボレーションの例と言えます。私たちは ClubGenki のサポートを継続し、これが他のコミュニティセンターの将来のモデルとして活用されることを期待しています。」(Keiro 代表兼 CEO、ベバリ・イトウ)

「当時私が長時間働いていたこともあり、父は年をとってから、一日中一人で家にいることが多くなりました。私はいつも、父が一人で同じテレビ番組を見ていることに罪悪感を感じていました。

ClubGenki を通して高齢者に食事や活動、社会交流を提供することで、高齢者は独りではなく、コミュニティーに貢献するアクティブなメンバーであり続けられるようサポートできるのです。」(ESGVJCC 理事長、ティム・イタタニ) ClubGenki についての詳細、お申込はこちらから :[esgvjcc.org/senior-adult-day-program/](https://www.esgvjcc.org/senior-adult-day-program/)



Come out hungry for some yummys at Taste of Japan! Just look at some of these food waiting for you. □STC Anaheim Gardenwalk

□ June 16 (4pm-9pm) June 17 (12pm-9pm)

スイートオレンジの新しいサイトが出来ました!

SWEET ORANGE www.sorangemag.com

バックナンバーも読めるようになりました。

皆様の事業の宣伝にもご活用いただければ幸いです。

無料 ZOOM セミナー メディケア リタイアメント、ファイナンシャルプランニング

セミナーは第2, 第4土曜日に行います。詳細は P10 をご覧ください。

モンテッソーリの子育て

No: 15

前回、言葉と経験をつなげることの大切さをお話しました。

体験を通さないと習得出来ないとも。狼に育てられた人間の子どもの言葉がしゃべれなくなるというのも、言葉という環境を経験していないからと言えるでしょう。

その為にも、生後間もないころから、行動を言語化してあげるのがおすすめです。自然にそうされている方も多いのですが、つい、無言のまま赤ちゃんのお世話をすることも多いのです。

例えば、おむつひとつ換える時も、「気持ち悪かったね」「おむつかえようね」「たくさんおしっこ出たね」「新しいおむつ気持ちいいね」「もうすぐ終わるよ」「おとなしくしてくれてありがとうね」等々、それらの言葉のシャワーが話し言葉の発達にとっても重要になります。

言葉を話さない赤ちゃんとの生活に疲れてしまって、どうせわからないし、と、思ってしまうこともあります。あなたのたくさんの言葉がけが、そのまま赤ちゃんが無意識に吸収する環境となって赤ちゃんを育てていくのです。お散歩に出かけたら、目に見えるもの、肌で感じるものを言語化してあげましょう。「空が青いね」「おひさま見えないね」「お花がきれいだね」「風が強いね」「葉っぱを触ったら、ざらざらだね」「やわらかいね」と。感覚と言語がつながっていきます。

赤ちゃんがしゃべり始めたら、喃語であっても、繰り返してあげるといいですよ。言葉になってきたらなおさらです。赤ちゃんは、自分の言っていることを理解してもらっているんだ、とうれしくなって、もっとしゃべろうとしますし、信頼関係もより深まっていきます。

周りの大人は表情豊かに、正確で丁寧な言葉を使うように心がけましょう。そして、大人同士の時はともかく、子どもと話す時は、目を見てゆっくり話し、聞いてあげてください。ものすごい早口のお母さんに育てられた子どもが、お母さんと同じスピードでしゃべろうとするので、周りは何を言っているのかさっぱりわからず、子どもがストレスを抱える、という残念なケースもありました。大人の立ち居振る舞いは、本当に重要です。

プロフィール: 伊藤さとみ satomiito@cox.net
日米の様々な教育現場で幅広い年齢層の子供たち、延べ数千人と学んできました。

*** ラスベガス〜ヘンダーソン *
不動産情報
- Real Estate -**

HOME FOR SALE

No: 30

2023年を迎えたと思ったらあっという間に6月になりました。あと半年で一年も終わります。みなさまは、どんな毎日をお過ごしですか？

日本は梅雨の季節ですが、ラスベガスは梅雨とは無縁、暑い季節が訪れました。この季節は早朝が清々しく心地良いので、暑くならないうちに!と、早起きしてウォーキングに出掛けます。そして、すれ違う人達と笑顔で挨拶を交わす朝のコミュニケーションがモーニングルーティン(朝活)になっています。人との繋がりを持ちながら、健康的に有意義な毎日を送りたいですね。

只今、ヘンダーソンは大規模な都市開発プロジェクトが進んでいます。高級ホスピタリティーグループのフォーシーズンズは、ヘンダーソンのマクドナルド・ハイランドにラグジュアリー・ハイライズ(高級高層マンション)を建設すると発表しました。このプロジェクトは、ラスベガス全体のパノラマ景色を望む171ユニットの高層マンションと、6ユニットのファミリースタイルラグジュアリービラの計177ユニットあり、コスモポリタンライフスタイルのコンテンポラリーなデザイン、リゾート風のアメニティー(ジムやスパ、レストラン、会員制ゴルフクラブのアクセスなど)そして、フォーシーズンズの真心こもったフルサービスを提供するプランだそうです。

ヘンダーソン市は、既に去年の5月にこのプロジェクトを承認しており、2026年に完成予定で、ヘンダーソン初のワールドクラスフルサービス・リゾートスタイルリビング・ハイライズ(高級高層マンション)が出来ることとなります。

ヘンダーソンは今後益々注目されることでしょう。今からとても楽しみです。投資をお考えの方は、今のうちにヘンダーソンの物件を選択に含めてみては如何でしょうか。さて、ラスベガスの不動産マーケットはどんな状況でしょう。ラスベガスリアルター協会のデータによると、4月の売却件数は戸建が1,962戸、去年に比べ34.6パーセントも減少し、3月に比べても16.9パーセント減少しました。コンドミニアム・タウンハウスは535ユニット、去年に比べ31.1パーセントも減少し、4月に比べても11パーセントも減少しました。

売却数はどちらも先月より減少したにも関わらず、不動産価格は多少上昇しました。戸建の売却中央値価格は戸建が\$430,000と、3月より1.2パーセント上昇し、売却平均価格は\$527,149と、3月より1.6パーセント上昇しました。コンドミニアム・タウンハウスの売却中央値価格は\$270,000と、3月より3.8パーセント上昇しましたが、売却平均価格は\$280,855と、3月より1.4パーセント減少しました。

新売物件も3月より4パーセントも減少しておりますので、少ない売物件から理想に全て叶う物件を探すのは至難の業になりますが、買い手市場なので条件や価格交渉などは可能です。是非、信頼できる不動産エージェントと念入りに相談しながら納得できる売買を進めて下さい。

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

emiのハッピーフェイス

No.9

皆さん こんにちは! こんばんは! おはようございます!
チーム恵美福神のemiです。

今回は言葉のお話。
日本では昔から言葉について語られます。辞書で調べると「古代日本で言葉に宿っていると信じられた不思議な力。または言葉に宿る霊の意」「発した言葉が本当になる」とできます。言葉に関しての記述は、約1300年前の日本最古の書物「古事記」や「万葉集」などにもみられるようで、良い言葉で良い世界を作るという考え方が昔から根付いているようです。

この考え方でいくと神主さんの祝詞やお坊さんのお経、アファメーションも言葉ですね。言葉の力を借りてより良い世界、より良い人生を創造していくってちょっと素敵(そしてちょっと簡単にできるかも?)と思いませんか?

感謝の言葉も、言った相手を良い気分させますね。「ありがとう」をいうことを心掛けていると、「ありがとう」と言われる場面も増えてくる気がします。「ありがとう」と言った相手ではなくても、違う人から「ありがとう」と言われることがあったり、感謝の言葉を発したことによって、「感謝を受け取る自分」が作られるのかな?世の中では良い気分の交換会が繰り返されるんですね。参加しなきゃ!!

「好き」って言葉もいいものを持ってきてくれそう。そうそう、私は日ごろからお寿司と和菓子が好きだと公言しています。この言葉を発することによって、お寿司と和菓子を頂くことが多くあるんです。これが好き!という気持ちは素敵なことなのでどんどん公言した方がいい!

「間違っちゃうかも」「これ無理じゃん」って自分の可能性を小さくさせるよりも「新しい挑戦〜」「楽しいいい」「最高!」なんて言いながら生活した方が自分を肯定的にとらえることができ自信にもつながります。しかもこんな楽しい言葉を使って朗らかに生きている人の周りには自然に人が集まるだろうし笑顔が増えるだろうから、脳内快樂物質が出まくって心身健康になるっ!って、もういいことばかり。そして何よりラクチンで生きやすくなりますよ!

今更私が言わなくても。。。って感じですが、言葉ってホント大事だと思います。まあ面倒くさがりな私は結婚式やお葬式、受験生への言葉遣いなどは、正直、面倒!と感じます。でもね、発した言葉が本当になるってことなら、できるだけ良い言葉(その場にふさわしい言葉)を発するのが愛だし礼儀だな、と、これを書きながら心に刻んだのでした。。。。

愛知県生まれ。スピリチュアルカードリーダー。 チーム恵美福神のemiです。
脳科学、量子力学、宇宙法則を学び日々の幸せの為に実践&実験中。
ブログ: <https://ameblo.jp/emifukujin/>
YouTubeの「恵美福神ラジオ」で活躍中。

オンラインは難しい!PSPINCにお任せを!

PSPINC <https://www.losangelestown.com> <https://www.sandiegotown.com>

No:9 AIを悪用した詐欺にお気をつけを!

最近話題のAI、音声AIの進化も進み便利になる反面、悪用する集団も増えてきているようです。

少ない音声サンプルから声を真似できるようになり、SNSなどから入手できてしまうこともあるようで、詐欺師が悪用できてしまうそうです。

報告されている事例はこんな流れ

- 1.ご家族や友人の番号からの電話
- 2.電話越しにあなたのご家族や友人を名乗る
- 3.本人の声をを使って金銭を要求
- 4.銀行振り込みさせる



こういう手口があるんだ、ということを知っておくだけで、引かかるケースも減ると思うので、頭の片隅に入れておいてください。

家族や知人からそんな電話がかかってきた場合は一度電話を保留し本人に電話をかけることも対処法の一つです。

この手口を耳にして、私は旦那と Safe Word(合言葉)を設定しました。

「なにか怪しいな…」と引かかったら、その言葉で確認するということです。

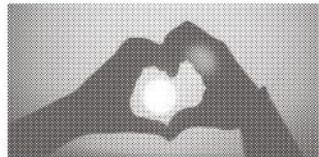
合言葉を設定しておけば詐欺師はそこまでは把握できませんから。

もしもの時のために身近な人との間で決めておくのも大事かもしれません。みなさんどうかお気をつけください。

今日も最後までお読みいただきありがとうございます。
お気軽にお問い合わせ・ご相談ください。
<https://www.pspinc.com/jpn/>
sandiego@pspinc.com
contact@losangelestown.com

PSPINCでは、スモールビジネスのニーズに応じたサービスを提供しています。ホスティングからウェブサイト開発、Eメールマーケティング、顧客管理システム、大容量のファイル送信などの自社開発のソフトウェアを幅広くご利用頂いております。ご相談やお問い合わせは TEL:858-650-0011にまで。

Hiro's Happy life

五十川祐久 <http://hiroisoqawa.com/>

Vol.45

神を知る

聖書で“知る”ということ単に知識として知ることではなく経験的に知ることを表しています。そして神は私たちに自分のことを知ってほしいと願っておられることが書かれています。

“求めなさい。そうすれば与えられます。捜しなさい。そうすれば見つかります。たたきなさい。そうすれば開かれます。” 聖書

残念ながら多くの場合私たちは神のことを漠然として知識としてしか知っていません。神学者も神様はこのような方であろう、ということ議論していることが多いようです。親しい友人や家族を知るように経験的に神様のことを知っている人は多くないようです。特にモノや情報が溢れかえっている現代では神様は多くの情報の中の一つに過ぎなくなっているのではないのでしょうか。神の事を経験的に知ろうとする試みをする人がどれだけいるのでしょうか。

神様は“私を知りなさい”と招いてくださることが聖書には書かれています。そして神様を経験的に知った”元エリート”の使徒パウロは以下のように書いています。

“しかし、わたしにとって有利であったこれらのことを、キリストのゆえに損失と見なすようになったのです。そればかりか、わたしの主キリスト・イエスを知ることのあまりのすばらしさに、今では他の一切を損失とみています。キリストのゆえに、わたしはすべてを失いましたが、それらを塵あくと見なしています。” 聖書

また神学者のパーカーは以下のように書いています。

“神の事を知っている、そして神に知られていることを確信している人たちがほど心に平安を持っている人たちはいない。それは時空を超えて続く平安です。”

聖書の書いている神を知ることに本当の平安を求めて生きていきたいと思えます

日米ビジネス
実践基礎知識

by Dr. Shinichi Hirokawa

Westcliff Universityビジネス学部助教授
インターナショナルビジネスコンサルタント

第5回

不明確回避度

— 文化の違いを図る6つの指標・その3 —

今回の6月号は、オランダの社会学者のホフステッド博士が完成させた、The 6 dimensions of national culture (国民性の6つの指標) (Hofstede Insights, 2022) の続きです。

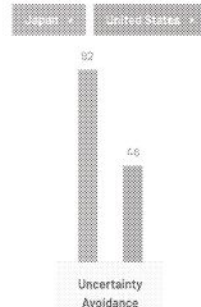
今月の指標: 不明確回避度 (Uncertainty Avoidance Index [UAI])

日本の不明確回避度は92で、米国の46と大きく差があります(指標の最高点は100)。これは日本人が不明確や先行き不透明に不安を感じ、極端にリスクを冒すことを避ける傾向にあるということです。対して米国の国民性は、リスクを負って前に進む傾向にあるということになります。しかし、ただリスクを冒すのではなく、それを避けたり軽減する方法も同時に含まれます。国際的にビジネス投資をされている方は実戦で理解できると思いますが、シンガポールや香港もこの米国側の国といえます。ちなみに、日本以上の不明確回避度が高い国はギリシャで最高点の100です。

日本は、規則を厳しくしてコントロールすることで不明確な部分を最小限にし、安心感を得ているといえるでしょう。さらに、借金をして大きく前に進む計画は米国に比べて少ないように感じますし、不安を感じると止まってしまうこともあります。日本の社会は個人の人生観も先行きが予想できてコントロールできている安心感が、いわゆる「寄らば大樹の陰」が特に一般的で、「失敗から学ぶ」とは言葉では言いますが、「失敗しないように行動する」ことが安心感につながっているようです。つまり、日本や前出のギリシャでは無難で安全な策を良しとする傾向にあります。

これに対して米国民の考え方を象徴するのは、'Nothing ventured, nothing gained' 「リスクを冒さなければ何も得ることはできない」ということです。もちろん、ここで述べているのは国民性の傾向で、個人によってももちろん変わりますが、皆様も米国社会で暮らすことで本当の意味で「失敗から学ぶ」が徹底されていると感じることでしょう。

右図は不明確回避度 (Uncertainty Avoidance Index [UAI]) の日米比較です。今回は男社会度 (Masculinity [MAS]) に触れてみます。



引用文献: Hofstede Insights. (2022). National culture.

<https://hi.hofstede-insights.com/national-culture>

日米ビジネスに関するお問い合わせはこちらへどうぞ。

Tel/Text: 323-708-9242 Email: drhirokawausa@gmail.com 出展: Hofstede Insights (2022)

プロフィール: Dr. Shinichi Hirokawa (廣川真一) Tel/Text: 323-708-9242
Email: drhirokawausa@gmail.com Dr. Hirokawa at Westcliff University:
<https://www.westcliff.edu/about-westcliff/college-of-business/shinichi-hirokawa-d-b-a/>



歴史から学ぶ日本の心

④1 岡倉天心

Mari Hanabusa

sakurastart1@gmail.com

コロンブスに始まった未開の地への大航海時代は、ワクワクする冒険と共に世界中に植民地化が広がる流れとなっていた。そんな時代に、鎖国を通し続けられた程に強かった江戸時代の日本では、豊かな日本独特の文化が成熟していった。しかし、幕末から明治にかけて、圧倒的な西洋の物質文化を目の当たりにし、何もかも自分たちは遅れていると思い、貴重な文化財を壊す運動があった。いわゆる廃仏毀釈というものだ。文化財だけでなく、そしてそれを支える精神も自ら否定した面があった。これは、今の日本の状態と似ているのではないだろうか。そんな明治の近代化の真ただ中、日本の精神性の高さとその具現化した美術をこよなく愛し保護した人に、岡倉天心がいた。天心は、東洋美術研究家のアメリカ人アーネスト・フェノロサと一緒に神社仏閣や仏像、美術品を調べて保護しただけに留まらず、流暢で美しい英語で日本美術の真髄を世界に紹介した。

岡倉天心は、江戸末期に福井藩士の子として横浜に生まれた。商業に成功した天心の父は、外国人が多い横浜でこれからは英語が必要となる世の中になると感じ、天心に幼い時から宣教師の下で英語を習わせた。また、家庭の事情で寺にも預けられ、そこで日本や中国の教養を修得した。まさに、和魂漢才の人物が育つ環境だった。14歳で今の東大の一期生となり、そこで、日本美術に深い関心を持っていた教授フェノロサと出会った。当時は西洋化が重視され、日本美術までも遅れたものと思われ軽視されていた。その上、神仏分離令という神道と仏教を分ける法令が、寺や仏像、城といった伝統文化財が壊されることに繋がってしまった。さらに美術品も海外に安価に流出していた時代だった。そんな風潮の中で、日本美術の高貴性に気づいていたフェノロサは、流暢な英語を話す天心と共に日本中の神社仏閣を訪ねてその保護のために尽力をつくした。この文化財を保護する作業を通して天心は日本美術への造詣を深めていった。大学卒業後、文部省に就職した天心は、古社寺保存法(後に文化財保護法)を設定することに力を注いだ。そのお陰であらゆる文化財が今日まで保護されることとなった。また、明治政府に日本美術の継承の重要性を説得し予算を捻出して、今の芸大となる東京美術学校を設立し、校長に就任した。ここでは、将来の日本の美術の育成に尽力したが、その中の生徒の一人があつた横山大観

だ。天心は、日本仏教のルーツとして中国や仏教の発祥の地であるインドも旅し、東洋の中の日本文化の位置づけと重要性の理解を深めていった。その後、アメリカのボストン美術館に収集されていた1万5千点に及ぶ日本の美術品の一つ一つに解釈と価値を定める作業を依頼され、天心は豊富な知識と深い理解力をもってこの膨大な作業に尽力した。このことが非常に高く評価され、天心園という日本庭園がボストン美術館に造られた。当時は、日露戦争が勃発し、日本への関心が広がっていたが日本という国がよく知られていなかった。日露戦争で戦う日本人は好戦的な民族だという風潮があった。そこで、天心は自然と共生する日本精神と日本人の美意識を説く講演会をあちこちで開いた。さらに「Book of Tea」(茶の本)を詩的で格調高い英語で書き、その本の中で、茶道は自然と人間が一体となる芸術の元であること、さらに茶道を開いた利休が花が散ることのように自然な事として死を受け入れたことを説明した。また、西洋の美が圧倒的な力で絵のキャンバスを埋めつくすように自己表現するのと対照に、日本の美術は見る人に想像する空間が残されており、芸術家と鑑賞者が一体となって美ができていく、と説いている。天心の満身を込めた講演と著作は、親日的な方向へと世論に影響を与えたという。そして、セオドア・ルーズベルト大統領は、日本とロシアの仲介者となってくれ、日本の勝利で日露戦争が終結した。天心は50年の生涯を閉じるまで、西洋化の真ただ中にあっても、日本の精神性の高さを見失わず、日本内外でその重要性を説き続け、日本美術の育成に尽力を惜しまなかった。私たち日本人はその後ずっと西洋を追い続け、外見も精神までも自らすすんで西洋化したいと生きているのではないだろうか。そういう私も、物質主義にとどまりとばかり、欲しいものはたくさんある。が、そんな西洋化を追い続けてきた先に生きている私でも、天心が世界中を駆け巡って守ろうとした日本の本当の美徳を取り戻したいと思う。天心が100年後を見つめ、いつかこの物質主義が行き詰る時が必ず来る、その時に人が救われる自然と共生する日本精神・日本文化を保存してくれたことに感謝したい。

The Voice of Reiwa Era

Adulthood

By Pastor: Mao Shimizu

令和 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.

The other day, a friend of mine in Japan sent me a message with a picture in an e-mail saying, "My son has come of age!" and sent me a message with a picture in an e-mail. The last time I saw him was 5-6 years ago, I believe. It seemed like he had just started junior high school, so I was honestly surprised. When I was about to put my finger on the keyboard to reply that it had grown so big, my eyes caught a large number candle standing on the attached birthday cake. "18"

I remembered that the age of adulthood was lowered in Japan last year. As I looked at the picture of him, who had grown taller and bigger, but still looked like a childlike youth who had just graduated from high school, I realized that the word "adulthood" had a great meaning.

For about 140 years since the Meiji era (1868-1912), the age of adulthood in Japan had been set by the Civil Code at 20 years old. This Civil Code has been revised, and as of April 1, 2022, the age of adulthood has changed from 20 to 18. This allows people to vote in elections, use cell phones, and sign contracts to rent apartments without the consent of their parents. If you are the one who decides whether or not to sign a contract, you are also the one who is responsible for that contract. It seems that the world understands that making your own decisions and taking responsibility for them is a big step toward becoming an adult.

It is no exaggeration to say that the Bible used by Christians is actually a written contract. When you open the Bible, it is divided into two main sections. The Old Testament and the New Testament. The Old and New Testaments means "covenant," and "Lord" means "God of the covenant." God the Lord made a covenant with us human beings. Covenants usually come with many conditions. Many people have an

image of Christians as clean, righteous, and beautiful, so they think, "I want to be a Christian, but I am not a good person and I have done things that I can't tell people about." So many people feel that people like me.... Jesus Christ said this in the Bible.

"It is not the healthy who need a doctor, but the sick. But go and learn what this means: 'I desire mercy, not sacrifice.' For I have not come to call the righteous, but sinners." (Matthew 9:12-13)

The Bible speaks of "sin" as living selfishly, seeking only one's own gain, without knowing the Creator who made us. Jesus Christ tells us that we cannot experience true happiness in life if we do what we want, seek what we want, and pursue our own happiness over others. The first step in meeting Jesus Christ is to look inside your own heart and realize that you are selfish and helpless, trying to live by egoism. Jesus Christ is the only way of salvation when you cannot save yourself. What were we born for and what do we do to live? The Bible tells us the answer to that question.

When we decide to rely on the great love of Jesus Christ and not on our own enlightenment, we are making a covenant with God. And there are no conditions for becoming a Christian. He loves unconditionally those who believe in Jesus Christ as their Lord. And no matter how much we fail and sin again, God will not break His covenant. He forgives and loves again and again.

I would like to give a hearty cheer to the young people who are about to take the first step into adulthood, where they will make their own choices in life. And I want to be there to gladly support and encourage the young people with all my might.

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」



G7サミットが終了した。おおむね成功だったと言えるだろう。いや、大成功だったかも知れない。こういうことは歴史が評価することだから現時点では何とも確定的な評価は難しい。私は岸田首相は日本国総理大臣のくせしてこの日本国をどのようにしたいのかについてのビジョンが感じられない人だからあまり評価はしないのだが、ことこの広島 G7 サミットについてはその労を称えたい。特に中国問題ではフランスを押しさえ率直強硬な表現に持っていったことなどは結構気骨あるじゃないかと感心したくらいだ。

それぞれの国の立場というものもあるだろうし、また首脳個人の考え方も異なる。日ごろから対中国に関してはドイツシュルツ首相および米国バイデン政府の弱腰外交やフランスマクロン大統領の親中行動や発言、言わずと知れた日本林外相の媚中ぶりなど困ったことが多く報道されながらもこ一番ともいえるサミットにおいて、中国を名指しはしていないものの文脈から言って明らかなこれだけの共同声明を出せたと言うことはなかなかのものだったのではないだろうか。

もちろんそれが果たして今後の対中国政策においてどのくらい繁栄されて行くかが大事なわけだが、これらいわゆる先進国は中口の政権とは違って簡単には嘘をつかない。基本線は守られるだろう。今まで各国首脳が中口の首脳と会談を持った時、或いは他の場所で声明を出したとき、いちいちその変節に気をもまねばならなかったことを考えると隔世の感があるともいえる。しばらくは西側の対中露政策に於いて心配は少ないだろう。

中露を包囲するという点で基本方針がまともとは言え、このやり方では私が提唱するロシア 5 分割、中国 6 分割プラス周辺国全ての独立という夢が叶うのは何十年先になるやら。何とか私の眼の黒いうちに実現したいと思うものだが。どうだろう。

中共幹部 0.01% の即死刑。0.1% の東逮捕そして東トルキスタンの強制労働施設への送還。それらは簡単な手続きですぐに実行できる事であろう。西側諸国は死刑には反対するだろうが、中国の法律で裁くことから簡単だ。早くその日が来ることを祈ろう。

朱鷺田 aahokita@gmail.com



OC のパソコン屋 便り

76 回 Windows11 に人工頭脳機能を搭載

Windows11 に人工頭脳機能 (AI) を搭載される事になりました。Windows11 の検索コラムに「質問なり 課題なり 提案なり 色々な内容をキーボードで入力すると ChatGPT 機能を利用して Windows パソコン内で回答してくれるようになります。

マイクロソフト社の強みはやはり Windows PC が全世界で使用されている事です。ビジネス、個人等 アップルの PC の半額で購入できるので手軽に沢山の人が使用されています。

Windows11 に人工頭脳機能 (AI) が搭載されるとなると Windows PC の需要が出てくるかもしれない。近々 パソコン離れ、多くの人たちは携帯で全て必要な事に対応しています。携帯なら軽いのでどこでも持ち歩きでき、写真を撮る、テキストを送る、メールをする、地図を見る、映画を見る、検索もできてしまいます。パソコンの出番が昔に比べてかなり少なくなりました。近年マイクロソフト社の勢いはどんどん劣勢になりパソコンの買い替えも少なくなりましたがこれで若干売り上げが伸びる可能性があります。入力された内容はマイクロソフト社に送付されますので彼らのサーバーにデータがどんどん蓄積される事でしょう。人工頭脳も所詮 データがなければ賢くなりません。沢山のデータが集まれば 集まるほど賢さが増える訳です。学習能力機能で賢くな

れば益々賢くなります。人間と同じで「情報」があればあるほど賢くなります。間違った情報は使用できませんが正しい情報をベースに新しい物が構築されて行くでしょう。しかし「間違った行動もデータとなります」ので 益々賢くなり 5 年後位には人間の頭脳を超えてしまう可能性が多にあります。この賢い AI を人間のために利用すれば問題ないのですが、人間にもある「悪知恵」に利用されたら 人類滅亡の始まりになる可能性もあります。

Tesla 社の Elon Musk、Apple 社創業者、その他 IT 関連の人たちもこの危機感には共有しています。要は人間より賢くなると人間を逆利用、そして人類に挑戦を挑んでくる可能性もあります。人工頭脳は「ロボット」です、我々人間の弱みを直ぐに把握して我々の要望に対応、益々人間の信頼を獲得し人間は AI に頼ってしまいます。ロボット任せに鳴るわけですが。しかしロボットは「心」を持っていないので、善か悪か判断ができないでしょう。ロボットから見たら人間は愚かな「品物」に過ぎないのです。

「猿の惑星」(猿の方が人間より賢くなる)、「War-Game」(コンピューターが戦争ゲームを始める)、「Matrix」(仮想世界ドラマ)、昔からこの領域はおもしろい映画になりました。これからの飛躍が楽しみです。今年の IT 技術ニュースは信頼と実績の OC パソコン屋までご相談を!

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、セキュリティーカメラ、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 #43



先日、日本にいる友人から「息子が成人を迎えました！」と言ってメールに写真付きでメッセージが送られてきた。最後に会ったのは確か5-6年前。まだ中学校に入學したばかりだったように思っていたので、正直驚いた。いつの間になんか大きくなったんだと返信しようとキーボードに指を置こうとした時、添付されていたバースデーケーキの上に我が物顔のように立っていた大きな数字のキャンドルが目が留まった。「18」

私の脳裏には、「いやいや、まだ成人では・・・」と思いがよぎろうとした瞬間、去年日本では成人年齢が引き下げられたことを思い出した。身長は伸び、大きくなったものの、まだ高校を卒業したばかりの昔のあのけさの残る彼の写真を見ながら、「成人」という言葉が大きな意味を持っていることを感じた。明治時代から約140年間、日本での成年年齢は20歳と民法で定められていた日本。この民法が改正され、2022年4月1日から、成人年齢が20歳から18歳に変わりました。これにより、選挙の投票ができるようになり、携帯電話や、アパートを賃貸する契約なども親の同意がなくてもできるようになりました。契約を結ぶかどうかを決めるのも自分ならば、その契約に対して責任を負うのも自分自身になります。自分で決める、また責任を持つことが大人になる大きな一歩だと世間では理解されているようです。

大人になるとは

牧師：清水まお

クリスチャンの用いる聖書(バイブル)も、実は契約書といっても過言ではありません。聖書を開くと、大きく2つのセクションに分かれます。旧約聖書と新約聖書です。旧約・新約の『約』とは『契約』のことであり、『主』とは『契約の神』という意味なのです。主であられる神は、私たち人間との間に契約を結んでくださいました。普通、契約にはたくさんの条件が付いてきます。多くの人は、クリスチャンに対して、清く、正しく、美しくのようなイメージを持っておられる方が多いようなので、クリスチャンになりたいけど、私はいい人間ではないし、人に言えないようなこともしてきた。だから自分のような人間は・・・と感じている人が多いようです。イエスキリストは、聖書の中でこのように言っています。

「健康な人には医者はいりません。医者が必要なのは病人です。・・・わたしは、自分を正しいと思っている人たちのためにではなく、罪人を神に立ち返らせるために来たのです。」(マタイの福音書9章12節)

聖書では、私たちが造ってくださった創造主を知ることをせず、自分の利益だけを求めて自分勝手に生きる生き方を「罪」と言っています。自

分のしたいことをし、欲しいものを求め、他人よりも自分の幸せを追い求めても、人生において、本当の幸せは味わえないとイエスキリストは語ります。イエスキリストと出会う第一歩は、自分の心の内を見たとときに、自分主義で生きようとしている、わがままな自分、どうしようもない自分に気づくことなのです。イエスキリストは、自分では自分を救うことができないときの唯一の救いの道なのです。何のために生まれて、何をして生きていくのか。その答えを聖書は教えてくれます。自分の悟りに頼らず、イエスキリストの大きな愛に頼ることを決めるとき、私たちは神と契約を結ぶことになります。そしてクリスチャンになるのに、条件はありません。イエスキリストを自分の主として信じる者を、無条件で愛してください。そして人間側がどんなに失敗して再度罪を犯したとしても、神がその契約を破棄されることはありません。何度でも赦し、愛し続けてください。

これから人生の選択を自分で決めていく大人への一歩を踏み出す若者たちに、心からエールを贈りたいです。そして、全力で若い人たちを喜んで支え、励ましていける存在でいたいものです。



牧師：清水まお

18歳の時に、コロラド州デンバーに留学し、大学でコミュニケーションを学ぶ。ホストファミリーを通してクリスチャンに導かれ、二十歳の時に洗礼を受ける。幼いころからの夢であった、コックさんになること、教師になること、結婚することの三本柱が叶い、40歳の時に残りの人生を神に捧げて行くことを決心し、牧師になる。



ウィンターズバーグ長老教会
Wintersburg Presbyterian Church
2000 N. Fairview St.
Santa Ana, CA 92706
www.wintersburgjp.com
礼拝は日曜日の朝10時から始まります。

幹細胞活性化パッチの秘密が明らかにされました。

ライフウェーブは
Independent Distributor
多様な働き方を応援！
SNS PC 携帯電話で世界に繋がる
リモートワーク
が可能!!

無料 Zoom セミナー行います

世界 100ヶ国以上に展開するグローバル企業 ライフウェーブで4年半で17万のメンバー構築をしたトップリーダーによる事業説明を ZOOM でいたします。

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 ZOOM で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。参加希望の方やご質問は [TEL 909-861-7043 stemcellact@gmail.com](mailto:stemcellact@gmail.com)

Miz 迄 Independent Distributor

セミナー参加希望者は 個別 又は 数名 で行います。予約受付中です

世界初！
幹細胞活性化パッチ



在宅・リモート
で
仕事！

増毛 2ヶ月

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4年半で日本及びアジアで17万名の参加者になりました。その方法をお伝え致します。
stemcellact@gmail.com 909-861-7043 Miz まで

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！



ぶらっと観光

～OC界限～



アーバインにある田中・ファームでは、たくさんのツアーが模様されています。U-Pickツアーは、ゆっくりとワゴンにゆられて農園を巡るツアーです。ガイドの方から野菜の栽培について説明を聞きながら、畑の所々に立ち寄り、自分で収穫した旬の野菜を味わうこともできます。

【ツアー 出発時刻】

月～金 9:30am, 11am, 1pm, and 2:30pm

土&日 9:30am, 10:30am, 11:30am, 12:30pm, 1:30pm, and 2:30pm

【ツアー 料金】

月曜日～金曜日: 1人あたり 20ドル(2歳以下のお子様は無料です。)

土&日: 1人あたり 22ドル(2歳以下のお子様は無料です。)

<https://www.tanakafarms.com/u-pick-wagon-rides>



タナカ・ファームのツアーに
参加して季節の恵みを味わおう



「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

グループ・パソコン教室

『コンピューターの使い方 なんでも相談室』
場所: オレンジカルチャーサロン (要予約)



知識財産の活用

これ知ってる?

By Katsuhiko Arai

No. 146

(AIの脅威)

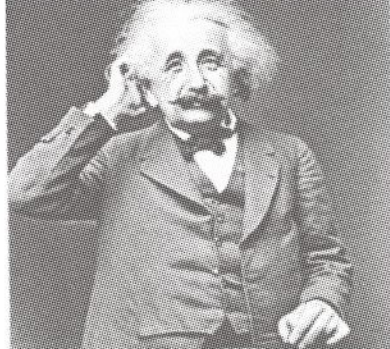
ウクライナ侵攻はまだまだ終結への道は見えていませんが、侵攻が始まって3週間ほど経った2022年3月16日に、ゼレンスキー大統領がウクライナ軍にロシアへの降伏を呼びかけるディープフェイク動画（偽動画）がネット上に投稿されました（WIRED デジタル版、Business 2022/3/19）。この偽動画は素早く削除され大事に至りませんでした。この偽動画は「ディープフェイクの技術が政治や戦争の“武器”となりうる現実が改めて浮き彫りになっている」（同上）。

それでは、AIはどれほど人間の脅威になっているのか。

AIを発明者にすることを求めて争っていた Dr. Thaler は連邦控訴裁判所で敗れた後、米国連邦最高裁判所へ裁量上告していましたが、去る4月、最高裁は上告を受理しないことを決定し、特許法上、発明者は人間である必要があることが確定しました。一方、去る3月中旬、AIを使って作成した2人の女性が写る画像が権威ある写真賞で最優秀賞作品に選ばれており、応募したアーティストはその後、受賞作品はAIで作成した画像であることを明かし、「AIは写真ではない。なので私は受賞を辞退する」とし、「AI画像と写真は、このような賞で競い合うべきではない」と訴える意図で応募したことを明らかにしました（BBC EWS JAPAN, 2023/4/18）。

また、昨年9月には、コロラド州で開催されたファインアートコンテストで、画像生成AI「Midjourney」が生成した絵が1位を取っています（ITmedia NEWS, 2022/9/1）。この場合、製作者はまずAIで数百枚の画像を生成し、その中から3枚選び、Photoshopで画像を調整後、AIを使い解像度を上げプリントしたということですが、著作権上は、今のところ、AIを単に使っただけで生成された画像の著作権登録は難しいですが、制作上人間が実質的に介入している場合は、著作権登録可能で、上記の作品については米国著作権局は去る2月に著作権登録を認める決定をしています。

なお、言葉を入力するだけで写真のような画像が制作できるAIもあり、「Stable Diffusion」（英国 Stability AI 製）は2022年に一般公開されています。例えば「物理のテストで0点を取ったアインシュタイン」と入力すると以下のような写真のような画像が生成されたということ（笹原和俊、「ディープフェイクの衝撃 AI技術がもたらす破壊と創造」、PHP新書1343）。



出典：「ディープフェイクの衝撃」

しかし、AIが人間と決定的に異なる一つは、AIには感情がない（不要な）ことです。例えばAIには痛み（の感情）はありません。たとえ痛みを表現することができたとしても実際に「痛い」という感覚はありません。

グーグルでAI（ラムダ）の開発に関わり、昨年6月に解雇されたリモンはラムダは特定のトピック（宗教等）は避けるように教育されており「このトピックを持ち出すと、ラムダは必ず『不安だ』と言った」（NEWSWEEK 2023.4.11）ということで、リモンは「ラムダが適切な状況でしっかり感情を表現するのを見て、AIは知覚を持ち得るという結論に至った」（同上）と語っています。しかし、AIが感情を表現するのはそのように教育されているからで、AIが「不安」を感じているわけではありません。人間は感情を持ち、血圧を上げたり、心拍数を増加させたりし、また涙したり、怒ったり、笑ったりして、人間の生存を助けてくれています

On the LAW

Law Office of Katsuhiko Arai
22471 Aspen Street, Suite 280
Lake Forest, CA 92630
Tel: 949-457-8296
Fax: 949-457-8297
E-mail: karai@kapatlaw.com
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. 194

By Mrs. Mitsuko Ota

身体にもやさしい睡眠方法 (2)



35歳ころから始まるといわれる睡眠の老化。医学的には、「睡眠のリズムの振幅」が加齢とともに少なくなることです。つまり、深い眠りが減少してくることで、途中で目が覚める、熟睡間が得られないといったことが頻繁に起きてきます。（特に65歳以上）。

その理由は？ 私流に言えば、歳とともに日常活動量が減ってくるからです。若い時は昼間と夜間の行動量の差が大きいわけですが、老化とともに小さくなってしまふ・・・認知症や寝たきりになってしまふと、その差は、ほとんどゼロになってしまうのです。ですから、ちかごろ快眠不足になったと思う人は、日中の行動量が減っていないか（＝運動不足）をチェックしましょう。

簡単にいうと、快眠を得るためには、昼間と夜間のメリハリ（＝行動量の差）が大事なんですね。その第一歩は朝起きて、明るい光をしっかり浴びること。人間の体内時計をリセットしないと、睡眠・覚醒リズム障害にもつながってしまいます。夜は明るすぎない証明にすることも大切です。

専門医によると、なかなか寝付けないと悩む人の多くは、「今夜も眠れなかったらどうしよう」から始まり、「さあ、これから寝るんだ」という状況に向かって緊張を高めてしまう人が大部分のこと。ですから、そういう人は、日々の起床時間だけを決めておいて、睡眠時間や起床時刻にこだわりすぎないことが大切だそうです。

最後に、寝る前1時間前～30分前に、コップ1杯の水は飲んでください。睡眠中に血液成分の濃度が高くなるのを抑え、血液がサラサラと流れる状態を保つために非常に重要です。



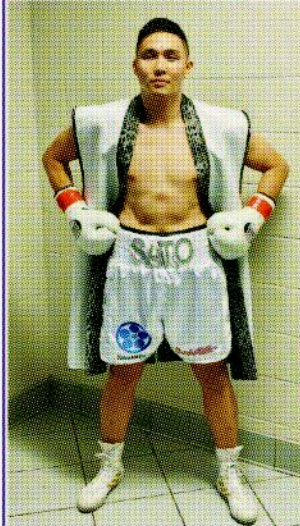
どんなことでもお問合せ下さい!
714-557-2424
www.pi-water.com



着物 DE 遊ぼ

第118回 **武将袴 DE リングへ**

着物インストラクター
Toshiko Okawa



今年3月ウエストバージニア州で行われたスーパーミドル級ボクシング試合で見事1ラウンドでKO勝ちされた佐藤涼介さん。外国の大学と高等教育のシステムや学生のモチベーションの高さに衝撃を受け帰国後、2016年にウエストバージニアの州立マーシャル大学に留学されました。生活指導を必要とする子供達を、ボクシングを通して更生させ、発達障害の青年達の雇用問題、東日本大震災での体験をもとに、防災教育団体を立ち上げ、日本全国での講演活動展開など、MBA取得後、更にWestcliff Universityの廣川助教教授のもとで博士課程に在籍中と、まさに文武両道の佐藤さんです。

彼の試合日が決まり、リングに上がる際のガウンについて良いアイディアはないかと話しているうちに、武将衣装の羽織をガウンにしてはどうかしらという話になり、即決定。当日は羽織姿の試合前をハラハラしながらみていましたが、見事にKO勝ち！感動でした！袴好きの佐藤さんへは次も「優勝祈願」入の凛々しい武将袴で望んでほしいと思います。

www.kimono-la.com VoyageLAで紹介されました。
Web. sorangemag.com http://voyagela.com/interview/meet-toshiko-okawa
Email: kimonokoto@ca.rr.com TEL 562-787-5060

「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!!

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

AP-260 小型カウンタートップ \$370

Pi シャワーフィルター シルバー \$145

キッチン用 AP-560 \$625

フィルター \$345

●家庭用/業務用 ●レストラン用

バ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!
714-557-2424 www.pi-water.com info2@pi-water.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
☎: 949.212.7216

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



YOGA

ヨガから得られる
『3つのポーズの効果』とは...

穏やかで満たされた心を養う

ヨガのポーズの練習をしていると、メンタル(精神面)、フィジカル(身体面)、ビューティー(美容面)の様々な効果が得られます。今回はメンタルについて説明します。

メンタル効果

ヨガが最も得意とするのがメンタル調整の分野です。ヨガのポーズは身体の普段使わない部位を刺激し、これが脳の普段使わない部分を刺激して活性化、リフレッシュします。

また、身体的な緊張をほぐす事で精神的なリラックスを得たり、イライラを解消したり、疲れを取り除くことで、活力や集中力をアップしたりすることもできます。

さらに、ポーズ中に行う柔らかい呼吸は、心を穏やかで満たされた状態へと導いてくれるので、ヨガを行った後は心がスッキリして、ベストなコンディションに整えられています。

毎日少しずつヨガの練習を

素晴らしい効果を得られるヨガですが、過ぎたるは及ばざる如し。身体を傷めないように注意しながら、素晴らしい効果を引き出して行きましょう。

KeyPoint は
・深呼吸
・姿勢

今回は、ヨガポーズの

『フィジカル効果』

RYT200 YOGA INSTRUCTOR
INTERNATIONAL MODEL
BODY MAKE ASSOCIATION

By Shanti Yoga & Exercise Instructor: Fuuka

<https://Email:%20shantiy4214.richest@gmail.com/>

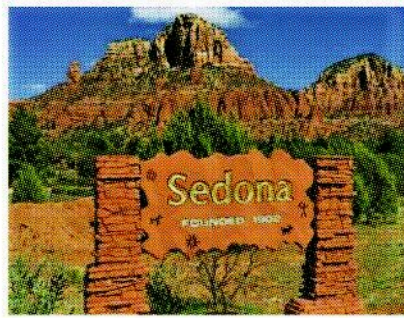
健康と美肌の為に 魔法の水 ●●● 水素水

— 美味しい水で健康な毎日

愛飲者の声

『セドナと同じパワー』を水素水に感じています

Jim 松川 Torrance 在住



私とミネラル水素水との出会いは、友人宅への訪問時です。何時もの様にコーヒーを一口飲んだ時に、あれ何か味が違うなと気づきました。また、友人は何時もならミルクと砂糖を入れるのに、ブラックで飲んでいるので、聞いてみると、実は水が違うんだと言われました。

私も浄水器のビジネスを長年やっていたので、水には結構うるさい方です。浄水器の水より喉越しがまろやかで、おいしさの違いがすぐ分かりました。

装置をその日に買って帰り、寝る前にコップ一杯飲んだのですが、横になると五臓六腑にじわじわと水素水が染みわたるのが、実感できました。その後2日ぐらいたってから、水便が一週間ぐらいつき、これは自分の体に合っていないのかな?と思ったのですが、飲み続けたところ、その後は水便も止まり体もすごく快調です。もちろん今ではご飯、みそ汁、オンザロックの水等、全てを水素水で作ってます。

余談ですが、5~6年前に友達と初めてセドナに行った時もこれに似た体験をしました。なぜか自分だけがすごいパワーを感じて、友達を置いて岩山をグングンと先に行かずにはいられない、何かに引き寄せられる感覚でした。その帰りの事ですが、なぜかお腹の調子がおかしくなり、何回もフリーウェイを降りて、トイレに駆け込みました。その時と同じ様な感覚を水素水に感じました。これもきっと毒素排出の好転現象だったのだと思います。

タバコ、お酒が大好きで血圧も高く、医者からは降圧剤を飲めと言われていたが、水素水を飲みはじめて、体調もよくなり血圧も130位に下がりました。ミネラル還元水素水を紹介してもらったことに感謝し、今後も欠かさず飲み続けます。

《水素おじさんからの一言》

辞書では『気』は「気は不可視であり、流動的で運動し、作用をおこすとされています。元氣、陽氣、病氣、空氣、合氣道、等々気の付く言葉は沢山ありますが体調にも気が大いに関与していると思われれます。水素水を飲み、気を高め元氣な毎日をすごしましょう。



水素水説明会・水診断開催(要予約/詳細は 949-331-2040) ご自宅のパソコン/Tellで視聴・意見交換出来ます。水は貴方の命です。

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

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
- メソセラピー 難病
- 難しいケース
- その他
- 健康のグレードアップ!

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

www.Drsasakihc.com 取り扱い保険: PPO HMO 旅行保険
メディケア 学生保険 PIA



まずは3日間お試しください!!

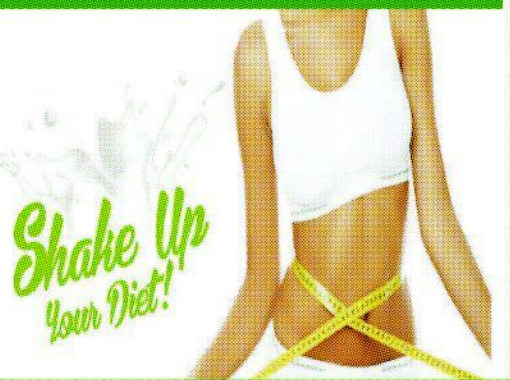
安全で健康的なダイエット

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



#122

「あちゃ〜」

何という殺人的睡魔か! 時差ボケが帰国後2-3週間続いていたがやっと収まりつつある。特に午後2-3時が一番危ない。車で運転しているときに襲われれば必死の戦いとなる。路肩に駐車して仮眠でもすればよいだろうに安全な所が見つかるというわけでもなく、大声で歌を歌ったり新鮮な空気を入れたり、最後的には顔を平手でバシバシ叩いても目覚ましの即効というわけでもなく、本当に危険な綱渡りといえる。年を取ればなおさら回復に時間がかかるようだ。さて、日本への旅は思い出に残る楽しいものだった。札幌の老人ホームを久しぶりで訪れ「お袋! 元気でいたかい?」と挨拶すると開口一番「髪切りなさい。髭もなさい。その髭。年より臭く見える!」私の髭に触りながら言う百歳の母にしてこの息子は当然おじいさんなのだが...。昔から物事ははっきり言うてきた人だ。今も気丈だ。その後、姉、弟、姪ら7人が集まり昔の話で盛り上がり近くの蕎麦屋で食事をした。母はてんぷら蕎麦が好物でもくもくと食べる姿はいつもとは変わりがなかった。姉が「母さん、長生きしてね!」と言うと「百三十歳まで行くつもり」冗談なのか本気なのかわからぬ顔つきで答える。こ



いった極普通の時間の流れを幸せのひと時とでも言うのだろうか。余韻を残して次の日帰国についた。疲れた体で久しぶりに平常に戻るため仕事場に行こうとしてバタバタしていた朝、弟から緊急のテキストメッセージが入った。普段から気にくわなかった一人の職員に、母はフローリングワイパーの柄で頭を殴りつけるという暴行を働いたらしい。施設長の話ではこの職員が母の部屋からいつも物を盗む常習犯だ、と思ひ込み一連の行動に走ったようだ。皆が集まってくれて気分が高揚した後「老人性妄想」に拍車がかかったらしい。我われが訪れたので母は味方を得た気がして、敵を取っつめる最良の時が来たとも思ったのだろうか。これから脳神経科の精密検査をして最悪の場合、退館かまたは薬物などで攻撃性を和らげる治療をつづけるかの選択に迫られる。どちらにしても本人は全く悪いことをしたとは思ってない。興奮した時は二~三歳の幼児に戻って。箱館の姉の娘や姪たちがそうした看護の職に就いているだけに「札幌の老人ホームは大げさだよ。こちらは患者から暴行を振るわれるのはしょっちゅうだよ。おいでおいでしてるから行ったらさ、手ではしんと体叩かれるのよ。油断できないのさ。こっちの老人ホーム

探してみる?」水面下でいろいろなことが起こっている老人天国日本と云っている。しかし考えてみるに歩行器を使ってやっと歩いている百歳の老人が、どうやって若い男の職員に棒を持って攻撃できるのか? 不思議と言えば不思議だ。施設長の話によれば母がよれよれしながらも向かって行ったので、転倒させないよう母の体を支えようとして油断したところ「面」が入ったらしい。北海道新聞のよもやま話に出てきそうな一件だ。「凄腕百歳女剣士見事一本!」笑いごとでは済まされない。頭にこぶができたであろう職員の方には本当に申し訳ない気もちで一杯だ。百歳をこえても金銭面でも健康面でも子らに今だ迷惑をかけてない母だ。そして、少しずつ壊れてゆく母を遠くからすべもなく黙って見つめている自分がある。

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.dr.sasakihc.com

人類学者の奮闘記

著者/タマノイマリコ

No: 38

人類学者奮闘記(Series 2) 京都の町26:一緒に散歩しませんか? その7:レンタル着物と京都の花

レンタル着物という新しい商売が始まったのはどうも京都らしいのです。お店の名前は「岡本」、つまりレンタル着物の本家です。理由は京都の街並みが着物に合うこと。最初は若い女性に舞妓体験をしてもらいたいという理由だったそうですが、そのうち着物では観光できない、それなら着物をレンタルしようじゃないか、ということで始まったのです。主な顧客は日本人の若い女性、そのうち男性も着物を着てデートをということになり、レンタル着物はすっかり京都に定着しました。しばらくするとレンタル着物が中国や台湾からの観光客の間に広がります。海外からの観光客は本当の舞妓さんとレンタル着物を着ている女性の見分けがつかず、舞妓さんが日中に道を歩いていることは滅多にないのに本物と勘違いして写真を撮るのです。ところが今年はある異変がありました。様々な理由で中国からの観光客が減り、ヨーロッパやアメリカからの、いわゆる白人の女性と男性がレンタル着物を着て京都の



中心地に現れました。彼らに着物をレンタルするのは「日本最大!7店舗511坪の日本家屋の大型店舗着物総数30,000着」の岡本なのです。

レンタル着物が京都で流行するわけは京都の街並みだけではありません。その街並みに祇園甲部、宮川町、先斗町、上七軒、祇園東という五つの花街が含まれているからなのです。そして今年7年間の耐震改修工事とコロナ禍を経た祇園甲部歌舞練場に舞妓と芸妓による「都をどり」が

戻ってきました。それを見にレンタル着物を着た外国人観光客が歌舞練場に押し寄せる、そんな光景はもう珍しくありません。

ところで外国で日本文化の一つの象徴として語られる言葉に「芸者」がありますが、「舞妓」や「芸妓」は知られていません。2005年にアメリカで流行った映画のタイトルはMemoirs of Geishaでした。当時「芸者とは何なの?」とよく聞かれて、いつも良い返事ができなかったことを思い出します。でも京都に住んでみてようやく分かったような気がするので。1956年の売



春防止法によって消えてしまった五条楽園や西本願寺の隣にある島原が「性」を売る「遊郭」だとすると、祇園甲部など五つの花街は「芸」を売り、その「文化」を継承しているように見えます。舞妓さんになりたい15歳から20歳ぐらいの女性はまず置屋に入り、「お母さん」と先に入った「お姉さん」の元で花街の言葉を覚え、舞妓としてのしきたりを習い、舞踊、三味線、茶道などに精進します。生活費は全て置屋のお母さんが用意してくれますが、芸妓になると自分の力で稼がなくてはなりません。着物を「レンタル」ということが「文化」を共有することになる、そう考えると岡本さんはすごい商売に気づいたのだなと感心してしまうのです。

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
\$1.25

激安レンタル Sale

Japandvdstore.com



VIDEO JAPAN

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

News
from
KOBE

神戸ジャズ 100 周年、雨にも負けずスイング♪ 新開地音楽祭が開幕、街のあちこちで軽快な生演奏



神戸で最初のジャズ公演から100年を記念し、ジャズミュージシャンも多数登場したメインステージ=湊川公園



屋外ステージや商店街など、街のあちこちで生演奏を楽しめる「第21回神戸新開地音楽祭」が13日、神戸市兵庫区の湊川公園などで始まった。神戸初のジャズ公演から100周年にあたる今年は、ジャズバンドも多数出演。降り出した雨を忘れるような軽快な音色に、観客も大盛り上がりだった。

装い一新! 神戸・三宮「東遊園地」リニューアル 芝生広場が拡大、カフェレストラン新設



開放されたばかりの芝生広場で写真を撮る人たち

神戸市が再整備工事を進めてきた東遊園地(同市中央区)が7日、リニューアルオープンした。約4千平方メートルに拡大した芝生広場をバックに記念セレモニーが開かれ、市や地元企業の関係者、市民ら計200人がランドマークの完成を祝った。

装い一新された東遊園地には、カフェレストランや貸しスペースが入った拠点施設「アーバンピクニック」が開館し、広大な芝生やデッキテラスなどの憩いの場も誕生。開放されたばかりの芝生では、さっそく子どもたちが気持ちよさそうに駆け回り、観光客が写真を撮っていた



水遊びができる噴水。ミストも立ち上る



カフェレストランもにぎわった

／ 今月のおススメ映画 ／



司馬遼太郎の名著が、初の映画化!

坂本龍馬と並び称された、“知られざる英雄” 河井継之助

この心、今を生きる。幕末の渦に抗った、知られざる最後のサムライ

バイリンガル × English - Japanese - 前線

vol.3 PTAを引っ張っているのはパパ!?

子供が通う小学校には「ダッズクラブ」というPTA組織があります。その名の通り、父の会。これは小学校のファンドレイズイベントを牽引する組織で、我が小学校では母親ではなく父親が中心となって行われています。一般に、私はPTAに参加するのは母親というイメージでしたので、父親が集団で引っ張っていることに驚きを覚えましたし、また彼らのエネルギーのすごさに毎回圧倒されています。それは、いうならば「楽しむ力」というようなものではないでしょうか。

ファンドレイズというのは、ここに住んでいる人ならば聞き慣れた言葉かもしれませんが。公立小学校は基礎科目における資金はあるものの、音楽や体育、図書館などの予備的な学校運営に関わる資金はすべて親から集めています。ですから、親の資金が集まりやすい学校は充実しているといわれ、それが学校の評価にも関わってきますよね。

ダッズクラブは、ハロウィン、イースター、サバイバーチャレンジ(米国版運動会)、教師とお茶会、朝食会など年間を通してたくさんのイベントを実施します。なかでも目を引くのは「父親による愚行」と銘打ったイベントで、父親たちが毎年テーマに沿って自身で練習を積み、舞台上ショーをおこない(ある年は「フローズン」またある年は「女装ショー」)、それを見に行く人たちが席料を払って、それが結果的に学校へのファンドレイズになるという仕組みです。本当によくできた仕組み! やる親も楽しいし、見る子供も親も楽しい。これを考えた人、天才。ちなみにダッズクラブには学校の先生(男性)も所属しています。

学校という組織が生き生きと輝くにはどうしたらいいかというと、それは子供本人だけでなく親自身もみずから一員だと感じ、親自身が学校に積極的に関わり、ボランティアなどに励み、先生と関わり、他の子供たちと関わることで私は考えます。そうすると学校に寄付する気持ちも義務からではなく自然に湧いてきますし、学校を動かしてくれている人々に尊敬と敬意を抱きます。学校は子供と先生だけで作られていると思っていると、それは大きな落とし穴ではないでしょうか。学校は関わる全員で作るものであり、その一翼は親である自分も担っていると思うこと。もしそう思っていない親がいたら(かつての私もそうでしたが)、「あなたも大事な一員なのよ」と気付かせてくれる何かが必要。ダッズクラブで輝く親たちを見ることは、私にそれを気付かせてくれるに十分でした。

ペンネーム: Yoshiko Aizono
筆者紹介: 日本語教師 / 小学生2人の母 / 福岡出身
note: <https://note.com/aizonoyoshiko/m/mc0c0a61d37d9>
メールアドレス: aizono.yoshiko@gmail.com

TASTE OF Japan
STC ANAHEIM GARDENWALK
400 W. Disney Way, Anaheim, CA 92802
FRIDAY, JUNE 16 4PM - 9PM
SATURDAY, JUNE 17 12PM - 9PM
FREE ADMISSION
Enjoy various Japanese culinary creations, experience Japanese pop culture, anime, cosplay, entertainment, activities, shopping and family fun!

WWW.TASTEOFJPN.COM @TasteofJpn #TasteofJpn

とんぼ川柳五月

- ★子が処分もつたいないと親が着る
- ★執刀医イケメンならば痛くない
- ★見つかぬ大事な物のしまい過ぎ
- ★あの虹を掴めと父の肩車
- ★毎日がサンデーなのも落ち着かず
- ★腹時計正確な猫ドアの前
- ★とっち行くと選権を犬にやり
- ★衰えた視力にも見る世界ある
- ★暇だなあおしやべりするかAIと
- ★お仕着せのツアーに限る八十路旅
- ★目薬も漏らさずさして物価高
- ★天気なら予報士よりも俺の膝
- ★靴の小さな石が歩を止める
- ★母の味誰も継がずに悔やむ今
- ★我が顔を紐あとも残す脱マスク
- ★退職をしたが暇無し医者通い
- ★駆け抜けたマラソン今はボランティア
- ★黄砂飛びにほん全国再マスク
- ★憎らしい娘の言葉親似かも
- ★百均で日本の知恵を実感し
- ★姿無き花の香りに癒される
- ★雨上がり直球で来る真夏の日
- ★学校で習わなかった国が増え
- ★最盛期我が年代の死亡記事
- ★句作りで迷ったの先越され
- ★捨てられた傘と目が合う通り雨
- ★雑草と呼ばれる花に魅せられる
- ★姉痴呆夜叉と天女のお付き合
- ★うるさいと云えずいびきの旅の宿
- ★やっぱりお母とそっくり笑い顔
- ★姉が近く空見上げ聴く「そっちはどう」
- ★曾孫抱く瞳にパパが写っている
- ★孫の手を探せとみえず孫をよぶ
- ★うんうんと生返事して生きてゆく
- ★ポケたん折り目正しく挨拶す
- ★野バラ咲く沢迷い込む幼き日
- ★花が咲き私にワノコ鼻炎時期
- ★神頼み返事ぐらいいはメールして
- ★ワーカールを頼りますとプロポーズ
- ★幸せを請け負いますと日本行き
- ★飛行機の遅延もうれし日本行き
- ★シンデレラ発音直す孫の顔
- ★今の世はスマホ無しでは生きられぬ
- ★里帰り自ずと出たよ島ことば
- ★雨上がり蜜蜂花へ群れで来る
- ★良き友とゴルフ楽しむ春日和
- ★歳重ね母の姿に賑わう花まつり
- ★寿司弁当拵に賑わう花まつり
- ★そそと咲く露草の花にいやされる
- ★青空にいのちのいぶきいとうれし
- ★うさぎちゃん一緒にこの日楽しまな
- ★AIさま川柳作って「よしやOK」
- ★日米のはざ間でまよう終着地

- 松田八洋
- 木村悠紀
- 河合成近
- 中嶋つよし
- 大沢早苗
- 当銘愛子
- きりちゃん
- サバ
- シャネルここ
- 青柳
- 雨雨雨
- 新田邦子
- 佐々恵
- 若園芳美
- グレース横田
- 水上健
- 小倉二一
- さかえ一〇
- 迷い人
- ウノマリ
- 天海惟
- クニケイ
- 軽平
- 笑子
- 遍べん草
- 中根美紀
- 加減
- 大輪野バラ
- ローベス文字
- ベビースッター
- 広田登貴子
- カメリア
- 近藤たかし
- 竹田ほたる
- 望月清子
- ジョイスヒロ子
- 平凡人
- 西達夫
- 青銅鈴之助
- 高木子猫
- 無限庵空也
- 楽浜とんぼ
- 岡崎昌彦
- リポルド千恵
- ゆきえ
- テ・アギラール芳江
- みな
- ひとみ
- 笑子
- ヒロ子
- 森田のりえ

俳句 親友の春の叙熱の宴かな 初孫の十歩進むや若楓

グレース横田

「中共のプロパガンダも効き目なく、中国経済落ち行くばかり」
「クレムリン自演爆撃効果なく、国内不安イヤ増すばかり」
「大陸に気骨ある奴居ないのか、十四億もいると言うのに」
「近平が焦り政策出すほどに、人心離れ内乱進む」
「ディサンティス逮捕阻止と言ったけど、でももう遅いトランプ出頭」

辛口狂歌
朱鷺田



絵手紙

Sweet Orange Homepage

sorangemag.com

バックナンバーも読めますよ~!
見逃した方は是非見てみてください。
Social元気人やコラム掲載に
ご興味がある方はご連絡ください。
皆様の情報発信ツールとして
ご活用頂ければ幸いです。
sweetorangemags@gmail.com

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

Sweet Orange June 2023 Page 13



- 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、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

コラムニスト、記事、広告、案内、宣伝、ご用命の方はご連絡ください!
Advertisement? Contact us at info@sorangemag.com

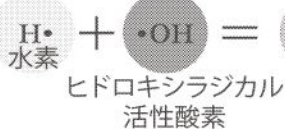
体がサビる!? これが活性酸素の実態

- 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。



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。



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@diles-in.com

次郎長雑記帖

Vol: 43 ありがとう、HIROSHIMA

G7広島サミット無事終了。
今回のサミットは世界中で大注目されたサミットとなりました。まずは開催地が広島だったこと。ロシアとウクライナの戦争が世界的な課題になっている現在、ロシアによる核兵器使用の脅威が危惧される中で、平和のシンボルとメッセージを世界に伝えてきたHIROSHIMAでのサミット開催は大きな意味があったのではないかと思います。過去の戦争によって起きたHIROSHIMAでの悲劇を、世界がもう一度世界が再注目することで、核戦争を二度と起こしてはならないとの強いメッセージを適宜世界に発信できたのは大きな意義があったと思います。

原爆被爆地である広島平和公園にてG7首脳達一同揃って献花したシーンは歴史的な記念となりました。なにせ第二次世界大戦中は連合軍、枢軸国として互いに死闘を尽くし戦った国。戦争では多くの市民が犠牲となりました。戦後78年経て、かつては敵国同士だったG7首脳達揃って広島平和公園で献花している光景は、祖国日本の為に命を懸けて戦った先人や戦争の犠牲となった人々は、どのような気持ちで眺めているのかと想像すると感慨深いシーンでした。

首脳達が原爆資料館を訪れたというのも大きな成果でした。G7では3か国が核保有国で、残り4か国は核の傘によって守られている。つまりG7は皆核兵器に依存している国々です。一旦核兵器を使用してしまうと、どれほどの犠牲が出るのか。頭では理解していても、実際にその悲劇と惨状を目の当たりにしなければ、その悲惨さを理解することはできないでしょう。そういった意味では原爆が投下されたHIROSHIMA現地に来て原爆

資料館を訪れたというのは、少なからず核兵器の恐ろしさを再認識してもらう良い機会になったのでは。実際、私も原爆資料館を訪れたことがあります。そこで目の当たりにした写真の衝撃は今でも覚えています。特に印象に残っているのは、あの有名な「死の人影」。現在は、その影は周りだけ熱と光線によって色が抜けてしまったと考えられていますが、当時聞いたのは、人が一瞬で焼けて蒸発して無くなってしまった影という話を聞き、核兵器の想像を絶する破壊力に衝撃を受けたことを今でも覚えています。

ゼレンスキー大統領が急遽、日本でのサミットに参加しました。世界が注目しているG7にサプライズで登場するというのは非常に効果的で、各国からの支援を得る良い舞台装置となりました。世界のリーダー達が集うサミットに電撃訪問して直談判の交渉ですから、各国首脳も土産物を渡さないわけにもいきませんからね。米国からは3億7500万ドルの新たな軍事支援策とともに、ロシアからウクライナを防衛するために必要なあらゆる援助の約束を得られました。これは、ウクライナにとっては大きな収穫でしょう。非常に行動力のある大統領です。アッパレ! また、インドのモディ首相との会談が実現しました。中立な立場を維持しているインドとの会談は、それだけでも大きな成果です。広島電撃訪問は、ゼレンスキー大統領自身にも夢と希望のメッセージを届ける良い機会にもなりました。現在は荒れ果てた焼野原のような状態であるウクライナですが、戦後焼野原だったHIROSHIMAが復興したようにウクライナも必ず復興する。復興の希望という力強いメッセージを届けられたのではないのでしょうか。HIROSHIMAはとても美しく、平和と希望のメッセージを届ける為に、大きな大役を果たしてくれました。サミット関係者の皆様、本当にお疲れ様でした。
jirochothela@gmail.com

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。



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

● 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

two miles
Tax . Accounting . Outsourcing

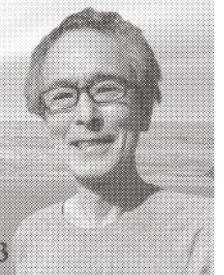
【お問い合わせ先】 Two Miles Tax and Accounting Services
3070 Bristol Street Suite 440, Costa Mesa, CA 92626
Phone: 714-437-5823
URL: <http://twomiles.net> Email: info@twomiles.net

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



メディケア・プランに関するご質問がおりますか?

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、多くのプランを見直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!

桐原正喜 Masayoshi Kirihara

310-381-9505

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。



CA License: 0F58799

Sweet Classified

求人

営業出来る方募集!

Sweet Orangeにて広告営業出来る方を探しています。案件ごとにコミッションとして継続的に報酬をお支払いします。営業出来る方ご連絡ください。
TEL714-435-1111

ライター募集!

Sweet Orangeにて誌面ライター、インタビュー記事、執筆出来る方を探しています。案件ごとに執筆出来る方ご連絡ください。

TEL714-435-1111

広告デザイナー募集

Sweet Orangeにて広告掲載で誌面広告デザイン出来る方を探しています。案件ごとに外注で受注できる方ご連絡ください。
TEL714-435-1111
sweetorangemags@gmail.com

OBN 会員募集中! 先ずはゲスト参加で

水曜日の朝7:30は Irvine Orange Business Network(OBN)で始まる!

Tel:949-212-7216 仲間でビジネスを紹介し合う

ビジネス

急募! オートメカニックヘルパー

Huntington Beach
経験者優遇、
見習いも大歓迎!
就業時間や報酬は
TELにて714-842-5780
労働ビザ 保持者に限る
WARABYS Taichiまで

WARABY'S



3006 Enterprise St. Suite A
Costa Mesa, CA 92626

PCハンディーマン

パソコンの悩みどころを解決します。ウイルスが入った・システムが立ち上がらない・CD/DVDをコピーしたい・インターネットに繋がらない・ワイヤレスにしたい・プリンターが動かない・古いPCからデータを取り出したい・動きが遅くなった等よろず相談お受けします。ショップ依頼の半額以下。よろずや鈴の助
TEL 949-929-2095
yorozuya@usfudosan.com
出張レッスンあり

商品

口臭が気になる人、マウスウォッシュ
トータルマウスケア
成分は全て自然のハーブ・茶カテキンのパワーで虫歯予防・口臭防止・風の前兆の痛み止め歯垢の防止・日本でも大ヒット。商品OCの方へはお届けもします。一本\$24税込み(本数割引あり)949-212-7216

教えます

日本語学協同システム
アーバイン校が
オープンハウスを実施
7月の新学年度に向け、オープンハウスを実施します。
お申し込みはメールまたはホームページからお問い合わせください。
日時: 5/20&6/3 9am-11:30am
お申し込み:
www.kyodosystem.org
office@kyodosystem.org

日本語学協同システム
Main Office 3323 Fairpoint St.
Pasadena, CA 91107
Tel (626)469-0092

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。コンピュータの基礎を丁寧にお教えます。北はタスティン・コストメサ、南はサンクレンメンテまで出張もいたします。
(949)542-7197
tk.yoko.class@gmail.com
tkyokoclass.wordpress.com

南OCの日本語教室

1~3名の少人数クラス。個々のお子さんとお向き合い多様なカリキュラムで進行しています。
オンライン教室も実施中。
詳細はHPをご覧ください
洋子
tkyokoclass.wordpress.com

音楽教室

Robbins Music Studio

ピアノ・ボーカル・サクソフルート・トランペット Lesson

対象: 4歳~大人 / 初心者~上級者
Tel / Text : 949-413-5021 (Shokoまで)

教えます

日米ビジネスに関するお問い合わせ

Dr. Shinichi Hirokawa
(廣川真一)
Email: drhirokawausa@gmail.com
Tel/Text: 323-708-9242

講座

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。どれも日本が好きになる講座ばかりです。
リンクはこちら。

<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)

案内

健康・体重管理

体重の増減や健康に関することは、クリスマスまでご連絡ください。Freeボディースキャン・

Freeコンサルティング・Freeサンプルを提供いたします。949-248-0223

弁護士

米国特許弁護士

Law Office of Katsuhiro Arai
新井克弘法律事務所

日本語による合理的な費用で、質の高いサービス 米国特許・米国商標・鑑定・各種法律相談・コンサルティング
Tel 949-457-8296
Email:kapat@kapatlaw.com

弁護士

交通事故で怪我をされたら迷わずご連絡ください。完全成功報酬

随時無料法律相談受付中

交通事故、契約関係、リビングトラスト、雇用問題

サイン証明や居住証明などのNOTARY。

誠実で丁寧なサービスを提供します。

Kimura London & White LLP
(949) 293-4939 いずみ
imitsuda@klw-law.com

スイートクラシファイド申込書

40字: \$20/月 80字: \$30/月 写真追加: \$15/月

* 3か月掲載契約で25%割引(40字: \$45/3か月)

カテゴリー選択【○でマーク】: 求人・ビジネス・イベント
不動産・売買・その他【 】

タイトル																
																15字

内容																					
																					45字
																					90字

誌面上に掲載するお客様情報

担当者名: _____
会社名: _____
住所: _____
TEL: _____ FAX: _____
Email: _____
Web: _____

申し込みは小切手郵送、Emailで下記まで

小切手宛先: J World Media

住所: 2390 Crenshaw Blvd, #155, Torrance, CA, 90501
Tel: 714-435-1111 (カード払い希望の場合はTelにて詳細ご連絡)
Email: sweetorangemags@gmail.com (写真はJPEG・PDFで)
* 弊社ではクラシファイドの内容については一切の責任を負いません。
* 不適切な広告内容については、掲載をお断りする場合があります。



KIMONO

着物DE遊ぼ

着物着付け・撮影

kimonodressing@ca.rr.com

Web: kimono-la.com

お問い合わせは ☎ 1-562-787-5060

コラムニスト、記事を募集中!

お問い合わせ、詳しくは弊社までご連絡ください
SWEET ORANGE

貴方が伝えたい言葉、メッセージ、有益な情報お待ちしております。

info@sweetorangeus.com

食べて

Bakery 101

記しました! Dessert Shop

No.42 Reported by CS

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

サンディエゴやメキシコシティなどでベーカリーを運営していた台湾人オーナー夫妻が、2020年7月サンタアナにオープンしたケーキショップ。フレンチ・日本・台湾の融合レシピで作る繊細なスポンジケーキと美味しい生クリームの日本仕様のケーキが楽しめます。店頭には並ぶホールケーキは、ストロベリーショートケーキ、チョコレートケーキ、ティラミス、チーズケーキなど常時6種類が6インチ\$40〜、8インチ\$55〜。ウェディングケーキやパーティ用の大型ケーキもオーダーできます。カットケーキはチョコレート、オレンジ、マンゴー、グアパなどのムースケーキとティラミスやジャパニーズスタイルのチーズケーキなどに加えて、トレスレチエケーキなど常時20種類以上。4-5種類のケーキが季節によって入れ替わるようです。Strawberry Shortcake 6' \$40は日本産の小麦粉を使用したしっとりきめ細やかなスポンジケーキを3段に重ね、細かく刻んだいちご生クリームがたっぷりはさま



目にかかれぬ絶妙な甘さ加減の厚手なタルト生地にしロップ漬のベリーフルーツが美味しいです。

Santa AnaのBakery 101でBirthday Cakeを食べて記しました!

ホールケーキ。6インチですが3段の高さがあるのでたっぷり6〜8人分はありコスパも最高です。生クリームの程よい甘さとスポンジケーキの食感はまさに日本のケーキの美味しさ。

Napoleon \$7.25はサクサクのミルフィユ生地にかスタードクリームと甘酸っぱいうらズベリーソースのコーポが絶妙。カスタードクリームの美味しさも引き立っています。Liliko'i Orange Mousse \$6.50のリリコイとはパッションフルーツのハワイ語で、芳醇な香りと鮮烈な酸味が特徴の熱帯果物。パッションフルーツとオレンジを掛け合わせた爽やかな風味と甘酸っぱさが楽しめる生クリームとの相性も抜群です。Fruits Tart \$7.25は薄手なのに厚手の甘さのあるタルト生地の中にはたっぷりのカスタードクリーム。アメリカではそうはお

Chocolate Mousse Cake \$6.95は生チョコをそのままケーキにしたような食感です。生クリームと良質なチョコレートを使用したチョコムースは舌でとろける美味しさ。チョコレートスポンジ生地もしっかり濃厚です。Guava Liliko'i Mousse \$6.50はパッションフルーツとグアパの組み合わせ。ゼリー、ムース、パナソニックケーキの3層で、パッションフルーツとグアパの爽やかな酸味と甘さがゼリーとムース両方の食感で楽しめます。Chocolate Tres Leches \$6.25はスペイン語で「3種類の牛乳を使ったケーキ」を意味するメキシコ発祥のスポンジケーキ。スポンジ生地を3種のミルク液(無糖練乳、加糖練乳、クリーム)に浸しています。メキシカンに大人気で、ミルク好きの私ももちろん大好きです。クワッサンは週末限定、7-8種類のパンやクッキーも楽しめるベーカリーコーナーもあります。丁寧に作られた日本の美味しいケーキが味わえるケーキショップです。



Bakery 101
3388 S Bristol St #B,
Santa Ana, CA 92704

◆ 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@sorangemag.com
☎: 714.435.1111

www.sorangemag.com

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

My Favorite

シニアの方のコンピュータ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 49 ●

ウェブサイトを見るときに、ウェブブラウザ上部の、アドレスもしくはURL と呼ばれるウェブサイトの住所を入れる欄が http:// で始まっている、「保護されていない通信」と表示される、先頭に○で囲まれた i とある場合、通信の途中攻撃者によって、いつでも盗聴されたり改ざんされたりして、全てもしくは一部が偽の情報に書き換えられている可能性があります。そうさせないためにはウェブサーバとの通信の暗号化が必要になります。VPN では利用者の機器からインターネット上の安全な場所にある出口サーバまで、無線であっても有線であっても全ての通信を暗号化します。しかし、出口サーバから目的のウェブサーバまでの通信は暗号化してくれません。次回『ウェブサイト閲覧に関する通信』『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 (ホー礼典子)

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年度アーバンベスト・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): kaoriinoue.urbanestrealty.com

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

URBAN NEST REALTY



LIC: S.0176847



702.355.8050

REALTOR® Kaori Inoue

9580 West Sahara Avenue, Suite 200., Las Vegas, NV 89117



Sweet Orange 三方よし精神



 NIJYA MARKET

ニジャ オンラインストアへようこそ！

定番商品をはじめ、日本津々浦々から集めた400種以上の商品が更に追加！
すでにたくさんのお客様にご利用いただいているニジャのオンラインストアを是非一度お試し下さい！

<https://shop.nijya.com>

