



会長ご挨拶

北米三菱商事会社
高杉 禎



6月の土光会長ご帰任の後を受け、10月からの今期もヒューストン日本商工会会長を務めさせていただきます。皆様引き続きよろしくお願い致します。

朝晩は少し肌寒さを感じるほどの今日この頃ですが、比較的乾燥した過ごしやすい気候となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。日頃の皆様の商工会活動へのご参加、ご協力に感謝申し上げます。

油価下落は少なからずヒューストン経済に影響を及ぼすとは思いますが、相変わらず当地の経済は活況を呈していると言えます。そんな中、10月末時点での商工会加盟正団体会員数は98社、総会員数651人と過去最多を更新中です。4年前の数字は86社、約401人だったので隔世の感があります。商工会は、1967年設立のヒューストン貿易懇話会を前身として1976年に設立されました。この間のヒューストンの変貌ぶりは著しいものがあります。現在、ヒューストン都市圏の人口は約640万人ですが、1970年当時は僅か220万人程度だったとのことですので、3倍近くにまで拡大しています。

以前のヒューストンの経済は石油・ガス関連分野が70%以上を占めていましたが、現在は大きく経済規模は発展しながらも多様化が進み、医療、IT、サービス産業等も拡大し、石油・ガス関連の経済に占める割合は40数%、また、人種においても全米で最も多様化している都市と言われています。ヒスパニックの増加が大きいです。アジア人も存在感を増しているのは間違いありません。商工会以外の団体である、日米協会やアジア協会の日本をテーマとした活動もここ数年活発化している様です。更に、9月末から10月初めにかけてはヒューストン市長とGHP (Greater Houston Partnership、当地米国企業約2,000社加盟の経済連合会) 社長を団長とするミッションが、韓国と日本を訪問しました。この様に、日本・日本企業への注目が高まっているのは大変嬉しいことです。

これからも、商工会の本来の目的である日系企業の経済活動促進、企業・ご家族の相互援助・親交等を促進すると共に、地域社会や他団体との相互理解・交流にも努めていきたいと思っております。引き続き皆様のご支援をお願い致します。

2014-2015年度 商工会常任委員会・総会・懇親会 開催

心地良い秋を感じる10月、ヒューストン日本商工会も平成26(2014-2015)年度を迎えました。

ヒューストンの経済の好調に支えられて、10月22日時点での正団体会員数は98社、正個人会員数は651名に達し、歴代最高記録となりました。

10月22日(水)の午後5時から、毎年恒例の常任委員会と年次総会がFour Seasons HotelのConroe Roomで開催されました。まず常任委員会で高岡望総領事と高杉禎会長のご挨拶があり、幹事報告、会計幹事報告、委員会報告、事務局連絡が行われ終了。次に、午後6時から正個人会員と準会員も参加された年次総会で、総領事と会長のご挨拶、旧年度理事委員による年間活動報告、新年度理事委員紹介と続き、常任委員選任報告を最後に終了しました。この後、2階のHighland Roomで懇親会に移り、軽食とワインなどを立食スタイルで味わいながら、午後9時過ぎまで和やかに歓談が続きました。

高岡望総領事(商工会名誉会長)は、総会でのご挨拶の中で、自分はちょうど1年前の総会の時に着任したが、昨年度はヒューストンにおける事務所の開設が大変多く、自分が参加したものだけでも13件に上る、また、総領事館の重要な任務として、当地における日本のプレゼンスの向上、ヒューストンを含むテキサス州と日本との交流の推進、在米日系企業へのサポートがあるが、この3点においても大変実りの多い一年であったと仰いました。続いて、高杉会長が挨拶され、最後に、ヒューストンは“The City with No Limits”である(限り無く発展している)、商工会は会員企業の期待に添う運営を目指す、抱負を仰いました。

高杉会長を始め新理事委員の皆様、全ての会員と配偶者の皆様、この一年間どうぞ宜しくお願い致します。



November 目次

- | | | | |
|--------------------------|----------------------|--------------------|------------------------------|
| 1...商工会総会ご報告/会長ご挨拶 | 4...宇宙セミナー | 7...補習校運動会・ピーカンキップ | 10...感謝祭料理・Showing Japanお知らせ |
| 2...商工会常任委員会、年次総会議事録 | 5...テキサスマディカル最前線 | 8...彫刻家 滝口勝・アレルギー | 11...ワン! ダフル |
| 3...ヒューストン市長訪日・会社紹介・会員消息 | 6...新連載「補習校教員募集中Q+A」 | 9...駐妻日記・知っとな物語 | 12...Houston Walker・編集後記 |

開催日時: 2014年10月22日(水)

開催場所: Four Seasons Hotel (1300 Lamar Street)

【常任委員会】17:00～17:40 < Room: CONROE >

1. 開会の辞 (金子公亮幹事)

2. 商工会会長挨拶 (高杉禎会長)

会長より新年度開始にあたっての念頭の挨拶があった。

3. 総領事館連絡 (高岡望総領事)

① 10月30日に帰任予定の渡部首席領事の後任者として、岩崎首席領事が着任した。

② 10月1日から4日まで、パーカー市長、ハービー GHP 社長を含むミッションの一行が訪日した。日本においては、関芳弘経済産業大臣政務官、経団連、東芝、日立、姉妹都市である千葉市の熊谷市長等を訪問されたほか、新幹線を試乗された。ミッション出発前には、会員企業の皆様にご協力いただき収集した情報を、私から市長及び訪日の一行に説明することができ、感謝申し上げたい。なお、高杉会長と佐藤副会長にも一行にご参加いただいた。

③ 2015年1月から9月まで Holocaust Museum Houston にて The Art of Gaman Exhibition が開催される。これは、かつて日系アメリカ人が第2次大戦中に収容所に収容という厳しい状況下で道具もない中で作られた美術作品を展示するものである。ホロコースト美術館から商工会会員企業様に同展示会に対する寄付の依頼があり、関連資料、連絡先を配布するので、ご検討、連絡願いたい。

4. 幹事報告 (金子公亮幹事)

*理事委員の紹介

金子公亮幹事より本年度の理事委員会を構成するメンバーとして、名誉会長(総領事)、役員(7名)、特命理事(4名)、常設委員長(6名)、常設部会長(5名)、事務局長の紹介があった。詳細は商工会ホームページ掲載の組織図参照。

5. 会計報告【承認事項】(加藤信之会計幹事)

*2014年9月期決算案の報告及び承認、2015年9月期予算案の承認について2014年9月期の\$19,000の黒字予算に対し、約\$49,000の黒字決算となった。その主な要因は、会員数増加に伴う会費収入の増加であった。新年度予算については、引き続き会員増加による会費収入の増額、また支出面では臨時職員採用による人件費や医療保険料の値上げによる増額を見込み、約\$22,100の黒字予算とした。以上の報告を受け、決算案・報告案が過半数の賛成を得て承認された。

6. 2014年第3回宇宙セミナーの開催報告と今年度の予定について

(酒井純一対外交流特命理事)

前年度の第3回宇宙セミナーは、9月20日に補習校オーディトリウムにて若田宇宙飛行士を講師として迎え開催された。このセミナーには、補習校の生徒を中心とし、教職員、運営委員、PTA役員、商工会会員も含め計517名が参加した。今年度においても、前年度までと同様にスペースセンターヒューストンを主に利用する(JSCトラムツアーも併せて実施)計画で、年3回程度の開催を予定している。前年度は、会場の収容人数の都合上、会員の参加受け入れ人数が制限されていたので、今年度は会員の受け入れ枠をさらに大きくできるよう工夫していきたい。今後の宇宙セミナーの実施計画及び内容については、次回以降の理事委員会で改めて調整する予定。

7. 委員会・部会報告

①スポーツ委員会 (金子公亮幹事: 難野太一副会長兼スポーツ委員長代理)

*第550回テキサス会「商工会会長杯」開催について

来る2014年11月16日(日)にOakhurst Golf Clubで第550回テキサス会「商工会会長杯」を開催予定。会員各位にはすでにご案内を送付済み。参加呼びかけの他、賞品用の寄付のご協力もお願いしたい。

②企画調査委員会 (中溝丘企画調査委員長)

*為替講演会「ドル円・カナダドル相場の見通し」開催について

11月20日(木)午後2:30よりFour Houston Center Conference Roomにて為替講演会を開催する。三菱東京UFJ銀行のグローバルマーケットリサーチ為替アナリストである石丸伸二氏にドル円・カナダドル相場の見通しなどを解説いただく。会員各位にはすでにご案内を送付済み。ふるってご参加いただきたい。

*2013-2014テキサス経済概況について

総領事館・JETROの協力で発行される「テキサス経済概況」につき、本文は隔年毎、付表は毎年改訂している。今回は付表のみの改訂作業を終了し、近日中にホームページに掲載される予定。是非ご活用いただきたい。

8. 事務局連絡 (小林浩子事務局長)

①2014-2015版 商工会会員名簿改訂作業進捗報告

今月より2014-2015版商工会会員名簿の改訂作業を会員情報管理用データベースの作業と並行して進めている。作業に関して皆様のご協力をお願いしたい。

②年間行事・会議予定のお知らせ

今年度の行事・会議開催予定日等を商工会ホームページに掲載しているので確認をお願いしたい。今後もスケジュールを随時アップデートしていくので、ご担当行事の予定が決まり次第、事務局へご連絡いただきたい。

③会員消息

10月22日現在の会員数は、名誉会員9名、正個人会員611名(正団体会員数98社)、準会員数31名で、総会員数は651名である。詳細は、別項「会員消息」欄参照。

【年次総会】(18:00～18:50) < Room: CONROE >

1. 開会の辞 (金子公亮幹事)

2. 総領事ご挨拶 (高岡望総領事)

着任以来の一年を振り返ると、ヒューストンにおける日本企業の存在感は高まり、当地が米国で経済成長が最も著しかった所だと言える。当地において日系企業の事務所開設、プロジェクトの起工式等に参加した数は、この一年間に13件にもなった。日本のヒューストンへの関心も高まり、国会議員が13名も当地(ダラス、サンアントニオも含む)へ来訪され、当館の最高新記録となった。一方、テキサス側からも9月から10月にかけて、ベリー州知事をはじめ、ダラス、フォートワース、プレーノ、ヒューストンの4つの市より市長が日本を訪問している。総領事館の重要な任務として、当地における日本のプレゼンスの向上、ヒューストンを含むテキサス州と日本との交流の推進、在米日系企業へのサポートがあるが、この3点において大変実りの多かった一年であった。今年度も引き続きヒューストンの日本企業への協力支援を強化していきたい。

3. 商工会会長挨拶 (高杉禎会長)

当会は1967年に貿易懇話会として発足し、1976年に商工会と名前を改めた。発足当時のヒューストン都市圏は、人口が僅か220万人程度で、Energy Capitalと呼ばれる如く地元産業の7割が石油・ガス関連分野で占められていた。しかし、現在の人口はその3倍弱にあたる640万人となり、エネルギー産業の占める割合が4割と低下している一方で、メディカル、IT、サービスと産業が多様化して発展し、"The City with No Limits"をキャッチフレーズとしてさらなる発展が期待されている。当地の経済事情が良好で、前年度は商工会登録会員数も過去最高を記録した。今後、組織としてさらに成長を続けていく中で、イベントの工夫等、新しいニーズに対応しながら皆様のご期待にそえるよう運営していきたいと考えている。今年度も引き続き会員の皆様のご支援ご協力をお願いしたい。

4. 旧年度役員・特命理事・委員長・部会長による年次報告 (金子公亮幹事)

金子幹事の進行で、旧年度役員・特命理事・常設委員長及び部会長による年次報告が行われた。

5. 新理事委員会紹介 (金子公亮幹事)

金子幹事より本年度の理事委員会を構成するメンバーの紹介があった。詳細については商工会ホームページ掲載の組織図参照。

6. 常任委員の選任報告 (金子公亮幹事)

金子幹事より、商工会定款第四条第一項(d)号(2010年8月度常任委員会において一部変更)に基づき、正団体会員の企業責任者98名を常任委員として選任することが報告された。

(総会終了後は別室へ移動)

【懇親会】(19:00～21:15) < Room: HIGHLAND >

1. 開会の辞 (金子公亮幹事)

2. 商工会会長挨拶・乾杯 (高杉禎会長)

3. 総領事挨拶 (高岡望総領事)

4. 閉会の辞 (鈴木一副会長)



ヒューストン日本商工会 会社紹介

Mitsubishi Heavy Industries America, Inc. Environmental & Chemical Plant Division

伊藤弘二さん

■会社の業務内容について簡単にご説明下さい。

当社は三菱重工業株式会社100%出資の米国グループ会社です。我々の所属する”Environmental & Chemical Plant Division”は、環境プラント・化学プラントを取り扱う事業部として、2013年4月、ヒューストンに設立されました。発電所の排ガスからCO2を回収するプラントや、プラスチック等の原材料となるポリエチレン(化学品)を生産するプラントなどのEPC(設計・調達・建設)を手掛けており、今後の成長が予想される米国市場で積極的な事業展開を目指しています。

■ヒューストン/テキサス州の印象をお聞かせ下さい。

私は今年の1月に日本から赴任したのですが、氷点下になる予想以上の寒さに驚きました。誰に聞いても、「今年(の寒さ)は異常」とのこと、暖かくなるのを心待ちにしていたのですが、これまた予想以上に長い夏を経験し、ヒューストンの懐の深さに感動しているところです。

街の人達はとても気さくで優しく、おいしい店・楽しい店も多いので、家族共々気に入っています。

■その他、個人的な関心事や趣味等についてお聞かせ下さい。



米国に来る前からNFLが好きで、とうとう本場の雰囲気味わえると興奮していたのですが、先日息子を連れ、念願のライブ観戦を実現させました！試合は我がテキサンズが見事に勝利し、帰路ではすれ違う人達とハイタッチを交わしながらハイテンションな一日を過ごすことが出来ました。息子もすっかりNFLにハマリ、家にはテキサンズのグッズが増えつつあります。

■ありがとうございました。

ヒューストン市長/GHP社長 訪日ミッション

9月28日～10月4日、パーカー・ヒューストン市長とハービーGHP(Greater Houston Partnership、当地唯一最大の経済連合会)社長の二人を団長とする貿易・投資促進官民合同ミッションが韓国と日本を訪問しました。

訪日日程は、姉妹都市である千葉市長表敬、経済産業省・米国大使館・経団連・東芝・日立との面談、JR東海新幹線試乗、小池百合子代議士他との女性の社会進出懇談会に加え、ヒューストンに進出している企業・団体の本社役員との朝食会など、盛りだくさんの内容となりました。千葉市訪問では、熊谷千葉市長からパーカー市長に特別名誉市民証が贈られました。

当地進出企業・団体の本社役員との朝食会では、GHPからの事前の案内に応じた商工会加盟10社の役員・幹部出席の下、活発な意見交換・質疑応答がなされ、大変有意義な会合となりました。

いずれの面談においても、パーカー市長とハービーGHP社長から、経済発展著しいヒューストンの現況、石油・ガス・石油化学に加え、テキサスマディカルセンターやエリントン空港での新計画、並びに官民一体となった質・量両面での労働力確保への積極的取り組み等の説明がなされました。

なお、この訪日ミッションのイベントの一部には、商工会の高杉会長(北米三菱商事会社)と佐藤副会長(東芝インターナショナル米国社)が参加しました。

会員消息 敬称略/カッコ内配偶者

■正個人会員入会

- ・Chubu Electric Power Company USA Inc.
森昭憲/安本宏二/成瀬孝司/小宮雅巳
- ・EOS Accountants LLP
溝口建
- ・IHI E & C International Corporation
野間弘道/林 聖/香取孝太郎/金岡聖治/風間義行
- ・Japex (U.S.) Corp.
古志真一(仁美)
- ・MCX Exploration (USA), LLC
渡邊哲也
- ・Mitsubishi Corporation (Americas)
小宮直人
- ・Mitsubishi Heavy Industries America, Inc.
小島直樹
- ・Mitsui & Co. (USA), Inc.
本庄一成(Nada)/大堀洋嗣(朝美)/石附泰一/
谷健太郎(香澄)/釘宮智樹(詩織)/
前田剛秀(恵子)/三谷賢史/天野功士
- ・Osaka Gas USA Corporation
米山久一/横田英俊/
嶋原大貴/江見浩/柳谷光亮/藤原啓
- ・Sekisui Specialty Chemicals America, LLC
山口英裕(千尋)/小山晃正
- ・Sumitomo Corporation of America
久野泰典/青木論志/内藤邦彦
- ・Tokyo Gas America Ltd.
山田将功
- ・Toshiba International Corp.
三上宜孝(有希)/島野哲(里奈)
- ・Toyota Tsusho America, Inc.
加藤健

■配偶者登録

- ・Mitsubishi International Corporation 中野静/安藤寛子

- ・Mitsui & Co. (USA), Inc. 薙野淳子/龍泉満希/
坂本智恵子/石塚理砂/原菜穂/古川啓子
- ・Nissan Chemical America 竹原志実

■正個人会員退会

- ・Chubu Electric Power Company USA Inc. 松田尚也
- ・Marubeni America Corporation
森稔弘/寺田直/小田切順久/大瀧英樹
- ・Mitsubishi International Corporation 宝山泰弘(綾)
- ・Mitsui & Co.(USA), Inc. 瀬尾宇史
- ・Mitsui E & P USA, LLC 大西豪
- ・Nippon life Benefits 磯部広貴
- ・Satake USA, Inc. 西名緯久男
- ・Sumitomo Corporation of America 中田望
- ・Toshiba International Corp.
佐藤裕幸/金田陽助/若山健次郎(美智子)

■配偶者登録削除

- ・Mitsui E & P USA, LLC 大西雅子

■常任委員交代

- ・Osaka Gas USA Corporation
(旧)山本唯史 → (新)米山久一

■社名変更

- ・(旧)Osaka Gas Resources America Corporation →
(新)Osaka Gas USA Corporation

■住所変更

- ・Azbil North America, Inc.
(新)1002 Gemini St., Ste. 121, Houston, TX 77058

商工会 古本市のご報告

11月1日、午前11時30分から午後1時30分まで、生活情報委員会主催で古本市を開催致しました。

会場を三水会センター会議室に、また時間帯も変更しての試みでした。開始15分前から多くの方にお集まりいただき、開始直後から人数制限をさせていただくほどの大盛況でした。

皆様のご協力のおかげで、\$1,037.00の収益と\$145.40の募金が集まりました。子供向けの絵本の購入等に充てさせていただきました。予定しております。

古本市開催にあたり、企画、準備、当日の開催運営において、読み聞かせの会、お助けマップ、元婦人部の皆様にご協力いただきましたことを感謝申し上げます。

今後も皆様のご協力をお願い申し上げます。



2014年 第3回宇宙セミナー開催

若田宇宙飛行士講演会

「国際宇宙ステーション長期滞在飛行に参加して」



9月20（土）、ヒューストン日本語補習校オーディトリウムにて第3回宇宙セミナーとしてJAXA若田光一宇宙飛行士による講演会を開催しました。当日は補習校の生徒や補習校運営委員の方々など、500名を超える多くの方々にご来場いただき、会場のオーディトリウムは満席となりました。

若田宇宙飛行士は、国際宇宙ステーション（ISS）の第38/39次長期滞在クルーとして2013年11月から2014年5月まで約188日間ISSに滞在しました。第39次長期滞在においては、日本人初となる船長（コマンダー）に就任しました。過去3回のミッションを含めた若田宇宙飛行士の宇宙滞在期間の合計は347日08時間33分で日本人最長となります。

講演会は、まず始めに、JAXAヒューストン駐在員事務所の酒井所長より若田宇宙飛行士の紹介が行われた後、講演の前半の約40分間では、宇宙での生活や今回のミッションでの成果などについて説明が行われました。具体的には、ビデオ映像を用いて、日本人宇宙飛行士の実績や今後の日本の宇宙開発の展望について紹介があり、次に国際宇宙ステーションの概要説明の後、今回の長期滞在ミッション中に軌道上で行った各種実験や、船長としての任務や日常生活について説明がありました。微小重力で与圧空間という国際宇宙ステーションの船内ならではの実験が紹介されると、会場からは感心する声や笑いが起こっていました。つい数か月前に国際宇宙ステーションで撮影された映像や写真はどれも臨場感があり、小学校低学年にも親しみやすくわかりやすい講演内容でした。

講演の後半には、約30分間の質問コーナーが設けられました。若田飛行士がワイヤレスマイクを持って、会場にいる子供たちの間で質問に答えました。質問コーナーの時間を最大限に使って、合計14個の質問に回答しました。積極的な子供たちが多く、会場ではまだまだ沢山の手が上がっており、予定していた時間はあっという間に使い切ってしまいました。

講演終了後には、若田宇宙飛行士から生徒の皆さんへ、打上げ前に届けられた応援メッセージに対するお礼の言葉がありました。また、生徒の代表から、今回の講演に対するお礼の言葉と花束の贈呈が行われました。和やかな雰囲気の中、講演は無事終了しました。

末筆ながら、ご来場頂いた皆さまと講演会の実施にご協力頂いた皆さまに対しまして、心から御礼申し上げます。



編集委員会では医療の最前線でご活躍されているメディカルセンターのドクターにリレー方式でご登場頂き、健康に関する話、メディカルセンターの様子などを連載記事としてご紹介しています。前回の石澤丈先生から消化器外科が御専門の塩崎弘憲先生にバトンが移りました。

第121回

最近の肥満に対するお話

医師

現MD Anderson Cancer Center
GI Med Oncology Postdoctoral Fellow
塩崎弘憲 先生



ヒューストンもようやく暑い日々を抜けた中、皆様いかがおすごでしょうか？今回執筆をさせていただく消化器・一般外科の塩崎弘憲と申します。こちらではMD Anderson Cancer CenterでClinical Studyとって当院の莫大な患者さんの診療情報からその治療戦略や予後などについて研究を行っています。専門的な内容はすでにいろいろ書かれているため今回は少し趣向をかえて生活に根付いた部分でお話をさせて頂こうと思います。といっても題材に最前線と書かれているので最新の論文をからめてまとめてみましたのでお役に立てればと思います。

まずヒューストンに来て率直に感じたこと、それは過度の肥満と肥満人口の高さです。そしてこちらで外食をしてみるとそれを裏付ける食事量の多さとジャンクフードの数々におどろかされました。また、街中ではすべてドライブスルーでこと足りてしまいます。大型スーパーの中では肥満の方が小さなカートにのって移動し、彼らのお宅に遊びに行けばバケツのような大きさのアイスクリームと業者買いかと思うほどの大きさのポップコーンをテレビを見ながら一人で食べきってしまいます。それでは肥満になるわけですが。最近では癌との関係も明らかになってきています。

1. 肥満と癌(BMIと癌のリスク)

肥満値と22種類の癌との関係を調べた論文がイギリスから報告されました。イギリス国民のデータから肥満指数(BMI)測定時には癌の既往がなかった患者524万人を対象に癌罹患に関する追跡調査を行ったものです。その結果肥満指数が上昇するほど17種類の癌(乳癌、前立腺癌、結腸癌、肺癌、悪性メラノーマ、胃癌、食道癌、白血病、卵巣癌、膵癌、子宮体癌、子宮頸癌、肝癌、口腔癌、甲状腺癌、腎癌)で罹患リスクが高いことがわかりました。さらにイギリス国民のBMIが1増えると結腸癌、肝癌、胆嚢癌、乳癌、子宮体癌、子宮頸癌、卵巣癌、腎癌、甲状腺癌、白血病を発症する患者が年間3790人増加する可能性が示唆されました。もともと肥満といくつかの癌との関係は知られていましたが、この大規模で質の高い研究により様々な癌のリスクが明らかになりました。¹ではどのようにしたら肥満は避けられるのでしょうか？運動、食事、気をつけることはたくさんあります。食事についてこんな論文があります。

2. ダイエットの食事の種類は減量の効果に関係しない？

近年、低炭水化物食/高たんぱく質食、高炭水化物/低脂肪食、地中海風ダイエット食など様々な食事療法が検討されこれらと比較した試験も数多く報告されています。しかしながら最も効果的な食事療法がどれなのかははっきりしていません。またこれらの食事療法は1年を越えて比較されたものが少なく、通常食事療法開始から減量効果は6-12ヶ月で最大になりその後再度体重が徐々に増加することからHarvard公衆衛生大学院で3大栄養素である脂質、たんぱく質、炭水化物を調整して減量効果を見る長期におよぶ大規模な研究が行われました。体重を減らしたいと考える肥満の男

女811人を対象に行った結果、摂取カロリー量を減らせばどの栄養素に焦点を当てても体重減少に効果があり、心血管病、糖尿病の罹患リスクへの影響もかわらないことがわかりました。言い換えればどのダイエット食をとったとしてもカロリー量が同じであれば減量効果はかわらないとのことでした。したがって好みに合わせて食事内容を決めることで、食事療法の長期継続を目指すことが重要とこの論文では結論付けています。²もちろんこの分野はまだ研究も続いておりまして、他の関連因子なども今後検討の余地もありますので断言はできませんが、かなり精度の高い研究であるので参考にして頂けたらと思います。最後におもしろい論文を発見したのでご紹介いたします。

3. アクション映画は食事量を増やす？

テレビはアメリカ人の肥満の原因の1つになっていると言われ、その相関が近年指摘されています。そこで大学生を対象にスナックを大量に準備しテレビ番組をみせスナックの総重量を番組ごとに計測するという研究が行われました。その結果淡々と進行するインタビュー番組に比べアクション映画をみながらスナックを食べると重量にして約2倍も食べてしまうことが示されました。刺激的なアクション映画の視聴は食べる量を増やすため、肥満の人にはそうした番組を見るときには食べ物をおかないか食べても良い量だけを取り分ける必要があるだろうとこの報告は結論付けています。³ そのほかテレビ、ゲーム、DVDを対象に行われた肥満との関係の論文もありました。⁴やはりアメリカで肥満が問題になっているのだと感じさせる論文だと思います。これらも参考にして頂けたらと思います。

以上肥満における最近の論文や報告を紹介してみました。肥満には気をつけてアメリカでの生活を楽しくして頂けたらと思います。

References

1. Bhaskaran K, Douglas I, Forbes H, et al: Body-mass index and risk of 22 specific cancers: a population-based cohort study of 5.24 million UK adults. *Lancet* 384:755-65, 2014
2. Sacks FM, Bray GA, Carey VJ, et al: Comparison of weight-loss diets with different compositions of fat, protein, and carbohydrates. *N Engl J Med* 360:859-73, 2009
3. Tal A, Zuckerman S, Wansink B: Watch What You Eat: Action-Related Television Content Increases Food Intake. *JAMA Intern Med*, 2014
4. Falbe J, Willett WC, Rosner B, et al: Longitudinal relations of television, electronic games, and digital versatile discs with changes in diet in adolescents. *Am J Clin Nutr* 100:1173-81, 2014

今回は肝胆膵外科がご専門の飯田智憲先生です。自分の大学の先輩であり現在MD Andersonの別の研究室に留学中です。同じ大学の先輩である後町先生の御紹介でお会いしてから公私ともにお世話になっております。気さくで優しい先生です。

教員 募集中



第1回

山崎弘光 校長先生



今年で43年を迎えるヒューストン日本語補習校は、近年新たにヒューストンに拠点を置く企業の増加に伴い、児童生徒数が幼稚園から高校をあわせて400名を超える、補習校としては大規模な学校に成長しています。

そのため、今年は、幼稚園から小学校3年生までが各学年3クラスと、今までで最大のクラス数となっています。そして今後も、さらなる児童生徒の増加が見込まれるため、補習校では教員を募集中です。

そこで、補習校がどのような職場であるかを知っていただくために、教員の立場からの体験や思いをこのシリーズでお伝えしてまいります。これを読んで、ひとりでも多くの魅力ある先生が仲間に加わってくだされば幸いです。第1回目は、いろいろな先生方の体験談に先駆け、どのような方に教員になっていただきたいかを山崎弘光校長先生にお聞きしました。

※教員応募に関してのご連絡・お問い合わせの詳細は、折り込みをご覧ください。

Q. 補習校の教員になるために、必要な資格はありますか？

- A. ①米国で合法的に就労することが可能な方(ビザ等)。
②日本の学習指導要領に沿った教育を行うに足る専門性を有する方(学歴、職歴、資格取得状況等から総合的に判断)。

Q. 補習校の教員と日本の一般的な教員との違いは何ですか？

- A. 子どもに対することに関しては大きな違いはないと考えます。違いがあるところは、教育環境や諸条件の違いであろうと思います。
週1回の限られた授業時数、校舎を借用していることからくる施設・設備の制限、海外にあることで入手に制限が生まれる教材・教具、現地校と両方に通い、違った言語で学習している子どもたちの状況、といったことを考慮に入れて教育活動を行っているのが補習校の教員であると思っています。

Q. 補習校の教員として、どのような人が向いているとお考えですか？

- A. 本校の教育目標は、「日本語のできる子どもに国語、算数・数学の基礎的知識を身につけさせると共に、より高い国際的感性を持った子どもに育てる」です。これは、「日本の教育体系での学びの継続性の保障」「日本の文化を探り、グローバルな視点をもって他と共にたくましく未来を切り拓く力の育成」といった願いをもとにしたものと考えています。

教員になっていただきたいのはこんな方

このような本校の目標、設立の願いを理解し、上記のような限られた教育環境、諸条件においても熱意を持って、そのニーズに応えるために、創意工夫し、実践を継続し、そのあり方を追求する教員を求めています。

Q. 補習校の教員は、授業以外にどのようなことをやっていますか？

- A. 委員会活動や行事の運営も行っています。ここでは各種文芸コンクールでの応募を取りまとめる「応募委員会」、漢検の受験を円滑に進めるための「漢検委員会」、学校文集作りを進める「文集委員会」、運動会の運営にあたる「体育委員会」、入学式や卒業式、始業式などの儀式や講演会などの行事を進める「行事委員会」、授業研究会を計画し運営する「研究委員会」に分かれて行っています。

これは、「子どもたちに日本語の豊かな言語経験を積むことのできる場を確保し、それぞれの国語力を高める」「日本ならではの大きな学校行事である運動会を行い、連帯感や存在感を得させる」「日本文化に触れる行事や宇宙飛行士講演会などの特色ある行事、儀式的行事を行うことにより、日本文化の理解を深め、継承し、日本人としてのアイデンティティを求めさせたい」「補習校教員としての授業力向上を図る」といった願い、ねらいのもとに行っているもので、本校の大きな特色となっています。

これらに関しては、本校の伝統でもあり、また、教員のアイデアが活かされたものでもあります。現在、そのねらいを失うことなく、運営に無理を生じさせることの無いように、総合的な視点で見直しを図っています。

Q. 補習校の教員は、平日でも学校の仕事がありますか？

- A. 義務化された勤務はありません。ただ、学級を経営し、授業を行い、上記のようなその他の任務を行っていただくためには、生徒理解に関わる業務や家庭との連絡、授業準備、他の教員との連絡調整等が必要になってきます。そのような業務も考慮した上での謝金(給与)を運営委員会から配慮していただいていると思っております。

Q. 補習校の教員を希望する場合、どのような手続きが必要ですか？

- A. 以下のような手続きが必要です。
(1) 日本語の履歴書を事務局までお送りください。履歴書の書式は自由ですが、名前、連絡先、学歴と職歴、VISAの種類、特技、得意な学科、志望動機、希望指導教科と希望学年等を必ずご記入ください。
(2) 運営委員及び校長による面接を受けていただきます。

Q. 校長先生からメッセージをお願いします。

- A. 学校というのは、どの学校においても、保護者・地域(設立母体)の願いによって設立され、その伝統が築かれ、特色ある教育活動が展開されていくものだと思います。そのことを踏まえながら、このヒューストン日本語補習校に通う子どもたちが、安心して学ぶことができ、学びの喜び(成長の喜び)を実感でき、大きな夢を育むことのできる学校、そして、この学校でよかったと思えるような学校をめざしたいと思います。賛同される志の高い方をお待ち致しております。



10

月18日、テキサスらしい暑さが、まだまだ残る晴れ空のなか、第38回ヒューストン日本語補習校大運動会が開催されました。幼稚園児から高校生までが一体となって、待ちに待った1年で一番楽しみな運動会を過ごし、この日のために励んできた全てを出し切りました。

午前の競技では、選手宣誓の後、日本の文化であるラジオ体操で体をほぐし、幼稚園児、小学生による定番の玉入れ、障害物競走と続きます。中高生おにいさん・おねえさんのどこかごちない実況中継のおかげか、ほのぼのとした時間が流れます。

昼食を挟み、午後からは一転して、中高生を中心とした騎馬戦、紅白リレーと迫力とスピード感のある競技が続きます。低学年の生徒たちからも、日頃補習校では見られない上級生の真剣な顔での競技の様子に温かい声援が送られました。

素晴らしい思い出となった運動会も今年はいよいよ白組の優勝で幕を閉じました。テキサスでも日本と同じ運動会が経験できて、生徒は改めて日本の文化に感動したに違いありません。準備・運営に関わった関係者の皆様、本当にお疲れ様でした。

(補習校運営委員会)

ピーカンキッズ活動報告

長かったヒューストンの夏も終わり、少し秋らしくなった10月4日と10日にあそぼーかいが開催され、元気なちびっこ達がたくさん遊びに来てくれました。

今回は運動会がテーマです。冒頭の挨拶でトラお君とトラ子ちゃんは、紅白の鉢巻きをして登場。走る事が得意なトラお君達は、リレーのバトンの受け渡しを披露しました。ちびっこ達は運動会の一場面を楽しみながら、これから始まるプログラムにすっかりひきこまれてしまいました。

続いて、紙芝居「どきどきどうどうかい」。とうさんの応援をかなり重荷に感じているぼうが、かけっこ本番で転倒。恥ずかしくて立ち上がれないでいるぼう。この後はどうなるのだろうと、ドキドキしながら聞いてくれました。今月の歌「はしるのだいすき」では、走る振り付けに合わせて元気に歌う事ができました。

気分はすっかり運動会...と盛り上がってきたところで、からだ遊び「玉いれ」を行いました。1回目は動かないかごにボールを入れました。2回目はかごを持ったスタッフが動きまわり、動くかごにボールを入れて、3つのかごの何処にたくさん入るか競争しました。ホイッスルの音と共に始まると、たくさんのボールを抱えている子もいれば、ひとつひとつじっくりと入れる子と様々ですが、みんな上手にかごにボールを入れることができました。そして、かごにいくつボールが入っているか、みんなで大きな声で数えました。最後には、しっかりボールのお片づけもできました。

いっぱいからだを動かした後は、10月のお誕生会とぬりえを楽しんでもらいました。「玉いれ」のぬりえはそれぞれきれいに塗られ、素敵な作品になりました。中には私達スタッフに嬉しそうに見せてくれるちびっこもいて、そんな満足した顔を見るところも嬉しくなりました。

今月のあそぼーかいも、楽しんでいただけたでしょうか。来月も盛りだくさんの企画で、みなさんをお待ちしておりますので、どうぞお友達を誘って遊びにいらして下さい。

ピーカンキッズ 今後の開催予定

- ▼あそぼーかい
12月6日(土) 9時30分～
1月17日(土) 9時30分～
2月14日(土) 9時30分～
3月7日(土) 9時30分～

▼読み聞かせの会

- 12月13日(土)
9時30分～ 3歳以上を対象とした絵本
10時00分～ 3歳未満を対象とした絵本
1月10日(土)
9時30分～ 3歳以上を対象とした絵本
10時00分～ 3歳未満を対象とした絵本

変更がある場合もございます。三水会センター内のポスターやヒューストンナビでもご確認ください。

スタッフは随時募集中です。ご興味をお持ちの方やお問い合わせは、次のアドレスまでご連絡下さい。お待ちしております。

あそぼーかい mama.asobokai@gmail.com
読み聞かせの会 houstonomikikase@yahoo.co.jp



彫刻家 滝口勝

Masaru Takiguchi

今回はヒューストンの誇るアーティスト滝口勝さんの紹介です。アーティストというのは僕にとっては憧れの肩書きであり、僕自身も常に目指しています。それで時々滝口さんと話す機会があるのですが、滝口さんは彫刻家です。1968年8月に初めてアメリカに来られてから、ヒューストンに40年近く住んでいらっしゃいます。その間に数々の賞を受賞されています。

彼の彫刻のコレクターである兄弟の父(Marcus)とSister夫婦(Neiman)はいわずと知れたダラスのNeiman Marcusの設立者です。そしてコレクターの兄弟がヒューストンのNeiman Marcusの設立者です。そのため彼の彫刻は今でもNeiman Marcusの社長、副社長の家に飾られています。

またHouston Chamber of Commerceから出版されている“Houston”のHouston's Top 100の雑誌(1981年)にFoley's Department Store(現在Macy's)の社長Stewart Ortonが表紙に滝口さんの木彫作品“The Atheist”と共に出ています。

またヒューストンのアートカレンダー(1981年)にも木彫作品“Portrait of a Man”が採用されています。

滝口さんのアートは常に自然の形から始まりそれを生命の延長として風のように音楽のように流動するものへと変化させて表現していきます。彼の彫刻には流れるような美しさが秘められています。今回ヒューストンのランドマークのひとつであるWilliams Tower(ギャレリアの横の銀色に光るビルです)で彼の作品が展示されました(9月8日から10月15日)。

僕もオープニングセレモニーに参加しましたが、初めてあんなにたくさん作品を一度に見ました。その流れるような曲線はまさに自然の風や音、生命のうねりを表しているようで、無機質なビルのロビーの中に不思議な躍動感と安らぎを与えていました。このリンクからも彼の作品を見ることができます。

http://www.hooksepsteingalleries.com/artists/thb_takiguchi.shtml

また公共の場で見られる場所としては、University of Houston (Main Campus & Clear Lake)、ヒューストンのShell Oil CompanyやPennzoil Corp.、Austin College (Sherman, Texas)などがその一部です。

なお普段は10点ほどの作品をHooks-Epstein Galleries (2631 Colquitt Houston, TX 77098)で見たり購入できます。その他の彼の作品も自宅兼仕事場で見られます。ぜひ彼の流れる生命の表現を体験してみてください。



写真と文:Dr. Ned Shimizu

Special Report

インフルエンザについて

Center for Allergy and Asthma of Texas

米国アレルギー免疫専門医

小川リール好子

近頃益々秋らしい気候になって参りましたが、皆様如何お過ごしでしょうか。今月はインフルエンザについて触れていきます。

日本人の患者さんを拝見していると、全体的な健康意識の高さ、人間ドックなどの定期健診の受診は非常に高い割合でみられます。それに比較してインフルエンザ接種率は驚異的に低いのですが、任意接種であることや保険診療の対象外であることなどが原因として推測されます。アメリカではフェスティバルの会場やドライブスルーで接種が可能なイベントなどもある位で、とにかく禁忌が無ければ全員接種して流行を防ぐ体制となっています。

インフルエンザはウイルスによって引き起こされる感染症で、英語ではinfluenzaと正確に言うよりも、日常的にはfluと省略して言うことが多いです。

■ 症状

症状としては高熱(摂氏38度、あるいは華氏100度以上)で、せき、身体の痛みなどが代表的で、風邪などと比較するとどの痛みや鼻水はそれほど多くないといわれています。季節性のインフルエンザに加えて、世界的な流行を引き起こすパンデミックな新型インフルエンザ(2009年から2010年のH1N1インフルエンザは記憶に新しいところ)で、そのほか鳥インフルエンザなどに分類されます。

大抵の場合は自然に治癒し、あまり後遺症なども残らないことが殆どです。ただ、時に入院治療が必要になったり、死亡に繋がることもあります。特に小児や65歳以上の高齢者、妊婦や後述するような慢性疾患患者が罹患すると、肺炎や脳炎などの合併症により入院する確率が高くなることが知られています。

■ 対処

もしインフルエンザに罹患したと考えられるとき、つまり上記に挙げたような高熱や身体の痛みが自覚されたときは、自宅で安静にし、十分な水分補給を行います。呼吸が困難になってきたとき、胸部部に痛みや圧迫感を感じるとき、経口で水分の補給が困難なとき、急に意識混濁を生じたり、激しい嘔吐がみられたりしたときは特に危険ですので、早急に医療機関の受診をおすすめします。そして学校や会社でうつしたりしないように、解熱剤無しで熱が下がっても最低24時間は、自宅で静養し、あるいは咳が止まらないときなどはさらに自宅待機を延長して回復を待ちます。抗ウイルス薬で治療すると罹患期間が短くなったり、高齢者の感染後の予後を改善します。細菌感染に使用する抗生物質は、インフルエンザには効きません。

■ 予防

予防策として、石鹸を使ってまめに手を洗う、あるいはサニタイザーなどで手指を消毒する、病気の人と接触しない、そして毎年インフルエンザの予防接種を受けるということがあげられます。50歳以上の方や6ヶ月以上4歳くらいまでのお子さま、喘息や肺気腫といった呼吸器疾患、心臓病、糖尿病に罹患されている方、妊婦の方は特にハイリスクとされ、同じインフルエンザに罹患しても脳炎や肺炎に進展するリスクが高く、予後が悪くなりやすいことがわかっています。ご本人だけでなくご家族で上記のハイリスク群にあてはまる方がいらっしゃる場合は、インフルエンザ予防接種でリスクを回避することが推奨されます。

日本でもアメリカでも、「インフルエンザの予防接種のせいで熱が出たり病気になるから受けない」という方がみられます。インフルエンザのよくある副反応として微熱がありますが、それ以外の発熱はおそらく同時期に偶然他のウイルスや細菌による感染症にかかっていることが殆どです。

従来からの筋肉注射による不活化ワクチンに加えて、鼻からスプレー式に投与する生ワクチンのFlumistも、小児には特に予防効果が高いことがわかっています。2歳から49歳が適応年齢となっています。

インフルエンザ予防接種の質問票に必ずある質問として、卵アレルギーの有無があります。卵アレルギーの程度にもよりますが、殆どの方は予防接種が可能なので、専門医のアドバイスの下予防をお勧めします。また、お子さんの場合、去年も予防接種を行っていたり、2010年以降2回以上接種をうけていれば、今年の秋〜冬1シーズンに1回でよいとされます。高齢者でも接種4-6ヶ月後に十分な抗体価を維持できる場合が殆どとされます。

秋から冬にかけてのヒューストンは気候が良く、虫も少なくなり、ホリデーシーズンに一番よい季節を迎えるのではないかと個人的に思います。健康を維持して、美味しい物や季節のイベントを楽しんでいきましょう。

■ 北米インフルエンザ流行分布地図 最新の週刊情報サイト
<http://www.cdc.gov/flu/weekly/WeeklyFluActivityMap.htm>

駐妻のヒューストン日記

第122回 武智 智乃さん

『家族は、離れるべきではない。一緒に行こう』と主人に言われ、ヒューストンの地を踏んだのは、昨年の夏の事でした。

長女は小学6年生、長男4年生、次男1年生。特に息子たちは、これから益々父親の存在が必要と思われる時期。日本にいる間、多忙極まりない主人でしたので、家族との時間を大切にアメリカへ行けば、今までより家族で過ごす時間が増えるだろうという期待もありました。

しかし主人は、渡米の翌日は仕事で帰りは遅く、翌々日は泊まり。知らない土地で、まだ、車も電話もインターネットもテレビも無い中、子供達との生活が始まりました。

はじめの数日は、空気にも水にも独特の匂いを感じ、食べ物には形は似ていても私達が慣れ親しんできた味とは違う。戸惑いました。そんな中、日本では日々子供達のお稽古事に追われ、子供達とゆっくり過ごす事がなかったことに気がつきました。『お父さんと一緒にアメリカに行く決めて、もうここに来ちゃったんだし、ここはもう日本ではないから匂いや味が違って当然だよ。だったら、ここでしか出来ないことを楽しんで、この土地の物を喜んで食べよう!』子供達との会話の中でこんな話になり子供たちと過ごす貴重な時間を楽しみました。

8月末、いよいよ現地校が始まり、勿論英語は全くわからない状態での登校。それでも子供たちは、周りの方々に助けられ毎日楽しい学校生活を送っているようでした。緊張感の中にも生き生きとした子供達の姿は、親としてこの上なく有難く幸せなことでした。

ある時、ヒューストンに嫁いで18年という日本人の友人が、美味しいサンドイッチがあると、食べに連れて行ってくれました。とても美味しかったので数日後子供達を連れてそこへ行きました。子供たちは大喜びでチキンのサンドイッチを注文。子供達にはちょっと辛味がきつと思った私は、トッピングを聞かれた際、辛い物はいれないでほしいと言いました。出来上がったサンドイッチを自宅へ持ち帰り、満面の笑みで頬張る子供たち。その笑顔もつかの間、チキンが入っていません。胡椒のかかったチキンも辛い物と判断されてしまったのでしょうか…。こんな失敗のお陰で子供たちは遅くなりました。『お母さん、僕一生懸命勉強して僕が通訳してあげる…』と…。

半年ほど経った頃、映画を観に行くのと隣に座った次男が『お母さんは英語わからんやろ。僕が教えてあげるから』と、終始小声で解説してくれました。頼もしいやら、情けないやら。こんな毎日ですので、あっという間に1年が経ち、初めての長い長い夏休みがやってきました。

夏休み中、知り合いのアメリカ人家族に誘っていただき、一緒にキャンプへ行くことになりました。あちらはキャンプには慣れているようで、寝袋と水着だけ持って来たらいいと言われて、気軽に行ってみるとあまりに本格的でビックリ。カルチャーショックを受けている暇もなく、次々とスケジュールは進んでいきます。まず泳ぎに行くと言って連れて行かれた濁った沼。言葉もありません。でも、かなり暑い日だったので子供たちはすぐに泳ぎだしました。最初の1歩を踏み出せない私…。背中を押され覚悟の入水。これですっかり吹っ切れました。これまでに体験したことのない1泊2日のキャンプを、子供たちと共に楽しむことが出来ました。

この先もまだまだ奮闘は続きそうですが、たくさんの方々に助けていただいて、今、こうして子供たちと貴重な体験をさせていたただけることに感謝しています。

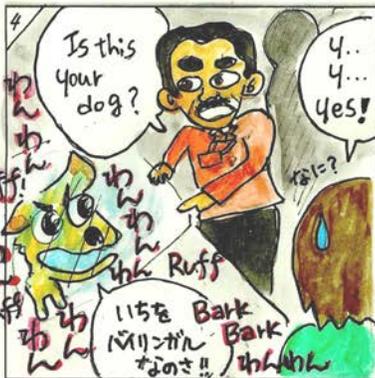


No.80

ヒューストン知っせん物語

by Kumiko

Airport - vol(80)



(C) KUMIKO

アメリカ人にとって11月といえばサンクスギビング。サンクスギビングのあたりは連休になったり、クリスマスに向けてバーゲンセールが始まったり、家族や親せきが集まってご馳走を食べたりと、楽しい事がたくさん待っています。日本人にはなじみのない祝日ですが、日本のお正月のような感じでしょうか。

そして、日本のお正月といえばおせち料理があるように、サンクスギビングにも定番の料理があります。昨年、詰め物なしのターキー(七面鳥)の作り方をご紹介しました(<http://www.jbahouston.org/gs/Nov13.pdf>)ので、今回はその他の料理をいくつかご紹介いたします。

珍食材啖訪

特別版

サンクスギビング 定番料理



今回ご紹介したレシピは基本ですので、材料をお好みで変えたり、味付けを変えたりして、お楽しみください。この他にも、我が家ではマッシュドポテト、デビルドエッグ(卵を茹でて半分に切り、黄身だけをマヨネーズであえて、自身のカップに戻す)、パンプキンパイなどが定番です。

サンクスギビングのご馳走は、それぞれの家庭の味があるようです。もし、お友達や知り合いの家に招待される機会があれば、食べ比べて、気に入った味があつたら作り方を聞くと、喜んで教えてくれることでしょう。

ドレッシング

サラダにかけるドレッシングではありません。パンと野菜を混ぜたものです。ターキーの中に詰めるとスタッフィングと呼ばれ、中に詰めずにターキーに添える(ターキーをドレスアップする)とドレッシングと呼ぶようです。レシピはいろいろありますが、基本はこちら。



<材料>12皿分

- ・玉ねぎ 1個 みじん切り
- ・セロリ 3本 3ミリくらいの輪切り
- ・マッシュルーム 5個、セロリと同じくらいの大きさ
- ・食パン12切れ...1センチ角くらいに切った乾いているもの(Stuffing Mixというクルトン状になったパンがあるので、それが一番手軽)。白いパン、全粒粉(Whole wheat)、コーンブレッドなど、お好みに合わせて。
- ・チキンブロス(鶏肉のだし汁)2~3カップ...Chicken Stockとも呼ばれます。透明なスープ。
- ・油 適量
- *お好みでニンジン、ニンニク、ソーセージ、クランベリー、クルミ等を加える。私は、ターキーの砂肝やレバー、心臓を刻んで入れます。

<作り方>

1. 大きめの鍋に油を入れて熱し、玉ねぎを炒める。玉ねぎが透き通ってきたらセロリを入れ火が通ったら、マッシュルームを加える(ソーセージ等の他の材料はここで入れて炒める)。
2. オープンを華氏350度に温めておく。
3. パンを入れて、1とよく混ぜ合わせる。
4. チキンブロスを入れて、全体が湿った感じになったら火を止めて、塩コショウで味を調える。
5. 9x11くらいのオープンディッシュに4を移して、平らにならす。
6. オープンに入れて、20分または上に焦げ色がつくまで焼く。
7. そのままでも、グレイビーソースをかけてもおいしいです。

グリーンビーンズ キャセロール

この時期に収穫されるグリーンビーンズ(インゲン豆)をホワイトクリームで煮て、オープンで焼きます。



<材料>6人分

- ・グリーンビーンズ グリーンビーンズの缶詰2缶(塩入りなら、調理の途中で塩を入れない)又は、生のグリーンビーンズ2パウンド。熱湯に塩を入れ、2分くらい茹で、冷水にさらした後水けをきっておく。
- ・クリームオブマッシュルーム(缶詰) 2缶
- ・フライドオニオン 1缶(8オンス)

<作り方>

1. オープンを華氏350度に温めておく。
2. グリーンビーンズ缶を中の水ごと大きめの鍋に入れて火にかける。
3. 温まってきたらクリームオブマッシュルームを入れる。生のグリーンビーンズを使う場合は、缶の中身を鍋にあけて、水を一缶分入れてスープを薄めた中に、茹でたグリーンビーンズを入れる。
4. グリーンビーンズにスープがからまったら、フライドオニオンを半分量入れて、混ぜ合わせる。
5. 火からおろして、オープンディッシュに移し、平らにならしたら、上に残りのフライドオニオンを散らす。
6. オープンで、10分くらい焼く。
- *隠し味にカレー粉を入れてもおいしい。カレー粉を入れる場合は、3の段階で投入してください。

クランベリーソース



サンクスギビングディナーのテーブルを秋らしい赤に彩るクランベリーソース。クランベリーをジュースにしてゼリーに固めたものや、ゼリーの中にクランベリーが丸のまま入っているものがあります。

缶詰のものが手軽でおいしいです。缶から出してそのまま深めのお皿にいれて出してスプーンで好きなだけすくいとったり、輪切りにしてお皿に盛っても良い。

Showing Japan



晴れ着撮影会のお知らせ

日時(予約制): 1月10日(土)
10時15分~4時15分
場所: 三水会センター
参加費: 着付けのみ15ドル
髪のセット10ドル

お申し込み方法: ホームページをご覧ください。
<http://showingjapan.wordpress.com/>
お問い合わせ:
showingjapan@live.jp

毎年ご好評を頂いております新年晴れ着撮影会を左記の日程にて開催いたします。

色とりどりの振袖、落ち着いた訪問着の他、男性用の羽織袴に女性用の袴、花嫁の打ち掛け等ご用意しております。ご家族揃って、またお友達同士で、もちろんお一人でも、家族写真、ご卒業、成人式してご結婚等などの記念写真を撮りませんか。皆様のご参加をお待ちしております。

なお、参加費はShowing Japan の活動費とさせていただきます。

ワン！ ダブル ヒューストン

Vol.24

秋の楽しみ、パンプキン・パッチ

川原志津香 (家庭犬しつけインストラクター)

夏休みが終わり、少し暑さが和らいで来たかと思う頃、ヒューストンの街中でハロウィンとサンクスギビングの飾りを見かけるようになります。10月に入ると、スーパーの店先にもカボチャが並び、子供のいるご家庭では「今年はどこのパンプキン・パッチに行く？」というお決まりの話題が聞かれるようになります。



(2012年10月。娘1歳。ヒューゴ4歳)

パンプキン・パッチ、すなわち、ハロウィンの飾りに使われるカボチャの即売所ですが、子供のいる家庭にとっては、子供の可愛い写真を撮ることができる格好の場所として秋のお出かけ先の代表となっています。カボチャも、子供の手のひらに乗るような小さなものから、大人がヨイショと持ち上げなければならないほど大きなものまで大小様々、また、色も形も様々で、わたし自身、ヒューストンで体験したハロウィンのおかげでカボチャにこんなに種類があると知ったものでした。



(犬連れで出かけるときには、空いている時間帯または、会場の隅の方で撮影会)

大きなカボチャが所狭しと並び、一面オレンジ色一色になるのは、いかにもアメリカらしい光景だと思います。日本ではなかなか味わえないこのイベントを



(2013年10月。娘2歳。シャーリ11歳)



(2013年10月。娘2歳、シャーリ11歳、ヒューゴ5歳。素早く撮影しないと娘が脱走します)



(犬たちの頭よりも大きなカボチャと記念写真)

満喫しようと、毎年我が家では娘と愛犬シャーリとヒューゴと一緒に楽しんできました。

パンプキン・パッチの会場は、子供用の遊具施設やペッティング・ゾーンなども併設するような商業施設か、地域の教会の前庭で開催されることがほとんどです。前者はペットの同伴を禁止しているところばかりなので、我が家は、家の近くの教会に出かけることにしています。昨年までは、Memorial Drive 沿いのMemorial Drive United Methodist Church、今年はKatyのKingsland Boulevard 沿いのSt. Peter's United Methodist Church に出かけました。

犬連れパンプキン・パッチ撮影会のポイントはなんでしょうか。まずは、できるだけ空いている午前中や学校終業前の平日の時間帯を選んで出かけること。そして、犬が苦手な方や、小さな子供を怖がらせないように、また自分の犬が周りに気を取られてばかりになってしまわないように、会場の隅の方で写真を撮ることもお勧めです。会場は駐車場が近かったり、交通量の多い道路に面していたりすることもあるので、ふと目を離れたときに車の前に飛び出してしまうことのないように、犬の動きには十



(2014年10月。娘3歳。ヒューゴ6歳)

分注意しましょう。

パンプキン・パッチの会場には、入り口付近に選んだカボチャを精算するレジが設置されていることが多いので、会場に立ち入る前に、犬同伴で写真撮影しても良いですかと念のため聞いてみることにしています。ハロウィンの首飾りをした犬たちと、お洒落して出かけた娘を見て、こちらが声をかける前に「良い写真が撮れそうだね」などと声をかけてもらうのですが、マナーとして、ひとこと断ってから、写真を撮ることにしています。もちろん、犬たちがカボチャをかじったり、爪で傷つけたり、間違ってもカボチャにオシッコをしたりしないように気をつけることは、言うまでもありません。

こうして、毎年パンプキン・パッチの写真を撮って来ましたが、犬との関わりの中で娘の成長が見られる微笑ましい記録になっています。初めて一緒に出かけた娘が1歳のときは、娘はまだ歩き始めて間もない頃で、カボチャの上に腰掛けるとそこから動かず、シャーリとヒューゴを近くに座らせて写真を撮ることが容易でした。2歳のときは、パンプキン・パッチを楽しむようになった一方で、じっとしていられず、短い時間に撮影をすませないと、シャーリとヒューゴはポーズをとっていても、娘は最初に座っていた場所からもうなくなっているという写真になってしまうほどでした。3歳になった今年は、ポーズをとって言えばポーズをとるようになりましたが、ふざけてヒューゴの耳をつついたり、わざと走り回ったり、いたずらっ子なところが見られる撮影会になりました。

パンプキン・パッチ撮影会の最後は、もちろん、お気に入りのカボチャをいくつか選んで、レジで代金を支払って終了です。パンプキン・パッチの会場のカボチャは、スーパーのカボチャよりも少し割高かもしれませんが、地域貢献のためこうして楽しい場を設けてくれる教会へのお礼と思い、毎年カボチャを買って帰ることにしています。たくさんのカボチャの中から好みのものを選ぶのも楽しいので、まだパンプキン・パッチに行ったことがないという方は、来年こそぜひこのヒューストンの秋の風物詩を体験してみてください。

今年もパンプキン・パッチで楽しい思い出に残る写真がたくさん撮れました。ヒューストンに滞在している限り、マナーを大事にしながら犬同伴でまたパンプキン・パッチ撮影会に出かけたいと思います。

展示会+

■Happy Hour Thursdays at MFAH

<http://www.mfah.org/visit/>

The Museum of Fine Arts, Houston, 1001 Bissonet Houston Texas 77005

毎週木曜はMFAHのハッピーデー、無料入館日。加えてこの日に新しく設けられたハッピーアワーレストランが人気を呼んでいる(こちらの方は有料です)。地元DJのミックスする音楽をバックに、おいしいと評判のLadybird フードトラックの軽食、ドリンクはキャッシュバーで。

毎週木曜(11月20日、12月4日、11日、18日)午後6時から8時迄。美術館は9時迄オープン。

■Monet and the Seine : Impressions of a River

<http://www.mfah.org/visit/>

~ Feb 1, 2015

The Museum of Fine Arts, Houston, 1001 Bissonet Houston Texas 77005 月曜休館

“すべての季節に、時間ごとに、人生を通して、私はセーヌを描く。私は決して飽きない。私にとってセーヌは常に新しい”。セーヌ川をテーマとした50点以上に及ぶモネの作品。

■Samurai – The Way of the Warrior

<http://www.hmns.org/index.php>



Nov 21 ~ Sep 1, 2015

Houston Museum of Natural Science, 5555 Hermann Park Drive, Houston, TX 77030

イタリアのMuseo Stibbert(スティッベルト美術館)に所蔵されているコレクションの約880点の中から精選された、日本の鎧兜を中心とした武器の展示。明治期に蒐集された桃山~江戸期の約70点の本物の鎧兜を、間近に見ることのできる絶好の機会。

■Traditions Transfigured: The Noh Masks of Bidou Yamaguchi

TXCenter@AsiaSociety.org

~ Feb 15, 2015

Asia Society Texas

1370 Southmore Blvd. Houston TX 77004
能面作りという伝統と形式至上の世界から位相の異なる美の領域に移り活動を続ける山口毘堂氏の近作展。“作品制作を通し私の心はオールペイントの作者たちと対話し、喜びや悲しみ、生や死をも体感する。私の作品を見た人たちの心に普遍的な美しさとその奥にある人間の本质を感じてもらえれば幸いである…”。

バレエ・スペクタクル

■Houston Ballet's The Nutcracker

<http://www.houstonballet.org/>

Nov 29 - Dec 29 (34回公演)

Wortham Theater Center, 500 Texas Ave Houston TX 77002

この秋ニューヨークとパリのツアーで精度の高いパフォーマンスを見せたヒューストンバレエの一年を締め括る公演、「くるみ割り人形」。年毎に更新される息をのむような美しいシーンの数々とオーケストラのすばらしい演奏。

■Radio City Christmas Spectacular

<http://www.tuts.com/Shows/Seasons/NewSeason/RadioCityChristmasSpectacular/tabid/685/Default.aspx>

Dec 5 - 29

Hobby Center, 800 Bagby Houston TX 77002

ニューヨーク、マンハッタンラジオシティ・ミュージックホールを拠点とする有名なダンスカンパニー、ロケッツの8年ぶりのヒューストン公演。クリスマス为主题にした新しいダンスプログラムを披露、華やか、そして見事にシンクロナイズされたラインダンスは圧巻。

フェスティバル・バザー

■65th Annual H-E-B Thanksgiving Day Parade

www.houstontx.gov/thanksgivingparade

Nov 27, 9 am

各々のテーマで豪華に飾った山車がダウンタウンをパレード。人気キャラクターを模った巨大バルーン、ファンシーなコスチュームのダンスグループ、ブラスバンド、数々のアトラクション、各所にフードトラックを用意。恒例の感謝祭パレードはLamar/Smith コーナーから始まり約3時間後にDallas/Smith コーナーに到着、終了の予定。無料駐車場とシャトルバスのサービス有。

■AIGA (the American Institute of Graphic Arts) Houston's Fifth Annual DesignCraft

marketsquarepark.com...

Dec 6, 10 am

Market Square Park, 420 Travis St Houston TX 77002

ローカルのアーティストや工芸家たちが集まり作品を展示販売する露店マーケットは今年で5回目。ライブミュージックも加わり会場は賑やかなお祭りムードになる。

■Caroling on the Square Concert Series

<http://www.thewoodlandscvb.com/pages/Home/tabid/57/Default.aspx>

Dec 6, 13, 20, 6 pm

Waterway Square, 31 Waterway Square Place The Woodlands TX 77380

ウッドランズの街角でサンタクロースを特別ゲストに迎えるのキャロル合唱。

■German Christmas Market and Festival

www.tomballgermanfest.org/christmas-market/

Dec 12, 6 pm/Dec 13, 10am/Dec 14, 10am

Old Town Tomball, 221 Market St, Tomball TX 77375

ドイツの小都市と姉妹都市にあるヒューストン北西トンボールの町をあげてのフェスティバル。ドイツのクリスマスグッズその他を並べた約175のブースが出店。民族衣装を着た地元バンドの演奏でダンス、黒ビールやドイツ料理を楽しむ人々で毎年賑わう。

■Rice Village Flea

<https://www.facebook.com/RiceVillageFlea>

Dec 13, 11 am ~

Morningside Dr, Houston TX 77005

ヒューストン市内で“歩くこと”が楽しめる数少ない場所のひとつ、ライスヴィレッジで毎月一回開催される蚤の市。アンティーク家具、ヴィンテージ衣類、装飾品、雑貨のブースが所狭しと並ぶ。特にこの月はちょっとしたクリスマスプレゼントや掘り出し物を求めて大勢の人々が集まる。

サイクリング・マラソン

■2014 Bayou Bikers at Market Square Park

<http://houston.culturemap.com/eventdetail/2014-bayou-bikers-market-square-park/>

Dec 7, 8 a.m.

Market Square Park, 420 Travis St Houston, TX 77002

目的はバイクの美しさの再発見。毎月第一日曜に老若男女のバイカーが集まり水路沿いに25~40マイルを走行。要マウンテンバイク。

■Run Houston! Race Series

<http://runhouston.com/>

Jan 1, 2015 7-10 am

7575 N. Sam Houston Parkway, Houston, TX 77064

初心者も経験豊かなランナーも、大人も子供もチャレンジできる元旦マラソン。コースは3種類(10K,5K,1K)。

編集後記

ヒューストンの景気好調を反映して、10月22日現在での商工会正団体会員(会社)数は98社、総会員数は651名に達し、歴代の最高記録となりました。他方、補習校に入学する児童・生徒の数も既に400人を超え、現場では先生が足りなくなっているそうです。

そこで今月は、補習校の山崎校長先生に、これから補習校の先生になって下さる方へのメッセージをお寄せ頂きました。校長先生は、授業だけで無く委員会活動や行事の大切さにも触れ、「運動会を行い、連帯感や存在感を得させると仰っておられます。実際、ヒューストン補習校の運動会は幼稚部から高等部までが合同で行われ、中学部・高等部の生徒さんが、幼稚部や小学部低学年のお子さんの競技の進行係を務めるそうです。その運動会の様子は隣のページに載せていますので、併せてご覧頂けると幸いです。なお、永住資格のない方でも就労許可を取得することは出来る場合がありますので、補習校の先生にご興味をお持ちの方は、折り込みの教員募集のチラシをご覧の上、補習校事務局にお問い合わせ下さい。

他方、今月の「テキサスメディカル」は、食欲の秋にちなんで肥満がテーマです。執筆者の塩崎先生がヒューストンに来てお感じになったことは、過度の肥満と、肥満人口の高さだそうです。肥満の研究も進んでいて、アクション映画を見ているとスナックをたくさん食べてしまうという論文もあるそうです。会員の皆様には、くれぐれも健康第一でお過ごし下さい。

引き続き、「ガルフストリーム」を宜しく願い申し上げます。

白木 秀明

ガルフストリームは毎月15日発行です

発行 : ヒューストン日本商工会
発行責任者 : 高杉 禎
編集委員長 : 白木 秀明
構成・編集 : ストレイフ真理子
印刷 : Sel-Fast Printing Copies & Laminating (713) 782-2000