

ケアンズの「情報」と「お得」を届けるフリーマガジン

# リビングインケアンズ



COUPON 割引クーポン付き

無料

7・8・9月号  
JUL-SEP issue  
2015 vol.154

[www.livingincairns.com.au](http://www.livingincairns.com.au)



Enjoy

Summer Holiday!

便利なMAP付き

読者モデル募集中!  
詳しくはP12へ



留学&習い事特集  
新しい自分を見つけるために...  
ケアンズで留学  
Let's Learn

特集01

特集02





# Little's

日本人弁護士が対応してくれる法律事務所。まずはご相談ください。

リトルズ法律事務所は旅行者を含め、ワーキングホリデー、学生等の短期・中期滞在者、永住権の皆様をサポート致します。

07-3225-0743

0410-356-847

日本語直通

www.littles-jp.com [日本語サイト]

Email : jinpo@littles.co

LINE : Little'sJP

交通事故(人身被害、対物損害の両方)

●歩行者 ●自転車 ●対物 ●対人事故 ●保険請求など

労働災害

ファームでのトラブル・被害



MAP : P.23 C3

2015

今年もやります!!

## ホームバイヤーセミナー開催!

8月4日(火) 18:30~20:30 [場所] ANZ銀行ケアンズ支店 (Abbott St.)

参加料  
無料

要予約

日本語  
解説

ケアンズで家の購入を考えていらっしゃる方を対象に、日本語でのセミナーを開催します。

ANZ銀行ケアンズ支店の住宅ローン担当者・Leeさんにもご参加頂く、充実した内容のセミナーです。ぜひご参加ください。

ご予約は [miho@dsmith.com.au](mailto:miho@dsmith.com.au) または 0488-005-958 ミホまで

### セミナー内容

- オーストラリアと日本の不動産の違いについて  
～家は一生の買い物ではないの?
- ケアンズの不動産市況について～今は家の買い時?
- 不動産購入手続きについて～家を買うには何から始めたらよい?
- ケアンズでの不動産賃貸投資について～不動産を使って資産を増やすには?
- 家の購入後の維持費用について～毎年必要な経費とは?
- 住宅ローンの基本情報～ローンを組むのに必要な要件は?
- 住宅ローンの支払いについて  
～今払っている家賃と同じくらいの支払いで家が見えるの?



ご予約は

DJ Smith PROPERTY  
Cairns

TEL: 07-4041-1214

Miho Mob: 0488-005-958

Email: [miho@dsmith.com.au](mailto:miho@dsmith.com.au)

MAP : P.22 D6



- 04 トロピカル・ノース・クイーンズランド  
全域マップとみどころ
- 06 知って得することや役立つローカル情報満載  
LOCAL TOPIC & EVENT
- 08 **特集**  
Enjoy Summer Holiday
- 17 **特集** 新しい自分を見つけるために…  
ケアンズで留学
- 21 **特集** 好きなことから初めて、可能性を広げよう  
Let's Learn
- 22 街歩きに役立つリベケン掲載ショップ一覧つき  
ケアンズシティマップ 市内  
散策には  
とっても便利
- 24 ケアンズ郊外&周辺のみどころ満載!!  
周辺マップとみどころ
- 25 世界最古の森に囲まれたキュランダ  
キュランダお散歩マップ キュランダ  
情報を  
ギュッと凝縮!
- 31 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!
- 36 専門家に聞いて知識を増やす  
「生活のため」のプロの話
- 40 人気連載  
豪州人、日本人を考える 談んだ?
- 42 求人情報他…要チェック  
クラシファイド

# CONTENTS

NO.154  
JULY-AUGUST-SEPTEMBER  
2015 ISSUE

雑誌内のQRコードで、  
ケアンズ情報をより詳細に!



下記のマークをスマホの「QRコードリーダー」をかざすともっと詳しい情報がみれますよ。

情報満載ケアンズの楽しいがいっぱい詰まってるよ~



## PUBLISHER

A Division Of Future  
Investment Group Pty Ltd

### General Manager

Tomoyuki Yoshimura

### Sales Executive

Yuko Kuramoto

### Sales Administrator

Megumi Duggan

### Design

Daisuke Hayashi

Naozumi Yamaguchi

### 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。

■リビングインケアンズでは、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.

リベケン内で使用されているマークの意味

住=住所 営=営業時間 休=定休日 ☎=電話番号 F=ファックス番号 ✉=メールアドレス ウ=ウェブサイト 料=料金

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。お店のスタッフに "Can I use this coupon?" と聞いてね!

# Welcome to CAIRNS

ケアンズ市長からのご挨拶

みなさん、ようこそケアンズへ

ケアンズほど美しく自然豊かで

気候の良い土地はなかなかありません。

日本とケアンズの絆はとて強いと思います。

いつもフレンドリーで暖かく、礼儀正しく良心的で、

観光客としても最高だと思います。

そんなみなさんにこのケアンズの美しい自然を

ぜひ楽しんでいただきたいと思います。

**Bob Manning**  
ケアンズ市長 ボブ・マニング

*Cairns, the gateway to  
Australia and the Great  
Summer Reef.  
Bob Manning.*





トレス海峡  
Torres Strait

Tropical North Queensland

トロピカル・ノース・クイーンズランド

# 全域マップとみどころ

まるで姿の異なる壮大な自然に驚き! ケアンズを囲むエリアを大まかに掴もう

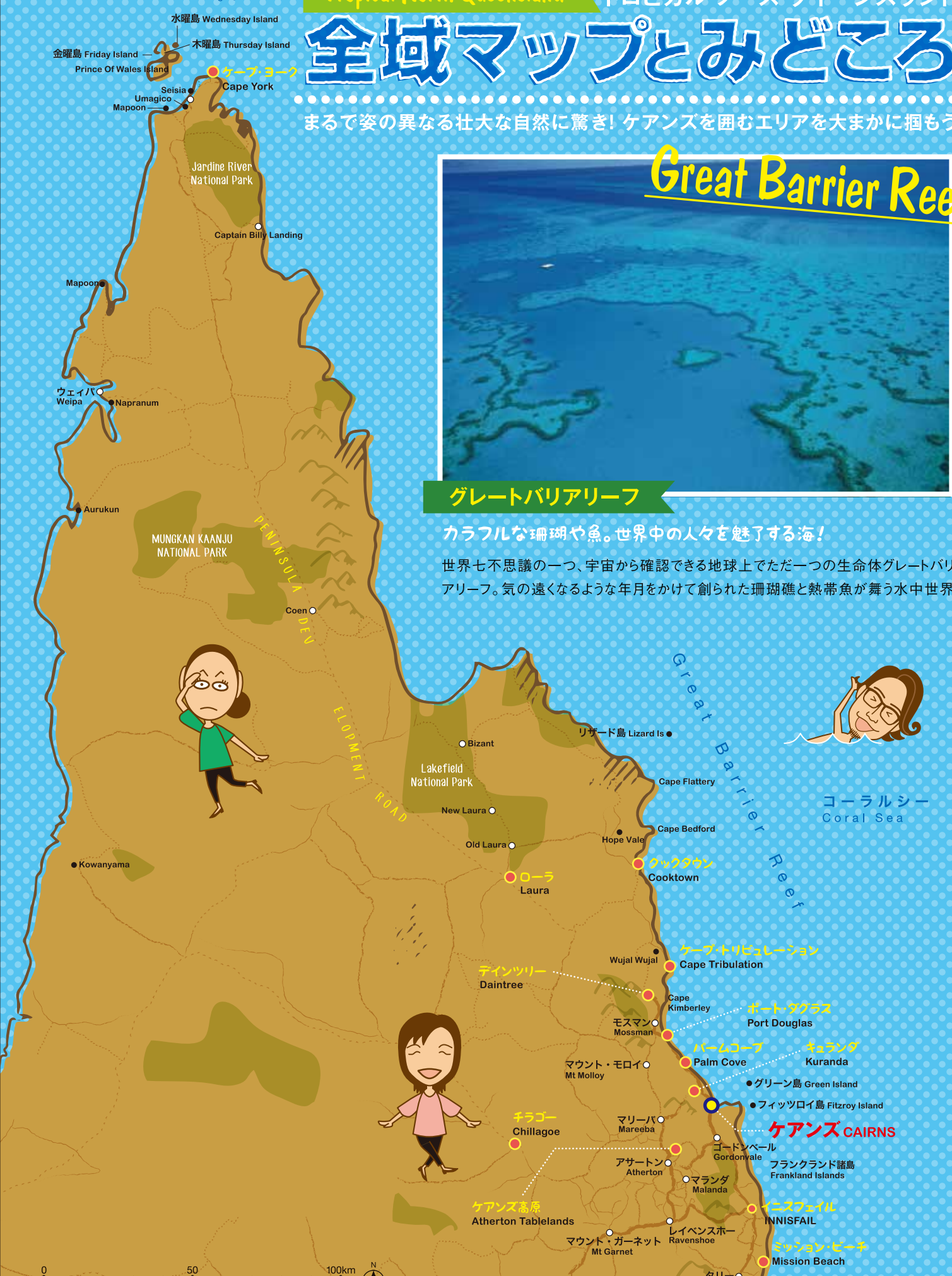


## Great Barrier Reef

### グレートバリアリーフ

カラフルな珊瑚や魚。世界中の人々を魅了する海!

世界七不思議の一つ、宇宙から確認できる地球上でただ一つの生命体グレートバリアリーフ。気の遠くなるような年月をかけて創られた珊瑚礁と熱帯魚が舞う水中世界。



コーラルシー  
Coral Sea





## ●日本とオーストラリアの位置関係



### ビーチエリア

## Beach Area

ヤシの木が揺れる、  
南国のイメージそのものの美しいビーチ

地元の人に人気の静かなビーチや手つかずのビーチ、スパが点在するパームコーブ、海外のセレブも頻繁に訪れるポートダグラスなどリラックスできる場所がたくさん。

## Atherton Tablelands



### ケアンズ高原

なだらかな丘が続く高原地帯は、  
数々の食品の産地

ケアンズから西のキュランダやアサートン周辺一帯。酪農地で、多くの農産物を栽培。湖、滝も多く、牛や馬がのどかに草をはむ光景が美しいエリアです。

### アウトバック (内陸部)

ひたすらワイルドでダイナミック!

あるのは巨大な蟻塚のみ。そんなオフロードが延々と続くアウトバック。15万km<sup>2</sup>という広大な面積のケープヨーク半島を始め、チラゴ、アンダラ、ジョージタウン方面等を指します。

## Outback



## Rainforest Area

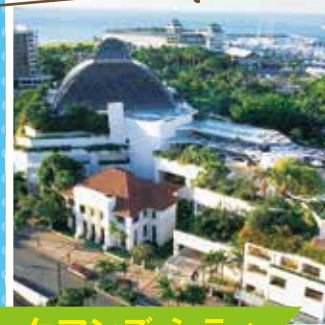


### 熱帯雨林エリア

多彩な植物と動物に、  
世界の学者も  
感嘆する世界最古の森

世界遺産に指定されている熱帯雨林が広がるのは、ケプトリビューションや、デインツリー、そしてキュランダ周辺などのエリア。世界でも稀な植物や動物も生息。

## Cairns City



### ケアンズ・シティ

国際空港があり、  
全てのエリアへの  
玄関口となる  
トロピカルシティ

空港からシティ中心までは車で10~15分。徒歩で回れるくらいの小さな町ですが、ショッピングもお食事も選択肢はいっぱい。



# LOCAL TOPIC & EVENT

## リビケン日記

Vol.002



### Topic 01

#### ケアンズ盆踊り開催 Bon Dance Festival in Cairns



日本の伝統文化、盆踊りをケアンズで楽しもう! 昔懐かしい音頭で踊り、屋台で日本を味わう! 和太鼓のパフォーマンスやよさこいダンスも出演します。

★日時:2015年9月6日 14:00-20:00

★場所:WESTERN EVENTS

LAWN ※エスプラネード・

ナイトマーケット向かいの広場

★主催:ケアンズ日本人会

★Webサイト:[http://jscns.org.au/event\\_info/](http://jscns.org.au/event_info/)

★協賛:日本総領事館ケアンズ出張所  
ケアンズ市役所 (Cairns City Council  
Multi Cultural Week Event)

### Topic 02

#### ラウンド・ファームに気軽に行こう!

ファームやラウンドにお出かけの際、スーツケースやバックの保管先に困ったら是非CUBE保管サービスへ。日本人スタッフが指定場所まで回収&配布致します。もしケアンズに戻られない場合にはオーストラリア国内便にて主要都市までの転送も可能です。

★お問合せ:0420-456-100

### Topic 03

#### Kewarra Beachで 地域アイアンマンレース開催

Sun Pacific Collegeでは、地域との親睦を深める目的で2ヶ月に一度地域アイアンマンレースを行っています。生徒をはじめ多くの方に大好評。レース終了後は無料BBQも開催。

★日時:7月12日(日)、9月13日(日)

★時間:9時半から1時頃まで

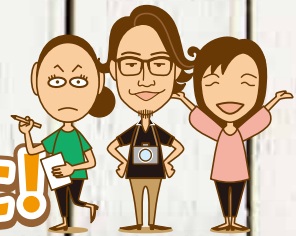
詳しくは、以下までお気軽にどうぞ  
[info@sunpacificcollege.com.au](mailto:info@sunpacificcollege.com.au)



## 2015 IRONMAN CAIRNS

たくさんの感動ドラマをありがとう!





# ケアンズのイベントに行ってきました!

## Smile with Kids

スマイル ウィズ キッズ



Smile with Kidsとは、放射能の影響で、外で遊ぶことを制限されている福島の子供達をケアンズへと立ち上げたチャリティ団体です。

2015年3月26日～4月2日の日程で福島から4名の生徒さんがケアンズに来豪。現地の学校での異文化交流を含め、色々なアクティビティを楽しんで頂きました。

リビケンではトロピカルズーでの半日に密着させて頂き、コアラを抱っこ、カンガルーに餌付け、バードショーを見たりと子供達の笑顔をいっぱい見ることが出来ました。その後も数々の支援によってケアンズの大自然を満喫し、たくさん笑顔で日本へご帰国されました。

詳細はWEBにてご確認頂けます。[www.smilewithkids.com.au](http://www.smilewithkids.com.au)  
また一緒に活動して下さるボランティアの方を随時募集中です。

## YABUSAME in Port Douglas

流鏝馬(やぶさめ) in ポートダグラス

5/23



ポートダグラスで行われた流鏝馬に行ってきました。当日は天候も良くマーケットも沢山出店しており、多くの観客でフォーマイルビーチは賑わっていました。日本からは昨年に続き2度目の来豪、橋流流鏝馬 宗家師範 橋 公篤(タチバナノ キミシゲ)氏が招かれました。橋氏は過去にイタリア、オランダ、トルコ、シンガポールなど日本国内のみならず、海外においても日本の伝統文化である流鏝馬を披露されています。当日のインタビューでは、『今年も多くのオーストラリアの方々に1000年もの歴史のある日本の伝統文化である流鏝馬を楽しんで頂きたい、そして来年もお招き頂けるのなら、ポートダグラスにて流鏝馬を披露しに来ます』と仰っていました。



写真提供

GardenGrove61

Photographer Daisuke Furuya  
E-mail [gardengrove61@gmail.com](mailto:gardengrove61@gmail.com)  
FB page Garden Grove 61  
mobile 0431-416-347



各種出張撮影承ります。まずはご相談下さい





ケアンズならではの

# 大自然で乗馬&ATVバギー体験

**BLAZING SADDLES ADVENTURES**

[WEB]<http://www.blazingsaddles.com.au/ja-JP> (日本語)  
[TEL]07-4055-7400

**HORSE RIDE TOUR**

馬との初対面、大人しくて超かわいいよろしくね!



ホテルまでバスがお迎え!

**ATV TOUR**

!! 壮大な景観が広がる大自然!!



馬上からみる景色や、馬と動きを合わせる一体感は何れも日常では味わえない楽しさばかり!

日本人スタッフからの安全説明と操作方法を聞いて出発進行! 運転操作はとっても簡単!

ATVバギー初体験! 安全運転で楽しみます!



広大な敷地内にはATVバギーの専用コースがあり自然を利用したアンダーグランドやカーブがいっぱい!

泥まみれになっちゃったけど気分爽快! ストレス発散! ATVバギー最高!

両ツアー終了後は美味しい軽食付き!





Enjoy

mer  
day!

ケアンズへようこそ!  
常夏ケアンズは冬でもあったか!  
遊んで、遊んで、遊びまくって  
最高の夏休みの思い出をつくらう!



トロピカルズではワニだって抱っこ出来ちゃうよ!



口が閉じているから安心して抱っこ出来る(=^▽^=) 冷んやりとプニプニしてる触感♡

ケアンズ地域最大の動物園

# ケアンズトロピカルズ



ケアンズトロピカルズ

検索

P23に  
割引  
クーポンが  
あるよ

ワオンバットと触れ合えるアクティビティがあるよ!



ぬいぐるみみたいで超かわいい♡ とっても大人しく愛嬌がある顔(=^▽^=)

情報満載  
日本語サイト

毛がフワフワで  
気持ちいい♡  
ずっしりと重たく  
抱きごたえ有り(=^▽^=)

ゆっくりと餌を食べる姿が  
とってもかわいい♡  
距離がめっちゃ近い!!  
まつ毛がバサバサ!(=^▽^=)

人懐っこいカンガルー達に餌付け体験!

オーストラリアのアイドル  
"コアラ"を抱っこしての記念撮影!

自分のカメラで友達・家族と一緒に撮影できます!

夜の動物園を楽しいよ!



どきどき!ケアンズ動物園ナイト(日本語ガイド・送迎付)

- ★ 夜の動物園 ★  
ガイドツアー
- ★ オージーBBQ ★  
ディナー
- ★ 飲み放題 ★  
(ビール、ワインソフトドリンク)

大人\$145/子供\$95  
どきどきツアーズ社主催

お問い合わせ・ご予約は  
フリーダイヤル

**1800 242 500**  
(日本語・24時間受付)

【トロピカルズ-LINEスタンプ】LINEスタンプショップにて"コアラ部長"で検索!





あれも!これも!楽しみた〜い!!!  
Green Island



グレートアドベンチャーズ  
へのお問い合わせ

国内フリーダイヤル  
1800-079-080



# グリーン島で 元気 いっぱい 夏休み!

**08:00**

乗船開始、  
行ってきまーす  
(V▽V)E-I)

リーフフリーターミナルで乗船手続き。笑顔が  
素敵で気さくなスタッフにSay Hello!(≥▽≤)ノ

**08:45**

船上デッキから眺めるケアンズの壮大な  
景色はまさに絶景!山の緑のグラデーションと  
輝く海の青キレ~!(V▽)

**Go to  
Green Island**

**08:30**

**09:20**

到着!潮風がとっても気持ちい!  
(\*▽\*)ワクワクドキドキ!

**09:20**

到着!潮風がとっても気持ちい!  
(\*▽\*)ワクワクドキドキ!



グリーン島は、グレートバリアリーフ  
にある600余りの島々の中で、  
たった一つ、サンゴの砂が積もって  
できた島の上に熱帯雨林が茂る  
貴重な自然環境の島です。

**09:30**

**02**

**Glass  
Bottom Boat**

グラスボトムボートでは体を濡らすこと無くたく  
さんの熱帯魚が見れるよ!あっ!ウミガメ発見!

**Relax...**

**10:10**

**03**

グリーン島の内部は  
緑に囲まれた  
大自然!  
マイナスイオン  
たっぷり癒される~  
(^▽^)

島の反対側のビーチには  
珊瑚の欠片や  
貝殻がいっぱい!  
海の音聞こえるかなー?





# もっとグレートバリアリーフを楽しみたい方必見!!



## オーシャンスピリット ミコマスケイクルーズ

グレートバリアリーフのサンゴ礁に囲まれた美しい砂州。海鳥たちの保護地区にもなっている手付かずの大自然とサンゴ礁を満喫できる人気スポット!



## アウターリーフ

日本では見られないポンツーンと呼ばれる人工浮島に行く人気ツアー。サンゴ礁の素晴らしい水中世界が広がる、これぞグレートバリアリーフ!

## Green Island Map

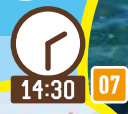


ケアンズに向けて出発!



1日の締めくくりはスイーツで! 島で食べるアイスクリームは格別!(^▽^\*)♡

## Snorkeling



## Shopping

いっぱい遊んだ後は自分へのお土産選び。このウミガメ3兄弟、超カワイイ! (^0^)/



「マリンランド メラネシア」ギネスブック公認! 飼育されてるワニの中で世界最大のカシウス君 大きさはなんと5.48メートル! (^D^\*)

## Crocodile



体験ダイビングに挑戦! 島内のプールで日本人インストラクターによる講習を受けていざ海へ! ニモ探しに行っちゃいます!(^▽^\*)ノ



## Diving



## Lunch



グリーン島名物「Green Island Burger with chips」はボリューム満点! O ≧ △ ≦ IO



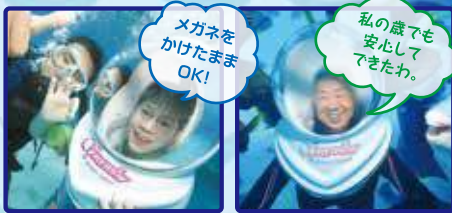
10:30と13:30からはワニの餌付けショー。ショーの後には、子ワニと写真撮影ができる!



緑の宝石 グリーン島で 新体験!! 海中散歩  
SEAWALKER GREEN ISLAND

誰でも楽しめるシーウォーカー

泳げない方も安心アクティビティ!  
ダイビングと違い特別な器材もいらす、  
顔も濡れず、子供からお年寄りまで  
楽しめます!世界遺産のグレートバリア  
リーフの海中散歩をお楽しみ下さい。



メガネを  
かけたまま  
OK!

私の歳でも  
安心して  
できたわ。

泳げなくても  
大丈夫!しかも  
写真も  
パツチリ!



TEL: 040-758-1096 WEB: www.seawalker.com.au  
日本語でお気軽にお問い合わせ下さい。 MAIL: japan@seawalker.com.au



お気軽に  
ご相談下さい!  
お待ちしております!

シーウォーカーQ&A

- Q ライセンスを持ってませんが大丈夫ですか?  
A →特別なライセンスは一切不要!
- Q 難しい講習とか受けるんですか?  
A →安全説明は全て日本語で簡単5分程度!
- Q 泳げないのですが大丈夫?  
A →海中を歩くので泳げなくても大丈夫!
- Q メガネが無いと見えませんが…  
A →メガネ、コンタクトもそのままOK!
- Q 水中にはスタッフの方がいますか?  
A →経験豊富なダイバーが常に一緒になので安心です。
- Q 水が怖いのですが大丈夫?  
A →顔が全く濡れず、水が怖い方でもOK!
- Q 子供も一緒に参加できますか?  
A →12歳から参加可能です。
- Q 年配でも参加できますか?  
A →ご年配の方も安心してできます。

MAP : P.23 B2

THE GREAT BARRIER REEF 通信

プロダイバー-KENJIが青の国からHOTとNEWをお届けします!

Welcome to the GBR World!

vol. 21

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

稲井謙二 / GBRガイド歴19年。ケアンズ  
でプロダイバー養成コース開催中。お気軽  
にご連絡下さい!  
http://scubaexpertaustralia.com

ヨスジリュウキュウスズメダイ



ミスジリュウキュウスズメダイ

写真協力 / Satoshi Kajimoto



Profile

概本 聡 / 水中写真歴16年GBR歴9年。  
GBRでお会いしましょう!!色々な写真は  
コチラ⇒http://www.seabreeze-  
photo.com



幸運を呼ぶ魚

グレートバリアリーフを彩る1500種もの魚たち...その中には、幸運を呼ぶと言われる可愛い魚が存在します。今回はそんな珍しい魚、「ヨスジリュウキュウスズメダイ」についてお話していきましょう。私達が暮らすケアンズでは、幸運をもたらす蝶としてユリスシがよく知られていますね...。お天気の良い日にこの蝶を見ると、その青白く煌めく美しさに魅了され、ジグスを知らずとも幸福感を抱いてしまう筈です。見る人に幸運をもたらすとされるその理由として、その生物の美しさや珍しい習性等が目立つように感じます。ヨスジリュウキュウスズメダイは、ミスジリュウキュウスズメダイと見た目も住んでいる場所もほぼ同じです。ただ、ミスジに比べると個体数が異常に少なく、ミスジの群れに混ざって身を隠すように生息するという不思議な習性を持っています。両種の違いは、尾ビレに煌めく黒いハートのマーク...これを見つければ大当たりなのです。見つけ出す

には砂の中から針を探し出すようなもの...至難の作業が必要です。このハートマークが幸運を呼ぶのでしょうか?!両種とも白黒で横縞の体色が、英国のハッカキャンディ(Humbug)に類似することから、英名ではハンバグと呼ばれています。はっきりとしたこの体色は青い海中でよく映えます。分布域は多少違いますが、両種とも比較的浅い砂地でよく見られます。小さなサンゴを隠れ家にし、群れで生活しています。臆病な彼らは、ダイバーが近づくと機敏にサンゴに身を隠します。その習性からも見つけ出すのは隠れるまでの一瞬だけに限られてしまいます。身を潜めた後、サンゴの隙間からダイバーを垣間見る様子は愛らしい限りです。最近、モアリーのポイントタウンで数個体が発見されました。発見した瞬間、幼少期に4つ葉のクローバーを河川敷で見つけて大喜びした記憶が蘇りました。皆さん是非、大好きな人と一緒に幸運のハートを探しにリーフへお越し下さい。私たちが誠意を持って水中をご案内させていただきますよ!

リビング・イン・ケアンズ  
読者モデル募集!!

ワーキングホリデーでケアンズにご滞在の皆様!  
リビング・イン・ケアンズでケアンズの思い出を1つ増やしませんか?

誌面に掲載するツアーなどに実際に参加して頂き、遊ぶような感覚で楽しく写真撮影を行っています。皆様からのご応募お待ちしております!【連絡先:sales@livingincairns.com.au】

初めての読者モデルで最初はドキドキでしたが、時間を忘れるくらい楽しんで撮影ができました。ケアンズの新たな魅力をまたひとつ発見でき、ケアンズの事がさらに大好きになりました。オーストラリアでのいい思い出ができて良かったです。ありがとうございました。



Chiakiさん



Naomiさん

ケアンズ在住の日本人なら誰でも知っているリビングインケアンズに読者モデルとして参加できてとてもいい経験になりました。動物と触れ合いながらだったのでリラックスして楽しく撮影に取り組みました。ありがとうございました。



取材イメージ

撮影、  
超楽しい~♡





どきどき

大人気  
午後発  
ツアー

# 動物探検



会いに来てくれる?



野生の  
ワラビーとご対面、  
餌付けが出来ます。



どうも!  
俺のことも  
忘れないでね



ボクが有名な  
ピーナツ君。



トロピカル  
フルーツも  
しっかり堪能  
できちゃう!



ディナーも  
オージBBQ  
で美味しいよ!



アリの何十年も  
かけて作り上げた  
巨大なアリ塚の前で  
ハイポーズ!



キュランダ



大自然の  
パワースポット!  
カーテンフィグ  
ツリー!



珍獣  
かものほし  
静かに  
探してね!



エリマキ  
トカゲに会えたら  
ラッキー!



ボッサムと  
一緒に記念撮影も  
できちゃう



わいわい  
楽しみたいなら  
このツアー!  
Let's Start♪



白オウム  
のキバタン  
だぜ!



バンディクートだよ。  
どれだけの  
動物に出会え  
たかな?



モウ~  
大満足の  
ツアー~



ケアンズ  
の大自然と  
楽しいガイドと一緒に  
可愛い動物たちに  
会いに行こう!



ケアンズ

## アドレナリン全開! 豪快、爽快、熱帯雨林をハマーで大冒険!



普通車では行くことのできないナンヨ  
ナルパークに4WDバスでご案内!



大きな水たまりの中へ水しぶきを  
豪快にあげて進んでいます。



上記ツアー内容に関する詳細はホームページをご覧ください。各旅行会社または下記までお気軽にお問い合わせください。  
【ご予約は日本語で24時間OK!】各旅行会社、インターネット販売サイトからもお申し込み可能!



どきどきツアーズ  
**DOKI DOKI TOURS**  
HISUI Pty Ltd

07-4031-4141 / 国内フリーダイヤル 1800-242-500  
info@dokidokitours.com / www.dokidokitours.com

ケアンズ市内のホテルや  
公衆電話から“無料”で  
かけられます。





# グレート・バリア・リーフ 遊覧飛行 世界遺産



日本人スタッフからの  
安全説明があるから安心



コアラ  
リーフ

オーストラリアに来たら  
これだけは見ておきたい  
一生に一度だけの体験

## クエアズ現地オプションツアー クチコミランキング No.1

まったく酔うこともなく綺麗でこれぞグレートバリアリーフという景色を眼下に望むことが出来ました。真っ青な海と珊瑚礁、ところどころにある白い砂浜がとっても綺麗！「いままでテレビでしか見たことのない景色は本当に存在するんだ」と本当に感動しました。

高所恐怖症なので少し不安になりながら参加しましたが、ガイドさんのきさくで親切な対応のおかげで安心してセスナに乗り込むことができました。乗ってみると景色が美しすぎて高所恐怖を思い出すヒマもありませんでした。とにかくクエアズに来たらぜひぜひ参加してほしいツアーです。空の青、海の青、きれいなサンゴ礁、そして元気いっぱいの太陽と雲を近くで感じ、まるで鳥になったようでした。

大満足です。帰国便が11時だったので多少心配ではありましたが全く問題なし。ホテルまで迎えに来てくれただけでなく、遊覧飛行中は荷物全て預かって頂き、そのまま空港まで送ってくれました。素晴らしい景色に、安全なフライト。旅行の最後に最高の思い出ができました！

FLY SEA EAGLE  
CAIRNS AUSTRALIA

フライシー イーグル

FLY SEA EAGLE TEL.0448-531-704 (日本語可)  
<http://www.seaeagleadventures.com>

AOC: LA&AM Matthews Pty Ltd  
ご予約お問い合わせ [scenictrans.au@gmail.com](mailto:scenictrans.au@gmail.com)



クエアズに長く住んでいるけど、そう言えは空からグレート・バリアリーフを見たことがない方！  
「ローカル割あります」

※ご参加の際にID(AUSの免許証、学生証やメディアカードなど)が必要です。

MAP:P.24 J1



## 世界遺産モスマン溪谷とポートダグラス 五感で楽しむ癒しのツアー

世界のセブにも愛される小さなリゾート地ポートダグラス。きれいなビーチや街の自ショッピングや街の自由散策を楽しめます。

世界遺産モスマン溪谷は世界最古の熱帯雨林の中でも景観が美しく心を癒してくれます。「自然界との調和」を一緒に感じましょう。



ポートダグラスのリゾートレストランで優雅なひとときをお過ごし下さい。



↑アボリジニガイドによるウェルカムセレモニー。「ボディペインティング」や「ブッシュソープ」の実演をその場で体験します。

毎週日曜日にはサンデーマーケットに行くツアー開催!

地元の人が集まるサンデーマーケットは手作りアート作品やアクセサリーなどの品物が多種多様。マーケット後はゆっくり自由散策。のんびり休日を通じそう!クエアズ市内から毎週日曜日出発。最小催行人数2名。詳しくはHPまで。



ポートダグラスコネクションズ Port Douglas Connections Mossman Gorge & Port Douglas Tour

### 世界遺産モスマン溪谷とポートダグラスツアー

Tel: 07-4051-9167 mail: [info@portdouglas-c.com](mailto:info@portdouglas-c.com) web: [www.portdouglas-c.com](http://www.portdouglas-c.com)

日本語ガイドまたはドライバーガイドが同行





**Day Time**  
10:00頃～12:00頃

CAIRNS ZOOM AND WILDLIFE DOME  
**市内中心部にある大人気アトラクション-ZOOM**



●OK GIFT SHOP

そして市内を一望できる人気アクティビティドームクライムは景色が抜群!恐る恐る命綱から手を離しての記念撮影!超気持ちいー!



↑施設内には日本人スタッフがいるので安心!注意事項を聞いた後、安全装置を付けていざ出発!



↑そしてこちらが私達の命を守る120kgまで対応の"命綱"



ミッドズームを経て上級者コースのハイズームへ!ハイズームのハイライトは...なんと!ワニの上のジャ〜ンプ!!足元に本物のワニがいるので、スリル満点!

↑まずは初心者用のミッドズームからスタート!子供でも出来る比較的簡単なコース、体全身を使ってさまざまなコースに挑戦!



新アクティビティのパレーツ・クライムは13mの高さのタワーを体一つで登ります。幼き頃のアスレチックでの遊びを思い出す雰囲気!

本誌持参の方に特製カラビナプレゼント!



リビケン流  
**朝から夜まで**  
遊びつくそう!

**Night Time**  
16:15頃～22:00頃



元々は宅配ピザのお店だったロスコース。美味しいとの評判が広まり今ではイニスフェイル随一のイタリアンレストランに。



**ライトアップ★パロネラパーク**  
LIGHT UP ★ PARONELLA PARK

ロマンティック 100%



←創設者ホゼが惚れ込んだ"ミナナ滝"。この滝を見て土地の購入を決めたそう。お城や滝のライトアップは滝の水圧を使った自家水力発電によるもの。

←ますます小さな小道。お城建設という夢へ一歩一歩進んだホゼの思いが重なる。

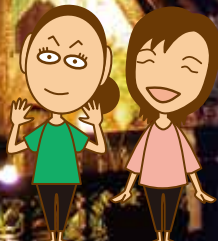
→建設当初からミナナ滝の水とその滝の水圧を利用して作られた噴水がパーク内の各所に見られる。



→「夢のかけら」がもらえる素敵な特典付き。中身はもちろからお楽しみ。



日本人スタッフがご案内致します!



お問合せ、ご予約はこちら  
**1800-627-646** 日本語 OK!  
ケアンズ市内のホテルや公衆電話から無料でかけられます。  
[www.fig-gts.com](http://www.fig-gts.com) 【ケアンズ発】大人\$160 / 子供\$110







ご招待状



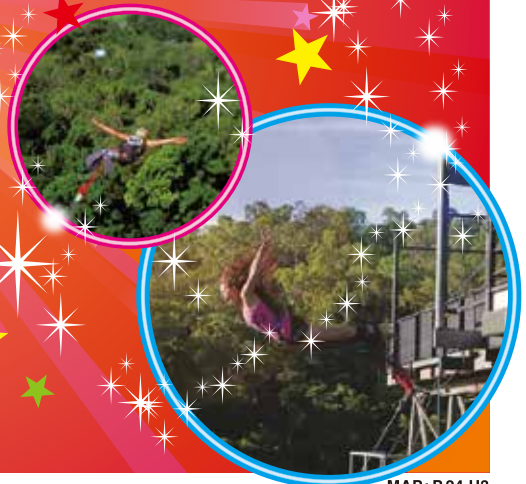
# 25周年記念!ギネスを目指せ!!

このたびAJ Hackettケアンズでは25周年を迎えます。それを記念してギネス世界記録に挑戦!!『一日で最も多くのバンジージャンプを飛ばう』を開催します。この記録を達成するために、そして世界中にケアンズの底力を見せつけるため、皆さんの協力が必要です。是非、バンジーサイトに足を運んで記録更新と一緒に目指しましょう!!当日は、バンジージャンプの他にもバンド演奏、DJ、無料の乗り物など盛り上がること間違いなし!!



AJ Hackett ギネス世界記録に挑戦  
【日付】2015年8月29日(土)  
【時間】8:00am~12:00am  
【場所】AJ Hackett ケアンズ、  
McGregor Road、スミスフィールド

詳しくは  
Tel.07-4057-7188  
または  
ajhackett.com



MAP:P.24 H3



# GALLERIA

ケアンズで唯一の  
ラグジュアリーブランドを  
取り扱う免税店

Cnr Abbott & Spence Streets  
www.dfs.com | Open daily 12pm - 8pm

- BURBERRY
- BVLGARI
- COACH EST. 1941
- DIESEL
- dunhill LONDON
- FENDI
- GIORGIO ARMANI
- GUCCI
- HERMES PARIS
- Jurlique
- LOEWE
- LONGINES
- MARC BY MARC JACOBS
- MICHAEL KORS
- OMEGA
- POLO RALPH LAUREN
- Salvatore Ferragamo
- SWAROVSKI
- TISSOT

MAP:P.23 B3



新しい自分を  
見つけるために...

# ケアンズで留学

日本人に人気の旅行先、ケアンズ。  
そんなケアンズは留学先としても注目を集めています。  
では、なぜケアンズが選ばれるのか。その理由を徹底説明。

## 01 年間を通して気候がよく過ごしやすい。

年間を通して寒暖の差が少ないケアンズ。四季といったものではなく5月～10月の乾期、11月～4月の雨期の2つに分かれ、年間の平均気温は最高31.4℃、最低17℃と温暖。乾期はもちろんのこと、雨期でも夜は冷え込むときがあるので羽織るものなどがあつたほうがいいものの昼間は半袖でOK。持ち込む服の数が少なくてイイのが嬉しい。



## 02 地元オーストラリア人が日本人にとってもフレンドリー。

もともと気さくで陽気なオーストラリア人。とくにケアンズは過去に日本企業がケアンズのゴルフ場やリゾート開発に乗り出していたこと、またそのお蔭でケアンズが観光地として確立されたと思うローカルも多く、みんな日本人にとっても優しいです。また、普段から観光業に携わっている地元の人は日本人に慣れているのでとっても安心。

## 03 他都市に比べ家賃など生活費が安い。

オーストラリア国内の他都市と比べると、まだまだ”のどか”なケアンズ。家賃などの物価も安め。場所やファシリティの違いにもよりますが、シェアハウスや学校併設の寮に住めば格段にお得になり、より生活費を抑えることが可能に。また、食材も週末などに開かれる地元のマーケットに足を運べばお得にお買い物ができることも。要チェック!!



## 04 観光地のため日本人向けの仕事が多い。

観光地として栄えるケアンズは職種も豊富。日本語を話せるということが武器になることもしばしばあります。ツアーガイドやレストラン、お土産物屋さんなど日本人観光客をターゲットとする企業では重宝されることでしょう。同僚とは英語で話し、接客は日本語で、など英語力のブラッシュアップにもピッタリ。

## 05 自然が多くプライベートも充実できる。

グレートバリアリーフと熱帯雨林、二つの世界遺産が出会う街ケアンズは自然の中でのアクティビティーが盛り沢山。シュノーケルやダイビングはもちろんのことカヤック、ラフティングなどいくら時間があっても足りないくらい。学校で出来たお友達と参加すれば楽しさも2倍。週末などオフの時間を満喫するのも留学先を選ぶ際の重要ポイント。



他にもケアンズには留学にやさしいことたくさん! 留学に関する詳しい内容はP18から



SUN  
Learn English  
in paradise

# 自然に囲まれた 英語の勉強に専 サンパシフィック

美しいビーチまで徒歩数分。英語オン  
各国からの生徒たちの笑顔と真剣な眼



実用的かつ参加型で引き込まれる

## 【授業】

読み書き+文法、会話それぞれ6段階に分かれ、自分のレベルに合った授業が受けられます。この日は、お題に沿ったグループでのプレゼン(もちろん英語)で、とても盛り上がりました。一方通行の授業でなく、思わず引き込まれながら、しっかり英語が身に付きます。PC と連結した電子黒板など、最新設備にも注目!



留学生生活を謳歌できる設備が整う

## 【キャンパス】

個性と愛情あふれる

## 【教師陣】



オーストラリアの語学学校で、自然の中、キャンパス&寮があるのはサンパシフィックカレッジのみ。Wifi, スイミングプール、バスケット・テニスコート、ゴルフ練習場、カフェテリアなど充実した施設を誇ります。



## SUN PACIFIC COLLEGE

CRICOS Provider No: 02748F

[www.facebook.com/Sun.Pacific.College](http://www.facebook.com/Sun.Pacific.College)

[www.sunpacificcollege.com.au](http://www.sunpacificcollege.com.au)

Ph: +61 7 4057 2100

Fax: +61 7 4057 8044

日本の留学代理店にも  
お問い合わせ可能です



受けられますが、卒業時に3000点上がったという声があるのも聞けます。このスコアが今後の就職に有利なのは言うまでもありません。  
更に、スタート週、授業になれてくる1ヶ月目の週、終了間際の週に、それぞれ授業や生活面に関して面談があり、勉強以外のことを心配する必要がないよう、サポートは24時間体制。自らも留学体験がある日本人スタッフさんが常動しているので安心です。  
サンパシフィックカレッジは、キャンパス内に清潔で機能性が高い寮を完備。寮生は夜間クラスを無料で受けられ、3食の食事と交通費もゼロ、という費用のな面も魅力で、全生徒さんの6割以上は入寮しているとか。ホームステイ、シェアハウスの他に、住居の選択肢があるメリットは非常に大きいでしょう。同国籍はルームメートの半分までという規則もあり、自然と他国から来た留学生と親しくなることができます。  
東京ドームの1/4の広さがあるキャンパスには、バスケットボール&テニスコート、ジム、ゴルフ練習場、スパ、25m温水プールなどが設けられ、放課後、皆さんと降り注ぐ日射しの下、多くの生徒さんが楽しくアクティブに過ごしています。学校が提供するアクティビティも豊富で、BBQ、水泳、体験ダイビングなどレクリエーションの他、就職ガイダンスなども。  
「本気で遊び、本気で学ぶ」。まさに健やかな心と体を育める理想的な環境!サンパシフィックカレッジは、**落ち着いて英語の勉強をしたい留学生の方には、この上ない学校**といえるでしょう。



# 伸びやかな環境の中で 念でできる充実の留学。 カレッジ

フリーのキャンパスに溢れるのは、  
見返し。本気の留学がここにあります。

## Pacific College



寮生は毎日3食&月~木の夜間クラス付き!

## 【学生寮】

キャンパス内の寮はきれいで快適。エアコン、ベッド、机、整理棚と収納が1ユニットになっています。キッチン、シャワー&トイレも最新設備。



「生徒さんが全てを中心。既に6年ほど英語を  
中高で学んできた大人の方が多く、新境地に引き上げ  
るのが私たちの役目だと思っています。教師がク  
リエイティブな授業をするのも、その一環です。  
質の高い教育、安全で健康的な環境づくり、常に  
興味深い学校であることを大切にしています」と  
当校ジェネラルマネージャーのHans氏。

授業ごとに教師が変わるため、異なる英語の  
トーンに自然に慣れることができ、全校がお互い  
の名前を知っているような温かい雰囲気包ま  
れています。

また、「今日は英語上達のためにどんな努力を  
したか」など、チェックリスト入りのSPC特製  
英語日記を書くことが義務づけられており、教師  
がコメントを返して、常に学習状況を把握。

当校では、入学時にTOEIC、更に12週以上  
入学した生徒さんは、卒業時にもテストが無料で



美しい自然。ビーチも山も!

## 【ロケーション】

静かで美しいケワラビーチは徒歩距離。  
キャンパス内のトロピカルガーデンも南  
国ムード満点で、皆、どんどん自然体にな  
ってゆくそう。「自然の中で勉強に集  
中できることが留学の決め手だったの  
で、とても満足です」とYasukoさん。

英語習得を共にめざす密なつながり

## 【友人】



スポーツから就職に役立つ内容まで多岐!

## 【アクティビティ】

釣り、BBQ、ヨガ、水泳、ゴルフ、バスケットボール、トライアスロン、体験ダイブの他、  
校外でのハイキングなど多彩なアクティビティが用意されています。ケアンズ滞  
中に趣味を広げてみては?



## キ

キャリアアップ、新しい体験、様々な願いを  
持って決意する語学留学。その決意をしっかりと  
受け止めて、英語力の向上に専念できる環境を提  
供するのがサンパシフィックカレッジです。

2001年に創立以来、常に生徒さんの立場に  
立って考え抜かれたプログラムは、勉強している、  
というより英語が自然に自分の中に落とし込まれ  
る感覚。一役買っているのは、「キャンパス内は  
英語オンリー」という徹底した環境で、教室を出  
ても日本語でおしゃべりはできません。

オーストラリアにESLは300校以上ありま  
すが、ワーキングホリデーの生徒さんは、12週間  
以上のコースのみ受付けているのはサンパシフィ  
ックカレッジのみ。これは、「英語力向上のために  
腰を据えて勉強してほしい」という強い想いから。  
真剣な留学を望む生徒さんを受け止めたいとい  
う姿勢は、様々な場面で貫かれています。まず、  
入学時にテストを行い、6段階の中から自分のレ  
ベルに合ったクラスに参加するので、無駄がない  
こと。会話は中級レベルだけど、文法+読み書き  
はもっと上。そんな状況でも、科目ごとに異なる  
レベルの授業を受けられ、定期試験でバランス良  
くレベルアップできるという、きめ細かな配慮が  
なされています。

1クラス平均12名という少人数制の授業は、先  
生の個性が生きたユニークさと、課題が多いのが  
特徴です。



# 北クィーンズランド州に留学しよう。

TAFEクィーンズランドノースは  
クィーンズランド州の中でも経済成長の早い地域  
(ケアンズ、マウントアイザ、タウンズビル)にあります。

あなたのスキルと知識をTAFEの  
ワールドクラストレーニングで伸ばそう

安全かつのどかでトロピカルなケアンズとタウンズビルに留学してみませんか？ノースクィーンズランドで最も大きな職業訓練の教育・トレーニング施設(VET)です。TAFEでは様々な業種の広範囲にわたる修了書や資格免許レベルのトレーニングを提供しています。

- 会計
- 高齢者介護
- ビジネス
- シェフ
- 幼児教育
- ヘルス
- ホスピタリティー
- 情報テクノロジー
- 看護
- ツーリズム

私たちの学生は、最新のテクノロジーや機器を使い高いレベルの資格を有する講師陣から学びます。すべての学生は就学中、数々のサポートを受けることが出来ます。

## ケアンズ、オーストラリア

ケアンズは17万人もの多国籍な人々が住む街です。また、オーストラリアの中でも経済成長率がトップ15に入る場所でもあります。

ケアンズは近代的で街の中心部やTAFEから数分の場所に国際空港があるなど大変便利な街です。また一流レストランやホテルもあり、安全でゆったりとリラックスしたライフスタイルを楽しむことも出来ます。

ケアンズキャンパスは街の中心部から公共のバスでの通学が可能なのももちろん、自転車ですぐ、徒歩で20分というアクセスの良さを誇ります。

ケアンズ地域は壮大な景色が広がり、また世界で唯一、2つの世界遺産(グレート・バリア・リーフと熱帯雨林)が存在する場所でもあります。

## タウンズビル、オーストラリア

タウンズビルはとてユニークで美しい街です。クィーンズランド州に位置し人口19万6000人を誇るオーストラリア北部で最大の都市です。

タウンズビルのストランドはオーストラリアのビーチフロントにある街の中でも最高の街のひとつです。海岸遊歩道にはレストランやカフェ、バーなどが立ち並んでいます。

またタウンズビルはパートタイムの仕事や長期雇用の機会が多いうえ、他のオーストラリア国内の主要都市と比べ生活費が安いのが特徴です。安い生活費、暖かい気候、魅力的な大自然、トロピカルなライフスタイルというコンビネーションがタウンズビルを勉学、生活そして遊びに適した場所に作り上げています。



T796 | INT ID 0542 | 010005 029126

For more information, call the International Business Unit

Phone: **+61 7 4042 2429**

Email: [Mark.McCarthy@tafe.qld.edu.au](mailto:Mark.McCarthy@tafe.qld.edu.au)

[www.tafenorth.edu.au/international](http://www.tafenorth.edu.au/international)



Queensland  
Government  
Australia

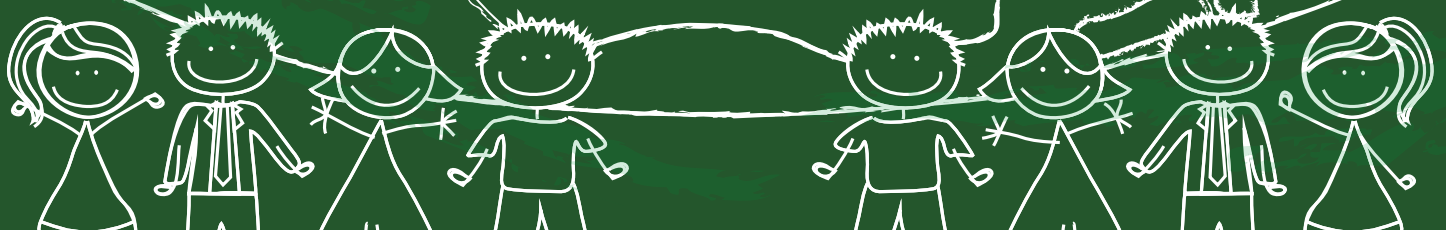
MAKE  
GREAT  
HAPPEN

tafe  
Queensland



# Let's Learn

好きなことから初めて、可能性を広げよう




**松本空手**  
**MATSUMOTO KARATE ACADEMY**



ケアンズで40年の実績

- 子供のしつけに…
- 親子一緒に何かをしたい…
- 日本の伝統文化を学ばせたい…

※お気軽に道場へ見学に来てください。

[www.matsumotokarate.com](http://www.matsumotokarate.com)  
 TEL.07-4033-1988 72 Anderson St., Cairns

MAP:P.24K2



**DANCE 2XS**

楽しく学べるダンスレッスン『DANCE 2XS』!!

☆ダンスを通して、自信や思いやりが身につくような環境に取り組んでいる先生たちと楽しくダンスをするのはもちろん、新しい友達もたくさんできるよ。

**Jazz, Tap, Ballet, Cheerleading, Tumbling & Acrobatics, Hip Hop, Casual Adult Fitness, Toddler Gym and Mummy & Me Dance(1-3 year)**

☆ 住所: Cnr Atticus St & Salter Cl, Woree TEL.4033-5315 ☆  
[www.dance2xs.net.au](http://www.dance2xs.net.au) ☆

MAP:P.24K2

**KUMON**

成長のペースに合わせて学習できます  
 お子様に必要な数学や英語の能力を公文式で身につけよう。  
 詳細はお近くの公文センターまでお問合せ下さい。

**KUMON RAIN TREES EDUCATION CENTRE**  
 Instructor: Maki Walker  
 tel: 0409 903 105



「子どもが自主的に学習していく姿勢を育てることこそが教育者の務めである」  
 公文 公

<http://au.kumonglobal.com>

MAP:P.24K2



**Janet Evans Swim School**

**Learn to Swim Classes**  
 泳げるようになろう!!

生後5か月から上級コースまで  
 38年以上の経験を持つベテラン先生が教えてくれるスイミングスクール。  
 しかも、少人数制だからしっかり学べて、冬でも安心温水プール完備

住所: 110 Pease Street, Manooka. TEL.4053-7935  
[www.janetevansswimschool.com.au](http://www.janetevansswimschool.com.au)

MAP:P.24K2

**BACKSTREET DANCE**

• JAZZ • FUNK • HIP HOP • CONTEMPORARY  
 Ages: 3yo to adult

Mob: 0407 995 182  
 Studio: 170-182 Mayers St. Manunda  
[www.backstreetdance.com.au](http://www.backstreetdance.com.au)

明るく楽しい先生たちと  
**ダンスで積極性を身に着けよう!**  
 のびのび楽しめるダンス、一度体験してみる価値あり!!



MAP:P.24K2



# お得な円両替

**TOBEX** Foreign Exchange

ご帰国前に  
A\$→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

100%日本語  
対応だから  
安心じゃ

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

親切丁寧により安心!!

お急ぎの修理・点検・RWC  
スピーディに承ります。

## Japan Auto Repair

日本人整備士が愛車の不安を解消します!

オイル交換から修理、買取・販売まで車に関する  
事なら、迅速で丁寧と評判が高いジャパンオート  
リペアへ。料金も安心価格にてご提供。トラブル  
を防ぐ為にもメンテナンスは定期的にお気軽に  
ご相談を!

シドニーから10分 ▶ U12 170 Mayers St. Manunda

☑ 07-4032-0912 / 0425-374-467  
☑ japan\_auto\_repair@yahoo.co.jp

リビングインケアンズ  
からのお知らせ

## 広告大募集!

売上アップのお手伝い!

随時広告主さまを募集しています!  
通常誌面広告のほかウェブパッケージプラン  
などもあります。まずはお気軽にご相談を!

私たちがかわいい名刺を持って  
ご挨拶に伺います!

ご依頼 & お問い合わせ先  
sales@livingincairns.com.au Tel 4051-6880

# CAIRNS CITY MAP

街歩きに役立つリビケン掲載ショップ一覧つき

**遊歩道**  
Boardwalk  
海沿いに伸びていて、散歩や、マラソン、夕焼けが見られます。

**ビーチバレーコート**  
Beach Volleyball Court  
無料で使用でき、夕方に地元の人たちがビーチバレーを楽しんでいます。

**マティース公園**  
Muddy's Park  
幼児から小学生まで遊べる。水遊びコーナー、カフェも園内にあり。入場無料。

**ケアンズ美術館**  
Cairns Regional Gallery  
地元アーティストの作品などを設けた美術館。月~金:9~17時 / 土:10~17時 / 日:10~14時。

**ケアンズ図書館**  
Cairns City Library  
元市役所を改装した由緒ある建物。月~金:10~18時 / 土日:9~12時。入場無料。

**リーフ・カジノ**  
The Reef Hotel Casino  
テーブルゲームやレストランが楽しめる。日~木:9~3時 / 金土:9~5時。18才以上入場可。

その他掲載施設:  
ケアンズベースホスピタル、リッジス・エスプラネードリゾート・ケアンズ、ケアンズプライベイトホスピタル、ケアンズステート・ハイスクール、サンシャインタワーホテル、ケアンズプラザ・ホテル、リッジス・トレードウィンズ、ダブルツリーバイヒルトンケアンズ、ザ・ホテルケアンズ、アイビススタイルホテル、Cairns 24 Hour Medical Centre 裏表紙、Munro Martin Park、DJ Smith Property P.02&29 シビックショッピングセンター、McLeod St. Medical Centre P.34、シビックシアター、キュランダ鉄道

スケール: 徒歩 1分 2分 3分 4分 (0, 80, 160, 240, 360m)

方向: 北 (N), 東 (E), 南 (S), 西 (W)

道路名: GROVE ST, GATTON ST, KERWIN ST, LAKE ST, UPWARD ST, MINNIE ST, FLORENCE ST, BERYL ST, MCLEOD ST, WATER ST, DUNN ST, DRAPER ST

バス路線: F6, F5, F4, F3, F2, F1, F0

その他: パームコープ、ポートガラス方面 ※キャプテンクック・ハイウェイに、ゴードンベイル方面 ※ブルース・ハイウェイに、ケアンズ・シティ・センター

# AMI不動産

お家売りしたい方!  
大募集中!!  
売却をお考えの方は  
AMI不動産まで

ケアンズの不動産のことなら

不動産のことなら何でもおまかせ!  
**居住用売買**

その他・不動産管理・賃貸物件  
・別荘管理も承っております。  
何でもご相談下さい。

**大村 恵美**  
Mobile 0439 537 767

**南 盛隆**  
Mobile 0408 005 822

**ハイドあゆみ**  
Mobile 0429 325 860

**AMI Realty**

URL: www.amirealty.net  
TEL: 4031 2744  
PO Box 3167 Cairns, QLD 4870





**ドアToドアで集荷&配達・お家に伺います!**

**日本へ荷物を送るなら、**  
段ボール(大)、スーツケース 25kgまで\$200  
段ボール(中) 30kg 詰め放題\$180

**AUS主要都市 国内宅配便!**

**CUBE it!**  
キューブ・ケアンズ店

お問い合わせ / お見積もりは  
**Web: www.cubeit.com.au**  
**Tel: 0420-456-100 (日本語OK)**

荷物保管受付中  
ラウンド・ファームへ  
身軽に行こう!

**ケアンズ唯一の“無料”留学エージェント**

**AIC**  
AUSTRALIA INFORMATION CENTRE

★シドニー ★ケアンズ  
★メルボルン ★ゴールドコースト  
★パース ★ブリスベン

学校をお申し込みの方は  
現地サポートつき!  
(生活相談・銀行開設等)

●オーストラリアのどの都市でも学校手配可能  
●WWOOF本販売 ●学生ビザの為の学校紹介  
詳しくは、[www.aicjapan.jp](http://www.aicjapan.jp)  
もしくはオフィスへ直接お立ち寄りください。

☎ Suite48, 20-32 Lake St. ☎ 月~金 14:00~17:00  
☎ 07-4051-4835 ☎ [cns@aicjapan.jp](mailto:cns@aicjapan.jp) CAIRNS OFFICE

**ケアンズ最大 体験型動物園**

ぼくたちが  
かわいい動物が  
待ってるよ~

バスでも行けるよ!  
バスターミナルRoute110に乗ろう

**TEL 4055-3669**  
[www.cairnstropicalzoo.jp](http://www.cairnstropicalzoo.jp)

【入園料】大人\$34 / 子供\$17  
家族\$85 (大人2名 & 子供2名)

10% discount awarded for admission to the zoo or admission with koala photo service by presenting this coupon. Living in Cairns. Valid to March 31 2016

**COUPON**  
入園料7人割料+コアラ写真  
**10% OFF**  
2016.3.31まで有効

**人生、怖いものなしで行こう**

**バンジージャンプ BUNGY JUMP**  
ジャンプの種類は16種類  
(07) 4057 7188 [cairnsreception@jhackett.com](mailto:cairnsreception@jhackett.com)

**ミンジンスウィング MINJIN SWING**  
3.5秒で時速120km  
[ajhackett.com](http://ajhackett.com)

**ケアンズ在住者、必見!!!**

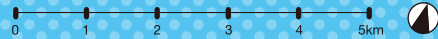
**オーケーギフトの ローカル割**

詳しくは、Facebookで  
<https://www.facebook.com/okgiftcairns>



# Suburb Map

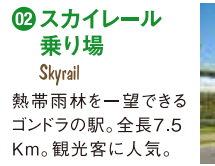
ケアンズ郊外&周辺のみどころ満載!!



## ケアンズシティの周辺オススメスポット!



**01 パーム・コーブ**  
Palm Cove  
リゾートとして人気。オーストラリアで一番きれいなビーチに選ばれた。



**02 スカイレール 乗り場**  
Skyrail  
熱帯雨林を一望できるゴンドラの駅。全長7.5 Km。観光客に人気。



**03 プラシッド湖**  
Lake Placid  
半日ラフティングの終着点でもある。ローカルに人気のイタリアンレストランあり。



**04 フレッシュウォーター駅**  
Freshwater Station  
列車ミュージアムやお土産コーナー、車両を改造したカフェ等も。



**05 レッドアロー**  
Red Arrow Circuit  
市内から近いトレーニングコース。展望台もあり、地元の人に人気。



**06 マングローブ 遊歩道**  
Mangrove walk  
マングローブ内に設置されている遊歩道。様々な生き物が生息し観察できる。



**07 ボタニック・ガーデン (植物園)**  
Flecker Botanic Gardens  
1万種以上の美しい植物が茂る38haの植物園。園内にはカフェ有。入園無料。



**08 クリスタル・カスケード**  
Crystal Cascades  
透き通る様な水を湛える、ローカルに人気のスイミングスポット。



**09 モリス湖**  
Lake Morris  
ケアンズの水源となっている美しい湖。湖畔には湖を見渡せる場所やBBQ施設も完備。



# History of Kuranda



1800年代初めにヨーロッパより探検家たちがケアンズを訪れ、その後、開拓者たちによって金、鉱山、材木産業の道が開かれた。かつてキュランダは、この切り出した木材を運ぶ拠点として栄えていたが、鉄道が開通したころからケアンズの人々が、ピクニックなどの目的で訪れるようになった。また、栄え始めたキュランダに目をつけた、ホリデーメーカーによって『オーストラリアのナイアガラ』、『北クイーンズランドのヘルスリゾート』などと宣伝したことから、新婚旅行などで訪れる人々も多くなった。そして、1960年頃からは徐々にヒッピーや芸術家たちがキュランダに集まり、生計を立てるために自分たちの作品を売り始めた。それにより、キュランダは更に発展し現在の観光名所、キュランダ村にまで成長した。この、世界遺産に登録されている熱帯雨林に囲まれたキュランダには10000年以上前から先住民族のジャブカイ族が暮らしており、キュランダの名前の由来もアボリジニの言葉で『静かな森のある村』という意味である。現在でもその名の通り、昼間は観光客でにぎわっているが、夜になると全く別の村かと思うほどに静かな村になる。

## 1億3000万年の時を経た、世界最古の森

熱帯雨林は約500万年前、地球上を覆っていた古代の森の形態である。地球の気候変化により姿を変えつつある熱帯雨林が、残されているエリアの一つがクイーンズランド北部にある。この熱帯雨林が形成される条件として重要とされるのが熱帯性気候と高い降水量である。通常、この熱帯雨林に必要とされる降水量は、年間2,000mm以上とされ、ケアンズにおいてはその降水量の60%が12月から3月までの雨期のものである。そして、この貴重とされる世界最古の森の中には、ケアンズの豊かな自然環境の中だからこそ生き延びた動物や植物が生存し、その生き物を調査すべく当地を世界中から植物学者、生物学者、地理学者が訪れている。



## キュランダにいる生き物たち



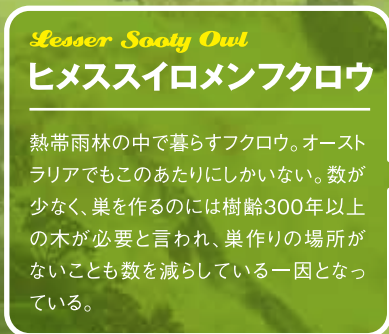
**Green Ringtail Possum**  
キミドリリングテイル

標高の高い熱帯雨林にのみ生息。夜行性で日中は木の枝に丸まって休んでいる。動物には珍しく緑がかった毛色をしていることから、その名前が来ているが一般の感覚で連想するキミドリとはかけ離れており、通常は灰色にしか見えない。



**Southern Cassowary**  
ヒクイドリ

QLD北部の限られた地域に生息。世界で3番目に大きな飛べない鳥。和名は喉の赤い肉垂が火を食べているかのように見えたことから名づけられたとの説が有力である。世界で一番危険な鳥としてギネスブックにも登録されたことがある。



**Lesser Sooty Owl**  
ヒメススイロメンフクロウ

熱帯雨林の中で暮らすフクロウ。オーストラリアでもこのあたりにしかいない。数が少なく、巣を作るには樹齢300年以上の木が必要と言われ、巣作りの場所がないことも数を減らしている一因となっている。



**White Lipped Tree Frog**  
クツワアメガエル

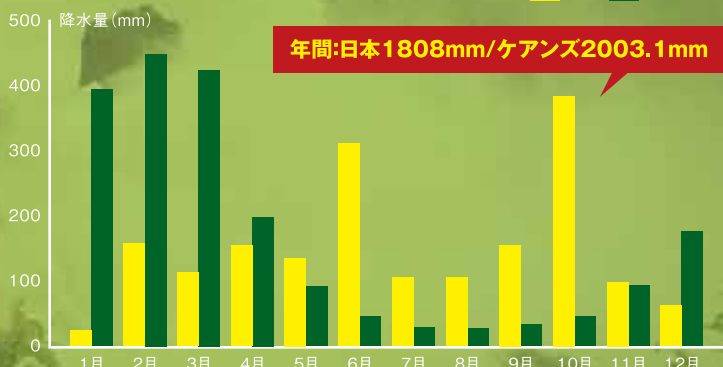
10cm程ある大型のカエル。通常は熱帯雨林に生息するが、ケアンズ市内のホテル周辺でも見られる。飼育が比較的、簡単で日本でもペットとして主にバブアニューギニア産が流通している。(約¥3000)



**Papilio Mylax**  
オオルリアゲハ

QLD北東海岸沿いの熱帯雨林地域に分布。蝶の中ではかなり大きく、かつ高速で飛行する。鮮やかな光沢の強い青い翅は光を反射し、その光は数百メートル先まで届く。

ケアンズと日本の年間平均降水量比較 ■日本 ■ケアンズ







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

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

02 Kuranda Icecream

キュランダ名物の手作りアイスクリーム  
キュランダの名物おじさんクリフさんが作るアイスクリームは絶品で、朝から行列が出来るほど。毎日平均18種類のアイスを可愛いワゴンで売っています。シングル\$4、ダブル\$7。日本人とわかるとクリフさんがナイスなギャグ(?)を言ってくれます。お楽しみに!



20年近く前からアイスクリームを売ってるよ!

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

04 TERRA NOVA GALLERY

地元アーティストやオーストラリア産の手工芸品を販売している老舗画廊。素敵なお土産やプレゼントを見つけられます。



手作りです 私と妻の額縁は

COUPON  
リビケン持参につき、\$20以上お買い上げの方、10%OFF

15 Therwine St. Kuranda 9:30~16:00 www.terrainovagallery.com.au



スカイレール 不催行日

9月3日(木)  
7日(月)  
17日(木)

03 Australian Butterfly Sanctuary

ユリスス遭遇率100%!  
約30年の歴史を持つ南半球最大の蝶園!3666㎡の園内には約1500羽の蝶が飛び交うキュランダ村で人気のスポット!園内は日本では見られない蝶ばかりでジャングルのような木々、池、川などが作られており、見ると幸せになると言われる「ユリスス」が肩や頭に止まってくれる事も!?



大人\$19.50 子供(4-14歳)\$9.75

COUPON 10%OFF

8 Rob Veivers Drive, Kuranda 9:45~16:00 12/25 4093-7575 www.australianbutterflies.com

05 BICO IN KURANDA

大人気のアクセサリ  
それぞれに意味をもつデザインが魅力のオーストラリアのブランド。サーファーや芸能人が愛用している事でも有名。日本人スタッフ常勤で日本語もOK! お店の詳細はfacebook.com/bico.cairnsで!



COUPON  
購入時にリビケン持参で素敵なお土産

15 Therwine St. Kuranda 10:00~15:00 http://bicocairns.racms.jp/







09 German Tucker

キュランダ名物のホットドッグがコッぽといソーセージを豪快に食らう!

「うちのソーセージは宇宙一!」と豪語する超巨大ソーセージは昔ながらのレシピで丁寧に作られたもの。肉汁たっぷりでジューシー、スパイスがきいていてあとひくおいしさです。お値打ち価格なのにボリューム満点!種類はビーフ、ポークのほかにワニ、エミューも。豆腐で作ったベジタリアンソーセージもあります。鉄板は道路脇と店内の2か所があり、ジュージュという音と匂いが食欲をそそります。キンキンに冷えたドイツビールと一緒に味わおう! Facebookもありますよ!



↑ホットドッグはひとつ\$6.00。サワークラウト(すっぱく味つけたキャベツ)と一緒にどうぞ。



↑山盛りのサラダとポテトがついたジャーマンプレートもオススメ。ビールがすすみます!

→お持ち帰りの人は道路沿いの屋台でも買えます。  
↓通りを見渡せるテラス席には大きなコアラが!



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

① Therwine St. Shop14 Kuranda ☎ 9:30~15:00 休無 ☎ 4093-7398



うちの店は宇宙人も食べに来るほどの人気なんだぜ!

07 Kuranda Candy Kitchen

キュランダで手作りキャンディーはここだけ!



甘い香りの店内でオーナーのメルさんとクリスさんがかわいいキャンディーを作っています。オーストラリア産の材料を使用し、添加物や人工防腐剤を一切使用してません。お子様も安心。お土産にも大人気。

COUPON  
リビケン持参につき、10袋購入すると追加で1袋プレゼント

① 21 Coondoo St. Kuranda ☎ 9:00~15:00 休無 ☎ 4093-9363 www.kurandacandykitchen.com.au

06 The Australian Bush Store



大人気Robin Ruthスタイルのバッグ、小物も種類が豊富。多数的有。日本語が話せるスタッフもいてあなたの欲しいものを見つけられるはず。

COUPON  
リビケン持参で10%OFF ※割引対象外商品があります。

① 17 Therwine St. Kuranda ☎ 9:30~16:00 休無 ☎ 4093-8850 www.australianbushstore.com

08 Kuranda Rainforest Coffee



店内でもゆっくりくつろげる  
キュランダの憩いの場

日本人好みのコーヒーが楽しめるKuranda Rainforest Coffee。広々とした店内であなたのお好みのコーヒーを。おススメは地元産ハチミツを使ったハニームーンラテと暑い日にピッタリな他では味わうことの出来ない日本風アイスコーヒー。コーヒーと相性抜群なスイーツと一緒に散策後の疲れた体をココで癒しましょ。お土産にも最適、お店で丁寧にロースト&袋詰めされたマリバ産コーヒー豆もココなら卸値で購入可能。



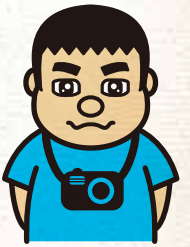
→珍しい水でドリップされたアイスコーヒー。長時間かけて抽出されたその香りは格別&とても日本人好み。

① 17 Thongon St. ☎ 9:00~15:30 休無 ☎ 0414-790-034

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



# 写真真で語る



文 & 写真

眠れない時に読むと  
すぐに眠れるページ

## ケアンズ

vol.05



ケアンズとくれば、世界遺産のグレートバリアリーフと熱帯雨林。海と山が肩を寄せ合う大自然に囲まれた街。グレートバリアリーフの中でもグリーン島へは船の行き来も多く、観光客が最も多く訪れる島。このグリーン島、グレートバリアリーフの中に約600ある島々の中でただ一つ、サンゴの砂が堆積し出来た島の上に熱帯雨林の植物が生えている貴重な島なんです。文字通り緑の島「グリーン・アイランド」なんです。1770年6月11日にグリーン島沖合いを航行したエンデバー号の船



長ジェームス・クックにより名付けられたそう。エンデバー号に天文学者として乗っていたチャールズ・グリーン氏の「グリーン」がグリーン島のグリーンで、植物の緑のグリーンから取ったグリーンではないんです。今年の6月11日でグリーン島と命名されてから245年経ちました。忘れてはいけないのが、オーストラリア先住民アボリジニのグングン族の聖地であること。グングン族は、グリーン島を大昔からウンヤミーと呼んでいるそうです。

7、8、9月はクジラがグレートバリアリーフに来る季節。グレートバリアリーフの暖かい海で、生まれたばかりの子クジラの育児や教育をしているんだそう。6月頃にケアンズ沖合いを通過するミンククジラ（イワシクジラ）は、スノーケリングやダイビング中に寄って来て一緒に泳いでくれる好奇心旺盛なクジラだそう。ザトウクジラは7月頃からケアンズ沖を通過するクジラで、水面を叩いたり跳ね上がったりと水飛沫たっぷりのアクションを見せてくれることが多い



クジラです。グリーン島へ行く時やグレートバリアリーフへのクルーズ中、ダイビング船でポイントへ向かう途中などに運良くクジラに出くわしたら、絶好のシャッターチャンスですよ！

ケアンズでは、気温も比較的涼しく過ごしやすい季節。空気も透き通っていて星空がとってもきれいに見える季節です。明かりに溢れる街中では、星空が引き立ちませんが、山の向こうのアサートン高原や更に郊外に行った電灯の全くない牧場地帯や荒野で見る星空は、息をのむ美しさです。南十字星やオリオン座など星座が見分けられないほど小さな星まで輝いているんです。数え切れないたくさんの星が帯のように夜空を横切るミルクウェイがなぜ天の川と呼ばれるのか実感できますよ。その日の空模様にもよりますが、雲のない夜には是非、星を見に街を離れ、山を越えて行ってみてください。





### 有資格の登録税理士、公認会計士事務所

個人税務、ビジネス会計はきちんと資格を持ったプロフェッショナルに  
[www.ezytaxsolutions.com.au/ja/](http://www.ezytaxsolutions.com.au/ja/)

2015 タックスリターン スタート

All in One 税務会計ソリューション

昨年も無資格事務所による  
間違った申告の修正申告に多数成功

起業相談、支援

世界基準の品質マネージメントシステムISO9001取得  
ATO監査対策ベンチマーク診断ソフトウェア導入

### EZY TAX SOLUTIONS

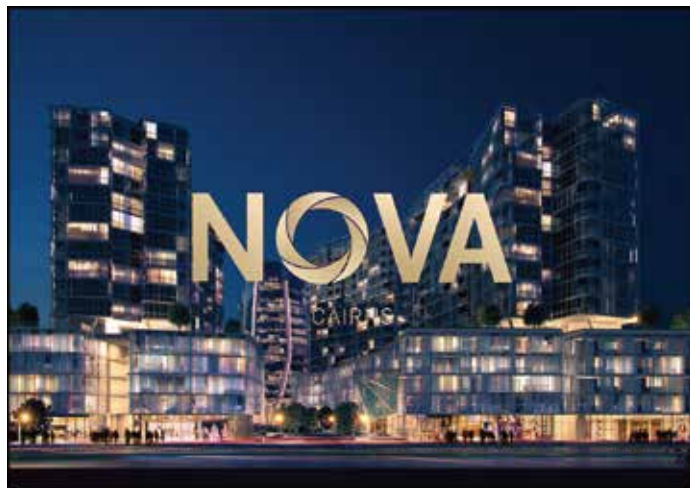
ケアンズオーキッドプラザ 1F

07-4041-6964 | 02-8007-5247 |

[www.facebook.com/ezytaxsolutions](http://www.facebook.com/ezytaxsolutions)

**Akira Oguchi** 2000年フランス フリーダイビングワールドカップ日本代表、  
豪米ハイブリッド公認会計士、MBA  
**Shohei Kaya** 競馬騎手、登録税理士、豪米ハイブリッド公認会計士、MBA

MAP : P.23 C3



スペンスストリートにケアンズの新たな象徴となる居住空間が誕生します。ノバ・ケアンズ -Nova Cairns- その斬新で洗練されたデザインは多くの方を魅了することでしょう。2015年7月より販売予定。詳細はお問い合わせください。

DJ Smith プロパティでは物件売却、物件購入、賃貸管理のサービスをご提供しています。不動産に関してのご相談は日本語にてお気軽に。

7/129 Sheridan St (Minnie St入口)  
日本語直通電話:0488-005-958(ミホ)  
Eメール: [miho@djsmith.com.au](mailto:miho@djsmith.com.au)  
HP: [www.cairnsfudosan.com.au](http://www.cairnsfudosan.com.au)



## DJ Smith PROPERTY

[djsmithproperty.com.au](http://djsmithproperty.com.au)

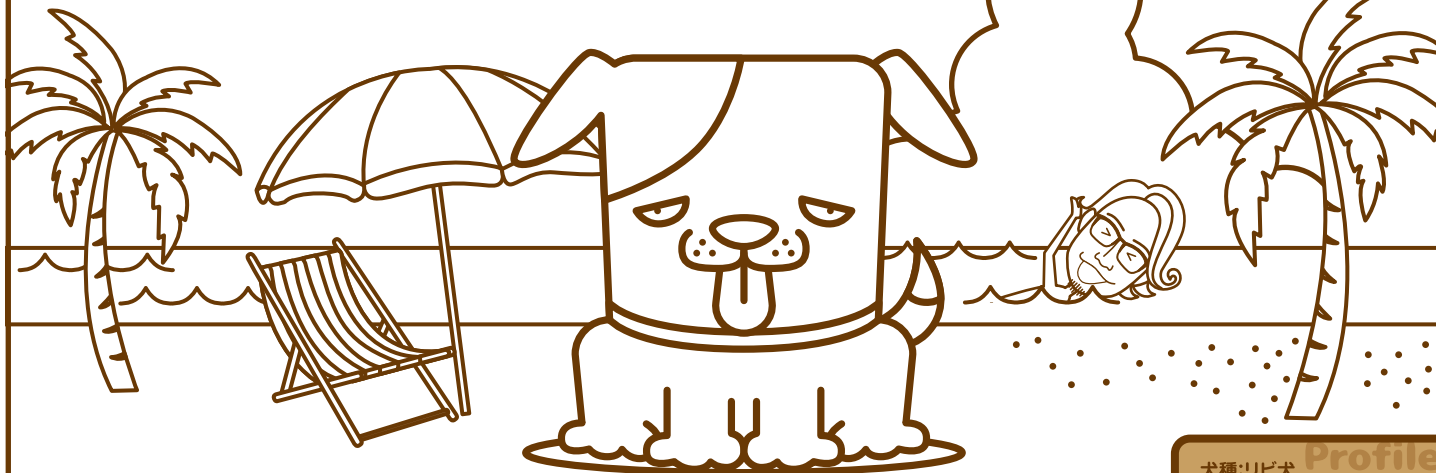
MAP : P.24 K2

★ 7月 七夕まつり、でらべ・パレット幼稚園の園児との交流会  
★ 8月 七夕まつり、でらべ・パレット幼稚園の園児との交流会を行います。

平成27年度国旗クラス、プリスクール園児募集中!

120 Swallow St. Mooroolbool // TEL: 4032-3588 / 090-6644-8881 (日本国内)  
Email: [butterflieselc@westnet.com.au](mailto:butterflieselc@westnet.com.au) & [butterflies-chiharu@mbr.nifty.com](mailto:butterflies-chiharu@mbr.nifty.com) (日本語専用)  
学校法人 前庭学園 でらべ幼稚園 妻知黒安城市百石町1丁目22番地12 TEL: 0566-76-0714 WEB: <http://maejima-gakuen.net/>

## ぬりえ



### リビ犬の名前大募集!

今号から編集部にて飼う事になったリビ犬ですが、名前がありません。そこで読者の皆様に、この犬の名付け親になって頂きたいと思います。こちらのぬりえに色を塗って、名前の欄に犬の名前をご記入頂き右記住所までご応募下さい、皆様からのご応募お待ちしております!

なお結果については10月10日発行のリビング・イン・ケアンズ10.11.12月号にて発表させていただきます。

賞品  
リビケン賞・1人 某飲食店\$30のお食事券(次号から誌面で名前採用)  
残念賞・3人 限定かものはしキティ(Doki Doki Tours提供)



犬の名前

Profile  
犬種:リビ犬  
性別:オス  
好物:フィッシュ&チップス  
特技:人懐っこい(編集長除く)  
名前??????

対象年齢:満12歳までのお子様  
お送り先:P.O.Box 7790 Cairns QLD Australia 4870  
締切日:2015年8月14日(金)迄

あなたのお名前:

年齢:

メールアドレス:



Southern Cross Photo

STUDIO

七五三してきました!!



当日の流れ



お店に到着



ご来店

よろしく  
お願いします!

衣装選び



ドレスから着物まで  
迷っちゃう~



撮影中

撮影って  
楽しい\*^^\*



着物着付け

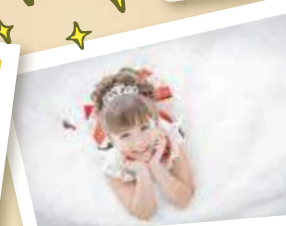


ヘアメイク  
(オプション)

さすがプロの  
ヘアメイク!



完成



リラックスした雰囲気  
とてもステキな写真に  
なりました★

リビテン特典

早撮り七五三キャンペーン!!

9月までの  
ご予約で

七五三プラン \$298 → 15%OFF

- 七五三プラン/ 撮影代、衣装(和・洋)、着付け、データ25cut渡し
- オプション/ヘアメイク \$60
- 各種アルバムやパネルもあります。



始めました!

パスポート  
写真

\$15 (4枚1組) 各種 ID Photo

何度でも  
撮り直しOK!



- ご希望の方は無料で美肌加工!
- 赤ちゃんパスポートもやってます。

GIFT  
バウチャー

出産祝い 誕生日祝い 結婚祝い

ご予算に合わせたプランで承ります。

その他にも

- マタニティー
- ファミリー
- Baby
- ペット
- フォーマル など



ご予約・お問い合わせ

07-4041-6523  
info@scp-global.com

場所: ショーグラウンド・ショッピングセンター内トイザラス斜め向かい  
Shop 18, Showgrounds Shopping Centre, 157 Mulgrave road, Cairns, QLD 4870

撮影作品・お得情報はWEBで <http://www.cairnsphotostudio.com>



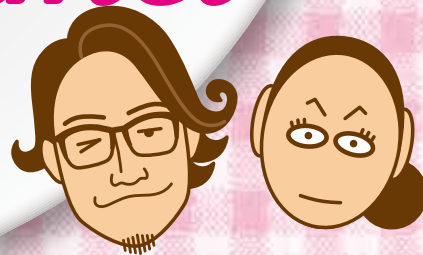
COUPON

お得なクーポン、利用時には必ず  
レストランでリビケンご提示下さい。  
Please present coupon to redeem offer.

# Happy Gourmet



編集部が旅行者、地元の方に安心して  
ご利用頂ける優良店を厳選してご紹介!  
さあ〜て、今日はなにを食べようかな??



## 「レストランで使おう」 リビケンかんたん英会話

旅先では、その土地の名産を食べたり、  
地元の人が勧めてくれたレストランに行きたいものです!  
大抵の人気レストランは事前予約が必要ですが  
英語が苦手だからといって美味しいものを諦めてはいませんか?  
そこでレストランで食事をする時に使える英会話フレーズを紹介!  
これを読んで、Let's speak English!

Please make a booking for 2  
at 6 o'clock tonight.

今晚18時に2名で予約したいのですが。

May I have a menu please?

メニューを見せてください。

Do you have a Japanese menu?

日本語のメニューはありますか?

What do you recommend?

おすすめはなんですか?

I would like to order, please.

オーダーをお願いします。

I would like this please.

これ下さい。(メニュー内の料理名を指差しながら)

My order hasn't come yet.

注文した料理がまだ来ていません。

May I have the Bill please.

お勘定をお願いします。

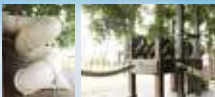
編集部が  
見つけた!

## 家族で行きたいオシャレカフェ!

海沿いにあるローカルに大人気の「ツリー  
ハウス」の目の前にあるオシャレカフェ  
WHARF ONEはカフェで寛いだ後は、まるで  
木に登っているような視点で自然を眺め、  
日常とは少し違った感覚を楽しめるツリー  
ハウスで癒やされてみましょう。



大人も子供も楽しめる!  
ツリーハウス。



ケーキやマフィン  
なども充実!



目の前が海!  
最高のロケーション!



スタッフの笑顔にも  
癒やされる。



大人気の  
エッグベネディクト



WHARF ONE

[住所] Northern end of Trinity Wharf Wharf Street Cairns 4870  
[電話] 07-4031-4820 [営業時間] 7:00 ~ Afternoon

MAP : P.23 B1

## はるいっとさんの ケアンスの食材で作るお役立ちレシピ

「普段の家庭料理」をケアンスで手に入りやすい食材で作ってみよう!

### 残り物のディップを使い切る セイボリーマフィン

ディップが無い場合は、刻んだパセリやハムなど入れてもおいしい。冷蔵庫で保管、食べる時には半分に切ってフライパンで温めるか、電子レンジで温める。写真のレリッシュはカラメライズドオニオン(Caramelised Onion)を使いました。スーパーの棚には色々な種類が売っていますのでいろんなフレーバーを楽しんでください。粉をグルテンフリーフラワーにしてもおいしかったです。その場合Baking sodaを小さじ1杯ほど足してください。

材料 4つ分

- ★バター...50g
- ★卵...1個
- ★牛乳...100cc
- ★Selfrising flour...120g
- ★チーズ...30g
- ★好きなディップ...大さじ1~2
- ★レリッシュ...適宜

- ①耐熱ボウルにバターを入れ、電子レンジで15秒ほどチンするか、常温に戻すかして柔らかくし、卵を入れて泡だて器で混ぜ合わせる。
- ②牛乳を電子レンジで10秒ほど温めてから1に入れて混ぜる。
- ③小麦粉をザルなどでふるいながらボウルに入れて、ヘラで全体を混ぜ合わせる。
- ④好みのチーズを削って入れる。好みのディップを入れて軽く全体を混ぜる。
- ⑤カップケーキの型に入れて220度で15分焼く。櫛などで刺して、中の火の通りを確認し取り出し冷ます。
- ⑥食べる時に、チャツツネやレリッシュを添える。



PROFILE

はるいっと: 1997年来豪。栄養士。  
オーストラリアの食材を使って美味しく食べられるレシピを紹介。

☆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](http://www.livingincairns.com.au/add/hidemi_blog)





Local Leader Prawn garlic pepper with seafood sauce[\$28.90]



Yellow Lamb Curry[\$18.50]

Deep Fried Fish with Herbal sauce[\$33.90]



Crispy Pork Salad[\$17.50]

ケアンズステート  
ハイテクール  
Sheridan St.  
HERE!!  
McLeod St.  
Grafton St.

シーフードが美味しいタイレストラン!

地元で取れた約1キロもある新鮮な魚をタイ風アレンジで3人~4人で分けて食べたい一品。店主おすすめの季節限定「リーダーブロン又はタイガーブロン」のガーリックペッパー味はボリューム満点で食べごたえあり!長時間煮込んだイエローカレーはトロトロのラム肉が入っていて激ウマ!

Tia's cafe [ティアスカフェ] ▶ MAP P.24: K1  
COUPON: 5%OFF  
227 Sheridan St. ランチタイムは通常メニューがお得に食べれます  
月~金9:00~21:30 / 土祝10:00~21:30 / 日17:00~21:30 ☎無 ☎4031-2222

新しいスタイルのカフェ&サンドウィッチバー!!

おすすめはピリ辛トマトソースと半熟卵の鉄板焼き「シャクシューカ」サイドについてくるチーズトーストとの相性が抜群!



大人気メニューのシャクシューカ

日本語メニューあり



reserved on grafton [リザーブドオングラフトン] ▶ MAP P.23: C3  
62 Grafton St. ☎7:00~16:00 (月~金)  
8:00~16:00 (土) 8:00~13:00 (日、祝) ☎無  
☎0497-431-793 ☎www.reservedongrafton.com.au/



ユッケ[\$10]



WAGYUすき焼きセット4人前[\$85]  
WAGYUすき焼きセット2人前[\$45]

お財布に優しい炭火焼肉と言ったら「力」

新鮮なものを提供するために、わざわざシドニーからも食材を取り寄せているこだわりの焼肉店。日本では幻とされる牛ユッケや、wagyu肉を使ったすき焼きセット、などどこでしか食べられないもの有!!運が良ければ、生レバーにも遭遇!!



特選カルビ[\$29]  
火・水曜日は食べ放題  
お一人様 \$39.80 (一名様より)



Riki [力] ▶ MAP P.23: C3  
Shop50 Orchid Plaza/79-87 Abbott Street.  
☎ランチ 月~金12:00~14:30 (14:00ラストオーダー)  
☎ディナー 月~土17:30~21:30 (20:45ラストオーダー)  
☎日 ☎4041-6006



la Fettuccina [ラフェットチーナ] ▶ MAP P.23: D3  
41 Shields St. ☎12:00~15:00 (金のみ)  
17:00~Late ☎無 ☎4031-5959



海外でもうまい日本食  
創業22年、3代目の老舗。30種類以上ある定食メニューにうどん、そば、コナナツカレーに居酒屋メニュー、お茶も充実。

O'CHACHA Japanese Restaurant [おちゃちゃせ] ▶ MAP P.23: C2  
34 Lake St. Palm Court 2F  
☎ランチ 火~土 12:00~14:30  
☎ディナー 火~土 17:30~Late ☎日・月 ☎4051-7055



シーフードレストランQLD州最優秀受賞店  
バラマンディの姿揚げでも有名なTha Fishは新鮮な魚介類をさらに美味しく調理。地元の人にも大人気。ゆったりとマリーナの景色を見ながらのランチ&ディナーは格別。

Tha Fish [タフィッシュ] ▶ MAP P.23: A3  
COUPON: 10%OFF  
Pier Point Rd. ☎12:00~15:00, 18:00~Late  
☎無 ☎4041-5350



毎年数々の賞を受賞有名店  
オーストラリアシェフトップ50人に選ばれた日本人シェフが豪国産特選素材を活かしたフレンチ料理を提供。ヨットハーバーを臨む絶好のロケーション。

M-YOGO [エムヨゴ] ▶ MAP P.23: A3  
Pier Point Rd. ☎ランチ・ティータイム11:30~14:30  
(ラストオーダー) ☎ディナー17:30~Late ☎12月25日  
☎4051-0522 ☎http://www.matureyogo.com/jp



FOUR CINQ RAMEN [\$9.9~]  
8月からラーメンメニューが変わります!  
こだわりレシピの自家製麺にフレンチテイストを感じさせるメニューも魅力的。パーティシエが作るおいしいケーキも◎新メニューの詳細はFACE BOOKにて要チェック!

FOUR CINQ [フォーシंक] ▶ MAP P.23: C2  
Shop 6 Village Lane 20 Lake St  
☎月火水 11:30~19:30 lastorder  
☎木金土 11:30~20:00 lastorder ☎日  
☎4031-7774 ☎http://www.fourcinq.com.au/



オージ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!

Ochre Restaurant [オカーレストラン] ▶ MAP P.23: D3  
COUPON: 10%OFF  
43 Shields St. ☎12:00~15:00 (月~金) 18:00~Late (毎日) ☎無 ☎4051-0100  
☎www.ochrerestaurant.com.au



極上ビーフ  
テンダーロイン  
ステーキ [\$38]

2度焼き豚バラとホタテの炙り



地元で愛されて70年!

日本の味が楽しめるお弁当屋さん!

おにぎり、お弁当、丼物、からあげ、バブルティーと種類豊富なラインアップ。サクッとジューシーなからあげは地元オーギーにも大人気!!お得なバリューセットはツアー中の食事や機内食としても◎。

バリューセット:  
お好きなおにぎり3つとからあげ2つで\$7.95



種類豊富なお弁当も\$6.95~とリーズナブル

ケアンズで最初にバブルティを販売したお店



サーモンとアボカドの甘辛の特製タレと新鮮サーモンの相性が抜群!



ONIGIRI CAFE



ONIGIRI CAFE OMU 【おにぎりカフェ・オム】 ▶MAP P.23: C3

103 The Esplanade. 月~土11:00~18:00 日11:30~18:00 休無 ☎4051-5195  
おにぎり&バリューセットは事前予約で9:30から購入可能



シーフードを食べるならココ!

エスプラネード沿いの人気シーフードレストラン。鮮度の高いこだわりの地元産魚介類を贅沢に使用。素材の味を生かした調理法で美味しく、日本人スタッフもいて安心!ロケーションも抜群です。

The Raw Prawn 【ザロウプロウン】 ▶MAP P.23: B5

103 The Esplanade. 月~土11:30~21:30(ラストオーダー) 日12月26日、1月1日17:00~ 休12月25日 ☎4031-5400

COUPON 17:00~18:30に入室した方 15%OFF ※詳しくは店員まで



地元オーギーも通う大人気のステーキ屋さん

ケアンズで創業25年を誇る人気ステーキ店。13種類のステーキからお好みをチョイス。シーフード、チキン、サラダ、バーガー、キッズメニューも豊富。日本人にもとってもフレンドリーなのもうれしい!!

Hog's Breath Cafe Cairns 【ホグズブレスカフェケアンズ】

COUPON 全ステーキ10%OFF ▶MAP P.23: D3

64 Spence St. 月~土11:30~14:30 / 17:00~Late 休無 ☎4031-7711

新メニュー登場!  
甘いもの好き集合!

定番の自家製クリスマスケーキに加わり、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。

COUPON デザートお買い上げの方 コーヒーLサイズ\$2.50

PappaRoti 【パパロティ】 ▶MAP P.23: C3

Lake St. & Shields St.の角 月~土8:00~17:30 休無 ☎4031-5695 www.papparoti.com.au

各種ワッフル【\$6.50~】各コールドドリンク【\$4.40~】



旅先には旅先の麺がある  
We RAMEN

MUKASHI 昭和醤油  
SUNRISE 讃来<sup>2</sup>  
CAIRNS  
KOSHITANTAN 虎視担々麺

@ ganbaranba  
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)

日本でも話題 セレブも愛飲している 『コンパチャ』がケアンズで飲める!!  
全て、地元ケアンズの食材を使ったヘルシーカフェ。デドックス効果あり&お通じにもいい、ヘルシードリンク『コンパチャ』はボトルでの購入も可。カフェなのに遅くまで開いているのが◎

lafew Teahouse & Kombucha Bar  
【ラフューティーハウス&コンパチャバー】 ▶MAP P.23: D3

33 Sheridan St. Cairns 月~土10:00~18:30 日10:00~14:00 休月 ☎0475 762 838

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&ランチに最高のイー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 Cafe 【アルポートカフェ】 ▶MAP P.23: B2

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

1 Spence St. Reef Fleet Terminal 月~土7:00~14:00 休無 ☎4031-6222

Spoonies Fro-Yo 【スプーニーズフロヨー】 ▶MAP P.23: E4

量り売り100g【\$2.96】  
ヘルシーおいしいヨーグルト  
15種類の無糖フロゼンヨーグルトは栄養素たっぷり。38種類のトッピングで美味しさも楽しみも倍増!量り売りも嬉しいね。

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  
☎4051-1178 www.spoonies.com.au

エッジヒルの老舗お肉屋さん  
しゃぶしゃぶ用の薄切り肉やサシ入り牛肉を扱う老舗。リングとチャツネのポークソーセージ、飴色玉ねぎとハーブのラムソーセージなど新商品が登場!!

Edge Hill Butchery 【エッジヒルブタチヤリー】 ▶MAP P.24: J2

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



# TOTAL BEAUTY

「健やかキレイ」に  
役立つ情報をお届け!

ヨガ教室からサプリメントまで!  
体の中の健やかも、外見のキレイさもおまかせを。  
きっと満足いただける、確かな技術を約束します。

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

森林療法による健康長寿を  
実現するグリーンヘルスツーリズム  
**Starhills** MAP P.24: H3  
スターヒルズ療法、ケアンズ療法  
核生活習慣病医学研究所

## 貸し別荘スターヒルズ



イン ケアンズ  
別荘玄関口  
30 Parkinson Ave,  
KEWARRA BEACH  
4879



イン ジャパン  
王様の家の  
ジャグジールーム  
静岡県伊豆の国市  
田中山1734

☎0558-76-4598 (ご予約受付担当:三井)  
☎055-932-9232 <http://www.starhills.co.jp>

「心医術」はケアンズで!!  
**心医術** しんいじゅつ  
一わくわくする生活と健康の理論的關係—  
ケアンズの癒しから生まれました。  
ケアンズにいと体調がよく  
なる答えがここにある?

著者/三井康利 1997年北  
里大学医学部卒、内科医  
に。日本温泉気候物理医学  
会温泉療法医を始め、様々  
な資格を持つ。リビケン  
ウェブサイト内で「ケアン  
ズ療法のすすめ」執筆中。  
→Amazon(日本)より購  
入可能1944円(税込み)  
A5判 総308頁



**Refresh OrganicSpa**  
でトリートメント

## Refresh City Day Spa

リフレッシュ シティデイSPA MAP P.23: C3

AUSの厳しいオーガニックACO認定、  
日本未発売のOrganicSpaやAHA  
ピーリングのPelactiveでの施術をお  
楽しみ下さい。リビケンWEB「それいけ!  
リビケン編集部」にて体験談掲載中。

**Coupon** フェイシャル、またはマッサージを  
受けられたお客様に15分無料延長いたします。  
(必ずご予約時にリビケンを見たお伝えください。)

☎Main Streetアーケード内(Lake St.とGrafton St.の両通りからアクセス可能) ☎月~金9:00~18:00  
土9:00~16:00 ☎日・祝 ☎4051-8344 ☎info@refreshcitydayspa.com.au (日本語可)  
☎www.refreshcitydayspa.com.au ※日本人セラピストご希望の場合は事前にお問い合わせください。



完全個室でカッ  
プルルームもあるので  
男性にもオススメ。



永久脱毛専門店で素肌美人  
**Hair Free Centre**

ヘアフリー MAP P.23: D3

国内最大の永久脱  
毛店。安全性抜群の  
機器は速さと痛みなしがウリ。



**Coupon** 11周年記念スペシャル!!  
新規のお客様でメールご予約の方に限り...  
ブラジリアン+脇:通常価格\$165→\$99!  
ブラジリアン+脇+ハーフ脚:\$219(\$100もお得!)  
[8月1日~9月30日有効]

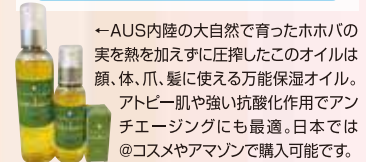
☎27 Sheridan St. Trustee House 2F (Rusty's  
Market向かい) ☎予約に合わせて営業 ☎日、月  
☎4031-0911 ☎cairnshairfree@gmail.com  
☎www.thehairfreecentre.com

人気商品ならココ!  
**Cairns-The Gift**

Cairns The Gift ケアンズ・ザ・ギフト

MAP P.23: B3

豪州産100%ピュアゴールデン  
ホホバオイルが大特価



←AUS内陸の大自然で育ったホホバの  
実を熟を加えずに圧搾したこのオイルは  
顔、体、爪、髪に使える万能保湿オイル。  
アトピー肌や強い抗酸化作用でアン  
チエイジングにも最適。日本では  
@コスメやアマゾンで購入可能です。

☎Shop 133/53-57  
The Esplanade  
☎9:00~22:00 ☎無  
☎4041-6226  
☎http://ozplacenta.com/

皮膚科、外科、胃腸や泌尿器科  
のお悩みから相談しにくい  
婦人科系まで、お困りの方は  
まずご相談ください!!

## McLeod street Medical 日本語医療通訳サービス

MAP P.22: E6

「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  
(NAATI)のアケミさんが海外保険  
適応病院にてサポート。理学療法も  
カバー。電話対応24時間OK!



←「裁判などの通訳も致し  
ます」と通訳のあけみさん。

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。

通訳&ヨガの  
お問合せは

☎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)

# Foot and Body

by Healing Touch

The Second Branch

低価格!で高品質な  
マッサージショップがオープン!

Shop1 MAP P.23: C3

## Healing touch massage

ヒーリング タッチ マッサージ

Shop2 MAP P.23: C3

## Foot & body by Healing touch

フット アンド ボディ バイ ヒーリング タッチ

経験豊富なセラピストたちが、自  
慢のマッサージで日常の疲れを  
メンテナンス。ボディやフットマ  
ッサージだけではなく、フェイシャル  
トリートメントもあり。二人で施術  
すると割引料金適用。(ボディマ  
ッサージのみ) カップルルームも  
あります。



フットマッサージ(40分) \$32  
全身オイルマッサージ(30分) \$29  
(60分) \$55  
ホットストーン(60分) \$65  
ベーシックフェイシャル(60分) \$65

**Coupon**  
全身マッサージを受けられる方に  
デッドシーソルトをつかったスパをサービス



デッド シー ソルト  
**Dead sea salt(死海の塩)**

スパ(足浴)にデッドシーソルトを使用。デッドシーソルトは  
高濃度の塩分と豊富なミネラルを凝縮して出来ている  
為、健康や美容に良いと言われています。ケアンズでデ  
ッドシーソルトの取り扱いのココだけ。是非、試してみよう!

Shop1 ☎shop 6 85 lake st. (Main street Arcade)  
☎月~土 10:00~19:30 ☎日 ☎0432468511

Shop2 ☎shop 3&4 58 lake st. (Orchid plaza)  
☎月~木 10:00~20:30 / 金~日 10:00~21:00 ☎無 ☎0473449071



MAP : P.23 C3

# COOL BODY CAIRNS

極上のリラクゼーションを  
お楽しみください。

- Reflexology(足つぼ)
- Shiatsu Massage(指圧)
- Oil Massage(オイル)
- Hot Stone(ホットストーン)
- Remedial massage\*  
\*Essential booking with  
remedial therapist
- 30分 \$40~

リビケン特別メニュー (必ずリビケンを見たお伝えください)

Morning Special(前日までのご予約で)  
10-13時までのトリートメント▶  
15%OFF  
(Remedial Massageは除く)

Hot Stone 30分+  
リフレクソロジー 30分+  
ホホバオイル50mlプレゼント  
通常\$125相当▶\$98

ホホバオイルマッサージ30分+  
リフレクソロジー 30分+  
ヘッド&フェイスマッサージ30分  
通常\$130▶\$100

Shop105 Global Palace 86 Lake st. (アーケード内) Tel:0401 3901 OPEN 10:00 ~ 7days



Vol.39 「ピロリ菌」をご存知ですか?

「ピロリ菌」とはヘリコバクター・ピロリ菌というのが正式名称で、欧米人に比べると日本人に多く感染が認められている菌です。“酸性の胃の中ではいかなる菌も存在できない”と以前は考えられていましたが、この菌はアンモニアのバリアで体を守り、胃の中でも生存できる厄介な菌である事が分かりました。また、胃潰瘍や十二指腸潰瘍の患者さんから多く検出されており、深く関わりがあるとされています。近年では慢性胃炎の原因だとも報告され、WHO(世界保健機構)では胃癌の発ガン因子だと認定。食前食後の胃の痛みやもたれ、胸焼け、食欲不振などが続いている人は感染の可能性があるので検査を受けましょう。検査は呼気検査・血液検査のいずれかで簡単に行えます。通常、ピロリ菌は免疫力の低い幼少期に感染している事が多く、主な原因は

ピロリ菌に感染している親が噛み砕いた食事を与える事で家庭内感染です。幼少期に食べ物を口移しされた記憶がある方は要注意です。キスをしたりジュースの回し飲みくらいでは感染しません。また、井戸水を飲料水としている地域では水からの感染も考えられますが、一般の水道水では心配ありません。ピロリ菌は専用の抗生物質を服用することで除菌できますが、1度の除菌では完全ではない事もあり、薬の服用から1ヵ月後に確認のための再検査を行うことをお勧めします。再検査後も陽性結果が出た場合には再度抗生物質を服用します。ピロリ菌を除菌する事で胃癌のリスクは低くなりますが、絶対にかからないわけではありません。癌の早期発見には、やはり定期的な検診が一番有効です。



秋友 真理

スイスに3年、ケアンズに14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。

亜鉛(ZINC)が、美肌と健康ミネラルの一つだということをご存知でしょうか? 亜鉛は、酵素の働きを助け、細胞分裂が正常に行われるよう常に補助的な役目を果たしています。なので、亜鉛不足は、成長維持や皮膚・新陳代謝・ホルモン・免疫など、体機能に影響を及ぼします。肌の新陳代謝がよくなれば、免疫も高まり、にきび等、皮膚の炎症を抑え、性ホルモンが活性すれば、お肌も潤います。また、亜鉛はコラーゲン生成にも欠かせない必要な成分。あなどれないミネラルです。他にも亜鉛の効果は:育毛強化・味覚機能を維持・免疫力を高める・生殖機能を高める・デトックス効果・血糖値の維持・抗酸化作用・記憶力アップ等と、まさに千手観音のよう。

ただ、亜鉛には体内での吸収におい



「I 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

て特徴があります。亜鉛を多量に摂取すると、鉄と銅の吸収を低下させ、また一方で、亜鉛はビタミンCやクエン酸と同時に摂取すると吸収率が良くなる性質をもちます。亜鉛というと「牡蠣」を思い浮かべる私。レモン(クエン酸)をかけて食べる生牡蠣は、昔からの知恵だったのかも? また、亜鉛の吸収を妨げる物質というのが:アルコール/ステロイドなどの薬物/ストレス/糖分/食品添加物のご想像の通り。意外なのが、穀類(玄米)、豆類、ナッツ類に含まれるフェチン酸という物質。このフェチン酸は亜鉛と結合し、体内での吸収を妨げる性質があるため、バランスの取れた食事をとっていれば影響はありませんが、ヴィーガン(植物性食品のみ摂る人)の方は、体に影響する要素を認識しておくといいでしょう。\*ちなみにこのフェチン酸、水につけておくと、軽減します。

COOL BODYではリラクゼーションマッサージに加えて、  
リメディアルマッサージを始めました。



リメディアルマッサージとは、

その人の身体の状態に合わせてマッサージプランを組み立てていく、オーダーメイドのマッサージです。リメディアルという言葉には「改善、治療のための」という意味があります。その方の身体の癖や生活習慣によって形成されたコリに対して、トリガーポイント、指圧、ディープティッシュ、筋膜リリース、マッスルエナジーテクニックなどさまざまな手技を使って筋肉の深部までじっくりほぐしていきます。

Remedial Massage

MedibankやBupa、その他多くのプライベート保険が使用できます。必ずご予約時にRemedial Massageを希望とお伝えください。Remedial Therapistが対応させていただきます。

現在COOL BODYには3名のRemedial Therapistが働いていますが、不在の曜日もございますので必ずご確認ください。

また、妊婦マッサージの資格を持ったセラピストも働いておりますので、妊婦の方も安心してマッサージを受けていただけます。

リラクゼーションマッサージ

指圧マッサージ:凝り固まった筋肉をほぐし血管循環を改善します。衣服を着たまの施術で手軽さも魅力。

オイルマッサージ:アロマオイルを使い老廃物を筋肉、リンパに沿って流してくトリートメント。

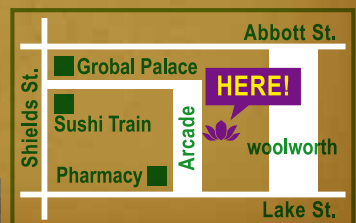
足ツボマッサージ(リフレクソロジー):第二の心臓とされる足裏にある反射区に蓄積された老廃物を刺激し、押し流す事で体内の機能を活性化し自然治癒力を高めます。

ホットストーンマッサージ:オイルと温めた玄武岩を使って体の芯からマッサージ。

Relaxation Massage

Shop105 Global Palace 86 Lake st.(アーケード内)  
Tel:4041 3901  
mail:book@relaxsis.com  
HP:www.coolbodymassage.com  
OPEN 10:00~7days

リビケン特別メニューあり。  
詳しい内容はP.34の広告をご覧ください。







プロの話 **不動産 REAL ESTATE**

スムーズな住宅購入のためのポイント

「ケアンズで家を購入したいけれど、何から始めてよいかわからない」という方、後悔しない住宅購入を実現するために、下記の点をクリアにすることから始めてみてはいかがでしょうか。

**購入時期の設定:**「子供ができる前、夫婦二人共働いている間に購入したい」「仕事が落ち着くだろう2年先頃に購入したい」自分のライフスタイルにあわせて、だいたいの購入時期を設定していれば、それまでの住居となる賃貸物件の選択や資金の準備もやりやすくなります。

**場所の選択:**「ビーチの側が良い」「良い学校が有るエリアに」自分の求める生活環境に合った場所を選び、そのエリアでどのような家がどのくらいの価格で売られているか常に目を配っていれば、実際の購入時に自信を持って物件選びができるようになります。

**仕様の決定:**「手入れが簡単な集合

住宅」「管理組合も無く、自分が好きに使える戸建て」どちらが自分の希望するスタイルなのかを認識していれば、物件探しが簡単になります。

**予算の確認:**自分の収入、預金等から逆算して予算設定をし、住宅ローンが必要な場合は銀行等で自分が借りることが出来る金額、月々の返済額を確認しておきましょう(住宅ローンの事前審査)。「この家を買いたい!」という物件を見つけた場合、事前審査を受けていることは、交渉力の一つとなります。

**投資的要素:**ケアンズを含むオーストラリアでは、不動産売買が日本よりも盛んなため、住宅は「自分が住むためのもの」であると同時に「資産を増やすための大切な道具」と考えられています。「将来、貸し出しやすいか、良い価格で売れるか」を考えての物件選びが大切です。

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**

2015年度タックスリターンについて

タックスリターン(確定申告)の季節になりました!全ての課税対象の収入を提出する必要があります。

**居住区分について:**短期滞在ビザ所持者は移民法上では非居住者ですが、6ヶ月以上同一地域に滞在していた、または滞在する予定のある場合は税法上で居住者として申請が可能です。短期滞在ビザ保持者はオーストラリア国内の収入のみの申請も可能です。2016/17年度の決算期より、ワーキングホリデービザ所持者は非居住者としての申請に変更予定です。

**経費について:**経費計上で課税対象金額を削減できます。総額\$300以上計上の場合はレシート/証明書類が必要ですが、一部、見積りでの計上など例外もございます。年間総収入額200万ドル未満の小規模事業者は2015年5月12日以降に取得及び設置された2万ドル未満の資産を一括計上できます。

**控除について:**居住者の場合、低所得者

控除などが適用となります。ケアンズに半年以上お住まいの場合\$57の僻地手当が適用され、さらに奥地で特別僻地手当もごさいます。短期滞在ビザ保有者は国民健康保険税の免除が可能です。

**収入証明必要情報について:**PAYG Payment Summary(源泉徴収票)を雇用主より受け取り、銀行の利息・投資から発生した収入など国内の収入の情報を収集してください。永住権保持者・AUS国籍の方はオーストラリア国外での情報も収集してください。

**申請後について:**通常、申請後14営業日ほどで処理されNotice of assessment が送られてきます。返金の場合は銀行口座へ、追加で納税の場合はNotice of assessmentに記載されている方法でご納税ください。

その他にも細かい税法がございますので、返金を最大限増やすために、税理士と相談する事をお勧めします。

荒井 寛陽

BCA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。豪州公認会計士/CHARTERED ACCOUNTANT 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 **法律 LAW**

弁護士に相談するにあたって

殆どの方にとって法律トラブルは普段それほど縁のない世界です。ましてや、それを弁護士に相談するのがはじめての場合などは、どんなことを話したらいいのか、よくわからないのが当たり前です。依頼を掛けるにあたって、相談した弁護士が適当に話を聞いて、間違った解釈で話を進めていったら相談者としては堪ったものではありません。そこで、今回は依頼を掛ける前の段階で良い弁護士かどうか、信頼できる弁護士かどうかを見極めるポイントを同業者の視点からお伝えします。

まず、弁護士は案件における事情背景を理解した上で、どのような手順を踏み、どのような解決を目指すのか、できる限り見通しを依頼者に説明するべきだと私は思っています。ですから、ク

ライアントが置かれている立場をキッチンと理解した上で、丁寧かつ、解りやすいアドバイスを心掛けているのか、物事を順序立て合理的に説明する事ができるのか。意外に思われるかもしれませんが、こういった“当たり前の事が当たり前のようになっている”弁護士こそが信頼できる弁護士である場合が多いものです。また、「良薬口に苦し」という言葉がありますが、弁護士も同じです。あなたにとって耳の痛いこと、あなたにとっての弱みも敢えて指摘してくれる弁護士こそ、本当は信頼に足るものと考えべきです。なお、小難しい言葉を使って質問に対する回答をはぐらかしたり、態度が横柄だったりするような弁護士は避けた方が賢明です。

神林 佳吾

1980年東京生まれ。1995年来豪。クィンズランド大学経済学部・法学部卒業後、2004年同大学法科大学院司法修習課程卒業後、弁護士登録。以後11年以上に亘って訴訟を中心に、ゴールドコースト在住(<http://www.kklaw.com.au/>)。



プロの話 **動物 ANIMAL**

犬や猫が食べてはいけない食べ物

私達人間が日常に食べている食べ物のなかで犬や猫に与えてしまうとペットの具合が悪くなったり、命の危険に関わる食べ物は結構たくさんあります。私達はペットが食べ物を欲しそうにしているとつい可愛いペットの為に人間の食べ物を与えてしまいます。

では、どの様な食べ物をペットに与えてはいけないのでしょうか?

主な物の中に、犬・猫同じくチョコレート、玉ねぎ、にんにく、マカデミアナッツそして、キシリトール等があります。

チョコレートはテオブロミンと言う成分が嘔吐、下痢、ふるえ、高体温、過敏、運動失調、発作、興奮、血尿そして血便という症状がみられます。チョコレートの種類や量にもよりますが、大体25g程のテオブロミンがチョコレート

に含まれているとこのような症状がみられます。

玉ねぎ、にんにくは、アリルプロピールジサルファイドと言う物質が含まれており、赤血球を破壊させてしまう作用があり、症状は嘔吐、黄疸、溶血、貧血、血尿、下痢、心不全、肝不全等が見られます。

マカデミアナッツを食べてしまうと無気力、嘔吐、心拍の増加、ふるえ、高熱、筋硬直などの症状がみられ、キシリトールを誤って食べてしまうと血糖値の低下、嘔吐、内出血、歩行困難そして肝不全等の症状が見られます。

このような食べ物をペットが誤って食べてしまった場合、食べた量やペットの体重によっても症状が異なってきますので、もしご心配の場合はお近くの獣医さんにご相談下さい。

あさみ

JCU動物学部卒。動物園での飼育員を経て獣医看護師。現在タウンズビル在住、4Paws 動物病院勤務。(www.4pawsvet.com.au)





プロの話

## ビザ

VISA

永住権が50,000ドル?

オーストラリア政府は移民政策の分析と見直しを進めています。永住入国者数を安定させるための新しい方法の導入が検討されており、審査の判断基準として、永住権の取得費用の支払い能力が重視されると予想されています。新しい方法では、永住権にかかる諸費用が最高で50,000ドルに達するとの推測もあります。

これは現行の制度から大幅な変更になります。政府は、移民受け入れ人数の年間目標を定めています。技術者、家族、ビジネスビザの各々の人数目標も定めています。受け入れ数が目標人数と合致するよう、ビザ取得費用は申請者の人数に応じて、値上げまたは値下げされることになるでしょう。

新しい計画が導入されれば、ビザの費用全額を取得時に支払う必要はなくなると思われます。分割払い、もしくは

は政府による貸付ローンを利用できるようになる可能性もあります。雇用者が費用を負担することもでき、国内で必要な技能や職種は政府が支払いを減免するケースもあるでしょう。

連邦財務省は、財政赤字を削減すべく歳入の確保に躍起になっており、新しい計画は政府に歳入増につながります。数年前から移民局は申請者の支払い能力を重視するようになり、申請料値上げを繰り返しています。今では配偶者ビザは6,865ドル、雇用主がスポンサーとなる家族の永住ビザ(子供二人を含む)は7,040ドルです。

この調査は、政府が運営する独立研究諮問機関で経済、社会、環境分野の研究と諮問を目的とする生産性委員会によって行われています。来年3月に、最終報告書を公表する予定です。

ニコラス・タフト

ケアンズ生まれの、ケアンズ育ち。クィーンズランド大学にて法律について学び、優秀な成績で卒業。2008年より弁護士としてスタートし、日本の大学での留学経験を活かしながら、地元ケアンズの人々に貢献中。



プロの話

## 法律

LAW

飲酒運転-2杯までなら大丈夫?

最初の1時間に2杯、その後1時間毎に1杯までなら飲酒運転にならないと思いませんか?アルコール2杯(スタンダードドリンク2杯)までなら飲んで運転しても大丈夫というのは正しくありません。飲酒運転かどうかは血中アルコール濃度(Blood Alcohol Concentration 通称"BAC")の数値で決まります。QLD州では普通免許保持者はBAC基準が0.05g/100mLまで、初心者(LearnerやP-Plater)はBAC基準がゼロ、一切アルコールを飲んで運転してはいけないと決められています。

同じ量を飲んでいてもBAC数値には個人差や体調などが影響を及ぼします。BACの数値に影響を及ぼす要因は以下が挙げられます。

- 健康・体調:疲れ、不健康、ストレスや体調不良だとBACが高くなりやすい。
- 身長・体重:同じ量アルコールでも大柄な人の方が小柄な人よりBACが低い。

柿崎 秀一郎

2009年に弁護士資格を所得。交通事故、労働災害、人身事故に関する損害賠償請求を中心に法務を執り行う。ジャパソール・ガルサービス代表として在豪の邦人団体や公的機関とも連携。

- 性別:体の大きさが同じ位でも一般的に男性の方が女性よりBACが低い。
- 空腹:空腹時の飲酒は胃や腸からよりアルコールが吸収されるのでBACが高くなる。
- 肝機能の低下:肝臓が健康でないとアルコール分解できず高い数値がでやすい。

QLD州では普通免許保持者の場合、BACの数値によって飲酒運転をLow range (BAC 0.05-0.099g/100mL), Mid range (BAC 0.10-0.149mL), High range (0.15g/100mL以上)と三段階に分けており、Low rangeで初犯でも免許取り消しと最長9ヶ月以下の欠格期間、\$1,593.90以下の罰金が課されます。High rangeで再犯の場合、免許取り消しに2年以下の欠格期間、\$6,600までの罰金に加え、禁固刑の刑事罰や車が没収される恐れがあります。

2,3杯しか飲んでいなくてもBACが0.05以上だと飲酒運転となり、厳しい罰則が課せられるので、飲んだときは運転せず公共交通機関を利用しましょう。



プロの話

## 領事館

CONSULATE

「海外での戸籍関連の届出」について

パスポートの申請などで戸籍謄本または戸籍抄本を手にした方は多いかと思えます。戸籍とは、両親との続柄・氏名・性別など親族的身分関係を登録・公証するもので、日本国籍を証明する制度でもあります。戸籍は原則として夫婦及びこれと氏を同じくするご子ごとに編製され、本籍を定める市区町村役場で処理し管理されます。戸籍謄本(全部事項証明書)とは、その戸籍に記載されている全部の事項を写した文書で、戸籍抄本とは個人の事項のみを抜粋するなど、記載の一部を写したものです。

結婚、離婚、出生、死亡などの戸籍に関する届出は、日本国内であれば市区町村役場に提出しますが、海外にいる方の場合には在外公館(大使館、総領事館)に提出することができ、在外公館が受理した届書は外務省を通じて本籍地の市区町村役場へ送付されます。

皆さんに気をつけて頂きたいのは、戸籍の届出の中には届出期間が定められてい

るものもあるということです。届出の種類によって届出期間は異なりますが、必ず期間内に届出をするようにして下さい。

特に出生届について、日本人の子がオーストラリアで生まれた場合、両親のどちらかでもオーストラリア国籍または永住権を有していると自動的にオーストラリア国籍を取得することとなるため、生まれた日から3か月以内(例えば、7月1日に生まれた子の出生届の届出期間は9月30日までです。)に出生届とともに日本国籍の留保を届け出なければ、日本の国籍法及び戸籍法の規定により、その子は出生の時にさかのぼって日本国籍を失ってしまいます。

届出に必要な書類については、届出をする在外公館または市区町村役場で気軽にお尋ね下さい。なお、在外公館では戸籍謄本・抄本の交付請求を受け付けておりません。戸籍謄本等が必要な方は本籍地の市区町村役場へ直接ご請求下さい。

在ブリスベン日本国総領事館 ケアンズ領事事務所

1997年に開設され、クィーンズランド州北部における在留邦人及び日本人旅行者への保護・支援等の他、オーストラリア人等の査証発給等を行っています。



プロの話

## ビジネス

BUSINESS

「見えない」コストについて

今回はビジネスだけでなく、生きる上でも考えてみたいコスト(費用)についてお話したいと思います。Time is Moneyといいますが、ビジネスについても同様のことが言え、お金では測れないコストがあります。コストというと普通は請求書、お店の値札、メニューに記載されている金額をイメージするのではないのでしょうか。しかし、時間や何かしなかったことによる目に見えない損失も立派なコストとなります。簡単な例をあげると、10ドル安い物を買いにガソリンを30ドル、一時間かけて買い物に行きます。金額だけでも、10ドルのために30ドルのガソリンを使っています。それだけではなく、近場だと5分で買えるものに対し、一時間をかけています。この一時間で何ができたでしょうか。さまざまなことができたはずですか。お金で考えると、一時間働けばオーストラリアの最低賃金17ドルは

賀谷 祥平

ケアンズに馴染みのある、2007ケアンズアマチュア最優秀騎手 広島県呉市出身。JCU MBA(経営大学院)、上智大学経済学部卒。www.ezytaxsolutions.com.au/ja/

稼げるはずですか。もしくは、一時間あれば家族と遊ぶ時間も作れたかもしれません。これらを「しなかったこと」も立派なコストとなります。まだ、コストはあります。遠くへ車で行ったことにより故障したわけではありませんが、多少は車が摩耗しました。このようにコストは目に見える金額のみならず、何かをし損ねたことも立派なコストとなります。もちろん人によっては徐々にドライブができたなど10ドル安いことに加え、便益もあります。この便益とコストを比べてコストの方が高いとあまりいい選択とは言えません。これは極端な例ですが、ビジネスにおいても生活においても、これらの繰り返しです。この観点からビジネスにおいても清くプロに任せるアウトソーシング(外部委託)という発想があります。

皆様もコストを毎日のデジジョンの羅針盤としてみてはいかがでしょうか。



無料だよ!!  
初回のビザ相談は



**富蘭久**  
LANZA LEGAL  
PTY LTD

FRANK LANZA  
MIGRATION SERVICES

日本人スタッフ常勤でとっても安心



MARN 9802204

各種法律相談

**Lanza Legal Pty Ltdが新規オープン!!**  
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)。

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)。

移住のための留学

フランクが新しく『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。[www.studyliveinaustralia.com](http://www.studyliveinaustralia.com)

Level 2, Travel Town 21 Lake St. Ph:4031 6676 (要予約) [frank@franklanza.com.au](mailto:frank@franklanza.com.au) [www.franklanza.com.au](http://www.franklanza.com.au)

MAP : P.23 C2

**タックスリターン スペシャル!**

オフィス申請

**\$65**

カップル・友達 \$65  
シングル \$75  
学生 \$65

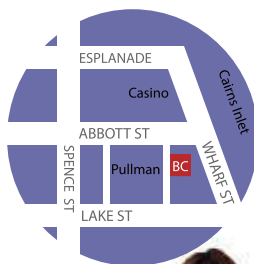
オンライン申請

**\$40**

カップル・友達 \$40  
シングル \$50  
学生 \$40

その他

返金からの支払 \$10  
早期タックスリターン \$75  
海外送金 \$25  
メディケア免除 \$20  
年金払戻 \$95!



Best refunds. Lowest fees. True experts.

[www.eto.net.au](http://www.eto.net.au)  
✉ [tax@eto.net.au](mailto:tax@eto.net.au) ☎ 1300 019 801

MAP : P.23 C2

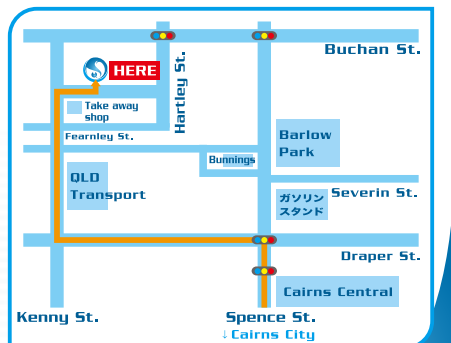
**お客様の愛車をしっかりサポート!**

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!

- ★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)
- ★ロードワシー (safety Certificate) \$77
- ★車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!



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!**

**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

MAP : P.24 K1

リビケン読者の投稿ひろば

**TALK LIC**

**ケアンズキッズ!**

ケアンズで元気に成長する姿をおひろめしませす!

My name is... Roselle Lucia Matheson

- ★ ロゼル ルーシャ マトソンちゃん
  - ★ 2014年11月14日生まれ
  - ♥ 両親: Andy & Yuka
- 周りに幸せを運んでくれる天使です♡



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](mailto:info@livingincairns.com.au) [郵便] P.O. Box 7790 Cairns QLD 4870のどれでもOKです。

**うちのコナンパー1ワン**  
愛すべき「毛深い」家族のナイスショット!

My name is... Ally

- ★ 種類: ケルピー
- ★ 性別: 男
- ★ 好物: ステーキ
- ★ 特技: フリスビー
- ★ 家族: Shun, Miyuki & Jamie





# バリントン湖で こだわりの有機農業を営む

ケアンズから車で約1時間。ケアンズ郊外の高原地帯にあるバリントン湖の近くで有機栽培にこだわった農業を営む日本人がいます。旅を重ね、沢山の人の出会い、インスピレーションを受け、辿り着いたのが『有機農業』だったという荒井貴成さんにお話を伺いました。

ご自宅の庭で。目の前には高原地帯の大自然が広がる最高のロケーション。

ケアンズから山道を走りぬけると突然、目の前が開け、なだらかな丘と草原が広がるテーブルランドと呼ばれる高原地帯に出る。牛や馬がのどかに草をはむ光景が美しいエリア。ここで一人の日本人、荒井貴成さんとそのご家族が有機農業を営んでいる。日本人はほとんど見かけないこの地域。なぜ、ココだったのか？「フリーリングです」と答える荒井さん。ケアンズに来て色々な場所を見てまわった。最初は出来た野菜を売ること考えてケアンズなど人が多い地域も考えたそう。でも、ケアンズは熱帯雨林が広がり農業にはあまり適していない。マリイバも商売のことを考えると町があるからいいだろう。ただマリイバは乾燥しているため、これも農業には向いてない。で、このバリントン湖の近くに土地を見つけた。「ここに来たときに何か感じるものがあった。最終的には野菜を売ることよりも自分のフリーリングを大切にしました。」でも、ここに畑を作るのはとても大変だったと振り返る。「元々この土地は牧場だったようです。なので僕が来たときは地面が馬に踏み固められていた。それを掘り起こし畑にするのは「苦労でした。」それでも自分のフリーリングを信じ、何も無い土地を開拓し続けた。「から自分でやるのは大変だけど楽しい」とも。今では季節ごとに数々の種類の野菜を収穫、取材に伺った際には21種類の野菜が生きて成長していた。

しかし、そもそも何がきっかけで農業に？「もともと農業には興味があったんです。日本を色々旅している時期があって、そのときにアーティストなど色々な人に出会いました。みんな自分のやりたい事、夢を形にしていた。そういう人たちを見たとき、自分は何をやりたいのか考えました。その時でた答えが農業、有機栽培をしたい、だったんです。」そんな折、奥様の大学進学に合わせてキャンベラへ来ることに。そのキャンベラで有機農家を見つけた。思わず飛び込みで働かせてくれと頼みに行ったそう。その農家でバイトから始め、正社員になり、7年もの間、有機栽培のノウハウを身につけた。そして独立を決意。ケアンズへ移住し、今の土地に自分の畑を持つことになる。四季のあるキャンベラとは気候の違うケアンズ。その違いを毎日、畑に出て少しずつ自分のスタイルに確立していった。「ケアンズは四季がはっきりしていない。それでも年間を通して小さな気候の変化があるんです。そして毎日、新しい発見がある。そういう新しいものを見つけるとうれしくなります」と話す。こだわりは「顔の見える範囲のビジネス」。安全なものを消費者の顔を見て届けたいという荒井さん。取材中、一番印象的だった彼の言葉「子供には安全なものを食べる権利がある。親には子供に安全なものを食べさせる義務があると思っています。」この言葉に彼の熱い思いが凝縮されている気がした。まだまだ進化し続ける今後にも期待が膨らむ。



荒井貴成さん  
キャンベラで有機栽培を学び独立。  
現在、バリントン湖近くで有機農業を営む。



水を撒くスプリンクラーなども全て手作り。荒井さんの野菜への愛情が伺える。



現在、実験中だというワサビ。常に新しいものにチャレンジ、進化し続ける畑。



かわいい芽が出揃った野菜たちの苗床。ここから荒井さんの試行錯誤が始まる。



# 遺品が語る日本

No.61 【SURRENDER TAG】



闇雲な原発反対。ならばなぜ中国韓国の大幅な原発拡張に反対しない。原発は自前のエネルギーを膨大な出費で海外に求める事になる。中国の不当な岩礁埋立の軍事基地。日本国民はその海域に、日本のシーレーンがあるのを知っているだろうか。喉元に匕首。日本の防衛に不可欠な安保法制反対。現代の世界の仕組みでは、一国だけでは自国防衛は出来ない。ならば集団的自衛権は必須。憲法改正反対、日本を良くする事、何でも反対。九条第二項により日本は相手に攻撃されないと手が出せない。武器携帯の強盗が侵入すると、まず家族の間で話し合い、どうするか検討して結論を出し強盗に対処する素晴らしい平和な民主国、日本。これが日本の国防。阿呆か、と世界が笑う。

大東亜戦争中日本軍が降伏した際、将校は自分の佩刀に名前を書いた布切れを付け、差し出した。これをSURRENDER TAGという。これらのTAGは私の入手した軍刀に付いていた。これらの将校は捕虜として、生きて日本に帰国した可能性が高い。現在の日本を見たら、こんな国民の為に俺達の仲間は死んだのか、と嘆くだろう。

## 道場ニュース



### QUEENSLAND州大会

BRISBANEで開催された全豪州空手道連盟の州大会に松本道場から大人5名、ジュニア5名の選手が出席。大人ではMADA LINDSAY、MARK PORTER、椎名達也が各々の部門でGOLD。子供はSOTA MA、坂本ココナ、野村ミコト、DANIEL KIRAKOVSKIがGOLD。8GOLD、6SILVER、7BRONZE、TOTAL21個のメダルを持ち帰りました。善戦。

「セッセ、ピッパンテイングに行きませんか数人の弟子達に誘われた。豪州のビッグは日本の猪。3キロ近い大物はザラ。手負いの猪の研ぎ上げた牙に引つ掛けられたら、人間の体等まるで紙のように裂かれてしまう。私はそんな男達に何人も会った事がある。日本ならば猪鍋。獲物はどうするエト聞くと、寄生虫や病原菌が多いので、ハントするだけだ」と言う。放置しておくのだ。森林を荒らす唯の害獣とは言え、何と無駄な事をするものヨ、と思つたが、もしかしたら良いチャンスかも、と考えた。

「ケインズは昼過ぎに出た。走りつめてケーブローク半島を北上。真夜中、荒野の中の水のない河原の下真ん中で野営。スワッグを広げ、星空の下で寝た。翌日の午後、キャンプに到着。パラマディが沢山釣れるというクリークの近くにテントを張った。クワイクの入口には、2m程のワニの白骨があった。首がない。誰かが皮を剥ぎ、頭部と尻を持ち去ったのだ。泥に滅り込んだ草履は、なかなか取れなかった。刀を頭上に差し上げた不安定な姿勢のまま、私は焦った。抜けたい。モゴモゴ動いている内に、私はフト、クリークの入口に放置されたワニの白骨を思いつかへた。この小さな泥水のクリークも、何処かであのクリークに合流しているに違いない。とする。と、オイオイ、この泥水の中にも二がいているンダセ。そのワニが先程、弟子達の飛び込んだ水音を感知していたら、静かにこの地点に向かっているかも知れない……と想像すると、だらしのないもので、俄かに恐怖心が突き上げてきた。ヤッ、草履が抜けた。もう前に進めなかった。一歩づつ、今にもワニに足を喰われるのではないかと焦りながら後退った。岸部までの数メートルの何と長く感じた事だ。

この話をいつか私の友人のケインズボリスのインスペクターにしたら、彼は私の顔を阿呆のようにポカンと見詰めて「センセイ……と言ったとき、何も言えなかった。何と無謀な、私を非難したかったのだ、とその時思ったが、後になってキャンプ好きの彼は、ビッグの中で私の無知に危惧を感じたのに違いない。」

弟子達はハンテイングに銃を使用しない。アッシュの中を4WDで縦横に走り放つて、ビッグを発見すると、荷台に積んでいた夫を放つて、夫は四頭。彼らはビッグに追い付くと、その耳と足のみに喰いつくように訓練されている。犬に喰いつかれたビッグは当然自由には動けない。必死にもがく。その瞬間の隙を見て飛び込み、ナイフで刺殺する凄まじい

狩りだ。日本人のような農耕民族の子孫がチョイト真似出来るものではない。狩猟民族の未熟である彼等の血がなせる技なのだろう。

キャンプ地には数日いた。青空の下、時間はタツプリとあった。私はビッグを歩くのが好きなので、道に迷わないよう目印を残しながら歩き回っていた。かなり大きな湿地帯に出くわした。沼の周囲のアチコチに動物達の足跡がある。水飲場なのだ。妻の大好きな蓮の花が水草に咲き乱れている。沼の表面はビッグのしりとりと被われ、水底は見えない。当然水を飲みに来る動物達を静かに待っているワニが水草の下に潜んでいる。はずなのに、私はそんな事を露とも考えず、水面に接するようにして写真を撮っていた。ヤレヤレ、何とも危ない事。まかり間違えば、私の消息はあのビッグの中でプツリと消えていたはずなのに。

無知の恥の晒し序にも二度、キャンプ地の横のクリークの土手からルアーを投げ入れると、パラマディが入れ食いのようによく釣れた。私はルアーを使った事がなかった。いつも手巻きで一本釣りばかり好きなのだ。弟子達は見る間に次々と釣り上げるのに、私だけ釣れない。イヤ当たりは使っているのだ、どうやらタネイングが悪い。道具の使い方も良くない。結局私だけ尾も釣れなかった。キャンプ地を去る日、弟子達がそれを気にして、後片付けはやつておくからその間にもう一度釣つて来い、と言う。ヨシ、妻のミヤケに尾、ともう一度、一人でクリークに戻った。今度はまったく当たりが無かった。引き潮なのだ。クリークの水は黒くなって海へ流れ込んでいた。ゴリヤ駄目だ、ルアーを巻き上げた時、カサツと止った。何と数メートル先の浅瀬に沈んでいる木の枝に引つ掛けたのだ。何度も引つ張った。外れない。人の道具だ。切る訳にもゆかぬ。数歩水中に入れば、竿の先が木の枝に届きそうだった。水は黒い。ワニの白骨はすぐ近くにある。仕方がない。膝まで入った。爪先が見えなくなつた。どうもそれから先に行く気がしないのだ。もう一度引つ張った。



松本 主計【まつもと かずお】  
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。

# 豪州人、日本人を考える

「ワニに御用心」

其の126 松本 主計

走つたひたすら、走つた。プッシュの灌木や雑草が、体に絡み付く。私は草履を履き、手には日本刀を下げていた。先に走る弟子達の姿は、瞬く間にプッシュに飲み込まれて行く。犬の狂ったような悲鳴に似た吠え声が聞こえる。もう私の回りには誰も居なくなつた。こんな人里離れた荒野の中で道に迷つたら、エライ事になる。吠え声を目指し必死に走った。突然、生卵を叩き付けたような水音が響いた。連中が水の中に飛び込んだようだ。プッシュの音は意外によく聞こえるものだ。その音に向かつて、又、走つた。

突然、視界がパツと開き、幅7m程のクリークが見えた。連中は、急に飛び込んで渡り切つたのだ。対岸が濡れていた。泥水だった。水深が判らない。刀を持っているので、濡らす訳にはゆかぬ。マヨ、踏み込むしか手がない。犬の吠え声が対岸の奥深く遠ざかつて行く。刀を武士の大井川の川渡りのように頭上に差し上げ、一気にクリークの中央まで来た。途端、踏み出した足がヌボツと泥地に入り、水はガバツと胸まで来た。草履履きだ。抜けたい。ヤバイナア、焦った。

私の本業は空手の師範。傍ら真剣使用の居合いもやっているので、よく試し斬りをした。太い孟宗竹は数え切れない程、斬った。3m半の大サメを斬つた時、刀は胴体を裁断し、サメの置かれていた棧橋の板にまで斬り込み、斬つた本人の方が驚いてしまった。斬る事で刀の刃すじの通りが判る。サテ、大きな動物の骨背が斬れるか、と物騒な事を考えたが、チャンスは無かった。ビッグハンテイングに出ても、獲物はそのまま放置すると言う。ならば二頭貰つても罰は当たるまい。ケインズの男達にまだカントリータウの香りが漂っていた頃の話だ。

あの頃はほとんどの家庭にライフルの挺や二挺、置いてあった。だから、銃を扱うモラルという觀念が自然に存在していた。子供もそのモラルを親から受け継ぎ、誰もが武器を持つていたが故に、事故つ起きなかつた。武器があれば戦争、というイメージしかない日本民族とはドエライ違いだ。タスマニアでの精神障害者による銃乱射事件により、ハード政権は銃規制に踏みきつた。これに加えるにグローバル化による権利ばかりを主張し、義務や責任、モラルの觀念がまったく失われる程。スッポリと抜け落ちた教育。この結果は、いくら銃規制を厳しくしても、まるで正比例しているかのように毎日増加する銃犯罪による人間性に如実に表れている。

ケインズは昼過ぎに出た。走りつめてケーブローク半島を北上。真夜中、荒野の中の水のない河原の下真ん中で野営。スワッグを広げ、星空の下で寝た。翌日の午後、キャンプに到着。パラマディが沢山釣れるというクリークの近くにテントを張った。

クリークの入口には、2m程のワニの白骨があった。首がない。誰かが皮を剥ぎ、頭部と尻を持ち去ったのだ。泥に滅り込んだ草履は、なかなか取れなかった。刀を頭上に差し上げた不安定な姿勢のまま、私は焦った。抜けたい。モゴモゴ動いている内に、私はフト、クリークの入口に放置されたワニの白骨を思いつかへた。この小さな泥水のクリークも、何処かであのクリークに合流しているに違いない。とする。と、オイオイ、この泥水の中にも二がいているンダセ。そのワニが先程、弟子達の飛び込んだ水音を感知していたら、静かにこの地点に向かっているかも知れない……と想像すると、だらしのないもので、俄かに恐怖心が突き上げてきた。ヤッ、草履が抜けた。もう前に進めなかった。一歩づつ、今にもワニに足を喰われるのではないかと焦りながら後退った。岸部までの数メートルの何と長く感じた事だ。

この話をいつか私の友人のケインズボリスのインスペクターにしたら、彼は私の顔を阿呆のようにポカンと見詰めて「センセイ……と言ったとき、何も言えなかった。何と無謀な、私を非難したかったのだ、とその時思ったが、後になってキャンプ好きの彼は、ビッグの中で私の無知に危惧を感じたのに違いない。」

弟子達はハンテイングに銃を使用しない。アッシュの中を4WDで縦横に走り放つて、ビッグを発見すると、荷台に積んでいた夫を放つて、夫は四頭。彼らはビッグに追い付くと、その耳と足のみに喰いつくように訓練されている。犬に喰いつかれたビッグは当然自由には動けない。必死にもがく。その瞬間の隙を見て飛び込み、ナイフで刺殺する凄まじい

狩りだ。日本人のような農耕民族の子孫がチョイト真似出来るものではない。狩猟民族の未熟である彼等の血がなせる技なのだろう。

キャンプ地には数日いた。青空の下、時間はタツプリとあった。私はビッグを歩くのが好きなので、道に迷わないよう目印を残しながら歩き回っていた。かなり大きな湿地帯に出くわした。沼の周囲のアチコチに動物達の足跡がある。水飲場なのだ。妻の大好きな蓮の花が水草に咲き乱れている。沼の表面はビッグのしりとりと被われ、水底は見えない。当然水を飲みに来る動物達を静かに待っているワニが水草の下に潜んでいる。はずなのに、私はそんな事を露とも考えず、水面に接するようにして写真を撮っていた。ヤレヤレ、何とも危ない事。まかり間違えば、私の消息はあのビッグの中でプツリと消えていたはずなのに。

無知の恥の晒し序にも二度、キャンプ地の横のクリークの土手からルアーを投げ入れると、パラマディが入れ食いのようによく釣れた。私はルアーを使った事がなかった。いつも手巻きで一本釣りばかり好きなのだ。弟子達は見る間に次々と釣り上げるのに、私だけ釣れない。イヤ当たりは使っているのだ、どうやらタネイングが悪い。道具の使い方も良くない。結局私だけ尾も釣れなかった。キャンプ地を去る日、弟子達がそれを気にして、後片付けはやつておくからその間にもう一度釣つて来い、と言う。ヨシ、妻のミヤケに尾、ともう一度、一人でクリークに戻った。今度はまったく当たりが無かった。引き潮なのだ。クリークの水は黒くなって海へ流れ込んでいた。ゴリヤ駄目だ、ルアーを巻き上げた時、カサツと止った。何と数メートル先の浅瀬に沈んでいる木の枝に引つ掛けたのだ。何度も引つ張った。外れない。人の道具だ。切る訳にもゆかぬ。数歩水中に入れば、竿の先が木の枝に届きそうだった。水は黒い。ワニの白骨はすぐ近くにある。仕方がない。膝まで入った。爪先が見えなくなつた。どうもそれから先に行く気がしないのだ。もう一度引つ張った。

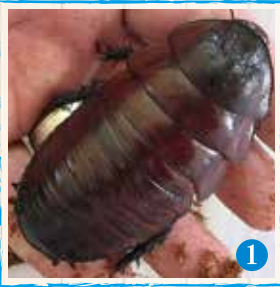




僕たちと一緒にケアンズで暮らす動物や昆虫など  
ケアンズの生き物博士Ohyaが生態の秘密をご紹介します！



# ケアンズ生き物日記



今号は、私の独断と偏見で決めた皆さんが知っておくべきリビケンのケアンズ三大昆虫をご紹介します。私の小さい頃は夏休みといえば山奥に住む親戚の家の裏山でカブトムシやらミヤマクワガタやらを採集していました。都会に住む子供たちにとっては昆虫はあまり身近ではなくなりましたが、昆虫が男の子のヒーローであることには変わらないでしょう。もちろんオーストラリアには日本にはない昆虫界のスーパースターがたく



**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/>

## 【その1】ヨロイモグラゴキブリ

英名: Giant burrowing cockroach など  
オーストラリアを代表するゴキブリ界の横綱ヨロイモグラゴキブリです。見た目はゴキブリというよりは巨大化したダンゴムシのようで、世界最重量のゴキブリで最大体重35g、体長8cmになります。英語の名前のとおり「大きく巣穴に住むゴキブリ」でクィーンズランド州北部のユーカリ林に住み、地面に深さ50~100cm程度の巣穴を掘ります。落ち葉を食べて分解してくれるので森にはなくてはならない存在。ペットとしても人気があり価格は1万円を超えることも。

## 【その2】ユウレイヒシリアシナナフシ

英名: Spiny leaf insect, Macleay's Spectre Stick Insectなど  
世の中のナナフシのイメージとはちょっとズレたゲトゲのナナフシです。一見、ものすごく強そうな見た目をしていますが実はそうでもなくユーカリなどの葉っぱを食べる大人しい昆虫です。そして、強い生き物に擬態しています。虎の威を借る狐

なんていうコトワザがありますが、サンリの威を借るナナフシ。サンリのポーズが得意ですが、もちろん毒も針もありません。オス、メス共にハネがありますが飛べるのはオスだけです。昆虫の世界は種類が多く、オーストラリア国内のナナフシだけでも約150種も生息しています。

## 【その3】ニジイロクワガタ

英名: Rainbow stag beetle, Mueller's stag beetle など  
世界一美しいクワガタと呼ばれていてカナブンのような光沢がありメタリックな緑色をしています。ケアンズ周辺の熱帯雨林に生息していますが、夜行性のため見かけることはほとんどありません。現在は生息地のほとんどが国立公園内で採集は禁止されていますし、国外への持ち出しも禁止。生息地のケアンズ周辺でも探すのが困難であるのにも関わらず、日本のペットショップでは販売されています。というのもニジイロクワガタはとても丈夫で飼育しやすく繁殖させやすいので、むかし日本に輸入されたニジイロクワガタを源に日本国内で繁殖させているのです。ケアンズで探すより日本のペットショップの方が見つかるというのは変な話ですが、それだけ人気があるという証ですね。



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)

Vol.100 「最終回です」

全てのものごとには終わりがある。終わりがあから輝く。ただ、渦中にある時に、その輝きに気づくことは少なく、振り返って眺める景色は、美しく、眩しい。

この世に生を受け、祝福されたこと。命を授かったこと。一緒に泣いたり笑ったりしながら過ごしたこと。好きな仕事に邁進できたこと。

日々の暮らしの中では、大変なできごとに目が向きがちで、翻弄される時もあり、静かに包んでくれている、こんな有り難い流れを意識することが少ない。

私の母方の家系は奄美大島の出身で、今は亡き祖母は、少女のころ海辺で機織りをしていたという。女子に教育は要らない、というご時世で、家事や機織りに追われ、それでも知識欲が高かった祖母は、蔵に隠れて本を読んでいた、と話していた。

祖母は、叔母たちを当時は珍しい4年生の大学に行かせ、お嬢さんらしく育ててほしい、と家事を手伝わせなかったらしい。母は、結婚後家事ができずに苦労したそうである。

専業主婦だった時、母は、よく「仕事をする人になりなさい」と言っていた。近ごろになって、その意味が、精神も経済も自立した人になってほしい、ということがわかった。

かなりのマイペースで、独創的だった父は、時に理不尽で恐れ存在だったが、自分に制限をかけることを嫌い、安定よりも新しいことに挑む姿勢を身をもって示してくれた。

私は、4年生大学を卒業し、祖母が奄美で紬を織りながら眺めていただろう海の向こう側に住み、起業して仕事をする人になった。

想いはつながれてゆく。

時代、環境、家族の影響は大きいけれど、全てを受け入れることから本当の自分を生きる旅が始まるのだと思う。

今、自分は子ども達に、そして取り巻く世界に何を残しているのだろうか。

100回目を迎えるこのコラムは、今号が最終回。子育て真っただ中、時間に追われながら書いていた原稿も、今読むとキラキラした時間だったなあと、愛おしい。次号からは、現役ママさん達が輝く時をシェアしてくれることだろう。



およそ母親らしくない私のコラムを読んでくださった方、どうも有り難うございました! 今後は、お店やブログ(ameblo.jp/cayco)を通して皆さんとゆるやかに繋がれたら嬉しいです。

人生は一瞬の夢。今いる場所を大切に、光を見つけ、楽しくいきましょう!

心からの感謝とLOVE マーフィー恵子







# CLASSIFIED

## Micro Tech PC Services

PC修理・ウイルス除去・バックアップ・OS再インストール・OSの日本語化・ネットワーク(ADSL/LAN/WiFi)の設置・PCのカスタム製作・使わなくなったPCの廃棄処分等相談・見積無料、作業費\$30(1時間)にて承ります。  
0419-744-264マサキまで

## HANDYMAN

家やオフィスのメンテナンス。水周りのトラブル、清掃などの雑用も請け負います。まずは、ご相談を! Labour \$35/H~  
E-mail:toshi.shimozaki@gmail.com  
Mob:0410 070 997 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保障します。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

## 両替 TOBEX

創業15年 比べて納得、¥→A\$/A\$→¥の両替ならTOBEXへ。詳しくは本誌マップページの広告をご覧ください。  
オーキッドプラザ2階 07 4041 1730

## CS 出張撮影

挙式、記念、家族、団体、出張写真撮影承ります。ケアンズショーカイの比田井(0402-389-700)までお気軽にお電話下さい。

## Hair Salon Ulysses

誠に勝手ながら10月17日~31日まで臨時休業致します。宜しくお願い致します。

## Sun Pacific College

サンパシフィックカレッジでスペース無料提供!各種クラスを開講希望のインストラクターや資格保有者、又は有志の皆様をサポートしています。お花、習字、ヨガ教室、カラーセラピー、ローカル対象でも留学対象でもかまいません。スポーツ、運動、アートクラスなどは非ご相談ください。ご希望の方は以下の連絡先まで。(審査有ります)  
info@sunpacificcollege.com.au

## えびす堂

今年は暖冬のようなのですが、これでも一応冬です(笑)油断は禁物!!お腹、腰、足先、首周りを冷やさない様、腹巻、靴下、首巻等で防寒して全身の血行が悪くならない様に気をつけましょう。  
指圧 TAKU 0430 105 173  
寒くなるとむくみや、お腹やお尻が冷たくなる人が増えます。冷え性、代謝機能の衰えにより太りやすくなります。水分代謝を促して溜め込んだ水分、脂肪をえびす堂リンパマッサージで排出しましょう!  
Beauty YURI 0413 251 193

## ColourTalks

\*レイキ講座 \*パステル和アート講座  
\*天然石ワイヤーアート講座  
Maki 0403-112-116  
<http://ameblo.jp/maki-happycolour/>

## 気づきと癒しのケアンズ情報サイト「ケアンズウイング」スタート <http://cairns-wing.com>

リビングインケアンズ元編集長はじめ、ローカル女性ライターがイベント、お店、ライフスタイルなど、女性目線のケアンズ情報を発信中。メンバー(登録無料)になって、ケアンズライフをより楽しみませんか?



## 星の王子・SAIが運勢をズバリ占う!

# 7&8&9月の星占い

悪い星回りはと思えませんが、天体の逆行がたびたび起こります。順調なことが行き詰ったり、不調なことが急に捗ったりしそうです。

**SAI PROFILE** オーストラリアエコツ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](mailto:sai.astro.cairns@gmail.com)までご連絡を。



### 途中の谷間はうまく対処できます

楽しいことが多く順調なスタートになりそう。躓きもありそうですが最終的には解決できるでしょう。相続などの問題を抱えているなら早めに解決をお勧めします。

3/21-4/19  
おひつじ座



### うまくいかないことにクールに対処しましょう

日々こなすべきことがスムーズかと思いきや、八月頃から一時的にストレスの種になりそう。対人関係は自分に有利に動きますが、イライラを他人につけないように注意。

4/20-5/20  
おうし座



### 普段の生活や仕事のなかに注意を払って

日常の中に問題がおきそうな傾向が見えています。特に後半以降の夫婦やパートナーとの喧嘩には注意しましょう。社会的な成功はすぐに結果が出るか時間を要するかの両極端。

5/21-6/21  
ふたご座

### 幸運をもたらす人が近くにいるかも

周りからやって来る幸運に恵まれそうです。それが元になる他人とのいざこざが起こっても最終的にはあなたが有利です。時間とともに友人との関係が完成していきます。



6/22-7/22  
かに座

### 日常とは違う部分に積極的に挑戦

遠方へ出かけるとか、専門的な勉強をしてみるなど、いつもとは違うことが楽しくできそう。トラブル等の可能性もありますがそれを含めて楽しめるのではないのでしょうか。



7/23-8/22  
しし座

### 自分磨きをはじめるのは今です

自己を高めたい気持ちとまつわる運が上昇します。モチベーションを無駄にしないで。結果を焦って求めず自己研鑽をおこなうことが自分の成長としてあらわれます。



8/23-9/22  
おとめ座



### 友人と楽しく過ごせよう

友人づきあいが楽しく思うように進みそうです。いろんな意味で周りから期待されそうです。金運が余りよくありません。無理にお金を動かさないうで残す方向性が吉。

9/23-10/23  
てんびん座



### より良く変えようとする意思を尊重しましょう

他人に見せていないコンプレックスや病気などを克服しようという意思が生まれ、自分しだいで改善へ。後半以降は出不精になりそう。やらないといけないことがあれば早めに。

10/24-11/21  
さそり座



### 羨ましがられるけど妬まれないように

自己顕示欲が沸きあがってきそうです。他人に良く見られようとすることは悪いことではありませんが謙虚さを忘れないように。理想とする自分の姿に近づきそうです。

11/22-12/21  
いて座

### 高い金運を正しく作用させよう

お金に恵まれそうな予感です。ただ多少の不安定さも見えますので油断しすぎないように。好きなことに投資するよりも、家族や周辺にお金を使うほうがよさそうです。



12/22-1/19  
やぎ座

### 大事なことほど早く進めるべきです

急ぎの件が保留になっているならば早めに処理したほうがよさそうです。先延ばしすると悪循環で時間がかかります。金運に波が見えます。慎重に判断して出費しましょう。



1/20-2/18  
みずがめ座

### 家族と過ごす時間を大事にして

家族と過ごすことに充実感を持ちやすく、ありがたみを実感できるのではないのでしょうか。配偶者・パートナー持ちの方は現状の関係をより熟成させる期間になるでしょう。



2/19-3/20  
うお座



# Cairns Tourist and Local Medical Services

## ケアンズで注意したい怪我&トラブル

日本とは気候も環境も違うケアンズ。だからこそ注意してもらいたい怪我やトラブルをご紹介します。

### 01 サンドフライ

チョウバエや小型のブヨなどを総称してサンドフライと呼びます。ケアンズでは、砂粒くらいのもが多く、あまりに小さいため刺されていても痒みが出るまで気付きません。



#### 予防方法

まずは刺されないことが大事!

外に出るときはなるべく長袖長ズボンを着用しましょう。また、肌の露出がある部分は必ず虫除けスプレーを。家や宿泊先では必ず網戸を閉めるようにしましょう。

#### 処置の方法

痒くても我慢!!掻かないのが一番。

掻くことによって痒み物質ヒスタミンがさらに発生し痒みが増す場合があります。また掻くと二次感染や痕になる可能性もあるのでなるべく早めに医師の診断を受けましょう。

### 02 サンゴによる怪我

どんなに触らないように気をつけていても、突然の波や流れによって思わずサンゴに触ってしまったら…中には刺胞毒の強いものもあるので充分な注意が必要です。



#### 予防方法

とにかく全身をガード!

まずサンゴには近寄らない、触らないが大鉄則。しかし万が一の時のために、とにかく肌の露出は避けましょう。ラッシュガードを着るなどして全身をガードしましょう。

#### 処置の方法

放っておくと大変なことになる場合も…

サンゴによる怪我は、刺胞毒によるものと擦過傷に分けられます。小さな切り傷だと思って放っておくと欠片が残っていて化膿する場合も。必ず病院で処置してもらいましょう。

### 03 日焼け

日本の5倍とも言われるオーストラリアの紫外線。特に朝10時から午後3時はピーク。日焼け止めは美肌対策というよりも皮膚がん対策として、外に出かける際の必須事項です。



#### 予防方法

スリッパ、スロップ、スラップ、ラップ

国をあげて紫外線予防に力を入れているオーストラリアのスローガン『スリッパ(長袖を着る)、スロップ(日焼け止めを塗る)、スラップ(帽子をかぶる)、ラップ(サングラスの着用)』。

#### 処置の方法

何より冷却、そして保湿

重度の日焼けは火傷と同じ。炎症が強い場合は治療が必要です。消炎鎮痛剤の服用、重度の場合は短期間のステロイド内服薬で治療していきます。又、脱水症状を起こさないように水分の摂取が必要です。

↓ 症状が悪化する前に医師の診断を受けましょう! 困ったときに安心していける病院はコチラ ↓



## 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)



### 医療英単語 vol.20 - Digestive System - 消化器系

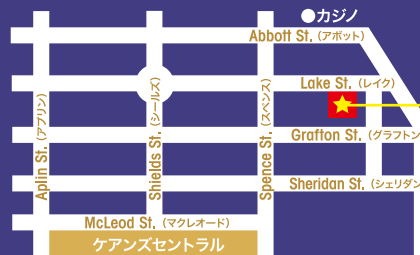
- Gastritis (胃炎) ●Piles (痔) ●Appetite (食欲) ●Belching (げっぷ) ●Nausea (吐き気)
- Heartburn (胸焼け) ●Vomiting (嘔吐) ●Constipation (便秘) ●Diarrhea (下痢)

**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。

**【通訳】ちほさん**  
二児の母親の経験を活かし、患者様のお世話と出会いを楽しみながら、お仕事をさせて頂いております。



### 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



ケアンズを遊びつくそう!

ツアーデスクで申し込むと  
様々な特典あり!

あなたの旅を  
100%サポート!



無料WiFi

ケアンズ新名所  
アクアラウンジに行こう! ケアンズの総合  
インフォメーションセンター

こちらの雑誌をご持参頂くと

ハズレなし! 特賞UGGブーツ!!  
大抽選会やっています!

HISaQua  
安心の日本語案内!

日本の  
携帯電話  
充電OK!



ポケットWiFi  
レンタルもご用意  
しております



HIS ケアンズ店アクアラウンジ オーキッドプラザ2F TEL 07-4051-7181 【月~金】9:00~18:00 【土日祝】9:00~13:00 / 15:00~18:00

MAP : P.23 C3



【海外旅行保険の方】キャッシュレス対応指定病院

# ケアンズ24時間 日本人医療サービス



海外旅行保険をお持ちの方

- ★キャッシュレスサービス24時間対応
- ★24時間、安心日本語サポート
- ★通訳費、お薬代、検査代、全て無料!
- ★無料送迎車あり/往診サービス
- ★タウンズビル・アーリービーチの系列病院でもキャッシュレス診療受付可能

メディケアをお持ちの方 Bulk Bill 対応病院

- ★日本語通訳サービス (一部時間帯を除く。必ずお問い合わせ下さい。)
- ★通訳常勤時間外に診察予約をご希望の方、**07-4052-1119** [24時間予約受付(英語)]
- 日本人通訳 月~金 8:30am ~ 19:00pm  
常勤時間 土日祝 8:30am ~ 18:00pm



薬局も併設

女性ドクター常勤

皮膚・目・耳鼻・婦人科など何でもご相談下さい

今月の  
プチコラム

vol.20 Facebook発信中!



当院のFacebook日本語ページがあるのをご存知ですか? オーストラリアの医療情報や当院からのお知らせ、困った時に役に立つ病気や怪我の情報、スタッフのつぶやきなどをアップしています。是非「ケアンズ24時間日本人医療サービス」で検索して「いいね」を押して下さいね。宜しくお願いします。



The Dentist Cairns Dental Group

日本人歯科助手常勤のThe Dentistで安心歯科治療(要予約)! オーストラリアの歯科治療は高額で不安な方、お見積もりも可能です。ご予約時にお気軽にお申し出下さい。



通訳付き診察をご希望の方は、必ず予約時にお申し出下さい。※下記電話番号はどちらも日本語で24時間対応

07-4031-8131

1800-688-909

MAP : P.22 C6