



CLLクラブ会報 2016年3月号

Vol.152 発行日 2016年3月1日
 チェンマイロングステイライフの会
 ヒルサイドコンド4、2階（ロビーの
 階）215号室
 ホームページ <http://cll-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

注 久嶋=久嶋繁氏

CLLクラブ2016年度組織表

2016/2/29

部・局	世話人<代理>	業務内容	リーダー	委員
代表	鈴木康司	全般		
		外渉(国際交流)	庄司邦忠	
副代表	高萩政明	代表代理		
事務局	高萩政明	会員名簿・組織表	広津義夫	久嶋
	<広瀬洋子>	メール管理全般	高萩政明	
		入会・退会・会員証	大石好高	
		総会・会則・細則	小池裕太郎	
		図書管理	中川和子	神屋勇治、筒井英俊、宮野幹生
		相談コーナー	井野一郎	
広報部	川地邦仁子	会報・生活ガイドブック	佐原勝美	小池裕太郎、山本勝也、徳田圭子
	<高萩政明>	広報・ホームページ		
業務部	小森谷孝夫	ビザ研究会	富谷泰生	加堂幸雄、鈴木康司、高萩政明
	<二瓶兼廣>			小森谷孝夫、小池裕太郎、二瓶兼廣
		遠隔健康相談	庄司邦忠	二瓶兼廣、小森谷孝夫
		定期健康診断	勝川正美	小森谷孝夫
		ボランティア・プルトップ	小森谷孝夫	
	お餅の幹旋	奥野登志子		
	提携店の拡大	黒木みづほ	庄司邦忠、鈴木康司	
文化部	清水由貴子	食事会	勝川正美・大西富美子	
	<小森谷孝夫>	手芸同好会	矢野三千代	
		タイ語勉強会	石原裕明	
		英会話同好会	深見正勝	
		囲碁同好会	小池裕太郎	
		フォト同好会	加堂幸雄	
		コントラクトブリッジ同好会	花岡榮	
		コーラス同好会	久嶋	
		i-Pad初級同好会	山本勲	
		i-Pad中級同好会	内藤久義	
		iPhon同好会	河野明子	
		アンドロイド	内藤久義	
		ヨガ同好会	広津義夫	
		フラダンス同好会	徳田圭子	
	ダンス同好会	休部中		
	カラオケ同好会	休部中		
運動部	二瓶兼廣	ゴルフ同好会	鈴木通弘	本田勝、青木永次、石井重一
	<清水由貴子>	自然を楽しむ会	加堂幸雄	野田帛江
会計	広瀬洋子	定例会受付	山本敏幸	大石好高、西川洋太郎、奥村達郎
	<川地邦仁子>			大西章子、徳田圭子
		受付名簿・名札	大石好高	
	年会費徴収	西川洋太郎	石井重一、花岡榮	
顧問	富谷泰生・庄司邦忠			
会計監査	石井重一			

<2016年2月6日(土)第一定例会>



講演：「東南アジア外交—生産拠点タイの変容とタイを視る視座—」

講師：在チェンマイ日本国総領事 青木 伸也様

・自己紹介

1951年～86年に在タイ日本国大使館に初めて勤務して以来、1999年～2002年、2009年～13年とバンコクの大使館に勤務し、今回2015年4月にチェンマイ総領事として4回目のタイ勤務となります。その間にチュラーロンコーン大学大学院に留学、その後2ヶ月間出家しております。

現在総領事館管轄下の北部9県の約70社ある日系企業関係の方々、ロングステイヤーの方々を含む在留邦人の方々が約4,000名にまで増加しており、特にロングステイヤーの67歳以上は37%チェンマイ周辺に居住し今後益々増加が見込まれます。

1. 招聘外交

- (1) オバマ大統領の訪日
- (2) 東南アジア外交(戦後の賠償問題)

2. 日タイ関係とタイ社会を見る視座

- 2.1 インドシナ(中国人とインド仏教文化)
- 2.2 政体・国民統合(ラック・タイ原理)
- 2.3 歴史問題の不存在(第二次大戦中の日タイ同盟)
- 2.4 戦後良好な日タイ関係を牽引した要因

3. 結語 タイ+ワン タイは日本にとりメコン経済圏を索引する重要なパートナーであり東アジアの中核となり得る最有力候補

各部報告

事務局

- ・会員動向 個人会員 145名 法人会員 10社
- ・参加者 会員 64名 ビジター 8名
- ・固定電話の設置、事務所清掃、リーダー・委員3月の月報に記載。

広報部

- ・ランナー総合病院 顧客サービス部 野澤潤氏来所 TEL 081-595-0055

業務部

- ・遠隔健康相談、プルトップ収集、優遇店拡大の活動報告

運動部

- ・ゴルフ月例会優勝者 花岡榮さん、次回は2月25日 ランナーゴルフ場
- ・自然を楽しむ会 小旅行より報告

文化部

- ・フラダンス同好会は発足の方向で進めている 第二、第四土曜日の午前中

<2016年2月20日(土)第二定例会>

講演：「アンケート調査の説明と解説」
「チェンマイでの健康管理について」

講師：香川大学 医学部 公衆衛生学医学博士 依田健志様

「アンケート解説」

精神健康調査表 3CHQ28 については6点以上で神経症あり、心の障害であり人口の10%を超えるとも言われる。ストレス性障害関係であり、ノイローゼ等とも言われている。自分では気が付かない場合が多いのでチェックをすることも必要となる。

A: 身体的症状

身体表現性自律神経機能障害 2～3点軽度 4点以上中等

B: 不安と不眠

パニック障害 2～3点軽度 4点以上中等

C: 社会的活動障害

いわゆる恐怖症等 1～2点軽度 3点以上中等

D: うつ傾向

精神的症状、身体症状 1～2点軽度 3点以上中等
「健康管理について」

チェンマイや日本で実施している方があると思われるが、日本においては健康診断を各地方等で無料で実施している場合や有料の人間ドックを利用して実施していると思われるが、何れの場合でも受診して健康管理チェックをし、更に食事管理と運動の実施が必要となる。更に他人との交流が必要となる。

各部報告

事務局

- ・会員動向 個人会員 145名 法人会員 10社
- ・参加者 会員 51名 ビジター 8名
- ・事務所の電話、清掃について
会費、例会費の値上げに伴い事務所の電話及び清掃は従来通りとし、事務所使用料は徴収しない。
- ・事務所への来訪者については、当番者等は確認をして貰いたい、さらに事務所使用時はドアを閉めて使用する。
- ・山本敏幸会員からの例会費徴収案
今年中は従来通りとし、8月までに会員の意見を聞き、決定する予定

広報部

- ・当月分の広報紙の会員以外の来訪に対する配布は有料(一部 20パーツ)となる
- ・ランナージューズ祭の案内

文化部

- ・フラダンス同好会は発足の方向で進めている 第二、第四土曜日の午前中

業務部

- ・ビザ関連情報の提供のお願い

運動部

- ・ゴルフ同好会 2月ゴルフコンペの案内
- ・自然を楽しむ会 小旅行アンケートの実施



サムーン・イチゴ祭り



チェンマイ花祭りの一週間後がサムーンのイチゴ祭り。パレードは13日（土）の9時から。これに間に合うように、チェンマイを7時30分に出発。

定刻の9時に始まったパレードは、サムーンの村にこれだけの団体があるのかと思うほど、延々2時間の立派なパレード。山車の飾り付け、行進者が手にするのは、真っ赤に熟れた美味しそうなイチゴ。

この村には、CLL会員の山本敏幸さんが運営する「サンファンサンティパーブ財団」（夢を紡ぐ平和財団）がある。家庭的・経済的に恵まれない山岳民族の子ども達を教育支援する施設で、パレードの行われる村の中心から20kmの山奥にあり、20名の子ども達が生活している。祭りの出店の中に、そこ子ども達が出している店があり、3個20バーツの「タイ古式卵菓子」（バナナの皮で編んだ器で焼いた卵焼き）が美味しかった。

昼食は、イチゴ農園のレストラン「フォンワンファーム」。イチゴの焼き飯、イチゴの卵焼き、イチゴのソムタム、そしてイチゴシェイク。イチゴづくしの食事で満腹になり、のどかな田園風景を眺めながら一休みしてから、イチゴ狩りをする農園「ライパシートオーング」に移動。

ここの農園は、入場料無料で、摘んだイチゴをキロ250バーツで買い取る仕組み。試食は一人2～3個までと言われました。早速、試食をしてみると、イチゴの粒は大きくて柔らかく、口いっぱい甘みが広がり、とても美味しい。かなりの人が入っていましたが、広いイチゴ農園には、ちょうど食べ頃に熟れた大粒のイチゴがどの畝にもたくさんあり、入り口で渡されたカゴはすぐいっぱいになりました。

摘んでいる時は気がつかないのですが、少し細長いイチゴを、「これはイーブン」といって、日本産の苗のものであると説明してくれました。ここの農園では、現地産と日本産のイチゴを栽培しているようですが、味はほとんど差がなく、どちらもとてもおいしい。

3年前にイチゴ狩り行ったとき、入場料を払って入った畑にはイチゴがほとんどなく、帰りに、収穫してあったイチゴを買って帰ったが、タイのイチゴは「見た目は赤くておいしそうだが、硬くて酸っぱい」という、定評通りのものでした。

今回も、「イチゴ祭り」に満足したので、「イチゴ狩り」には、あまり期待をしていなかったのですが、タイのイチゴへの認識を改めさせられました。

まだ、タイのイチゴは「硬くて酸っぱい」という先入観をお持ちの方は、是非、サムーンのイチゴを食べてみて下さい。日本のイチゴと遜色なく、大きくて、甘く、美味しいですよ。

広報部 山本 勝也





「煤煙対策における講演」を聴講して。



2月13日(土)～14日(日) バンコク病院とチェンマイ大学で各1回ずつ、兵庫医科大学公衆衛生講座主任教授の、島 正之氏の講演が開催されました。チェンマイ大学の人文学部中講堂では、諏訪領事司会進行で講演が始まりました。プロジェクターを観ながらの講演では「大気汚染が健康に影響する被害」「PM2.5の健康影響、短期暴露による死亡との関連性、死亡リスク」「肺機能の変化」「呼吸器症状の変化」などが説明されました。タイにおける大気汚染はPM10が主流で、チェンマイでは、2～3月がかなり標準値を超えて発生することが多く、それ以外の月は平均を下回るということでした。タイ北部やミャンマーでの野焼きや自然火災が大きく影響しているとのことでした。大気汚染の対処法としては、基準値を超える日はできるだけ外出を控えること。出かける時には肌にしっかり密着した状態でマスクを付けること。室内では窓を閉めて空気清浄機を使用すると効果があるということでした。質疑応答で「洗濯物は外に干すとよくないのでしょうか?」と、主婦目線で聞いてくださり、それに対して「それほど気にせず外に干しても大丈夫です」との解答があり、少し安心しました。毎年この時期になると山が霞み太陽がオレンジ色になり、日本人は帰国したりあちこち避難したり家に籠ったりと、悩ましい季節でもあるのですが、なんとか乗り切りたいものですね。



(広報 川地邦仁子)



第11回北部タイ大学生日本語スピーチコンテストの開催



平成28年1月30日(土)、チェンマイ大学 UNISERV 会場において、第11回北部タイ大学生日本語スピーチコンテスト、日本留学フェアが開催されました。

大学生日本語スピーチコンテストには、北部タイの大学に所属する学生のうち、原稿審査を通過した24名が出場し、スピーチを披露しました。スピーチの時間制限は5分間、テーマは自由。日本語学習にける思い、親や友人に対する思い、タイの将来に対する思い等が込められたスピーチが繰り広げられました。

優勝者へは、上智大学より、同大学への1年間留学(授業料免除、往復航空券・生活支援金支給)が送られました。

同コンテストに対しては、その他、CLLクラブ、日本航空バンコク支店、バンコクエアウェイズ社、バンコク日本人商工会議所、北部日系企業協議会、タイ日教育開発財団、ピュアハート財団が協賛をしました。

留学フェアには、日本の大学・組織などのブースが並び、またジョブフェアでは、ランプーンの工業団地に進出する日系企業がブースを出店し、各社の企業活動をアピールしました。



広報部 佐原 勝美





ゴルフコンペ 2月の結果



第155回 CLL ゴルフコンペは、2月25日（木）ランナーゴルフ場で開催された。ゴルフコンペ 参加者合計は、35名 内ゲスト2名 成績は、下記の通り。

順位	名前	OUT	IN	GS	HC	NET
優勝	広瀬 寿武	47	50	97	27	70
準優勝	松尾 弘勝	45	50	95	22	73
3位	浅野 晴夫	47	42	89	15	74



優勝者 広瀬寿武さん

ベスグロ 向山 正さん (OUT 37, IN 46) 83



ランナージープン祭



本年は2月20日(土)17:30から、チェンマイ大学日本研究センター引渡式と同時に、チェンマイ大学日本研究センター前 特設会場で開催された。

ステージでは、CLLクラブのコーラス、高校生日本語カラオケ大会優秀者によるカラオケ、日本人三味線奏者による演奏、ユッパラート高校による太鼓が披露され、盆踊りや花火が上げられた。

又、日本料理・タイ北部料理販売、餅つき、チェンマイ茶道同好会による茶道の披露、日本人形作り、日本のおもちゃコーナー、日本観光案内等のブースが設けられた。

広報部 佐原 勝美



2016年3月度CLL行事予定表

広報部編集会議	毎週月曜日	13:30 ~ 15:00	CLLクラブ事務所
ヨガ同好会	毎週月曜日	13:00 ~ 14:30	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
アイパッド同好会	毎週火曜日	13:00 ~ 15:00	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 ~ 16:00	CLLクラブ事務所
スマホ同好会	第2水曜日以降	10:00 ~ 12:00	CLLクラブ事務所
英語同好会	毎週木曜日	10:00 ~ 11:30	CLLクラブ事務所
アイパッド初心者同好会	毎週木曜日	14:30 ~ 16:00	CLLクラブ事務所
囲碁同好会	毎週金曜日	13:00 ~ 17:00	CLL事務所
フォト同好会	毎週金曜日	10:00 ~ 12:00	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)
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	センタン7F ミュージックルーム
ゴルフコンペ月例会	2016年3月24(木)	集合6:30 スタート6:45	ランナーゴルフ場

※ <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名30分)。相談希望者は、小森谷孝夫会員にメールあるいは電話でお申込み下さい。

第一定例会 3月5日(土)

演題 : 「未定」

講師 : 堀内良美さん 「アークどこでも本読み隊」、代表・設立者

講演者紹介(上記パンフレットから抜粋) : 全盲で本の虫である彼女はバンコクに留学中に国内各地の村や障害者関連団体を訪れて、本の価格が高い、農村地域に図書館が不足しているなどの理由から人々に活字の情報が届きにくい状況を知り、本と人々を繋ぐ方法としてチェンマイ県パヤオに図書館の設立、移動図書館の設立運営を行っています。

第二定例会 3月19日(土)

演題1 : お茶の沿革 所要時間: 通訳含め約30分

講師 : Mr ヤーンテートチュムチューウオン

皇富龍: 中国のアンティークギャラリーとお茶屋、代表

演題2 : 1) 旅行の案内(約40分)

国内: ホアヒン、ランパーン、スコータイ、トラン、ラヨン、カンチャナブリ

周辺国: ベトナム、ミャンマー、カンボジア、バリ、他

2) タイのお祭りについて

3) チェンマイに暮らしている日本人(VTR、20分)

講師 : アヌポンさん CLL法人会員レインボートラベル代表

3月定例会講師の紹介



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 救急車は 1669

日本語対応メータータクシー 081-8856547

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 053-946504

永江真智子さん MAYさん

(日本人の日本語通訳) (タイ人の日本語通訳)

マコーミック病院 053-277510

櫻井みかさん 061-3348042

ランナー総合病院 053-999751

野澤潤さん 081-595-0055

(日本人の日本語通訳)

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

佐々木良太さん・マリワン尚子さん

内線 777 緊急時 089-755-2820

バンコク病院チェンマイ 053-801999

日本人コーディネーター: 池田佳子

(いけだよしこ)さん

電話番号
便利帳