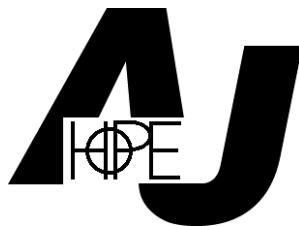


Japanese Welfare Society in Australia



Hope Connection Newsletter No.69

ホープコネクションニュースレター第69号 発行日2014年5月1日

発行者 Hope Connection Inc.

** Hope Connection Inc. はビクトリア州政府に登録された非営利非宗教の社会福祉団体です **

住所/郵便宛先 c/o Migrant Resource Centre, 40 Grattan St. Prahran VIC 3181 電話(電話相談兼用) 0408-574-824

ホームページ: <http://www.hopeconnection.org.au>e-mail: info@hopeconnection.org.au

ホープコネクションからのご挨拶

今年の夏は40度を越える高温の日が例年より多かったように思われました。温暖化は確実に進んでいるようですね。そして今年の夏も山間部に住む人たちは、山火事がいつ発生するかと恐怖の気持ちで過ごされた日々があったことでしょう。秋の気配を感じるころになってホッとされたのではないのでしょうか。

夏時間を導入していた州は4月上旬で夏時間が終了し、日暮れが早くなりました。東部の州(ヴィクトリア州、ニュー サウス ウェールズ州、オーストラリア キャピトル準州、クイーンズランド州)では日本との時差が1時間に戻りました。そして今年のイースターは4月中旬に入ってからと遅かったため、イースターの連休が終わる頃からすでに初冬を感じさせ街路樹は落葉し始めましたが、今しばらくは紅葉も楽しめる季節です。

冬といえばオーストラリアで最も人気があるスポーツ、フットボールの名称でおなじみのオーストラリアン・フットボールが盛んに行われ

ています。子供たちも公園や、学校でフットボールを楽しみ、走り回っている様子がとても健康的です。そして、しばらくの間はどこに行ってもフットボールの話で沸きます。サポートチームのカラフルなマフラー、ジャンパー、ビーニーなどをつけたファンを街角でよく見かけます。特に試合がある日の球場周辺はフットボール観戦者で賑わっています。

さて、この時期は日本の会社では人事の異動が多いとき、新しくメルボルンの地に赴任してこられた方も多いかと思われます。ホープコネクションは新来豪者の方たちが一日も早くメルボルンでの生活になじめるように、日常生活で知っておくと便利な情報セミナーを毎年この時期に開催しています。題して“メルボルン生活情報講座”～新しくメルボルンにいらした方のために～。内にこもらずに世界で一番住みやすい町に選ばれたメルボルンでの生活を思う存分に楽しんで下さい。開催日などの詳細は最後のページをご覧ください。

「鈴の会」バスツアー チョコレート工場見学

レポーター: 熊爺

「今回はチョコレート工場の見学です」というお話に、わしゃあ、テレビで宣伝しとるような大げさなチョコレート工場をイメージしとったんですわい。例えば、カドベリーのような。それにしても聞いたことないなあ、ムラブルなどというチョコレートはと思ひながら…。これまでわしが参加させてもらった「鈴の会」の工場見学が「はくばく」とか「ヤクルト」ちゅう先端技術ピカピカの工場じゃったこともあってそんな先入観を持ったんじゃろが、Moorabool Valley Chocolate by Design というビジネス名が記された小さな看板を木陰の壁に恥ずかしげに掲げたこの会社の拠点はGeelong市の北西6kmに広がるムラブル渓谷を見下ろす馬さん預かりますファームハウスの、なんとキッチンじゃった。そこで料理好きのMeek家のLynnお母ちゃんが采配をふるう製作工程をつぶさに観察した結果、わしゃ、ここを工場じゃなく工房、すなわちチョコレート工房と呼ぶことにしましたわい。

ビジネス名に by Design とあることから伺い知れようが、ムラブル・ヴァレー・チョコレート工房はチョコレートという食品を製造しとるんじやのうて、チョコレートという素材を用い、独特

のデザインで美術品を製作しとるわけじゃ。美術品と言って語弊があれば、見た目に美しい作品とでも言おうか。ま、素材そのものも出来上がった作品もチョコレートであることに変わりはない。口に入れてしまえばハイそれまで一よというわけじゃが、同じ食べるなら、味を愛でる前に目で見て楽しみたいというのが人間の欲望で、それに応えようというのがムラブル工房ちゅうわけじゃ。

ムラブル工房が生まれる前のことじゃ。高校を出た Meek 家の娘さんが Geelong 市内のチョコレート屋さんで就職した。ある日その店を訪れた Lynn Meek 女史は、ディスプレイに並んでいるチョコレートを見て「な～んかデザインがダサいわねえ。私ならもっと格好よく仕上げるけどなあ」と独りごちた。それを耳にした店のオーナーが、じゃあ試しにやってみたらと煽った。数日後 Lynn さんが店に持っていった試作品はあっという間に売り切れた。そこからムラブル・チョコレートが始まった、と、まあ簡単にいうと、そういうわけじゃ。

チョコレート作りへのめりこんだ Mrs Lynn Meek が恒例のメルボルン・ショー-Royal Melbourne Agricultural Show に出品したチョコ

チョコレート作品が2005年、2006年と2年連続で入賞したこともムラブル・チョコレートの付加価値を高める結果になった。現在ムラブル工房製チョコレート作品は、娘さんが独立して Geelong 市内に出した Chocolates All Sorts という店を含めほんの数ヶ所では手に入らない。

キッチン工房見学を終えた我々が「さあ、ランチだ」と工房付属の、工房よりはずっと大きくて立派なレストランに移動すると、リザーヴされていたテーブルには Hope Senior とあった。席についたばかりの参加者の皆さんに「さ、今すぐ書いてください」と強制して書いていただいたのが以下のコメント。

「手作りチョコ、初めて見る事が出来、おいしいランチを頂き、楽しい時間を過ごせました」「チョコの手作り見学。静かな雰囲気の中でのランチ。楽しんでます」「チョコレート工場とちがって、手作りチョコレートファームは、心が入っていて、甘さがとてもしっとりしていて感激！ランチもアットホームで、楽しい一日でした」「手作りのチョコレートは夢があって、いいものでした。久しぶりにのんびり出来ました」「チョコレートの香りと甘みでとても幸せな気持ちになっています。昼食後、ホットチョコレートで絶対に飲みます。1580年のスペインのレシピだとか。楽しみ！」

「ファームの真ん中にあるプティック・チョコレートの工場で、お客様のご要望に少しでも応えたいと、こだわりのチョコレートを作っていたらリンさんの情熱に感動しました」「こだわりの手作りチョコレート。チョコレートが好きでなくても買いたくなりました。ステキな企画、ありがとうございます！」「手作りチョコ、初めて。とてもキュートなチョコが一杯。すばらしかったです」「チョコレートが大好きな私なので、とても楽しみにしていました。チョコレートのファクトリーは初めてでしたので興味深かったです。ステキな企画を有難うございました」「白いの、黒いの、色々なチョコレート。ちょっこり楽しかった」「チョコレート。なんとなく幸せになります」「甘い香りに、高校生の頃、手作りチョコを作ったこと思い出しました。なつかしかったです」「チョコレートのおい、思い出しました若いころを…。イースターエッグを何個作ったかな…。昼食もおいしかったし、満足したツアーでした」「初めてのチョコレート工場見学！楽しく拝見させていただきました。いつも興味深い企画、有難うございます」「秋の夜長に呑む酒は琥珀色したブランデー／しびれる舌を解きほぐす肴今宵はムラブル」

コンピューター購入ガイド

根本 雅之

2014年4月9日（オーストラリア時間）、マイクロソフトはWindows XPのサポートを終了しました。今後、XPに重大なセキュリティホールが見つかった場合、もうその問題への対処はなされませんから、インターネットにつないで使い続けることは危険になります。今もXPをお使いの方は、慌てる必要はありませんが、なるべく早い機会に、XPの使用を止める方向で考えることをお勧めします。インターネット接続を止めるという選択は、現実的ではありません。したがって最終的にはXPのパソコンを何か別のものに買い換える必要がでてきます。

また、XPは使っていないけれど、そろそろパソコンの買替えを考えている方もいらっしゃるでしょう。

ところが、最近では、パソコンにもいろいろあるし、iPadなど、いわゆる「タブレット」を使っている人もよく見かけます。次のパソコンはどんなものにすべきか？あるいは、そもそもパソコンじゃなくてはだめなのか？こういったお悩みにお答えします。

<PCを使い続けるべきか？>

買替えにあたり、次も今までどおりのPC（Windowsパソコン）にするべきか、いっその際タブレットにするべきか、考えてみましょう。まず、依然としてPCが必要な人がいます。簡単に言えば、仕事や勉強などで使っている人です。特に、キーボードがないと話にならない場合です。タブレットにはキーボードがなく、画面上にでてくるキーボードを押して文字を入れていきます。ブライドタッチ（手元を見ないで打つこと）ができる人にとって、タブレットの画面上のキーで入力するのは、かなり苦痛です。時間にして2-3倍余計にかかると思います。もうひとつの理由として、業務遂行に必要なソフトがあり、それがPCでしか使えない場合です。これも再びPCにする以外の選択肢はありません。

以上に当てはまらない場合は、もしかすると、もうPCなんて必要

ないかもしれません。普段、インターネットやSNS（Social Networking Service）しかやらない。メールは時々書くけど、頻度は低く、また長文のメールはめったに書かない。こういう場合はおそらくタブレットで十分です。持ち運びに便利なタブレットに、より価値を見出すことになるでしょう。

<タブレットの選び方>

ではタブレットにするとして、どんなものにするか？現在大きく分けて、3種類のタブレットがあります。

1. iPad
2. アップル以外各社のAndroid端末（例：Samsung Galaxy Tab）
3. Windowsタブレット

iPadのiOSとAndroidでは、操作性や、できることという意味では大差ありません。Androidの方が一般に安価に手に入ります。しかし、iPadはアップル製品独特の高品質感があり、根強い人気があります。どちらを選ぶかは、好みの問題だと思います。画面の大きさも同様に好みの問題です。実際ショップで手に取って比べてみるといいと思います。あるいは、スマートフォンと同じものにする、たとえばiPhoneを持っているならiPadというのも、操作性を統一できて、いいアイデアです。

Windows搭載のタブレットは、「PCとタブレットの中間」、あるいは「キーボード、マウスをなくしたPC」と考えていいでしょう。Windows 8, 8.1, あるいはWindows RTというOSを搭載しています。キーボード、マウスがありませんが、画面の見た目はWindows 8系そのままです。Windowsに慣れた人にとって違和感なく使えますし、なんとんでもWindows用ソフトがそのまま使えるのがいいところです。価格はiPadより安いものから、ウルトラブック並みのものまであります。また、専用キーボードがあり、取り外したり、裏返したりすることで、タブレットとしても、普通のPCとしても使

える「2 in 1」タイプも各メーカーから出ています。

<Windows PC の選び方>

次に、Windows PC を買う場合ですが、Windows は何にすべきでしょう。現在、最新版の 8.1 が急速に普及しています。8.1 は 8 の改良版ですから、8.1 があるならそれを買うのがベストです。無理に 8 を探す理由はありません。

ただ、Windows 7 を買うというのは、悪くないオプションです。Windows の操作系は XP から、次の Vista で大きく変わりましたが、7 から 8 でそれより遥かに大きな変更が加えられています。したがって、あまり変化を望まない方は、もし 7 が手に入るなら 7 を選択した方がギャップが少なくいいでしょう。でも 7 搭載モデルは限られていますから、こだわりすぎると、選択の幅が狭まり、売れ残りや妥協するなど、あまりいい結果が出ない場合もあります。

Windows 8 はタブレットにも使えるように設計してあるため、スクリーンがタッチパネル（指でスクリーンを直接触って操作できる）に

なっていることを想定して作られています。したがって、タブレットじゃない、普通の PC でも、スクリーンがタッチパネルになっていた方が都合がいい場面があります。ただタッチパネルは高価でもあります。また 8.1 になってマウスのみでもだいぶ操作が楽になりましたので、結論としては、8.1 であるならタッチパネルにこだわる必要はないと思います。

ホープコネクション鈴の会では、第五木曜日に根本さんに講師をお願いしてパソコン講座を開催しています。パソコンでお困りの方、どうぞいらしてください。（詳細は最後のページをご覧ください。）

また、根本さんに直接相談を希望の場合は、下記にご連絡ください。

Nemolade IT Service

E-Mail: nemolade @ bigpond.net.au

Phone: 03-9500-9835 (平日昼間は留守電のみ)

オーストラリアでの医療アクセス

GP 中嶋 一憲

「医者に行きたいけれど日本と医療システムが違うから不安！」と思ったことがありますか？ そういう人のためにこの記事を書きました。

通常オーストラリアでは、医者が必要な場合、General Practitioner (GP)に行きます。GPは一通り、内科、外科、小児科、精神科、産婦人科など、どんな病気や体調も見てくれる総合医です。誰でも自由にGPを選ぶことができます。

<GP について>

GP はメディケアが医療費を全額負担する (Bulk-billing) GP とメディケアが負担する以外に自己負担の費用 (out-of-pocket fee 又は gap fee) が必要なプライベートがあります。クリニックによっては out-of-pocket-fee だけ請求する所もありますが、全額を払い、後でメディケアの負担分払い戻し (リベート) を受けるのが通常です。払い戻しは、近くのメディケアのオフィスかオンラインで頼み、銀行口座に振り込まれます。Private のクリニックでも、一つの病気で繰り返し診療が必要な場合は、医者によっては割引又は Bulk-billing で診療してくれるところもあります。通常、ペンションー／ヘルスケアカードの所有者や子供／学生も費用の割引が受けられます。ただ、Bulk-billing のクリニックには、診療に時間をかけなかったり、丁寧に見てくれないところもあるので注意が必要です。診察のみの場合、値段は時間によって異なりますが、普通の診察以外に何をしてもらうかによって (例えば心電図、皮膚癌の手術など) 値段が変わります。例えば private GP での普通の予約料は約 \$ 69、(そのうちメディケアリベートは \$ 33.60) です。メディケアに入っていない場合の費用は、通常かわりませんがリベートがありません。クリニックによって診療内容が異なる場合があります。例えば、旅行用の予防接種、皮膚がんの手術、健診、喘息クリニック、糖尿病ナース、呼吸機能検査、聴力検査の有無、等。

<専門医 (Specialist)について>

複雑又は難しい病気で専門医の診察が必要な場合は、GP が紹介状を書いてくれます。「面倒臭い、なぜ直接専門医に会えないの？」と思われるかもしれませんが、それには理由があります。

- > 複数の病気がある人の場合、GP がいろいろな専門医のケアをコーディネートし、最適化してくれる。
 - > 専門医が必要でない場合や、どの専門医が必要か明らかでない場合、専門医への無駄な負担を減らすことができる。
 - > 必要な専門医の数を減らすことにより、養成の費用負担を減らし、専門医の質向上に集中することができる。
 - > 専門医の費用は GP より高いから、患者への負担を減らす (その上政府の医療費負担も減らす) ことができる。
- 紹介状なしで専門医から診療を受けた場合は、メディケアからリベートを受けることができません。専門医の診療を受ける場合は private か public を選べますが、以下の理由で費用が出せる人は private に行くことをお勧めします。
- > 比較的早く予約が取れる。
 - > 専門医を選べる。
 - > サービスが public よりいい場合が多い。

<病院と医療保険 (Private Health Insurance)について>

オーストラリアの病院には、政府が医療費を負担する public hospital (国立／州立病院) とメディケアの上に個人が費用を負担する必要のある private hospital (私立病院) の 2 種類があります。Private health insurance (民間医療保険) に加入していない人は private hospital に入院するにはかなりの費用がかかるため、普通は費用のいらない public hospital にいきます。加入している人は保険会社が private hospital の入院費のほとんどを負担しますが、ただになるとは限りません。医療の質は特に私立の方がいいとは限りませんが、両者の一番の違いは、診療の待ち時間の差が大きいことです。研修医はもちろん国立病院の方に多くいます。医療保険に入っている専門医の診療を受ける費用は変わりませんが、内視鏡、手術など、入院が必要な場合は役立ちます。医療保険からさらに“extras”という保険に加入することができます。保険会社によって大きく異なりますが、フィジオセラピスト、歯医者、オプトメトリスト、臨床心理学者などからリベートを受けることができます。今年からメディケアに加入し

ている子供は、歯医者に行った場合リベートを受けることが可能になりました。

<救急治療>

私立の救急病棟は限られているので救急治療が必要な場合は国立の救急病棟に行く人の方が多いです。私立の救急病棟に行くには医療保険が必要なうえ、また out-of-pocket fee (例えば約\$300) がいます。緊急でなければGPに行くべきです。診療時間外の場合は After Hours Clinic が随所にある上、往診サービスもあります。

普通の公立救急病棟とは別に、眼科/耳科専門の Royal Victorian Eye and Ear Hospital (132 Gisborne Street, East Melbourne)、歯科専門の Royal Dental Hospital (1/720 Swanston Street, Carlton)、小児科専門の Royal Children's Hospital (50 Flemington Road, Parkville) があります。

<役立つウェブサイト/電話番号>

救急車 000

Emergency department について

[http://www.betterhealth.vic.gov.au/bhcv2/bhcarticles.nsf/pages/](http://www.betterhealth.vic.gov.au/bhcv2/bhcarticles.nsf/pages/Emergency_department_what_to_expect?open)

Emergency_department_what_to_expect?open

医療保険について www.privatehealth.gov.au

電話相談

GP helpline 1800 022 222

Nurse On-call 1300 606 024

往診サービス

Home visiting doctor 9429 5677

National Home Visiting Doctor Service 137425

Australian Medical Locum Service 132660

毒物インフォメーション Poisons Information 131126

Dr. 中嶋 の連絡先は

Blackburn Clinic 195 Whitehorse Road Blackburn 3130.

(03) 98751111, 予約: (03) 98751123 (英語のみ)

ホープコネクションからのお知らせ

ホープコネクション 日本語電話相談 困り事・悩み事、お気軽に匿名でどうぞ

電話番号: 0408-574-824

受付時間: 月・水・木曜日 午前10時~午後3時まで

ご相談はEメール: info@hopeconnection.org.au でも受付けています。お気軽にご利用下さい

ホープコネクション シニア・サービス 鈴の会

ホープコネクションでは、毎週木曜日の午後プランにあるコミュニティセンターのミーティングルームで、シニアの方々を中心に、アクティビティを催しています。参加資格は、特になし。年齢、性別、国籍、すべて何でも結構。ただ、日本語が話せる方が便利かと・・・。ともかくどなたでもどうぞ。参加費は無料、参加申込も必要ありません。第2週のお茶会では日本語図書の貸出しもしています。お気軽に立ち寄ってください。

第1木曜日: **書道の会**。

第2木曜日: **お茶会**。そのあと午後3時から**社交ダンス教室**。

第3木曜日: **パソコン自習講座+麻雀教室**。

第4木曜日: **絵画教室**。

第5木曜日: **コンピューター技術者根本雅之さんのパソコン講座**。次回は5月29日の開催予定です。

場所: Grattan Gardens Community Centre 40 Grattan Street Prahran

日時: 毎木曜日、午後1時から3時

参加費: 無料

問合せ: 上記のホープコネクション電話相談・メール相談へ

『メルボルン生活情報講座』 ~新しくメルボルンにいらした方のために~

ホープコネクションでは毎年1回、日本から新しくメルボルンにお越しになった方々のために生活情報講座を開催しています。かつては私たちもいろいろな不安を抱えてメルボルンに移り住んできました。その経験をふまえて、こちらの生活にスムーズに慣れていくお手伝いができるようにと、沢山の情報を集めました。衣食住全般についての情報です。日本との違いに焦点を当てて説明し、皆さんのご質問にもきめこまかにお答えします。

日時: 2014年6月28日(土) 午前10時~午後12時

場所: Grattan Gardens Community Centre 40 Grattan Street Prahran

参加費: 一人5ドル(モーニングティー、資料付)

お申し込み・お問い合わせ: 上記の日本語電話相談・Eメールまで(6月26日までお願いします。)