



セブ島通信
セブ日本人会報

2020年3月号
(隔月発行)
発行所
セブ日本人会
5th Floor
Clotilde Commercial Bldg,
ML Quezon St. Casuntigan,
Mandaue City, CEBU
TEL: (032) 343-8066
FAX: (032) 343-7663
発行人: 松田和人
編集人: セブ日本人会
http://www.ja-cebu.com
info@ja-cebu.com

2020年セブ日本人会 定時総会・懇親会



2020年セブ日本人会定時総会が1月25日土曜日、マルコポーロホテルの北京上海ルームで行われました。

18時から開かれた総会では40名以上の会員が参加する活気ある総会となりました。セブ日本人事務局担当の櫻井理事の司会で開催が宣言され、フィリピンと日本の国歌斉唱が行われました。

第17代セブ日本人会会長になられた松田和人新会長が今年から指揮を執ります。セブ日本人会は今年から大きく衣変わりを、若返りました。松田新会長も昭和42年生まれの53歳です。20代、30代の理事が加わり、理事の平均年齢は40歳代になっています。

【松田和人会長の挨拶】

松田新会長は子供のころからのエピソードを交え、セブ日本人会発展の意気込みをお話されました。今年が庚の子年なので、いろいろな事が始まる年です。くしくも56年ぶりの東京オリンピックの年でもあるので、セブ日本人会も新しく生まれ変わる気持ちで作り替えていくと仰いました。そして、セブ日本人会はみんなが集まる場所になりたいと決意を話さ

セブ日本人会副会長 藤岡頼光

れたのです。

【セブ島大盆踊りについて】

また、松田新会長が力をいれて進めていくプロジェクトに6月6日・7日の土日に行われるセブ大盆踊りをあげられました。今年は2年ぶりの開催で5万人の入場者を見込んでいます。日本とフィリピンの交流の為に成功させたいと仰いました。

【セブ領事事務所、渡邊所長の挨拶】

松田新会長の挨拶の後、セブ領事事務所の渡邊所長より挨拶を頂きました。渡邊所長は去年マニラ諸島共和国から赴任されました。セブの日本人会は決して大きいほうではないが、積極的にいろいろな活動をしていて立派だと話してくださいました。今年、セブは総領事館になる可能性があると仰いました。

【セブ日本人商工会議所、木下会頭の挨拶】

渡邊所長の後は来賓代表でセブ日本人商工会議所会頭の木下会頭より挨拶を頂きました。セブ日本商工会議所は日本人社会とフィリピンの橋渡しを行っています。昨今、フィリピンでビジネスをする優遇措置であるベザの見直しや、空港拡張による経済特区の縮小が言われているので、セブ日本人商工会として活発に活動していそうです。貴重な情報交換の場所にもなっています。

【「来賓の方々」】

今回はセブ領事事務所、渡邊所長、セブ日本人商工会議所、木下会頭、その他、セブ領事事務所の瀨尾英昇司領事、セブ領事事務所の諸岡哲郎2等書記官兼副領事、セブに住む人の情報交換を行うセブ朋友会の門馬勇会長、海外で起業する起業家のネットワークWAOJIEの佐藤ひろこセブ支部長、セブの観光会社が参加するJATTCの田村ひろみ会長にも参加して頂き2020年セブ日本人会定時総会が始まりました。

【議長及び書記選出】

会場にいる正会員の中から議長と書記が選出されます。今年議長に川村俊一郎様、書記に寺田茂美様が選出され議長が審議されました。

【2020年セブ日本人会定時総会で話し合われた3つの議案】

1号議案
2019年の活動報告が荒木企画担当理事から「2019年セブ日本人会活動報告」に沿って説明、報告がありました。
2019年の決算報告が松田前財務担当理事から「2019年度セブ日本人会決算書」に沿って説明、報告がありました。



【19時からの懇親会】

2020年セブ日本人会定時総会の後、石田武司顧問より乾杯の挨拶を頂き、19時から会員以外の参加者も交えて懇親会が行われました。

【2号議案】

2020年の活動予定が荒木企画担当理事から「2020年セブ日本人会活動予定」に沿って、説明・報告がありました。

【3号議案】

日本人会・会則 第4条、理事と役割の第7項の報酬の改正が櫻井会則担当理事から説明・報告がありました。

【全員の拍手をもって承認】

以上3つの議案は出席した会員43名、委任状74通で過半数を超え参加者全員に拍手をもって1号議案、2号議案、3号議案とも承認されました。

内容・セブ日本人会の公的な理由でかかる費用はセブ日本人会の予算で支払えるようにする。
理由・セブ日本人会会員、理事の個人的な負担を減らす為

総会で挨拶をしてくださる来賓の皆様。参加して下さる会員の皆様。そして、準備をして下さる皆様に支えられて2020年セブ日本人会定時総会はとて盛り上がり、無事に終わることができました。皆様に感謝し、今後はさらに趣向を凝らしセブ日本人会会員の為に定時総会

お墓参りのご案内

春のお墓参りを下記の如く予定しておりますので、皆様のご参列をお待ちしています。

日時:2020年3月22日(日曜日)
午前10時頃から20~30分の予定
雨天決行

場所:リロアン、セブ日本人会墓地。リロアン町
Calero Memorial Estates-Cebu墓地内。

2020年3月現在セブ日本人墓地には、12柱が収められています。

軽装で結構です。お花、仏具、お飲み物(ミネラルウォーター)は日本人会で用意します。

参加される方は下記の道順を御参照下さい。
マクタン島からですとニューブリッジを渡り、最初の交差点(右にPhoenix左にTotalガソリンスタンド)を右折し、リロアン方向へ。橋を越えて直進。約4キロ(5~7分)で左右に小さいマーケットが見えます。

(橋から約1.5kmの右側にPhoenixガソリンスタンド有る交差点は違いますので、くれぐれもお間違えの無い様に。墓地へ行く交差点はもっと先です)

墓地に行く交差点左に、セブンイレブンとBea's bake shopの看板が見えます。

その小さくてゴミゴミした交差点を右折し、約1キロで左折する未舗装の悪路が見えます。そこを左折し悪路を200m程進むと右側に「Calero Memorial Estates-Cebu」の看板が見えますので、そのグリーンゲートを入ると墓地です。

緩い上り坂を道なりに右カーブを過ぎて突き当たり右が、日本人墓地。白っぽい日除けテントと、水色の低い壁が目印です。

タリサイ慰霊祭のお知らせ

日時: 3月26日(火)
早朝
場所: タリサイ市海岸にて

詳細は追ってご連絡します。

セブ日本人補習授業校などで書道の指導をされていた永井竹子先生が2月20日に永眠されました。享年89歳。ご冥福をお祈りし、謹んでお知らせ申し上げます。

故 岡昭様を偲ぶ会のご案内

1月25日に92歳で逝去された、セブ日本人会の元会長 岡昭様を偲ぶ会を3月14日にセブ日本人会事務所にて執り行います。

セブの日本人社会に多大の貢献があった故人を偲ぶ会を四十九日にあたる日に開催させていただき次第でございます。ご多忙中とは存じますが何卒ご臨席賜りたくご案内申し上げます。

日時: 2020年3月14日(土曜日)
午後2時~午後4時
場所: セブ日本人会事務所

会。懇親会に行きたいと思

日本人会会員の皆さま

荒木 寛



日本人会 企画運営担当理事 荒木と申します。セブ島通信のこの場を借りて、自己紹介をさせて頂きます。

昭和52年、東京生まれの42歳、会社員、セブ歴は約5年。現在、妻と子供4人でセブ市のIT Park 付近に暮らしています。顔が外人離れしていますが、それは母親が日本とアメリカのハーフのためです！

【簡単プロフィール】

セブでやりたいこと。1、フィリピンに住むフィリピン人に、欧米だけでなく、日本のマーケットや文化に興味を持ってもらい、「日本」を目指してもらうこと。2、語学留学をするためにセブに留学される「グローバル人材」を目指している日本人に対して、単に「英語を使った仕事をやる」のではなく、名実共に「世界で活躍できる人材になる」場を提供すること。3、日比交流を深め、互いの文化をより理解し、親睦を深めること。大層な目的ですが、いま務めている会社はフィリピンだけで5万人以上の社員がいて、世界では50万人近くいる規模なので、「うまくやれば社会を動かせる」という想いで挑んでいます。

【自分について】

プロフィールを見て、「子供多い!」と思った方、多いと思います。はい、4人もいます。しかしその子供たちも上の子は15歳、下の子は5歳と、あまり手が掛からなくなってきたので、最近は自由が増えました。その自由の時間を使って、何をしたいかという、飲み会とゴルフ。飲み会は何だかんだ週に数回は行っています。飲むのは主にビール、ワインとウイスキー。ゴルフは1年ちょっと前に始めて、現在は平均して週に1回はコースを回っています。ゴルフと飲みに興味ある方は是非誘ってください!

【企画運営担当理事として】

セブ日本人会に「入りたい」、「入って良かった」と思ってもらえるように、様々なサービスの企画・提供をしていきたい。しかし、これは私だけではできなく、皆さまの協力が必須です。日本人会員の皆さまにはアンケートを別途メールにて送らせて頂きましたので、皆さまのご意見を伺えればと思います。

セブ島日本人会の皆様へ

早川 諒



昨年度より推薦理事となり、本年度より正式に理事を務めさせて頂く事になりました。早川 諒と申します。現在36歳なので、現在の日本人会役員の中では、同い年の斉藤理事と並び最年少理事となります。

【セブ島での事業】

会社経営と講演家をしています。会社はセブ島と日本とオーストラリアに拠点を持っています。セブ島の主な事業は、①日本人留学生向けの英語学校、②フィリピン人向けの日本語学校、③日英中3か国語対応のコールセンターを中心としたBPO事業、となります。セブと日本を合計すると200名ほどのスタッフを抱えています。事務所はCebu CityのBusiness Parkにあります。本年は観光ツアー会社も立上げ予定となっていますので、今後もセブ島に根付いたグループ企業をスタッフたちと共に、創り上げていけたらと思っています。

【セブ島での生活】

セブ島には日本人の妻と2人暮らしですが、近所に父も住んでいます。父は日本で小学校の教諭を務めあげ、定年退職後は日本語学校の先生の資格を取り、日本で外国人の方に日本語を教えるしていました。僕がセブに日本語学校をやりたい。そう思ったときに父は当時68歳で日本からセブに移住し、一緒に立ち上げてくれたのです。現在も、僕が経営する学校の日本語教師として、教鞭をふるってくださっています。家族全員、セブ島が大好きです。

【日本人会理事としての使命】

僕は6年前、知り合いゼロ、英語力ゼロの状態で一人セブ島にやってきました。新天地であるセブは、期待も大きい反面、不安はそれ以上に大きかったことを覚えています。そんな僕がセブを大好きになり長期で仕事と生活をしていきたいと決心させてくれたキッカケの中で最も大きなものは「人」でした。セブで出逢った人たち、フィリピンの方々はもちろんですが、日本人の諸先輩方が、移住当時とも目をかけてくださり、事あるごとにサポートしてくださったことに大きな感動を覚え、異国の地でも、僕ら日本人は孤独ではないと思わせて頂きました。

このように海外に移り住んでも、日本人の持つ和の精神の尊さに、助けられ、支えられて今の僕があります。まだまだセブでの生活は6年と若輩者ではありますが、今度は僕が、今セブにいらっしやる日本人の皆さんのお役に少しでも立ちたい。これからセブにいらっしやる日本人の方のサポートをさせて頂きたい。そうしていくことが、僕を今までセブで支えてくれた諸先輩方への恩返しにも繋がると思っています。また、30代で幸運にもこのような大役を任せ頂きましたので、若い世代の方にも、よりセブの魅力を深く知って頂き、世代を超えた、人と人が繋がる架け橋になっていきたいです。

就任のご挨拶

秋元 一通



本年よりセブ日本人会の財務を担当いたします。秋元と申します。どうぞよろしくお願いたします。この場をお借りして少し自己紹介をさせて頂いた

出身は福島県、これまでは東京、神奈川、海外は上海に赴任していましたので、フィリピンが二か国目です。「セブに行け」と肩を叩かれたのが2017年9月です。セブ島生活はもうすぐ2年半経つところです。職場はDavaoにある日系メーカーで人事、総務を担当しています。今はJALに家内と娘二人の四人で暮らしています。月曜から土曜まで仕事をし、日曜の午前中はそれなりの家族サービスをして午後は剣道をしています。この日曜の子供と過ごす時間と剣道で汗を流す時間が私の楽しみです。

少しセブの剣道を紹介させていただきます。知らない方も多いと思いますが、フィリピンでは剣道も盛んで、マニラ、セブ、ダバオ、イロイロ等けっこうあちこちに剣道クラブがあります。私の所属しているセブ剣道クラブは、ITパーク近くのMetro Sports Centerで毎週土・日の午後10時から稽古をしています。2時間の稽古に毎回20名程のフィリピン人剣士が集まって稽古に励んでいます。日本人は私だけですので、私が教えているのですが、これが大変。人に剣道を教えること自体が初めてなのに、これを英語で伝えることにもとても苦労しています。気合とか、居付きとか、残心とか英語でなんて言うんだと、毎回勉強させられます。剣道を教えて、英語を勉強させてもらう、大変ですがとても充実した時間です。ときどき日本人留学生や、日本から先生が稽古に来てくださるので

こういった出会いも楽しみの一つです。是非、ご興味のある方はMetro Sportsまでお越しください。

さて日本人会の理事を仰せつかりましたので、どうやって日本人会を盛り上げていくか、これを思案しながらはなりません。私自身はセブに来る前に、そもそもセブに日本人がいるの?から始まり、日本人会ある!となって、補習校もある!という情報を、日本人会のHPを参考に入手しました。私自身は日本人会の情報がとても有用と感じていました。ですが、実際のところは日本人会のことを全く知らない方が多くいます。仕事で来る方、語学留学の学生、親子留学の方等、長期・短期問わず多くの日本人が来訪していますが、その方たちに日本人会の情報が届いていません。

日本人の皆さまが求めていることを集約し実行、そして有益な情報を満遍なく発信していく、こんな日本人会にしていきたいです。皆さん、日本人会に期待することは何ですか?それを是非ご教示ください。それを少しずつ実現できればと考えています。

3年間の活動を終えて

新谷 知佳

3年という月日もあっという間に経過し、3月下旬に日本に帰国することになりました。セブ日本人会ならびに、セブ日本人商工会議所、セブ補習校のみなさまには、着任当初よりお力添えを賜り、誠にありがとうございました。ご多幸と申します。ご発展を心よりお祈り申し上げます。

Messengerでたくさんやりとりをするようになっていました。セブ地域における日本語教育は年々盛り上がりを見せています。これも、最大級の日比交流イベントであるセブ日本人会主催の盆踊り大会から、日々の対個人の小さな交流まで、セブ在住の日本人のみなさま一人ひとりのご尽力の賜物と心より感謝しております。2018年12月よりセブ日本人会に実施運営をしていただいている、JLPT(日本語能力試験)も受験者数が右肩上がり増加しています。また、セブ各地で開催されているLanguage Exchange イベントも大好評だと聞いております。図書館実施の無料日本語クラスに5000人以上が殺到したとニュースになったこともありまして。そして、今年2月に実施された第18回日本語弁論大会には予想を上回る応募者があり心こもったスピーチの数々が披露され、各企業のみなさまの日本語教育への熱意と、社員のみなさまの努力が発揮される絶好の機会となりました。

2019年4月からは外国人の在留資格が新設され、その資格を得るための要件の一つである、JFT-Basic(国際交流基金日本語基礎テスト)というCBT方式で日本語能力をはかる新たなテストが始まりました。セブでも実施されています。日本国内では、日本語教師の国家資格創設の動きも見られます。日本語教育を取り巻く環境が国内外で変わりつつあり、注目を集めています。その中で、今後さらなる盛り上がりを見せるであろうセブ地域の日本語教育支援に、引き続きご理解、ご協力いただければ幸いです。末筆ではございますが、みなさまのご多幸と申します。ご発展を心よりお祈り申し上げます。

<ご寄付を頂いた皆様> *アルファベット順

ADVANCED WORLD SYSTEMS, INC.
 ALLIANCE SOFTWARE INC.
 CEBU MITSUMI, INC.
 CONSULAR OFFICE OF JAPAN IN CEBU
 DASH ENGINEERING PHILIPPINES INC.
 DT CEBU TRANSLATION & PENSION APPLICATION
 JAPAN FOUNDATION, MANILA
 JAPANESE CHAMBER OF COMMERCE & INDUSTRY OF CEBU, INC.
 MOBILIA PRODUCTS INC.
 MR. AKIO ONO
 MR. KAZUHIRO HITOMI
 MR. KENGO TANAKA
 MR. MAKOTO OSADA
 MR. TAKESHI KONISHI
 MS. KEIKO KATO
 NEC TELECOM SOFTWARE PHILS., INC.
 NIPPON EXPRESS PHILS., CORP.
 NIPPON KAIJI KYOKAI
 PHILIPPINE MINING SERVICE CORP.
 RICOH IMAGING PRODUCTS (PHILS.) CORP.
 TAIHEIYO CEMENT PHILIPPINES, INC.
 TAIYO YUDEN PHILS., INC.
 TAMIYA PHILS., INC.
 TSUNEISHI HOLDINGS CEBU INC.
 入金先不明1社

第18回 セブ日本語弁論大会

第18回セブ日本語弁論大会が2月1日(土) SM Trade Hallにて開催されました。今回は26名の応募者の中から選ばれた17名が出演し、自らの体験談や、日頃から考えていること、心温まるエピソード、日本への想いなど、個性溢れるスピーチを熱く語ってくれました。また余興のコーナーでは、セブンスピリットキッズオーケストラによる演奏が披露され観客を楽しませてくれました。

審査の結果、社会人部門では、「生きがいを見つける」をスピーチしたRichie Roy Jaymeさん(Advanced World Systems, Inc.)、オープン部門では、「ゲームチャレンジ」をスピーチしたRovie Gen Crescencioさん(Accenture Philippines Inc.)が見事優勝に輝きました。そして、昨年に続き各部門第2位入賞者のChristine Gepigaさん(Linq Eight, Inc.)と、Michelle Sarsalejo(Cebu Mitsumi Inc.)さんを含む4名が、2月22日(土) マニラのShangri-La Plaza Mallにて開催される全国大会にセブ代表として出場いたします。ご来場いただきました皆様、ありがとうございました。

なお、今大会開催にあたり、多くの企業・団体・個人の皆様よりご寄付をいただきました。この場をお借りし心よりお礼申し上げます。

セブ日本語弁論大会実行委員会

感じる力

Alvaro Cedric Yao



痛い。心配しないでください。私はただ演技していたんです。きっと、みなさんは私の痛みを想像して、心配しましたね。私たちは、ほかの人の気持ちや痛みを感じる力を持っているようです。とくに、大切な人や、じぶんと似た経験を持っている人のために。私たちはどうしてその力を持っているのでしょうか。

ある日、家に帰る途中で、一人の子供が私に「食べ物をご頂戴」と言いました。その子供はおなかがすいているのがわかりました。私はその子供に「両親はどこ？」と聞きました。すると、子どもは答えました。「わからない。両親はいなくなった。」と。これを聞いて、心が痛くなりました。子供のとき、私は父がなくなったので、その子供の気持ちがわかりました。子供には、家族の支えが必要です。それで食べ物をあげて帰りました。

家に着いて、考え始めました。ほかの人の気持ちがわかる。共感することは、すばらしいことです。なぜなら、もし私がその子供に共感しなかったら、私は何もしなかったかもしれないからです。そして、父をなくした経験をもつ私が、両親がいない子どもの気持ちがわかったように、だれかに共感できるかどうかは、私たちの人生の経験による、と思いました。

ところが、私の大学のクラスメートは、ちがいました。かれは「みんながおたがいを家族のように感じながら誕生日を祝えるようにしたい」といって、卒業するまでクラスメートの誕生日を祝う準備をしてくれました。私はおどろきました。かれは、じぶんと同じ経験を持っているかどうかに関係なく、多くの人のために行動しました。私たち一人一人に違いがあります。たとえば、文化や、習慣や、性格がちがいますから、考えかたももちろん違います。十人十色です。だから、じぶんと同じ何かを持っていなくても相手の気持ちを感じて行動すれば、もっとおたがいの距離が近くなることを私は知りました。それから、私はもっと敏感にほかの人の気持ちを理解したいと思うようになりました。

仕事を始めてからいろいろな人に出会ってその思いが強くなりました。とくに、私の人生ではじめて日本人の先生に会ったときです。私たちは、たくさん違いがありました。日本人とフィリピン人の考え方、年齢も性別

も違いました。しかし、私はこの違いを理解して、お互いの距離を近づけたいと思いました。私たちはたくさん話し、いろいろなことをいっしょに楽しみました。そして今、私はみなさんに言うことができます。「ちがいが多ければ、多いほどぎずなが強くなる」ということを。

私たちの行動は、物の見え方によってかわります。だれかを理解したいと思ったら、他の人の目で見たり、耳で聞いたり、心で感じたりするのが一番いい方法です。でも、これは無理です。ですから、それが私たちにほかの人の気持ちを感じる力がある理由だと思います。共感です。

DT Cebu Translation & Pension Application



… 日英翻訳 …

(横浜市立大学文理学部英文科卒 鈴木 了)

(Document Translator): Rio Suzuki [MEL in Yokohama City Univ.]

- * 公文書/証明書 (Official Documents / Certificates) Marriage, Live birth, Death, etc.
- * 契約書等 (Contracts / Agreements) Pay slip, Payroll book, Employment, etc.
- * 仕様書/マニュアル (Business Technical Specifications, School Record, etc.)

… 遺族年金申請手続 …

(Procedures for Pension Benefits to a Filipina family)

[Cedula, BIR Cert, Barangay Cert, ID, Cohabitation, Bank Cert, Power of Attorney, etc.] (日本国での担当: 中原周太郎 行政書士)

(Person in charge in Japan): [Shutaro Nakahara, Administrative scrivener]

年金申請には日本国内での申請用紙と異なる類似のフィリピン国発行の書類約10枚前後が必要になります。

[The pension application documents are necessary for the ones issued from Philippine Government. Those are the similar documents but different from the application documents in Japan].

申請書類収集後、日本年金機構に申請、年金受領は約3か月後からになります。
 [After collecting all application-documents, we apply for pension to Japan Pension Service. It will take 3 months till the applicant starts receiving the pension regularly]



Please feel free to inquire directly!

- ◆ Inquiry: Cell: 0917-7171-839 Tel & Fax: (032) 423-6273
- ◆ Email: suzkicebu@yahoo.co.jp lolocebu@gmail.com

わたしの人生を変えた出会い

Christine Gepiga



自分の国に住んでいて、他の国のことばに出会うことはめずらしいです。特に子どもの世界はまだ狭いので、なおさらです。ですから、まったく異なることばに初めて出会ったときのことは、20代になった今でも忘れられません。

小学校の頃、いつものように、近所の家でフィリピン語のテレビ番組を見ていました。フィリピン人と日本人のハーフの悪役と戦うふたごのストーリーでした。戦いが終わった時、その悪役は「さよなら・・・」と言いました。その頃、そのことばが日本語だとは知らず、「あれっ変だな?」と思いました。それが日本語との最初の出会いでした。

二度目は小学校の最後の年でした。その頃、アニメがとても流行っていました。私は主に地元のテレビチャンネルで、フィリピン人の声優によって吹き替えられたアニメを見ていました。フィリピン語でしたから、理解するのは簡単でした。しかし、ある日買ってきたアニメのCDは日本人の声優によるアニメでした。最初は「変だな?」と思いましたが、聞いているうちに、だんだんその声にひかれていきました。「日本人の声優はおもしろい!」と思いました。その日の夜には、日本語を聞くことにすっかり慣れていました。それ以来、日本語のアニメのCDを買っています。

高校のときに新しい友達もできました。その友達もアニメのファンで、日本の文化や習慣についてたくさんのジャンルを紹介してくれました。大学のときに出会った友達は、日本人と結婚して、日本に行くたびにマンガや日本のお菓子を買ってきて

くれました。

マンガを読んだり、アニメを見たりしているうちに、日本の文化への興味が高まっていきました。その時に「日本語をきちんと学びたい」と思うようになりました。そして、大学4年生になったとき、日本語のクラスを受講しました。そこで、文字や数字など日本語の基礎を学びました。日本の音楽やバンド、ドラマなどにも夢中になりました。毎日の生活の中で、日本語は欠かせないものになっていきました。

そして、わたしは今、日本の会社で働きながら、大学で日本語の基礎を教えています。わたしと同じように日本語に興味をもった学生がたくさん学んでいます。学生を見ていると、わたしが日本語に出会った頃のことを思い出すこともあります。日本語を教えるのは大変ですが、授業はとても楽しいです。日本の文化やフィリピンとの習慣の違いも紹介しています。もっと勉強しているいろいろなことを教えてあげたいです。わたしは本を読むことも大好きなので、将来、日本の本や小説を読んで、そこに書かれていることばが理解できるようになりたいです。そして、何よりも日本語が上手に話せるようになりたいです。

子供の頃から好きだった日本のアニメのキャラクターが言ったことばがあります。「世の中には偶然なんてないよ、あるのは必然だけ。」すべての出来事は何か理由があって起きている。このことばは、わたしに影響を与えました。わたしの人生を変えた日本語との出会いには、何か意味や理由があるはず。これからもこの出会いを大切に、がんばっていこうと思っています。

ご清聴ありがとうございました。

素朴な物

Howell Suerte



若い頃、ある夏の日、おじいちゃんが私を畑まで連れて行ってくれました。

おじいちゃんは数時間 畑を耕したあと、「Dong、水、持ってきて!」と呼ばれました。

「はい!」わたしは水いっぱいガラスを、すぐ持って行きました。

おじいちゃんは、水を一気に飲み干しました。

おじいちゃんは、とても嬉しそうで、満足そうでした。

水のような素朴な物が、人にこれほど喜びを持たせるのか、と驚きました。

私は現在、ミネベアミツミという日本の企業で、エンジニアとして働いています。

2万人以上の社員が働く大きな会社です

まわりは自分より大きい成果を上げ、自分より大切な役割を 担い、そして自分より遥かにお金を持っている人たちばかりで、自分が小さく見えました。プレッシャーの中で、できるだけ期待を上回るように、毎日仕事をがんばっています。

去年の4月、会社から「努力賞」をいただきました。

なぜだろう?自分の仕事をしていただけなのに。何か特別なことやったのかな?

私が取り組んだバーコードシステムというプロジェクトの成果で、部門の製品品質が良くなり、会社にとって大きな貢献をもたらしたことが理由でした。

その日から、日々の小さな成果に対して喜びを感じるようになりました。

朝早く起きたり、レポートを早く終わらせたり、寝る前に30分日本語の勉強ができると、幸せを感じます。

畑を耕していたおじいちゃんと同じように、みんなの前でスピーチをがんばったあとのただの一杯の水が、最高です!

素朴な物や小さな成果は、全て大事で、すばらしいです。

会社のスローガンである、「Passion to Create Value through Difference」の意味が、やっと分かった気がします。

それは、多様性が求められる職場で、自分が自分の特性を生かし、

会社にかかせない存在になる、ということだと思います。

SMAPの歌のように、私たちは本当に、一人一人、「世界に一つだけの花。自分の花を咲かせることだけに、一生懸命になればいい」、と信じています。

ご清聴、ありがとうございました。

2020年日本語スピーチ

Luvir Valenciano



「幸せはいくらですか?幸せ、一つください!」

幸せは、買えますか?

難しい質問ですが、みんなはず、「絶対買えないよ!」というと思います。

微笑みや、愛情は買えません。

忘れられない思い出も、買えません。

しかし、お金がなければ、小麦粉、牛乳、卵とバターを買って、お母さんに誕生日ケーキを作ることはできません。

めいこやおいことバスや船に乗って、セブの北の方にある美しいビーチで忘れられない思い出を作ること、もちろんできません。

お金とは、微笑み、思い出、幸せを掴むための、「道具」だと思います。

ですが、「道具」は正しく扱わなければ、痛みや悲しみをもたらしてしまいます。

お金が欲しいがために、人は人を騙します。

毎月30パーセントの利子が付く話に騙され、私は去年、「ADAファーム」という詐欺に数万ペソをとられてしまいました。

無くした金額よりも、そのお金を使って人を幸せにできるチャンスを無くしたことが、悔しかったです。

2010年から、大学の同期と老人施設のみなさんとクリスマスを過ごしています。

9年間、おじいさんたちとおばさんたちと、食事やプレゼントをさしあげて、楽しいひとときを過ごしてきました。

しかし、おじいさんやおばあさんの目から、寂しさが見られます。

みなさんは、お金が貧しいだけでなく、心も貧しいのです。

地球上最もお金持ちの一人のビル・ゲイツは、毎年40億ドルを寄付しています。ビル・ゲイツによると、「お金があると、自分を忘れてしまう事があります。」

「しかし、お金がないと、みんなに忘れられてしまいます。」

これらのことにより、お金は幸せが買える、という結論に至りました。

ですので、これからも仕事に励み、できるだけお金を稼ぎたいと思います。

稼げた分だけ、人に分け合うことができるからです。

分け合える事こそ、幸せなのです。

贈りたい言葉

Michelle Sarsalejo



あなたがいなくなったとき、自分はみんなに、どのような人と覚えてもらいたいのですか？親切で思いやりのある寛大な人として、覚えてもらいたいのですか？または、みんなを泣かせた人、いろいろな大変な思いをさせられた人として、みんなに覚えてもらいたいのですか？私は、後者のような、日本人のマネージャーであるさとうさんのように、みんなに覚えてもらいたいのです。

2019年9月24日、日本人マネージャーのさとうさんは53歳で突然心臓発作で亡くなってしまいました。彼の死はとても突然で、誰もがショックを受け、今でも信じられません。彼はとても厳格で、理想主義で、完璧主義のマネージャーでしたが、いつも従業員のために第一に考えていました。ですから、彼を知っていたほぼ全員が、「さとうさんが死ぬには早すぎた」と言いました。

さとうさんはとても厳しく、私が技術報告書を作成するたびに、彼にレポートを少なくとも5回、修正させられました。フォントサイズや、フォントの色まで、とてもこだわりました。さとうさんは、作る書類を読む人にとってより読みやすく、より具体的で、より理解しやすいものにしたかったのです。ほぼ毎日、私はさとうさんに辱され、仕事を辞めることも考えていました。しかし、レポートを修正すればするほど、レポートが簡単に書けるようになった、と気付きました。

さとうさんの経営スタイルは、AppleのCEOであるスティーブ・ジョブズに例えることができます。スティーブジョブズは、従業員に対して非常に厳しい上司でした。

製品の設計や機能に関しては、「はい」よりも「いいえ」を頻りに言っていました。スティーブジョブズの辞書には、「これでいい」という言葉はなかった。すべてが完璧じゃないといけなかったのです。これが、アップル製品が業界最高の製品と知られる理由の1つだと思います。

スティーブジョブズの、2005年のスタンフォード大学の卒業式のスピーチには、「お腹を空かせて。愚かでないさい。」と。「挑戦し続け、リスクを取り、そして自分の限界は自分の頭にしかないものだ、ということを忘れないでください。」という言葉、卒業生に送りました。挑戦を受け入れ、リスクを取り、自分の箱から飛び出すことを、さとうさんから学んだのです。

さとうさんは厳しいですが、同時に優しいリーダーだと思っています。私の将来を考えて、自分の可能性を限界にまで追求してくれたのです。さとうさんが今聞いているのなら、私はこの言葉を送りたいです。「物事を難しくしてくれてありがとう。」「あきらめそうになるまで、私をプッシュしてくれてありがとう。」それらの経験がなければ、自分自身の可能性を見つけ出すことはできませんでした。今は、さとうさんから学んだことを自分のチームに活かし、部下を良くし、私がこの世界を離れても何らかのいい影響が残せるように、挑戦しています。

みなさん、今日この世を去ったら、どのように覚えてもらいたいのですか？人生は一度しかありません。人の為になる人生が送れるチャンスを、無駄にしないでください。

生きがいを見つける

Richie Roy Jayme



みなさん、ジョンレノンを知っていますか。ジョンレノンが子どものとき、彼のお母さんは「人生のかぎは幸せだ。」と言いました。そして、学校の先生が、「大人になったら何になりたいですか」とたずねたとき、彼は「幸せになりたい」と答えました。

「幸せになりたい。」

時間があるとき、あなたは何をしていますか？それぞれ、好きなものが違いますから、

答えは、色々ですね。ある人は、いつも食べたり、飲んだりすると答えるでしょう。ある人は、アニメを見たり、まんがを読んだりすると、言うでしょう。

そして、仕事が大好きな人たちのこたえは「残業」でしょう。

どんな答えでもかまいません。ただ、私はみなさんに思い出してほしいのです。一日の終わりに、自分自身にたずねてみてください。色々なことをしたあと、幸せだと感じますか？それとも、もっと幸せになりたいと感じますか？私たちは、たとえ好きなことをしていてもむなしさを感じることがあります。心が満たされません。そんなとき、私たちの心は幸せになることを求めたり、あこがれたりします。

今、みなさんに聞きます。

幸せですか？それとも、しあわせになりたいですか？

今日は、みなさんに幸せのかぎについてお話しします。準備は、いいですか。

まず、私たちは目的を見つけなければなりません。私たちの心に火をつける何

か…。私たちがいる理由。生きがい。これはとても美しい日本のことばであり、日本人の考え方です。生きがい。そう。それは、あなたが生きている理由、この世界に存在する理由なのです。目的がわからない人は、悲しくて、さびしいですね。人生の意味がわからないからです。だから、幸せになりたいなら、まず「生きがい」を見つけましょう。

これが一番のかぎです。

きっと、あなたは「どうやって？」と聞くでしょう。2番目のかぎは、自分自身を知ることです。あなたをやる気にさせるもの、あなたの心を動かすものを見つけるために、居心地のいい場所から踏み出してみてください。新しいことを恐れなくて、毎日なにか1つ挑戦してください。

それでも、一部の人は、「すでにやってみた。でも、見つけることができなかった」と言うでしょう。私はこう答えます。「挑戦したこと、価値がある。」と。生きがいを見つけることができなくても、何かに本気で挑戦すれば、あなたの心はきっと満たされるはずです。これは最後のかぎです。大切なのは挑戦することなのです。

最初の話に戻しましょう。「幸せになりたい」

ジョンレノンがこう答えたとき、みんなは「彼は質問の意味がわかっていない。」と、笑いました。しかし、ジョンレノンは言いました「そうかもしれません。でも、私は人生の意味をしっている」と・・・

いつか、また、みなさんに会うとき、みなさんの生きがいが見つかっていますように。そして、幸せになっていますように。

PTN TRAVEL CORP
女子旅
CEBU 最高!!

(+63)32-340-7910 PTNトラベル 検索
@zpq3556y info@ptn.com.ph

エメラルドグリーンダイビングセンター
Emerald Green Diving Center

☆☆ ジンベエツアー開催 ☆☆

日本人インストラクターが5人常駐!!ダイビングが初めての方やお一人で参加される方にも安心。少人数、安全そしてきめ細かなサービスで快適なダイビングを約束♪またセブ島の南サンタングー、モアルポアル、ボホールにも支店(もちろん日本人インストラクター常駐)がありますので、マクタン以外の海を潜りたいダイバーの方は、ぜひこちらも潜ってみてはいかがでしょうか？

電話: (032) 495-7728 or 495-8372
携帯: 0917-321-6349 (日本語可)
場所: Anemone Resort 内
Buyong, Maribago, Lapu-lapu City,

特典
セブ島通信を見て事前にダイビングをご予約された方
オリジナルTシャツ贈呈 & ランチ無料!
プロモ期限: 当セブ島通信発行年月より1年間

広告掲載募集

★セブ島通信に記事を掲載したい方は「メール: info@ja-cebu.com」迄、お問合せください。

★セブ島通信では、発行日(奇数月の月初)の1ヶ月前を締切として原稿を公募しております。

ゲームチャレンジ

Rovie Gen Crescencio



「この人生もうやめたい。生きていても意味がない。だれにもわからない。誰も愛してくれない。諦めたい。死にたい。」

これは寂しくて、憂鬱ゆううつで、落ち込んでいる時にありがちな気持ちです。これらの感情から逃のがれるため、自殺することにもなりかねない場合もあるそうですが、現在そのような気持がある人だけが自殺するのではなく、携帯にあるオンラインゲームが原因の場合もあります。みな様、これをご存じでしょうか？

これはMOMO自殺チャレンジというゲームです。これは世界中で流行はやっていて、WhatsAppなどのアカウントに携帯の番号を入力することができます。メッセージを送ると、自動返信じどうへんしんがくるらしいですが、海外のニュースによると返事の内容はたいへん怖い指示で、MOMOというキャラクターが「地下鉄に降りろ」とか、「有毒ゆうどく物質ぶっしつを飲め」などの命令めいれいを送って来そうです。指示しじに従したがわないと、悪いことが起きるとか、MOMOから「お前を殺す」とかの恐喝きょうかつ返信へんしんが来るらしいです。

本当に怖いと思いませんか？このゲームを試してみたいと思われませんか？

実は、私は、まだ使ったことがありませんし、全く使いたいとは思いませんが、このゲームに影響されて、実際に亡くなる子供たちがいるそうです。フィリピンにもそのようなケースがありました。集中しゅうちゅう治療室ちりょうしつにいた11歳の子供が「ご主人さまに従したがいます。彼らを殺ころします。」と言ったのを、その子のお母さんが聞いていました。そのあと、子どもは自殺したそうです。本当に悲しいですね。自殺した方かたの一般的な原因は仕事のストレスが高いこととか、

生活が苦しいことらしいです。でもこの子供は11歳で、とても幼おさないじゃないですか？子供のころはまだ過酷かこくなストレスがないのに、MOMO自殺チャレンジによって亡くなることは、とても悲しい出来事だと思います。

SNSとオンラインゲームを使うことは、やはり、生活に影響がありますよね。私も、実際に友達とはあまり話さずに、ずっとSNSに時間を使うことが多いです。SNSを利用するのに年齢制限がないので、子供は正しい使い方や、注意などを与えられないまま使っています。そのような子どもが、MOMO自殺チャレンジで命を失うになってしまうことは、とても怖いことだと思います。

そして、現実げんじつでの戦たたかひに直面ちよくめんしている人にとっては、憂鬱ゆううつは本当に大変なことですよね。私も落ち込んだ時がありましたが、命をずてるなんて考えたこともなく、自殺は選択しにはあ

りませんでした。私は落ち込んだ状態からゆっくり立ち直って、生活に優しいことを少しずつ見つけて、悲しみを幸せに変えることができました。

ある女性がこのように言っていました。「人生は長いから、苦しいのは一時期いちじきだけだということに気づいてほしい。苦しいことは、死ぬまで続かない。人との出会いのような、転機てんきが訪おとずれて、自分の人生を取り戻せる時が絶対に来る！」

この言葉を聞いて、私は感動かんとどうしました。世界には「喜び」、「悲しみ」また「辛つらい時とき」もあるけど、周りの誰かと話しをして、支えてもらって頑張れば、だんだん明るいものが見えてくるかもしれないです。生き続けて頑張ってください。この世界には、まだまだ良いことが、たくさんあるんですから！

どうぞよろしくお祈いします。

第37回 セブ無料歯科診断

特定非営利活動法人神奈川海外ボランティア歯科医療団 (KADVO: Kanagawa Alliance of Dental Volunteers Over Seas) の活動は1982年に数名の歯科医師がセブ島に渡り、現地の歯科医療の状況視察から始まり、1984年には正式に第1回セブフリーデンタルクリニックとして無料歯科診療活動を開始しました。



当初の診療内容は、抜歯が中心で、日本では考えられない様なケースまで抜歯していました。これは、診療機材、診療環境の問題もさることながら、患者さん自身の事情によります。すなわち、現地の方々の虫歯、歯周病が著しく進行しており、数日の診療では対処できないこと、経済的な問題、同国の歯科医療環境の不備等の問題で、我々の診療後に患者さんが継続して歯科医療を受けられないため、痛むなら抜歯して欲しいというのが主な理由でありました。

その後、携行型の切削機材等を現地に持ち込むことで、ほとんどの虫歯については保存することが可能なり、多量に付着している歯垢・歯石除去も行うことができるようになりました。また、虫歯、歯周病に対する根本的な対応として予防・口腔衛生教育が必須と考え、活動開始10年目以降、小学校等において、歯科衛生士による紙芝居を用いた予防教育活動、歯ブラシを実際に用いてのブラッシング指導を行ってきました。

さらに、近年では歯科技工士さんの参加もあり、入れ歯を短期間で作成し、提供できるようになりました。

このフリーデンタルクリニックはKADVOが主体となり現地歯科医師会(セブ歯科医師会・CDS)、サウスウエスタン大学歯学部、現地協力者、ロータリークラブなどのご支援のもとに行われています。

また可能な年にはJICA(日本青年海外協力隊)の方々の協力も得ています。

治療内容は抜歯、歯石除去、虫歯の処置、また、状況によっては歯の根の治療・入れ歯作製を行います。診療は、現地歯科医師と日本人歯科医師、衛生士がペアを組み、交互に処置に当たります。

また、上記診療に加えて、第11回活動(1994年2月実地)より歯ブラシ指導を中心とした予防活動が加わりました。

この予防活動は虫歯や歯周病の成り立ち、さらには一般的な口腔の機能や前歯・奥歯の役割について簡単に理解できるように、低学年の児童には紙芝居、高学年の児童には液晶プロジェクターで説明を行います。子供たちは、初めて見る内容と経験のため、とても楽しそうに話を聞いてくれます。現在は説明

とともに体験を通して学べるような形態をとっています。

因みに、第27回プロジェクト(2010年2月7日～11日実施、日本から49名参加)では宿泊先のあるセブ市内から車で約50分のところにあるスング小学校内で実地され、約1400名の同小学校児童を含めた地域住民の方々に診療を行いました。

治療内容は2日間で抜歯処置 725名 虫歯処置 285名 歯石除去 296名 義歯25ケース HJK4ケース 投薬のみ 2ケースでありました。

2008年に、これまでの功績が認められ、外務大臣表彰を授与されました。

これは長年にわたり継続された活動であることと、日本、フィリピンの歯科医療技術交流と友好親善に貢献したことが、表彰理由です。

また、近年、徐々に、我々の最終目標である、現地の「自立」が起きています。

現地歯科医師会、大学歯学部の歯科医師が、現地に常設してあるKADVOの診療機材を用いて、年間を通してフリーデンタルクリニックを行っています。

これからの課題としては、この活動をまずはセブ島全域に広め、最終的には、同国の歯科医療関係者の手で、フィリピン全土でフリークリニックが行われ、また、予防・口腔衛生教育が普及されることにより、虫歯や歯周病の発生が未然に防ぐことができると考えています。

この37年間の歴史には今回の新型コロナウイルスによる規模の縮小。

過去には1986年アキノ政権樹立に至るまでのエドゥサ革命、また湾岸戦争における海外渡航自粛における延期。

2014年には出発当日の関東地方大雪における出発の大幅な遅延など。

中止を余儀なくされる状況のなか、現地のパートナーシップである歯科医師会・たくさんの友人の協力により1回の中止もなく37回を終る事が出来ました。

この37年間、多くの変化がありました。日本ではバブル経済が始まり、またその崩壊。私どもの歯科医療を取り巻く環境の変化。また、セブ島の存在するフィリピンでは、政権の交代、アジア経済の変化による、部分的とはいえ豊かになったフィリピン経済。しかし、我々が認識する変化について両国に共通していえることは、ボランティア活動に対する意識の高まりではないでしょうか。日本では東日本大震災をはじめ、多くの災害を経験しましたが、1995年の阪神淡路大震災を期に、この20数年で「ボランティア活動」への取り組みが官民併せて大きく変化したと思います。

また、フィリピンでは、カソリックの国としてもともと奉仕の素地はありましたが、私どもと活動を共にする現地コーディネーターや歯科医師の方々を見ると、その取り組み方が変化し、教義・義務等からではなく、各人が楽しみながら責任を持って参加されている様に思います。

その様な中で、このセブフリーデンタルクリニックも37周年を期に、ニーズに則した良い意味での変化が必要であると考えています。

しかしこれからも一つだけ変わらないものがあります。

それは、この37年間に築き上げられた本プロジェクトに関わる両国関係者の「友情」であります。

このボランティア活動が必要とされない世界がおとずれることが理想であり、いつかはその様な時代も来ると思います。しかし、例え活動が無くなっても、友情は永遠に続くと考えています。

我々の活動が両国の友好と親善の一助になればと深く思う次第です。

2020 KADVO & PDA CEBU Joint Free dental clinic

例年、会場となる小学校の選定から始まる準備も今回、間際になってコロナウィルスの影響でストップし、36年続いたフリークリニックもあやむ中止になるどころでした。行政から小学校で行われる大人数のイベントに待たされたがかったようでしたが、セブのドクターの方々、そして日頃よりフリークリニックをご支援頂いている方々のご努力のお陰で今回は近隣の教会内にて遂行出来ました。

私達KADVOも参加者のキャンセルもある中で若手の初参加もあり、皆で協力し合って無事に帰国までに至りました。今回のコロナウィルスによる障害は我々KADVOとフリークリニックを司る現地の方々と絆をより深いものになった気がします。

また、最後にこのフリークリニックを立ち上げ当初からご支援頂きましたプロタシオ氏が昨年、天国へ召されました。謹んでここに哀悼の意を表します。

日程: 2020年2月9日～13日

場所: マゴロ教会 敷地内施設

患者総数: 964名 / 充填: 257 / 抜歯: 117 / 歯周: 366 / 義歯: 104 / 予防: 120 (フッ素塗布75含む)

特定非営利活動法人 神奈川海外ボランティア歯科医療団 理事長 & 第37回セブプロジェクト 実行委員長 近藤 稔



JAPANESE-LANGUAGE PROFICIENCY TEST

にほんご
のうりやく
しけん



試験日：2020年7月5日(日祝日)

DATE: JULY 5, 2020 (SUNDAY)

www.jlpt.jp

日本語能力試験

日本語能力試験

JLPT 試験



APPLICANTS MUST REGISTER ONLINE from Feb. 5 – Mar. 11, 2020

*Online Application Form will be launched from Feb. 5, and could be accessed at the announcement page of the website of The Japan Foundation, Manila <www.jfmo.org.ph/>.

Application forms will NOT be accepted after Mar. 11, 2020.

便利な IDカード

セブ日本人会では、協賛店／協賛ホテルでお得な特典を受けることができる ID カードを発行しております。緊急時の連絡先や簡単な身分証明としてもご使用いただけます。
会員の 18 歳以上の配偶者・ご子息に限り有料で発行いたします。

未だ ID カードの手続きをされていない会員の方もこの機会に取得されることをお勧めします。ID カードの更新、新規は無料です。紛失などで再発行の場合は実費費用負担をお願いしています。負担額は 200 ペソです。

セブの美味しい地鶏を食べに来ませんか?
Q-Bay Japanese Restaurant

Q-Bayは、オープンエアが気持ちいい気軽に立ち寄れる居酒屋です。一日の疲れを癒しに来ませんか。
焼き鳥は100年続く秘伝のタレと、塩からお選び下さい。長時間コトコト煮込んだこだわりのラーメンもどうぞ。
ランチメニューは ラーメン、丼など 全品200ペソ以下でご利用いただけます。

☎ 032-401-0402 ✉ qbayresto@gmail.com 📍 Q-Bay restaurant

Sevna 4 Ground Floor IT Park, Lapu-Lapu, Cebu City
月～金：12:00～14:00 日～木：17:00～25:00 / 全・土：17:00～27:00

広告掲載募集

- ★セブ島通信に記事を掲載したい方は「メール：info@ja-cebu.com」迄、お問合せください。
- ★セブ島通信では、発行日（奇数月の月初）の1ヶ月前を締切として原稿を公募しております。

セブ日本人会 協賛店／協賛ホテル一覧

食材店

町屋マート

ホテル・ビーチリゾート

- Movenpick Hotel Mactan Island Cebu
- Shangri-La's Mactan Resort and Spa Cebu
- Marco Polo Plaza Cebu Hotel
- Waterfront Cebu City Hotel
- Waterfront Airport Hotel
- Waterfront Insular Hotel Davao
- Jpark Island Resort & Waterpark Cebu
- Maribago Bluewater
- Blue water SUMILON ISLAND
- Blue water PANGLAO BEACH
- Lubi Resort Santander
- Anemone Resort and Tours Cebu
- Kandaya Resort Hotel

ダイビング・マリンスポーツ

アクアマリンオーシャンツアーズ（マリンアクティビティ）

ブダンディン・マリン・ダイバー

アクアバディス

- エメラルドグリーン・ダイビングセンター
- マクタン店
- サンタンダー店
- モアルポアル店
- ボホール店

飲食店

【マンドウエ市】

- オイスターベイ（シーフード）
- スキレット（和洋食）
- HAPPY SUMO（和食）
- Tao Yuan（中華料理）
- 松之屋（和食）

【マクタン島】

- Oishi Cebu Japanese Restaurant / 旧だるま（和食）
- 空海（和食）
- 夜桜（和食）
- マリバゴグリル（フィリピン料理）

【セブ市】

- はる / 旧さっちゃん（お好み焼き）
- タランバン店
- 悟空（和食）マポロ店
- ミッキーズ（ケーキ）
- Q兵衛（和食）
- TYMAD BISTRO（フランス料理）
- 夢屋喜兵衛（和食）
- AMPERSAND（西洋料理）
- 寿や（ラーメン）
- 秋田 / AKITA（和食）
- Mio Cafe and Restaurant（フィリピン料理）
- 韓陽苑（焼肉レストラン）
- 幸 全店（日本食レストラン）
- 麻布（日本食レストラン）
- Circa 1900（洋食）

一路発（ラーメン）

但馬屋（焼肉）

Jazz'n Bluz Bar & Restaurant

美容・健康

- ワウ・セブ歯科医院（歯医者）
- スマイルデンタル（歯医者）
- Japanese Tea Lounge（マッサージ）
- AVALON SPA（マッサージ）マンドウエ市
- ProDent Advanced Oral Health（歯医者）：セブ市

レジャー・スポーツ

セブトップ（遊覧飛行、体験飛行）

その他

- Character Studio（オリジナルグッズ）
- 誰でもヒーロー（ボランティア）
- NPO セブンスピリット / Sevnsprit（ボランティア）
- ジャパン支援センター（退職者ビザサポート）
- QQ English（英会話学校）
- DT Cebu（翻訳・年金申請業務）
- Sky Water Park（プール&レストラン）
- Wabi Linkage Corporation（翻訳業務）

旅する

- フレンドシップツアーズ
- KSB トラベル
- AS レンタカー

割引き、もしくは特別サービス御座います。必ず会員証をご持参ください

広告募集中です。セブ島通信の発行費は広告料金でまかなっています。ぜひご協力ください。

- 【広告料金】**
- ① 3分の1 2段 800 ペソ
 - ② 2分の1 2段 1,200 ペソ
 - ③ 3分の2 2段 1,600 ペソ
 - ④ 全幅 2段 2,400 ペソ

- 【お願い】**
- ① 最低 6 ヶ月は継続してください。
 - ② この 3 号分は同一原稿です。
 - ③ お支払は前払原則です。
 - ④ 完成した原稿をお持ちください。

- 【お申込みは】**
- セブ日本人会事務局
 - 電話：032-343-8066
 - FAX：032-343-7663



新年会

1月4日に新年会を行いました。

毎年恒例の餅つき、書き初め、各種正月遊び（羽根つき、福笑い、だるま落とし、けん玉、特大すごろく等々）に加え、今年はテーブル上で遊べるミニサイズのすごろくを新たに4種類用意しました。初めはすごろくにあまり興味を示していなかった児童生徒も、楽しそうに遊んでくれたので良かったです。

先月の2月20日に逝去された永井竹子先生は、今年の新年会にも書き初めの指導で来てくださっていました。竹子先生ご自身も補習校に来られるのを毎年楽しみにして下さっていたと遺族の方から後日お聞きし、感謝の気持ちでいっぱいです。ご冥福をお祈り致します。



卒業式の歌の練習

3月28日の卒業式に向けて、2月から全員で歌の練習を始めました。今年は合唱曲の「この地球のどこかで」です。サビの歌詞「歩いて行く道はきっと違うけれど 同じ空見上げているから この地球のどこかで」が、世界中に羽ばたいていく補習校の児童生徒たちにぴったりではないかと思い選曲しました。

授業時間を使って毎週20分ほど練習していますが、少しずつ完成度が上がっているので、本番の卒業式が楽しみです。みんな緊張しないで元気に歌ってくれるかな？



節分

2月1日に節分の行事を行いました。

補習校で食べる恵方巻は、パンに魚肉ソーセージときゅうりをのせ、マヨネーズをかけて海苔で巻くという、補習校特製の手作り恵方巻です。コンパスで今年の恵方・西南西の向きを確認し、みんなで恵方に向けて静かに食べました。

豆まきでは、鬼が紙袋を持って、投げつけられた豆をキャッチするというなかなか面白い光景が見られました。

私の「グッド」な近所

水野

私は寒いのが嫌いだ。フィリピンに移住したのだから、日本の冬が本当に嫌だったから。一年中Tシャツで過ごせる、なんて夢のようだった。足元もさき。日本で社会人をやっていた時には、ヒールのあるパンプスが半ばユニフォームであったが、こちらに来てからはサンダルだ。それもサニラスと呼ばれるビーチサンダル。

他人にはわからないと思うが、私なりに一応このサニラスにも普段のものとお出かけ用とで使い分けている。通勤もサニラス。通勤途中のセブのOLさんは、いかにもオフィスレディという格好をしているが、足元をみれば、サニラス。中にはストッキングにサニラスというツワモノもいらつしやる。当然、オフィスに着けばそれなりの履物に履き替えるのだろうが、こういうちぐはぐなスタイルは、朝のモルティカブやジブニーの中では珍しい。

しかし、モルティカブやジブニーの中では、足を踏まれる確率はとても高いので気をつけなくてはならない。モルティカブは特に小さいので他の乗客の降りの際に、かかとを上げてつま先を引っ込めないと思えばいい。でも、なんでも人の足を踏まないように、なんて考えている乗客はほとんどおらず、踏んだところで謝りもしない人しかモルティカブには乗っていない。「アガイ(痛い)！」とわざとらしく叫んだところで、そんなところに足をおいておくお前が悪い、めんなさい、と全くそう思っていないでしょ、と突っ込みたくなるような謝罪しか返ってこない。

サニラスで足を踏まれるのは痛い。それに雨の日にはペラペラのサニラスでは足が濡れてしまう。そこで通勤には、工業団地労働者御用達の雑貨店で値切った厚底サニラスを履いている。これなら多少の水たまりでも入っていきけるし、ペラペラのサニラスより踏まれる確率も低くなる。

先日、いつものように仕事に行くためにモルティカブに乗り、目的地で降りたのだが、降りた瞬間、足に激痛が走った。え？ 何？ と、足元を見たら、なんと竹串が足に刺さっていた。足を思い切り振って竹串をふり落とそうとしたが取れない。完全にパニックになったが、誰も助けてくれない。すぐ横には若いカップルがいた。朝から女性が男性にしなだれかかつて二人の世界に入っていて、ケンケンしながら竹串を振り払おうとしているオパちゃんなんて目に入っていないようだ。落ち着け、落ち着け、と自分で言い聞かせ、カップルの横の壁に寄りかかり、足元をよく見ると、竹串が私の左足の裏の皮に平行に突き刺さっていた。これではいくら振り払おうとしたところで無理だ。仕方がないので、戦国時代の武士みたいに、自分で竹串を思い切り引き抜き、投げ捨てる。すぐに持っていたアルコールをふりかける。叫びたいほどに痛みが我慢する。職場まで歩いて5分程度だ。びつこを引きながら歩く。

何とか職場まで行き、座ってよく見れば、幸い傷はそんなに深くはなかった。もう一度アルコールで消毒し、事務所にあった赤チンを塗った。夕方になる頃、傷がズキンズキンと痛みだした。同僚が破傷風など心配があるので、注射を打った方がいいと言いつつ。そういえば、近所のおじさんが最近、足の裏に釘が刺さり、入院したという話を聞いたばかりだ。このおじさんに限らず、足の裏に何かが刺さる、というのは、割と頻繁に聞く話で、それは結構大事になる。ここで躊躇したことで命を落としかねない事態になったらどうしよう、とか、大事になってから病院に行くほうが出費がかさむかもしれないと思わなかったわけではなかったが、帰宅し、もう一度アルコールでよく消毒し、日本から持ってきた傷によく効くという薬を塗ったら、翌朝には痛みもなくなっていた。安心すると同時に、近所の人たちは、きちんと消毒もせず、適切な処置をしないから重症化するのだからと思った。

それにしても履き古したペラペラのサニラスならともかく、厚底サニラスなのに、竹串が刺さるとは、それも街の中で。息子には「ちゃんと足元を見て歩かないとだめだよ」とたしなめられたが、確かに街の中とはいえ、犬などの排泄物を含めかなり危険なものも落ちてはいる。サニラスはやはりリスクがあると思わざるを得ない。

なので、通勤には靴を履くことにした。しかしここしばらく靴なんて日常的に履いていなかったため、靴を履くことで足が圧迫されるような違和感が半端ない。しかもまともな靴が家になかった。何年前か買ったスニーカーを出すと、数回しか履いていないのに、靴底がパツクリを剥がれていた。仕方がないので息子が小学生の頃に履いていた日本で購入した運動靴を履くことにしたが、今更ながら靴とは足を守るものであったと実感する。

こうして私は久しぶりに靴を履いて出勤している。会社までの道すがら、ビルの建設現場を通りがかり、ふと見ると、作業員が砂の山に登って大きなスコップを持って作業をしている。全員、サニラスだった。工事現場でサニラス。最強すぎる。

私が刺さる、というのは、割と頻繁に聞く話で、それは結構大事になる。ここで躊躇したことで命を落としかねない事態になったらどうしよう、とか、大事になってから病院に行くほうが出費がかさむかもしれないと思わなかったわけではなかったが、帰宅し、もう一度アルコールでよく消毒し、日本から持ってきた傷によく効くという薬を塗ったら、翌朝には痛みもなくなっていた。安心すると同時に、近所の人たちは、きちんと消毒もせず、適切な処置をしないから重症化するのだからと思った。

ただ、デメリットもあります。
1. **価格が高い。**いくつか種類はあるのですが、最低でも5万円以上はする高額アイテム。フィリピンで使えなかったらどうしようというもあり、かなり購入は迷いました。
2. **ボルトが違うので変圧器が必要。**一応、海外版のもあるのですが、調べた限りだと在庫切れが多い事に加えて、国内の値段+2万円~3万円かかります。であれば国内版を買って、セブに持って来てから変圧器(最低800W必要です)を購入してつないだほうが、安上がりです。なので私はそちらを選びました。しかしながら、ここで私の失敗談を一つ！
アヤラモールのTrue Valueで変圧器を探していたら110Vだったんですね。
100V対応と書かれていたのですが、110Vでも問題ないだろうと思って購入したのですが(いくつかのブログには110Vでも問題ないと書かれていたので)、なんと「電圧が不安定のため使えません」との表示。
その後、SMモールで100Vにできる変圧器を買い直して、今は使えるという経緯があります。10Vの差は重要なので皆様もお気をつけください。

ボタン一つで勝手に料理してくれるという圧力鍋みたいなものですが、更にお手軽で水を入れずに料理もできます。
例えば、肉じゃがであれば具材とみりん、砂糖、醤油、酒を全部入れて、ボタン押ししてほっとけば30分以内に完成！カレーも(作れる種類は色々ありますが)、先日作った無水カレーの場合であれば、トマト、玉ねぎ、チキン、カレー粉、セロリ少々、生姜少々を入れて、ボタンぼち。

ネーミングのホットクック通り(ほっとく+ホット+クック)というわけです。これなら誰がやっても調味料の配合さえ間違えなければ、同じ味になります。
このホットクックのおすすめポイントは3つ
1. **食材と調味料を入れるだけで料理が作れる点。**そのため、料理が苦手な方もやる気になります。
2. **料理は150種類以上選べる点。**工夫次第ではそれ以上の広がりもあります。購入時に冊子が入っていますし、アプリからもメニューを見れます。
3. **手入れが楽な点。**ボールとミックスする機械を洗っ

だけで片付けが楽です。
ただし、デメリットもあります。
1. **価格が高い。**いくつか種類はあるのですが、最低でも5万円以上はする高額アイテム。フィリピンで使えなかったらどうしようというもあり、かなり購入は迷いました。
2. **ボルトが違うので変圧器が必要。**一応、海外版のもあるのですが、調べた限りだと在庫切れが多い事に加えて、国内の値段+2万円~3万円かかります。であれば国内版を買って、セブに持って来てから変圧器(最低800W必要です)を購入してつないだほうが、安上がりです。なので私はそちらを選びました。しかしながら、ここで私の失敗談を一つ！
アヤラモールのTrue Valueで変圧器を探していたら110Vだったんですね。
100V対応と書かれていたのですが、110Vでも問題ないだろうと思って購入したのですが(いくつかのブログには110Vでも問題ないと書かれていたので)、なんと「電圧が不安定のため使えません」との表示。
その後、SMモールで100Vにできる変圧器を買い直して、今は使えるという経緯があります。10Vの差は重要なので皆様もお気をつけください。

このホットクックです。
これは簡単にいえば、具材と調味料を少々いれれば

セブ島通信 編集語録 Vol.1

セブ島生活の救世主!? 我家にホットクックが来た話

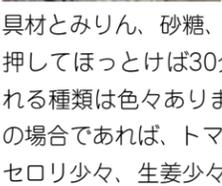


斉藤 淳

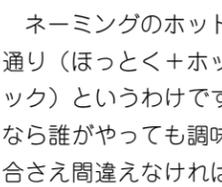
こんにちは、私はセブで本格的に生活をして約3年になるのですが、一番困っているのは食生活です。
フィリピン料理は好きなのですが、オイリーなものが多かったり、お手伝いさんに料理を任せると1品+ライスだったり、1週間で同じ料理や味付けが3回くらい出てきたり(苦笑)。
外食での日本食は安くないですし、日本のように野菜がしっかり出るわけではないので、食べるものも偏ります。和食は食べたいけど、作るのはめんどくさいため、仕事場から近いITパーク内のバリカタには「週7日」通っています
そんな塩分糖分過多な生活をしている私が、日本に戻ったときに受けた健康診断で「うん、もうちょっと食生活改善しないとまずいね。早死しちゃうよね」とアドバイスを受けてしまいました。
ということでググる力だけはあるワタン、ひたすら探しまくって、ベストな解決方法を見つけました！
それが、このホットクックです。
これは簡単にいえば、具材と調味料を少々いれれば



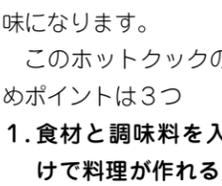
ボタン一つで勝手に料理してくれるという圧力鍋みたいなものですが、更にお手軽で水を入れずに料理もできます。
例えば、肉じゃがであれば具材とみりん、砂糖、醤油、酒を全部入れて、ボタン押ししてほっとけば30分以内に完成！



カレーも(作れる種類は色々ありますが)、先日作った無水カレーの場合であれば、トマト、玉ねぎ、チキン、カレー粉、セロリ少々、生姜少々を入れて、ボタンぼち。



ネーミングのホットクック通り(ほっとく+ホット+クック)というわけです。これなら誰がやっても調味料の配合さえ間違えなければ、同じ味になります。



このホットクックのおすすめポイントは3つ
1. **食材と調味料を入れるだけで料理が作れる点。**そのため、料理が苦手な方もやる気になります。
2. **料理は150種類以上選べる点。**工夫次第ではそれ以上の広がりもあります。購入時に冊子が入っていますし、アプリからもメニューを見れます。
3. **手入れが楽な点。**ボールとミックスする機械を洗っ

だけで片付けが楽です。
ただし、デメリットもあります。
1. **価格が高い。**いくつか種類はあるのですが、最低でも5万円以上はする高額アイテム。フィリピンで使えなかったらどうしようというもあり、かなり購入は迷いました。
2. **ボルトが違うので変圧器が必要。**一応、海外版のもあるのですが、調べた限りだと在庫切れが多い事に加えて、国内の値段+2万円~3万円かかります。であれば国内版を買って、セブに持って来てから変圧器(最低800W必要です)を購入してつないだほうが、安上がりです。なので私はそちらを選びました。しかしながら、ここで私の失敗談を一つ！
アヤラモールのTrue Valueで変圧器を探していたら110Vだったんですね。
100V対応と書かれていたのですが、110Vでも問題ないだろうと思って購入したのですが(いくつかのブログには110Vでも問題ないと書かれていたので)、なんと「電圧が不安定のため使えません」との表示。
その後、SMモールで100Vにできる変圧器を買い直して、今は使えるという経緯があります。10Vの差は重要なので皆様もお気をつけください。



広告掲載のお礼

この度フリーペーパー各社(セブトリップ、咲楽、セブポット様)のご厚意により日本人会の情報、お知らせを無料で掲載していただくことになりました。いろいろな情報がたくさんの方に発信できるようになり関係者一同喜んでおります。この場を借りて御礼を申し上げます。

セブ日本人会 会長 櫻井 絹恵



★セブ島通信に記事を掲載したい方は「メール: info@ja-cebu.com」迄、お問合せください。
★セブ島通信では、発行日(奇数月の月初)の1ヶ月前を締切として原稿を公募しております。