

# アプリでサクッと ヘルスケア P.06

2023年のトレンドは？  
どんなアプリが使いやすい？  
ヘルスケアに役立つ情報をお届け！



## 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のみの稼働  
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。





# NEW UMAMI GYOZA DUMPLINGS



PORK & LEEK



CHICKEN & LEEK



CHICKEN & SHIITAKE

## ヤンニョム風餃子



### 【材料(2人分)】

旨美餃子.....8個  
ネギ.....適宜

### \*ヤンニョムソース

コチュジャン.....大さじ1  
醤油.....大さじ1  
砂糖.....大さじ1+1/2  
ケチャップ.....大さじ1+1/2  
ニンニク(すりおろし).....大さじ1/2  
ごま油.....大さじ1/2

- ① ヤンニョムソースの材料をボウルに投入して混ぜる。
- ② フライパンに油を引き、旨美餃子を並べて焼く。焼き色が付いたら餃子を返して、水を差して蓋をし、5分蒸す。  
焼き上がった餃子は一旦皿に移す。
- ③ フライパンにヤンニョムソースを入れて煮詰める。さらにフライパンの中に餃子を入れてソースに絡める。
- ④ 皿に並べてネギのみじん切りをトッピングして完成。



・POINT・  
韓国の屋台料理として定番のトッポギの餅を、餃子に変えたバージョン。コチュジャン由来の刺激的な辛さが病みつきになる一品。ただし、辛いものが苦手な方はコチュジャンの量を加減してみてください。

デイリープリ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。



Day-Lee Foods, Inc.

Nipponham Group

[www.dayleepride.com](http://www.dayleepride.com)

[www.crazycuisine.com](http://www.crazycuisine.com)

800-329-5331 Santa Fe Springs, CA 90670



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!

この保険契約の積立金は、  
**教育資金、退職後資金**としてご活用いただけます。

**3大特長\***

保険料の払い込みは  
**8年・15年\***

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。

ミシガン・オハイオ・イリノイ・テキサスでも販売中!

\*Accumulator 8 (2021) (Policy Form Number AC1908)  
Accumulator 15 (2021) (Policy Form Number AC2115)  
Not available in all states

●例 (男性 死亡保障額\$20万、非喫煙者、優良健康体の場合)

ACCUMULATOR 8 (2021)		8年払		Policy Form Number: AC1908	
年齢	月払	保険料		積立金額**	
		年払	8年総額/年払	10年後	20年後
30	\$558.25	\$6,380	\$51,040	\$58,830	\$76,382
40	\$724.15	\$8,276	\$66,208	\$76,382	\$98,562
50	\$954.80	\$10,912	\$87,296	\$98,562	\$124,950

\*\*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。

・保険料は契約査定により決定されます。  
・解約控除金はご契約直後の14年間に適用されます。  
・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。

・対象年齢18歳以上  
・最低死亡保障金額  
Accumulator 8 (2021): \$10万

商品についてのお問い合わせはこちら! 日本語でご案内します。

**1-888-616-3780**

[sales-ja@pacificguardian.com](mailto:sales-ja@pacificguardian.com)



Pacific Guardian Life Insurance Company, Limited.

Pacific Guardian Life official Website  
<https://www.pacificguardian.com/>

AD 01-2021-07 Rev. 07/22

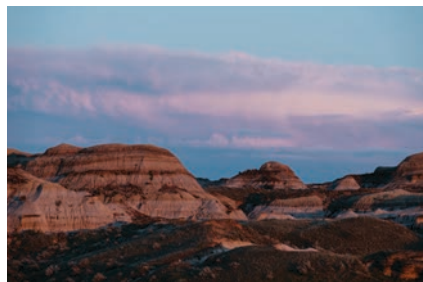
## 6 FEATURE STORY

アプリでサクッと  
ヘルスケア

- 14 知ったく法律 満田いずみ  
リビングトラストの作成時に重要なポイント



- 16 世界遺産を歩く 齋藤春菜  
ダイナソール州立公園



- 18 エッセイ「極苦楽ライフ」 樋口ちづ子  
人ごみの中にそを聴きにゆく
- 20 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  
チャータースクールとは?

## 【お詫び】

6月号で掲載した新連載「English Tea Time」は、執筆者の都合により連載できなくなりました。楽しみにしていた読者の皆様にご迷惑をおかけすることを深くお詫びいたします。

## NEXT ISSUE Vol.660 (October 2023) 予告

## FEATURE STORY

10年後に困らない  
お金の教科書 (仮)

STS Innovation, Inc.  
1308 Border Ave, Torrance, CA 90501

## BACK ISSUES

バックナンバーはウェブサイト

[www.usfl.com/backnumber](http://www.usfl.com/backnumber) でお楽しみください。



2023年6月号  
進化が止まらない!  
日本の時短フード最前線

2023年4月号  
一度は見ておくべき  
アメリカの建築7選

2023年2月号  
個人所得税申告書の作成ガイド2022

2022年12月号  
美酒と器

## U.S. FRONTLINE

**Publisher:** Takao Ui

**Account Executives:** Saori Yoshida, 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](mailto:sales@usfl.com) その他: [info@usfl.com](mailto:info@usfl.com)

August 2023 No. 659 ISSN 1528-302X Published bimonthly by STS Innovation, Inc., 1308 Border Ave, Torrance, CA 90501

U.S. subscription rate: \$30.00 per year.

POSTMASTER: Send address changes to STS Innovation, Inc. 1308 Border Ave, Torrance, CA 90501.

Periodicals postage paid at Torrance, CA and additional mailing of offices.

Copyright 2023 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。

# アプリでサクッと ヘルスケア

日々の健康管理はきちんとできているだろうか？  
今やヘルスケアはアプリでサクッと管理する時代。  
最近注目のヘルスケアアプリやおすすめのアプリ  
をジャンル別に紹介する。

TEXT by Haruna Saito

## 2023年 ヘルスケアのトレンド

コロナウイルス感染症による長いパンデミックを経て生活は様変わりし、ニューノーマルに適應するべく社会全体でデジタル化が加速した。特にヘルスケア業界でのデジタル化は目覚ましく、今後はAIなどの最先端技術を導入するヘルスケア機関もどんどん増えていくことが予想される。また、ウェアラブルデバイスの機能向上により、個人の健康状態の可視化技術も促進している。今後はこういったビッグデータの利活用により、患者一人ひとりの傾向やニーズに寄り添ったパーソナライズドヘルスケアがより重要になってくるだろう。

コロナ禍を経て、生活習慣や健康管理を見直すようになった人も増えている。最近のヘルスケアのトレンドは、“自分にフォーカスし、内観してもっと自分を知る”こと。自分に合ったヘルスケア=最適解を見つけるためにも、自分の心と体に向き合うことを心がけよう。

編集部が選ぶ!

## ジャンル別おすすめアプリ

2023年現在、ヘルスケアに関するアプリは世界で35万ほどあるといわれている。ここでは日々の生活をサポートするヘルスケアアプリを、編集部がジャンル別に厳選して紹介する。



### ～ ライフスタイル部門 ～



#### MyFitnessPal

エクササイズの記録・管理から食事プランの指導までしてくれる、オールインワンの食事栄養管理アプリ。最初に目標を設定すると、自分に必要な1日のカロリーや栄養素の割合を自動計算してくれる。あとは毎日の食事やエクササイズの記録をアプリでつけていくだけ。食事ごとにカロリーや栄養素の実際の摂取量と目標値との差が一覧になって表示されるので、食習慣を見直し、改善に繋げることができる。これまでの記録の推移が見られる機能もあり、徐々に効果を見るのが楽しみになってくるはず。



#### My Water

毎日の水の摂取量を管理できるアプリ。身長、体重などの情報を登録すると、データに基づいて1日の適切な水分摂取量を計算してくれる。水分を摂取するたびに飲み物の種類と量を記録していけば、毎日の摂取量をアニメーションで示してくれるのだ。1日に必要な水分摂取量の何%を達成しているかが一目で分かるので、自分の体が潤っていく感覚が味わえる。1週間の記録をまとめて見ることもでき、慢性的な水分不足を防ぐのにもおすすめ。モチベーション維持のためのアワードや水分摂取の豆知識など、コンテンツも充実している。



#### Yummly Recipes & Cooking Tools

好みやニーズに合わせてカスタマイズされたレシピを提案してくれる料理アプリ。まず自身の食習慣やアレルギー、さらにヴィーガンやケト、パレオといった嗜好を登録する。あとは必要な時にアプリを開けば、AIに基づいて200万以上の中からあなた好みのレシピを提案してくれる。気に入ったレシピを保存すればするほど、提案レシピの精度も上がっていく。季節ものや人気の高いレシピを検索できるほか、余り物の野菜や賞味期限間近の肉など使い切りたい食材を検索バーに入力すると、ベストなレシピを提案してくれる。



#### Sleep Cycle

最適なタイミングで起こしてくれる睡眠管理アプリ。起床時間を設定してスマートフォンを枕元に置いておくと、設定時間から30分前までの範囲内で眠りの浅いタイミングを検知してアラームが鳴るので、十分睡眠が取れたという満足感とともに起床できる。眠っている間のいびき音や寝返りなどの体の動きを追跡してどの眠りのステージにいるかを分析し、睡眠パターンも記録する。日々の睡眠記録は後から見返すことができ、睡眠時間や質、規則性、いびきや寝言の録音など、自身の睡眠傾向を客観的に見る事が可能。



## ～エクササイズ部門～



### Seven

毎日7分間という短時間のエクササイズで最大限の運動効果を得られる、科学的研究に基づいて開発されたワークアウトアプリ。最初に自身の目標とフィットネスレベルを登録し、あとは登録データに合わせてパーソナライズされたワークアウトプランを毎日こなしていくだけ。7分間と短い時間でできるので、負担なくトレーニングを習慣化できるのが最大の魅力だ。200種類以上のエクササイズとトレーニングにアクセスすることができ、認定を受けたパーソナルトレーナーからガイダンスとサポートを受けることもできる。



### Daily Yoga

500以上のヨガポーズ、70以上のヨガプログラム、500以上のガイド付きヨガクラスのほか、ピラティスや瞑想のクラスなど、ヨガを通して健康な生活をサポートするアプリ。普段の運動習慣や目標を設定すると、スマートコーチが自分に合ったクラスを提案してくれる。1番の特徴は、スタジオでレッスンを受けているかのような臨場感。動画内のインストラクター自身が音声でガイドしてくれるので、リアルなレッスンとほぼ同じ感覚でクラスを楽しむことができる。アプリを通じてコミュニティに参加して、世界中のヨギーと繋がろう。



### Nike Training Club

スポーツ用品メーカーのナイキが提供するフィットネスアプリ。ヨガ、筋力トレーニング、自宅でできるワークアウト、短時間のエクササイズ、アスリートのためのワークアウトなど、180種類を超えるプログラムで健康的な生活をサポートする。ワークアウトのセッションはトレーナー主導のビデオオンデマンドや、エキスパートやアスリートによるライブストリーミングなど、アクティビティプログラムへ無料アクセスが可能。さらに、健康に配慮したレシピや睡眠、マインドfulnessまで、全般的なライフスタイルの見直しもできる。



### AMJ Workplace Wellness

従業員の心と体の健康をサポートする、企業のためのビジネス型ヘルスケアアプリ。どの業界においても、従業員が心と体が健康な状態で働くことは仕事の生産性を上げ、会社の業績やパフォーマンスにも影響する。このアプリはワークアウトプランやフィットネスクラス、料理レシピ、呼吸法やストレス解消のためのテクニックなど、健康を維持するためのさまざまなヒントを提案してくれる。企業単位でアプリを活用することで、雇用主は従業員に身体的、精神的、社会的健康を支援する費用効果の高いサービスを提供できる。





# 有機大豆 使用みそ



# Yamajirushi



Made in USA



# 液体 柚子こしょう

All Natural  
Yuzu-It  
YUZU PEPPER SAUCE

ひとふり  
ピリッ  
さわ  
でとか



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

## Dr.π 健康と美容、すべては水から。

### パイシャワーフィルター

化粧水シャワーでお湯(水)の柔らかさを実感。水道水の有害物を取り除くだけでなく、肌や髪に潤いや艶を与えます。

- ・抜毛、肌荒れ、ニキビ、顔い乾燥肌、アトピー、アレルギー性疾患

パイシャワー  
フィルター  
\$140~



(使用方法) 既存のシャワーヘッドとシャワーアームの間に配置してお使いください。

### 日米の医師、薬剤師が愛する魔法の一滴 ROJEN 美整オイル

この1本で美肌! 100%ナチュラル美容オイル。23種以上の栄養素が全身に働きかけ、免疫力を活性化して美しさを磨き上げます。

60ml \$125  
10ml \$35

初めての方におススメ!



### パイウォーター製水器

10ステップ・フィルター機構と自然の力で水にエネルギーを与えるDr.パイの製水器!!

- ◎身体に適したミネラルウォーターを提供。飲水として最適
- ◎食材本来の味を引き出し、鮮度を保つ効果。料理用の水として最適
- ◎潤いのある肌を保ち、肌に優しい。洗顔水として最適
- ◎花や観音魚、ペットなどにも最適

用途、規模に応じて最適なタイプをご用意できます



AP550  
アンダーシンクタイプ  
\$625

シンクの下に設置することによりキッチンスペースを確保できます。

AP560  
卓上タイプ  
\$625

蛇口に切り替えバルブを設置するだけで簡単に取り付けられます。



AP260  
卓上小型  
パイウォーター製水器  
\$370

シンクの横において使える小型タイプ。蛇口に簡単に取り付けられます。

ご利用、資料のご請求などはお気軽に!

Pi Water, Inc.

www.pi-water.com 714-557-2424

オンラインストアが新しくなりました! e-mail: contact@pi-water.com / Santa Ana, California



## デザイン制作 サービス

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

会社案内  
パンフレット

名刺  
ダイレクトメール

広告  
ポスター

各種  
デザイン

カタログ  
チラシ

ウェブサイト  
バナー



## ～メンタルヘルス部門～



### Calm

著名な心理学者やセラピスト、メンタルヘルスの専門家などからも推奨されているメンタルフィットネスアプリ。ガイド付き瞑想コンテンツやリラクゼーション、集中力、睡眠を促進する音楽リスト、正しい深呼吸をガイドする呼吸エクササイズなど、さまざまなコンテンツが用意されている。ガイド付き瞑想は3分間のコンテンツから25分間のコンテンツまであり、瞑想初心者はもちろん、中級者、上級者も十分に楽しめるプログラム。Calmを使いこなせば、日々のストレスや不安は徐々に軽減されてよりハッピーな毎日を過ごせるはず。



### Wysa

かわいいペンギンが日々のマインドフルネスをサポートする、AIベースのチャットボット型アプリ。不安やストレス、悩みなどをチャットで問いかけると、会話を通してキュートな相棒があなたの気分を高めてくれる。感情豊かなWysaが会話相手になってくれるので、ただ話しているだけでも気分が和らいでくるはず。医療や研究などの実績に基づいてコーチングや瞑想、呼吸法、心や体のエクササイズといったセッションを案内してくれる。プライバシー保護も万全なので、人には話づらい内容の相談も安心だ。



### Headspace

元僧侶が開発したマインドフルネスアプリ。ストレス解消、不安解消など目的に合わせて選べるガイド付き瞑想プログラムや、入眠時や深い睡眠をサポートするサウンド、仕事や作業中の集中力を高めてくれる音楽リスト、気分を高めてくれるワークアウトやフィットネスプログラムなど、毎日実践できる心と体をケアするためのプログラムが用意されている。フィットネスクラスは専門家やオリンピック選手がガイドしてくれるプログラムもあるので、一人でエクササイズを行うよりも数倍楽しい。



### Talkspace

オンラインでセラピストと実際にコミュニケーションをとりながらセラピーを受けられるアプリ。うつ病や不安神経症、薬物使用、ストレス、人間関係など精神的問題の治療経験がある認可を受けたセラピストが、Talkspaceのネットワークには数千人登録されている。セラピストの好みやセラピーを受けたい分野を選択することで、居住州内に住む該当のセラピストとマッチングし、テキスト、音声、ビデオメッセージなどで会話を行うことができる。Talkspaceでのセラピーは、対面療法と同等の効果を安価で得られると評価が高い。

**日本語DVD通販 HQビデオ**

ニューヨークより毎月無料カタログ郵送  
TV / 時代劇 / 邦画 / アニメ / 韓国・中国ドラマ

- 電話 (212) 686-9534 / (646) 476-4306
- E-MAIL support@hqvideo.net
- FAX (212) 686-9158 / (212) 937-4634
- 住所 21 W 45TH ST RM 501  
NEW YORK NY 10036

**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
- 税務サービス
- 会社設立・経営等の相談
- 会計ソフト導入・運用
- 個人所得税の相談
- 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

◆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

ミツフ 徒歩5分  
EXXON 徒歩1分  
Edgewater Commons

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** **ヘアカラートリートメント**

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!

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。

**\$39.80** (200g) **\$38.00** (200g)

こんな方におススメ

- 自宅で簡単に染めたい方
- バスつぎが気になる方
- 髪の傷みが気になる方
- 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

ミネラルやヌルヌル成分フコイダンが髪を保水します。

お買い求めは Tel: 310-218-1021 www.fujisan-us.com 地方発送承ります!

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\$110.00, 6ヶ月\$630.00, 1年\$1200.00

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します。  
**AutoFuture**  
発行日: 火・木  
料金: 1ヶ月\$110.00, 6ヶ月\$630.00, 1年\$1200.00

両方購読割引料金でお得!

**AutoFront + AutoFuture**  
セット購読料金: 1ヶ月\$180.00, 6ヶ月\$1040.00, 1年\$1980.00

ビジネス全般・一般経済

毎日、ビジネスの最新情報を!  
**BusinessFront**  
特約ワイヤーサービス、各種ビジネスニュースレターなどを参考に全米で独自取材。米国の経済動向を速報し、第一線で活躍の国際派ビジネスマンのニーズにお応えします。  
発行日: 日刊(月曜から金曜日)  
料金: 1ヶ月\$180.00, 6ヶ月\$1040.00, 1年\$1980.00

在米日本企業・ビジネス・マーケティング・国際派ビジネス・技術者へ

ダイナミックな企業活動、最先端の技術力を背景に躍動するアメリカ。U.S.フロントラインニュース社は、アメリカで活躍する日本企業のビジネス・マーケティングの有力な情報源です。米国の企業の独自取材とネットワークで最先端の現場から最新情報をお届けし、多数の在米日系企業にご購読いただいております。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



## ～ クリニック部門 ～



### Aysa

臨床意思決定支援ソフトウェアVisualDxが提供する、肌の症状をスクリーニングして適切なアドバイスをしてくれる皮膚科アプリ。皮膚の病変や発疹などの写真をアプリにアップロードすると、症状に関する役立つ情報や、次取るべき行動について提案してくれる。Aysaのライブラリには、すべての肌の色とタイプ、および症状・状態の異なるおよそ200種類の肌の医療画像が10万点以上保存されている。Aysaによる知識やガイドは、業界の標準的なプロトコルや専門家の意見に基づいて提供される。また、CDCやWHO、IDSAなどから採用された資料や、一般的な医療文献と同様にソースがレビューされた記事を提供してくれるので信頼性も高い。



### EyecareLive

行きつけの眼科医とあなたをオンラインで繋ぎ、目の診療が受けられる眼科アプリ。このアプリをインストールしておくことで、かかりつけの眼科医と電話やビデオでいつでもコンサルティングを受けることができる。使い方は簡単。目の気になる症状をタイプして、写真やビデオと一緒にかかりつけ医に送信するだけ。数分以内に医師から連絡が入り、適切な指示やコンサルティングをしてくれる。自宅からでも職場や学校からでもどこにいてもかかりつけ医と繋がれるので、診療所に行く手間が省けてとても便利だ。医師はあなたの医療保険プランに基づいて診療を行い、治療費の支払いもアプリを通して行うことができる。



### Flo Health - Period Tracker

100人を超える医師や健康の専門家が監修した、女性のための健康とウェルビーイングを促進するアプリ。高度なAI技術に基づき、生理周期やPMS症状、妊娠可能期間、避妊などを管理することができる。生理トラッカーで症状や気分の浮き沈みの記録をつけて自分の体をよりよく理解できるようになれば、日々の生活も自ずと安定してくる。Floは妊娠を望む女性のために、排卵時期の特定や目的に合った健康コラムの提供など、妊娠から出産までの期間もサポート。さらに、毎月の健康診断書で体のパターンや周期グラフを見ることができ、状態に基づいて睡眠や水分摂取量、避妊に関するプロアクティブな情報を提供するなど、女性の生活を全面的にサポートする。

この他にも、使いやすい便利なヘルスケアアプリは日々新たに生まれ続けている。自分に合ったアプリを見つけて毎日をハッピーに過ごそう。



暑い夏を

# 冷たい缶ビール

で乗り切ろう！

日本産  
高品質のクラフトビール



Imported by  MUTUAL TRADING



SAKE SCHOOL OF AMERICA

## ソムリエトーク

### 夏の季節における日本酒の楽しみ方

マイアミはアメリカで3番目に大きな日本食レストランの市場である。月日を経て、そこで日本食文化がどれだけ進化してきたかを実際に見ることは驚くべきことである。握り寿司にハラペーニョを乗せたり、甘辛ソースをかけた寿司を楽しんでいる場面で、スペイン語の会話が繰り広げられる。

この地域で最も売れている地酒はどれも柑橘系の特徴を持っている。これは、彼らの好む料理の味・旨味成分に売れている日本酒の有機酸・糖分との相性がいいことにある。要するに、マイアミの天候と料理に最も合うのは、暑い地方によくあるキューバの有名なカクテル、モヒートのような日本酒。酸度があり、日本酒度 (SMV) が高い酒に、ミントやシソの葉をトッピングし、柚子ジュースを数滴落としたような冷酒がそれにあたり、モヒート・バージョンの地酒を想像してほしい。

日本には、季節の移り変わりを祝うユニークな日本酒がある。「夏吟」は、蒸し暑い夏に飲みたいスッキリ、フレッシュな吟醸酒だ。これら夏向けの軽くて爽やかな吟醸酒は、冷やしたり、ワイングラスでオン・ザ・ロックにして飲むとよい。1800年代に作られた切子カットのクリスタル製品である切子グラスは、夏の晩酌の楽しみをさらにグレードアップしてくれるだろう。夏が終わり、日が短くなると、それまで涼しい酒蔵で寝かせておいた少し大人の味わいのする「ひやおろし」が登場する季節へと移り変わって行く。

### 夏を涼しく冷酒で乾杯！



左から：  
日本盛 Sakari 柚子 (兵庫県)、  
菊正宗 しばりたて ギンスパークリング (兵庫県)、  
光武 純米大吟醸 (佐賀県)、玉乃光 純米吟醸 冷蔵酒 (京都府)

[sakeschoolofamerica.com](http://sakeschoolofamerica.com)

# リビングトラストの作成時に重要なポイント

Kimura London & White LLP

パラリーガル 満田いづみ

## プロバート(検認手続き)とは

長くアメリカに住んでいる方にもあまりよく知られていませんが、アメリカの遺産相続手続きは日本のそれとは大きな違いがあります。家族関係が複雑なうえに戸籍制度がないアメリカでは、相続が発生した時に故人の遺産を相続する権利を持っている人を書類上で確かめることができません。また、遺産分割後に争いが生じることを防ぐため、たとえば子供がひとりしかいない家庭で親が亡くなり、遺産分割について争いが生じる要素がない場合でも、遺産が一定額(2023年度で16万6,250ドル。現在のレートで約2400万円弱)を超える場合には「リビングトラスト」を事前に作成していなければ裁判所が介入する「プロバート(Probate)」という手続きを経ることが法律で決まっております。これを避けることはできません。プロバートには最低でも約1年半前後という長い時間と高額な費用がかかりますが、それだけでなく、手続きが終わるまでは遺産が凍結されてしまいます。家族関係や遺産分割が複雑なケースであれば、プロバートに5年以上の年月と数万ドルもの費用がかかってしまうこともあります。つまり、アメリカ国内で家を所有していたり、16万6,250ドル以上の資産を持っていたりする場合には、プロバートを避けるために必ずリビングトラストを作成しておく必要があります。

## リビングトラスト

リビングトラストとはプロバートを回避するために必要となるもので、一般的に日本人がイメージする遺言書にあたるものです。リビングトラストでは、作成者が亡くなったあとにトラスト資産を管理する管財人(Trustee)や遺産を受け取る相続人(Beneficiary)を指名し、資産目録を作成し、各相続人

に何をいくら遺したいかなどを記載します。リビングトラストを作成したらFundingを行い、リビングトラストを完成させます。これは所有する不動産や銀行口座などをトラスト名義に変更したり、リタイアメント口座や生命保険の受取人にトラスト名義を加えたりする手続きです。また、リビングトラストを作成するには遺言書(Will)、Financial Power of Attorney(財産に関する委任状)、Health Care Power of Attorney(医療看護に関する委任状)も同時に作成します。この4つを合わせたものが「エステートプラン」です。エステートプランで作成される遺言書は包括的遺言書と呼ばれるもので、トラスト名義になっていない資産をリビングトラストに入れることを主な目的としており、日本という遺言書とは異なります。日本風の遺言書を遺される方も少なくありませんが、遺言書が法的に有効になるためにはいくつかの要件を満たしていることが必要です。たとえば遺言書が有効であることが認められてもリビングトラストがなければプロバートを回避することはできません。

## Trustee(管財人とは)

管財人とはトラスト資産を管理する人で、不動産を含むトラスト名義の資産や口座の管理や運用などのすべての手続きを行う権限を持ちます。リビングトラストの作成者が生存中で意思能力があるうちは作成者ご自身がトラスト資産の管財人ですが、意思能力がなくなったり死亡したりした場合のために後任受託者(Successor Trustee)を選んでおきます。管財人はアメリカに居住す



る18歳以上の方であることが必要です。お子さんがいる場合には、お子さんが管財人および相続人である場合がほとんどですが、アメリカ国内に18歳以上のお子さんやご親族がおられない場合には、信頼できるご友人や専門業者(Professional Fiduciary)を管財人を選ぶことができます。この場合、管財人は常に相続人の利益を守ることが義務付けられています。相続人には年齢制限はなく、居住地もアメリカ国外でも問題ありません。

日本人の遺産相続は滞在ステータスによってもさまざまな税金問題も関係してきますので、必要に応じて税理士や会計士などの専門家に相談されることが大切です。

※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/](http://japanesespeakingattorney.com/) (日本語)  
[www.klw-law.com/](http://www.klw-law.com/) (英語)

**HAWAII**  
ハワイ州

**CALIFORNIA**  
カリフォルニア州

## アメリカ法務なら 4州 (CA, NY, TX HI) 対応の ブラックベルトリーガル

MBAを持ち、Sony, Blackrock, GE,  
米大手事務所などで経験のある  
弁護士によるサービス

**企業法務**

契約書レビュー・交渉  
雇用法対応・VISA取得

**M&A**

投資スキームのレビュー  
企業買収実行・交渉

**訴訟対応**

労働紛争対応  
政府機関との対応・交渉

**知財**

商標申請・管理  
ライセンス契約・交渉

**個人のお客様**

不動産取得・投資レビュー・交渉  
投資家VISAによる米国移住・遺書・信託

**NEW YORK**  
ニューヨーク州

**TEXAS**  
テキサス州

www.blackbeltlegal.com


ココロナミナミ  
808 556 7373  
03 4589 1588

aloha@blackbeltlegal.com

1200 Ala Moana Blvd  
STE 380, Honolulu, HI 96814

ブラックベルト・リーガル弁護士法人

**BLACKBELT LEGAL, INC.**  
California · New York · Texas · Hawaii



**代表弁護士 吉田大**  
弁護士登録 CA州 NY州 TX州 HI州

# 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

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](http://www.RealtyinNJ.com)

住居売買物件	商業用賃貸物件	住居賃貸物件
<p><b>EDGEWATER CONDO/ HUDSON HARBOR</b> 2 BR's, 2BATH, CONDO HI-RISE \$489,000</p> <p><b>CLIFFSIDE PARK HI-RISE/CARLYLE</b> 2 BR's, 2.5 BATHS, CONDO ONE-CAR PARKING \$749,000</p> <p><b>FORT LEE CONDO/WHITEMAN HOUSE</b> 1 BR, 1.5BATHS, CONDO MID-RISE \$300,000</p>	<p><b>FORT LEE RETAIL &amp; OFFICE 8,000sqft ON MAIN STREET</b> First fl. (Retail) \$25.50/sqft Second fl. (Office) \$24.50/sqft VARIOUS SPACE SIZE 7 <b>ON LEMOINE AVE</b> (RETAIL FIRST FLOOR) AT\$4,500 PER MONTH) APPROXIMATELY 1,300 Sqft <b>FORT LEE OFFICE SUITE</b> WALK TO GWB 120-180 sqft \$650-800/Month <b>PALISADES PARK SMALL OFFICE</b> 1200 sqft OFFICE SPACE \$1,200/Month</p>	<p><b>FORT LEE TWHSE/DUPLEX/ CORP</b> 1BR, 1BATH, CONDO 1CAR PARKING \$1,950 3 BR'S, 3.5BATHS, 2-CAR GARAGE DUPLEX \$4,500</p> <p><b>TENAFLY ONE-FAMILY HOUSE</b> 4 BR'S, 2BATHS, 1-CAR GARAGE \$3,600</p> <p><b>ENGLEWOOD VLIFFS ONE-FAMILY HOUSE</b> 3 BR'S, 1.5BATHS, 2CAR GARAGE \$3,300</p>

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



## 白亜紀を閉じ込めた大地 ダイナソール州立公園

### カナダ アルバータ州

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。2023年1月現在、167カ国で1157件（文化遺産900件、自然遺産218件、複合遺産39件）が登録されている。

アルバータ州の南東に広がるダイナソール州立公園は、恐竜の化石が多数出土する世界的な化石の宝庫。樹木が生えていない乾燥した悪地を意味する「バッドランド」の名でも知られ、一帯は氷河期の浸食によって7500万年前の白亜紀の地層が剥き出しになり、キノコのような形の奇岩やしわだらけの岩山が広がっている。1884年、考古学者ジョセフ・パール・ティレルがこの地で初めて肉食恐竜の頭蓋骨を発掘した。また、1987年には当時19歳の少女が草食竜のカモノハシリユウの卵を発見してニュースになり、同時にふ化寸前の幼体も発見されて恐竜の研究が大きく進歩した。それ以来、アルバータサウルス、トリケラトプス、ティラノサウルスなど60種以上の化石が発見されている。60種という規模は、白亜紀にこの地に生息していたすべての恐竜を網羅していることを意味する。その出土量は世界最多ともいわれ、恐竜時代の未知なる扉を開くための貴重な資料の宝庫として1979年に世界自然遺産に登録された。

この地では今も浸食が続いており、恐

竜の化石が次々と露わになっている。恐竜の生態や白亜紀の環境を解明したい化石研究者にとって最高の環境なのだ。

### ジュラシックパークの世界へ

ダイナソール州立公園では、この地の景観や恐竜について学ぶことのできるさまざまなアクティビティが用意されている。効率良く見どころをめぐりながら化石について学びたいなら、バスツアーに参加するのがおすすめ。園内のスタッフが解説するバッドランドの成り立ちのガイドを聞きながら車窓から美しい景観を眺め、露出した奇岩・怪岩の地層からはそこかしこに化石を見ることができる。ルート異なる複数のバスツアーがあるので、事前にオンラインで予約をするか現地のビジターセンターで申し込みをするといい。

園内にはハイキングトレイルがいくつかあり、トレイルを歩きながらガイドしてくれるツアーも実施されている。化石をさらに間近で見ることができるので、ハイキングツアーは特におすすめ。フォッシル・ファ



上：イマワシやハヤブサなど、絶滅の危機に瀕している生物も多数生息するダイナソール州立公園

右：「ブードゥー」と呼ばれる、浸食によってキノコのような形に削られた岩の柱がそこかしこに立ち並んでいる



インダーズ・ハイク(Fossil Finders Hike) ツアーでは化石を実際に手に取って観察することもでき、恐竜サファリを楽しめる。ツアーに参加せずに自身でハイキングトレイルを回ることも可能なので、好みに合わせてプランを決めよう。

ダイナソール州立公園に来るならぜひ立ち寄って欲しいのが、ロイヤル・ティレル博物館。ダイナソール州立公園で発掘された化石はロイヤル・ティレル博物館に持ち込まれて研究されており、現在はハドロサウルス科の恐竜の全身骨格やティラノサウルスの骨格標本など40体ほどの恐竜の骨格が展示されている。次々と発掘される化石の研究により恐竜の生態に関する新説の発見にもつながっており、今後さらなる恐竜の解明に期待だ。

遺産プロフィール  
ダイナソール州立公園  
Dinosaur Provincial Park  
登録年 1979年  
遺産種別 世界自然遺産  
[www.albertaparks.ca/parks/south/dinosaur-pp/](http://www.albertaparks.ca/parks/south/dinosaur-pp/)

文/齋藤春菜●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。



日本の手続や法律。一人で悩まずご相談を

米国居住者のための

- 日本への永住帰国・国籍・在留資格
  - 日本での日米年金・金融・税金・送金
  - 日本の住民票・戸籍・医療/介護保険
  - 日本に住む老親の介護・終活・相続
- 各種アドバイス・手続き代行・専門家紹介いたします。

初回相談料無料 (Skype、Zoom可)

無料オンラインセミナー(ウェビナー)

### 日本への永住帰国手続きシリーズ③

～住民票とマイナンバー手続きについて～

対象：老後の永住、親の介護など帰国予定者

■日時：9月10日(日) 4:00pm-5:00pm (PDT)

■詳細：内容、申し込みは下記サイトをご参照

[www.life-mates.jp/0910K3](http://www.life-mates.jp/0910K3)

セミナーのお問い合わせはメールにてお願いします。



(株) ライフメイツ (本社東京)

TEL: +81-90-4431-3550 / [info@life-mates.jp](mailto:info@life-mates.jp) / [www.life-mates.jp](http://www.life-mates.jp)

US FrontLine Web版にコラム「日本の年金、永住帰国、親の終活」連載中 →



[www.hotelpg.com](http://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 

- ・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](mailto: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

海外生活 充実 **全自動麻雀卓販売** 全米各地 配送

- ・AMOSは日本シェアNO.1
  - ・40年の実績と日本品質
  - ・日本語カスタマーサポート
  - ・全米どこへでもお届け
- 詳細は日本語ホームページをご覧ください。



[laprideofmahjong.com/items](http://laprideofmahjong.com/items)



自宅使用の名品 AMOS JP-EX  
送料・税込 **\$3500.00**

AMOS全自動麻雀卓販売米国総代理店 Mahjong Stars  
Phone: 424-205-4151 Email: [info@mjstars.net](mailto:info@mjstars.net)

都ホテルならではのおもてなし

南カリフォルニアでのご宿泊は都ホテルズ&リゾーツからお選びください。

MIYAKO  
HOTEL  
LOS ANGELES

都ホテル ロサンゼルス

328 E. First Street, Los Angeles, CA 90012  
Phone: (213) 617-2000  
[www.miyakohotel.com](http://www.miyakohotel.com)



MIYAKO  
HYBRID  
HOTEL  
TORRANCE, CALIFORNIA

都ハイブリッドホテル トーランス・カリフォルニア

21381 S. Western Avenue, Torrance, CA 90501  
Phone: (310) 212-5111  
[www.miyakohybridhotel.com](http://www.miyakohybridhotel.com)



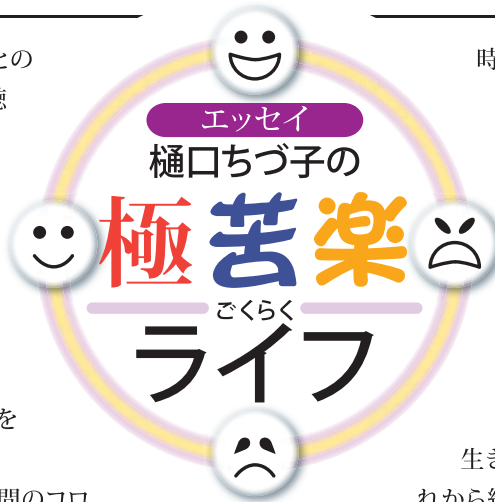
石川啄木の短歌は胸に沁みる。「ふるさとの  
訛なつかし停車場の人ごみの中にそれを聴  
きにゆく」。啄木は東京に出てきたものの、  
生活苦から望郷の思い止みがたく、ふら  
りと上野駅に行く。北海道や東北から来  
た人々、帰ってゆく人々の中に身を置き、  
彼らの訛のある言葉の中に故郷を偲ぶ  
という歌である。私も18歳で故郷を後に  
し、貧しく殺風景な東京のアパートの一室  
で、城下町萩で過ごした日々や言葉の訛を  
思い出したものだ。

あれから半世紀経った今、米国では3年間のコロ  
ナ禍での生活から解放された人々が、夏休みをきっ  
かけにどっと旅に出始めた。私もフロリダに転居し  
た娘を訪ねた。

若き頃、仕事でトランク一つで全米を回ったが、  
見るもの聞くもの初体験で夢のような2年間だった。  
多くの都市を訪れたが、フロリダは訪れるチャンス  
がなかった。

それにしても最近の旅は様変わりした。飛行機の  
切符や搭乗券を片手に、掲示板を  
見ながら空港内をゆっくり歩き回っ  
て搭乗口を探すなどという優雅さは  
もうない。今は飛行機の切符から搭  
乗券まですべてPCで済ませ、荷物  
を預けない限り空港カウンターに行  
くこともない。飛行機の乗り換えゲ  
ートや搭乗口も、携帯に入った情報を  
横目に見ながら先を急ぐ。時間が余  
ればすぐにラップトップを開いて仕  
事をしたり、メールやニュースをチェ  
ックしたり。自分の日常を空港でもそのまま継続す  
る。体は非日常の世界にいても意識は日常の中にど  
っぷりで、周りの風景に見向きもしない。意識の中  
で世界が狭くなったせいだろうか。一方、行き交う  
見知らぬ人々を見ながら、どこから来て、何の用事  
で、どこに行くのだろう、どんな人生なのだろうかと  
ぼんやり眺めている私はきっと異常者だろう。雑踏  
の中でぼんやりするのが私の趣味的息抜きで、旅で  
ある。啄木の孤独と私の孤独が重なって静かな気  
持ちになり、力が湧いてくる。非日常の世界にトリッ  
プする旅の醍醐味である。

カリフォルニア州サンタ・アナのジョン・ウェイン  
空港を午後1時に出発し、約3時間の飛行でダラ  
スのフォートワース空港に着いた。ここで時計を2



第93回  
人ごみの中に  
それを聴きにゆく



フロリダ、パームビーチで



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。

時間早める。ダラスは地理的には米国の真ん  
中にあり、各地から飛んできた飛行機がこ  
こに集中し、人々はここで乗り換え東から  
西に、南から北とまた各地に散ってゆく。  
人々の集合地点であり乗り換え地点だか  
ら、空港は大きい。雑踏の中に女性パイ  
ロットを3人も見かけた。キリリと目  
立つ制服を着て、帽子をかぶっている人  
もいた。緊張した顔と制服姿が目立った。  
女性パイロットがついに出現したのだ。生き  
生きとした厳しい顔は見えてはさすがしい。そ  
れから約2時間半の飛行でフロリダのパームビーチ  
空港に着いた。トータル6時間弱の飛行と3時間の  
時差で、到着時には現地時間はすでに夜の10時半  
を回っていた。

娘が手配してくれたウーバーを待つ。地方空港の  
パームビーチは、夜中に着けば迎いの車に人々は  
乗り込み去って、私一人が到着通路に取り残された。  
誰もいなくなった。見知らぬ夜の街に一人で佇むの  
は久しぶりだ。大丈夫かな。体を固めて待っている  
と、ようやくウーバーが現れた。

「グレースか?」「そう、あなたは?」  
「ダニエル」。互いの名前を言い合  
い、車のプレート番号を確かめ乗り  
込む。キューバの青年で、キューバ  
からの移民のようだった。英語はまだ  
あまり話せなかったが、ちゃんと  
ジュピターという目的地まで連れて  
行ってもらえた。ありがとう。娘がパ  
ジャマ姿で夜の中に立っていた。「こ  
んばんは、来ましたよ。西の端から

東の端に」。

娘の家のすぐそばに、大西洋の大海原が広がっ  
ていた。太平洋側の明るいラグナビーチに比べ、雲  
の勢いよく流れる空の青は少し薄く、海の色は暗  
い。西と東では空も海もこんなにも違う。働いてい  
る人々の動きにはっと胸をつかれた。日本人のよう  
にキビキビ動きを厭わない。この人はこういう  
風に働くのだな。真面目な生活が垣間見られるよう  
だ。自分と友人と家族を愛し、大自然を愛し、のび  
のび生きている。旅をするとアメリカの大きさが分  
かる。空港の多種多様な人々が行き交う雑踏の中で、  
私は孤独だけれど幸せだと感じ続けた。どういふ  
うに生きても良いアメリカがもう、私のふるさとにな  
っていた。



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

<b>NEW JERSEY HO</b> 401 Hackensack Ave. #1001, Hackensack, NJ 07601 ☎ (201) 836-3710	<b>DETROIT OFFICE</b> 35555 Orchard Hill Place, #401, Novi, MI 48375 ☎ (248) 347-3260	<b>CHICAGO OFFICE</b> 1701 Golf Road, #3-200, Rolling Meadows, IL 60068 ☎ (224) 836-6900	<b>HOUSTON OFFICE</b> 1880 S. Dairy Ashford, #237 Houston, TX 77077 ☎ (832) 390-2422	<b>SAN JOSE OFFICE</b> 4675 Stevens Creek Blvd. #130, Santa Clara, CA 95051 ☎ (408) 441-0655
--	--	---	---	---

<b>SAN MATEO OFFICE</b> 655 Mariners Island Blvd. #305 San Mateo, CA 94404 ☎ (650) 212-2611	<b>LOS ANGELES OFFICE</b> 970 West 190th Street, #850 Torrance, CA 90502 ☎ (310) 217-9900	<b>HONOLULU OFFICE</b> 500 Ala Moana Blvd. #7-240, Honolulu, HI 96813 ☎ (808) 599-7949	<b>TOKYO REPRESENTATIVE OFFICE</b> 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](http://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  
プレイガーマーティス・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。

- |   |   |  |
|---|---|--|
| <b>ロサンゼルス</b><br>TEL: (213) 621-2304<br>FAX: (213) 621-2928<br>小東京鹿島ビル内<br>250 E. 1st St., #1112<br>Los Angeles, CA 90012                     | <b>トーランス</b><br>TEL: (310) 324-6868<br>FAX: (310) 324-6869<br>ツインタワー West<br>990 W.190th St., #560<br>Torrance, CA 90502        | <b>シリコンバレー</b><br>TEL: (408) 492-9800<br>FAX: (408) 492-9899<br>サンホセ国際空港近く<br>2033 Gateway Pl., #500<br>San Jose, CA 95110 |
| <b>ニュージャージー</b><br>TEL: (201) 363-0050<br>FAX: (201) 363-0053<br>RiverSide Mall前<br>401 Hackensack Ave.,<br>4th Floor<br>Hackensack, NJ 07601 | <b>ボストン</b><br>TEL: (617) 207-0095<br>FAX: (617) 574-4605<br>ブルデジャナルセンタービル<br>向い側<br>855 Boylston St. #1000<br>Boston, MA 02116 | <b>永野・森田インターナショナル</b><br>TEL: +81(3) 6218-0355<br>FAX: +81(3) 6218-2110<br>新橋駅前ビル<br>東京都港区新橋 2-20-15<br>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! お申し込みは当社ウェブサイト。

[www.nagano-morita.com](http://www.nagano-morita.com)

admin@nagano-morita.com



本気で合格目指すなら **TAC!**  
米国公認会計士 **U.S.CPA** 講座

2024年1月から新試験制度へ  
移行期こそTAC x Beckerで最新の対策を!!

#### 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

合格への  
第一歩は  
ココから!

**新試験受験応援キャンペーン**  
USCPA総合本科生Plusを、最大100,000円  
プラス別途20,000円分お得に受講できます。

学習開始から模擬試験まで入ったオールインワンコース  
今ならお得に学習を始めるチャンスです!

基本から直前対策までしっかりサポート  
オンライン説明会・体験講義はこちらから ☎  
[https://www.tac-school.co.jp/kouza\\_uscpa.html](https://www.tac-school.co.jp/kouza_uscpa.html)

資格の学校  
**TAC**  
North America

E-mail [tac-uscpa@shaw.ca](mailto:tac-uscpa@shaw.ca)  
フリーダイヤル  
**1-866-621-8220**  
TEL 1-604-568-8362 FAX 1-604-568-3472  
TACは東京証券取引所第1部上場企業です(証券コード4319)

# 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。

タックスリターンは私にお任せください

税関連の法律は毎年少しずつ変わっています。  
知らないうちに脱税してしまい、事業の存続や  
ビザ更新などに影響を及ぼす可能性があるのです。



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. Ste 454, Miami FL 33157 **1040me.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に進学した娘二ナをもつ筆者が、保護者の視点からレポート。

第101回

## チャータースクールとは?

パンデミックの終焉とともに、今年の春以降、各国間の交流が再開した。そして私は5月、日本の某学校法人の視察団のアテンドを務めることになった。視察の目的は、「カリフォルニアの優秀な大学や高校を見学し、経営陣との意見交換を通じて同学園の未来の計画に生かせるヒントを得たい」というもの。そこで私は、カリフォルニア州でも成績上位にランクされている大学や高校に申し込みを続け、結果的に高校に関してはHigh Tech LAとEnvironmental Charterという2校を視察団と共に訪れた。

2校とも、本来であればロサンゼルス統一学区に所属する学校だ。その「本来であれば」の意味を、今回の視察で私は初めて知ることになる。つまり、2校とも学区から切り離され、カリフォルニア州の予算を直接確保できるチャーター・ハイスクールなのだ。それまで「チャータースクール」については、保護者やコミュニティがより学校運営に直接関わられる学校という程度の認識しかなかったのだが、High Tech LAのカウンセラーの説明によると、「学区に所属すると、学校経営に関する判断を下す場合は学区に打診して許可を得なければならない。また、予算も学区が州から確保した中から割り当てられる。しかし、チャータースクールは学区を飛び越して州とつながっているため、予算は州から直接割り当てられ、学校経営に関する判断も理事会が決断すればよい。学区にお伺いを立てる必要はない」ということだった。チャータースクールは、他の公立校よりもかなり自立した学校経営を実現できるということ

なのだ。

さて、2004年に開校したHigh Tech LAは卒業生のカレッジ進学率95%を誇る超優秀校。4年制大学の進学に関してはカリフォルニア大学(UC)とカリフォルニア州立大学(Cal State)に焦点を当てている。校長は「カリフォルニアの州立大学は非常に優秀であり、経済的にも州外に行くと学費が高つくため、進学先のターゲットとしては州内の公立大学で十分だと考えています」と説明してくれた。

## 自由と責任

同校のプログラムの特徴としては、2人から4人のチームを組んで取り組む学年で6~7本のプロジェクト、また地域内の店舗、企業、医療施設などで働くインターンシップなどが挙げられる。大学に進学する生徒がほとんどなのになぜインターンシップが必須で課せられているのかの理由としては、UCへの進学で「課外活動に積極的に取り組んだこと」が高く評価されるからだ。同校のカウンセラーは、「大学が生徒を評価する際に、学力も含めてその生徒が高校の4年間で何をしてきたかがチェックされます。当校では、プロジェクトでの成績、インターンシップでのコミュニティへの貢献など、生徒たちの結果を可視化しやすくすることに尽力しています。通常の学区下にある高校なら、そのような他校とは違うプログラムをスタートしようとしても自分たちで決めることができないため、実現は困難だといえます。チャータースクールでは理事会に決断が委ねられており、

決断と実行が容易なのです」と語る。ちなみに理事会は、元教師、保護者、地域社会のリーダーなどで構成されているそうだ。

もう1校のEnvironmental Charterもユニークな高校だった。いわゆるSDGsに力を入れた高校で、キャンパスではあらゆる果樹を栽培し、鶏を飼育し、有機飼料作りが実践されている。しかも、同校の大学合格率は97%という驚異的なもの。視察では、男女1名ずつの生徒が案内役を務めてくれたのだが、その堂々たる姿勢からは「自分たちの学校を心から誇りに思っている」ことが伝わってきた。

ロサンゼルス統一学区は全米ではニューヨーク統一学区に次ぐ規模で、学校数782校、児童生徒数は46万人。所帯が大きいほど学区の仕事量も膨大で、その分、各学校の教師や職員の負担も増えるはずだ。学区から独立してチャータースクールになれば自主的に運営して、自分たちで責任を取らなければいけないという別の苦労があるに違いないが、訪れたチャータースクールの教師たちや生徒たちは、私の目には伸び伸びと自由を謳歌しているように映ったのだった。



ローンデールにあるEnvironmental Charter Schoolのキャンパスのブドウ棚。生徒たちはスナックとして実った果実を自由に食べることができる

私立日本人学校 non-profit organization since 1979  
**ニューヨーク育英学園**

園児・児童 募集中

「のびのびと学び、自ら鍛える子の育成」

**全日制部門(ニュージャージーキャンパス)**  
 幼児部：年少(3才児)～年長(5才児)  
 小学部：1年生～6年生

**サタデースクール**  
 (NJ校・マンハッタン校・ボートワシントン校)  
 幼児部：年中(4才児)・年長(5才児)  
 小学部：1年生～6年生 / 中学部：1年生～3年生  
 高等部：1&2年生(NJ校、ボートワシントン校のみ)  
 ホームスクールシステム

**サンデースクール(NJ校)**  
 幼児部：年中(4才児)・年長(5才児)  
 小学部：1年生～6年生  
 ホームスクールシステム

**アフタースクール**  
 幼児教室：3才児～5才児  
 小学部：1～6年生の教室  
 語学部門：ESL、英文法

**フレンズ・アカデミー(マンハッタンキャンパス)**  
 たんぽぽ幼稚園(2才児～)  
 親子教室・日本語基礎・国語教室  
 日本語ウィークエンドスクール

**りんごラーニングセンター**  
 プレイグループ：親子クラス 1才児～  
 きりんのへやこども園：2才半児～年長児  
 語学教室：英会話、現地校支援、英検、SAT、  
 日本語クラス  
 ホームスクールシステム

**オンライン国算教室**  
 小学部：1年生～4年生  
 ※年次開設

**サマーキャンプ/スキーキャンプ**  
**検定試験(認定試験会場)**  
 英語検定、日本語検定、漢字検定  
 算数検定、書写検定、TOEIC

出願受付中

◆ Japanese Children's Society, Inc. (イングルウッドクリフス、NJ校) ◆  
 8 West Bayview Ave., Englewood Cliffs, NJ 07632 Tel: (201)947-4832 Fax: (201)944-3680

◆ Friends Academy (マンハッタン校) ◆  
 310 West 103rd St., New York, NY 10025 Tel: (212)935-8535 Fax: (212)813-0122

◆ R/Lingo Learning Center (フォートリー、NJ校) ◆  
 2460 Lemoine Ave., Suite 103-105, Fort Lee, NJ 07024 Tel: (201)947-4707

ホームページ: [JapaneseSchool.org](http://JapaneseSchool.org)

**日本語DVD通販 HQビデオ**

ニューヨークより毎月無料カタログ郵送  
**TV / 時代劇 / 邦画 / アニメ / 韓国・中国ドラマ**

● 電話 (212) 686-9534 / (646) 476-4306  
 ● E-MAIL [support@hqvideo.net](mailto:support@hqvideo.net)  
 ● FAX (212) 686-9158 / (212) 937-4634  
 ● 住所 21 W 45TH ST RM 501  
 NEW YORK NY 10036

**掲載広告 募集**

詳しくはこちら → Email: [sales@usfl.com](mailto:sales@usfl.com)

# 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～

<p>ミニマムプラン</p> <p><b>\$15</b></p> <p>Per Month</p> <p>Data 2GB   Talk 25¢/min   SMS Unlimited</p>	<p>ライトプラン</p> <p><b>\$30</b></p> <p>Per Month</p> <p>Data 2GB   Talk Unlimited   SMS Unlimited</p>	<p>ビジネスプラン</p> <p><b>\$45</b></p> <p>Per Month</p> <p>Data 6GB   Talk Unlimited   SMS Unlimited</p>	<p>プレミアプラン</p> <p><b>\$60</b></p> <p>Per Month</p> <p>Data Unlimited   Talk Unlimited   SMS Unlimited</p>
---	--	---	---

## 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**

※31日目以降は日数に応じて1日\$4が加算されます



日本の空港に到着してすぐにネットにつながる!  
 通信費込みの格安レンタル料金  
 LTE高速データ使用

**UNIVERSAL MOBILE**

[universalmobile.us/frontline](http://universalmobile.us/frontline)

TEL: 888-504-9056 / Email: [customer@universalmobile.us](mailto: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、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。





# NIJIYA MARKET

味と品質、安全性にこだわったニジャオリジナル商品をはじめ、  
安心しておいしく食べていただける食品を豊富に取り揃え、  
皆様のご来店を心よりお待ちしております。



**SAN FRANCISCO STORE**  
(415) 563-1901  
1737 Post St., #333, San Francisco, CA 94115



**SAN DIEGO STORE**  
(858) 268-3821  
3860 Convoy St., #109, San Diego, CA 92111



**ROLLING HILLS STORE**  
(310) 534-3000  
25338 Pacific Coast Hwy, Torrance, CA 90505



**SAN JOSE STORE**  
(408) 275-6916  
240 Jackson St., San Jose, CA 95112



**TORRANCE STORE**  
(310) 366-7200  
2121 West 182nd St., Torrance, CA 90504



**WEST L.A. STORE**  
(310) 575-3300  
2130 Sawtelle Blvd., #105, West L.A., CA 90025



**SAN MATEO STORE**  
(650) 212-7398  
1956 S. El Camino Real, San Mateo, CA 94403



**LITTLE TOKYO STORE**  
(213) 680-3280  
124 Japanese Village Plaza Mall, Los Angeles, CA 90012



**PUENTE HILLS STORE**  
(626) 913-9991  
17869 Colima Rd., City of Industry, CA 91748



**MOUNTAIN VIEW STORE**  
(650) 691-1600  
143 E. El Camino Real, Mountain View, CA 94040



**HONOLULU UNIVERSITY STORE**  
(808) 979-8977  
1009 University Ave., #1, Honolulu, HI 96826



**HONOLULU ALA MOANA STORE**  
(808) 589-1121  
451 Piikoi St., Honolulu, HI 96814

# 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。





Product of Japan

# Chargel™

1日のスタートに！運動前に！  
エネルギーとビタミンをすばやく補給

**HI-CHEW** のメーカーだから  
おいしいフルーツ味



グリーンアップル

ホワイトグレープ

ストロベリー

- ぷるぷるのゼリー飲料で、満足&リフレッシュ
- 常温で保存でき、冷やすとさらにおいしい
- カフェインフリー、グルテンフリー
- 人工着色料・人工甘味料・動物性原料を不使用
- 5種の必須ビタミン配合



お買い求めはお近くの日系マーケット、またはオンラインストアにて



MARUKAI

Mitsuwa  
MARKETPLACE



Seiwa market  
Japanese grocery

TOKYO CENTRAL  
Japanese Market



CHARGEL.COM



AMAZON.COM