



CLL クラブ会報 2019 年 7 月号

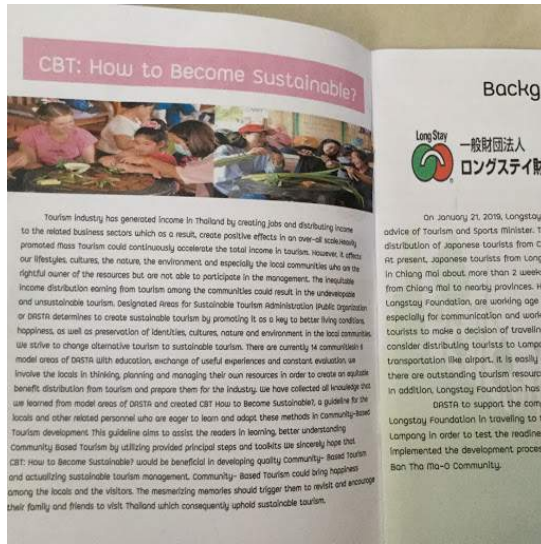
Vol.192 発行日 2019 年 7 月 1 日
チェンマイロングステイライフクラブ
ヒルサイドコンド 4、2 階（ロビーの階）215 号室
事務所 Tel:053-217572
ホームページ <http://cll-thai.jp.net>
監修：世話人会 発行：広報部
本誌からの無断転用をお断りします。

ランパーンへ

広報 川地 邦仁子



東京にあるロングステイ財団の知り合いから声かけがあり、CLL の仲間 5 名でランパーンへの招待旅行に参加しました。



この企画は CBT(community based tourism)というタイの観光誘致に関わる団体が中心となり、今までタイといえばバンコクやチェンマイといった都市に集中しているロングステイヤーや旅行者をもっと地方に呼び込もうといった取り組みだという説明を受けました。

CBT の活動は現在タイ国で 14 県 114 カ所で行われており、今後 55 県まで増やしていきたいという考えだそうです。日本に置き換えると、都市集中型から地方への住み分け誘致や「田舎ちょっと体験ステイ」のような農業体験、料理作りなどが行われていますね。それと同じような取り組みがタイ国でも行われているということに関心を持ちました。

私たちが 2 日間で体験させてもらった内容はマッサージで使用する「ハーバルボール作り」お寺に奉納する「飾り作り」タイの踊り、ファイヤーマッサージ。どれも心地いい空間でアンチャン（バタフライピー）のお茶や手作りのお菓子、おもてなし料理に舌鼓を打ちながら地元の方々との交流を交えゆったりと時間の流れる中、楽しく過ごすことができました。地元の夜市にも行きました。チェンマイの夜市のような混雑もなくのんびりと歩くことができ、「売らんかな」の商魂も感じられずローカル気分を味わいました。



馬車での町の散策は、石畳に馬のパカパカという足音が心地よく、川からの風が爽やかでした。のんびり過ごさせてもらったけれど楽しい初体験ばかりで、狭い範囲の移動なのに「盛りだくさん」という感想でした。日本からの参加者は 30 代 40 代の若い人数人。皆さん「ノマド」候補を目指して働いているような何でも見てやろう吸収してやろう！という人たち。彼らからもたくさんの刺激をもらい頭が活性化しました。いろいろな場所で繰り広げられている CBT の取り組みに体験参加してみたい！と思った方は是非、広報までお問い合わせください。



<2019年6月1日(土) 第一月例会>

場所：チャンクラン通り ツインピークス隣り オリエンタルノイズ社庭園。



4人の蕎麦打ち名人の方々の指導により和気あいあいと行われ、希望者は蕎麦打ち体験も出来ました。昼ごろからは蕎麦の試食会、かき揚げで一杯と言う方達も。。。



事務局：・会員動向 個人会員126名 法人会員9社
・月例会参加者 32名（ビジター 8名含む）

<2019年6月15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：梶木副代表

- ・デング熱感染者が昨年の2倍に。デング出血熱で死に至る場合もあるので蚊対策が必要。
- ・スマホの爆発事故が発生。発熱が原因で、温度上昇を感じたら暫く電源を切って欲しい。
- ・チェンマイにAKB48姉妹グループ「CGM48」誕生が発表。これを機に日タイ交流が更に深まることを期待する。

講演：「高齢の方の健康について」

講師：チェンマイ大学 看護学部 環境衛生学科 ラングシア先生

講義内容：関節痛予防

- 適切な体重を維持する。
- スポーツをする。
- 筋肉をつけ柔軟性を保つ。
- 適切な食習慣
- 禁煙をする。
- 飲酒量を減らす



各部報告 ・ラチャパット大学日本祭7月21,22日のコンテスト審査員を皆様をお願いしたい。
・7月4日（木）ランナーエキスポ会場にて 健康に関する無料相談の案内（詳細はp5参照）

事務局 ・会員動向 個人会員 126名 法人会員 9社
・月例会出席者 29名（ビジター 2名含む）

お国自慢 金沢編

会員 徳田 圭子

どことなく繊細な女川と呼ばれる浅野川と豪快な流れの男川と呼ばれる犀川。

この二つの流れの間にある金沢は、百万石の城下町と言う枕詞に代表されるような情緒ある古都です。金沢駅に着くとガラス造りのもてなしドームと伝統芸能に使われる鼓をイメージした鼓門が人々をお迎えします。

日本三名園の一つ兼六園、マルビーこと21世紀美術館、三味線の音色がどこからともなく聴こえてくるような、ひがし茶屋街、そぞろ歩きの似合う武家屋敷跡界隈、金沢大学跡地の金沢城公園、以前は市民の台所と言われていましたが、今では観光客でごった返す近江町市場。これらはあまりにも有名ですね。

毎年、6月第1週の3日間、加賀藩祖前田利家公金沢城入城行列の百万石祭りが行われます。小学生の頃毎年のように行列を見学に行ったものです。小さな金沢の町が、大勢の市民と観光客の見物であふれる様子に興奮したことを思い出します。

食の魅力に関しては県外の方のほうが詳しいようです。日本海の魚介、加賀野菜の旬の食材を用いた郷土料理。それらを盛り付ける九谷焼や漆器などの豪華な器。また茶の湯が盛んであったことから多くのおいしいお菓子が生まれました。

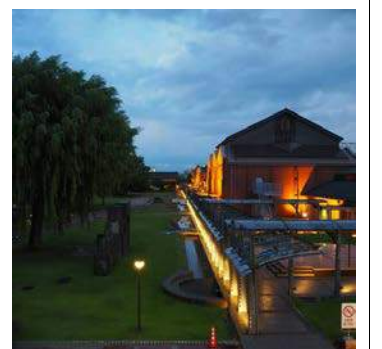
先日の連休に金沢へ戻った折、子供達とお寿司を食べに行きました。なんと200メートル程の行列が出来ていて先頭の方は2時間前から待っているとの事でした。県外の車がほとんどで、金沢の食文化はすごいなあと思改めて思いました。金沢では「空から謡が降ってくる」という言葉があります。古くから武家や商家だけでなく、植木職人までが、能楽をたしなみ、金沢の城下を歩くとどこからともなく小謡を口ずさむ声が聞かれたことから使われた言葉です。つい最近まで寄り合いなどがあるとダンナ衆は揃って長唄、小唄、謡、などを披露したそうです。金沢芸奴によるお座敷体験もあり粋で雅な金沢文化も紹介されているようです。

文芸では金沢の三文豪、泉鏡花、徳田秋声、室生犀星、が有名で川沿いには文学碑があります。

近年では浅野川近辺で居をかまえ仕事をしている五木寛之氏や、唯川恵さんが活躍されています。ちなみに唯川恵さんは私と同窓生です。まったく面識のないのが残念でなりません。

禅の精神を世界に紹介した鈴木大拙、その鈴木大拙館の水面に浮かぶ波紋を眺めていると無我の境地になる不思議な空間がそこにはあります。是非訪れて見て下さい。

あまり知られていないのですが、私がどうしても訪れてほしい場所の一つに金沢市民芸術村があります。旧紡績工場倉庫群を改修したレンガ造りの建物で演劇、美術、音楽の芸術創造のための練習施設です。外観も素晴らしいですが、中の空間も素敵です。観光シーズンには四季折々の金沢の風景や味覚、そして夜間のライトアップなど趣向を凝らして魅力を発信しています。しかし金沢に住み慣れた私から申せばその魅力の極めつけはどんよりと雲の垂れこめた今にもみぞれ混じりの雨が落ちてきそうな、小雪がちらちらと舞い始める頃、カニの解禁、甘えびの甘さが際立つ11月頃がいいと思うのです。金沢が一番金沢らしい季節。観光客のあまり訪れない季節。是非この時期にいらして下さい。市民総出で、おもてなしすること間違いございません。



ラチャパット大学日本祭にむけて学生達と交流

今年で2回目のお手玉づくりです。昨年一緒に作った学生もいて、初めての参加の学生に皆で教えながら作って行きました。1人2個を目標に1時間半程針を進めて完成。その後は出来るだけ日本語で出身地や将来の希望などを和気あいあいとミーティング交流しました。

茶道は3回練習しました。学生達は先輩が後輩に教えているようでしっかりと練習が出来ていました。足の痺れも回を重ねるごとに減り茶道らしい仕草になっていきました。



浴衣の着付け



折り紙



茶道



碁碁



書道



お手玉

*日本祭は7月20日(土)はラジャパット大学で、7月21日(日)はMAYAで開催されます。

日本食材センター「サンブリッジ・フーズ」

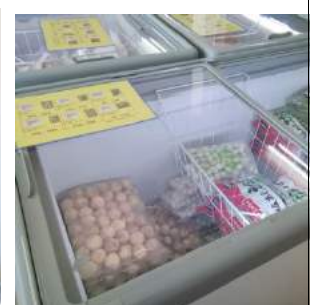
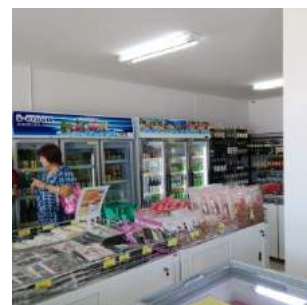
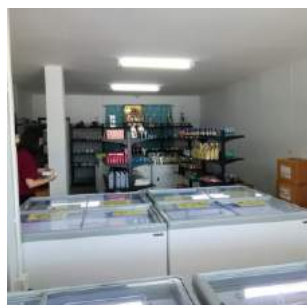
広報担当

先日、ルアムチョークモール（ミーチョークプラザ隣のTOP's 近く）にできた日本食材センター「サンブリッジ・フーズ」に行ってきました、冷凍の魚介類が豊富だと感じました。

うわさの豆腐「おぼろ豆腐、ざる豆腐」、厚揚げ、油揚げ、豆乳飲料等々の日本の食材も数多く並び見ているだけでも楽しい時間を過ごすことが出来

ました。扱っている商品は、業務用が多いのもう少し小さい物や小分けにしたものを要望として伝えてきました。少しずつ仕入れてもらえるとのことでした。

要望があれば出来るだけ何にでも対応してもらえるそうです。



CLL ゴルフコンペ 6月の結果



第192回ゴルフコンペは、6月27日ランナーゴルフ場で開催されました。



参加者合計は、22名内ゲスト1名。成績は下記の通りです。

順位	氏名	OUT	IN	GS	HC	NET
優勝	花岡 栄	43	36	79	6	73
準優勝	大澤 正元	49	48	97	23	74
3位	大澤 米子	47	54	101	27	74
ベストグロ	花岡 栄	43	36	79		



次回の予告 7月25日(木) 6:40集合 7:00 OUT スタート 優勝 花岡 栄 さん
ランナーゴルフ場にて行います。

ランナーエキスポインターナショナル開催

期間 : 6月28日(金) ~ 7月7日(日)

場所 : チェンマイ国際コンベンションセンター(700年記念競技場隣)

7月4日 9:15~10:30

講演 「情報化時代の高齢者介護」

溝尾朗医師(JCHO 東京新宿メディカル JCHO センター)

10:30~12:00 まで健康相談を受け付けます。

連絡先 053-201800(内線)3531 ファーイースタン大学 八巻 一三男氏

2019年7月 相談コーナー当番

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	広津 義夫 (広報会議)	鈴木 康司 (ビザカード保険)	下川 美枝子 (タイ語勉強会)	広瀬 洋子	大石 好高 (パソコン相談)	第1月例会 13:30~
7	8	9	10	11	12	13
	鈴木 幸子 (広報会議)	樋口 玲子	花岡 栄 (タイ語勉強会)	勝川 正美	榎野 昭一	
14	15	16	17	18	19	20
	木村 正勝 (生活全般相談) (広報会議)	川地 邦仁子	槻木 良久 (タイ語勉強会)	河野 明子	石井 重一	第2月例会 13:30~
21	22	23	24	25	26	27
	奥野 登志子 (広報会議)	木村 健二	小池 裕太郎 (ビザ相談) (タイ語勉強会)	小貫 憲 月例ゴルフコンペ	小森谷 孝夫 (ビザ相談)	
28	29	30	31			
	徳田 圭子 (広報会議)	佐原 勝美	塙 勉 (タイ語勉強会)			

(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7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	7月25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)	(未定)	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。

7月 月例会の講演内容の予告

<7月第1月例会> 7月6日(土) 13:30~

講演:「写真の話」

講師: チェンマイ在住の写真家 奥野 安彦氏

<7月第2月例会> 7月20日(土) 13:30~

講演:「タイの風俗等と歴史 —チェンマイの村に暮らして」

講師: 福山市タイ文化研究会 会長 堤 勝義氏



- 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
061-265-1515
(タイ人の日本語通訳)
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 052-134777
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

