



訪日外国人に大人気！
英語圏の友人に喜ばれる
お勤めのプレゼント



<http://j-kanji.com/shop/>

北米からのお問い合わせは
(info@weeklybiz.us)まで

◆おかげさまで創刊47年◆

Weekly Business News Corp. 274 Madison Ave, #1101, NY, NY 10016 Tel 212-997-0210

<http://www.nybiz.nyc>

info@weeklybiz.us



レーシング
ドライバ― 佐藤琢磨

独占インタビュー 6・7面

日本人初、2度目の
インディ500優勝



Photo LAT

大坂なおみ、優勝で 「新たなスター の地位確立」



【ニューヨーク時事】米メディアは12日の全米オープンテニス女子シングルス決勝で優勝した大坂なおみⅡ写真、時事Ⅱの快挙をたたえたと

ともに、大坂の人種差別への抗議活動にも着目して報じた。大坂は人種差別への抗議を示すため、1回戦から毎試合、黒人被害者の名前が入った黒いマスクを着けて会場入り。これについて米誌スポーツ・イラストレーテッド(電子版)は「世界中の多くの人の関心を集めた」と分析。22歳という若さで3度目の四大大会制覇を果たした実績に加え、抗議活動で「注目度がさらに膨れあがった。新たなスターの地位を確立した」と評した。

ニューヨーク市



店内飲食30日再開

入店者定員を25%に制限

【ニューヨーク時事】米東部ニューヨーク州のクオモ知事は9日の記者会見で、新型コロナウイルス対策のため営業を停止しているニューヨーク市の飲食店の店内飲食に、30日から再開を認めると発表した。入店者数を定員の25%に制限することを求める。感染拡大を受け、ニューヨーク市の飲食店は3月に持ち帰り配達を除く営業が停止。6月に屋外営業が再開したが、ウ

イルス拡散の懸念から店内飲食の再開が遅れていた。クオモ氏は「ニューヨーク市ではルールの順守が不十分だった」と再開を遅らせた理由を説明した。感染対策として、着席時以外のマスク着用のほか、入店時の客の検温、追跡できるよう代表者の連絡先提出が義務付けられる。

措置」と説明。「出演者の感染防止と併せて、演出などいろいろ工夫し、新しいスタイルの紅白をお楽しみいただきたい」と話した。(時事)

NHK紅白、初の無観客

NHKの前田晃伸会長は10日の定例記者会見で、12月31日の紅白歌合戦を無観客で行うと発表した。無観客での開催は初めてという。放送時間は午後7時30分から同11時45分まで。前田会長は「新型コロナウイルスの感染拡大防止を最優先するための



自民党新総裁に選出され、記者会見の前にポーズを取る菅義偉官房長官。14日午後、東京・永田町の同党本部(時事)

海外メディアも速報 自民総裁選「菅氏勝利」

【日本の次期首相選出を事実上意味する】(英BBC放送)として、海外メディアは14日、自民党総裁選の結果を相次いで速報した。

AFP通信は「日本の与党、菅義偉氏を首相後継に選出」と一報。韓国の聯合ニュースは菅氏の顔写真付きで「あさって

「安倍晋三首相の取り組みを継承し、進めていかなければならない」と菅氏が述べた選出後の演説も速報で伝え、海外の

経済界の関心の高さをうかがわせた。

BBCは、菅氏について「イチゴ農家の息子」と紹介。新元号発表時の「令和おじさん」の姿を示しつつ「情熱的な政治家とは考えられていないが、非常に腕の立つ仕事師と世評を得ている」と伝えた。

安倍首相辞任表明の経緯なども詳報し「パンデミック(世界的大流行)で記録的な景気後退に見舞われ、難しい時期の指導者交代となる」と指摘している。(時事)

日本の漢字文化を世界に



J-KANJI.COM
北米進出!

訪日される海外の方々の為に、日本の漢字をテーマにしたオリジナル商品を、多彩なラインナップで製作、販売するJ-KANJIがついに、北米進出する!

パーソナルトレーニング 1回から出張します!



詳しくは中面を
ご覧下さい
無料カウンセリング
www.uchitreney.com



証明写真 ドイカメラ

51 East 46th St. (Park と Madison の間)
212-661-0876 www.Doicamera.com



Biz! Newsletter

登録無料

『ニューヨーク Biz!』最新号を毎週水曜日、PDFでお届けします!
(Eメールでの配信となります)

ご希望の方は右記サイトからお申し込みください nybiz.nyc/newsletter

大戸屋 Week コミュニティーサポート企画

9/21(月)~27(日)

人気3大メニュー

\$18で提供!

ランチ(定食) デイナー(アラカルト)

期間中ごはん大盛り、おかわり無料

チェルシー店・グリニッチビレッジ店 限定

特典

NYBiz読者特典:デザートが無料に!
(イートインのみ) オーダーの際に口頭でお伝えください。

とんかつ



マンハッタンではここでしか味わえない、四元豚シルキーポークを使用した「とんかつ」が大人気!日本から取り寄せる生パン粉が、サクサクした食感を生み出す。

かあさん煮



こだわりの生パン粉と、大根おろしを使用した「かあさん煮」。もともとは賄いで作られていたものが、正式メニューとして生まれた大人気商品!

ほっけ



大戸屋で提供する「ほっけ」は、大きくて柔らかいのが特徴!専用のグリラーで表と裏から満遍なく焼き上げ、さらに、すりたての瑞々しい大根おろしが味わえる。

新御膳弁当各種全店にて提供 ※要予約前々日に



Ootoya
Gozen Bento
\$25(税込)



Ootoya Favorite
Gozen Bento
\$30(税込)



Ootoya Premium
Gozen Bento
\$35(税込)

タイムズスクエア店お弁当コーナー再開(ランチタイムに)



オンラインデリバリー受付中

チェルシー店
8 W 18th St
(bet 5th & 6th Ave)
Tel.212-255-0018
(ランチ) 12:00-15:00
(ディナー) 17:00-21:30

オンラインデリバリー受付中

グリニッチビレッジ店
41 E 11th St
(bet University Pl & Broadway)
Tel.212-473-4300
(ランチ) 11:30-15:00
(ディナー) 16:00-21:00

オンラインデリバリー受付中

タイムズスクエア店
141 W 41st St
(bet Broadway & 6th Ave)
Tel.212-704-0833
(ランチ) 11:00-15:00
(ディナー) 16:00-20:00

現在週7日曜日に関わらず上記時間で営業しておりますが、Eat-in再開にともない9/28以降営業時間変更の可能性がございます。

詳細は www.ootoya.us もしくは corporate@ootoya.us まで

大坂、全米テニスで2年ぶり頂点

人種差別反対の意思貫く

【ニユヨーク時事】テニスの全米オープン第13日は12日、ニユヨークで行われ、女子シングルス決勝で、世界ランキング9位の大坂なおみ（日清食品）が元世界1位のビクトリア・アザレンカ（ベラルーシ）を1-6、6-3、6-3で下し、2年ぶりの頂点に立った。

ハイチ出身の父と日本人の母を持つ大坂は、米黒人男性が銃撃された事件に抗議し、全米の前哨戦となったウエスタン・アンド・サザン・オープン準決勝を一度は棄権する意思を表明して注目を集めた。

全米では1回戦から決勝まで計7人の黒人被害

女子シングルスで優勝し、優勝トロフィーを持つ大坂なおみ（12日、ニユヨーク）
(Matthew Stockman / Getty Images Sport / Getty)



有力選手の欠場が相次ぐ中、大坂は出場を決断

し、安定感のある戦いぶりで勝ち抜いた。

略歴

大坂 なおみ（おおさか・なおみ）3歳でテニスを始める。13年にプロ転向。16年に日本選手初の女子テニス協会（WTA）最優秀新人賞を受賞。18年にツアー初優勝を果たすと、同年の全米オープンで、シングルス

有力選手の欠場が相次ぐ中、大坂は出場を決断

「素晴らしい時間」

大坂との一問一答

テニスの全米オープン女子シングルスで2年ぶりの優勝を遂げた大坂なおみとの一問一答は次の通り。

――優勝してコートにおむけになった。

過去に偉大な勝者たちが同じことをしていたので、どのような景色なのかを見たかった。素晴らしい時間だった。やってよかった。

――人種差別への抗議が注目を集めた。

初1位となった。ツアー通算6勝。父はハイチ豪オープンで四大大会2勝目を挙げ、直後の世界ランキングでアジア選手市出身。（時事）

大坂「祖先に感謝」

一夜明けて記念撮影

注目を集めた。

八村も

大坂を祝福

【ロサンゼルス時事】米プロバスケットボール協会（NBA）のウィザードズに所属する八村塁は12日、同学年に当たる女子テニスの大坂なおみが全米オープンで優勝したことを受け、自身のツイッターで「おめでとう」と祝福した。

昨年12月に八村が出場したロサンゼルスでの公式戦を大坂が観戦し、二人で記念撮影するなどの交流があった。

錦織が

大坂を祝福

【ニユヨーク時事】ニユヨークで行われたテニスの全米オープン女子シングルスで優勝した大坂なおみに対し、男子の錦織圭（日清食品）が13日、男子プロテニス選手協会（ATP）の公式ツイッターを通じ、「おめでとう、なおみ。再び（全米を）優勝するのを見られてよかったし、素晴らしい時間だった」とビデオメッセージで祝福した。

世界の新型コロナ新規感染者、最多更新

WHO 1日30万人超

世界保健機関（WHO）の13日の集計によると、新型コロナウィルスの新規感染者数が全世界合計で過去24時間に過去最多となる30万7930人を記録した。インドで引き続き高水準で増加しているほか、欧州でも拡大基調にある。

新規感染者数の上位はインド（約9万4000人）、米国（約4万6000人）、ブラジル（約4万4000人）、スペイン（約1万2000人）の順。（時事）

コロナ脅威「軽く見せたかった」

トランプ氏、米紙音声公開で

【ワシントン時事】トランプ米大統領が今年3月の著名記者のインタビューで、新型コロナウィルスの脅威を当初から認識しつつ「軽く見せたかった」と語っていたことが9日、ワシントン・ポスト紙の報道で明らかにされた。トランプ氏は当時、「ウイルスはすぐになくなる」などと述べており、国民に真実を隠していたとして批判が広がっている。

ポスト紙が、ボブ・ウッドワード記者の取材の録音と近く出版する著書の内容を報じた。それによると、トランプ氏は2月7日の同記者の取材に「空気を吸っただけで感染する。非常にやっかいだ。季節性インフルエンザより致死性が強い」とウィルスの脅威を説明した。

トランプ氏は1月28日に側近から「大統領として直面する最大の国家の脅威になる」と報告を受けたという。一方、国民に対しては「リスクは低い」「完全に制御できて

米アカデミー、作品賞資格に「多様性」

白人偏重是正、24年から

【ロサンゼルス時事】米映画界最高の栄誉とされるアカデミー賞を主催する映画芸術科学アカデミーは8日、作品賞の資格を定めた新たな基準を発表した。過去に2年連続で演技部門の候補者を白人が独占し、白人偏重と批判を浴びたことを踏まえ、人種や性別、性的指向などの「多様性」の確保を重視した。2024年の第96回から適用する。

作品賞の新基準は、出演者やスタッフにアジア系や黒人などの非白人、女性、性的少数者（LGBT）、障害者が一定程度含まれていることなどが柱。アカデミー首脳は、声明で「これらの基準が長期的で本質的な業界の変化を促すと信じている」と強調した。

今年のアカデミー賞では、韓国映画「パラサイト 半地下の家族」が外国語映画として初めて作品賞に輝いた。

米国では、社会に潜む構造的な人種差別の是正を求める声が強まっている。

人」と続く。

米ジョンズ・ホプキンス大の集計（日本時間14日午前時点）では、累計での世界の感染者数は2880万人を超え、死者は92万人余りに上る。国別の累計感染者数は米国（651万人超）、インド（475万人超）、ブラジル（431万人超）、ロシア（105万人超）の順。（時事）

ニューヨークニュース

ボストンキャリアフォーラム2020

今年はオンラインで開催

終了日：11月15日(日)まで

デイスコインタナショナル(米国ニューヨーク、代表取締役社長・秋本浩児氏)は、海外で学ぶ日本人留学生をはじめとする日本語・英語のバイリンガルを対象とした就職イベント「ボストンキャリアフォーラム オンライン2020」をCFN(CareerForum.Net)で11月15日(日)まで開催している。

ボストンキャリアフォーラム オンラインでは優秀なグローバル人材を求めて現在100社を超える企業・団体が参加を決定しており、200社近くまで参加企業が増える見込みだ。業種・規模は幅広く、日本企業、外資系企業の各業界を代表する企業が参加する。

日本企業としては、伊藤園、伊藤忠商事、江崎グリコ、NTTデータ、

オンライン面接スタート

ボストンキャリアフォーラム オンラインでは9月中旬より参加企業と各企業への応募者との間

でオンライン面接がスタートする。事前登録した世界中の求職者は、応募済の企業

セガグループ、ソニー、ソフトバンク、第一三共、東京海上日動火災

ガン、セールスフォース・ドットコム、日本IBM、PwC Japan、Bloomberg L.P.、プロクター・アンド・ギャンブル・ジャパン、ボストン・コンサルティンググループ、モルガン・スタンレーなど。政府系機関として外務省、日本銀行などが参加を予定している。

オンラインライブセミナー実施

今回9月11月に計12日間、さまざまな参加企業のライブセミナー、ゲストによる講演、キャリアセミナーなどが実施される。企業セミナーは担当者

に質問ができるQ&Aもあり、通常のブース訪問の代わりに利用できる。1回のライブセミナーで約30社の企業セミナーに

特別講演には

マイケル・サンデル氏
池上彰氏
R.デビッド・エーデルマン氏

■講演者

(順不同・敬称略)

マイケル・サンデル(ファイナル・ライブ11月7日(土))はハーバード大学政治哲学者でありベストセラー著作者。Foreign Policy紙のトップ100 Global thinkersに選ばれ、著書『これからの「正義」の話をしよう』は27言語に翻訳され世界中で販売された。



池上彰(ファースト・ライブ見逃し配信9月25日(金)27日(日))はジャーナリスト。NHK所属時には社会部記者やニュースキャスターを歴任。現在はフリーランスのジャーナリストとして活躍し、かつさまざまな大学での客員教授なども兼任している。



R.デビッド・エーデルマン(ファースト・ライブ見逃し配信9月25日(金)27日(日))はブッシュ政権及びオバマ政権下では最年少の米国国家

安全保障理事として従事。現在はMITで教壇に立ち、テクノロジー、経済、国家安全保障に関するプロジェクトも進めている。

厚切りジェイソンは芸人とIT企業の役員を兼任。R1グランプリファイナリスト。現在では英語番組やプログラミングを学ぶ番組へ出演している。

決断者・決断者一五代目子孫。1987年にUCLAでMBAを得て、J.P.モルガン、ゴールドマン・サックスなどでマーケティング業務に携わり、米大手ヘッジファンドの日本代表を務めた後、2001年に独立。07年にコモンズ(株)(現・コモンズ投信)を創業。

これらの講演者を含め、20人以上を招き講演が予定されている。

【登録・詳細】
<https://careerforum.net/ja/event/bos/>
【出展予定企業リストについて】
https://careerforum.net/ja/event/bos/companylist_67/
【CFNスカウト】
<https://careerforum.net/ja/contents/scout/>

TOP グループ
9/29 | Tでの
業務改善と効率化
無料ウェビナーを開催



人材紹介会社TOPグループが全米の日系企業を対象に新型コロナウイルス対策に関連するウェビナーを開催する。第10回は、ITでの業務改善と効率化について、専門家、Mercury and earth, LLCの熊野圭輔氏が説明する。

【概要】(日時) 9月29日(火) 午後2時~3時(東海岸時間)
【定員】 500人(定員に達し次第、締め切られる)
【参加費】 無料
【予約方法】 topny@top-us.com

「おうちDEつながるコミュニティ」
日本人NASCARドライバーが講演

JTB USA企画のイベントシリーズ「おうちDEつながるコミュニティ」が9月24日(木)、オンラインで実施される。

米国で活躍する日本人/日系人にスポットをあてた講演会とネットワーキングの2部構成で行われる同イベント。今回、ゲストスピーカーにアメリカ人ドライバーと対等に戦う日本人唯一のリアルNASCARドライバー、



概要
【日時】 9月24日(木) 午後1時~2時半(西部時間)、午後3時~4時半(中部時間)、午後4時~5時半(東部時間)
【参加申し込み】 live.remo.co/open-networking-event
【参加費】 無料
【参加人数】 100人限定

クラフトビール
オンラインイベント
レゾボックス

レゾボックス(RESOBOX)は9月26日(土)、ウェビナーシステム「Zoom(ズーム)」を用いた日本のクラフトビールオンラインイベントを開催する。

同イベントでは、岩手県一関市にある酒造「世嬉の一(せきのいち)酒蔵」のバーチャル見学に加え、日本のクラフトビールを参加者の自宅まで事前に届けることで、当日の生産者からのテイステイングセミナーを楽しみながら実際に試飲することができる。

ビールは同酒造から「山椒エール」と「三陸牡蠣のスタウト」の2種をセレクト。ビールを自宅に届けるために、試飲の申し込みはニューヨーク在住者が対象となる。

参加費は35ドルで2杯分のビール試飲が含まれ、ニューヨーク居住者以外はビール試飲なしの15ドルとなる。申し込み締め切りは26日の午後3時まで。

【概要】
【日時】 9月26日(土) 午後7時~8時半(米国東部時間)
【参加費】 35ドル(ビール2杯分込み)、15ドル(セミナーのみ)
【詳細】 www.resobox.com/event/japanese-craft-beer-delivery-in-ny/



今年はオンラインで開催！
日英バイリンガルのための就職・転職イベント

Boston Career Forum ONLINE 2020

応募、面接がサイト上で可能！



My CFNページがリニューアル！
応募、面接予約、面接が全てCFN上で
行えるようになりました。

Online Live Seminar Schedule

1st Live

見逃し配信

9/25 ~ 9/27 (US ET)

詳細はウェブサイトで

2nd Live

10/9 ~ 10/11 (US ET)

見逃し配信 10/16 ~ 10/18 (US ET)

詳細はウェブサイトで

3rd Live

10/23 ~ 10/25 (US ET)

見逃し配信 10/30 ~ 11/1 (US ET)

Coming Soon...

Final Live

11/6 ~ 11/8 (US ET)

見逃し配信 11/13 ~ 11/15 (US ET)

Coming Soon...

特別講演

Nov.
7



政治哲学者・ハーバード大学教授

マイケル・サンデル氏

ハーバード大学政治哲学者でありベストセラー著作者。
Foreign Policy紙のトップ100 Global thinkersに選ばれ、
著書『これからの「正義」の話をしよう』は27言語に翻訳され
世界中で販売された。

詳細・登録は

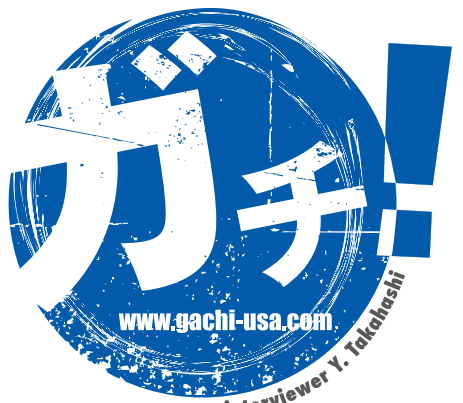
CareerForum.Net

DISCO International, Inc. | 19W 44th Street, Suite 404, New York, NY 10036 | cfn@careerforum.net

Photo by: Chris Owens



佐藤琢磨（さとう・たくま） 職業：レーシングドライバー
東京都出身、1977年1月28日生まれ。自転車競技で高校総体や全日本学生選手権で優勝し、1996年からモータースポーツに転身。2002年にF1デビューし、04年米国グランプリで3位。08年に所属していたスーパーアグリがF1撤退。10年からインディカー・シリーズに参戦し、13年の米ロングビーチ大会で同シリーズ日本人初優勝。17年にはインディ500の日本人初制覇を果たした。レイホール・レターマン・ラニガン・レーシング所属。164センチ、59キロ。東京都出身。43歳。公式サイト：www.takumasato.com



発行人インタビュー
BOUT. 299

日本人初インディ500、2度目の優勝

世界3大自動車レースの一つ、第104回インディアナポリス500マイル（インディ500）の決勝が8月23日、米インディアナ州のインディアナポリス・モータースピードウェイで行われた。日本が誇る世界的レーサー、佐藤琢磨選手（ホンダ）が2017年に日本人初優勝を遂げて以来、3年ぶり2度目の優勝を果たした。複数回優勝は史上20人目という偉業を成した。優勝から数日後、次なるイリノイ州でのレースに挑む佐藤選手に、オンラインでお話を伺った。（聞き手・高橋克明）

―優勝おめでとうございます！
かつてインディを獲った日本人は佐藤選手以外いませんが、今回は2度目の優勝です。

佐藤 ありがとうございます。
ここまで本当にたくさんの方々にサポートを頂いたので、その全ての人に感謝したいですね。ファンの皆さまの応援や、スポンサーのご支援や、そして、チーム全員が素晴らしいチームワークでサポートしてくれたので、思い描くような形で、思いつ切りレースができたんだと思います。

―今回はコロナ禍により、例年とは違う状況でのレースでした。通常5月の開催が、8月での開催となりました。

佐藤 その上で無観客（開催）だったわけですから。でも、本来だと開催すらできなかったと思うんです。それを可能にしてくれたインディアナポリス・モータースピードウェイの関係者と、オーナリーのロジャー・ペンスキーさん、彼らにも感謝したいと思うんですね。今、全世界の、特にスポーツは、選手が活躍するフィールドさえ奪われてしまっていると思うんです。でも彼らのおかげで、僕たちはレースをすることができたわけで、その結果、2勝目という夢のような結果を飾ることができたわけですから。

―無観客でのレース。パフォーマンスに違いは出ますか。

佐藤 まず、会場の雰囲気から全然違いますね。もちろん芸術、文化どのジャンルでもそうだと思いますのですが、特にスポーツにおいては観客の熱烈な声援であ

ファン、スポンサー、チーム、全ての人に感謝したい



勝者に与えられるミルクを浴びる佐藤琢磨選手＝8月23日、米インディアナポリス（Photo：LAT）

ったり、その場の持つ雰囲気であったり、その全てがアスリートの力になると思うんです。

―モータースポーツは特にそうですね。

佐藤 その中でも、インディアナポリス500マイルレースっていうのは、地球上で最大規模のイベントで、本来は、決勝の1日だけで30万人が集まるわけですから。そのエネルギーたるやすごいものがあるんですね。前日の土曜日から会場の雰囲気やボルテージが上がってきて、（当日の）朝6時の開門とともに30万人が一斉に集まってきました。紙吹雪が舞う中、僕たちがグリーンルーム（準備室）に向かう際、すごい歓声を頂いて…。なんて言うんでしょう

：僕も長くレースをやってますけど、インディ500ほど盛り上がる会場はないんですね。

―それが今年は…。

佐藤 完全に灰色の、誰一人いないグランドスタンドを見てのレースですから（笑）。やっぱりそれは寂しいです。でも、（そんな）状況は分かっていますし、無観客開催はこれが初めてではないので。もちろん、こんなことに慣れてしまうのは嫌なんですけど、仕方ないな、と。それにテレビの向こう側で、たくさんの方が見てくれていることを感じながら、レースしようって決めていました。

―例年はそれだけの規模で開催される世界最大のイベント。そこで佐藤



ニューヨークを訪れた著名人へのインタビューサイト「ガチ！」

www.NYBiz.nyc/Gachi

バックナンバーは上記サイトでご覧頂けます





レースの模様＝同 (Photo : LAT)



選手は日本人としてV2を成し遂げました。米国暮らしの僕はそれがどれだけでもすごいことなのか実感しているのですが、偉業の割に、日本での報道があまりに少ないと思ってしまうのですが…。

佐藤 それは僕自身がコントロールできることではないので。自分が生きてる、このモータースポーツの世界では(2度のインディ制覇は)本当に信じられないような結果なんです。そう考えると(日本での報道の偏りに)もちろん歯がゆい思いもありますけれど、でも、先ほども申し上げた通り、本当に応援してくださいファンや、支援してくださいスポンサーと、優勝の喜びを共有することができたので。それだけでも幸せですよ。それに、一部の人が「もともとと報道すべきだろう」と思ってくれること自体がうれ

れいからです。

「うーん…でも、それにしても、少なすぎますよね」。本来(新型コロナウィルスの)パンデミックさえなければ、インディ500の優勝者はホワイトハウスに招待されたり、ニューヨークでナスタックのベルを鳴らしたりと、国民的行事なわけじゃないですか。どれだけの偉業なのか、日本だけが分かっていないというか。

佐藤 (笑)。やっぱり自国にはないスポーツなので、どうしても分かりづらいところもあると思うんです。でも、こうやって(日本人である僕が)実績を作っていくことで、日本の多くの方が注目してくださるようになると思うので。今回も、NHKで朝と夕方両方のニュースで全国に流していたりとか、徐々に徐々に浸透していつてくるんじゃないかなと思います。

―実際に、日本でインディ500が一般的な知名度として浸透したのは、2017年の佐藤選手の優勝がきっかけでした。

佐藤 なので、今回(の優勝)に関しては、前回よりも多くの人が「あ、あのレースだ」というふうに感じ取ってくれたのではないかな、と。僕は、もう、レースを続けて、少しでもいい結果を残して、多くの日本人がモータースポーツ

の素晴らしいさや、インディ500というレースが持つ歴史と興味みたいなものを知ってもらえたらいいな、と。そう思ってます。(ニコリ)

―なるほど。今回、一番お聞きしたかった質問なのですが、佐藤選手はいわゆる「ベテラン」の域だと思えます。(インディカー参戦)11年目、43歳。従来、スポーツ選手にとって年齢は大きなファクターで、加齢とともに、当然、パフォーマンスは下がってきます。佐藤選手は年々、パフォーマンスも順位も向上されている。それについて、ご自身の中ではどう分析されているのでしょうか。

佐藤 もちろんフィジカル的なパフォーマンスはどうしたって落ちます。たとえば筋力の強さだったり、柔軟性だったり、あるいは回復力のスピードだったり、それは10代の選手や20代の選手と比べたらどうしても数値としては劣ると思うんです。ただ、スポーツって面白いのは、そこに技術が重なって、さらに経験値という大きな土台があって、そのトータルのパッケージだと思うんですね。そういう意味では、自分としてはレイスドライバーとしてはまだまだ進化してる実感があります。自分の身体的な能力の、衰え…っていうとちょっと言葉が強すぎるので、まあ、維持っていうふうに自分では感じているんですけども、ピークの時を維持しつつ、経験値とテクニックが向上することで全体的なパフォーマンスアップにつながっていると思っています。

―なるほど。フィジカルを維持できれば、当然、技術と経験の分だけ全体的にアップしていく、と。

佐藤 あとは、僕たちはモータースポーツですから。実際に、100メートル走だと、20代のころの自分にはかなわない。でも、僕たちは道具を使ってレースをしますから。いかに早いマシン

年齢は自分にとってただ数字でしかない

を作るかっていう部分においては、エンジニアリングであったり、チームのサポートが重要ですよ。(レースは)メカニク全員のチームワークの結晶なので、ドライバーはその中の一部でしかない。と、すると、ドライバーとしては、レースそのものと同じくらい、重要なのが「求心力」なんですね。全員を同じ方向に向ける力。その力が経験とともに、より強くなっている実感があるので、まだまだやっていけると思っています。

―まだ発展途上である、と。

佐藤 究極でいうとイチローさんですよ。彼は40(歳)を超えてもパフォーマンスが上がり続けた。例えば一塁までの(走行)タイムは、40を過ぎてからの方が、20代のころよりも上がっているんですね。それは、例えば特別なシューズであったり、走り方であったり、テクニックを磨いたところだと思えます。もちろんそれは普段のとてもないフィジカルトレーニングがあつてこそなので、それでも年齢に逆行してパフォーマンスを上げることが不可能ではない。それを教えてくださいましたのが、イチローさんなんです

ね。ワールドこそ、違いますけども、僕も後に続けたいと思っています。年齢は自分にとってはただの数字でしかないんですね。

―フィジカル面だけでなく、佐藤選手は、レース前の集中力がすごいという印象があります。

佐藤 「やるべきことは全てやって、あとはこのレースを楽しみたい」というふうに見えるようにしているだけですね。緊張感っていうのは絶対なくならないと思うんです。たくさん不安要素がある中でパフォーマンスするというのは本当に怖いわけですよ。その恐怖心との戦いが緊張になるわけですけど、その緊張によって体が硬くなってもダメですし、僕としてはその緊張を逆に、集中力に変えていくことを心掛けました。アスリートというのはすごくメンタルが大事で、「これまであれだけの練習をしてきたんだからきっと大丈夫だ」、「練習通りのパフォーマンスが出せるはずだ」と思ってレースに臨みます。よく皆さんが言う「ゾーン」に近い状態を自分で作るわけですね。集中すること、脳と体のリミッターが外れて自己ベストを更新できるのだと思います。ほどよい緊張感と集

中、そしてこのレースを楽しもうっていうわくわく感と不安が入り混じった状態で僕はいつもレースをスタートします。

―今回は特にそこうまくいった、と。

佐藤 決勝のスタートのグリッドを決める予選でのパフォーマンスが最前列、予選3位だったの。その時点で、非常に良いパフォーマンスが出せているという自信もありますから、それをきっちり決勝のレースにつなげよう。ある意味、余裕がある状態でレースをスタートすることができたのが、良かったのかもしれないですね。

―これまでも多くの偉大なチャンピオンたちが、インディ500を獲れないまま引退していききました。佐藤選手はそれを2回制覇しました。次の目標は何でしょう。

佐藤 そうですね。いちドライバーとしてはインディ500を勝つというのはもう本当に夢のようなことだったんですね。自分自身も、チームのパフォーマンス、車のパフォーマンス、その全てがパフェクトじゃないと勝てないレースで2勝もすることができたなんて、本当に幸運以外何者でもないのですが…。ただ人間っていうのは、demandというか、欲というか、やっぱり一つの山を越えると次に挑戦したくなるものでして(笑)、3勝を目標にすることになると思います。まあ、これから自分自身、20代のドライバーと違って向こう10年、20年走れるわけではないですから。シリーズ戦の中で僕は最年長になっていますので、限られた時間の中で、もしチャンスがあるのであればインディ500に今後も挑戦したいですね。そして、ドライバーとしての究極の目標、シリーズチャンピオンも、その先にはあります。自分でもどんな世界なのか見えない、「インディ500の3勝」を、最大の夢と目標に頑張っていきたいですね。

新型コロナウイルス最新情報

新型コロナウイルス感染拡大で、世界が、ニューヨークが、危機に直面している中、『ニューヨークBiz』だからこそ、発信できる情報があると思っております。

★今、知りたい情報をお届け

3月27日(金)からは、当サイトで、「この不安な状況下で、過ごし方が分からない」「みんながどうしているか知りたい」といった声にお応えし、情報配信していきます。ぜひご覧ください。

★皆さまの声を募集

弊社のSNS (Facebook, Twitter) では、皆さまの声を募集しております。知りたいこと、思いを共有したいなど、ありましたら、書き込みください。
facebook.com/nybiz / twitter.com/ny_biz

皆さまからの声は随時募集しておりますので、ご意見、ご感想、ご希望は、info@weeklybiz.usまでお寄せください。



『ニューヨークBiz』
のウェブサイト
NYbiz.nyc

トランプ氏、献金獲得で劣勢

大統領選 過去最高もバイデン氏の6割

【ワシントン時事】11月の米大統領選をめぐり、共和党のトランプ大統領の陣営は9日、8月に集めた献金の総額が過去最高の2億1000万ドル(約223億円)だったと発表した。ただ、大統領選史上最高額だった民主党のバイデン前副

大統領の8月分3億6450万ドル(約387億円)の6割弱にとどまり、資金面での劣勢が鮮明になった。

米メディアは、選挙資金の穴埋めのためトランプ氏が最大1億ドルの個人資産の投入を検討していると報じ、トランプ氏

も8日、「必要なら(私財を)使う」と語っている。

米紙ニューヨーク・タイムズによると、トランプ氏は資金面で優勢とみられていたが、米プロフットボールの年間王者決定戦スーパーボウルへのテレビCMなど「散財」

が目立ち、既にバイデン陣営の倍近い8億ドル以上を使った。財政危機にひんし、CMを打つ資金が枯渇しているという。

トランプ陣営のステビエン選対本部長は9日、米メディアに「バイデン陣営がほとんど全てを(テレビCMなど)空中戦に使っているのに対し、トランプ陣営は、支持者を投票に動員するための地上戦力に投資してきた」と反論。資金は有効に使われていると強調した。

金融大手に初の女性トップ

シティCEOにフレザー氏

【ニューヨーク時事】米金融大手シティグループは10日、来年2月にジェーン・フレザー社長(53)が最高経営責任者(CEO)に昇格すると発表した。米金融大手で女性CEOに就任するのは初めて。米国の大企業で女性登用の機運は高まっており、人材の多様性(ダイバーシティ)に向け弾みとなりそうだ。

フレザー氏は2004年

に米コンサルティング大手のマッキンゼー・アンド・カンパニーからシティに転じた。金融危機後には、中南米事業のトップや消費者向け事業を率い、業績を立て直したに尽力。2人の子どもを持つ母親でもある。

非営利団体カタリストによると、昨年12月時点で米主要上場企業500社のうち、女性CEOが占める割合は約6%にとどまる。

ただ、米金融大手ゴールドマン・サックスが経営陣に女性やマイノリティー(人種的少数派)のいない企業の上場支援をしない方針を表明。14年には自動車大手ゼネラル・モーターズでも女性CEOが誕生しており、経営層での女性の存在感は高まっている。

トランプ大統領の主なツイート (9月6～10日)〔@realDonaldTrump〕

●10日

金正恩は健康だ

・ ニューヨーク市の店内飲食、9月30日に定員25%で再開へ。正しい方向への一歩だが、もっと早くすべきだ！(米東部時間午前8時26分)

・ (ニューヨーク州のクオモ知事は) 米国で最悪の知事の一だ。彼のへまと無能さのせいで老人ホームだけで1万1000人もの死者を出した。少なくとも彼は私が「驚異的な仕事をした」と言った。しかし、彼はそうではなかった！(同8時39分)

・ 金正恩は健康だ。決して彼を見くびってはならない。(同8時45分)

・ 投票を求めている人々に8000万枚もの投票用紙を送ることは不公平であり、完全な詐欺だ。いま起きていることを見よ！(同8時54分)

●9日

メディケア保険料と薬価、大幅に引き下げる

・ われわれは、高齢者・障害者向け公的医療保険(メディケア)の保険料と薬価を大幅に引き下げる。これまでできると思わなかった水準まで下げる！(米東部時間午前8時53分)

・ オバマはミット・ロムニーを相手に出馬して幸運だった。彼(ロムニー)は才能や政治手腕に乏しく、戦い方や勝ち方を知る人物とは正反対だからだ！(同8時56分)

・ ボブ・ウッドワードは何カ月も前から私の発言を知っていた。彼がそれを非常に悪いことや危険なことだと思っただけなら、なぜ彼は命を救うためにすぐに報道しなかったのか？彼にはそうする義務がなかったのか？いや、彼はそれが適切で正しい答えだと知っていたからだ。落ち着いて、パニックにならないで！(同9時2分)

●7日

新型コロナウイルス(中国ウィルス)へのわれわれの対応は非常に高い評価を受け始めている。世界の他の国・地域と比べると特にだ。現在、ワクチン(その他)はやってきつつある。速やかに！(米東部時間午前9時26分)

・ ホワイトハウスの記者会見を録音する。雇用統計、景気回復は素晴らしい！(午前10時09分)

・ 史上最大かつ最速の財政回復だ。来年は過去最良の年に晴らしく見える。良いレビューを！(午前9時28分)

・ (作家・コラムニスト)ゴードン・チャン氏・中国は米大統領選で「ジョー・バイデンを好んでいる」ようだ、とブライットバートニュース。もちろん彼らはバイデンを望んでいる。私は中国から何十億ドルも徴収し、わが国の農家や米財務省に与えているのだ。バイデンと(息子)のハンター(・バイデン)が政権に入れば中国が米国を所有することになる！(午前9時53分)

・ わずか4カ月間で1060万人の雇用が創出された、記録的(ペース)だ！(午前10時02分)

・ ニューヨーク州ロチェスター、ニューヨーク州(ニューヨーク市)ブルックリン、ポートランドーいずれも眠れぬ夜を過ごし、極左の民主党の知事や市長によって弱々しく運営されている！状況が分かったか？(午前10時09分)

・ 史上最大かつ最速の財政回復だ。来年は過去最良の年に

●6日

ジョブズ氏の妻は遺産を極左雑誌に浪費

・ スティーブ・ジョブズは快く思わないだろう。詐欺師(ゴールドバーグ)が運営し、偽ニュースやヘイトをまき散らす落ち目の極左雑誌に、妻が遺産を無駄遣いしていることを。電話や手紙で彼女に意見を伝えろ！！(米東部時間午前6時48分)

・ 民主党は大統領選の夜に大混乱を引き起こすことを確信している。それが彼らの望みだ。勝利するのはわれわれだ！(午前8時31分)

・ 米国の景気や雇用は実に好調だ。来年は記録を塗り替える。今後の展開に注目せよ！(午後4時11分)

■会計・監査、税務、経営、投資
■国際会計基準 ■移転価格対応
■企業・株式評価 ■税務申告 ■内部統制

NAGANO & MORITA
CERTIFIED PUBLIC ACCOUNTANTS

日米会計・税務・コンサルティング総合サービス

永野・森田公認会計士事務所

ロサンゼルス本部
小東家ビル内
Tel: (213) 621-2304
Fax: (213) 621-2928
250 East First St., #1200
Los Angeles, CA 90012

ニュージャージー
George Washington Bridge 近く
Tel: (201) 363-0050
Fax: (201) 363-0053
2125 Center Ave., #204
Fort Lee, NJ 07024

トランス
Gateway West Tower
Tel: (310) 324-6868
Fax: (310) 324-6869
990 W. 190th Street #450
Torrance, CA 90502

ボストン
Market Street Lynnfield 近く
Tel: (857) 500-0316
Fax: (201) 363-0053
301 Edgewater Place, Suite 100
Wakefield, MA 01880

シリコンバレー
インテル本社横
Tel: (408) 492-9800
Fax: (408) 492-9899
2350 Mission College Blvd., #350
Santa Clara, CA 95054

東京
新橋駅前ビル
Tel: (03) 6218-0355
Fax: (03) 6218-2110
東京都港区新橋 2-20-15
新橋駅前ビル1号館504号

東海岸でのご相談は日下まで
毎月第2週目
本紙にてコラム連載中

www.nagano-morita.com
main@nagano-morita.com

エイチ・アール・エム・パートナーズ
HRM Partners, Inc.

組織開発・人事労務管理 エキスパート

■従業員ハンドブック ■雇用・人事関連書類 ■ジョブ・ディスクリプション ■コンプライアンス
■評価・給与・福利厚生制度 ■管理職・従業員向けトレーニング ■人事情報管理システム
■人事オーデット ■従業員意識調査 ■人事労務問題の対処 ■組織改編・解雇

Phone: (212) 878-6683 E-mail: info@hrm-partners.com
641 Lexington Avenue, Suite 1425, New York, NY 10022
<http://hrm-partners.com>

sgc tax consulting office

日本からの遠隔タックスリターン支援
日米で申告必要場合は是非ご連絡ください！
経営理念 新時代に革命をもたらす
Bring New Era Revolution

代表 福谷重俊、税理士&CPA
+81-90-9880-2482 sgc@iris.eonet.ne.jp
<http://www.eonet.ne.jp/~fcecshigech/>

Biz! のウェブサイト
NYbiz.nyc

新型コロナウイルス感染拡大で、世界が、ニューヨークが、危機に直面している中、「ニューヨークBiz」だからこそ、発信できる情報があると思っています。皆さまからの声は随時募集しておりますので、ご意見、ご感想、ご希望は、info@weeklybiz.usまでお寄せください。

ていよしひで
鄭 吉秀 公認会計士

個人・法人の税金申告
会社設立・会計・経理一般

**Quick Booksを
分かりやすく教えます**

Kil S. Jung CPA 日本語でどうぞ
16 W 32nd st, Suite 406, NYC 10001
(bet 5th & Broadway) kyoungcpa@gmail.com
212-714-1772 Fax: 212-714-1784

Hotel Pacific Garden www.hotelpg.com

カルフォルニア庭園を囲むくつろぎの空間

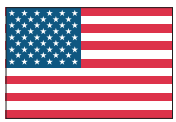
- L.A.国際空港から約15分、ダウンタウンには20分、主要日系企業オフィスへは5～10分。
- 閑静な住宅街に面し、便利なショッピングセンターの一角。
- 日本語スタッフのきめ細かいおもてなし。
- 和・洋朝食付き。
- 日本語の新聞、TVジャパンも視聴可能。
- ソニー最新型27インチTV&VCRはほぼ全室に完備。

ご予約、お問い合わせは日本語で **Phone: 310.532.5200**
1625 W 158th ST Gardena CA 90247 Fax: 310.532.4140

無料
インターネット
サービス

トランプ氏、平和賞候補入り

中東の平和に貢献、外交実績誇示



【ワシントン時事】米ホワイトハウスは9日、トランプ大統領がイスラエルとアラブ首長国連邦(UAE)の国交正常化合意への貢献を理由に、2021年のノーベル平和賞候補にノミネートされたと発表した。候補入り段階での公表は、11月の大統領選をにらみ、外交分野の実績を誇示する狙いとみられる。

ホワイトハウスは声明で、イスラエルとUAEの合意が「中東地域の平和に向け、最近25年余りでも重要な前進」だと強調した。トランプ

氏は「フアンタジ」映画の一場面を想起させる閣下(トランプ氏)との再会談を望むと強調。別の書簡では「閣下のような強力で卓越した政治家と良い関係を結ぶことは喜ばしい」と絶賛した。ウッドワード氏は、トランプ氏は正恩氏のこうしたお世辞に夢中になっていたと指摘する。

トランプ氏は、シンガポールで会談した正恩氏「私にすべてを語っ

た」と主張し、13年に叔父の張成沢氏を処刑したことについても「生々しく説明」したという。また、19年2月にハノイで行われた2回目の首脳会談が難航した際、トランプ氏は「一緒に映画を見に行こう。一緒にゴルフをしよう」と正恩氏に誘いかけたことをウッドワード氏に明かした。

ただ、トランプ氏は7日、ツイッターで、正恩氏からの書簡をラブレターのように捉えたのは「皮肉つただけ」と主張。米朝交渉が停滞する中、11月の大統領選を争う民主党のバイデン前副大統領から「独裁者」となれ合っている」と批判を浴びており、正恩氏と距離を起きたい思惑をにじませた。

米政府発表

【ワシントン時事】米ホワイトハウスは9日、トランプ大統領がイスラエルとアラブ首長国連邦(UAE)の国交正常化合意への貢献を理由に、2021年のノーベル平和賞候補にノミネートされたと発表した。候補入り段階での公表は、11月の大統領選をにらみ、外交分野の実績を誇示する狙いとみられる。

ホワイトハウスは声明で、イスラエルとUAEの合意が「中東地域の平和に向け、最近25年余りでも重要な前進」だと強調した。トランプ



【ワシントン時事】米著名ジャーナリスト、ボブ・ウッドワード氏はトランプ政権の内幕を暴露した新著で、トランプ大統領と北朝鮮の金正恩朝鮮労働党委員長が交わした書簡の一部の内容を明らかにした。「ラブレター」とも称された書簡の中で、正恩氏は「深く特別な友情は、魔法の力のように働いてく」などと2人の良好な関係をたたえていた。新著の抜粋を入手した複数の米メディアが9日報じた。

「ラブレター」内容赤裸々

正恩氏、トランプ氏絶賛

【北京時事】中国外務省の趙立堅報道局長は10日の記者会見で、米政府が1000人以上の中国人留学生や研究者のビザ(査証)を取り消した

米のビザ取り消しに反発 対抗措置も

中国

【北京時事】中国外務省の趙立堅報道局長は10日の記者会見で、米政府が1000人以上の中国人留学生や研究者のビザ(査証)を取り消した

【サンパウロ時事】南米コロンビアの首都ボゴタなどで9日夜から、警察の過剰な暴力を非難するデモ隊の一部が暴

コロンビアでも

警官暴力で暴動

市民10人死亡、数百人けが

【サンパウロ時事】南米コロンビアの首都ボゴタなどで9日夜から、警察の過剰な暴力を非難するデモ隊の一部が暴

TikTok売却

「期限延長ない」

不成立なら禁止、トランプ氏がけん制

米国

【ワシントン時事】トランプ米大統領は10日、短編動画投稿アプリ「TikTok」(ティックトック)の米国事業売却に關して「期限の延長はないだろう」と述べた。親会社の中に「(選考が)公平なら、多くの理由で私が受賞していたと思うが、そうではなかった」と不満を漏らしている。

史上初の米朝首脳会談が行われた18年にも、与党共和党の議員らがトランプ氏をノーベル平和賞に推薦。トランプ氏は翌19年2月、安倍晋三首相から平和賞選考機関に送った「推薦状」のコピーを受け取ったと明かした。同年9月には記者団に「(選考が)公平なら、多くの理由で私が受賞していたと思うが、そうではなかった」と不満を漏らしている。

会計士法人によるトータルサポート

SHIMOMURA & Co.

少数精鋭で、日系企業を中心にクオリティサービスをタイムリーに提供します

会計・監査・税務・コンサルティング業務

- ・アシュアランス業務
- ・会計帳簿記帳代行
- ・給与計算
- ・月次・四半期・年次 決算業務サポート
- ・ローカルタックス申告書の作成
- ・法人税申告書の作成
- ・記帳アドバイス
- ・個人所得税申告書の作成

Shimomura & Co., CPAs:

NY 420 Lexington Ave, Suite 2845, New York, NY 10170 T: 212-974-6066 / F: 212-974-6165

CA 970 West 190th Street, Suite 860, Torrance, CA 90502 T: 310-295-0017

Email: info@shimomura-cpa.com / Web: shimomura-cpa.com

価値ある会計監査と税務を提供しています

監査、レビュー、コンピレーション 日米国際税務の助言と申告書の作成
移転価格コンサルティング JSOX対応アドバイザリー
個人税務サービス 会計システムの構築 日米進出の助言

ニューヨーク事務所 ☎646-589-8000 ロサンゼルス事務所 ☎424-246-2000 インディアナポリス事務所 ☎317-472-2723 シカゴ事務所 ☎847-517-6352 アトランタ事務所 ☎678-206-2881 東京事務所 ☎81-3-6435-6596 メキシコシティ事務所 ☎52-55-5203-5034 イラプアト事務所 ☎52-462-104-5003	FAX 646-589-8005 FAX 424-246-2005 FAX 317-805-1723 FAX 847-517-6347 FAX 770-232-9463 FAX 81-3-6435-6598 FAX 52-55-5203-5035 FAX 52-462-104-5004	155 E. 44th Street, Suite 1300, New York, NY 10017 970 W. 190th St., Suite 900, Torrance, CA 90502 3925 River Crossing Parkway, 3rd Fl, Indianapolis, IN 46240 1901 N. Roselle Road, Suite 800, Schaumburg, IL 60195 4375 River Green Parkway, Suite 200, Duluth, GA 30096 〒1105-0012 東京都港区芝大門2-12-10 T&G浜松町ビル6階 Presa de la Angostura #23 PB, Colonia Irrigacion 11500 Mexico, D. F. Del Bosque 323, Las Reynas, 36660, Irapuato, Guanajuato
--	---	---

お問い合わせは
Email: info@HLS-Global.com
Web: www.HLS-Global.com



HOTTA LIESENBERG SAITO
Accountants and Business Advisors

タックスリターン

確定申告 / 節税

◎サイトで登録◎

共著「中小企業の資金調達方法がわかる本」法人税申告または会社設立お申し込みの方に無料でさし上げます。

・確定申告・法人/個人・経理代行・会社設立

タックスリターン 会計士 尾崎真由美

日本語フリーダイヤル / ファックス Web: 1040ME.com

1-877-827-1040 Email: info@1040me.com

☎305-233-6551 18001 Old Cutler Rd Suite 423 Miami, FL 33157

給与計算で困っていませんか?

アウトソーシングが企業の成長を維持していくために欠かせない経営戦略となりつつある中、弊社では経理/給与計算業務のアウトソーシングの提供を通じてお客様のコア業務への集中化をサポートしていきます。

POSIサービスの特長

- 独自の給与計算ソフトで管理運営
- 専任担当者によるカスタマーサービス
- 日本語での対応
- 競争力があるリーズナブルな費用
- フラット費用の採用
- 運用コストの最小化
- 駐在員給与のグロスアップ計算
- 勤怠管理システムやWEB給与明細書等の提供
- 300社以上の日系企業に對してのサービス

CAオフィス
970 W. 190th St, Suite 920
Torrance CA 90502
☎ 310-436-2786 (河崎まで)

NYオフィス
420 Lexington Ave, Suite 401,
New York, NY 10017
☎ 646-861-0030 (片岡まで)

Professional Outsourcing Solutions, Inc. www.posiusa.com/ja/

ライフ

NYの大戸屋

人気3大メニュー、18ドルで提供！

御膳弁当、新たに2種類追加

和食レストラン、米
国大戸屋は21日から、
人気3大メニュー「と
んかつ」、「かあさん
煮」、「ほっけ」を、
割引価格の18ドルで提
供する。ニューヨーク
の街を元気付けるコミ
ュニティーサポート企
画「大戸屋Week」
として、チェルシー店
とグリニッチビレッジ
店限定で、27日まで開
催。

また、従来から提供
している御膳弁当（25
ドル）に加え、「Ootoya
Favorite Gozen
Bento」（30ドル）、
「忙しいビジネスラ
ンチや在宅期間中の家
庭での昼食に、体も心
も満たしていただけれ
ば」と米国大戸屋の吉
元出社長。料理の新鮮
さを保つため、しばら
くはピックアップ、ま
たは各店舗からの直接
デリバリーのみで対応
する。



御膳弁当の新シリーズ「Ootoya
Premium Gozen Bento」（35ドル）＝14
日、ニューヨーク（撮影：田部井）

14日に開かれたメデア向け説明会では、大戸屋食品の食べ比べが実施され、実食形式で食材へのこだわりが紹介された。会場では、4品種の豚を掛け合わせる

「ニューヨークBiz」
読者特典
デザートが無料に
ご注文の際に口頭でお伝えく
ださい。（イートンのみ）

説明会では、市販のパン粉（左奥）と、大戸屋こだわりの生パン粉をそれぞれ使用した「とんかつ」の食べ比べが行われた。



詳細は本紙2面の広告参照。

■情報 【ウェブ】www.ootoya.us 【問い合わせ】corporate@ootoya.us
【場所】チェルシー店（8 W 18th St）、グリニッチビレッジ店（41 E 11th St）
タイムズスクエア店（141 W 41st St）



GrowNYC's Flushing Greenmarketの会場で。（右端が筆者）
「ドアのない美術館」主催者：Greater Flushing Chamber of Commerce, New Inspiration Cares, Crystal Windows, GrowNYC



Linshihpao
www.facebook.com/
linshihpao

「プロフィール」リン・セイホウ 1962年台湾生まれ。日本に留学中に日展、日仏現代美術展に出展し数々の賞を受賞。その後、渡米し、96年NY大学大学院修士課程を修了。NY現代美術展メデア賞、アジア傑出アーティスト賞などを受賞。世界中から素材を集める、ハート集結シリーズの代表作には「智慧の門（愛知万博）」「ラブリ」がある。NY在住。

【紹介記事】はウェブ
● Patch Aug 31, 2020 (bit.ly/32w0681)
● Queens Chronicle Sep 10, 2020 (bit.ly/3htvyn)

集夢計画69

「牛王II: ニューヨーク応援団長」

5月16日号掲載のコラムで紹介したメトロカードの「牛王」が完成し、8月26日にフラッシングのメープル公園内のグリーンマーケットに初登場。

3月中旬からの新型コロナウィルスに伴う自宅待機で、学校やレストランは閉鎖を余儀なくされ、そこに牛乳や野菜などを卸している農家は食材の処分に困りました。そういう農家を応援する市の取り組みの一環として7月から始まったファーマーズマーケット。

牛というもののんびりとした平和なイメージですが、台湾の神話に出てくる「牛王」は、人間のようには二本足で立ち、魔法を使って人を救う力強いヒーロー。制作しながら、強くたくましい形に変化しました。新型コロナウィルスが一日でも早

チリも積もれば芸術に

アーティスト 林世宝

第74回

く終息し、経済が回復し、さらに前進するように願いを込めて、出

店している農家の人たち、ショッピングに訪れた人たちを励ます応援団長として会場に参加。ちよど市の美術館やギャラリーの再オープン時期とも重なり、「ドアのない美術館」と称して、アート鑑賞とショッピングを同時に楽しんでもらう一日となりました。

（文末に紹介記事）

私がメトロカードの十二支制作を思い立ったのは、あと数年でカードが廃止されるという話がきっかけ。1993年にニューヨークに来て以来、毎日のように使うメトロカード。車を運転しない私は、ニューヨーク中に張り巡らされた地下鉄とバスの交通網と自分の足を使ってどこにでも行きます。MTAは私の夢とチャレンジを運ぶアート人生の一部なのです。ですから、私はMTAを応援しています。新型コロナウィルスのパンデミックで大打撃を受けたMTA、そしてニューヨークが以前にも増して明るく華やかに蘇るために、「牛王」と一緒にあちこち応援に駆け付けたいと思っています。「牛王」の力を借りたいと思っています。やる方、どうぞお声掛けください！（次回は11月第3週号掲載）

1人ではモチベーションが続かない…
器具の使い方がわからない…

パーソナルトレーニング 1回から出張します！

痩せなければいけない
予定がある

もうそろそろやばい
と思っている

健康診断で不安な
点がある

コースサンプル

- 出張トレーニング1回/ \$115~ (税抜き)
- 出張トレーニング5回/ \$550~ (税抜き)
- ダイエット徹底サポートコース

無料カウンセリングにて細かくお話を聞かせていただき、個人に合わせたダイエットプランをご紹介します。

無料カウンセリングについて
トレーニングを行う前に無料カウンセリングをさせていただきます。ご要望や目標などをお伺いして、一人一人に合わせた形でトレーニングしていきます。カウンセリングのご希望日時を第3希望まで記載してご連絡ください。

Ouchi Training NY
うちトレNY

お問い合わせ・お申込みは下記ウェブサイト又はメールにてご連絡ください
www.uchitreny.com info@uchitreny.com

1千万人が所属する国際空手道連盟
極真会館ニューヨーク支部

オンラインクラス 受付中！
kknny.sensei@me.com までご連絡ください！

初心者、女子、親子も練習に励んでいるので、
お気軽にお問い合わせ下さい 随時受付中

NEW Location!

マンハッタン道場	エッジウォーター道場	ライ道場
38 West 38th St, 5th Floor, NYC (Bet 5th/6th Ave)	New Studio ダイソーの隣 Edgewater Performing Arts 595 River Rd, NJ 07020	The Wainwright House 260 Stuyvesant Ave Rye, NY 10580

<https://kyokushinkarate.com>

コロナ流行の中 異例の追悼

米同時テロから19年

【ニューヨーク、ワシントン時事】日本人24人1人を含む約3000人が犠牲になった2001年の9月11日、最大の死者を出した

ニューヨークをはじめ各地で追悼式典が開かれた。新型コロナウイルス流行が続く中、今年は一歩をオンラインに切り替えるなど異例の形での追悼となった。

式典では例年、遺族が犠牲者一人一人の名前を読み上げるが、今年は感染拡大防止のため、遺族による名前読み上げを事前に収録し、現地で放送。式典参加者も原則遺族に限定された。式典にはペンス副大統領や民主党のバイデン前副大統領がマスク姿で出席し、あいさつを交わした。

別の1機が墜落したペンシルベニア州シャンクスビルでも式典が開かれ、トランプ大統領は演説で「米国は国民を脅かすテロリストを追う手を決して緩めない」と強調した。同州は11月の大統領選の激戦州の一つで、バイデン氏もこの後現地に入りする。

一方、別の1機が突っ込み、職員ら184人が死亡した首都ワシントン郊外の国防総省でも式典を開催。例年より出席者が絞られる中、エスパー国防長官が「9月11日は毎年、この国の自由を守るという決意を新たに、米国民としてあの日に失われた命を決して忘れない」と誓いを再確認する」と犠牲者を追悼した。

日本の個人投資家の過半「トランプ氏再選」予想
マネックス証券調べ
マネックス証券は11日、今秋の米大統領選で、現職で共和党候補のトランプ氏が勝利すると予想する個人投資家が過半に上ったとするアンケート調査結果を発表した。米国の主な世論調査では民

主党バイデン候補の支持率が上回るが、日本の個人投資家の多くは依然としてトランプ氏再選を見込んでいた。「米大統領選で勝つのはどちらの候補か」との問いに、トランプ氏と答えた割合は55.5%。バイデン氏の44.5%を上回った。

各候補が勝利した場合の投資意欲に関しては、いずれも「影響はなさそう」との回答が約50%で最も多かった。ただ、トランプ氏勝利の場合、2番目に多かった回答は「意欲が増えそうだ」(39.1%)だった。バイデン氏勝利の場合は「意欲が減りそうだ」(38.4%)となり対照的だった。

今月3〜7日にネット経由で調査し、同社に口座を持つ1142人が回答した。(時事)



◎43◎

ヒマラヤ聖者 ライフマスター ヨガマタ相川圭子の 変容への旅

くしようとしてもできませんでした。ヒマラヤ秘教は見えないところから整え、最高の人間になるための実践の教えです。

今、この新型コロナウイルスの問題は地球的規模の難局です。多くの人を救いたいの、私は今、新型コロナウイルスから守られるマントラをWEBでシェアしています。

私はヒマラヤにて深い涅槃である究極のサマディを体験し、そこからの叡智をシェアしています。人は神が創った存在であり、純粋な素晴らしい心と体をいただいています。

しかし一方、そのことに感謝がなく、使い方が自己流であり、次第に心身がストレスで曇って機能が低下し、免疫力が低くなり、苦しんでいます。

ヒマラヤ聖者は源のパワーを引き出し、智慧と無限の愛を引き出すのです。単なる部分の修正でなく、根本的によくなるやり方なのです。

あなたの人生をストレスなくすばらしい輝きにするために、常に苦しみをとまなう人間をいかに磨き、成長させるか、叡智をいただいて生きることができるとです。

今こそ、この難局を正しい判断で乗り越える機会をいただいています。これをばねに勇気ある本当の生き方に進んでいきましょう。(今回は10月第1週号掲載)

新型コロナウイルスの蔓延で今なお誰もが不安な気持ちを抱えています。清潔第一など、新型コロナウイルスに対応する態度も定着してきました。いま人間は、いかに生きるかという問題を常に突き付けられているのです。

今まで、多くは便利なものを増やすことで豊かになってきた社会ですが、私たちは生命力を高める生き方を学ぶ必要があるのです。いまだ自分の心も体の中も、自分ではコントロールできないのです。新型コロナウイルスの問題でも本当に途方に暮れています。生きることの不安材料がいろいろあります。

人類は未知なことを解明しようと、さまざまな学問を生みだしてきました。そして、人間自体も解明しようと、歴史や心理学、生理学、物理学、さらには量子物理学などの学問が発達し、それらによって助けられてきました。

この体と心は神が創った存在です。それを良

くしようとしてもできませんでした。ヒマラヤ秘教は見えないところから整え、最高の人間になるための実践の教えです。

今、この新型コロナウイルスの問題は地球的規模の難局です。多くの人を救いたいの、私は今、新型コロナウイルスから守られるマントラをWEBでシェアしています。

私はヒマラヤにて深い涅槃である究極のサマディを体験し、そこからの叡智をシェアしています。人は神が創った存在であり、純粋な素晴らしい心と体をいただいています。

しかし一方、そのことに感謝がなく、使い方が自己流であり、次第に心身がストレスで曇って機能が低下し、免疫力が低くなり、苦しんでいます。

それには原子力のような力があります。根源からあなたのパワーを引き出し、見えないところを浄め、外側の災いからも守ります。マントラとは聖なる音が源から放射される波動です。それを拝受していただき、継続して修行すること、さらに精妙な波動となって蓄積され、その人の体と心が進化していくのです。

それを伝授するには悟りのマスターが必要です。書物から取り入れるとか、友達に教えてもらうというものではないのです。

《プロフィール》 ヨグマタ 相川圭子(あいかわ けいこ) 世界初の女性ヒマラヤ大聖者。標高5000メートルを超えるヒマラヤの秘境にて死を超える修行を重ね、神我一如に長い間とどまる最終段階のサマディに到達し、究極の真理を悟る。世界平和と真理の証明のためにインド各地で計18回公開サマディを行い、その偉業はインド中の尊敬を集める。2016年6月より3回国連本部で平和のスピーチを行う。現在、世界各国で法話と瞑想秘法伝授を行っている。17年4月よりTBSラジオにて生き方を語る。

東京での出版記念講演会にて2020年8月15日

今こそ勇氣ある本当の生き方に

今こそ勇氣ある本当の生き方に

今こそ勇氣ある本当の生き方に

今こそ勇氣ある本当の生き方に

ライフ LIFE

今こそ勇氣ある本当の生き方に



◎43◎

くしようとしてもできませんでした。ヒマラヤ秘教は見えないところから整え、最高の人間になるための実践の教えです。

今、この新型コロナウイルスの問題は地球的規模の難局です。多くの人を救いたいの、私は今、新型コロナウイルスから守られるマントラをWEBでシェアしています。

私はヒマラヤにて深い涅槃である究極のサマディを体験し、そこからの叡智をシェアしています。人は神が創った存在であり、純粋な素晴らしい心と体をいただいています。

しかし一方、そのことに感謝がなく、使い方が自己流であり、次第に心身がストレスで曇って機能が低下し、免疫力が低くなり、苦しんでいます。

ヒマラヤ聖者は源のパワーを引き出し、智慧と無限の愛を引き出すのです。単なる部分の修正でなく、根本的によくなるやり方なのです。

あなたの人生をストレスなくすばらしい輝きにするために、常に苦しみをとまなう人間をいかに磨き、成長させるか、叡智をいただいて生きることができるとです。

今こそ、この難局を正しい判断で乗り越える機会をいただいています。これをばねに勇気ある本当の生き方に進んでいきましょう。(今回は10月第1週号掲載)

150万ダウンロード突破! APA アパアプリ

期間限定
7/1水~
9/30水

アパアプリに
毎日ログインしてトライしよう!

アパ集中ゲーム2
SHINKEI SUIJAKU
アパ集中ゲームが
パワーアップして再登場!
カードを2枚ずつ選んで4ペア8枚揃えよう!

レアカード出現後に
クリアすると最大5,000ptゲット!!

1日1回の【挑戦モード】では
「激レアカード」でクリアすると
最大5,000ptのチャンス!!

アパアプリ初回登録で最大500ptプレゼント!

目指せ!アパアプリ200万ダウンロードキャンペーン!!

APA アパアプリ

アパホテル公式アプリ

いますぐアプリを
無料ダウンロード
●Android端末の場合は「Google Play Store」
●iPhone端末の場合は「App Store」にアクセス。
●「アパホテル公式」で検索。
●無料でダウンロード。



APA HOTELS&RESORTS

アベノミクス、継承か修正か

自民総裁選 格差是正、経済再生で論戦

自民党総裁選では、安倍晋三政権の経済政策「アベノミクス」への評価が争点の一つになる。本命視される菅義偉官房長官は路線継承を前面に打ち出すが、岸田文雄政調会長、石破茂元幹事長は格差是正の重要性などを主張。新型コロナウイルスの影響で企業活動が縮小する中、経済立て直しへ3氏が論戦を繰り広げている。

(時事通信9月11日配信)

菅氏は成果誇示

アベノミクスは、大胆な金融緩和と機動的な財

政出動、民間投資を喚起する成長戦略の「3本の矢」を駆使してデフレ脱却と豊かさを実感できる

社会を目指す政策だ。円安・株高や企業収益の回復、雇用情勢改善につながり、成果があった点では3氏は一致している。政権を中核で支えた菅氏は、「バブル崩壊後で最高の経済状態を実現した」と成果を誇示し、「責任を持って(アベノミクスを)引き継ぐ」と強調。コロナ禍の打撃を克服するため「必要なら金融政策をさらに進

める」と日銀に追加緩和を促す可能性にも言及した。

岸田氏は、金融・財政

自民総裁選 候補者の経済政策

	アベノミクスの評価	金融・財政政策	その他
石破茂 元幹事長	評価すべき点はたくさんある。影の部分はどうしていくのかポストアベノミクスで最も重要だ	消費税の果たす役割を軽減する。低所得者の負担を軽減するために何ができるのか	都市・地方間格差の解消へ政策を総動員、内需主導型経済への転換
菅義偉 官房長官	バブル崩壊後で最高の経済状態を実現した。責任を持って引き継ぐ	雇用を守り企業を存続させるため、必要なら金融政策をさらに進める	携帯電話事業者の競争がしっかり働く仕組みを徹底する。地方銀行は将来的には数が多過ぎる
岸田文雄 政調会長	成果は高く評価する。中小企業や地方は成長の果実を享受しておらず、格差是正が必要	いきなり変えようと弊害が出る。数年先には財政健全化や金利についてもしっかり考えていく	ビッグデータなどの最新技術をさまざまな分野に結びつける。新しい時代の成長戦略をつくる

(注) 各候補の記者会見、政策集、メディア出演時の発言などから抜粋。並びは届け出順

積み残した課題

アベノミクスが積み残した課題への対応も論戦の焦点となる。岸田氏は「中小企業や地方は成長の果実を実感しておらず、格差是正が必要」と

指摘。最低賃金の引き上げや、教育費・住宅費負担の軽減に力を入れる考えだ。

石破氏は「低所得者の所得を増やしていききたい」と格差解消を重視している。「消費税の果たすべき役割をもう一度検証する」として、所得が低い人ほど税負担が重くなる逆進性の緩和にも意欲を表明。具体策としては「納税猶予、税の減免、現金給付などいろいろなやり方がある」と語り、「(税率引き下げに)決め打ちしているわけではない」と説明している。

規制緩和や技術革新で経済の実力を底上げする。菅氏は「既得権益を取り払い、規制改革を全力で進める」と強調。携帯電話事業者の競争を加速させ、通信料金の引き下げにつなげる考えを示す。

また「将来的には地方銀行は数が多過ぎる」として、地銀の再編を後押しする構えも見せている。

「Go To」来月から東京追加

赤羽国交相 コロナ分科会に提案



赤羽一嘉国土交通相は11日、観光支援事業「G

記者団の質問に答える赤羽一嘉国土交通相(中央) 11日午前、首相官邸(時事)

「Go To」キャンペーンの対象に10月1日から東京都発着分を追加する方針を明らかにした。11日の新型コロナウイルス感染症対策分科会に諮り、専門家の意見を聴いた上で最終決定する。7月22日に東京都を除外して始まった同キャンペーンは、約2カ月遅れで全国そろって実施さ

れる。都が10日に開いた新型コロナウイルスに関するモニタリング会議で感染状況の評価を1段階引き下げたことを受け、東京を対象に加えても問題ないと判断した。赤羽氏は11日の閣議後記者会見で「同事業は全国を対象に実施するのが本来の姿だ」と東京追加の意義を強調した。正式に決まれば、東京を目的地とする旅行や、東京都民による旅行も35%分の代金割引が受けられるようになる。

一方、小池百合子都知事が要望した上乗せ支援については「全国統一のルールで実施しており、難しい」と否定した。国交省は旅先での買い

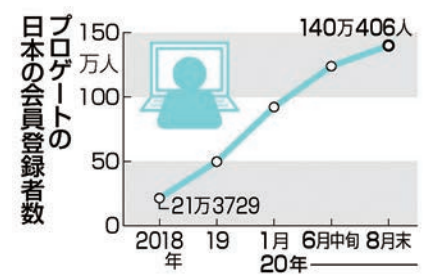
コロナ契機に「学び直し」

IT講座、ネット学習活況

新型コロナウイルス感染拡大に伴う在宅勤務で生じた空き時間を、オンライン学習に充てる社会人が増えている。ウェブサイトをアプリの作成に必要な「プログラミング」をはじめIT関連の知識や技能を身に付けられる講座が人気だ。コロナ禍を契機にデジタル技術で既存制度を改革する

物などにも使える地域共通クーポンも10月1日から導入する予定。東京追加

によりクーポンも全ての地域で利用できるようになる。(時事)



今春の緊急事態宣言下で在宅勤務が始まると、仕事を終えた後の時間を活用して新たなプログラミング言語の学習を始めた。「通勤やオフィスにいるだけでも無意識に体力を消耗していたが、それがなくなったことで学習に充てる時間や体力的な余裕が生じた」という。

男性がオンラインで学んでいるプログラミング講座の運営元「プロゲイト」(東京)によると、今年1月に90万人強だった国内会員登録者は、半年で120万人超に伸び、8月末には140万人を突破した。加藤将倫最高経営責任者(CEO)は「近年のデジタル化の流れでプログラミング受講希望者は増えているが、コロナ禍が加速させた」と話す。

ベネッセコーポレーションが米ベンチャー企業と展開するオンライン動画学習サービス「Udeemy(ユーデミー)」も、「緊急事態宣言以降、IT系講座を中心に受講者、学習時間ともに急激に伸びた」(担当者)という。現役エンジニアらが自ら制作した動画を利用者が購入する仕組みで、「実践的な内容が多く、現業にすぐ生かせるほか、転職につながる具体的なスキルを習得できる点が評価された」(同)と分析している。

荘園不動産
Townhouse for Rent
\$2,100/mo
White Plains, NY

1BR/1BTH, W/D in unit, Carport included
Townhouse style, Large deck, very close to RRS

賃貸・売買・商業・アパート・管理・投資

日本語でお気軽に相談下さい

SHOEN REALTY INC.
NY & CT Licensed Real Estate Broker
www.shoenrealty.com
Rent・Sale・Comm・Apt

Westchester Office
32 High Street, Rye, NY 10580
914-921-1616

Manhattan Office
245 Park Ave., 39th Fl., NYC 10167
212-226-4545
Greenwich, Darien, CT
203-861-2525

商業不動産=店舗

信頼 交渉 経験 安く 高い 迅速 確実 情報

SAKAI ORGANIZATION
212-286-9266
917-679-7515

575 Madison Avenue, Suite 1006, NYC
www.sakaifudosan.com

**ビデオ⇒DVD・MP4
カセット⇒CD・MP3
ドイカメラ**

51 East 46th St. (Park と Madison の間)
212-661-0876 www.DoiCamera.com

Biz! NYbiz.nyc

新型コロナウイルス感染拡大で、世界が、ニューヨークが、危機に直面している中、『ニューヨークBiz』だからこそ、発信できる情報があると思っております。皆さまからの声は随時募集しておりますので、ご意見、ご感想、ご希望は、info@weeklybiz.usまでお寄せください。

KORIN
Fine Japanese Tableware and Gift Knives since 1982

おかげさまで35周年

57 Warren St., New York, NY 10007
Mon - Sat : 10:00AM - 7:00PM
Sunday is closed

www.korin.com | Phone: 1-800-626-2172

コロナで生活満足度が低下

内閣府調査

内閣府は11日、新型コロナウイルス感染拡大を受けた生活の満足度に関する調査結果を公表した。それによると感染症影響下の「生活全体の満足度」は10点満点中4・48と、感染症拡大前の5・96から1・48ポイント低下した。（時事）

調査は5月25日～6月5日にオンラインで実施し、全国の約1万人から回答を得た。

感染拡大前後で満足度は「生活の楽しさ・おもしろさ」が1・95ポイント、「社会とのつながり」は1・75ポイント、「仕事」は1・03ポイント、それぞれ低下した。また、女性の満足度は1・70ポイント低下の4

・41、男性は1・26ポイント低下の4・55。女性の低下幅が大きいことについて、内閣府は「女性の方が友人との交流時間が長いほか、学校の休校など育児環境の変化の影響を受けやすい」と分析している。

折茂さんに ギネス認定証

バスケットオールスターの最年長MVP

1月に行われたバスケットボールBリーグのオールスターゲームで、現役最年長（49歳249

が落ちていて、人々がおだやかに暮らせる日の来ることを願っておりま

祭総会開会式の動画中継を視聴。「コミュニケーションの可能性を広げている」とオンラインを評価する一方、人が直接会うことの良さも多くあるとして、「状況に応じた豊かなコミュニケーションのあり方について、今後も考えていきたい」と記した。



赤坂御用地でカリンの木を眺められる秋篠宮妃紀子さま（8月14日、東京都港区（宮内庁提供・時事））

紀子さま、54歳に 眞子さまの気持ち「尊重」

上皇后さま、宮内庁病院に 経過観察で5カ月ぶり外出

秋篠宮妃紀子さまは11日、54歳の誕生日を迎えられた。これに先立ち、宮内記者会の質問に文書で回答。新型コロナウイルスの対応に当たった医療従事者らに謝意を示し、「早く感染症の状況

上皇后さまは11日、昨年受けた手術の経過観察のため、お住まいの仙洞御所（東京都港区）から皇居内の宮内庁病院に

入り、診察を受けられた。上皇后さまの外出は約5カ月ぶり。

究所に向かう上皇さまと一緒に、車で皇居・乾門を通過。ご夫妻はマスク姿で報道陣に会釈した。約5時間滞在し、皇居を

金谷に「アマ 世界一」の称号

マコーマックメダル 日本選手初受賞

男子ゴルフ

日本ゴルフ協会は10日、金谷拓実（22）＝東北福祉大＝が世界一のアマチュア選手に贈られる「マコーマックメダル」を日本選手で初めて受賞したと発表した。金谷は同協会を通じて「名誉あ



金谷拓実選手

後にした。上皇后さまは昨年6月に両目の白内障、同9月に乳がんの手術を受けた。今後週1回程度のペースで数回検査を受けるといふ。新型コロナウイルス感染拡大などの影響で、検査の時期がずれ込んでいた。（時事）

俳優芦名星さん 自殺か

東京 自宅マンションで

俳優の芦名星さん（36）が14日、東京都内の自宅マンションで死亡しているのが見つかった。捜査関係者や所属事務所への取材で分かった。警視庁は自殺とみて、死因を調べている。

捜査関係者などによると、別居の親族が同日午前6時半ごろ、芦名さんのマンションを訪れ、首をつった状態の芦名さんを発見。その場で死亡が確認された。

これまで遺書は見つかっていません。トラブルなども確認されていないという。親族は芦名さんと連絡が取れなくなっただけで、マンションを訪れていた。

所属事務所によると、芦名さんはドラマや映画を中心に活躍。日本では2008年に公開された日本とカナダなどの合作映画「シルク/SILK」（フランソワ・ジラル監督）で日本人ヒロインに抜

きされ、注目された。主な出演ドラマとして、NHK大河ドラマ「八重の桜」、「ブラッディ・マンデイ」シリーズ、「相棒」シリーズ、「テセウスの船」、映画では「七瀬ふたたび The Movie」（鴨川ホルモー）などがある。（時事）

サニブラウン、日本 選手権出場せず

陸上

陸上男子100メートル日本記録保持者のサニブラウン・ハキームが14日、10月13日に新潟市で開催される日本選手権に出場しないことを表明した。（時事）

ニューヨーク Biz! Newsletter

登録無料

『ニューヨーク Biz!』最新号を毎週水曜日、PDFでお届けします！（Eメールでの配信となります）

ご希望の方は右記サイトからお申し込みください nybiz.nyc/newsletter

定期購読

今なら1カ月から
月々\$12.50よりあなたの
お手元に

必ずお読みください
ニューヨーク・Biz定期購読の郵送先、ご住所の変更及び購読中止の際には、期日の1週間前までに名前、住所、電話番号をご記入の上、メールまたはFAXにてお知らせ下さい。尚、お電話での依頼、お申し込み後の返金は致しませんのであらかじめご了承下さい。

お申し込みはお電話かメールで

1-888-933-5249 info@weeklybiz.us

お支払い先 Weekly Business News Corp.
274 Madison Ave, Suite 1101, New York, NY 10016

購読ご希望の方は、申込書に必要事項をご記入の上FAXまたは、郵送してください。チェック又はマネーオーダーでの支払いご希望の方は、必ずこの用紙を同封ください。弊社到着後、翌週号から郵送開始致します。
※NY州にお住まいの方は購読料金にSales Taxが加算されます。

倫理経営 RINRI

倫理経営のすすめ

小さなことから会社は変わる

41

第4章 この法則に気づくと人生は面白くなる ⑧

物事に対する 受け止め方を 変えてみよう

苦しみを乗り越える魔法の言葉

一切が善である、と〈全個皆善〉の原理は教える。その場合の善とは、悪と対立する善ではない。善悪・良否・完全不完全といった相対を超えているのだ。苦難そのものが「美」であり「善」であるならば、ある苦難に直面したとき、「これがよい」と喜んで受けとめるのが正しい態度だといえよう。とこ

ろが固定的な価値観にとらわれやすい人間には、価値の相対を超える見方がなかなかできない。

仏教では「因・縁・果」の連鎖を教えるように、因果の相のもとで起こる現象の美を芸術は捉え、宗教はそこに神仏を見出し、科学はそこに法則を捉えようとする。生活法則としての倫理もそこに現れる。

世の中も大自然の進行のように、因果の関係によって一糸乱れず、一つの過不足も不都合もなく、今ここに、このように在る。只今の一瞬間は、このままで、必然の相であり、必至の勢いであり、いかんともすることができない。



それを見る側が、あるいは善と見て喜び、または悪と思つて悲しむだけのことだ。それは我見にすぎない。我見を捨てれば、一切が美であり、善とわかる。「これがよい」のである。

〈これがよい〉の大肯定について語るとき、ある人物を思い出す。筆者の職場での大先輩に、高木繁という人がいた。

明治42年（1909）にアメリカのアリゾナで生まれた高木は、7歳のときに帰国して広島で育ち、やがて軍人となり、また教師として活躍した。戦後には丸山敏雄の提唱した生活改善運動に共鳴し、のちに倫理研究所に入所して指導者（研究員）となる。

高木の住む家は、どんな日でも早朝の4時には部屋

の灯りがともつていた。相談事の電話は毎朝（？）2時半から受け付ける。彼の指導力には定評があり、多くの人の悩みや

苦難を救った。

「先生、このような苦難に見舞われて……」と事情を話すと、高木はかならずこう言った。

「そりゃ、よかつたですな！」

破顔一笑の彼のそのひとことに、来談者は驚き、かつ引き込まれた。どんなときでも「よかつたですな」が口癖の高木は、ついに人々から「苦難先生」とあだ名をつけられ、頼りにされた。

筆者はその高木繁から、約3カ月、毎週のようにマンツーマンの講義を受けたことがある。すでに80歳を過ぎていた彼は、飄々としていて、いつも笑顔をたやさない。しかし話のほうはさほど面白いとはいえなかった。語り口もなめらかではない。

ある日の講義中、たまらない睡魔に襲われた。「どうしたのかね」と尋ねられて、本当のことを言った。

「先生、今日はすごく眠くてしかたがありません」

すると高木の細い目が急に大きく見開かれた。叱られる、と思つて身を縮めると、

「眠たい……ハッハッハ、そりゃよ

かつた。どうぞゆっくりそこで眠りなさい」

講師の目の前で、堂々と眠れるほどの度胸などない。とたんに眠気は消し飛んだ。高木はニコニコしながら筆者を見ていた。

高木から指導を受け、その口癖を真似して、それを自分の口癖にしたばかりか、家族中で〈そりゃよかつた〉を合い言葉にしたという人の話も聞いたことがある。家の中はすっかり明るくなり、問題も解決していったそう。

〈これがよい〉〈そりゃよかつた〉と大肯定する言葉は、実に苦しみを乗り越える魔法の言葉なのである。

（次回は10月第3週号掲載）



〔著者略歴〕丸山敏秋（まるやま・としあき）1953年、東京に生まれる。東京教育大学文学部哲学科卒業。84年、筑波大学大学院哲学・思想研究科博士課程修了。文学博士。日本学術振興会奨励研究員、筑波大学非常勤講師等を歴任。現在、一般社団法人倫理研究所理事長。日本家庭教育学会副会長。著書に「つながる」（倫理研究所刊）「いのち」とつながる喜び」（講談社）「最高の自分を生きる」（致知出版）ほか多数。最新刊は「ともに生きる」（倫理研究所刊）。

職場の教養

③68 睡眠負債

職場で自分の能力を発揮するには、質の高い睡眠を確保することが大切です。ここ数年、睡眠負債という言葉が耳になりました。毎日の睡眠不足が積み重なり、心身に悪影響を及ぼしかねない状態をいいます。睡眠中は、全身の細胞の修復や再生といったメンテナンスが行なわれています。また、脳においては老廃物を排出してリフレッシュしながら、記憶の定着などの作業が進みます。睡眠中に分泌されるメラトニンは心の安定にも役立っています。

そのような機能が発揮されるには、6時間から8時間の睡眠時間が必要です。それは、長すぎても短すぎてもよくないとされています。

睡眠の質を高めるには、就寝の1時間前までには入浴をすませて、就寝前には、テレビやスマートフォンなどを見ないことが肝要です。また、心配ごとなどは、極力なくし、リラクセスして床に就きましょう。

より良い睡眠がより質の高い仕事につながり、より充実した日常をもたらすと受け止めて、できることから工夫を重ねていきたいものです。

今週の心がけ

より良い睡眠のための工夫をしましょう

③69 50歳前からの挑戦

プロスポーツの分野で復活した競技があります。1949年に女子競輪が始まりましたが、1964年に廃止となりました。その約半世紀後の2012年に、「ガールズケイリン」として復活したのです。

趣味で自転車に乗っていた高松美代子さんは、競技の復活を知り、一念発起し49歳で、日本競輪学校に入学しました。

同期生は、年の離れた若い世代ばかりです。高松さんは、〈自分にできることは何か〉と常に考え行動しました。地道な練習を積み重ねていくと、今までできなかったことも〈できるようになった〉と実感することが増えていったのです。

そして、努力が結実し、競輪学校を卒業することができ、プロデビューを果たしたのです。約5年間の現役生活では何度も怪我に見舞われながらも、年齢の壁を越えて活躍しました。高松さんの諦めない姿勢に勇気もらった人もいたでしょう。

私たちも「挑戦は何歳からでもできる」と心得たいものです。

今週の心がけ

夢や希望を持ち続けましょう

書籍紹介

『万人幸福の葉を読む』丸山敏秋・著

1949年8月に発刊された『万人幸福の葉』（以下、『葉』）。筆者の丸山敏雄は、幾多の艱難辛苦があったからこそ、守れば必ず幸せになる純粋倫理を発見し、『葉』にまとめた。この『葉』の読み方や味わい方を示す1冊。



ORANGE COUNTY, Irvine

体験談から学ぶ「実践型 朝活セミナー」
経営者モーニングセミナー 時間: 朝7AM~8AM

参加無料

開催はZoomによるインターネット無料配信です

但し、参加するには、Zoomのアプリのインストールと、当日参加のIDナンバーが必要ですので、参加希望の方は、開催前々日まで下記のお申し込みURL、または右のQRコードからお申込みください。お申込者以外の方は参加できません。

(お問合せ・ご質問等)
カリフォルニア州倫理法人会事務局
Rinri4U@gmail.com <https://forms.gle/L7wBj7JJoZeoaeZ1A>

(共催) カリフォルニア州倫理法人会 ロサンゼルス倫理法人会
(連絡・問合せ) オレンジカウンティ倫理法人会
TEL: 800-280-7463 info@CArinri.com www.CArinri.com

第1週 9/1 (火)	Magicbell Inc. President オレンジカウンティ倫理法人会 会長 白井 真由美氏 活到老、学到老 人間死ぬまで学び続ける	第4週 9/22 (火)	一般社団法人 倫理研究所 研究員 伏木 久登氏 肉体は精神の象徴、 病気は生活の赤信号
第2週 9/8 (火)	Parachute Graphics Inc. President カリフォルニア州倫理法人会 会長 法人レクチャラー、前・南加日系商工会議所 会頭 ジェフ 山崎氏 次の一手	第5週 9/29 (火)	翻訳家、画家 オレンジカウンティ倫理法人会 会員 加藤 万里子氏 好奇心に導かれて
第3週 9/15 (火)	Angeles Nursing Care 運営 オレンジカウンティ倫理法人会 監査 驚異の自己改革 新井 江美子氏 Marukai Corporation オレンジカウンティ倫理法人会 専任幹事 実践塾で掴んだプロへの道 吉秋 裕子氏		

倫理経営

RINRI



青森の桜散りいて花筏思わず「わー」っとテレビにさけび
●花びらが優雅に水面に流れる様子は、さぞ美しいことでしょう。結句の「さけび」を「さけぶ」と終止形にすると素敵だと思います。

(山口 木村としえ)
●捨ててしまうような広告の紙を大切に、その裏に書き綴られた義理のお母さまの短歌。その勤勉な姿を知り、尊敬の念を深めています。

●捨ててしまうような広告の紙を大切に、その裏に書き綴られた義理のお母さまの短歌。その勤勉な姿を知り、尊敬の念を深めています。

(神奈川 小山憲治)

尊ぶこと、敬うこと ③

私たち日本人は、昔から目上の人を敬い、その教えを大切に守ってきました。今月は、これまで私たちを支え、教え導いてくれた、親、先生、先輩等への思いを深めます。

私の成長こそが師への恩返し

行動力、決断力などの様々な能力や優れた人格が求められる経営者。自己を磨き導いてくれる「人生の師」に出会った栗山社長にお話を伺いました。

株式会社栗山化成工業所
代表取締役社長

栗山 章

兵庫県宍粟（しろう）市で発泡スチロールの成形加工メーカー、栗山化成工業所を経営する栗山章氏が「師」に出会ったのは2007年のこと。兵庫県倫理法人会の会長就任をきっかけに、多くの経営者を指導してきた津々木昭子氏を紹介されたのだ。

「津々木先生は私より20ほど年上ですが、背筋がぴしっと伸びて凛とした立ち姿で、〈厳しそうな人〉というのが第一印象でした」と氏は振り返る。

栗山氏が特に感銘を受けたのは、津々木氏の「どんなにいい講話ができて、立ち居振る舞いが悪ければなんの説得力もないのよ。人の所作には平素の行ない、考えが全部です」との言葉だった。実際、津々木氏は40年以上、朝5時に始まる勉強会「おはよう倫理塾」への参加を欠かしたことがない。また、その勉強会では、会場に誰よりも早く来て、他の参加者のために机を並べ清掃する姿を目の当たりにした。氏は自分の驕（おご）りを反省し、〈自分を

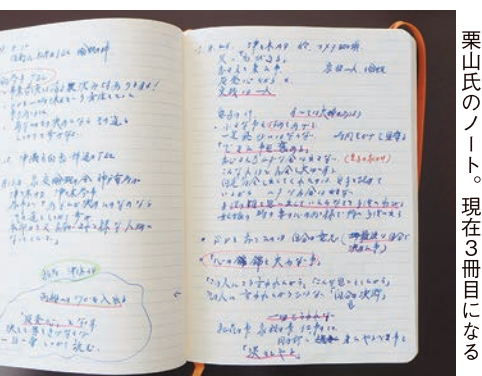
学ぶ姿勢

今は法人会の会員の経営者を指導する立場にある津々木氏だが、



津々木氏と栗山氏。指導を受ける行きつけの喫茶店で

律するだけでなく、人に尽くせるようになって初めて本物なのだ」と悟った。



栗山氏のノート。現在3冊目になる

かつては男性と話すことさえ苦手で、緊張の連続だったという。講話するにあたっては、原稿は挨拶も含めて話すことを全部書き起こすなど、人一倍努力を惜しまなかったそう。

「津々木先生は、学ばせて頂く」という姿勢が一貫していて、指導する立場にありながら、ご自身も度々人から指導を受けられています。自分にはまだ足りなさがある」と常に謙虚なのです。

そう語る氏は、津々木氏から直接学ばせてもらおうと、ここ3年は月に3回程、指導を受けるようになった。会社でのトラブルや身近な人間関係まで議題は様々。長い時には3時間にも及ぶ。栗山氏は津々木氏の話を聞き漏らすまいと、専用のノートにメモを取りながらひたすらに聴く。

窮地を救った師の言葉

「人生の師」と決めた方です。〈必ずよい方向へ導いてくれる〉と全幅の信頼を置いています。厳しいお叱りもありますが、そこに学ばべきものがあります。先生の深い愛情を感じます」氏は、津々木氏の要望は全て「ハイ」で受ける。また、津々木氏が集まりなどに出席する際は率先して送り迎えのドライバーを申し出ている。教えを請う身として、当然のことと考えているからだ。

と心を切り替え、それ以降は、どんなに小さなことでもすぐに銀行側に伝えるよう努めた。加えて、津々木氏に指導を受ける時と同様の「聴く姿勢」で銀行との面談に臨んだ。

第3週	倫理経営実践塾 各種実践の最終報告①	オレンジカウティ倫理法人会 幹事 エドワード 大泉氏
9/16	ロサンゼルス倫理法人会 専任幹事	藤田 俊二氏
(水)	ロサンゼルス倫理法人会 幹事	マックス 中野氏
第4週	倫理経営実践塾 各種実践の最終報告②	カリフォルニア州倫理法人会 幹事長
9/23	カリフォルニア州倫理法人会 会長	佐藤 昭氏
(水)	ロサンゼルス倫理法人会 副専任幹事	ジェフ 山崎氏
第5週	医学博士、オレンジカウティ倫理法人会 相談役	住山 弘氏
9/30	知らざるを知る ～戦後75年を振り返って～	
(水)		

第1週	株式会社ジャパン・マンソサエティ 代表取締役 医療法人よこやま内科小児科クリニック 理事 栃木市倫理法人会、LA倫理法人会 会員	横山 実代氏
9/2	Advanced Portfolio Strategies Insurance & Financial Services Director & Co-Owner, ロサンゼルス倫理法人会	Glen A. Miche氏
(水)	第2週	一般社団法人 倫理研究所 研究員
9/9	謙虚に学ぶ	伏木 久登氏
(水)		

LOS ANGELES, Gardena

体験談から学ぶ「実践型 朝活セミナー」

経営者モーニングセミナー 時間: 朝7AM~8AM

開催はZoomによるインターネット無料配信です

但し、参加するには、Zoomのアプリのインストールと、当日参加のIDナンバーが必要ですので、参加希望の方は、開催前々日までに下記のお申し込みURL、または右のQRコードからお申込みください。お申込者以外の方は参加できません。

(お問合せ・ご質問等)
カリフォルニア州倫理法人会事務局
Rinri4U@gmail.com https://forms.gle/L7wBj7JJoZeoeaE3IA

(共催) カリフォルニア州倫理法人会
TEL: 800-280-7463 info@CArinri.com www.CArinri.com

ロサンゼルス倫理法人会
オレンジカウティ倫理法人会

人生を豊かにする 「感謝」の心

倫理研究所研究員 那須隆(なすたかし)

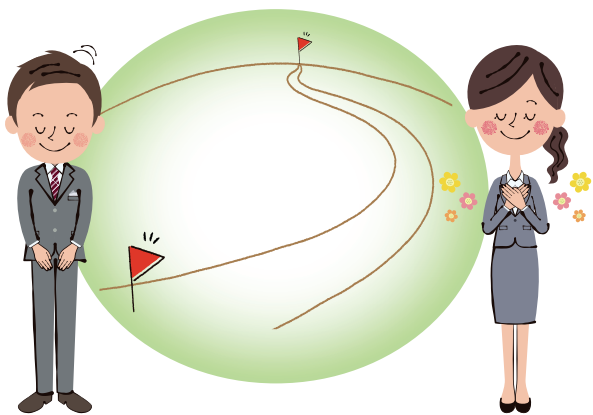
皆さんは、普段から感謝の心を持って生活しているでしょうか。その対象は命を与えてくれた親祖先、命を育んでくれる大自然、働く場所や仲間たちなど様々あります。その有難みに気づくことで、「おかげさま」という気持ちで育まれ、充実した人生を送ることができます。

筆者は日々、多くの企業経営者と接しています。時折、「事業が上手くいかなくなった」と相談を持ち掛けられます。お話を伺ってみると、かつて勤めていた会社の社長や、仕事の技術や方法を授けてくれた上司と疎遠になったままという方が多く見受けられます。

「お世話になった方ですよ、飯を食わせてもらったんですよ、感謝をしていますか」と問うと、「いいえ」との返事。事の顛末(てんまつ)を聞かせていただくと、「親には感謝しているが、恩人は忘れていた」という方と、「感謝しなくちゃいけないとは分かっているが、感情が許さなく



❖8❖



「君のことが気掛かりだった。よく来てくれた」と流れた歳月を飛び越え、縁が紡ぎ直されるものなのです。このように感謝の心を持つことによって、新規事業の展開や経営の安定につながったという報告は数知れません。

「感謝」の対象を広げていく

では、具体的にどのように感謝を深

めればよいのでしょうか。まずは初級編として、言葉や行動にして示してみよう。良いことがあったら「ありがとう」、与えてもらって「嬉しいよ」、自分の身体に「おかげさま」、仕事が出来て「よかったね」、よく晴れて「助かりました」と、言葉にして伝えるのです。表現は違えど、すべて感謝に通じます。

次に中級編です。良いことだけではなく、普段の仕事や働きなど、日常の当たり前のことに目を向け、言葉と共に心を添えるのです。例えば、雑巾掛けや掃き掃除をする時、「このつとめを果たせることに感謝します。どうかこの机と椅子を使う方の仕事が捗(はかど)りますように」「この便器を使用される方が健康でいられますように」との心持ちを添えてください。心の持ち方次第で、仕上がりは180度、異なったものになっていきます。

ある経営者が体験した出来事です。社長自ら社屋のトイレ掃除をしているのに手伝う人もなく、また、毎々汚されることに腹を立てていました。しかし、掃除の際に感謝を込める大切さを学び、実行したところ、社員の中から協力者が表れると同時にチームワークがよくなり、結果、会社の発展につながったというのです。

最後は上級編。苦難に出遭って「ありがとう」、困らされた人に対して「感謝します」です。苦情もアクシデントも喜んで活用すれば、困難以前の生活よりはるかに明るい充実した道が開かれていきます。これは倫理研究所における75年余の研究によっても明ら



かになりました。人は苦難を克服して精神的変容を遂げてこそ、大きく成長できるのです。

想いは必ず届く

中には諸事情によって「どうしても感謝が出来ない」という方もいるでしょう。

筆者の中でも思い出深い相談があります。ご主人の暴力を避けるため別居中のご婦人でした。長男の高校受験日の1週間前、「何とか合格させてやりたい」と訴えます。聞けば長男は進級後すぐに不登校になり、ほぼ1年間鉛筆さえ握っていない……とのことでした。「どのようなご主人でもご子息のいのちの源流です。ご主人の居る方角に向かい、朝晩の挨拶、生かされて来たことへの感謝、2人の間に長男という尊き生命を授かったことへのお礼、困った状況であることの報告、自分一人の力ではどうにもならない時だからこそ貴方の力をお貸しくださいとお願います、協力頂く貴方の幸いを祈ります、互いを赦(ゆる)し合いましょ」と心の中で唱え続けてくださいと言葉を継ぎました。ご婦人は「出来ません!」との返事です。事情を考えれば無理もないでしょう。「感情が伴わなかつとも、形をとることが大事です」と伝えました。後日、ご婦人から頂戴した報(しら)せには、「はじめは『ありがとう』の『あ』の字さえ声に出来ませんでした、7日目に小さな声で



ポイント

私たち人間はたくさんの人や物にお世話になって生かされています。だからこそ、感謝の心が、人や物との和につながり、豊かな人生へ導いてくれるのです。まずは言葉や態度で感謝をあらわし、どんな状況でも感謝を忘れないように心がけましょう。

『ありがとう』と言えました」「3校の内、2校から合格通知が届きました」とありました。この実践は、別れた配偶者や故人など目の前にいない人に対しても、感謝の心を添えることで相手との関係性が改善し、環境が好転することを物語っています。想いは必ず届くのです。

それでも「些細なことに感謝が出来ない」「ありがとう」が言えない」という方もいるでしょう。そんな方こそ「家庭倫理の会」や「倫理法人会」で一緒に学びましょう。どのようなことが起ころうとも感謝を忘れず、今日1日を送っていただきたいと、心から願ってやみません。

社長が変われば社員が変わります

倫理法人会

倫理法人会は、一般社団法人倫理研究所の法人会員組織です。「企業に倫理を、職場に心を、家庭に愛を」をスローガンに、倫理経営を学び実践する経営者の輪を広げて、企業の健全な繁栄、地域社会の発展に寄与することを目指しています。

【倫理法人会会員社数】
約6万9000社(日本国内)
*2019年1月1日現在、全国47都道府県に倫理法人会があり、各都道府県には拠点となる700の単位倫理法人会が組織されています。
【海外拠点】台湾／米国／ブラジル

5つの活動指針

- 1 倫理の学習と実践の場を提供し、よりよい生活習慣とゆたかな人間性をそなえたりーダーを養成する。
- 2 深く家族を愛し、篤く祖先を敬い、なごやかでゆるぎない家庭を築く人を育てる。
- 3 「明朗」「愛和」「喜働」の実践により、躍動する職場づくりを推進する。
- 4 愛と敬と感謝の経営をめざす会員の輪を広げ、各種の活動を通して地域社会の発展に寄与する。
- 5 自然を畏敬・親愛し、「地球人」たる自覚を深め、環境の保全と美化に貢献する。

バツハ会長「安全」強調

東京五輪 コロナ対策は具体案示さず

【ロンドン時事】国際オリンピック委員会（IOC）のバツハ会長は9日、オンライン形式の理事会後に記者会見し、新型コロナウイルスの影響で来夏に延期された東京五輪について、「安全で成功した大会を提供できるように、引き続き注力していく」と述べ、従来の姿勢を改めて強調した。

IOC副会長で、東京五輪の準備状況を監督する月、AFP通信の取材に



対して「コロナがあろうとなかろうと東京五輪は来夏7月23日に開幕する」と発言した。この点を問われると、「文脈をみなければなら

東京五輪「来夏開催へ全力」

IOC、安全な開催強調

【ロンドン時事】IOCは8日、新型コロナウイルスの影響で来夏に開催が延期された東京五輪について「来夏7月23日に開幕に向けて全力で取

00日後の世界がどうなっているかわからない」と述べるにとどめた。

室伏氏「感動されるスポーツ界に」 来月1日に長官就任

「コートのバツハ会長はIOCと同様、全ての参加者が安全に参加できるという原則に全力で取り組んでいる」と加えた。

IOCの作業部会は東京側と協力し、今後数週間かけて大会中の新型コロナウイルス感染対策を協議する。観客数の制限などが検討課題に挙げるとみられるが、バツハ会長は「最終的なシナリオや取り組みがどうなるか、具体的に答えるには時期尚早。3

早い段階で開催確信を

橋本五輪相

IOCのバツハ会長が東京五輪の安全な開催へ注力すると発言したことについて、橋本聖子五輪

担当相は11日の閣議後の記者会見で、「（IOCに）早い段階で東京大会は開催できると確信していただけのように、準備に取り組みたい」と決意を示した。

橋本五輪相はまた、退任する安倍晋三首相と閣議後に言葉を交わしたことを明かし、「ありがと

IOCは大規模イベントの開催について、世界保健機関（WHO）によるリスク管理の方針に従うとし、「関係者全員にとって安全な環境下でのみ五輪を実施するという原則を守る」と強調した。

（時事）



森会長「拍手で送りたい」 室伏氏のスポーツ庁長官決定で

東京五輪・パラリンピック組織委員会の森喜朗会長は11日、スポーツ庁の新長官に組織委スポーツディレクターの室伏広治氏が決まったことについて、東京都内で「活躍の場も広いのではないかな。心から拍手で送ってあげたいと思う」と語った。

森会長は室伏氏の五輪への思いや組織委で果たしてきた役割を踏まえ「率直に言って、室伏さんを組織委から取られるのは私にとってショック。片腕をもぎ取られるほど。2020（年大会）の象徴的な人物」ともコメント。

室伏氏の長官起用は萩生田光一文部科学相からの強い要請があったと明かし、「彼が役員の中にいるのは外から評価されたし、われわれにとってもありがたい。立場を変えて、政府のスポーツのトップに立つて、協力やアドバイスしてもらおうことができる」と新天地での活躍に期待した。

（時事）



スポーツ庁長官就任内定の発表を受けて、取材に応じる室伏広治氏＝11日、東京都中央区（代表撮影・時事）

ケガをされましたか？

人身傷害専門弁護士が、懇切丁寧に
損害賠償のお手伝いをさせていただきます

- 転倒 ■医療事故 ■歩行者・自転車事故
- 交通事故 ■労災事故 ■その他人身傷害事故

★訴訟に勝たなければ、
一切料金はかかりません

日本語 646-860-5543
英語 212-537-7000

まずはご相談ください 無料



Mark Gray 弁護士
人身傷害専門弁護士。同分野で20年以上の実績と、多数の顧客からの厚い信頼を誇る。

Gray Law Firm
The Personal Injury Professionals

グレイ法律事務所 251 West 93rd Street
(@Broadway) Manhattan
www.graylawnyc.com 無料駐車場あります

三木 ディクソン & プレソー法律事務所

- 商法・会社法務全般/契約法
- 民事訴訟/紛争処理
- 不動産法 ■ 相続/遺言 ■ 移民法
- 商標登録 ■ その他一般民事

Miki Dixon & Presseau, PLLC
405 Lexington Avenue, 8th Fl.
New York, NY 10174
☎ 212-661-1010

www.mdp-law.com

シンデル法律事務所 SW Law Group, P.C. Sindell Law Offices

日本人のお客様を中心とした米国移民法専門弁護士として21年目を迎えました。弊社では非移民ビザ、永住権（PERM）、家族ベース、ビザスタンプ手続き、米国内での会社設立、企業コンプライアンスプラン作成等お手伝いを行っております。

■ Emailニュースレター（無料）ご希望の方は、
yoshikubo@swlgpc.com まで

お問い合わせは日本語でどうぞ

212-459-3800

E-mail: ny@swlgpc.com
108 West 39th St., Suite 800, NY, NY 10018
www.swlgpc.com



デビッドシンデル 弁護士
米国移民法
弁護士协会会员

RBL PARTNERS

バイリンガル弁護士が直接日本語で相談を承ります。
全米最大の移民法専門法律事務所経験を持ち、
大手日系企業を顧客に幅広く活躍。

- 移民法（各種ビザ、グリーンカード、市民権、再入国許可書等）
- ビジネス全般（会社設立、各種契約、知的財産等）

全米から相談受付中
212-960-3593
225 Broadway, Suite 3005 New York, NY 10007
E-mail info@rbllpartners.com

カリフォルニアに展開開始！
350 S. Figueroa St, Suite 190,
Los Angeles, CA 90071
TEL. 213-239-0099

http://rbllpartners.com 米国移民法弁護士協会会員

移民法専門 30年の実績 リチャード・ニューマン 法律事務所

移民法に関するご相談なら、私たちにお任せ下さい
(ex.) H-1B, L-1, E-1/E-2, O-1, J-1ビザ, グリーンカード

日本語でお気軽にご相談下さい



Richard Newman 弁護士

75 South Broadway
4th Floor
White Plains, NY 10601
日本語 ☎ 212-986-0947

Fax: 914-304-4223

Email: info@richardnewmanlaw.com

営業時間：月～金 9時～6時

http://richardnewmanlaw.com



加藤恵子 法律事務所

Tel: 212-541-3720

Fax: 212-541-3944 E-mail: kkatony@earthlink.net
590 Madison Ave. (IBM Bldg.) 21Fl, New York, NY 10022

- 米国移民法弁護士協会所属
- エンターテイメント・スポーツ法弁護士委員会所属
- Alliance for Business Professional Services所属

ニューヨーク Biz!

弁護士関連の
広告掲載に関する
お問い合わせは
お気軽に!!

お問い合わせ info@weeklybiz.us



派閥政治で決まる「ポスト安倍」 (8月31日～9月6日発売)

安倍晋三首相の辞任表明で、首相後継レースが始まった。候補は自民党の石破茂元幹事長、岸田文雄政調会長、菅義偉官房長官の3人である。

9月1日発売の「週刊朝日」と「サンデー毎日」は、岸田氏が本命とみる。ただし、これは二階俊博幹事長が誰を支持するか表明していない段階の話。情報が古い。その点、3日発売の「週刊新潮」と「週刊文春」は、菅氏を大本命とみて記事を構成している。

新潮は「『菅義偉』総理への道」という記事で、菅氏の政治家人生を振り返る。菅氏は非世襲で地方議員出身のたたき上げと評される。ところが、それだけではない。意外と「勝負」に負けているのである。

例えば、1998年の総裁選では梶山静六氏を支援したが、梶山氏は敗北。2000年には「加藤の乱」に同調したが、失敗した。

しかし、06年に「再チャレンジ支援議員連盟」を設立し、安倍首相を誕生させた。この第1次安倍内閣では総務相に就任。07年に安倍首相が退陣した後も再登板を主張し、12年にそれを実現させた。以後、官房長官の要職にある。こう見てくると、ときどき負けはするものの、不思議と生き残って頭角を現す運を持っている。

一方、文春は「二階が牛耳る菅『談合政権』の急所を撃つ」という記事で、主要派閥が菅氏支持で雪崩打つ瞬間を活写する。

安倍首相が辞任表明した8月28日夜、番記者に囲まれた二階幹事長は、石破氏について「2、3日前から急に近づいてきたって、全

然ダメだ」と述べたという。そして「菅政権に向けて党员投票なしでの総裁選への地ならし」を開始。菅氏の盟友である森山裕国対委員長も記者らに「菅圧勝」のムードを作る情報を流した。その上で、二階氏は30日の派閥幹部会合で菅氏支持を決定し、菅氏支持の「一番槍」を手に入れたという。つまり、これで二階氏は党のカネと人事を握る幹事長の続投へ着実に近づいたのだろう。

二階氏に後れを取った麻生太郎副総理は、菅氏とは距離があった。しかし、麻生派所属の河野太郎防衛相に総裁選出馬を断念させ、31日に菅氏支持を決定。同日に安倍氏の出身派閥・細田派も菅氏支持の方針を固めた。

記事の見出しで「急所」というのは、菅氏が早くも二階氏に大きな借りを作ったことを指す。「菅政権」誕生の際は、派閥政治の中でどれだけ菅氏が独白色を打ち出せるかが国民の支持率アップの鍵となりそうだ。

ところで、安倍首相の電撃辞任は今でも謎が多い。理由は持病の潰瘍性大腸炎の再発であるが、がんなど他の病気を疑う声は消えない。サンデーは「28日午後に入ったドクターストップ」という記事で、安倍家関係者の興味深い証言を紹介している。

なんと、安倍氏の検査をした慶応大病院から28日午後、連絡が入り、安倍氏は「大腸の開腹手術の必要がある」と告げられた。これが午前まで辞める意志のなかった安倍氏を変えたという。また、細田派の関係者も首相の治療にあたった医師に近い医療関係者の話として、「父・晋太郎氏と同じ人工肛門になる可能性もある」と伝える。ここまでの病状悪化なら、突然の辞任にも一応の説明はつく。
(フリーライター・花崎真也)

巨人の原監督が通算1067勝 川上氏上回り球団単独1位 プロ野球

巨人の原辰徳監督(62)が11日、東京ドームで行われたヤクルト14回戦の勝利で監督通算1067勝(798敗62分け)とし、川上哲治元監督を上回って球団歴代1位になった。

2002～03年、06～15年と監督を務め、昨季から3度目の指揮を執っている。今季が通算14年目で、7月14日には長嶋茂雄元監督(1034勝)を上回って球団単独2位に浮上。今月9日に川上氏の記録に並んでいた。

プロ野球歴代最多は南海(現ソフトバンク)を率いた鶴岡一人氏の1773勝で、原監督は11位。(時事)

俳優の伊勢谷友介容疑者逮捕 自宅で大麻所持疑い 警視庁

自宅で大麻を所持したとして、警視庁は8日、大麻取締法違反容疑で俳優の伊勢谷友介容疑者(44)＝東京都目黒区碑文谷＝を現行犯逮捕した。「弁護士が来てから話します」と認否を留保しているという。

逮捕容疑は8日、自宅で大麻1袋(7.8グラム)を所持していた疑い。同庁組織犯罪対策5課によると、同日午後3時ごろに同容疑者宅を捜索したところ、リビングにある机の引き出



伊勢谷友介容疑者(時事)



警視庁東京湾岸署に入る伊勢谷友介容疑者を乗せた車＝8日夜、東京都江東区(時事) しかから、乾燥大麻とみられる物質が入った袋が四つ(計20.3グラム)見つかった。このうち1袋が鑑定で大麻と判明した。

周辺には、吸引具とみられるたばこの巻紙のようなものも数枚あったという。他の違法薬物などは見つからなかった。

同課は、伊勢谷容疑者が大麻を所持しているとの情報を入手。内偵捜査を続けていた。家宅捜索した際、同容疑者は自宅に1人でいたという。

公式サイトなどによると、伊勢谷容疑者は世田谷区出身。NHKの大河ドラマ「龍馬伝」など多数の映画やドラマに出演し、2012年には実写版「あしたのジョー」で、今年は「翔んで埼玉」で日本アカデミー賞の優秀助演男優賞を受賞した。映画監督としても活動し、長編劇映画「カクト」(03年)や、「セイジー陸の魚一」(12年)を手掛けた。

一方、企業の社会的責任(CSR)活動のプロデュースを行う「リバースプロジェクト」を設立。環境に配慮した制服の導入を進めるなどしていた。(時事)

東映、シーンカットせず公開 伊勢谷容疑者出演映画

東映は11日、自宅で大麻を所持していたとして逮捕された俳優の伊勢谷友介容疑者の出演映画「いのちの停車場」について、既に撮影していた同容疑者の登場シーンをカットせず公開すると発表した。

来年公開予定の同作品は女優・吉永小百合さん(75)の主演で、終末期患

者やその家族に誠実に向き合う在宅医師の姿を描く。伊勢谷容疑者は脊椎を損傷したIT会社社長を演じている。

東映の手塚治社長は同日行われた記者会見で、「作品と個人とは別のものであるという見解の下、今回は作品を守るという判断をさせていただいた」と語った。(時事)

羽賀研二被告、二審も実刑 強制執行妨害、刑は減軽 福岡高裁支部

差し押さえを免れる目的で、所有していた不動産を離婚した元妻に財産分与したとして、強制執行妨害罪などに問われた元タレント羽賀研二＝本名・當真美喜男＝被告(59)の控訴審判決が10日、福岡高裁那覇支部であった。大久保正道裁判長は、懲役1年6月とした一審那覇地裁判



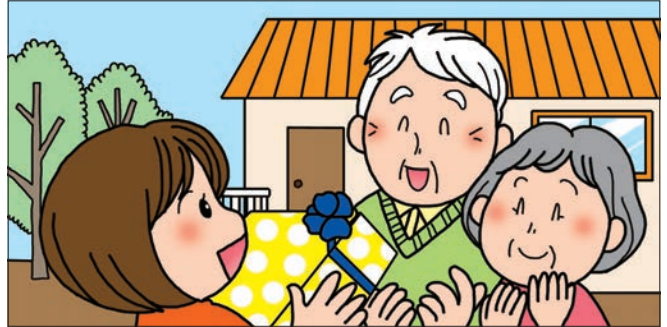
260話 LOVE!なおみ選手



〈作者プロフィール〉 コマタキレコ
日本在住のイラストレーター。
約8年間のNY生活経験談を漫画として執筆。
instagram:@kirekokomata

決を破棄し、懲役1年2月の実刑判決を言い渡した。
一審判決は、羽賀被告による元妻への不動産の財産分与を虚偽登記による偽装と認定したが、大久保裁判長は「偽装と認めた判断には事実誤認がある」と判断し、刑を減軽した。(時事)

間違い探し



上の絵と下の絵の中から5カ所の違いを探してみよう。
(答えは20面)

教育
EDUCATION

オンライン入試面接「配慮を」

文科省 通信不具合への懸念で

新型コロナウイルス感染拡大防止のために大学入試の総合型選抜（旧AO入試）などで実施されるオンライン面接について、文部科学省は9日、通信不具合で面接できない事態が生じた場合、別の日に改めて行うなどの配慮を求める事務連絡を各大学に出した。（時事）



文科省によると、一部の大学が入試要項に「システムトラブルによる再試験等は原則対応しない」「面接を打ち切る場合がある」などと記載。高校関係者から懸念が寄せられたという。

事務連絡では、配慮の方法として、試験時間の繰り下げや予備日の設定などを列挙。受験生が通

小中学生PC
配備完了2%

文科省 7市町村は来年度以降

文部科学省は11日、新型コロナウイルスへの対応で、小中学生1人に1台の配備を急いでいるパソコン（PC）端末につ

信環境を整えることができない場合、大学でのオンライン受験を可能とすることも求めた。

新型コロナウイルス感染拡大による休校長期化の影響で、文科省は総合型選抜の出願開始を9月15日から、学校推薦型選抜（旧推薦入試）は11月1日からとするよう各大学に要請している。

表した。感染の再拡大による休校に備えるため、2020年度中の配備完了を求めているが、名古屋など7市町村は来年度以降となる見通し。同省は未整備の自治体に対し、8月末までに計画前倒しを働き掛ける。

調査は市町村のほか、学校を設置している一部事務組合などを対象に実施した。小中学生のPCは当初、23年度までに1人1台を整備する計画だった。しかし、新型コロナウイルスを踏まえ、20年度第1次補正予算で今年度中に実施できるよう経費を計上。特に特定警戒都道府県に指定された13都道府

（時事）

大迫、「進路」経験談も

男子マラソン

中学生向けにイベント



東京五輪男子マラソン代表の大迫傑（ナイキ）が6日、一般の中学生と保護者を対象としたオンラインでのイベント「大迫トレーニングと進路のすすめ」に出演した。この中で大迫は、コ

ナ禍でも室内で可能な練習を披露。さらに自身の経験を踏まえ、「最終的には自分で進路を決めることが大事」と訴えた。大迫は東京都町田市の中学校から陸上の名門、長野・佐久長聖高に進学。複数校から誘われた中、自ら電話して疑問を解決したエピソードを明かし、「決め手になったのは、自分の目標にどの高校が一番近づけるかだった」。実業団の日清食品グループを退社し、米

国を拠点にプロ活動へ。その意図を「特別なこととは思わなかった。一番速くなれることを求めた結果だった」と説明した。幼い娘を持つ大迫は、子供の進路にも言及。子供は進路にも言及。

「その時の力ではなく、自分がどうなりたいか、どれだけ覚悟があるのか、また覚悟が必要なん

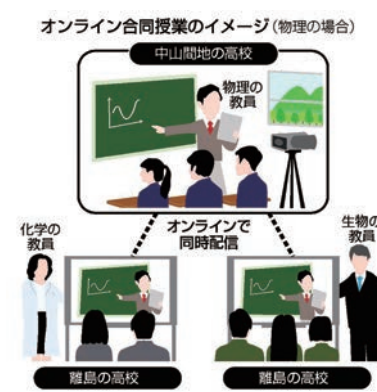
だよ、ということを感じて、本人に選んでもらう」と持論を語った。（時事）

文科省は9日、教員数が少ない小規模高校の未開設科目を解消するため、情報通信技術（ICT）を活用した合同授業の実施に乗り出す方針を固めた。離島や中山間地にある3〜4校程度をオ

このため、生徒が地元を出て都市部の大規模校に入学したり、一家で転居したりすることもあり、人口が都市部に流出する一因となっていた。

実証研究では、高校間で未開設科目を補完し合えるようネットワークを形成し、同時双方向の合同授業を毎年実施する。理科であれば、教員1人が物理や化学、生物、地学といった多様な科目を教えるのは難しいが、学びたい科目の専門教員がいる学校とつなぐことで、生徒が選択できる科目の範囲が広がることになる。

配信科目は大型モニターなどで視聴し、卒業に必要な単位も取得できる。（時事）



公立の小規模校では配置される教員数が少なく、多様な科目の開設が難しい。希望する進路によっては、大学入試に必要な知識を校内で学べないケースも生じている。（時事）

NYでボランティア
1日感動体験!
特別なスキルや英語力は問いません
まずはメルマガ登録!
www.NewYorkdeVolunteer.org
NPO法人 NY de Volunteer
NY de Volunteer
2010年 NY市「功労賞」受賞

KUMON
算数 英語 国語
水曜 2PM~6:30PM
土曜 10:30AM~11:30AM (幼児クラス)
12PM~5PM (普通クラス)
公文 Midtown East II 教室
Tel. 347-882-3914 Masumitakao49@ikumon.com
896 First Ave NYC (Bet 50th & 51st St.)

間違い探し
18面の答え
たんぼ幼稚園 開園!!

ニューヨーク日本人教育審議会
ニュージャージー補習授業校
2020年度 第2期転入生募集
充実のオンライン授業実施中!
場所 ニュージャージー補習授業校 (パラマス校)
☎201-493-9222
425 Paramus Rd., Paramus, NJ 07652
お問い合わせ ニュージャージー補習授業校事務所
☎201-585-0555 ✉njws@jwsnj.org
Two Executive Dr. Suite 280, Fort Lee, NJ 07024
詳細はホームページをご覧ください www.jwsnj.org
対象 幼児部、初等部、中等部、高等部
スクールバス有り
Jersey City-Paramus Line
WNY - Edgewater - Fort Lee - Paramus Line
Berkeley Heights - Summit - Paramus Line
初等部1学年学級指導補助員
代教、幼児部及び保健室アシスタント
登録者随時募集中

のびのびと学び自ら鍛える子供の育成。
Japanese Children's Society
私立日本人学校 non-profit organization 設立 1979
ニューヨーク育英学園
一人ひとりへのきめ細やかな指導がニューヨーク育英学園にはあります。
NY Ikuei Academy (NJ校)
8 West Bayview Ave.
Englewood Cliffs, NJ 07632
(201)947-4832
Friends Academy/たんぼ幼稚園
310 West 103rd St.
New York, NY 10025
(212)935-8535
R/Lingo Learning Center (フォートリー校)
2460 Lemoine Ave. #103~#105
Fort Lee, NJ 07024
(201)947-4707
■全日制日本人学校 ■フレンズアカデミー ■サタデースクール ■サマーデイクャンプ
■アフタースクール ■サンデースクール ■英語検定・漢字検定・日本語検定・書写検定・数学検定
■りんごラーニングセンター (日本語チャイルドケア・語学教室・親子教室) ■スキーキャンプ
www.JapaneseSchool.org

子どもから妊婦經由し胎児へ

幼児の難聴を招く

幼児に生じる難聴の原因の一つに先天性サイトメガロウイルス（CMV）感染症がある。CMVは妊娠中の母親から胎児への感染頻度が高いウイルスだが、尿や唾液を介して小さな子どもから母へも移りやすい。

神戸大学医学部付属病院産科婦人科の山田秀人教授に聞いた。

▽発達や運動にも問題が

CMVは、どこにでも存在するありふれたウイルスだ。感染するとまれに風邪のような症状が表れるが、ほとんどが無症状であることから、通常は感染が分からない。多くは幼少時に感染し、ウイルスは生涯体内に潜伏する。日本では成人女性の約70%

先天性サイトメガロウイルス感染症

感染のリスクを減らすポイント

- ① おむつ交換、食事の介助、鼻水やよだれを拭くなど子どもの世話をした後や、子どもの玩具を触った後は、せっけんを使って15～20秒間手を洗う
- ② 飲食物、食器、箸やスプーン、歯ブラシを子どもと共有しない
- ③ 子どもへのキスは頬や唇は避けておでこに
- ④ 子どもの尿や唾液が付いたおもちゃや家具などは、せっけんやアルコール、漂白剤などが入った市販の消毒薬を使って拭き取り、清潔を保つ

ポイントを押さえて感染予防を

中に感染した場合、生まれてくる赤ちゃんに異常を来すことがある。これが先天性CMV感染症で、毎年出生児のおよそ3000人が感染し、1000人程度に症状が表れる。

「抗体を持たない妊婦の1～2%がCMVに初感染し、そのうちの30～40%が胎児に感染するといわれている。主な症状は、出生児の低体重や貧血、肝臓や脾臓（ひぞう）の肥大、頭が異常に小さい小頭症などです。また、生まれた時には症状がなくとも、半年以上たってから難聴や心身の発達の遅れ、運動障害などが表れることがあります」と山田教授は説明する。

▽せっけんで手洗いを

先天性CMV感染症の診断は、生後3週間までに採取した新生児の尿からCMVを検出して行う。CMVが検出された場合は、脳波で聴力を測る聴性脳幹反応検査や眼底検査な

どを行い、さらに詳しく調べる。近年、抗ウイルス薬による治療が試みられ、難聴などの改善効果が期待されている。妊婦におけるCMVの主な感染経路は、先に生まれた子を含む周囲の子もだ。CMVに感染している子どもの唾液や尿にウイルスが存在することから、子どもがいる妊婦の場合、家庭内で感染すると考えられている。子どもの世話をしたり触れ合ったりした後はその都度、せっけんを使ってしっかり手を洗うことが感染予防につながる。

山田教授は「だからといって過度に子どもを避ける必要はありません。子どもには愛情を持って接し、親子で手指衛生を心掛けてください」と話している。

（メディカルトリビュン＝時事）

神戸大学医学部付属病院の所在地は、〒650-0017 神戸市中央区楠町7の5の2 電話078（382）5111（代表）。

成長期に多いスポーツ選手の膝痛

オスグッド・シュラッター病（以下、オスグッド病）は、成長期の子どもの膝に発症するスポーツ障害だ。サッカーやバスケットボールなどのスポーツに取り組み10～15歳の成長期の男児で起こりやすい。東京大学医学部付属病院（東京都文京区）整形外科・脊椎外科の武富修治講師に聞いた。

▽骨が成長、筋肉に追いつけず

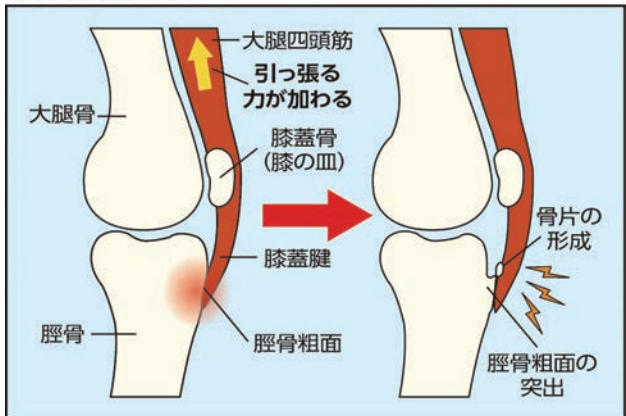
オスグッド病で痛みが表れるのは膝の皿（膝蓋）しつが骨より下の部分だ。原因は、骨の成長に筋肉の成長が追いついていないことがある。

太ももの前側の筋肉（大腿四頭筋）はジャンプやキックなど膝を伸ばす動作に重要な筋肉で、膝蓋骨を包んで、すねの骨（脛骨）けいこつ）とつながっている。

成長期には、骨は筋肉や腱（けん）など

オスグッド病の予防と治療

◆オスグッド病



オスグッド病の発症メカニズム

より早く成長するため、筋肉や腱を引っ張

つてしまい、筋肉の柔軟性が低下し、硬くなる。この状態で膝を伸ばす運動を繰り返すと、膝蓋骨の下にある膝蓋腱が引っ張られ、脛骨の表面の脛骨粗面（そめん）にストレスがかかって痛みや炎症が生じる。ストレスがかかり続けると脛骨粗面が出っ張ってくる。粗面に小さな骨片ができると治りが悪くなる。

「階段の上り下りや椅子から立ち上がるなどにも痛みが出る子どももいます」と武富講師。痛みがあっても少し我慢すれば運動ができてしまうケースが多く、「保護者や指導者が練習を休ませず、膝への過度な負担が続くと症状が長引く場合が少なくありません」と指摘する。

▽運動前後のストレッチが重要

軽症の段階で運動を休止すると痛みも早く軽減し、競技復帰までの期間を短縮できる。大腿四頭筋の柔軟性を取り戻すストレッチを十分行うことが重要だ。

この期間にリハビリテーションを受けて、正しい体の使い方について指導を受けることも再発を防止するポイントだという。「痛みが改善して運動を再開した後、運動前後に十分なストレッチを行い、練習後は筋肉の疲労を和らげるために患部を冷やし、再発を予防しましょう」と話す。

オスグッド病は成長期を過ぎれば多くは治癒するが、骨片ができてしまうと成人した後も痛みが残り、手術が必要になる例もある。「スポーツに関わる指導者や保護者に成長期のスポーツ障害について理解してもらうことが大切です。また、膝に痛みが持続的にあると感じたら運動を控え、専門医に相談しましょう」とアドバイスする。

（メディカルトリビュン＝時事）

東京大学医学部付属病院の所在地は、〒113-8655 東京都文京区本郷7の3の1 電話03（3815）5411（代表）。

小児クローン病の血液診断法を発見

◆日本

クローン病は炎症性腸疾患（IBD）の一つで、大腸や小腸の粘膜に慢性的な炎症や潰瘍が起き、腹痛や下痢などが続く病気だ。小児患者への負担が少ない血液検査で小児クローン病を診断できる方法を発見した、と久留米大学と医学生物学研究所の共同研究グループ

が発表した。

研究グループは2014年に、クローン病患者の血液中に「ACP353」という抗体が増えていることを見いだした。そこで、医療機関を受診したクローン病、潰瘍性大腸炎、その他の腸疾患の患者など小児367人の血液を採取し、ACP353に加えて、欧米で小児クローン病の診断に有用との報告がある「GP-2」と「ASCA」といった3種類の抗体の診断精度を検討

した。

その結果、ACP353の血清中濃度（中央値）はクローン病で2.25、潰瘍性大腸炎1.1、その他の腸疾患1.1、健常人1.1と、クローン病で明らかに高かった。小児のクローン病に対するACP353の診断精度は、GP-2やASCAに比べ有意に良好だった。

（メディカルトリビュン＝時事）

リバーサイド健診センター

健康診断

- ▶ 内科、小児科
- ▶ 消化器科
 - ・胃、腸内視鏡検査
 - ・レントゲン検査
 - ・超音波検査
 - ・予防接種
- ▶ カイロプラクティック

一般診療



霞 竜雄 M.D.



原田 義也 DC.CCSP

Tel. 201-678-1900
Fax. 201-678-1920

Continental Plaza I-401 Hackensack Avenue, 5th floor, Hackensack, NJ 07601

・ルート4 リバーサイドスクエアモール西隣り ・GWブリッジより5分

www.myriverside.net

診療:月～金曜日 8:30am～17:00pm

土曜日 8:30am～13:00pm

予約受付:診療時間内(日本語でお気軽にどうぞ)



日本歯科グループ

1978年開院



電話の応対から治療、保険のシステムなどすべて日本語で丁寧にご説明致します。治療内容や費用も知らされないまま治療されてしまったなどということはありません。

専門技術と知識、長年の経験を備えたプロフェッショナルにお任せ下さい!

- 急な歯痛、取れた詰め物を放ってある
- 歯列矯正のご相談(大人もお子さんも相談無料)
- 事故による口腔内のトラブル
- 学校、幼稚園提出用の検診
- アメリカの歯科保険請求
- 日本の健康保険請求用紙作成

ニューヨーク
グランドセントラル
タイムスクエア駅近く
36 W 44th St., #905
New York, NY 10036
☎212-768-4091

ニュージャージー
ストップ&ショップ前
172 Franklin Ave,
Ridgewood,
NJ 07450
☎201-652-6897

www.nihonshikagroup.com

歯科アシスタント募集 経験者優遇 201-461-0618(佐藤まで)

ストレスは心臓呼吸でコントロール可能

呼吸、血液循環、体温調節、消化などの活動を、自分の意志とは無関係に自動的にコントロールしてくれる自律神経。この自律神経は大きく分けると交感神経と副交感神経の2種類あります（第28回「2018年6月16日号」参照）。闘争と逃走をつかさどる交感神経の働きが高いと、心身にストレスがかかるので体に悪く、安静と消化をつかさどる副交感神経の働きが高いと、良質な睡眠が取れ、リラックスできるの体が良いと言われています。さらにその副交感神経の中の一つに「迷走神経」があります。



理学療法士が教えます

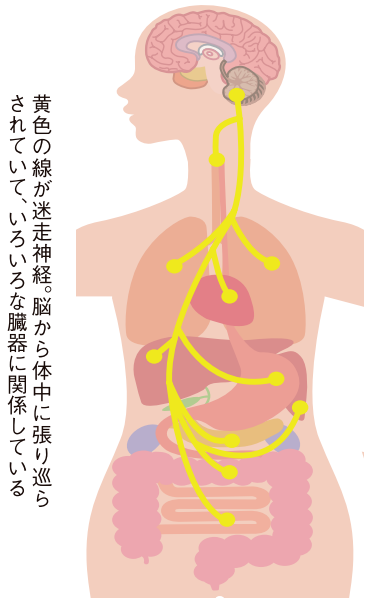
身体が痛い本当の理由

理学療法博士
瓜阪美穂

★39★

〈特別編〉
自律神経について

今もなお新型コロナウイルスの感染が広がりに続いている中、先の見えない状況に恐怖心や不安を感じている人も多いのではないだろうか。こうした精神的なストレスを必要以上に感じていると、自律神経の働きによってホルモンのバランスが崩れて体の免疫力が下がり、喘息（ぜんそく）や心臓病、肥満など、さまざまな病気にかかりやすくなります。しかし、このようなストレスによる心身への悪影響は、実は特別な呼吸法を行うことで自律神経を刺激して改善できるのです。



黄色の線が迷走神経。脳から体中に張り巡らされていて、いろいろな臓器に関係している

ストレス軽減の鍵を握る二つの迷走神経

迷走神経は、脳から体中に張り巡らされていて、いろいろな臓器に関係している副交感神経の中でも特に重要な神経です。

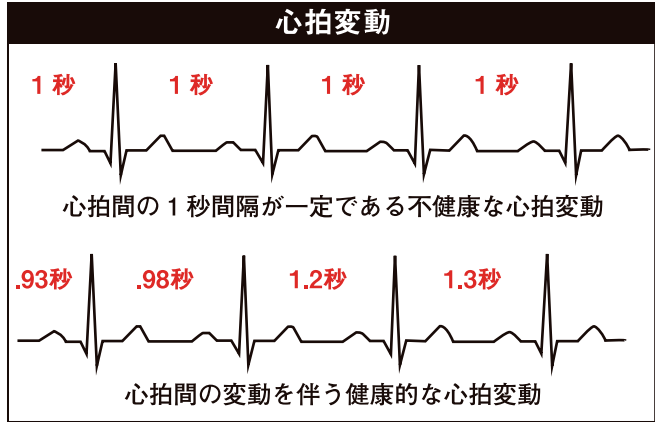
これまで迷走神経は脳神経の一つと考えられていたのですが、行動神経科学を研究するスティーブン・ポージェス（Stephen Porges）博士の発見したポリヴェーガル理論によると実際は腹側迷走神経（Ventral vagus）と背

側迷走神経（Dorsal vagus）の2種類あると言われています。腹側迷走神経は心臓や肺などを囲み、「うれしい」という感情や愛情、人とのつながり・関係といった領域もつかさどっており、もう一つの背側迷走神経は横隔膜より下の肝臓や胃、腸などの内臓を囲んで、危険を察知したときに緊張や恐れで体を硬直させる働きがあります。副交感神経を刺激すれば体に良いと思われがちですが、実はその中でも腹側迷走神経が優位であるほど交感神経の働きを抑えるので体にとって心地よく、この腹側迷走神経を刺激することでがん細胞が小さくなった研究結果もあります。

健康やメンタルヘルスを左右する心拍変動

一般的に心拍数は1分間で60〜80回と言われていますが、実は迷走神経から心臓へ情報が何もしられないと、心拍数は1分間で100回ほどあります。迷走神経からブレーキの役割としての情報が送られて、初めて安静時の心拍数に戻ることができます。

迷走神経が心拍数を下げてくれているのですが、心拍と心拍の間隔は細かく見ると一定ではなく、短くなったり長くなったりとさまざまなリズムで変化してその差は人によって異なります。この心拍間隔の差が実は肝心で、心拍変動（Heart Rate Variability）と呼ばれるのであり、この心拍間隔のゆらぎの数値（HRV）が高いと



迷走神経を刺激する心臓呼吸



それでは、迷走神経を刺激する特別な呼吸法をお伝えします。まずは目をつぶり、顔、肩、腰の力を抜いて、リラックスした状態を作ります。心臓の上に手を当て、そこに意識を持っていきます。手の中にある心臓へ酸素を巡らせていくようなイメージで、ゆっくりと5秒かけて息を吸い、5秒かけて息を吐きます。

次に感謝の気持ち思い浮かべます。ちょっとした優しさを受けた時のことやお世話になった人を思い出して、その時のほかばかした感覚を心臓で感じてみましょう。そしてそのほかばかした温かく、うれしい感覚を身近な人たちを思い浮かべて包み込むように広げていきましょう。さらに遠くの見知らぬ世界中の人や自然や宇宙にも温かい気持ちを広げていきます。心臓に意識をあてたままゆくりと呼吸を行い、感謝の感覚をシェアしていきましょう。

Vが高い状態で維持できるのです。まさにトップアスリートたちはHRVを上手にコントロールしているため、体はもちろんメンタルも安定し、緊張するような場面でも最大限のパフォーマンスを発揮できるのです。HRVが高いとメンタルや体調も安定して、脳の柔軟性が高まったり、記憶力アップ、免疫力アップ、長寿などにもつながってくるでしょう。そして反対に言うところにはHRVが低いとメンタルや体調も安定し、脳の柔軟性が高まったり、記憶力アップ、免疫力アップ、長寿などにもつながってくるでしょう。そして反対に言うところにはHRVが低いとメンタルや体調も安定し、脳の柔軟性が高まったり、記憶力アップ、免疫力アップ、長寿などにもつながってくるでしょう。

呼吸法を実践しましょう

コロナ禍の影響でメンタルのアップダウンが激しくなってしまった人は、このHRVが低い可能性があります。でも安心してください。心と体は脳からの情報によって影響を受けるだけではなく、体から脳へ新しい情報を送ることで変わることもできます。呼吸と心拍数は密接につながっています。肺は心臓を囲むように位置しているので、呼吸するたびに肺がポンプのようになり心臓を刺激し、その呼吸という動作によって腹側迷走神経の働きを高めていきます。腹側迷走神経が大切な理由は体からの情報を脳に伝えてHRVを高めるように改善してくれるからです。

うりさか みほ
理学療法士、整形
臨床スペシャリス
ト。ニューヨーク州
立大学ビンガムトン
校を卒業後、南カリ
フォルニア大学理学療法博士課程を修了。ブロードウェイミュージカルのダンサーの理学療法士としても活躍中。米国の理学療法により、自身の身体に興味をもち、正しい動作を生活に取り入れることを目的に治療や指導を行っている。★身体に関する皆様からの質問も受け付けています。

【問い合わせ】
OMPT理学療法クリニック
《電話》212・695・2769
《ウェブ》omptny.com/ja/
(M2面広告参照)

まとめ

- ① ストレスが強い＝交感神経の働きが強い
- ② 交感神経が過剰に働いていると病気になる
- ③ 腹側迷走神経は交感神経の働きを抑えることができる
- ④ 心臓呼吸をすると腹側迷走神経の働きが高くなる
- ⑤ 心臓呼吸を実践して、ストレスに負けない健康的な心と体になっていきましょう！

その飛蚊症、本当に年のせい？



飛蚊症の症状が以前より
気になったら眼科へ

網膜裂孔の可能性も

物を見ている時、小さな虫や糸くずのようなものが視界を流れる飛蚊（ひぶん）症という目の症状がある。ほとんどが加齢による生理的変化で心配はないが、網膜に穴が開く網膜裂孔の初期の場合がある。おお

中高年の網膜裂孔は、主に加齢による硝子体（しょうしたい）の変化が原因で起こる。眼球の内部は硝子体というゼリー状の組織で満たされ、網膜は硝子体と接している。硝子体は、50歳ごろから液状に変化してしまふ、網膜との間に隙間ができる後部硝子体剥離という現象が起きる。

「後部硝子体剥離は病気ではありませんが、硝子体が網膜と強く癒着していると、硝子体に引っ張られた網膜は引き裂かれます。このとき網膜に穴が開くのが網膜裂孔です」と

しま眼科クリニック（大阪府高槻市）の大島佑介院長は「いつもより飛蚊症の症状により視界が気になるようなら注意が必要です」と早めの受診を促す。

大島院長。近視が強い人に多く見られ、若年でも、強度の近視や目の外傷が原因となつて起こることがある。

網膜裂孔の初期には飛蚊症が表れる。飛蚊症は、青空や白壁など背景が明るい所を見るときに表れやすいが、網膜裂孔による飛蚊症はやや暗いところでも自覚するようになり、視界に閃光（せんこう）のようなものが見えることもある（光視症）。病状が進むと、視野の一部が煙がかかったように見えにくくなり、やがて視野欠損や視力低下が生じる網膜剥離まで進行する危険が高くなる。

おおしま眼科クリニックの所在地は、〒569-0055 大阪府高槻市西冠1の12の8 電話072（676）8900。

慢性じんましん—治療の選択肢が拡大

じんましんの注射薬（オマリズマブ）の特徴

- 抗ヒスタミン薬など従来の治療薬で効果が不十分な人に投与する
- 1カ月に1回注射する
- 臨床試験では投与した患者の約50%でかゆみや膨疹の程度が改善（そのうち半数以上はかゆみと膨疹が完全に抑えられた）
- 治療を中止すると1～3カ月の間に再発する人もいる
- 薬剤費の自己負担は1回約1万7500円（3割負担の場合）

（猪又直子医師への取材を基に作成）

慢性じんましんでは、突然、皮膚に赤く盛り上がった膨疹が生じる。形や大きさは、小豆ほどの円形から手のひら大の地図状までさまざまで、全身のどこにでも生じる。

膨疹は数十分から数日以内に跡形もなく消えるが、その間、かゆみに悩まされ、仕事や家事、勉強に集中できず、睡眠も妨げられる例もある。食べ物や薬剤の摂取といった原因は特定できず、6週間以上にわたり毎日のように出没を繰り返す。

患者の多くは抗ヒスタミン薬などで症状が軽減または消失するが、効果がない場合の選択肢の一つとして、17年にオマリズマブという注射薬が使えるようになった。同薬は肥満細胞の活性化に関わるIgEという分子に結合し、肥満細胞の活性化を抑えるなどして効果を表す。

横浜市立大学付属病院の所在地は、〒236-0004 横浜市金沢区福浦3の9 電話045（787）2800。

重症例に月1回の注射薬が有効

かゆみを伴う皮膚の赤い腫れ（膨疹＝ぼうしん）が表れては消えるといった状態を6週間以上繰り返す「慢性じんましん」。原因は特定できず、治療はかゆみ止めなどの作用がある抗ヒスタミン薬の内服が基本だが、効果が不十分な患者もいる。

日常生活に支障を来す重症患者向けの注射薬が2017年に登場し、効果を上げていく。横浜市立大学付属病院（横浜市）皮膚科の猪又直子医師に聞いた。

治療の基本は抗ヒスタミン薬の内服だ。患者の様子を見て、量を増やしたり、他の薬剤に切り替えたりしながら症状をコントロールし、症状がなくなれば薬の量を減らして中止する。

かゆみと膨疹は、皮膚にある肥満細胞が活性化してヒスタミンなどの化学伝達物質を放出することで生じる。

治療の基本的には抗ヒスタミン薬の内服だ。患者の様子を見て、量を増やしたり、他の薬剤に切り替えたりしながら症状をコントロールし、症状がなくなれば薬の量を減らして中止する。

従来の薬で効かない患者に効き目を発揮するメリットは大きい。中止すると1～3カ月の間に再発する人もいるという。そのため「効果が認められた場合、注射の間隔を空けるか、量を減らすなどして治療を続けることが多いです」と猪又医師は説明する。

一方で、1回の薬剤費の自己負担は約1万7500円（3割負担の場合）と比較的高額なことが課題だ。事前に効き目を予測できれば無駄な投薬を避けられることから、有効な患者を予測するための研究が進んでいるという。

New Jersey フォートリーの歯科

GOOD CARE DENTAL

数多くの歯科保険を扱っております

Aetna, MetLife, Cigna, Delta, Nippon, UMR, Guardian, Horizon, Principal...etc.

その他の保険に関してはお気軽にご相談下さい。

インプラントなどの専門治療を数多く経験。クラウン、神経治療、詰めもの、入れ歯、歯茎治療などすべての治療行程を把握しているのて、どんな小さな疑問にも日本語でお応えできます。

安心して任せられるわ!

Main St
Boston Market
Starbucks
SevenEleven
Whiteman St
Tom Hunter Rd
Fort Lee Plaza
Stocum Way
McCloud Dr

一般歯科 入れ歯 インプラント 神経治療 抜歯 インドライン矯正 小児歯科 クラウン ホワイトニング

日本語専用 201-994-5130

Joon Hong, D.D.S., M.S. グッドケアデンタル 1509 Palisade Ave, Fort Lee, NJ

※駐車場はStocum Way側にあります。Main Stから南下した場合、一旦McCloud DrからCenter Aveに入り、Solucum Wayを右折してください。

Overseas Japanese Family Dental P.L.L.C.

海外邦人歯科クリニック

日本語で安心

●補綴歯科 ●神経治療
●小児歯科 ●歯周病
●矯正歯科 ●インプラント

アメリカでの歯科治療は 歯科保険使用可

確かな技術を持つ専門医にお任せ下さい

マンハッタン Tel.212-751-5648 ハリソン Tel.914-698-3800

20E. 46th St. #601(bet. Madison & 5th Aves.) 47 Halstead Ave. #101, Harrison, NY 10528

www.ojfd.com

ニューヨーク Biz! Newsletter 登録無料

『ニューヨーク Biz!』最新号を毎週水曜日、PDFでお届けします! (Eメールでの配信となります)

ご希望の方は右記サイトからお申し込みください nybiz.nyc/newsletter