

筑女



Volume 1, Issue 1

Spring 2015

第2回アメリカ支部総会

楽しく終了—感謝！

This page

- 第2回アメリカ支部総会について
- 下記スナップ写真は左から、波多江真知子、吉田篤子、尾西美紀子、コナー佐智子、加藤ひろ子、フォート真知子、国本嘉代子、ガーランド百江
- トップの小物は野中康子さんが作られたものです。可愛いでしょう！

Inside this issue:

私の住む町	2
新会員紹介	2
お会いしました	2
50周年記念、	3
料理の知恵 ケールの効用	3
ハワイ最大の祭典 雲仙紹介	4
精華会アメリカ支部 誓言、会計報告	4

筑女の皆様、お元気にお過ごしでしょうか？ 毎春の便りの時期になりました。6号は、新たにと張り切って6か月以上も前より、用意していたのですが、コンピューターエラーが起きてそのファイルが消えてしまい、回復出来ないという事態に陥り、一からインプットを始める事になり、配布が遅れ皆様にご迷惑をかけて申し訳ございません。今後は必ずバックアップファイルをコピーする事としますが、問題はもっと大きいかも？コンピューターは難解ですー！

さて、第2回精華会アメリカ支部総会は、去年の9月に滞りなく終了した事を御報告します。遠方からご参加下さった方々、会を盛り上げて下さってありがとうございました！ご都合が付

かず、出席出来なかった方々、御出席を予定されていた野中康子さん、上野アタミさん、ガナングあずさんは、皆健康上でのキャンセルでしたが、2017年晩秋のラスベガス総会には、ぜひご参加下さい！幹事はガーランド百江さんです。宜しくお祈りします！

なお、総会の詳細は、同封の精華会便り第58号に掲載されておりますのでご覧ください。限られたスペースで、全参加者のご感想文が掲載されていなかった分を、ここに記します。

福岡から遠く離れた北米の地で、筑紫女学園の卒業生で本当に良かったと思えた素晴らしい初秋の日でした。昼食は、シカゴでは味わえない新鮮さと素材の味に舌うち十二分過ぎる美味

しさを堪能しました。参加された方々も、筑紫の卒業生という絆で、昔から知っている友人のような感覚で話が弾み、気が付くといつの間にか博多弁で打ち解けた話をしていました。尾西美紀子、昭和45年卒、シカゴ

心温まる精華会アメリカ支部総会に参加出来て、有意義な一時が過ごせました。心よりお礼を申し上げます！アメリカ支部の皆様のファイトに力を頂き頑張り抜く事が出来そうです！吉田篤子、昭和43年卒、福岡

有意義な会に参加させて頂いたと感謝申し上げる次第です。真知子さんのお蔭で2回もシアトルに行く事が出来、懐かしさを憶える



所となりました。又、お会いした方々も、遅く、優しく、尊敬出来て同窓があるというだけで、変に気取りもなく、すぐ打ち解けられて、沢山の元気を頂いて帰ってまいりました。大好きな牡蠣、とくに、クマモトを沢山食する事が出来、大満足。本当に行き届いたおもてなしを受けて幸せな一日でした。波多江真知子 昭和43年卒、福岡

私の住む町

レディング (Redding) コネチカット州

人口約9500人、小さなニューイングランドの町です。とてもニューヨーク市から60マイル程の距離とは思えない程静かで、緑が多く、夜空に星がよく見えます。アメリカ全土でも、住みやすい町として第2位にあげられた事もあります。町並みはデピカルなニューイングランド光景。1700年代の家も多くあり、独立戦争の時にジョージワシントンの軍が活躍した場所も多くあります。又、マーク、トウエイン(Mark Twain)の永眠の地で有名です。この町は産業がありません、ベットタウンとも言うのでしょうか。小、中、高と一校ずつ、消防、救急車は全てボランティア組織で行われています。私も救命救護士として何年かボランティアしました。何しろ、町の祭り事がよく有り、パレード、コ



ンサート、ファームフェアと一年中何かしらあっています。昔ながらにの隣組の精神がまだまだ残っているととても素敵な私の町です。ビーニョル正子/中牟田、昭和44年卒

コロラドスプリングス、コロラド州 (Colorado Springs)

とても綺麗な観光客の多い町です。コロラド州首都デンバー(Denver)に次ぐ大きな町で、60マイル程南にある町で、2012年の人口調査では431,834と発表されましたが、今はもっと多い人口になっていると思います。主人が二世で空軍に28年勤めましたが、調達事務所の仕事で運よく日本とコロラドスプリ

ングスの勤務が多く、此処に住みまして40年近くになります。日系人も多く様々な役員を楽しくしております。コロラドスプリングスはロッキーズ山脈の有名な山“パイクスピーク”の山麓にあり、日本の富士山の山麓にある 田市と1962年に姉妹都市になっています。1966年に姉妹都市を記念する赤い鳥居が市の中央通りに建てられ日本庭園が一区画ほど続いて綺麗になって観光客の眼について居ります。神の庭(Garden of the Gods)は赤い大岩が沢山あり、遠くからは駱駝がキスしあっているような眺め、近くではバランスロックと呼ばれる大岩が少しのセメントにのっており、観光客が岩を支えている様な恰好で写真を撮るのが人気です。後は、航空士官学校、オリンピックトレーニングセンターなどありますが、コロラドスプリングスは素晴らしいところで す！鐘ヶ江美智恵、昭和21年卒

新会員ご紹介 — 歓迎！

ベネット真理恵 (旧姓 秋吉)
昭和47年卒 ベルビュー市、ワシントン州在住

かなり昔??短期滞在していたイギリスで主人と知り合い、イギリスに7年近く、カルフォルニアのサンマテオ市に4年、シアトル近郊のベルビュー市に主人、成長した娘、息子と20年近く住んでいます。97歳になる母が日本にいるのと商売をやっていたので、ここ15年ぐらい

は日本とアメリカを行ったり来たりしています。ここはカルフォルニアと違い雨が多く、イギリスに似ています。又、日本のように四季もあるのでとても綺麗で暮らしやすいと思います。老化防止のため社交ダンス、ヨガ、ピラティスをやっています。それで、インドにはまっています。4回も行っていました。これからも、宜しくお願いします。

野中篤子 (旧姓 内藤) 昭和26年卒業、新制中学校4回生、ホノルル在住

福岡市の川端町出身で、筑紫女学園中等部卒業後、上京。1965年に渡米、ロサンゼルスにて服飾マシプロダクションを学び帰国。1968年に結婚して、ハワイ ホノルルワイキキに居住。一年中、日本、米国本土より、友人、家族、知人と来てくれるで過ごして現在に至る。

三味線の先生をされており、当地でこの6月20日に催される東日本復興基金募集のためのチャリティーコンサートの準備のため、多忙な日々を送っております。ぜひ応援を！
akonwaikiki@gmail.com

上野ご夫妻にお会いしました！

去年の10月初旬でしたか、娘夫婦のポートランド(オレゴン) 宅にて、孫の4歳のお誕生日パーティーがあり、健康上の理由で総会に出席出来なかった上野アタミさんもポートランドにお住まいなので、ちょっとお寄りしようと連絡したところ、原因も分かって落ち着かれて安堵致しました。とても仲の良い素敵なお夫婦で、ご主人のヘンリーさん共々、

ポートランドの日系社会に長く貢献されており、天皇陛下より勲章を頂いたとお聞きしました。すごい名誉な事ですね！温かい御もてなしをありがとうございました！おしゃべりも弾んで、とても



楽しかったです。本当に、ありがとうございました。

フォート真知子

Report “Kay’s Shiseido Cosmetics” by San Jose Nikkei News paper アメリカの第一号店が50周年を迎えました！

日本から結婚を機に渡米したという **Kayこと流田恵子さん** (Keiko Kay Nagareda)。今では、日本人だけではなく、多くの地元の人まで知られているShiseido (資生堂)。そのアメリカ第一号店としてここサンノゼ市に店舗を構えたのは50年前のこと。

当時の様子を懐かしそうに笑顔でお話しして下さった。“私自身がアメリカに来て、スキンケアをどうしようかと困りました。こちらのブランドものは全然合わないでしょ。毎年日本へ帰って1-2か月勉強したものです。だから、自分がこんなに困っていたのだから、きっと他の日

本の方もお困りではと思ったのです。

ご実家が資生堂の販売店で、幼い頃からスキンケアの仕方など興味があったという。しかし、アメリカでShiseidoという名が浸透するまでお饅頭屋さんだと思われていたと当時を振り返る。日本人は元々肌に対して美意識が高いので、その考え方を基にした日本の化粧品を使うと美肌になるのは当たり前のことという。

そして、読者の女性の方々への嬉しいメッセージ、“お化粧品をしたまま寝てしまうなどはもつての他！”一番肌にダメージを与えることで絶対に避けた方が良さそう。“飛行機

に乗ってお化粧品をしたままにしていると肌がボロボロになるでしょう！スキンケア中心に朝晩のメンテナンスが一番大事。お化粧品はしなくてもいいけど大敵は紫外線。カルフォルニアの紫外線は日本の約2倍。年を取って後悔しないように、今のうちからスキンケアを大事にね。私こう見えて80歳なのよ。ウフフ”とチャーミングな微笑み。肌が色白で透き通るような透明感のあるKayさん。人生の大先輩からカルフォルニアに住む女性としてのコツを教わった。

Kay’s Shiseido Cosmetics, 201 E. Jackson St, San Jose, CA 95112
Tel: 408-286-1431

私の料理の知恵 プレッシャークッカー

プレッシャークッカーを使うと食事の準備時間が短縮され簡単に出来その上おいしい。秘密は酒又はワインを使う事。どんな肉でも柔らかくてジューシー。冷凍の肉を使うときは時間が少し長くなる。

例：骨付きチキン、薄切り玉葱を少し下に敷き（肉が焦げないように）、チキンを入れる。1カップの液（酒、又は白ワインと水を混ぜる）、1/2袋の

オニオンスープミックス、味付けには醤油、砂糖など加え強火で炊き、沸騰しだしたら弱火にして10分で出来上がり。骨なしチキンの場合は3分-5分でできる。バーベキュー味の時は、バーベキューソースを加える。味付けなしで煮るとチキンを冷凍し、後で色んな料理に使える。質問があれば、メール mgarland19@yahoo.com なり、

330-666-5979にお電話下さい。

Happy Cooking!

ガーランド百江、昭和37年卒、アクリン、オハイオ州



ケールの効用

第2回精華会アメリカ支部総会で、肌が艶々しているわねと上げて頂いたその秘密をお教えします。

ケールです。ケールはB-カロテンやルテイン、ビタミンC、カルシウム、植物繊維などの栄養素を豊富に含むことから“緑黄食野菜の



Kale in my organic veg garden

王様と呼ばれている野菜です。又、ケールには自然な睡眠を導いてくれる成分であるメラトニンも含まれています。一般的に青汁などに使用されている栄養価の高い野菜です。

私はジュースにして頂きます。まず、ジュースに新鮮なバナナ半分、セロリ半分、ケールの芯（固いので）を

取り除いた葉をたっぷり入れます。糖分の少なめのココナツウオーターを半カップほどいれて、よくミックスして出来上がり。あまり癖がなくて、スムーズに飲めるし、お通じがとてもよくて体調良し！ケールは耐寒性の強い植物で育てやすいので、自分の野菜畑でオーガニック栽培も簡単、お試しあれ！ **Happy Gardening!**

フォート真知子、昭和43年卒

スタンウッド、ワシントン州

**SEIKAKAI AMERICA
BRANCH**

Machiko Faught
5529 Silvana Terrace Rd.
Stanwood, WA 98292

Tel: 360-652-6938
Cell: 425-501-6626
Email: machikofa@gmail.com
http://www.seikakai.com



雲仙 ー ホットスポット！

昨年、自己紹介でお知らせしました様に、私は旅行が好きで、毎年4-5回は旅行に出かけていました。でも、娘の看護の為、この2年半余りはシアトルとカルフォルニアを15回往復して、その間バケーションに出掛けられたのはハワイだけでした。今年から、好きな旅行を始めようと今計画中です。ところで、私が今までに泊まったホテルや旅館の中で一番気に入った所を、今回紹介したいと思います。皆様の中で、すでに泊まれた方がいらっしゃるかも知りませんが、長崎県雲仙市小浜町にある料亭“半水廬”（はんずいりよ）です。私が初めてこの料亭に泊まったのは1991年の秋、丁度、普賢岳が噴火した数か月後だったので、皆怖がって、この辺りを訪れる人が少なかった為、お値段が40%オフのうえ、客も殆どいなく、サービスも最高でした。この料亭は6千坪の敷地に、たった14棟の客室で外から見ると、一軒家で地下には全部屋に繋がる廊下があり、露天風呂やメインロビーまで行ける様になっています。そして、各棟の客室からそれぞれ違った日本庭園を眺める事が出来ます。お料理は京風の懐石、器は輪島塗や九谷焼が使われ、最高のおもてなしが期待できる料亭です。少々、お値段が高いのですが、一度は泊まってみたい宿だと思います。皆様も、チャンスがあったらお出かけ下さい。コーナー佐智子、昭和43年短大部卒、ベルビュー、ワシントン州

精華会アメリカ支部ミッション

日々遠くなっていく生まれ育った我愛しき故郷、日本。この広大な異国に住む我等にとって、筑紫女学園卒業生という同じグラウンドでお付き合いが出来、友情を育める事に感謝。先輩から後輩へと、精華会アメリカ支部を末永く続くよう前進。3年度の総会、元気を頂いて精華パワー、一期一会を楽しみます！

アロハフェスティバル ハワイ州最大の祭典

毎年8月-10月にわたって各島で催されます。主な8つの島からなるハワイ州。各島“シンボルカラー”を持っています。マウイ島-ピンク、ハワイ島-赤、カウアイ島-紫、ラナイ島-オレンジ、モロカイ島-緑、ニイハウ島-白、カホラヴエ島-グレー。そして、私の住むオアフ島は黄色（黄色いハイビスカスはハワイ州花）。

3か月に渡るフェスティバルは、9月のパレードで最高潮を迎えます。何万という花々で飾られたフロート。音楽隊、バトンガールズの華やかな行進。中でも“パウ”と呼ばれる優雅で艶やかな女王たちの騎乗パレード。女王達は、各島色彩の伝



統的パウスカートの衣装でご挨拶。女王達の髪は生花で華麗絢爛に飾られ、パウスカートの長い裾は風に揺れ動きます。女王を乗せた騎馬たちも、大きな華やかな生花レイをかけ、得意げに女王エスコート。ハワイ王朝の絵巻物が繰り広げられます。

数万の神に守られ、神の息吹を感じさせるハワイの島々。伝統を重んじ、伝統に生きる。心豊かなハワイの人々。アロハ（愛）の笑顔に満ちたハワイ州のお祭りです。

サリバン玲子、昭和45年卒、ホノルル、ハワイ州

Seikaka American Branch

Finance Report

***2013 End Balance: \$1,845,57**

2014 Income:

2014/2015 member fee 235.00

Seikakai Enjokin 477.90

#2 Soukai Lunch (\$50x9) 450.00

***Total 2014 income: 1,162.90**

2014 Expense:

Lunch catering service 450.00

Shuttle service for a day 590.00

Party mis. Staff 200.00

Administration staff 267.83

***Total 2014 expenses: 1,507.84**

***Total 2014 End Balance:\$1,500.63**