

全米をカバーする生活・ビジネス情報誌

ヘルシーボディの P.07 新常識

今から始めればまだ間に合う！
若々しい体を保つ秘訣。

シリコンバレー発
最新ニュースもお届け！

最高級の日本酒を世界へ

Clear Inc.

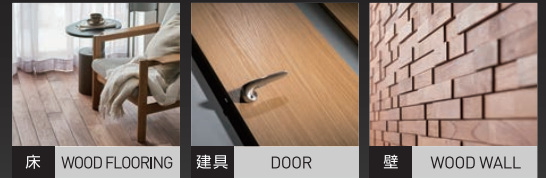
P.16 生駒龍史

自然が創り出す上質な味わい



住友林業のオリジナル部材

PRIME WOODとは、住友林業の世界中を網羅する調達力と、職人の高い技術力が両立することで可能になる高品質な「木を活かしたオリジナル部材」の総称です。



床 WOOD FLOORING 建具 DOOR 壁 WOOD WALL

MyForest BF

本物が醸し出す心地よさ。

強く、やさしく、生涯にわたって愛せる温もりある木の住まいを、あなたへ。



「帰国後の住まい」WEBサイトでは住まいづくりに役立つ情報を公開しています。

建てる前に知っておきたいコンテンツをラインナップ!

家づくりをここから、いっしょに

MYHOME PARK

家づくりを学ぶ

BF CONSTRUCTION SITE
住まいの構造見学ツアー



事例やデザインを見る

MODEL HOUSE THEATER
建築士による展示場紹介



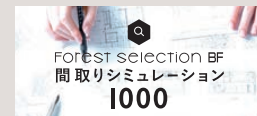
そのほかの
コンテンツも
盛りだくさん

帰国後の住まいから
アクセスできます

こちらからアクセス >>>



Forest Selection BF
間取りシミュレーション1000



豊富なプランの中から
間取りのポイント
がわかる例をご紹介します。

海外からの家づくり成功物語 (case.1~3)



実際に建てられた方
の例をもとに構成した
家づくり物語。

この他にも「帰国後の住まい」WEBサイトでは様々なコンテンツをご紹介します。ぜひご覧ください。

お問い合わせやカタログのご請求はお気軽にお問い合わせください。まずはWEBサイトをご覧ください。

<http://sfc.jp/ie/kikoku/>

帰国後の住まい

検索

住友林業の「帰国後の住まい」は
世界76ヶ国、3,000件以上*の
お問い合わせ実績!



お問い合わせは
こちら

*時差などの関係により返信、ご返答が遅れる場合がございます。あらかじめご了承ください。お客様からいただいた個人情報、は、注文住宅の建築請負等、当社事業のご案内に利用させていただきます。詳しくは当社ホームページ(<http://sfc.jp/ie/>)をご覧ください。

※2021年4月時点

Social Media Marketing

ソーシャルメディアを利用したデジタルマーケティング戦略の立案から、アカウントの運用、広告・プロモーション企画、分析まで一括でサポートし、各企業のマーケティングゴールの最大化を図ります。

ソーシャルメディア コンサルティング

KPI設定、運用方法のTIPSなどイニシャルコンサルティング
既存ソーシャルメディアの課題コンサル
目的・KPIに合わせた投稿内容、投稿頻度のコンサルティング、
コンテンツマーケティングサポート



アカウント運用代行

投稿原稿作成、投稿代行
コメント返信、ユーザーからの質問への回答

ソーシャルリスニング

デイリー、ウィークリー、マンスリーのレポートニング
ターゲット分析
分析結果を生かしたコンスタントなPDCA

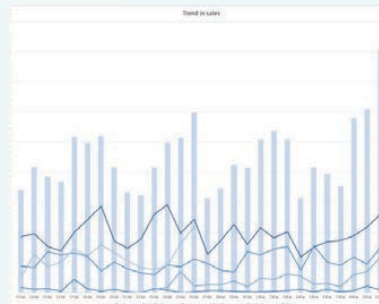


ソーシャルメディア広告運用代行

広告デザイン
広告連動キャンペーン、プロモーション立案、実施
広告分析、レポートニング

情報提供・ノウハウのシェア

最新のソーシャルメディアのトレンド、情報の提供
基本的な使用方法から、マーケティング効果最大化を図る
TIPS、コンテンツのクオリティ向上ノウハウまでニーズに合わせた幅広いナレッジシェア



レストラン向けソーシャルメディアマーケティング

通常のソーシャルメディアマーケティングサービスに加え、レストランの売上最大化、認知度の拡大、イベントプロモーション等、目的に合わせたレストランソーシャルメディアの総合コンサルティング、運用代行サービスを提供します。

レストランソーシャルメディアマーケティングの成功事例、ナレッジシェア
レストラン、食品業界に精通した弊社スペシャリストによるコンテンツマーケティング、コンサルティング
フード・レストランインフルエンサーマーケティングサポート
デリバリープラットフォームの管理
デイリー、ウィークリー、マンスリーのセールスとソーシャルメディア効果の相関分析、分析を用いたPDCA

サービス詳細、お見積もり、他企業様事例のご紹介
などにつきましてはお問い合わせ下さい。

🌐 sts-innovation.com

✉ info@sts-innovation.com

📍 22519 Hawthorne Blvd. Torrance CA 90505
3350 Scott Blvd. #5502, Santa Clara, CA 95054





NEW UMAMI GYOZA DUMPLINGS



PORK & LEEK



CHICKEN & LEEK



CHICKEN & SHIITAKE

餃子チャーハン

・POINT・
目玉焼きとシラントロをトッピングすることでエスニックな見た目!



【材料(2人分)】

旨美餃子	6個	卵	2個
ごはん	3合	塩こしょう	少々
東京ネギ	1/3本	醤油	適量
シラントロ	4本	サラダ油	適量



- 旨美餃子を電子レンジで解凍する。ネギは小口切りにしておく。
- フライパンにサラダ油を引き、目玉焼きを2個作っておく。
- フライパンにサラダ油を引き、ごはんと旨美餃子を炒める。炒めながらヘラで旨美餃子の中身を細かくほぐす。
- 炒め合わせたらネギを加え、塩こしょうと醤油で味を調整する。
- お皿にチャーハンを盛り、その上に目玉焼きを乗せてシラントロを添えれば完成。

デイリーフーズは日本ハム株式会社の米国法人です。食品加工品の製造および販売を主な業務内容とする当社は、1985年より高品質な加工食品を小売市場向けにご提供しています。



DayLee Foods, Inc.

Nipponham Group

www.daylepride.com

www.crazycuizine.com

800-329-5331 Santa Fe Springs, CA 90670

7 FEATURE STORY

ヘルシーボディの新常識



16 New Business Close up

Clear Inc.
生駒龍史



18 世界遺産を歩く 齋藤春菜
カホキア・マウンド州立史跡

20 Hapa Eikaiwa **最終回** ジュン・セニサック
度合いによって使い分ける「嫌い」の英語表現

22 エッセイ「極苦楽ライフ」 樋口ちづ子
街に出ようよ

24 親としてもっと知りたい! アメリカの学校パート3 福田恵子
課外活動の重み

26 知った法律 木村ジョシュア
交通事故に遭った時の心得



NEXT ISSUE Vol.648 (October 2021) 予告

FEATURE STORY

就職&転職ガイドブック (仮)



STS Innovation, Inc.
22519 Hawthorne Blvd., Torrance, CA 90505

BACK ISSUES

バックナンバーはウェブサイト

www.usfl.com/backnumber でお楽しみください。



2021年6月号
こどもの言葉の力を磨く!
読書のススメ

2021年4月号
この夏行きたい
国立公園6選

2021年2月号
個人所得税申告書の
作成ガイド2020

2020年12月号
雇用ルール、移民法
アメリカの法律 最新情報

U.S. FRONTLINE

Publisher: Takao Ui

Account Executives: Saori Yoshida, Haruna Saito, Saori Shibata
フロントライン編集部へのご意見・お問い合わせはこちらへどうぞ!
広告に関して: sales@usfl.com その他: info@usfl.com

August 2021 No. 647 ISSN 1528-302X Published bimonthly by STS Innovation, Inc., 22519 Hawthorne Blvd., Torrance, CA 90505. U.S. subscription rate: \$30.00 per year. POSTMASTER: Send address changes to STS Innovation, Inc. 22519 Hawthorne Blvd., Torrance, CA 90505. Periodicals postage paid at Torrance, CA and additional mailing of offices.

Copyright 2021 by STS Innovation, Inc. All rights reserved. Reproduction without permission is strictly prohibited. Advertisements published in U.S. FrontLine do not necessarily represent the view of the publisher. The publisher is not responsible for the contents of advertisements.

本誌掲載の記事・写真の無断複写、複製、転載を禁じます。本誌に掲載された広告内容についてはU.S. FrontLineでは一切責任を負いかねます。

J-goods

Production: J-goods Planning Designer: Rika Ohashi
438 Amapola Ave. Suite 235, Torrance, CA 90501 E-mail: info@j-goods.us

We reserve all rights for any articles and pictures in this magazine.
We are not responsible for the advertisements in this Magazine in any way.



PACIFIC GUARDIAN LIFE

明治安田生命子会社

米国在住中しか加入できません!

日本帰国後も続けられます!

こちらの生命保険は、年金としても
お子様の学費資金としてもご利用いただけます。

3大特長

保険料の払い込みは
8年間のみ。

死亡保険金は
121歳まで
保障します。

キャッシュバリュー
(積立金)
をご活用になれます。



	月払保険料	8年総額保険料 (年払)	最低保証積立金額 /10年後	最低保証積立金額 /20年後
●例えば、40歳男性の場合	\$312.20	\$28,544	\$28,547	\$39,754
●例えば、40歳女性の場合	\$279.74	\$25,576	\$25,584	\$36,067

上記一覧は、Interest Sensitive Whole Life Insurance 「Accumulator 8 (2019)」死亡保険金額\$10万、非喫煙、優良健康体の場合です。
「Accumulator 8 (2019)」は現行の税法に基づく修正養老保険契約(MEC)※です。

保険料は契約査定により決定されます。
Accumulator 8 (2019) / Policy Form Number: AC1908
最低保証予定利率2.5%
未返済の契約者貸付金は、元金と利息と共に、死亡保険金支払時に差し引かれます。

- ・ご検討に際しては必ず保険設計書をあわせてご覧ください。
- ・解約控除金はご契約直後の14年間に適用されます。
- ・Accumulator 8 (2019)は対象年齢18-80歳、最低死亡保険金額\$10万

※Accumulator 8(2019)は修正養老保険契約(MEC)です。MECは連邦税法上の許容額以上の資金を投入する生命保険契約であり、積立金借入時および解約時に課税対象となります。そのほか10%のペナルティとなる可能性があります。ご検討に際しては税務専門家にご相談ください。

お気軽に日本語でお問い合わせ下さい!

1-888-616-3780

sales-ja@pacificguardian.com

Pacific Guardian Life Insurance Company, Limited.

South Bay Office
879 W.190th St. Suite 1020, Gardena CA 90248

Costa Mesa Office
3100 Bristol St, Suite 125, Costa Mesa, CA 92626

ヘルシー —— New Common Sense of —— ボディの —— Healthy Body —— 新常識



人間の体は20代から老化が始まっている。心も体も老けない生活習慣を実践するタイミングは、早ければ早いほど良いのだ！ 人生100年時代といわれる今、いつまでも若々しいヘルシーボディを保つ生活術を身につけよう。

Text: Haruna Saito

老化を引き起こす3つの要因

3 Factors that cause Aging

老化を加速させる3つのキーワードは、“酸化”“糖化”“炎症”。夏は日焼けや暑さのストレスなどで、特に酸化を引き起こす要因が増える。人間の体にはもともと抗酸化物質が存在するのだが、抗酸化作用は20代をピークに低下していつてしまうので、意識的に酸化予防をすることが大切だ。酸化を抑えれば糖化、炎症も起こりづらくなる。

本特集では、ヘルシーボディを保つ生活習慣を4つのカテゴリから紐解いていく。



酸化

Oxidation

呼吸によって取り込まれた酸素の一部は、さまざまな刺激を受けて活性酸素に変化する。活性酸素は体内で殺菌作用などの有用な働きをする一方、偏った食事、不健康な生活習慣、心理的要因などによって過剰に発生すると細胞を傷つけ、生活習慣病などの疾患をもたらす要因となる。

糖化

Saccharification

糖分を摂取した際に、エネルギーとして使われずに残った余分な糖質が体の骨や血管のたんぱく質と結びつく。その結果、AGEs(終末糖化産物)という細胞が劣化する悪玉物質が生成される。



炎症

Inflammation

体内に入ってきた異物を除去する防御反応で、発熱、腫れ、アレルギー反応などが起きる。本来は正しい働きだが、食生活や生活習慣が原因で体中に炎症が起き、トラブルを生むことがある。



1. 食事

Meal



抗酸化物質をこまめに摂取することがアンチエイジングの秘訣。日々の食事には、摂取する栄養素を意識した献立を心がけよう。

野菜の摂取量目安は1日あたり12オンス以上。1日に淡色野菜7オンス、緑黄色野菜3.5オンス、豆やきのこ、海藻類2オンスを目安に摂取しよう。ニンジン β カロテン、トマトのリコピンは抗酸化力があるといわれている。また、大豆はアンチエイジングに役立つ栄養素が豊富に含まれており、抗酸化作用だけでなく肌や髪の潤いを守る働きもある。納豆なら1パック、豆腐なら2分の1丁を目安に毎日食べると良い。動物性たんぱく質を取る時は、脂肪分が少ない白身魚、鶏ささみを選ぶと摂取カロリーを抑えられる。また、発酵食品も抗酸化作用があり、腸内環境を改善して免疫力を高めてくれるのでおすすめです。

飲み物では、抗酸化作用のあるポリフェノールが豊富に含まれており、生活習慣病のリスクを低下する働きも期待できる緑茶が有効。1日1~2杯を目安に摂取しよう。また、赤ワインは長寿遺伝子を活性化するといわ



れるレスベラトロールを含んでおり、内臓脂肪の蓄積を抑える働きや、血液をサラサラにしたり動脈硬化を予防したりする効果も期待できる。1日の摂取量は、グラス1~2杯程度。

意識して摂取したい食材

ビタミンC

緑黄色野菜(パプリカ、パセリ、ブロッコリーなど)、フルーツ(キウイ、イチゴ、柑橘類など)



ビタミンE

アーモンド、ナッツ類、オリーブオイル、モロヘイヤ



ミネラル

海藻類、魚介類、納豆



ポリフェノール

ブルーベリー、あずき、コーヒー、赤ワイン、緑茶



動物性たんぱく質

肉類、魚介類、卵、乳製品



カロテノイド

緑黄色野菜(トマト、ニンジン、ほうれん草、レタスなど)、フルーツ(柑橘類、スイカなど)



和食はブレインフード

ブレインフードとは、脳の働きを活性化させる食品のこと。サンマやサケといった魚をはじめ、大豆を原材料とする味噌を使った味噌汁、醤油、豆腐、納豆など、和食の定番にはブレインフードが多い。白米からは脳のエネルギーになるブドウ糖を摂取することができるので、日々の食事に和食を積極的に取り入れよう。



作り溜めで便利!

医者が考案した長生き味噌汁

材料) 味噌汁10杯分(味噌玉10個分)

赤味噌 3oz

白味噌 3oz

玉ねぎ 5.5oz

りんご酢 大さじ1

1. ボウルに玉ねぎをすり下ろす。
2. 1に味噌とりんご酢を加え、混ぜ合わせる。
3. 液体がスムーズになったら、製氷器に流し入れて冷凍庫で2~3時間凍らせる。



使う時は長生き味噌玉を一つ器に入れ、お湯をかけるだけ!

“食べるデトックス”がダイエットの新常識!?

食べないダイエットはもう古い! 今、世界のセレブたちが注目しているのが、“食べるデトックス”といわれるダイエット方法。「野菜などを中心にクリーンでヘルシーな食事を摂る」という単純な方法で、体やホルモンを形成するたんぱく質、エネルギーとして使われる脂質、エネルギーのもととなる炭水化物をバランス良く摂取してデトックスを促進する。炭水化物やチーズも摂取OKで、厳しい制限はないのだそう。

主なポイントは以下の5つ。食習慣を変えてから7~10日間が特に大事なので、この期間は加工食品を避け、たんぱく質の多い食材と野菜を摂ることを重視しよう。サプリメントは乳酸菌や食物繊維のほか、亜鉛、ビタミンC、ミルクシスルなどもおすすめ。

1. 加工食品を食べない
2. 食事のメインはたんぱく質と野菜とし、脂質はオリーブオイルで摂取する
3. 水は1日最低1リットル飲む
4. 乳酸菌と食物繊維のサプリメントを摂る
5. マッサージで血行を促進させデトックス力をアップさせる

2. 睡眠

Sleep

時間帯ではなく深さが重要

私たちが眠っている間には、メラトニンと成長ホルモンが分泌される。メラトニンには強い抗酸化力があり、その効果はビタミンCやビタミンE以上。また、成長ホルモンはダメージを受けた細胞の修復・再生・肌のターンオーバーの正常化を促してくれる。

成長ホルモンが多く分泌されるゴールデンタイムはこれまで22時～深夜2時と考えられてきたが、近年の研究ではこの考えが科学的に否定されている。ではいつ分泌されるのかというと、その夜、最初に訪れた深い眠りの時だ。深夜2時に就寝したとしても、眠り始めに深い睡眠に入れば成長ホルモンは分泌される。ただし、成長ホルモンはメラトニンによっても分泌が促されるので、深夜0時までには就寝し、メラトニンの分泌量が多くなる1～3時に深い眠



りに入っている状態を作るのが理想的。実際には就寝時刻が多少ずれても問題はなく、規則的な睡眠習慣と睡眠時間を取れば成長ホルモンは分泌される。

ロンドンの科学者が5年間にわたり老化と睡眠の実験を行った結果、睡眠が多すぎても少なすぎても老化が進むことが分かった。人間にとって理想とされる睡眠時間は約7時間であり、睡眠時間の差で、脳や身体的老化に7歳ほど差が出てくるのだそうだ。

ポイントを押さえて睡眠の質を向上させよう!

朝一番はとにかく陽光

就寝・起床リズムを崩さないように、休日でも平日とほぼ変わらない時刻に寝起きするのが理想的。朝起きたらまずはカーテンを開けて朝日を浴びよう。曇りの日でも、屋外は室内よりも10倍以上明るいので体内時計のリセットに十分だ。



適度な昼寝を

昼過ぎに眠気を感じたら、我慢せずに昼寝をしたほうが活カアップにつながる。ある調査では、昼寝をまったくしない人に比べて毎日30分未満の昼寝をする人は認知症発症率が約7分の1に、逆に1時間以上昼寝をすると認知症発症率は約2倍になることが分かった。長く昼寝すると体に良くないので、30分～1時間くらいが望ましい。

寝る前に体温を上げる

眠気は深部体温が下がった時に訪れる。スムーズに体温を下げるには、104°Fのお湯に15分浸かる半身浴がおすすめ。半身浴で上がった体温が元の温度に戻るまで約90分かかり、このタイミングで就寝すれば深い睡眠が訪れる。体温が下がらないままベッドに入ると逆に寝つきが悪くなるので、90分も時間を取れない場合はぬるいお湯にしたり、シャワーで済ませたりしよう。

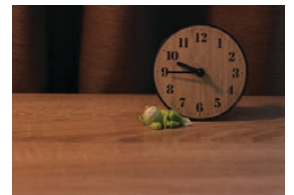


湯船に浸かることができない場合は手浴もおすすめ。洗面器に89～110°Fのお湯を溜め、手首まで沈めて4・5分浸けよう。温まった血液が全身をめぐることで全体が温まり、ぐっすり眠りやすくなる。

女性に多いのが、冷え性だからと靴下を履いて寝るケース。靴下を履くと足先から熱を放散できずに体温をうまく下げられないので、寝る前まで靴下で足を温め、就寝時に脱ぐようにしましょう。

体をリラックスモードに

スムーズな入眠にはリラックスすることが大切。スマートフォンやタブレット、パソコンの画面から発せられるブルーライトは体内時計に影響し、メラトニンの分泌を妨げるので寝る前の使用は控えよう。音楽を聴いたり気持ちが落ち着く本を読んだりして思考をオフにし、リラックスした状態になると良い。寝酒、喫煙、カフェインの摂取も覚醒作用があるので控えること。



眠れない時は……

考えごとをして眠れない時は、保冷剤などをハンカチに包んでおでこか後頭部に当てると、脳の温度が下がって代謝が減速され寝つきが早まる。それでも思考の連鎖が止まらない時は、頭に「ん〜」という音を意識して響かせてみよう。これは精神的なリラックス効果が見込める方法で、目をつぶって両耳をふさぎ、ハミングするように鼻から息を細く長く吐きながら行う。

3. 運動

Exercise



実年齢の10歳下まで細胞を維持!?

アメリカで5000人以上の成人を調査した研究では、日常的に運動をする人は、やや活動的な人やほとんど動かない人と比べて細胞レベルで若いことが判明している。実年齢と細胞年齢を比較すると、高レベルの身体活動を行っている人はほとんど動かない人より9歳も若く、やや活動的な人と比較しても7歳は若かったそうだ。高レベルの身体活動とは、1日に30～40分のランニングを少なくとも週5日は行うことと定義している。

成人の筋肉の重量は一般的に体重の約40%といわれており、20代から10年ごとに約6%ずつ低下していく。しかし、適切な運動を続けていれば運動機能の維持が期待できる。縄跳びなど瞬発力を高める運動が効果的とされているが、全身の骨や筋肉をほどよく動かす有酸素運動もおすすめ。老化防止には週150～180分の有酸素運動を行うのが理想とされ、運動の種類は日ごとに異なっても問題ない。まずは1回あたり20～30分を週5日行うことを目標に、挑戦してみよう。

ウォーキング・ジョギング

ウォーキングは筋力アップ、心肺機能の強化、血行促進、ジョギングはそれに加えてダイエット効果も期待できる。走る際は、会話ができるペースを意識しよう。歩数の目標は、成人の男性で9200歩、女性で8300歩、高齢者の男性で6700歩、女性で5900歩。



ポイント

- ・背筋を伸ばす
- ・腕を適度に振る
- ・足の裏全体が地面に触れるように歩く
- ・重心を前に移動させることを意識しながら歩く

サイクリング・エアロバイク

ウォーキングやジョギングがキツイと思ったら、サイクリングから始めてみよう。膝痛や腰痛がある人におすすめ。20～30分程度でも定期的に行うことで、脳の活性化やバランス感覚を保つ効果が期待できる。



ポイント

- ・背筋を伸ばして自転車に乗る
- ・左右均等に足裏全体でペダルを漕ぐ
- ・筋力バランスが悪くなるので、ペダルに重い負荷をかけ過ぎないように

水泳・水中運動

水圧によって呼吸筋やそのほかの筋が強化され、血行促進にも有効。有酸素運動として水中運動を行う際は連続して20分以上運動する必要があり、週3日以上行うことが理想。長距離泳げない場合は、50ヤード泳いだ後に25ヤード歩くなど工夫してみよう。

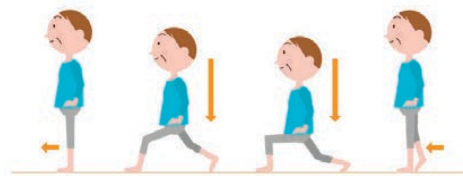


ポイント

- ・水中歩行をする際は、背筋を伸ばし視線も真っ直ぐに
- ・プールの中は水分補給を忘れがちなので、脱水症状に気を付けよう

万能トレーニングの「ランジ」を取り入れよう!

ランジは下半身が鍛えられる筋トレなので、足腰の強化はもちろん、バランス力アップや体幹も整えられる。最初は5回からスタートし、慣れてきたら10回×3セットを実践しよう。



やり方

- 1 まっすぐ立って背筋を伸ばし、腰に手を当てる
- 2 息を吸いながら片方の足を大きく前に踏み出し、膝を曲げて腰を落とす
- 3 息を吐きながら元の姿勢に戻る
- 4 左右の足を同じように行う

ポイント

- ・膝とつま先の向きを揃える
- ・膝を曲げた時、膝頭がつま先より前に出ないようにする
- ・腰の落とし方は浅くてもOK
- ・慣れてきたら前に出した足の太ももと床が平行になるくらい腰を落とすと効果的

有機大豆 使用みそ



Yamajirushi



Made in USA



All Natural
Yuzu-It
YUZU PEPPER SAUCE

液体 柚子こしょう



MIYAKO ORIENTAL FOODS INC. Tel. 626-962-9633

高機能マスク 「モースプロテクション」

3層構造
Made in JAPAN

高性能でしかも非常に軽く、息苦しさもありません。

- 0.1 ミクロン (マイクロメートル) のウイルスを **99%以上カット**
- ウイルスのほか花粉や大気汚染 PM2.5 など **99%以上防ぐ**

【ユーザー体験談】

お店の同じカウンターで働いていた同僚がコロナに感染しましたが、私は感染しませんでした。また、私と共にモースマスクをしていた友人も濃厚接触者だったにもかかわらずネガティブでした！彼女も私も、モースマスクのおかげだと心から感謝しています！

Saks Fifth Avenue at South Coast Plaza のりえ



1箱 50枚入り \$99 ▶ \$89 (送料別)

米国FDA認証取得済み
Registered Establishment #3016604441

π Water 製水器

πWaterの特長

- 1 酸素還元電位が低い。活性酸素を抑制し、**ガンなどいろいろな病気の予防**に効果を示す。
- 2 酸素含有能力が高い。血液中の酸素量が増え細胞に酸素が十分供給されて、細胞が活性化される。
- 3 πWater の水はクラスターが非常に小さいと考えられている。**細胞への浸透性が非常に高く体内に吸収されやすく、血液の流れを良くして新陳代謝を活発にする。**



- カウンタートップ用 AP-560
- アンダーシンク用 AP-550 各 \$580

ご質問、資料のご請求などはお気軽に！

1-877-259-6716 www.pi-water.com

Pi Water, Inc.

e-mail: contact@pi-water.com / 3301 S. Harbor Blvd. #112, Santa Ana, CA 92704 / Tel: 714-557-2424



www.hotelpg.com

カリフォルニア園庭を囲むくつろぎの空間

Hotel Pacific Garden PG

- 日本語を話すフロントスタッフ24時間常駐
- 無料コンチネンタルブレックファースト付
- 無料和朝食付き(月曜～金曜)
- 静かでゆっくりと安らげる客室
- 無料WiFi全室完備
- 長期滞在者に嬉しいコインランドリー
- 30年以上にわたる日本人をメインとしたお客様へのサービス



ご予約・お問い合わせは日本語で

Phone: (310) 532-5200
e-mail: reservation@hotelpg.com
1625 W 158th St., Gardena CA 90247

TOKYO CENTRAL & MAIN Pacific Storeの裏側、158th St.に面しています

確定申告

会社設立・経営サポート

あなたにも節税できます！ タックスリターン

法人・個人共全州・全ビザを対象にしています。



会計士 尾崎真由美

日本語フリーダイヤル | Fax (877) 827-1040
(305) 233-6551
info@1040me.com

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
※クレジットカードも使えます

18001 Old Cutler Rd. Suite 454, Miami, FL 33157 1040me.com

4. 心も体も健康を保つ 日々の心得

Daily Tips



●紫外線を防ぐ

紫外線に当たると皮膚細胞でも活性酸素が作られ、シミやシワの原因となる。特に夏は帽子をかぶったり日傘をさしたりと、紫外線対策をしっかり心がけよう。

●ストレスを溜めない

ストレスを溜めると血流が悪くなり、回復する時に活性酸素が発生する。楽しさや好奇心は脳の栄養だが、マイナス思考やネガティブワードは脳の大敵。イライラした時は立ち止まって深呼吸しよう。

●運動は軽めに

激しい運動をすると呼吸量が増えて活性酸素が生まれやすくなるため、ウォーキングなどの軽めの運動を日々の生活に取り入れよう。

●お酒はほどほどに

アルコールを分解する時には体内で活性酸素が発生する。毎日飲む人や一度に飲む量が多い人、またアルコールに弱い人は注意しよう。

●タバコを控える

タバコを1本吸うと、1日あたり約10万倍もの活性酸素が体内で生成されてしまうのだとか。抗酸化物質であるビタミンを破壊する成分も含まれているので、吸い過ぎには注意。

アンチエイジング最新ニュース

Anti-aging Latest News

シリコンバレーで アンチエイジング研究が白熱!

研究開発の最先端をリードしてきたシリコンバレーでは、近年、アンチエイジング分野への多額の研究投資が行われている。老化科学の開発を行う Alkahest社は複数企業から1億5000万ドルを調達し、スタートアップ企業 Y Combinatorは、加齢に起因するヘルスパンなどの分野に取り組む企業へ100万ドル規模の投資プログラムを発表した。支援されている研究は、DNAから新しい臓器を成長させるものや、若い血液・幹細胞を加齢した体に注入するものなどさまざま。テクノロジーと健康がどのような化学反応を起こすのか、今後ますます注目が高まる。



若返りの鍵はテロメア

近年、アンチエイジングの鍵として注目されているものに、細胞の中の染色体の末端にあるテロメアという部分がある。テロメアは細胞分裂のたびに短くなっていき、肌のたるみやシワ、白髪などの発生と深く関わっている。実は、不規則な食生活や運動不足、喫煙や飲酒、精神的なストレスはテロメアの短縮を加速させる要因であり、これらを改善することで短縮速度を遅らせることができるのだそう。実年齢より20歳も老けていたテロメアを、ストレス生活を改善したことで実年齢相当まで巻き返すことができたという事例もある。皆さんも、テロメアの短縮速度を遅らせる生活習慣を取り入れると良いだろう。



皮膚が若返る 最新スキンケアサプリメント「OS-01」

サンフランシスコに拠点を置くスタートアップ企業 One Skinが、2020年10月に皮膚の寿命を延ばすスキンケアサプリメント「OS-01」を販売開始した。このサプリメントは、肌に蓄積される老化した細胞を取り除くことで皮膚を若返らせるというアプローチ。12週間使用するとハリのある肌に戻っていくことが実証されている。OS-01とはペプチド(アミノ酸で構成された分子)で、老化に起因する病気の治療に対する効果も期待されている。



若者の血液に若返り効果!?

現在、心臓病や痴呆、癌などの疾患に効果があると期待されるアンチエイジング薬の研究開発が進んでおり、5年以内には若返りが実現するともいわれている。そんななか、若返りの妙薬として若者の血液に注目が集まっていることをご存知だろうか。2014年にマウスを使って行われた研究では、若齢マウスの血液を高年齢マウスに与えたところ脳に奇跡的な回復効果を与え、老齢マウスは若返りの兆候を示したという。この分野への投資は世界的に高まっているようだが、研究開発において若者から搾取が行われるのだとしたら、なんだか恐ろしい……。





ごはんマーケット

日本食材
オンラインストア

アトランタ倉庫より丁寧梱包、
最速出荷、約1000点の品揃え、
皆様のアメリカ生活をより豊
かに！日本人スタッフによる日
本品質のサービスを全ての皆様
に。スタッフ一同皆様のご来店
お待ちしております。

GOHANMARKET.COM

初回限定！1回限り

5%offクーポンコード
[FRONTLINE]

お買い物なら

サンライズマート

手作り弁当・お惣菜が盛り沢山！

新鮮・安い！年中無休で営業！

\$50以上ならデリバリーも承ります

East Village

4 stuyvesant St., 2nd Fl., New York, NY 10003
(9th st. & 3rd Ave.)
Tel: (212) 598-3040
10am-10pm (Fri & Sat 11pm)

SOHO

494 Broome St., New York, NY 10013
(W.Broadway & Wooster St.)
Tel: (212) 219-0033
10am-9pm

Midtown

12 E. 41st St., New York, NY 10017
(btw 5th Ave. & Madison Ave.)
Tel: (646) 380-9280
8am-9pm (Mon-Fri) 11am-8 pm (Sat & Sun)

Brooklyn

934 3rd Ave., Brooklyn, NY 11232
Tel: (347) 584-4579
11am-8pm (Sun-Thu) 11am-9 pm (Fri-Sat)

日本語で
どうぞ

DVD通販

無料
カタログ

HIGH QUALITY VIDEO INC (800)343-9869
21 W 45TH ST FL 2 NEW YORK NY 10036 www.HQvideo.net
E-mail: support@hqvideo.net

TV番組

アニメ

韓国ドラマ

時代劇

**営業
しています!**

Hada Labo is

Japan's No.1

Skincare Brand



Available at:
DON QUIJOTE, FOCUS STORE,
ICHBAN KAN, MAKE ASOBI,
MANEKI NEKO, MARINA FOOD,
MARUKAI, MITSUWA, NIJIYA,
TAKASHIMA, UWAJIMAYA,
99 RANCH MARKET

Authorized dealer: **PMAI**
1700 W. WALNUT PKWY
COMPTON, CA 90220
WWW.PMAIUSA.COM

MOISTURIZING SERIES



BRIGHTENING SERIES



ANTI-AGING SERIES



TRY ME

Visit hadalabousa.com for more information



NIJIYA MARKET

ニジヤマーケットは、
本物の日本食、高クオリティーの日本食材、
ヘルシーなオリジナル商品にこだわり、
みなさまのお越しをお待ちいたしております。



Nijiya Market brings you with authentic Japanese food,
High quality Japanese ingredients and Healthy original products.
We are always here for you.



TORRANCE STORE (310) 366-7200
2121 West 182nd St., Torrance, CA 90504 9:00am-10:00pm

ROLLING HILLS STORE (310) 534-3000
2533B Pacific Coast Hwy., Torrance, CA 90505 10:00am-9:00pm

WEST L.A. STORE (310) 575-3300
2130 Sawtelle Blvd., #105, Los Angeles, CA 90025 9:00am-11:45pm

PUEBLO HILLS STORE (626) 913-9991
17869 Colima Rd., City of Industry, CA 91748 10:00am-8:00pm

LITTLE TOKYO STORE (213) 680-3280
124 Japanese Village Plaza Mall, Los Angeles, CA 90012 9:00am-9:00pm

SAN FRANCISCO STORE (415) 563-1901
1737 Post St., San Francisco, CA 94115 10:00am-8:00pm

SAN MATEO STORE (650) 212-7398
1956 S. El Camino Real, San Mateo, CA 94403 10:00am-9:00pm

SAN JOSE STORE (408) 275-6916
240 Jackson St., San Jose, CA 95112 9:00am-9:00pm

MOUNTAIN VIEW STORE (650) 691-1600
143 E. El Camino Real, Mountain View, CA 94040 9:00am-10:00pm

SAN DIEGO STORE (858) 268-3821
3860 Convoy St., #109, San Diego, CA 92111 9:00am-10:00pm

HONOLULU UNIVERSITY STORE (808) 979-8977
1009 University Ave., #1, Honolulu, HI 96826 9:00am-9:00pm

HONOLULU ALA MOANA STORE (808) 589-1121
451 Piikoi St., Honolulu, HI 96814 10:00am-9:00pm

www.nijiya.com

人材紹介

STS Career



アメリカでの採用をサポート「全米の人材紹介サービス」

アメリカ全土へのネットワークで全米各地の求人をご紹介致します。



理想の人材を
詳しくヒアリング



候補者のスクリーニングを
行い適切な人材をご紹介



書類・面接を通し
御社にて選考



内定者の給与交渉や
入社までの手続きをサポート



経理・給与計算アウトソーシング

STS Outsourcing

在米日系企業の管理業務をサポート「リモート型業務代行サービス」



管理業務の変動費化を実現

業務量に応じて必要な時間だけの稼働
繁忙期に特化し平常時の人件費を削減



業務の安定化

従業員の退職などによる業務継続リスクを低減
業務の標準化、効率化を実現



不正の防止

ブラックボックス化などの不正を防ぎ
オープンな業務体型へ変更可能

日次、月次で発生する記帳業務や売掛金・買掛金管理、小口精算、給与計算。
連結レポートや日本本社への報告資料作成まで、経理・給与関連業務全般を代行します。



STS STS Innovation

創刊26年の全米向け日本語メディア「U.S. FrontLine」を軸に、中国語メディア「J-goods」の制作・発行。人材紹介「STS Career」事業、経理・給与計算のアウトソーシングおよびシステムコンサルティングを提供。米国西海岸を拠点に、日本とアメリカを繋ぐソリューション企業です。

 sts-innovation.com

 info@sts-innovation.com

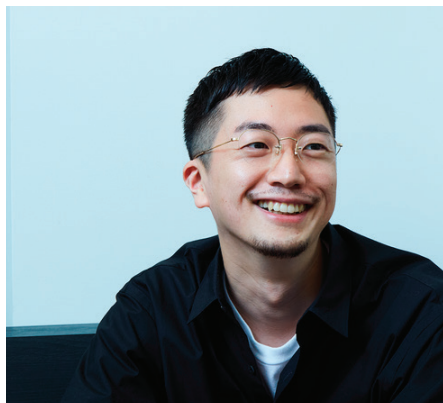
 22519 Hawthorne Blvd. Torrance CA 90505
3350 Scott Blvd. #5502, Santa Clara CA 95054

日本酒の可能性を広げ 新しい歴史をつむぐ

新たな日本酒市場をつくる

“日本酒の未来を切り拓く”をビジョンとし、2013年に設立された株式会社 Clear。同社は日本酒専門WEBメディア「SAKETIMES」の運営と、ラグジュアリーな日本酒ブランド「SAKE HUNDRED」の商品企画・開発・販売の2つの事業を展開している。

日本酒産業の市場規模は、1973年をピークに4分の1まで下がっている。その原因は、薄利多売と酒の種類の多様化、そしてエンターテインメントの多様化だ。昔は娯楽といえば酒だったが、今はテレビやSNS、eスポーツ、漫画などなんでもある。「さまざまなものが楽しめる世の中は進歩的で健全なので、日本酒の消費量が減ること自体を僕は受け入れています。だからこそ、どうすれば日本酒の価値が改めて社会で認知されるかが重要なのです」と話すのは、CEOの生駒さん。ワインやウィスキーに高単価なマーケットがあるように、日本酒も近年は吟醸酒などの高単価・高品質のものを味わ



株式会社 Clear の CEO 生駒龍史さん

って飲む消費態度に変容している。生駒さんは、「単価も付加価値も品質も高い商品で総合的に満足してもらうことが、今の日本酒に求められている価値だ」と話す。

ラグジュアリーの産業を作ることで未知の市場を切り拓き、日本酒の市場規模全体を大きくしたい。そんな想いで、Clearは2018年にSAKE HUNDREDの事業を始めた。ラインナップには、現代日本画家・大竹寛子さんとのコラボレーションアイテムといった斬新な商品もある。「付加価値というのは一概に品質やおしさだけではありません。箱を開けてラベルを見た瞬間に心を奪われるような、プラスαでどういった価値を提供できるかが重要なんです。アートは付加価値の究極ですから」と生駒さん。

資金調達でさらなる挑戦へ

今年5月の資金調達により、同社は今後、SAKE HUNDREDの海外進出を強化する。アメリカへも販路拡大が決まっており、ECサイトを通じて個人が直接購入できる仕組みを作るようだ。アメリカのレストランのシェフとタイアップをしたり、ペアリングイベントを開催したりと、日本酒の魅力を知ってもらうことも直近の目標だと生駒さんは意気込む。「フレンチって、ワインより日本酒のほうが合う料理もいっぱいあるんですよ。『酒といえば寿司』といった古い情報のままではなく、フレンチ、イタリアン、スパ



比類なき最高峰の日本酒ブランド「SAKE HUNDRED」

ニッシュの料理とも十分に共演できるポテンシャルがあると知ってもらうことも課題の一つです」。また、WEBメディアSAKETIMESのInternational版の発展にも力を入れていく。今年からはアメリカ在住の日本酒ジャーナリストにディレクターとして入ってもらい、読者が行動に移せるような記事を安定的に出していくそうだ。

最後に、会社としての今後の展望を聞いた。「酒蔵の人が高いお酒も売れると知って、挑戦して儲かってくれば、酒米農家にも安定的に発注ができて一次産業も潤います。既存の産業の中でパイを奪い合うのではなく、自分たちの事業がサプライチェーン全体を潤わせる、新しい道の起点になるような存在でい続けたいと思っています」。

SAKE HUNDRED : sake100.com

SAKETIMES : jp.sake-times.com

PROFILE

生駒龍史

Clear Inc. 代表取締役 CEO、SAKE HUNDRED Brand Owner。2018年7月より日本酒ブランド「SAKE HUNDRED」を創業。『Forbes Japan』でSAKEイノベーターとして選出。国税庁主催「日本酒のグローバルなブランド戦略に関する検討会」でソムリエの田崎真也さんと並び委員も務め、内閣府や国税庁から有識者として招聘されるなど、業界の第一人者としても注目される。

未来に向かって限りなく拓け行くニュージャージーに
好条件の不動産をお求めになりませんか——。

NJの不動産情報なら信頼第一の



国際不動産

REALTY INTERNATIONAL

● 商工業物件 ● 投資用ビル ● 住宅など

ジュディ高までご連絡下さい

Tel: 201-585-8088 Fax: 201-585-1965

e-mail: Judy.Kao@RealtyinNJ.com

www.RealtyinNJ.com

住居売買物件

Edgewater
Condo/Townhouse
1Br 18th Parking Club House
\$355,000

Cliffside Park
Carlyle Tower Condo
2Br 2.5Bth Beautiful View NYC
\$749,000

Fort Lee
2-Family
5Br 3Bth 2Car Garage
\$1,200,000

商業用賃貸物件

Fort Lee
メインストリート沿い
リテール&オフィス用
Total 8,000sqft
First floor (Retail) \$26.50/sqft
Second floor (Office) \$24.50/sqft

Office Suites
Walk to
George Washington Bridge
120-180 sf \$650-900/Month

Ridgewood
Downtown Office Suite
200 sf Office Suite
\$800/Month

住居賃貸物件

Fort Lee
1Br 18th Parking Space
(Co-op) \$1,550
1Br 18th Parking Space
(Mid-rise) \$2,150
2Br 18th Parking Space
(Condo) \$2,000
3Br 18th 1Car Garage
(2-Family) \$2,500
3Br 3.5Bth 2Car Garage \$4,000

Tenafly
One-Family
5Br 4Bth 2Car Garage \$8,000

New Milford
One-Family
3Br 3Bth 1Parking Space \$2,850

REALTY INTERNATIONAL INC. 2035 Lemoine Ave., Fort Lee, NJ

あなたにぴったりの
住まい・ビジネス・投資物件を
サポートします。

大好評!
新生活の必需品
スターターキット
無料進呈中!

テキサス州のほか、他州の不動産もカバーしています。



山田 由美



住宅売買・賃貸住宅・アパート
オフィス移転・商業物件・投資物件



Cell 972-834-0725

www.yuhadreamhomes.com

Email: yumi.realestate@gmail.com

掲載広告募集

詳しくはこちら

sales@usfl.com



EOSは日系最多のスタッフを抱える会計事務所です。

きめ細やかな会計・税務サービスで
さらなる成長を目指す皆様と共に。

監査及び会計サービス

- ・財務諸表の監査、レビュー、コンピレーション
- ・内部統制、J-SOX法への対応
- ・国際財務報告基準、IFRSへの移行支援サービス
- ・企業合併、買収などに関する企業評価業務
- ・会計デューデリジェンス
- ・記帳および期末決算のサポート
- ・その他、会計関連のアドバイス業務

税務関連業務

- ・個人所得税申告書の作成
- ・米国、日本における駐在員の税務プランニング
- ・米国法人、パートナーシップの所得税申告書
および四半期予定納税申告書作成
- ・企業合併、買収 (M&A)等に関連した企業評価業務
- ・米国移転価格税制上の文書作成

給与計算

NEW JERSEY HQ
401 Hackensack Ave. #1001,
Hackensack, NJ 07601
☎ (201) 836-3710

DETROIT OFFICE
39555 Orchard Hill Place, #440,
Novi, MI 48375
☎ (248) 347-3260

CHICAGO OFFICE
1701 Golf Road, #3-200,
Rolling Meadows, IL 60008
☎ (224) 836-6900

HOUSTON OFFICE
1880 S. Dairy Ashford, #237
Houston, TX 77077
☎ (832) 390-2422

SAN JOSE OFFICE
4675 Stevens Creek Blvd. #130,
Santa Clara, CA 95051
☎ (408) 441-0655

LOS ANGELES OFFICE
2050 W. 190th St. Suite 210,
Torrance, CA 90504
☎ (310) 217-9900

HONOLULU OFFICE
500 Ala Moana Blvd. #5-350,
Honolulu, HI 96813
☎ (808) 599-7949

TOKYO REPRESENTATIVE OFFICE
東京都千代田区丸の内1-8-3
丸の内トラストタワー本館20階
☎ (03) 5288-5241

www.eosllp.com



Nagano Morita,
a Division of Prager Metis CPAs

日米会計・税務・コンサルティング総合サービス
プレイグアーマーティス・日系部門永野森田

Your world. Worth more.

“Client 1st”をモットーにグローバル対応した
総合サービスをご提供します。

【ロサンゼルス】
TEL: (213) 621-2304
FAX: (213) 621-2928
小東京鹿島ビル内
250 E.1st St., #1200
Los Angeles, CA 90012

【トーランス】
TEL: (310) 324-6868
FAX: (310) 324-6869
ツインタワーWest
990 W.190th St., #560
Torrance, CA 90502

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

【ニュージャージー】
TEL: (201) 363-0050
FAX: (201) 363-0053
George Washington Bridge
近郊
2125 Center Ave., #204
Fort Lee, NJ 07024

【ボストン】
TEL: (617) 207-0095
FAX: (617) 574-4605
MarketStreet Lynnfield
近郊
301 Edgewater Pl., #100
Wakefield, MA 01880

【永野・森田インターナショナル】
TEL: +81(3) 6218-0355
FAX: +81(3) 6218-2110
新橋駅前ビル
東京都港区新橋2-20-15
新橋駅前ビル1号館504号

無料「会計税務ニュース」毎月配信中心! お申し込みは当社ウェブサイト。

www.nagano-morita.com

admin@nagano-morita.com





ミシシッピ文化の中心地

カホキア・マウンド州立史跡

イリノイ州

世界遺産とは●地球の生成と人類の歴史によって生み出され、未来へと受け継がれるべき人類共通の宝物としてユネスコの世界遺産条約に基づき登録された遺産。1972年のユネスコ総会で条約が採択され、1978年に第1号が選出された。2020年7月現在、167カ国で1121件(文化遺産869件、自然遺産213件、複合遺産39件)が登録されている。

イリノイ州の南西、ミシシッピ川のすぐそばに位置するカホキア・マウンド州立史跡は、北アメリカ最大といわれる先住民文明の遺跡。800～1350年頃、ミシシッピ川流域の広範囲でミシシッピ文化が栄えていた。カホキアはミシシッピ文化の政治的・経済的な中心地であり、労働組織や階級社会が形成され、農業や貿易などで賑わっていた。最盛期の1050～1150年には1～2万人が居住していたと考えられている。これは当時の主要なヨーロッパの都市人口と同等の規模で、相当大きな町だったことが分かる。

現在、史跡として残っているのは無数の土塁だ。繁栄当時、町は居住エリア、公共エリア、特別な活動に使われるエリアなどのセクションに分かれており、土塁があった場所は墓や住居、公共の建物などさまざまな用途に使われていたと考えられている。まだ多くの謎に包まれているが、複雑で高度な階級社会が存在していたとされ、アメリカ先住民の政治や宗教を知る貴重な資料として1982年に世界文化遺産に登録された。



上/段々状の台地が2つ以上あるのはモンクス・マウンドのみ 左下/カホキアの歴史や出土品はインタープリティブ・センターで見学可能 右下/繁栄時の町の想像図 ©Cahokia Mounds State Historic Site

古代文明に想いを馳せて

カホキア・マウンド州立史跡で一際大きくそびえ立つのは、Monks Mound(モンクス・マウンド)と呼ばれる史跡内最大の土塁。土塁の南北の長さは954.7フィート、東西の幅は774.3フィート、高さは92.2フィートで、土台部分だけで比較するとエジプトのピラミッドをも凌ぐ大きさになる。この土塁を中心として、周囲には無数の集落や村が広がっていたと考えられている。モンクス・マウンドを中心とする一帯はセントラル・カホキアと呼ばれ、その周囲には木材の柵で作られた壁が張りめぐらされていた。壁には見張り台も設置されていたことから、セントラル・カホキアは階級の高い人々が住む重要な区画だったことが推測できる。また、モンクス・マウンドの西側にはWoodhenge(ウッドヘンジ)と呼ばれる天文台跡も残っている。これは赤杉で作られた木の柱が円状に立ち並んだ構造で、カレンダーの役割を果たしていたと考えられている。

カホキア・マウンド州立史跡にはトレイ

ルコースがいくつかあり、歩きながら史跡を見て回ることが可能だ。周辺は自然に囲まれており、シカなどの野生動物も生息している。史跡の歴史や文明の背景をしっかりと学びたいなら、ガイドツアーに参加するのがおすすめ。8月は木曜～日曜に1日2回実施されており、所要時間は1時間ほど。9・10月もピーク時にはガイドツアーが実施される。そのほかにも iPod Touch を使ったオーディオ&ビジュアルツアーや、カセットテープを使った音声ガイドなどもあるので必要に応じて利用してみよう。

カホキアはミズーリ州のセントルイスからもほど近く、ダウンタウンから車でたったの15分ほど。旅のついでにぜひ立ち寄って欲しい。

遺産プロフィール

カホキア・マウンド州立史跡
Cahokia Mounds State Historic Site
登録年 1982年
遺産種別 世界文化遺産
cahokiamounds.org

文/齋藤春葉 ● 物流会社に営業職、出版社で旅行雑誌の編集職を経て渡米。思い立ったら国内外を問わずふらりと旅に出るは、その地の文化や人々、景色を写真に収めて歩く。世界遺産検定1級所持。

携帯電話はユニバーサルモバイル

～あなたのアメリカ滞在を応援します～

ミニマムプラン

\$15
Per Month

Data 2GB | Talk 25¢/min | SMS Unlimited

ライトプラン

\$30
Per Month

Data 2GB | Talk Unlimited | SMS Unlimited

ビジネスプラン

\$45
Per Month

Data 6GB | Talk Unlimited | SMS Unlimited

プレミアプラン

\$60
Per Month

Data Unlimited | Talk Unlimited | SMS Unlimited

SIM料金プラン

- 現在の電話番号はそのまま! (ナンバーポータビリティ)
- 契約期間制限・クレジットチェックなし
- 日本の電話番号へかけ放題のジャパンコールをはじめ、便利なオプションプランあり ※ミニマムプランは通話料金がかかります



日本国内用 ポケットWiFiレンタルサービス



1～7日間 **\$40**

8～14日間 **\$60**

15～30日間 **\$80**

日本の空港に到着してすぐに
ネットがつながる!

通信費込みの格安レンタル料金

LTE高速データ使用

※31日目以降は日数に応じて1日\$4が加算されます



UNIVERSAL MOBILE®

universalmobile.us/frontline

TEL: 888-504-9056 / Email: customer@universalmobile.us

当携帯電話サービスの内容は、将来予告なく変更、追加、削除することがあります。また当社ではサービスの一部または全てを、一時的あるいは永続的に変更・中断・停止・廃止をすることができるものとし、本サービスの使用または使用不能から生じる不随的な損害(記録内容の変化、消失、事業利益の損失、事業の中断など)に関して、一切の責任を負いません。



Websites that stand out

他と差がつくWebサイト制作

TOKYO, LOS ANGELES, BAY AREA

GRAPHNETWORK



最終回

度合いによって使い分ける「嫌い」の英語表現



英語で 嫌いな物、嫌い度、 好きでない、無関心 嫌い度数を 正確に示す



嫌いな物は、「嫌い」「あまり好きじゃない」「嫌いじゃないけど好きでもない」のように程度によって表現が異なります。英語でも嫌悪感の程度を適切に表現できるようになりましょう！

「Hate」は「I don't like」「Dislike」に比べてより感情的な嫌悪を示します。アメリカではHateを会話で軽々しく使わないのが一般常識で、「I hate him.」のように人に対して使うと注意されることもありま

す。しかし、食べ物や行動に対しては日常的に使われます。Hateの代わりに使える表現が、「I can't stand」。不快に感じる物事や行為が我慢できないことを意味し、Hateほど重い表現ではありません。

「好きではない」を意味する「I don't like」は、何に対しても使えるもっとも一般的なフレーズです。「あまり好きじゃない」と言いたい場合は「I don't really like」と表現しますが、「I really don't like」のようにreallyをIとdon'tの間に入れると「本

当に好きじゃない（=すごく嫌い）」という意味になるので、語順に気をつけましょう。

「あまり好きじゃない」を表す表現の1つが、「I'm not big on」。Big onは音楽や映画、食べ物などが大好きであることを表現する時（肯定文）に使われ、それを否定することで「あまり好きではない」を表します。「I'm not a fan of」もそこまで熱狂的に好きではないことを表し、日常的な物事に使われます。

好きでも嫌いでもない、興味がないといった意味で使える表現の1つが、「I'm not into」。「～が趣味」「～に興味がある」と言う時に使う「I'm into」の否定形です。また、何かにすごく夢中になっていることを意味する「Crazy about」を「I'm not crazy about」のように否定文として使うことで、関心がないことを示します。世間で話題になっているけど自分はあまり関心がないと言いたい時に使えます。「Not my thing」という表現も、嫌いではないが個人的には楽しいとは思わないというニュアンスがあり、苦手なことや好きではないことを表す時に使うフレーズです。

例文

- I can't stand LA traffic. It drives me crazy.
(ロスの渋滞大っ嫌い。イライラする。)
- I don't really like living in the city. Everything is too expensive.
(都会に住むのはあまり好きではありません。すべてが高すぎます。)
- I really don't like living in the city. I want to move out to the suburbs.
(都会の暮らしが本当に嫌です。郊外に引っ越したいです。)
- I'll drink beer every now and then but I'm not a fan of it.
(ビールはときどき飲みますが、あまり好きではありません。)
- I have an Instagram account but I'm not really into social media.
(インスタのアカウントは持っていますが、SNSにはあまり興味がありません。)
- I know yoga is good for you but it's not my thing.
(ヨガは体に良いことは分かっていますが、私に向いていません。)

Jun Senesac

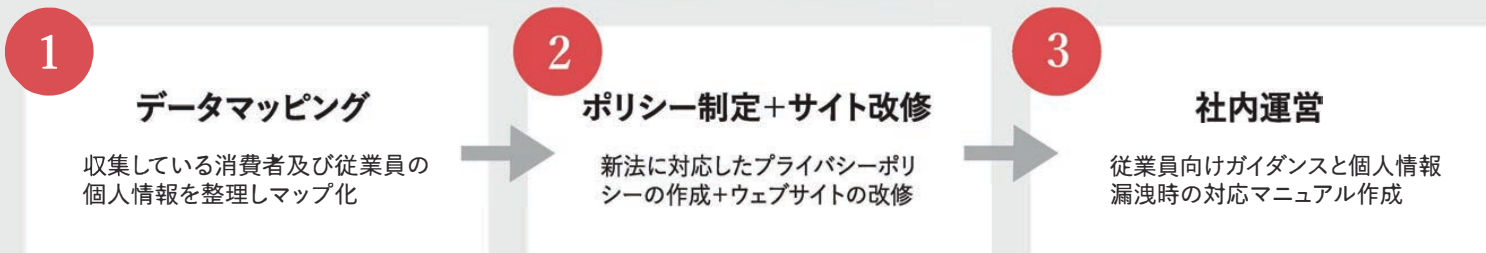
ロサンゼルス出身の日米ハーフ。両親が運営するL.A.の英会話学校「BYB English Center」にて、高校生の頃から英語講師としてのキャリアをスタート。UC Santa Barbara大学へ入学し、1年間一橋大学へ交換留学。卒業後、国際交流員として日本で2年間の勤務を経て、2011年にアメリカへ帰国しBYB姉妹校をアーバインに開校。2013年に英語学習サイト「Hapa英会話」を設立。YouTubeにて登録者5万人を超える英会話チャンネル「Hapa英会話」を配信。

YouTube チャンネル
「Hapa 英会話」も見てね！

GDPR & CCPA対策サービス

EUの個人情報保護法「GDPR」及び2020年1月1日施行のカリフォルニア州「CCPA」への対策をサポートします。

対策の流れ



具体例 1

クッキーポップアップの作成
クッキー取得許諾のポップアップをウェブサイトに設置します。



具体例 2

個人情報削除依頼の対応
担当者と方法を定め、期限内に対応できる仕組みを作ります。

「私の個人情報を削除して下さい」



WEBアクセシビリティ対応サービス

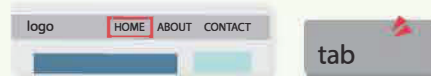
ウェブコンテンツは障害を持つ方にも使いやすい必要があります。
米国ではウェブアクセシビリティに関する訴訟が急激に増えており、日系の一般企業やレストランも対象となっています。

サービス内容



簡単にウェブサイトチェック

キーボードでコンテンツにアクセスできますか？
マウスを使わずtabキーを押して、試してみましょう。



 STS Innovation

 3350 Scott Blvd. #5502, Santa Clara, CA 95054

 22519 Hawthorne Blvd, Torrance, CA 90505

 info@sts-innovation.com

 424-488-6511

 sts-innovation.com

1年半のコロナ禍を経て、ようやく以前の人間らしい生活が再開した。この時を待ち望んでいた。屋外に繰り出す喜びに溢れた人々の姿。解放感に浸る人間の姿はどんな時でも、どんな人の上にも、感動的である。生きていて良かった。私たちは多種多様な生命共同体の一員として喜びを共有した時、一人で味わうのとは別次元の喜びを感じる。夏の爽やかな午後、早速友人を誘い、本格的なアフタヌーンティーを楽しんだ。

ロサンゼルス南、San Juan Capistrano に位置する Mission は、毎年3月19日にアルゼンチンからツバメの大群が必ず帰ってくることで有名だ。ここは小さな街だが、車も停まるので人気のスポットだ。ここに民家を改造した素朴で家庭的な The Tea House がある。普通の家の各部屋にいくつかのテーブルがあるという店構え。イギリスの家庭でお茶をいただく雰囲気味わえる。部屋の壁にはありとあらゆる美しい食器が飾られ、やさしい色合いと繊細な柄は見ていて飽きない。コースになっていて、自分の好みの紅茶がきれいなポットに入り熱々の状態で供される。香りをかき、紅茶を口に含む。なんともいえない香りが広がり、蓄積された疲れがゆっくりと溶きほぐされる。これこそがアフタヌーンティーの醍醐味だ。大きな自家製スコーンは外はカリカリ、中はふんわり。添えられたジャムとバターもおいしい。これだけでお腹が一杯だが、その後にフレッシュなサラダ、ス

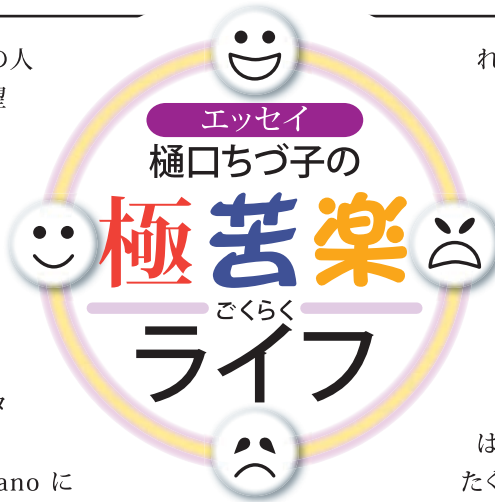


The Tea House

oup、それから6種類のサンドイッチと続く。どれもまろやかで、自家製の誇りをかけた味だ。素朴な家庭料理の癒やしがある。友人と1年半の互いの忍耐を慰め合う。会話こそが、このひとときの主役だ。

家族連れ、恋人同士、親子、それからたった一人でゆっくりと贅沢な時間を楽しんでいる老婦人の姿もあった。一人静かに、紅茶を楽しむ姿は感動的でさえあった。

また先日は、LA下町に開発された新しい Art District にある Hauser & Wirth に絵を観に行ってきた。この辺りは以前は荒れた倉庫街だったが、再開発が始まり、天井の高い素晴らしいギャラリー街が出現した。現代的でカッコ良い街には若者たちが寄ってくる。千差万別の個性と活力に溢れ、触



第81回
街に出ようよ

れば切れるようなシャープさも振りまく。好き勝手な格好で自分の特性を誰に遠慮することなく発散している。いいよいいよ、若者だもの。

ミシェル・オバマの肖像画家として選ばれた Amy Sherald の絵を観るのが目的。アフリカンアメリカンの肌の色がとてもきれい。原色に近いカラフルな色使いにもかかわらず、少し抑えられたトーンが静かな雰囲気を与える。人物たちは皆ある種の品があり、好きな画家だ。

たくさんの絵の中で、たった1枚で良い。忘れられない絵、胸に残る絵に出会いたい。気に入った絵を部屋に飾り、毎日その絵と語り合う。朝はおはようと言ひ、夜は仕事からクタクタになって帰宅した時、お疲れ様と声をかけてくれる絵。その絵をちらりと観て、今日も一所懸命生きて良かったですと、その絵に報告する。そんな絵が欲しい。

他の日には LACMA に奈良美智展を観に行きた。彼の40年の画業の総まとめに近い規模の個

展だ。この個展は去年はコロナ勃発のために延期され、今年に制約下での開催となった。LACMAでの晴れの舞台の延期に奈良はインタビューの動画で、「2011年の東日本大震災を在住の東北で経験し、そして世界を巻き込んだコロナ危機に直面。どうしようもない事態に、自分には何ができるか」と真摯に問うていた。素朴で誠実、答えを見つけようとひたすら描き続ける人。こんな人がいてくれてホッとします。何も奇をてらわない。自分のできるこ

とをやり続けるアーティスト。

彼は助手を一切使わずすべてを一人で制作するから、よくもこれだけのものを描いてきたと膨大な展示作品数に感慨深げだった。実にすごい量だ。頭でっかちで、こちらを睨んでいる少女の絵が有名だが、そのキャラクターの背後には膨大な量の油絵、ドローイング、彫刻、陶器がある。封筒の裏、カートンボックスの裏、コピー紙、何にでも描きまくる。画家という仕事に一生をかけた人間の本気度が、その質と量からしみじみと伝わってくる。村上隆と対極的な画家だが、彼のことを「彼とは真逆な感じなんだけれども、めっちゃ隣部屋に住んでる気がする」と語っている。

日本男子、頑張ってる。だから日本女子も頑張ろう。街に出ようよ。



カリフォルニア州オレンジ郡在住。気がつけばアメリカに暮らしてもう43年。1976年に渡米し、アラバマを皮切りに全米各地を仕事で回る。ラスベガスで結婚、一女の母に。カリフォルニアで美術を学び、あさひ学園教師やビジュアルアーツ教師を経て、1999年から不動産業に転身。山口県萩市出身。早稲田大学卒。ご意見・ご感想は、mail@chizukohiguchi.comまで。

ライフメイツの米国居住者向けサービス

- 日本への永住帰国
- 日本の老親の介護・終活
- 日本の老齢・遺族・障害年金
- 日本の行政・金融機関の事務手続き

アドバイス・手続き代行・専門家紹介いたします。

初回相談料無料 (Skype、LINE、Zoom可)

(株) ライフメイツ (本社東京)

TEL: 213-327-8650 / info@life-mates.jp / www.life-mates.jp

US Frontline Web 版にコラム「日本の年金、老後の帰国」連載中 →



無料オンラインセミナー(ウェビナー)

日本への永住帰国～帰国時の手続き

■日時: 2021年8月29日(日)

PST 4:00-5:00pm

■詳細: 内容、申し込みは下記サイトを参照

www.life-mates.jp/0829K

セミナーのお問い合わせはメールにてお願いします。

お引越し作業コーディネーター募集!

(フルタイム、パートタイム、短期間バイト)

米国ヤマト運輸では、英語・日本語を話すことができるお引越し作業コーディネーター/各種オペレーター業務担当を募集しております。以下の条件に見合い、ご興味のある方は是非レジュメをお送りください(弊社でトレーニングを致します。男女、年齢は問いません)。

- ・合法的にアメリカ合衆国で就労が可能なる方。
- ・日本語、英語の両か国語を話せる方。
- ・40LBSのお荷物を持ち運びできる方。

勤務地: シカゴ(イリノイ州)、コロンバス(オハイオ州)
レイビル(ケンタッキー州)、ナッシュビル(テネシー州)
レジュメ送付先: sakao@yamatoamerica.com



YAMATO TRANSPORT U.S.A., INC.

日本語でどうぞ DVD通販 無料カタログ

HIGH QUALITY VIDEO INC (800)343-9869
21 W 45TH ST FL 2 NEW YORK NY 10036 www.HQvideo.net
E-mail: support@hqvideo.net

TV番組

アニメ

韓国ドラマ

時代劇

営業
しています!

天然利尻昆布をはじめ髪に良い成分を贅沢に配合

無添加

利尻こんぶ

使うたびに髪しっとりサラサラ
毎日キレイがずっと続く!

ヘアカラー
シャンプー



いつものシャンプーを「利尻カラーシャンプー」に替えるだけ! 白髪が徐々に目立たなくなり、とっても簡単。コンディショナーとセット使用で、色持ちアップ!

\$39.80 (200g)

ヘアカラー
トリートメント



髪表面をやさしくマニキュアするタイプで、髪や頭皮を傷めません。ツンとくる嫌なニオイもなく無臭。直接手に取ってお使いいただけます。

\$38.00 (200g)

ミネラルやヌルヌル成分フコイダンが髪を保湿します。

こんな方におすすめ

- 自宅で簡単に染めたい方
- バサつきが気になる方
- 髪へのダメージが気になる方
- 頭皮が敏感な方

選べる4色!

- ブラック
- ナチュラルブラウン
- ダークブラウン
- ライトブラウン

お問い合わせは Tel: 310-218-1021 www.fujisan-us.com

地方発送承ります!

デザイン制作サービス

会社案内
パンフレット

カタログ
チラシ

広告
ポスター

名刺
ダイレクトメール

バナー
ランディングページ

その他デザイン

忙しい皆様にかわって、弊社で承ります。お気軽にご相談ください。

STS Innovation, Inc. Email: sales@usfl.com

親としてもっと知りたい! アメリカの学校

パート3



福田恵子

日本とはあらゆる面で異なるアメリカの学校の実態を、ロサンゼルス郊外の公立校を卒業し2020年秋からUCに進学した娘ニナをもつ筆者が、保護者の視点からレポート。

第89回

課外活動の重み

日米の学校や受験システムの違いで実感するのが、生徒の活動への取り組みに対して、日本では短期的な実績でも評価されることがある一方、アメリカでは長期的に見られる傾向が強いという点だ。たとえば大学受験の際、日本では不合格であれば浪人して翌年、または翌々年、挑戦する機会が与えられる。しかし、アメリカでは高校での成績を表すGPAや、課外活動やボランティアにどれだけ長期間熱心に取り組んだかが重視されるので、希望の大学に合格しなければコミュニティカレッジに進み、2年間、GPAと活動実績を積み直す必要がある。アメリカでは一発逆転が難しいのだ。

いかに課外活動やボランティアが重視されるかについては先日、それを改めて実感させられる出来事があった。某非営利団体が提供している奨学金プログラムに応募してきた高校生たちのエッセーを読む機会に恵まれたのだが、応募書類に記載されていた高校でのGPAを見る限り、それほど高得点ではない生徒が、超優秀大学に合格していたのだ。理由はエッセーを読むとすぐに分かった。その生徒は高校生が政治に興味を示すようなクラブを立ち上げ、そのファウンダー兼リーダーとして多くの高校生を率いてさまざまな活動を展開していた。活動の目的は、18歳になって選挙権を手にした時に1人でも政治に目覚め、投票する人口を増やすことだとエッセーに書いてあった。今はそのクラブを次の世代に引き継ぐために新しいリーダー育成に力

を注いでいると締めくくられていた。大学のアドミッションのスタッフなら「こういう目的意識が高く、自立した、長期的視野に立って行動できる学生が欲しい」と思うに違いない。

さらにはるか昔に、アメリカ人の塾の講師に取材した時のことも思い出した。「大学申請時に提出するGPAは高校何年生からの成績ですか」と聞いた私に対して、確か2年生からと答えた後で彼女は次のように続けた。「でも、それは積み重ねの結果なのです。小学生、中学生とあまり成績が良くなかった生徒が、高校2年生から急に成績がアップすることはありません。小学生時代から地道に頑張って勉強する習慣を身に付けた結果として、高校での成績も維持できるのです」。納得した。

インターン開始

さて、ニナは高校時代、あまり課外活動に熱心とはいえなかった。スポーツもやっていたし、ボランティアの時間もそれほど蓄積できなかった。そこで大学1年生の現在、日本語の文章を英語に翻訳するプロジェクトのインターンを開始した。ささやかな大学デ

ビューだ。そのインターンは、自分でネット検索して見つけてきた。そして、試験のための翻訳文提出の際には、英語力で高校時代に一番信頼していた友達にレビューしてもらい、無事にそのポジションに就くことができた。

以来、月に1本ずつ日本語の文章の英訳を提出し、それをニナのようなバイリンガルのブルーフリーダーがチェックして疑問などあれば話し合い、修正して仕上げるのだという。そして先日、私にそのブルーフリーダーと意見が合わないと相談してきた。聞けばニナの解釈とブルーフリーダーのそれとが異なっているということだった。前後の脈絡から判断して、私はニナの解釈のほうが正しいと思うと答えた。それを聞いて自信を得たニナは諦めずに再度意見を伝えたようだ。その2日後、「この間相談した件だけど、やっぱり私の解釈が合っていたって。ブルーフリーダーがそう言ってきたよ」と報告してきた。私は解釈が正しかったという事実よりも、シャイな性格の彼女が折れずに主張し続けることができたことが嬉しかった。そして、課外活動でもボランティアでも、このような経験をできるだけ長く続けることで、いろんなことを学んで欲しいと願っている。



自動車および自動車部品関連

自動車業界の最新動向をキャッチ

AutoFront

自動車および自動車部品業界の最新情報
を取材分析、他の邦字紙では読めない細
かい動きや特集記事、メーカーおよび車
種別販売台数、生産台数等を毎月掲載し、
加速する合従連衡の波を的確に捉えます。

発行日：月・水・金
料金：1ヶ月\$90.00、6ヶ月\$510.00
1年\$990.00

電気自動車(EV)・自動運転

電気自動車(EV)、自動運転車に代表される
業界の最新動向をお伝えます。

AutoFront-Future

発行日：火、木
料金：1ヶ月\$90.00、6ヶ月\$510.00
1年\$990.00

アメリカ・サプライヤーリスト

合計約640社のサプライヤーリスト

米国、カナダで展開する自動車部品サプ
ライチェーンに連なる日系企業約500社、非
日系企業約140社の詳細情報

通常価格\$1480、AutoFront購読企業\$1280
前回リスト購入企業\$980

メキシコ・サプライヤーリスト

合計約1300社のサプライヤーリスト

メキシコで展開する自動車部品サプ
ライチェーンに連なる日系企業約375社、非
日系企業約80社の詳細情報。約880社の住
所録。

通常価格\$1480、AutoFront購読企業\$1280
前回リスト購入企業\$980

在米日本企業ビジネスマン・マーケット・国際派ビジネスマン・技術者へ

e-mail

**米国の最新情報を
日本語でお届けします。**



フリートライアル実施中! **usfrontlinenews.com**
U.S. FRONTLINE NEWS, INC. E-Mail: info@usfrontlinenews.com

アメリカ生活やビジネスヒントを
伝えるU.S. FrontLineの
オンラインサイト

usfl.com

随時
更新中!

アメリカの最新ビジネス関連ニュースから
生活情報まで多彩なコンテンツが満載。
これからアメリカで生活する人や、ビジネスの成功の
ヒントを探している人にとって強い味方です。



JOES ホームページ

JOES の通信教育をリニューアル!!

<https://www.joes.or.jp/kojin/tsushin>

海外生活を楽しみながら日本語の力、日本の学習を
身につけるには、JOES の通信教育を。

教材内容等の詳細はウェブサイトをご覧ください。



インターネット教材は
無料体験版で
お試しください。

2021 年度受講申込受付中!

新型コロナウイルス感染症対応
お見舞い申し上げます。
JOES の通信教育は、
在宅学習の教材として
多くの方から選ばれています。
お申し込みは、
専用ウェブサイトから。



受講申込専用
ウェブサイト

※【 】内は会員割引価格です。

幼児コース 0歳児～6歳児

読み聞かせにより、母語である日本語
に楽しく触れてもらうため、出版社や
著者等の偏りがない厳選された日本の
絵本を配本するサービス。
4歳児以上からは、運筆の基
礎となる「線・文字あそび」
教材も同梱しています。



利用料	1～6歳児グループ (3ヵ月毎送付)	
	7～3月	49,950円 [37,440円]
	10～3月	33,300円 [24,960円]
	1～3月	16,650円 [12,480円]
	0歳児グループ (一括送付)	
		33,300円 [24,960円]

※上記は北米・中米・欧州等の料金です。
※地域・開始月により料金が異なります。

小・中学生コース 【文部科学省補助】

現地校や国際学校の学習で忙しい小・中学生でも無理なく学習を継続できる、
50年の実績がある海外子女専用の通信教育です。

国語・算数/数学コース 小1～中3

- ・国語は、海外で使用する教科書と「学習の進め方ガイドブック」とともに学習する基礎・基本が身につくシンプルなブック教材。朗読音声データのダウンロードやWeb教材等の補助教材もつきます。
- ・算数/数学は、いつでも何度でもアクセスでき、授業動画や問題に取り組みながら、自分のペースで学習できるインターネット教材。「学習ノート」をプリントアウトして記述学習もできます。
- ・分からない所は質問機能ですぐに解決。
- ・高教科目も添削問題等があり、海外状況を理解している添削指導者が懇切丁寧に指導します。

受講期間	受講料
4～3月	44,880円 [33,660円]
10～3月	22,440円 [16,830円]

※送料・添削指導料込み
※受講サイクル・教材送付は6ヵ月単位

理科・社会コース 小3～中3

- ・教科書レベルの内容で、いつでも何度でもアクセスでき、授業動画や問題に取り組みながら、自分のペースで学習できるインターネット教材。
- ・「学習ノート」をプリントアウトして記述学習もできます。
- ・分からない所は質問機能ですぐに解決。



受講期間	受講料
7～3月	13,320円 [9,990円]
10～3月	8,880円 [6,660円]
1～3月	4,440円 [3,330円]

※受講期間中には1年間分の学習プログラムにアクセス可能



公益財団法人

海外子女教育振興財団 通信教育チーム

Tel: +81-3-4330-1345

e-mail: kyoiku@joes.or.jp

お気軽に
お問い合わせ
ください。

交通事故に遭った時の心得

Kimura London & White LLP
木村ジョシュア弁護士

相手の過失で事故に巻き込まれた場合でもご自身の過失で事故を起こした場合でも、共通した対処法があります。ご自身を守るために冷静に対処し、できるだけ多くの証拠を残しておきましょう。

1. 事故現場を離れない

事故の相手と情報交換をするか警察官が到着するまでは、事故現場を離れることは絶対に避けましょう。事故の影響が物損のみの場合は、一般的に身元確認が済めば事故現場から離れても法的に問題はありますが、身分証明書を提示せずに事故現場を離れることは不法行為になり、ひき逃げとみなされて罰金や禁固刑が科される可能性が生じます。

2. できるだけ多くの記録を残す

怪我人への対応や車の移動などが一段落したら、以下の記録を残しましょう。写真を撮ることは非常に有効です。警察からは必ずケースナンバーをもらいます。

- 事故に関わったすべての車のナンバープレート、車種、色、年式
- 車や建物の破損部分と関係者全員の身体上の怪我
- 道路状況や事故現場の様子。周辺に防犯カメラが設置されていないか確認

事故現場を写真に収めておくと、のちに保険会社や弁護士が事故の状況を判断する際に非常に役立ちます。後日先方から不当なクレームを受けた時にも的確な反論をすることができます。安全性の問題や怪我人の応急処置が必要な場合など、事故現場での撮影が何らかの理由で難し

い場合は、なるべく早く現場に戻って記録しましょう。事故後数日経過した写真であっても、弁護士が現場の様子を把握するためには有効です。

3. 当事者や目撃者と連絡先を交換する

相手の運転免許証、保険証、レジストレーションカードの提示を求め、写真を撮るか書き留めるなどしておきます。また現場にいた方や事故の目撃者と連絡先を交換し、警察官の名前を記録して、後日事故処理報告書を入手します。

相手に過失がある場合でもご自分の連絡先を相手に渡しましょう。

4. 交通事故専門の弁護士に連絡する

交通事故専門の経験豊かな弁護士に相談し、損害賠償を請求することが妥当かどうかについてアドバイスを受けましょう。損害賠償は治療費や減収以外にも精神的苦痛など目に見えない損害に対しても請求可能です。交通事故は多くの場合成功報酬での契約となり、初期費用は不要で、訴訟に協力的な医療機関を紹介してもらうことも可能です。弁護士に交渉を依頼することで保険会社からの迅速かつより満足のいく示談金の提示に繋がることは珍しくありません。相手方の保険会社とのわずらわしい交渉は弁護士に依頼し、より良い条件での早期解決を目指しましょう。

被害者としての対処法と心得

怪我をしてしまったらなるべく早く適切な治療を受け、診察のたびに写真を撮ってもらおうよう依頼をし、怪我の詳細な記録を残しておきましょう。また、記憶



が新しいうちに症状や痛みを具体的に文書や写真に残すなどすると、証拠が多ければ多いほど適切な補償に繋げることができます。交通事故専門の弁護士に病院を紹介してもらうことも可能です。

加害者としての対処法と心得

ご自身の過失で事故が発生したと思われる場合でも、その場で過失を認める発言をしないことは非常に重要です。謝罪と受け取られる発言をするとすべての非がこちらにあると認めたという誤解を招き、ご自身が保険会社から妥当な金額の補償を受けることさえも難しくなってしまいます。事故の相手との会話は最小限に留め、事故の経緯や原因について話し合うことは避けましょう。相手から強く非難された場合にも冷静に対処し、ご自身の保険会社に連絡するように伝えます。

※本コラムは顧客からの質問を一般的なケースに書き換えたものであり、読者への情報提供を目的としたものです。特定事例における法的アドバイスが必要な場合は、専門家に相談してください。

Kimura London & White LLP

交通事故・人身事故、契約関連・雇用・ビジネス上のトラブル、民事訴訟、エステートプラン（リビングトラスト・遺言書・委任状）の作成。日本語の書類の公証（Notary）- 遺産相続関連や年金申請など。
Tel: 949-293-4939 (日本語直通: みつた)
949-474-0940 (英語)
HP: japanesespeakingattorney.com/ (日本語)
www.klw-law.com/ (英語)

Taki Law Offices

瀧 法律事務所

A Professional Corporation

移民政策と法律は刻々と変化します。最新データのもと、日本人弁護士が個々のケースに応じた適切なアドバイスを致します。

**永住権 各種就労ビザ 各種ビザの延長
滞在資格の変更 家族申請 労働許可**

※他、移民法のことなら何でもご相談ください。
※会社設立の手続きも併せてお手伝いします。

新潟大学法学部卒業。日本の法律事務所での勤務経験を経て、インディアナ大学大学院を卒業。移民法の弁護士として20年以上の経験と実績のもと日系の皆様のお手伝いをさせて頂いております。



瀧 恵之 弁護士

Torrance Office: (310) 618-1818

21221 S. Western Ave., Suite 215, Torrance, CA 90501

Newport Beach Office
(949) 757-0200

Los Angeles Office
(323) 724-6320

日本語でお気軽にお電話ください。

www.takilawoffice.com

info@takilawoffice.com

木曾・田中公認会計士事務所

日系企業・個人を対象に会計・税務に関する
きめ細かいサービスを提供しています。

- 会計・監査サービス
- 会計ソフト導入・運用
- 税務サービス
- 個人所得税の相談
- 会社設立・経営等の相談
- スモール ビジネス サポート



Kiso & Tanaka, LLP

675 Third Avenue, Room 3008, New York, NY 10017

Phone: 212-972-4910 Fax: 212-867-7291

E-mail: kisotanaka@kisotanaka.com

マーシャル・鈴木総合法律グループ MARSHALL - SUZUKI LAW GROUP, LLP

www.marshallsuzuki.com お問い合わせはウェブ
サイトをご覧ください。

アメリカ合衆国カリフォルニア州のサンフランシスコ・シリコンバレーにおいて、開業して20年になる国際法務を多く手がける法律事務所。西海岸最大級のバイリンガルスタッフを擁して主に日米に関わる案件を上場企業・中小企業をサポートするビジネス・訴訟チーム、行政書士業務であるビザ申請業務を扱う移民チームで幅広く対応。更に個人の離婚・相続にも対応。豊富な実績と経験をご提供します。



SFオフィス

230 California Street, Suite 415, San Francisco, CA 94111

Tel: (415) 618-0090 Fax: (415) 618-0190

SJオフィス

1625 The Alameda, Suite 800, San Jose, CA 95126

Tel: (408) 998-MSLG (6754)

◆ 安心の総合サービス ◆ セイロモータース

車修理のスペシャリスト

- ◆ 一般修理
- ◆ 板金塗装
- ◆ 定期点検



夏到来

チェックアップで

オイル交換 無料

8月末迄

※SYNオイルは除く、5qtsまで

フロントラインを見たとお伝え下さい。



オーナー 高橋

Tel: 201-840-0010



Saeilo Motors

480 Old River Rd., Edgewater, NJ
月～金：8:30am - 6:00pm
土：9:00am - 5:00pm / 日：定休



本気で合格目指すなら TAC!

米国公認会計士 U.S.CPA 講座

一発合格が狙える
TAC × Beckerカリキュラム

指導力

出題分野に応じた層の厚い講師陣、合格に“必要な”講義の質・量

教材

毎年改定のTAC教材+常に最新問題が解けるBeckerオンライン演習ソフト

カリキュラム

一発合格を含む、少ない受験回数で合格を狙う効果的なカリキュラム

キャンペーン実施中

新教材(Ver.4)コースがリリース!

- 説明会、体験講義はオンラインでいつでも視聴可能!

チャンネルはこちら www.tac-school.co.jp/kouza_uscpa/tacchannel.html

資格の学校

TAC

North America

E-mail tac-uscpa@shaw.ca

1-866-621-8220

TEL 1-604-568-8362 FAX 1-604-568-3472

TACは東京証券取引所第一部上場企業です(証券コード4319)