

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
Adventurous by nature

リビング イン ケアンズ

www.livingincairns.com.au

JAN & FEB

2013 Issue vol.141

ケアンズのオトナ女子!
自分磨きしてますか?

ビューティー & ヘルス特集



Becoming the best version of yourself.

羽ばたけ、ケアンズプチ熟女

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。 ※ メディケアをお持ちの方 ※

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
(日本人常動時間内に限り対応。お問い合わせ下さい)
- 日本人常動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)]
- 【日本人常動時間】 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ま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.7 GP(ジ-ピー)制度について



シバ先生(Dr Siva)

当院のドクターはGPと呼ばれる、歯科以外の頭の手先~足の先まで診療科を問わず診療が出来る医師が常勤。内科・外科・婦人科・小児科・整形外科など、あらゆる分野の症状を1度の診察で24時間診てもらえる事が可能です。通常大変混み合っておりますので、診察ご希望の方はご予約頂く事をお勧めします。

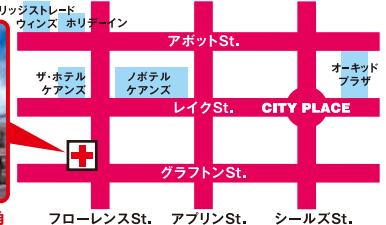
07-4031-8131

フリーダイヤル 1800-688-909

※ 上記電話番号は24時間受付。どちらも日本語にて対応。



フローレンスSt.&グラフトンSt.の角



MAP : P.18 C2

留学・ビザ・人材の総合サポート!!

Staff Solutions Australia Pty Ltd



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。

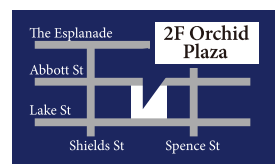
【お問い合わせ】 cairns@ssaust.com.au

【Tel】 07 4051 9005

【日本からのフリーダイヤル】 0053 161 0102

【Fax】 07 4051 9080

【Web】 www.cairns-ssa.com.au



留学・キャリアコンサルティング

これからのキャリアアップ実現に必要なことは、
1に英語力、2に専門的な知識(スペシャリスト)
が世界基準となります。
(オーストラリア就職・永住ビザにも必要!)

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!!

IELTS対策コース随時、私立・TAFE専門学校、大学・大学院、来年入学手続また間に合います! 条件等により異なりますので是非お気軽にご相談下さい!

現在の自分 → スタッフソリューション 無料留学手続き代行サービス → スタッフソリューション 永住権申請代行サービス

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無料のビザ初期審査、トータルサポートでコース選択、IT、看護士、医療関連、自動車整備士、他にもあります。 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。

目指せ親子・未成年留学!!

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。ご興味のある方は是非、ご連絡下さい。

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

仕事・ファームステイ探し IELTS対策セミナー開催!!



~ セミナーではオーストラリアの仕事事情・英文履歴書作成方法など伝授 ~
電話・メール・オフィスにて事前予約下さい! 1/23、2/13(水曜日16:00~)
上記日程以外でも随時セミナー・相談受付中!!開催予定時期もお気軽に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は? 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高める 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。 MARR(移住手続き代行業者登録番号) 0105680
移民コンサルタントによる安心のサポート!!

翻訳・通訳

NATTI資格保持者による、婚姻証明書・戸籍謄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!!

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 10件

07 **特集** ケアンスのオトナ女子!自分磨きしてますか?
ビューティー&ヘルス特集 健康と美容の情報満載

18 街歩きに役立つリビケン掲載ショップ一瞥つき
ケアンスシティマップ / 広域&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
キュランダ散策マップ

22 ケアンスの「おいしー♥」はココにある!
EAT AND MAKE MERRY! お得なクーポンもあるよ!

25 話題のローカルニュース
ニュース

28 専門家に聞いて知識を増やす
不動産・ビザ・弁護士・ペット情報

30 「探してた」がきつと見つかるイエローページ
CAIRNS SHOP GUIDE 迷ったときココを見れば解決!

32 人気連載
豪州人、日本人を考える 読んだ?

34 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! リビケンケアンスは奇数月の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

①=住所 ②=営業時間 ③=定休日 ④=電話番号 ⑤=ファックス番号 ⑥=メールアドレス ⑦=ウェブサイト ⑧=料金

FROM THE STAFF ROOM



Jun

あけましておめでとうございます。固定概念から脱皮し、独自のカラーを出していけるように、色々挑戦したいと思います。今年もよろしくお祈りします。



Reiko

明けましておめでとうございます。私はBIG40を迎える年。73年生まれの方、お互い頑張りましょうね。今年も楽しく明るく笑いが絶えない一年でありますように!



Yuko

明けましておめでとうございます。自分的には結構、変化のあった2012年。今年も変わることを恐れず前に進みたいと思います。リビケンともども、よろしくお祈りします。

Publisher

A Division Of Future Investment Group Pty Ltd

Sales Jun Yanagita

Reiko Takatsuki

Yuko Kuramoto

Design Daisuke Hayashi

Printing BOLTON PRINT

Special Thanks Keiko Murphy

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。

■リビケンケアンスでは、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.

パトちゃんの携帯電話

あなたならどのプランかな?

オールタイムホワイト

\$0

とにかく安い

★基本料\$0!!

★国際電話が国内
通話より安いつて
本当ですか?

★まずは連絡先を
GETしたい方へ!!

オールタイムホワイト

\$36

使い勝手の良さなら

★無料通話!!

★無料SMS!!

★お得なバケット
オプションまで
付けてスマホ
にもバッチリ対応!!

パトちゃんなら
あなたにピッタリの
携帯が
必ず見つかる!

フリパイド携帯

- 日本人が対応して
くれるプリペは
パトちゃんだけ!!
- 手続き簡単!!
お待たせしません!!



国際コーリングカード

毎週水曜日 **20%OFF**
OPTUSリチャージもあります

パトちゃんの携帯電話 Cairns 毎日営業

住所 79-87 Abbott St, Orchid Plaza 2F

電話番号 07 4051 5655

E-mail ptc_cns@patochan.com.au

パトちゃんの携帯電話 毎日(月~日) 12:00-18:00

パトちゃんの学校紹介 祝日CLOSED

DFS ギャラリー Abbott St

フルタイム オフショア

クイックサービス Lake St

マル優 月~金 10:00-20:00

± 11:00-20:00 日祝 12:00-20:00

PATOCHAN PTC Communications Pty Ltd

優 MARUYU

ケアンス唯一の日本食スーパー・マル優
待望のリビケン・スペシャルプライス復活!

日本の100円均一の「あの商品」あります!

1/10(木)-23(水)



日清 出前一丁 (ごま油、とんこつ、醤油、みそ、黒ごま油)

2/7(木)-20(水)



Rong-Jinn 冷凍さんま 3匹

\$3.99 80袋限定

1/24(木)-2/6(水)



焼き寿司のり 10枚入り

2/21(木)-3/6(水)



マルモ 枕崎かつおつゆ 500ml

www.patochan.com.au

LOCAL Topic & Event



TOPIC 01 サイクロンの準備 していますか?



記憶に新しい2011年2月3日サイクロンヤシ。あの日の教訓を生かしサイクロンの準備をしておきましょう。救急箱や防災用品・避難場所・連絡網などの確認、また、住宅・車の保険なども調べておいたほうが役に立つはず。詳しくは下記webにて。

<http://www.emergency.qld.gov.au/emq/css/cyclone.asp>

TOPIC 03 駐車料金値上げ



2013年1月より路上駐車料金(City内、エスプラネード南側、病院周辺、図書館周辺)が1時間1ドル20セントに値上げされます。また、Hartley St.(新しく増設されたKenny St.も含む)の一日駐車場も\$4へ値上げされます。コインの準備をお忘れなく。詳しくは、Cairns Regional Councilホームページをご覧ください。

EVENT 02 魔法の質問セミナーが ケアンズにやってきます。



「子供がやる気になる質問セミナー」



子供がやる気になり、瞳がキラキラと輝く人生を送れるためにママさんができることや、子供がやる気をだすとい

うとっておきの一言、子育ての大切なポイントや人間関係が円滑になるコミュニケーションスキル、日ごろのストレスを軽減する方法を学べます。(定員88名)
※お子様連れ希望の方は、チケット購入時にお子様の人数をお知らせ下さい。

「夢をかなえる魔法の質問セミナー」

私に何ができるの? やりたことがわからない。モチベーションをあげたい。自分らしさってなに? もやもやを抱えている人はボクの魔法の質問に答えてください。答え終わると新しい自分に出会えます。(定員100名)

●2013年1月30日

【子供がやる気になる質問セミナー】

●日時:開場11:45 開演12:15~14:15

【夢をかなえる魔法の質問セミナー】

●日時:開場18:00 開演18:30~20:30

●会場:シャングリラホテル・ラグーンルーム

●会費:前売り券\$20 当日券\$30

NAVIツアーでチケット販売

●お問い合わせ:maki@colourtalks.com

Facebook魔法の質問 in Cairnsからセミナー両方お申し込みの方には、特典\$35!

ネットでのお申し込みは、<http://ws.formzu.net/fgen/S75629812/>

席に限りあり。お早めにお申し込み下さい。

TOPIC 02 ケアンズズーム&ワイルド ライブドームオープン!!



カジノ3階、ドームにオープンした屋内動物園。屋内動物園としては「世界初」のロープコースが設置されています。内部は4つのセクションで構成され、ロープコースの要素は全部でなんと63箇所。熱帯雨林を模した園内で鳥や動物を眺めながら挑戦してください。

●営業時間:9:00~21:00

●条件:6歳~、身長120cm以上、体重120kg以下

所要時間:4つ全てで約2.5時間

服装:スカート、ビーチサンダル不可(貸靴あり)

www.cairnszoom.com.au

EVENT 01 アイアンマン・ケアンズ 今年も開催決定!



2012年開催が大盛況のうちに終わり、今年も大会のエントリーが開始しています。昨年参加して手ごたえを感じたトライアスリートたちのリピーター参加は勿論のこと、日本に一番近いオセアニアの地でのトライアスロンにご興味のある方、日頃の練習の成果を2つの世界遺産に挟まれたこのケアンズで発揮してみませんか?

●開催日:2013年6月09日(日)

●内容:スイム3.8km、バイク180km、ラン42.2km上記以外の競技も行われます。

●詳しくはクイーンズランド州政府観光局公式サイトへ

Salesが見つけた 今号のNEW SHOP



01 Cheeky Bum P.20



お店の商品に自分もついつい真剣な眼差し。日本のおもちゃって、楽しく学べてすごいと改めて関心してしまいました。どれにしようかな??

02 CHIBNALLS P.11



ちょっと敷居が高いかも!?と思ってしまうが、でもCHIBNALLSさんのように、リングの新品仕上げでもOKって嬉しいですね。

03 Colour Talks P.11



色を通して、お子様の新しい一面、そして自分の知らなかった一面が見えるかも。取材時皆さんととても楽しそうでした。

04 えびす堂 P.10



ゆりさんにマッサージされ、自分の体をかなり駆使していたのがわかってしまいました。体は大事にしないと。癒しマッサージ最高です!

05 Hair Salon Ulysses P.09



まだ内装中でしたが、お店のシンボル"ユリシス"が所々に飾られていてステキな空間になりそう。2月のオープンが待ち遠しいです。

06 I Rejuvenate P.10



いつもはコラムを書いて頂いているアキコさん。技術はもちろん、知識も豊富で普段のお肌の悩み相談までして頂きました。

07 Oz Connection P.14&15



観光の方、ワーホリの方、在住の方、みんなの強い味方Oz Connection。ツアーのこと、生活のこと、仕事のこと、情報が満載です。

08 Shaira Star P.09



かよさんの肌の綺麗さに同じ年代の女性として嫉妬してしまいました。(笑)やはり、日頃からの手入れは大事ですね。頑張ろうと。

09 The Coffee Kitchen P.20



オーナーシェフのルークさんが作るパイやタルトはどれもおいしそう。お店の前を通るたびに焼きたての匂いに引き寄せられます。

10 Quick Massage P.10



ケアンズSUNにも取り上げられた動体療法。ぎっくり腰にも効果ありというのびびく。往診してくれるのも助かります!!

Inner Beautyを育み、自分を満たす。その鍵は貴女自身にあります。

内側からの輝きを導く魔法の質問。

同じ時間に起きて、朝ごはんの支度、家族を見送り、掃除洗濯…働いている人は職場へ。

毎日同じことの繰り返し。「わたし、今のままで幸せ?」「こんな生き方でいいのかしら?」

そんな思いを持つ女性は少なくないはず。でも、1人1人の中に秘められている可能性は無限大。

自分らしく輝く、豊かな人生を送るカギに、「自分自身に問いかけ続ける」ことがあります。

それどういうこと?どんな問いかけをすればいいの?「質問家」マツダミヒロさんが、お答えします。

正しい質問が
あなたらしさを
呼び覚まします。



マツダミヒロさん
質問家。「魔法の質問」主宰。
カウンセリングやコーチングの理論をベースに、自分自身と人に日々問いかけるプロセスを集約し、独自のメソッドを開発。質問するだけで、魔法にかかったようにやる気と能力が引き出され、行動が起こせるようになることから、「魔法の質問」と名づける。日本全国・海外で行う講演は年間200件以上。著書は13冊。「質問は、人生を変える」をキャッチフレーズに、上質な人生を生きるきっかけづくりを行なっている。
日本メンタルヘルス協会公認カウンセラー。

「まずお伝えしたいのは、質問は自分との対話だということです。人のことはたくさん話をしないとわかりませんよね。自分自身も同じなんです。でも、とかく女性は「自分はさておき」となりがち。自分に問いかける、という行為を通して、自分との時間を大切にしてほしい。」
と言うマツダさん。気づきは、自らアウトプットする時に得られる、と伺って納得ですが、答えが出ない場合はどうしたら? 「答えはすぐに出なくてもいいんです。例えば、この部屋に赤いものはありますか?と自分に聞くと、勝手に探し出しますよね。問いかけられると、脳はずっと答えを探し続けます。答えを生み出すまでの変化の過程でも、もの見方、感じ方、見える世界が変わってゆくのを体験するはずですよ。」
答えは、その人が最も必要としている時に降りてきます。答えは全部正解。わからない、も正解。自分から出た答えは全て、いいね、と自分で受け止めて、心を開いてください。」
脳は答えを探し続ける…ということからは、「事実を発見する質問」を投げかけることが必要です。そこで「自分らしく生きるための答えを探る質問」を教えてください。

それは、愛ですか?
怖れですか?

「何かを選択しなければならぬときに、自分に問うのです。「愛」の選択は、自分の中から生み出されるもの。「怖れ」は、食べていくために、家族のために、親を喜ばすために、といった「外」が基準の選択です。僕の体験から言うと、愛の選択はうまくいくことが多いけれど、怖れの選択はトラブルが多い。」

やらなければいけないことではなくて、「何をしたいのか」を見つけて選択することです。大きなことはしなくていい。朝10分、より多くの愛の選択をしてみよう、という具合に、小さなことから、自分らしく生きる習慣を育ててみましょう。
がんばって無理しても、あまりいい結果は出ない。自分が満たされることを選び、好きなこと、得意なことをやっていくと、無理せずともうまいく。
僕は、1人でも多くの人が、その人らしく生きて、支え合いながら生きる世の中ができれば、と願っています。」
自問する時は、事実をフォーカスし、偏りのない見方で、真ん中にあることが大切。自分らしさは、本来他をも生かすのです。

自分の心を満たすために、
できることは何ですか?

結婚式などで見かけるシャンパンタワー。それに見立てて、マツダさんは、シャンパンタワーの法則を人々に伝えていきます。
「一番上のグラスが自分。次の段のグラスは家族、その下のグラス達は友人や会社のお客様など。一番上から注がれたシャンパンは、満タンになったら次のグラスを満たすために流れていきます。」

つまり、自分が満たされないことには、家族を満たすことができません。家族を満たせなければ、友人や仕事のお客様も満たすことはできないのです。
何だか気持ちがモヤモヤする、と思ったら、この気持ちはどこから来たんだろう?と質問して、自分の答えを大切にしましょう。無理をせず、心と体に聞いてみてください。「周りに合わせがちな私たち日本人でも、もっと自分軸を持つても良さそう。」
「未来も大切だけれど、それより大切なのは今。そして、周りを幸せにするには、まず今、自分自身が満たされた状態であること。そのためにできることは何か、ご自身に質問をしてみてください!」



誌面ではご紹介できなかった
質問がまだまだあります。

NEWS

新刊「なかなか眠れない夜に。」~本当の自分が見つかる72の質問~

出版記念を兼ねて、マツダミヒロさんがケアンズでセミナーを開講!

やりたいことが見つかる。新しい自分に出会える魔法の質問ライブを体験したい方はぜひ参加を。

【夢をかなえる魔法の質問セミナー】▶開場18:00~▶開演18:30~20:30

【子どもがやる気になる魔法の質問セミナー】▶開場11:45~▶開演12:15~14:15

1月30日(水)ケアンズシャングリラホテル【前売り券】\$20(NAVIツアー、パウチにて販売中)／【当日券】\$30

【詳細】facebook.com/shitsumoncairms 【お問い合わせ】maki@colourtalks.com

P.04
EVENT 02
CHECK!

HAPPY NEW YEAR

**謹賀
新年**

**2013年も更なる努力をして参りますので、
これまで同様のご愛読お願い申し上げます。**

リビングインケアンズスタッフ一同



GO飲
GO食

ケアズのおトナ女子!
自分磨きしてますか?



ビューティー&ヘルス特集

Becoming the best version of yourself.

～羽ばたけ、ケアズプチ熟女～

プチ熟女【ぷち-じゅく-じょ】[名]

1. 30代から40代くらいの女性 2. 自然体の中にもアクセントのあるお洒落を取り込む女性
3. 完熟する手前の色気の漂う女性 4. ケアズの日差しに負けない輝きをもっている女性



プチセルフチェックシート

- 30代～40代の女性である。
- 1日に鏡を見る回数が明らかに減ってきている。
- 常に綺麗にしていなければいけない事に疑問を感じる。
- 「面倒臭い」とつい思ってしまう。
- 良いブランド品や宝石を持っているが、しまったままである。
- 久々にお洒落をしたくても、どこから手をつけて良いかわからない。
- じゃあ、私、どうしたらいい?と思う。

▶ 1つでも、当てはまる方、P.08をご参考ください。

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

紫外線の強いケアンズは髪も痛みがち。これからは湿気も多く、髪のお手入れはいつもより念入りにしなければいけない季節。コマチでは日本から取り寄せたケア商品で、ダメージを最小限に抑えます!! 髪の悩みはコマチで解決!



→新しい「3Stepトリートメント」。3週間持続のすぐれもの。紫外線でバサついた髪に潤いを与えてくれます。ショート \$30、ミディアム \$40、ロング \$50

●レディースカット \$35 ●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 \$80 ~ ●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・トリートメント 45分/\$40 ●オーラソーマ \$50 など。



住 34 Lake St. Palm Court 2F 営 9:00~18:00
休 日 ☎ 4051-8132 (要予約)

お母さん! 湿気で髪の毛ボサボサ! どうにかしなよ!

あなたにオススメ



コマチでは、表面にのみストレートパーマをかける『ポイントストレートパーマ』を実施中。通常、ストレートパーマをかけると落ちてしまいがちな髪のボリュームも、表面のみなので心配無用。もともとある髪の癖を利用したパーマなので、お手入れも簡単。表面に艶が出るのも大きな特徴。湿気の多いこの季節に是非! 【S:\$90、M:\$100、L:\$110(カット込み)】



お母さ〜ん、たまには髪型変えたら〜

あなたにオススメ



新年を迎えて、親子でイメージチェンジしてみませんか? VIJOでは、お客様の「こうなりたい!」の願いを叶えます。長い髪をバッサリ切るのもよし、ヘアカラーを変えてみるのもよし! 雰囲気がガラリと変わります。オシャレ親子でデートを楽しむのも◎!!



長さを残した軽めのショート+3Dカラーで快適おしゃれに变身し大喜びのお母さん。お子さんもカッコイイ!

サバードのおしゃれ空間

vijo hair

ビジョヘアー MAP P.19:I7



郊外に位置するゆったりくつろげるサロン。"新しい自分発見"を経験豊富な日本人美容師がお手伝い。髪色を楽しみたいなら立体感や軽さを演出する3Dカラーがおススメです。無料駐車場あり。

Coupon
デザインFoil1枚につき \$10→\$5

●レディースカット \$40
●メンズカット \$30
●カラー \$60 ~
●カット&パーマ \$90 ~
●縮毛矯正 \$185 ~

住 3 Reservoir Rd. Shop 4 Manooira (Pease St. & Reservoir Rd.の角) 営 9:00~18:00 休 日 ☎ 4032-1812

同時施術ヘア×ネイル、まつ毛×ネイルで
時間短縮を可能にしたビューティサロン。



ELIXIR / Fabulash / Lotta

エリクサー/ファブラッシュ/ロッタ MAP P.18:E3

市内中心のオーキッドプラザ1階にある、ヘアサロン(Elixir)内にまつげサロン(Fabulash)、ネイルサロン(Lotta)が併設されたトータルビューティショップ。店内はアロマの香りが広がり、リラックスした雰囲気。スタッフは全員日本人なので安心&丁寧。日本の繊細な技術を提案してくれると在住日本人のお客様、観光のお客様、そしてローカルOZの方にも定評のあるビューティサロン。

★カットレディース \$42 ★カットメンズ \$35
★パーマ \$70 ~ ★カラー \$55 ~
★縮毛矯正 \$210 ~

▶ Elixir 住 58 Lake St. Orchid Plaza 1F
営 10:00~19:00 (土 9:00~19:00、日祝 10:00~18:00) 休 無 ☎ 4051-8959 http://www.tete-beauty.com/



★マニキュア \$20 ~ ★ペディキュア \$30 ~
★ジェルネイル \$50 ~
▶ Lotta ☎ 0421-461-573 Rie



★まつ毛パーマ \$40
★まつ毛エクステ 60p (30piece each) \$80 ~
▶ Fabulash ☎ 0415-559-827 Kaori



自分にあった髪型が発見できるね!

あなたにオススメ

「こまめにサロンに行くのは...でもお洒落はしたい」...デジタルパーマがおススメ! パーマのダレやすい長い髪にも、しっかりとかかり、長持ちです。「色々な髪型を試してみたいけどダメージが気になる。」...スウィートカールがおススメ! 傷みの少ないパーマなのでカラー、縮毛矯正の後でも安心してご利用頂けます。

【2月から新メニューのリンゲージトリートメントを導入】
ダメージレベルに合わせた3種類のトリートメントと自宅でサロン仕上げを持続できるホームケアトリートメント付き。



年代にあったエクステを提案!!

あなたにオススメ



まつげエクステで印象チェンジ。長さは自まつげよりも数ミリ長く、太さは0.15ミリ(マスカラを一度塗りした太さ)で80~100本使用すれば自然に仕上がります。顔全体が明るく華やか印象になります。目元のくすみやたるみ等のお悩みの方に最適!

綺麗な爪ってステキだね!

あなたにオススメ

お子さんがいてネイルに時間が割けないという方にはジェルネイルがおススメ。塗った後、乾かす時間が必要なく施術後にすぐにお子様を抱っこしてもOK! 3~4週間持続し時間のない方も月に1度のお手入れで綺麗な爪を保てます。



数々のネイル大会で賞を受賞!
Naturally Me
Nail and Beauty

ナチュラルミ-ネイルアンドビューティ MAP P.18: D3
まつげパーマ、エクステは長期持続、アートメイクは安全、自然で数年持続、Gel Polish100色以上有。



アートメイク:眉\$400、
アイライン上下各\$300、
2~3回の施術含。3年以内の再施術は半額です。

Coupon ●アートメイク
現金支払い10%OFF
●まつげエクステ110本\$90

54-60 Abbott St. Night Market内
16:30~ 無 ☎ 4051-9911 ※朝11:00から予約制で営業。予約は ☎ 0437-872-709へ

ネイル、まつげパーマ、エクステ
習えるところがあるんだって!

AUSネイル資格コースや各種短期取得コース有。講師はネイル大会の受賞者で海外雑誌にも掲載。卒業生は昨年、生徒



部門で優勝と実績有。今年、初心者も参加可能な1日コースも開催予定だそう。

詳細は sales-39@hotmail.com と http://nailandbeauty.cairnsbeautyoasis.com/ まで。



ケアンズでは体調がいい秘密が判明!

心医術 -わくわくする生活と健康の理論的關係-

ケアンズと体調の関係とは?大自然&リラクスの健康への影響とは?健康増進に役立つ一冊。

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)、Koaland By the Seaで購入可。¥1890

info@shin-ijutsu.com
www.shin-ijutsu.com



心医術からのニュース
ケアンズを彷彿とさせる自然の中でヨガをしよう



静岡県伊豆の国市の美しいヨガステージでケアンズの自然を思い出しながら心地よいヨガ体験をしてみよう。
【SunSmile Yoga】 info@sunsmile.sunnyday.jp
http://sunsmile.sunnyday.jp/

一緑豊かな伊豆半島。自然の音を聞きながら心身ともにリフレッシュ。詳細はウェブサイトです!

まくらに髪の毛いっぱい!どうしたの?



ヘッドスパ(スタイリング込み) \$40~

頭皮ケアを怠ると顔まで弛んでくるのを知っていましたか?当店おすすめ「ヘッドスパ」は地肌のコンディションにあわせ、美容剤をセレクト。日々のストレスで弱った頭皮をマッサージ。頭皮の過剰な皮脂や汚れを取り除きます。抜け毛で悩んでいる方にも効果的。マッサージ機能付きの快適なシャンプー台でリラックスしたひとときをお過ごしください。



オフィス内オープン。無料駐車場あります。



163 McCoombe St. Bungalow 月~土 9:00~17:00完全予約制 休日 ☎ 4054-4410

2月1日オープン予定
自然と癒しが調和したサロン

Hair Salon Ulysses

日本人ヘアスタイリストがあなたの髪質の悩みを改善し「似合う髪型」に。キッズスペースも完備。ママも安心して施術を受けられます!雰囲気と安らぎの空間を過ごせますよ。

●メンズカット\$25、レディースカット\$35~
●カラーリタッチ\$55~、フルカラー\$70~
●パーマ\$90~
●縮毛矯正\$180~
●キッズカット 15歳以下\$20

Coupon
リビケンみたくて
20%OFF
(2月末まで)

癒しと美しさの喜びとを実感

Shaira Star

シャイラスター MAP P.18: E2

お客様との信頼関係を築き、個性の美しさを引き出すトータルビューティーサロン。毛穴の汚れを取るフェイシャルが一番人気。肌質に合わせてコースをアレンジ致します。毎月通えるように良心的な会員価格設定がされているので要チェック。



大人気のエクステ。丁寧できれいな仕上がりが好評でリピーターも増加。メイクや化粧の時間が短縮でき、忙しい方におすすめ。



Coupon
IPL初回20%OFF。メンバーになられた方はIPL初回半額の大サービス。(1&2月限定)

Shop 1A 62 Grafton St. 10:00~20:00(月-金、木のみ21:00まで)土10:00~18:00 日 完全予約制(午後5時まで受付) 4031-0288又はshairastar@gmail.com shairastar.web.fc2.com

あきらめないで!美しさは取り戻せるよ!



IPL治療は光の照射によって、お肌のしわ、シミ&そばかす、くすみなどの肌トラブルを解消。またたるみを引き締める効果やコラーゲンの生成が促進されるので、1回目の施術から肌の違いを実感出来ます。IPL脱毛は肌への負担と痛みが少なく、同時に美肌効果も得ることができるのでお勧め。気になる金額はウェブサイトにて。



総合美容を熟知しているKAYOさん丁寧なカウンセリングと施術であなたの悩みを解消してくれます。

お母さん!!もう夏だよ。準備は完了しているの?!



セラピスト歴16年のRaniさんが施術前にしっかり説明。言葉が不安な方も日本語が少し話せるRaniさんだから安心。疑問、質問は遠慮なく!実際の施術は、

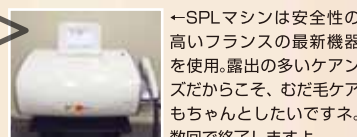


驚きのスピード。2回目以降は15分以下で終了するほどお手軽。痛みもほとんどなく、日本と同じ感覚で受けられるのがうれしい。

白で統一された施術室は超クリーン。脱毛マシンは照射範囲が広いのが短時間で済む秘密。



↑脇やビキニラインは女性にとっては特にコンプレックスのもとに。それが3回の施術を終えた6週間後にはこんなにキレイになるなんて!



←SPLマシンは安全性の高いフランスの最新機器を使用。露出の多いケアンズだからこそ、むだ毛ケアもちゃんとしたいですね。数回で終了しますよ。

スピードと低価格が自慢!永久
脱毛専門サロンで素肌美人!

Hair Free Centre

年間25万人以上の施術を行う国内最大の永久脱毛専門店からの低価格。SPL脱毛で片脇3分、ブラジリアン6分とスピードが速いの魅力的。アフターケアもしっかりでお肌を痛める心配もナシ。

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

贅沢なプライベート空間で
至極の技をお手頃価格で堪能

I Rejuvenate

アイリジュヴェネイト MAP P.19: J5

エドモントンの住宅街にある贅沢なプライベートサロン。とっても落ち着いたサロン内はリラクゼーション効果抜群。あなただけのための究極の空間で、オーナー兼エステティシヤンのアキコさんのゴッドハンドに癒されてみて。



完全プライベートな施術室。流れる心地よいBGM以外は何も聞こえない最高の空間。



エステティシヤンとしての経験も知識も豊富なアキコさん。疑問、質問は悩まず聞いちゃえ♪

30 Slipper St. Edmonton 9:00~18:00土のみ8:00~15:00 火・日・祝日・第一土曜 0414-209-866 www.irejuvenatesalon.com.au

フランスの化粧品を使ったサロンがあるんだって!!



I Rejuvenateでは、フランスの化粧品ブランド'SOTHYS'を使用。現在110ヶ国のプロのサロンで採用されているその最高品質の製品を、世界の他の国々に比べてお手ごろな価格で体験できます。日本のサロンと比べてもとってもお得。是非、上品質の製品と至極の技をお試し下さい。

期間限定 'オレンジとグレープフルーツのフェイシャル' を実施中。素敵な香りのトリートメントは最高の一言。約50分で\$75。今ならSOTHYSのクリームをプレゼント!!



妊娠中のお母さんでも出来るマッサージってあるの?



COOL BODYでは、特別なトレーニングを受け熟知したセラピストが妊婦さんの全身マッサージを行うので安心。(妊娠16週より施術可能、要予約) お腹を触らないHead & Faceでも、顔のツボで全身リラックス。実際、お腹の赤ちゃんにも伝わるらしく、いつもより活発に動くことがあるとか。お母さんにも赤ちゃんにも嬉しいサービス。



COOL BODYでは、個人の保険が適用できるHealth Provider Number制度を導入。加入している保険によっては、リラクゼーションマッサージも保険適用の対象になるので、今一度、自分の保険の内容を確認してみよう!!(資格を持ったセラピストによる施術が適用の対象となるので予約時に要確認)

Body Relaxation & Care



ホットストーン



オイルマッサージ



ボディ指圧

30分\$40~のリラクゼーションマッサージ。夜まで営業。



【コンビネーション割引】通常\$5 OFF → 「リビケン見た」で\$10 OFF!!

2つ以上のメニューの組み合わせで通常\$5割引が、「リビケン見た」でお得に! いつものマッサージに少しプラスアルファして、よりリラックス & よりフレッシュ。

※必ず「リビケン特典!」とお伝えください。※他の特典との併用不可

8,9 & 10 Global Palace 86 Lake St. Tel: 4041 3925 (日本語専用) 営業時間: 毎日10am-10pm (受付9pmまで) www.coolbody-massage.com.au

※特典詳細は、COOL BODYスタッフへお気軽にお問い合わせ下さい。 9月3日(月)より営業時間、10amに戻りました。

MAP : P.18 E3

ほぐしのプロ・美容のプロ。
期待を裏切らない癒しの隠れ家

えびす堂

MAP P.18: C1 エビスドウ

開業17年目のえびす堂では、日豪有資格の「巧みの技」で溜まった疲労をしっかりと取り去り、スッキリ解消。指圧では全身のツボを刺激させ、血行を促進し内側から健康に。男性は指圧、女性はビューティーとカップルで訪れるのも◎!



お任せください! 心身の疲れが溜まっている方。TAKUさんにお任せください!



Coupon 【ビューティーのみ】 電話予約の際リビケン見たで10分延長

CIVIC Shopping Center (McLeod St.側) 10:00~19:00 (土日祝日は予約営業) 0430-105-173 (指圧・TAKU) / 0413-251-193 (ビューティー・YURI) ebisucns@gmail.com



去年の疲れを取り除くなら、こちらがおススメ!



【フェイシャルマッサージ】年齢と共に気になりだすフェイスライン・ほうれい線・疲れ顔も一掃。溜め込んだコリや代謝不良を排出します。顔がキュッと上がる「輪廓の変化」を実感しよう!



【ボディマッサージ】お客様の体調や気分に合わせてアロマを選び、体質を見極めながらのオールハンドでの施術。むくみやコリも巧みな手技を使い分けていくので施術後はスッキリ爽快!



経歴13年。マッサージセラピストなどの資格を持つYURIさん。丁寧に揉み解すハンド技は神業!

腰痛、五十肩に即効くって本当?



新しい『動体療法』を導入。身体を動かしながら、痛みの根源を見つけ、個別の症状に合わせたトリートメントを行うこの療は腰痛・五十肩に効果絶大。痛みがひどく来院できない方には往診もしてくれる。3月に日本から講師を招いて講習会も予定。詳細はお問合せを。

看護師、助産師の資格を持つHarumiさん。日本での長年の

経験をいかし、妊娠中、産後の相談はもちろん、母乳相談にものってくれるそう。新米ママの強い味方。



自分では気づきにくい不調も経験豊富なSammyさんとHarumiさんがケアしてくれます。

●指圧15分\$20 ●リンパ指圧60分\$50 ●ポーエンセラピー\$55など



肩こり、腰痛etc.の「駆け込み寺」的サロン!

Quick Massage and Bowen Therapy Clinic

クイックマッサージ&ボーエンセラピークリニック MAP P.18: E3

地元OZに人気のマッサージとボーエンセラピーのお店。“ボーエンセラピー”とは、オーストラリアで生まれた療法。「治す」のではなく「元に戻す」感覚で、幅広い不調に効果あり。指圧、リンパコースも人気。

6/52 Lake St. 9:00~19:00 (木、金は~17:00、17:00以降と土日は予約営業) 休不定休 4041-0033



傷ついたり、汚れたジュエリー、あきらめちゃダメ!



ケアンズで日本人好みのジュエリーを見つける!!

CHIBNALLS

チブナルズ MAP P.18:F3

創業33年、お客様の声を大切にしながら、オリジナルデザインの手作りジュエリーを作るチブナルズ。これまで、数千ものカップルの婚約、結婚リングを提供。経験豊富な日本人スタッフも常勤。細かい希望にも応えてくれる頼れる老舗。

住 5/34 Esplanade. 営 9:30~18:30 (土~13:00 / 13:00以降ご来店希望の方はご予約下さい) 休日 4031-0844

今では世代を超えて家族で来店の方も増え。



BEFORE



AFTER

いつも使っているジュエリー、どうしても傷がついたり、変形したりするもの。そんなジュエリーをそのままにいませんか?チブナルズでは傷ついたリングの新品仕上げが、なんと\$20から可能。まるで新品のような輝きを取り戻せます。さらに、金価格が上昇している今、リフォームも人気。デザインの相談はなんと無料。



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ちゃいます!



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

<オーキッドプラザ店> 58 Lake St. Orchid Plaza 1F 営 10:00-19:00(月-土)、11:00-18:00(日) 休 無 4051-5561 www.brightnature.com.au <ナイトマーケット店> 54-60 Abbott St. Night Markets (クレープ屋ナメ向かい) 営 17:30~22:30 休 無 4031-1809



Coupon

\$50以上
お買い上げの方、
10%OFF



きゃーシミが!! お肌が叫んでるよ~。

紫外線や暑さで心身ともに疲れている方へ、ハニーランドおススメ商品をご紹介します。プラセンタシルクはシミ・シワなどのエイジングが肌に見え始めた方へ。大人気のプロポリスは疲労回復へ効果的。毎日のケアに取り入れよう!



↑プラセンタシルク
←プロポリス液体/カプセル

【プライトネイチャーのプラセンタシルク】プラセンタに含まれる栄養成分を含んだクリーム。マヌカハニーとホホバオイルも贅沢に配合。簡単お手入れで肌の老化を防ごう!

【プロポリス液体 / カプセル】ハニーランドでは活性フラボノイド含有量の高いユーカリの樹液でミツバチが作り出したプロポリスのみを厳選使用。滋養強壮効果的です!



新学期にお母さんと一緒に新しいこと始めたいなあ



カラーの効果を取り入れて、大人にも子供にも必要な3つの力「集中力」「発想力」「コミュニケーション力」を育てる色育講座。親子で楽しみながら色を通じてあったかなコミュニケーションを。

★「親子で楽しむ色育講座」60分 \$15 (塗り絵ダイアリー、お茶付) 親子で色で心の通いあうほの時間を、お楽しみください。1月15日10:00~

★「じっくり楽しむ色育講座」90分 \$18 (塗り絵ダイアリー、お茶お菓子付) 自分と向き合う大人用色育講座。1月15日14:00~

「あなたが、おすすり分けできることは何ですか?」の質問から生まれたシェアお茶会を毎月開催中。おすすり分けをシェアするもよし、あなたのおすすり分けを提供するもよし。次は読書会とウクレレ体験会です。(詳しくはクラシファイドP.34へ)



パステルとアートは子供から高齢者まで誰でも参加可能。手ぶらで参加できて、帰るときには世界で一つだけの作品を持って帰れる手軽さがうれしい。

- ★【パステルとアート】大人\$30、子供\$10 (絵2枚、2時間、お茶、お菓子付)
- ★【パステルとアート準インストラクター講座】\$700(20時間講座、画材、教材込)
- ★【オーソマーカーセラピー】60分\$55.90分\$80
- ★【レイキヒーリング】60分\$50
- ★【チャクラバランスマッサージ】90分\$80

色とアートでココロを開放! 内側からの自分磨き。

Colour Talks

カラートークス MAP P.19:G8

色を通して、本当にやりたいことや自分の中に秘めた可能性に気づくお手伝いしたいと、日々たくさんの方に幸せのお裾分けをしているMakiさん。あなたも色のパワーを取り入れ、毎日をよりハッピーに。

☎ 4043-112-116 info@colourtalks.com
🌐 www.colourtalks.com / http://ameblo.jp/maki-happycolour

ワーホリ、学生の強い味方の診療所です!

McLeod st. Medical Interpreter Service

マクレオドストリート日本語医療通訳サービス MAP P.18: C1

政府公認通訳(NAATI)のあけみさんがサポート。婦人科系の相談にも強く、滞在・旅行中の方で体調を崩された場合でも、日本語通訳付で安心して受診ができます。電話対応24時間OKの海外保険適応病院です。



←「ささいなことでも相談ください」頼れる通訳のあけみさん。

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。

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

ねえ、なにか体にいいこと始めたら?

ケアンズでは有名なAkemi's Power YOGA。ヨガには、一連の動きと呼吸を無理なく繰り返すことによって、ストレスやこわばった身体を解く作用があります。「産後の腰痛がなくなった」



あけみさんはヨガ講師でも活躍。丁寧に教えてくれるので初心者の方でも楽しく参加できます。



「6kg痩せた」「妊娠した」「体のコリがなくなった」など生徒さんの反響も大。体調改善におすすめです。

Akemi's Power Yoga
【場所】Whitfield内【月・火】9:30~10:45【水】18:00~19:15(要予約)
【電話】0423-762-772 【料金】\$10

泳ぎに行く機会も多いこの時期、毎年、クラゲに刺されて来院する患者さんは後を絶ちません。また今年は、クラゲの異常発生が通達されており、例年以上の注意が必要です。

クラゲの触手には刺胞(しほう)と呼ぶ刺傷器官があり、1本の触手に数千の刺胞があります。この刺胞に触れると、クラゲの種類によりますが、皮膚に痛みや痒みを伴う発疹や炎症が起こります。応急処置として、患部を海水(真水は不可)で洗い、刺胞を不活性化させる為に酢液に1分程浸します。触手が皮膚に付着していれば取り除き(素手では触らない事)、再度患部を酢液に浸します。その後はすぐに医師の診断を受け、必要に応じて抗ヒスタミン剤(アレルギー反応を止める)、ステロイドの軟膏(炎症を抑える)、鎮痛剤(激痛の場合)等を処方してもらいましょう。

ケアンズ近郊には重度の症状を引き起こす、神経毒を保有したクラゲも発生します。ボックスジェリーフィッシュと呼ばれる、体長が最大3mにも成長

するものや、イルカンジと呼ばれ、傘は5~10ミリしかなく、触手だけ1メートル程もあり、なかなか肉眼で発見しにくいものも生息します。これらのクラゲに刺されると、吐き気・脱力・頭痛・筋肉の痛みを伴うこともあり、ひどい時は呼吸困難・胸痛・痙攣を起こす事もあります。このような症状の時は大きな総合病院へ緊急搬送し、治療を受ける必要があります。

防止策として、ライクラスーツやスティンガースーツと呼ばれる全身スーツ等を着用し、遊泳は必ずライフガードの監視下と、指定された遊泳区域で泳ぎましょう。遊泳区域には、状況を示す旗が立っています。赤と黄色が半々の旗は“常に旗と旗の間で遊泳”を示し、赤一色の旗は“遊泳は禁止・水に入ってはいけない”。また、赤と白のカノコ柄の旗は、“緊急事態発生・直ぐに水から上がる”を示します。

ルールを正しく守り、安全に楽しく遊泳を行い、この夏を乗り切りましょう!

一般的には薬剤を使用せず、コラダムという酸化アルミニウムの結晶からなる鉱物の微粒子パウダーを用いて、皮膚の一番上の皮層を磨きながら古い角質を取り除くピーリング技術の一つです。

この技術は80年代にアメリカで大ブームを起こし、今だ人気の高い技術ですが、時代と共にダイヤモンドパウダーや植物性のパウダーを用いたり、機材無しでの治療も数多く存在するようになりました。

特徴としては、ざらつきの肌がツルツル、すべすべになる。毛穴の開きを小さくする。ニキビ後の凹凸を目立たなくする。小じわを目立たなくする。くすみをとる。黒ニキビや白ニキビを取り除く。シミやそばかすを薄くするなど。

副作用が少ないことから、レーザーやケミカルピーリングより肌にやさしいとも言われています。ただピーリング技術そのものが、皮膚表面にある角質層を取り除き、皮膚の下部層に“早く新しい細胞を再生させて!”と、刺激を与える仕組みになっている為、肌の状

態やピーリングの質によって、結果は異なってきます。

シミを集中とした治療では、その箇所がチョコレートペーストのように色が一時的に濃くなりますが、時間が経つにつれ薄くなっていきます。これらのプロセス過程がレーザーやケミカルピーリングより長いのが難点かもしれません。

一般的に、この治療後は軽度の赤みや腫れを発生させることもあります。通常1日でその症状はなくなります。治療の頻度は1-2週間に1回、通常約5回前後のセッションを受けるのが一般的です。

また、肌の下部の層を、日差しやバイ菌などから守る働きもしてくれる表皮の角質層が無くなるわけですから、しっかりと日焼け止めや保湿クリームを塗布すること、肌の機能をよりいっそう効果的にするために、ビタミンA,C&E、アミノ酸、必須脂肪酸(魚/オリーブ)、抗酸化物質(緑野菜/ベリー系果物/緑茶)の食べ物意識して摂取するなど、バックアップシステムを取り入れてください。



キムラ アキコ



「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。

秋友 真理

スイスに3年、ケアンズに11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。1児のママ。

星の王子・SAIが1~2月の星占い

1月末に星回りが大幅に改善されます。大きなことであるほど1月は見送って2月から行うほうがうまくいきます。2月は火星と水星がしばらく行動を共にするので、モチベーションと知性が合致。充実した日々が訪れるでしょう。

SAI PROFILE

オーストラリアエコツアー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、「Rosy Grace」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。

おひつじ座
3/21 ~ 4/19

積極的なアピールが成功の元

1月の中旬に得意分野が社会的に認められます。できることを思い切ってアピールしましょう。2月にはいと感性のあう友人との関わりができそうです。大切な友人になるでしょう。

おうし座
4/20 ~ 5/20

人付き合いに動きが出てきます

2月にはいるまでは大きな売買は控えてください。ただ1月も勉強や旅行などにお金を使うのは良さそうです。滞った人間関係の改善。距離のあった人から連絡が来たりするかもしれません。

ふたご座
5/21 ~ 6/21

人からの評価で良い流れが来ます

前半のテーマは自分の感情のコントロール。また健康の不安は大きな問題になりません。後半は他人から過大とも思える評価を受けるかも。自分を売り出す大きなチャンスに。波に乗りましょう。

かに座
6/22 ~ 7/22

楽しみよりも勉強に時間を使うとき

恋愛は思い通りに進まずに結果が出るのには時間が必要。焦らなければ問題ありません。普段取り組まないような専門的な勉強などに身が入ります。試験・資格の勉強に最高の時期です。

しし座
7/23 ~ 8/22

他人の力を借りて大きく前進

自分の意思を理解してもらい、他人を動かして自分の力にすることができそうです。よい相手も見つかるでしょう。起業して融資を取り付けたり、玉の輿にのつつもりなら今が絶好です。

おとめ座
8/23 ~ 9/22

普段どおりの仕事に金運アリ

2月以降は気になる相手がいる人は積極的なアプローチをするのがよいでしょう。上手くいそげな気配。特別なない普段の仕事から金運が訪れる予感。2月末から人付き合いが楽しい時期。

てんびん座
9/23 ~ 10/23

健康改善が狙い目です

後半には旅行運が向上します。また体の調子がよくわかるので不安があるなら病院に通うのも良いでしょう。健康改善を目指すのには最高のタイミング。仕事も思い通りに上手いきます。

さそり座
10/24 ~ 11/21

パートナーを大目に見てあげよう

1月にパートナーとちょっとギンチャクしてしまうかも。ただ山場を乗り越えた後は恋愛の絶頂期が来て楽しくなりそうです。家の周りや身近なところから金運がやってきそうです。

いて座
11/22 ~ 12/21

出会いを求める人の為の時期かも

理想の相手探しは2月に入ってからがGood。そこまではガツガツしないように。はずれを引きませんよ。周辺環境に恵まれ、引越しや住まいの改善を考えている人は行動に移しましょう。

やぎ座
12/22 ~ 1/19

兄弟達と楽しいことがありそうです

健康の不安を感じていても大きな問題にはならなさそうです。基礎を見直すのが2月のテーマ。疎かにしてることはないですか?兄弟やそれに近い関係の人と楽しいことがおこりそうです。

みずがめ座
1/20 ~ 2/18

お金が動きますが上手く稼ぎを出せませ

過去の取りこぼしを見直すことで金運を引き出せるでしょう。2月に入ってからはお金の出入りが多いですが株やFXのような資産運用が成功しやすく上手くやりきる知恵が働きます。

うお座
2/19 ~ 3/20

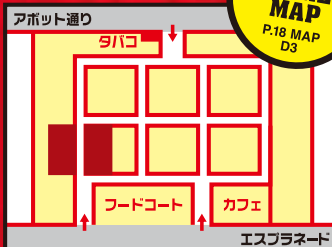
自分のあり方を良い方向へ変えていける

ずっと考えてきた、計画してきた旅行などを行動に移すチャンスです。2月以降は住まいのトラブルなどの改善をしましょう。また自己改革を考えると良い結果がだせそうです。

ナイトマーケット内最大!「MAD MAX」で高品質なオリジナル商品から定番商品まで豊富



MAD MAX



54-60 Abbott St, 71-75 The Esplanade
Night Market内 16:30~23:00 07-4051-4731 www.madmaxcairns.com.au

ケアンズのお土産屋さんで唯一のオーガニック認定店

お土産は、やっぱりケアンズでしか手に入らないものを安く手に入れたい!でももちろん良質なモノしかいらぬ!わかりました!そんなお客様は是非、まず一番に MAD MAX へお越しください。



MAD MAX オリジナル

JOJOBA OIL 100% Pure

目指せ 10 歳若い肌!
100%天然・完熟良質!

オーガニック先進国オーストラリア産100%のホホバの実から抽出。ホホバオイルは酸化しにくく安定性が高いので、長期保存が可能。ニキビ、アトピーに有効なほか、育毛やアンチエイジング目的にも最良の効果が期待できます。他社では見られないサラッとした使い心地。使用后すぐに肌のモチモチ感がわかります。



MAD MAX オリジナル

N7 EGF

疲れたお肌をリセット!
肌のハリと潤いをサポート

N7は進化したEGFを主成分とした美容液。EGFは、血流を良くして、コラーゲンの蓄積をサポート。また、表皮の新陳代謝をコントロールし28日周期へと正常化させます。EGFと贅沢な7つの美肌成分が老化からお肌を守り、ハリのある明るい素肌へ!お肌のおとろえが気になり始めた方、是非お試しください。

コスメ部門

美肌になれるスキンケアアイテムが数多くあります。ケアンズ在住者の常連も多く、信頼されている品ばかり!



肌の悩みはなんでも相談っ!ー!

7位 JOJOBA OIL 100% Pure

独自の生産プロセスにこだわったオリジナルホホバオイルが登場!驚異的な伸びと浸透力です。

2位 JOJOBA OIL 100% Pure

ホホバオイルの元祖といえばコチラの赤箱。1位と2位がどう違うのかを肌でチェックして、お好みで選んでみて。

3位 N7 EGF

皮膚のターンオーバーを促進し、若々しい肌を取り戻してくれる!

UGG部門

サイズ、色、形の在庫数ハンパない!まとめ買いもおまかせあれ。もちろんすべて工場直送の「本物」です!



UGGはちまかせて!

UGGを知り尽くすプロフェッショナル・Yokoさん(身につけているUGG小物はすべて購入可能)。

7位 バイリー 1ボタン

コーディネートしやすい形で、特に可愛くはきたい人におすすめ。毛質のよさも人気の秘密。

3位 アニマルプリント

かかどに模様があるなんてめずらしい!と人気のタイプ。柄、色ともにバリエーションが豊富。

FACTORY DIRECT

MAD MAXのUGGは全て工場直売!!

50%OFF

MAD MAX COUPON

コスメ商品、又はUGGをお買い上げの方
プレゼント!!

MAD MAX COUPON

お客さんCHECK!

観光客はもちろん、ローカルにも人気のMADMAX。お客さんに「なに買ったか見せて!」と突撃インタビュー!



Rachesさん&Rosieさん
【イギリス】
UGGの種類がたくさんあるのがいいですね。スタッフの方もフレンドリーで会話を楽しかったのもあり、ここでUGGブーツを買うことを決めました!



Akahoshiさん姉妹
【日本】
オリジナルホホバオイルはとろんとしていて特有の匂いがほとんどなく、伸びと浸透の良さもおどろきました。家族や友人達に紹介したいと思います。

2013年1月 OPEN AUSSIE LIFE SUPPORT



【シエイジア】

the Asia



今、大人気の韓国料理が手頃な値段で楽しめる!!

こだわりの韓国料理を楽しめる本格コリアンレストラン。南国雰囲気満点のバーではバックパッカーに集まる世界各国の人たちと素敵なひと時を!! ファンクションルームもあり、プライベートな空間で宴会、会合も楽しめます。



Special 【今月のスペシャル】 ※スペシャルは売り切れることがございますので、お早め!!

- ★マッコリを注文された方に無料チヂミサービス
- ★マッコリセットを注文された方に+1F free小マッコリ
- ★電話でご予約の方にはさらに5%OFF



住 100 Sheridan St. 営 18:00~24:00 (ラストオーダー
フード22:50 / ドリンク23:30) 休 火 ☎ 0421-255-093
▶ MAP P.18:D2



【ボヘミアバックパッカーズ】

Bohemia Backpackers



1泊\$20~のお手頃価格! 好立地、サービス充実のバックパッカー!

最高のクオリティー保証! ケアンズ市内の他のバックパッカーで同条件において同じ価格、もしくはそれ以下で24時間Wifi FREE、+朝食無料を提供しているところがあれば全額返金いたします。バックパッカー利用者は10%OFFになるコンビニエンスストアが1階に併設されていて、利便度100%。また6泊以上の宿泊で1泊無料もしくは空港送迎無料の特典もあり。世界各国から集まる人との交流を楽しもう。

- ★シティ至近!(市内中心部から徒歩約5分) ★無料でWIFIが使用可能
- ★朝食無料! ★長期滞在者に割引など特典あり!

Special 【今月のスペシャル】 2週間~の長期シェアスペシャル

- ★1人部屋:\$130 / 2人部屋:\$100【無料:エアコン、冷蔵庫、机、朝食、Wifiなどサービス豊富】
- ★宿舎内'the Asia'レストラン利用時フリードリンククーポンプレゼント
- ★お友達紹介で'the Asia'レストランフリーフードクーポンプレゼント

☎ 予約 ▶ 0421-255-093【日本語対応】 / reservations@bhcentral.com.au
🌐 http://www.bhcentral.com.au 📞 料 1泊:\$20~ / 6人部屋:\$20 / 4人部屋:\$25 / 2人部屋\$30 / 1人部屋\$40~

SWIMMING LAGOON
【ラグーン】

THE ESPYNADE

NIGHT MARKET
【ナイトマーケット】

ABBOTT ST.

CAIRNS CITY LIBRARY
【ケアンズ図書館】

LAKE ST.

GRAFTON ST.

Bohemia Central Backpacker & Dormitory
BACKPACKER BAR & RESTAURANT

SHERIDAN ST.

MCLEOD ST.

CAIRNS CENTRAL
【ケアンズ・セントラル】

TOUR

ケアンズで楽しめる 素敵なオプションル ツアーの紹介!

★グレートバリアリーフ

▶ スキューバダイビング、シュノーケリング

★熱帯雨林観光

▶ キュランダ鉄道&スカイレールなど
その他熱気球、スカイダイビング、ラフティン
グなど様々なアクティビティツアーも充実。
予約時に、素敵な特典もお見逃しなく!



CENTRE “きずな”

OZ Connection
All about Australia
Connection

OZ Connection Shop 3&4 Orchid Plaza TEL 0421-255-098

ブログ始めました! <http://www.ameblo.jp/kizuna-yudae/> ▶MAP P.18:E3

REEF FLEET TERMINAL
【リーフフリートターミナル】

【エスプラネード】

【アポット通り】

WOOLWORTHS
【ウールワース】

ORCHID PLAZA
【オーキッドプラザ】

【レイク通り】

【グラフトン通り】

RUSTY'S MARKET
【ラスティーズマーケット】

【シェリダン通り】

【マクリード通り】

SHOPPING CENTRE
・ショッピングセンター

SPENCE ST. 【スペンス通り】

FARM ファームで働きたい人 大募集!!



『きずな』では皆さんに農場紹介を行っています。プランティング・バナナ・マンゴー・アボカド・野菜(トマト)ファームがあります。お給料は、オーストラリアの労働法にのっとった\$19.20~19.82/時間を保証。3ヶ月フルタイムで働けば、WHセカンドビザの申請も可能。

Special 【今月のスペシャル】

- ★無料相談を受けて、農場での仕事をGETしよう!
- ★Holmesを4週登録した場合は農場紹介無料!!

3ヶ月で\$8,000~\$10,000の貯金もできる。お金をためて、あなたの夢を実現しよう!!

TAX TAX申請もお任せ!!

ワーホリ、学生、帰国を考えている方、気になるTAXについて気軽にご相談下さい。TAXリターン、帰国時のスーパーアニュエーション、ABNの登録(解除)をお手伝いします。当社はTAX専門部署があり、信頼度抜群。

EDUCATION

オーストラリア・フィリピン 留学手続き完全無料!



オーストラリア留学 一般コース、IELTSコース、ビジネスコースなど皆さんの目的にあった学校選びをお手伝いいたします。宿泊施設、ドミトリー、ホームステイの手配も承ります。

Special

【今月のスペシャル】

- ★4週登録で、入学金orGBRツアー無料、農場無料紹介
- ★5週登録で、1週FREE(トータル6週就学可能)
- ★6週登録で、入学金orキュランダ観光ツアー無料
- ★他都市の学校登録が可能。6週以上登録で片道航空券プレゼント!!
- ★Holmes Diploma登録で、学生ビザ申請FREE代行、入学金FREE



フィリピン留学 なぜ今、フィリピン留学が注目を浴びているのか? マンツーマンクラス、スパルタコース、宿泊施設、留学費用など、フィリピン留学について皆さんにしっかりお伝えしたいと思います。

Special

【今月のスペシャル】

- ★4週登録で、入学金FREE
- ★8週登録で、片道航空券プレゼント
- ★12週登録で、往復航空券プレゼント(Tax、空港税別)

Special 【今月のスペシャル】

★ミコマスケイ

フルオプションツアー \$317→\$220 \$97off
ノーマルツアー \$207→\$150 \$57off

★熱帯雨林観光 \$197→\$150 \$47off
(ジャブカイショー、食事、スカイレール、
キュランダ観光、トランスファー含む)

①辛ラーメンor長崎ちゃんぽんマルチセット

②'the Asia'レストラン食事クーポン

③ボヘミアバックパッカーズ1泊無料

※1ツアーをお申込の方①をプレゼント

※2ツアーをお申込の方①②をプレゼント

※3ツアーをお申込の方①②③をプレゼント

クイックシルバーグループ2012年
QLDツーリズム・アワード受賞!

クイックシルバー

「穴場」クルーズにリビケンスタッフが潜入!

せっかくケアンズに来たのに周りはいいつも日本人だらけ…。
と思う旅行者の方はたくさんいると思います。そこで、今
回は穴場のダイビングスポット“最北端エイジンコート
リーフ”をご紹介します。リビケンスタッフのダイビング人生初
体験のREIKO&元ダイビングインストラクターの経験をも
つYUKOの凸凹コンビでポンツーンに潜入し、初心
者目線、ダイバー目線でご案内します!



ケアンズ～ポートダグラスまでの楽しい道のり

出航するポートダグラスまではケアンズからバスで約1時間。ドライバーさんが道中の
観光名所について話してくれたり、道沿いには昔ながらの家や建物を見ることができま
す。運良くカンガルーの群れに遭遇することもでき、あっとい間楽しい道のり。



GREAT BARRIER REEF - Agincourt Reefs



STAFF VOICE

カラフルなサンゴを見において!
みんなを迎える準備はできてよ～

【左】ダイビングサービスマネージャー
のHeinzさん。勤務歴19年の大ベテラン。「海の透明感」と「サン
ゴの種類」を日帰りで体験できるのはエイジンコートだけ。
【右】ダイビングに夢中になり自然にインストラクターになったとい
うJamesさん。エイジンコートの魅力にはまってしまった一人。



エイジンコートならではの透明感!シュノーケルでも十分に綺麗な魚やサンゴが見られます。泳ぎ
に自信がなくてもライフジャケットなど借りることができます。お子様でも安心!思う存分楽しもう!

で行くエイジンコートリーフ

アラフォー

リベケンスタッフ REIKOがダイビングどきどき初体験レポート!

I am a
BEGINNER~



ケアンズ在住12年目にして初ダイビング。最初は楽しみよりも不安でいっぱいだった彼女…。初ダイビングを体験し何を感じ、何に感動したのでしょうか?

リベケンSTAFF
REIKO



©InDepth Video

①船内講習。丁寧に説明してくれるインストラクターYUKITOさん。②ついに初体験ダイビング開始。不安な顔のREIKO。③鼻に海水が入りパニックにYUKITOさんの助けでなんとかクリア!でも、内心リリアアしたかった(泣)④いざ、海中へ!「海の透明度もよくて空中を浮いている感覚。」



⑤たどり着いた先にはニモがお出迎え。そして、初めて見る下からのカメラ。「テレビで見る目線だ(笑)」指に吸い付くイソギンチャクやしゃこ貝にも触れたり初体験づくし。人生初の海中世界を存分に満喫しました。

⑥無事帰還。マスクを外した笑顔は眩しい!!⑦「YUKITOさんのおかげでリタイアすることなく感動体験でき、終了書もGET!」(REIKO)「この透明度と最高級のサンゴはエイジンコート最大の魅力!」(YUKITOさん)

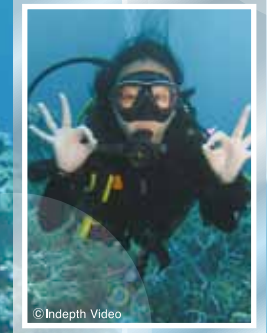
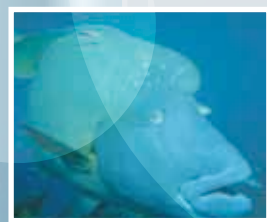
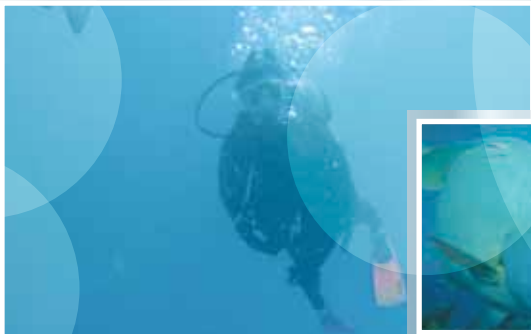
リベケンスタッフ元インストラクターYUKOが語るエイジンコート

ダイビング歴20年。以前ダイビングインストラクターもしていた経験豊富な彼女。本格派ダイバーに映るエイジンコートをご紹介します!

I LOVE
DIVING



リベケンSTAFF
YUKO



©InDepth Video

©InDepth Video

ダイビングに関しては目が肥えているYUKOもいざ潜ってみると「マクロ生物も沢山いて楽しい!私の大好きな、ウミウシも沢山見つけることが出来ました。何より目を引くのはサンゴ。エイジンコートのサンゴは元気がよくて、種類も多い。噂は聞いていたけど、目の当たりにするとやっぱり感動!」

ダイビングが苦手な方にはオーシャンウォーカー!

どうしてもダイビングが出来ない、不安という方には、顔も濡れず安心・安全がアクティビティ・オーシャンウォーカー。こちらも迫力満点!たくさんの魚に出会い、気軽に海中を満喫できます。



©InDepth Video



ダイビング本数、数千本のYUKOもこちらは初体験。頭にユニークなヘルメットをかぶり海中に潜るのに違和感がありつつも興味津々。スタッフの方が丁寧に説明してくれREIKOも最初から笑顔全開!



©InDepth Video

ダイビングでもこんなに間近で魚を見ることはそうそう出来ません。「魚がこっちにどんどん寄ってきてくれる!」YUKO。「顔も全く濡れないし、間近で見ると魚の迫力に感動!」REIKO。海中は別世界のように気持ちがいいもんです!

【アウトターグレートバリアリーフ・クルーズ】

乗船開始 9:30 マリーナミラージュ出航 10:00 マリーナミラージュ帰着 16:30 【クルーズ料金】(送迎なし)大人:\$218 / 子供4歳~14歳:\$112
ファミリー(大人2人・子供2人):\$554 / (環境保全管理税(EMC)\$6含む) 【体験ダイビング料金】\$148(全てのダイビング器材、ウエットスーツなどのレンタルは料金に含まれております。)
【オーシャンウォーカー料金】\$150 【お問い合わせ】TEL:07-4087-2100 WEB:www.quicksilver-cruises.com



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
レートでおし
ていただきます。

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

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
- 無料送迎
(シティエリアのみ)

シティから10分 ▶ U8 170 Mayers St. Manunda
☎ 07-4032-0912 / 0425-374-467
✉ japan_auto_repair@yahoo.co.jp

定期購読申し込み受付中!

日本にいながらリビケンを読みたい!

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!

料金:1年分(各号1冊、6号分) 銀行振込かクレジットカード
でのお支払いになります。

- 日本からのご注文\$39
- オーストラリア国内からのご注文\$25

お申し込み
お問い合せ
info@livingincairns.com.au

Quicksilver

Is the Great Barrier Reef

LIVING IN CAIRNS

★体験レポーター募集中!

★ツアー参加や、レストランの
レポーター、ビューティアーの
体験レポート等

★ご家族の全員、カップル、
お友達同士等で参加しちゃおう!

★申し込みはWEBから!

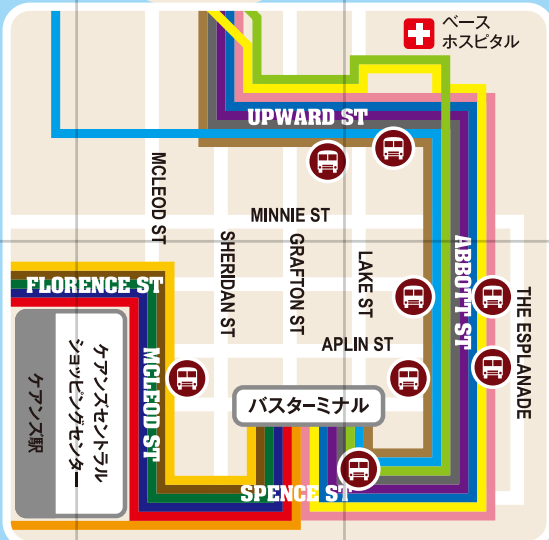
<http://www.livingincairns.com.au/>



CAIRNS 広域&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
- T ターミナル
- ショッピングセンター
- バス停



日本へ荷物を送るなら、**CUBE it!**

キューブ・ケアンズ店

日本便 3ヶ月間保管無料サービス!
長期お預かりサービス有り・手ぶらでラウンド!

日本へ発送の場合は、段ボール(大)、スーツケース
25kgまで 200ドル
段ボール(中) 30kgまで
詰め放題 180ドル

国内便 ケアンズ発 20kgまで	シドニー	メルボルン	ブリスベン ゴールドコースト	パース
	130ドル	140ドル	120ドル	170ドル

お問い合わせ tel: 0420-456-100 [日本語OK]
web: www.cubeit.com.au [Webで申込OK]

バスでお出かけ

ROUTE 110

観て触れて体験できる!
ケアンズ最大の動物園

GOUPON
入園料または
入園料+ゴアラ写真
10%OFF
2013年3月31日
まで有効

TEL 4055-3669 www.cairnstropicalzoo.jp
入園料: 大人 \$33 子供 \$16.5 家族 \$82.5 (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

Let's Go! By BUS 初めてのでも大丈夫! バスの乗り方ガイド

英語が話せなくても問題ナシ!
在任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。支払いもこのときに。

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、○のやりとりのときに、
Could you please tell me when we get to my stop? と運転手さんに伝えよう。
意味は「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!

- ほとんどすべてのバスがレイク通りのバスターミナル(マップ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、なにか質問があるときは停車しているバスの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、とりあえず1日券を購入しておこう。
- バスの中は殺人的にクーラーがきいてるので、長時間移動でなくてもはおれるものを持って行くのがベター。
- 降りる場所がわからないときは、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。

KURANDA 散策MAP

村中どこでも徒歩圏内! のんびり歩きを楽しもう

人気観光地のキュランダは散歩に買い物に食べ歩きに…
楽しみいっぱい! アート感たっぷりの雰囲気もみどころです。

スティルウォータースイーツ Stillwater Sweets

地元食材で作った人気キャンディー
オーナーのKimさんがひとつひとつ丁寧に手
作りしたソフトキャンディーはキュランダの人
気おみやげのひとつ。材料はすべて地元産、
無香料、無着色のナチュラルなキャンディー
です。マンゴーやパイナップルなどのフルーツ
フレーバーのほか、抹茶味なども。どれも素材



COUPON 100gパック10コ購入すると
追加で2コプレゼント!

①17 Therwine St, Kuranda ☎10:00 ↑4種類の果物の
~15:00 休 無 ☎4093-8665 味が楽しめる人気
☎www.stillwatersweets.com のMix(\$3.95)。

ザ コーヒー キッチン The Coffee Kitchen

全て手作りのパン、タルトは絶品



お店のパン、タルトは全てフランス出身シェフ、
ルークさんの手作り。毎朝作られる焼き立て
パゲット、フォカッチャのサンドウィッチは
絶品。他にもラザニア、
キッシュなども有。ポリュ
ーム満点でお手頃価格。

①15 Coondoo St, Kuranda ☎7:00~
15:00 休 無 ☎4093-9169

キュランダアイスクリーム Kuranda Icecream

20年近く前からアイスクリームを
売ってるよ!

キュランダ名物・Cliff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!



①Therwine St, Kuranda ☎9:00~16:00 休 無
☎0419-644-933 ☎www.kuranda-icecream.com.au



お店で作られた新鮮な
キャンディーをどうぞ

響 BASK

こだわり茶はおみやげにピッタリ

ゆるかり緑茶は抗菌
成分ユーカリプトル
が含まれスッキリと
した味。しょうが玄米
茶は体を暖める効果
で冷え性や風邪に。
香ばしい玄米
の風味。まんご焙

①茶は焙じ茶ベースでカフェイン、タ
ンニンが少なく妊娠中でも安心。

COUPON \$50以上買い上げの方、
茶葉(50g)プレゼント!1/10~2/25まで。

①Therwine St & Thoree Stの角 Kuranda
Original Market Shop 32 ☎10:00頃~15:00
頃 休 月 ☎busk@hotmail.co.jp

テラノヴァギャラリー TERRA NOVA GALLERY

15年前から地元作
家たちの作品を販
売している老舗画
廊。額縁はすべて
オーナーJurgさんと
奥さんたちの手作
り!おみやげ用小
物やアクセサリーな
どお手頃な作品も
あります!日本への
配送サービスもあ
るので大きなお買い物も安心です。

COUPON リピケン持参につき、\$50以上
お買い上げの方、10%OFF

①15 Therwine St, Kuranda ☎9:30~
16:00 休 無 ☎info@terranovagallery.com.au

チーキー・バム Cheeky Bum

あったらいいな!がキュランダにオープン。

0~5歳ご
ろの子供を対
象とした日本
製品が豊富。
ケアンズでは
手に入りなく
い“学研”等
の知育商材
も販売。アン
パンマンや日本
地図のパズル等、欲
しかったものが手
に入りますよ。

①Shop 7 Kuranda Original Market階段手前 ☎木
~日10:00~15:00 休 月-水 休 ☎info@cutiemonster.net

キュランダコーヒーリパブリック Kuranda Coffee Republic

日本人好みの味の地元産コーヒー



マリーバ産の豆を丁寧に挽き、お店で袋
詰めされた自慢のコーヒーはお土産に大
人気。店頭で味わえるアイスコーヒーは日
本風、かわいいうちハニームーンラテは蜂蜜
香るやさしい美味しさ。ホッと一息に最適。

①17 Thongon St, Shop10 ☎9:00~15:30
休 無 ☎0414-790-034



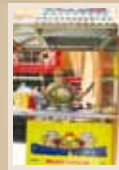


ジャーマンタッカー

German Tucker

キュランダ名物のホットドッグがコレぶっといソーセージを豪快に食らう!

「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なレシピで丁寧に作られたもの。肉汁たっぷり juicy &



スパイスが効いていてあとひくおしざ。種類はビーフ、ポーク、ワニ、エミューのほかにも豆腐もあり。キンキンに冷えたドイツビールと一緒に味わおう!

→ホットドッグはひとつ\$5.50。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. Shop 14 Kuranda 営 9:30~15:00 休 無 ☎ 4093-7398



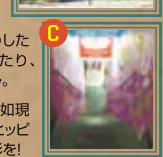
個性豊かなショップが集まるマーケット!

たくさんのお土産屋さんがあふれるキュランダ村。なかでもマーケットははずせないポイントです。見て楽しい&買ってうれしいものばかり!

1 オリジナルマーケット案内

他にない個性的ながそろうお店がいっぱい!

1978年、ローカルたちが観光客にもっと注目してもらおうと始めた、キュランダでいちばん古いマーケット。入り口がわかりにくいので、地図を参考に訪れてみて。単なる「おみやげ」ではなく、オリジナリティあふれる手作りのもの、ちょっとひとくせあるものが揃っている。



←メインゲートには大きな看板の奥に入り口が。←アブラカタブーはちみつ屋さん。隣のタイ料理屋。マーケットへと続く。



↑小さな家がそれぞれのお店。お隣さん同士おしゃべりしたり、犬が歩いたり、なんともピースフル。

←マーケット内に突如現れる顔出しボード。ヒッピーになって記念撮影を!

2 ヘリテージマーケット

多国籍なお店がひしめきあう! インド系の服や部屋飾り、はては知恵の輪やタバコまで、「なんでもアリ」な雰囲気なのがココ。コアラガーデン、バードワールドもこの中にあるので、動物を見る前後に「流して」みてはいかが?



パッと見「屋台村?」みたいな入り口。大きな看板なのですぐに見つかるはず!

3 ビレッジセンター

女子心をくすぐる小さなアイテムの宝庫。絵皿やアクセサリー、自然派スキンケア商品など、小さなものを売っているお店が目立つ。ついでになどがあまりないので、室内とはいえ、開放的な雰囲気なのがイイ。



↓お祭りの屋台を思い起こさせるような小さくて可愛らしい店がたくさん集まっている。



↑道から見える大きな緑のペイントと写真ギャラリーの間の奥にマーケットが広がる。

120年の歴史を体感するガタゴト列車の旅 Kuranda Scenic Railway



TEL 4036-9333 WEB <http://www.kurandascenicrailway.jp>

熱帯雨林をもっと身近に感じたいなら、 ゴンドラの遊覧飛行に飛び出そう!



★ 全長: 7.5km ★ ゴンドラの数: 114台
★ 営業時間: 9:00~17:15 (キュランダ発最終は15:45)
★ 速度: 3.5m~4.5m/秒 ★ タワーの数: 36本
※データはすべて2011年8月現在のものです。

Eat & Make Merry!!

ケアンズの「おいしー♥」はココにある!

日本食、イタリアンにオーギービーフ...
さて、今日はなにを食べる? ローカル食材を
ウリにしているお店には「地元産」マークあり!

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



バイキングも毎日やっています!
シーフードの有名店。ステーキもあり、値段
はお手頃。朝食からオープンしています。2
階で毎日ディナーバイキング(\$44.90)も。

Kani's [カニーズ] ▶ MAP P.18: E3

COUPON バイキングのお客様ドリンク
サービス※必ずオーダー時に提示を。

59 The Esplanade. 1階 7:30~22:00
(ラストオーダー) 2階 バイキング 17:00~21:30
無 ☎ 4051-1550 ✉ info@kanis.com.au
(日本語予約可能)



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 12月25日
☎ 4051-0522 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
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 無 ☎ 4031-5959

OMUタク、
オーナーに
なりました!



2013年新
生OMU誕生。ケアンズの皆様に愛さ
れるお店を目指し、気持ち新たに頑張り
ます!!お米はさらにおいしく、新メニュー
も続々登場。今年OMUが超熱い!!

おにぎり Cafe OMU

[おにぎりカフェオム] ▶ MAP P.18: E3
58 Lake St. Orchid Plaza 2F 11:00~18:00
(日11:30~) ※機内用おにぎり弁当は\$9.30~購入可。
無 ☎ 4051-5195



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。新メニュー韓
国BBQ登場。石板で焼くお肉は格別!

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 ☎ 4041-2502



GBR出航前
に最適!
港の側、朝食
& ランチに最高のカフェ。キッシュ
などの軽食やケーキは全て地元産。
毎日シェフが手作りしています。

Al Porto Café

[アルポートカフェ] ▶ MAP P.18: E4

COUPON 各種パンケーキセット\$16.50 /
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
7:00~14:00 無 ☎ 4031-6222



1日限定
20食

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、コロケツ、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

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。



極上ビーフテンダーロイン
ステーキ【\$36】



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!



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) 無 ☎ 4051-0100 www.ochrerestaurant.com.au

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.44

おもてなしに
いかがでしょうか? **ポテトパンケーキ**

材料

- ★じゃがいも...450g
- ★牛乳...大さじ2
- ★バター...10g ★塩...小さじ1/4
- ★コーンフラワー...大さじ1
- ★ディル(ハーブ)...2本
- ★スモークサーモン...50g
- ★カッテージチーズ...大さじ4
- ★生クリーム...大さじ1 ★牛乳...大さじ1
- ★とけるタイプのチーズ...40g

マッシュポテトにもうひと手前かけるだけ
で、もちり、カリッとした食感に。おもてなし
料理やランチにちょうどいいです。上に
飾るものはなんでも変えられそうなので、
自分の好みで飾りつけてみてください。カリ
ッと焼くためにはテフロンのフライパン
で油を少なめに、そして高温にして焼くと
きれいに焼けます。

- ① ジャガイモを茹でマッシュする。その中に牛乳、バター、
塩、コーンフラワーをいれ、よく混ぜる。
- ② 冷めたらディルを軽く刻んでポテトと合わせ、直径
10cm 手の指くらの厚さの形に整えておく。
- ③ フライパンを熱しエクストラバーズオイルを少しだけ入れ、
ポテトを両面カリッと焼く。
- ④ 焼きあがったら、フライパンに溶けるタイプのチーズ、
生クリーム、牛乳大さじ1をいれ、チーズソースを作る。
- ⑤ ポテトを2枚重ね、スモークサーモンを飾り、その上か
らカッテージチーズを乗せる。最後にその上からチ
ーズソースをかけ、ディルを飾る。



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



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 【ホグズ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 無 ☎ 4031-7711



ローカルに愛される南イタリアンレストラン
テーブルランドからの食材とGBRである鮮魚など地元素材を贅沢に使用。品揃え豊富なOZ、NZ、イタリアのワインが彩りを添えてくれます。



bellocale ITALIAN & SEAFOOD

Bellocale Italian & Seafood 【ベロカレ】 ▶ MAP P.18: E2

62 Shields St. ☎ 12:00~14:30(水~金)、18:00~Late(火~土) 日、月 ☎ 4051-7777

HAPPY NEW YEAR

謹賀新麺

ZOROME
辰生1111

ぞろめ



\$12.95
Snake Eyes
長崎ちゃんぽん風
塩とんこつ麺

感謝の一杯。今年も力を込めて!

麺がばらんば

facebook twitter @teamganbaranba

最新情報を速報でGET!隠しプロモーションもお見逃しなく!

12-20 Spence St. Tel: 4031 2522 営業時間: 11:30-15:15, 16:00-21:30 ● Map P.18: E3

注目ショップの
グルメレポート

Tha Fish

SHOP DATA 6 Pier Point Rd. Shop 94A
☎ 12:00~15:00, 18:00~Late 無 ☎ 4041-5350



QLDベストシーフードレストラン受賞店

毎日ローカルや旅行客で賑わっているTha Fish。創作シーフードは食べてみる価値アリ。他にもオーグステーキ等のメニューも豊富。食事に合うワインも取り揃えてあります。

Reporter



友達歴が長いERIさん(左)とYUKOさん(右)。見かけは華奢なのにビーチパレーの仲間。週に一度砂浜のコートで楽しい汗を流しているそうです。



エビが
アリップリッ!



2



1



3



6



5



アジアン
テーストが
GOOD!

- ① マリンカラーの青と白を基調にしたおしゃれなレストラン。目の前にはヨットハーバーがあり景色も楽しめます。テラス席は人気があるので、希望する場合は予約を入れよう。
- ② ウェイターのフレンドリーなKyleさん。気の利いたサービスはピカイチ!
- ③ **セサミクラステッド イエローフィンツナ** 【\$32.90】
ミディアムレアなツナは日本人好みに調理されています。Yukoさん「セサミが香ばしく、ツナは炙りがいい感じ!」
- ④ **シーフードプラッター(2人分)** 【\$120.00】
エビ類や貝類がてんこ盛り。どこから手をつけていいのか迷ってしまう。Emiさん「目前に出てきた時にあまりの量の多さびっくり。二人では多過ぎる!!」
- ⑤ **オイスター(12杯)** 【\$32.90】
生臭さがなく濃厚なクリーミー感!Yukoさん「新鮮なオイスターに、この店オリジナルのソースがとても合う。ココナッツのソースが◎」
- ⑥ **マンゴークリームとライチゼリーのデザート** 【\$14.90】
ケアンズではマンゴーは欠かせません。Emiさん「甘いマンゴーとライチが合っていてひとりでペロリと食べちゃいました。」

モダンなカフェが街の中心にオープン!

スペイン通りにオープンしたお洒落なカフェ。早朝オープンと旅行者も利用できとても便利。品揃え豊富でケーキ・フルーツ・ヨーグルトからラザニア・サンドイッチ・サラダと朝食・昼食に最適。



遊びに来てね~!



grind on Spence 【グラインドオンスペンズ】 ▶ MAP P.18: E3
 ☎ Shop 8/14 Spence St ☎ 6:30~15:30 ☎ 日 ☎ 4051-7770

エッグ・ベネディクト・スモークアトランティックサーモン【\$17】



パラマンディの姿あげ【\$36】



ケアンズマリ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

COUPON 10%OFF

☎ Pier Point Rd. Shop 94A ☎ 12:00~15:00, 18:00~Late ☎ 無 ☎ 4041-5350



自家製チーズケーキ【\$8.50】

Boardwalk Cafe 【ボードウォークカフェ】

COUPON チーズケーキセット\$12.50→\$9.50! (コーヒーまたは紅茶付き)

☎ Pier Point Rd. Shop G2 ☎ 7:00~Late ☎ 無 ☎ 4031-5496 ▶ MAP P.18: E4



大きなチーズケーキで有名なお店はココ!

ピア内にあるド迫カチーズケーキの有名店。軽食メニューも充実し、地元産の食材を使用し地元の人から観光の人まで賑わっています。



世界でも大人気カフェがケアンズにもオープン!!

外はカリッとモカ風味、中はふんわりバター風味のパンが有名。毎日お店で焼かれているパンは高品質の小麦粉を使用。お店の入り口から漂う甘い香りに引き寄せられます。100%オーガニックコーヒーと一緒に食べると幸せ!!



クリスピーパン【\$2.50】

PappaRoti 【パパロッティ】 ▶ MAP P.18: E2

☎ Lake St. & Shields St.の角 ☎ 8:30~18:00 ☎ 無 ☎ 4031-5695 ☎ www.papparoti.com.au

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. 03

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



絶滅の危機に瀕しているタイマイ



ニモキャラクターのアオウミガメ

写真協力 / Satoshi Kajimoto



Profile

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

ウミガメって?

ウミガメは世界中の昔話に登場し、人間と馴染み深い生き物です。これら海の生物は一体どのような生態を持っているのでしょうか。今回はGBRの人気者、「ウミガメ」についてのお話。世界に約270種類のカメが生息し、その中でウミガメはたったの8種。現在のところアカウミガメ、アオウミガメ、タイマイ、オサガメ、クロウミガメ、ヒメウミガメ、ケンプヒメウミガメ、ヒラタウミガメが確認されています。オサガメは最も大きくなるカメで、甲長が2.5m、900kgにもなります。「鶴は千年、亀は万年」といわれるように、長い寿命で有名です。飼育下では推定150歳を越すものもいるようです。成長期に入るとオスの腹部は内側へ窪み、爪が鍵型に伸びてメスを抱え込み易い様に変化し、生殖器が尻尾内で發育するので尻尾が太く長くなります。産卵時、母ガメは深い穴を掘り、100個程の卵を産みます。涙を流しながら穴を掘り、卵を産む姿は感動的ですが、実際は体内の塩分濃度を調整し、眼の乾燥を防ぐ為に塩水を排出しているだけなのです。子ガメの雌雄は母ガメが卵を産み落とし

た砂浜の温度に影響します。29度以上ならば雌、それ以下ならば雄になるようです。もちろん卵を埋める場所、深さ、海辺からの距離、天候などにも左右されます。2ヶ月程で孵化し、タイミングを見計らって子ガメは砂から飛び出します。身体の乾燥を避けるため、強い風や雨、暗い夜や明け方を好みます。産まれたての子ガメは光量の強い方(波打ち際)を目指し這い出します。危険な外洋への旅に出掛けるのです。漂流してからの期間は「Mystery of the lost year」ともいわれ、未だ生態が謎に包まれています。1回の産卵の中で、外洋からの長旅を生還できる者は1~2匹。「鮭」が産まれた川に戻るように、ウミガメも産まれた浜に産卵の為に戻ります。何故、生まれた浜に戻るのか、戻れるのかは未だ解明されていませんが、これを「母浜回帰」と呼んでいます。厳しい環境を生き残れるウミガメの数は年々減少しています。IUCN(国際自然保護連合)のレッドリスト(www.iucn.jp)では現存する全てのウミガメが絶滅危惧種に指定されています。これらウミガメの生態を保護するために人間が学ぶべき課題は山ほどあります。興味がある方はWWFのサイト(www.wwf.or.jp)を閲覧下さい。

12/15 **デング熱 各自の予防を呼びかけ**

12月に入り3件のデング熱感染者の報告を受け、繁殖が多く見られるMt.Sheridan、Parramatta Park、Whitfieldにて予防対策が行われた。「蚊の繁殖が一番多かった2008/2009年のレベルまで増えている。」と公衆衛生昆虫学者のグレッグ氏。個々の予防策としては①庭周辺にある水が溜まるような植木鉢やタイヤなどを片付ける。②室内は殺虫剤や虫除けなどを使用する。③ベットやテーブルの下など暗い場所にスプレーをする④網戸を閉めておく、など。デング熱はデング・ウイルスを持った蚊に刺されることで感染。潜伏期間は3〜14日とされ、最も多いのが4〜7日。感染すると、頭痛、発熱、眼窩痛、筋肉痛、関節痛、発疹、食欲不振、嘔吐、下痢、疲労感などが見られ、白血球が減少し、出血することもある。上記症状が見られた場合はすぐに病院へ。

12/6 **ねずみ(ラット)に注意! 火災の原因にも**

最近エスプラネードにねずみ(ラット)が大量発生し、6月初旬からの被害苦情が400件も超えているとシティーカウンシルが公表した。ねずみは計り知れない病原菌を持っている。木々をつたいながら家屋へ侵入するため、レストランや住宅付近の木々の整備をし、ねずみの侵入を防ぐようにと呼びかけている。ペストコントロール業者ロウ氏は「ネズミの繁殖率はすさまじく、ひとつ屋根の下に12匹いるのはまれではない。家屋や家具、食品類をかじるのはもちろん、ガス管や電線をかじって停電や火事の原因を作る。電話線やコンピューターのケーブルをかじり、機能をマヒさせたりもすることもあるので、ねずみを見たらすぐに駆除対策を立てること」と呼びかけている。

11/27 **地元ケアンズの学生が 日本へ修学旅行!**

レッドリンスステートカレッジ(8年生から11年生)17人の生徒たちが15日間の修学旅行で日本を訪れた。京都では清水寺・金閣寺・石庭で有名な龍安寺や二条城を、東京では、皇居や明治神宮を訪れ、秋葉原・原宿・渋谷などで買い物を楽しん

だ。その後、千葉・流山おたかの森高校にて学校見学をし、日本の学校スタイルを経験。4日間をホームステイ先で過ごした。日本文化を体験した11年生のジョシュリンは日本に「『さよなら』と言うのが辛かった」と言うほど日本を好きになったようだ。

11/24 **スカイレールが、最優秀環境保護観光業を受賞**

スカイレールレインフォレストケーブルウェイがEarthCheck(旅行・観光業界のために設計され、国際的に認められた環境管理や認証プログラム)から太平洋地域圏で最優秀環境保護観光業を受賞した。世界でも空中ケーブルゴンドラで受賞したのはスカイレールだけ。EarthCheck CEOのステュワート氏は「過去10年にわたり、スカイレールは私たちが定期的に調査する項目以外にも、地域社会とのコミュニティーへの貢献、省エネルギー、排水処理の問題やリサイクル推進にも力を入れている。非常に環境保護に対する責任と貢献がある。」と賞賛。スカイレールは世界遺産リストに登録された熱帯雨林の中心にあるユニークなエコツーリズムアトラクション。7.5キロメートルのゴンドラの旅ができる。

11/24 **Quicksilver Groupが ツーリズム・アワード受賞。**

25年目を迎えるQLDツーリズム・アワード授賞式がブリスベンにて行われ、北部クイーンズランド州観光業界では2部門を受賞した。Major tour and/or transport operators部門ではQuicksilver Groupが受賞、Unique Accommodation部門ではMt. Quincan Crater Retreatが受賞した。「今回は数多くのエントリーがあり、このQLDツーリズム・アワードは観光業を盛り上げる活力になる」とQLD観光業評議委員長ダニエル氏は言う。

11/8 **ダブルアイランドを 香港の事業主が購入**

香港の事業主Benny Wu氏がパームコーブ近くのダブルアイランド島をケアンズ市長ボブ氏が契約の署名を立ち会うなか購入した。成約価格はまだ未発表だが、希望価格は\$800万(約6.9億円)だった。元売主は2000年に\$450万で購入し

た。島に12戸のビラとリゾート設備がある。土地面積は173,000m²(約 52,424坪)。Wu氏は中国系観光者へのアピールをするために約\$1000万(約8.6億円)をかけてリノベートする予定。

Courtesy of the Cairns Post

REPORT: TOTAL SOLAR ECLIPSE
リビケンREIKOによる 11/14皆既日食観測報告



ケアンズにて「宇宙的規模のイベント」皆既日食が観測されました。前日は、雲が水平線に広がっており「明日は皆既日食を見るのは難しい」と皆がネガティブに口を揃えて言うなか、当日は、5000人以上の観測者がラグーンやビーチを埋め尽くしていました。また、キュランダの私有地には40人の天文学者を含め約1300人が集結。前日からグリーン島へ行く人々や船をチャーターし海上からの観測をした人も! 厚い雲が広がり、日の出から難しい観測。私は自宅(Bentley Park)ドライブウェイからの観測。雲が太陽を隠したり見せたり「どうか神様。」と手を合わせながら、パジャマのまま、日食グラスをかける姿は滑稽なもの。欠け始め、秒刻みに黒い部分が太陽を占めていくたびに、雲が「憎い演出」。そして、気が付くと周りがグレーになり始め、いきなり闇が訪れました。鳥の鳴き声が止み、一等星が見え、体にぞわっと寒気が。(何も知らない昔の人は恐怖で眺めたことか。)静寂のなか周りの歓声と拍手が聞こえはじめ、そして次に見たのが「ダイヤモンドリング」。一瞬爆発するような光が左上に。興奮のあまり子供と一緒に雄たけび(?)を上げました。私は幸運なことに最初から最後まで皆既日食を楽しめましたが、エスプラネードやキュランダでは観測が難しかったそうです。世界中からの観測者は約5万人から6万人とされ、経済効果は約\$135億が見込まれた皆既日食。この天体ショーを見るために日帰りを訪れた日本人観測者もいました。観測者たちは平均5泊し、滞在中はグレートバリアリーフや熱帯雨林を満喫したようです。

↑ CAIRNS ↑ ACTIVITY LIST

絶対外せない観光ポイントはココ!

ケアンズでマストのスポット&ツアーをご紹介します。
笑顔あふれる思い出とナイスなおみやげを手にしましょう~!

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

ケアンズナンバー1人気のディナーショー Tjapukai Dinner Show

アボリジニダンスショー&ディナー

受賞歴多数! 迫力のダンスショー

ダンスを
見ながらのディナー!
デザートもあるよ~

TEL 07-4042-9999 日本語のご案内、ご予約はこちら→
www.tjapukai.com.au/jp/night.html

MAP : P.19 H7

ホットでホットなポートダグラス サンデーマーケットに行こう!

※ケアンズ市内から毎週日曜日出発。最小催行人数2名
\$45 1人様

世界遺産モスマン渓谷へ!

★ポートダグラス1日プラン 毎日催行
①モスマン渓谷散策→②ワイルドライフハビタット(ランチ込み)→③ポートダグラス展望台→④ポートダグラス散策→⑤シェラトンミラージュにてアフタヌーンティー
大人:\$150 子供:\$90
家族:\$460
ケアンズ市内/ハムコブ発

★ポートダグラスフリープラン 毎日催行
①モスマン渓谷散策→②ポートダグラス散策
大人:\$85 子供:\$45
ケアンズ市内/ハムコブ発

自由時間を楽しみたい方にオススメ!

上記2つのツアーは、9:30ケアンズ発~17:30ケアンズ着です。

PORT DOUGLAS CONNECTIONS ツアーのお問い合わせ(日本語でどうぞ)
TEL: 07 4051 9167
WEB: www.portdouglas-c.com

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

ロッキワラビー 可愛いよ~♡
カモノハシに 会えるかも!?
新しいガイドが ご案内します! 12-1!!

DOKI DOKI TOURS HISUI Pty Ltd
1800-242-500
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!
24時間OK!

ライトアップ パロネラパーク

Light up ★ Paronella Park

夢のきらめき、見つけに行こう
星に願いを...

「フィニッシュ
ランド州で
行きたいところ」
No.1!

ディナーは
おいしい
イタリアン
ハイキング!

TEL:1800-627-646 WEB: www.fig-gts.com [ケアンズ発] 大人\$150 / 子供\$100

GTS

ケアンズ産の いいモノみつけた★

ココロとカラダに

New! BATH SALT
9種類の精油を
贅沢に使った
こだわりの一品。
足浴にも♡

注目 COCONUT OIL
母乳と同じ成分を含有。
お肌を長時間しっとり保ち、
免疫力、抗菌力を向上させ
紫外線から20%程度
守ってくれます。

美味 HONEY
抗生物質、化学薬品処理
なし! 本来の味と栄養価
を損なわずに抽出された
100% 純粋な最高品質。

大人気 GOAT MILK SOAP

Pouch Quality Aussie Gifts
パウチ Pouch Australia
11:00am - 6:30pm (火曜1pm~, 日曜休店)
Shop 11 Village Lane, 20 Lake St. (Pullman Hotel 後ろ)

MAP : P.18 F3

ケアンズのBEST BUY! おみやげコレクション

BICO Cairns city shop **BICO** Cairns **The Gift**

アクセサリー(南十字星ペア)
オーストラリア・ボンダイビーチ生まれの人気ブランド。それぞれのデザインに意味があり、これは南十字星ペアタグ「幸せを導く夜空の星」シティ店限定モデルです。

Cairns-The Gift アボリジナルジュエリー
アボリジニアートのガラスジュエリーで、1つ1つ手作りされています(もちろん豪州産)。ピアス(2サイズ)、カフス、ペンダントがございます。ケアンズで取り扱っているのはこのお店だけ!

COUPON(1/10~3/10)
ケアンズ店限定商品最大25%OFF

住 36 Abbott St. Shop A 営 11:00~22:30
休 無 ☎ 4052-1037
MAP : P.18 E3

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



前号のあらすじ

福島第一原発から程近い大熊町で、村おこしのために私費でダチヨウ園を造った富澤さんご夫妻。10年かけて築き上げたものを全ては東日本大震災で手に届かない場所へ…。傷心のまま訪れたケアンズで、「ご夫妻は日本人有志の皆さんによるおみこしパレードに関わり、次第に心が開いていった。」

命。フクシマ。ケアンズ。絆の物語。vol.2



【上】土地の所有者さんと。地元の人もプロジェクトに好意的だが、前代未聞の取り組みだけに今後の課題は多い。【下】いわきワールド田んぼプロジェクトの白土さん(右)と、富澤さんご夫妻。エアの田んぼにて。白土さんの国境を超えた壮大な構想の基本は、人々の暮らしと明日の福島への熱い想い。プロジェクトの詳細は、<http://iwtjp.jp/>へ。

vol.2

更に特別な出会いがお2人を待っていた。「オーストラリアとの国際交流を通して次世代の農業の担い手を育成し、耕作放棄地を再生させながら、農業の6次産業化を促して日本の農業の活性化を図るとともに、食の安定供給を通して世界平和に貢献する」という壮大な構想のもと、单身渡豪している「いわきワールド田んぼプロジェクト」白土さんである。

現場は、ケアンズから500kmほど南東のエアという町。小型飛行機と車を乗り継いで片道5時間半の道のりだ。距離は関係なかった。福島を、そして日本をいかに立て直してゆくか…心の底から憂う気持ちを分かち合う貴重な出会いがそこにあった。故郷に並ならぬ想いを持つ富澤さんは、これまでも、福島の現状を見てもらいたい、と政治家たちを放射能警戒区域に案内してきた。前より経済性を高める土地の活用方法を国策として作ってもらいたい、との思いからだ。「このエリアは60%以上が農家だった。地元の人には生きる糧を失っています。故郷に帰りたい一心なのです。でも汚染で30年は立ち入りできません。できない理論をこねても仕方がない。人が帰ることは無理でも、せめて今できることで土地を活用し、代償にお金を受け取れる仕組みがあれば、被災者は早く立ち直れます。そして能力のある人は、これから出来ることを探してゆける。全てを取られた人々が、日本人としてのプライドがあるうちに、生きがいを持つ必要がある。」

エアで見た田んぼは、力強く青々としていた。同時に、広大でどこまでも広がる土地と、とてつもなく大きな構想に圧倒されました。「白土さんは、福島全体の石高をQLD州で出荷するという目標を持っておられます。子どもが生き生きと、社会勉強できる場も創りたいと。それにはまず米作りを成功させたい、とおっしゃっていました。ピザの有効期間である3ヶ月間、福島の人がここで米作りをして体内を浄化させ、リフレッシュしてもらいたい、とも。福島の人の、そして次世代が安心してどこでも暮らせるようにしたい、という白土さんの想いと私たちの想いは100%同じです。」富澤さんは、エアで見て来た田んぼの話をも日本で伝えてゆく、と決めた。「能力があるのに仕事がない人がたくさんいます。そんな人達に彼のプロジェクトを伝え、連鎖反応が起きれば…。年齢が年齢ですから、自分は橋渡ししが役割だ、と思っています。」

白土さんが一生懸命やっている姿から希望をもらった人達がまとまったら、すごいことになる…と俊明さんの目が輝く。「夢に向かうのは同じ。でも、できることは1人1人違う。ケアンズに住んでいる方も、できる範囲で応援していただければありがたいです。自分を信じればいんです。私たちの人生も色々ありましたが、今は足を引っ張った人にも感謝しています。大人が夢を持って行動することが、次世代に夢をつなぐことになるでしょう。」

富澤さんには、更に「放射能汚染された土地の再生はこういう形で、というテストケースを作りたい」という大きな夢がある。明日、あさつてに答が出ることはない。故郷が忘れ去れないための息の長い活動は今始まったばかり、なのだ。



白土さんが、米作りの試験のために借りている土地。



【左】「福島出身の方が、次世代のことを真剣に考えて、单身、田んぼ作りに精を出している」と聞いた数日後、いてもたってもいられず、小型飛行機と車を乗り継ぎ、エアを訪れた。【右】人口9000人ほどのエアの町並み。

● **ビジネスイノベーション・投資ビザ(暫定)サブクラス188**

クイーンズランドは下記のビザによってスポンサーすることにより、ビジネス投資家がオーストラリアに入学することを奨励及び促進しています。

ビジネスイノベーション・投資ビザ(暫定)サブクラス188

このビザは、州スポンサーの4年間有効の一次的なビザで、英語力は求められません。ビジネスイノベーション・投資永住ビザ(サブクラス888)への足がかりとなります。

【申請者条件】

- 州・準州政府によってノミネートされている。
- 55歳未満。
- ビジネスで成功した経歴がある。そして/もしくは、ビジネス投資活動の成功記録がある。
- 個人資産、ビジネス資産の最低条件を満たす。
- ビジネス経験もしくは投資経験の最低条件を満たす。
- イノベーションポイントテストを満たす。

これらに加えて、ビジネスイノベーションか投資によって、それぞれ追加

条件があります。

【クイーンズランドのビジネスイノベーション追加条件】

- クイーンズランドで新規もしくは既存のビジネスのオーナーとして関わるという偽りのない現実的な公約。
- ビジネス成功経歴。
- ビジネスと個人の純資産が\$800,000。
- ビジネスの総売上が\$500,000。
- \$500,000の新たなビジネスへの投資。
- 十分なビジネス計画。

申請者は、このビザをさらに2年延長できるかもしれません。

【クイーンズランドの投資家追加条件】

- 適格な投資への最低3年以上の直接関与。
- Queensland Treasury Corporationへの\$1.5ミリオンの投資。
- ビジネスと個人の純資産が\$2.25ミリオン。

ビジネスの総売上の条件はありません。

【Significant Investor Visaの場合】

年齢制限や英語力の最低条件は

求められません。

このビザはオーストラリアでcomplying investmentsに最低\$5ミリオン投資したい方、そしてその後オーストラリアでそのビジネスと投資活動を管理したい方へのものです。

このビザへのノミネーションは、クイーンズランドに滞在し投資を望む最も高い自己資産の個人としてクイーンズランド政府に見なされます。サブクラス188 Significant Investor visaは一次的なビザで、永住権への足がかりとなります。

【クイーンズランド政府からノミネーションを得るためには下記の条件を満たす必要があります】

- DICA(オーストラリア移民局)の申請者条件を満たす。
- クイーンズランドにとって直接的に経済効果をもたらす投資は得意待遇となります。申請者はケースごとに考慮されます。
- DICA(オーストラリア移民局)の居住条件を満たすために、クイーンズランドに住む偽りのな

い現実的な約束を期待されます。

【クイーンズランド財務公社への投資】

Complying investmentsは、クイーンズランドの重要なインフラ計画に利用されるクイーンズランド財務公社のクイーンズランド債権を含みます。

【クイーンズランドのビジネスへの投資】

既存もしくは新しいビジネスへの投資の場合、そのビジネスはクイーンズランドで登録されていて、運営されている必要があります。また、そのビジネスは物やサービスの提供によって利益を上げることが目的に運営されている資格のあるビジネスであり、投機的/受動的投資を目的として主に/実質的に運営されてはなりません。

DICA(オーストラリア移民局)の条件によって、不動産への投資は考慮されません。しかしながら、オーストラリアの不動産に投資する可能性のある規定された管理の行き届いた基金に投資することは可能かもしれません。

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、イタリア副領事の肩書きも持つ。



5人の専門家が“大切なコト”をわかりやすくレクチャーします!

PRO 「生活のため」のプロの話

弁護士 LAWYER

● **弁護士が教える『飲酒運転の定義』について**

毎年、年末年始を過ぎた頃になると飲酒運転に関する問い合わせが増えるものです。そこで、今回はクイーンズランド州における飲酒運転に関してご説明したいと思います。

【飲酒運転の定義】 飲酒運転とは、“アルコールの影響がある状態”で車輛等を運転する行為を指します。事故を起こさなくても、アルコールの影響がある状態で車を運転するだけで処罰の対象になります。

では、アルコールの影響がある状態とは何を指すのでしょうか。オーストラリアにお住まいの方でビール1本なら大丈夫と認識されている方も多いのではないのでしょうか。この点に関しては日本と若干法律が異なりますので少し掘り下げて解説したいと思います。

【アルコールの影響がある状態と飲酒によるBAC値の目安】 オーストラリアではアルコール製品に“standard drink”という数値が必ず記載されています。このstandard drinkとは、ビール1本(アル

コール度数5%で355ml)、ワイン1グラス(アルコール度数12%で148ml)が1standard drinkに相当します。一般的には体重64kgの男性が1standard drinkを消費すると血中アルコール濃度は0.03%程上昇すると言われています。

そして、クイーンズランド州におけるアルコールの影響がある状態とはオープンライセンス所有者の方の場合で血中アルコール濃度値(blood alcohol concentration:以下、BAC値と記述)が0.05%以上の状態を指します。

アルコールに強い体質の方で“ビール2本までなら大丈夫”なんて方も偶に見かけますが、BAC値は性別や体重だけでなく、アルコール消費時の健康状態であったり、肝臓機能の優劣など個体差で大きく影響するので注意が必要です。飲んだら車を運転しないのが最善ですが、くれぐれも取り返しの付かない事故などを起こさぬよう読者の皆様には心がけていただきたいものです。

神林 佳吾 ▶ クイ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/>)。オーストラリア滞在17年目、ゴールドコースト在住。趣味:ハーブ栽培・読書



動物 ANIMAL

● **野生動物の保護について**

私の勤務しているケアンズ動物病院でも毎日の様に、怪我をした野生動物・鳥などが地元の人々によって運ばれてきます。もし道端で、怪我をしている野生動物や車にひかれたワラビーなどを見つけたら、皆さんどうしますか?まずは野生動物が生きているか、どのような怪我をしているか見に行きます。(袋のあるオーストラリア特有の有袋類の場合には怪我を負ったメスの袋の中に赤ちゃんがいる可能性があり、チェックはとても大切)確認する時は安全な場所で行う事が一番大切!そして、動物によっては、噛んだり暴れて引っ掻くこともあるので要注意!どのように捕獲するかも考えておく必要があります。(箱を使うのか、タオルを使うか等)もし、野生動物の捕獲に自信が無い方は、触らずFNQ Wildlife Rescue(野生動物保護&リハビリ団体)に電話をかけることです。

プロの野生動物保護ボランティアがメンバーを派遣し救助を行います。

もし、捕獲可能な場合はFNQ Wildlife Rescueのセンターに直接持ってくるか、お近くの獣医に行ってください。殆どの動物達は暗い箱の中や枕カバーなどの布で出来た袋の中に入れてストレスを与えず運ぶことができます。Flying FoxやMicrobatなどのコウモリ類は狂犬病の予防注射をしていない限り、絶対に触らないで下さい。唾液だけでも感染する可能性があります。ケアンズも雨季に入り、サイクロンや激しい雨などで傷ついた野生動物が増える時期です。もし、怪我をした野生動物・鳥に遭遇したら、お近くの獣医やFNQ Wildlife Rescueにご連絡ください。

野生動物保護&リハビリ団体のボランティアスタッフは、救助された動物を野生へ帰す活動を行っています。メンバーも随時募集中です。

【活動をお手伝いしたい方】
MAIL: asami@cairnsvet.com.au
こちらまでASAMI宛にご連絡下さい。

あさみ ▶ JCU動物学部卒。FNQ WILDLIFE RESCUE所属。ケアンズトリビ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。



●日本の不動産との一般的な違い

今回はオーストラリアと日本の不動産の一般的な違いについてお話します。まず、日本では「不動産は一生に一回の買い物」という意識がありますが、当地では買い替えは当たり前という感覚です。そもそも、生まれ育った町で生涯を過ごすオーストラリア人は少なく、色々な町を転々とする人も多くいます。終身雇用という風習がなく、歴史が浅い国であることも一因と思います。また、同じ町に住みながら、買い替える人も多くいます。例えば、結婚して2ベッドルームのユニットを購入、子供ができて3ベッドルームの家に買い替え、子供が増えて4ベッドルームの家に買い替え、子供が巣立って2ベッドルームに買い替えて、その差額で悠々自適のリタイアという流れの方も散見します。

二つ目の違いは大きさ。平均のフロア面積が世界最大のオーストラリアが205㎡、日本は95㎡なので、倍以上あります。

三つ目は中古と新築の値段に大差

がない点です。人口が増えているのが最大の要因と思いますが、中古でも好立地で、手入れがされた状態であれば売却や貸し出しが容易にできます。

四つ目は、不動産価格の値上がり、家賃の値上がり、空室率の低さです。インフレの国なので、不動産に限らず、殆どの物価が上がっています。ちなみに、不動産の売買平均価格ですが、ここ4年ほど一時的に下がっていますが、家賃は昨年比べて約10%アップ、空室率は約2%です。

五つ目は住宅ローンが高い点です。日本の住宅ローンの利率の倍ほどの6%前後あります。ただ、前述の通りインフレの国なので、物件の値上がりや所得アップなどでカバーできると考える人も多くいます。

細かい点での違いは他にも多くありますが、オーストラリアの不動産の法整備は行き届いており、賃貸、売買ともに安心して利用できると思います。

南 盛隆 ▶アミ不動産オーナー&運営。ケアンズ在住21年目。オーストラリアの不動産フルライセンス保有。賃貸、売買、ビジネス売買の仲介、貸別荘、別荘管理。同時に不動産投資家でもある。



DJ Smith PROPERTY

物件購入 物件売却 空室管理
賃貸管理 賃貸探し 商業売買

日本流の細やかなサービスと、オーストラリア流の大胆な交渉力を同時にご提供致します。

不動産に関することはDJスミスプロパティへ

ケアンズ市内に新オフィスを開業させて頂きました。ミホとダーシーがお待ちしております。

7/129 Sheridan St (Minnie St 入口)
電: 4041 1214 携: 0488 005 958



P.18 MAP : C2

ケアンズの不動産のことならアミ不動産

- 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

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。

AMI Realty 南 盛隆

Tel: 4031 2744 / www.qldre.com

「ためになる!」と人気の専門家コラム。日本とは違うルールや耳寄り最新情報を紹介しています。

質問感想をお待ちしています!

各プロへの質問、取り上げてほしいトピック、感想を受付中。info@livingincairns.com.auまでお気軽に!



日本人スタッフ常勤!

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フランクがこの度、移民法のスペシャリストとして前進しました。

Immigration Law Specialist
フランクランザ



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ト

豪州法公認のマリッジセレブラント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

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。詳細はウェブをご覧ください。電話予約不要!

78 Grafton St. Ph:4031 6676 Fax:4051 6283 frank@franklanza.com.au www.studyliveinaustralia.com

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ーす!

My name is... **Cade Len Walker**

- ★ ケイド 連 ウォーカーくん
- ★ 2011年10月14日生まれ
- ♥ 両親: LEE & RIE WALKER

いつもHAPPY BOYなケイドのこれからの成長を楽しみにしてます! 家族みんなでたくさん冒険しよう☆



趣味は毎日冒険です!

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。



うちのヨナンパー1ニャン

愛すべき「毛深い」家族のナイスショット!

My name is... **CRUMPET** (クランペット)

- ★ 性別: オス 2歳 ★ 好物: お刺身
 - ★ 特技: 家に入ってきた虫のハンティング、ベッドの真ん中でお昼寝
 - ★ 飼い主: FUMI & STEPHEN
- 名前の由来はおねえちゃん猫の名前がバンケーキなのでそれに似たクランペットにしました。



P.18 MAP : E2



CAIRNS SHOP GUIDE

日本語のみ 英語のみ
●お店はアルファベット順に並んでいます。



RESTAURANT & CAFE
レストラン&カフェ

Al Porto Café

アル ポート カフェ
1 Spence St. Reef Fleet Terminal
07-4031-6222 7:00~14:00

Boardwalk Cafe

ボードウォーク カフェ
Pier Point Rd. Shop G2
07-4031-5496 7:00~Late

BUSK

バスク
Therwine St. & Thoree St.の角 Kuranda
Original Market Shop32 busk@hotmail.co.jp 10:00頃~15:00頃

GANBARANBA

がんばらんば
12-20 Spence St.
07-4031-2522 11:30~15:15, 16:00~21:30

German Tucker

ジャーマン タッカー
Therwine St. Shop14 Kuranda
07-4093-7398 9:30~15:00

Happy 4 10

ハッピーフォーテン
Shop5 82-84 Sheridan St.
07-4041-2502 10:00~24:00

Hog's Breath Café Cairns

ホグス ブレス カフェ ケアンズ
64 Spence St.
07-4031-7711 11:30~14:30, 17:00~Late

Kani's

カニーズ
59 The Esplanade.
07-4051-1550 7:30~22:00

Kuranda Coffee Republic

キュランダコーヒーリパブリック
17 Thongon St. Shop10 Kuranda
0414-790-034 9:00~15:30

La Fettuccina

ラ フェットチーナ
41 Shields St.
07-4031-5959 12:00~15:00, 17:00~Late

M yogo

エムヨゴ
Pier Point Rd. Shop G9
07-4051-0522 11:30~14:30, 17:30~Late

OCHA-CHA

おちゃちゃ
34 Lake St. Palm Court 2F
07-4051-7055 12:00~14:30, 18:00~21:00

Ochre Restaurant

オカーレストラン
43 Shields St.
07-4051-0100 12:00~15:00, 18:00~Late

Onigiri Cafe Omu

オニギリ カフェ オム
58 Lake St. Orchid Plaza 2F
07-4051-5195 11:00~18:00

PappaRoti

パバロッティ
Lake St. & Shields St.の角
07-4031-5695 8:30-18:00

Tha Fish

タ フィッシュ
Pier Point Rd. Shop 94A
07-4041-5350 12:00~15:00, 18:00~Late

HEALTH & BEAUTY
ヘルス&ビューティー

COMACHI

コマチ
34 Lake St. Palm Court 2F
07-4051-8132 9:00~18:00

Cool Body

クール ボディ
86 Lake St. 8,9 & 10 Global Palace
07-4041-3925 10:00~22:00

EBISUDO

えびす堂
McLeod St. & Florence St.の角 Civic Shopping Centre
0430-105-173

ELIXIR

エリクサー
58 Lake St. Orchid Plaza 1F
07-4051-8959 10:00~19:00

Hair Free Center

ヘアフリーセンター
27 Sheridan St. Trustee House 2F
07-4031-0911

Honeyland

ハニーランド
58 Lake St. Orchid Plaza 1F
07-4051-5561 10:00-19:00

Naturally Me Nail and Beauty

ナチュラルミー ネイル アンド ビューティ
54-60 Abbott St. Night Market
0437-872-709

vijo hair

ビジョヘア
3 Reservoir Rd. Shop 4 Manoora
07-4032-1812 9:00~18:00



ACTIVITY
アクティビティ

AJ HACKETT CAIRNS

エージェー ハケット ケアンズ
McGregor Rd. Smithfield
07-4057-7188 9:00~17:00

DOKI DOKI TOURS

どきどきツアーズ
1800-242-500
24時間

Quicksilver

クイックシルバー
Marina Mirage, Port Douglas
07 4087 2100

Light up Paronella Park

ライトアップパロネラパーク
1800-627-646
7:00~20:00

PORT DOUGLAS CONNECTIONS

ポートダグラスコネクションズ
07-4051-9167
24時間



MEDICAL
医療

Cairns Tourist and Local Medical Services

ケアンズ ツーリスト アンド ローカル メディカル サービス
15 Lake St. Corporate Tower 1F
1800-450-110

Cairns 24Hour Medical Centre

ケアンズ 24時間日本人医療サービス
Grafton St. & Florence St.の角
1800-688-909

McLeod St. Medical Interpreter Service

マクレオドストリート日本語医療通訳サービス
67 McLeod St.
0423-762-772



LIFE & OTHERS
生活&その他




AMI Realty

アミ不動産
07-4031-2744
9:00~18:00

DJ Smith Property

ディージェームスプロパティ
7/129 Sheridan St.
07-4041-1214

FAST LINK CUBE Cairns Branch  
 ファストリンクキューブ ケアンズ店 
 ☎ U5/45 Minnie St.  ☎ P.19.600
 ☎ 0420-456-100 ☎ cairns@cubeit.com.au
 ☎ http://www.cubeit.com.au/

MARUYU  
 マル優 
 ☎ 79-87 Abbott St, Orchid Plaza 2F  ☎ P.03.600
 ☎ 07-4051-5655 ☎ 10:00~20:00
 (土11:00~20:00, 日12:00~20:00) 休 無

Staff Solutions Australia Cairns  
 スタッフ ソリューションズ オーストラリア ケアンズ 
 ☎ 58 Lake St, Orchid Plaza 2F  ☎ P.02.600
 ☎ 07-4051-9005 ☎ 10:00~18:00
 休 土日 ☎ http://www.cairns-ssa.com.au/

Frank Ianza Migration Services  
 フランク ランザ 移民サービス 
 ☎ 78 Grafton St. 2F Office21  ☎ P.29.600
 ☎ 07-4031-6676 ☎ 9:30~17:00
 休 土日 ☎ http://www.studyliveinaustralia.com/

NAVI TOUR CAIRNS  
 ナビツアー ケアンズ 
 ☎ 58 Lake St, Orchid Plaza 2F  ☎ P.03.600
 ☎ 1300-558-800 ☎ 10:00~18:00(土11:00~16:00)
 休 日 ☎ http://www.navitour.com.au/

Stillwater Sweets  
 スティルウォーターズスイーツ 
 ☎ 17 Therwine St. Kuranda  ☎ P.20.600
 ☎ 07-4093-8665 ☎ 10:00~15:00
 休 無 ☎ http://www.stillwatersweets.com

GTS WORKSHOP  
 ジーティーエス ワークショップ 
 ☎ 15 Bollard St. Portsmith  ☎ P.31.600
 ☎ 07-4035-3388
 ☎ 8:00~16:30 休 土日





PATOCHAN YUMEHIROBA CAIRNS  
 パトちゃんの夢広場ケアンズ 
 ☎ 79-87 Abbott St, Orchid Plaza 2F  ☎ P.03.600
 ☎ 07-4051-5655
 ☎ 12:00~18:00 休 無

TOBEX  
 トベックス 
 ☎ 58 Lake St, Orchid Plaza 2F  ☎ P.18.600
 ☎ 07-4041-1730 ☎ 9:00~18:00(土10:00~14:00)
 休 日祝 ☎ http://www.tobex.com.au/

Japan Auto Repair  
 ジャパン オート リペア 
 ☎ 170 Mayers St. U8 ☎ 07-4032-0912 / 0425-374-467
 ☎ japan_auto_repair@yahoo.co.jp
 ☎ 8:00~16:30 休 土日  ☎ P.18.600

Pouch Quality Aussie Gifts  
 パウチ クオリティー オージー ギフト 
 ☎ Shop 11 Village Lane, 20 Lake St.  ☎ P.26.600
 ☎ 07-4028-3670 ☎ 11:00~18:30(火13:00~)
 休 日 ☎ http://pouchaustralia.com PouchAustralia

WORLD WIDE PAWNBROKERS  
 ワールド ワイド パウンブローカーズ  (売り&買い)
 ☎ 335 Mulgrave Rd. Westcourt
 ☎ 07-4033-2711
 ☎ 8:30~17:00 休 日

JTB  
 ジェーティービー 
 ☎ 1-61 Abbott St.  ☎ P.35.600
 ☎ 1800-818-072 ☎ 9:00~19:00
 休 無

Safeway Pest Control  
 セーフウェイ ベストコントロール 
 ☎ 0419-703-825(英語) / 0407-556-763(日本語)
 ☎ info@safewaypestcontrol.com.au 休 土日
 ☎ http://www.safewaypestcontrol.com.au

★お店に電話をするときは
「リビングインケアンズを見たのですが!」と
 伝えるとスムーズです。

※2013年3&4月号をもち、Cairns Shop Guideは終了致します。

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!

- ★修理の際お客様の送迎から整備後の愛車のお届けは無料。
- ★エンジンオイル交換 \$55 (作業時間15分)
- ★6ヶ月/1万キロ毎点検 + 洗車付き \$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 \$70 ★車両コンピューター診断テスターを導入。

 **GTS WORKSHOP** Tel: 07-4035-3388(English)
 15 Bollard St. Portsmith (OLD Transport付近) 【営業時間】月-金 8:00~16:30

修理の際の送迎致します!



リビング特典
 車の修理の際、「リビング見た!」で、
Air Fresher 1個プレゼント!

MAP : P.19 J7

リビングインケアンズからのお知らせ

広告募集
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、お値打ち価格の
 [CAIRNS SHOP GUIDE]も。
 また、ウェブパッケージプランなど
 あります。まずはお気軽にご相談を!

☎ 0401-630-679
 www.livingincairns.com.au

デザイン依頼受付
デザインオーダー承ります!

名刺、レストランメニュー、
 チームTシャツなどの
 グッズ、ロゴetc.あなたの
 アイデアを形にする
 お手伝いをいたします。

☎ 0401-630-679
 sales@livingincairns.com.au tel 4051-6880

リビングウェブサイトを利用して!
リビングHP ★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!
 ★「リビングメイト」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。



<http://www.livingincairns.com.au/>

Follow me! ツイッターやってます。 @LIC_Cairns

投稿写真、レポーター募集 **リビング作りに参加しよう!** お申し込み、お問い合わせ先 news@livingincairns.com.au

人気シリーズ・子供&ペットの投稿写真コーナー、グルメなどのレポーターへの応募、待ってます!



渡辺 竜也さん / 真裕さん

以前、道場生インタビューに登場して頂いたご主人、竜也さんの薦めで道場に通いだした真裕さん。最初は、運動不足やダイエット目的で通いだしてもう半年。姿勢がよくなったり、毎日メリハリのある充実した生活を送れるようになったりと精神的変化のほうが大いとのこと。日本では気付かなかった、自分の中の日本人としての部分にも気がつくようになったそう。以前はリビケンの写真を見て、先生のことをずっと怖い人だと思っていたという真裕さん。実際は、とても偉大な人なのに自分達の目線まで下りてきてくれる先生の姿勢に感動。今では、プライベートの相談までしてしまうくらい大好きと断言。これからはもっと空手の精神を学びたいと笑顔で教えてくれました。

道場生ニュース

松本道場37回記念クリスマスディナー



今年はコロナクラブリゾートにて250名のゲストにて開催。主賓は道場パトロン元ケインズ市長、ロン・ディビス夫妻、現市長が中国に渡航中にて、市議会から私の門弟だったJOHN SHILLING氏、Mrs FISHER、新聞社のTIM WEAVER氏が参加。会員はBRISBANE, MACKAY, TOWNSVILLE, MENA CREEK, INNISFALL, GOVE, COOKTOWNからも参加。ホールに入りきれない程になった。今年の受賞は少年部一橋本愛梨、高校部—CHIARA WEBB、大人—SIMONE ANDERSON、そしてVETERANの部—STANDER PRICE。新たな黒帯受賞は橋本愛梨、MAURICE CHAPPELL、BOB GIBBINS。ジュニアは71名が参加。全員が受賞。私だけの努力ではなくて全会員、家族の人達の支えがあってこそ、私の道場は37年も続けられたのです。その私の感謝の気持ちを述べる日がクリスマスディナー。2013年新年は1月14日から稽古始め。興味のある方は是非参加してください。

「心」の遊び
「おい、面白い物を見つけたゾ。あんな物があるんだネ。考えもしなかったナア」
まだ若かった頃の妻の目が輝いていた。エラク気に入ったらしい。
白ペンキで書きなぐったサインが、道路端の枯れ草の斜面に見えた。ガンガルク博物館、ロックハンブトンの手前。サインからして大した所ではない、と思った時間があつた。寄つてみた。
よく車で旅をした。二十年前頃の豪州のハイウェイは町という点と点を結ぶ線、必ずその町中を走っていた。予定を立てず好きなように走り、日が落ちた町で宿を捜す。道端の露店を覗き、名も知らぬ旧舎町のひなびたバブで一杯のビールを飲む。ア、空が青い。
十年前位かナア。豪州一周の新しいハイウェイが完成したのは、道は見違える程整備され、町を避け、便利にはなつたものの、人からコンクリートへ。ただひたすら走るだけの移動手段になり、車も急増。新道が完成する前に、豪州中を走り回る事が出来て、本当に良かったと思う。今はもう内陸を除き、豪州沿岸沿いの車の旅は、まったく興味がない。
ガンガルクは古い時計の博物館だつた。その頃は時計には興味になつたのでザツと見ただけだったが、何の関係もないガラタの展示の中に、何と日本帝国陸軍の三八式歩兵銃があつた。何でこんな所に、と見入つたものだ。妻はオーナーの親父と談笑していた。彼が何かを彼女にみせているらしい。
「判かんかったネ。コーヒーカーップなんだけどネエ。チョット違うんだナア」
そのカップ、飲み口に水を塞ぎ止めるダムのように仕切りがあるのだが、その真中に穴が開けてある。

髭剃りのマッグかとも思ったんだけど、あの親父、違つてニヤニヤしてんだネエ。
「アツタ、アツタ、アツタ。見つけたヨ」
妻がバタバタと私に向つてきた。翌日に入つたプリズベン、近隣のクレイフィールド。
ジャンクショップロードとの交差点のすぐ近くに、アソテイクマーケットがあつた。プリズベンに行くに必ず寄つたものだ。
MUSTACHE CUP。そう呼ぶのだそう。
1900年前後の英国人の男達、特に中流階級以上の男達は立派な髭を蓄えていた。一つだけ困る事があつた。お茶好きの彼等、一日に何度か、与太話に花を咲かせながらお茶を飲む。その時どうしても立派な髭がカップに入り、濡れてしまう。茶を一口啜るたびに、ホワイトティーの雲が髭から垂れていては、まったく様にならない。ソナナラ飲み口に仕切りを作り、仕切りの真中に穴を開け、そこからお茶を飲めばエエじゃないかと考えた職人がいても不思議ではない。その発想が面白い。
そのカップは、たつた一個い店内の隅にチョコと座つていた。小皿とセット。私はその時初めてMUSTACHE CUPを見た。意外に思つたのがそのデザイン。いかにも可愛らしい花柄なのだ。後から判かつたのだが、MUSTACHE CUPは圧倒的に花柄が多い。なぜだろう。
それにしても、厳めしい髭を蓄えた男達が、花柄のビンのカップでお茶を飲んでいる姿を想像すると、何となく可笑しい。多分彼等の与太話、女の話しやないか。と想像すると余計に可笑しくなる。アツ、コリア、下種のかんぐりか。そのカップ、70ドル位だつた。

とど覚えている。
妻はまったく無駄使いをしない女で、そんな高いカップ等買った事がない。おまけに妻には髭がない。買えよ。と何度も言うと、ようやくシブシブと、それでも嬉しそうに彼女にとつて第一号となつたMUSTACHE CUPを胸に抱いた。
車の旅は都市部より田舎町の方が面白い。思わぬ掘り出し物がある。我が家の手巻きの壁時計は、トゥウンバの北、クロズネスト近くの古物屋で見つけた。南オーストラリアの荒野の町、ナラクタには正月に入つた。たつた一軒店が開いていた。それが古物屋。その柱に何と、50センチ大の黒光りする爆弾が吊つてあつた。第一次戦の航空機投下用と思つた。尾部分はブリキ。ダメダメ駄目。と十回以上言つて妻が反対。そんな物持つて、私じゃ一緒に飛行機なんか乗らないヨ。一人で帰れ、と手厳しい。口も無くその町を出たが、気になつて仕方なく、引き返した。古物屋の親父、新年早々突然やつて来た日本人が爆弾を買つて行つたので、何とも言えない顔をして、20ドル負けてくれた。この爆弾、飛行機に積み込み、無事ケインズに着いた。
イヤ何とも、楽しい良い時代だつた。
10年前の新しいハイウェイ完成と同じ頃、コンピュータという便利の上ない、恐ろしい機械が我々の生活全てを支配する時代になつた。
MUSTACHE CUP。CUPさえも時々E.B.A.Yのオークションに出てくる。二、三落札して購入してみたが、自分が実際に見て購入するのは、随分と印象が異なるのだ。出品する連中も、質の悪さをうまく写真でカバーしている。それに自分で捜す、という

其の113 松本 主計

楽しみがない。手間が省けていいじゃないか、という人間は、物質や人間の生き方に、又違った価値観を備えた人達である。ノンビリと時間を忘れ、掘り出し物を捜しながらの豪州東海道五十三次の私の旅は、この時で終つたと言つていい。
便利とは有難いものだ。しかしこれでもか、と便利さだけを追求する世の中になると、人間物欲が全てになり、人間も金も便利さ、もほどほど良いのじやヨ。サテ、あの日本料理店、何と言ハズ名刺つたかナア。韓国人のオーナー。プリズベンの日本人社会の大御所的存在だつた私の先輩が、今の日本人共よりズツと義理堅いヨ、と鼻鼻にしていた店、よく連れて行つてもらったものだ。私も又そこで大事にしてもらつた。その店に入ると、中央の奥まつた所に、直径40センチ程の木の器が置いてある。何とこれは見事なブラックボーイだとオーナーに告げると、彼の方が驚いて、「長い間商売やつてますが、これがブラックボーイと判つたのは、貴方が初めてですよ。お目が高い、誉めてもらつた。何の事はない、私はそれしか知らないだけだ。百年に1mしか生長しない。デンのように一本の黒い幹の突っ先から、まるで毛櫛の先端のように細かい糸状の葉が無数に出る。年に一度、その細い葉の真ん中から長い莖が伸び上がり、突っ先に来るまで槍の穂のような花を咲かせ、豪州特産。特に西豪州産は幹が大きく、唯一木工細工に利用される。花が咲いたものを遠くから見ると、まるでバサバサ髪のある原住民の少年がスピアを持つているように見え、ブラックボーイの名が付いた。時代が進むと妙な種類の人間共が出現し、ブラックボーイとよぶのは差別用語だ、と主張する。この連中は黒髪、黒白、白と物事をそのまま素直にみれない癖がある。私はむしろこんな連中が心の奥底に、差別という感情を持つた人種だと思つた。黄面白くもないイマジネーションの名前が前だ。日本にも自国の国防の基準も考えず、原発を反対し、徒党を組んで平和、平和と唱えていれば、世界

平和が来ると思つている人達が居る。綺麗事はもう沢山。こんな人間達が住みづらく、つまらぬ世の中にしているのではない。
このブラックボーイ、特に根に近い幹の部分を使用した手造りの器の縁にまるで恐竜の表皮のような木の皮をそのまま残し、これが細かくよく詰んだ木の目と絶妙のコントラストを醸し出している。軽い。メツタに見えないけれど、殆どが器と器がサンシャインコートに見え下る高原の町、モントピル。そこに面白い木工品を売る店が一軒。この店で木の表皮を十分に残した花瓶を見た事がある。なかなか面白い佳品つたが、やはりブラックボーイ独特の木の目の美しさを十分に生かせる器の方が数段いい。
西豪州、フリーマントルのマーケット。古い大きな倉庫の中に、ぎつしりと小店が入つていて面白い。ここにも木工の店が一軒。さすが本場の西豪州数個のブラックボーイの器と花瓶があつた。安いのだ。しかし良く鑑ると細工が雑だつた。残念。それでも数個購入。ケインズでは一軒のみ、時々ブラックボーイを見アセタン、トルガの木工店、私はオーナーのトレバーを店が出来た時から知つて居るから、もう三十年近くになる。数年前素晴しい器が出た。600ドル。丁度妻の妹が来て、いた時、由来を説明すると喜んで購入、日本へ持ち帰つた。あれは良い買い物だつた。と今でも覚えている。その店でも、もう二、三年みていない。豪州には面白く珍しい物が沢山ある。自分で捜さないとなつて来ない。特に二つ、比較的手に入りやすい豪州の珍品を挙げる。と言われたら、私はブラックボーイの器と大英帝国の名残りを色濃く残すMUSTACHE CUPと答える。良い物を自分の出来る範囲で追う事は、心の遊びだと思つている。



松本 主計 [まつもと かつえ]
1966年本郷島にてPearls Pty 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。



Vol. 23

ケアンズ周辺の自然・生き物観測

フィールドノート



このところ仕事関連の面白い年越しが何年か続いている。2013年はアフリカのナイバシャ湖で新年を迎え、2012年はケアンズから内陸へ6時間程のところにある小村で年を越した。アフリカの事はまたおいおい書く機会があると思うので、今回はオーストラリア内陸部の過疎の村での年越しを紹介したい。

オーストラリア内陸部では一旦町から飛び出すと次の町まで何十キロ、何百キロとほとんど人間が住んでいない。人口300人の村であれば、それはもう周囲の町と接続される事の無い本当に300人だけが世界に存在する離島の社会になる。バードウォッチングに来た私たちが年越しの3日間を過ごしたのもそんな村だった。村に唯一ある普通のモーテルもクリスマス休暇で閉鎖(!)されてしまい、しかたなく伝統的パブに泊っていた。大晦日はとうとう村のすべての店は休業し人々は全員そのパブに集まって年を越すのが伝統らしく、パブ周辺の道路は通行止めにされ生バンドを載せた大型トラックや移動遊具が搬入され騒然としていた。

来店者が全員顔見知り同士の村のパブで私たちは完全に異邦人。当初から、部屋へ引き上げたところで今日はまともに眠る事は無理であろうと覚悟をしていたが子供達の叫び声と、バー付近の大人達の喧噪と、途方も無い持久力を持った生バンドの演奏(19時頃から演奏を始め、1-2度休憩をしながらも明け方4時頃ま

ですと演奏していた)が入り交じった轟音に圧倒されパブの裏の古く暗いバス・シャワー共同の部屋で各自一晩中うとうとしながら新年を迎えた。阿鼻叫喚、底抜け騒ぎは覚悟の上であり、喉の裏の喧噪のなかの微睡みは悪い気分ではなかった。酒をもって池となし、肉を懸けて林となす(ただし肉はビーフだけだが)。これこそ純度100%のオーストラリア田舎の年越しだろう。夜が明けてパブの外に出て初日の出を見た頃には元の宇宙的静けさの内陸の小村に戻っていた。

「何を驚くのです。私たちは見た事も無いようなものを求めて旅をしているのです…お金をせせばすぐ手に入るモノなんてこの世で一番つまらないモノですよ」

というオーストラリア老富豪の言葉をアウトドアライターのホーボーゲンがかつて紹介していた。老富豪はバックパックを背負い南米の安宿に泊まり、1つのドミトリーベッドを老夫婦二人でシェアし、安宿の貧乏旅行者達が話題にするほどボロボロの身なりをしていたというから凄い。

快適な家に暮らし美味しいモノを食べ素敵なパートナーを持つ。そこまでならドウブツでもやっているから、大脳の発達した人間はもっと抽象的な事を尊ばなければならぬ筈だ。人はケモノではない。世界には神が創った素晴らしい作品や体験あちこちに落ちている。それを知らずに見て見ない振りをしてる内に一生が終

わってしまうのか、立ち上がり家を出て抱擁するかは一人一人に係っている。

年が明けると本格的にケアンズ周辺は雨期となっていく。バードウォッチング業はその間ほとんど仕事は無いのでこれまでは毎年何ヶ月もごろごろして過ごしていた。私はもともとナマケモノで、一度左を向いたら面倒なのでそのままずっと左を向いていたいようなタイプだ。しかし昨年からケアンズが雨期の間は日本企業と組み、アフリカや南極をはじめ世界各地のバードウォッチングツアーを始めた。これもすべては仕事をしつつ地球の宝物を鑑賞する為だ。

次の年越しは私は世界の何処にいるだろうか。珍しきせせと仕事を受け始めた。



太田 祐 [Yu Ota]

1979年8月22日名古屋生まれ。バードウォッチングガイド業のAAK Nature Watch代表で株式会社ワイバード(日本唯一のバードウォッチング専門旅行会社)専属講師、ケアンズ名誉支店長でもある。オーストラリア以外では南極やアフリカ行きのツアーのガイドを務めている。ブログ<http://cairns.nu/>



<野鳥ファイル>ハゴロモインコ

乾燥地帯に分布する大型で美しいインコ。日中は木立の中でじっとしている事が多く、人や車が知らずに近づくと「カッカッ!」と鳴きながら逃げていく。メスは一回り地味な色彩。

KEIKO MURPHY

ケアンズ在住・本誌創刊人の育児エッセイ

Vol. 87



Keiko Murphy

(マーフィー恵子)

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

【親として気をつけてきたこと。】

娘が小学校を卒業した。早い!セレモニーのときにくれた手紙には、「今まで色々なことをサポートしてくれてありがとう。」と書いてあった。

娘は小さいときから、よくカードをくれた。飼っていた犬が死んでしまって、私が長らく落ち込んでいたときにくれたカードには、ドーベルマンの絵の横に、「キャシー(犬の名前)はたくさん、たのしいおもいでをのこしてくれたね」と。あまり悲しむとキャシーが成仏できないよ、なんて7歳の子供が言うはずないのだけれど、このカードを見ていたら、自然に、本当に楽しい思い出をありがとう、と、前を向き始めることができたのを思い出す。

もう一つ印象的だったカードは、「ママ、わたしをわたしらしくいさせてくれてありがとう」というもの。無理に周りを喜ばせようとせずに、自分のままでいいんだよ、という気持ちで子ども達と接して来たつもりなので、伝わってんだ〜、とジーンときた。(思っていることを表現するのが大事ですね)

私は仕事をしていたので、子ども達と接する時間は少ない方だったと思う。羨ましいことはなかった。気をつけたのは、

(挨拶とか、基本は別として)その子を丸ごと受け入れることと、私の主観を口にしない、ということぐらい。

素敵だね、美味しいね、楽しいね、といったポジティブな言葉は使うとしても、〇〇はいいこと、悪いこと、汚い、好きじゃない、するもんじゃない…そういう類いの言葉は子どもの前で言わないようにした。真っ新な子どもに、私の主観を植え付けたくなかったのだ。大きくなったら、自然に自分の考えを培うだろうから。

たぶん、「そんなことしたらダメでしょ!」というセリフも言ったことがないと思う。よほど危ないことでない限り、やりたいようにやらせて「おーそう出るか」と驚きつつ観察。ネタになるかも、というよこしまな気持ちも少しあった(笑)

だから、赤ちゃんの頃の写真は、自分より高いテーブルの上のパンをパン切りナイフで切ろうとしているところ(←危ない)、歯が揃ってないくせに人参をかじっているところ(←痛くないのか?)、顔、床一面ごはんつぶだらけで、おにぎりを食べているところ(←本当は離乳食の時期)、ベビーカーに乗らずに、自分で押して歩いているところ(←周りの人が振り返っていた)な

ど、ユニークなものが多い。

いつか、子どもと栄養に関する記事を読んで、親に「うちの子ジャガイモばかり食べてるけど大丈夫かな(2)」と相談したところ、「子どもは自分の体に必要なものがわかっているんだ。元気ならいいんじゃない」と。「そんなもの?」と思ったけど、確かにうちの子たちは至って丈夫で、一方、玄米と健康食で育ててもらった私は、生存率50%の手術をしたり、体は強くなかった。(すみません)

たぶん絶対的に正しいことなんてないのだ。だったら自分が信じることに真摯に生きた方がいい。周りの人たちの主観、制度などの影響を受ける私たちにとって、簡単なことではないけれど…。私自身、周りと同じであることを好む日本の風潮の中で生きづらい時期もあったが、そんな中で支えになったのは、どんな私でも、親は必ず味方だ、と知っていたことだった。

子ども達には、自分の中心に沿った幸せな生き方をしてほしい、それをずっとサポートし続ける親でありたいと思う。

卒業おめでとう♥



CLASSIFIED

ヘアドレッサー募集

ケアンズ市内から車で10分。
週3日程度働ける方希望。
詳細はph 40321812まで

おちゃちゃ

スタッフ募集。興味のある方は15時頃にお店に
直接来てください。問い合わせ 4051-7055

えびす堂

新年明けましておめでとうございます!!
予約番号が変わります。
指圧 0430105173
ビューティー 0413251193
今年もよろしくお願ひ致します。

そろばん教室生徒募集

オープン:月~金、15:30、16:30、17:30
プラン:週1~5回 月額:\$70~\$140
問:4036-0650 or 0437-600-229 よりこ
abacusbywallis@hotmail.com

パソコントラブル 解決します

見積もり無料。OS 入替 え(英語→日本語)可能
Mycom Factory 0449-274-143
info@mycom-factory.com

日本のパン作り教室

自宅でパン教室やっています。詳しくは下記へ。
<http://breadbliss.exblog.jp/>

オプションツアーのホットホリデー

www.hotholiday.jp
世界40カ国90都市以上の現地発オプション
ツアーをウェブサイトで販売している旅行会社ホ
ットホリデーでは業務拡張にともない体力に自信
があって元気なオフィススタッフを募集しています。
1.PC操作に慣れている
2.英語、日本語ともに読み書きが可能
3.就労可能なビザを所持している方
4.最低6ヶ月以上就労出来る方
問い合わせ mail2@hotholiday.jp 大園宛

害虫駆除 SafewayPestControl

アリ、ゴキブリ、蜘蛛、3種類駆除。ゴキブリにつ
いては、1年間保証しています。
購入前物件のシロアリチェック、ご自宅のシロア
リチェックまたは、シロアリ駆除(見積もり無料)。
賃貸終了のベイクイトスプレー。スズメ蜂駆除。
グリーンアンツ駆除。ねずみ駆除。ベッドバグ駆
除。ありとあらゆる駆除承ります。お電話、SMS、
WEBサイトからお気軽にお問い合わせください。
日本語可。
問い合わせ
WEB www.safewaypestcontrol.com.au
E-mail info@safewaypestcontrol.com.au
English 0419-703-825 ポールまたはアダム
Japanese 0407-556-763 みぎ

中国漢方・鍼治療

Chinese Herbalist & Acupuncture
・ケアンズでの治療経験20年以上
・プライベート保険適用
月~土:9時~5時 371Mulgrave Rd.
問 4054-2265 Colin Cheng

ざくろ工房

●着物レンタル着付け ●七五三写真 ●習字教室
中川 0432-716-394

しつもん読書会

マツダミヒロさん"なかなか眠れない夜に"
~本当の自分が見つかる72のしつもん~
1月22日(火)13時~
POUCHにて\$5(お茶、おまんじゅう込)
*しつもんシェアお茶会
2月14日(木)10時~ 市内
ウクレレ体験&お話し会"ウクレレdeラブ&ピース"
ウクレレ無料レンタル有。初心者歓迎!
ご予約は0403-112-116
メール maki@colourtalks.com



<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、2月11日(月)です。

★オンライン版は掲載無料です。

www.livingincairns.com.au

PICK UP EVENT

1&2月
注目の
オススメ
イベント

1/26
SAT

AUSTRALIAN DAY

【オーストラリアンデー】

ケアンズエスプラネードにて最大最高のお祝い・オーストラリアンデーの
イベントが開催されます。BBQのほか、楽しいアクティビティもあります。
夕方からは無料の映画鑑賞もあります。

★場所 ケアンズエスプラネード

★日時 2:00~21:00

詳しくは、<http://www.cairns.qld.gov.au/>

2/9
SAT

CHINESE NEW YEAR FESTIVAL

【チャイニーズニューイヤーフェスティバル】

毎年恒例のフェスティバルがエスプラネードのフォガティパークで開催。
マーケットやダンス・ドラゴンパレードなど中国の文化・歴史に触れ合う
チャンス。ぜひ、ご家族や友人と一緒にお祝いしよう!

★場所 ケアンズエスプラネード・フォガティパーク

★日時 15時~20時(ストリートパレードは16時から) 無料

詳しくは、www.cadcai.com.au/cny/

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

- ④ **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）
- ④ **日本人通訳スタッフ常勤で安心**
- ④ **予約不要**（待ち時間がほとんどなし）
- ④ **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）
- ④ **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、スチューデントビザ、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.07 -Epidemic- 伝染病

- Hepatitis (肝炎) ●Mumps (おたふく風邪) ●Yellow fever (黄熱) ●Measles (はしか)
- Rubella (風疹、三日はしか) ●Chicken pox (水痘瘡) ●Whooping cough (百日咳)



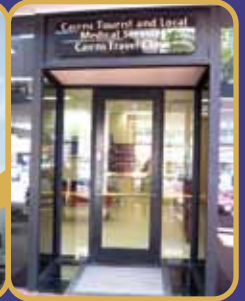
キャンベル先生
話し好きの明るい先生で人気があります。日曜大工が得意で家の手入れガーデニング何でもこなします！



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味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

JTB 最新のJRバスの料金をお伝えします！

Perfect moments, always



まずはお電話を

1800-818-072

1/61 Abbott St. CAIRNS

年中無休

09:00 ~ 19:00

クレジットカード手数料無料

Visa/Master/AMEX/Diners/JCB/eftpos

ご利用いただけます。



または (07) 40525872

cnsweb.au@jtbap.com



ジェイアイデスク ケアンズ

ジェイアイ保険の加入の方の診察代、病院までの交通費等のお問合せは、こちらまで

フリーダイヤル 1800-234-875 もしくは (07) 40525879 まで

年中無休 09:00-17:30

MAP : P.18 E3 35



ベストプライス宣言!

ナビツアーでは「どこよりも安く!」「市場最安値で!」商品をご提供いたします!

ハロン川 \$11 OFF **\$97** ナビツアー
タリー川 \$27 OFF **\$138** ナビツアー
アドレナリン全開!
ラフティング

\$21 OFF **\$193** ナビツアー
度胸試し!
スカイダイビング

ATVバギーツアー 乗馬ナビツアー
\$6 OFF **\$89** ナビツアー
\$6 OFF **\$89** ナビツアー
大自然のアクティビティ!
乗馬&ATVバギー

\$48 OFF **\$159** ナビツアー
体験ダイビング
\$40 OFF **\$70** ナビツアー
白砂の無人島と珊瑚の楽園
ミコマスケイクルーズ

\$32 OFF **\$173** ナビツアー
大空をふわっと空中散歩
熱気球フライトツアー

\$5 OFF **\$88** ナビツアー
スカイレール&高原列車付き!
激安キュランダ

\$45 OFF **\$105** ナビツアー
幻想的な世界に感動間違いなし!
ライトアップパロネラパーク

\$11 OFF **\$68** ナビツアー
シュノーケル&グラスボトムボート込み!
グリーン島クルーズ

\$51 OFF **\$139** ナビツアー
ダイビング、シュノーケル、ランチ付き!
日帰り体験ダイビングトリップ

\$14 OFF **\$50** ナビツアー
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

\$25 OFF **\$258** ナビツアー
サンセット、サンライズ&登山、カタジュタ散策、
空港送迎、宿泊込みでこの価格! 1泊2日
ウルルディスカバリーパス

日本語メール、mixi、facebook、twitterが自由自在!
自分のプランが必ず見つかる! ナビツアーの格安携帯電話

シンプルプラン [ナビトル 0] 月額基本料 \$9 無料携帯レンタル! フリーコール9ドル分込み!	スマホプラン [e!35] 月額基本料 \$35 無料スマホレンタル! フリーコール25ドル分込み! 250ドル分のポケット料が込み!	ポケットがたっぷり! マンモスポケット 月額基本料 \$39 無料スマホレンタル! フリーコール10ドル分込み! 無料ポケットたっぷりの1GB込み!	日本からのご家族、ご友人に! 1日からレンタルできる ショートプランあります! レンタルポケット Wi-Fi (1GB月\$23~)
---	---	--	--



「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



ケアンズで唯一! 24時間日本語で診察が受けられるメディカルセンター

日本語医療サービス



旅先で体調を崩したり、ケガをしてしまったらまずは、お電話下さい



07-4031-8131



1800-688-909

※上記電話番号は24時間受付。どちらも日本語にて対応。



- 24時間365日年中無休!! ●24時間ドクターが常勤だから安心!
- 有効な海外旅行保険をお持ちの方は日本語通訳無料
- 診察代・お薬代・諸検査代等・全額キャッシュレス ●病院併設の薬局あり
- 保険をお持ちでない方も日本語でお手伝いさせていただきます。(一部時間帯を除く)
- オープンウォーターから職業ダイバーまで、各種ダイブメディカル受付
- 市内ホテルからの無料送迎車あり/要予約(一部時間帯を除く)
- 往診サービス ●主要都市ネットワーク
- 主要都市に業務提携する診療所があり、継続治療や再診もスムーズに対応



[ブリスベン] 1800-666-019 [ゴールドコースト] 1800-686-099 [シドニー] 1800-355-855 [メルボルン・パース] 1800-777-313

MAP : P.18 C2