

JA NEWSLETTER

事務局長: 上田 陽子、編集: 長濱 博文
英国日本人会ニュースレター第 218 号
(2016 年 8 月 30 日発行)
Registered charity number: 1145493

Japan Association in the UK, c/o JEIB, 3 London Wall Buildings, London EC2M 5PD

Web: www.japanassociation.org.uk E-mail: secretary@japanassociation.org.uk Phone: (020) 7628 5182

ヘンドン日本人墓地



お盆の清掃、供養が8月14日(日)11時半頃から行われました。7月の末に80周年記念式典が終わって間も無くの集まりでしたが、佐野会長を先頭に多数の有志が駆けつけてくださいました。在英国日本国大使館より、宇山総領事JA名誉会長ご夫妻、竹内領事のご参加が有りました。

三輪精舎主管、佐藤顕明師、博子さまのお盆の読経へ耳を傾け、この地で永眠された先達の、又、近年に亡くなられた霊に祈りました。

終了後、近くのスポーツセンターのコーヒーショップに皆さんで出掛けましたが、残念なことに、軽食は有りませんでした。お昼時の為、皆さんへ申し訳御座いませでした。お茶とスイーツで終わりましたが、一週間程、前もってオーダーが必要だそうです。

ご参加頂きました皆様お疲れ様でした。次回には何か考慮いたします。

藤田 (墓地管理部)



☆ ☆ ☆

英国日本人会の皆様へお知らせ

「NHK ラジオ体操がロンドンへ参ります」
皆様にお馴染みの NHK ラジオ体操がお出でくださいます!!

――皆で一緒に NHK ラジオ体操を楽しみましょう!!――

1) 日時: 9月26日(月) 15時~二時間以内
2) 場所: Farm Street Church、114 Mount Street London.

3) 先生方: **多胡先生、天井澤女史(インストラクター)、清水女史(インストラクター)** 25日のジャパン祭にご参加の後、皆さんの為に御出でくださいます。
事務局

☆ ☆ ☆

ジャパン祭のお知らせ



今年もジャパン祭がトラファールガースクエアにて**9月25日(日) 10:00~20:00**に行われます。

英国日本人会も例年に続き屋台を出す事に決めました。出店ブースの内容は本、雑貨、折り紙、等、考慮していますが、今年は日本的な雑貨が

不足しているため、皆様から出し物のサポートをお願い致します。

お祭りに参加される方は当日、品物をお持ち下さいますと有難いです。ピックアップが必要な方はご連絡下さい。

当日の会場係り、販売等、十数名のボランティアを募っています。又、出店ブースにつきアイデア有りましたらご連絡下さい。皆様のご協力をお願い致します。

英国日本人会イベント部

藤田: 0208 208 0408 / fujisachi@aol.com

小野: nobumirobins@yahoo.com

☆ ☆ ☆

Team Smile (青年部)からのお知らせ

TEAM SMILEは『TEAM SMILE部(青年部)』としてこれからさまざまな活動をしていきます! 応援よろしくお願いいたします。

◆主な活動

- SKT88 (Seniors and Kids Together)
- 頑張る女性を応援する会
- 日本の文化を世界に
- 広げる会
- テニス (Coming soon)

その他アイデアもお待ちしています!!

参加ご希望の方、お問い合わせは鈴木ナオミまで
07796144338

naomi.suzuki@japanassociation.org.uk

JAのウェブサイトが新しくなりました!

是非ご覧下さい!!

今後、掲示板や広告(JA 割引)などもアップしていきます。

<http://www.japanassociation.org.uk/>

☆ ☆ ☆

紅葉会からの報告

日時： 7月28日(木) 12:45~16:00
場所： Bloomsbury Baptist Church 4階
司会： ウィンター 千津子
受付： ベーリー まゆみ ガフニー タミー
お茶当： 竹内 みどり 山本 郁子
会計： 山下 良子 フィップス 勢津子
報告： Gibson 小池和子 / 写真 ウィンター千津子

第一部

1. 新入会員の紹介 なし ゲスト 永田洋一
2. 各部報告

墓地管理部 日本人墓地 80周年記念行事について。
福祉部 NALC の「見守りプロジェクト」南、北支部の懇親会についての説明。文集部 次回の英国春秋(文集)の締め切り及20周年記念特別号について。忘れな草部 マンチェスター、リバプール等の遠隔地にすまわれている方の紹介のお願い。同好会部よりそれぞれのお知らせ。

3. 紅葉会部

日本人墓地 80周年記念行事のそれぞれの部の活動についての説明

4. 皆で歌いましょう

5月の誕生日3名、ピット/ウィリアムス/高島正明
7月の歌「浜辺の歌」「見上げてごらん夜の星を」
「夏の思い出」

指揮：田村陽子 ピアノ：ウィンター千津子

5. ラジオ体操 田中弘子先生指導

第二部

今月の特別イベント「日本酒のお話し」

講師：チャタムハウス 佐藤宣之さん



最近の日本酒に関してのこと。
財務省職員の佐藤さんはシンガポール、フランスを経て現在英国に派遣されているらしいです。初めてケンブリッジに留学した20

数年前は日本酒どころか日本レストランもなかったが今ではデパートのバーで1ショットで日本酒が飲めるようにさえたことに驚かれています。アベノミクスの戦略『クールジャパン』の1つとして日本食、食材を海外に広めることがあります。その一環として日本酒も色々な所で紹介されています。例えばロンドンのラーメン屋さんでは本物の上質なラーメンを提供するだけでなく、店内にバーも設置して日本酒も試していただけるようになっています。

日本国内では全酒類消費量のわずか7%しか占めていない日本酒ですが、現在これまでのステレオタイプにとらわれない戦略で売り上げを伸ばしている”獺祭”などの日本酒メーカーもあり、海外で成功して日本の地元へ逆輸入するような可能性もあるようです。



日本酒にまつわるいろいろな蘊蓄も交えて楽しいお話をさせていただきました。また会員からの質問に答え、ノルウェーやアメリカ、ブラジルなど海外

でも日本酒を作っている人がいることや、政府のみならず各県独自に英国に進出して日本の食材を売り込んだり日本のいいものを発信する基地としてのジャパンハウス建設のお話にも触られました。

(敬称略) 出席者 42名

☆ ☆ ☆

紅葉会からのお知らせ

日時： 9月22日(木)
13:45~(開場 13:00)
会場： Bloomsbury Baptist Church 4階
235 Shaftesbury Avenue
London WC2H 8EP
最寄駅: Tottenham Court Road / Holborn
演題： 欧州の危機とロシア(仮題)
講師： 在英日本領事館
宇山総領事
会費： 会員£4.00 非会員£5.50
担当： ウィンター千津子
02082482883/07957548023
winter@japanassociation.org.uk

9月紅葉会例会は、在英日本領事館、宇山総領事のお話です。

英国欧州離脱に関わる問題また現在台頭してきますロシア問題を中心にお話しをいただく予定です。(詳しい内容は未定です)

PS 既にお知らせをしてありますが、当会では、Bring & Buy を強化したいと思っております。会員に役立つだろうと思うものをお持ちでそれをお売りにになりたい方は是非、その品物を例会当日に会場にお持ち下さるようお願いいたします。

☆ ☆ ☆

会員部からのお知らせ

8月中旬に「17年度年会費お支払い」、並びに「ジャパンハウス設立基金募金」のお願いを発送致しましたので受領後は速やかに更新手続きをお済ませ下さい。

小切手に会費納入連絡票を添えて返信封筒に切手を貼りご返送願います。

振込後、納入連絡票が返送されない場合は入金確認が出来ずに催促することになりますので会費納入連絡票は必ずご返送ください。又退会を希望される方も「退会」と記して納入連絡票をご返送願います。尚、10月以降のお支払いは延滞金£2が発生しますので必ず期日内【9月30日(金)】までにお支払い下さい。

以上、ご協力の程宜しくお願い致します。

新入会員：なし / 退会会員：なし

尚、英国日本人会組織図・会則をご希望の方には配信しますのでご連絡下さい。

会員部：飛田まゆみ / Greaves 邦子 / Crawford 由紀子

07931534166

membership@japanassociation.org.uk

☆ ☆ ☆

福祉部からの報告

NALC UK 活動報告

会員各自が身に着けたキャリア、特技、資格をフルに使ってお互いに優しい心で助け合うことを目的に設立されたのがナルクの時間預託です。ケアが必要な会員にボランティアを提供し、活動時間を点数として貯蓄しておき、自分やご家族がケアを必要になったときに預託点数を引き出してサービスを受ける仕組みで運営されます。ペットのお世話、散歩、留守番、庭のお手入れ、草取り、話し相手など、さまざまに会員同士が助け合う中で、生まれる「ふれあい」を通じて仲間意識が高まります。ボランティア提供者に対して加算される点数について、最近、ご質問を受けることが増えていますので、今月は加算方法について、詳しく説明させていただきます。

ナルクのポイントは、1) 時間預託活動、2) JA/ナルクのボランティア活動の二種類で加算されます。

1) ボランティアサービスが必要な会員からの依頼をメール・電話で受けたナルク担当(コーディネータ)が会員リストから依頼者に最も近い会員からサービス提供可能か否かを問い合わせ、両者の希望日を合意させた上で、依頼者(A会員)の持ち点から提供者(B会員)に点数が移され、加算されます。

2) の JA/ナルクのボランティア活動に参加した会員は、コーディネータに申告することで得点になります。ポイント加算対象イベントは、事前にナルク UK 事務局から事前にお知らせしています。活動に参加された方々のポイントが参加者リストの得点表に加算され、半年ごとに預託点数残高が通知されます。

ご自身が参加された活動がナルクポイント対象イベントかをご確認されたい場合は、直接ナルク UK 担当者までご連絡ください。

ご質問お問い合わせはお気軽にナルク UK 事務局までご連絡ください。

07721201389 / nalclondon@gmail.com

福祉コラム

ラジオ体操と健康長寿

音楽が流れると、自然にからだ動き出すほど、日本人の誰にとってもお馴染みの「ラジオ体操」は、昭和天皇即位記念として 1928 年に「国民保健体操」の名のもとに始まりました。現在のラジオ体操第一は 1951 年、第二は翌 1952 年に開始されました。

夏休みの早朝に眠い目をこすりながら児童が運動場に集まる光景は、日本の夏の風物詩の一つとして定着していました。ところが、学業重視や夜型ライフスタイルへの変化などで、ラジオ体操への児童の参加が近年減少し、夏休みのラジオ体操を知らない児童が増えているとも言われています。その一方、健康志向の高齢者の間でラジオ体操が大変なブームになっており、ラジオ体操人口は現在 3 千万ともいわれています。

某長寿研究所が 60 歳以上でラジオ体操を習慣化しているグループと同年代の全国平均値を比べたところ、ラジオ体操愛好者は、血管年齢が若く、肺機

能も優れ、骨密度も高く、体が柔軟で、その他にも、血液リンパの循環促進、冷え症解消、新陳代謝促進、免疫カアップ、内臓機能アップなどの効果が期待できるそうです。年齢を重ねても、生き生きと元気人生を楽しみたい方に素晴らしい朗報です。

ラジオ体操は、日本人にとってお馴染み過ぎるため、健康への効果の医学的研究調査はほとんどありませんでした。そうした中、スポーツドクターの中村格子氏著の『実はスゴイ！ 大人のラジオ体操』が一大センセーションを起しました。氏によると、ラジオ体操を正しく行った場合、第 1 は早足ウォーキングよりカロリー消費量が高く、第 2 の消費量は、テニスのダブルスに相当するとのこと。第 1、第 2 とも 3 分強の間に 13 種類の動きが盛り込まれていて、全身の筋肉をまんべんなく動かすように作られています。第 1 だけでも約 600 ある筋肉の 400 を動かすとのこと。

ラジオ体操のような軽い運動は認知症の予防になることも以下のように立証されています：

● 筋肉量低下防止で認知症リスクを抑制

ハーバード大学准教授のジョン J.レイティ著『脳を鍛えるには運動しかない』によると、高齢者の筋力低下は、認知症リスクの増大につながる一方、加齢にもかかわらず運動で脳が成長出来るということです。これまで加齢により死滅すると思われた脳は、年齢に関係なく成長することが分ったわけです。体操を習慣化することの重要性は間違いありません。

● 運動の継続が効果的

認知症予防のための運動量については、毎日 15-20 分程度の軽い運動を毎日行えば十分な効果が得られるということです。無理なく運動出来る「ラジオ体操」を毎日行うことこそ理想的ではありませんか！是非チャレンジしてください。身体や脳を鍛える習慣を身に付けて損はありません。認知症の予防だけでなく、健康長寿を楽しむためにも、ぜひはじめましょう。

☆ ☆ ☆

西支部からのお知らせ

日時： 10月14日(金) 12:30~

会場： EAT TOKYO
16 Old Compton Street
LONDON W1D 4TL
02074399887
www.eattokyo.co.uk/soho

会費： £13 (予定)

担当： 山本郁子 07979596471
竹内みどり 07774476293
imandry@tiscali.co.uk
締切：10月7日(金)

☆ ☆ ☆

北支部からのお知らせ

日時： 9月9日(金) 12:30~14:30

会場： Cocoro Restaurant
31 Marylebone Lane
London W1H 2NH
最寄駅: Bond Street
02079352931

会費： 会員£13 非会員£13

担当： ウィンター千津子 / スコット純子
02082482883 / 02083409063
chizwinter@icloud.com
sumiko.scott@btinternet.com

北支部懇親会は、Cocoro Restaurant で行います。Cocoro のいつもの美味しいお弁当です。皆さん、ふるってご参加下さい。なお、今回から、レストランの都合で、出席者25名までとされています。申し訳ありませんが、参加者は申し込み先着25名とさせていただきます。なお、参加者が25名に達しなかった場合でも、幹事がお弁当を引き取るように頼まれております。もし、申し込まれても不参加になる場合は、必ず、幹事までお知らせ願います。皆様にはご不自由をおかしますが、よろしくお願いいたします。

今の所、まだ、数名の空きがあります。

今回は、「Cocoro 懐石」のシェフが我々のお弁当用に2-3点、作ってくれる予定です。

☆ ☆ ☆

俳句を学ぶ会からの報告

8月18日(木) 今回は趣向を変えてハムステッドケンウッドハウスで吟行でした。その前に希望者で日本食ランチ。出席は8名

●うな丼にたっぷり山椒残暑かな / 悦子キング

●夏服をフル回転の残暑かな / 福重久子

●赤とんぼ群れをなす空も茜色 / 松尾美和子

次回 9月15日(木)

季題：『秋分』が季題となります。

問い合わせ先：クパーのり子 02078285255

☆ ☆ ☆

映画同好会からの報告



8月17日(火)、Farm St. Charchにて参加者22名

上映作品：『薄桜記』
(1959年大映京都撮影所製作)

原作「五味康祐」 脚本「伊藤大輔」 監督「森一生」と当時の時代劇映画の大御所と言われたメインスタッフが参画した作品の上映をしました。サマーホリデーの時期で、おなじみの会員さんの欠席が目立った日でしたが、新たな会員さんも加わって、予想以上の皆さんの集いになりました。見終わった後で、前回から活用することになったレストラン(グリーンパークの近く)に立ち寄り、『薄桜記』の感想並びに、テーマそのものに対する意見、赤穂浪士の討ち入りと言う極限状態と純愛、敵討ち、剣士同士の友情など涙なしには見れませんでした。会員の皆様の中から『時代劇もいろいろあるのですね!』

と感動した想いを伝えてくれたり、『長谷川一夫さんの作品も見たい』との意見など積極的な提案もありました。

今後『雪之丞変化』『七人の侍』『用心棒』『忍びの者』『座頭市』『眠狂四郎』など代表的な時代劇の傑作、はじめ『炎上』『おとうと』『ある殺し屋』など当時話題となり大ヒットした現代劇も上映作品のリストに加えました。

なお、英国にお世話になっていて英国の名作を一度も見ていないので、10月はピビアンリー主演『哀愁(Watarloo)』を上映したいと思います。(最近見直しましたが良くできています、日本の『君の名は』などの基本型では?)

☆ ☆ ☆

スケッチ会からの報告



8月10日(水) Goldersgreen からバスで二つ目で降りた所にある West Herth 公園に出かけた 今回は夏休みの帰国や医者予約などが重なり少ない

参加者で5名食事会の兵は6名だった。公園に入るとすぐ右側に大きなカフェがあり、年寄りや家族で賑わっていた。特に若いお母さんと赤ちゃんが多く、バギーがずらりと並んでいた。芝生の緑は心地良く花壇や池もあり夏のカラフルな草花が百花繚乱と咲き乱れていた。ロンドンには本当に公園が素晴らしい。今回は花のクローズアップに挑戦。易しい様でけつこう難しい特にバックとのバランス、皆さんの努力の跡を感じる絵に仕上がっている。

竹内みどり



竹内みどり



田口邦子



クーパーのりこ



邦子 Greaves



山本郁子



シェイラ文野

☆ ☆ ☆

同好会のお知らせ

1、開催日時 2、場所 3、住所 4、詳細
5、担当者 6、備考

<ウォーク>

- 1 9月10日(土)
- 2 National Rail Kingston 駅 改札 10:45
National Rail :Waterloo 駅 10:12 発
Kingston 駅着 10:40
バス 515 番 (Guilford 行)
11:15 発 / 12:11 着
注: バスは 1 時間に一本なので遅れないように
帰りは 16:21 発のバス
Kingston 着 17:12
- 3 N/A
- 4 サリー州の Cobham にある, 18 世紀に作られた Landscape Garden を
散策。池、洞窟、小さな vineyard、
Gothic Tower などがあり、バラエティ
ーに富んだ庭園です。水辺でピクニック
当日は Heritage Open Days で無料
- 5 川西弘子 / 01932248142
07979816673 (当日のみ)
a.alibert@ntlworld.com
- 6 小雨決行
Northern Line part closure
(Archway/High Barnet/Mill Hill East)
オーガナイザーはオーガナイズをすること
を、目的としており、事故や怪我に
関して自己責任でお願い致します。

<カラオケ>

- 1 9月1日(木) 13:00~16:00
- 2 カラオケ エボック
- 3 30 Brewer Street, London W1
徒波書房の奥
- 4 飲食持ち込み自由
- 5 竹内 07774 476 293
- 6 要予約

<スマホ/iPad/iPhone>

- 1 9月13日(火) 14:00~16:00
9月27日(火) 14:00~16:00
- 2 あべのレストラン地下
- 3 47 Museum Street, London WC1A
- 4 Wi-Fiの接続の仕方とアプリダウンロード
とその使い方などモニターで説明予定。講
師なしの情報交換の場です。初心者、中上
級者の方も一緒に楽しく皆んなで情報を披
露しあいましょう。会費無料。JA 会員の
み参加可 15 名程。
- 5 上田、浜口 rie036@gmail.com
- 6 自由参加 (JA 会員のみのみ)

<スケッチ>

- 1 9月14日(水) 11:30~
- 2 St James' s Park
- 3 11:30 駅改札口集合
- 4 アークード側 / Westminster 寄り
- 5 竹内 07774476293
- 6 自由参加 (JA 会員のみのみ)

<映画鑑賞>

- 1 9月20日(火) 12:30~15:30
- 2 N/A
- 3 114 Mount Street, London W1
- 4 [雪之丞変化]市川崑監督/主演 長谷川一夫
- 5 渡辺 07783426113
竹内 07774476293
- 6 要予約
16:00 より特別ミニコンサート&ダンス
(1 時間のみ)。東欧カプルのバイオリン
とアコーディオンの生演奏 タンゴ 映画
鑑賞 イタリア民謡 etc. こちらだけの参加
も可(場所代 3)

皆さん『Freedom Pass』を大いに利用して外
に出ましょ う 見聞を広めて楽しみましょ う 出た
くなくなるのがボケの始まり 同好会は会后のお茶
や食事だけの参加も可 ぜひお出かけください。

☆ ☆ ☆

「忘れな草」プロジェクト上映会のお知らせ

9月29日(木) 18:45からJapan Societyで新しい
インタビューの上映会をしますのでお知らせいた
します。
ご都合のつく会員の方々はどうぞご参加下さい。
出席の場合はJapan SocietyのWeb siteから申し込
みされて下さい。 モモコWilliams

☆ ☆ ☆

二水会からのお知らせ

9月の二水会では 昨年12月にノッティングヒル
にオープンされた着物専門店Wasoukanの代表者で
ある池田訓之氏に 着物に関わる和のころについ
てお話を頂きます。

記

日時: 9月14日(水) 18:30~
会場: St. James's Church, 197 Piccadilly,
London W1J 9LL

会費: £5 (JA会員) £8 (非会員)
講師: 和装館代表 池田 訓之 (いけだ のりゆき)
演題: 「着物に流れる和の心」

講師プロフィール

昭和37年京都生まれ、同志社大学法学部卒
インド独立の父ガンジーにあこがれ、大学卒業後、
10年間弁護士を目指し司法試験にチャレンジするも
かなわず。33歳のとき人生の出直しを誓い、呉服業
界に転身。10年間の修行を経て独立。平成17年8
月鳥取にて株式会社和想を設立。
着付け道師範。カラー・コーディネーター。
夢: 世界の主要都市に和想館ブランドショップを開
く事・和道の講演家として認められる事。
趣味: マラソン、茶道。

Wasoukan: 293 Westbourne Grove London
W11 2QA Tel: 020-3637-5010

<http://www.wasoukan.eu/>

問合せ: 宮村/nisukai@japanassociation.org.uk

☆ ☆ ☆

歩く会からの報告



日時: 7月25日(月)

コース: Box Hill, Surrey

担当者: 川西弘子

天候にも恵まれ、参加者12名

感想:

- 気温も丁度良く、お喋りしながら、眺めを楽しみました。
- 丘の上からのドーキングの町の眺めは抜群でした。お喋り楽し、お茶も楽しい1日でした。
- 久しぶりに歩く会に参加して、良いお天気に恵まれ、皆さんと良き1日が過ごせました。
- 今日皆さんと楽しく歩きました。Box Hillの丘からの眺めは素晴らしかったです。
- 英国の素晴らしい夏の1日、辺りの景色に惹かれて、楽しいBox Hillのウォークを満喫しました。

☆ ☆ ☆

理事会だより

8月臨時理事会の主な討議と報告

- 80周年墓地セレモニーの反省
- JA20周年祝賀会について
- ジャパン祭り9月25日(日)
- 新JAホームページと広告掲載について
- 若年層会員増加にチームスマイル部を承認
- 賠償保険について

☆ ☆ ☆