月刊ふれいざー go Local ローカル

FRASER MONTHLY

FREE
無料

12 December 2020
Vancouver, BC Canada
Supplement to Fraser Monthly

これまでどおり『月刊ふれいざー』もよろしく。
『月刊ふれいざー』は毎月１日、
『ふれいざー go Local』は毎月 15 日発行です。

『月刊ふれいざー』は 1992 年の創刊以来 28 年間、皆様の生活のお供としてコミュニティのお知らせや世界、カナダの情報をバンクーバーの皆様にお届けしてきました。

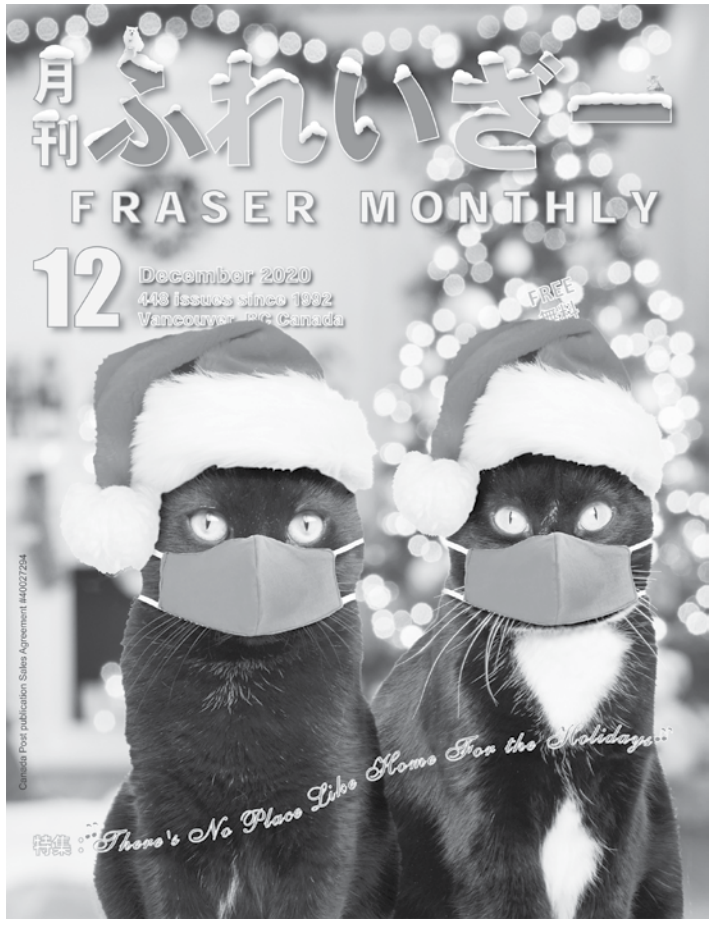
しかしながら今年３月以降、COVID-19 の蔓延による緊急事態宣言を受けて、４月号からはウェブサイト上のみでの発行を続けてまいりました。

この８月、５カ月ぶりの印刷版発行に伴い、これまで以上に皆様に様々な情報を日本語でお読みいただくため、『月刊ふれいざー』に加えて、この『ふれいざー go Local』を発行することに致しました。『ふれいざー go Local』は、ローカルに焦点を当てて、ローカル経済、ローカルの文化をサポートし、盛り立てていくことをコンセプトとしております。

本誌の発行は、これまで『月刊ふれいざー』を支えてくださったスポンサーの皆様と、そしてこれから支えてくださるスポンサーの皆様によって可能となります。

ローカルの発展はローカルの皆様の力で。これからも、ここに住む私たちの生活をより豊かに、より実り多いものにするために、是非お力をお貸しください。

ウェブサイトにはこれまで通り『月刊ふれいざー』と共に『go Local』もアップしておりますので、お手に入れられなかった方は是非そちらでご覧ください。



2021 年のお正月はおせちに「ブリの照り焼き」を一品たしませんか？

バンクーバーにいると中々食べられない、美味しい脂の乗った「ブリ」
ふれいざー Meal Kits by Kaiju Carts（p.5 参照）から、今年は入手しにくい「ブリ」を販売いたします！
高級魚「ブリ」が 100g　$12 です！
お申し込みとお支払いは事前にしていただき、お引渡しは後ほど地域のデマンドによって、利便性のある公共の場所でいたします。
日時などはお申し込みされた方に後日お知らせいたします。　**お申込み：mealkits@thefraser.com** Tel: 236-979-8707

Canada Post publication Sales Agreement #40027294

COVID-19 のワクチン今月中に到着

最終的な有効性が 95% と発表され待ち望まれている Pfizer/BioNTech 製造の COVID-19 のワクチンが、年内にカナダに到着する運びとなった。ヘルスカナダでは、12/8 現在、このワクチンの承認手続きの最中であるが、当初の予定よりも早くワクチン接種が可能となり、トルドー首相は、ワクチンが承認され次第 12/13 の週から接種を開始したいと語った。

最初に到着するのは、Pfizer 社の 249,000 回分のワクチンで、これは、来年 3 月末までに到着予定の 400 万回分のワクチンの一部である。同社のワクチンは 2 回接種する必要があり、現在のところ、オンタリオ・ケベック・BC・アルバータ州の各 2 ヶ所、その他の州の各 1 ヶ所で接種が実施される予定である。北部の準州では、このワクチンの保管に－ 80 度という特殊な設備が必要となるため、保管温度がそこまで低くない Moderna 社製のワクチン接種を予定している。承認されれば、来年 3 月末までに Moderna 社製のワクチンも 200 万回分到着することになっている。政府は、80 歳以上の高齢者、長期ケアホームで働く人、医療従事者に対し最優先でワクチンを接種する旨発表している。

来年は食材が高騰予測

近頃発表されたカナダの Food Price Report 2021 によれば、新型コロナ、山火事、気候変動や消費者の意識変革等の理由から来年は食材価格が大幅に上がり、平均で年間 695 ドルも多く支払うことになると予想していることが分かった。パン・肉・野菜の値上がり幅が特に大きくなると予想され、平均的な 4 人家族の場合、来年の食費は 1 万 3907 ドルとなる。毎年 Dalhousie 大学と Guelph 大学が作成しているこの報告書は、今年はさらにサスカチュワン大学と UBC が加わり、より全国的な調査を基に発行された。調査によれば、新型コロナの影響が特に大きいのは食肉業界で、最大で 6.5% の値上がりが予想される。特に鶏肉の値上がり幅は大きく、今年 7 月以来既に 7 % も値上がりしているが、来年はさらなる値上がりが予想され厳しい状況に追い込まれそうだ。また、野菜も最大で 6.5% の値上がりが予想されており、カリフォルニア州での最悪の山火事の影響がカナダでも避けられないと見られている。特に葉もの野菜、トマトやきゅうり、キャベツ、カリフラワー、アスパラガス等の値段が高騰すると予想されている。パンは、最大で 5.5% の値上がりが予想されている。

ホリデーシーズンの集まり：アンケート調査より

この程 Angus Reid Institute と Cardus が全国の 5000 人以上を対象に 11 月下旬に実施したアンケート調査によると、殆どのカナダ人が今年のホリデーシーズンは同居している人たちだけで祝う計画を立てているが、回答者の約 3 分の 1 は地元に住む同居人以外の人と集まる予定で、さらに 10% の人は規制があるにも関わらずコミュニティや州を越えた場所に移動すると回答していた。全国平均で約 30% が友人や親戚を訪問すると回答したが、州別に見ると、感染者の少ない大西洋沿岸州でより多くの人がそのように答えていた（因みにケベックでは 35%、オンタリオでは 27%）。しかし、この数字は、例年と比較すると格段に少なく、昨年の調査では 81% の回答者が地元の友人や親戚を訪問し、51% が州を越えた移動をすると回答していた。

また、29% の人がホリデーシーズンをとても心待ちにしていると答え、昨年の 31% という数字とあまり差はなかった。少しだけ気分が高揚していると回答したのは 42%、昨年度は 44% だった。今年もクリスマスライトを灯し、長靴を下げ、カードを送り、慈善団体に寄付をするカナダ人が多いようだ。一方で、今年は何もしないと回答した人は 6 % となり、昨年度の倍となった。会社のクリスマスパーティに参加すると回答したのはわずか 2 %、パンデミック以前の 50% から大きくダウンした。

BC 州男性がアメリカ人家族をアラスカまで送り届ける

事の発端は、アメリカ、ジョージア州に住む Lynn Marchessault さんが、夫が駐留しているアラスカ州フェアバンクスまで引越しをする計画だった。穏やかな 9 月初秋、アラスカの冬に備えピックアップトラックを購入し、引越し荷物を牽引するため U-Haul をレンタルした Marchessault さんは、13 歳の息子、10 歳の娘、犬 2 匹と猫 1 匹と共に旅の準備を万端に整えた。しかし、コロナである。カナダ国内を通過するために必要な書類の申請に時間がかかり出発は 11 月にまで遅れた。

サスカチュワン州で国境を越えた Marchessault さんは、主な国道を走り、ガスや食事以外寄り道なしでアラスカまでを 5 日間で移動するよう言われた。しかし、BC 州の Fort St. John より北の Wonowon で初めて遭遇するホワイトアウトは南部育ちにはあまりに過酷だった。ガソリンスタンドで途方に暮れ泣いていた Marchessault さんに声をかけた女性は、ピックアップトラックのタイヤが夏用のものであることに気づき、新しいタイヤを購入するために店まで連れて行ってくれた。しかし、ここまでの旅で疲労困憊した Marchessault さんは運転ができる状態ではなかったようだ。そこで、女性は夫に相談し、1600 キロ以上の長い道のりをフェアバンクスまでトラックと U-Haul を 2 日で運転してくれる「親切な人」を探そうと Facebook で呼びかけることにした。

これを見たのが友人でレンジャーの Gary Bath さんだった。途方に暮れたアメリカ人家族のために運転を名乗り出た人がいないことがわかると妻と相談し、自らその役目を買って出ることにしたのだ。Marchessault さんは、軍の仕事をしたこともある Bath さんの人柄に安心し、Bath さんは 1600 キロ以上を運転、アメリカ国境検問所まで無事一家を送り届けることができたという。

ホリデーシーズンにカナダらしい心あたたまるストーリーとなった。

MOKUJI

2 トピックス
3 世界のニュース / 数独
4 カナダのニュース
5 COVID-19 関連の政府による支援アップデート
6 知っておくべき BC 州の医療
8 命を蝕む影のパンデミック “オピオイド危機”（2）
10 ビジネスの醍醐味 —with コロナ ビジネスは今
11 エッセイ『providence』
12 コミュニティ掲示板
13 コミュニティ掲示板 / 数独答え
14 日本文化と神道 / 今日は何の日？
15 クラシファイド
16 ふれいざースポンサーリスト

We are 28 years old!

デンマークで殺処分のミンク 掘り起こしと焼却が検討

デンマークのミンク農場で新型コロナウィルスの変異種が見つかったことから、感染拡大を防ぐため 11 月に約 1700 万匹のミンクが殺処分されたが、同国政府は 27 日、埋められた死骸の掘り起こしと焼却を検討していることを明らかにした。

国営放送によると、ガスを使って殺処分されたミンクの死骸は、同国西部の軍の敷地内で 2 メートルの深さに埋められたものの、ガスにより死骸が膨張し、地表に露出し始めた。さらに死骸からリンや窒素が周辺の土壌に放出される懸念も高まったことから、農務省は 27 日、死骸を掘り起こして焼却する解決策を提示した。ただ、そのためには環境当局の許可が必要だとした。

世界最大のミンク毛皮輸出国であるデンマークには約 1100 のミンク農場がある。新型コロナウィルスは 200 以上のミンク農家で発見され、12 人が変異種に感染していたことが確認されたため、政府は 11 月に農場で飼育されているミンクの殺処分を指示。しかし、感染が確認されていない農家まで殺処分を命じる権限があるのかという疑問が浮上し、殺処分が開始された後、裁判所は政府の決定には法的根拠がなかったと判断、農相が辞任する事態に発展していた。

一方、ミンクを大きな箱に入れてガスで殺処分するという方法をめぐっても、倫理的な批判が高まっていた。

新型コロナウィルスは数カ月にわたって、デンマーク北部ユトランド地域やスペイン、オランダ、スウェーデン、米国オレゴン州のミンク農場でも確認されており、殺処分はオランダとスペインでも行われている。

首相は涙で謝罪

デンマークのメッテ・フレデリクセン首相は 26 日、ミンク農場で見つかった新型コロナウィルスの変異種をめぐり、国内のミンク全頭の殺処分を命じた政府の措置について、涙を浮かべて謝罪した。

デンマーク政府は 11 月上旬、変異種が今後利用可能となるワクチンの効果に悪影響を及ぼす可能性があるとして、ミンク全頭の殺処分を発表。しかしこの命令は法的な根拠がなかったことが後に判明し、政府は 10 日、謝罪に追い込まれた。すでに殺処分は行われていたことから、農家や野党から反発の声が高まった。政府は殺処分の指示を撤回して勧告に変え、2021 年までにペット以外のミンクの飼育を禁止する法案を新たに提出した。

健康なミンクまで殺処分したコリングの農場を訪れたフレデリクセン首相はテレビカメラの前に立ち、時折涙で言葉を詰まらせながら「間違いを犯した。一連の措置について謝罪する」と述べ、農場側に責任がないことを強調し、「これはコロナのせいであり、その事実がミンク農家にとって暗闇の中の小さな光になることを願う」と語りかけた。

殺処分をめぐっては、モーンス・イエンセン農相が 18 日に、混乱の責任を取って辞任している。

欧州は変異種拡大に警戒

世界保健機関（WHO）で新型コロナの技術責任者を務めるマリア・バンケルコフ氏は、デンマークでの変異種について「人からミンクにうつりまた人に戻ったとみられるが、変異は普通のこと」と指摘している。しかし、欧州各国は警戒を強めており、事態の推移に大きな関心を寄せている。デンマークの感染症専門家は「最悪のシナリオは、変異種により新たなパンデミックがデンマークから始まることだ」としている。

こうしたなか、英国のハンコック保健相は 10 日の下院で、変異種が世界中に拡大すれば非常に深刻な結果がもたらされると警告。「英国では毛皮取得のための動物飼育は 20 年前に禁じられており、欧州全体でも同様の動きがある」と述べ、場合によっては毛皮用ミンクの飼育を国際的に禁じる必要もありうるとの考えを示した。また英政府は 7 日に英国居住者を除き、デンマークからの入国を禁止した。

コロナが野生動物に広がるリスクも

デンマークでは毎年、2000 ～ 3000 匹のミンクが農場から脱走し、野生化している。このためデンマークではミンクの脱走によって、新型コロナウィルスが野生動物に広がる恐れが懸念されている。農場から脱走したミンクの約 5 % が新型コロナに感染している恐れがあるため、感染した 100 ～ 150 匹が野生化する可能性があるということになる。ミンクは一般に、新型コロナに感染しても命に関わることはない。呼吸困難になるケースもあるが、数日間で回復し、免疫を獲得する。

ただ、ウィルスが野生に侵入すると制御することはほとんど不可能になり、懸念すべきはそれがやがてヒトに戻ってくる可能性。ミンクは単独行動をする動物であるため、脱走したミンクが他の動物に感染させるリスクは低いとされるが、こうしたミンクを食べたり、糞に接触することで、他の野生動物やネコなどのペットが感染するリスクがある。これによりイタチ、タヌキ、カワウソ、フェレットなどに伝播し続け、宿主の範囲を広げ、ウィルスが進化し続けることもありうるという。

SUDOKU BREAK

			3					8
3	8					6		
	7			9	6			
6	4		9		3	2		7
8				7				4
5		7	4		8		1	3
			2	3			9	
		4					2	5
2					4			

答えは p.13

FRASER go Local www.thefraser.com
Canada Post Publications Mail Product Sales Agreement #40027294
Issued on December 15th, 2020
PUBLISHED BY: FRASER JOURNAL PUBLISHING
P.O.Box 64060, Clarke Road, Coquitlam, B.C. CANADA V3J 7V6
Tel: (604) 939-8707 E-mail: info@thefraser.com
Publisher: Rei Miyasaka Chief Editor: Mari Miyasaka
Frequency of publication: twice a month -Fraser Monthly & Fraser go Local

転載禁止 Reproduction in part or whole forbidden.

カナダ、ファイザー製のワクチンを承認　BC 州の規制は 1 月まで延長

カナダ政府は 9 日、米製薬大手ファイザーと独バイオ企業ビオンテックが開発した新型コロナウイルスワクチンを承認したと発表した。同ワクチンの承認は、英国、バーレーンに次ぎ 3 カ国目で、英国ではすでに接種が開始されている。

カナダ保健局はワクチンについて「カナダが求める安全性、有効性、品質を全て満たした」と説明。「カナダの承認プロセスは厳格であり、監視システムも強力だ」と強調したうえで、「カナダは COVID-19 との闘いにおいて、重要な節目を迎えた」と胸を張った。ワクチンはファイザーのベルギー工場から週内に到着する予定。

また、保健局は、国民に対し「安心してワクチンを接種してほしい」と呼びかけ、当局とファイザーは、今後数カ月間、副作用について注意深く監視していくと述べた。同ワクチンは第 Ⅲ 相試験で COVID-19 の予防に 95%の効果が見られたという。接種対象は 16 歳以上としている。

カナダは 21 年にファイザーから最低 2000 万回分のワクチンを受け取り、最大 5600 万回分の追加を求めることが可能な契約を結ぶとされる。またファイザーの他に別の 3 社のワクチンも審査中で、米バイオ企業モデルナのワクチンも近々承認される見込みという。

ジャスティン・トルドー首相は 7 日、年末までに 24 万 9000 回分のワクチンを受け取り、来週にも国内 14 か所への出荷が始まり、その翌日か翌々日には接種を開始するとの見通しを示していた。

ワクチンの接種はまず、高リスクとされる長期ケア施設で暮らす高齢者や医療従事者らに対して行われる。2021 年 9 月までには国民の大半が接種を受けることができるとしている。

なお、米国ではファイザーの同ワクチンはまだ承認されていない。10 日に食品医薬品局が諮問委員会を開き、可否を決定するという。

BC 州の規制延長

ブリティッシュ・コロンビア州衛生管理局長ボニー・ヘンリー博士は 7 日、新型コロナウイルスの感染拡大が続く現状を踏まえ、11 月 7 日に発令した BC 州の規制を 1 月 8 日の午前 12 時まで延長すると発表した。直前の週末、BC 州では新型コロナウイルスによる死者が 35 人、新規感染者は 2020 人を記録していた。内訳は、金曜と土曜の間で 647 件、土曜と日曜の間で 726 件、日曜と月曜の間で 647 件。BC 州における 7 日現在の患者数は 9380 人、入院患者は 359 人、集中治療室に入っているのは 77 人で、これまでの死亡者数は 527 人となっている。

BC 州は先月 7 日、新型コロナの感染者急増を受けて、バンクーバー・コスタルヘルス地区とフレイザー・ヘルス地区に対し、2 週間にわたる規制を設けることを発表。期間は当初、11 月 7 日午後 10 時から 11 月 23 日正午までとされていたが、その後規制対象地域を BC 州全域に拡大し、期間も 12 月 7 日まで延長していた。

この発表により、ホリデー・シーズン中の大規模な集まりに対する州の見解がはっきり示された。ヘンリー博士は 12 月 7 日の会見で、「この規制によりウイルスの抑え込みの効果が見え始めているが、今なお多数の感染者がおり、集まりを控えることで感染封じ込めに尽力し続ける必要がある。嵐はまだくぐり抜けていない」と述べた。州民は引き続き一緒に暮らす人たち以外との社交は行わないことが求められる。つまりこの期間は、自宅での集まりを含め、あらゆるイベントや集まりが禁止される。

なお、一人暮らしの人は、通常会っている一人か二人の人との接触は認められる。

ただ、今回はドライブインやドライブスルーなど、車内に留まって参加できるクリスマス・ライトショーや映画などのイベントは可能になった。こうした催しには、最大 50 台までが参加できる。

一方、宗教的な集まりや人口密度の高いグループ・フィットネスのクラス、成人のチーム・スポーツなどの禁止は、規制が解除されるまで続く。

ヘンリー博士はこの日の会見で、BC 州が来週にもファイザー製のワクチンを「わずかながら」受け取る予定であることにも触れた。ワクチンに関する詳細は今週末までに明らかになるとした。

パーティーに「ノー」を

BC 州保健当局から発せられた規制延長により、今年のクリスマスがいつもと全く異なるものになるという州民の恐怖は現実のものとなった。旅行の計画や家族の集まりはお預けになってしまった。ヘンリー博士は、「家族が集まって祝う大規模なディナーは、それぞれが離れた場所で行う必要がある」とし、「規制の効果が現れ始めた今、もうひと押しすることは特に重要だ」と強調した。また、「旅行にノーを、同居していない人との集まりにノーを」と述べ、「例年のようにクリスマスを祝うことはできなくなるが、大切な人を守るために規制に従ってほしい」と理解を求めた。

また、ヘンリー博士は、学校の冬休みを早めることも検討されたが、子供たちの健康のリスクより負の側面の方が大きいという結論に至ったと述べた。

在バンクーバー日本国総領事館から 新型コロナウイルス感染症（COVID-19）にかかる注意喚起（12月4日）

在留邦人の皆様におかれましては、ＢＣ州の公衆衛生命令に引き続き留意した上で、これまで同様、たとえ軽度であっても発熱等の症状があるときは出かけず、密閉、密集、密接の「3密」を避け、「物理的距離 (physical distance)」を維持し、手洗いや手指消毒を励行するなど、これまで実践されてきた感染症対策を引き続き励行して、感染予防に努めてください。

もし発熱など新型コロナウイルスへの感染が疑われるような症状が出た場合には、「811」に電話してその後の対応について相談してください。通話は無料です。「ジャパニーズ、プリーズ」と伝えれば、通訳サービスも無料利用可能です。英会話に不安がある方も躊躇せずご利用ください。

次に、カナダ連邦政府は、米国以外の国からカナダへの入国に際して現在課している渡航制限措置を来年 1 月 21 日まで延長したことを発表しました。これにより、これまで同様、一般的な観光目的などでのカナダへの入国は引き続き認められないこととなりました。なお、先週お知らせしましたが、カナダと米国との間の通行制限措置も 12 月 21 日まで延長されています。

また、ご承知のとおり、カナダ入国後、事前に提出した 14 日間の自己隔離計画に従っていないことが判明すると高額な罰金を科せられるなど、厳しい措置がとられる可能性があります。そのため、自己隔離されている方は保健当局などから確認のためにかかってくる電話を取り損ねないように気をつけていらっしゃると思いますが、それを知ってか知らずか、今度はこの状況を利用して電話による個人情報の搾取や詐欺を働こうとする犯罪集団も登場している模様です。すなわち、普段であれば電話を取らないような知らない番号の電話でも、自己隔離期間中は保健当局からの電話かも知れないため、全ての電話に出ざるを得ず、そして電話に出た結果、相手を保健当局の人だと信じ込んでカード情報などをつい教えてしまう、といった具合です。自己隔離をしている方や今後自己隔離をする予定がある方は特にご留意ください。

We are 28 years old!

COVID-19 関連の政府による支援　アップデート（12 月 4 日）

Canada Emergency Business Account (CEBA)

CEBA は、COVID-19 によって収入が減少した小企業がコロナ禍中経営を存続させるために、必要不可欠な運営費用（店のリースや従業員の給与､契約などで縛りがある必要経費）支払いのための救済措置である。連邦政府が 4 月に打ち出した $40,000 の小企業向け融資ローンに 12 月 4 日 $20,000 が追加された。

CEBA は政府関係金融機関 Export Development Canada と Business Development of Canada から民間の金融機関を通して融資を受けることができる。

CEBA の対象となる企業：

CEBA 申請過程には 2 種類ある。

1．2019 年に従業員の給料支払いがカナダドル $20,000 ～ $1,500,000 だった企業向け

- ◆ 2020 年 3 月 1 日以前に存在し CRA Business Number (BN) があること。
- ◆ CEBA 申請時に取引先銀行のビジネスチェック口座が開設してあること。
- ◆ CEBA を 2 重申請するなど不正を行っていないこと。
- ◆ CEBA を申請するビジネスを継続する意志があること。

2．上記 1 の条件に満たないが、支払延滞不可能な経費がある企業向け

- ◆従業員を雇用していない個人事業主（Sole Proprietor）自営業者、家族経営企業 への 支援。2020 年に経営を維持するための必要経費が カナダドル $40,000 ～ $1,500,000 ある。支払延滞不可能な経費の例としては家賃、固定資産税、公共料金や保険料などがある。これら経費は検証目的で政府による監査対象となる。
- ◆ 2019 年か 2018 年の確定申告をしていること。

The BC Recovery Benefit

BC Recovery Benefit は BC 州政府による 1 回限定の直接銀行振込（Direct Deposit）で支給される、家族、シングル親、或いは個人向けの給付金。受付は 2020 年 12 月 18 日開始。

対象者：

- ◆ 12 月 18 日に BC 州住民であること
- ◆ 12 月 18 日に 19 歳であること
- ◆ CRA へ 2019 年の確定申告が終了していること
- ◆ SIN 或いは税金番号（individual tax number か temporary tax number）を持っていること

申請時に必要な情報：

- ◆給付金額は 2019 年の確定申告の手取り額（net income）を元に決められる
- ◆ SIN 或いは税金番号（individual tax number か temporary tax number）
- ◆もしあれば、運転免許証
- ◆直接銀行振込（Direct Deposit）用銀行口座情報

家族、シングル親の手取りが $125,000 までは $1,000、$175,000 までの手取りがある家庭にはそれよりも低く設定された給付金が、自動的に計算され支給される。

個人の場合、手取りが $62,500 までは $500、$87,500 まで手取りがある個人にはそれよりも低く設定された給付金が自動的に計算され支給される。

ふれいざー
FRASER MEAL KITS by kaiju carts

ふれいざーのミールキットの特徴

★日本の家庭料理に特化。
★日常的な食卓にバラエティを提供。
★ご家庭での手間を最小限にするための下準備をして配達。
★新鮮で通常手に入りにくい魚貝類もたくさん。
★普段お料理をしない方でも簡単に作れるレシピが中心。
★身体によい材料へのこだわり。
★パッケージは出来る限り体によく、コンポスト可能の素材を使用。

地区：Vancouver, North/West Vancouver, Richmond, Burnaby, New Westminster, Coquitlam, Port Moody, Port Coquitlam
（変更の可能性ありますので、対象外でも興味のある方はお知らせください。）

お申込み・お問合せ
mealkits@thefraser.com　Tel: 236-979-8707
www.thefraser.com

食材とレシピを毎週配達 ご家庭で手軽に料

プロモーション価格
$12.50 ＋ TAX / 1人前・1食分（主菜+副菜1～2品）
※お魚のレシピはエクストラ料金が発生します。
また、季節によりお値段が変わる場合があります。
毎オーダー最低４人前

普段入手しにくい「ブリ」を販売いたします！
$12/100g（１切れ）

お申し込みとお支払いは事前にしていただき、お引渡しは後ほど地域のデマンドによって、皆さまの利便のよい公共の場所でいたします。日時と場所はお申し込みされた方に後日お知らせいたします。

「ブリの照り焼き」レシピ（2人分）
ブリの切り身：2切　★砂糖：大さじ 1/2 ★みりん：大さじ 2
★酒：大さじ 1　★しょうゆ：大さじ 1
中火、フライパンに薄くサラダ油を塗る。ブリ両面を焼き色がつくまで 3 分ずつ焼く。その際タレがよく絡むように、余分な油はキッチンペーパーでふき取る。混ぜ合わせた★を加えテリが出るまで煮絡める。

知っておくべきBC州の医療（1）

カナダ、BC州の医療システムと利用方法、病気の早期発見

11月2日、バンクーバー懇話会主催の医療関係セミナーがオンラインで開かれた。カナダBC州の医療制度は、日本とは非常に異なっている。この講演会では、BC州で暮らすにあたって当地の制度を正しく理解し、利用することを目的として企画された。当日は、当地の医療関係機関で活躍する日本語対応可能な3人の講師の方により、パワーポイントを使った詳しい説明が行われた。

橋本スティーブン氏（ナースプラクティショナー）
「カナダBC州の医療システム」
マッケンジー・ミナ氏（医療事務秘書）
「ウォークインクリニック、緊急初期治療センター、緊急治療室（ER）のかかり方の違い」
田中朝絵医師（ファミリードクター）
「カナダでできる病気や癌の早期発見」

今月号では、橋本スティーブン氏「カナダBC州の医療システム」、及びマッケンジー・ミナ氏「医療機関のかかり方」の講演内容をまとめて掲載いたします。
来月号（『go Local』1月号）では、田中朝絵先生「カナダでできる病気の早期発見」を掲載致します。

※内容は現時点（2020年12月）での情報であり、今後変わる場合があります。
※ここで示された内容は一般的なもので、個別の適応については、かかりつけの医師にご相談ください。

カナダBC州の医療

カナダの保健行政

連邦政府と州政府の二重行政：MSP-Medical Service Plan

連邦政府：Health Canada。国の保健行政をリードし、国全体にかかわる法律を作成したり、薬の認可を行う。

州政府： **Ministry of Health**。病院運営や地区の保健プログラムの提供等、その州に応じた保健行政を行う。

MSP：
- ○ 州民はすべて加入義務
- ○ 入院中の治療と投薬はすべて無料
- ○ 命にかかる薬はMSPが全額負担

※通常歯科治療は含まれない。（低所得者、障碍者などを除く）

カナダの医療の良い点と悪い点

良い点 お金を気にせず医療を受けられる
誰もが医療サービスが受けられる

悪い点 待ち時間が長い / 医療設備が古い

カナダの医療の仕組み

1．プライマリーケア（かかりつけの医者）

医療サービスの最初の入り口にあたり、医師やナース・プラクティショナーによる総合診療。必要に応じて専門医に紹介してくれる。

◆プライマリー・ケアでできること

＊小児、成人、老年期を含めた一般的な疾病、感染症、軽症のけが、慢性疾患などの診察と治療 ＊禁煙外来 ＊子宮がん検診 ＊健康的な妊婦の定期健診 ＊うつなどの精神的な悩み相談 ＊成人の予防接種（一部） ＊労災、ICBC、その他書類の記入

◆プライマリー・ケアではできないこと

＊骨折などの大けが ＊緊急性を要する疾病（心臓発作、虫垂炎、脳梗塞など） ＊検査、投薬（点滴などもできない） ＊歯科診療

どこにいけばわからないとき

＜救急病院か、それともプライマリー・ケアか＞

⇒ 811に電話する

24時間ナースからあらゆる健康問題にアドバイスをもらえる。
日本語対応もある。“Japanese, please”と言えばよい。

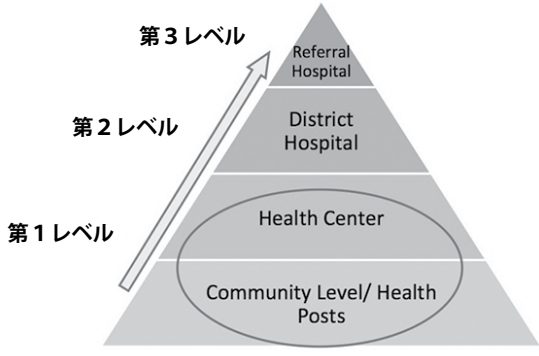
ヘルスオーソリティー（Health Authority）とは？

・地区の保健局。病院や地域の保健プログラムを運営している。
・住んでいる地区により、健康プログラムや行く病院が決まる。

予防接種など、どこに行けばいいかは、自分の住んでいる場所を管轄しているオーソリティのウェブサイトで調べる。

Vancouver Coastal Health
管轄区域：バンクーバー / リッチモンド / ノースバンクーバー / ウエストバンクーバー / スクワミッシュ / ウイッスラー

Fraser Health
バーナビー / ニューウェストミンスター / トライシティー（コクィットラム・ポートムーディー・ポートコクィットラム）/ メープルリッジ / サレー / ラングレー



We are 28 years old!

医療機関のかかり方

受診できる医療機関

1．Walk-in Clinic
2．Urgent and Primary Care Centre（UPCC)
3．Emergency Room (ER)

受診時に必要なもの ※事前に紙に書いておくと便利

＊ BC サービスカード (ケアカード= MSP)
＊カナダの住所及び郵便番号、電話番号
＊現在飲んでいる薬のリスト（英語で）
＊薬アレルギーがあればそのリスト（英語で）
＊海外旅行保険の場合、その保険証と請求書兼診断書
＊写真付身分証明書（BC 運転免許証、パスポートなど、但し生年月日の記載がないもの不可）

こんな時、どこにかかる？

Walk-in Clinic

一番数が多く、あちこちにある。ただし、1 日の受付人数に制限あり、制限に達すれば早く閉めてしまう場合もある。

診てもらえるもの：

・風邪、発熱、軽い捻挫、軽い切り傷など生命に危険のない疾患や怪我。
・労災（WCB) や 交通事故（ICBC)
・血液検査、レントゲンなどの検査や専門医の紹介依頼など 。ただし、検査所はクリニック内にはなく、隣接している場合が多い。）
・再診しないと検査結果はわからない。
・薬局は隣接、または近くにある場合が多い。

Urgent and Primary Care Centre（UPCC)

グレーターバンクーバー各市に最低 1 つはあり、現在準備ちゅうのところもある。Walk-in clinic と Emergency の中間的な役割をする。年中無休。（24 時間診療ではない）

診てもらえるもの：

・風邪、炎症を伴なう発熱、喘息、火傷、縫合が必要な怪我など。ただし生命に危険がない疾患や怪我に限る。
・労災（WCB)、交通事故（ICBC)
・検査所が院内にある所や、即日結果を伝えてくれるセンターもある
・薬局は近くにあることが多い

Emergency

各市に 1 つ以上あり、年中無休。24 時間診療を行っている。

診てもらえるもの：

・頭部の外傷、骨折、ひどい出血や冷汗がでるほどの痛み、心臓の痛み、意識が朦朧とする症状など生命に危険がある疾患や怪我。
・労災（WCB)、交通事故（ICBC)
・院内で検査ができ、結果がすぐわかる。薬局は近くにある事が多い。

Urgent and Primary Care Centre（UPCC) 一覧

Vancouver： 閉院 1 時間前に受付終了
1290 Hornby Street Tel: 604-416-1811
月曜 - 土曜：8 am - 10 pm 日曜 / 休日：9 am - 5 pm
1145 Commercial Drive Tel:604-216-3138
月曜 - 土曜：8 am - 9 pm 日曜 / 休日：9 am - 4 pm

North Vancouver： 閉院 1 時間前に受付終了
200-221 West Esplanade Tel：604-973-1600
月曜 - 金曜：8 am - 10 pm 日曜 / 休日：9 am - 5 pm

Burnaby: 電話で受診受付確認要
201-7315 Edmonds Street Tel：604-519-3787
月曜 - 金曜：5 pm - 9 pm 土曜：2 pm - 8 pm 日曜 / 休日：12 pm - 6 pm

Emergency 一覧

【Vancouver】
Vancouver General Hospital 920 West 10th Avenue
年中無休 24 時間診察 17 歳以上の大人
St. Paul's Hospital 1081 Burrard Street
年中無休 24 時間診察 子供から大人まで
Mount Saint Joseph Hospital 3080 Prince Edward Street
診察時間 8am-8pm 子供から大人まで
BC Children's Hospital 4480 Oak Street
年中無休 24 時間診察 新生児から 16 歳まで
＊ UBC Hospital (Urgent Care) 2211 Wesbrook Mall
診察時間 8am-10pm 子供から大人まで
【North Vancouver】
Lions Gate Hospital 231 East 15th Street
年中無休 24 時間診察 子供から大人まで
【Richmond】
Richmond Hospital 7000 Westminster Hwy
年中無休 24 時間診察 子供から大人まで
【Burnaby】
Burnaby Hospital 3935 Kincaid Street
年中無休 24 時間診察 子供から大人まで
【New Westminster】
Royal Columbia Hospital 330 East Columbia Street
年中無休 24 時間診察 子供から大人まで
【Tri city -Cocuitlam, Port Moody, Port Coquitlam】
Eagle Ridge Hospital 475 Guildford Way, Port Moody
年中無休 24 時間診察 子供から大人まで

お役立リンク

Medimap https://medimap.ca
Walk-in Clinic の場所や待ち時間がわかる
Wait Times www.edwaittimes.ca/WaitTimes.aspx
Emergency と UPCC の待ち時間がわかる
くすりのしおり ――薬の検索
www.rad-ar.or.jp/siori/（日本語）
www.rad-ar.or.jp/siori/english/index.html （日本語と英語）
BC 州における予防接種のスケジュール
www.healthlinkbc.ca/bc-immunization-schedules

知っておかなければならない

命を蝕む影のパンデミック“オピオイド危機”（2）

先月に引き続き、COVID-19 パンデミックの中、“影のパンデミック” と呼ばれ るドラッグ過剰摂取による死亡者急増の問題を取り上げる。死者の数は今年だけでも 1000 人以上に達している。この状況は、BC 州がカナダ最悪といわれている。具体的にドラッグ中毒患者や家族には何ができて、コミュニティでどのようなサポートが得られるのか。また地方自治体、州・連邦政府はどのような改善策に取り組んでいるのかについて、本誌「知っておきたい」シリーズで紹介したい。

深刻な問題であるにもかかわらず、スティグマ（汚名・恥辱）や、文化の違いもあり、ドラッグになじみがない日本人にとってはなかなか相談できない問題だ。この記事が少しでもこの問題で苦しむ人々の力になれればと願っている。

オピオイド系ドラッグやコカイン、ヘロイン、クリスタルメス、注射摂取するハードドラッグを使用している場合

◆ 一人で使用しない！

数ヶ月前に、筆者は実際にバンクーバーの路地裏で若い男女がドラッグを打っているところを目撃したが、まもなく女性が過剰摂取したとみえ意識を失ってしまったため、同伴していた男性が、偶然近くにいた救急車に助けを求め救出されていた。**不慮の事故で命を落とさないためにも、必ず誰かと一緒に使用！！！**

◆ 家族ができるステップ

前号で紹介した、ドラッグストアやスーパーの薬局から無料で手に入れることができるナロキソン・キット（Naloxone kit）の入手を是非この機会に考慮を。地域やその日の状況によって、救急車は急にこられない場合があるので、キットが手元にあればもしものときに安心できる。

ドラッグ使用者やその家族へのサポート

1．bc211 に電話を

気持ちが動揺していて、ウェブの英語情報に戸惑っている時には一番シンプルなサポート窓口だ。

211 に電話すると、英語のアナウンスがあり 3 つのオプションを与えられるが、アルコールとドラッグ関係の悩み・サポート情報は 3 番を選ぶ。朝かけると比較的早くつながる。ここは非営利団体で守秘義務がある。スタッフに日本人女性がいるので、“Japanese speaking please” とリクエストすれば日本語対応してくれる。状況によって、的確なプログラムなどを提案し、情報提供してくれる。

bc211 は正式名称を「211 British Columbia Services Society」という非営利のチャリティ団体。情報が氾濫していて分かりにくい中、BC 州にあるコミュニティ、政府、ソーシャルサービスへの紹介やアクセスの仕方を指導している。

ウェブサイトは英語： **bc211.ca**

2．デトックス

基本的に BC 州の保健、BC Medical Plan があれば、無料でデトックスのプログラムを利用できる。オピオイド系ドラッグに限らず、どのようなドラッグ中毒に関しても、BC 州政府地域別医療機関が様々なサポートを提供している。

メトロバンクーバーに属する市はバンクーバー・コースタルヘルスとフレイザーヘルスどちらかの管轄になるので、それを確かめてから、それぞれの機関に連絡しよう。

○バンクーバー・コースタルヘルス（Vancouver Coastal Health）
ドラッグ中毒関連のサービス
www.vch.ca/your-care/mental-health-substance-use/substance-use-services

バンクーバー・コースタルヘルスの管轄地区は、この地図に含まれていないウィスラー、ペンバートン、パウエルリバーなども含む。

デトックスを補助するサービスの一部：
START program、Vancouver Daytox、St Paul' s Rapid Access Addiction clinic、Downtown Eastside Connections clinic などがある。

〇フレイザーヘルス （Fraser Health）
ドラッグ中毒関連のサービス
www.fraserhealth.ca/health-topics-a-to-z/mental-health-and-substance-use/substance-use-addictions/getting-help-for-your-substance-use-concern

デトックスを補助するサービスの一部：
Creekside Withdrawal Management Centre、Riverstone home/mobile detox/daytox program - Chilliwack General Hospital

3．薬物依存症リハビリ施設（drug rehab facilities）

リハビリ施設には、BC 州政府地域別医療機関が関わっている非営利団体が経営する施設と、民間企業施設がある。どちらも費用がかかり、実際に部屋が空くまでウェイトリストになる可能性のほうが高いが、あきらめないで。

BC211 によると、低所得で生活保護（Income Assistance）或いは障害福祉（BC Disability Assistance）を受けている人は、費用助成が受けられる。現在生活保護を受けていないが低所得で支払いが不可能の場合は、まず一時的に生活保護を受けるなど、申請のステップや時間は多少かかるが道はあるので、希望を持とう。

バンクーバー市の取り組み

Insite：安全に薬物摂取できる施設

北米初の注射による違法薬物摂取を安全に行える場として、バンクーバー市は 2003 年に「Insite」をオープンした。ここでは、カナダ連邦政府保健省からの特別措置で、違法のハードドラッグを使用することができる。看護師が常駐し、ドラッグを過剰摂取した場合に備えてスタンバイしている。室内にはプライバシーを守るスペースに、新しい注射器、精製水、小さな金属の入れ物など、薬物を水溶液にし注射するための清潔な道具が揃えられている。リベラル党政権はこれに前向きな見解を示したが、保守党スティーブン・ハーパー政権に移行すると、締め出しにかかった。幸いなことに、バンクーバー市などの積極的な働きかけと、同施設が効果的な結果を生み出していたことから、そのサービスは現在も継続している。

バンクーバー・コースタルヘルスの清潔な注射器提供サービス（Coastal health clean needle exchange ）

コースタルヘルス管轄内 18 箇所に、ドラッグ摂取用の清潔な注射器提供サービス場所がある。中毒者が使用した不潔な注射器を共有することによっておきるエイズ、肝炎などの感染を予防するためだ。

メンタルヘルスと中毒症の取り組み：

ドラッグ依存には深くメンタルヘルスの問題が関わっているため、州政府、バンクーバー・コースタルヘルス、コミュニティの非営利団体、病院、大学などが協力して、情報交換やそれに見合った政策の見直しなどにつとめている。

BC 州政府の取り組み

COVID-19 パンデミックが始まって以来、粗悪なドラッグが流通していることから、BC 州衛生管理局長ボニー・ヘンリー博士は今年 9 月に、汚染されているストリートドラッグの代わりとなるオピオイド系の薬を、医師のみならず正看護師、精神保健看護師も処方箋が出せるという公共衛生命令を発令した。

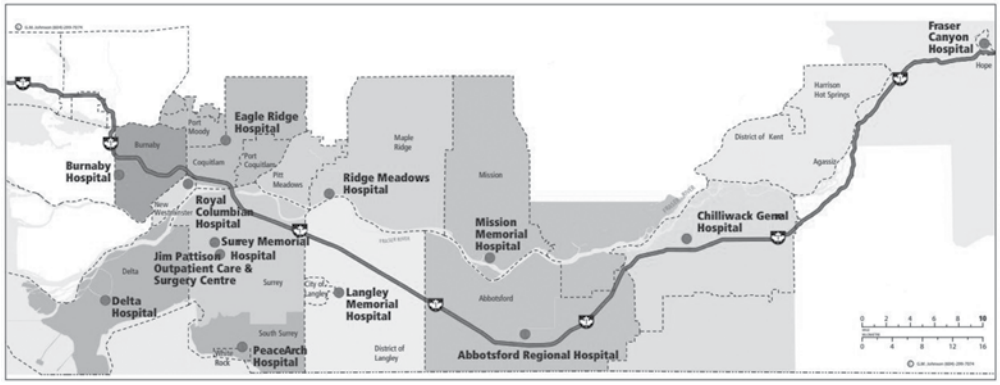
連邦政府の取り組み

EU でドラッグを合法化することによって、その蔓延や過剰摂取による死亡が劇的に減少していることを考慮して、カナダでもドラッグの合法化が議論されている。

- 注射摂取するオピオイド系アゴニスト（作用薬）治療への支援
- オピオイド系アゴニスト（作用薬）治療などのプログラム申請枠を広げるために、$300M 緊急治療ファンドを州・準州に支給
- オピオイド系アゴニスト（作用薬）治療に使用する薬物（メサドンや他モルヒネ系）の輸入許可
- Insite のような安全にドラッグ使用できる場を新規 40 か所許可。これによって約 17,600 回に及ぶドラッグの過剰摂取による死を防ぐことができ、85,800 件以上の保健・ソーシャルサービスによる救済が可能となる。

バンクーバー・イーストサイドの住人である運動家が、「何人もドラッグ中毒者になろうと思ってドラッグを始めたわけではない。ましてやドラッグ過剰摂取で死のうとは思っていない。誰でもなんらかのアディクションを持っている同じ弱い人間なのだ」と述べている。

ドラッグ中毒者への偏見を取り除き、ドラッグの過剰摂取による早すぎる死が無くなること、そしてその方たちの家族の平安を願わずにはいられない。



ビジネスの醍醐味

with コロナ――ローカルビジネスは今　（第５回）

Ramen Taka notsume　　4151 Hazelbridge Way, Richmond BC (604) 821-8080

今月は２年半前に北海道旭川発「鷹の爪」ラーメン海外初の直営店をスタートし、ローカルカナダ人には “Taka” ラーメンとして人気の鷹の爪カナダ社長、猪田雅公氏を訪ねました。ウェストエンド住民に惜しまれながら閉店したバンクーバー店の売却後、リッチモンド店にかける思い、フレッシュな視点や新たな挑戦についてお話を伺いました。

ふ 店内の大きな羽を広げた鷹の壁画がとても印象的。インスタ栄えしますね！広くて明るいお店はコロナ禍で物理的距離も十分取れてよいのでは？

M.I.：ダウンタウン店はもっと暗めでしっとりしていたのですが、リッチモンドのモールの中のお店は目立つように超明るくライトを沢山吊り下げた装飾にしました。鷹の壁画はその前に立つと、丁度背中に羽が生えているように見えるんですよ。多くのお客様が写真を撮っていきます。

ふ with コロナに突入してからの近況とコロナ禍を乗り切る工夫についてお話いただけますか？

M.I.: 残念ながらダウンタウン店を売却することになりましたが、スタッフは皆リッチモンド店に集合し、コロナ禍中だからこそ、レストランのあり方をもう一回見直すよい機会となりました。

ダウンタウン店ができて２年半、リッチモンドが１年半、自分の飲食店経験を積んできて、レストラン業がどんな感じかつかめてきました。美味しくなければ人気店になれないが、美味しいだけでもだめで、サービス面も同様に大事だと。

常々人気店になるには、どのような改善が必要なのかを模索してきました。具体的には、サービス向上について考えたり、コロナ禍でデリバリーが増えたので、ラーメンをベストな状態で家庭にお届けするためのテイクアウト用容器の模索でした。ラーメンをどのようにしたらもっと美味しくできるか確信できたことを、一店舗に集約したことによって、最トレーニングでスタッフに伝えることもできました。

先ずサービス面では、with コロナの今は、なるべく人に近寄らないでどのように “お客様に満足していただけるサービス” を提供できるか考えました。その一つが QR コードを活用したオーダーから支払いまできるアプリの導入です。お店に入ったら席においてある QR コードにスマホをかざせば、アプリが稼動し、メニューを見てオーダー、オーダーしたものはオンライン上の買い物のようにカートに追加されるので、カートからウェブ決済となります。アプリを使いこなしている人にはとても便利。ノータッチに慣れた人は、お食事を運んでくるとき以外は一切サーバーと関わることなくお食事できます。ランチで急いでいる人には迅速なサービスで便利だと好評です。ここまでやっているレストランはあまりないです。カード支払いなので、現金ではできませんが、コロナ禍で現金を使わなくなっているので、あまり不便さは感じていません。最初はオンラインでラーメンを売ってもいいのか？という感じだったんですが、今はありなのかなと。今後もオンラインオーダーのサービスを充実させていきたいと考えています。デリバリー用容器については、パッケージ会社も努力をしていて容器も進歩しています。ラーメン用に２段になっている容器を見つけました。下の容器にスープを入れて、上に麺を入れる。蓋も数箇所に爪がついていて、パチンとしっかり閉めることでスープが漏れないようにできています

ふ「鷹の爪」がビジネスとして大事にしていることは？

M.I.: 旭川ラーメンを忠実に再現することです。当店のラーメンは「熱々」が信条ですが、こちらの人に熱すぎるといわれることもあり、熱すぎるものをサーブするのはどうか？と考えたこともありますが、やはり熱々のうちにお客様にサーブすることを大事にしています。どんぶりを温めて、ラーメンを盛り、野菜のトッピングをできたらすぐ乗せる、２分でお客様に出す、という速さ。タイミングが命なのです。それにはキッチンとサーバーのチームワークあってのことだと思います。

その他メニュー面では、ラーメンはフランチャイズなのでいじれませんが、サイドオーダーは工夫して、カナダ市場にあったものを自由に開発しています。例えば北海道発祥の「ザンギ」、とり唐揚げですが、普通の唐揚げと違い、肉汁がしたたるようなジューシーさを出すことに成功しました。それからお客様には、必ずいらっしゃいませ、ありがとうございましたと声をかけることでしょうか。お客様がお帰りになるとき、背中に向かってでも後ろから声をかけると振り向いて手を振ってくれることもよくあります。その時は、このお客様はきっと帰ってきてくださるだろうと思いますね。

ふ リッチモンドに来て良かったことは？

M.I.：１店舗だと２店を行き来しなくてよいですし、リッチモンド店は広いのでスタッフに近からず遠からず長い時間いられますから、お客様と同じ視点で店の様子を見ることができ、気づきを得ることができました。それから店ではよく皿洗いしていますが、キッチンから店全体が見渡せるので、なかなか面白いものです。

ふ 農場を始められたと伺いました。

M.I.：カナダでは本物の和野菜が手に入りにくいため、常々自分で作ったらどうだろうと考えていたので、農業にあかるいパートナーと農場をサレーで２エーカー借りてスタートしました。自分はバーナビーで「すず屋」日本食スーパーも経営しているので、ここでは手に入れにくい “小芋”、“小松菜”、“ナス” などを育て、販売しようと思っています。すず屋では「鷹の爪」で作った弁当も売っているので、その食材にもする予定です。農園での活動は YouTube に上げているんですよ。

ふ カナダに来たきっかけは？

M.I.：90 年代はスキーブームの真っ只中でした。92 年にその頃話題になっていたウィスラーのスキー場に憧れてワーキングホリデービザを取ってバンクーバーに来ました。そのときすっかりバンクーバーが気に入ったので、ここに移住するための一歩として、ワークビザを取得するために会社を設立し、カナダ人を社長として雇い、その会社で自分を雇用しました。

We are 28 years old!

Providence

（5）

平野 弥生

エドモント

エドモントンはアルバータ州の州都で、ここのフリンジは北アメリカでは一番大きい。半径２キロ位の所に劇場が約 15 あり、野外劇場も三つある。郊外や他の市からも、多くの人がこのフェスティバル目当てに集まってくる。会場周辺は、普段は閑散とした旧市街の住宅街なのだが、この 10 日間は人でごったがえす。メインの通りと広場にはお店もでて、ジャグラーや、ストリートパフォーマーがあちこちで何かやっている。人々は、チケットを買うために並び、面白いと評判になると、ソールドアウトになる。出演する芸人達にとっては、一番競争率の高いところではあるが、一番やりがいもあるところだ。だから、そこでは皆必死で宣伝し、客を集める努力をする。

チャーリーとメアリーは親切にもポスターを貼って、チラシをまいてくれた。しかし、今までと違って、いつでも会うという訳にはいかなかった。会場までの移動も今までよりは時間がかかった。しかも私はオタワまで行かなければならなかったこともあって、なかなか会えず、お礼も言えずにいた。

私の出演する劇場はメインの通りにあった。このフェスティバルでは一番好きな会場だった。オタワから帰ってから、１日の休みもなく、舞台が１週間続く。

８月 18 日、劇場の前で久しぶりに、偶然メアリーに会った。

「ヤヨイに紹介したい友人がいるんだけど、お互い忙しいね。いつかまた何処かで会うこともあるよね。ビクトリアまでいくでしょう？」

ツアーではここは丁度中間点だった。旅の芸人達の合言葉は、「どこまで行くの？」

エドモントンまでは皆がんばる。しかしこれから先は規模が小さくなる事もあって、皆が皆行く訳ではないのだ。仕事にならないツアーを続ける人はいない。ここが分岐点だった。成功する自信のあるものだけがツアーを続ける。

そのときはお互いに忙しく、メアリーとはそこでそのまま別れた。

二日後、私がメインの通りでチラシをまいていると、通りがかった人が話しかけてきた。

「貴女がヤヨイ？　僕は チャーリーとメアリーの友達のモシェ。メアリーが紹介したいって、言ってたんだが……」

「ああ、貴方のことだったのね」

どこまで行くのかなどと立ち話をしていると、メアリーが通りがかった。

「なんだ、貴方達もう知り合っていたのね。じゃあ、もう紹介する必要ないわね」

そう言ってさっさと行ってしまった。その後、モシェとはあちこちで会うことになる。

この年のエドモントンは暑かった。ビアテントは大はやりだった。

その翌日、８月 21 日に突然雪が降った。８月に雪が降るなんて、カナダでも 90 年ぶりのことだった。昼間でも４度までしか気温があがらない。昨日迄賑わっていたビアテントでは、熱いコーヒーが売れていた。列に並ぶ人達も、コーヒーで手を温めながら立っている。私は友人のエイミーの家に泊まっていたが、彼女の家庭菜園のトマトが一晩で枯れてしまった。私たちはまだ青いままのトマトを収穫した。そこに彼らの友人のボブが、蜂蜜を持って訪問してきてた。

「今年は蜂がたくさん蜜を集めてる。きっと冬が長いんだろう。虫はよく知っているからね」

ボブは、アウトドア・ライフが好きな人で、最近離婚したばかりだった。10 才になる子供が一人いるが、今は奥さんのところにいる。彼は私と同じ年だが、ずっと年上に見えた。

エイミー達とも山歩きに１週間ほどかけて行くこともあり、山についてはよく知っていた。例えば、熊に出会ったらどうするかとか、出会わないためにはどうするかとか。フェスティバルが終って、次の会場になるバンクーバーまで、１週間の余裕があった私は、ライナーの勧めもあって、ボブにロッキーまで連れていってもらうことになった。

９月２日、ボブの愛犬サンシャインと一緒に２泊３日の旅行に出発した。途中にはボブの実家があり、そこに寄るついでもあった。

ボブは道を良く知っていて、ロッキーまでハイウェイではなく山の中を走った。その途中、ある製材所の前で止った。エイミーの絵の額をライナーが作っていたのだが、その額に適した木を見つけたという。私はトイレに行きたかったので、そこで借りることにした。なんだか渋っていたようだったが、建物に入ると、そこに動物の死体が皮を剥がれて磔になっていた。びっくりしたが、とにかく用を済ませて出てくると、私の変な顔を見て、そこの人は言い訳をした。

「あれは、ロードキル（車にはねられた動物）の鹿なんだ」

車に戻ってくるとボブが言った。

「あれは嘘だ。まだ狩猟は解禁になっていないからああ言っただけさ。ビックリしただろう」

車は山道を登っていき、ネイティブ・インディアンのドライ・キャンプついた。ドライ・キャンプというのは、薬もアルコールも持ち込まない集落で、政府に与えられたインディアン居住区を離れて山に戻ったインディアンだけが住んでいた。そこにはこ 10 家族程が住んでおり、小学校のようなものもあった。英語とインディアンの言葉と、両方勉強するらしい。メディスンマンに会えたらいいね、と言いながら家を訪ねたが、丁度町へ車で買い物にでかけていて会えなかった。インディアンのサウナやテレビもあった。なにかのまじないらしく、あちこちの木に青いテープが結んであった。窓の少ない山小屋のような長屋が何棟かあって、険しい顔つきをした犬がたくさんいた。ボブがその中の一軒を訪ねて話しをした。私はその年４つのエレメント（地、水、火、風）をテーマにしたマイムを演じていたが、彼らのダンスにもそのテーマのものがあるそうだ。写真はいやがるから撮らないほうがいい、ということだった。

（つづく）

"Dojoji"　エドモントンフリンジにて

コミュニティ掲示板

脳の運動教室

お年玉プレゼント:脳の運動教室が無料で体験できる！第 8 期「脳の運動教室」は1月8日（金）から開催ですが、その前に是非お試しください。ちょっとこの頃、誰とも会っていない……という方、一緒に楽しく脳を活性化しませんか？

オンラインで 90 分、脳も体も沢山使います。

無料体験：1月5日朝 10 時より。お問合せ、お申込みは info@wchealthymemory.com または 778-960-4735 まで。

コンピューターのサポートも致します。WCHMS より

ニコニコ生活勉強会

12 月 19 日（土）朝 10 時から。「BC 州のコロナの最新情報」BC 州から出される Covid のモデリングを日本語で解説します。

お問合せ、お申し込みは event@nikoniko.ca

日加ヘルスケア協会

定例 ZOOM 座談会：自宅にいながら電話、PC、Mac、iPad、タブレット、スマートフォンで参加可能。

毎月第4木曜 18:30 ～（会員向け）12 月はお休み。1月から再開いたします。よろしくお願いいたします。

メールマガジン：健康に関する最新情報の配信（会員向け）

歩こう会：現在、再開に向けて調整中（会員向け）

Facebook による健康情報の提供（https://www.facebook.com/nikkahealth/）：最新の情報をオンラインにて提供（一般向け）

その他：日加ヘルスケア協会の主催・共催セミナー（オンラインセミナー、ウェビナーなど）

【2020 年度　入会方法】年度末（2020 年 12 月）までの新規下半期会費を＄20 としてご入会戴けます。office@nikkahealth.org まで氏名と「新規入会希望」とを明記の上、Email をお送りください。入会申込書、同意書などを送付します。2020 年度下半期新規年会費（$20）は小切手、e-Transfer で納入が可能。詳細は Email にてお知らせします。

【ボランティア随時募集中！】老若男女問わず募集しています。健康情報に興味がある方、IT、広報、コミュニティー活動、将来の夢が医療従事者など日本語でお手伝いいただける方。office@nikkahealth.org まで Email をご送信ください。

Japanese Christian リバイバルセンター

毎月第1日曜日の礼拝は特別礼拝、Anointing Service。聖霊様の豊かな油注ぎをお求めの方、Welcome All

お問い合せは ☎(604)984-0663　牧師かわいまりこ

www.lwpm-jcrc.com

バンクーバー日系人福音教会

＊現在集まっての礼拝が禁止となっており（11月20日現在）、オンラインのみとなっております。しかし随時規制に対応し礼拝や集まりが再開可能となりましたら、下記のスケジュールで行われます。教会ホームページに詳細が更新されますので、ぜひご確認ください。

礼拝のご案内

朝 11 時＆午後 1 時

人数制限がございますので、事前に必ず教会ホームページよりレジストレーションをお願いします！！また、Youtube にて礼拝ライブ中継も行われています。教会ホームページより日曜日朝 11 時からライブで見ることが出来ます。ご利用ください。

Zoom での無料英会話クラス開催中！！

詳細は教会のメールアドレスにお問い合わせください。

クリスマスの諸行事

・12月20日（日）11am/1pm/3pm ＋オンライン中継

・12月24日（木）6pm/7:30pm　＋オンライン中継

＊コロナの安全プランの都合上レジスターが必要となりますので、教会ホームページよりレジスターをお願い致します。

★クリスマスイベント 2020　オンライン★

12月25日（金）の朝に Youtube から配信！！

コロナ禍で全世界規模で不安定な状況の続いている 2020年。全世界の光となられたイエス・キリストのお誕生をお祝いするクリスマスの日に、全世界にクリスマスの本当の喜びと希望をお届けします。www.jpgospelchurch.com からご覧ください！

その他、各世代や日英の言語での ZOOM によるバイブルスタディーやスモールグループも数多く行われております。ぜひ教会までお問い合わせください。

バンクーバー日系人福音教会 www.jpgospelchurch.com

email: jpgospelchurch@gmail.com　☎604-521-7737

バンクーバー日系人合同教会

日曜日礼拝の案内

毎日曜日午前 11 時に行っています。2020 年 11 月 19 日に出された州政府健康庁の命令に伴い、2020 年 12 月 7 日までの教会での対面礼拝を中止し、オンラインで礼拝を配信します。また、状況が変わり次第、お知らせします。教会 Facebook ホームページを確認ください。

クリスマスバイリンガル礼拝として、12 月 20 日日曜日午前 11 時。クリスマスイブ礼拝として、12 月 24 日（木）午後 6 時もあります。Zoom によるライブオンライン配信も行います。礼拝参加を希望される方は、daebinj7@gmail.com にまで、メッセージをくだされば、参加方法をお知らせいたします。

Zoom で日本語、英語で聖書を読んでいます。同じくメールでメッセージをください。

バンクーバー日系人合同教会　Rev. Daebin Im

☎604-874-7014

4010 Victoria Dr, Vancouver, V5N 4N2

https://vjuc.org　https://www.facebook.com/VancouverJapaneseUnitedChurch

日系文化センター・博物館

6688 Southoaks Crescent, Burnaby BC V5E 4M7

☎604-777-7000　Fax: 604-777-7001

info@nikkeiplace.org　www.nikkeiplace.org

日系プレースは日系文化センター・博物館、日系シニアズ・ヘルスケア＆住宅協会および日系プレース基金で構成されています。

日系文化センター・博物館ニュース

ご来館の際：館内の表示に従い、同居されている方以外との距離を保ち、マスクをご着用いただきますようお願いいたします。体調が悪い場合はご自宅に留まり、オンラインにて是非「ご来館」ください。館内もしくはオンラインで開催されるプログラムの時間の詳細は、centre.nikkeiplace.org にてご確認ください

オンライン博物館

ウェブサイト centre.nikkeiplace.org

楽しく・興味深く・学びましょう。オンラインでご覧いただける展示・アーカイブ・ゲーム・ビデオ・ポッドキャスト

館内にて開催　展示

「破られた約束（Broken Promises）」は、1940 年代、BC 州西海岸から日系カナダ人を強制疎開させ、財産を没収した実態を明らかにする「不正義の風景（Landscapes of Injustice）」プロジェクトの展示です。ご来場者の安全のため、感染防止の衛生設備が設置され、ソーシャルディスタンスが実施されます。このプロジェクトは、カナダ政府の援助を得て実現したものです。開館時間、プログラムに関する最新情報は、https://centre.nikkeiplace.org/exhibits/broken-promises

献血クリニック 12 月 18 日（金）正午～午後 8 時

献血できる適性基準がありますので、詳しくはカナダ献血サービス（1.888.236.6283/ feedback@blood.ca / www.blood.ca）まで。

ウェブサイトにて、さまざまな特別イベント・プログラムなどの詳細をご覧ください！（www.nikkeiplace.org）

ミュージアムショップ：

クリスマスに特別なギフトをお探しですか？今年のクリスマスシーズンは、ミュージアムのオンラインショップや館内ショップでのお買い物で、日系の作家やアーティストをサポートしましょう！

jcnm@nikkeiplace.org | ☎604.777.7000 ext.109

オンライン

新しいポッドキャストシリーズ

――Sounds Japanese Canadian to Me: Stories from the Stage

人々が互いに距離を取って暮らすこのパンデミックの時代、ポッドキャスト Sounds Japanese Canadian to Me では、舞台芸術家のクンジ・マーク・イケダさんをホストに、今日活躍中の素晴らしい日系カナダ人の舞台芸術家たちとの深い話をシリーズでお届けします。日系カナダ

We are 28 years old!

人の歴史や文化をトピックとした過去の放送回もお聴きいただくとともに、隔週水曜日にリリースされる新しいエピソードをお楽しみください。日系センターのウェブサイトもしくは、アップルやグーグルのポッドキャスト、Spotify、Stitcher にてお聴きいただけます。

ファミリーヒストリー個別相談

日系博物館の専門家と一緒にあなたの家族の歴史をたどってみませんか。リサーチ及びアーカイブの専門家のリンダ・カワモト・リードが個別に直接お手伝いします。現在チャールズ門田リサーチセンターは、新しいパンデミック対応規定に合わせ、直接ご来館いただいての研究調査は引き続き休止しておりますが、新しいユニークな遠隔での個人セッションを初めて実施します。個別セッションは 1 時間、電話もしくはスカイプ、ワッツアップ、グーグル・ミート、ズームで、あなたの家族の歴史についてのリサーチをお手伝いいたします。1 時間 $25 + GST。メンバーは20%割引。オンラインにて事前にお支払頂きましたら、こちらからご連絡しご予約させていただきます。
jcnm@nikkeiplace.org | 604.777.7000 ext.109（火～土）
https://centre.nikkeiplace.org/family-history-one-on-one

開催見合わせ

クラフトフェア 11 ～ 12 月　来年開催に変更されました。ぜひローカルのベンダーさんをサポートするため、ウェブサイトよりショッピングをお楽しみください。

日系文化センター・博物館をサポートする方法

・メンバーになる。・ボランティアに参加する。お申込み：　centre.nikkeiplace.org/volunteer　・博物館ギフトショップとオンラインショップ https://nnmcc.square.site でお買い物をする。・月ぎめ寄付にお申込みいただく。・ミニ・ウェディングの会場として日系センターをご利用いただく。ご寄付に関する詳細は、日系プレース基金にお問い合わせ下さい：604-777-2122 又は gifts@nikkeiplace.org

BC 州認可こどものくに

幼児に適するようにしっかりと考えて造られた、明るく温かい清潔な空間の中、様々な状況を考慮し、またこども達にとって何が大事なのかを考えつつ安全で楽しいクリスマスの時期を迎えたいと思います。この 1 年、保護者を初め地域社会やボランティア等様々な方々に大変お世話になりました。ありがとうございました。くる年が安全で楽しいものでありますよう切に願います。
お問合せ　園長　芳賀満　cw@vjls-jh.com
604-254-2551

☆「こどものくに」は、施設の広さ、莫大な規定の教材、登降園時の安全性、保育士資格などの全ての基準を満たし、BC 州認可の日本語環境プリスクール、デイケアです。

☆デイケアは、ダウンタウンにも近くて働く親に便利な場所です。

☆プリスクールは、幼児期に本当に必要な事は何かをじっくり考え、情緒豊かな子どもに育てる事を保育目標にしています。豊富な教材、園庭、大ホール、改築し新しくなった教室など贅沢なスペースを是非見にきてください。

バンクーバー日本語学校（VJLS）

現時点では 12 月までは全クラスオンライン授業です。オンライン授業の間はすべてのクラスが 2 時間です。キンダークラス、日本語を継承語として学ぶ小学科、中高等科、日本語を外国語として学ぶ基礎科、ハイスクール、アダルトの多様なクラスがあります。1 月以降の授業に関してはウェブサイトをご覧ください。
487 Alexander St. Vancouver, B.C. V6A 1C6
☎604-254-2551 Fax: 604-254-9556
Email: vjls@vjls-jh.com　www.vjls-jh.com

隣組

101-42 West 8th Avenue, Vancouver, BC V5Y 1M7
Tel：604-687-2172 www.tonarigumi.ca
開館日時：6 月 22 日より 月～木 10 時から 2 時

ホリデーセール開催中

どこにも売っていない隣組限定アイテムをクリスマスプレゼントにどうでしょう？隣組のオンラインショップでは、通常 $40 のレシピ本2冊セットがホリデー特別価格 $35。

色々なシーンで活躍する健康的で美味しい和食レシピ集「Home Away From Home」2冊

旬の和食材のレシピと日本の野菜をバンクーバーで育てる方法を解説「Our Edible Roots」2冊

以上のレシピ本各一冊ずつのセット

いずれのセットも2冊で $35（プラス GST+ 送料）。隣組オンラインショップ www.tonarigumi.ca/ja/shop でお買い求めいただけます。

飛翔鶴　寄付キャンペーン

隣組のプログラムやサービスは、コミュニティの皆さんからのご寄付に支えられています。今回の飛翔鶴寄付キャンペーンでは一定額のご寄付を頂いた方を対象に、折り鶴バッジを進呈。隣組とシニアのサポートを通して共に羽ばたけることを願っています。詳細およびオンラインでのご寄付はこちらから
www.tonarigumi.ca/ja/donate/

2021 年度　会員登録・更新受付中

2021 年度 新規会員登録・更新を郵送およびお電話にて、受付け開始しました。
年会費：40ドル（有効期限：2021 年 1 月 1 日から 2021 年 12 月 31 日まで）
登録・支払い・更新に関する質問等： 604-687-2172 または info@tonarigumi.ca
会員特典：セミナーや1～3月会員限定の Zoom や電話プログラムなどへの無料参加、お弁当サービスの会員価格、図書・DVD 貸し出しなど

年末年始 開館時間

2020 年は 12 月 18 日（金）まで受付等の対応をしております。年末 12 月 21 日（月）から新年1月3日（日）まで休館となりますのでお気を付けください。2021 年は1月4日（月）より開館いたします。

お弁当ランチサービス 年末年始お休みのお知らせ

年末年始の休館に伴い 12 月 22 日および 12 月 29 日のランチ配達とピックアップもお休みとなります。新年のお弁当ランチサービス開始は1月5日（火）からとなります。

このサービスはたくさんのボランティアと支援者の方々によって支えられています。釣りたての魚を寄付してくださる福島ジョーさん、朝早くからお弁当の準備を手伝ってくださるキッチンボランティアの皆さん、そして一人一人に心をこめて配達してくださるドライバーの皆さん、毎週ありがとうございます。

和の学校@東漸寺から皆さまへ

新型コロナウィルス（COVID-19）の感染リスクを最小限に抑えるために、和の学校@東漸寺では Fraser Health と BCCentre for Disease Control の最新情報を調べながら臨機応変にしていきます。つきましては、予定しておりました１２月の七五三参りを休止及び延期し、１月以降の成人式参り及びお正月着物サービスを延期させていただくことに致しました。
ご予約を頂いておりました皆さまには、ご迷惑をお掛け致しますが、どうぞご理解の程、よろしくお願い申し上げます。
混沌とした世の中ですが、皆さんが心穏やかな年末年始を迎えることができるよう願います。
コナともこ　和の学校@東漸寺
https://wanogakkou.jimdofree.com/
tands410@gmail.com

9	1	6	3	2	5	7	4	8
3	8	2	7	4	1	6	5	9
4	7	5	8	9	6	1	3	2
6	4	1	9	5	3	2	8	7
8	9	3	1	7	2	5	6	4
5	2	7	4	6	8	9	1	3
1	5	8	2	3	7	4	9	6
7	3	4	6	1	9	8	2	5
2	6	9	5	8	4	3	7	1

問題は p.3

今日は何の日？

12 月 17 日
Maple Syrup Day

パンケーキやフレンチトースト、ワッフルにたっぷりかけて食べたいメープルシロップ。カレーや角煮の隠し味にもお薦め。皆さんのお気に入りの食べ方は何ですか？

12 月 24 日
Egg Nog Day

牛乳、クリーム、砂糖、溶き卵で作ったエッグノッグはホリデーシーズンには欠かせない飲み物。ナツメグやシナモンの香りが漂って美味しいですよね。カナダで初めて牛乳パックに入ってるエッグノッグを見た時はびっくりしました。

1 月 1 日
鉄腕アトムの日

1963 年のこの日、フジテレビで『鉄腕アトム』のテレビ放映が開始。漫画家・手塚治虫さんによる日本初の 30 分テレビアニメシリーズ。海外では『ASTRO BOY』（アストロ・ボーイ）の題名で知られ今でも人気です。

1 月 9 日
とんちの日

とんちで有名な一休さんの名前「いっ（1）きゅう（9）」の語呂合せに由来。TV アニメで有名な一休さんのモデルは、室町時代の禅僧・一休宗純。この日は「クイズの日」とも呼ばれてます。 脳の運動にはとんち＆クイズが良いらしいですよ。

1 月 11 日
UNO の日

世界約 80 ヵ国で親しまれる人気のカードゲーム「UNO」を販売するマテル・インターナショナル株式会社が制定。スペイン語やイタリア語で「UNO（ウノ）」は数字の 1 を意味する事からこの日に決定。Family Game Night には UNO で盛り上がりましょう！

（H.J.）

出世稲荷神社

日本の伝統文化・慣習を次世代に伝えましょう！

開運招福の守護神

アメリカ出世稲荷神社

ShintoInari.org

鎌倉時代から島根県松江市に鎮座する
出世稲荷神社のアメリカ分社

@ShintoInari　@ShintoInari
@ShintoInari　ShintoInari

日本文化と神道（5）

新年の準備

はせがわいずみ

12 月 31 日、神社では「年越の大祓（としこしのおおはらえ）」を行います。

「年越の大祓」は、6 月 30 日に行った「夏越の祓」と同じように、「人形（ひとがた）」を使って穢（けが）れを祓い清める神事です。その年の穢れを祓い、新年を清々しく迎えましょう。

「穢れ」とは、「気枯れ」という意味で、ストレスなどで心身のパワーがダウンしている状態のことです。それを祓い清める（リセットする）ことで心身のパワーのリチャージができるとして、古来より日本人は「夏越の祓」と「年越の大祓」を行ってきました。また、祓いをすることで、開運を呼び込むことができるとも言われています。

共存共栄の精神を持つ神道は、この神事で個々のお祓いだけでなく、地域や社会の穢れも祓い清めます。学校で掃除の時間があるように、年末に大掃除をするように、日本は清浄を大切にする文化を持っています。私はハリウッドの映画記者としてスターに取材することが多いのですが、来日経験について聞くとほとんどのスターが日本の清潔さに感銘を受けたと答えます。なぜ日本人はきれい好きなのでしょう？　これは、日本の文化・慣習の礎となる神道が「清め」を大切にしているからだと考えています。

神事やご祈祷の際に神主が白い紙のついた棒（「おおぬさ」と言います）を左右に振ってお祓いをしているのを見たことがある方もいらっしゃるでしょう。「おおぬさ」には祓いの力が宿っており、左右に振ることで清められると考えられています。「おおぬさ」に祓いの力が宿るよう、神主が祝詞「祓 詞」を読み上げますが、「祓詞」はイザナギが黄泉の国から戻ってきた時に穢れを祓った時のエピソードが綴られています。このエピソードは古事記に書かれています。

年越の大祓では、1200 年以上前から伝わる「大祓詞」を読みます。大和言葉で書かれた「大祓詞」は、日本の成り立ちや清めのインストラクションが綴られています。効き目があるから 1200 年も続いているのではないでしょうか？

1 年間の穢れを祓い、みなさんが清々しく新年を迎え、開運招福のお手伝いができればと思っています。

アメリカ出世稲荷神社では、新年用の熊手、破魔矢、お守り、神札、絵馬、郵送リクエスト受付を開始しました‼　新年のご祈祷もリモートにて承ります。

注連飾りや手作り注連飾りセットも用意しています。

年越の大祓にて「気」の大掃除をして、新しい年を清々しく迎え、開運を呼び込みましょう！
今年 1 年、健康で過ごせたことの感謝と来年の家内安全のご祈祷をはじめ、子授け、安産、健康祈願、合格祈願など、様々なご祈祷をご奉仕いたします。お気軽にご相談ください。

「年越の大祓」パッケージプラン

ご祈祷の後、お祓いの完了メールまたは、ご依頼のパッケージをお送りいたします。

人形（ひとがた）プラン 10 ドル～　Hitogata Plan minimum $10.00

お一人ずつ、お名前とご住所を読み上げ、人形を使った秘伝のご祈祷をします。
ご祈祷のご報告を email いたします。

○ 狐プラン 20 ドル～　Kitsune plan minimum $20.00*

人形プランに加え、お清めの塩、「開運招福健康茶」を郵送いたします。

○ 稲荷プラン 40 ドル～　Inari plan minimum $40.00*

人形プランに加え、お清めの塩、「開運招福健康米」を郵送いたします。

○ 家族プラン 60 ドル～　Family plan minimum $60.00*

家族（ペット、車両含む）5 人までの人形プランに加え、お清めの塩、「開運招福健康茶」と「開運招福健康米」を郵送いたします。

※「年越しの大祓」では、車両やペットのご祈祷も致します。詳細は、e-mail でお尋ねください。

お問い合わせ：Shinto Shrine of Shusse Inari in America
contact@ShintoInari.org

We are 28 years old!

クラシファイド

売ります

引っ越しの為、日本食器、本、絵画、畳、茶道具、スポース用具、ミシンその他色々お安くお譲りします。仔細は電話で、予約のみ 連絡先778- 833- 1635

ピアノ売ります。メッセージを残してください。コールバック致します。Tel.：604-526-7411

教えます

無料聖書講座 バンクーバー日系人福音教会では、随時、無料聖書講座を開催しています。聖書にご興味のある方は、下記までご連絡ください。ご一緒に世界一のベストセラーである聖書を学びましょう。
jpgospelchurch@gmail.com

腸の健康をテーマにした発酵食クラス
ホリスティック栄養士が効能等も交えながら、家庭でも作れる酵素、乳酸菌たっぷりの発酵食の作り方をお伝えします。詳細：https://ameblo.jp/sustainablefeast
次回のクラスをご覧下さいませ。 坂本

書道教室 大人、子供。師範免許有。通信講座。
☎604-273-1621 Email: rvan2@hotmail.com

アルバイト

Music Together Kaede 9月23日より毎週水曜日 10:40 ～ 11:25 バンクーバーに新しく出来ましたMusic Together Kaede では毎週、0～5歳までの子供達と家族が集まり、世界約 40 カ国で親しまれているMusic Together のクラスに、日本の童謡なども織り交ぜ、子どもはもちろんのこと、大人も自由に楽しみながら生きた音楽空間を作っていきます。無料体験レッスンも随時募集しています！ 受講申込み及び無料体験レッスンへのご参加、お問合せはホームページからどうぞ♪
https://musictogetherkaede.com

出張にて車をピカピカにします。お手入れWax、艶出し研磨作業、塗装保護のガラスコーティング、殺菌効果の高い車内特殊スチーム清掃、臭い取り等、ボート、RV も承っております。 www.carpikajp.com 又は604-446-2755

ペットヒーリング、アニマル霊気、アニマルマッサージ、動物会話、自宅でできる簡単動物マッサージワークショップ、アニマルレイキ講座教えます。お問い合せ、申し込みは info@powerpaws.ca, Kai まで。
www.powerpaws.ca

仲間募集

劇団員募集中 座・だいこん は日本を題材とした作品を日本語で上演しているバンクーバーのアマチュア劇団です。年2回の公演に向けて、メンバー、または、お手伝いをしてくださる方を随時募集しています。 経験不問。興味のある方はご連絡ください。
zadaikon@gmail.com

日 / 英道徳経勉強会 道徳経は老子が書いたと伝えられる書である。5000 字余りの文章に老子の無為自然・謙遜柔弱の処世哲学をすべにしめしています。一緒にこの道徳経について日本語と英語を語り合ってみませんか。毎月の第 3 日曜午後 2 時より。☎ 778-809-1133 taodechinggroup@gmail.com

テニスグループ をお探しの方山崎までご連絡下さい。tennis.konwakai@gmail.com まで。

北海道人会が活動を再開しました！北海道出身の方、北海道にゆかりのある方ならどなたでも参加いただける会です。学生、ワーホリの方も大歓迎！ご連絡いただいた方に今後のイベントなどをご連絡いたしますので、元会員の皆様、新規会員ご希望の方のご連絡をお待ちしております。dohjinkai.bc@gmail.com ☎604-805-4847

同志社大学出身の皆様へ 同志社大学バンクーバー校友会では、懇親会を定期的に行っています。バンクーバーおよび近郊在住で同志社大学・小中高等学校・女子大・短大他グループ校にゆかりのある方はぜひお気軽にご連絡を下さい。お問合せ：真野 / ジン
☎604-688-1956/doshishavancouver@hotmail.com

日本大学ＯＢ，ＯＧ集まれ！！ 日本大学の繋がりで集まり、楽しく語り合いませんか？ 日本大学（高等学校、大学、大学院）に関係された方なら、どなたでも老若男女問わず大歓迎～！下記事務局までご連絡ください。発起人：久保克己、小茂田勝政、和田健治 事務局：和田健治 ☎604-862-7216
email:vickomoda@yahoo.co.jp

乳がんサポートグループ つどい 日本人女性のための乳がんサポートグループ つどい連絡先
Ｅメール：tsudoivancouver@gmail.com
☎＆Fax：604-433-7831「つどい」のホームページもご覧下さい。tsudoivancouver.blogspot.com

バンクーバー将棋クラブ
shogivancouver.wordpress.com twitter.com/ShogiVancouver facebook.com/ShogiVancouver

少林寺拳法 日本武道の少林寺拳法は、“半ば自己のため、半ば人のため”をモットーに心身の鍛錬に励んでいます。大人は、月金の夜と土曜の昼、子供のクラスは土曜午後1時から2時半. 新改築されたトラウトレークセンターにて。興味のある方は見学にどうぞ。
☎fax:604-451-9491 メール louiedickens@yahoo.com

Great Cinema Alley 現代の映画に多大な影響を与えたクラシック名画をみんなで鑑賞しませんか。参加ご希望の方はご連絡ください。
ふれいざー ☎604-939-8707

伝導瞑想 エネルギーのヨガ（ラヤヨガ）と奉仕のヨガ（カルマヨガ）の組み合わせであるこの瞑想は、グループで行われ、この混沌とした社会から新しい世界を生み出してゆこうと努力する世界中の人々から作られています。やり方は簡単ですので、世界に奉仕したいと思われる方ならどなたでも参加できます。（無料）毎週火曜午後7時、土曜午前8時より、ダウンタウンにて。
お問合せ☎ 604-683-7276 taracanada.japan@gmail.com

中京大学同窓会 中京大学同窓会カナダ支部を2011 年に設立いたしました。中京大学及び梅村学園の卒業生・留学生・在籍者または賛同して頂ける方々お気軽にご連絡ください。親睦の輪を広げましょう。
野原誠治☎ 604-347-7995 noppaseiji@hotmail.com

関西大学出身の皆様へ 。同窓会設立を目指し同窓生の皆様に呼びかける次第です。 Greater Vancouver 及び BC 州在住の同窓生の皆様ご一報ください。
☎ 604-685-6521 ext. 348 コミナミまで E-mail: tom.kominami@f55f.com

学習院卒業生 学習院の同窓会である桜友会の支部、バンクーバー桜友会は、同窓生の親睦の輪を広げたいと思っております。学習院の卒業生の皆様、下記までお気軽にご連絡ください。お待ちしております。
会長：コリンズ 光子 ☎604-436-4080 Email: mitsukocollins@hotmail.com 世話役：大沼亜紀子 ☎604-314-0366 Email: pandakoaki@hotmail.com

ソフィア会からのお知らせ 上智大学出身者の方、是非ご連絡ください。たまに集まっておしゃべりしています。現役の留学生、短期滞在の方もどうぞ。
連絡先：☎604-939-8707 宮坂 mari@thefraser.com

【クラシファイド お申し込み方法】
★物品の売買は横書き1行 22 字で4行まで無料。
★アルバイト・教えます・求人・住宅情報は1回1行につき$2.00。チェック送付先は本誌最終ページに。
Fax: 604-939-8780 info@thefraser.com
★違法性のあるもの等、掲載をお断りする場合があります。★掲載後でも苦情の多いものは掲載継続をお断りする場合があります。★掲載内容に関するトラブルは、当誌は一切責任を負いかねますのでご了承ください。

『月刊ふれいざー』及び『ふれいざー go Local』を支えてくださるスポンサーの皆様

◆ レストラン / 食
エンジェル・シーフーズ ☎604-254-2824
懐石遊膳橋本 www.kaiseki.ca
カメイロイヤル・ジャパニーズ・レストラン ☎604-687-8588
シーボーン ☎604-261-2230
ふじ屋 ☎604 - 251-3711
チーナ ☎604-648-0008
めしや八ベイ ☎604-879-3357

◆ 不動産
オークウエスト不動産株式会社 ☎604-731-1400
高原さやか Keller Williams Realty VanCentral ☎604-725 - 7228
則末恵子 ニュー・センチュリー不動産 ☎604-250-4935
藤原 進 サットン不動産 ☎604-781-6945
森ジェームス サットン不動産 ☎604-290-3371
吉村秀彦 リマックス不動産 ☎604-312-5159
依田敦子 セルマック不動産 ☎604-992-5080

◆ 住居
アルカディアホームズ ☎604-996-1270
キャナドゥー・エンタープライズ ☎604-687-6252
ＣＢＳ inc. シャワートイレット ☎604-899-8001
４リアル・プラミング ☎604-831-0235

◆ 健康 health and welness
陶板浴ウェルネス ☎604-687-3319
ドクター・ウー・漢方クリニック ☎604-818-9021
Dr. Moa Sugimoto ☎778-807-3224

◆ 美容
AOI ビューティー・スタジオ＆エステティックス ☎604-688-2122
ギルド・ヘアー・サロン ☎604-806-0918
モーブ・ヘア ☎604-370-6519

◆ 保険・金融
上高原保険代理店 ☎604-876-7999
小林ヒロコ 投資アドバイサー ☎604-727-2320
浜野ハイジ TMG モゲージ・グループ・カナダ ☎604-250-7649
Crius Financial Services Corp 山下りえ・伊藤ちか ☎778-319-4649
ＲＢＣ ウェルス・マネージメント ☎604-257-7291
ＴＤ カナダ・トラスト ☎604-654-3665

◆ 旅行
スカイランド・エスケープ・トラベル ☎604-685-6868

◆ 専門職
入谷いつこ 公認会計士 ☎604-767-7007
楠原良治 弁護士 PANORAMA LEGAL LLP ☎604-372-4550
シャイン・カナダ ☎604-828-9804
ゼウス・アカウンティング・サービス ☎604-374-6031
チャン＆アソシエイツ法律事務所 ☎604-549-9225
藤井公認会計事務所 ☎604-250-7649
森永正雄ローレンス・ウォン&アソシエイツ法律事務所 ☎604-728-4474
吉田ノータリー・パブリック ☎604-569-0512
ABIC 移民＆ビザ事務所 ☎604-688-1956

◆ 教会
ジャパニーズ・クリスチャン・リバイバルセンター ☎604-984-0663
聖ペテロ記念庭園納骨堂 ☎604-874-1344
日系聖十字聖公会 ☎604-879-1344
ノースショア日本語キリスト教会 ☎604-986-6844
バンクーバー日系人福音教会 ☎604-521-7737
バンクーバー日系人合同教会 ☎604-874-7014
メノナイト日本語キリスト教会 ☎604-596-7928

◆ 学校
バーナビー日本語学校 info@bjls.ca
バンクーバー日本語学校並びに日系人会館 ☎604-254-2551

◆ その他
オーシャンビュー・フォレストローン・セメタリー葬儀社 ☎604-724-7986
キモノ・バンクーバー ☎604-544-3579
ジャパン・コンピュータ ☎604-307-4408
ニコニコ・ホームケア ☎778-960-4735
バックスター・神戸・フローリスト ☎604-433-3308
はなもフローリスト ☎604-685-3649
Kenwest 松茸 ☎604-270-6070
Murata Wa Lifestyle Store ☎604-874-1777
OOMOMO Japan Living www.oomomosutore.com
ユニアーク引越し屋さん ☎604-446-2832
Wisteria Place ☎604-338-5280

◆ 動物 / ペット
アニマル・アドボケイツ・ソサエティ・オブ・BC animaladvocates@telus.net
ウエスト・バンクーバー動物病院 ☎604-913-8387
ドッグスマート・トレイニング masumi@dogsmart.ca

『月刊ふれいざー』及び『ふれいざー go Local』は、上記のスポンサーの皆様のご協力により成り立っております。
私たちのコミュニティを盛り立ててゆくため、御用の際には是非弊誌のスポンサーの皆様をご利用ください。

We are 28 years old!