



トロント新移住者協会

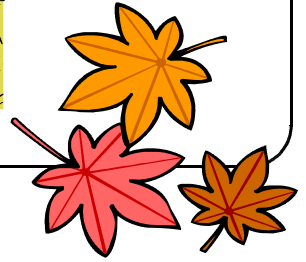


www.torontonjca.com



info@torontonjca.com

NEW JAPANESE CANADIAN ASSOCIATION 6 GARAMOND COURT, TORONTO, ONTARIO, CANADA M3C 1Z5



## ごあいさつ・時の流れに



副会長・にゆうすれたあ編集長 森貞一弘



皆さん、秋です。トロントの秋はほんの一瞬で終わってしまうので、なかなか秋らしさを満喫することは難しいですね。サンクスギビング(秋祭り、収穫祭みたいなもの)があってハローウィン(お盆?)があって、あっという間にクリスマス、大晦日です。ほんと一年は早いですね。

はてさて、トロントから成田への直行便は AC001 (往)と AC002 (復)ですが、僕のように関西方面に帰宅する者にとっては、

日本国内便が混んでいてうまく連絡がつかないことが多々あります。特にこちらにもどってくる時は、運が悪ければ空港内で丸半日、過ごすことになります。この写真、実は出発ロビーで暇をもてあまして、何もすることがないので、千円で撮った豊臣秀吉と大坂城の合成写真です。(実際には、現在の大阪城は、二代将軍・徳川秀忠が建て直したものの再現です)

難しい歴史の話ですればボロが出るので控えますが…大阪では豊臣秀吉は太閤さんと呼ばれ、ある意味、すごく尊敬されていて、高度経済成長期に小学校に通っていた僕たちには、立身出世のお

手本のような英雄として先生が話していたことを思い出します。(ある意味、今となっては間違った(かなり歪んだ)教育を受けていたような気がしています。いえ、あの頃は、あれで良かったのですが…無邪気な子供は疑うことなどしませんからね。)

最近の歴史ドラマでは、「人当たりがよく、言葉たくみに人をうまく使う＝世渡り上手・狡賢さ」その一方で「とてつもない人並み外れた発想を独断で実行にうつす＝頑固さ・傲慢さ…」脚本家にもよるのですが、その辺りの醜さを強調し、ともすれば変人・悪者扱いとして表現されています。時代が変わったと言ってしまえばそれまでですが、残念ながら、時(社会)の流れに応じて人、それぞれに求められているものが変化していくのが自然のようですから、年齢とともにますます柔軟な姿勢で生きていきたいものです。

皆さん、自分がやってみたいこと、楽しいと思えること、現時点、或いは近い将来、必要だと感じることを、どんどんと考えてみて下さい。それを実行できる場所・機会・人材を提供できるのが、トロント新移住者協会という団体だと、僕は感じています。

実際、いろいろな人が、多方面で活躍されています。時の流れに身を委ねるだけでなく、ほんの小さな歴史の一部のメモとして、にゆうすれたあにも、投稿していただければ、とても嬉しく思います。

## 人恋しくなる秋に

中山あつ子

「幼なじみの思い出は青いレモンの味がする・・・」という歌にあるように秋になると思い出すのは運動会。



「小学校の運動会 君は一等僕はビリ 泣きたい気持ちでゴールイン そのまま家まで駆けたっけ」。

10月の朝もやの中で6時になるとババーンと運動会開催の花火が鳴り響き、子供心にはんざーいとはしゃいだものだ。朝早くから起きて弁当作りに忙ししている母の姿に心はルンルン足はピョンピョン。台所に並ぶあの海苔巻きは超有名なレストランにもない母の味。お稲荷さんといえば、子供の握りこぶしみたいに具だくさんの寿司飯がこれでもか、と言わんばかりにぎゅうぎゅう詰目に詰められて口を大きく開けてそのまま重箱を占領する。母が煮たあげの味とマッチして、これまた母特有の味なのである。お昼になると陣取って広げられたお弁当に目も爛々。そして青いみかんの甘酸っぱい味や香りが「閉じるまぶたのその裏に・・・」と歌にあるように思い出が広がっていく。見上げると空 いっぱいに旗がはためき軽快な音楽がこだまする中で、自分の体よりも大きい玉をゴロゴロと一生懸命に転がした玉ころがし競争の姿がなぜか浮かんでくる。

「にきびの中に顔がある 毎朝鏡とにらめっこ セーラー服が良く似合う 君が他人に見えたっけ」

中学校の運動会になるとドキドキハラハラのフォークダンスが登場する。今でも、コロボチカ、オクラホマミキサー、マイムマイムなどの曲が耳をよぎる。複雑で多感な時期の中で、今の時代とは違う「おさない姿の君と僕」なのであった。いや、「おさない心の君と僕」だったのである。

高校の体育祭では応援団に参加して、バラを粹にくわえて背を伸ばし、ペーパー手作りの黒と赤の衣装のフラメンコで登場して応援合戦に挑戦したことも懐かしい。男子特有の組体操に心をときめかせたこともあの紺碧の空の色と共になぜかはっきりと脳裏に残っている。

「幼なじみの思い出は 青いレモンの味がする 愛のしるしのいとし子は 遠い昔の君と僕」

歌はハッピーエンド。子供達が幼稚園に通うようになって終わるが、今、私の幼なじみ達はそれを越えて孫達とおててつないで幼稚園になるわけで、時は流れたのだと秋の夜長に思う日々である。そして、「幼なじみ」の歌はいつになってもほのぼのとした気分させてくれる。



人恋しくなる秋の日・・・歌が私の中に眠っていた思い出を目覚めさせてくれたひとときだった。

七夕、夏祭り・盆踊り大会

JCCC 主催、トロント新移住者協会共催



照岡敏介



7月13日 土曜日に日系文化会館で七夕、夏祭り、盆踊りが開催され終始大盛況に終わりました。当日は晴天で大勢の方々友人、家族

と共に夏祭りに訪れました。出店も天候の為にしようかき氷りには長蛇の列が出来30分から45分の待ちと大盛況。その中で新移住者協会はゲームコーナーを担当し、金魚すくい、ヨーヨーすくい、おもちゃ釣りで子供たちの賑わうテントとなりました。今年は、ボランティアの構成を前半と後半に分けなるべくボランティアの方々に負担の掛からないようにしました。前半後半を通してされる方には休憩が取れるように前半から後半の引継ぎの時間を多くとる事でその時間に休んで頂けるように工夫をしてみました。

前半のボランティアの方々は新移住者協会 理事の山本さん指揮のもと設営が行われ皆さん一体となりイベントの準備をしました。夏祭り開始時間の3時から会場を訪れた子供たちは私たちの担当したゲームコーナーに集まり、あっという間に子供たちとその親御さんで囲まれました。テントの下では子供達が一生懸命好きな色のヨーヨーを取ろうと釣り針に集中し、ヨーヨーが取れた時は笑顔と歓声で包まれ、テントを離れる時は全ての子供の手にヨーヨーと金魚が二匹入った小さなビニール袋が。ボランティアの方、2人がヨーヨーを休みなく作り、金魚すくいは金魚を入れる御椀が間に合わなくなる程の大盛況。午後5時頃には用意していた金魚が全てなくなり、その後、間もなくヨーヨーも予定数完売となり、5時半には店を閉め始め6時に解散となりました。

ボランティア前半参加のほぼ全員の方々が予定の時間を過ぎてまで引き続き後半のお手伝い、最後の片付けまでして頂きました。ボランティアをして下さった学生の方々、理事の方々の友人と家族、新移住者協会の会員の方々に支えられとても素晴らしい夏祭りになる事が出来ました。

ダンダスクエア 「祭り」

呉 美紀

7月28日にトロント市のダンダスクエアにて、初の“日本の祭”をテーマにした大規模なイベントが行われ NJCA も参加しました。当日は晴天に恵まれて朝10時から始まったイベントは最初から人で溢れました。



JCCC と一つのテントを共用して、NJCA では日本の祭りを再現して皆さんに体験してもらおうと「金魚(おもちゃ)すくい」「ヨーヨー釣り」「日本玩具」などを準備し、OCS の渡部さんは「日本キャラクター一面」を日本から仕入れて販売して下さいました。日本人の方だけではなく、こんな初めて見たという他国の方たちにも大人気で、正面のステージで繰り広げられる太鼓やコンサートに気を向ける暇も無く私たちは大忙しでした。18名のボランティアの方々が時間制で入れ替わり立ち代りですっせと頑張っておられ、中には飛び入りでボランティアをして下さった方もおられました。テントの中から見ていても嬉しかったのは、お子様だけではなく大人の方がヨーヨー釣りなどを大はしゃぎで釣っている風景でした。水につけると弱くなる和紙で繋がっている釣金のしゅきがいまいちピンと来なくて、ヨーヨーを釣るまで数回挑戦する方もおられました。周りでエールを送る友達と、コツを伝授して成り行きを見守るボランティアの皆さんの笑顔が一体となった光景は実に微笑ましいものでした。金魚すくいでは、渡したボイをバシッと水のなかに丸々突っ込み勢いよく金魚をすくい上げようとする小さいお子さんにと肝を抜かれた私は、その潔さにただ感心してしまうだけでした。お客さんの笑顔が絶えない風景が見えるテントの下から、ゲームを提供する立場に初めて立つてこの楽しさのとりこになりました。そしてふと、地元大阪の神社で何故か皆ガラガラ声をしたゲーム屋台のおじさんたちを思い出し、彼らもこんなに楽しかったのかな、そうだといいな、と思いました。NJCA が長年扱う日本玩具は、ボランティアの方にデモンストラーションとして実際に遊ぶように頼むと、駒、ミンミン蝉、けん玉、紙風船、デンデン太鼓などが次々と売れて行きました。日本のお面も大好評で夕方前に無くなってしまいました。夕方からは浴衣の着付け体験を催し、浴衣を着た姿をFuji フィルム社が貸して下さった小型インスタントカメラ・チェキで納めてお土産に渡すと、とても嬉しそうでした。舞さんの髪結いステーションでは浴衣を着る前にきれいに髪をセットする方もおられました。こうして、日本の祭りを多くの方々に体験してもらえる機会を頂いた1日は過ぎて行きました。ほとんど休みも取らずに懸命にお手伝いして下さったボランティアの方々には感動し、その夜はなかなか眠りにつけませんでした。皆で一つの目標を持って協力した時に生まれるパワーの素晴らしさを心の底で感じました。この場を借りて皆さまに再度御礼を申し上げます。「祭」イベントを通して人、そして日本文化の素晴らしさを改めて教わったこの日は、私の一生の宝物です。



日本の本だけじゃない、CDやDVDも



OCSカナダはカナダにお住まいの日本人に便利なサービスを提供します。



生うにギフトも宅配便も

TEL: 905-677-6727  
Email: subs@ocscanada.ca  
Web: www.ocscanada.ca



連続テレビ小説「あまちゃん」オリジナル・サウンドトラックCD



～ JCCC なでしこ DAY 開催にあたって～



ocs 渡部幸代

こんにちは!新聞・雑誌・ギフトなどでお世話になっているOCSの渡部と申します。FTFBWに入会させていただき、メンバーからいつもエネルギーを頂いています。

さて、今回はJCCC主催の10月27日(日)に「美」をテーマにした女性による女性の為のイベントなでしこDAYが開催されるまで秒読みとなりましたのでご紹介させていただきたいと思ひます。女性が癒されてさらに美しくきらきら輝けるようなイベントがあったら良いな～という思いをもっていた方は多いはず。そんな願いを叶えるような会が開催されます!(海外で頑張っている男性の皆さんごめんなさい。)

今回の開催に当たっての第1回目のミーティングは、昨年12月にさかのぼります。

最初は、「女性の為の特別なイベント」を開催したいとの委員長からの提案から始まりました。女性ということでテーマは「美」。一言に「美」といってもいろいろありますが、外からだけではなく、内側からも、いろんな美について広く深く知って頂き、会場に来て頂いた全ての人々に笑顔と新しいエネルギーを得ていただき、職業年齢に関係なく海外で頑張っている女性全てが癒され、美しく輝けるようなイベントになる事を願い企画されました。

しかし、初めての企画は心配事が尽きません。会場に集まって頂いた全ての方々に、「来て良かった」と思ってもらえるような会にしたいとの願いから、内容は元より時間帯、参加費などは、前回のミーティングで決定した事が次のミーティングでひっくり返ったり、二転三転しながら何度も話し合いを繰り返しました。この度、FTFBWのメンバーや快くご協力を頂いた方々のお陰で開催の運びとなりました。

なでしこデーは、トロントの各界で活躍されている方々の「美」についてのパネルディスカッションから始まり、ナチュロパシクドクターや資生堂美容部員トレーナー、ビューティアーティストの方々のセミナー、グループ体験では姿勢矯正エクササイズやフラメンコを体験、その他、ネイルやエステ、指圧などの個別体験、併設されたカフェではスターバックスのお茶とコーヒーも全て無料でお楽しみ頂けます。

マーケットプレイスでは、自然化粧品、オーガニック食品、健康茶やサプリメントなどの各種ショッピングも楽しめ、さらに豪華商品が当たるラッフルなど盛りだくさん!

また、お帰りの際は、ご来場の皆様にお土産をお持ち帰り頂けます。

入場は、女性のみですがご家族がゆっくり待っていられるロビーや

お子さんも池端ナースリーを解放していただきお預かりいただけるサービス(有料)などもあります。

美容個別体験、グループ体験などは先着順になっております。開場時間は11時ですのでお早めに会場にお越しください。

この機会に是非、美しくなる体験及び日系社会の女性のパワーをもらいにいらっしやいませんか?お帰りになられる頃には、きっときらきら輝かれてると思ひますよ。

心より皆さんのお越しをお待ちしております。

お席に限りがありますのでチケットのお求めもお早めにどうぞ!

入場料(税込): JCCC 会員 15ドル・一般 20ドル・学生 10ドル(学生チケットは50枚限定)

参加資格: 10歳以上の女性

※チャイルドケア-2歳から小学校入学前の児童 (有料) 要予約 家族待合室あり

日系の女性による女性の為の初めてのイベント、皆さんで盛り上げましょう!!

トロントは今日も洗濯日和

Koji Nakamura



T シャツを一枚、ランドリーに持って行くのを忘れたことから始めた洗い洗濯、、、意外に楽しく、一ヶ月以上続いています。

洗面台の位置が、日本に比べて高く、洗濯しやすいです。そして水道代が家賃に入っているのです、できることです。

現在、28階に住んでいますので、ベランダの片隅で干しても、空気が乾燥していることもあり乾きます。

手洗い洗濯を始めて、母国には、まだ洗濯板が販売されているのを知ったことは、嬉しい発見でした。

北米では、24時間クラシカル音楽のかかる Classical music station というラジオ局があり、クラシカル音楽を聴きながら、早朝に手洗い洗濯をするのは、心のゆとりになっています。♪

そして手洗いで洗濯をして、衣類を絞ることは、二の腕、手首のエクササイズになります。冬までの限定だと思うと、手洗い洗濯も楽しく続けられます。

それでも、タオルや、シーツ、毛布を洗うときは、ランドリーを利用していますが、手洗い洗濯を経験した後だと、洗濯機の便利さを実感できます。

当たり前になっていることでも、一度離れると、便利さに感謝できるものですね



阿含宗カナダ支部

Agon Shu Canada Buddhist Association

瞑想セッション 毎週日曜日 4:00 - 5:00 pm

どなたでも参加できます (初心者歓迎)

55 Eglinton Ave. E. # 205 Toronto, ON  
TEL (416) 922-1272

元気会

St. Jacobs Farmers Market への遠足

古川 勲

8月の元気会は17日土曜日朝9時に JCCC の駐車場に集合しました。1人の遅刻者もなく、トロントから12人、St. Jacobs の Farmers Market で参加した2人をいれると、合計で14人の参加でした。当日は天気にも恵まれて、楽しい夏の思い出でした。



Farmers Market へは約10年前にも行ったことがありますが、ずいぶん変わっており、とてもにぎやかで、出店もたくさんあり、人も多く、駐車場も満員でした。待ち合わせ場所の入り口に全員集合が出来ず、全員との連絡がつくのに少し時間がかかりました。後ほどうまくお会いできましたので助かりました。ケイタイのお陰で全員と再会しました。

昼食と買い物をして午後から Menonite の農場を馬車に乗ってのんびりと見物と見学をしました。

今まで知らなかった彼らの習慣、規則、生活、風俗を学びました。彼等も税金を払っていますが、OHIP の援助は受けない代わりに戦争には参加しませんとのこと。殆どの家族が農業で生活しています。跡継ぎは末の男の子がするとのこと、日本とはずいぶん違いますね。上の男の子供は成長すると、家を出て別の所で農業を始めます。勿論土地代や引越は Menonite の団体から援助があります。末の男の子が跡継ぎをするのには驚きでしたが、その理由を聞くのを忘れました。Menonite の人々のなかには車を持った人もおりました。昔のままの馬車を使って移動の手段をしている家庭もありました。農機具でも、最新の機械を持っている人もおられます。我々が訪問してから約1週間後に Farmers Market の建物が火事で延焼したニュースを耳にしました。とても残念です。しかし数日後の土曜日には再開したとのこと。

Menonite 農場の見学後は今井夫妻の案内で Waterloo の郊外にある、屋根つき木造製の橋を見学しました。これは Ontario 州にひとつしかありません。英語の名前は The West Montrose Covered Bridge といいます。そこはアメリカ映画”マディソン郡の橋”という映画名に使われた橋とのこと、日本でも知られた橋のことですが、私はその映画を見ておりませんから、その映画の件は友人から聞きました。そこで今井夫妻差し入れのスイカを皆でござそうになりました。

St. Jacobs Farmers Market は木曜日と土曜日午前7時から午後3時半まで開いております。

電話番号は 1-800-265-3353, ウェブ サイトは www.stjacobs.com です。

元気会に参加したい方は内藤さんへメールか電話をしてください。toyo.naito34@gmail.com または 416-424-2204 (自宅)



## 母親って、諦めない生き物です。

「アムロを育てる会」代表 <sup>チャオ</sup> 趙 理恵子



2010年に放映された《 Temple Grandin 》(邦題「テンブル・グランディン～自閉症とともに」)というテレビ映画があります。テンブル・グランディンさんの半生を描いたものです。

エミー賞テレビ映画部門で、作品賞や主演女優賞など5つの賞を獲得し、主演のクレア・デインズはこの映画で他にもゴールデングローブ賞など幾つもの賞を受賞しています。この女優さん、発声の仕方や顔の筋肉の使い方までグランディンさんに成りきっていて、私はいつの間にかドキュメンタリー作品を観ているような錯覚に陥ってしまいました。

### テンブル・グランディンって誰よ？



ところで、映画タイトルのテンブル・グランディンさんをご存知でしょうか？コロラド大学教授の動物学者で「アニマル・マインドを読み解く」人として有名な方です。彼女の設計した食肉処理施設は牛のストレスを軽減し

たため作業効率が良く、現在カナダ・アメリカの肉牛の半数が同様の施設で処理されているんです。この施設は牛の目線、心理を設計理念として、例えば、牛の恐怖心を煽るような閃光を遮断するために通路を従来の柵ではなく壁で囲ってあります。また途中の消毒プールでは牛を怖気させないよう最適な傾斜角で水中へ誘導して行き、さらに溺死を防ぐため傾斜面には牛の歩幅に合った段差がつけられています。極めつけはこの通路が牛の動作習性に合ったカーブで蛇行していることです。彼女が牛の群れを観察する中、牛がある一定の曲線を描いて移動するのを発見したからです。彼女の説明によると、牛はこの通路に沿って、元の地点に戻っていくのだと錯覚し、黙々と前進するのだそうです。こうして、モ～モ～と足を踏ん張り前進を拒む牛達と、それを鞭打つカウボーイたちの喧騒は消えていったのです。この才能、動物心理学者であると同時にエンジニア、建築士でもあるって感じですね。

### 人間離れた発想

こんなグランディンさんの頭の中ってどうなってるの？一回覗いてみたいと思ったのは私だけではないでしょう。そんな思いに添えてくれたのがこの映画でした。彼女の視点や発想って人間離れしているじゃないですか。(笑)

1947年に生まれた彼女は、2歳の時に脳障害と診断され、その当時はそれが当たり前だったのですが、お母さんは医者から、お嬢さんを施設に入れて、彼女のことは諦めるように勧められたそうですがそうしませんでした。その後、3歳の時に自閉症と診断されま

す。お母さんはナニーを雇って、仕事で留守の間も言語訓練をやらせたようですが、4歳までほとんど話せなかったようです。結果がなかなか出なかったわけですが、後年、講演会などで頻繁に「自閉症スペクトラム(発達障害)だとわかったら、すぐ訓練を始めなさい。4歳くらいまでにガンガンやりなさい。」というような助言をなさっています。幼少期の訓練がなかったら、今の自分はないという確信から助言せずにはいられないという風なのです。

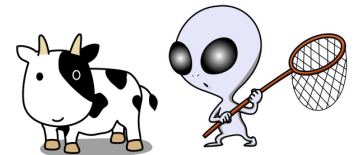
### 諦めないったら、諦めない！

こんな彼女が、最終的に大学教授となり、ユニークな発想で社会に貢献するまでに至ったのは、彼女の人生に奇跡が起きたからなのでしょうか？

この映画の中には奇跡もスーパーヒーローも登場しません。確かに彼女は母親、叔母、教師…と沢山の人の助けを得て成長するのですが、トラブルの方がはるかに多く、何度も諦めそうになります。しかし、彼女は一つまた一つと繰り返し壁に挑み、遂には突破する不屈の精神を身に着けていきます。ここであえて言っちゃうと、登場シーンは少ないものの、実は母親こそが真の主人公かもです。だってこのお母さん言語訓練が良いと聞けば結果がなかなか出なくてもガンガンやって諦めない。娘を受け入れてくれる高校を探し回ったり、大学進学にしり込みする娘を、後押ししたり、あの時代にあそまでやった人ってすごい。私はものすごく共感するのですが、同じ立場の人間の我田引水かなあ？

### 火星の人類学者

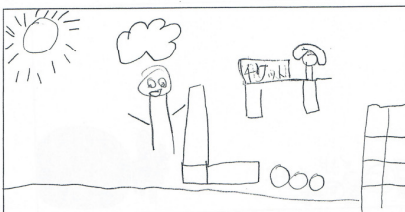
人間離れたグランディンさんが地球上で生きていくのは大変でした。常に些細なことに緊張を強いられます。例えば、皮膚感覚が鋭敏で母のハグでも一切拒否。なのに、緊張を解くためにわざわざ機械を考案制作して、機械にハグしてもらうのです。胃腸も過敏でヨーグルトとジェリーしか受け付けなかったり、コンピューター並みに莫大な画像データを記憶し処理できるのに、地球人並みの抽象的な思考ができなかったり。彼女が自分を「火星の人類学者」と形容するように、地球人の生き方を観察分析し、どう取り込むか試行錯誤していきます。こんなに生き難いのに、不思議なことに、彼女はたとえ将来自閉症の完治法が見つかったとしても受けるつもりはないそう。自分の一部として自閉症を誇りにさえ思っている風なのです。諦めなかったからこそ、かえって自閉症を誇りにまで昇華できたということでしょうか。



### 21世紀の宇宙人

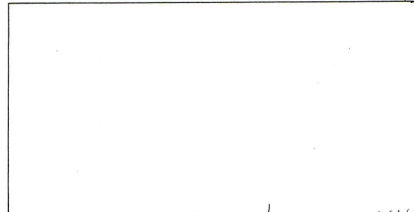
それでは、21世紀の自閉症スペクトラムの人々はどのように生きていくのでしょうか？医学や心理学が進歩し、5里霧中が4.5里霧中くらいにはなったかもしれませんが、彼らの地球への適応は容易ではありません。そんな子供を育てる親のストレスも半端ないのです。幸いトレントにはこういった親子が集まってちょっと一息つける集いがあります。JSSの支援により集まった自助グループ「アムロを育てる会」です。

お問い合わせは amuronokai@hotmail.co.jp へメールどうぞ。



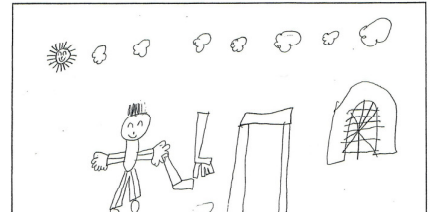
名まえ 山元 勇人

○ぼくは、いろいろなゲームを  
しました。ホッケーでは、ニョ  
玉がはいってうれしかったです。  
水玉すくいもうまくすくう  
ことができました。  
ごい人もいっぱいたべこ  
フリージーもさいこうに  
おいしかったです。  
また、らい年も、あるといいかと  
おもいました。



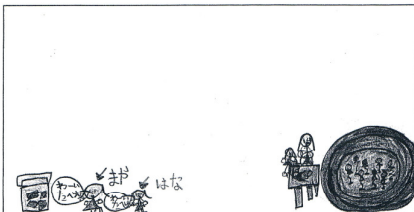
名まえ 上野 大

○ぼくは、いろいろなゲームを  
しました。ホッケーでは、ニョ  
玉がはいってうれしかったです。  
水玉すくいもうまくすくう  
ことができました。  
ごい人もいっぱいたべこ  
フリージーもさいこうに  
おいしかったです。  
また、らい年も、あるといいかと  
おもいました。



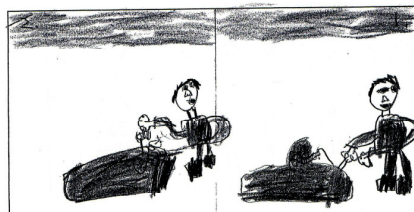
名まえ さかいけんしん

○ぼくは、日、日、ラッキーで  
ホッケーのゲームをしたのが、いほ  
たのしかったです。  
シュートが、いはいはいて、いはい  
スタンプももらいました。  
おめえさんか  
おめでとら。すこいわ。  
といて、とても大きき、なろパ  
ズルのけいひんもくれました。  
とて、もらわかったです。



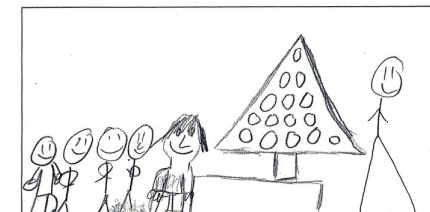
名まえ よしだまゆ

○ぼくは、いろいろなゲームを  
しました。ホッケーでは、ニョ  
玉がはいってうれしかったです。  
水玉すくいもうまくすくう  
ことができました。  
ごい人もいっぱいたべこ  
フリージーもさいこうに  
おいしかったです。  
また、らい年も、あるといいかと  
おもいました。



名まえ ティースルカ

○ぼくは、いろいろなゲームを  
しました。ホッケーでは、ニョ  
玉がはいってうれしかったです。  
水玉すくいもうまくすくう  
ことができました。  
ごい人もいっぱいたべこ  
フリージーもさいこうに  
おいしかったです。  
また、らい年も、あるといいかと  
おもいました。



名まえ しまだれん

○ぼくは、いろいろなゲームを  
しました。ホッケーでは、ニョ  
玉がはいってうれしかったです。  
水玉すくいもうまくすくう  
ことができました。  
ごい人もいっぱいたべこ  
フリージーもさいこうに  
おいしかったです。  
また、らい年も、あるといいかと  
おもいました。

1年2組担当 横山美和  
「日修学院の一番のイベントである日修祭(2013年5月11日)について、1年間のまとめとして生徒に書いてもらいました。楽しそうな生徒たちの様子が伺えるものとなりました。」

OPEN: 10a.m. TO 7p.m. (SUN: 11a.m. TO 6p.m.) CLOSED: TUESDAY  
730 QUEEN ST. W. TORONTO M6J 1E8 TEL. 416.703.4550 FAX. 416.703.8593

**JAPANESE FOODS & GIFT SHOP**

**SANKO**  
http://www.toronto-sanko.com

日本食料品  
みそ・しょうゆ各種  
新鮮野菜  
冷凍魚各種  
スキヤキ肉  
数の子昆布  
いくら・とびこ  
塩鮭切身  
冷凍えだ豆  
和菓子各種  
オーガニック緑茶

さくら米  
炊飯器  
和食うつわ各種  
新刊雑誌・古本  
MAXELL/バッテリー  
ペンテルペン  
テレホンカード  
ビデオレンタル  
元気の源 元氣ドリンク  
他たくさん!!

書籍は航空便で直輸入  
定期購読受付中!

おにぎり  
お弁当(週末)あります

活気のある人求む  
土日働ける方募集中!

繁華のある街  
**J-TOWN** Japanese Shopping Centre 日本物なら何でも揃う www.jtown.ca

3160 Steeles Ave. E., Markham L3R 4G9  
営業時間: 火・金 10:00~19:00  
土 9:00~19:00  
日 11:00~18:00  
月曜定休

平成マート  
日本食品  
和風野菜 etc  
905-305-0108

BAKERY  
中むら  
パン、ケーキ  
905-477-3555

FaMu  
特約農場より直送の  
安心なナチュラルミート、  
和牛、鳥獣、皮付チキン油  
905-475-5005

SAKANA-YA  
日本からの鮮魚直仕入  
漬け魚  
各種弁当他  
647-688-4815

とら寿司  
日本人板前の  
本格寿司!  
パーティードレイトも  
ございます。  
905-948-8047

J.B.C.  
Books & Videos  
日本の雑誌、  
ビデオ、古本  
905-415-0611

Boutique Ai  
日本からの  
婦人服と  
アクセサリー  
905-470-7772

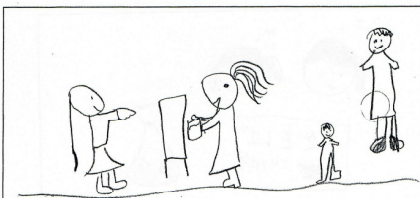
SILK  
日本の雑貨一般  
905-258-0294

Japan Beauty  
IMAGES INC  
SHI/EIDO  
トイレットリーグッズ  
905-943-9248

Cafe  
Green Tea  
カレー、うどんなどの  
軽食喫茶  
905-470-0758

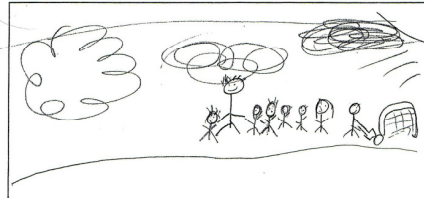
STUDIOT  
(美容室)  
予約優先制  
905-475-4247





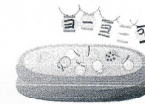
名義 二にまけ(二)ン

○日しゅうでいはいしゲームを  
しました。さかなつりゲームを  
したとき、  
「はすれ。」  
とおかあさんにいられました。  
あたしはおとうさんに  
「おながですいた。」  
と、いいました。そしておいしいおひる  
ごはん、アイスワリームを  
たべました。



名義 かまかた みく

○日しゅうでいはいしゲームを  
しました。さかなつりゲームを  
したとき、  
「はすれ。」  
とおかあさんにいられました。  
あたしはおとうさんに  
「おながですいた。」  
と、いいました。そしておいしいおひる  
ごはん、アイスワリームを  
たべました。

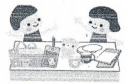


日修学院 一年二組

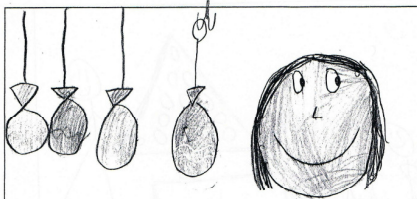


一年のあゆみ

(後期)

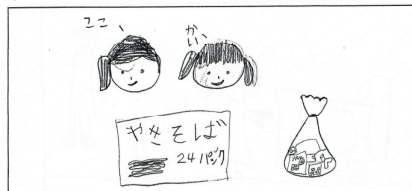


『さくらんぼのつぼみ、一年生』  
(日修祭について)



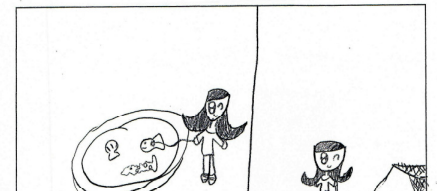
名義 小山れいな

○日しゅうでいはいしゲームを  
しました。さかなつりゲームを  
したとき、  
「はすれ。」  
とおかあさんにいられました。  
あたしはおとうさんに  
「おながですいた。」  
と、いいました。そしておいしいおひる  
ごはん、アイスワリームを  
たべました。



名義 ままか

○わたしは、日しゅうでいはいし  
ゲームを、さかなつりゲームを  
しました。さかなつりゲームを  
したとき、  
「はすれ。」  
とおかあさんにいられました。  
あたしはおとうさんに  
「おながですいた。」  
と、いいました。そしておいしいおひる  
ごはん、アイスワリームを  
たべました。



名義 へふま にる

○日しゅうでいはいしゲームを  
しました。さかなつりゲームを  
したとき、  
「はすれ。」  
とおかあさんにいられました。  
あたしはおとうさんに  
「おながですいた。」  
と、いいました。そしておいしいおひる  
ごはん、アイスワリームを  
たべました。

**Ocean Food CO. LTD**  
Sea Food Manufacturer Since 1980

**新鮮！ 美味！**

- ◎蒲鉾 ◎竹輪
- ◎薩摩揚げ ◎天ぷら
- ◎シュウマイ
- ◎その他の練り物

日本、中国、韓国食品店でお試しください。

3 Turbina Ave, Toronto, ON, M1V 5G3  
Tel. (416) 285-6487  
Fax. (416) 285-4012  
info@oceanfood.ca  
www.oceanfood.ca

**栄養バランス満点！**

**TOYOTA LEXUS HYUNDAI Volkswagen Audi**  
— ウェインズ・カナダ —

**Weins Canada**

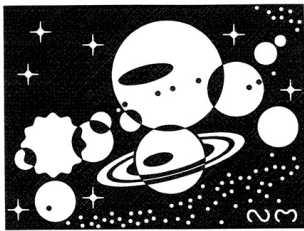
新車・中古車・一般修理  
板金/塗装/リース

Don Valley North Automotive Inc.は2012年、Weins Canada Inc.に社名変更いたしました。

<b>Don Valley North Toyota Scion</b> 3300 Steeles Ave. E., Markham 905-475-0722 支野	<b>Markville Toyota Scion</b> 5362 Hwy. #7, Markham 905-294-3100 田中
<b>Don Valley North Lexus</b> 3120 Steeles Ave. E., Markham 905-475-1625 横山	<b>Lexus of Richmond Hill</b> 11557 Yonge St., Richmond Hill 905-883-8812 坂本
<b>Don Valley North Hyundai</b> 7537 Woodbine Ave., Markham 905-513-6878	<b>Oakville Volkswagen</b> 1355 N. Service Rd. W., Oakville 886-577-9419
<b>Audi Centre Oakville</b> 1345 N. Service Rd. W., Oakville 886-313-1997	<b>Collision Repair Centre</b> 391 John St., Thornhill 905-886-0434 山口

## 太陽系 紆余曲折の成長記

三浦信義



60億年前少なくとも2つの超新星が爆発した。46億年前に、その塵が収斂（しゅうれん）し、中心は太陽に、その回りの塵は惑星達となった。美しい、惑星達が秩序正しく整列した模範生のような我々の太陽

系の誕生だ。一件落着。

と書かれた教科書はゴミ箱に・・・。

太陽系の誕生も、あなたの人生同様、紆余曲折の歴史のあったことが分かって来た。

### ◆三角関係◆

天文学は長い間、理論と観測が手を取り合って進歩して来た。近年ここに強力な仲間が参加した。超高速コンピューターによるシミュレーションである。理論、観測、シミュレーションの三角関係が現在の天文学の進歩を大きく助けている。

月の誕生の謎の解明もそのひとつである。

我々の太陽系の創成期、地球の軌道上には惑星が2つ生まれた。地球とティアである。2つとも隕石や小惑星を吸収し大きくなって行った。隕石や小惑星を食い尽くした時、地球とティアは60度を挟んで睨み合った。最後の生き残りの戦いが始まった。不安定になった地球とティアはお互いの引力に引かれ近づいた。

衝突した時勝ったのはティアより大きくなっていった地球だった。弱肉強食の宇宙では大きいことは生き残る条件なのだ。

ティアの重金属の核は地球に溶け込み、軽い外殻の8割は吹き飛ばして地球の廻りに輪を作った。その輪がやがて凝縮して月になった。地球はその体に似合わず核が大きく、月は逆に軽いのはその為だ。月を持たない金星の核の大きさはちょうど良い。

月は地球の兄弟惑星の落とし子だった。そう思って眺めると、何気なく眺めていたあの月に身近な親しさを感じませんか。

### ◆むかし、むかし、月が2つ出来ました・・・◆

月の誕生話はこれで一件落着・・・とは行かなかった。

月の裏側の地殻は地球から見える部分より厚い。さらに月の裏側とこちら側では岩石の組成も多少違っている。

地球軌道に地球とティアが生まれたごとく、その衝突の時に地球の廻りに出来た輪からは実は月は2つ出来た。ひとつは現在の月より小さめ、もうひとつはその3分の1の大きさだった。そして再び弱肉強食が起こった。小さめの月は大きな方の月の引力に引かれ、やがて衝突、と言うよりはグシャッと大きな方の月につぶれるように覆いかぶさった。月の向こう側の地殻や組成が他の部分より厚く違っているのはそれが理由らしい。

地球誕生、月の誕生は何とも激しい衝突の繰り返しであったことか。あの微笑すら感じられる穏やかな満月の顔からは想像できない過去である。

### ◆まだある話◆

太陽系が出来上がって落ち着いたと思われた39億年前、1億年間に渡って内太陽系の惑星達は突然猛烈な数の彗星の爆撃を受ける。そのせいで月の内部はひびだらけだそう。地球は地殻の新陳代謝のお陰でその影響は消えている。この膨大な量の彗星の激突が地球に海をもたらしたという説もある。

彗星の塵の分析から、多くの彗星は内太陽系で誕生し、太陽系の遠くに吹き飛ばされたことも分かって来た。

20年前に我々の太陽以外の星を回る惑星が初めて発見された。以来約1500個の太陽系外惑星が見つかっている。しかしどの惑星系も規則正しい我々の太陽系とは似ても似つかぬものばかり。

これらの諸々の発見は、我々の太陽系の惑星達が現在の位置で誕生した、というそれまでの考えに大きな疑問をもたらした。

### ◆整理整頓◆

ここでコンピューターシミュレーションの登場だ。その結果をご披露しよう。

我々の太陽系の巨大惑星の木星、土星、天王星、海王星は太陽系の創成期、現在の木星の軌道のあたりに固まって回っていた。ということはそれらの引力の引っ張り合いは相当なものであった。しかも海王星は天王星の内側にあった可能性がある。

惑星達は安定した生活を求め、木星は少し内側に、土星はかなり外側の軌道に移動し、木星2回に対し土星1回という現在の安定した公転周期比に落ち着く。

天王星、海王星の10倍から20倍の土星、木星の移動の余波は大きく、天王星、海王星は木星のご近所を離れ、遙かはなれた新天地へ移動、その際に海王星は天王星を飛び越えて外側へ行った。ここでも天王星2回に対し海王星1回という公転周期比に落ち着く。

これら巨大な惑星4つの移動が太陽系に混乱をもたらさない訳がない。太陽系内を漂っていた氷の塊は内太陽系に落ちて行くか、遙か太陽系の縁に吹き飛ばされた。内太陽系に落ちて行った氷の塊は火星、地球、月、金星、水星に激突を続け、逆に吹き飛ばされた氷の塊は、現在の彗星の故郷、カイパー帯やオート雲を形作った。

46億年前の太陽系誕生から10億年後、惑星達はやっと安定した生活の地を得たことになる。

### ◆ ◆ ◆

もちろんこれらはあくまでもコンピューターシミュレーションである。しかしその結果がいろいろな疑問に答えてくれたところにその信憑性があるろうと言うものだし、その中に宇宙のロマンと夢を感じませんか。

~~~~~  
見上げてごらん、夜の星を・・・。140冊を越える「コスミック茶話」が売れました。感謝します。定価\$18（税込み）。問合せ・購入は三浦まで：  
nobbycosmic@yahoo.co.jp



外観よりも血管年齢の若さで勝負？！



マーナ豊澤英子

みな様、ご存知ですか？  
からだ年齢の指標は「血管の老化度」であることを！あなたの血管年齢は何歳でしょうか？私が、このことを特に意識したのは母の看護

で体調を崩し、血圧が大きく変動したことがきっかけでした。58歳になったばかりの頃です。定年前後は要注意、とよく言われますが、体調も大きな転換点を迎える時期と考えていいようです。頭部CT、心電図、胸部・心臓のX線、血液・尿など種々の検査を実施しました。しかし、異常な血圧上昇を理由づける問題点は見つかりませんでした。一般的に言うならば、改善しなければいけないデータは全くないのです・・・しかし、ここで要注意なのは、正常値が必ずしも私にとって(あなたにとって)O印ではないということです！正確に言うならば、データが示す意味は一人ひとり異なるのです。関連する項目の中で、その都度この点に関して説明していきましょう。

さて、若い時には大きなストレスも難なく乗り越えられたのでしょが、血管の柔軟性やホルモンバランスは確かに衰えている、という現実を思い知りました！血管の柔軟性がなくなるのは、長い年月をかけて動脈硬化(血管壁に中性脂肪やコレステロールがヘドロのように溜まって固くなり、血流が悪くなること)が進んでいくからです。動脈硬化を進行させる大きな要因が血液中のコレステロール(脂質の一種)。細胞膜やホルモンの材料になる不可欠の物質です。主に肝臓で合成され、血流によって身体の隅々に運ばれます(LDLコレステロール)。LDLが増え過ぎると、血管壁に入り込み、動脈硬化を進めるので「悪玉」と呼ばれます。余分なコレステロールを肝臓へ戻すのがHDLコレステロール。血管壁に溜まったコレステロールも回収するので「善玉」と呼ばれます。総コレステロールのデータのみでなく、両者がバランスよく存在していることが大事で、LDL/HDL比率は2.3以下が望ましいのです。また、食べ過ぎにより中性脂肪が増え、その影響で「超悪玉LDL」が増えて、動脈硬化がさらに進行。食べ過ぎがよくない理由です。

私の場合、緊急検査を受けた時のデータは正常範囲内。総コレステロール215mg/dl(130~220)、LDL121(139以下)、HDL87(41~96)、中性脂肪41(40~150)。総コレステロールは高めではあるが正常範囲。また、30代の値と比べても加齢による上昇はありません。善玉コレステロールは多いことがわかりました。2013年のデータは総コレステロール189、LDL84、HDL85でした。体調を崩した時から4年をかけて、総コレステロールは徐々に低下し、LDL/HDLの比率は1.39から0.99へと低下しました(Very Good!!)。

個人によりデータの目標設定値は異なるでしょう。糖尿病、慢性腎臓病、下肢の動脈硬化、家族歴、女性よりも男性、加齢、喫煙、高血圧、脂質異常症などの危険因子をどのくらい持っているかによります。例えば、上記の危険因子をたくさん持っている人のLDL目標値は120未満を、低リスクであれば160未満を目指そう、とされています(2012年7月、日本動脈硬化学会ガイドライン)。

私の父と母は脳出血で他界、兄は高血圧&脂質異常で服薬中。家系と言ってもいいでしょう。遺伝子の影響はもちろんありますが、もっと大事なことは生活習慣病としてのとらえ方です！血管年齢を改善することで健康な暮らしを手に入れることができます。しかし、データを正常に維持すること、ましてや自分に望ましい目標値を達成することは容易ではありません。シリーズ③でお話したように、毎日ちょっとした努力をするように心がけています。意識化と継続こそが力なり・・・でしょうか？それ以外に妙案はありません。

さて、私のコレステロール対策は肥満を予防する(シリーズ③)、あぶら(調理用油脂&食品の脂質)を上手にとる、コレステロールや動物性脂肪の多い食品はさける、等を意識しています。あぶらは摂り過ぎると動脈硬化を進行させ、不足すると細胞膜や血管が弱くなります。若々しい血管を維持するためには適度に摂取する必要があります。

特別な場合を除いて、バターやラードなどの動物性脂肪を使うことはありません。エキストラバージンオリーブオイルやゴマ油を使用しています。ビタミンやミネラルが豊富で、血液中の悪玉コレステロールを減らしてくれます。また、油脂は体内でビタミン吸収を助けるので、ビタミンが豊富な緑黄色野菜と一緒に摂るともっと効果的です。

最近の研究は「過食、偏食や運動不足から血中コレステロールの値は高くなり、食物に含まれるコレステロールはそれほど問題でない」ことを示していますが、コレステロールを多く含む食品はなるべく控え、食物繊維を含む食品(きのこ類、海藻、豆類、人参、かぼちゃ等))をたくさん摂って、コレステロール排泄を助けるように心がけています。また、低脂肪のミルクやヨーグルトを選んでいきます。

魚に含まれる脂質は中性脂肪を下げる効果があるので、積極的に摂りましょう。DHA(不飽和脂肪酸)を多く含む青魚(あじ、いわし、さば、さんまなど)をたくさん食べたいのですが、近所の店では容易に手に入りません。ところが、新鮮で美味しく手に入りやすいサーモンはDHAを豊富に含み、「強力な抗酸化作用によって体内の活性酵素を除去し、老化を防ぐ効果が魚の中でナンバーワン」とわかりました！サーモンの美味しい当地に住む私たちには朗報です。ビタミンA、B2、D、Eなども豊富ですよ。免疫力を維持するためには肉類も大事。脂質の少ない鶏肉や赤身を選びましょう。

さあ、血管イキイキを目指して、まずは食生活から改善しましょう！私の朝は特製オリジナルジュースから始まりませす。(医学博士 日本登録看護師) (イラスト: 絵本作家 後藤 礼子)

参考文献:NHKきょうの健康, 2012年9月号.

**ダイヤモンド、カラーストーン、  
各種パール、カスタムデザイン、  
リモデリング、修理**





**Kobo Jewellery**

6 Garamond Court, Suite 245, Toronto M3C 1Z5  
(日系文化会館2階)

Tel : 416-384-0008 Fax : 416-384-0013  
kobjewellery@bellnet.ca







北海道はでっかいど〜②  
雪と恋の物語



レイノルズ洋子



北海道といえば、雪ですが、北海道の中でもどこなのかによって寒さや雪の質も違ってきます。トントは雪の量はあまり多いほうではなく、またたくさん降っても塩で溶かしてしまうので、それほど雪の多さを感じませんね。気温が低いので、さらさらの雪が多いし、フリージングレインは危険だけれど、氷の世界に包まれてとても美しいですね。

私は札幌市の南の方で育ちました。札幌の雪は重くて、たくさんありました。11月から降り始める雪が3月に完全に溶けるまで5ヶ月も雪の中にいると、当然子供時代は雪との関係は近くて強くなっていたのです。除雪車で道路沿いに高く積み上げられた雪の山の上を歩いて学校に行ったり、公園でミニスキーをしたり、車道をそりで滑って降りて行ったり、お米の袋で急斜面の山を高速で滑ったり。屋根の雪下ろしを手伝ったり、2階から雪山にジャンプしたり。学校では重いスキーを担いで遠くの公園までスキーの授業にも行きました。

雪は吹雪いても静かだから、夜窓がガタガタならないし、雨みたいじゃーじゃーうるさくないので、夏の嵐よりずっと穏やかでした。雪に反射したオレンジ色の街頭が夜でもすごく明るかったし、雪の中に埋められると無音の静寂の中に包まれて気持ちが落ち着きました。

中学生になっても、まだ雪との戯れは続きましたが、それも形を変え始めました。1年生の2月14日。私は友達につきそって、夜遅くまで友達の好きな人を外で待っていました。彼が塾から帰ってくるのを、いつ戻るかもわからないのに、待っていたのですが、何時間待ったでしょう。あのころの私たちは、雪がひどくても、手袋もしなかったし、ブーツも履いていませんでした。ローファーをはいて学校へ行っていたのです。2月の寒い中、外で何時間も足元を見つめていた冷たい足だけが記憶に残っています。



中学2年のとき、私は家族の事情で横浜に引越しをしました。

そのころ、ひそかに想いを寄せていた男子の友達がありました。もちろん本人は知りもしませんでした。私は引越し後も少し連絡をとっていたのですが、高校生になったら一緒にスキーに行こうよ!と計画をたてたのです。私は親に、お正月はひとりでおばあちゃんところに行くわ。と言い、アルバイトをしてこつこつとお金をため、自分で飛行機のチケットをとり、札幌へひとりで帰省しました。16歳のときのことで

札幌国際スキー場で過ごした楽しい1日はあっという間に過ぎ去り、お正月を祖母とふたりで静かに過ごし、素敵な思い出を胸に横浜に帰っていきました。

あれから何十年経ったのでしょ。あれが、私の札幌の雪を最後に見たときになってしまいました。

今から10年前にカナダに来て、初めての冬、雪を踏んだとき、あの、キュッキュッという雪を踏みしめた音と、雪のにおいに、私はなんだかとても懐かしくて切なくて、ノスタルジックな気持ちになりました。

トロントの冬も札幌みたいに長いですね。あと、1,2ヶ月もすればまた冬がやってきますが、私は雪が好きですね。やっぱり冬は雪があった方がいいです!皆さんはどんな雪の思い出ありますか?

**テレビジャパン**でおなじみの  
Since 1970 International Association for Cultural Exchange  
**IACE IACE TRAVEL**

**オンラインで予約可能!**  
www.iace-canada.com

|                                          |                                         |
|------------------------------------------|-----------------------------------------|
| オンライン<br>交換!                             | オンライン<br>交換!                            |
| <b>ラスベガス</b><br>3泊4日<br>\$325~<br>(+tax) | <b>ホノルル</b><br>7泊8日<br>\$829~<br>(+tax) |

**おすすめクルーズ**

|                                                              |                                                                   |
|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| <b>キーウエスト<br/>コスモス</b><br>4泊6日<br>マイアミ発<br>US\$179<br>(+tax) | <b>DISNEY<br/>CRUISE</b><br>3泊4日<br>ポートカナベル発<br>US\$490<br>(+tax) |
|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|

**日本行き** JAL  
JAL 手数料は無料です。 ※シートセーブルはお買い合わせください

**JRpass ¥28,300**  
7日間乗り放題 即日発行できます

**オーロラ・ロッキー** など  
カナダ国内ツアーもご紹介します。

**IACE IACE TRAVEL**  
800-931-4223 営業時間  
月・金: 9AM-6PM  
土: 10AM-2PM  
toronto@iace-canada.com  
402-1240 Bay Street, Toronto ON M5R 2A7

**Sweet Memories写真館**

ご家族の大切な思い出の一場面を  
“和”の形で残されませんか?

初節句、ご七五三、ご婚約や結婚記念日など  
各種記念写真撮影

**完全予約制**

撮影場所: 池端ナーサリースクール  
(日系文化会館内)  
6 Garamond Court Don Mills  
(Don Mills × Eglinton)

池端友佳理  
ご予約  
sweetmemories.toronto@gmail.com  
www.sweetmemoriesphoto.ca



私の拙い原稿を名編集長の森貞氏がもう 127 号にもなる“にゆうすれたあ”に取り上げてくださった。。なんと、あちこちで“読みましたよ。”と、いささかの揶揄も含めてではあるが。。反応があったことに私自身が驚いている。



私が移住してきた 1967 年の夏にトロントに来られた男性、手に職を持たれたその方も最初のころのご苦労が彷彿とさせるようなメールをくださった。また、ある若い女性から、結婚と起業をした背景を書いてくださいというメールも頂いた。

30 年も前に当時 York 大学で自殺学の権威として有名であった布施先生に知己を得た頃、我が子の病の兆しを見逃したため、障害を持つに至った経緯を聞いて頂いた時に「自己開示」をフルにした文章を書きなさい、それこそが究極の救済となるでしょう、と強く薦めてくださった。以来、先生も書いていらした 5 時通信に思いの丈を綴り、最初は手書き、そのうちにワープロに挑戦、その後は元ハーモニーの会員であったころの仲間を募った。彼女らの文集を纏めて、年に何回か我が家に集まり、外には発表しない、との約束で、今も書き続けている。

しかし、気楽な仲間が読む文なれば私など、もはや怖いものなしのオババであるから、自己開示、大いにけっこう、家族が日本語を読めないのを幸い、書きたい放題、ではあるが読者の層が広い、若い人々も多い、“にゆうすれたあ”に書くとなると、ユーモラスに、出来るだけ軽く、書くというスタンスもいささか鈍り、これでも、緊張をしている。それに結婚をした経緯とその相方と起業を始めたころのことを書くとなると、年をとると昔のことを鮮明に思い出すことが出来るというものの、書くことが多すぎて、どこから始めたらいいのだろう、迷ってしまう。ま、いいか、出来るだけ簡単に纏めてみよう。

トロントに着いて、翌年の夏にはもう相方と同棲を始めた。彼は私に会う3年前に友人の家の地下室で何かの実験をしている時に火を出した。保険にかかっていない友人に、彼が弁償するというので、当事8千ドルの借金を抱えていた。結婚には踏み切れない、という理由が彼にはあったとしても男としては忸怩たるものがあつたに違いない。しかし、私はもう30代の大台に入り、急がねばならぬ。彼に私が日本から持ってきた結婚資金!があつたことは当分話せない、自力でその借金を返すというのを条件とした。彼は猛烈に働き、機械設計「当事カナダには技術者は払底していた」、を引き受け、一日中働いていた。よし、これなれば、と目処がついたころ、ありがたいことに、その年、1968年に、年の暮れまでに結婚したカップルにはその年に払った税金が全額戻るといってお上のお達しがあつた、渋る相手を説き伏せて、12月31日に結婚式を韓国系の教会であげた。お互いの家族には写真屋で修正しまくった写真を送り、これも事後承諾。新婚旅行はヨーロッパへ。。今時のワーホリのお嬢さんたちが一年期限付きのトロント滞在中に相手を探す、という事態が私には判るような気がする、閑話休題。

しかし、この夫はそれまでの私の好みとは正反対の技術屋、幼い

頃から玩具、台所用具等、全て壊して、どのように作られているかを研究した、という男、ドイツのいわゆる徒弟制度をフルに利用した。つまり、高校、大学在学中、学校には午前、午後は工場ならびに会社で働いた。電気、水道、ガス、建築、機械設計、等々を習得したというのだ。」嘗て、私は日本ではそのような経歴を持つ男性にに会ったこともなかった。元々が文系一筋、惚れっぽい私の好みの男性も文系、どちらかと言うと今で言う草食系、私は年下の男を引っ張っていきたい、何処か姉御肌の人間、そんな私が、選んだ相手はこれが大違いの相手、何と言っても、生粋のドイツ人、真面目な働き者ではあるが、頑固一徹、権威にあくまで逆らう男、惹かれたところはと言えば、彼が根明で冗談が好き、しかし、余暇の過ごし方としては、スピードボートをぶっ飛ばし、冷たい湖で遠泳をする、というこれまた、私には全く興味のない趣味、いやはや、今思うと、その頃彼と別れようとか、日本に帰りたい、とか考えたことがあつたはずなのに、どうして続いたのか、不思議に思える。

さて、General Electric の設計技師として働いていた夫がある日会社が潰れたと言うではないか。私は「話が違わないのさ、就職先はいくらでもあるのだから、働きなさいよ」と迫ったが、もう雇われるのは嫌だ、これからは自立する、と間もなく本当に一人で会社を立ち上げた。家の一室は事務所兼、設計室、地下室は工場となり、夫は一日中機械の設計と製造に余年なく働き続けた。。一人、二人を雇入れ、私は秘書兼女工、電話交換手、「勿論主婦と母親も兼業」と多忙を極めた。そのうちに彼が Battery に液体を注入する高性能ポンプの設計に成功、その後はそのポンプの製造を始めた。何台か完成すると、大型の車に荷と、寝ている子供たちを乗せて毎週早朝、パファローの空港に運ぶという暮らしが続いた。その High Precision Pump を大量に制作するためにはまず、工場を友人の会社の一室に借りて制作を始めた。そしてついに、35 年前、Richmond Hill に 6 エーカーを土地を買入れ。銀行から借りるだけ借りて工場を建てることになった。

嘗ては野原だった Richmond Hill に最初に設立した会社である、と当時の市長から送られた額に First Building at Beaver Creek Business Park, September 16, 1982 と書いてある。その頃、回りには BB 風のホテルが一軒だけ Leslie と Hwy7 にボツンと建っていただけ、という、これまた信じられない昔の話、30 年後には北アメリカでも知られる、工場地帯、オフィス街、レストランの数知れず、という街に生まれ変わった。

ボスが朝も一番早く出社する、夜も最後まで働いている、と状態であつたから、社員たちも苦労したことだろう。。最初にベトナムからのポート・ピープルを雇い入れたのは、賢明であつたのかもしれない。我が社の社員は後年、30%が中国人であつたことも、夫には先見の明があつたのだろう。アメリカやヨーロッパが衰退するころには夫はアジアに年に何回も出向くようになっていた。HiBar Systems という会社の命名が私の名前による、と日本の企業の人たちには不思議がられたりしたが、なんのことはない、夫の名前の Heinz Barall の HeBar より Hiroko の HiBar のほうがサウンドがいいというだけ、何となく景気がよさそうな名前じゃないか、と、というようなお気楽な“いい加減さ”が私達二人に共通していたから 40 年近くも一緒に生きてこられたのかもしれない。

医者要らず、薬も飲まず、ダイエットも一切お構いなし、の夫が体に時限爆弾を抱えていことを本人も私も社員たちも全く気づかず、15 分前まで働いていた彼があつという間に昇天してしまった。。あれからもう 7 年にもなる。それからの残された会社の始末、後日談、など、そして 1975 年ごろから息子の障害と向き合った日々ことはまた、次の機会に譲る、としよう。



厚生労働省が推進している「キャラバンメイト」養成研修をトロントで実施します。

これは、地域で暮らす認知症の人やその家族を応援するためのキーとなるボランティアを育成するものです。

世界保健機構（WHO）や国際アルツハイマー協会などで、評価が高くなっているこの研修を、在オタワ外務省医務官・仲本光一氏と、在ニューヨーク特定非営利活動法人 New York JAMSNET 理事・小林利子氏を講師にお迎えし一日の日程で行います。

- 日時 2013年10月21日(月)  
09:30～16:30(09:00受付開始)
- 場所 在トロント日本国総領事館 さくらルーム
- 講師 在オタワ外務省医務官・仲本光一氏、  
在ニューヨーク特定非営利活動法人 New York JAMSNET 理事・小林利子氏
- 問合せ先  
参加希望の方は、2013年10月14日までにお電話、  
メールにて、JSS担当:古賀までご連絡ください。  
TEL: 416-385-9200  
Eメール: general.jss@gmail.com

●受講料 無料

- 研修は、日本語で行われます。
- 当日、昼食は各自でご用意下さい。
- 受講後、認知症を支援する「目印」となるブレスレット・オレンジリングと修了証を配布いたします。



【認知症サポーターとは?】

認知症サポーターとは、なにか特別なことをする人ではありません。認知症について正しく理解し、偏見をもたず、認知症の人や家族を温かく見守り、自分のできる範囲で活動する「応援者」のことです。

【キャラバンメイトとは?】

キャラバンメイトとは、「認知症サポーター養成講座」の講師役のことです。また、「認知症になっても安心して暮らせる町づくり」に向けて、関係機関等への働きかけ、協力、連携など、地域のリーダー役を担うことも期待されています。



第1回オンタリオ大分どげえ会を2013年7月27日(午後3時より9時30分)に開催しました。新移住者、駐在員、研究員などの大分県出身者とその家族20名(大人15名、子ども5名)が参加。また、日加タイムズの色本ご夫妻が取材を兼ねて参加されました。朝から曇りで午後には大雨になりましたが、夕方に雨は止み、BBQ、水泳、懇談を楽しむことができました。移住のきっかけ、仕事、子育て、趣味、故郷の話などに花が咲きました。夜には庭で焚火を囲んでマシュマロを焼き、子供たちは大喜び!9時頃になってホテルが飛び始め、幻想的な雰囲気にはばし浸ることもできました。



偶然にも大分からオンタリオへ旅行中の女性の飛び入り参加もあり、これも嬉しいことでした!「今回はどうしても参加できないけれど次回は必ず」という便りが4家族から、また、モンリオールから本会に加わりたいという連絡も寄せられました。今後の発展を期待しています。(写真撮影:色本信夫氏)



6月27日、長年にわたり日系コミュニティ各方面で貢献されている中山あつ子さん(トロント新移住者協会元会長・現相談役)が、日系文化会館よりの推薦で15年間のオンタリオ・ボランティア・サービス・アワードを受賞された。この事を知ったのは、7月21日、JCCCでの「ありがとうデー」(ボランティアへの感謝の日)の席上であった。「おめでとう」と「ありがとう」を、にゆうすれたあの紙面を借りて伝えておきます。なお、トロント紅白では、堂々と河内おとこ節を熱唱された反面、この日は、突然カメラを向けられたこともあってか…写真をよく見て頂ければ、おわかりいただけますように、中山さんは、シャイな一面も持っておられます。これからも、よろしくお願ひします。 副会長メモ

【編集後記】

編集責任者 森貞一弘

9月7日、2020年オリンピック・パラリンピックの開催予定地が東京に決まりました。世の中にはいろいろな人がいるもので、結構、いつも冷静を装って無関心こそが美德のように感じている人もいます。僕はアルゼンチンで行われていた選考委員会でのプレゼンを見ながら、とても感激しました。実際、会社には出勤せずに自宅勤務という形でテレビに見入って、その瞬間、「やったあ〜!」…一見、退屈で刺激の少ないカナダでの生活ですが、まだまだ熱くなれることは沢山あるようです。



皆さん、いよいよ秋です。実りの秋、食欲の秋、スポーツの秋、ちょっぴりセンチメンタルな秋といろいろです。そんな身近な秋の一コマを自分の言葉で綴ってみてください。次号は新年号で原稿の締切は11月23日です。



本年度、トロント新移住者協会に寄せられていた東日本大震災への義捐金は\$700になりました。それに役員有志からの寄付を加え、日本円にして7万円にし、お仕事で一時帰国された内田道世先生に依頼して、大阪市内の郵便局より、7月29日付けに、岩手県災害義援金募集委員会、宮城県災害対策本部、福島県災害対策本部に3等分して振り込みましたので、ここにご報告申し上げます。ありがとうございました。