



# CLLクラブ会報3月号

Vol.128 発行日 2014年3月1日  
 チェンマイロングステイライフの会  
 ナコンピンコンド1階  
 Tel. 053-404155  
 ホームページ <http://ccl-thaijp.net>  
 監修：世話人会 発行：広報部  
 本誌からの無断転用をお断りします

## CLLクラブ2014年度フォーメーション表

2014/FEB/27 事務局改訂

部・局	世話人<代理>	業務内容	リーダー	委員
代表	庄司邦忠	全般		
副代表	石井重一	代表代理		
会計	石井重一 ＜小池裕太郎＞	会計全般 年会費徴収 例会受付	広瀬洋子 山本敏幸	宮野幹生、広瀬洋子
事務局	鈴木康司 ＜石井重一＞	会員名簿	広津義夫	佐原勝美(広報)
		入会・退会・会員証	鈴木康司	
		組織表	鈴木康司	
		図書管理	筒井英俊	
		一斉メール発信	代表・各世話人	
		月次当番表作成	石井重一	
		講演者選定・CLL活動	庄司邦忠	
広報部	小池裕太郎 ＜鈴木康司＞	会報・生活ガイド 広報・ホームページ	佐原勝美	高萩政明 川地邦仁子、山本勝也
業務部	黒木みづほ ＜河野明子＞	遠隔健康相談	樋口玲子	加堂幸雄・鈴木康司 広津義夫(I/N予約リーダー)
		定期健康診断	二瓶兼廣	
		ボランティア	山本啓子	
		ビザ研究会	富谷泰生	
文化部	河野明子 ＜小名木隆男＞	お餅、あられ販売	奥野登志子	
		割引券の配布	丸山恵子	
		食事会	大西章子	
		手芸同好会	高橋教子	
		タイ語勉強会	石原裕明	
		英会話同好会	市橋静江	
		囲碁同好会	高橋昇	
		フォト同好会	加堂幸雄	
		コントラクトブリッジ同好会	富谷元子	
		コーラス同好会	鈴木幸子	
		サンクラフトドール講習会	角田怜子	
		i-Pad 同好会	内藤久義	
社交ダンス同好会	休会中			
カラオケ同好会	休会中			
運動部	小名木隆男	ゴルフ部	鈴木通弘	井上正雄・角田忠延・井野一郎
	＜黒木みづほ＞	自然を楽しむ会	高橋典夫	本田勝 須藤栄子、本田礼子
顧問	富谷泰生			
監査	林壽男	会計監査		

### 《第一定例会》 2月1日（土）

出席者 76名（内ゲスト5名）

#### 〈各部報告〉

##### 事務局

- ・新名簿配布について：  
2014年1月末時点の会員名簿を配布するが各リーダーについては、未定が有り決定後再度配布する。
- ・会員動向：個人会員153名 法人会員9社
- ・移動移民局を利用される方のビザ期限報告について：  
追って会員へメールするが、移民局から月別の申告対象者を把握したいとの、依頼に応え各位のビザ期限年月日報告を依頼するので協力願いたい。

##### 広報部

- ・会報2月号について：  
2月の行事予定についてゴルフコンペ、自然を楽しむ会の日程修正あり。

##### 業務部

- ・遠隔診断予定連絡及び義肢財団へプルトップを当月に贈呈する。
- ・ビザ研究会：  
移動移民局での申請に於いて今迄は審査完了まで2週間程要しその間はパスポートを移民局へ預ける必要があったが今後はその場で手続きが完了する、書類に不備がなければ30分程度で終了しパスポートを預ける必要はない。

##### 文化部

- ・ラチャパット大の日本語文化センター開所式での日本文化を紹介するコーナーについて説明あり。
- ・チェンマイ大学主催の日本祭が1月15日に開催された。今回の催しに会員2名が参加した。

##### 運動部

- ・ゴルフコンペ及び自然を楽しむ会の行事予定報告あり。

### 《第二定例会》 2月15日（土）

出席者 75名（内ゲスト9名）

#### 講演

- 題目：「高血圧と脳卒中について」「糖尿病について」
- 講師：Dr. WIRACHAT LERTNITHIKUL  
病名の数値基準、病症に対する予防としては適度な運動とアルコール・食塩のコントロールが大切であるとの主旨を話された。

#### 〈各部報告〉

##### 事務局

- ・会員動向：個人会員152名（1名退会）  
法人会員8社
- ・移動移民局制度の手続き・今後の対応

##### 広報部

- ・生活ガイドブックの改訂を予定、編集委員を募集する。

##### 業務部

- ・遠隔健康相談の申込み方法他を会員宛一斉メールする。

##### 文化部

- ・ラチャパット大学の日本文化コーナーへの参加報告
- ・「サンクラフトドール教室」の申込み案内
- ・食事会(3月13日予定)詳細は一斉メールでお知らせする。

##### 運動部

- ・ゴルフコンペ及び自然を楽しむ会の行事予定の案内あり。

##### その他

- 例会のあり方
- ・月例会を会員相互の情報提案の場とする。
- フリー・トーキングの話題として
- ・飲酒運転
  - ・タイでのマージャンについて。  
面高会員より、タイの慣習、現状の説明があった。
- CLL クラブの運営に永年貢献された、西宇祥子さんの帰国挨拶

## 3月定例会講師の紹介

第一定例会 3月1日（土）

講師： バンコク銀行地区統括責任者 スパラットプロムカンター氏

- 講演： 1) 夫婦で、どちらかが不幸にして死亡した場合、残された者が他方名義の口座を引き出す場合の必要書類、手続きについて。  
2) 事前に残された者が容易に他方の口座を引き降ろす為の対処方法について。

第二定例会 3月15日（土）

講師： チェンマイ県サンサイ市立トンクラ小学校 プット・ブット・ラット先生

講演： タイの教育制度について



## 私が選んだ第2のふるさとオランダ



市橋静江

私が家を売り、家具も処分して、見も知らぬ国オランダへ渡ったのは45年も前のことでした。その時の気持ちは不安と期待とで一杯でした。最初は主人の両親の家に同居させていただく事になりました。都会と違って静かな街でした。

オランダ語が話せない私にとって両親とのコミュニケーションをとるのに大変でしたが、最初は身振り、手振りで始まりました。そのお陰で私と両親との間に親密感が育まれたのです。私を嫁としてではなく、実の娘のように優しく、愛情と理解をもって守ってくださいました。

言葉の違いだけではなく、食生活の違いも大変でした。姑が毎日焼いてくれる肉の匂いがたまらなかつた事です。その頃はまだ日本食品店がなかつたので、姑が色んな醤油を買って来てくださったのですが、インドネシア中国の醤油ばかりでした。ある日中華レストランでキッコマンの醤油を見た時は嬉しく、早速売っている店を聞き購入しました。その後アムステルダムの、明治屋やホテルオークラに日本食品店が入り不自由なくなりました。私が住み始めた頃のこの町の住民は約五千人ぐらいでしたが、アムステルダム空港が拡大され、私達の町が空港に近いと言う事で、空港に勤務する人々が、この町に住むようになり、住宅も沢山でき、今では、住民一万三千人を超え、大きな町と発展しました。

私達も自分達の家をもち、時間と余裕ができるようになり、地区活動を利用して外国人の為の学校でオランダ語を勉強し、絵を習いました。



そして私が55歳の時、老人のための体操部に入りました。そのクラスで私は一番若く、最年長者は私より24歳上の方でした。でも年齢の差は感じませんでした。体操以外でも汽車で旅行を共にし、沢山お友達もでき本当に楽しいオランダでの人生を送りました。

ました。

そう言う国で二人の娘たちを育てました。一人は現在主婦で、3人の子供の母親として立派に頑張っております。

一人は心理学を学び、自分でクリニックを持ち3人の子供の子育てと、仕事を両立しながら頑張っています。



ここまで来れたのは亡くなった両親の温かい愛によって守られたからです。姑が亡くなられる前私に、「貴女もつらい事があったでしょうね、よく我慢してくれました。息子の嫁がオランダ人でなく日本人の貴女でよかった、ありがとう」

とってくださいました。

口には出さなかつたけれど、「お礼を言うのは私のほうですよ。文化も習慣も違う私をここまで導いてくれたのは、貴方達の寛大さと愛があったからですよ。本当に有り難うございました」そしていつも私の支えになってくれている夫にも「有り難う」といいたいです。



しばらく両親と同居した家





## 夢診断（自然編）



前回では干支に関わる夢の話をしました。今回は自然に関わる夢の話をお伝えしたいと思います。

### （雨の夢）

雨の降る夢は全ての物に生気を与える象徴として、実り・繁栄を意味する吉夢ですが、降り方によって伝えられる意味が違ってきます。土砂降りの雨は、心の動揺・不安感の表れ。しとしと静かに降る雨は心の安定を表します。夕立のように急に激しく降る雨は、心が不安定に揺らいでいる状態を表します。



スッキリとした雨上がりの夢は、今抱えているトラブルや悩みが解決に向かう暗示です。身体に感じた雨が冷たいと思った夢は、体調が少し下り気味と 言う暗示です。自分の身体をよく観察して、無理のない生活を心がけてください。

### （雪の夢）

純白の夢は、嘘いつわりのない純真な心の表れです。幸せを呼び込む吉夢でもあります。雪崩が起きる夢は金運が押し寄せてくるという暗示。雪だるまを作っている夢は、願い事が叶うという暗示です。吹雪で大変な状態の夢は、今が正念場！打ち付ける雪に耐えることによって現状が良い方向に向かうという暗示です。



### （山の夢）

崇高な精神・大きな目標を表します。山を眺める夢は、全てが順調・うまく進んでいるという暗示です。



山道で出会った人は、あなたの生活・精神面をサポートしてくれる力強い味方です。

### （海の夢）

海は生命の源。母なるものの象徴です。包容力・豊かさを意味します。荒れた海の夢は、感情が少し不安定で高ぶっているという暗示です。一呼吸して落ち着いて物事に取り組みましょう。海辺でのんびりと寛いでいる夢は、自分の本来の力が引き出され、人の役に立つことが出来るという暗示です。海を見て美しい・・・と、感動する夢は、今の環境からの変化を暗示し、新しい環境・可能性が導き出されるという暗示です。



### （川の夢）

絶え間なく流れる川の夢は、時間の流れ・変化を表わします。川のこちら側は現世、あちら側は死後の世界という暗示もあり、生死に関わる重要な暗示の場合もあります。川の水が汚れていると感じた夢は、病気や疲労に注意してください。普段の自分の身体の状態をよく観察してみてください。澄んだきれいな川の流れの夢は良い人との出会いを暗示しています。枯れた川の夢は、現状から進み出せない状態を意味します。少し勇気を出して一歩踏み出すことをお勧めします。



### （森の夢）

森の夢は、潜在意識・無意識の象徴です。自分の持つ無意識の能力の表れでもあります。反面、森に潜む様々な魔物も意味し、注意が必要という暗示でもあります。森に入っていく夢は、勇気の表れ。今の自分の道を進むことが大切という暗示です。森の中で迷う夢は、視野が狭くなって頑固になっているのでは？という暗示です。少し人の意見を聞いて、取り入れたりすることも時には必要・・・という暗示です。



夢診断に関しては、その他にも沢山の内容がありますが、今回はこの辺で。見た夢を思い返しつつ、たまには自分を内観してみるのも必要な時間かもしれませんね。

（広報 川地邦仁子）



## 食事会のご案内



2014年はじめての食事会を、古都チェンマイにふさわしい古風ホテルで昼食を皆様と一緒しませんか。皆様のご参加をお待ちしています。

日時； 3月13日（木）12時～

場所；シリパンナホテル（Sripanna Hotel）1階奥レストラン

\*ホテル住所はチャオ地図 G-7 ジムカーナゴルフの下（南西）ですが、分かりにくい為

チャーターのソンテオを利用する事をお勧めします。  
直接行かれる方には、申込時に詳細地図をお渡しします。

\*ソンテオをチャーターします。（料金は別途徴収）

集合場所；ロータスホテル入口。詳細は申込時にお知らせします。

集合時間； 11；20

食事代； 220B（189B+雑費で水を含む） ビュフェスタイル

上記以外は各自でお支払ください。

参考

コーヒー、紅茶

コーヒー、紅茶 70B

タイコーヒー、紅茶 25B

アイスコーヒー、紅茶 80B

ビール

シンハー (大) 130B

(小) 90B

ハイネッケン (大) 150B

(小) 110B

LEO (大) 130B



申し込み締め切り； 3月1日（土） CLL第一例会時に会費を添えてお申込み下さい。

係り； 大西 章子 084-7393911

市橋 静江 087-1806923

## 移動イミグレーションのご案内

3月の日程

- ・3月5日（水）10:00～11:00、CLL事務所にて、事前書類確認
- ・3月10日（月）13:30、チェンマイ商工会議所に集合、申請書類提出・完了

3月の該当者

- ・3月11日から4月10日にビザの期限が切れる人。
- ・90日報告の期限が切れる人（入国後90日目の前15日、後7日の期間）
- ・再入国許可書（リエントリーパーミッド）を申請する人。

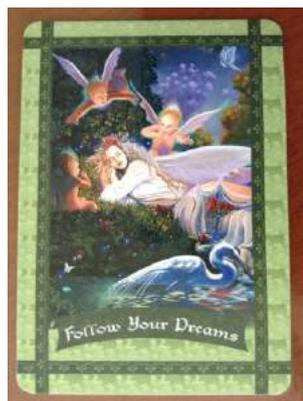
4月の事前審査は4月2日（水）、申請日は4月8日（火）

- ・4月9日から5月12日にビザの期限が切れる人。
- ・90日報告の期限が切れる人（入国後90日目の前15日、後7日の期間）
- ・再入国許可書（リエントリーパーミッド）を申請する人。

## 2014年3月度CLL行事予定表

英語同好会	毎週月曜日	10:00 ~ 11:30	CLLクラブ事務所
広報部編集会議	毎週月曜日	13:30 ~ 15:00	CLLクラブ事務所
手芸同好会	毎週火曜日	10:00 ~ 12:00	CLLクラブ事務所
コントラクトブリッジ同好会	毎週水曜日	10:00 ~ 12:00	CLLクラブ事務所
タイ語勉強会	毎週水曜日	中級 13:00 ~ 14:20 初級 14:30 ~ 15:50 入門 16:00 ~ 17:30	CLLクラブ事務所
囲碁同好会	毎週木曜日	13:00 ~ 17:00	CLLクラブ事務所
遠隔健康相談 ※	第1・第3金曜日	8:00 ~ 10:00	CLL事務所 (事前申込み要)
フォト同好会	第2・第4金曜日	10:00 ~ 12:00	CLLクラブ事務所
定例世話人会	第1・第3土曜日	10:00 ~ 11:30	CLLクラブ事務所
定例会	第1・第3土曜日	13:30 ~ 15:30	オーキッドホテル2F
コーラス同好会	第2・第4土曜日	10:30 ~ 12:30	サンティ ミュージック
ゴルフコンペ月例会	3月27日(木)	集合6:20 スタート6:37	ランナーゴルフ場
自然を楽しむ会	3月25日(火)	集合場所 オーキッドホテル玄関	自然を楽しむ会一番人気の キューロム湖めぐり

※ <遠隔健康相談> CLL事務所にて、スカイプ(映像と音声)を利用した対話形式で香川大学医学部の担当医師に健康相談を行うものです(相談時間: 1人30分)。相談希望者は、庄司会員にメールあるいは電話でお申込み下さい。



### フェアリーカードより。夢を追う。

本当にやりたいことをみつけるのは難しいことです。

自分のやりたいことをする前に、あちこちから声がかかる。私にかまって…というあなた以外からの依頼が沢山あります。

それも時には大切だけど、人に振り回されて自分のやりたいことが後回しになることは切ないことです。

カードの妖精たちは、あなたのお手伝いをします。

まず最初にあなたが本当にやりたいことをみつける瞑想をしてください。それから、あなたの人生で最も重要だと思うことを5つ書き出してください。それを優先するために、スケジュール表に予定を書き込んでください。

そして、自分の予定表に沿った生活を心がけていってください。

何をするかは大きな問題ではありません。大切なことは、何があなたを幸せで充実させるかということを見つけて、そこに時間とエネルギーを注ぐことなのです。

(広報一川地邦仁子)

チェンマイ日本国総領事館 053-203367  
(休日・夜間の緊急連絡先) 02-204-4583  
081-809-6074  
チェンマイ入国管理局 053-277510  
警察署 191  
ツーリストポリス 1155  
火事・消防署 199  
日本語対応メータータクシー 081-9275169

チェンマイ大学医学部附属シーパット・メディカルセンター 053-946900~1  
ナッタプルーン・トーンカム(愛称フォン)さん  
(タイ人の日本語通訳)

電話番号便利帳

ランナー総合病院 053-999777  
ナッティダー・サーグアンさん  
(タイ人の日本語通訳)  
チェンマイラム病院 053-920300  
杉本あきらさん 053-920300  
青木裕子さん 同上  
ゲオさん(タイ人の日本語通訳) 同上  
ラジャヴェーチェンマイ総合病院 053-801999  
米山千恵子さん・勝山桃子さん 内線 777  
永江真智子さん 同上  
(緊急時 089-755-2820)  
(勤務時間: 月~金: 9:00~17:00  
土曜日: 9:00~12:00)