

ケアンズの「情報」と「お得」を届けるフリーマガジン!

割引クーポン付き

無料

LIVING IN CAIRNS

TOURISM
TROPICAL NORTH
QUEENSLAND
Manufactured by nature

リビングインケアンズ
www.livingincairns.com.au

MAR&APR
2014 Issue vol.148

ケアンズ×ダイビング

便利なMAP付き

市街・広域・キュランダ・路線バス

人気コラム掲載

専門家・育児・動物・松本先生

ケアンズの不動産のことなら アミ不動産

賃貸&売却物件をご所有のオーナー様、
ご購入、賃貸をご検討のお客様、
是非当社にご相談くださいませ。



南 盛隆

- 🏠 居住用売買
- 🏠 居住用賃貸
- 🏠 貸別荘
- 🏠 別荘管理
- 🏠 不動産投資
- 🏠 ビジネス売買
- 🏠 商業用物件

Tel: 403 | 2744 / www.qldre.com

Butterflies Early Learning & Childcare

ありのままの自然を
身体一杯に感じよう!!

★15ヶ月-5歳児の受け入れ
★朝7時から夕方6時まで
★おむつ支給
★自然を学ぶ【野菜作り】
★TELLS受講の方は無料でお子様お預けOK
TAFE English Language and Literacy Services
★チャイルドペンキ対応
★日本の春休み、夏休み
長期こども留学受付中

120 Swallow St. Mooroolbark / 7:00-18:00 / TEL 4032-3588
Email: butterfliese@westnet.com.au & butterfliese@kef.so-net.ne.jp (日本語専用)
学校法人 前橋学園 であらび幼稚園 愛知県安城市白石町1丁目22番地2 TEL: 0566-76-6714 WEB: http://maejima-gakuen.net/

MAP : P.19 I6

事務所が移転しました!

移民申請代理人、法廷弁護士として多くの人たちの移民のサポートをしてきた
Frank Lanza がこの度、移民法のスペシャリストとして前進しました。

Immigration Law Specialist
Frank Lanza

Frank Lanza 富蘭久 Migration Services

初回相談料無料!!
電話にて予約が必要だよ。

MARN 9802204

📁 移民申請代理人

各種ビザの申請を代行致します
(永住権、ビジネスビザ、学生ビザ、
配偶者ビザ、ビジネス投資ビザ、
退職者ビザ等)。

📁 各種法律相談

あらゆる法律に関するご相談を
承ります(不動産売買、ビジネス、
ファイナンス、投資関連、遺書作
成、法廷弁護等)。

📁 マリッジセレブランチ

豪州法公認のマリッジセレブランチに
よる挙式を行います。その他、披露
宴、ビデオ及び写真撮影、婚礼用花、
リムジン等の手配をお手伝いします。

📁 移住のための留学

Frankが新しく「オーストラリア移住留学ソリューション」
を設立! 2~3年後の永住権獲得を目指してどんな勉強
を選択したらよいか悩んでいる皆様のお手伝いを
します。詳細はウェブをご覧ください。電話予約不要!

Level 2, Travel Town 21 Lake St. Ph:4031 6676 Fax:4051 6283 frank@franklanza.com.au www.studyliveinaustralia.com

MAP : P.18 F2

留学・ビザ・人材の総合サポート!!

Staff Solutions Australia Pty Ltd



【お問い合わせ】 cairns@ssaust.com.au

【Tel】 02-9241-2455

【Web】 www.cairns-ssa.com.au
www.eryugaku.com.au



日本語でお気軽にどうぞ!

★今回のおすすめ! 人気有給ホテルインターンシップ
※時給\$16~\$20、要中級英語力お気軽にお問い合わせ下さい。

重要告知

この度、弊社におきましては、経営合理化の一環として、**2014年3月14日(金曜日)**をもちましてケアンズ支店を閉鎖することと相成りました。
ケアンズ支店閉鎖後の同支店業務はシドニー本社にて引き続き、可能な限りのサポートを提供させて頂ければと考えております。
これまで長年、ケアンズ支店を御愛顧頂いておりました皆様へは、大変御迷惑をお掛け致しますが、弊社の趣旨を御理解頂き、今後とも変わらぬ御支援御鞭撻を賜りますよう、お願い申し上げます。引き続き、ケアンズに関する、皆様からのご連絡・お問い合わせをお待ち致しております。連絡先は上部をご参照下さい。

目指せ親子・未成年(単独渡豪)留学

ケアンズでは最近、親子・未成年留学に人気があります! 観光での下見の際に学校見学なども手配可能です。また、現地校には、半日から体験入学が可能です!! 長期留学前に現地に慣れるという意味でも人気が出てきております。
ご興味ある方はまずはお気軽に、お問い合わせ下さい。(カウンセリング無料です!!) ※弊社は、オーストラリア教育省指定の留学サポート会社となります。

法人の皆様へ

弊社では、現地校体験入学を含め、団体による教育研修手配の他、長期留学サポートも行っております。ご希望に応じてのツアープラン等が提供可能です。お気軽に弊社までお問い合わせ下さい。

ビザコンサルティング 永住権をあきらめない! 移民法大幅改正の影響?

詳しくはご来社、またはメールにてお問い合わせください。

ケアンズで夢実現へ向けて本気で目指すオーストラリア永住権 ワーキングホリデービザから永住権を目指す方法をご案内!!

ケアンズエリアでは、永住への道として「地方雇用主指名ビザ(RSMS)」取得を目指す方が増えてきていますが、**2012年7月1日以降にビザ申請の際の申請条件変更が移民省より発表されました!!**

2012年7月1日以降の改定条件 (IELTSスコアについて)

今回の改定で一番大きな影響を受けるのはやはり、IELTSのスコアです。現在お持ちのビザにもよりますが、殆どのビザ申請でIELTSで各科目6点以上または平均5.5点の取得が条件となっております。(IELTSスコアについての詳細は弊社移民コンサルタントへお問い合わせ下さい。)

ビザ取得の可能性を探る **初期審査無料** 日本在住の方もメールにてカウンセリング対応しております。 MARN (移住手続き代行業者登録番号) 0105680

留学・キャリアコンサルティング

永住権申請における移民法改定に伴い、より一層の高い英語力が今後求められます。ビザ申請には必ず必要になる英語力のUPを確実に身に付ける為のコースがケアンズにあります! また地方雇用主指名ビザ(RSMS)取得に有効なスキルを身に付ける為の各種コースも開講中。帰国後の為のキャリア作りも併せてコンサルティング中!!



希望やキャリアにあった学校コース入学。永住ビザ取得に有利なコース選択、IT、看護士・医療関連、自動車整備士。他にもあります。 **無料のビザ初期審査**、トータルサポートで永住権をいち早く取得! 夢の海外就職!

★親子留学、現地小・中・高校入学(短期・長期)、教育研修の手配も随時承っております。

人材紹介・派遣

オーストラリアの求人情報(どなたでも是非ご相談下さい) オンライン人材登録も随時受付中! 無料登録はこちら → www.ssaust.com.au

翻訳・通訳

NATTI資格保持者による、婚姻証明書・戸籍簿本の翻訳等を受け付けております。ビザ切り替えの際の移民省認定の書類となりますので安心!!

[シドニー本社] 02-9241-2455 [ゴールドコースト] 07-5592-6338 [ブリスベン] 07-3229-1533 [メルボルン] 03-9663-0000 [パース] 08-9321-6770 [アデレード] 08-8410-1166

MAP : P.18 E3

contents

no.148 March-April 2014 issue

04 知って得することや役立つローカル情報満載
LOCAL TOPIC & EVENT & NEW SHOP new shop 11件

06 特集
ケアンズ×ダイビング

14 ケアンズの「おいしー♥」はココにある!
HAPPY GOURMET お得なクーポンもあるよ!

17 周辺もみどころ満載!
ケアンズ広域マップ

18 街歩きに役立つリビケン掲載ショップ一覧つき
ケアンズシティマップ／郊外&バスマップ

20 村中どこでも徒歩圏内! のんびり歩きを楽しもう
キュランダお散歩マップ

22 「健やかキレイ」に役立つ情報をお届け
TOTAL BEAUTY 健康と美容の情報満載

24 専門家に聞いて知識を増やす
「生活のため」のプロの話

28 人気連載
豪州人、日本人を考える 読んだ?

30 求人情報他…要チェック
クラシファイド お店のクーポン利用の際は必ず本誌を持参してください。そして、お店のスタッフに“Can I use this coupon?”と聞いてね! リビケンケアンズは奇数月の10日発行です!

リビケン内で使用されているマークの意味

📍=住所 🕒=営業時間 📅=定休日 ☎=電話番号 📠=ファックス番号 ✉=メールアドレス 🌐=ウェブサイト 💰=料金

FROM THE STAFF ROOM



世界遺産グレートバリアリーフ! まだ、来た事が無い人があるなら、是非、遊びに来てほしいです。世界でも最高水準のサービスには本当に驚きを隠せません。このサービス内容が「世界遺産」と思えますよ。



今回の取材でたくさんの海世界の写真や参考資料を見せて頂きました。きれいだな〜。とため息。「ちょっと仕事してくださいよ」とJ氏&Y嬢に言われ現実に引き戻されること多々ありました。



毎年恒例のGBR特集。改めてGBRのダイビングの施設・ファシリティ―サービスの質の高さに驚かされました。元イントラとして一人でも多くのダイバーにGBRの凄さを体験して頂きたい!!

Publisher
A Division Of Future
Investment Group Pty Ltd

Sales Jun Yanagita
Reiko Takatsuki
Yuko Kuramoto

Design Daisuke Hayashi
Web Chisato Adachi
Yuko Horino

Printing BOLTON PRINT
info@livingincairns.com.au
www.livingincairns.com.au
P.O. Box 7790 Cairns QLD
Australia 4870
Ph : 07 4051 6880
Fax : 07 4041 0301

■本誌に掲載されている記事、写真、図版の無断転載を禁じます。
■リビケンケアンズでは、取材、及び広告契約発生時における正確な情報の出版を心がけておりますが、記事を含む全てのインフォメーションが保有する内容の合法性や道徳性、著作権の許可、正確さなどについて、またサービスをご利用中に生じた損害に対する責任は負いかねますのでご了承下さい。

DISCLAIMER
Opinions published in "LIVING IN CAIRNS" are not necessarily the views of the publishers, its employees or agents. While every effort is made to check the accuracy of information appearing in this publication the publisher cannot and does not accept responsibility for the accuracy of (or any omissions from) any statement, opinion, advice or information contained in "LIVING IN CAIRNS" magazine. Any products or services advertised or referred to in "LIVING IN CAIRNS" are not endorsed or warranted in any way by the publisher, its employees or agents.

1月~6月 ケアンズイベントカレンダー

イベント

1月
January
最高 32℃
最低 24℃
水温 28℃
降水量 399mm

2月
February
最高 31℃
最低 24℃
水温 29℃
降水量 441mm

3月
March
最高 30℃
最低 22℃
水温 29℃
降水量 464mm

4月
April
最高 29℃
最低 22℃
水温 27℃
降水量 177mm

5月
May
最高 27℃
最低 20℃
水温 26℃
降水量 91mm

6月
June
最高 26℃
最低 18℃
水温 24℃
降水量 51mm

1月から4月のイベントは週で更新されるので、詳しくは以下のサイトをご参照下さい。



ケアンズ市管轄のイベント情報
www.cairns.qld.gov.au/
news/diary.phtml



ポートダグラス&デインツリーのイベント情報
www.pddt.com.au/
Port_Douglas_Daintree_Events.htm



ケアンズ高原のイベント情報
www.athertontableland.com/
cgi-bin/calendar/calendar.pl



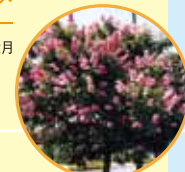
タウンズビル地区のイベント情報
www.townsvilleonline.com.au/
?page=53

- ケアンズ・トロピカル・ガーデンショー
- ポートダグラス・ビレッジ・カーニバル(下旬)

- キュランダ・エンパイロメント・デー
- クックタウン・ディスカバリー・フェスティバル(初旬)
- ケアンズ・スポーツフェスト(中旬)
- ジャバン・ウィーク(下旬)

花の見頃

クイーン・
オブ・フラワー
12月~2月



ポインシアーナ
12月~2月

トーチジンジャー
通年



ブーゲンビリア
10月~7月



タヒチアン
ジンジャー
通年

GBR

「リビケン」の繁殖活動

ツバメウオ幼魚

ミンクケジラ

LOCAL Topic & Event



EVENT 01 サンパシフィックカレッジ
オープンキャンパスディ(ランチ付)



サンパシフィックカレッジでは3・4月の二ヶ月間、皆様へ当校のケワラビーチキャンパスに慣れ親しんでいただくため、オープンキャンパスディを開催致します。

- TEL 0412-590-696
- student@sunpacificcollege.com.au (坂元)までお問い合わせ下さい。

EVENT 02 「Earth Hour」開催
3月29日(土)20:30~21:30



「Earth Hour」は2007年3月オーストラリアのシドニーで、WWFの温暖化防止キャンペーンの一環として始まりました。「地球の環境を守りたい!」

という思いを示す国際的なイベント。地球温暖化と地球のことを考えてみましょう。また当日にPark Ridgeの見晴台までランニングする無料イベントも開催されます。詳しくは下記まで。

- TEL 0450-324-637
- http://www.earthhour.org/
- 場所 Glenoma Park of Cairns Western Arterial Road
- trailrunning@roadrunners.org.au

EVENT 03 Feast of the Senses開催
3月28日(金)~4月6日(日)



North Queenslandのトロピカルフードイベントが開催されます。見て・触って・食べて・香りを楽しむこの10日間のイベントには、珍しいトロピカルフルーツ・シーフード・お肉などオーストラリア内のイベントでもなかなか体験できない食物を経験できます。食べ物以外にもワイン・テイastingやローカル有名人シェフのクッキングデモなども開催。詳しく下記WEBサイトまで。

- Edith St, Cassowary Coast, Innisfail
- 場所 <http://www.feastofthesenses.com.au/content/events/feast-of-the-senses-tropical-fruit-festival/>

EVENT 04 第22回マリンダイビング
フェア池袋開催!

今年で22回目となる海の祭典「マリンダイビングフェア」が東京の池袋で開催。弊誌も毎年会場内で配布し、GBRの紹介をします。ケアンズのダイビング会社の多数も来場し、このイベントで、多くの方がケアンズGBRの魅力を知ってもらえると嬉しいです!

- 開催期間 4月4(金)~6日(日)
- 場所 池袋サンシャインシティ
- www.marinedivingfair.com/

EVENT 05 4月25日(金) 第99回
ANZAC DAY戦争記念式典

ANZAC DAYとは? 毎年4月25日、第一次世界大戦のガリボリの戦いで勇敢に戦ったオーストラリア・ニュージーランド軍団の兵士と、当時国の為に尽力した人々のための追悼セレモニー。多くの追悼者が毎年慰霊・鎮魂の為に訪れます。ANZAC DAYは第二次世界大戦後、戦争に参加した全てのオーストラリア兵士のための記念日に変わっていきました。第二次大戦中、日本軍は敵国としてオーストラリアに繰り返し攻撃しています。オーストラリア本土に攻撃を加えたのは唯一日本軍だけ。ANZAC DAYを機会にもう一度日本とオーストラリアの歴史を紐解いてみてはどうだろうか?


- 式典プログラム
- 5:30am Dawn parade and wreath laying (エスプラネードRSLクラブ前)
- 9:15am 記念パレード(Fogarty Park出発)
- 詳しくはhttp://www.cairns.qld.gov.au/region/whatson#SQ_CALENDAR_VIEW=month&SQ_CALENDAR_DATE=2014-04-01


EVENT 06 松本先生による日本刀鑑賞会

日本刀のコレクターでもある松本空手道場の師範松本主計先生は、現在も多くの刀を所有しており、日本の芸術の一つとして熱意をよせています。「日本刀」を鑑賞し、きちんとした知識を学びたいという方のみ、ご参加ください。1回につき9~12名のみ。定員に達した時点で終了となります。下記まで申し込みください。


- info@livingincairns.com.au
- ※詳細は編集部からご返信いたします。


Salesが見つけた
今号のNEW SHOP


04 NORI HOUSE P.15
 出汁のきいたカツ丼は絶品!!メニューも豊富でランチに通ってしまふこと間違いなしです。日本の味が恋しい人は是非。


08 Red Ginger P.22
 年齢的にちよつとな~。となかなか店内に入れません。ところがどっこい私にOKなデザインもあるのです。すでに2着購入済み。


01 DEEP SEA DIVERS DEN P.07
 デイトリップからクルーズ、体験ダイビングからプロコースまで色々なスタイル・レベルに対応してもらえるのが嬉しい。


05 Oz Gifts Cairns P.26
 キレイな店内にはここでしか買えない商品も。人気のUGGブーツも品揃え豊富です。有名人のサインもあるよ。


09 Silver series P.07 & P.10
 乗船するたびに豪華さのため息。スタッフのサービスや食事のクオリティも全てに満足。いつも船酔いする私が大丈夫だったのも驚き!


02 GBR helicopters P.12
 空から見るGBRは透き通った海と珊瑚の姿に、息を呑みます。普段、ヘリに乗る事すら珍しいのに絶景まで見れてしまうなんて、最高!

06 Pie Face P.16
 私のお気に入りにはChunky Steak Pie。かなりのボリュームでお腹一杯。オーストラリアに来たらミートパイは食べなきゃ損。

10 Thai Tamarind P.15
 店長自らが調理場にとって腕を振るってくれます。カレーやヌードル等はお肉やシーフードを選べる素敵なシステム。

03 Honey House Kuranda P.20
 店頭にたくさんぶら下がっているキモカワなミツバチ君のぬいぐるみと「BEES AT WORK」の巣箱が目印です。

07 PRO DIVE P.07 & P.11
 トレーニングセンターは移転してから2年目。講習を受ける教室もプールも全てがきれいで清潔。無理なく安心にライセンス取得間違いなし!

11 TUSA Dive P.07
 快適クルーズ船で憧れのオスブレイルーフ。ダイバーなら一度は行ってみたい、体験したいダイブクルーズの一つですね。

オーストラリア最大の観光イベント ATE14 ケアンズにて開催!

5月11日(日)~15日(木)

会場 ケアンズコンベンションセンター



ATE (Australian Tourism Exchange) とは?

毎年恒例のオーストラリア最大の旅行・観光に関するビジネスイベントです。今回この大きなイベントがなんとケアンズで開催されることになりました。これは、事業予定やネットワーキングイベントを組み合わせ、オーストラリアの観光産業を世界中の観光に関わる卸売業者や小売業者に紹介するイベントになります。直接、オーストラリアを海外旅行のバイヤーにアピールするためのとても重要な機会になります。毎年約1,200オーストラリア販売会社、460企業、38カ国以上、600人の重要なバイヤーと、50以上のオーストラリア国内外のメディアが、この世界的なイベントに参加します。

ATEは、オーストラリア政府観光局(TA)の主要な観光産業イベントです。オーストラリア政府観光局は、ATE14を開催するにあたりパートナーであるTourism and Events Queensland(TEQ)と協力し、また地元ケアンズでは、トロピカルノースクイーンズランド観光局(TTNQ)が、これらの各組織が一体となって、交流の発展と企画運営の役割を担っています。

ATE14 がケアンズで初開催

35年の歴史で初めて、ATE14がケアンズという地方都市で行われる事は、観光産業にとって、大変喜ばしいことです。オーストラリア国内外で最も有名なレジャー観光地を紹介し披露できる絶好の機会です。

街の皆さんもケアンズを盛り上げていくメンバーです

このイベントは、登録済みの参加者および関係者以外は会場内への出入りは出来ません。しかし、ATE関係者は常に色つきのストラップを見つけていますので、街の散歩やレストランあるいは店内で見かける機会もたくさんあると思います。ケアンズの住人またはケアンズ観光業に携わっている者として「ケアンズは素晴らしい所なんですよ。」とアピールできるチャンスは会場外でも多々あります。これからの観光地「ケアンズ」の発展を盛り上げていくメンバーの一人として、より最高のサービスを目指していきましょう。

INFORMATION

【ATEの詳細】

www.tradeevents.australia.com/

【オーストラリア政府観光局の詳細】

www.tourism.australia.com

▶追加情報については、ATE14のプロジェクトコーディネーター
クリス・コーニッシュまでご連絡ください。

TEL:07-4015-1238

MAIL: Christine.cornish@tnq.org.au

次号リビケン5&6月号特集のお知らせ

ATE14の開催に伴い、ケアンズの観光に関わる全ての企業様のご紹介を、宿泊施設・アクティビティ・ツアーデスク等、カテゴリー別に広告スペースとしてご用意致します。この号は、会場内で弊社クライアント様の専用ブース内にて配布させて頂く事になりました。この機会にご興味のある方は、下記までお問い合わせください。

次号5&6月号発行日:5月9日(金) / 締め切り日:4月9日(水)

【お問い合わせ】 sales@livinginc Cairns.com.au

ホテル一覧

広告

広告

アクティビティ一覧

広告

広告



The Great Barrier Reef

長さ2,300kmと日本列島がすっぽり収まっても余りある、広大なサンゴ礁群「グレートバリアリーフ」。母なる海と、そこに息づく多種多様な命はまさに地球の宝。世界遺産の玄関口であるケアンズは、「世界一」のサービスを提供する場所。

【ケアンズでダイビングの魅力とは】

Point 1 直行便で約7時間半！

ケアンズへは成田、大阪から直行便が通航。所要時間わずか7時間半。日本からの出発便は夜に出航し、早朝にはトロピカルケアンズへ到着！しかも日本との時差はたったのプラス1時間。ケアンズから帰りのフライトは昼間なので、離陸後にGBRを空から眺めることも◎。

Point 2 到着日にダイビングツアーに参加できる！

日本から早到着なので、到着日にダイビングツアーに参加することも可能。時差もほとんどないため、体の負担もかからないはず。滞在日数に限りがある人には嬉しい。

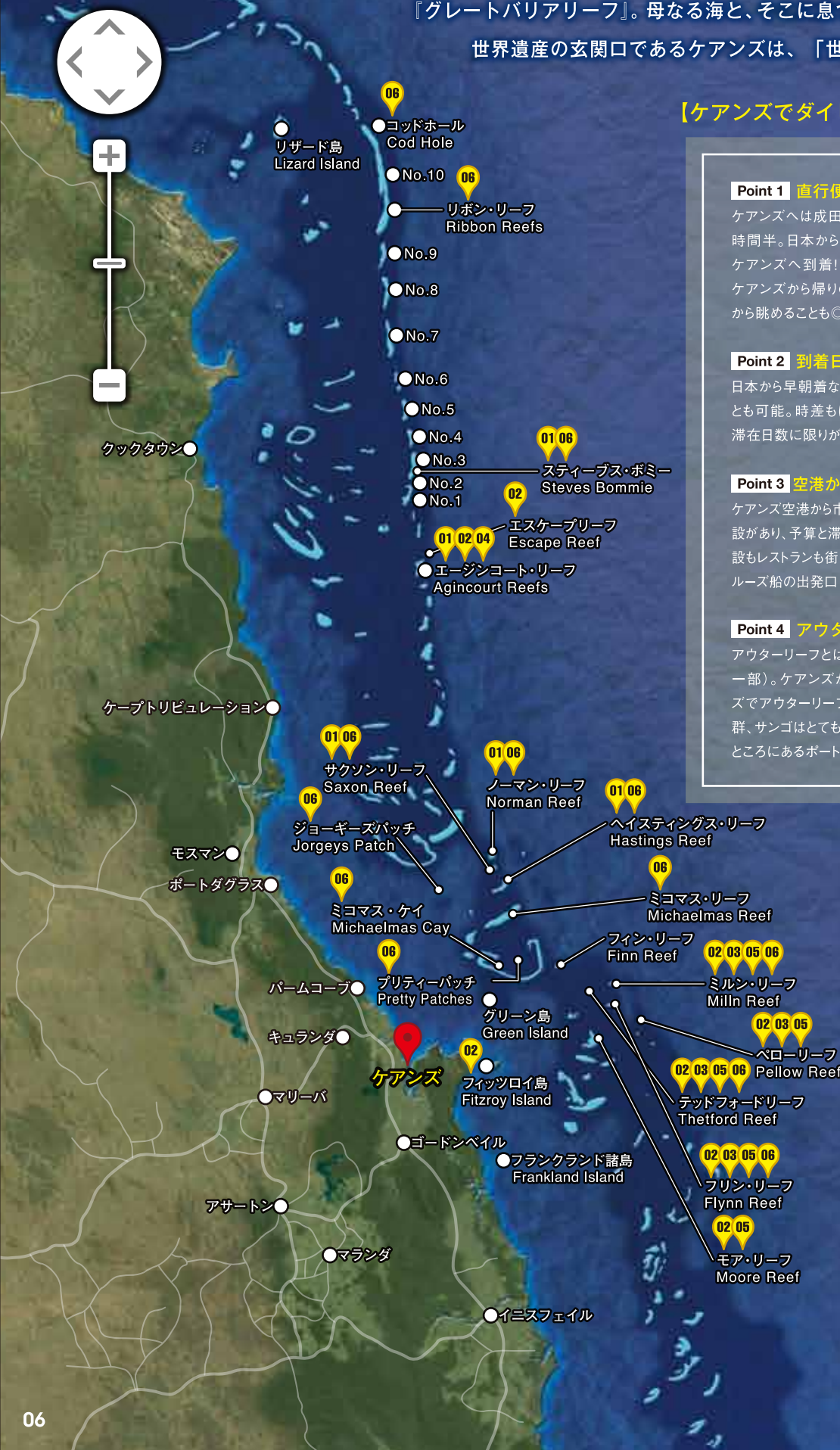
Point 3 空港から街までの移動もラクラク

ケアンズ空港から市内までは車で約15分。市内には多数の宿泊施設があり、予算と滞在スタイルに合った宿泊先が選べます。宿泊施設もレストランも街の一角に固まっているので移動も簡単。また、クルーズ船の出発口「リーフフリーターミナル」も街中にあります。

Point 4 アウターリーフに最も近い街なのです

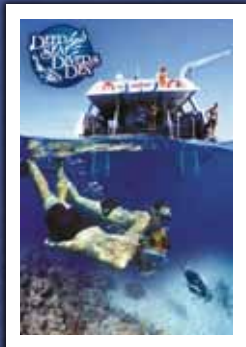
アウターリーフとは陸から約60km先の珊瑚礁のこと（GBRの一部）。ケアンズから片道約1時間半～2.5時間ほどのクルーズでアウターリーフに到着。陸から離れているため透明度は抜群、サンゴはとても元気！また、ケアンズ市から車で約1時間強のところにあるポートダグラスからのアウターリーフツアーも人気。

【日本とオーストラリアの位置関係】



ケアンズ厳選!

ダイビング会社&ダイブポイント一覧



01 DEEP SEA DIVERS DEN

1974年創業の世界最大級のダイビングショップ。(認定数10万人)3隻のダイビング専用船でGBRをご案内。シークエスト号は日帰り(1日最大3本)、オーシャンクエスト号は1泊(7ダイブ)から何泊でも延泊可。毎日出港。1延泊する度に4ダイブ追加が可能。TAKA号は毎週木曜日から3泊4日リボンリーフクルーズを開催。コースもオープンウォーターからプロコースまで日本語にて実施。6月~8月はミンククジラのシーズン。「ミンククジラと泳ぐことのできる許可書」を保持しています。

Tel:国番号+61-7-4046-7333 Mail:japan@diversden.com.au
Web:www.diversden.com.au

02 DIVE 7SEAS

▶P.12



This is the GBR! というところで潜りたい方は、この店を利用すると良い。最北端、最東端ツアーで行くリーフは、どちらも圧巻だ。ケアンズは、ダイブブリーフィングは日本人、水中は英語圏のガイドという事が多い。しかしダイブセブンシーズは日本人ガイドがすべてをケアするスタイルを取っており、日本国内のダイブサービスと同じ感覚で少人数制で潜れるのが魅力。とても安心できるショップだ。

Tel:国番号+61-7-4041-2700 Mail:dive7s@dive7s.com Web:www.dive7s.com

03 PRO DIVE

▶P.11



5日間PADIオープンウォーターコースが人気。講習3日目に2泊3日の船上泊ダイビングトリップに世界各国のダイバーと合流し異文化交流も。トレーニングダイブ、ナイトダイビングなどの海洋実習終了後には、一人前のオープンウォーターダイバーとしてファンダイビングを楽しもう。すでにライセンスをお持ちの方はオプションとしてPADIアドバンスコースやエンリッチド・エアコースも受講できます。

Tel:国番号+61-7-4031-5255 Mail:info@prodivercairns.com
Web:www.prodivercairns.com

04 SILVERSONIC

▶P.10



最新鋭カタマランボートは最新鋭機器「揺れ防止装置」を搭載。酔いにくい方でも安心して目的地へ。日帰りのダイビングポイントの中では最北端に位置し、GBRの中でも大陸棚のエッジに面するため海水の透明度も年間を通して常に良好。魚影も濃く、サンゴ礁は最高のコンディション!5時間かけて当日最良の3つの違うベストポイントを巡ります。初心者でも安心安全にダイビングを楽しめます。

Tel:国番号+61-7-4087-2100 Mail:sonic@silverseries.com.au
Web:www.silverseries.com.au

05 SILVERSWIFT

▶P.10



初心者にも嬉しい半水中プラットフォームで楽にエントリーができる最新鋭カタマランボートは揺れが少なく、32ノットという高速で最も東外側に位置するポイントに約70分で到着。潮通りが良く透明度も乾季には25m以上になることも。その日の最良のポイントに移動し、3本ともバラエティーのあるダイビングを楽しめます。154人の定員を最大80名までに制限することで行き届いたサービスを提供。

Tel:国番号+61-7-4044-9944 Mail:swift@silverseries.com.au
Web:www.silverseries.com.au

06 TUSA DIVE & SPIRIT OF FREEDOM



日帰り船TUSA6号を利用し多数のREEFからその日ベストなダイブサイトへ。120人乗りボートに60名様限定と優雅にGBRの日帰りダイブをご堪能頂けます。本格的宿泊クルーズ船SOF号で毎週月曜昼発~木曜の昼頃ケアンズへセスナ機で戻る3泊4日コッドホールツアーと毎週木曜朝セスナ機発~月曜の朝帰港4泊5日コーラルシートアーマたこの2つを合わせた7泊8日ツアーでGBRをご案内。日本人STAFFも乗船して安心度100%。

Tel:国番号+61-7-4047-9101【日本語】 Mail:jp-info@tusadive.com【日本語】
Web:www.tusadive.com / www.spiritoffreedom.com.au

▶グレートバリアリーフをより楽しむ! シーズナルカレンダー

● 乾期 (5~10月頃) ● 雨期 (11~4月頃)

珊瑚の産卵



初夏にあたる10~12月の満月の数日後に、サンゴが一斉に産卵します。水面がピンクや茶色の卵で覆われる様子は、人工衛星でも確認できるスケール!

1月	<January> 水温:28℃ 最高:32℃/最低:24℃/降水量:399mm
2月	<February> 水温:29℃ 最高:31℃/最低:24℃/降水量:441mm
3月	<March> 水温:29℃ 最高:30℃/最低:22℃/降水量:464mm
4月	<April> 水温:27℃ 最高:29℃/最低:22℃/降水量:177mm
5月	<May> 水温:26℃ 最高:27℃/最低:20℃/降水量:91mm
6月	<June> 水温:24℃ 最高:26℃/最低:18℃/降水量:51mm

7月	<July> 水温:22℃ 最高:25℃/最低:17℃/降水量:30mm
8月	<August> 水温:20℃ 最高:27℃/最低:18℃/降水量:26mm
9月	<September> 水温:22℃ 最高:28℃/最低:19℃/降水量:36mm
10月	<October> 水温:24℃ 最高:29℃/最低:21℃/降水量:35mm
11月	<November> 水温:27℃ 最高:31℃/最低:22℃/降水量:84mm
12月	<December> 水温:28℃ 最高:31℃/最低:23℃/降水量:167mm

ホエールウォッチング



冬場にあたる6月はミンククジラと水中で遊べる可能性が。8月はケアンズ近郊でもザトウクジラが出現します!



ケアンズ式

世界一豪華な「体験ダイビング」「ファンダイビング」のデイ・トリップツアーの流れをご紹介します。
※参加するツアーによって、内容が異なる場合もあります。詳細は、各ショップへお問い合わせください。

ダイビングのおもてなし

ケアンズのダイビングスタイルとは？

★デイ・トリップ

日帰りでダイビングを楽しむ事です。朝出発し、ダイビングを満喫し、夕方に帰って来ます。

★洋上ステイ / クルーズ

基本船上に宿泊機能があり、数日間の宿泊を通してダイビングを楽しむ事です。



おもてなし! POINT 01

ホテルから港までの送迎サービス

ダイビング会社や、宿泊するホテルの場所にもよりますが、大型のバンやバスで送迎サービスを行っている会社もあります。ケアンズでダイビング船に乗る港は1箇所。全ての船がこの港にあります。またポートダグラス発の場合には、ケアンズ市内からの送迎があります。送迎については、お申込みの各社にお問い合わせください。

おもてなし! POINT 02

リーフフリートターミナル

「GBRの玄関口」になる建物です。海に遊びに行く時は、ここから出発します。既にお申込みの方で、当日の集合場所を忘れた!という方は、覚えておくと便利です。



MAP : P.18 E3

おもてなし! POINT 03

アル・ポートカフェでリビケンもゲット!

ターミナルの横にある「アル・ポートカフェ」は朝からオープンしているので、集合時間までのあいだ、ここでゆっくりとくつろぐ事ができます。店先には、リビケン雑誌が置いてあります。ダイビング後の夕食を探すために1冊持っておくと便利です。



MAP : P.18 E4

おもてなし! POINT 04

ケアンズの船の豪華さは世界一! スタイリッシュなボディの豪華客船

ケアンズで初めてダイビングをする人は必ず驚かれるようです。船の形は、双胴船(カタマラン)という独創的な形、船によっては最新の「ライドコントロール」と呼ばれる揺れ防止装置を搭載。全長は各船によりますが、約24~30m、定員は約130人。クルーズ船ともなると、最大級は約400名程が乗船可能。ポイントでもエントリーが楽に出来るプラットフォームが付いています。

おもてなし! POINT 05

いざ出発! 約2時間の船旅

グレートバリアリーフはケアンズに面していますが、街から海を眺めると見える!という距離ではありません。約60Kmも離れ、船で平均約2時間をかけて移動します。地図で見ると近いのに!と思う方もいますよね?そう、オーストラリアの大きさに驚かれましたか?豪華船内では、モーニングティーのサービスや海での安全確認やブリーフィングなど色々な説明が行われます。ぜひ、快適な海の旅をお楽しみください。

おもてなし! POINT 06

酔い止めの薬も飲んでおこう!

外洋に出ると船は多少なりとも揺れます。快適に船旅を楽しむため、乗船前に酔い止めの薬を飲んでおこう!準備し忘れても、船内で販売又は無料配布しているので、出航前に飲んでおきましょう!

おもてなし! POINT 07

ゆったりできる船内

船内はゆったりとし、ホテルのラウンジ並にくつろげ、モーニングティーから昼食等もすべて完備しています。そして船内には、最新ダイビング器材、豪華ランチ、バー・ラウンジ、シャワー等も備え付けられています。まさに快適にダイビングができる”全て”が揃っています。



おもてなし! POINT 08

到着! 1本目、 快適スタート!

さあ、ポイントに到着! 船内に用意されている最新の器材! 全て装備されているので、あとはスタッフの指示を待つのみ。



おもてなし! POINT 09

器材やその他サービス

各社はいつでもお客様が最高のダイビングを楽しんで頂けるよう、念には念を入れて安全かつ最高の準備をしています。器材のチェックから最新の器材導入等、一目みただけで、快適に楽しめる空間を感じる事ができます。



おもてなし! POINT 10

エントリーもとってもラク~

通常、船の後方にエントリーする場所があります。船によって半水中プラットフォームや、大型水圧プラットフォームを採用しています。このプラットフォームの環境もケアンズの基準は世界最高レベルです。



おもてなし! POINT 11

豪華な昼食

さあ、お待ちかねの昼食の時間! 食事も旅の醍醐味ですよね。船上で豪華なbuffetスタイルが堪能できます。各社によって多少のメニューは異なりますが、豪華さは共通!! 肉・サラダ・寿司・フルーツと、つい欲張ってしまくと、後半動けなくなるので要注意です。



おもてなし! POINT 12

ダイビング終了! 帰宅準備もとっても快適!

ダイビングを存分に楽しんだ後も、快適サービスの本領発揮! 着替えのスペースも抜群。そして淡温水シャワー等も完備して、体もさっぱり! コレほどまでに、くつろげる環境は、なかなかありません。存分にダイビングを堪能し、体もさっぱり。さあ、帰路につきましょう。



おもてなし! POINT 13

ケアンズにもむけて帰路

帰路の途中もアフタヌーンティーのサービスがあります。ログブックを付けたら、サティフィケートをもらうのも、忘れずに! その後は、温かい飲み物やダイビング後の一杯を楽しみながら一日の楽しい余韻に浸ってください。帰りは時間によりますが、夕日が見える事もあります。世界遺産グレート・バリア・リーフの最高の思い出を目に焼付け、ケアンズ到着までの時間をお過ごしください。ケアンズ到着は、出発したリーフフリーターミナルです。ケアンズの最高レベルの快適なダイビング終了! お疲れ様でした。



DIVE+SNORKEL
the essence of adventure

シルバーシリーズとは？

全てが最高クオリティーの日帰り極上ダイビングトリップ。プロにも選ばれるこのシリーズには、ケアンズ発「シルバースワフト」とポートダグラス発「シルバースニック」があります。ダイビングポイント3ヶ所を巡り、それぞれのタイプの違うポイントへ。世界の海に比べて大物を見られる確率が高く、しかもサンゴ・魚群の数も種類も圧倒的に多いので日帰りツアーでも大満足！その日のコンディションの中でベストなGBRをお見せします。あなたはスワフトorソニック、それとも両方？地球の宝・世界遺産を体験しよう！

シルバースワフト、シルバースニックに乗務する日本人インストラクターはプロ中のプロ。日本語・英語でも講習、ブリーフィングをこなす、ワールドレベルのインストラクターです！



23のダイブスポットから その日の最良の場所へ！

From Cairns
ケアンズ発

巨大コッドもご挨拶。体験ダイビングでもカメラやナポレオンを見られることも。



ウミガメ天国のGBR。のびのびと棲んでるせいなのか、性格もおおらかで人懐っこい。

ケアンズから東へ約1時間半。この船が持つGBRを代表する5つのリーフは透明度も良く、乾季には25m以上になることも。ナポレオンフィッシュやマンタ、サメなどの大物たちに遭遇する確率はかなり高い！一日3ダイブ、同じ場所で潜ることはほぼなし。初心者から上級者のどのレベルでも間違いなく楽しめます。



驚き豪華船!至れり尽くせりサービス!ポイント最高! GBRを楽しむなら絶対シルバーシリーズでしょ!

Divers Voice なぜシルバーシリーズを選んだのか? SILVER SONIC & SILVER SWIFT

GOOD 01 乗り心地&快適性が最高!



「えっ！本当にこの豪華クルーザーで行くの？」と驚き。速いのに揺れが少なく酔いせず、あつという間にスポットへ。

GOOD 02 親切な設備にビックリです!



「ホテルラウンジの様な船内エントリー、暖かい淡水シャワー。おもてなし満載で素晴らしい！」

GOOD 03 お腹が空いても大丈夫!



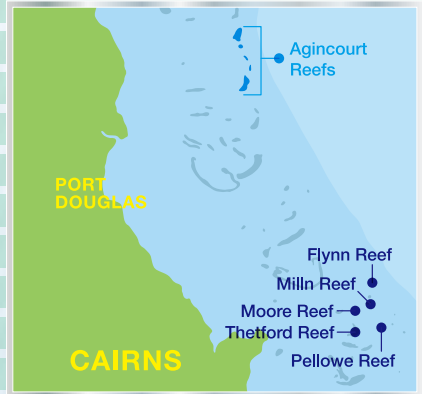
「朝・午後にはマフィンやサンドイッチの軽食。お昼はボリューム満点の暖かい食べ物などバイキング形式で満腹満足です。」

GOOD 04 安心!日本人スタッフ常勤



「英語が苦手」と心配してましたが日本人スタッフがいたので安心。準備もスムーズに出来たのはスタッフのおかげです。」

SILVER SWIFT 行き先 SILVER SONIC 行き先



より北へ。透明度の美しさを 求めるならSONIC!

From Port Douglas
ポートダグラス発



エイジンコートリーフは外洋に面し、GBRの中でも年間を通して透明度が高く、自然のままの美しさが残されているのが特徴。また、海水が入り出すお陰で大物・レア物、地形カラフルサンゴまでぎっしり。ポートダグラス



から乗船するため陸から陸への移動に時間は取られるが、それでも3ダイブ+約5時間の滞在時間はお得で嬉しい。



初心者でもブランクダイバーでも絶対満足。シュノーケルでも日本では潜らないと見られない魚たちに出会えます。目を見張るような色鮮やかな魚たち。神秘的な水中世界を感じよう。

INFORMATION



ケアンズ発 www.silverseries.com.au/swift.htm

ポートダグラス発 www.silverseries.com.au/sonic.htm

賢沢にCカードを取得できちゃう！自信たっぷりの認定ダイバーになるなら

PRO DIVE CAIRNS

「5日間オープンウォーターコース」と
「2泊3日GBRクルーズ」のお問い合わせは

Reservations & Training Centre
116 Spence St.

WEB www.prodivercairns.com

MAIL info@prodivercairns.com



センターにはダイビングトレーニング専用のプール(最深部4.3M)があり、設備も清潔で充実。町の中心部にも近いのでアクセスも便利。



毎週木曜日から丁寧な講習で人気の日本語コースがはじまります。



14部屋のツイン共用キャビンと2部屋のダブル用キャビンがあり、お客様4名に対して一つの割合でトイレ・シャワーを完備。



ボートは最新の海洋工学、最新設備や最新テクノロジーに基づいて装備。

PADIの5日間オープンウォーターコース体験談

「PRO DIVE選んでよかった。GBR最高！」

ケアンズで体験ダイブをした後にCカード取得を決意。ダイバーの6割がPADIが発行したライセンスカードを持って潜っていると聞きました。そこで、あのケアンズの海にまた潜りたくPRO DIVEの安全で実力も万全な5日間のオープンウォーターコースを選びました。

「学科・プール講習は覚えることはたくさんでしたが楽しかった」

英語に自信がなかったのが木曜日から始まる日本人インストラクターによる講習を受講。とても丁寧に分かりやすく説明をいただき、不安が安心に変わりました。プールの講習では、信頼関係が出来ていたのでスムーズにできました。安全第一がモットーと言うことなので無理のない2日間の学科・プール講習でした。

「2泊3日の海洋実習は体力勝負。でも世界各国に友達ができました。」

3日目から2泊3日の海洋実習を受講。初めての経験だったので乗船前にドキドキ。このトリップ船にはすでにライセンスを持っている世界各国のダイバーたちも乗船。ダイビングという目的があるので、言葉の壁は関係なく、船内も和気あいあい潜った感想を交換しあったりとアットホーム。

最初の4ダイブは認定のためのトレーニングダイブ。事前の講習

で身につけていたお陰で楽しくダイブできました。潜ってすぐにキレイなさんごや魚たちがお出迎えしてくれ、やっぱりGBRにきて良かったと感動。初めてのナイト

ダイブも体験でき、船上宿泊の醍醐味を実感。もちろん日本人インストラクターも一緒なので不都合はありませんでした。他のスタッフもフレンドリーで言葉が通じなくても身振り手振りで対応。いつも海からあがってくると、食事が手作りおやつが用意されていたので食事にも困りませんでした。

ダイビングを通して世界各国の友達も作っちゃおう！



ゆっくりゆったりと自然のままの壮観なダイビングが楽しめます。

ライセンスもう持ってる？

1日だけじゃもったいない！
2泊3日のクルーズで
GBRをもっとディープに知ろう！

目的地はケアンズ南東に位置するアウターリーフ THETFORD、PELLOWE、MILLN、FLYNN に合計16のPRO DIVE専用の豊富なダイブサイト。英語に自信がなくても毎週土曜日発には日本人スタッフが乗船。快適なプライベートキャビンは、プライベートが守られダイビングやシュノーケリングの合間にゆっくりと過ごせます。最高水準を誇り、安全性の実績も万全なPRO DIVE。私たちと一緒に思い出に残る貴重な体験をしましょう！



- ※ 英語のブリーフィング大丈夫かなあ…
- ※ 説明は日本語でも水中は欧米圏のガイドさん…大丈夫かなあ。
- ※ オーストラリアはバディーダイブ。ちゃんと船に帰れるかなあ…
- ※ 欧米圏のガイドさん、魚をしっかりと見たいのに詳しくないかも?写真も撮りたいし…
- ※ ベテランガイドにガイドして欲しいのに…
- ※ 体感温度の違う欧米圏のダイバーと同じ半袖半ズボンのウェットで水温に23度に潜るなんて、ありえない!寒すぎる!5mmフルスーツが要るでしょ!
- ※ こんな感じじゃ、やっぱり日本人ガイド確約が安心かも…。

信頼と実績のある日本人スタッフダイビングカンパニー

ダイブセブンシーズは、すべてに答えられます!

詳しくは、www.dive7s.comへ!



一番遠いエリアだから…★透明度抜群!!★ケアンズ最速豪華ポート使用!!

ポートダグラス発最北端エリア

最も外洋に位置するエージンコートリーフ。手付かずのサンゴ礁は必見!!

フル装備レンタル **2ダイブ \$260~**

ケアンズ発最東端エリア

ケアンズマリーナから出航。ナポレオンフィッシュやウミガメと遊ぶ、まったりダイビング。

フル装備レンタル **2ダイブ \$240~**



DIVE 7SEASはココが違う!!

日本人が陸上・水中もケアするから見所をしっかりとご案内!!ダイビングにプランクのある人やスキルに不安のある人も安心

- ポートやダイビングの説明も日本語だから、とっても安心!見所などもしっかり聞ける。
- 水中ガイドも一人一人のレベルに合った日本人向けのガイドングで楽しめる。
- ログ付けもしっかり。見た魚など細かく教えてもらえる。

他にもツアー盛り沢山!



締切間近

ワーホリ・学生、応援します!各種ツアー・コース、スーパー激安プライスあり!!詳細は店頭にて

NEWオフィス
オーキッド
プラザ内に移転
しました!!

Shop41 58Lake St. Orchid Plaza 1st Floor
Tel:07-4041-2700 / Fax:07-4041-2711
www.dive7s.com / dive7s@dive7s.com
ダイブセブンシーズ&GBRスクーパカレッジ

ケアンズ最短!2日間ダイビングライセンス取得コース好評開催中



正規代理店



MAP : P.18 E3

Your Bird's Eye View

— グレートバリアリーフの、鳥になる —

遊覧飛行

- リーフフライト
- 熱帯雨林フライト
- デラックスアウトリーフフライト
- 熱帯雨林&リーフフライト

リーフパッケージツアー

[グリーン島]

- ヘリコプターで行くグリーン島(帰りはクルーズ・ランチ付き)
- グリーン島発着遊覧飛行

[アウトリーフボンツーン]

- 片道ヘリ・片道船
- ボンツーン発着遊覧飛行

[グリーン島&アウトリーフボンツーン]

- グリーン島までヘリ・ボンツーン、ケアンズまで船
- グリーン島・ボンツーンまで船、ケアンズまでヘリ

その他の組み合わせも可能です。お問い合わせください。

ヘリ貸切も承っております。



Pier Point Road, Marina Point, Cairns
Tel : 07-4081-8888 7am-8pm
グレートバリアリーフヘリコプターズ



MAP : P.18 E4



ダイビングしたことない人も、ハマっちゃってる人も必見!
ダイバーKENJIさんが現場からGBRの魅力をお伝えします☆



Profile

福井謙二 / 1970年2月26日生。GBR
水中ガイド&ダイブコース歴16年。クアーズ
にてPADIインストラクターコース開催中。
<http://scubaexpertaustralia.com>

プロダイバーに仲間入り!



GBR でお仕事中心!

写真協力 / Satoshi Kajimoto



Profile

熊本 陸 / 水中写真歴14年GBR歴7年。
GBRでお会いしましょう!!色々は写真は
コチラ⇒<http://www.seabreeze-photo.com>



職業としてのダイビング

皆さんがグレートバリアリーフ (GBR) を訪れ、スノーケリングやダイビングを楽しむ際に、安全説明や水中ガイドを担当してくれる親切なスタッフがいます。これらスタッフは実際どのようなトレーニングを受けて資格を取り、お客様をケアしているのでしょうか??今回はGBRを背景に活躍する水中プロガイドについて少し触れてみましょう。人間が水中世界へ足を踏み入れるためには、守るべきマナーや安全に楽しむためのルールが必要です。それらを前もって理解することで、生き物を傷つけず安全に水中世界へ適応することが可能なのです。お客様が理解できる言語で必要な情報を提供し、水中を案内することが水中ガイドの務めです。日々変化する海洋状況に見合った情報を提供することは安全上とても大切なことです。スノーケリングやダイビングを自分自身で楽しむことはとても簡単ですが、お客様を安全に楽しませるとなれば、お客様以上に豊富な知識やスキル、経験が必要になります。

通常、プロダイバーとはダイブマスターレベル以上の資格を持つダイバー (インストラクターも含む) を指します。この資格を得るためには一般ダイビング知識を学習し各種実習を行い、インターンシップで接客を学んだ上で、試験に合格する必要があります。ダイブマスターコースではこれら最低限の情報をお客様に提供し、水中を案内するための勉強をします。資格を得るためには最低でも数週間のトレーニングが必要ですが、取得後はお客様に海の楽しさを教えられるやりがいのある仕事が出来ます。GBRには世界中から数多くの観光客が訪れるので、様々な言語が飛び交います。仕事を通じて様々な国に知人や友人ができるのもこの仕事の醍醐味のひとつです。海中心のライフスタイルを持つ人たちが自然とクアーズに集まってくるのはGBRの魅力なのでしょう...。世界に誇るGBRならではの特別な業務経験は一生の宝物になること間違いありません。また、その資格を活かして世界の海を自分のオフィスにすることも可能なのです。皆さん、意義あるGBRライフを楽しみましょうね!!



星の王子・SAIが運勢をズバリ占う!

3&4月の星占い

先月から比較すると大幅に星回りが改善しています。さまざまなことが上手くいきやすいでしょう。今年で一番の星回りの時期です。大事を進めるのは5月半ばまでを強くお勧めします。

SAI PROFILE オーストラリアエコツアーリズム協会認定エコガイド。星空関係のツアーをよく担当することから占星術に興味を持ち、「RosyGrace」の橋本恵さんに師事。無料で個人鑑定もしていますのでご希望の方は sai.astro.cairns@gmail.com までご連絡を。



心の落ち着きが付き合いに好影響

パートナーに対して冷静に向かい合い寛容になれます。家庭内も平穏で問題がおきにくいでしょう。時間をかけて待っていたものが回ってくる予感があります。

3/21 - 4/19

おひつじ座



とんとん拍子に進むのは吉兆

体調も整いやすく仕事も安定するでしょう。縁談がある人はスムーズに行くでしょう。流れに乗ったときには一気に進めるとよさそう。気軽なお出かけが吉です。

4/20 - 5/20

おうし座



ためている仕事があれば済ませてしまおう

金運はほどほどによさげ。仕事や身体面で滞っていることがあれば今の時期に解決を目指すべきです。社会での自分のあり方を見定めることにつながります。

5/21 - 6/21

ふたご座

辛抱してきた人には幸せが来そうです

家庭内の問題や、恋愛の問題を辛抱強く耐えてきた人には好転の兆しがみえます。他人からはあなたが理想的な人に見えます。良い印象を持たれるでしょう。



6/22 - 7/22

かに座

パートナーの成長を促してみよう

家庭内に不安がある人は大きく改善に向かうでしょう。兄弟姉妹との関係が良いものに。パートナーの能力を引き出せそうです。上手くやれば相手の金運が上昇します。



7/23 - 8/22

しし座

気になっていることはクリアしておこう

仕事が金銭面で結果として出やすい。相手との対立が起こったときには自分に有利にすすめることができる。以前から気になっていることを学びなおす機会としてよし。



8/23 - 9/22

おとめ座



転職を考えている人はいまこそ

ずっと欲しかったものがあるなら今が買い時でしょう。また転職を考えている人は良い話が見つかりそう。アンテナを高くして情報を集めましょう。

9/23 - 10/23

てんびん座



思い切って非現実を楽しもう

現実から離れば離れるほど素敵な体験がたくさんできそうです。楽しいことに積極性があるほうが良い方向へ進みます。我慢していた心を解放するのが吉。

10/24 - 11/21

さそり座



家族との時間がかけがえないものに

身近なことにこそ頭が冴えそうです。家族との交流が楽しくなるでしょう。家族で出かけることが楽しく過ごせるポイントです。また交友関係もゆるぎなく安定的。

11/22 - 12/21

いて座

疎遠になってる友人と再び会うかも

基礎的なことを学びなおすと効果が出やすい。金運はかなり高め。特別な相手との理想的な関係の構築ができる。音信不通だった友人との再会や長期の対立が改善しそう。



12/22 - 1/19

やぎ座

金運に知性の最高の組み合わせ

仕事が思いのほか順調。ずっと暖めてきたことが社会に認められやすい時期です。金運が高いだけでなく正しい使い方の判断もできるでしょう。



1/20 - 2/18

みずがめ座

今まで積んできたことが大きく前進

下積みしてきたことの専門性を高めることができるでしょう。他者に自分を良く見せることができます。また楽しいことは思い通りに進むことでしょう。



2/19 - 3/20

うお座

COUPON

クーポン利用の際はリビケン持参で!

Please present coupon to redeem offer.

HAPPY GOURMET

ダイビングで思いっきり楽しんだあとは、お腹もペコペコ! 満足して頂ける厳選した優良店が、皆様をお待ちしております!



食してみたい
ケアンズの

特産 & 珍味

近海で捕れるシーフード、野菜から乳製品、牛肉と、ケアンズは恵まれた自然の中で育まれる食材が豊富。その中には日本へ輸出している食材も意外とあるんです。そんなローカルフードをご紹介します。



01 トロピカルフルーツ

珍しいものでは、別名チョコレートプリンと呼ばれるブラックサボテンや、カスタードのように乳白色で甘いカスタードアップルなど…レストランのデザートメニューに入っていることが多いのでお試しください。



02 ブッシュタッカー

先住民アボリジニが何万年もの間、代々日常食としていた森の食べ物(bush tucker)がソースやスパイスとなって製品化され始めています。



03 マッドクラブ

ケアンズ近郊のマングローブ地帯などの泥地に生息。茹でると塩味が利いていてほくほく粟のような独特な食感。中華風にチリや生姜を利かせた調理も美味。



04 マグロ

実はGBRで捕れたマグロが築地の市場に週4回冷凍空輸されています。輸入業者も「特にビッグアイツナは市場でも人気があり、高く売れるんです」とコメント。



05 バラマンディ

大きい物は120cmを超す魚。釣り人を魅了してやまないけれど、お味の方も絶品。しまっていていなめらかな白身は多くのレストランメニューに登場しています。



06 コーヒー

コーヒーの一大産地のマリバ産は、酸味とコクが特徴のアラビカ種という豆。アイリッシュクリームなど様々なフレーバーものが出ています。



07 ワニ肉

豚肉や鶏肉をリッチにしたような味わいでクセがない。お店によって、盛り合わせやから揚げなど色々なメニューがあり興味津々!



08 ナッツ

ケアンズ高原はピーナッツやマカダミアナッツ、ヘーゼルナッツの産地。

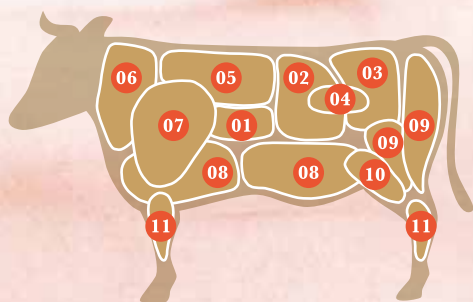


09 乳製品

ケアンズ高原に広がる牧場の乳牛から作られる乳製品はコクがあって絶品。

ステーキビーフを食べたい!

レストランのメニューに肉の部位名が書かれてありますよね。どんなお肉なのかの参考にどうぞ。



01. Rib Fillet

リブロース
柔らかく火が通りやすい。

02. Sirloin

サーロイン
牛肉の中では最高の肉質(こちらではPorterhouseとも呼ぶ)。ヒレとの間のT字の骨で仕切られた部分がTボーン。

03. Rump

ランブ
脂肪が少なく、柔らかくはないがステーキによく使われる。

04. Eye Fillet

ヒレ
とても柔らかく、脂肪が少ない。一頭の牛からわずしか取れない。別名テンダーロイン。

05. Cube Roll

かたロース
きめが細かく赤身が多い。すき焼きなど薄切りで使う料理に合う。

06. Chuck

ネック
筋が多く硬めだが、肉の味は濃厚でおいしい。

07. Blade

かた
筋肉が多く、風味がよい赤身の肉。

08. Brisket

かたばら/ともばら
脂肪分が多くやや硬い肉質。かたばらの方はカルビ焼きなどに最適。

09. Round

うちもも/そともも
うちももがトップサイド、そとももがシルバースайд。

10. Skirt

しんたま
脂肪が少なく柔らかい肉。タンパク質や鉄分が豊富。

11. Shank/Shin

すね
色の濃い赤身肉。



1日限定
20食

安くおいしい定食が
自慢!常連客多数の
「おふくろの味」
常連さんのオススメは揚
げ物を2種類チョイスで
きる定食(ヒレカツ&から
あげなど)。お酒、お子
さまメニューもあります。

リビケン読者限定スペシャル定食【\$14.30→\$10】
揚げ物のから揚げ、メンチカツ、コロッケ、ヒレカツの中から一品選べます。

OCHA-CHA 【おちゃちゃ】▶MAP P.18:F3

COUPON ▶ 5名以上のグループor誕生日の方にシャンパン1本サービス(要前日予約)

34 Lake St. Palm Court 2F 12:00~14:30 / 18:00~21:00 木のランチ、日 4051-7055



極上ビーフテンダーロイン
ステーキ【\$38】



オーギー食材を凄腕
シェフが独創的に調理
数々の受賞歴のあるシェフ
が腕を振るう創作料理は
地元のみならず地方からの
ファンも多数。地元食材を
存分に満喫できる有名店!



2度焼き豚バラとホタテの炙り

Ochre Restaurant 【オカーレストラン】

COUPON ▶ 10%OFF ▶MAP P.18:E2

43 Shields St. 12:00~15:00(月~金) 18:00~Late(毎日) 4051-0100 www.ochrerestaurant.com.au

ganbaranba

COOL JAPAN

We RAMEN

TONKOTSU PREMIUM
とんこつ麺

博多 GEN-TEN 源天

長崎 ZOROME ぞろめ

熊本 IKEMEN 粹麺

12-20 Spence St. Tel: 4031-2522
営業時間 11:30-15:00, 17:00-21:00 (20:30ラストオーダー)

@ ganbaranba



本格モダン・タイ料理
レストラン
オーナーシェフが自ら腕を振るうタイ料理店。フ
レッシュな素材を使ったモダン・タイ料理はどれ
も本格的なのにランチはセットで\$11.90〜と、
とってもリーズナブル。サイドメニューも豊富。

Thai Tamarind 【タイ・タマリンド】▶MAP P.18:E2

41 Shield St. 11:30~15:00(月~金) / 17:00~(毎日) 4041-2112



カツ丼【\$11.80】
本物の「日本の味」が堪能できるお店発見!!
ケアンズスクエア内アボットSt側の新しいお店。出汁のきいたカツ丼やサクサク
豚カツ弁当など日本の味が楽しめます。他にもしょうが焼き定食など懐かしい味が
NORI HOUSE 【ノリハウス】▶MAP P.18:E3 沢山。フレッシュな手巻きもあり。
Shop22 42-52 Abott St. (ケアンズスクエア、Abott St.側) 10:30~21:30(日~木) / 10:30~
22:00(金、土) 4041-7761



ケアンズマリーナを見ながら新鮮なシーフードを!
2011年クイーンズランド州ベストシーフードレストラン
受賞店。人気のカキは肉厚で、水槽から生きたマッドク
ラブをそのまま調理。ランチも充実しているので、是非!

Tha Fish 【タフィッシュ】▶MAP P.18:E4

Pier Point Rd. 12:00~15:00, 18:00~Late 4041-5350

ナチュラルプライムリブ
【\$22.95~】
地元オーギーも通う大人気のステーキ屋さん
ケアンズでステーキといえばコ!と皆が口を揃える人気店。ハンバーガー、
魚、チキン、デザートなどのステーキ以外の料理、キッズメニューもあり。
Hog's Breath Cafe Cairns 【ホグスブレスカフェケアンズ】
COUPON ▶ 全ステーキ10%OFF ▶MAP P.18:E1
64 Spence St. 11:30~14:30 / 17:00~Late 4031-7711

レストラン情報をもっと!
リビングサイトの
レストランページへ

www.livingincairns.com.au

地元産 食品利用

GBR出航前に最適!

港の目の前、リーフターミナル内にある朝食&ランチに最高のイトインもお持ち帰りも可能なカフェ。キッシュ、マフィンなどの軽食、ケーキは地元産。毎日シェフが手作り。

Al Porto Café
【アルポルトカフェ】▶MAP P.18:E4

COUPON ▶ 各種パンケーキセット\$17.00 / オージービーフバーガーセット、チップス付 \$17.90 (咖啡or紅茶orジュース付き)

☎ 1 Spence St. Reef Fleet Terminal
☎ 7:00~14:00 休 無 ☎ 4031-6222

24時間営業!パイ&ベーカリーカフェ
オージーの定番食「ミートパイ」に表情つきで大人気。新鮮な材料を使用しているので味も格別。サンドウィッチやケーキそしてカフェインの強さが選べるコーヒーもあります。夜更かしさんにも嬉しい24時間営業。

Pie Face 【パイフェイス】▶MAP P.18:E3

☎ Shop17, Cairns Square, Shields St. ☎ 24時間 休 無 ☎ 4041-0883 ⑦ www.pieface.com.au

COUPON ▶ Classic Pie&ドリンクが\$6.95. さらに\$2追加でソーセージロールorほうれん草ロール1つ

特別な日も気軽にフレンチ

毎日常連客や観光客で賑わうレストラン。ディナーのメインは\$28~とリーズナブル。お昼も\$20のセットメニューが人気。日本人好みのケーキも大人気!

M-YOGO
【エムヨゴ】▶MAP P.18:E4

☎ Pier Point Rd. Shop G9 ☎ 11:30~14:30, 17:30~Late, ティータイム11:30~17:00 休 12月25日
☎ 4051-0522 ⑦ http://www.matureyogo.com/jp

ローカル 気分を味わいに来て!

大人気老舗イタリアンレストラン。お勧めはこだわりラムと大中小選べるパスタ、牛肉のカルパッチョとシーフードグリル!!

La Fettuccina
【ラフェットチーナ】▶MAP P.18:E2

☎ 41 Shields St. ☎ 12:00~15:00 (金のみ) 17:00~Late 休 無 ☎ 4031-5959

量り売り100g
【\$2.85】

Spoonies Fro-Yo

食べた〜い!ヘルシーなフローズンヨーグルト
栄養素がたっぷり含まれた無糖フローズンヨーグルトはなんと15種類。38種類のトッピングでオリジナルアイスを作っちゃおう。量り売りだから好きだけ食べられるよ。

Spoonies Fro-Yo 【スプーニーズフロヨ】▶MAP P.18:D1

☎ ケアンズセントラル内Coles側 2F ☎ 月・水・金・土 9:00~17:30 / 木 9:00~21:00 / 日 10:30~16:00
☎ ケアンズセントラルの休館日に準ずる ☎ 4051-11178 ⑦ www.spoonies.com.au

Happy 4 10
Cafe & Bar

可愛くておしゃれなコリアンカフェ
ランチメニュー全品\$10。やしの木に囲まれた隠れ家的カフェ。新メニュー続々、セルフのトッポギ(\$28)も新登場!

Happy 4 10
【ハッピーフォーテン】▶MAP P.18:D2

☎ Shop5 82-84 Sheridan St. ☎ 10:00~24:00 / (日) 17:00~24:00 休 無 ☎ 4041-2502

いつも薄切り肉を
用意してるよ。

Vallely一家が
営む老舗肉屋
はしゃぶしゃぶ用の肉も!予約で、好みの厚さに切ってくれます。ソーセージも絶品。

Edge Hill Butchery
【エッジヒルブッチャリー】▶MAP P.19:I7

☎ 136 Collins Ave. ☎ 7:00~17:30 (土~12:30)
休 日 ☎ 4053-1526 ⑦ http://www.edgehillbutchery.com.au/

新メニュー登場!
甘いもの好き集合!

定番の自家製クリスピーバンに加わり、ワッフル、クレープ、パンケーキが勢ぞろい!暑い日には冷たいフラッペやマレーシアドリンク、アイスクリームがお勧め。家族やお友達を誘って甘いティータイムを。朝食も始めました。

PappaRoti
【パパロティ】▶MAP P.18:E2

☎ Lake St. & Shields St.の角 ☎ 8:00~17:30 休 無 ☎ 4031-5695 ⑦ www.papparoti.com.au

COUPON ▶ デザートお買い上げの方コーヒ-Lサイズ\$2.50

レストランあれこれ

- BYO
ほとんどのレストランでビールやワインなどお酒を注文できますが、たまにBYOと呼ばれるレストランも。それはお酒の持ち込みOKという意味です。あらかじめ、酒屋さんでお酒を買っていきましょう。
- ドレスコード
ケアンズのレストランは、ホテル内を除いてほとんどカジュアルでOKです。カジュアルと言ってもビーチサンダルなどは避けたい方が良いでしょう。ホテルレストランは、ネクタイをしなくても男性なら襟付きの服装が望ましいです。
- 子供連れの場合
子供のイスが必要な、レストランに着いた時に「ハイチェア・プリーズ」と頼んでみましょう。お子様メニューのあるレストランもたくさんあります。
- レストランの予約
行ってみて席がない!ということ避けたいなら電話で予約を入れておきましょう。ホテルに滞在しているなら、フロントに予約を頼めばしてくれます。自分でかける場合は、「I would like to make a booking for two(人数) at seven(時間) tonight」と言えば、名前などを聞かれて終了。
- 持ち帰り
レストランによりますが、たくさん残ってしまった場合は、コンテナ、もしくはドギーバッグと言って持ち帰り用のタッパーに詰めてくれる所もあります。
- ★支払い
オーストラリアでは基本的にチップは不要です。ただ心付けを渡したかったら全額の5~10%を。テーブルごとの支払いを希望するレストランが多く、お勘定をした時は「Bill please」と頼めばテーブルに請求書を持ってきてくれます。(前払いやカウンター払いの所は除く)

周辺もみどころ満載!!

地図を広げて
行ってみよう!
Let's Go!



ケアンズ 広域マップ

ケアンズの周りには世界遺産や大自然がいっぱい。

主な距離とドライブ所要時間

- ケアンズ キュランダ 約25分 / 約28km
- キュランダ マリーバ 約28分 / 約38km
- ケアンズ ゴードンバール 約20分 / 約24km
- ゴードンバール ヤングバラ 約40分 / 約43km
- ケアンズ イニスフェイル 約80分 / 約87km
- イニスフェイル ミラミラ 約60分 / 約64km
- ケアンズ ポートダグラス 約60分 / 約60km



1

ケープ・トリビュレーション
Cape Tribulation
熱帯雨林と海の世界遺産が混在する地域。環境センター、散策道などがある。

3

モスマン・ゴージ
Mossman Gorge
美しい深谷(ゴージ)として、ピクニック等を楽しむ人で賑わう。遊泳可。

2

4マイル・ビーチ
Four Mile Beach
ポートダグラスの中心部から4マイル(6Km)に渡る美しいビーチ。

4

グリーン島
Green Island
珊瑚の砂が6千年掛けて積もった歴史の島。リゾート島としても人気。

C

レックス展望台
Rex Lookout
ケアンズからポートダグラスの途中にある展望台。海の景観を楽しむ。

バロン滝
Barron Falls
雨季、水量を増した滝は旺盛。スカイレール、列車からも見られる。

カーテン・フィグ・ツリー
Curtain Fig Tree
他の植物に寄生後、親木を絞め殺してしまおうという、別名“絞め殺しのイチジク”。

ピラミッド山
Walshs Pyramid
ケアンズ市内から南に行くに見えるキレイな三角の山。登山可だが、傾斜がきつい。

ボウルダーズ
The Boulders
森に囲まれ巨岩と美しい水が人気の場所。水の流れは速いので注意。

ジョセフィン滝
Josephine Falls
クィーンズランド州最高峰のバートルフレア山にある深谷。天然スライダーがある。

ミラミラ滝
Millaa Millaa Falls
周辺には滝が多く、“Tourist Drives”という標識に従うと滝巡りを楽しむ。

F

ミラミラ展望台
Millaa Millaa Lookout
標高1,070mにある展望台。アサートン高原と、天気によりバートルフレア山も見える。

お得な円両替

TOBEX Foreign Exchange

ご帰国前に AS⇒日本円 の両替もお得なレートで!

比べて下さい! 円に強い両替会社だからできるこのレート

手数料は一切いらん

ケアンズいち お得な レートじゃ

オーキッド プラザ2階 レイク通り側 エスカレーター 上がってすぐ

5万円以上の両替は、さらに お得なスペシャルレートで両替!

☎4041-1730 www.tobex.com.au

Japan Auto Repair

お急ぎの修理・点検・RWC スピーディに承ります。

日本語でどうぞ!

- 買取・販売
- オイル交換
- RWC
- 定期安全点検
- エアコン修理
- ログブック サービス

移転しました!

シテイから10分 U12 170 Mayers St. Manunda

☎ 07-4032-0912 / 0425-374-467

✉ japan_auto_repair@yahoo.co.jp

日本にいながりビケンを読みたい!

バックナンバー 配信中

忘れずにリビケンを受け取りたい!

他都市だけどリビケンを読みたい!

www.livingincairns.com.au

CAIRNS CITY MAP

街歩きに役立つリビケン掲載ショップ一覧つき

A Orchid Plaza

- Staff Solutions Australia P.02
- Tobex P.18
- Navi Tour 裏表紙
- DIVE 7SEAS P.12

CAIRNS 郊外&バス MAP

バスに乗ってどんどん 遠くにお出かけしよう!

- Route 110
- Route 111
- Route 112
- Route 113
- Route 120
- Route 121
- Route 122
- Route 123
- Route 130
- Route 131
- Route 133
- Route 140
- Route 141
- Route 142
- Route 143
- Route 150

ターミナル
ショッピングセンター
*バス停は、ターミナル以外にも街の至ることにあります。



バスの乗り方ガイド

初めてでも大丈夫! 英語が話せなくても問題ナシ!

在住日本人が多いケアンズなので、運転手さんも「日本人慣れ」してるんです。

1 元気よく行き先を言う!

One way ticket (片道の場合)

Return ticket (往復の場合)

One day pass (1日券の場合)

to ○○○, please.

○○○は行き先が入ります。支払いも同様に。

2 降りる場所の手前に来たら ストップボタンを押す!

★降りるバス停がわからない時は、運転手さんに

Could you please tell me when we get to my stop? と伝えよう!

↑降りるバス停に着いたら教えてもらえますか?

3 降りるときはニッコリ Thank you!

- ほとんどのバスがレイク通りのバスターミナル(P.18:E2)から発着しています。
- ターミナルには案内所がないので、質問がある時は停車している運転手さんに聞こう。
- 往復券と1日券は同じ値段なので、自分の予定がハッキリしていなかったら、とりえず1日券を購入しておこう。
- バスの中はクーラーがききすぎているので、はおれるものを持っていこう。
- 降りる場所がわからない時は、できるだけ運転手さんの近くに座っておくようにしましょう。



ドア Toドアで集荷&配達・お家に伺います!

荷物のお預かり 宅配は、 CUBE it!



日本へ送るなら、 段ボール(大)、スーツケース 25kgまで\$200

スーツケース お預かりサービス ラウンド・ファームに 行くなら預けておこう!

段ボール(中)30kg 詰め放題\$180

AUS主要都市 国内 発送可能!

Web: www.cubeit.com.au Tel: 0420-456-100 [日本語OK]



リビングブログ 投稿者募集!

地元情報誌「リビングインケアンズ」では、ケアンズの生活をブログで日本の方へ紹介して頂く方を募集しております。ケアンズの子育て、ケアンズの日常、ケアンズの休日の過ごし方、ケアンズの仕事日記等、オージー夫やオージー嫁をお持ちの方の愚痴等、ジャンルは様々。リビングブログに投稿して頂ける方、ご連絡ください。メールに、ブログの内容を明記の上、 info@livingincairns.com.au にご連絡ください。 ※応募数が多い場合は、抽選とさせていただきます。

www.livingincairns.com.au

リビングHP リビケンウェブサイトを 利用してみて!

★驚きの情報量! ケアンズのイベント、ニュース、ブログをこまめに更新中。毎日チェック! ★「リビケンメイト」になってお得な情報をGETしたり、掲示板に参加しよう! 登録無料です。

www.livingincairns.com.au





日本人スタッフ 日本語メニュー 子供用ハイチェア

01 Stillwater Sweets
 スティルウォータースイーツ
 地元食材で作った人気キャンディー
 オーナーKIMさんの手作りソフトキャンディーはキュランダの人気お土産の一つ。材料はすべて地元産、無香料、無着色のキャンディー。フルーツ味や抹茶味など、どのフレーバーも素材の味が濃縮されておいしい!お手頃価格でお土産用のまとめ買いに◎。



お店で作られた新鮮なキャンディーをどうぞ

COUPON
 100gバック10コ購入すると追加で2コプレゼント!
 17 Therwine St. Kuranda 10:00~15:00 4093-8665 www.stillwatersweets.com

Kuranda Heritage Markets
 オリジナルマーケット
 パートワールド ●
 コアラガーデン ●

Therwine St. (メイン通り)

Original Village Rainforest Markets
 オリジナルマーケット
 02 04 03 05

Kuranda Village Centre
 キュランダビレッジセンター
 [オススメスポット] 教会

Coondoo St. (メイン通り)

Barang St.

公園
 インフォメーションセンター
 バカフライ サクチュアリ
 無料駐車場
 消防署

3店舗共通COUPON
 BUSK・MOMIJI・HAYABUSA でご飲食された方、リビケン見たで3店舗共通割引券プレゼント! 詳しくは店主まで

02 Honey House Kuranda
 ハニーハウス キュランダ
 創設1959年! ハチミツのスペシャリスト
 地元産ハチミツのお店。アボカドやマンゴー等トロピカルな花から集められたハチミツはどれも上質でとってもフレッシュ。ハチミツを使ったスキンケア商品や医薬品などもあり。実際に蜜蜂たちが巣を作る様子も店頭で見られるのが楽しい!!

リッシーさん、蜂蜜のプロ。巣箱は必見。見るとハチミツの作りがわかる。



7 Therwine St. Kuranda 9:00~15:00 4093-7261 www.honeyhousekuranda.com

03 BUSK
 人気の理由は、店主の熱意!
 日々、茶葉の向上を続けるBUSK。今回2種類の焙じ茶をブレンドし、さらに香りが引き立ち楽しんで頂けるようにグレードアップ。至福のお茶は、お土産にも大人気。裏メニューの「シソ焙じ茶」あり。

★ゆーかり緑茶 (ローカル支持1番)
 抗菌成分ユーカリフトールが含まれていてスッキリとした味わい。

★まんご焙じ茶 (女性に人気No.1)
 焙じ茶ベースなのでカフェイン、タンニンが少なく妊娠中でも安心。

★しょうが玄米茶 (人気急上昇中)
 体を暖めてくれるので冷え性や風邪に。香ばしい玄米の風味も◎。



Kuranda Original Market Shop 32 10:00頃~15:00頃 busk@hotmail.co.jp

04 Sushi Momiji
 スシ モミジ
 キュランダで極上の海鮮丼、発見!!
 オリジナルマーケットの階段を下りてすぐ左にあるSushi Momiji。この海鮮丼を食べるためだけにキュランダに行く価値アリのクオリティの高さと豪華さは必見!!他にもサクサクの天ぷら御膳やケアンズでは珍しい重たな和食メニューがいっぱい。手軽に食べられる手巻きがあるのもうれしい。Raintreeショッピングセンター内にも有。本物を食べるにMomijiへ急げ!!



上記地図内、入り口BもしくはCの階段降りてすぐ左 10:30~15:00 0439-286-821

05 HAYABUSA of KURANDA
 菓子司 クランダの華
 地産地消 & 新商品、続々登場!
 元和食料理人のBENさんの人気和菓子屋さんに新商品登場。マリーバ産生マンゴー使用「ケアンズ名物マンゴーどら焼き」。あんみつも始め、全て手作りの豊富な和菓子がよりいっそう充実。最高の和菓子で至福の一時を。シティ内のPouchでもお求め頂けます。



Kuranda Original Market Shop 31-A 10:00~15:00 0437-763-238

オリジナルマーケット入口



この看板の駐車場が近道! 建物内を抜けるとマーケット アイス屋向いの細道が裏ルート マーケットの大きな看板が目印



スーパーマーケット

[オススメスポット] 街中にあるアート作品



●郵便局 ●警察

Thongon St.

Arara St.

Baron River

スカイレール乗り場

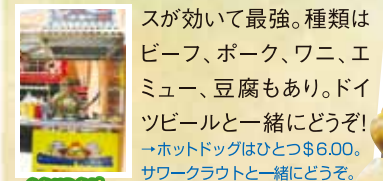
キュランダ駅

キュランダ駅 Kuranda Station

スカイレール乗り場 Skyrail

10 **German Tucker**

「うちのソーセージは世界一!」と豪語する超巨大ソーセージはドイツの伝統的レシピで手作り。ジューシー&スパイスが効いて最強。種類はビーフ、ポーク、ワニ、エミュー、豆腐もあり。ドイツビールと一緒にどうぞ! →ホットドッグはひとつ\$6.00。サワークラウトと一緒にどうぞ。



COUPON
ホットドッグ&ソフトドリンク(缶) \$7
ホットドッグ&ビール \$11

住 Therwine St. Shop14 Kuranda ☎ 9:30~15:00 休 無 ☎ 4093-7398



08 **TERRA NOVA GALLERY**

地元作家たちや日本では手に入らない作品などをお手頃価格で販売している老舗画廊。動物をモチーフにした小物類もお土産に人気。日本への配送サービスあり。

COUPON
リビケン持参につき、\$50以上お買い上げの方、10%OFF

住 15 Therwine St. Kuranda ☎ 9:30~16:00 休 無 ☎ www.terrainovagallery.com.au

09 **Kuranda Rainforest Coffee**

日本人好みの味の地元産コーヒー。お店で丁寧にロースト、一袋ずつ袋詰めされる地元マリーバ産のコーヒーはお土産として大人気。店頭で飲めるアイスコーヒーはキュランダ散策後のほっと一息に最適。

住 17 Thongon St. ☎ 9:00~15:30 休 無 ☎ 0414-790-034

KURANDA INFORMATION

- キュランダ列車**
4月7・8日は運休です。
- Sushi Momiji**
キュランダ店は4月中はお休みさせていただきます。
- BUSK**
3月14日から4月上旬までお休みさせていただきます。

06 **Kuranda Icecream**

20年近く前からアイスクリームを売ってるよ!

名物クリフおじさんの手作りアイスはやさしい味♥シングル\$4、ダブル\$6.50。日本語ギャグもお楽しみに!



住 Therwine St. Kuranda ☎ 9:00~16:00 休 無 ☎ 0419-644-933 ☎ www.kuranda-icecream.com.au

「世界遺産のキュランダ」って何が世界遺産?見所って何?

1988年にこの熱帯雨林を保護していくように世界遺産「ウェット・トロピックス」という名称で登録されました。この熱帯雨林は1億2,000年を超える「世界最古」の森です。熱帯雨林は、地球の気候変化に伴い、熱帯性気候と降水量が高いという条件のもと、クィーンズランド北部に残された貴重なエリア。現在オーストラリア全土の面積のわずか0.01%しかなく、そのうち90万haがケアンズを挟む、タウンズビルからクックタウン間に点在しています。よって世界遺産なのです! この地区の熱帯雨林に生息する植物の種類の多さは世界他に類がなく、中には樹齡3,000年以上のパームツリーや、何万年も前から姿を変えていない原生植物等、珍しいものが生育しています。そんな植物が本当のキュランダの見所ですよ。



クーポン利用の際はリビケン持参で! Please present coupon to redeem offer.

07 **The Australian Bush Store**

他とちょっと違うものをお探しのあなたに
オーストラリアンブッシュストアなら「一味違う」を見つけることができます。オーストラリア、地元産の商品が沢山でお土産には最適。ここでしか買えない商品も多数有。日本語が話せるスタッフもいてあなたの欲しいを見つけられるはず。

子供服も可愛いデザインのものがたくさん。サイズのパリエーションも0-14と豊富なのがうれしい。

COUPON
リビケン持参で10%OFF ※割引対象外商品があります。

住 17 Therwine St. Kuranda ☎ 9:30~16:00 休 無 ☎ 4093-8850 ☎ www.australianbushstore.com

TOTAL BEAUTY

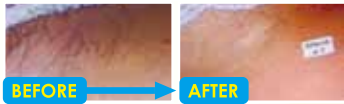
「健やかキレイ」に
役立つ情報をお届け!

ダイビングで疲れた体をマッサージするのもOK!
ネイルが剥がれたりしても、
現地ですぐに対応できますよ。

COUPON クーポン利用の際はリビケン持参で!
Please present coupon to redeem offer.

永久脱毛専門店で素肌美人 Hair Free Centre

ヘアフリー MAP P.18:E2
国内最大の永久脱
毛専門店。安全性
の高い最新機器は10分という
速さと痛みなしがウリ。



Coupon 両脚(フル) \$149.
痛みなし・超高速の最新マシン。
27 Sheridan St. Trustee House 2F (Rusty's
Market 向かい) 予約に合わせて営業 休日、
月 4031-0911 cairnshairfree@gmail.com
www.thehairfreecentre.com

信頼の技術、ハイセンス、 ダメージケアのすべてが◎ COMACHI

コマチ MAP P.18:F3
日本からのケア商品でダメージを最
小限に! 髪への悩みはコマチで解決。

34 Lake St. Palm
Court 2F 9:00~
18:00 休日 4051-
8132 (要予約)
●レディスカット \$40
●メンズカット \$30
●お子様カット \$15~
●カット&カラーまたは
カット&パーマ \$85~
●カット&ナチュラルストレート \$150~ ●カット
&縮毛矯正 \$250~ ●ヘッドスパ45分 \$40
●ヘアトリートメント \$30~

RED GINGER レトロガーリー 甘可愛いを発見!

RED GINGER

レッドジンジャー MAP P.18:E3

「みんなと一緒につまらない!」と
悩むアナタ! 他では手に入らない
ワンピースやバック、プレゼントに
喜ばれる小物などが店内にたくさ
ん溢れています。ティーンにはもち
ろん落ち着いたデザインもあるので
親子で洋服選びも楽しもう!



丁寧な縫製でオリジ
ナルデザイン。毎回新
作も出るので、
要チェック!

10A Shields St. 月~土 10:00~20:00 /
日 11:00~18:00 クリスマスデー 4041-5889
www.redgingercairns.com.au

オーストラリア政府公認 美容と健康の専門店です Honeyland

ハニーランド MAP P.18:E3&D3
美容&健康関係のサプリメント、効果
抜群のスキンケア商品、上質のはち
みつが豊富に揃っています。商品を
熟知しているスタッフは全員日本人。
日本よりも低価格で買えます!



定番人気のプラセンタはもちろん、薬用はちみつ
"マカハニー"と7種類から選べる石鹸もどうぞ!



Coupon
\$50以上
お買い上げの方、
10%OFF

<スペンズストリート店> 14 Bolands Centre Spence
St. 月・火 12:00~20:00 / 水・土 10:00~20:00 / 日 12:00~
19:00 休 4051-5561 www.brightnature.com.au
<ナイトマーケット店> 54-60 Abbott St. Night
Markets (クレープ屋ナメク向かい) 17:30~22:30
休 4031-1809

婦人科系でお困りの方、 まずはご相談を! McLeod street Medical 日本語医療通訳サービス

「体の調子をきちんと伝えられない」
とお困りの方、政府公認通訳(NATTI)
のアケミさんが海外保険適応病院
にてサポートいたします。電話対応
24時間OK。まずはご相談を。



プライベートな空間で
ヨガレッスンを!
あけみさんは大人気のヨガ講師。和気あ
いあいな少人数クラスなので、初めての
方も気軽に参加してみてください。

[Akeemi's Power Yoga]
Whitfield内 月・火 9:30~
10:45 (要予約) 0423-762-772 \$10

海外保険 (AIU、JI、東京海上、三井住友、日本
興和、損保、HS、クレジットカードの付帯保険)
に加入している人は無料です。

67 McLeod St. 8:00~17:00 (土 8:00~11:00) 無 0423-762-772 (日本語直通ダイヤル)

asian healing COOL BODY 癒しの楽園ケアンズで 極上のリラクゼーションを

body relaxation & care

- 足つぼマッサージ
 - 指圧マッサージ
 - オイルマッサージ
 - ホットストーンマッサージ 他
- 30分 \$40~

COUPON [5/7までのご購入分]
ご好評につき90分以上の施術を受けた方に
オリジナルバスソルトプレゼント!

男性の方もお気軽にお越しください。

8,9 & 10 Global Palace 86 Lake St. (アーケード内) Tel: 4041 3925 (日本語専用)
【月・水・金 11:00~19:00 受付18:30まで】 【木・日 10:00~21:00 (受付20:30まで) 年中無休
www.coolbody-massage.com.au



MAP : P.18 E3

確かな実績と、最新医療技術を完備。

Future Dental フューチャーデンタル MAP P.18:B1

症状をうまく伝えることができない方、日本語でメール問い合わせをどうぞ。

Japanese@futuredental.com.au

日本語通訳(無料)で治療が可能です。予約の際にお申し出ください。

★歯茎から出血される方

それは、やっかいな歯周病かもしれません。進行すればするほど、歯茎はダメージを受け、歯を支えられなくなります。早急に検診とクリーニングの予約をしてください。

★あなたの歯を鏡でじっくりチェックしてください。磨り減っていませんか?

それにはちゃんと原因はあります。ほっておくと、歯はダメージを受け続けますよ。検診を受け、早めにダメージを食い止めましょう。

★何年も歯医者に通っていない方、本当に大丈夫ですか?

痛みがないから大丈夫...と思われる方、それは間違いです。虫歯は、神経の方に進行してはじめて痛みが始めます。ここまできてしまうと、神経を抜かなければならないということにも。6か月ごとに、検診とクリーニングの予約をして、歯の治療費をセーブしていきましょう。

★あなたの歯のケアの仕方は間違っていないですか?

毎日、ちゃんと歯磨きをするのに、歯の調子が悪い。虫歯になりやすい...という方。原因は必ずあります。一度、検診をして原因解明をしてみましょう。

★銀色の"アマルガム"をまだ詰めていらっしゃる方

その歯にヒビが入りやすいというのをご存じですか?一度ヒビが入ると、歯は脆くなり、菌が侵入しやすくなります。白い詰め物(コンポジット)もしくは一日で挿入できるE4Dクラウンのご相談をどうぞ。

★メディケアからの特報

今年から、2歳~17歳のお子様の、歯の治療費~\$1000までの手当てが受けられるようになる方がいます。手当ての条件に該当しているかどうかは、下記をご覧ください。

www.humanservices.gov.au/
customer/services/medicare/
child-dental-benefits-schedule

歯の治療費がとても気になる方

Gem Visa (GEファイナンス)を通して申し込みが承認されると、無利子のお支払いプランを組むことが可能。どうぞご相談ください。



93/95 McLeod St. 月~金 8:00~17:00 休 土・日 4051-4580 Japanese@futuredental.com.au

Vol.33 耳の圧力障害 (Ear Barotrauma)

ダイビングの途中で耳抜きが上手くできなかったり、飛行機の離着陸時に耳に痛みを感じたまま無理をすると、耳の圧力障害と呼ばれる耳の中に水が入った感覚・聞こえにくい・出血等の症状が現れます。耳は鼓膜の更に奥にある耳管と呼ばれる管で鼻の奥とつながっており、通常は、鼻から入ってくる外界の空気が耳管を通じて耳に送られ、鼓膜の内と外の空気圧が均衡に保たれています。外界の気圧が急激に変化した場合、故意的に耳管に空気を送る事で内外の圧を均等に調節する(耳抜き)必要がありますが、耳抜きが上手く出来なかったり、風邪やアレルギー症状により耳管が部分的に塞がると、内外圧のバランスが保てず、鼓膜が傷つき、炎症が起こります。酷い場合には鼓膜が破れて出血したり、鼓膜の奥にリンパ液が溜まり、耳に水が溜まった感覚を起

こします。耳つまりや痛みを感じた時には、あごをよく動かしガムを噛む事で緩和される場合がありますが、損傷の度合いにより点耳薬や経口薬等の処方薬が必要です。

予防法は、①風邪がみや鼻アレルギーの人が飛行機に乗る場合には、予め医師に薬を処方してもらい鼻の通りを良くしておく②風邪を引いていればダイビングをしない③健康体であってもダイビング潜降中に耳に痛みや違和感があれば時間をかけて潜降するか、無理をせずダイビングをあきらめる等です。治療は程度にもよりますが、5日～2週間程かかり、完治するまでは気圧がかかるスポーツや、飛行機での旅行は不可。また、鼓膜が傷ついている時は細菌が侵入しやすく、外耳炎や中耳炎などの二次感染を起こす可能性が高いため、早目に医師の診察を受けましょう。



秋友 真理

スイスに3年、ケアンズに12年在住。2007年よりケアンズ24時間日本人医療サービスに通訳として勤務。2児のママ。

今回は女性対象になってしまいましたが、ホルモンと肌の密接な関係をご紹介します。

実は、女性の生理機能を上手に利用すると、効率の良い肌の手入れができます。いわゆる、月経周期に合わせたお肌の手入れを心がけてみるのです。新しい化粧品を使い始めたい。美容液やマスク等、自宅で集中トリートメントをしたい。そんな方は、月経後の1週間くらいにトライすることをおススメします。若返り・美人ホルモンともいわれるエストロゲン(女性ホルモン)の分泌量が多い時期であり、肌の水分量も増え、また代謝もよくなるため、クリームや美容液等の栄養分をどんどんお肌が吸収してくれる時期だからです。そして、月経中の1週間は、肌の抵抗力が弱くなっている時期ですので、刺激



弱くなっている時期ですので、刺激

の強い化粧品は、避けましょう。月経前の黄体期(10日～14日くらい前)になると、プロゲステロン(黄体ホルモン)が活発になります。通常妊娠や出産の手助けをしてくれるホルモンですが、この期間は皮脂の分泌が活発になるため、ニキビやくすみ等の肌あれを招いたり、質の良いクリームなどの浸透を妨げたりと、お肌の手入れには、ちょっと厄介なサイクル時期。

また、メラニンの働きも活発になるので、シミもできやすい時期です。この間は、洗顔を重視したシンプルなスキンケアを心がけ、そして紫外線対策には充分注意を払ってください。もちろん周期は、人によって異なります。低体温期はエストロゲンが増加、高体温期はプロゲステロンが増加しますので、基礎体温などで、自分のサイクルを把握しておくとう便利です。

「Rejuvenate Beauty&Relaxation Salon」オーナー兼エステティシャン。只今代替医療・自然療法の勉強中。

キムラアキコ

8th Anniversary

8周年を迎えた COOL BODY.

数あるメニューの中からスタッフのオススメをピックアップ。

迷った人はこちらをどうぞ。



Anniversary Coupon

★ホットストーンマッサージ 30分 \$60→\$50

★\$100以上のマッサージを受けられた方に、

次回使用できる禪(\$20相当)の
バウチャープレゼント!

5月8日(木)～22日(木)

8,9 & 10 Global Palace 86 Lake St.(アーケード内)

Tel : 4041 3925 (日本語専用)

[月・火・水・金・土] 10:00～19:00 (受付 18:30まで)

[木・日] 10:00～21:00 (受付 20:30まで) 年中無休

www.coolbody-massage.com.au

オススメ MENU **ホットストーンマッサージ**

ホホバオイルによるオイルマッサージとホットストーン熱により筋肉の緊張をほぐしながら、身体を芯まで温めていきます。石の暖かさによってリラックス効果が増大し、神経を穏やかにします。まずは30分コースでお試ください。冷え症の方、特にオススメです!

STAFF : Mami



オススメ MENU **Sakuraコースマッサージ**

頭のとっぺんから足の先までマッサージを受けたい方はこちらがおすすめ! オイルと指圧のコンビネーション。フットマッサージ、ヘッドマッサージも付いているから絶対お得! 時間をかけて身体をほぐしたい方は、ぜひお試しください。

STAFF : Satomi



オススメ MENU **Zenコースマッサージ**

マッサージ前に温めた石を身体の上に置き、凝った筋肉をほぐれやすい状態にするのでマッサージ効果アップ! 身体を芯までポカポカするので、コリがひどい人におすすめです。指圧マッサージやオイルマッサージと組み合わせでお試ください。

STAFF : Yana



オススメ MENU **指圧・オイルマッサージ**

指圧マッサージやオイルマッサージももちろんおすすめ。深く強めの圧でピンポイントに押ししていく指圧マッサージは週末 Rusty'sマーケットでも受けていただけます。オイルマッサージは100%ホホバオイルを使用。美肌効果を実感して下さい。

STAFF : Madoka





プロの話 **不動産 REAL ESTATE**

購入場所の選び方

今号よりこのコラムを担当させて頂くことになりましたDJスミスプロパティの熊谷美保です。ケアンズの不動産(賃貸、購入、売却)について情報をお伝え致します。どうぞよろしくお願い致します。

今回は、購入時の「場所選び」について。「家を買うにはどのサバーブがよい?」「治安の悪いサバーブは?」という質問をよく受けますが、どのサバーブが良いかは購入者の求めるライフスタイルによって異なります。治安についても同じサバーブ内でも治安の良い地域と、そうでない地域があるので、このサバーブが悪いと断言することは出来ません。サバーブ選びは、お子さんがいらっしゃるご家庭は学校が近いことが重要なポイントになるでしょうし、独身の方であればシティに近い便利なサバーブを好まれるかもしれません。サ

バーブを選ぶ際にはあまり周囲のの情報に左右されず、その場所に実際に足を運び、自分の判断で決めることをお勧めします。気に入った物件が見つかったら、朝、昼、夜と時間帯を変えてその場所を訪れ、通りや近隣の雰囲気を確認しましょう。

オージーが考える成功的購入物件は“Worst house on the best street (良い通りにある一番寂れた家)”。逆に“Best house on the worst street (悪い通りにある一番きれいな家)”の購入は失敗とされます。“Worst house (一番寂れた家)”は改造や立て替えて“Best house (一番きれいな家)”に変える事もできますが、“Worst street (悪い通り)”を“Best street (良い通り)”に変えることは簡単ではありません。良い通りの物件であれば、将来物件価値が上がりやすいとも言えます。

熊谷 美保

DJスミスプロパティ・共同オーナー。2007年よりケアンズ在住。ケアンズの不動産に関するご相談は日本語でお気軽に。



プロの話 **税金 TAXATION**

年金について

今回は、前号に引き続き雇用主の方、ビジネスオーナー・高所得者の方のための年金についてご案内します。

基本ルール…雇用主は雇用者への年金対象の支払い(お給料など)が\$450/月以上で支払い義務が発生し、指定の年金会社に支払う必要があります。複数の口座に加入している場合や口座に動きが無い場合、ATO(国税局)に管理されていることがあります。**雇用主の方**…年金は四半期毎、四半期終了日の翌月28日までに収めなければなりません。つまり1~3月の四半期分は4月28日が期限です。支払いが期日を遅れた場合は、ATOへの、SGC Statementの提出義務が発生し、罰金の対象となります。期日を遅れた場合、雇用者がATOに対して通知することができ、監査の対象になる可能性がございます。税務上、期日を遅れて支払われた年金は経費計上となりませんの

で、ご注意ください。**ビジネスオーナー・高所得者の方**…ビジネスオーナーやディレクターとして発生した年金対象の支払い(お給料など)に対して年金を支払う必要があります。この場合も上記の遅延に対しての義務が発生します。多くのビジネスオーナーは年金の支払いを節税対策に用いています(一人年間\$25000まで税務経費計上可能)。高所得者は'Salary-sacrifice'という給与形態を用いて、課税対象金額を下げられます。ビジネスオーナーや高所得者の多くは年金会社を個人で管理しています。ご自身で、投資が出来るなどの利点がございます。細かい規制・法律が適用されますので、設立の際はご注意ください。

最後に、その他にも細かい規制や、個々の状況・ビジネス・企業形態に合った対策がございますので、詳しくは会計士/税理士にお問い合わせください。

荒井 寛陽

BCアカウンタント勤務。南オーストラリア大学院経済学部会計学科卒業。皆様の税務・会計をお手伝いさせていただきます。日本語でお気軽にご相談ください。



プロの話 **弁護士 LAWYER**

『セクシャルハラスメント』について

一般生活でも良く耳にする法律用語の一つにセクシャルハラスメント(sexual harassment)があります。日本ではセクシャルハラスメントを略してセクハラと呼び、「性的嫌がらせ」という意味で用いるのが一般的ですが、正確には「相手が不快に感じる性的な言動」を指します。少し難しい話ですが、法律上で労働者が意に反する性的な言動を拒否した事で解雇、不利益な配置転換、降格、減給等の不利益を受ける「対価型セクシャルハラスメント」や、労働者の意に反する性的な言動(身体接触、発言、視覚)により、就業環境が不快となり、労働者が苦痛を感じて業務に専念できないなど、能力の発揮に悪影響が生じる、当該労働者が就業する上で見過ごせない程度の支障が生じる事を「環境型セクシャルハラスメント」を指します。良くある具体例は、相手が望まないのに体に触れたり、性的

な冗談や質問を投げかけたり、お酌を強要したり、しつこく交際を迫ったりするといった傍迷惑なもの(加害者は情熱的な言動と勘違いしているケース)から、相手のプライバシーに立ち入りすぎたり、異性にとって不快な環境をつくるのもセクハラと見なされます。すなわち、セクハラとは、1.相手が望まない。2.性的な言動全てが該当します。

乱暴な言い方になりますが、加害者に性的な意図はなくても、相手方の女性(または男性)があなたの発言に苦痛を感じていれば、セクシャルハラスメントになるので、注意されたら繰り返さない事が重要です。これはセクハラだけでなく、パワーハラスメントやいじめにも共通する事ですが、加害者がどう思うのかは然して重要視されません。相手の気持ちを考え、相手が嫌がる事をしないのがセクハラで訴えられないためには重要な事といえます。

神林 佳吾

クィーンズランド大学法学部、経営学部、法科大学院卒、弁護士(http://www.kklaw.com.au)。弁護士歴10年目、ゴールドコースト在住。



プロの話 **動物 ANIMAL**

ケアンズでペットの宿泊先について

ペットを飼っているとなかなか外出できないものです。急な用事でどうしてもペットをどこかに預けなくてはいけない時や、旅行などで長期に渡って家を空ける場合。そして、ケアンズ周辺でペットも一緒に泊まれるホテルを探している方へのご案内です。

【ペットホテル】

- Kuranda pet resort
113 Boyles Road, Kuranda
- RSPCA CAIRNS Cnr Arnold & Greenbank Sts, Stratford
- YAPS Lot 2 McGregor Road, Smithfield
- Sanlay Boarding Kennels & Cattery
Bruce Hwy (Cnr Hall Rd), Meringa (犬&猫) Ph (07) 4056 1571
- Lyndor Boarding Kennels
168 Hall Rd, Meringa

【ペットホームステイ&ペットシッター】
ペットをシッターさんのお宅にホームステイのように預けるか、シッターさんに自宅まで来て頂き、留守中のペットのお世話や家の管理をしてもらう。

- (犬のみ) Ph (07) 4093 8239
- (犬&猫) Ph (07) 4055 1487
- (犬のみ) Ph (07) 4057 6373
- (犬のみ) Ph (07) 4056 1953

土曜日のケアンズポストの掲示板によく広告がでています。

★注意事項★

ペットを預けるときは毎年の予防注射の期限が切れていないか確認しましょう。いつも行く獣医さんに問い合わせると、確認も可能でしょう。ペットのホテルは年末年始、スクールホリデーや祝日など予約するのが難しいので早めのご予約をお勧めします。

あさみ

JCU動物学部卒。FNQ WILDLIFE RESCUE所属。ケアンズトロピカルズスタッフ兼ケアンズ動物病院獣医看護士。皆さんのペットの具合が悪くなったときに日本語でお手伝いします。



プロの話 **ビザ**

VISA

パートナービザの遅延について

パートナービザに関して現在、発行されるまで12カ月ほど通常よりも長い時間がかかっています。主な理由の1つは、技能移住ビザ申請が困難であることです。パートナービザ申請に英語の審査はありませんので、高いIELTSを達成できない多くの人々がパートナービザを申請しています。

これから申請する人は申請書類に注意する必要があります。以前は書類不備があった場合、担当官が申請者に連絡し書類を再提出できました。現在は連絡をしてもらえる可能性が低く、発行拒否という決定に直接進む可能性が高くなります。

申請者は、彼らの関係が本物で継続的であることを実証しなければいけません。結婚ビザとデファクトビザは、別々のビザであるとしてよく誤解されますが、実際には両方ともパートナービザに分類されます。しかし、申請

時すでに結婚しているというのはビザに必要な関係証明の証拠になります。しかしビザの申請時に本物で夫婦関係が続いていることを示さなければいけません。デファクトでの申請の場合は、申請時12ヶ月間以上デファクト関係であることを証明しなければいけません。これは申請時たとえ11ヶ月間一緒に住んでいたとしてもビザは発行されないということです。

パートナービザのプロセスは遅いですが、内容は他の国よりも優れています。例えば、英国では英語の試験に合格しなければいけませんし、スポンサーはフルタイムの雇用者で一定の最低所得を証明する必要があります。オーストラリアには英語や所得要件はありませんし、ビザが許可された後にTAFEでの無料英語レッスンの500時間を受けることが出来ます。

フランク・ランザ

Frank Lanza Migration Services 代表。現在まで、種類を問わず数多くの日本人クライアントのビザ取得に成功。法廷弁護士、調停人の肩書きも持つ。

ケアンズの不動産に関することは DJスミスプロパティ

物件売却 物件購入 賃貸管理 賃貸探し

オーストラリア人スタッフ、日本人スタッフが一緒に働く強みを生かし、地元ネットワーク力と、木目細やかなサービス両方を同時にご提供いたします。不動産についてのご相談はお気軽に。

「ケアンズ不動産ニュースレター」好評発信中
お申し込みはmiho@djsmith.com.auまで。

オフィス: 7/129 Sheridan St (Minnie St入り口)
日本語直通電話: 0488-005-958 (ミホ)



熊谷美保

djsmith.com.au/jp

ブログ djsmithproperty.go-jin.com/



MAP: P.18 C2

リビケン読者の投稿ひろば

TALK LIC

ケアンズ在住の方に、もっとリビケンに参加して頂くとう「読者ページ」を作ってみました。皆様のご投稿お待ちしております!

人気コーナーのペット&キッズ随時募集中!ケアンズについて思うことや身近な出来事なども教えてくださいね~! 宛先:[FAX]07-4041-0301 [メール]info@livingincairns.com.au [郵便]P.O. Box 7790 Cairns QLD 4870のどれでもOKです。



ケアンズキッズ!

ケアンズで元気に成長する姿をおひらめしませう!

My name is... REANNA YAMAGAMI MORAN

- ★ リアナちゃん
- ★ 2013年8月1日生まれ
- ♥ 両親: Kaya&Chris
- 3姉妹の3番目として強くたくましく育ててね。



うちのコナンパー1ツ

愛すべき「毛深い」家族のナイスショット!

My name is... テリヤキ・ケンタッキー・ボックス

- ★ 性別: メンドリトリオ
- ★ 好物: 冷蔵庫を整理したときに 出てくる野菜たち
- ★ 特技: 毎朝、町内の方々の為に 豪快な自覚ましサービスを提供
- ★ 家族: Nils and Harumi



うるさくてすみません。コケッ

栄養士Hidemiさんの

簡単ヘルシークッキング

「普段の家庭料理」をケアンズで手に入りやすい食材で作ってみよう!

Recipe no.51

スーパーで手軽にそろえる材料で作る

冷し中華 ~プロマイトだれ~



冷麺に適した麺はほかにも売っていますが、写真の麺はスーパーマーケットで揃うので助かっています。プロマイトは醤油の生成過程とよく似ているのでためしに使ってみたら美味しかった。このタレの材料に練りごまや、すりごまを混ぜてもおいしい。いろいろアレンジしてください。

- 材料 2人分 ↑クールワースのエッグヌードル1/4袋
- 〈タレ材料〉
- ★プロマイト…大さじ1 ★砂糖…大さじ2
 - ★酢…大さじ2 ★水…大さじ6
 - ★塩…小さじ1/2 ★ごま油…大さじ1
- 〈具の材料〉
- ★鶏胸肉…小さめ1枚 ★酒…大さじ1
 - ★塩…ひとつまみ ★さゆり…お好み
 - ★トマト…好きなだけ ★卵…1個

- ①鶏胸肉は器に入れて塩、酒をふりかけ、ラップして電子レンジにかけるか、蒸し器で蒸して冷まし、繊維に沿ってさく。その時に出たチキンのスープをタレに入れるので残しておく(出なかった場合は気にしない)
- ②さゆりを千切りにし、卵は薄く焼いて同じく千切りにしておく。
- ③タレの材料と①で出たチキンのスープ(大さじ1)を、泡だて器でよく混ぜ合わせ、冷蔵庫で冷やす。
- ④大きめの鍋に湯を沸騰させ、エッグヌードルをゆがき、水を切った後、氷水につけて冷やしておく。
- ⑤麺の上に具を盛り付け、タレをかける。



HIDEMI'S PROFILE

1997年7月来豪。日本では料理教室講師、栄養士として地域の人の栄養相談や子供を持つお母さんの栄養指導などを務めた。ほかに着付け講師、習字の先生など様々な顔を持つ。2児のママ。

☆さらに詳しいレシピはウェブサイトをチェック! ☆ http://www.livingincairns.com.au/add/hidemi_blog



MUST DO IT.

ケアンズでマストのスポット&ツアーをご紹介
笑顔あふれる思い出とナイスなお土産をGETしよう!

COUPON クーポン利用の際はリビケン持参で!
Please present coupon to redeem offer.

熱帯雨林の中で バンジー&ミンジンスイング

無料送迎あり カフェ&バー併設 熱帯雨林&滝の中
ジャンプの種類は16種類 ケアンズから20分

HACKETT CAIRNS

T: (07) 4057 7188 cairns.reception@ajhackett.com ajhackett.com

MAP : P.19 G7

子供も大喜び! ケアンズの大人気ツアー 夜行性動物探検ツアー

ロックワラビー可愛いよ〜♡
カモノハシに会えるかも!?
楽しいガイドがご案内します! イーイ!

DOKI DOKI TOURS HISUI Pty Ltd
MAIL: info@dokidokitours.com WEB: www.dokidokitours.com

詳しくはお問い合わせを! 日本語でどうぞ!
1800-242-500 24時間OK!

絶景、買い物、動物、スイーツ...「五感」のすべてが満足する1日! 世界遺産モスマン渓谷とポートダグラスツアー

Mossman Gorge
Port Douglas

PORT DOUGLAS CONNECTIONS TEL 4051-9167 24時間申し込みOK!
http://www.portdouglas-c.com

【料金】<ケアンズ発> 大人\$160、子供\$90、ファミリー\$480 <ポートダグラス発> 大人\$140、子供\$80、ファミリー\$420 (子供料金は3〜12歳、ファミリーは大人2人&子供2人) ※4月1日よりこちらの料金となります。
【行き先】★ポートダグラス ★モスマン渓谷 ★シェラトンミラージュホテルでのハイティー ★ワイルドライフハビタット(動物園)

ケアンズ産の健康&オーガニック

免疫力を向上させる力も。保湿&ダイエット油としても注目の**ココナッツオイル**\$18〜

セレブ御用達「エプソムソルト」100% ベース。最高品質ピュア精油を贅沢に配合した 100% 天然素材の**オリジナルバスソルト**\$26

地元の産婦人科も使ってます。**ベビーオーガニック製品**

画期的! 電気要らずの**トイレットシャワー**。取付簡単、水圧調整も可能です。\$75

Pouch バウチ Quality Aussie Gifts
f /PouchAustralia お店ブログ ameblo.jp/cayco
11:00am - 6:30pm (火曜 1pm〜, 日曜休み)
Shop 11 Village Lane, 20 Lake St. (Pullman Hotel) 後ろ)

MAP : P.18 F3

LIGHT UP ☆ PARONELLA PARK 夢のきらめき、見つけに行こう ライトアップパロネラパーク

「ケアンズランド州で行きたいところ」No.11
ディナーはおいしいイタリアンパイクィング!

TEL:1800-627-646 WEB:www.fig-gts.com 【ケアンズ発】大人\$160 / 子供\$110
※4月1日よりこちらの料金となります。

ケアンズのBEST BUY! おみやげコレクション

人気おみやげを厳選セレクト! 大事な人に、自分へのご褒美に... 「買ってよかった!」と思える品です。

Fujii Store CAIRNS Fujii Store

おしゃれなナチュラルコスメ「Bloom」

オーストラリアのナチュラルコスメと言えば「Bloom」。根強い人気のアロマセラピーリップバームやBOOSTジュースとのコラボ商品、ブーストリップバームスティックは大人気商品! 日本未入荷です。

13A Spence St. ☎ 9:00~21:00
休 無 ☎ 4041-0554 ▶MAP : P.18 E3

Oz Gifts Cairns

300万個セールス突破! の
ブラセンタクリーム

世界中に輸出、支店を展開する300万個以上売れているブラセンタクリームのシリーズ「rebirth」。ケアンズで買えるのはここだけ!! アンチリンクルクリームやティーツリー・ホワイトティー配合の洗顔料とセットになったGift Setもあります。ます店頭でお試下さい。

11 Shop 1, 63 Abbott St. ☎ 9:00~22:00
休 無 ☎ 4041-2449 ▶MAP : P.18 E3

Cairns-The Gift

Daintreeで栽培された葉を使用した紅茶&チャイ

ケアンズ近郊のDaintreeで栽培されたBlack teaを使用した紅茶各種、チャイです。アイスに最適な紅茶やレモンマートル風味の紅茶、オーガニックのチャイ等、種類豊富に取り揃えています。

53-57 The Esplanade. ☎ 9:00~22:00
休 無 ☎ 4041-6226 ▶MAP : P.18 E3



子供たちに野菜の大切さを教えている尾形さん。手作りの紙芝居など工夫を凝らして子供の興味をひくようにしているそう。



PROFILE 尾形 佳帆子さん

宮城県石巻市生まれ。地元の水産高校を卒業し、母校で教諭として卒業生を送出した直後に震災に合う。被災後も、続けて同校に勤務していたが気仙沼へ転校となる。県内の被災高校3校のうち2校で担任として生徒と向き合ってきた。様々な経験を通し、生まれる・育むに焦点を当て、多くの人に関わりたいとのことから現在は「産婦人科のコンサルタント」をしながら「みやぎ食育コーディネーター」として活動をしている。



震災直後の石巻の様子。尾形さん自身が被災者の一人でありながら地元高校教諭として石巻の人々のために走り回っていた。

被災地から見た「食」

震災があったからこそ感じる「食」の大切さ。東日本大震災は子供たちの「食」にどのような影響を与えたのか？震災当時、宮城県石巻市で高校教諭として働いていた尾形佳帆子さん。震災を機により一層「食」へのこだわりを持ち、現在「みやぎ食育コーディネーター」として活動の場を広げ、日本野菜ソムリエ協会のHPなど各種メディアで執筆を手がける傍ら、「食」の大切さを子供たちに教え続けている。

そんな「食」のプロが見た震災とは。

目の前で焦げ目から溢れる脂がジリジリ光っている。いつもより遅い水揚げだったけれど、堂々とした体格は食卓の主役に申し分ない。今日は秋刀魚の塩焼きだ。この地方にあるごく見慣れた食卓。ただいつもと違うのは、この食卓に心から感謝しているということだ。囲む家族や食卓を彩る全ての物に。

ここ石巻市は、水産だとか漫画の町と言われているが、東日本大震災後はすっかり「被災地」として知られるようになった。重く真っ黒い波は海の中の堆積物を陸に残し、多くの物を奪い去って行った。

そのショックから初めは空腹も感じなかったが、生きていますよ。生きなさいよ。と訴えるかのようにお腹が鳴った。常にダイエット意識を持ちながら食事をしているのに、食べなくちゃ。カロ

リーを摂らなくちゃと焦った。コンビニで買った液状のアイスクリーム。加工場の前で配っていた生のわかめ。食べられるものを、とりあえず口にした。美味しさじゃない。必要なのは、とにかくカロリーだった。

私は水産高校で教員をしていた。校舎が海の近くにあったため、帰宅も俣ならず約1ヶ月は学校が家のような生活になった。避難して来た約400名の中から食事班を作り、我々食品系の教員が一緒になって食事を作るようになった。地元の方がプロパンガスや食材を持ち寄ってくれ、学校の食品製造工場を調理場にした。恵まれた環境だったと思う。それでも、いつ材料が無くなるだろう、食中毒はでないだろうかと不安は常にあった。

弟は実家で地震に合い、近くの日和山に避難し自宅が流される様子を見た後、山の上の中学校にいた。私達が工場にあった鮭の頭を焼いて食べていた頃、1枚の煎餅を4人で分けていたという。私の職場近くに住む祖母(94歳)も奇跡的に同じ中学校にいた。病院へ向かう途中だったそうだ。5日後に再会出来た時は衰弱ぶりが酷かったけれど、持って行ったお菓子は「大丈夫」と嘘をつかれるばかりで、受け取ってもらえなかった。我先にと店から食べ物を奪う様子を見た後で、祖母の気遣いに生き方を教わった。心まで流されてたまるか。工夫と協力で食事を作っていくと思った。

数日経つと、救援物資が届くようになった。菓子パンはこの世にこんなにあるものかという量で、特に子どもたちが喜んで飛びついた。甘くて柔らかいものを頬張ると、笑顔がこぼれた。避難所にいる様じゃないみたい。幸せ。そう思った。菓子パン生活はしばらく続き、とつてもありがたい反面。大人達から菓子パンは本来買って食べるもの。という感覚が薄れていた。「これ、自分で買ったんだ」と震災後自分で買った菓子パンが話題になる様は今思えばとても奇妙だ。子どもたちはもっと深刻で、食卓に甘いものを求めるようになった。お菓子のような食事に慣れていたので。私は「みやぎ食育コーディネーター」をしており、宮城は肥満児が最も多い県だと知っていたので頭が痛かった。3年が経とうとしている今、栄養士さん達はやはり子どもの体調に不安を持っている。食べた物の結果は3~4年後に出るのだそうだ。これで体調の悪い子どもが多くなって、原発のせいになってしまうだろうと思う。

でもどうだろうか。震災後、一斉に同じ境遇だった時期を過ぎ、今は個々で悩みを持つ時期になっている。ストレスを抱え、気持ちの共有も難しい。そこへ、変えられた食生活が重なれば健康が害されることはすぐに予想できるだろう。悔しいな。そういうことなのに、今は都知事選だっ

て原発の話。それだけじゃないよ。さぁ食べよう。自分の健康と、ご飯の中の故郷を守っていこう。「いただきます」



遺品が語る日本

【MEMORY OF LANDING
JAPAN】



マッカーサーが初めて日本に上陸した後、この国の国民はまるで12才の子供のようだ、と言ったそうだ。天皇や国、親兄弟、夫婦、友達等の為に純真無垢に命を捧げられる民族性に感心すると同時に、恐怖心を抱いたという。植民地として統治する為に、この国民性と国家観を何とかして破壊しなければ、という発想が、WAR GUILT INFORMATION PROGRAM(愚民化政策)やまやかしの平和を謳うケイビス大佐が発案した占領憲法に色濃く反映している。

現憲法では日本に交戦権がない。隣国から発射されたミサイルを自衛隊が防衛の為に打ち落としたり、器物破壊罪。憲法改正は衆参両院のどちらかの1/3が反対したら、無効。この事自体が民主主義、国家主権の否定になる事を多くの国民は知ろうともしない。メダルは終戦後日本に上陸した米軍、NZ軍の兵士に配られた記念品。MEMORY OF LANDING IN JAPAN 1946とある。占領軍兵士達、特攻を出してまで戦った民族が、押し付けられた占領憲法をただの一度も改正せず、70年も使っている民族になるとは想像もしなかったろう。

道場ニュース



日本刀鑑賞会

豪州で大東亜戦争中に戦利品として大量に没収された日本刀を捜すのは、私の長い間のPASSIONだった。優に三百振り以上の刀を捜し出した。私自身、かなりの数の刀を入手し、全部日本へ送って研磨加工をした。

さて、ぼつぼつあの世とやらに行く準備もしなくてはならない。残念ながら刀は重くて一緒に持っていけないのだ。残しても家族には重荷になる。少しづつ断腸の思いを込めて、手離している。日本人は武器に対する常識が皆無なので今まで見えなかったが、少し考えが変わった。日本刀は日本人が世界に誇る鉄の芸術と歴史の名残りなのだ。日本人の心とも言える。興味本意ではなく、日本人の祖先が残した日本の心の芸術、日本刀を鑑賞し、学びたいという人。月一回の鑑賞会を計画中。鑑賞刀は私の蔵刀。参加人員9名から12名のみ。無料。申し込みは下記まで。
info@livingincairns.com.auまで。

「アット、サメ、サメ!! 大きなサメ!!」蘭チャンが叫んだ。アノナア、こんな浅瀬に何でデツカイサメがいるネン。と内心思いながら彼女の指差す方向を見ると……なる程。小さなマンブロープのまばらに育つ浅瀬に、ニョットとサメの鱗が見える。動きからして何かを追っている。さもないと2m程のサメがこんな浅瀬には上って来ない。

「覚えてますか、島の裏手の鼻にある大きなアームドの木と高見君。大きくて青い葉は島のウエジウッドの皿獲った魚を木の下で焼き、葉皿の上に取ってかぶり付きながらビールを飲んだ。高見、増本の両君に私の家族、もうあの楽しかった時から、25年余が流れ去ったのか。

「あの鼻魚の通り道なんです。目の大きな網で遮断すると、キスやボラ、カンパチ等の大きな奴が掛かりますよ」

ヨシ、行くべ。潮が低いのでディングで行くより四輪のバイクで行った方がいい。網掛けの私の相棒は蘭チャン。今年24才。元氣盛りの肥後っ娘で、三ヶ月だけ豪州最北端、木曜島の隣島、金曜島南洋真珠養殖場へやって来た。ついこの間の正月の頃だ。

「名前をつけてくれませんか」

増本君の最初の子供は、木曜島の病院で生まれた。私も含めての養殖場設立当時は、高見、増本両君の新婚時代。彼等の家族は養殖場で水入らずの生活を送っていた。

ソウサナア、島で生まれたのだから、島に因んだ名前がいい。魚の豊富な島だ。キスとかボラとか、魚の名前はどうか、と言うと、駄目ですよ、女の子なんです。よ、と気に入らないならば陸に上って金曜島内

は六月頃、ピンク色のクックタウンオーケッドがアチコチに咲き乱れて美しい。蘭の花だ。ソウダ、蘭がいい。私も思った、増本蘭。一発で簡単に決まった。

そう、私の網掛けの相棒の彼女、その時名付けた蘭チャンなのだ。増本君達はその後家族の事情で帰国。養殖場は高見君一人が切り回す事になる。ところが増本君、日本で不慮の事故で死亡。25年を経た今でも、蘭チャンの名前を付けた時の彼の会話は鮮明に私の心の中にあり、名付け親とは名ばかりの私だが、蘭チャンに会った時、体の奥底から滲み出るような感慨があった。まあ、蘭チャンはそんな事、屁とも思っていないようだった。

サテ、何処に掛けようか、と考えた。蘭チャンの運転する四輪バイクの荷台にすがり付き、島の内部の道無き道を通り抜けてアームドの鼻に出た。砂浜は湿っていたので、潮はまた下つている……と思っていた。鼻は岩だらけで網を掛ける地形ではない。

鼻の岸から10m程の距離に大きな岩場があった。岩の一端が尖り、海面に突き出ている。ヨシ、網の端をあの岩に取り、海岸との間を遮断しよう。網はセツとして放置するのだ。足場は悪いが高が10m。何とか掛けられるはずだ。水深は腰程度。鋏を杖代わりに使用し、岩に足を取られながら網を掛け終えた。蘭チャンは砂浜から私の作業の監視役。鋏が岩で浮いていないかも一度チェックに入つた時、薄暗い岩場の近くでヌリと動く物があつた。大きい。目を凝らした。エイのようだった。それにしても、丸い。エツ、お奴、もしかしたらトウブモール(島語でFilestringの意)じゃないか。潮の高くなる雨期の間だけ、深海から浅瀬に上つてくる。

豪州人、日本人を考える

其の120 松本 主計

この時エイの肝臓が異常に肥大し、これが正に天下の珍味なのだ。ジュゴン、大海亀、亀の卵と珍味を普段に食べている島民さえ、目の色を変えて追う獲物なのだ。これは又サメの大好物アツツ、ソウカ、蘭チャンの見つけた2m程のサメ、お奴を狙っていたのだ。という事はあのサメ、まだすぐ近くにいるはずだ。ヤレ、サメに渡してなるものか。鋏で突こうと構えた時、エイは又、ヌリと動き、岩場の陰の薄暗い窪地に消えてしまった。

「ホリヤ、エイの事になります。今、上げ潮なんですヨ」

網をセツとして昼食に宿舎に戻ると高見君、エツ、私しや下げ潮とばかり思っていたヨ。ビールを一杯、バカバカと飲んで昼食を掻き込むと、蘭チャンとバイクに飛び乗った。

潮は私の胸ほどまで上つていた。急いで網を外さなくてはならない。魚はまったく何も掛かっていなかった。鋏を杖に足元に注意しながら網の中程まで来た時、再び岩がヌリと動いたのだ。エイだ!! 来た。という事はサメもこの周りにいるので逃げられないのだ。鋏を構え、一気に突いた。このエイの表皮は固い。ガン、と突き込んだ鋏は背中を滑り、どこか軟らかい部分を買った。途端、エイは猛然と暴れ出した。何しろ5キロ以上もある獲物なのだ。私は鋏を海底に押し付け、エイの弱るのを待った。そして少しづつ鋏をずらし、浅瀬へと持って行った。

ヤツだ!! 初めてトウブモール(島語)を自分で突いた。この島に40年近くも住み、島の周囲の隅々まで知り尽くしている高見君さえ、まだ一度も自分で獲った事はないという。日本の水族館から一尾40万で購入した

この時エイの肝臓が異常に肥大し、これが正に天下の珍味なのだ。ジュゴン、大海亀、亀の卵と珍味を普段に食べている島民さえ、目の色を変えて追う獲物なのだ。これは又サメの大好物アツツ、ソウカ、蘭チャンの見つけた2m程のサメ、お奴を狙っていたのだ。という事はあのサメ、まだすぐ近くにいるはずだ。ヤレ、サメに渡してなるものか。鋏で突こうと構えた時、エイは又、ヌリと動き、岩場の陰の薄暗い窪地に消えてしまった。

「ホリヤ、エイの事になります。今、上げ潮なんですヨ」

網をセツとして昼食に宿舎に戻ると高見君、エツ、私しや下げ潮とばかり思っていたヨ。ビールを一杯、バカバカと飲んで昼食を掻き込むと、蘭チャンとバイクに飛び乗った。

潮は私の胸ほどまで上つていた。急いで網を外さなくてはならない。魚はまったく何も掛かっていなかった。鋏を杖に足元に注意しながら網の中程まで来た時、再び岩がヌリと動いたのだ。エイだ!! 来た。という事はサメもこの周りにいるので逃げられないのだ。鋏を構え、一気に突いた。このエイの表皮は固い。ガン、と突き込んだ鋏は背中を滑り、どこか軟らかい部分を買った。途端、エイは猛然と暴れ出した。何しろ5キロ以上もある獲物なのだ。私は鋏を海底に押し付け、エイの弱るのを待った。そして少しづつ鋏をずらし、浅瀬へと持って行った。

ヤツだ!! 初めてトウブモール(島語)を自分で突いた。この島に40年近くも住み、島の周囲の隅々まで知り尽くしている高見君さえ、まだ一度も自分で獲った事はないという。日本の水族館から一尾40万で購入した

いとの依頼もあったほどの珍魚でもあるのだ。エイとの格闘で時間を費やした。網の一端を結び付けた岩場の周囲は妙に薄暗い。網の下部は見えないのだ。ロープを解き、手探りで少しづつ岩に張り付いた網と鋏を外していった。手を伸ばし膝を少し折ると、潮はもう顔までやつてきた。ソウダヨナアと考えた。ついさつき、エイを突いた。エイが暴れ回つたあの震動は、私の近くのどこかにいるサメが察知しているはずだ。こんな時に背後から尻でも食らい付かれたら、たまつたモンじゃない。私は気が小さいのだから。キョロキョロと周囲を見渡した。その時引つ掛かっていた鋏がスポッと外れ、網がスルスルと上がつてきた。

途端、私の顔スルスレに、ニョットとサメの歯口側が突き出してきた。ワアッ!! 大声が出た。何とサメの奴、網からかんでいたので、2mの奴ではない。その半分位だが、頭の大きさは私の顔と同じ位だ。だらしない事だが、イヤ何ともビックリこいた。生まれて初めてサメにキスされそうになった。

サメは急に頭を左右に振って暴れ出した。だから網を水中で外す時間はない。頭を自由にしておく、と所構わず食らい付いてくるかも知れない。仕方ない。サメを抱いて脇に抱え込んだ。頭は振るが口は外側に向けてある。ヤレヤレ、サメを抱いたまま胸まで水に漬かって網を外したのも初めてだったヨ。ビックリしたけど面白かったぜ。

「蘭チャンヨ、空手のセンチがサメにビックリこいて悲鳴上げたな。ザア、恰好悪くて商売に差しかえるから。誰にも言うなヨ」

彼女、笑いをこらえていたが、それでも、ハイ、と素直に返事をした。オー、増本ヨ、見えるか。蘭チャンと二人だぜ。お前エの娘のいい娘に育つてるぜ。安心しろヨ、ナア。

エイの白い腹側には、大きな半円形の歯型が残っていた。やはりあの2mのサメに一度襲われていたのだ。私が逃したとしても、あのサメに殺られる運命にあったのだ。包丁を入れると、ブリツとした青白い肝臓が飛び出してきた。料理人は本職の板前が

まずは体の回りのヒレ肉と肝臓を別々に蒸し器にかける。蒸し上つたら布にくるみ、水分がなくなるまで絞る。これが大切だと言う。ヒレ肉を手で細かくほぐし、肝臓を入れる。肝臓が万遍なくヒレ肉と混じるようによく掻き回す。この時に醤油で味を付ける。これだけで。簡単なようだが容量があるので、結構手間がかかる。ウマイ!! 例えようもない味だ。強いて言えば、フオアグラ。あれはガチョウの肝臓料理だが、トウブモールの方が遙かに濃がある。ま、ず幻の料理に近い。

余談。日本刀の柄巻には古来からエイの皮が下地に使用されている。エイなのだが、刀剣用語ではサメと呼ぶ。柄巻のみならず日本帝国海軍は、軍刀の鞘に日本近海で獲れるオサメの皮を薄く剥いて張り付けた。トウブモールの表皮は、このエイだけが護身の為の毒針を尾部に持つていないので、まるで鎧を着ているように厚く、ビッシリとした細かい棘の間に、1cm程の鋭い棘がまたびに分散している。これをカイラギサメと特別と呼んでいる。普通のサメも南蛮貿易による貴重な輸入品の一つだったが、カイラギは超貴重品。昔の職人はこのカイラギを紙、枚の薄さに剥し、刀の鞘に張り付けた。驚くべき技術で、大きな棘の元がまるで梅の花のようになつて出現する。現存する最後の將軍、徳川慶喜の写真を見ると、彼の横の刀掛けにある大小の鞘に梅の花が散っている。二目見て、アツツ、カイラギだ、トウブモールだと思つたものだ。



松本 主計 [まつもと かつすけ]
1966年木曜島にてPearls Ply Ltd.に勤務。1975年退社。その後ケアンズにて、Matsumoto Karate Academyを開く。現在、Australian & Queensland KARATE federation, Northern representative. 大日本武徳会(DNBK) official Australian co-ordinator.



僕たちと一緒にケアンズで暮らす動物や昆虫など
ケアンズの生き物博士Ohyaが生態の秘密をご紹介します!



ケアンズ生き物日記



今回はちょっと番外編でウォンバット。ケアンズ周辺には野生のウォンバットはいませんが動物園では大人気。ウォンバット

が目的で夜の動物園に行くというお客様も少なくありません。見た目の可愛さと内股で歩く姿の可愛さが人気の秘密でしょうか?さて、ウォンバットとは一体どんな動物なのでしょう。



Ohya ito

1980年1月生まれ、浜松市出身。オーストラリアエコツーリズム協会認定エコガイド。子供にもわかりやすい解説がモットー。ブログ <http://ameblo.jp/dokidokitours/>

ナイショの
はなし1!

コアラと親戚!?

コアラとウォンバットの祖先は同じであると考えられており、樹上で生活するように進化したのがコアラ、地上と地下に穴を掘って暮らすのがウォンバット。なんとなく、のんびりした姿に共通点を感じます。ただし、コアラと違ってウォンバットは偏食家ではありません。自然界では草や根っこを食べていますが動物園では草だけでなくサツマイモやニンジンなども食べ、体も大きいです。コアラの体重は大きくても12キロなのに対して大人のウォンバットは30~40キロ。さらに、ウォンバットの知能は有袋類で一番といわれています。ウォンバットはオーストラリアに3種類いますがヒメウォンバットが一番人気のようです。

ナイショの
はなし2

必殺技はヒップアタック!?

ウォンバットは夜行性動物なので巣穴を掘って昼間はあまり出てきません。驚くべきはその巣穴の長さ、直径が50cmの穴を約30mも掘ります。一晩で2mぐらいいは掘ることできるのです。ウォンバットの天敵は、狼に近い種類の

ディンゴ。ディンゴに襲われそうになるとウォンバットは自分の巣穴の中に逃げ込みます。ディンゴが追っかけて巣穴の中に入ってくると、ウォンバットはかたい尻と巣穴の壁でディンゴの頭を押しつぶしてやっつけます。ウォンバットの武器は、かたいお尻なのです!

ナイショの
はなし3

おなかの袋が逆向き!?

ウォンバットはコアラやカンガルーと同じく有袋類の動物なので小さく産んで、お腹の袋の中で赤ちゃんを育てます。妊娠期間は約30日で、大きさ約3cm体重1gの小さな赤ちゃんを産みます。そして、お母さんの袋の中にある乳首からミルクをもらいスクスクと育っていき7~10ヶ月ぐらいいお母さんの袋から出てきます。これは他の有袋類の動物も似たようなものですが、ウォンバットが他の動物と違うのは巣穴を掘るということ。袋の入り口がお腹の真ん中に開いていると巣穴を掘ったときに土が袋の中に入ってしまう。それを、防ぐためにウォンバットの袋の入り口は股間に近いほうにあるんです。動物の体はよくできていますねー。



ケアンズ在住・本誌創刊人の育児エッセイ

ママのため息

マーフィー-恵子
KEIKO MURPHY

本誌の生みの親。2012年4月にケアンズの特産品を扱うお店「パウチ」をOPEN。著書に「家族でケアンズ最強ガイド」(講談社)がある。
[facebook.com/PouchAustralia](https://www.facebook.com/PouchAustralia)



旅行中、絵日記を書いていた娘。一緒に楽しく見返しています。

Vol.94 日本子連れ旅行

3年ぶりに訪れた日本で、子ども達は多くのことを感じたようで、既に「また行きたい」と言っている。多感な年頃になった2人に、自分のルーツでもある日本の色々な姿を見せてあげたいな、という気持ちで、寒い中、毎日動いた甲斐があった。(JRバスいいですね!)

今回は、まずは有名どころへ、と金閣寺や清水寺、奈良の大仏、宮島などの世界遺産と、ほぼ修学旅行コース。私も何十年ぶりだったので、改めてそれらの豪快さ、精密さ、驚きの発想、美しさなどに圧倒されっぱなしだった。子ども達は、「大きい!」「ピカピカ!」など、まずは外観に感動し、そんなに撮らなくても、というほど写真を撮っていた。(各お寺では、門にある仁王像を見て「あ、ママがまたいた」と言われてひいた。)

歴史的な場所以外も、ということで大阪のユニバーサルスタジオで遊んだり(寒いせいか人が少なく、ほぼ並ばずに色んなアトラクションを楽しめました)、ホテル横の海遊館という大型水族館へ行ったり。スキーも2泊した。

広島では、原爆資料館で「知らなかった」と数時間かけて英語の解説をじっくりと読む2人。今の平和や、健康で生かされていることが当たり前ではないと肌で感じたようだ。

伊豆では、知り合いの方の経営する宿で、素晴らしい富士山の景色に感動しながら露天風呂を体験させていただいたり。

そして「食べ物」も旅のハイライト!懐石も体験したけど、B級グルメでさえ最高。種類も豊富で各地に名物があって。美味しそうな屋台を見る度に皆でワイワイ食べた。おまけに弟が元中華のシェフで、腕をふるってくれたり、十分に食を楽しませてもらった。

また、真冬にも関わらず、子ども達は服を探し、靴を何足も購入。観光してクタクタでも、「これからショッピングしたい」とサラッと言う。「えーっ。ママ、ホテルに帰って休みたいんですけど。」若い人は元気なのだ。寒さが苦手なおばさんには結構こたえたが、減多にないことなので頑張った。田舎の子にとって日本の店は刺激的なのらしい。

帰ってきてから、息子は日本語の勉強に燃え、2020年のオリンピックの年は絶対に日本に滞在したい、と言っている。新幹線に乗り遅れたり、路面電車で変な方向へ行ってしまう、途中下車して雨の中歩き回ったり、ハプニングも色々あったが、文句も言わず、一緒に回ってくれた子ども達。日本語は読めないけど私より常識的なので(笑)頼りになった。

子どもが大きくなると、旅も形が変わって楽しいものですね。



CLASSIFIED

スタッフ募集

世界のオプションツアー販売するホットホリデーではスタッフを募集PC操作に慣れ、英語と日本語の読み書き会話が堪能な方
問合せ mail2@hotholiday.jp

そろばん教室

またもやスクールホリデーが近づいています!この度、算数の個別指導コースが加わりました!そろばん、算数の両面からホリデー中に心配な分野を補強し、得意な分野をさらに伸ばしませんか!?
まずは無料お試しレッスン、カウンセリングであなたにピッタリなコースを見つけましょう!
よりこ 0437 600 229

HANDYMAN

家のリフォームやちょっとした家具の修理など。その他、芝刈りなどの雑用も何でもご相談ください。
\$30/H~
無料相談 0410070997 Toshi

Friday Island Pearl Farm

南洋真珠養殖場、アシスタント募集。最北端の木曜島から3キロ離れた金曜島。一生出来ない経験を提供します。6ヶ月働ける方。
宿舍食事付。3週間の見習い期間後、給料支給。
問い合わせ kazupearl@gmail.com
tel 07-4069-1268

ざくろ工房

習字教室・きもの着付け・七五三フットヒデミ 0432-716-394

えびす堂

雨季まさか!湿度高いですがエアコンのあたり過ぎには要注意。体が冷えると血行が悪くなり肩コリ・腰痛になります。体にも環境にも優しい生活を心がけましょう。

(指圧)TAKU 0430 105 173

大好評のヘッドマッサージ!! 頭皮をほぐすと顔の表情もほぐれます。目の疲れや、ストレスが溜まってしまう前是非!!

(BEAUTY)YURI 0413 251 193

パステル和アート 準インストラクター講座

\$700(20時間講座・材込)資格取得後、世界中でワークショップが開催できます。
オーラソーマカラーセラピー-\$55
色育講座 \$15
http://ameblo.jp/maki-happycolour/
0403-112-116 Maki

パソコンの修理& メンテナンスいたします。

パソコンが起動しなくなった。パソコンの動作が遅い。ウイルスが混入した。WiFiのセットアップ等。パソコンの事ならお任せください。相談・見積無料。
まずはご連絡ください。作業費は\$30(1時間)にて承ります。0419-744-264までSMSか masaki2707@gmail.com マサキまで。

Aerenergy Cairns

ソーラーシステム導入ご検討の際は是非ご一報を!
無料見積りご希望の方は比田井まで、メールにてご連絡下さい。
tedhidai@aerenergy.com.au

柔道初めませんか?

初心者・キッズクラス。見学OK。
Cairns Southside Dojo (Edmonton).
Contact Sensei Ronlund 0405239655.
Email: southside_judo_club@hotmail.com
Facebook: Cairns Southside Judo Club Australia.

上質ねんどの贈り物 ワークショップ「Comollis」 オープン!

大切なあなた自身、家族、友人に心のこもった温かい贈り物をねんどで創作しませんか?
日本製の上質なねんどを使用するので、あなたの作品はきめ細かく、美しく仕上がります!
名入れ可能!毎第1~4火曜日10時~
作品はGoogle[ABACUS BY WALLIS]でご覧になれます。
よりこ 0437 600 229

プライベートまつげサロン MaxxLash

まつ毛エクステ・まつげパーマのホームサロンです。
ブログでまつげ情報ゲット→
http://ameblo.jp/maxxlash-salon/
HP http://maxxlash-cairns-au.jimdo.com/
Tel 0422723291
E-mail maxxlash.maxx@gmail.com

Sun Pacific Collegeでは インターンシップを募集しています。

語学学校Sun Pacific Collegeではインターンシップを募集しています。学内に滞在して頂くので、住居と食事が完全無料です。アットホームな環境で英語力とインターンシップ経験を積みませんか。ご興味のある方は履歴書を添付の上、student@sunpacificcollege.com.au(坂元)までお気軽にどうぞ。

ヘアサロンユリスにて 無料イベント

ヘアサロン ユリスでは無料ソーセージズルを開催します。いつも来てくださる方もそうでない方もふるってご参加ください。6~9歳のお子様先着5名様、ヘアカット無料。
3月29日(土)11時~3時 ヘアサロン ユリス
163 McCoombe st Bungalow
07 4054 4410 / 0497 185 795



<http://cls.jams.tv>

クラシファイド情報 in Cairns
ご利用無料! 1日 14 万アクセスを超える
クラシファイドサイト!

クラシファイド 15 文字 \$5+GST (英数字は 2 文字で全角 1 文字扱いとします)

掲載ご希望の方は下記までご連絡下さい。

★sales@livingincairns.com.au

★締切は、4月10日(木)です。

★オンライン版は掲載無料です。

www.livingincairns.com.au

Cairns Tourist and Local + Medical Services +



高度な医療技術を誇り
日本語で対応してくれる総合病院

- キャッシュレスサービス 日本の全ての海外保険会社と提携しているので、診察代、薬代、検査代、通訳代は全て無料！（保険適用内）
- 日本人通訳スタッフ常勤で安心
- 予約不要（待ち時間がほとんどなし）
- 専門医への紹介と日本人通訳スタッフの同行（眼科、産婦人科などの専門医）
- イミグレーションメディカル指定病院
ワーキングホリデーのセカンドビザ、ビジネスビザ、学生ビザ、マリッジビザ、永住権取得等、各種ビザ取得時に必要な健康診断を行っています。（要予約）



医療英単語 vol.14 -Eye Trouble- 目の病気

- Sty (ものもらい) ● Entropion (逆さまつげ) ● Glaucoma (緑内障)
- Cataract (白内障) ● Conjunctivitis (結膜炎) ● Keratitis (角膜炎)



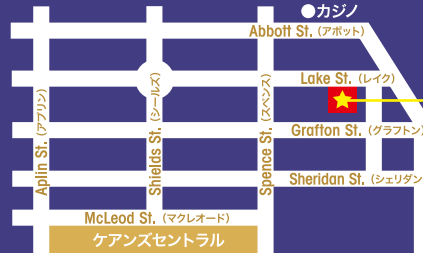
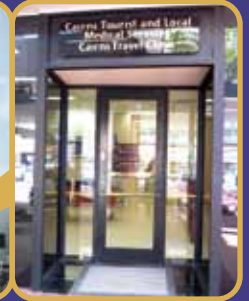
キャンベル先生
話し好きの明るい先生で人気があります。日曜大工が得意で家の手入れガーデニング何でもこなします！



ギャリー先生
丁寧な診察で信頼が厚い先生です。日本の温泉旅館がお気に入り、日本食も大好きです！



【通訳】恵さん
患者さんと先生の意思疎通がスムーズに行えるよう、親しみやすい病院になるよう努めています。



Cairns Tourist and Local Medical Services

Cairns Corporate Tower, 15 Lake St.

コーポレートタワーの1Fという最高の立地。ホテルや、学校からのアクセスも最高！近代的で清潔感がある総合病院。

月-金 8:30-18:00 / 土 9:00-12:00
日本語フリーダイヤル TEL 1800-450-110

MAP : P.18 F2

95-97 Williams Esplanade Palm Cove Tel 4059-5600 Web www.sarayi.com.au



屋上ウェディング、パーティー各種、その他… この広告を提示されたお客様にはどのお部屋タイプでも、10%ディスカウント

MAP : P.19 G7

お客様の愛車をしっかりサポート!

大型バスから乗用車まで整備する一流のメカニックにお任せください!

時間外でも日本語対応、SMSもどうぞ! 0401-630-679

ココがポイント!

- ★定期点検、修理などの際の無料送迎（シティエリアのみ無料、RWCは除く）
- ★エンジンオイル交換 \$55（作業時間15分）
- ★6か月 / 1万キロ毎の定期点検 \$130 ~（エンジンオイル5L、オイルフィルターは\$10まで含まれます）
- ★ロードワッシャー（safety Certificate）\$77
- ★車両両コンピューター診断テスターを導入。



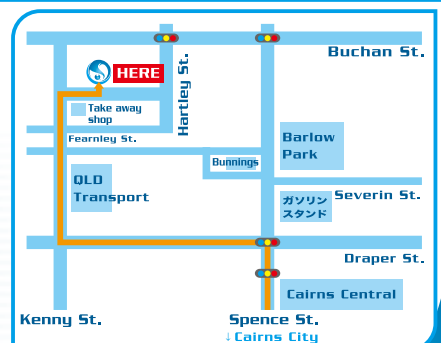
修理の際の送迎致します!



GTS WORKSHOP

Tel: 07-4035-3388 (English)

15 Ballard St. Portsmith (OLD Transport付近) 【営業時間】月-金 8:00~16:30



リビケン特典
車の修理の際、「リビケン見た!」で、
Air Freshener 1個プレゼント!



MAP : P.19 J7



オプションツアー-最安値確約します!

他社より1ドルでも高い場合は店頭でお申し出下さい!さらなる割引価格でご提供します!

\$12 OFF \$72

無料シュノーケルレンタル付き!

グリーン島クルーズ

\$7 OFF \$62

島でたっぷり6時間過ごせます!

フィッツロイ島クルーズ

\$169

豪華ビュッフェランチと半潜水艦込み!

ミコマスケイクルーズ

\$129

珊瑚の広がるエメラルドの無人島へ

フランクリンアイランドクルーズ

シュノーケル&パフエランチ付き

\$46 OFF \$89 + \$20

体験ダイビング

\$65

パフエランチ付きでこの価格!

グレートバリアリーフ1日クルーズ

\$499

日本語で受講できる!

4日間ダイビングライセンスコース

\$7 OFF \$89

ダイヤモンドビューオプション\$10

スカイレール&キュランダ鉄道付き!

激安キュランダセット

\$50 OFF \$105

豪華イタリアンパフエティナー付き!

ライトアップパロネパークツアー

\$27 OFF \$178 + \$30

大空をふわっと空中散歩!

熱気球フライトツアー

\$11 OFF \$89

ハマーでジャングルを駆け巡る!

どきどきハマー4WDツアー

ハロン川

\$17 OFF \$91 + \$25

激流ベストシーズン!

ラフティング

\$26 OFF \$193 + \$25

ケアンズ記念に飛んじゃろ!!!

スカイダイビング

\$22 OFF \$139

送迎付2時間ツアー!帰国日参加可!

気候に短時間でご参加いただけます!

グレートバリアリーフ遊覧飛行

日本語メール、mixi、facebook、twitterが自由自在!

格安レンタル携帯電話

ナビテル携帯電話 短期1日から契約できます!

格安レンタルポケットWiFi 短期レンタルできます!

\$2~ 500MB \$15~



「オーキッドプラザ/レイク通り側の2階」 ☎1300 558 800

ナビツアー・ケアンズ店

07-4051-9777 Web: www.navitour.com.au

月~金: 10:00~18:00 土: 11:00~16:00

f「ナビツアー」で検索! @navitour_au



MAP: P.18 E3

ケアンズ24時間日本人医療サービス

※海外旅行保険の方※ 私達が皆さんの健康管理のサポートをさせていただきます。 ※メディケアお持ちの方※

有効な海外保険をお持ちの方は、

- ★キャッシュレスサービス24時間対応
- ★無料日本語通訳、安心です!!
- ★無料送迎車あり/往診サービス
- ★タウンズビル・アーリービーチにも当院系列の病院がありキャッシュレスで受診できます。



当院はBulk Bill対応。診察代はかかりません。

★日本語通訳サービス
(日本人常勤時間内に限り対応。お問い合わせ下さい)

日本人常勤時間外診察予約をご希望の方、
★07-4052-1119 [24時間予約受付(英語)]
【日本人常勤時間】 8:30~20:00 月~金曜日
8:30~18:00 土・日・祝日

The Dentist Cairns Dental Group

系列病院のThe Dentistでは、日本語で安心して歯科治療を受けて頂けるよう、日本語を話せるスタッフが常勤(要予約)。海外での歯科治療は高額で不安に思われる方は、初診時にお気軽に申し出下さい。今後の治療について先ずはドクターを交えてご相談させていただきます。更に日本人の患者様には治療費を10%割引!!

318 MULGRAVE ROAD

年中無休

診療科は問いません

歯科治療 10%OFF

薬局併設 7am-11pm

今月のプチコラム vol.14 ドクターの紹介

ナダ先生 (Dr. Nanda)

インド出身の腕時計好きで美食家のナダ先生。全身を診断できるGP(ジーピー)ですが、小児科の学位をダブリンで、皮膚科の学位をゴールドコーストで取得しているという、とても勉強熱心なドクターで、懇切丁寧に説明してくれると人気です。診察をご希望の際はお電話でご予約下さい。

07-4031-8131

1800-688-909

フリーダイヤル

※上記電話番号は24時間受付。どちらも日本語にて対応。

リッジストリート ウィンズ ホリカーン

アボットSt.

サ・ホテル ケアンズ

ノホテル ケアンズ

オーキッドプラザ

レイクSt. CITY PLACE

グラフトンSt.

フロレンスSt.&グラフトンSt.の角

フロレンスSt. アブリンSt. シールズSt.

MAP: P.18 C2