



CLLクラブ会報 2019年3月号

Vol.188 発行日 2019年3月1日
チェンマイロングステイライフクラブ
ヒルサイドコンド 4、2階（ロビーの
階）215号室
事務所 Tel:053-217572
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。

自然を楽しむ会 メーソート、ミャンマー国境の街の旅

広報 川地 邦仁子

1月22日、早朝7時20分にチェンマイオーキッドホテルに集合。総勢19名は2台のマイクロバスに分かれ一路ランブーンからランブーンへ。国道1号線に入り南下しながらターク県へと進みます。ターク県からは左はスコタイ、右はミャンマー国境の街のメーソートへと分かれれます。私たちのバスは右に、途中「プミポンダム」で下車。湖かと思わせる深くて満々と水をたたえるダムの上流がチェンマイのあのピン川と繋がっているという説明を聞いてもにわかには信じられないほど広大な光景でした。絶景と心地よい風に吹かれながらしばしの散策。街中のレストランで少し遅めの昼食をとり車は今夜の宿があるメーソートの街に向かいます。山道は素晴らしく広く快適で、まだまだ開拓途中。たくさんのミャンマー人かと思われる人たちが作業しています。車窓から「ご苦労さま」とつぶやきました。

メーソートの宿は「セントラルホテル」で快適な大型ホテルでした。道路を挟んで大型ショッピングセンターがたくさんあるにもかかわらず人通りも無く街中も暗い感じでした。やはりチェンマイは一大観光都市！人混みのスケールが違います。次の日は朝食後「タイワッターラム」というミャンマー様式のお寺に参拝。タイのお寺よりもっとキンキラキン…像の周りには電飾がキラキラ光り仏像のお顔も少しバタクさいような…大きな涅槃像があり、これは圧巻!! お坊さんたちもフレンドリーで何かと声をかけてきます。お寺の後はミャンマー国境のモエイ川が流れるメーソートの街へ。

対岸のミャンマーの建物は一見色彩豊かで明るいのですがそれは商人の建物で、庶民の家はとても貧しく暗い感じのするものでした。

タイ側には拳銃を持った兵士が点在し不法侵入者を監視しています。でも、そこは曖昧な場所…30バーツの渡し船がたくさんの人を乗せてミャンマーとタイ間を往復していました。そこだけはパスポートの要らない世界…自己責任の世界。まだまだ課題の多い国ミャンマーを垣間見た気がしました。

街から少し走ると宝石ストリートに到着。「石」大好きな私はテンション高め!! でも、ルビー、サファイアなどは本物と偽物を見定める眼力など到底持ち合わせないのでもっぱら大好きな「ガーデンストーン」にはまりまくりました。ここまでたくさんあると迷いに迷う…一日中見ていたい。でも、限られた時間内、幾つか気に入った石を買って後ろ髪を引かれつつバスに乗りました。温泉に入ったりタイの道路の素晴らしさに感心したり国境を訪れたり、日本人としていろいろ考えることもあった旅行でした。長い道のりを運転してくれたドライバーさん、アヌポンさん、ジューさん、そしてご一緒した皆さんお疲れ様でした!



<2019年2月2日(土) 第一月例会>

場所：チェンマイ・オーキッド・ホテル 2F

代表挨拶：佐原代表

2月1日にEPAが発効し保護主義が広まる中、自由貿易が広まることは良いことだと思います。日本では、ヨーロッパ産の高級ワインや肉が安く入るようになります。高級牛、お茶等の日本からの輸出拡大も期待され、雇用拡大も期待されます。

講演： <日本の先端技術によるタイ農業高度化の試み>

講師： 京都大学 吉川 潔 名誉教授

講義内容： 雷などの空中放電により空気中の窒素と酸素が反応して窒素酸化物が生成され植物が栄養分として利用でき、雷が発生した水田では収穫量が増えたり、きのこの収穫量がふえることがわかっている。人工的に交流の高電圧パルスを与えたほだ木での栽培実験では、収穫量が2,3倍になったことが報告されているこれをふまえ高電圧プラズマ及びマイクロナノバブル技術の農業、漁業への応用の研究を推進しているとのことである。
又、マイクロナノバブル技術、この技術による低酸素水（好気性細菌の活動が抑制され、鮮度が長期間保てる）のおかげで淡水、海水の魚と一緒に住めるとのこと。又農業、漁業、工学のみならず、最近では癌治療などへの基礎的研究も進められているとのことである。

各部報告：・1月末義肢財団へストッキングを寄贈するために訪問。
・2月12日の食事会（Duke's）の案内。
・2月14日の自然を楽しむ会（タナトン柑橘農園/ヒノキランド）の案内。
・庄司さんより2月4日の介護施設見学の案内。
・榎本氏より今期より自然を楽しむ会のリーダーになったことが報告された。

事務局：・会員動向 個人会員115名 法人会員7社
・月例会参加者 53名（ビジター 4名含む）

<2019年2月16日(土) 第二月例会>

場所：チェンマイ・オーキッド・ホテル 2F

代表挨拶：佐原代表

ネットでチェンマイ大気汚染：リアルタイムPM2.5大気質指数がご覧になれます。

<https://aqicn.org/city/chiang-mai/jp/m/>

新たな禁煙エリア規制が、2019年2月3日より施行される見込み。違反者への罰金は5千バーツになります。オートバイの交通事故が多発しています。

講演： 体力測定と体力維持のための運動実践講座

講師： 川崎医療福祉大学医療技術学部 依田 健志准教授、 齊藤 辰哉 健康体育学科助教授
香川大学 徳田 雅明 副学長、宮本賢作 教育学部 准教授

講義内容： 講義が始まる前に参加者の身長、体重、体組織（全身筋量）、血圧、握力、歩行速度の計測が行われた。
サルコペニアとは、加齢や疾患により、筋肉量が減少することで、どうしたら筋力強化が出来るか運動方法3種類が紹介された。

各部報告：・八巻氏（ファーイースタン大学）によるアンケート実施
・自然を楽しむ会、小旅行の満足度アップのためのアンケート実施
・TM28とTM30の違いについて、次回例会に小森谷さんより説明があるとのこと

事務局：・会員動向 個人会員 123名 法人会員 7社
・月例会出席者 54名（ビジター 4名）

2019年度 CLLクラブ組織表

世話人		世話人 サポーター	内 容	リーダー	委 員	
代表	佐原 勝美		全般			
副代表	槻木 良久		代表補佐			
事務局	槻木 良久 木村 健二	埴 勉	会員名簿・組織表	大石 好高	木村 健二	
			入会・退会・会員証	大石 好高	木村 健二	
			受付名簿・名札	大石 好高	木村 健二	
			一斉メール会員の追加削除	木村 健二		
			総会・会則・細則	埴 勉		
			図書管理	木村 隆之	富谷 元子	神屋 勇治
			メールチェック	佐原 勝美		
			相談コーナー担当	木村 健二	小池 裕太郎	
			ビザ研究会	鈴木 康司	富谷 泰生	小池 裕太郎
			イベント対応	広瀬洋子	高橋東美	山縣 ひろ子
広報部	榎野 昭一 副：徳田 圭子		会報の発行	川地 邦仁子	槻木 良久	山本 勝也
			生活ガイドの改訂	槻木 良久	徳田 圭子	高萩 政明
			ホームページの維持管理	木村 健二		
			電子掲示板の維持管理	木村 健二		
業務部	小貫 憲 副：木村 健二		遠隔健康診断	勝川 正美		
			定期健康相談	勝川 正美		
			ボランティア	川地 邦仁子		
			餅の斡旋	奥野 登志子		
			提携店の拡大	小貫 憲		
文化・ 運動部	徳田 圭子 副：下川 美枝子 副：木村 健二		食事会	勝川 正美	本田 礼子	野田 帛江
			手芸同好会	高橋 教子	小森谷 孝夫	川地 邦仁子
			タイ語同好会	石原 裕明		
			英会話同好会	市橋 静江		
			囲碁将棋同好会	小池 裕太郎		
			フォト同好会	高萩 政明	高橋 正樹	徳田 圭子
			コントラストブリッジ同好会	花岡 榮		
			コーラス同好会	広瀬 洋子		
			フラダンス同好会	徳田 圭子		
			カラオケ同好会	花岡 榮	鈴木 康司	
			ゴルフ同好会	鈴木 通弘	石井 重一	槻木 良久
					平岡 清典	
			自然を楽しむ会・小旅行	榎本 隆男	高橋 正樹	鈴木 幸子
					野田 帛江	
温泉同好会	黒崎 邦夫	榎本 隆男	鈴木 康司			
会計	下川 美枝子 副：榎野 昭一		例会受付	奥野 登志子	山本 敏幸	野田 帛江
					大澤 米子	埴 勉
					小野寺 明久	木村 隆之
		年会費徴収	本田 礼子	下川 義彦		

最高顧問	富谷 泰生
顧問	鈴木 康司 ・ 高萩 政明

会計監査	石井 重一
------	-------



義肢財団訪問

広報 徳田 圭子

1992年、シーナカリン王太后の尽力により設立された義肢財団にストッキングを届けるために訪問しました。義肢にはいろいろな種類があり、障害の違い、仕事内容の違いによって装着する形態が異なります。

農作業用はぬかみを歩きやすくするため、くるぶしより下が丸く作られていました。又、大腿骨骨折の方の義肢は大腿骨上部まで形状があり、歩くためには自分の腹筋や蹴り出す筋力がとても重要だそうです。ここでは50名のスタッフが仕事をしています。

大学で勉強している人達の実習場所として、世界中から義肢作りの実践研修にきています。子供の成長に応じた作り替えや、仕事による摩耗や劣化によって作り直しも多数あるそうです。チェンマイでは年間300件の依頼があり、タイ国内の90ヶ所の病院や診療所を含めると3,000件の依頼があります。



タイはバイクによる交通事故も多く、10代20代の若者の義足依頼が全体の半分を占め、残りの半分は病気などによるものだそうです。

義肢はすべて無償で提供されており、タイ国内はもとより、近隣諸国からも必要とする障害者の方が訪れています。遠方から来る人のため無料宿泊施設も併設されています。

又、財団を訪れることが出来ない人のために、プラスチック会社<IRPC>による義肢作りに必要な全ての機材を搭載した大型トラックが必要に応じて地域の村々に出向いたりしているそうです。

必要でなくなったストッキングが義肢作りの部品の一部として役立てられている事を知りました。CLLの皆様には日本から帰って来る時パッキング代わりに構いませんから持って来ていただきます事をお願いしたいと思っております。事務所で受け付けていますのでよろしくお願いいたします。

見学を希望される方がございましたら、企画したいと考えています。

本日、お忙しい中を説明案内して下さいました國吉晃代さんに感謝申し上げます。



食事会の報告

会員 本田 礼子

今回の食事は MAYA の中にある Duke's で開催されました。近くでありながら足が遠退いていたという方も含めて 36 名の方々が参加され。スープ、サラダ、やわらかく焼き上げたポーク、大きいピザ等々をいただきながら各々テーブルでの話はずみ、楽しい一時を過ごせた食事会でした。ごちそうさま!!!



布ぞうり作成

広報 徳田 圭子

苦しくても、終われば
楽しい作業でした。

バザーなどで売っている布ぞうりが、こんなに大変な思いで作られている事を知り、凄く驚きました。

楽しかったです、チャンスがあれば又作りた
いです。



左右同じ大きさに作ることが難
しかったですね。

片方作るごとに上達して行きました、今度作る時は売り物になるかと
楽しみです。

見た目の美しさに対して、作り出すことの難
しさ身に沁みました。

難しかったが楽しかったです。二足目
に挑戦してみたいと思います。

根気よく教えて下さった野田さん、ありがとうございました。



チェンマイ大学 日本祭り

広報 佐原 勝美

2月8日と9日の両日、チェンマイ大学の日本祭が開催されました。
テーマは〈夏の思い出〉

日本祭は、日本語学科の学生が企画運営を行う1年で最も大きなイベントで、毎年3年生がリーダーとなり1,2年生を指導します。

4ヶ月前からミーティングを重ね、約1ヶ月前から授業やテストの合間をぬって実際の準備作業に取り掛かります。

当日は、高校生コンテストや文化紹介、授業で勉強したことが劇や作品として発表されました。茶道、生花、書道、などの文化紹介に関しては、週一回のそれぞれのクラブ活動の集大成として、日本祭で実演披露や作品展示がおこなわれました。

チェンマイ茶道同好会所属のCLL会員が、茶道の指導を行いました。



①



②



③



④



⑤



⑥



⑦



⑧



⑨

③在住者クラブによる餅つきキャラバン隊

⑦生徒の作品です

⑧⑨茶道練習風景です

CLL ゴルフコンペ 2月の結果



第188回ゴルフコンペは、2月28日ランナーゴルフ場で開催されました。参加者合計は、25名内ゲスト1名。成績は下記の通りです。



次回の予告 3月28日(木) 集合 6:40 IN スタート 7:00
ランナーゴルフ場にて行います。

順位	氏名	OUT	IN	GS	HC	NET
優勝	大西 富美子	47	40	87	19	68
準優勝	大澤 米子	53	51	104	33	71
3位	大澤 正元	48	52	100	26	74
ベスグロ	平岡 清典	44	41	85		



優勝 大西さん

チェンマイに<世界の山ちゃん>オープン



2019年3月 相談コーナー当番

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					大石 好高 (パソコン相談)	第1例会 13:30~ オーキッドホテル 2F
3	4	5	6	7	8	9
	下川 義彦 (広報会議)	川地 邦仁子	花岡 栄 (タイ語勉強会)	河野 明子	永島 和雄	
10	11	12	13	14	15	16
	榎野 昭一 (広報会議)	樋口 玲子	小池 裕太郎 (タイ語勉強会)	小森谷 孝夫 (ピザ相談)	石井 重一	第2例会 13:30~ オーキッドホテル 2F
17	18	19	20	21	22	23
	木村 正勝 (生活全般相談) (広報会議)	広津 義夫	槻木 良久 (タイ語勉強会)	木村 健二	勝川 正美	
24/31	25	26	27	28	29	30
	徳田 圭子 (広報会議)	広瀬 洋子	小池 裕太郎 (タイ語勉強会)	小貫 憲 月例ゴルフコンペ	佐原 勝美	

(注) 上記の担当は相談員の都合で変更されることがあります。赤字は専門相談員と内容を示します。
パソコン相談、iPhone・スマホ相談は初心者相談のみ受け付けます。



2019年3月度 CLL 行事予定表

広報部編集会議	毎週月曜日	14:00 ~ 15:30	CLL 事務所
手芸同好会	毎週火曜日	10:00 ~ 12:00	CLL 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 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 入門 16:00 ~ 17:20	CLL 事務所
英語同好会	毎週木曜日	16:00 ~ 17:30	CLL 事務所
フラダンス同好会	毎週木曜日	14:00 ~ 15:00	CLL 事務所
フォト同好会	毎週木曜日	10:00 ~ 12:00	CLL 事務所
囲碁将棋同好会	毎週金曜日	13:00 ~ 17:00	CLL 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 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
カラオケ同好会	第1・第3土曜日	17:00 ~ 20:00	CLL 事務所
コーラス同好会	第2・第4土曜日	10:30 ~ 12:30	CLL 事務所
ゴルフコンペ月例会	3月28日(木)	集合 6:40 スタート 7:00	ランナーゴルフ場
温泉同好会	月1回(不定期)	(不定)	タイ国内の近隣温泉

※<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、小貫憲世話人にメールあるいは電話でお申込み下さい。

3月月例会の講演内容の予告

<3月第1月例会> 3月2日(土)
講演:「私の人生とチェンマイ」
講師: 大山 八三郎氏



<3月第2月例会> 3月16日(土)
講演:「日泰異文化」
講師: 長田 タッサワン氏

- ・在チェンマイ日本国総領事館 052-012500
- ・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 1669
- ・日本語対応メータータクシー
ピアさん 081-8856547
- ・チェンマイ大学医学部附属
シ・パット・メディカルセンター
メイさん 053-936504
(タイ人の日本語通訳) 061-265-1515
受付時間 月~金 8:00~16:00
- ・マコーミック病院
ペーンさん 053-277510
(タイ人の日本語通訳) 053-921777
受付時間 月~金 8:00~16:00
土 8:00~12:00



電
話
番
号
便
利
帳

- ・ランナー総合病院 053-999777
野澤潤さん(日本人の日本語通訳)
- ・チェンマイラム病院 081-5950055
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
ワンペンさん(タイ人の日本語通訳) 同上
- ・ラジャヴェーチェンマイ病院 053-801999
佐々木良太さん・金森亮太さん・
佐々木優子さん
内線 777 095-134-6189
088-257-2842
- ・バンコク病院チェンマイ(日本語) 052-089888
又は救急電話 17190
日本語コーディネーターキム・サニーさん
受付時間 月~水・土・日 8:00~17:00
木・金 9:00~15:00

