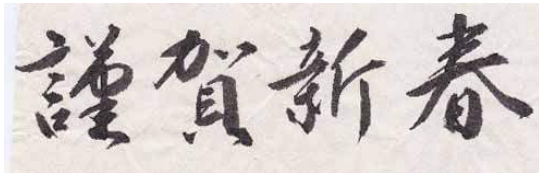




CLL クラブ会報 2020 年 1 月号

Vol.198 発行日 2020 年 1 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。



代表 佐原 勝美

チェンマイで迎える皆様の令和 2 年のお正月はいかがですか？

私はこの時期のチェンマイの気候が大好きで、この温暖な地でお正月を迎えられることにひたすら幸せを感じております。

常夏の国でのんびり過ごしてみたくて、平成 24 年(2012 年)6 月に夫婦でチェンマイにやってきました。

CLL で広報の発行、世話人代表、チェンマイ茶道同好会で事務局を担当し、おかげさまで、タイ人の学生やタイ人の知名人の知人も沢山出来ました。



チェンマイに来たことは気候・物価・利便性・治安の良さ等で正解であったと思っています。

昨年日本では大雪、豪雨、台風、猛暑、地震等の自然災害が多く発生しました。今年 5 月 1 日に新しい天皇陛下が誕生し年号も令和に変わり、10 月 22 日に「即位礼正殿の儀」が行われました。

新しい年になり、少し気分も変わり、すっきりとした気分で、「今年は〇〇をしよう」と何かしたいことを考えている方も多いと思います。



でも、去年できなかったことや足りなかったことを意識はしながらも、何となく日常を過ごし 1 年後どこに流れ着くかではなく、1 年後どこに到着させるのか自分でしっかりと進めていくようにしてみませんか。



CLL 新年会開催のお知らせ

日時：2020 年 1 月 4 日（土） 午後 1 時 30 分より
1 月度第 1 例会時に行います（お酒とおつまみを用意します）
場所：チェンマイオーキッドホテル 月例会会場
会費：会員 100 バーツ、 ビジター 120 バーツ

<2019年12月7日(土) 第1月例会>

場所： チェンマイ・オーキッド・ホテル 2F

講演：「2019年2月の体力測定の結果報告」

講師：,川崎医療福祉大学 依田教授、 香川大学 宮本教授

講演内容：握力測定結果はほとんどの人がアベレージより良かった、長い間座っていると寿命が短くなるとの事、なるべく立つ様に。

「2020年 代表、世話人選挙」実施

各部報告： ・お餅販売の締め切りのお知らせ

・年会費徴収のお知らせ

・忘年会会場変更のお知らせ

・ペットボトル回収の協力

・忘年会 オークション バザーへの提供品のお願い。

・温泉同好会より次回の温泉旅行数名の余裕有との案内

・1/16 日タイ高齢化関係事業について（国際交流基金）チェンマイ大学にて講習会のお知らせ。

事務局： ・会員動向 個人会員137名 法人会員11社

・月例会参加者 45名（ビジター 2名含む）



<2019年12月21日(土) 第2月例会>

場 所：チェンマイ・オーキッド・ホテル 地下

11時より恒例のバザー

12時より忘年会開始 じゃんけんゲーム、クイズ、コーラス、フォークソング、ビンゴゲーム、オークション

事務局 ・会員動向 個人会員141名 法人会員11社

・月例会出席者 96名（ビジター 17名含む）



ロッブリーひまわり畑とダムと湖の旅

会員 山本 勝也

11月29日～12月1日



私たち14名と添乗員2名の一行16名、旅の始まりは、チェンマイ駅18時発の寝台特急。ロッブリーには朝の4時5分着の予定。列車は中国製の最新車両で快適。デジタル・モニターには、列車の現在地、スピード時速80km、外気温27℃・室温22℃と表示されていました。車内はとても寒いですが、事前に周知されていたため、皆さん準備万端で、冬の服装。タイの国鉄は禁酒・

禁煙。一杯飲んで・・・というわけにはいきません。明日の朝は、3時半起床。寝台列車も、治安上、消灯しません。旅行社より用意されたアイマスクをして、早々に就寝。ロッブリー駅には、ほぼ定刻の4時20分に着きました。タイの国鉄は、1時間程の遅れは普通。30分以内なら定刻としていいでしょう。

早朝のホテルにチェックインして、一休み。ひまわりの花は、午後になると頭を下げてしまいます。ひまわりを見るのは、午前中、できるだけ早い時間がベスト。朝食後、8時に出発。タイで一番広いといわれているひまわり畑、Sunflower fieldに着いたのは、8時半。まだ、観光客もまばら。

青空の下に広がる満開のひまわり、見渡しても畑の端が見えません。徐々に増えてくる人の姿も、広大なひまわり畑の中にかき消されてしまい、気になりません。朝日に輝くひまわりの美しさとの広さには圧倒されました。

午後は、駅の近く、旧市街に点在する遺跡の見学。ロッブリーは、「遺跡と猿の街」としても有名。6世紀モン族のドヴァーラヴァティー時代から都市として栄え、17世紀アユタヤ時代ナーライ王により副都として城塞化されました。

13世紀クメール時代に造られたプラ・サム・ヨートは、お猿さんに占領されているようで、人間が遺跡の中のオリから外で遊ぶ猿の群れをみるという奇妙な光景。

次の日は、「ひまわり列車」に乗って、ダム湖の旅。

毎年、11月中旬から1月末までの土・日、バンコクから Pa Sak Jolasid Dam 行きの観光列車、通称「ひまわり列車」が運転されます。

バンコク7時10分発。ダム湖に10時半頃着いて、湖の上で30分停車。その次の駅から引き返し、一つ目のPASAK JOLASID DAMとダム湖の名前がついた駅で15時30分まで停車。バンコク18時20分着。

全席指定の予約制で、10月中旬に発売されますが、発売開始と同時に予約できないほどの人気。しかも、バンコクの駅に行かないと購入できないため、チェンマイにいる私たちが、この切符を手に入れることは、ほぼ不可能。

私にとって、今回の旅で一番の楽しみは、このひまわり列車に乗れることです。

ホテルを9時に出発し、タイ国鉄北線ロッブリー駅から車で30分ほど、東北線ダム湖駅の1つ手前にあるKAENG SUEA TENという駅に着きました。小さな田舎の駅で、駅員が1人と列車を待っているお客が5人。10時15分、5人を乗せた列車が出たすぐ後に、ひまわり列車が到着しました。

私たちが乗るのは、座席指定の車両とは別で、15両編成の中程に1両だけ連結されているスタッフ（車掌や救急処置をするための看護師）の乗っている横座りの客車。旅行社からの予約で、途中からこの車両に乗れるようです。「座れませんよ」と言われていましたが、一行16名が乗っても、楽に座れました。たとえ座れなくても30分程。

列車はダム湖の中、水面ぎりぎりの所を走り、湖面上のビューポイントで停車。乗客が続々と降りてきて、列車両側の線路上は、たちまち人でいっぱい。景色の撮影、自撮りをする人で身動きできないほど。

次の停車駅のホームには、お祭りのように屋台がずらり。そこから引き返して、ダム湖駅についたのが12時前。列車は、ここで3時間半の停車、乗客は駅からマクロバスでひまわり畑に行ったり、近くの公園で遊んだりします。

私たちは、この駅から帰路につきました。バンコク・ドンムアン空港まで車で約2時間。

寝台特急、ひまわり畑、遺跡とお猿の街、ひまわり列車。とても変化に富んだ素敵な旅でした。



新入会員の紹介

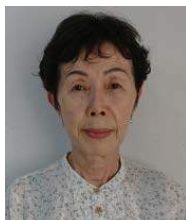
Welcome
to CLL



塚本 孟さん 出身地 大阪府 大阪市

私はタイ古式マッサージに興味を持ち 2003 年来ました。6 か月勉強してマッサージ師の資格を取得しました。

日本ではマッサージの店を持ったことも有りますが 80 才を過ぎましたので CLL の皆様とお付き合いをさせて頂きたく入会を申し込んだ次第です。よろしくお願い致します。



原田 智子さん 出身地 島根県 米子市

チェンマイが恋しくて再びロングステイをはじめました。お友達の強力なサポートのおかげで、実現の運びとなりました。よろしくお願いいたします。



堤 勝義さん 出身地 広島県 三原市

堤と申します、チェンマイは長いのですが村に住んでいるので、日本人との交際があまりありません。知人が会員になっていますので、会員になろうと思いました。よろしくお願いいたします。



三浦 良一さん 出身地 埼玉県 朝霞市

寒い日本を離れて好きなゴルフをする為にチェンマイに来ました。

ノーンクロック温泉

温泉同好会 梶木 良久

10月29日(火)に続き、今回は11月15日(金)ポンプアバーン温泉から北へ約20km行った所にある入浴料無料のノーンクロック温泉がありました。

屋根付きの大浴場や露天の温泉プールがあります。屋根付きの方は誰も使用しないためか浴槽がぬるぬるの気味でしたが、帰る頃には係の方？がブラッシングしていました。もっと早く来てくれれば良かったのに、、、。温泉プールには排水溝が見つかりませんでした。湯質はゴミも殆ど無く透明で綺麗です。ここは飲み物禁止のためビール片手という訳にはいきません。プールや浴槽の間は草や石ころがあるのでビーチサンダルを持参したら良かったと思いました。個室風呂もありましたが、入口が板でクローズされており、入ることは出来ませんでした。近くに新しい建物が建築中でこれが新しい個室風呂かな？と。でも、入浴料は無料でした。帰りは7色の滝とメーガットソムブーンチョンダを見学して帰って来ました。どうもお疲れ様でした。



CLL ゴルフコンペ 12月の結果



第197回ゴルフコンペは、12月19日ランナーゴルフ場で開催されました。参加者合計は、24名、内ゲスト0名。成績は下記の通りです。

順位	氏名	OUT	IN	GS	HC	NET
優勝	小野 清尚	46	44	90	17	73
準優勝	大森 順	51	45	96	21	75
3位	大西 富美子	47	42	89	12	77
ベストグロ	大西 富美子	47	42	89		

次回の予告 1月23日(木) 8:50集合 9:07IN スタート
ランナーゴルフ場にて行います。



優勝 小野 清尚 さん

2019年度 CLL ゴルフチャンピオン大会の結果

12月26日2019年度CLLゴルフチャンピオン大会が開催されました。15名の精鋭が参加し、熱戦の結果、浅野晴夫様が2019年度の栄誉を獲得されました。

順位	氏名	OUT	IN	GS	HC	NET
優勝	浅野 晴夫	45	49	94	15	79
準優勝	花岡 栄	40	42	82	1	81
3位	小野 清尚	46	49	95	13	82
ベストグロ	花岡 栄	40	42	82		



優勝 浅野晴夫さん

2020年1月 相談コーナー当番

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			年始休館	年始休館	年始休館	第1月例会 13:30~
5	6	7	8	9	10	11
	木村 隆之 (広報会議)	鈴木 康司 (ビザカード保険)	花岡 栄 (タイ語勉強会)	勝川 正美	樋口 玲子	
12	13	14	15	16	17	18
	徳田 圭子 (広報会議)	下川 美枝子	小池 裕太郎 (ビザ相談) (タイ語勉強会)	広瀬 洋子	佐原 勝美	第2月例会 13:30~
19	20	21	22	23	24	25
	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 月例ゴルフコンペ	大石 好高	
26	27	28	29	30	31	
	榎野 昭一 (広報会議)	塙 勉	小野寺 明久 (タイ語勉強会)	小貫 憲	小森谷 孝夫 (ビザカード保険)	

(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。

2020年1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	1月23日(木)	集合 8:50 スタート 9:07	ランナーゴルフ場
温泉同好会	不定期		

※<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。

1月 月例会の予定

<1月第1月例会>

1月4日(土) 13:30~

「新年会」のため講演はありません。

<1月第2月例会>

1月18日(土) 13:30~

「総会」のため講演はありません。

会員総会のお知らせ

2020年1月18日(土)の1月第2月例会はCLL会員総会を開催いたします。

ご多用中とは存じますが、万障お繰り合わせの上、ご出席下さいます様お願い致します。総会は出席者数によって成立する事になった為、委任状の提出は必要ありません。

会費:100 パーツ

- ・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 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
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
ミントさん(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
内線 777
金森亮太さん 095-134-6189
松村優子さん 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

