



## ReLive Journal



### “りらいぶ” ジャーナル No.25

平成29年 初秋号 (9月15日発行)

#### < “りらいぶ” 憲章>

- 組織、肩書き、経歴にとらわれない自由な生き方
- 知識、経験、技術を生かして社会に貢献する生き方
- 初心に帰って新しい自分を発見する生き方

私たちNPO法人リタイアメント情報センターはこのような生き方を“りらいぶ”と呼び、その生き方をサポートします

#### <目次>

1. 新年度（第11期）のご挨拶  
(理事長 竹川 忠徳)  
(副理事長（関西支部長） 阿賀 敏雄)
2. ロングステイ滞在先をタイ・チェンマイから台湾・台中へ変えてみました (会員 宮寄 哲郎)
3. オーストラリア ケアンズのホームステイ語学旅行 (会員 山本 昌弘)
4. 【初めて】尽くしの古稀の舞台 (会員 鈴木 信之(芸名 信田 参平))
5. 短歌集 (西澤信善(神戸大学名誉教授))
6. “りらいぶ” サロンのご案内「日本語教師でトクする話」 (“りらいぶ”塾 塾長 鈴木 信之)
7. 関西支部行事のお知らせ (関西支部長 阿賀 敏雄)
8. 東京地区行事のお知らせ (事務局)
9. はじめてのキャメロン ハイランド (会員 鳥居 雄司)
10. カナダ横断ドライブの旅 (会員 伊丹 淳一)



## 1. 新年度（第11期）のご挨拶

### ● 理事長ご挨拶

（理事長 竹川 忠徳）

継続は力と申しますが、私ども特定非営利活動法人（NPO）リタイアメント情報センターは、満10年の節目を難なく力強く通過いたしました。ここまで歩んでまいりましたのも、理事、顧問をはじめ皆様方の日頃のお力添えの賜物と、改めまして衷心よりお礼を申し上げます。

先日の日経新聞コラム「私見卓見」欄に、ハーバードビジネススクール卒業生には、同じような学歴、職歴を持つもの同志が集う、居心地の良いコミュニティが形成されており、これを「ゴールデンパスポート」を持つ人達というと小林暢子さんの投稿がありました。私共は、マズローの欲求五段階の卒業生であり、過去に拘ることもなく“りらいふ憲章”に則り、「人を助けてわが身楽しむ」という同志が集う、居心地の良いコミュニティを形成しつつある、将に「プラチナパスポート」集団と自負しております。



今期もグローカリゼーション（Think globally, act locally.）を掲げ活動してまいりたく存じますが、その一環として、キヤメロン会、南国暮らしの会など諸団体様とも一層の交流を図り、更なるリタイアメント情報の拡充を目指す所存です。

新組織体制に関しましては、豊口一美理事に事務局次長兼務、更に鳥居雄司氏に事務局長補佐をお願いし事務局の強化を図りました。また、発足当初から5年にわたり理事長、その後顧問の重責を擔って頂いた木村滋氏が、昨年末ご逝去と共に退任となっております、当NPO立ち上げからの氏のご尽力に関係者一同を代表して厚くお礼を申し上げます。

### ● 関西支部長ご挨拶

（副理事長（関西支部長） 阿賀 敏雄）



2009年3月の関西支部の発足から、早や8年目を迎えることが出来ました。

これも偏に皆々様のご指導ご鞭撻の賜物と感謝致しております。

今年度は『感謝』の言葉をキーワードに「落語会」「CDの会」「歌声喫茶」「株式投資教室」「藤はじめコンサート」「ゴルフ会」「MK午餐会」の継続と、新規行事としては「北陸ツアー」「中野寛成先生 祝HBカラオケ大会」の開催と「朝陽いつぱいのありがとう」中国語版出版のお手伝いをさせて頂きたく存じます。

何卒宜しく倍旧のご協力を賜りますようお願い申し上げます。



## 2. ロングステイ滞在先をタイ・チェンマイから台湾・台中へ変えてみました

(会員 宮寄 哲郎)

夫婦でチェンマイでのロングステイを3~4年楽しんでおりましたが、この度滞在地を台中へと変更し試みに住んで見ました。以前私は「りらいふジャーナル」でチェンマイを究極のロングステイ地と評価し皆様にご披露、その良さをご説明致しました。今なお万人向けとしてその様に思っておりますが、台中への変更の最大の理由は下記の通りです。

- ① 東京からの移動時間が圧倒的に短い
- ② 台湾は昔から仕事を含め馴みがあり、美味しい食文化や、日本人を大事にしてくれる台湾が好きだから
- ③ ロングステイを成功させる最大の要因であるベストな宿（詳細は後述致します）が台中にある
- ④ 安価で便利なタクシー、高齢者は無料のバス等交通手段がある
- ⑤ 日本のデパート（三越、そごう）等が有り毎日の肉、魚、野菜等の食材には事欠かない
- ⑥ 冬場気候が良く避寒地に適する

等々の理由で台中ロングステイにトライして見ましたので、観光旅行ではなくロングステイをする場として以下ご案内申し上げます。

### 台中のロングステイ (LS) 環境

最適な滞在の宿：台中振英会館の存在がキーポイント

私が台中に場所を決めた最大の理由はこのコンドミニアムの確保であった。



台中の魅力はこの会館そのもので日本人誰もが認める所です。

設備の素晴らしさは云うまでもなくロングステイに必要な設備はほぼ完璧に揃っていて入居即生活が可能です。それもその筈で地主でありこのコンドのオーナーは日本時代の旧帝大出の弁護士の方です。この宿は日本人を対象とした仕様に依り建設されており、全館バリアフリー、シニヤに優しい角の無い丸味を帯びた家具となっております。利用者はほぼ100%日本人です。



① 部屋は1LDK(20坪)の広さがあり、ツインベットの部屋、リビング、ダイニングキッチン、充分な収納スペース、台所用品一式、洗濯機、乾燥機、バスタブ、シャワー室、ウォシュレット完備です。Wifi(自室) 部屋代：30,000元/月(約105,000円)+高熱費(平均3000元)です。

② 居室の素晴らしさだけでなく、共有スペースが各フロアにあり、満足度は非常に高い。共有スペースは集会サロン、ジム、ビリヤード、エアロビクス室等があり、屋上階には囲碁、将棋、麻雀設備、日本語書籍や料理教室の出来る部屋もある。特に日当たりの良い円形ドームの談話室は毎朝のお喋り会には最適でした。1階にはカラオケ可能な音楽ホール(映画も上映可) 地階には85席



ある本格的音響、照明設備のあるコンサートホールが有り会館主催の映画会や音楽コンサートが適時提供されて宿泊者には好評でした。



③ 設備以上に素晴らしいのが従業員のホスピタリティです。

日本の大大学か台湾の大学の日本語学科卒業の若くて優しい女性スタッフ（3名）と男性スタッフは4名計7名位でほぼ24時間セキュリティを含め一生懸命入居者のサポートをしてくれます、勿論日本語で。依頼事項に対する対応も素早くその対応内容はこちらの期待水準より高い事が多く大変満足できるものでした。

④ この宿の周辺環境について

このコンドは街中にあるが静かな一画に建てられて居る為騒音が無く快適性が保たれております。周辺には大型スーパー（カルフール）地元の伝統市場（黄昏市場と云い、夕方からオープン）、小型スーパー、美味しい自家製パン屋、セブンイレブン、ファミリーマート等、食堂、各種レストラン数10軒あり全外食も可能、全て徒歩圏内です。それらの地図も会館より提供されており大変便利。黄昏市場で見つけた「合鴻の照り焼き」は絶品でした。値段も半身400円程度で日本では手に入らないと「鴨好き」の私には堪らない感じです。

⑤ 市内移動について

台中市内の移動手段は主としてバス及びタクシー（大変安い）です。地下鉄は有りません。バスは市内を縦横に走っており、専用レーンが設けられておりので渋滞は余り有りません。本数も多いので大変便利でありしかも年配者は外人でも無料（台中市だけの様です）なので専らこれを利用します。振英会館が「何番のバスに乗って何処で降りるか」を示した一覧表を用意してくれておりますので数回利用すれば直ぐに慣れ、こんなお得で便利な乗り物は有りません。台湾ではどなたでも経験する事ですが、年寄を大事にするマナーが行き届いているので乗車したとたん若者がすぐ席を譲ってくれます。スマホを武器に決して席を譲らないどこかの国と大違いですね。

⑥ 台中のゴルフ環境

台中には7か所のゴルフ場が有り、タクシーで25分～50分の距離にある。

宿から近くで、安くて良いゴルフ場は2か所「台中國際ゴルフ場」（名門）と台中興農ゴルフ場があります。会館の滞在者は後者が多く、プレー代は月曜日のゴルフデー、もしくは朝8時までにスタートすればキャディ付2000元（約¥5000～6000）です。タクシー代約¥900ですので日本よりキャディが付く分安いかもしれません。但し4人1組1人のプレー代です。

⑦ 台中の日本製品、日本食材に関する情報

三越デパート（新光三越）にはユニクロ、無印良品、東急ハンズ、ソニー、一風堂、ドンク、丸亀製麺等があります。

そごうデパートには紀伊国屋書店、くら寿司、牛角、さぼてん等が有ります。

台中大遠百科店では東京銀座「源吉兆庵」の和菓子、日本風の刺身御作り、日本の調味料（例えば味噌も味噌樽にて販売）他食品類が沢山有ります。ここに来れば日本以上に選択肢が多く、日本全国からのものが揃ってると云っても過言でないと思います。

何故こんなに多種類の日本の商品がこんな所で販売されているのか誰が買うのか不思議です。





## 台中でのロングステイ (LS) の楽しみ方

リタイヤ後は各国でロングステイを楽しんでおりましたが、私達夫婦は後期高齢者の仲間になった今海外に於いて LS を楽しむ事とは日本での日常生活を時々離れ異国の生活をエンジョイしたり、異文化に接することを楽しむスタイルを実行する事です。そのためには東京に近く、避寒地的気候であり、日本人にはめっぽう親切に接してくれるストレスの少ない、居心地の良い台湾が今の所最適な国であり、その中で前述の様に環境抜群の台中はベストではと思い選択致しました。

そこで昨年の年末年始をはさんで長期のロングステイを夫婦でトライして見ました。

チェンマイでは日本人の会員同士で毎朝ゴルフをやり夜はやはり同じようなメンバーと飲み会をして楽しむというのがチェンマイスタイルのロングステイですが、これも又ハマれば楽しく気楽で良いものです。

台中での宿の住人は全国から来られおり、ホテルと同じですから、人間関係は縦も横も全然関係はなく原則各々が独立した生活をする為何かの切っ掛けが無い限り、交際が始まら無い環境です。従って積極的に動かないとそこでのお付き合いや情報交換も出来にくい状況です。

幸いな事に滞在中私の所属する「南国暮らしの会」の会員が數名滞在中であったためお仲間になりお付き合いが出来ました。従ってその方々との関係から輪が広がり仲間が増えました。生活、遊びの面での情報が飛躍的に多くなり楽しむ事が出来ました。

毎日朝は知り合った方々と談話室でのおしゃべりと情報交換 1~2 時間行うのが定例となりました。(家内はこれを老人クラブと名付け揶揄していましたが) 午後は夫婦でウォーキング、デパートやスーパーへの買い物、市内観光などに外出、適当な時間に帰宅。これで一日がほぼ終了します。全くのスローライフです。その他人に依ってはゴルフや、近所にある卓球場、テニスコートで運動されております。しかし台中は日本人定住者は多くなく、日本人の仲間が少ない環境ですので親日的な台湾では日本語を話す地元のシニヤーと触れ合い、幅を広げて楽しむのが必要であり、それによる喜びをもう少し感じながらの現地生活がしたいと思います。次回からは料理教室で中華料理を学び、太極拳を習う等のために「台日会」と云う台湾人と日本人がメンバーとなっている会に参加しようと思っています。この会での会話は日本語が条件だそうです。

台中は台北～高雄間の鉄道の丁度真ん中であり、台湾中部観光の拠点として観光旅行をするにも便利な所ですので高雄、古都台南などの観光も織り込みながら楽しむ事も又 LS ならではだと思います。





### 3. オーストラリア ケアンズのホームステイ語学旅行

(会員 山本 昌弘)

多くの海外でのロングステイを何度か経験している。特にオーストラリアには何度も行ったことがあり経験者である。その中でも最も頻度が高いのはブリスベンで、数回行っており、大体2週間から20日のものが多い。

ホースステイをして、1ヶ所で長く滞在すると、その家族との交流が深くなり、その国の文化、その家の様子などを深く知る機会となる。また、深い付き合いができる、帰国した後もつながりができる、交際がはじまる。

海外ではホームステイの紹介は盛んである。今回のケアンズ Cairns でのホームステイは Homestay Finder (URL <https://homestayfinder.com/>) というサイトの Cairns サイトで探すことができる。このサイトでは沢山のホストが登録しており、場所の環境、値段、ホストの家庭環境などをもとに選択して交渉して決める。このステップもホームステイをする時の楽しみである。



Homestay Finder のサイト



ホームステイの玄関

今回のホームステイは一人家族の家で、部屋がホストとステイ者が独立に生活できるようになっており、バスやトイレも別に備わっているので快適である。オーストラリアは家の敷地が広く、部屋数も多く、また、母屋と離れた部屋があるところが多くある。このため、ホームステイを受け入れ易い環境にある。

最近日本でも2020年オリンピックに向けて、民泊と称して、増加しつつあるが、海外では多くの国で古くから民泊と同じようなものがホームステイとして盛んである。特に長期の旅行をするとき、廉価な旅行をするのに民泊・ホームステイを利用する習慣があり、元来若者の利用を中心であったが、今では、海外では若者以外に年配者も利用している。ホームステイはどこの地域でも開かれており気軽に使用できる。私の経験では、ホームステイは、町中でなく、田舎の方が環境的に揃っており、快適であると思う。



ホームステイの中庭

今回の旅行は、一番年上の7歳になる孫とわれわれ二人の旅行である。目的の一つは、英語を頻繁に使う環境に置くことである。

孫は3年間カナダで住んだ経験があり、日ごろ日本の英語スクールへは通っているが、あまりしゃべる機会が少ない。日常でしゃべる環境を作るのが目的で、ホテル住まいではなく、ホームステイを選択したのも一つの理由である。

この8月の時期ケアンズは、ヨーロッパや日本を含めアジアからの語学留学生が多く、ホームステイは一杯である。町中を歩くと、オーストラリアのシドニー・メルボルンなどの寒い南部の地域やヨーロッパからの旅行者が多く、寒いシーズンを脱出しに来ているようである。

ケアンズはオーストラリアのクイーンズランド州の北の大きな町で、日本からの訪問者も多い。時間的にも日本から飛行機で7時間程度と近く、住まいや食事が安いのも行きやすい理由である。長期に滞在するには持ってこいの場所である。国際空港も街中から車で20分程度であり、非常に便利である。



街の植物園



今回のケアンズのホームステイ先はJulieさん宅で、1人住まいである。猫が2匹のみ同棲している。部屋は6寝室ありゆったりしている。オーストラリアは離婚者が多く、Julieさんも2回の離婚経験者である。離婚しても屈託なく、気にしないで1人住まいを楽しんでいる。また、離婚しても家族で付き合いが続いているのが特色である。

Julieさん宅はケアンズの町中に近く、バスで15分程度で行ける。また、家から歩けるところに、ショッピングモール、レストラン、英語学校などが各種あり大変便利である。このため、短期、長期の語学留学の学生の利用が多いようである。町に近いことから大変便利で、個人でバスなどの大衆交通手段でどこへも行ける。ケアンズの町中に行けば、長距離列車、長距離バス乗り場に近く、どこへ行くのも大変便利である。

ケアンズの最大の見ものはグレートバリアリーフ (GBL) である。海がきれいで、熱帯魚を身近に見られる。GBLはオーストラリア北西部クイーンズランド州東部の海にある世界最大規模の珊瑚礁で、長さは2000Kmに及んでいる。近くに多くの島々があり、その中でもグリーン島はケアンズからクルーズ船で45分程度で行ける近場にあり、日本からの観光客が多くなじみ深い島である。



キュランダの山岳鉄道

近くの景勝地としてキュランダ Kuranda がある。ケアンズ市内から列車で約2時間くらいの距離にあり、断崖に沿ってゆっくり登ってゆく。途中の景勝地では列車は途中停車して見せててくれる。300mくらいの高さである。見晴らしはすばらしい。帰りは高原列車でなくケーブルカーでケアンズの近郊の町までゆける。ケーブルは非常に長く約6Kmにわたっており、このケーブルカーから見る景色も最高である。

ケアンズの街は観光者に向けて開拓されている。多くの広い公園が作られている。天然のプールがあり無料で使用できる。海の水を利用して作られており、少し塩っぽいのが特徴である。公園には、どの公園でもバーベキューができる設備が設置されており、無料で使用できる。天然ガスを使用しており、オーストラリアは天然ガスが豊富なので、このようなことが可能である。公園では無料の WiFi の設備が設置されており、大変便利である。オーストラリアは観光の国で旅行者が大変多い。外国人向けに作られており便利である。外国人旅行者から外貨稼いでいるようである。

オーストラリア人は非常に親切である。今回の旅行でも、OZ人のRobさんという人と知り合いとなり、付き合った。1日はケアンズの町の案内をしてくれた。2日目は、車でケアンズの郊外へ連れて行ってくれた。郊外のダム湖はケアンズの水道を賄っており、非常にきれいである。それから、さらに北へ行き、Palm Cove Beachへ連れていってくれた。オーストラリア人が沢山訪れていた。少し水が冷たいのか、泳いでいる人は少ないし、日本と違って人が少ないので、海もゆったりしている。Robさんも離婚しており1人住まいをしている。

今回のケアンズ旅行は5年ぶりのオーストラリア旅行であるが、のんびりしており、人柄が親切なので、旅行者には住み易い街であると改めて痛感した。



GBLの海辺



街中のプール



知り合いになったOZ人



## 4. 【初めて】尽くしの古稀の舞台

(会員 鈴木信之(芸名 信田参平))

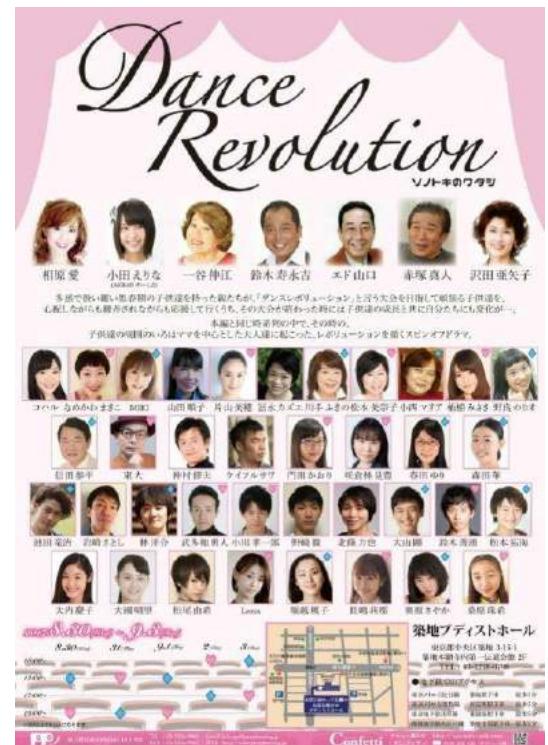
還暦の年に、思い立って明治座アカデミーの門を叩き、一年半にわたる俳優修業を開始。平成21年11月の日本橋公会堂での卒業公演「あかさたな」出演を経て、翌平成22年5月、浅草公会堂の『海神別荘』の「沖の僧都」役が初舞台。62歳の時でした。

その後、文学座の現役俳優・得丸伸二氏の主宰するTBスタジオで小スタジオや中小劇場公演に多数出演。また修了した明治座アートクリエート公演にも参加し、65歳の平成24年12月には『たった二日のご母堂さま』公演に採用され、夢の舞台《明治座》の花道を「中野碩翁」役で、一人歩いたことも我ながら快挙の一つでした。卒業公演後、それやこれやで約8年間で17作19本の舞台に出演してまいりました。

そして、今回70歳になったばかりの古稀の年に、偶然のご縁から20本目にして人生初めての舞台『Dance Revolution ソノトキのワタシ』出演に挑戦致しました。

何が【初めて】かというと、

- ① 何と、本格的なミュージカルコメディにキャスティングされて出演。
- ② 出演者総数47名 1回公演あたり**33名**出演（私はダブルキャスト）。
- ③ 公演期間が**5日間**（今まで長くて3日間）。
- ④ 観劇料金が**6,000円**（今まで最高は4,500円）。
- ⑤ 有名タレントさん（相原愛さん、一谷伸江さん、沢田ア矢子さん、エド山口さん、赤塚真一さん、鈴木寿永吉さん）やAKB48の小田えりなちゃん、ほかにも現役の歌手やダンサーの方々と共に演。
- ⑥ 男性では私が最高齢で70歳、全体でも一谷さんに続き二番目の高齢。
- ⑦ 劇場は築地本願寺内ブティストホール、**全席指定**（今まで全席自由席のみ）。
- ⑧ 何と、パンフレットが**有料**（1,500円）。
- ⑨ そして、そして、なんと**キャラ**（出演料）がいただけた（金額は内緒！）。



本番は、8月30日（水）～9月3日（日）で、毎日2回計10回公演ですが、私はもう一人の男性とダブルキャスト（リミちゃんという女子高校生の頑固おやじ役）なので1日1回、計5回出演となりました。

稽古は川崎市の高津というところで始まったのですが、7月中は顔合わせを含めて、3回だけの稽古。8月中旬から、ほぼ連日の稽古になりましたが、稽古と本番の期間中は、ずっと夏風邪を引いたような状態で、喉が引っかかるような、かすれるような、うまく声が出せませんでした。

それが何と、千穂楽翌日の月曜日にはケロッと治っていました（笑）。どうやら、ずっと緊張していた弊害が喉に出たようです。



こうした商業演劇、興行の舞台出演の経験は、恐らく私の人生最初で最後かもしれません。演劇に自分の人生をかけているベテランや若手の俳優さんたちに交じり、謙虚に仲良くさせて頂き、本当に勉強になると同時に、とても楽しい二ヶ月間でした。

ミュージカルの歌の歌詞に「一万回に一回の奇跡イ～～♪ これがほんとの、マンガイチイ～～♪」や「人生バンザイ～～♪」「面白いんだ、人生イ～～♪」などの一節があるのですが、今はほんとうに自分自身がそんな気持ちです。

あっ、そうそう、私は自分で加えたアドリブも含めて七つ位の台詞しかありませんでした。歌は歌っておりません。ダンスは…、エンディングに客席通路最後尾で踊るように指示されて、練習もしたのですが、結局満足が行くように踊れず、真似事で終わりました。ご安心を(泣)。



上の写真：右上の方が  
頑固おやじ役の 信田参平 氏  
(鈴木信之 会員)

なお、次回出演は下記です。また、台詞覚えに苦します(また泣)。  
いわゆるアマチュアから一皮むけた私・信田参平をお見せできれば良いのですが。

『カリホルニアホテル』(主役の向後一憲役) ⇒シニア演劇のコメディです。  
2017年11月17日(金)～19日(日) 毎日1回出演。  
練馬区桜台・ジョイジョイステーション。観劇料金・2,000円(全席自由)。



## 5. 短歌集

(西澤信善 (神戸大学名誉教授))

### 第二の人生

今日は第二の人生スタートす  
今度はかりは考へて生く  
  
マイペースこんな生き方できるのか  
がらりと変わる第二の人生  
  
大川の水の流れも枯渇して  
大河の風格今はいずこに  
  
いかばかり物質的に豊かでも  
モラルなき世は暮らしにくかる  
  
桧木見るその立ち姿の美しさ  
かくありたしと背筋を伸ばす  
  
人は言ふ友達こそが財産と  
それなら貧困抜け出せるかも  
  
ここ十年オレオレし詐偽があと絶たず  
敬老精神もはや地に墮つ  
  
もしかしてこれこそボケの始まりか  
よく忘れかつよく間違える

### 狂歌選

いつまでもチャレンジして生きてみる  
安定よりもむしろ生きがい  
  
人生にミスのショットは不可避なり  
さっさと忘れて向かう次ホール  
  
いじめをば卑怯なまねと嫌悪する  
立派な教え武士道にある  
  
梅の木のつぼみいくらか膨らんで  
寒さ緩めばぱッと咲くかも  
  
「責任者・呼んでこーい」といさましく  
来たらあやまる人生幸朗  
  
時たてば美少年とて変貌す  
むかし紅顔いまは厚顔  
  
人は言う大阪商人平和的  
文化高く殺生嫌う  
  
半世紀さすかに遊びも進歩する  
むかしひベッタン今はシャンソン  
  
狂歌師かお前はアホかと言われたら  
それに過ぎたるほめ言葉なし  
  
公聴会カジノ賛成一色で  
ポカンと浮かぶわれは雲かな



## 6. “りらいぶ” サロンのご案内

(“りらいぶ”塾 塾長 鈴木 信之)



《りらいぶサロン》のご案内

現役教師の方、これから教師を目指す方へ…

# 日本語教師でトクする話

## 目からウロコの日本語教師活用術

——プレゼンター／ファシリテーター にほんご教育コンサルタント・鈴木信之

年齢、性別、出身校、経歴などを超えて、「日本語教師」という共通テーマのもとに情報交流できる場を作りました。現役日本語教師の方も、養成講座などで勉強中の方も、海外で教えたいという方も、ちょっと興味があるという方も、ぜひお気軽に、何度もご参加ください。

フリートークではプレゼンターへの質問のほか、参加者同士でお互いの経験や進路のこと、教授法、人間関係、その他話し合いたいことなど気軽に情報交換しましょう。

☆☆☆ 2017年9月～11月期の開催 ☆☆☆

9月20日(水)・10月25日(水)・11月22日(水) いずれも17～20時

### ●場所 リタイアメント情報センター事務局

(東京都港区芝大門1-4-14 芝栄太樓ビル4F VIPシステム内 TEL 03-5733-2311)

\* JR「浜松町」駅（北口）・東京モノレール「浜松町」駅徒歩7分  
都営浅草線・大江戸線「大門」駅（A4番口）徒歩1分

\* 地図は、「株式会社 VIP システム」の会社案内⇒アクセスマップでご確認ください。  
[https://www.vips.co.jp/?page\\_id=68](https://www.vips.co.jp/?page_id=68)

### ●参加費 500円（サロン運営費としてご協力ください）

\*\*\* 《りらいぶサロン》とは \*\*\*  
自分自身の「生きがい」や「やりがい」を考え始めた人々、あるいは退職・離職などで新たな人生の充実を目指す方が共に集まり、共に考え、共に刺激しあい、それぞれが新たな行動を開始する——。そんなクリエイティブなきっかけづくりの場を提供します。主に退職前後の方を対象に情報提供を行うNPO法人リタイアメント情報センター（R&I）が運営しています。  
\*\*\*\*\*

### ●お問い合わせ・参加申し込みは…

NPO法人リタイアメント情報センター（R&I）

TEL 03-5733-2311

E-mail [rinmusanchi@isis.ocn.ne.jp](mailto:rinmusanchi@isis.ocn.ne.jp)（鈴木宛）⇒氏名、年齢、住所、電話番号をお知らせください

### ◎《りらいぶサロン》利用者規約

- ご利用の際はサロン運営費として毎回一人500円をご負担ください。
- 他の利用者の迷惑にならないよう、マナーを守ってご利用ください。
- サロン利用時間内に限り、酒類を除き、ペットボトル・缶飲料の持ち込みは可能です。ただし、空きボトルなどは各自お持ち帰りください。食事はご遠慮ください。
- 許可なくサロン内のビジネス勧誘、商品販売などの営業活動はご遠慮ください。



## 7. 関西支部行事のお知らせ

(関西支部長 阿賀 敏雄)

関西支部では、以下の行事を予定しております。  
皆様のご参加をお待ち申し上げております。

### ◆「藤はじめコンサート」

日時：10月9日（月） 15:00～17:00  
会場…ベルウッド チケット：500円  
出演：藤はじめ、土屋 公充子

### ◆株式投資教室

日時：10月21日（土） 11:00～13:30  
会場：ホテル・アイボリー  
講師：柏原 幾松 氏（新生投資クラブ代表）

### ◆CDの会

日時：10月27日（金） 15:30～17:00  
会場…ベルウッド  
解説：長岡 壽男 氏（大阪青山学園理事）

### ◆第2回リタメン会 日程：10月31日（火）

### ◆北陸ツアー 日程：11月10日（金）～11日（土）

### ◆第17回りらいふ落語会

日時：11月16日（木） 15:00～16:30 会場：豊中市立文化芸術センター 小ホール  
出演：桂 三若 師匠ほか チケット：1000円

### ◆株式投資教室 講師：柏原 幾松 氏（新生投資クラブ代表）

日時：11月18日（土） 11:00～13:30 会場：ホテル・アイボリー

### ◆中野寛成先生 祝HBカラオケ大会

日時：11月27日（月） 15:30～17:00 会場…ベルウッド チケット：1000円

### ◆第3回MK午餐会

日時：12月1日（金） 12:00～14:00 会場：ホテル・アイボリー  
講師：麻殖生 健治 氏（立命館大学大学院教授） チケット：2000円

### ◆株式投資教室 講師：柏原 幾松 氏（新生投資クラブ代表）

日時：12月16日（土） 11:00～13:30 会場：ホテル・アイボリー

<キョウヨウ・キョウイク・エイヨウ・ショウショウで健康ライフ>

関西支部長 阿賀 敏雄 090-1896-4575



#### 8. 東京地区行事のお知らせ

(事務局)

## ◆カラダりらいぶセミナーV

ギムニクボール体操＆チベット体操で、ゆるみ、ゆがみを解消！！

日時：10月19日（木）開場：13:30 開演：14:00～15:40

会場：港区立商工会館 研修室

講師：斎藤 秀子（チベット体操インストラクター、マイク心理セラピスト、他）

費用： 参加費：1500円 & ギムニクボール購入費：1300円 合計：2800円

お問い合わせ： 事務局・島村 090-9709-2318

メール : haruo.shimamura@hotmail.com

## ◆東京地区 りらいぶゴルフ 2017秋

日程：11月10日（金） 会場…相模湖カントリークラブ 2組予定

## ◆東京地区 第4回りらいふ落語会

日時：11月28日（火）開場：12:30 開演：13:30～15:30 会場：お江戸日本橋亭

出演：桂 三若 師匠、三遊亭 春馬 師匠、三遊亭 はち好 チケット：2000円

お問い合わせ： 事務局・島村 090-9709-2318

メール : haruo\_shimamura@hotmail.com

#### ◆R&I 10周年記念祝賀会（東京地区会員の集い）

日時：11月28日（火） 16時30分頃～予定

場所等詳細は、決定次第連絡

2017年10月19日(木)

## カラダグリル15セミナー第5回

### 機能改善体操＆チベット体操

#### ＊記録しおり登場

今宵はボール（Gymn Ball）を使って機能改善体操を行います。  
会場の椅子を全部撤去。荷物を全部アッセンスになし、足場を本家の自然な  
状態で用意します。

各自を整えてお好みの体制に入ります。

#### ＊ヨガの基礎知識

ヨガは身体をヨガの技術によって、心身の調和を「心地よい筋肉」へと導く運動です。人間の骨格や筋肉を  
しっかりと理解すれば、スムーズなヨガの練習ができるようになります。ヨガをする際は、  
自分の身体の動きや心の動きを、また普段自分が何で悩んでいたとしても自分のベースで  
行なうべき運動です。オレオレで問題です。

これまでにない動きを体験。運動系・精神系どちらの変化を感じてみませんか？

＊ヨガなどの詳細は講師がご説明ください。

＊ 機能改善体操でボール（Gymn Ball）を使用します。

初めは床で荷物を除いて自宅でも手軽に運動ができるこのボールは、少しあがけ出てしま  
ふので、基本では当日会場で購入いただきます。(1300円/個)  
ただし、ご持持をご参加の方は、2つは両脚保持具のボールを貸与可能です。

企画・運営 NPO法人アソブ!アソブ!プロジェクト <http://asob-asob.org/>

講師 長谷川 亮子 ヨガ・整体講師・ヨガティーチャー・メイク心理セラピスト

日時 2017年10月19日(木) 午後1時30分開場 2時20分～2時40分

会場 東京立正大学講堂 個別研究室

参加費：1300円 Gymn Ball 賃料：1300円 合計：2600円/人

申込先 田中 香美 メール：[hansu\\_hanamura@outlook.com](mailto:hansu_hanamura@outlook.com) 電話番号 090-9700-2338

※会場までのルートは複数あります。各自選択してお越しください。

＊会場周辺のルートを下記地図にてご確認ください。

#### 港区立正大学講堂へのアクセス

住所 東京都渋谷区神宮前1丁目2番2号 TEL: 03-3459-0882

＊会場までのルート

＊会場

東京立正大学講堂は、東京立正大学の2階構造です。  
各階の構造図は、東京立正大学のHPをご覧下さい。

＊会場、会場周辺は、東京立正大学の2階構造です。



## 9. はじめてのキャメロン ハイランド

(会員 鳥居 雄司)

前々から気になっていたマレーシアのキャメロン ハイランド旅行を竹川さんから声をかけていただき、私は7月中旬から8月始めまで3週間弱を Heritage Hotel で過ごすことができました。竹川ご夫妻は7月中旬から8月下旬まで滞在され、島村さんは7月末にロンボク島から来られ、8月初旬まで滞在されました。今回の滞在を快適に充実して過ごすことができたのは、一足先にキャメロンに到着されていた渡嶋さんのアレンジとサポートに依ります。乗り物、食事、活動、生活など全般にわたくちで支えていただきました。



記憶が鮮明なうちに、思いつくまま印象を書きます。

キャメロンの天気はあまり変化することはない、午前中は曇りで午後に日が差すことが多く、気温は午前9時に18度で午後2時は25度あたりが大半でした。朝の18度は半袖だと薄ら寒い感じがします。7時から始まる朝食に食堂へ行くと半袖の人を多く見かけ、長袖の人もいます。そして、湿度はわかりませんが、50%前後ではないかと感じました。

7月後半の日本だと梅雨が明けても湿度は60~70%のことが多い、7月27日だったか NHK 海外放送で東京の湿度90%という天気予報をみました。日本ではこの時期にグリーンを回ると汗を拭き拭きという記憶がありますが、こちらではゴルフの最中に汗をかいて拭きとるということは忘れていました。日本の春先や晩秋の涼しさの気候の中で体を動かすのはとても心地よいです。マレーシアと聞いて、思い浮かべる暑さや湿気と無縁なのは1,000mを超える高度のおかげだろうと思います。また、蚊がないのはとても安心に感じました。虫よけのスプレーを使ったり、寝るときは蚊取り線香をいたしたりして刺されないように気を遣うのはおっくうなことです。デング熱など蚊が運ぶ病気の心配をしなくて良いのは何よりです。

キャメロン会の会員の方にお聞きすると、夏、冬、それぞれ2ヶ月位ずつ滞在される場合が多い印象を持ちました。夏の暑さや冬の寒さを避けられるのは貴重です。私はこの機会に読もうと思って本を何冊か持参しました。窓を開けてサラっとした空気が入るなかで本を開いてしばらくすると眠っています。目が覚めて紅茶を飲んで、本を開いてまたウトウトすることの繰り返しです。

ホテルの朝食は非常に充実していて、肉、野菜、パン、麺、卵、豆、果物、ジュース、コーヒー、紅茶など豊富に提供されます。お粥もありました。肉は鶏肉を主体にソーセージやベーコンを良く見かけました。豚肉は宗教上(イスラム教)から見かけません。野菜はレタス、ニンジン、キュウリ、トマトが良くです。これらは近くのハウス栽培で作られているそうです。ホテルのあるタナ・ラタ(Tanah Rata)の周辺はたくさんのビニールハウスがあります。レタスやイチゴは大規模な水耕栽培を見ることができました。野菜栽培は





よく管理されて一年中供給されているようです。



ホテルから車で10分程のところに18ホールのゴルフ場(KELAB GOLF SULTAN AHMAD SHAH)があります。ホテルからゴルフ場へ無料のホテルバスが毎朝2便準備され、昼にゴルフ場からホテルへ帰るホテルバスも無料です。朝1便のバスでゴルフ場へ行き、ラウンド終了後に12時30分ゴルフ場発のバスでホテルへ帰ることができます。ですから、毎日午前中にゴルフを1ラウンドできるという恵まれた環境です。急な斜面の上にグリーンが設定されているホールでは、正確なショットで乗せないとボールが斜面を転がって押し戻されます。これは通称「203高地」と呼ばれる名物ホールだそうです。

「趣味はゴルフです」と胸をはって言えるようになりたい私にとって、このゴルフ場はとてもありがたいです。もともとゴルフを始めたのは、数年前に竹川さんからキャメロン行きのお話があった時に「行くならゴルフ」と言われたのがきっかけです。

キャメロン会は多くのスポーツやカルチャーサークルが活発に活動していました。ゲームサロンでは女性マージャン、カードゲームを週2回、2017年度冬季テニスサークル活動の参加は延べ99名(男性39名、女性60名)が参加しています。延べ42名が参加した絵画サロンはスケッチと英国風のお洒落なランチを楽しめました。2月には囲碁大会がありました。歌声サロンでは懐かしい青春の歌、思い出の歌、楽しい替え歌、健康の歌などをお茶を飲みながら楽しみます。2月のゴルフ大会には41名が参加しました。その他に私も参加させていただいたイポーツツアーなどイベントや大会があり、充実した長期滞在になる工夫がこらされました。イポーの和食は日本で食べるのと変わりなく美味しかったです。

長期滞在では日頃かかる費用が重要です。  
キャメロン会がある Tanah Rata は物価が安いです。  
例えば、市内で軽く麺類(クイタオ)とホットレモンティを昼食にすると5RM(135円 1RM=27円換算)でした。  
通称「6番」と呼ばれるお店です。一事が万事で安い費用で生活できそうです。さらにホテルの滞在費はキャメロン会価格でホテル内の飲食は20%引きでした。ゴルフ場も会員証を示すとキャメロン会価格でハーフが45RM(1,215円 1RM=27円換算)でした。キャメロン会のご努力の積み重ねがキャメロン会価格に表れていると感じました。

現地のおいしいローカルフードを食べることは旅先の楽しみです。今回の旅行で毎日いろいろなお店で食べる楽しみをあじあわせていただきました。渡嶋さんありがとうございました。





## 10. カナダ横断ドライブの旅

(会員 伊丹 淳一)

カナダは人口こそ 3,600 万人だが、中国よりも広くロシアに次いで 2 番目に広い国である。氷河を頂く険しいロッキーの山並みやムースが走り回る北方の大平原、手入れの行き届いた公園や広大な牧場、カナダは文明と豊かな自然が織りなす壮大な大陸である。大都会でも郊外の住宅が尽きるともうそこから原生林が続くし、広い公園の芝生の上は何処でもリスの天下で素晴らしい環境に恵まれている。生活水準が高く清潔な町や村が続き、資源大国でなくせくしなくても暮らさせてるので生活のリズムはゆっくりしていて住民は皆親切である。

カナダは7月～8月がハイ・シーズンと言われているが、6月のカナダは大抵20°C以下で快適なシーズンである。一昨年も6月にバンクーバーに在住している中学校の同級生のお世話でカナディアン・ロッキーを3,000 km余り走ってキャンプを楽しませてもらったが、今年は弟夫婦を伴って3家族それぞれが車を立ててバンクーバーからトロントまで約 5,100 km走破に挑戦した。5月29日にバンクーバーを出発し、12日目にはナイアガラに到着、多い日には800km 走り、飛行機でも4時間30分かかる道のりを大きなキャンピングカーで走破したことは、考えてみると後期高齢者で凄いことをしたものだと思う。

今回借りたレンタカーはトロントで乗り捨てになるため、相当以前から予約しておかねばならないが、現地の友人にお願いして手ごろなキャンピングカーを2台予約して貰った。彼はマイカーのため往復しなければならず、後に聞いてみると約 12,000km 走ったそうである。日本からバンクーバーまで直行便で9時間だから、彼らはバンクーバーから日本に車で走ってきたような距離を走破したことになり、ちょっと頭の整理が必要である。

借りたレンタカーには、電気、ガス(プロパンガス)、水道(タンク)、流し台、冷蔵庫、レンジ、オーブンのほか、トイレ、シャワールーム、ベッドルーム×2つが付いており、キャンプ場での駐車中は車の中央部が横にスライドして室内が広がる。ちなみにキャンプ場では電気と水道は車にセッティング出来て、使い放題で一泊 5,000～6,000 円である。更に下水はキャンプ場ごとに排出口があって簡単に排出できる。キャンプ場にはマイホームを持たずキャンピングカーで何年も半永住している人もいて、車の周りにバルコニーを設けて生活している人もいる。



我々は5月26日にバンクーバーに入り、時差ボケ調整を兼ねて28日まで市内に留まり、イエールタウンをバックにフォールス・クリークを走るミニフェリーに乗って、海の幸・山の幸が豊富にそろったパブリック・マーケットやクラフトショップなどがあるグランビルアイランドで食事をするなど楽しんだ。

翌日には、フェリーでバンクーバー島に渡り、訪問3度目になるあの有名なブッチャート・ガーデンは何度来ても飽きることなく再度満喫させてもらった。出発前日の28日は、大木となって揺れる黄色いフジの花で、キバナフジとも言われている「ラバーナム」並木で有名なバン・デューセン植物園やクイーン・エリザベス公園にも足を運んだ。ラバーナムは、タイでよく見かけるゴールデンシャワーと色も形もほとんど同じだが、ラバーナムの方が房は少し小ぶりである。

そして29日は出発までの手続きなどで遅いスタートとなったが、6月のカナダは午後9時でも日中のよう明るく、初日は「ハリソン・ホット・スプリングス」RV(キャンプ場)に滞在、翌30日はカムループスを経由してゴールデンまで約800km走った。道中、お互いに連絡し合って20～30分の休憩時間をとることにしていたが、我々ドライバーは仮眠することになる。



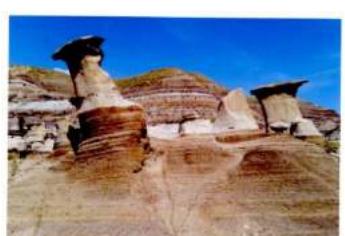
翌31日はいよいよレイク・ルイーズへ。この季節のカナディアン・ツアーアには必ずこのルイーズ湖が行程に入ると言われるほど有名であり、カナダで最も美しい湖である。小生には2年振りの訪問になり2年前も6月であったが、前回は湖面に氷ではなくエメラルド色だった。真正面に高さ3,500mの大氷河「ピクトリア山」がそびえ、その急な斜面一杯に湖のすぐそばまで巨大な氷河が迫り、息をのむばかりの美しい風景を見せる。



レイク・ルイーズから10キロあまり離れたところにモレーン湖があり、レイク・ルイーズと並んで有名である。レイク・ルイーズからこの湖に行くまでの谷は、Valley of the Ten Peaks (10の峰の谷)と呼ばれ、見上げるばかりの奇怪な岩山が連なっている。この湖はルイーズ湖を一段と細長くした感じで、急な谷の間にブルーというよりはグリーンに近い水面だが、ここも今年は凍っていた。神秘的な点ではここが一番のようであり、モレーンとは氷河が押し出した岩や砂の堆積物のこと、この湖はモレーンが谷川をせき止めて出来た湖らしい。



モレーン湖を後にしてカルガリーを経由し、400kmほど走って恐竜化石の町、ドラムヘラーへ。ドラムヘラー周辺はバッドランドと呼ばれ、恐竜の骨や化石が大量に出土するところとして世界的に知られている。ロイヤル・ティレル博物館では数多くの化石と共に、化石が埋もれている状態を再現展示するなど展示物も多く、化石の大きさもスケールの違いに驚く。今なお発掘作業が続けられており、隣接する研究棟では考古学者や研究員たちが熱心に化石と向き合っている。



バッドランドの真ん中を流れるのがレッド・ディア川で、この川沿いに平原が突然陥没したような地形が現れる。資料によると、これは1万3000年前に氷河によって大地

が削り取られた跡で、その後浸食などによって、もろい部分がさらに削られ、太古の地表を露出する荒々しい景観が作り出されたようである。このドラムヘラーは以前炭坑の町で、この地に初めて炭坑を開いたアメリカの実業家サム・ドラムヘラーに因むようである。今も使い古した炭坑跡が当時の状態を維持して展示されている。予定より1日早く到着したことあって、このドラムヘラーでは5月31日から2泊した。





ドライブも5日目に入り、カナディアン・ロッキーを抜けて中部サスカチュワン州の州都レジャイナでキャンプ・イン。ここはバンクーバーから飛行機で約2時間、バンクーバーとは2時間の時差があり人口は約20万人。カナダ中西部に位置する大平原の中心部で、肥沃な土壌のおかげで穀物生産が盛んなようである。カナディアン・ロッキーが雪の頂きを持つ美しい山々と数々の滝に魅せられた大自然とすれば、中西部は真っすぐな道路が果てしなく続き、未知の世界へと運んでくれる広大な大平原である。



レジャイナは開拓が始まる1882年までは、一本の木もない漠然とした平原だった歴史を教えられると頷ける。地平線の彼方に車を走らせていると、いろいろな形をした雲がくっきりと頭上にあり、雲の形をした日影が現れたりする情景は日本では滅多にお目にかかるれない。前後の車も殆どなく、対向車線の車も時々見かける程度で、標識も「2km先に信号あり」、「3km先にガソリンスタンドあり」といった具合である。道中で車を止めて広大な風景を眺めていると足元でプレーリー・ドッグが走り回っているのが可愛い。ドッグというからイヌ科かと思いきやリス科。プレーリーというのは北米の大草原を意味し、体長30cm位で地下に巣穴を作り大集団で生活するため農場荒らしになることも。

車はサスカチュワン州のレジャイナからマニトバ州のウィニペグへ。ウィニペグはバンクーバーから飛行機で3時間、バンクーバーとの時差は2時間で、カナダのほぼ中央に位置し人口は約65万人。毛皮と開拓地を求めてやって来たフランス人の入植者が多く、1881年の大陸横断鉄道の開通とともに、西部からの鉱物資源や穀物などを輸送する拠点となって発展した街のこと。ウィニペグからトランス=カナダ・ハイウェイをひた走りファルコン・レイクで一休みして、ミリオンベイ～ドライデンを通ってイグナスへ移動し、



アジマク湖の畔で景観を眺めながらキャンプ・イン。ここまで予定よりかなりハイピッチで走ってきたこともあって、この後は予定していたサンダー・ベイを通過してテラス・ベイまで移動することにした。ハイウェイを走っていると、山と湖から流れ出る大小の滝をよく見かける。道中大きな滝に立ち寄ってみたところ、水の色が珍しく茶褐色だったので聞いてみたら、この辺りは鉄分が多く含まれている水のためらしい。



こうしてテラス・ベイでキャンプ・インしたが、眼前に広がるスペリオル湖は五大湖のうち面積は最大で、塩湖を除けば世界最大の面積を持つ淡水湖のこと。湖畔に立てば対岸の景色は何もなく、とても湖とは思えない広さだが、海とは違って波は静かで、その広大なスケールに圧倒される。このスペリオル湖の面積は、北海道本島よりも広く五大湖の中で最も標高の高いところに位置している。

翌6日はテラス・ベイからカナダ・ハイウェイを約300km東南下し、アガワ・ベイのキャンプグランドへ。ここはバンクーバーとの時差が3時間。ここでも湖面を覆う雲のいろんな形や色の鮮やかさが印象深く、大自然に吸い込まれるような雄大さを肌で感じることができる。湖畔に出るとお盆を湖面に浮かべたような薄い島「モントリオール島」が目前に浮かぶ。建物はもちろん岩山も何もない草原のような島である。



一夜明けて7日はアガワ・ベイから更に南下し、セントマリー川に沿ってアメリカとの国境沿いに車を走らせ、ブラインドリバーでキャンプ・インし、次のキャンプグラウンド「パリーサウンド」まで約330km。ここからトロントまで225kmだから、ここまでくるといよいよ翌日はナイアガラである。このパリーサウンドはオンタリオ州中心部、ジョージア湾東岸に位置する人口6,500人程の町であるが、コテージ・カントリーとして有名で、夏季のシーズンにはたくさんの人々が訪れるところから、人口はおよそ7万5,000人まで膨れあがるというから凄い。道中で珍しいモーターボートの移動設備を見かけた。道路を横切る線路



際にロープが動いていたので車を止めて見ていると、下の湖から上の湖にトレーラーのような台車に大きなモーター舟を載せて、ゆっくり上がってくる。道路を遮り目の前を通って上の湖に浸水して行くと舟は湖水に浮かびや快走していくという仕組みである。さすが壮大な自然観光地カナダのスケールの違いを感じた場面であった。

9日はパリーサウンドRVから更に東南下し、いよいよトロントを経由して約350km走りナイアガラ・フォールズへ。ハイウェイをひた走りトロントの町が近づくと、これまでの道路事情と違って走行車が急に増え、日本のラッシュ時のような渋滞はないが、車間距離が取れなくなって少し神経を遣う運転に変わる。

このナイアガラ・キャンプ場では9日から2泊して、ライトアップされた滝やナイアガラ川下流の観光地なども楽しんだ。このナイアガラ・フォールズに行かれた方はご存知の通り、エリー湖の水がセントローレンス川を流下しオンタリオ湖へと抜ける要衝にあり、アメリカとカナダの国境でもあって、この国境によって隔てられた大小2つの滝はカナダ滝とアメリカ滝と呼ばれている。



大きな方のカナダ滝は、その形からホースшу・フォールズ(馬蹄形の滝)の別名もあり、その滝の描く曲線の長さは670m、高さは56mで、一方のアメリカ滝は、幅260m、高さは最も高いところで34mとかなり小ぶりであるが、滝壺がなく崩れた岩の上に水が落ちるので、それが深い滝壺のあるカナダ滝と異なった美しさを感じさせてくれる。

スキー・フォールズ(馬蹄形の滝)の別名もあり、その滝の描く曲線の長さは670m、高さは56mで、一方のアメリカ滝は、幅260m、高さは最も高いところで34mとかなり小ぶりであるが、滝壺がなく崩れた岩の上に水が落ちるので、それが深い滝壺のあるカナダ滝と異なった美しさを感じさせてくれる。

毎秒2,832m<sup>3</sup>という途方もない量で流れ落ちる水は、ナイアガラ川からオンタリオ湖に注ぎ、更にセント・ローレンス川となって大西洋へと流れ込む。これらの滝をアメリカ側からのルートと違って、カナダ側の下流から振り返れば、アメリカ滝と一緒にナイアガラ全体を一望することができ、その景色は壮大かつ神秘的である。正面にあるスカイロン・タワーから見下ろす全景、遊覧船に乗って滝壺ぎりぎりにまで接近するクルーズなど、楽しみ方もいろいろあって堪能できる。遊覧船はアメリカ側から出ているものと、カナダ側から出しているものがあり、青いポンチョがアメリカ、赤いポンチョがカナダの遊覧船である。また、テーブル・ロック・ハウスという大きな岩棚の建物があり、探検ツアーの入り口になっていて、チケットを買う



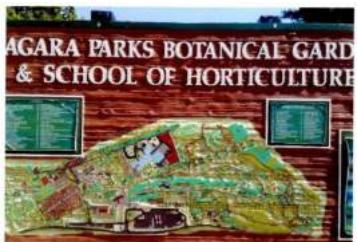
と黄色いポンチョが渡され、それを着て46m降下し、そこから歩いてトンネルを抜けるとカナダ滝の裏側に出ることができる。水が落下する現場が目前に迫り、激しい轟音とともに巻き上げる水煙で辺り一面真っ白な世界に直面する。



キャンプ場から滝まではフォールズ・シャトルというバス路線があり、20分程度の距離なので便利である。キャンプ場では、野外に出ても蚊など虫がないため快適で、備え付けの椅子付きテーブルで食事ができる。日本から持参した讃岐うどん。平素ネットで取り寄せている高松の「もり家」の本格手打ちうどんが好評で、みんなで食している写真とコメントをもり家の森田社長にお送りしたところ、たいそう喜ばれて社員の皆さんに写真と手紙をご披露されたそうである。後日、ご丁寧な礼状を頂いた。



さて、夕食後はライトアップされた2ヶ所の滝を見物するなど、夜のナイアガラを探索し、翌日はナイアガラ公園蝶温室保護館へ。世界中から集められた2,000種類以上の蝶が、1,022m<sup>2</sup>の温室を飛び交う。



ここは熱帯植物も育てられており、ナイアガラ発電所の電力を利用して、温室内は一年中25°C以上に保たれている。この蝶温室はボタニカル・ガーデンズの敷地内にあり、ここはカナダで唯一の園芸専門学校の生徒たちが丹精込めて世話をしている見事な花壇が一般公開されている。ここでは広い敷地内を馬車で案内して貰い、のどかなひと時を過ごした。



このようにしてバンクーバーからトロントを目指して出発した14日間のドライブ旅行であったが、移動に要した12日間の総走行距離5,115kmは、単純計算で1日平均425km走ったことになり、しかもセダンの乗用車ではなくマイクロバスより大きなキャンピングカーで走破できたのは、体力もさることながら日本と違う道路事情を抜きにして語れない。11日に空港近くのレンタカーカー会社で乗り捨て、トロント空港近くのホテルに移動し、2泊してトロント市内を探索後、13日にトロント空港から帰国する予定であったが、出発当日トロント空港でハプニングがあった。



今回の旅行もいつも利用している日本航空を利用したが、トロント空港から日本への直行便はなく、米シカゴのオヘア空港乗り継ぎ便であったため、昨今のテロ事件以降カナダもアメリカも入国審査が厳しく、入国許可証・ビザの事前申請が必要となっていた。しかし、米国は単なる乗り継ぎであり、入国する訳ではないのでビザは必要ないと勘違いし、事前申請していなかった。空港カウンターで指摘を受けたが、トロントには日本航空のカウンターがなく、急遽アメリカン航空のコンピューターを借りて4人分の手続きをするも、亡くなった両親の名前に至るまで記入項目が多く、もたもたしている間にタイム・オーバー。やむなくもう一泊して1日遅れの帰国となってしまった。翌日は、前日の予定時刻とほぼ同じ時間で出発となつたが、シカゴ・オヘア経由の便はエコノミー席しかなかったので、ボストン経由に切り替えてもらって、15日に何とか帰国したという失敗談が最後に付いてしまった。

しかし、事故もなく旅程をセッティングされたツアーと違う壮大なドライブ旅行を、企画・同行してくれたバンクーバーの友人、赤神夫婦に心から謝意を表し筆をおきます。

発行：特定非営利活動法人 リタイアメント情報センター（R&I）

〒105-0012 東京都港区芝大門1-4-14 芝栄太楼ビル 4F

VIPシステム内

●TEL 03-5733-2311 FAX 03-5733-3532

●e-Mail: [info@retire.org](mailto:info@retire.org) ホームページ: <http://retire-info.org/>

(発行責任者) 事務局 島村 晴雄