



NYの最新ニュースが毎日届く！
無料メールマガジンの登録はこちら

★**ニューヨーク日本人学校**
児童生徒受付中!

対面授業再開!

文部科学省認定校

gwjs@gwjs.org www.gwjs.org

NEX NIPPON EXPRESS

海外引越

特約共同通信
DAILYSUN NEW YORK LLC
www.dailysunny.com info@dailysunny.com
デイリーサンに関するお問い合わせは
For all advertising inquiries, please contact us.
Email: advertisement@dailysunny.com
Phone: 646-327-6443

アプリとメルマガで毎日配信

DAILYSUN

10/28/2023 No.4531

NEW YORK

Autumn & Winter 教育特集号

海外で暮らす子どもたちが、 帰国後に楽しく学ぶためには？

インタビュー

海外子女教育振興財団
理事長 綿引宏行さん | 2 page

ニューヨーク日本人教育審議会
理事会会長 久保克之さん | 3 page

帰国子女受入校 | 4~5 pages

日系学習塾 | 6~8 pages

Dream Together

000 CBC GROUP

CBC AMERICA LLC
www.cbcamerica.com/

Yamazushi
All Natural
Yuzu-It
YUZU PEPPER SAUCE

液体 柚子こしょう

ひとふりでピリッとさわやか

あかげさまで **47周年**

特急名刺 (翌日仕上) も取扱中。事務用品の印刷・販売グッズ

ビジネスカードはヒカリ印刷

212-302-8868
www.hikaritype.com
order@hikaritype.com

尾崎真由美会計事務所

全トヨタ、全州サポート、法人・個人税務申告、給与計算、経理代行、税務署からの手紙対応、会社設立

IRS監査プロテクションプラン
IRS対応年間無制限

18001 OLD CUTLER RD., Suite 454, Miami, FL 33157
E-mail: info@1040me.com

1-(877)827-1040
ウェブサイト1040me.com

Global Fertility & Genetics

妊娠・不妊治療クリニック
グローバル・ファティリティ・アンド・ジェネティクス

Tomoko Okamoto
International Patient Coordinator

Melvin H. Thornton, MD
Medical Director
Director of Third Party Reproduction

注目の再生医療PRPなどを用いて、不妊・流産の根本的な原因を予防・改善する最新治療も行っております。

日本語デスク
917-940-2703
tomoko@globalfertility.net

115 E. 57th St. Ste 420-430, NY, NY 10022
212-381-9558
月~金: 7:30am~5pm, 土: 8am~12pm
www.globalfertility.net

不妊治療
コーディネーター
トモコの

当院の情報
(日本語)は
こちら

宮崎牛

Momokawa
212-256-0403
1466 1st Ave.
(bet. 7th & 7th Sts.)



ダイノブ商店へようこそ!!

129 East 47th Street
New York NY 10017
TEL 646-838-9904

最寄駅 **4 5 6 7 E M**

Bet: Lex & 3rd Ave



E47店のみ土日朝8時~夜10時

36 West 56th Street
New York NY 10019
TEL 212-707-8525

最寄駅 **E F M N R W**

Bet: 5th & 6th Ave



498 Ave of Americas
New York NY 10011
TEL 212-645-0237

最寄駅 **F L M 1 2 3 E**

Bet: 6 Ave 13th & 12th st



Available In Brooklyn
J+B Design and Cafe
300 7th St Brooklyn, NY 11215
Website: <http://www.jpplusdesign.com>
Phone ☎ (347)987-3217
Open : 11am-7pm

最寄駅 **F G R**



お買得! 毎週土、日曜は冷凍食品 全品 40% OFF!
※お肉・お魚・ブルックリン店は割引対象外です。



今夜は、**あったか鍋**
鍋物用お肉・食材各種品揃え!
牛・豚・鶏・魚 特選すき焼き用・水炊き用
しゃぶしゃぶ用品揃え!
サーモン切身・US和牛肩ロースしゃぶしゃぶ用
地鶏モモ角切り・黒豚しゃぶしゃぶ用各種 US和牛肩ロースすき焼き用
鶏・豚ミンチ・春菊・白菜・東京ねぎ・水菜・大根
しめじ・椎茸・エノキ・各種鍋スープの素
その他多数品揃え!

お弁当・お惣菜・お寿司・お野菜・お肉・お魚・食料品・日用品・ビール
日本の商品を沢山品揃えして、お待ちしております。



豊富な品揃えをご自宅までお届け!
ダイノブ商店

@dainobuny

ONLINE SHOP
dainobunyc.com

Manhattan / Brooklyn / Queens
の一部地域からのご注文で...

配送料無料!!

※ 100ドル以上のご注文から。(\$100以下は配送料 \$5)
Dainobuスタッフがご自宅までお届けにまいります。



Go! Go! Curry, Japan Premium Beef
TOMIZ, Restaurant Nipponの商品も届きます!



その他の全米エリアへはFedExにてお届けいたします。
送料全米一律10ドル!(100ドル以上のご注文に限り)

ECサイト10/31までの限定企画
for First Orders
初回オーダー限定
\$15 OFF

COUPON CODE: **FIRST15**

*FOR ORDERS OVER \$100(Except Shipping Fee) | ENDS 10/31

<p>SPECIAL COUPON ※限定 日一様ご利用 EXPIRE 11/30/2023 UP TO 2 ITEMS, excludes Sales Items. お惣菜各種 2品まで 10% OFF 他のクーポンとの併用はできません セール商品にはご利用いただけません 1日1店1枚限り</p>	<p>EXPIRE 11/30/2023 UP TO 2 ITEMS, excludes Sales Items. お菓子各種 2品まで 10% OFF 他のクーポンとの併用はできません セール商品にはご利用いただけません 1日1店1枚限り</p>	<p>EXPIRE 11/30/2023 UP TO 2 ITEMS, excludes Sales Items. 食品各種 2品まで 10% OFF 他のクーポンとの併用はできません セール商品にはご利用いただけません 1日1店1枚限り</p>	<p>EXPIRE 11/30/2023 UP TO 2 ITEMS, excludes Sales Items. お野菜各種 2品まで 10% OFF 他のクーポンとの併用はできません セール商品にはご利用いただけません 1日1店1枚限り</p>	<p>EXPIRE 11/30/2023 UP TO 2 ITEMS, excludes Sales Items. お肉・お魚各種 2品まで 10% OFF 他のクーポンとの併用はできません セール商品にはご利用いただけません 1日1店1枚限り</p>	<p>EXPIRE 11/30/2023 UP TO 2 ITEMS, excludes Sales Items. 日用雑貨各種 2品まで 10% OFF 他のクーポンとの併用はできません セール商品にはご利用いただけません 1日1店1枚限り</p>
---	--	---	--	--	---

海外子女教育振興財団理事長 綿引宏行さん

日本のグローバル化と海外子女教育

Q1 日本のグローバル化・グローバル人材の必要性がさげばれて久しいですが、そのような中で海外子女教育振興財団理事長として、海外子女教育を今後どのように変化・進化させていきたいとお考えでしょうか？

2040年を見据えた国の在り方として、私は、これからの日本のグローバル化というのは「日本人だけが『日本人』ではない『社会』」というものを想定しています。人口減少等で日本の成長基盤が失われてゆくなかで、日本を想い日本を支えて、日本のよさを理解して世界各地で活躍する人材、国籍と人種を超えた「日本人」を、これからの時代の「日本人」と定義したいと思います。そういう存在が皆で安心安全で生活してゆける、成長を牽引できる、それが日本のグローバル化であるといえるでしょう。

そのために海外子女教育の進化形としての学校、この学校は従来の在外教育施設だけではなく、海外子女が学ぶ現地校自体と、国内校をつなげて相互に学びあいつながり続けてゆく学びの場になっていけたらと夢をふくらませています。このような海外子女教育に進化させていければ、国籍と人種を超えた日本人社会が大きく構成できるのではないのでしょうか。

国内校は受入校でもあり、国籍を超えた子供の受入校でもある、これが、これからの時代の本当の意味の国際理解教育になるものと考えています。帰国子女受入校を国際理解教育校というような概念に変えてゆくことができれば、「内なるグローバル化」は一層進むと考えます。

そのように学校間をつなげることによって、学校で働く教員は一層進化し、在外で教える教員は、その進化の中で成長して、国内に戻って国内で、国籍と人種を超えた日本人社会をリードすることができるようになります。このように変化・進化することのお手伝いができたらと考えています。

そして、こうした変化に呼応するものとして、「Beyond School構想」というものを現在考えています。従来の「学校」のイメージから進化させ、自由な発想で学びの場を再定義するものです。そのため、次のようなストーリーも用意しています。

- (1) 子供だけでなく大人も、また日本人だけでなく現地の方々も学びあえる在外教育施設
- (2) 50年先も豊かな学びと交流の場として世界に発信する在外教育施設
- (3) 教育も含めた日本文化、現地文化が融合、協働し、新しい文化を生み出して新たな伝統をつなぎ、未来を創り出す在外教育施設
- (4) 新たな「知」の協創拠点としての在外教育施設

以上の諸点を目指すことにより、在外教育施設がより安心安全で、グローバルな議論が繰り返され、広く地域に溶け込んでいく学びの場と進化する姿を想定してゆきたいと考えます。このような在外教育施設に派遣された教員は、真の国際理解教育を修得し、帰国後は包括的な日本社会をリードする教員として内なるグローバル化を牽引してくれることを確信しています。

もうひとつ、いま申し上げた構想の中に日本語教育事業を埋め込んでいくイメージも大切だと思います。このことにつき大変参考になる事例がすでにあります。1977年設立の日本メキシコ学院と、1992年設立の西大和学園カリフォルニア校の事例は、上述の構想の一つのモデル候補かと考える次第です。

Q2 日本のグローバル化の必要性において、海外教育を経て、日本に戻って来られる帰国子女たちには、どのような点・役割を期待されておられるのでしょうか？

私もNYに駐在し、NY、NJの日本人学校を応援してきました。NY、NJが持つ3つのスピリット(1つ目はオプティミスティック optimistic 2つ目はプラクティカル practical、3つ目はプロブレムソルビング problem-solving)、日本に戻ってからこの3つのスピリットを大切にして、縦横に活躍してほしいと願っています。

NY、NJで経験を積んだ子供たちには、「日本人の心でアメリカを語ってもらいたい。同時にアメリカ人の視点で日本を見て日本の課題の解決にあたってほしい」、そう願います。それが、日本が世界に貢献するという役割を果たすために大変重要なことであり、皆さんに期待されていると考えています。

Q3 グローバル人材が育たない要因の一つとして、海外子女の国内受け入れ体制がまだまだ限定的(例えば、海外子女を受け入れられる学校が少ない、地域差が大きい、海外と日本との勉強・入試に対する捉え方の差)という点も挙げられるかと思いますが、今後海外から帰国子女を受け入れる学校側には、どのような変化を期待されていますか？ 特に、海外でのどのような経験・体験をより評価してほしいとお考えでしょうか？

これからの時代、国籍と人種を超えた日本社会を希求するという時代は、日本人が国際社会で活躍するにあたって、自分が何を考へて、また何をしてきたかということがより問われることとなります。

自分の考えをわかりやすく相手に伝えること、それにはすべてに責任を持ってやり遂げる実践力が必須。総合的な人間力や社会問題への関心、といったことを培ってきている帰国子女に対しては、その経験や考え方に焦点を当てた帰国子女教育を受入校には実践していただきたいと願っています。

同時に、そうした意識をもって、海外滞在中ならでの経験、体験を子供たちが自ら意思で取り組んで、積んでほしい、そのように願っています。

Q4 一方で、海外日本人学校・補習授業校には、最近現地の永住組の方々のお子さんたちも増えてきていますが、そのようなお子さんには、日本人学校・補習授業校教育を通じて、どのように成長してほしいとお考えでしょうか？

永住者の子供たちというのは、アメリカ社会に身を置く者ならではの、日米という複数の思考回路を持つ有益な存在です。普通の子供は単一の思考回路で考えがちですが、永住者の子供たちは複数の視点を持っていて状況に応じて視点を替えることができます。つまり、お互いの立場を理解して解決に向けた本質が見える。そのような人材になることができると信じています。

私の好きな言葉に、「ハンニバルの『視点を替えれば不可能が可能になる』」というのがあります。世界の課題解決に向けて、複数の思考回路、視点をもって貢献できる、



海外子女教育振興財団理事長
綿引宏行さん

それが永住者の子供たちです。いずれ帰国する子どもたちにとっても、永住者の子供たちの闘いを大切に、いつまでも学び合える存在であってほしいと願います。

Q5 日本人学校・補習授業校で教育を受けた子供たちには、今後10年、20年先を考えた際に、どのような大人になってほしい、どのような形で社会に貢献してほしいとお考えでしょうか？

私たちに夢があります。それは、近い将来、日本人初の国連事務総長が誕生することです。その最有力候補が、異国の地に学ぶ子供たち、日本人学校、補習授業校で教育を受けた子供たちです。

現在小学校6年生の30年後は42歳。まさに国連事務総長の候補そのものです。自ら考え、発信し、行動する力を蓄え、本当の世界平和、真の地域の安穩に貢献できる大人になってほしい、第一級の人材になってほしいと思っています。

ロシアの元大統領ゴルバチョフはこういう趣旨の発言を残しています。「平和とは、似た者同士が団結することではなくて、異なった者同士が違いを認め合って団結すること。まさに、10年後20年後の国際社会の平和というのは、違った考えの者同士の違いを認め、違いを乗り越えて団結することが肝心となります。その中心となるのが、国連事務総長です。この国連事務総長が持つ資質は、日本人学校、補習授業校で複数の視点を持った子供たちが習得したものであり、彼ら彼女らこそが、まさにこの役割を担える最有力候補だと考えています。(続く)

続きはこちらでお読みいただけます。



教育インタビュー

ニューヨーク日本人教育審議会 理事会会長 久保克之さん

帰国子女経験と海外での学び

Q1 久保さんご自身も帰国子女であられますが、ご自身の海外での学校生活の思い出を聞かせていただけますか？

私は、小学校3年生からの3年間をアメリカで、高校時代の3年間をカナダで過ごしたのですが、小学校時代に英語を耳で覚えることができ、高校時代にロジカルシンキングや議論の仕方という2つの異なる教育段階をこちらで経験できたのは、非常にラッキーだったと思っています。

Q2 そのような海外での教育経験は、社会人になってから、どのように役にたつたとお感じですか？

社会人にとって、コミュニケーション能力というのは、非常に重要です。私の場合、カナダの高校時代、20人のクラスに、10ヶ国からきた生徒がいて、先生もオーストラリアの方でした。そのようなそれぞれがまるっきり異なるバックグラウンドをもったクラスメートと、豊かに議論し、意見が合わない中でもお互いあいづちを、友人関係を作れたことは、その後の社会人生活においても極めて役にたっていると思います。

Q3 補習授業校にも通っておられたのですよね？いかがでしたか？

楽しかったですよ。突然日本からアメリカの現地校に移り、やはり現地校では当初ストレスを感じました。そんななか週末の補習校では、不自由もなく言葉が話せましたし、先生との距離も近かったので、リフレッシュさせてもらうことができ、楽しかったです。しかも、現地校では学年があがると(日本の大学のように)各科目ごとに個々が教室を移動しないといけなくなり、学校での友達と過ごす時間が少なくなってしまうのですが、補習校では同じクラスの子と一日中一緒にいられたのも楽しかったですね。

Q4 そのようなご自身の補習授業校経験も踏まえて、こちらの日本人学校・補習授業校にはどのような教育を期待されますか？

カナダの高校時代からそうなのですが、海外の方々と議論する場合に、“(日本人)おまえはどう思うのか？”とよく聞かれるのです。そうした時に、やはり自分が生まれ育った歴史、環境、文化などを理解し、考え方の“軸”をしっかりとしておくことが重要ではないかと思えます。個々のお子さんの背景は違いますので、必ずしも考え方の“軸”が日本である必要はないと思うのですが、日本人学校や補習授業校においては、日本人としての“軸”を太くする機会になってくれるといいのではないかと思います。

Q5 久保さんご自身も父親として、こちらでのお子さんの教育にも関わられておりましたが、親としては、こちらの現地教育をどのようにお感じになりましたか？

お恥ずかしながら、子供の教育は妻に任せきりだったので、あまり偉そうなことも言えないのですが。。。ただ、子供の教育をみていても、こちらの教育は、答えが決まっているものを学習するというよりも、答えのないものに対して、それぞれが自分の考え方をもち議論しあう、ということに特徴があるように感じています。ただ、日本で育ったお子さんたちは、それに慣れるのは大変だと思います。

だいぶ前ですが、息子が小学3年の時のプロジェクトをみていたら、絶対に小学3年の子供が1人でやり遂げられる課題ではないわけですが。これは絶対に親と一緒に考えて考えることを前提にしているプロジェクトだなと感じましたし、こちらの教育においては、親が子供の教育に関わることを前提としているのだなと感じました。

Q6 逆に、そのような帰国生を受け入れる側の日本の学校に対しては、いかがですか？

こちらの教育システムでは、一人一人が自分の考えを表現することが求められ、発言しないと欠席のように考えられますが、日本には日本の教育システムがあります。こちらの教育に慣れるのも大変ですが、日本でのシステムになれるのも同様に大変だと思います。今後の社会のグローバル化の必要性を考えても、それぞれの国で育った教育環境の違い - 例えば、アメリカでは、子供たちが身につけた積極的発言の習慣 - というものを、もう少し日本でも寛容にみてもらえるといいのではないかと思います。

Q7 現在、学齢期のお子さんをもたれている保護者の方々にアドバイスはございますか？

保護者の方々にとっても慣れない土地での生活で大変かもしれませんが、積極的にお子さんの意見を聞いてあげ、一緒に世の中のできごとを含めて、身の回りの様々な話題を、多面的に考えるようにされるのがいいのではないのでしょうか。さらには、保護者の皆さんも、学校や地域のボランティア活動などに関わり、ご自身で多様性を感じることも非常に大事なことだと思います。

Q8 こちらで子供を育てるといことは、保護者にも、より子供へのコミットメントが求められるのですか？

そうだと思います。でも、最近リモートワークがだいぶ普及してきているので、その点でも融通はさくようになってきているのではないのでしょうか。私は、自分ではあまり子育ての役に立てませんでした。東京の部長時代から、部下には共働きの人も多くいましたし、なるべく家庭と両立できるようにフレキシブルな働きかたを勧めて



ニューヨーク日本人教育審議会
理事会会長
久保克之さん

きましたし、認めてきました。実際に、それで業務に支障はなかったです。

当行(三井住友銀行)では今、ニューヨーク・オフィス従業員約9割はローカルの方々なのですが、ローカルの方々にとっては、家庭との両立やボランティアなどのコミュニティへの貢献などは、当たり前の話ですよ。

Q9 自身の多様性を高めるために、現地コミュニティとの接点を増やすということにおいては、保護者ではない駐在の方々にあてはまりませんか？

そうですね。ニューヨークということもあり、駐在員同士だけでかたまっている、過ごすことはできます。ただ、上述のようにコミュニケーション能力を高める、多様性に対する理解力を高めるという意味でも、せっかくなので、弊社の駐在員にも、いろいろとコミュニティとの関わりを増やすようにと言っています。そういう意味では、弊行の行員2名が、先日W校の運動会のボランティアをさせていただけましたが、非常にいい経験だったようです。当行自体としても、経済的貢献と同じレベルで社会的貢献を重視していますので、日本人学校・補習授業校も含めて、これからも積極的にボランティア活動に関わらせていただければと思っています。

帰国子女受入校

帰国生入試を行うなど、海外からの帰国生を応援する帰国子女受入校。各校の特徴や帰国子女受け入れの意義、海外経験をもつ生徒の強みなどについて伺いました。

国際基督教大学高等学校

—貴校のミッション、ビジョンなどの基本理念を教えてください。

本校では、「世界平和への貢献をできる市民を育てること」、「人権について高い意識を持っている若者を育てること」として、「それらを支えるキリスト教という根幹をしっかりと理解すること」という3つを主なミッションとしています。ビジョンは、大学の創立理念の通り、第二次世界大戦の惨禍を二度と繰り返さない、そういうことに貢献できる市民を世界に送り出したいということです。

—毎年、年間50カ国にものぼる世界各国から帰国生を受け入れられていますが、そこまで一貫して国際的多様性を重視されている理由を教えてくださいませんか？

学校のありようは、意図的な国際的多様



性重視の結果ではなく、毎年入学してくださる皆さんの経歴が反映されているのです。入試にあたって、地域別や現地校とインターナショナルスクールとの割合などを事前に決めてはいません。我々が来てほしいと思っただけで、最終的に入学され、結果的に非常に多様な空間ができているのだと考えています。

—帰国生の評価として、語学力などの定量的な学力だけでなく、定性的な経験、特に「苦い経験」も重視されていますが、それはなぜですか？ またその「苦い経験」とは、どのような経験でしょうか？

帰国生は、日本から海外に渡航し、現地ですごく苦い思いをすることがあります。海外に行った瞬間に、通う学校で英語を全く喋れない中で授業に参加してはくれない孤独感。中学生にもかかわらず、ESLのクラスに入って小学生が読んでいるような本を読むことになる焦りなど。そして、急に帰国が決まってしまう苦い思いもあります。また一から自分自身が学ぶ環境を作り直さなければならぬときに感じる孤独

感も、思春期にはアイデンティティをゆさぶります。ICU高校は、そのような思い全てをひっくり返すため、そのままあなたです、どうぞ隠すことなくトランク

に入れてあなた自身として帰ってきてください、と伝えたいです。すべての経験・記憶があなたにとって将来必ず為になる、のように信じています。ICU高校は、このような経験をした生徒たちが多くいるので、互いの人権を尊重するという不文律があります。それは、これまで世界中・日本のどこかで辛い思い、寂しい思い、孤独感を体験し、帰ってきたときにそれをまた繰り返さず、仲間として一緒に過ごしたいという強い思いが、学校を包んでいると思います。

—日本での受験を考えておられるごちらの保護者の皆さんに、一言アドバイスをお願いします。

保護者の皆さん、お子さんには、今の場所では経験できないことにどうかリサーチし、つかんで、その経験をトランクに詰め込んで帰ってこさせてあげてください。



ICU高校に、みんながそれぞれの経験を持ち寄って、分かち合うことで、次の自分の方向性が見つかるのだと思っています。だから、家の中に閉じこもらずに、世界を広げてみてください。もしかすると、あなたはそこの土地にいる最初で最後の日本人かもしれないくらい、の気持ちで過ごしてもらえたら、たとえ味気ないものでも、貴重な時間になるのではないのでしょうか。

この続きと、より詳しい内容はウェブ版でお読みいただけます。



国際基督教大学高等学校

〒184-8503
東京都小金井市東町 1-1-1
Tel 0422-33-3401

広尾学園中学校・高等学校

—貴校の帰国生受け入れの特徴を教えてください。

海外帰国子女受け入れ指定校第1号である本学園は、中学から海外大学進学を意図した国際コースを2007年に開始して以来、コースとしても順調に成長し、ここ数年間はアメリカの大学を中心に10ヶ国以上もの大学に、のべ数百人レベルでの合格実績を果たしています。同コースには、毎年英語が得意な帰国生もしくはそれに準じた英語力をもつ学生 - 本学園では「アドバンスグループ」(以下AG)と呼んでいます - 40名あまりが入学します。

—同コースには、帰国生だけでなく、これまで海外経験や英語実績のない生徒さんも半分近くおられるのですよね？



本校のユニークなところとしては、入学後英語を学びたい生徒 - 「スタンダードグループ」(以下SG)と呼んでいます - も、同じく40名あまりが同コースに入り、計80名あまりでコースが構成されていることです。既に豊富な海外生活経験をもつAGと入学後に本格的に英語を学び上達していくSGが混ざること、お互いをサポートしつつ、刺激しあっているのだと考えています。また同コース自体は、学年7クラスのうち2クラスなのですが、体育や部活、イベントなどは、学年、学校レベルで行うので、同コース以外の学生とも交流しています。

—アメリカの学校のような感じなのですか？

私自身、例年オーストラリアやイギリスの学校に生徒を引率していますが、同コースは、海外の学校と日本の学校の中間のような環境があります。制服の着こなしを含めて学校生活には、日本の学校のルールが適用されており、日本の文化を学ぶ形で運営されているのですが、インターナシヨ

ナルコースは教員の半分以上が外国人であり、広尾学園独自の教科書とカリキュラムを使っていることや、積極的な発言を促す授業スタイルや、フロアでの会話も英語

である生活は、アメリカの学校のような環境かと思えます。

—同コースは、英語での授業中心とのことですが、それ以外にも、学園生活を通じてどのような形で、海外との接点をもたれているのですか？

本校では年間100校を超える海外大学が主に放課後の時間に在校生に向けて説明会を実施してくれています。7月には学園卒業生で海外大学に通う生徒達がそれぞれの大学の魅力や受験体験について直接学校でガイダンスを行ったり、3月にはアメリカの大学キャンパスツアーを行うなど、学校生活の多くの場面で海外と繋がる機会があります。

—こちらにおられる保護者、生徒さんにアドバイスをお願いします。



本校ではボランティアやインターン等、生徒の視野を広げる活動を推進しています。海外生活の経験もその1つです。海外での経験は貴重な体験ですので、今まさに海外にいるのだから、その経験を最大限味わってほしいということですかね。

海外だと、やはり環境の違いも踏まえて、受け身にならず自分の意見を言える、周りとも協力できる、といった苦労、経験を積極的に積んでほしいと思います。

この続きと、より詳しい内容はウェブ版でお読みいただけます。



広尾学園中学校・高等学校

〒106-0047
東京都港区南麻布 5-1-14
Tel 03-3444-7271

帰国子女受入校

同志社国際中学校・高等学校

一貴校では、70ヵ国にのぼる海外経験をもつ帰国生を積極的に受け入れられておられますが、貴校の求めておられる帰国生とはどのような生徒ですか？

本校の生徒のうち、60%が帰国生徒、40%が日本国内の一般生徒です。帰国生徒に関しては、やはり海外での学校生活・その国の文化、雰囲気をしっかり理解し、それをしっかりと自分の言葉で伝えることができ、これまでの海外経験、自分の経験を誇りに思っているか・を重視しています。また本校在学中は、日本でしっかりとがんばってほしいかどうかも大事なポイントです。日本語に関しては、不十分でも問題ない入試方法もありますが、その後の学校生活を見ると、コミュニケーションをとれる程度にはできておられる方がよい



と思います。

一それらの帰国生を伸ばし、活かすために、どのような教育をこころがけておられるのですか？

本校は、帰国生徒が非常に多いこともあり、居心地の良い学校生活を送れる学校でありたいと考えています。クラスは帰国生徒と日本国内の一般生徒を隔てることなく、ともに刺激し合って学習できる環境を作っています。その一方で、なるべく個々の生徒の特徴を活かすべく、細かく、本人の雰囲気、状況にあわせた教育をこころがけています。一例として、語学で言うと、第2外国語は、5ヵ国語から選べ、継続的に外国語をキープできる環境を整えていますし、英語の授業は、レベルに合わせて、中学校では6段階、高校では4段階に分かれています。

一卒業した生徒さん達には、どのような大人になってほしいとお考えですか？そのような卒業生たちをご覧になったときの貴校の特徴をどのようにお考えですか？



私たちがいつも言っているのは、「日本や世界の情勢など世の中をよく見て、どういうフィールドで自分の力を活かすことができるのか」というのをよく考えなさいということです。ですから、我々がルールを敷くのではなく、その指針を示し、生徒たちが自分自身の“道”を見つけるためのサポートをしているという意識です。

大学進学にあたっては、同志社大学への推薦枠は多くあり、進学していますが、日本の他の大学に進学する生徒、海外の大学に進学する生徒もおり、それは生徒それぞれです。

一こちらにおられる保護者、生徒さんにアドバイスをお願いします。

本校に入学される方は、海外に長く暮らしていても、どこかで日本の学習をさせた

い、日本の雰囲気や文化を伝えたい、日本のアイデンティティを確認されたいという方が多いです。やはりせっかくの機会として、自分の言葉でつたえられるようになるまで、その国でしっかり学習し、文化を十分に堪能してもらえればと思います。

この続きと、より詳しい内容はウェブ版でお読みいただけます。



同志社国際中学校・高等学校

〒 610-0321
京都府京田辺市多々羅都谷 60-1
Tel 0774-65-8911

啓明学院中学校・高等学校

一貴校が目指す教育の一つに、「社会起業家精神にあふれたグローバルリーダーを育てる」とありますが、教育において心がけておられることはなんですか？

「ソーシャルアントレプレナーシップ」という言葉があります。「社会起業家精神」つまり「世界が解決を求めている深刻な社会問題をビジネスで解決しようとするマインド」を表す言葉です。身の周りの社会や世界に目を向けること、自分さえ良ければいい、という自己中心ではなく、他者の幸せを考慮することが出来る人になること。ソーシャルアントレプレナーシップを育てることは、本校の教育の大きな目標です。この目標に向けて「知る」「深める」表現する」を柱に、SDGsへの取り組みも活発に行っています。一現在帰国生が91名在籍していますが、帰



国生受け入れの歴史と経緯を教えてください。

2002年、関西学院大学統続の中学・高等学校として新たな歩み始めるタイミングで、帰国生の積極的な受け入れを始めました。本校は国際校を名乗ってはいませんが、現在では、全校生徒の約1割が2年以上の在留経験を有する生徒です。異文化体験をして価値観の多様を受容する力を無意識のうち身に付けている、体験を通しての視野の広さというのが帰国後に熟成して学力の支えとなすこと、異文化適応の力を含むコミュニケーション能力の高さなどの潜在能力をもつ帰国生が、学校の校風に相まってその力を確実なものにすること、さらに他の生徒と触れあって新しいものを生み出すことを帰国生に期待しています。

一受け入れる帰国生の評価として、重視されていることはなんですか？

帰国生がもつ潜在力、適応を含めたコミュニケーション能力の高さ、異質への寛容さ、積極的な好奇心などを大

きな魅力として評価しています。

海外在留体験、異文化体験をもつ皆さんは、日本国内では気づきにくい世界の課題に敏感に反応できる素地を持っていると感じています。異質なものへの寛容さ、異なる文化や価値観を受け入れるしなやかさが、そもそもコミュニケーション能力やプレゼンテーション能力の高さ、もちろん個人差はありますが、物怖じしない積極性、意欲・モチベーションの高さとなってあらわれていますし、その潜在的な力を持っていると思っています。

一日本での受験を考えておられるこちらの保護者の皆さんに、一言アドバイスをお願いします。

海外でしかできないこと、「今」を充実させてください。その中で、啓明学院に興味を持っていただけたら、少しでも受験を考慮しようと思ってもらえたなら、ぜひこれまでの海外生活を振り返ってみて下さい。どんな経験をしてきたか、よい思い出もそうで



ないものも、苦い記憶も、すべて大切なかけがえのない体験の一つ一つですから、それはあなたの宝物です。居心地が良かったり、違和感を感じたりもしたことでしょう。しかし、その居心地の良さや違和感が何から来ているのか、答えは見せなくても考えてみてください。きっと新たな自分の発見にもつながると思います。

この続きと、より詳しい内容はウェブ版でお読みいただけます。



啓明学院中学校・高等学校

〒 654-0131
兵庫県神戸市須磨区横尾 9-5-1
Tel 078-741-1501

日系学習塾

帰国子女の大きなサポートを担う日系学習塾、主要教科の指導や入学試験対策に留まらず、子ども達が前向きに学習を継続できるよう、サポート方法にも工夫が見受けられます。各塾での取り組みなどを紹介します。

Q1 塾の特徴をお伺いします

Q2 帰国生が日本で受け入れられるために、アメリカでの学習・経験において生徒が意識した方が良いことなどありますでしょうか

早稲田アカデミー ニューヨーク校

A1

早稲田アカデミーNY校は、小学生・中学生向けの進学塾です。日本国内で受験をする方を対象としており、国内早稲アカ(首都圏に約190校舎)と同じ教材やテストを使用しつつ、カリキュラムや学習内容については、帰国生向けにチューンアップしております。

早稲田アカデミーの教育理念は「本気でやる子を育てる」です。学習や受験に向けて本気で取り組むことを通して、何事に対しても、本気で物事に取り組む姿勢を身につけ果立って欲しい。この理念の実践が、私たちの日々の取り組みです。

A2

文部科学省は、グローバル人材として必要な力を、以下の通り定義しています。

- ①語学力・コミュニケーション能力
 - ②主体性・積極性、チャレンジ精神、協調性・柔軟性、責任感、使命感
 - ③異文化に対する理解と日本人としてのアイデンティティ
- ①については、こちらでの生活が長いほど、

またこちらに住んでいる方との関わりが多いほど、身に付けやすいでしょう。また、日本国内のお子様と比較して、こちらに住んでいるお子様の方が、②の多くを鍛えられる機会が多いと思います。

突然ですが、「以心伝心」を英語にするとどうなるでしょうか。つまり、「Telepathy(テレパシー)」という訳しか当てられないそうです。この「空気を読む」という力は、日本人が持っている優れた感覚の一つだと思います。オリエンタルラジオの中田敦彦さんのお子様は、シンガポールの生活で英語力は2年半で急激に上がり、多様性への理解度も増したそうです。一方、「日本語や日本の空気の読み方はほとんど忘れてきている」という不安要素もあるそうです。アメリカで暮らしているお子様には、日本語学習を通して「空気を読む」能力に必要とされる感覚を保持してほしいです。定期的に日本の本を読んだり、国語の問題を解いたりすることは、良いトレーニングになると思います。

左記③については、こちらでの生活が長

いお子様だと、日本が「異文化」になってしまいかもしれません。定期的に、日本のことを知る、調べる、考えることが必要です。日本での受験に向けた学習は、そういったところにも役に立つのではないかと考えています。

一方で、英語に目を向けると、中学・高校受験であっても、こちらで培った英語力は武器になります。私が日本で担当した多くの帰国生は、聞く力はもちろん、読むことも早く正確にできる生徒が多かったです。ただし、過信は禁物だと考えています。実際に受験問題を解く際、「こんな表現見たことがない。なぜこれが正解かわからない」と言っていた生徒が多かったです。英語を第2言語または外国語として学習する場合、語彙や文法のフレームワークは必須です。ここで得たネイティブ感覚と、語彙・文法を駆使した正確な英語力を組み合わせることで、受験はもちろん、将来につながる英語の力が身につくと考えています。



川村 宏一さん

大学卒業後まず早稲田アカデミーで働き、今年で22年目です。最初の7年は、埼玉県で小中高生に受験指導をしました。その後本社教務本部で、高校受験部門の英語科目責任者として英語のオリジナル教材・カリキュラムの作成・テストの仕組みなど今の早稲アカ英語の基礎を作りました。7年後、英語専門校舎の運営 (<https://www.waseda-ac.co.jp/english/>) を目的に新しい部署が作られ、その初代責任者として7年間勤務しました。今年の3月より、早稲田アカデミーUSAの取締役、NY校の現地代表として勤務しております。7-7と来ていますので、7年間の海外での勤務は覚悟しております(笑)。

早稲田アカデミー ニューヨーク校

1600 Harrison Ave, Suite 103
Mamaroneck, NY 10543
Tel 914-698-1100

ena国際部 ニューヨーク校

A1

ena国際部は「海外でがんばる子を応援する塾」として帰国生・国際生を指導し36年になります。アメリカ東海岸地区では、帰国生のための塾として最も長い歴史を持っており、その実績はどこにもひけをとらないと自負しております。年少から低学年を対象としたC'ena部から大学受験準備をする高校部まで、幅広い年齢の子ども達が日々頑張っています。受験学年はもちろん、非受験学年の指導に力を入れることが大切だと考えています。と言いますのも、子ども達は心体共に大きな成長を遂げる時期に、アメリカという国で生活を送っています。母国語と第二言語を使いこなせることは、言語習得だけでなく、言語習得を含めた様々な領域の機能が強化されると言われていて、これをバイリンガル脳と呼んでいます。この時期に、脳に様々な刺激を与えて欲しいと、国語・算数、そして英語のクラスを開講しており、どのクラスも経験豊富な講師陣が指導しています。保護者の方には受験科目に関係なく3科目をバランスよく習得して欲しいとお伝えし、現地校に通いながら塾の学びが両立できる

時間割で生徒たちの頑張りを応援しています。また、日本本校と海外校の連携もしっかりと行い、帰国後は日本にある国際部で帰国教育を継続いただけるよう、受け入れる体制を整えています。

A2

こちらにやってくる生徒達の多くは、転校を経験し「友達がいなくて」「英語が流ちょうに話せない」「スタート地点に立たされず」。そんな彼らが、様々な経験を積み、日々の生活を自分らしく楽しめるまでに成長している姿には強い生命力を感じます。その苦勞の一つに「学び」があり、毎週私たちの元で自立心をもって幅広い「教養」を頑張っている。また、勉強に限らず大切な「学び」はたくさんあります。スポーツ、旅行、友達を交えて遊ぶ時間も欲張って経験してほしいです。豊かな学びを継続するためには、Grit「やりぬく力」が必要です。現地校の勉強が大変な時や、旅行などのイベントで疲れていても、塾は休まず宿題は必ず提出する習慣。一見シンプルですが、継続するのは大変で、保護者の協力が不可

欠です。当塾では、振替授業やオンライン授業への切り替えなども対応しています。本人がやると決めたら、日本帰国日まで日本語の学びを大事にする学習環境を大事にしています。

彼らを取り巻く環境が、成長期のバイリンガル脳にたくさんの刺激を与え、人としてのたくましさや優しさといった魅力になっているのだと思います。これは単純に英語と日本語が流ちょうに操れるという技術的なことだけではなく、苦勞や経験が人々を魅了する個性となっています。ただし、欲張るにはタイムマネジメントとタスク管理が必要です。つまり、けじめですね。保護者の方には子どものやる気に頼らず学びを習慣として生活の中に取り入れていただきたいとお話しています。これらの「頑張りが帰国後の自信になり、子ども達を輝かせることでしょ。海外生活前の自分を比べ、頑張った自分をほめてあげられる経験をした子ども達は帰国後もポジティブに、柔軟に成長していけることでしょ。



町長 扶実子さん

シンガポールとNYで28年の指導経験があります。塾の先生は自分を選んでくれた生徒に、ベストだと思ふ方法で指導ができるという心に魅力を感じ、この仕事を運びました。生徒の前で思いっきり授業が出来るのが楽しくてなりません。また、母として二人のバイリンガルを育て大学に入れたので、保護者の側も理解できます。魅力のある先生の指導が生徒にとって一番の「やる気」につながると思っている。生徒の前立つときには人を引き付ける存在でありたいと意識しています。

ena 国際部 ニューヨーク校

450 Mamaroneck Ave, Suite 409
Harrison, NY 10528
Tel 914-777-1099

日系学習塾

Q1 塾の特徴をお伺します

Q2 帰国生が日本で受け入れられるために、アメリカでの学習・経験において生徒が意識した方がよいことなどありますでしょうか

Z会・栄光ラーニングセンター

A1

一人ひとりに寄り添った指導です。その結果、当塾に通う子ども達は、自分の目標を達成するために努力できるようになります。子ども達が、当塾で学習する理由は様々です。「受験で志望校合格」「日本に帰った時に学校の勉強についていく」「帰国はしないが、将来日本語も使えるようになりたい」「ただ純粋に数学が好き」など、100人いれば100通りの理由があります。そういった子ども達に、画一的な指導をしていては、全員が目標を達成することはできません。ですから当塾では、一人ひとりに寄り添い、個々の目標達成にベストな方法を考えながら指導を行なっています。

具体的には、ある学年の国語のクラスでは、子ども、保護者と話し合い、講師がそれぞれに合った漢字テストを用意しています。「帰国までに遅れを取り戻したい」「漢字検定を取得する」「志望校の試験によく出題されるものから学習する」など目的が異なります。他にも、クラスの中で宿題の範囲や量が違うこともありますし、個別授業では、弱点の補強のみに留まらず、「もっと難しい数学の問題に取り組みたい」という生徒の要望から、数学オリンピックの問題を

教材として扱うなど、得意分野の探究をしている子もいます。

一方で、それぞれの教科で核となる知識や技術は必ず存在します。その場合「この宿題はすべて全員のやる」「これは絶対に覚える」と講師から子ども達にリクエストしています。ポイントをきちんと押さえた上で、自由度の高い授業を進んでいくのは、強力な講師陣の力です。

保護者の協力にも支えられています。当塾では、毎回の授業後に保護者へ授業内容の報告と、授業中の様子、家庭学習における注意点などを共有します。オンラインで受講している場合は、一人ひとりについてメールでお伝えしています。これは毎授業欠かさず行っており、講師が気づいた点などを細かく情報共有することで、子ども達が効果的に勉強を続けられるよう、サポート体制を整えています。その結果、ご自宅でのサポート方法も明確になり、家庭学習の質も高くなります。塾は多くても週3回程度しか子ども達に接することができません。ですから、保護者の方の協力に非常に感謝しております。子ども、保護者、講師の連携を大切にしていることが、当塾に通う子ども達の学力が向上している一番の理由だと

考えています。

A2

日本の学校に受け入れられるために子ども達が特別にやらなければいけないことは、何もありません。海外で自分らしく生活し、やりたいと思ったことに挑戦してください。順応力のある子どもは、現地の学校で楽しく過ごしながら、日本の学習にも前向きに取り組んでいます。これは並大抵の精神力では成し得ないことなのです。と言いますのも、子ども達にとって日本とは全く異なるアメリカでの学校生活は数えきれないほどの困難があります。その都度、自ら考え、工夫しながら数々の試練を乗り越えているのです。もちろん、現地校に限らず日本人学校でも同じことが言えるでしょう。こういった経験を自信として日本に帰ってください。そういう過ごし方ができた子は、自己肯定感が高く、魅力的です。日本だけではなく、世界中のどこへ行っても受け入れられるのではないのでしょうか。「海外にいながらも、日本語や日本の勉強もやる」それも一つの選択で、自分らしく生きる方法です。勉強したことが、自分の夢の実現に繋がったという卒業生もたくさんいます。そういった

選択をした子ども達、ご家庭をサポートできるのが当塾だと考えております。



中村 健人さん

日本では、東京都の公立中学校で働き、ニューヨークに来て12年目、ずっと教育に携わっています。幼児から高校生まで幅広い年齢層の教育に関わる機会に恵まれました。それにより、自分自身の視野が広がったと感じています。当たり前ですが、子どもは一人ひとり違います。「これをやれば絶対にうまくいく」という絶対的な教育法はありません。ですが「この子にはこれをやらせよう」というその子にとっての正解は必ず存在します。それを探すがが教育の面白い部分です。Z会・栄光ラーニングセンターは一人ひとりに向き合い、その正解を一緒に探すことにはこだわり続ける組織でありたいと考えています。

Z会・栄光ラーニングセンター

370 Lexington Ave, Suite 1804
New York, NY 10017
Tel 646-649-3100

京進スクール・ワンNYハリソン教室

A1

2011年の開校以来、教科指導・入試対策から日本語の伸長まで、多くの児童・生徒が学んできました。現在も小学生低学年から高校生まで、在外歴・学習歴の異なる児童・生徒が、自分のペースで学習に取り組んでいます。当然ですが、各家庭において日々の生活で大切にしていることや教育方針も異なります。親として、我が子に「必要な学習量と内容は何か」そして「どんな学習方法が適しているか」を悩むことがあるかもしれません。現地での生活を充実させようと思った際に、日本の学習をどうするか迷う方は多く、相談も増えています。現地校へ進む選択をした場合、日本の教科学習は子ども達にとって「日常に必要な学習と異なる勉強」になります。現地校の生活に追われて、帰国後の学習が身につかない……という状態に不安を募らせる保護者様も多くなります。

京進スクール・ワン NY ハリソン教室では、1授業(80分)に対し、生徒2人までの個別指導授業を提供しています。この授業形態は初めての通塾、『自分だけの指導』を受けられる場所としては最適だと思います。

学習教科や単元、授業曜日を選べるため、現地校の生活を大切にしながら、日本の学習が可能です。もう一つの特徴として、生徒の「わかっていない」に気づきやすいということが挙げられます。大人数の生徒を対象とした講義形式授業では、先生の言葉を聞いてわかった気になることがあるかもしれませんが、しかし、生徒2人と講師1人の個別指導学習では、講師が子どもの迷いや不安にいち早く気づき、それぞれの「わかる」に導くことができるため、スピーディーに対応できます。「わかりにくい」「難しすぎる」といったモヤモヤした気持ちを素早く取り除き、気持ちよく勉強を進めることができます。これは、子ども達が長期にわたって日本の学習を継続するためには大変重要なことと考えています。こういったひとりひとりに寄り添った授業内容から、すでに他塾には通っていないが、1教科だけフォローしてほしいという要望にも応えています。当塾では「リラックスして学習したい」「通塾曜日や教材、学習進度を選びたい」「入試問題などの解説を中心に聞きたい」といった声から、オーダーメイドの授業を行なっています。ご興味のある方は、無料体験授業へお申込ください。

A2

帰国する時、子どもにとって大切なのは、現地での生活に気持ちの区切りをつけること、そして日本での生活に楽しみや自信がもてることです。現地での生活の充実、自分が熱中できることを見つけることがもっとも大切です。自信を持った海外生活が帰国してからのエネルギーになります。自分が好きなことを探し、今しかできないことに取り組んでください。しかし、親としては(現地校で学ぶ場合)現地での学習をどうするか、同時進行で日本の学習をどう補うかを悩むはずですが、日本人学校へ通っていても、帰国先の環境へ馴染めるか、不安があるでしょう。そういった不安を少しでも取り除くためには、帰国先の様子を確視・調査し、親子で相談しながらの学習が大切です。またどの地域で(いつから)生活するかを想定するなど、おおよそ検討をつけておくことも良いでしょう。移り住む場所が、帰国子女に慣れている地域かどうか。家庭の事情にあわせて、対応は必要ではありませんか。現地生活を充実させながら日本の学習をしたいと考えるご家庭は、授業曜日や時間が選択できる個別指導がおすすめです。



室田 善孝さん

日本では2002年~教室長、ブロック長を経験し、2020年のコロナ期からNYハリソン教室の運営を任されています。専門教科は英語で、指導学年は小1~高3まで幅広く対応してきました。アットホームな雰囲気と、褒める指導を心がけています。教室へ足を運んでいただければ、ご説明をいたします。ぜひ、ご連絡ください。

京進スクール・ワンNYハリソン教室

247 Halstead Ave
Harrison, NY 10528
Tel 914-835-0213

日系学習塾

- Q1 塾の特徴をお伺いします
- Q2 帰国生が日本で受け入れられるために、アメリカでの学習・経験において生徒が意識した方が良いことなどありますでしょうか

SAPIX ニューヨーク

A1

小学生から高校生までを対象として、SAPIX YOZEMI GROUPの各部門と連携を取りながら海外で学ぶ皆様に最適な教育情報の提供並びに、授業を展開しています。授業を担当する講師については大きく分けて2パターンの得意分野を持つ人材を集めています。まず一つ目は、海外経験が長く帰国生の指導経験が豊富な講師。アメリカで日本の学習を継続する上で、日本語の語学習得に時間がかかる子ども達も多くいらっしゃいます。海外経験が豊富な講師によって、そういった子どもたちのフォローアップをしっかりと行っています。2つ目は、日本で最難関受験指導を経験した講師。日本の塾で受験勉強の指導をしっかりと行った経験のある講師は、受験勉強のスケジュールがしっかりと把握できているため、より具体的な学習指導が可能となります。受験日を「本番」とすると、それまでに何が必要か、子ども達の学習スピードに応じてスケジュールを立てることが重要です。それぞれの講師が協力することで、現地の状況も配慮しながら、日本にお戻りになる際も安

心してこちらから送り出せる体制づくりを行っております。中学受験、高校受験、大学受験、ボーディングスクール進学、米国大学進学といったニーズに応えるべく日々研鑽する講師が弊社の誇りです。

A2

アメリカの文化に浸ることが重要なのは言うまでもなく、それと同時に日本の素晴らしい部分も学ぶ姿勢で両国の良い部分を認め、取り入れることが良い成長につながるのではないかと考えております。前の質問でも少し触れましたが、低学年の子ども達においては、日本語の習得に時間がかかる場合があります。現地の学校に通っていると日本語に触れる時間が圧倒的に少ないため、日本語を書く、文章を作るということに時間がかかってしまうようです。そういった場合は、子ども達の日々の負担にならぬよう、講師が学習方法を工夫しています。日本の勉強が間に合わないも追いついていないもと焦ることなく、スポーツや文化的活動など、地域のコミュニケーションを大切にしつつ、バランスよく生活を送ってもら

えればと思います。

と言いますのも、帰国子女入試のひとつに「面接」があります。ここでは、アメリカでの生活について質問をされることがあります。子ども達がどんな生活を送ってきたのか、自分の言葉で述べるのです。当塾でも受験生を対象に「面接」の練習を行っていますが、その答えは生徒一人ひとり違います。サッカークラブに所属し、チームでの活動を発表する子、地域のボランティア活動での体験を発表する子など、机に向かって勉強するだけでなく、地域活動を充実させた生徒の言葉には、重みがあり非常に魅力を感じます。

日本の中学校、高校、大学への進学だけでなく、ボーディングスクール、米国大学など選択肢は様々です。子ども達には、ぜひ勉強と課外活動で色々な物を目にし、意見を聞き、沢山の刺激を受けて充実した学生生活を送ってほしいです。そしてそれぞれが興味を持った進学先へ進めるよう、我々講師陣が全力でサポートいたします。

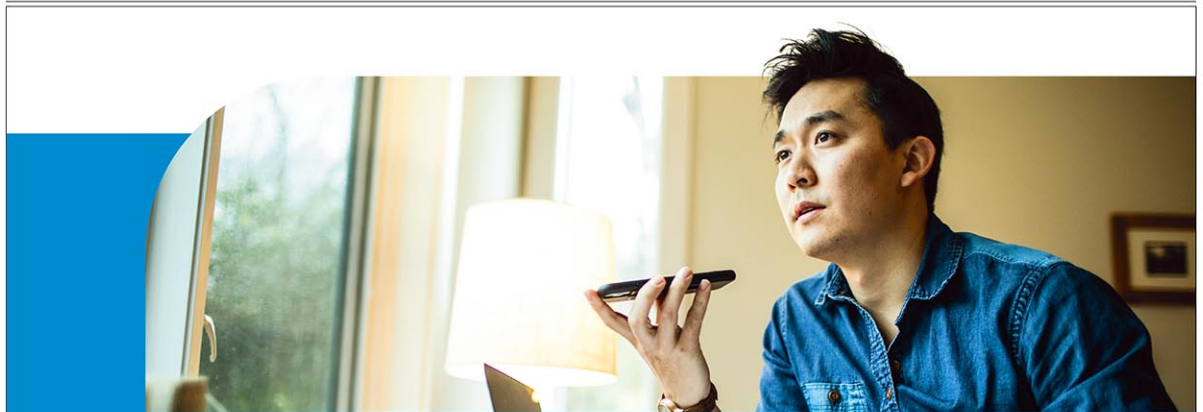


岩田篤格さん

大学在学中から教えることに携わり、海外では15年以上の指導経験があります。年齢も幼稚園生から高校生。現地の学生など多岐にわたり、受験だけでなく長期的な視野で生徒と保護者の皆様にとって良いアプローチを行うことをモットーに日々を過ごしております。

SAPIX ニューヨーク

3000 Westchester Ave, Suite 205
Purchase, NY 10577
Tel 914-358-5337



⚠️ 詐欺師にサヨナラ。

不正行為の見分け方と報告を学ぼう。

時間以内に電力を止めると脅したり、異常な支払い方法を要求したりすることはありません。もしコン・エジソンを名乗る人物が現れたら、すぐに1-800-75-CONEDまでお電話ください。



conEd.com/ScamAlertで身を守るためのヒントをご覧ください。



2021年春に、ニュージャージー州から本帰国し、現在暮らす埼玉県で、いわゆる「トランプ条約案」(とんでもない条約案)が10月、県に載せられた。子どもを車内や自宅などに放置することを禁止する「埼玉県虐待禁止条例改正案」。県議会最大会派の自民党埼玉県議団は、全国で子どもの置き去り死亡事故が増えていることを踏まえ、同月初旬に提出。6日の県議会委員会で可決し、13日の本会議で成立の公算だった。

NHKや全国紙、民放キー局がこの騒動を大きく報じると、SNS上などで批判の声が沸騰した。PTA連合などが反対姿勢を示したほか、ネット上でも撤回を求める署名集めが始まった。埼玉県に寄せられた1000件を超える意見のうち、ごくわずかの賛成を除き、圧倒的多数が反対だったという。県選出の自民党国会議員や県内の首長など足元からも批判が高まり、こうした県内のみならず、全国からの抗議を無視できなくなった自民党県議団は10日、「説明不足で混乱を招いた」ことを理由に挙げて、最終的に条例案を取り下げた。今後再提出するかについては「今はゼロベース。何も考えていない」(自民党県議団)としている。

虐待見かけた場合の通報義務付け

同県議団が昨年からの検討を続けてきたとされる条例案の中味を確認してみよう。罰則こそ盛り込んでいないものの、成人にあたる「養護者」が小学3年生以下の子どもの自宅や車内などに放置するのを禁止し、見かけた場合の通報を県民に義務付けた。小学4~6年生については、努力義務とした。禁止行為の内容については「住居その他の場所に残したまま外出することその他



**小西一禎の
日米見聞録**

第8回

小西一禎(こにし・かずよし)

ジャーナリスト。慶應義塾大卒業、共同通信入社。2005年より政治部で首相官邸や自民党、外務省などを担当。17年、妻の米国社任に伴い会社の休職制度を男性で初取得、妻・二児とともにニュージャージー州フォートリーに移住。在米中退社。21年帰国。コロンビア大東アジア研究所客員研究員を歴任。駐在員の夫「駐夫」として、各メディアに多数寄稿。「世界に広がる駐夫・主夫友の会」代表。専門はキャリア形成やジェンダー、海外生活・育児、政治、団塊ジュニアなど。著書に『猪木道〜政治家・アントニオ猪木 未来に伝える闘魂の全真実〜』(河出書房新社)。

小西一禎の日米見聞録の全連載はこちらでお読みいただけます。



日米における虐待の違いとは？

の放置」とだけ記していた。

委員会審議における自民党県議団の答弁から浮かび上がった具体的な禁止行為は①自宅で留守番させる②子どもだけで公園で遊ばせたり、登下校させたり、買い物に行かせる③車に子どもを残して、買い物に行くーなど。自宅で留守番させる行為の中には、100メートル先の家に回覧板を届けるための外出も含むと例示していた。審議の過程で、同県議団は米国の事例を参考にすることを明かしている。

ここまでお読みになられた米国在住の皆様は、どのようにお感じになられたでしょうか。昭和の日々を連想させる回覧板云々は米国になかったと記憶する(今の日本でもほぼ廃れていると思われる)が、上の①~③はニュージャージー州を含め、ほぼ全ての州で対象年齢はそれぞれ異なるが、禁止されていることだろう。そして、隣人はじめ周囲の人が見かけた際には、子どもの虐待事案として通報することが求められる。

2017年に渡米するにあたり、複数の米国在住経験者から「治安が良すぎる日本で当たり前なのが、子どもの虐待に当たる

ことが多いから、注意して」とアドバイスを受けた。そのうちの一人は、子どもが自宅で大泣きしていたら、隣人から911に通報されたことばっていたのを思い出す。

シッター、ナニーが日常的な米国

シッターやナニーが社会的に認知され、共働き世帯を中心に日常生活の一部としてすっかり普及している米国。対する日本では、共働き家庭は学童保育の活用が主流で、一人で家に帰る「カギっ子」も珍しくない。子どもの連れ去り・置き去り事案が恒常的な米国に比べると、日本はまだその段階に至っていない。

私自身、学校も習い事もマイカーで完全送迎していた米国から帰国した直後こそ、子どもだけで登下校している日本の光景があまりにも信じがたく、およそ受け入れられなかったため、登下校に完全に付き添っていたが、そのうち止めてしまった。日本の治安の良さを過信しているわけではないが、常に緊張感を強いられていた米国に比べると、まだまだ日本の治安は保たれているのが実情だろう。

2016年にブログで書かれた「保育園落ちた日本死ね!」との文言は大きな話題となり、都市部を中心に保育園不足、待機児童増が社会問題化していた。待機児童ゼロを達成した自治体が増えてはいるものの、保育士のなり手不足もあり、待機児童問題は完全に解消したとは言い切れない。今回の条例が仮に本会議で可決、成立したら、どうなっていただろう。保育園や学童保育が一気に足りなくなり、専業主婦・主夫世帯でない家庭はどちらかが離職を余儀なくされるケースもあるだろう。条例への抵抗感から、埼玉県からの人口流出も進んだ可能性もある。

まさに、この原稿を書いている最中、NHKテレビ「キャッチ!世界のトップニュース」の人気コーナー「@nyc」で、ダジャレが得意なマイケル・マカティアさんが、ブルックリン区で昨年からはまった「バイクバス」の取り組みを紹介していた。子どもが親とボランティアとともに自転車で通学するという試みで、大音量で音楽を流し、ボランティアが協力するという、良くも悪くも米国らしさを感じた。

治験に参加してみませんか？



アルタサイエンスLA (カリフォルニア州サイプレス)の治験機関は、日本の未来のため、新しい医薬品の治験にご協力いただける日本人を募集しています。

参加基準は治験ごとに異なりますが、以下の項目に該当する方を募集しています。

参加資格:

- 健康な日本人の男性および女性
- 18歳以上

*謝礼金額は治験の日程と拘束時間に基づきます

参加者特典:

- 最高約\$2,000~10,000*の謝礼金
- 治験関連の無料検査
- COVID-19の無料検査
- 治験によっては送迎サポート、交通費補助あり



日本人がアメリカの治験に参加することにより、日本人に関する必要なデータを収集することができ、新薬をより早く日本の市場にお届けできる可能性があります。

日本語専用ライン: 1 877 997-9228

詳細については、電話にてお問い合わせいただくか、jp.altasciencesla.comをご覧ください。



津山恵子の ニューヨーク・レポート Vol.19

ダブルスタンダードの欧米支援 イ・パ軍事衝突、日本は「静か」

イスラエルと、パレスチナ自治区を実効支配するイスラム組織「ハマス」の軍事衝突には、モヤモヤしている。不条理の感がつのる。なぜか。

まず、ハマスがイスラエルを奇襲し、200人以上の民間人を入質にした。これは、間違いない非人道的な「残虐行為」だ。イスラエルはガザ地区を空襲し、欧米諸国が即座にイスラエルへの支援を表明した。しかし、気をつけなくてはならないのは、ガザ地区のパレスチナ人、イコール、ハマスではない。なぜ、ハマスではない民間人が2週間以上も空襲のターゲットになり、命を落としているのか。

同様に、ハマスの奇襲の背景もクリアにしたい。イスラエルは、パレスチナ人を蛇蝎の如く嫌い、自治区に閉じ込めた。物資や水、エネルギーの調達は自治区の管轄ではなく、現在は完全に絶たれている。私は、イスラエル人が国連で「パレスチナ人は、ノーボディだ」と発言したのを聞いたことがある。この不条理な憎悪を受けて、パレスチナ人もイスラエル人を憎んだ。軍事組織であるハマスはパレスチナ人の憎悪を利用して支持を得るため、イスラエルを攻撃し続けてきた。

現状に戻る。ガザ地区には10月22～23日で320発、23～24日で400発が着弾した。死亡者は5800

人で、子供の死亡者は2400人を超えた。父母は生きている子供の手足に名前を書いて、命を落とした際に識別できるようにしている。病院の発電機には限界があり、新生児集中治療室 (NICU) の生命維持装置がいつまで保つのか。

一方、ハマスが放つミサイルは、イスラエルの防空システム「アイアンドーム」から発射される地对空ミサイルが、ごとごとく撃ち落としている。まるでイスラエル上空を鉄のドームで覆っているかのように、ミサイルは昼間の花火のように上空で煙として消える。イスラエル側の死亡者が1400人とガザ地区よりかなり少ないのは、このお陰だ。

つまり、イスラエルとパレスチナの「体力」は明白で、今後もどちらの民間人がより多く命を落とすのかも自明だ。それなのに、軍事衝突が起きた当初、欧米諸国はごぞつてイスラエルを熱狂的と思えるほど支持した。これは、軍事大国ロシアがウクライナに侵攻した際、「国際法違反」「残虐行為」と一斉にロシアを非難したのと異なる。欧米諸国がしていることは「ダブルスタンダード」ではないか。これがモヤモヤの原因だ。

ニューヨークーは、「反ハマス」「反イスラエル」双方が立ち上がり、連日のデモで対立し逮捕者



グテーレス事務総長は「人間の尊厳を覚え、偏見を捨ててほしい」と国連安保理で訴えた (UN Web TV より)

が出ている。一方、軍事衝突後に私が訪れた日本は、静かだった。ご近所にユダヤ人も中東の人もない、戦さも遠く感じるが、いやそうであってはならない。

グテーレス国連事務総長はこう断じた。「我々がガザで目にかけているのは明白な国際人道法違反であり、私は深く懸念している。いかなる当事者であっても、国際人道法の上に立つものはいない」 (津山恵子)

津山恵子 プロフィール



ジャーナリスト。サッカーバグ・フェイスブック CEO やマララさん単独インタビュー、アエラなどに執筆。共編著に「現代アメリカ政治とメディア」。長崎市平和特派員。元共同通信社記者。

当コラムの全連載はこちらでお読みいただけます



早稲田アカデミー ニューヨーク校

オンライン受講が可能です!

【専攻アカ DUAL】 校舎での「対面授業」 オンライン「双方向Web授業」 両方やります! 選択できます!

12/26(火) ~ 1/6(土) 実施 冬期講習会受付中

「本気でやる子」を育て、全力でサポートします! 無料の個別カウンセリング・体験授業についてもお気軽にお問い合わせください。

■ ニューヨーク校 冬期講習会時間表 (米国東部時間)

Table with columns: 学年, 科目, 日程, 時間. Lists sessions for grades 0-1, 0-2, 0-3, 0-4, 0-5.

Table with columns: 学年, 科目, 日程, 時間. Lists sessions for grades 0-6, 0-1, 0-2, 0-3.

説明会

冬期講習会説明会 無料

冬休み中の学習のポイントとあわせて、小1~中3向けの各コース内容や、早稲田アカデミーのカリキュラムの特長、サポート体制、双方向Web授業などについて詳しくご説明します。

11/12日

時間▶ 11:00~12:00 ※米国東部時間 会場▶ 早稲田アカデミー ニューヨーク校 ※オンライン(Zoom)でもご視聴いただけます。

ニューヨーク校 新年度説明会 無料

【同日開催】帰国生入試基礎講座

2024年2月から始まる新年度の運営方針、カリキュラムについて詳しくご説明いたします。さらに同日、帰国生中学入試・高校入試の概要や学校の選び方、学習方法などについてご説明する「帰国生入試基礎講座」も実施いたします。

12/3日

時間▶ 11:00~12:00 帰国生入試基礎講座(中学入試の部) 12:30~13:30 ニューヨーク校新年度説明会 14:00~15:00 帰国生入試基礎講座(高校入試の部) 会場▶ 早稲田アカデミー ニューヨーク校 ※オンライン(Zoom)でもご視聴いただけます。

帰国後は

随時、早稲田アカデミー日本国内校舎の通常授業への参加が可能です。

首都圏に約190校展開しています。

クラス分けテスト・体験授業をご希望の際はWebよりお問い合わせください。



帰国生専門 小4・小5・小6生徒対象 帰国生専門校舎が御茶ノ水に開校。



小6・中3生徒対象 入試直前対策講座

小1 1/9(※)・1/30(※) 中3 1/9(※)・2/5(※) (全16日間) (全20日間)

首都圏の難関校合格を目指す、入試直前期に帰国される方をサポート。少人数制の授業で、面接練習や作文添削も実施いたします。



ニューヨーク校のホームページはこちら



上記の講座やイベントの詳細・お申込方法については、ニューヨーク校までお問い合わせください。

newyork@waseda-academy.com 914-698-1100 1600 HARRISON AVE, SUITE 103 MAMARONECK, NY 10543



深みのある澄んだスープに、香り豊かな打ち立て麺、最後のひと口まで美味しいラーメンがここにある。

Gorin Ramen

ゴリンラーメン



日本三大ラーメンのひとつ、喜多方ラーメンをNYに

日本三大ラーメンの一つである「喜多方ラーメン」は、醤油ベースのスープで、あっさりとしつつも魚のうま味が相まった深みのある味わいが特長。これは日本人に限らず、世界中のお客様に受け入れられると確信し、ヘルスキッチンに位置する Gotham West Market というフードコート内に店を構えた。フードコートというカジュアルな雰囲気を保ちながらも、フルサービスのイタリアンレストランなどもあり、落ち着いたテーブルやカウンターで食事を楽しめる。

NY で喜多方ラーメンを提供するのは、現在 Gorin Ramen のみとなる。本来の喜多方ラーメンはベーススープに豚骨を使用することが多いが、こちらのお店では、豚肉を食べない人にも味わってもらえるよう、丸鶏と煮干し、香味野菜をベースに作り上げている。このベーススープは毎日店内のキッチンでシェフが丁寧に仕込みを行っている。信頼のおけるお肉屋さんから新鮮なオーガニック丸鶏を仕入れ、香味野菜と一緒にじっくりと火を通すことで、臭みのなく澄んだスープに仕上がっている。店の看板メニューである「Kitakata ラーメン」の軸となるかえしには、カツオ、サバ、昆布、焼きあごなど、魚のうま味を効かせた醤油だれを使用。麺は平打ち生麺をニュージャーシーの製麺所から仕入れており、少し波打ったような形状とモチモチとした食感がさらりとした仕上がりの醤油スープに絡まって、喉越しもよく食べやすいひと品だ。

そのほか、アメリカで需要の高いヴィーガンラーメンについては、開店当初は1種類のみだったところ、現在は3種類の展開がある。みそスープはアジア系のお客様だけでなく、多くの方に人気があるため「Vege miso garlic」も好評をいただいている。野菜のみで仕上げたスープと、卵なしの麺、タンパク質もしっかり取るよう、チャーシューには厚揚げを使用し、100% ヴィーガンを実現。スープにガーリックを効かせることで、味に深みとコクが生まれ、満足感のある一杯に仕上げている。日本人には、あっさりとした「Yuzu shio」も人気。こちらはシンプルなラーメンに柚子の香りがアクセントとなった一杯で、NY ではあまり見かけない組み合わせである。雑味のないスープの味わいを邪魔せぬよう、細麺を使用し上品に仕上げている。



ミニチャーシュー丼

店内で仕込んだ特製チャーシューをたっぷり味わえる



Karaage

骨なし鶏もも肉を特製タレに漬けてからカリと揚げている



Kitakata



Vege miso garlic



Yuzu shio

細部まで手を抜かない、完璧な一杯

完璧な一杯を作り上げるため、ラーメンのトッピングにもそれぞれにこだわりを見ている。

チャーシューは豚バラ肉を4時間かけてじっくり煮込み、仕上げに表面を炙って香ばしさを出すなど一手間を惜しまない。ひと口食べると、ほろほろとろける食感と香ばしさが口いっぱいに広がる。また、鶏胸肉を低温調理したチキンチャーシューはさっぱりとした食べ心地が楽しめる。ラーメンの脇役となるもやしやネギは、鮮度管理を徹底することでシャキシャキとした食感を保っている。スープやチャーシューなど多くのものを店内のシェフが仕込むことで、出来立ての味を提供することができる。季節によって食材の鮮度を保つことは非常に難しく、オーナー自ら週に2回の試食を行い、完成品の味にブレが出ないよう細心の注意を払っている。

また、店舗で働くスタッフの育成にも力を入れている。日本人が食べ慣れているラーメンの味を鮮明に再現するために、6人いるスタッフのうち4人が日本人で、トッピングシェフにおいては、ラーメン店での本格的な修行を行なった職人が店の味を管理している。また、5人のスタッフが Food Protection Certificate (食品衛生責任資格) を取得しており、調理の知識はもちろん、キッチンの清潔さからプロの仕事ぶりを感じることが出来る。ぜひ、ラーメンを楽しむ際は、カウンター席で彼らの手さばきを見ていただきたい。

Gorin Ramen ゴリンラーメン

住所：600 11th Ave. (bet. 44th & 45th Sts.) Gotham West Market フードコート内

電話：(716) 902-3621 営業時間：11:00am-10:00pm

ウェブ：gorinramen-ny.com インスタグラム：@gorinramen



“カフェインフリーのエネルギー”で新たな市場を切り開く

2022年、新商品の「fantasy mix」が全米CVSで発売されたキャンディ新商品部門売上1位を獲得し、今年8月には、**日本に「逆輸入」**したことで話題になった「HI-CHEW」シリーズ。同商品を販売する森永製菓グループは、2022年より、HI-CHEWに続く米市場第2の柱としてゼリー飲料「Chargel」を展開している。米国で新たな市場を開拓するChargelの展望を聞いた。

Q.Chargelは、御社が「2030年にウェルネスカンパニーに生まれ変わるとともに、アメリカを重点領域とされ、HI-CHEWに続くアメリカでの第2の柱として育成される」という非常に強い意気込みで投入されました。Chargelの発売から約1年半が経ちましたが、感触はいかがですか？

ありがとうございます。立ち上げ以降これまで、弊社のアメリカ拠点のあるカリフォルニア中心に西海岸で主に活動をおこなってきました。自転車競技、長距離走やトライアスロンのトップアスリートの方々に「Chargel Ambassadors」になっていただいたり、UCLAなど学生スポーツの協賛をさせていただいたり、またまたスポーツイベントでのサンプリングやSNSを通じてChargelを体験していただくことなどを通して、Chargelの認知度を高める活動を展開してきました。また今年7月には、サンフランシスコ・マラソンにオフィシャル・エナジージェルとしても参加しました。

おかげさまで、アメリカでの認知度もだいぶ向上し、SNSフォロワー数などは順調に伸びて来ています。また今年9月には、GQマガジンのFitness Awardsにおいて、「The Best Energy Gel」という賞もいただきました。

Q.HI-CHEWとは異なり、新しいブランドでの市場参入です。名称はどのように決められましたか？

日本でゼリー飲料は年間販売金額900億円を超える市場規模があり一つの食品カテゴリーとして定着していますが、アメリカにおいてはほとんどの人が体験したことのない新しいタイプの食品であると考えています。したがって市場参入にあたり、どのようなプロダクトであるかが伝わりやすく印象に残りやすい名称を検討しました。

日本語のゼリーを英語にしようとする「jelly」という単語が思い浮かびますが、「jelly」にはジャムやお菓子の様なイメージが強く最適ではないこと、一方でアメリ



中で一番の売れ筋になっているのが興味深いところですよ。

Q.Chargelは、他のエナジードリンクと比べて、カフェインフリーというのいいですね？ 特に、最近SNSで子供による高カフェイン飲料の利用が問題になったりしていましたので。

エナジードリンクというカテゴリーは、カフェインによる覚醒作用を“エナジー”とする場合が多いのですが、我々としては、高齢者から子供さんまで皆さんに安心して利用していただける商品を目指しており、エナジードリンクとは異なる“エナジー”を提供するためカフェインは入れていません。体を動かすために必須の“エナジー”を美味しく補給できることを特徴にしています。

糖分量も自然の食品に近くバナナ一本程度（1袋あたり18g）ですし、グルテンの他、主要9つのアレルギーの原因となる成分を使用していませんので、健康を気にされる方、アレルギーをお持ちの方など、一人でも多くの方にご利用いただけることを願っています。

この秋には、フレーバー原料も自然由来のものに変更しましたので、よりフレッシュしたバランスのよい美味しさを味わっていただけたらと思います。さらに、Chargelはゼリー状であるため固形の食品に比べて消化されやすいですし、一度開封しても再度閉められる容器になっていますので、運動中などに少しずつ飲んでいただくことも可能です。

Q.最後に、2030年に向けて、アメリカの日常生活のなかで、Chargelがどのようになってほしいとお考えですか？ そのために、今後どのような活動により一層力を入れていかれたいですか？

アメリカ進出にあたっては、市場の主流である缶のエナジードリンクともエナジーバーとも違う新しいタイプの食品であり、そして新しいコンセプト（カフェインフリーのエナジー）でもあるため、店頭で定位置となる場所はなく、当初はなかなか小売業の方に説明するのが難しかったということはありません。ただ、徐々に理解を得られてきており、現在では、弊社ウェブサイトやAmazonなどのオンラインはもちろん、カリフォルニアでは、スポーツ専門店だけではなく、コンビニでも購入いただけるようになっており、お店の方々にもChargelの良さを実感いただけるようになってきています。

東海岸でも、現状では日系スーパーなどでご購入いただけますが、今後は、より一層ニューヨークやボストンなどの活動を増やしながら、より多くの拠点でご購入いただけるようにできればと思っています。

将来的には、コンビニやスーパーなどで幅広く品ぞろえされ、アスリートだけでなく、高齢者から子供さんまで、色々な方が様々な場面で気軽に活用いただけるようになるのではないかと考えています。

最後に、今年12月には、ホノルル・マラソンに協賛させていただきますので、ぜひ新しくなったChargelで、皆さんの記録更新を応援させていただきますと思います。

カではスポーツ選手に利用される半液体状のサプリメントが“gel”と呼ばれていることが調査で分かりました。ゼリー飲料はアスリートの運動時の栄養補給のために開発された歴史があるため、栄養補給することを表す“charge”と“gel”を組み合わせた「Chargel」というブランドで展開していくことを決めました。Chargelはサプリメントの“gel”とも異なる、“gel drink”という新しい食品カテゴリーの定着を目指しています。

Q.アメリカ進出にあたって、味などの品質はどのように開発されましたか？

まずアメリカの食品衛生法や市場ニーズに沿った原料を使用してレシピを開発する必要がありました。プロタイプを作り現地の嗜好に合うか調査で確認を行いました。弊社がこれまで培ってきた技術や知見をもとにした食感や風味のバランスはアメリカのお客様にも好評でした。

フレーバー（味の種類）については調査を踏まえて選定しています。Chargelでは現在 White Grape（白ぶどう）、Apple（りんご）、Strawberry（いちご）の3種類を発売しています。白ぶどうは日本市場で最も人気のある味で、りんごといちごはアメリカ向けに新開発された味です。現地向けに作り直していますが、アメリカでも白ぶどうが3種の

編集部の気になる話題



教えて、榊原先生！日米生活で気になる経済を専門家に質問

第7回「ドルと円で給与を得ている場合の資産形成について」

Q. 米で駐在員として勤務しており、ドルと円の両方で給与を受け取っています。円安が進む中、資産形成においてどちらに資産を置き、どんな方法で運用すれば安全性が高いでしょうか？

紙面に限られるため詳細な記述は出来ませんが、考えるポイントを挙げておきましょう。

まず始めに明確にすべきは、通貨の分散と資産形成のための分散は必ずしも同じでないことです。「どの通貨で持つか」という点は、お金を使うという視点に関わります。使うためには、どの通貨で持っているか、決済する通貨に換える必要が生じることから免れません。その点では、増やせる可能性より、どう購買力を守るかがカギになります。一方、資産形成は、もちろん最終的には「使う」ために行うにせよ、当面は逆に「使わない」を前提に、リスク・リターンのバランスを自分の人生設計に適したベストな選択にして中長期的な展望での増殖を狙います。受け取った給与について、当面の生活費（レジャー等を含む）のための流動性資金（現金金あるいは相当物）として保有しておく通貨を考える場合は、第一に、どこで使うか（決済するか）という計画が重要になるでしょう。

そして、そのあと同時に、決済に使う通貨の為替レートについて特定の見解を持つかという問いが続きます。なぜなら、どこで使おうと、特定の見解を持たず、それに基づいた取引をすれば良いだけのことだからです。

しかし、プロの投資家はともかく、普通なら1つの為替レートが決済のタイミングで今より上がっているか下がっているかの予想を定め、それに基づいて取引するのを恐れない自信家はキャンパーです。日々変動する金融資産の価格は、予想の方向性が絶えず正しいとしても、ある一定の短期間に予想外の動きをすることは少なくありません。使うことが視点であれば、流動性資金の保有にこのようなリスクを取るのとは適切とは言えないやり方です。

安全に決済に備えるには、「どこで使うか」の割合に合わせて保有するのがベストだろうと思われます。決済に際して変換する必要がないのですから、購買力が確保を守られます。もし、

その割合が全く定かでないならば、同じウェイト（2か所なら半々）が良いかもしれませんが、「使う」のために確保しておく預金は、特定の見方でリスクを取るより、こうした割合になるようドルコスト平均法で調整していくのが中立的な正攻法です。

一方、当面は「使わない」資産形成のための投資運用は、増やすための適度なリスクを取る行動。日本では、FXなど手軽に出来る点から外貨で儲けるという発想が比較的ポピュラーですが、むしろ通貨は難しい資産クラスと言えます。リスクを取るのには、多様な資産に分散するのが良いでしょう。一般論として投資対象を広げるほどリスク低減効果が高まるので利用すべきです。

その際、ドル円で円安が進んだという状況は一つの小さな材料でしかなく、他の様々な要因に基づいてよりリスク・リターンのバランスが良い資産に投資対象を広げて保有するのが望ましい。当面は「使わない」のですから一定のタイミングで為替レートが有利になるか不利になるかは重要でなく、必要に応じて有利になるタイミングを待って変換し、「使う」方の流動性資産のプールへ移動すれば良いわけです。言うは易し・かもしません。



先生 / 榊原可人 (さかきばら・よしと)
Investment Excellence Japan LLC のマネージング・パートナー。主にファンド商品の投資仲介業務に従事。近畿大学非常勤講師（「国際経済」と「ビジネスモデル」を講義）。以前は、米系大手投資銀行でエコノミストを務めた後、JPモルガン・アセット・マネジメントで日本株やマルチアセット運用業務などに携わる。

当コラムの全連載はこちらでお読みいただけます。



事業継承を求める企業が増えています

詳しくは

事業売却成功させます

米国と日本 両方面からサポートする

株式会社Horizon Global Management & Integration (HGMI)

米国オフィス 305 East 47th Street, 10th Floor, New York, NY 10017 TEL 646-470-9915
〒160-0023 東京都新宿区 西新宿3-3-34-1507 TEL 050-3557-3806

日本オフィス Email info@horizonngmi.com https://www.horizonngmi.com

facebook いいね!

最新情報を今すぐチェック!

www.facebook.com/dailysunny

随時更新! おもしろおかしな SAKAI の ニューヨーク・ブログ

SAKAI ORGANIZATION

最新情報はこちら

SAKAI 不動産

卓越した交渉・抜群の信頼性、NYビジネス経験30年のNY不動産エキスパート

212-286-9266/917-679-7515 sakai@sakaifudosan.com

投資用「ビル売り」NEW!

- *5番街近く、124丁目交通の便良し、4階建て、\$2.1Million、8ユニットあり、安定した収入が見込まれます。
- *E125丁目近く、\$2.8Million 4ユニットあり、急行止まりの駅から近い、魅力的。
- *ホテル用ビルE40-35丁目の間、お部屋約60ルーム、\$23Million (交渉可能) Sharehouseでも短期用家具付きでも可能。917-679-7515
- *West 18丁目、4階建て、貸しアパート9ユニットあり、\$5.1Millionオーナー売り急ぎ。

MBA 会社・店舗、買います/売ります。ご相談ください。

商業不動産、コンド、レンタルアパート、投資、レストラン、店舗、オフィス等のエクステンション(延長)、リニューアル(更新)等のリース交渉も評判抜群のSakai不動産に御連絡下さい。

Steven W. Epstein, Esq. スティーブン・エプスタイン&アソシエイツ法律事務所 & Associates

様々なケースに対応致します。まずはご相談ください。

全種事故 自動車 転倒・盗難 会社法 設立・契約 刑事訴訟 逮捕・飲酒運転

離婚問題・商業訴訟 不動産 あらゆる売買・賃貸

初回相談無料 英語 212.422.2110

日本人アシスタントがお手伝いたします 日本語 212.729.9164 stevenepsteinlaw.com epsteinlaw@yahoo.com

マンハッタン 5 W. 37th St., Suite 611, NY, NY 10016 ⑨①⑨⑨⑨⑨⑨ 345

スタテン島 361 Victory Blvd., Staten Island, NY 10301

頼れる弁護士・会計士を探すなら

DAILYSUN NEW YORK

Twitter@WindelsMars www.windelsmars.com

総合法律事務所

ウィンデルス・マークス・レーン & ミッドドル法律事務所

Private Client Services, Estates & Trusts Practice Group

- 国内外エステートプランニング ● 国内外ビジネスプランニング
- 国際相続 ● 遺言 ● 遺産管理 ● 遺産税 ● 事業継承 ● 212.237.1068

弁護士 Gary S. Moriwaki, Esq. 212.237.1068 gmoriwaki@windelsmars.com

弁護士 Reiko Takikawa, Esq. 212.237.1073 rtakikawa@windelsmars.com

まずはお気軽にご相談下さい

WINDELS MARX LANE & MIDDLEDOR LLP 156 W. 56th St (bet 6th & 7th Ave)

New York New Jersey Connecticut

ニューヨークの季節に合わせた室内空調対策

編集部の気になる話題

すっかりニューヨークも寒くなってきた。これからは、夜も長くなるし、サンクス・ギビングやクリスマスなど、室内でのイベントも増えてくる。ニューヨークは、もともと日本に比べて乾燥しているけれど、これからの季節は肌への影響も気になってくる。そういえば、**今年はカナダの山火事による大気汚染**もあったし、コロナもだいたい落ち着いた着いてはきたとはいえ、まだ気をつけておかないといけない。加えて、毎年の風邪やインフルエンザも。。

室内で過ごす時間が長くなるこれからの季節、快適な室内空調を保つためには、どんなことに気を付けておかないといけないのだろうか？ 空調メーカー、ダイキンのショールームに勤務している小林さんに聞いてみた。

アメリカは非常に広く、気候や住宅様式なども地域ごとに大きく異なります。そこで今回は、NYエリアの話をベースにお話しさせていただきます。

まず、日本のように、壁掛けエアコンを冷暖両方に使っている家庭は珍しいので、日本からいらっしゃった方は、アメリカの空調設備との違いに驚かれるのではないのでしょうか。

最近NYも夏が暑くなりましたが、もともとNYは寒い地域なので、暖房設備は比較的しっかりしている一方で、冷房設備は簡易的システムしか備わっていない住居が多いような印象を受けます。

暖房設備の場合、大きく分けて、ファーンレス(ガスやオイルの力で温風をつくる機械)で暖めた空気を家中に張りめぐらせたダクトを使って各部屋へ送風する全館空調と、温水を用いたラジエーター、電気を用的ベースボードヒーター等による部屋ごとの空調があります。

また近年では、エネルギー効率が良く、静かで、従来の空調設備よりもコンパクトなサイズのエアコンも人気が出てきています。日本をはじめとしたアジアやヨーロッパ等でよく見かける壁掛けエアコン等、省エネルギーの高い機器ですね。

対策に関しては、ご自身で空調機器を取り付けられる戸建と、空調機器を個人で変更できないことの多い集合住宅とで対応が異なってくると思うので、この2つのケースに分けてご説明させていただきます。

まず、戸建の場合、冬場の乾燥に関しては、ダクトで送り込む空気加湿器で湿気を足してあげるのが効果的です。一方で、室内空気中の有害物質(ホコリ、細菌、カビ、その他アレルゲン)が気になる場合は、ダクトによい性能のフィルターをつけることをお勧めします。フィルターには、MERV(Minimum efficiency rating value)というランクがついているのもあり、数字が大きいほど、フィルター目の目が細くなり、微小な物質を捕らえることができます。HEPAという、MERVより更に上のランクのフィルターもあります。またフィルターは、取り付け後もほったらかしにせず、汚れ具合やメーカー推奨の取替期間も参考にしながら、適宜掃除や交換をすることが重要です。

一方で、ご自身で空調機器に手を加えることができない集合住宅にお住まいの場合、冬場の乾燥時には、加湿器機能付き空気洗浄機を使用されることをお勧めします。ダイキンも、アメリカで空気清浄機を展開してお



ラジエータータイプの暖房



ベースボードタイプの暖房

りますので是非ご検討ください(笑)。室内空気中の有害物質対策としては、フィルター付の標準の空気清浄機を選ばれるのがいいでしょう。ダイキンの空気清浄機は高効率なHEPAフィルターが内蔵されており(笑)。ご自宅に、壁掛けエアコンなど、フィルターが備え付けられている室内機があれば、ぜひ定期的な掃除や交換などのお手入れを欠かさずに！(続く)

続きはウェブでお読みいただけます



NIKKEI AMERICA
Nikkei America is the US branch of Nikkei Inc.

情報収集と共有のクオリティ向上で、
情報を「力」に変えられる組織に。

TEAM SUCCESS with

日経電子版 Pro

日経電子版の法人契約はこちらから
<http://s.nikkei.com/usa2010>

月額 \$64~

Keiki Hochi

定期購読のお申込み
お問い合わせ

日本語子ども新聞
お子さまの日本語学習に最適！
国内外のニュースから楽しく学べる

定期購読 月額 5ドル (送料無料)

毎月第2・第4
土曜日発行

Web: www.thehawaiihochi.com/keikihochi/
Email: hochikodoku@gmail.com

NYの中心で英語を学ぼう！ ペン駅、メイシーズ近く！

I-20発行/ F1学生ビザ

予約、お問い合わせは 日本人エージェントまで
212-683-6250
info@bluedataesl.com メールは日本語OK! 気軽に始められます!

BLUEDATA INTERNATIONAL INSTITUTE
<http://bluedataesl.com/>

リーズナブルな授業料 オンライン見学受付中 各種クラス [ESL][TOEFL][ビジネス英語][発音矯正]etc

スタンフォード STEAM キャンプ

対象年齢: 7~18歳
参加期間: 1週間
滞在先: Stanford大学寮 ホームステイ

実施予定日: 2024年6~8月
お申し込みはこちら

日米バイリンガルスタッフによる安心のマンツーマンLINEサポート

- 空港送迎
- キャンプチェックイン
- オンラインホーム見学ツアー
- カンパラシシコ見学ツアー
- 週末ホームステイ体験

AZusa Inc
<https://www.sekaielobidasecamp.site/>
info@a-zusa.com

DAILYSUN NEWYORK

メルマガ配信中

毎日届く NYの最新ニュース
無料メルマガの登録はこちら

※速成メールフィルターを利用されている場合、弊社からのメルマガが迷惑メールフォルダーに振り分けられる場合がございますので、事前に設定をご確認ください。

植村花菜の NY子育て日記



シンガーソングライターの植村花菜です。2016年に渡米し、夫、8歳の息子とニューヨークで暮らしています。NY生活や子育てに関するエッセーを綴っていきます。これからよろしくお願いします。
公式サイト: <http://ka-na.us>
X(Twitter) : <https://www.twitter.com/kanajpop>

Photo : Shintaro Ueyama



©Triangle NY

NYで子育てをしていく中で、日本人の親が苦勞するのが「日本語教育」だとみんな口を揃えて言います。

両親ともに日本人でも、現地校に通っているどうしても英語が強くなり、おしゃべりは出来ても漢字を書いたり読んだりすることが難しい子供が多いという話をよく聞きます。

私の息子は現在8歳で、日本でもNYで小学3年生になります。

幸いなことに読書や漢字が好きなので、自分で漢字の本を読んで勉強しています。とはいえ、読めても書けないのが漢字の難しいところ。

この夏、日本に一時帰国する際、地元の小中学校に体験入学することにしました。念の為3年生用の漢字のワークブックを買って、帰国までやっておいてねと伝えました。

「漢字は難しい」or「日本語って難しい」

でも彼は「3年生の漢字はもう読めるからやなくても大丈夫」と言うんです。

「読むのと書くのは別だから、やっておいた方がいいと思うよ」と何度か伝えましたが、彼はその度に「大丈夫〜」と言って、結局やりませんでした。

我が家の方針は、本人が自発的にやりたくなるまで無理に何かをやらせることはしません。私自身思うところはありましたが、グツと堪えてそれ以上は言いませんでした。

夏に一時帰国し、予定通り地元の小学校に体験入学。

案の定、漢字のテストで彼は半分くらいしか

問題を解けませんでした。

例えば、「岸」や「拾う」など、読むのは簡単なのにいざ書くとうすとうわからぬ。

そこでやっとな、私が言ったことの意味を理解したようです。

頭ではわかったつもりでいても、実際にやってみると意外と出来ないことは大人でもたくさんあります。

出来るはずのことでも、前もって予習(練習)することがどれだけ大切か、身をもってわかってくれたことがとても嬉しかったです。

いくら言葉で説明しても、実際自分で経験しないと腑に落ちないことはたくさんあるので、これも成長のための素晴らしい失敗だなど、母は微笑ましく見守るのでした。

酒蔵
SAKAGURA

211 E 43rd St. B1F NYC 10017 | 212-953-SAKE(7253)
www.sakagura.com

ニューヨークで唯一の
喜多方ラーメン店

GORIN RAMEN
600 11th Ave.
(bet. 44th & 45th Sts.)
Gotham West Market
フードコート内
11:00am-10:00pm
gorinramen-ny.com

KORIN since 1982

コーポレートギフトや記念品に 包丁を贈りませんか?

企業ロゴや名前を
刻むことも可能です

KORIN Showroom
Mon-Thurs, Saturday: 10am - 6pm
Friday & Sunday: Closed

57 Warren Street
New York, NY 10007
212-587-7021
www.korin.com

詳しくは cs@korin.com にお問合せください



デイリーサン・インスタグラム
DAILYSUN
NEWYORK

インスタだけの
情報もあるよ!



https://www.instagram.com/daily_sun_new_york

第7回 ニューヨーク アートログ

今季おすすめ展覧会
日系米国人としてアメリカ美術史に残る
女性アーティスト ルース・アサワ

ホイットニー美術館「ルース・アサワ:スルー・ライン」
2023年9月16日—2024年1月15日まで

収容所でアートに目覚めて

ルース・アサワ(1926年—2013年)は日本ではあまり知られていないが、米国では2020年に郵便記念切手も発行されるなど認知度の高い日系米国人女性作家だ。

され、アサワと母親と5人の兄弟はサンタ・アニタ戦馬場強制収容される。その後アーカンソー州日系人強制収容所に送られる。収容所ではディズニー・スタジオのアニメーターや美術講師など日系人アーティストと知り合い絵を描くようになる。収監中にアートに目覚め、その後は1946年にノースカロライナ州のブラック・マウンテン・カレッジに進み芸術を学ぶ。ジョン・ケージやマース・カンニングハム、ドイツのパウハウスに学んだヨゼフ・アルバース、バックミンスター・フラーなど名だたる前衛芸術家や思想家が教授陣で、実験的な芸術を基礎としたリベラルアーツ教育をする進歩的な大学だった。



Laurence Cuneo, Ruth Asawa holding a paperdoll, c. 1970s. Gelatin silver print, 9 13/16 x 7 5/16 in. (24.9 x 18.6 cm). Courtesy of the Department of Special Collections, Stanford University Libraries. Photograph © Laurence Cuneo. Artwork © 2023 Ruth Asawa Lanier, Inc./ Artist Rights Society (ARS), New York. Courtesy David Zwirner



ニューヨークアートログの全連載はこちらでお読みいただけます。



Photo by Kouchi Nakazawa



Ruth Asawa, Untitled (S.270, Hanging Six-Lobed, Complex Interlocking Continuous Form within a Form with Two Interior Spheres), 1955 (refabricated 1957-58). Brass and steel wire, 63 7/8 x 14 15/16 x 14 15/16 in. (162.2 x 37.9 x 37.9 cm). Whitney Museum of American Art; gift of Howard Lipman 63.38. Artwork © 2023 Ruth Asawa Lanier, Inc./ Artists Rights Society (ARS), New York. Courtesy David Zwirner. Photograph by Robert Gerhardt



Ruth Asawa, Untitled (WC.252, Persimmons), c. 1970s-80s. Watercolor on paper, 14 x 17 in (35.6 x 43.2 cm). Private collection. Artwork © 2023 Ruth Asawa Lanier, Inc./ Artists Rights Society (ARS), New York. Courtesy David Zwirner

年87歳で亡くなるまで西海岸を中心に多くの展覧会を開いている。

線を通して

アサワを代表する針金の彫刻は1947年にメキシコで見た針金で編んだ龍がヒントとなっている。天井から吊り下げられる編み込まれた彫刻作品は、まるでどんぼりのような柔らかな曲線形状が特徴的だ。何重

にも編み込まれ細胞や生命体を感じさせ、女性の肉体を感じさせる。今回のホイットニー美術館個展では、生涯にわたる絵画作品を探求しているが、彫刻同様に絵画作品も植物や木からのインスピレーションを見ることができる。庭で野菜や花を育てていたアサワの観察力だ。また展示されている作品にはブラック・マウンテン・カレッジ時代に制作した折り紙の技法によるオブジェが新鮮だ。人生の様々な瞬間が織り交ざり、変容を遂げながら繰り返されるラインに引き込まれる。透明感のある作品群には東洋的で女性らしさが漂うが、作品とは裏腹にアサワ自身は「もはや自分は日本人でもアメリカ人でもなく、「宇宙の市民」なのです」と表明している。

E.53 Wellness
カイロプラクティック/フィジカルセラピー/ピラティス/マッサージ/指圧/鍼灸
しんきゅう
鍼灸
始めました
NEW
ピラティスリフォーマー個人セッション
フィジカルセラピー
日頃の疲れを癒すマッサージ・指圧
カイロプラクティック
健康保険の確保。予約制 212-980-4211
http://e53wellnessnyc.com

DAILY SUN NEWYORK HEALTH CARE
山縣歯科医院
Ren Yamagata, D.D.S.
The Helmsley Bldg 230 Park Ave., Suite 525, N.Y. N.Y. 10169

Overseas Japanese Family Dental P.L.L.C.
海外邦人歯科クリニック
アメリカでの歯科治療は確かな技術を持つ
専門医にお任せください
★虫歯予防のための定期検診とクリーニング
★矯正歯科相談
★スクールフォームの記入
マンハッタン TEL. 212-751-5648
マamaroneck TEL. 914-698-3800
www.ojfd.com

ニューヨーク在住トラベルプランナーの
NYたびコラム ~a chill out day in NYC~

第9回
今年の秋冬は耳福と眼福のご褒美を

音楽の殿堂カーネギーホール、今年の2023-2024シーズンも無事に幕を開けました。毎年この楽団がオープニングナイトガラを務めるのが話題になります。ウィーンフィルやベルリンフィルなど名だたるヨーロッパの楽団が名を連ねる事が多いこのガラ。今年はアメリカ大オーケストラ「BIG FIVE」と呼ばれる名門シカゴ交響楽団でした。指揮者はあのリッカルド・ムーティ、最初の演目がチャイコフスキーのヴァイオリン協奏曲でした。これはクラシックファンなら垂涎もののセット。観客も戻ってきて活気あふれるニューヨークの街にふさわしい、豪華なラインナップがシーズン中も続きます。

カーネギーホールには、メインホールのスターンオーデトリウム以外にも、個人や団体のリサイタルが開催したりする中小ホールが2か所あり、今シーズンが終了するのは来年の7月。それまでほぼ毎日のようにコンサートが開催されているので気軽に楽しむ事が出来ます。ただし、人気の演者の演目は早くに売り切れてしまいますので、お早目にチケットをお買い求められることを



Photo by MADOKA

をお奨めします。

今年の目玉のお一人は、世界的ピアニストの内田光子さん。3月からのご登場なので、今ならまだチケットも購入可能です。以前、小澤征爾さんと内田さんの共演で演奏されたブラームスの交響曲第一番を聴きに行ったのですが、音のうねりに圧倒されて椅子に押し込



まれたような感覚を味わった事を、昨日のように覚えています。冬の夜長、音楽の殿堂に足を運んで耳福を味わってみられてはいかがでしょうか。

次にご紹介するのは、グランドセントラル駅からメトロノース鉄道のハドソンライン1本で行ける、コールドスプリングへの電車旅での紅葉狩り。ニューヨーク南部の紅葉は割とゆっくりと訪れる事が多く、10月下旬から11月初旬まで楽しめます。(実際の状況はその年の公式の紅葉予想をご参照下さい)

紅葉時期の週末にグランドセントラルから列車に乗る際には、30分ほど早めにホームに到着されて並ばれる事をお奨めします。自由席になりますので、是非往路は進行方向に向かって左側のお席を確保しましょう。ハドソン川の対岸に見える見事な紅葉を楽しむ旅となります。

コールドスプリングはとても小さな街です。メインストリート沿いに可愛いカフェ、ファイヤークッキングなどを扱うアンティークショップもあれば、珍しい味のビネガー屋を置くオリブオイル店The Blue Olive(木〜日オープン)もあり、目も舌も楽しませてくれます。ピーチやピンクグレープフルーツビネガーはサラダやモッツァレラチーズにとでも良く合いました。奥にある可愛い教会まで足を運べばほぼ終点。ちょうど日帰りの小旅行にピッタリです。紅葉時期のお天気のいい週末は、復路は特に混んでいることも考えられますので、疲れすぎる前に電車で帰路につきましよう。普段疲れた目に、電車旅で眼福のひとつを過ごしてみませんか。



Photo by MADOKA

取材・文 / MADOKA

日本発の国内・海外添乗員としての経験を経て、ニューヨークでアウトバウンド、インバウンドの両面から旅行業界に携わる。現在はVIPアテンドを務めながら、グループ専門のB2Bランドオペレーターのニューヨーク支店長として、企画から手配にいたるまで幅広い業務を行っている。大好きなニューヨークを、是非皆さんにも楽しく味わって頂きたい!

NYたびコラムの全連載はこちらでお読みいただけます。



NEX NIPPON EXPRESS

For Where You'll Go Next

海外引越

We Find the Way

グリーンカードで
合法滞在

CA州弁護士直営
JINKEN.COM

- ▶20年超の応募/当選サポート実績
- ▶日本人のカリフォルニア州弁護士
- ▶DV当選後まで徹底サポート

facebook いいね!

最新情報を今すぐチェック! www.facebook.com/dailysunny

在外選挙の
制度と手続について

在留届の提出も忘れずに!

登録・投票は簡単です

在外選挙登録資格

- ① 満18歳以上
- ② 日本国籍保有者
- ③ 海外に3か月以上居住(出国時登録申請者を除く)

必要書類を準備し
申請書に記入、大使館、総領事館窓口で登録申請

3か月の居住期間経過後に
大使館などから住所確認の連絡を受ける

選挙人証の受取

用いるもの

- ・旅券
- ・申請書
- ・居住している事を証明できる書類(在留届を提出済の方は不要です)

大使館

電話又は業者

選挙人証

在外投票は次の3つの方法から選択できます

- 在外公館投票**
直接日本大使館・総領事館(領事事務所)に出向いて投票する方法。
- 郵便等投票**
投票用紙等を事前に請求して、認印の上、登録先の選挙管理委員会へ郵送する方法。
- 日本国内で投票**
一時帰国した方や、帰国直前で入国届を提出して3か月未満の方は、日本国内でも投票できます。

同居家族による代理申請もできます。

申請者の上記書類と署名入り在外選挙人名簿登録申請書と申出書[※]、代理の方の住所を御用ください。
※申請書と申出書は領事館窓口または総務省のホームページから入手できます。

1 平成22年5月に憲法改正国民投票法が施行されました。在外選挙人証をお持ちの方は国民投票にも投票できます。
2 平成30年6月から出国時登録申請が始まりました。国外転出する際に市区町村の窓口で申請できます。
3 令和5年2月に最高裁判所裁判官国民審査法の一部を改正する法律が施行されました。在外選挙人証をお持ちの方は、国民審査にも投票できます。

詳しくは、在ニューヨーク日本国総領事館
TEL: 212-371-8222
Mail: ryoji@ny.mofa.go.jp

または
在外選挙
帰国まで

骨盤調整コアヨガ トレーナーの 簡単エクササイズ 第11回

美しく!体調良く!ホリデーシーズンを過ごす簡単ストレッチ

ニューヨークの10月~1月までのスピード感は本当に早い!と感じませんか?

ハロウィン、サンクスギビング、クリスマス、ニューイヤーズ、そして海外に住んでいるからこそ大事にしたいお正月とイベントが目白押し。パーティ三昧&旅行とで、楽しいけど、気がついたら体重増量、体はダル重と体調を崩すことが多い季節です。

今日は、こんなホリデーシーズンを体調良く、そして美しく過ごし、最高の体と心で新年を迎えられる方法をご紹介します。それは、オフィスやおうちでできる簡単ストレッチ!

特に人に会う機会が多いこのシーズン。スキマ時間でできる簡単ストレッチで体の歪みを取り、美しい立

ち姿勢、座り姿勢を身につけながら、体調良く過ごせるなんて、やらない手はないですね。今年のパーティ会場では「立てば芍薬、座れば牡丹」の貴方になれますよ!

パッと見て、姿勢の良さ悪しが目立つのは、なんとと言っても『背中』です。どんなに素敵な服を着ていても背中が丸まっていたら魅力半減。今日ご紹介する簡単ストレッチをやると、背中の丸みがみるみるスッキリできます。ストレッチで胸の前が広がるので巻き肩が改善し、肩こりや腰痛が軽くなってきます。また、呼吸が深く吸えるようになるので栄養が細胞まで行き届き肌の調子が良くなります。また深い呼吸で副交感神経が優位となり自律神経のバランスが整うので、不思議とイライラすることがなくなります。そして姿勢が良くなってくると「自分は姿勢がいい!」という自信が湧いてくるので、気持ちがとても前向きになってきます。姿勢が良くなり、肩や腰の痛みから解放され、肌も綺麗になり、気分も上がる!一石四鳥のストレッチです。

立っている時に美しく見えるコツは、【首の後ろを長くするように意識】して立ちます。こうすると、顎が自然に引けて、猫背が瞬で修正されます。また、座っている姿が美しく見えるコツは『坐骨で座る』という意識です。坐骨というお尻の左右にある大きな骨(正座するときにかかとに当たる骨)で、しっかり椅子の座面を真

下に押すように座ると、自然に骨盤が立ち背中がシュッと伸びて背中の丸みがなくなり、座っている姿勢がとてもキレイに見えます。

今年のホリデーシーズンは、立ったままできる簡単ストレッチ習慣で、ますます美しく体調良く過ごしましょう。

簡単ストレッチ;猫背解消

YouTube:



座り姿勢のコツ

Instagram:



村井ゆきこ

40歳以上の女性の心と体の専門家: 骨盤調整コアヨガトレーナー

13年間、日米累計1万人以上の女性たちに骨盤底筋にフォーカスした骨盤調整コアヨガを指導。毎週金曜日ニューヨークで骨盤調整コアヨガクラス開催中。



骨盤調整コアヨガトレーナーの簡単エクササイズの全連載はこちらでお読みいただけます。

美しい姿勢を手に入れるにはまずは体の歪みをとることで。骨盤調整コアヨガクラスでは、骨盤調整、骨盤底筋にフォーカスし、姿勢の歪みを取り『姿勢筋=コア』を鍛えていきます。ぜひこのシーズンにご参加ください。オンラインクラスもあります。 <https://resast.jp/inquiry/47879> 参加お申し込み時に「DAILYSUNを見た!」という方には、骨盤クラス11月中限定無料レッスンチケットをプレゼント!



求人情報

掲示板

求人広告、掲示板掲載のお申し込みはこちら→



CALIFORNIA 治験モニター

治験参加者募集中!

【雇用形態】治験モニター
【勤務地】Cypress, California
【募集内容】弊社は新薬の開発のため、治験に参加いただける18歳以上の健康な日本人男女を募集しております。拘束時間と交通費に対し最高\$1万ドル程度の謝礼金をお支払いします。
【応募先】Tel: 877-997-9228
Mail: japanese@altasciences.com
リクルートメントチームまで
【会社情報】アルタサイエンス LA
5630 W Cerritos Ave
Cypress, CA 90630



MANHATTAN パート・フルタイム

寿司シェフ募集

【雇用形態】パート・フルタイム
【勤務地】West Village
【募集内容】Sushi KATSUEI West Village 店で寿司シェフ募集!
要 SSN/責任感あり元氣な方
パート・フルタイム勤務可能
【応募先】Tel: 212-462-0039
Mail: sushikatsueiinc@gmail.com マネージャー迄
【会社情報】Sushi KATSUEI
357 6th Ave(West Village)



MANHATTAN パート

歯科助手募集

【雇用形態】パート
【勤務地】マンハッタン ミッドタウン
【募集内容】ドクターのアシスタント
未経験歓迎
土曜日勤務出来る方
明るく責任感のある方
【応募先】Tel: 212-867-1188 Ext: #2
Mail: info@yamagatadental.net
【会社情報】山藤歯科医院
230 Park Ave, Suite 525
New York, NY 10169

NEW JERSEY パート

NJ補習授業校臨時代替教員募集

【雇用形態】パート
【勤務地】ニュージャージー州(ラマス)
【募集内容】土曜日の補習校(幼・小・中・高)の臨時代替の担任
勤務時間: 8:00~16:00
給与(月1回支給。交通費実費相当を含む)
詳細については面談にて。
【応募先】Tel: 201-585-0555
事務長まで
【会社情報】BlueData International Institute
2 Executive Drive, Suite 280
Fort Lee, NJ 07024



NEW YORK パート

NY補習授業校臨時代替教員募集

【雇用形態】パート
【勤務地】ニューヨーク州ポートジェスター、またはベイサイド
【募集内容】土曜日補習校(幼・小・中・高)の臨時代替の担任及びアシスタント業務
勤務時間: 8:30~16:00
詳細については面談にて。
【応募先】Tel: 914-636-3770
各地区の主幹まで
【会社情報】ニューヨーク補習授業校
56 Harrison Street, Suite 503
New Rochelle, NY 10801



NY, NJ 美容

骨盤調整コアヨガレッスン

産後の骨盤の歪みを整え、姿勢、肩こり、腰痛をスッキリ改善。女性特有の体調不良(骨盤底筋、頭痛、だるさ、ジワジワ太り)が劇的に改善します。体が軽い方が無理なくできるポーズばかりです。

【会社情報】
Tel: 201-280-6013
<https://resast.jp/inquiry/47879>



MANHATTAN サービス

遠征整体・指圧 NYで25年の経験

頭が痛い治療/腰痛/首/肩こり/膝痛/XO脚/目まい/即効小顔矯正/骨盤調整 50-55分 \$110
整体と指圧の施術で優しい治療
即効性有!セルフケアサポートも

【会社情報】遠征整体
☎973-951-2939(出張可)
151 W. 30th St., 3rd FL., NY



NEW YORK 教育・おけいこ

留学はブルーデータ語学学校で

語学留学・転校・F1へのビザステータス変更は、BLUEDATA INTERNATIONALにお任せ!★現在はパンデミック対策としてオンライン・ハイブリッドクラスを開講中。ご質問は日本人カウンセラーまで。
【会社情報】BlueData International Institute
500 8th Avenue Suite 800, NY, NY 10018
TEL: 212-683-6250
<https://www.bluedataesi.com>



Things To Do Special in November, December 2023

11/5(日)

NYシティマラソン

8:00~
<https://www.nyrr.org/tcsnymcathon>

5万人ものランナーがNYの街を走り抜ける一大マラソンイベント。スタテンアイランドをスタートし、ブルックリン、クイーンズ、ブロンクス、ゴールのあるセントラルパークまで、NYCを網羅するコースになっている。ランナーとしての出場は倍率も高く難しいですが、観客として街全体がランナーを応援する一体感をぜひ味わってみてはいかがでしょうか。



イベント公式HPより



11/23(木)

サンクスギビングデーパレード

9:00~12:00
77st & Central park west - Macy's Herald Square
<https://www.macys.com/s/parade/>

サンクスギビングのイベントで最も有名なメイシーズのパレード。さまざまなキャラクターのパレードとともにマーチングバンドやチアリーダーなどが登場し、華やかなパレードがNYの街を進行します。



イベント公式HPより



11/17(金)~19(日)

NYC anime

17日14:00~20:00、18日10:00~19:00、
19日10:00~16:00 6歳以上 \$68~
Javits convention center
445 11th Ave,
<https://animenyc.com/>

アメリカ最大規模のアニメイベントがNYで開催。全米から多くのアニメファンが足を運ぶ人気イベントのため、事前に入場/パスをオンラインで購入する必要があります。日本でもお馴染みの漫画やアニメグッズだけでなく、プレミア上映やトークイベントなども開催される。



イベント公式FBより



11/17(金)~1/1(月)

ラジオシティ クリスマススペクタキュラー

<https://www.rockettes.com/christmas/>
Radio city music hall
1260 Avenue of the Americas
\$49~

毎年、ホリデーシーズンに行われる伝統的なNYのクリスマスショー。クリスマスの音楽に合わせた華やかなダンスが魅力で、子供から大人まで楽しめます。ショーの内容は毎年少しずつアレンジされているため、何度観ても楽しめるものになっている。



イベント公式FBより



11月中旬~12/24(日)

ユニオンスクエアホリデイマーケット

Union Square
14th St & Union Square W
<https://www.urbanspacemarkets.com/union-square-holiday-market>
無料

ニューヨーカーの憩いの場であるユニオンスクエアパークにホリデーシーズン限定でマーケットが並びます。150以上の小さなお店が軒を連ね、大人も子供も楽しめる人気のスポット。



イベント公式HPより



10月末~1月上旬

ブライアントパークホリデイマーケット

Bryant Park
40 West 40th Street
<https://bryantpark.org>
無料

ユニオンスクエアと並んでニューヨーカーに人気の公園であるブライアントパークでもホリデイマーケットが開催されます。可愛い雑貨のお店をはじめ、ニューヨークで人気のグルメを楽しむお店など、様々なジャンルを楽しむことができます。



イベント公式HPより



12/31(日)

タイムズスクエア ニューイヤーズ イブ

Times square
<https://www.timessquarenyc.org/times-square-new-years-eve>
無料

世界でも有名なタイムズスクエアのカウントダウンイベント。新しい一年の始まりを、ニューヨークで最も有名な場所で過ごすしてみたいのではないでしょうか。



イベント公式FBより



12/31(日)

ミッドナイトラン

11:59~
Central parkから出発し4マイル
<https://www.nyrr.org/races/nyrrmidnightrun>
無料

新しい年を迎える瞬間をマラソンで迎えるという、アメリカらしい年越しイベント。スタート地点のセントラルパークでは、新年を祝う打ち上げ花火をベストなポジションで見ることが出来る。マラソンで健康的な一年の始まりを迎えよう。



イベント公式FBより

