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

Cairns & Great Barrier Reef
2つの世界遺産に出逢う街
ケアンズ&グレートバリアリーフ

COUPON 割引クーポン付き

無料

10・11・12月号
OCT-DEC issue
2016 vol.159

www.livingincairns.com.au

＼誰と行く？どこに行く？何をする？／

ケアンズの過ごし方！

How to spend in Cairns



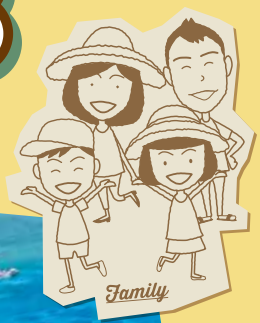














Yummy! Yummy!
2016 Cairns Gourmet
おススメの一皿
Restaurant & Cafe

CITY MAP
便利なシティーマップ付き
Check it Out!

Littles

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。

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** **ワークカバー**

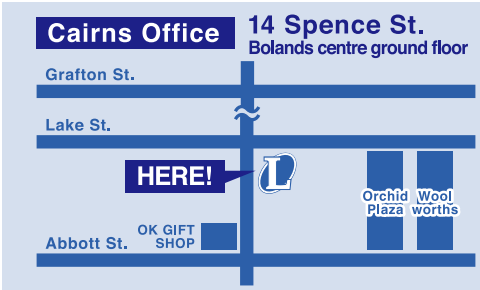
07-3225-0743 日本語直通
0410-356-847
www.littles-jp.com【日本語サイト】
Email : jinfo@littles.co
LINE : LittlesJP



Brisbane Office
Riparian Plaza Level 32,
71 Eagle Street, Brisbane QLD 4000



Gold Coast Office
Shop G026, Australia Fair West,
Scarborough St. Southport



日本人弁護士



柿崎　秀一郎
Shuichiro Kakizaki

MAP : P.29 C3

OK GIFTの宅配フェア

日本国内へ※1 マンゴー宅配便

OK GIFT SHOP AUSTRALIA JAPAN

南半球の太陽をいっぱい浴びて育った旬のマンゴーを日本にお届けします



オーストラリアお土産
NO.1ワイン
赤スパークリングワイン（750ml）
29ドル（送料別）
宅配 送料別



ケアンズならではの逸品
ゴールデンドロップマンゴーワイン
（375ml）
28ドル（送料別）
宅配 送料別



宅配 送料無料
オーストラリアビール24本セット
（VB・FOSTER'S 各12本ずつ）
135ドル（送料込み）



宅配 送料無料
タスマニアワイン
（750ml）
49ドル～（送料込み）



宅配 送料無料
冷凍でのお届けになります。
オージービーフプレミアムサーロイン
（200g×2枚：計400g）
130ドル（送料込み）



宅配 送料無料
ケンジントンプライド
（1月中旬まで）
マチルバ（ケイト種）
（2月上旬～3月上旬まで）

11月1日～30日まで
「早期割引キャンペーン」を実施！
詳細は、弊社Facebookページにて！

新作スウィーツ
レアクリームチーズケーキ
57.50ドル（送料込み）
オーストラリア産のクリームチーズを使用



宅配 送料無料
冷凍でのお届けになります。
ふわふわチーズムース/ふわふわチーズムースブルーベリー
各57.50ドル 12個入り（送料込み）

ケアッピグッズ登場！
トロピカルノースクイーンズランド政府観光局
公認キャラクターのケアッピグッズが続々登場!!
詳しくは店頭で!!



リビケン特典
50ドル以上のお買い上げで、リビケンをレジにてご提示された方 LOVE AUSTRALIA 特製「クリアファイル」をプレゼント!※他の特典との併用はできません。



61 Abbott St.
TEL:07 4031 6144 FAX:07 4031 6313
Email:cairns@okgift.com.au
www.facebook.com/okgiftcairns/

QRコードで簡単アクセス！

※1沖縄、離島については別途送料頂く場合、又はお届けできかねる地域がございますのでお問い合わせください。

MAP : P.29 C2

CONTENTS

NO.159
OCTOBER-NOVEMBER-DECEMBER
2016 ISSUE

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

06 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

08 編集部総力取材
気になるアレコレ

09 特集 誰と行く?どこに行く?何をする?
ケアンズの過ごし方!

21 特集 Yummy! Yummy! 2016 Cairns Gourmet特集
美味しいケアンズグルメを大特集
お得なクーポンもあるよ!

28 街歩きに役立つリビケン掲載ショップ一覧つき
ケアンズシティマップ
市内散策にはとっても便利

30 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

32 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!

38 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
読んだ?

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

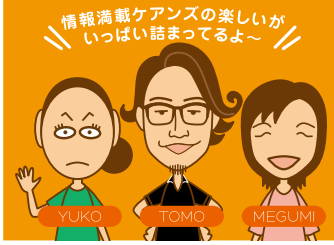
リビケン内で使用されているマークの意味

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

雑誌内のQRコードで、ケアンズ情報をより詳細に!

スマホでチェック!

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。



リビケン本家HP

PUBLISHER

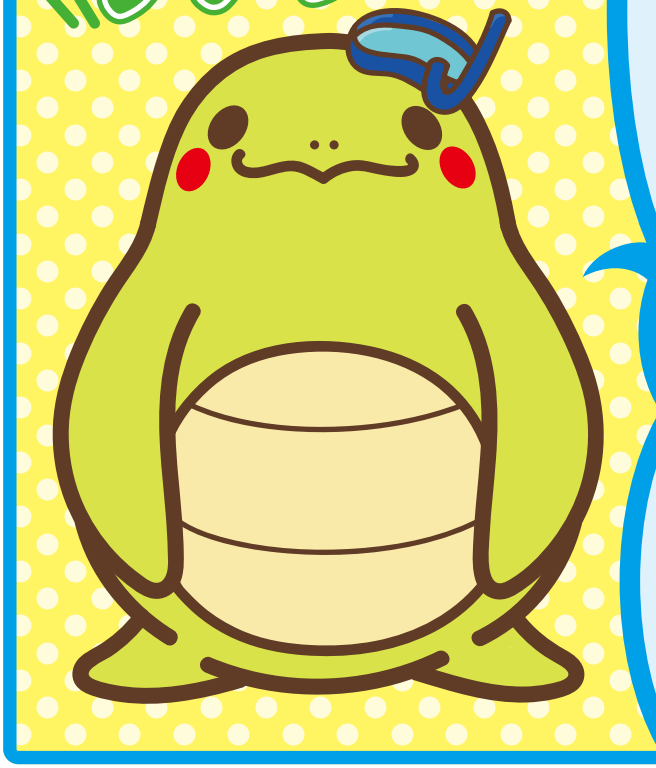
A Division Of Future Investment Group Pty Ltd

General Manager Tomoyuki Yoshimura
Sales Executive Yuko Kuramoto
Sales Administrator Megumi Duggan
Design Daisuke Hayashi, Naozumi Yamaguchi
Web Yuko Horino, Mayumi Higa
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 cannnot and does not accept responsibility for the accuracy of (or any omissions from) any statement, opinion, advice or informetion 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.

トロピカルノースクイーンズランド政府観光局 公認キャラクター ケアッピ!!



ケアッピのケアンズ オススメ5つの体験

Cairns & Great Barrier Reef ケアンズ&グレートバリアリーフ

オススメ01 グレートバリアリーフを楽しむ

ケアンズ周辺はトロピカルな熱帯魚が豊富。ウミガメやナポレオンフィッシュの遭遇率が非常に高いのも魅力です。泳ぎが苦手な方にはヘルメット・ダイビングや半潜水艦で魚たちに出逢えます。島、ケイ、ボンツーン、ダイビング船などいろいろな楽しみ方があるのもケアンズならでは。また、空から見るグレートバリアリーフも一生忘れない風景となることでしょう。

オススメ02 世界最古の熱帯雨林を散策

熱帯雨林は生物の宝庫!恐竜時代から変わらぬシダ、ほかの植物を絞め殺してしまうイチジク、美しいヤシ。。。マイナスイオンをたっぷり浴びたら日頃の疲れやストレスも吹っ飛びますよ。熱帯雨林と近郊の観光地と組み合わせたツアーが人気です。

オススメ03 動物たちとの触れ合い

全ての人が笑顔になってしまう「コアラ抱っこ」。定番ですがカンガルーの餌付けと並んで動物園の大人気のアクティビティです。近郊に広がるアサートン高原は野生動物の宝庫。様々なツアーで訪れることができます。熱気球で上空からカンガルー探しも素敵な体験です。

オススメ04 陽気なオージーとの出会い

とっても人懐っこいケアンズっ子。親日家で、 知らない人でも通りすがりに「ハイ!」と声をかけてきます。ツアー中だけでなく、カフェやレストラン等でコミュニケーションをとってみてください。記念撮影にも気さくに応じてくれるハズ。先住民族アボリジニの文化に触れるのもおすすめです。

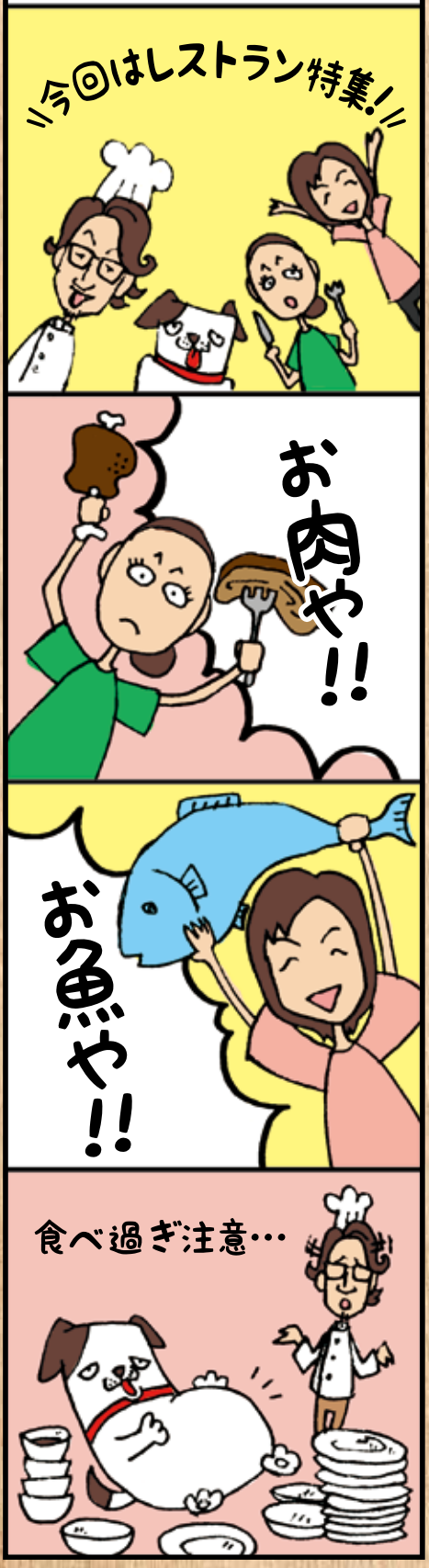
オススメ05 南半球の星空観察

日本でもおなじみ、オリオン座やさそり座は逆さまに見えるのが南半球。定番の南十字星をはじめ、美しい天の川が観察できるのはケアンズの魅力。夜のツアーの楽しみのひとつです。極め付けはグレートバリアリーフから見る星空。一生の想い出になることでしょう。

LOCAL TOPIC & EVENT

リビケン日記

Vol.007



Topic 01

関西空港にて配布開始!



10月10日より関西空港のケアンズ行きジェットスター搭乗口において、リビング・イン・ケアンズの配布がスタート致します。搭乗口の前にリビケン特製ショーケースを設置し、日本を出発する旅行者が気軽に手にとってもらえる環境になりました。詳しくはWEBサイトでご確認下さい。

Topic 02

ケアンズ日本語補習授業校 新入生説明会



★日時:2016年11月26日　9:30〜
★場所:Cairns Language Center
91-97 Mulgrave Road,
Cairns City QLD 4870
★新入生説明会お申込みはWEBより
http://cairnsjapan.wix.com/cjltc

Topic 03

リビケンコラボ企画「リビ弁」「リビ麺」

今号のグルメ特集に合わせてケアンズの人気店
ONIGIRI CAFE OMU&がんばらんばとのコラボ企画、
リビケン限定の「リビ弁」「リビ麺」を発行期間中、人数限定でご提供!

「リビ弁」

omu ONIGIRI CAFE リビ弁 リビング・イン・ケアンズ

お得な日替わりオリジナル弁当を先着5名様に$9.95でご提供!また通常$1.50の味噌汁も無料でついてきます。早い者勝ちなので見つけた際はお見逃しなく!!目印はお弁当箱に貼り付けてあるリビ弁特製シールです!



※写真はイメージです。

「リビ麺」

麺だけがんばらんばだ リビ麺 GEN-TEN リビング・イン・ケアンズ

今年で10周年を迎えるがんばらんばでは10周年にちなんで1日先着10名様に、がんばらんばの人気メニュー源天(GEN-TEN)又は、源天2016(GEN-TEN PREMIUM RED)を$10でご提供!ご注文の際には必ずリビケンをご提示してください。



※リビ弁・リビ麺は1月9日までの限定企画です。

Event 01

Plamcove Market



ケアンズから北に車で約30分のパームコーブでは、4月～12月の第1日曜日に「パームコーブマーケット」が開かれています。海沿いのウイリアムズ・エスプラネード沿いには沢山の出店が並びグルメ、ショッピングや大道芸人のパフォーマンスなどもあり来場者を楽しませてくれます。

★開催日:11月6日(日)、12月4日(日)

★開催時間:08:00～14:00

Event 02

バタフライアーリーラーニングセンター オープンデー開催

10月22日(土)10時よりMooroobool にある日本人経営のチャイルドケア、バタフライアーリーラーニング センターにて、オープンデーを開催します。当日は、BBQや巻き寿司が振る舞われ、クラフトアクティビティが体験できます。託児所内の様子を見ることができる、絶好のチャンス。是非、足をお運びください。

★日時:10月22日(土)10～13時

★場所:120 Swallow Street, Mooroobool

★TEL: 07 4032 3588　★WEB:www.butterflieselc.com

Event 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二ヶ月に一度、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:11月27日(日) ★時間:9:15～13:00頃まで

詳しくは下記までお気軽にどうぞ

Sun Pacific College

info@sunpacificcollege.com.au ★Phone: 4057-2100

パロネラパーク ハッシュタグキャンペーン

Paronella Park



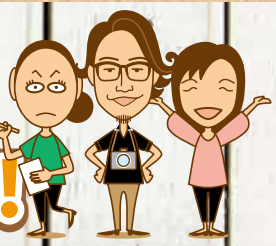
Twitter又はInstagramに#パロネラパークのハッシュタグを付けて投稿した写真の画面を受付スタッフに提示すると、もれなくパロネラパーク特製ポストカードをプレゼント!

パロネラパークではフリーWi-Fiを完備。日本の携帯電話やタブレットでの投稿も簡単に出来ます!フリーWi-Fiの詳細はパロネラパーク受付スタッフまで。

★有効期間:2016年10月10日(月)～2017年1月9日(月)

CAIRNS EVENT NEWS

ケアンズのイベントに行ってきました!



Cairns Cultural Diversity week 2016

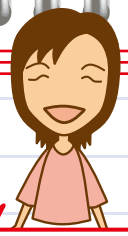
ケアンズ盆踊り大会

9/4









9月4日(日)に日本人会・ケアンズ領事事務所共催のケアンズ盆踊り大会が行われました。当日はよさこいダンス、和太鼓、民謡ライブ、日本の味が楽しめる屋台など、様々な催し物が行われました。今年で3回目のこのイベントは年々と規模が大きくなっており、イベントがスタートする14時から多くの人が集まりました。地元新聞やテレビでも取り上げられ、過去最高の来場者で賑わい、来年も開催されることが既に決定。今から浴衣や甚平などを準備しておきましょう!







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

トレス海峡
Torres Straight
水曜島 Wednesday Island
木曜島 Thursday Island
金曜島 Friday Island
Prince Of Wales Island
ケープ・ヨーク
Cape York
Seisia
Umagico
Mapoon
Jardine River National Park
Captain Billy Landing
Mapoon
ウェイパ
Weipa
Napranum
Aurukun
MUNGKAN KAANJU NATIONAL PARK
PENINSULA DEVELOPMENT ROAD
Coen
Kowanyama
Bizant
Lakefield National Park
New Laura
Old Laura
ローラ
Laura
リザード島 Lizard Is
Cape Flattery
Hope Vale
Cape Bedford
クックタウン
Cooktown
Great Barrier Reef
コーラルシー
Coral Sea
Wujal Wujal
ケープ・トリビュレーション
Cape Tribulation
デインツリー
Daintree
Cape Kimberley
モスマン
Mossman
ポート・ダグラス
Port Douglas
パームコーブ
Palm Cove
キュランダ
Kuranda
マウント・モロイ
Mt Molloy
グリーン島 Green Island
フィッツロイ島 Fitzroy Island
チラゴー
Chillagoe
マリーバ
Mareeba
ケアンズ CAIRNS
ゴードンベール
Gordonvale
アサートン
Atherton
フランクランド諸島
Frankland Islands
マランダ
Malanda
ケアンズ高原
Atherton Tablelands
イニスフェイル
INNISFAIL
レイベンスホー
Ravenshoe
マウント・ガーネット
Mt Garnet
ミッション・ビーチ
Mission Beach
タリー
Tully
ダンク島 Dunk Is
アンダラ
Undara
マウント・サプライズ
Mt Surprise
ジョージ・タウン
George Town
Croydon
0 50 100km N

●日本とオーストラリアの位置関係



＼絶対外せない／

ケアンズが誇る2大世界遺産!!

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。





熱帯雨林エリア



Rainforest Area

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、ケープトリビュレーションや、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。

他にも見所盛り沢山！



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。

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。

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。



＼リビケン編集部の／

Yuko編

気になるアレコレ! Vol.03

「編集部の気になるアレコレ!」とは?

今回で3回目になります「リビケン編集部の気になるアレコレ!」では、編集部の3人が毎号、ケアンズで気になっているものを徹底的に調査をするコーナーです。観光、グルメ、生活、ショッピングなどジャンルを問わず何でも調査!最新の情報を読者の皆様にお届けいたします!また読者のみな様からの気になるアレコレも募集しております。ご応募頂いた中から選考の上、編集部が徹底調査を行います。
気になるアレコレはリビケンにお任せ!
お問合せはsales@livingincairns.com.auまで



今回の気になる:
ケアンズの歴史的建物探訪

二つの世界遺産(グレートバリアリーフと世界最古の熱帯雨林)に囲まれた町・ケアンズ。実はそれだけじゃない!町の中にも、古く歴史的に価値のある州指定の遺産が沢山あるんです。今回はケアンズシティ中心部、徒歩圏内で見られるそんな歴史的建造物の一部をご紹介。

気になる:01 ケアンズ図書館【現在】

〈建設当時〉ケアンズ市議会議事堂



第一次と第二次世界大戦の間の1929-1930年に建設。ケアンズが北クイーンズランドの主要都市としてあらゆる機構を集約、再構築した1920年代30年代のケアンズ第3期開発の一環として建てられた。それまでは木製でサイクロンの通り道でもあるケアンズでは度々、倒壊が問題となっていたため、鉄筋コンクリートの建物に建て替えられたもの。

住 151 Abbott Street

気になる:02 トロピカルノースクィーンズランド観光局案内所【現在】

〈建設当時〉マルグレーブ地方議会議事堂

エスプラネードに面して建つこの建物は、第一次世界大戦前年に起こったケアンズの建設ラッシュの期間中である1912-1913年にそれまでの木造建築の建て替えとして施工された。丁度その頃は、ケアンズに鉄筋コンクリートの建物が建ち始めた時期で、その先駆けだった。建物前にあるフェンスも建設当時のまま残されている。



住 51 The Esplanade





ドクターKoch記念碑 気になる:03

〈建設当時〉ドクターKoch記念碑

19世紀後半にケアンズとその周辺地区での博士エドワード・コッホの熱帯医学に関する研究と功績を称えるため1903年に建立された。当時、特に問題だったマラリアにおける彼の研究と治療は多くの人々の命を助けた。また、彼は予防措置について人々に教育することにも尽力し、その活動がケアンズ市民に認められ記念碑の建立に至った。

住 Cnr. Abbott and Spence Street





気になる:04 パブ・レストラン/アートギャラリー【現在】

〈建設当時〉ケアンズ裁判所

ケアンズ市内でもひと際大きな敷地内にあるこの建造物は1919年から1921年に裁判所として建設され、また現在のアートギャラリーの部分は1934年から1936年にかけてそれに伴う公共のオフィスとして建てられた。建具のいくつかはブリスベンの政府の工房で作られ輸送されてきたが、材木に関してはケアンズ近郊の森林から集められたものを使用している。

住 38-40 Abbott Street

オフィス・テナントビル【現在】 気になる:05



〈建設当時〉デパート・百貨店

1912年から13年にかけて当時、ケアンズでも有数の商人であったマイケル・ボーランドにより建設されたデパート。建設時は、北クイーンズランド初の電動乗客用エレベーターを有し長年にわたりケアンズ市内でも最も高い建造物として有名だった。また、現在はケアンズ市内で最後の現存する20世紀初頭の大型デパートとして建てられた建造物となっている。

住 Cnr. Lake and Spence Street



!!誰と行く？どこに行く？何をする？!!

ケアンズの過ごし方！

How to spend in Cairns

2つの世界遺産を保有するケアンズ。
一度だけではとても堪能しきれないほどの魅力がつまっています。
そしてそこには、ファミリー、カップル、女子旅、シニアの方まで…どんな人が訪れても
絶対に楽しむことができる、様々な「ケアンズの過ごし方」があります！
マリンスポーツやダイビングもよし、世界遺産巡りもよし、
ショッピングを堪能するのもよし、スパやエステでリフレッシュするもよし…。
旅するグループが変われば、過ごし方も変わるもの。
この特集ではグループ別に分けて、
リビケン的「ケアンズ滞在中のオススメの過ごし方」をご提案！



Family
家族編

大人から子供まで楽しめるケアンズを家族全員で満喫しよう!

ジャプカイナイト

ジャプカイは先住民アボリジニの文化を体験出来る人気のテーマパーク!ナイトツアーではアボリジニの伝統的なダンス観賞、火起こしの儀式、豪華バイキングディナーなどが楽しめる人気ツアー P.18



←グリーン島

言わずと知れたグリーン島、海の透明度はもちろんのこと、島内には小さなお子様が遊べるプール、カフェ、レストラン、売店、淡水シャワー、ロッカー、更衣室などと快適に過ごすことが出来る施設がいっぱい!。P.12&14





動物体験ツアー

ケアンズ近郊に生息する動物たちを、知識豊富なガイドと一緒に回る人気ツアー。夕食のBBQではオージービーフはもちろんのことカンガルーやワニのお肉も食べれます!日本では見ることが出来ない「かものはし」との遭遇も高確率!P.19



ラグーン

ケアンズ市内中心部にあるラグーンプールは誰でも無料で利用することができ、更衣室、シャワー、売店などの施設が充実。家族連れに大人気!
営業時間:06:00 ～21:00
※水曜日は清掃のため午後からの営業

日頃の喧騒から逃れ、ケアンズでセレブ気分を堪能しよう!

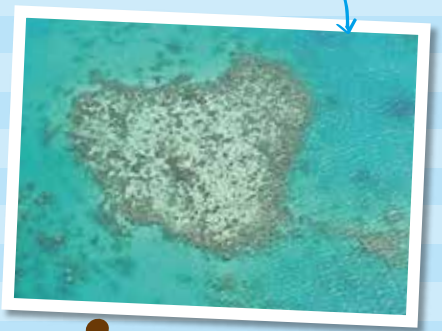


←マッサージ

アロマセラピー、リフレクソロジー、ボディケア(指圧)といったおなじみのメニューをはじめ、極上のホットストーンやオリジナルトリートメントもお気軽に心ゆくまでご堪能いただけます。P.36

遊覧飛行

上空から眺めるグレートバリアリーフは息を呑むほどの美しさ!最大6人まで乗れる機体もあるので大人数での参加も可能!エメラルド色に輝く珊瑚礁群はフォトジェニックな写真が撮れること間違いなし!P.18





ショッピング

高級ブランド品から、お手軽な雑貨品など様々なものが揃うケアンズ。人気のお土産屋さんOK GIFTではケアンズのゆるキャラ「ケアッピ」グッズが購入出来ます。お気に入りの1つを見つけましょう!P.02

ダイビングに挑戦!

ダイビングが全く初めての方でも出来る体験ダイビングに挑戦してみよう!日帰りクルーズの船内には日本人インストラクターが乗船しているので安心してご参加頂けます!映画にもなったリアル「ニモ」や「ドリー」に会えるかも!?P.12&13

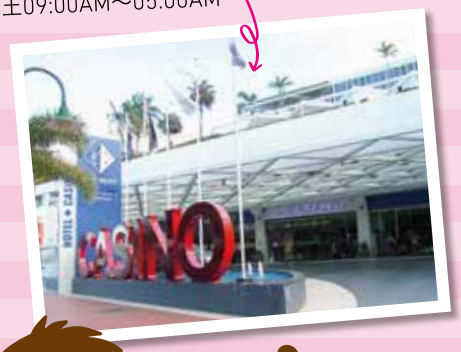


Girls
女子旅編



カジノ

夜はお酒を片手にカジノで運試し！少額で楽しめるスロットやトランプを使ったテーブルゲームまで様々。週末には生バンドの演奏があったりと、様々なイベントが行われているのでプチお酒落をして出かけよう！
営業時間/月火水木日：09:00AM〜03:00AM
金土09:00AM〜05:00AM

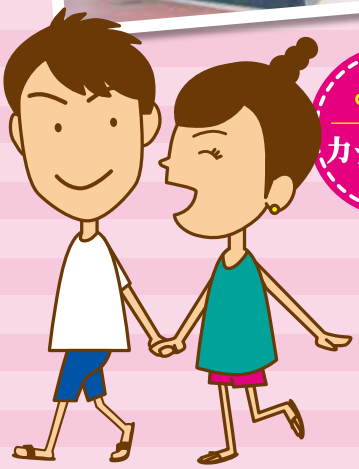


カップルにしか出来ない ロマンチックなケアンズを過ごそう！

ミコマスケイ

最後の楽園の名を持つミコマスケイは透明度が抜群で、多種多様の生物に出会うことが出来る島。グレートバリアリーフで見ると幸せになれると言われているウミガメを2人で探してみては？ P.13





Couple
カップル編



パロネラパーク

ケアンズで1番ロマンチックなツアーと名高い「ライトアップパロネラパークツアー」は、ツアー中の夕食も大変好評で、天気に恵まれれば南半球の満天の星空も見ることが出来ます。P.16&17



フォトプラン

旅の思い出に、プロのカメラマンに最高の写真を撮ってもらおう！大自然の中でのロケーション撮影は、ケアンズの1番の思い出になること間違いなし！
お散歩フォト（1名〜6名まで）$280
ビーチ de フォト（1名〜6名まで）$350　P.29

シニア世代もアクティブに ケアンズステイを楽しもう！

Senior
シニア編



キュランダツアー

世界遺産の熱帯雨林を1日で堪能できる人気ツアー。歴史あるキュランダ鉄道、広大な景色が眺められるスカイレール、ジャングルの奥深い部分を体験出来るアーミーダックなど内容盛り沢山！P.15





モスマン渓谷とポートダグラス

世界自然遺産に指定されているデインツリー国立公園内「モスマン渓谷」とセレブが集まるポートダグラスの町並みを1日で堪能出来る人気ツアー。世界遺産の濃い部分を観賞したい方にオススメのプランP.20





市内をお散歩

ケアンズ市内にはクイーンズランド州の歴史文化遺産に登録されている建物がいっぱい。市内中心のホテルからは何処も徒歩圏内なので、気軽に行くことが出来ます。また海沿いのエスプラネードは朝や夕方のウォーキングにオススメ！

ゴルフ

ゴルフが趣味のお二人なら、ぜひケアンズでゴルフをお楽しみください！様々なゴルフコースがあり、ケアンズならではの風景のなか、のんびりとプレーすることができます。P.21

QUICKSILVER GROUP で楽しむ!

世界遺産 グレートバリアリーフ

失敗しない!! ケアンズ 海での過ごし方

お子様連れでも安心。設備・アクティビティ充実の快適トリップ

NO.1

グリーン島 Green Island

ケアンズに来たなら、誰もが一度は訪れるといっても過言ではないグリーン島。みんなが訪れるのには理由があった!とにかくファシリティーが揃っているから、快適に1日が過ごせます。お子様連れの家族に嬉しい設備がとっても充実で大人も子供も思いっきり楽しめること間違いなし。ケアンズに来たならグリーン島へ行かなきゃね!



世界最大のサンゴ礁に浮かぶエメラルドグリーンの島・グリーン島。



ウミガメ遭遇率の高いグリーン島。スノーケリングで見られる可能性も大です。



↑ビーチでは常にライフガードが監視してくれているのでお子様も安心。

ランチのチョイスも豊富!!

優雅にリゾートレストランで、気持ちのいいオープンテラスのカフェで、あなたの気分で選べます。





あると助かる充実のファシリティー



淡水シャワーにロッカー、更衣室など痒いところに手が届く、とても便利な設備が充実。家族、カップル、お友達同士のグループでも快適に過ごせるありがたいディスティネーションです。

アクティビティーも沢山で飽きる暇なし!!





01.水着に着替えなくても海の中をのぞけるグラスボトムボート。濡れずにサンゴ礁を満喫。
02.世界最大のクロコダイルがいるワニ園。子ワニの抱っこも出来て子供にも大人気。

お問い合わせ TEL.1800-079-080 / 07-4044-9944

GREAT ADVENTURES
グレートアドベンチャーズ
www.greatadventures.com.au

OCEAN SPIRIT CRUISES
オーシャンスピリット
www.oceanspirit.com.au

Quicksilver Is the Great Barrier Reef
クイックシルバー
www.quicksilver-cruises.com

クイックシルバーグループのグレートアドベンチャーズ、オーシャンスピリット、クイックシルバーには毎日必ず、日本人スタッフが乗務しています。グレートバリアリーフを良く知るスタッフから当日のツアー行程やアクティビティーの楽しみ方など、たくさん聞き出し楽しい旅にしましょう!!





NO.2

究極にロマンチック。コバルトブルーに浮かぶ純白の島

ミコマスケイ

Michaelmas Cay

OCEAN SPIRIT CRUISES

リピーターに大人気の絶景、ミコマスケイ。グレートバリアリーフが織りなすブルーのグラデーションの中に浮かぶ、真っ白の島は一見の価値あり。白砂のビーチで寝転んで、何もしない究極の休日を楽しみましょ♪火照った体は、海に浸かってクールダウン。ビーチから歩いて3歩で海中の絶景・カラフルなサンゴ礁も楽しめます。





鳥の楽園ともいわれるミコマスケイ。大自然が広がる海の中も、島の上も世界遺産の迫力を肌で感じることができる。



ケアンズの北東約40kmに位置する幻の島・ミコマスケイ。息をのむほど美しい蒼と白のコントラスト。そこに浮かぶ「オーシャン・スピリット号」で極上クルーズを。

必見!!絵葉書のような風景



広々デッキでは、船が奏でる波の音をBGMに日光浴など思い思いの過ごし方を楽しんで。





03.真っ青な空に凛と広がる真っ白の帆。ヨットの旅ならではの風景。
04.360度、海に囲まれた奇跡のビーチでリラックス。最高に贅沢な時間。



帰りの船内ではシャンパンが振る舞われる至れり尽くせりの旅。



アクティブなシニアも大満足。セレブに愛される街ポートダグラスより出港

NO.3

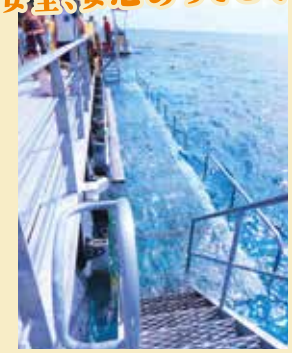
アウターグレートバリアリーフ

Outer Great Barrier Reef

Quicksilver is the Great Barrier Reef

ケアンズの北約60km、世界のセレブがバカンスを楽しむために訪れる港町ポートダグラス。そこから出発するツアーがこちら。日帰り圏内では最北端のエイジンコートリーフに浮かぶポンツーン（浮島）を訪れ、ケアンズ近郊とはまた一味違う雰囲気を楽しめます。ポンツーンの施設は、安全に遊ぶためのファシリティが充実していてお子様からシニアまで満喫できること間違いなし。

安全、安心あってこその充実した一日。



↑海に続く階段と手すり。シニアも安全に海を楽しめる施設が沢山!!





お手軽に楽しめるアクティビティー満載。



05.眼鏡をかけたままでもOK。目の前に魚が寄ってくるオーシャンウォーク。

06.水に入るのが苦手な方には半潜水艦がおススメ。専門家の解説付きです。

07.海の上でも真水のシャワーが浴びれるのが有り難い。帰りの道中もさっぱり。



ちょっとしたことにもすぐに手を貸してくれる頼りになるライフガードがいてくれるので安心。

＼グリーン島、人気のアクティビティ!!／

Parasailing

パラセーリング

大空を「飛ぶ」体験！上空50mまでフワフワと舞い上がり、鳥になった気分。エメラルドブルーの海と、緑に輝くグリーン島の美しい景色を空から眺める贅沢なものはほかにないね！着替えずにそのままの格好でOKなのも嬉しい。





世界遺産のグレートバリアリーフを一望できる空からの眺めは最高。言葉では言い表せないほどの感動体験です。→





←陽気なスタッフと共に笑いのひと時。船上で一緒にハイち〜ず。ボートにも乗れるのでスピードも楽しめます。

お問い合わせ **Parasailing Green Island**

グリーン島行きの船内またはグリーン島桟橋先端のカウンターにて受付可能。当日申し込みもOK!
TEL：0499-666-888　mail：info@giparasail.com

MAP：P.29 B2

ケアンズに来たらMUST!!

(詳細はP.12.13へ)

グリーン島 Green Island

ケアンズから27km沖合に浮かぶエメラルドに輝く島。約6000年の歳月を経てサンゴが堆積し出来た貴重な島。熱帯雨林の植物が茂り、カラフルな鳥たちが棲む楽園。









グリーン島を120%楽しむためのアクティビティーはこちら

★HERE!

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

泳げない方で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ず、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。





シーウォーカーQ&A

- Q ライセンスを持ってませんができますか？
  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 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!



Seawalker GREEN ISLAND

TEL：040-758-1096
日本語でお気軽にお問い合わせ下さい。

WEB：www.seawalker.com.au
MAIL：japan@seawalker.com.au

MAP：P.29 B2

リビング・イン・ケアンズ

読者モデル募集!!

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】


YUKAさん

シティーでよく見かけるリビング・イン・ケアンズに今回読者モデルとして出られて凄く嬉しいです！ケアンズの動物たちと触れ合えて凄く良い思い出になりました！


SARIIさん

ケアンズに来てまだ数週間しか経っていないのにとても良い経験と思い出を作ることが出来ました！撮影も楽しくお話しながらだったのであっという間の1日でした。ワニやコアラについての知識も増えてとっても楽しかったです！

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？





撮影、超楽しい〜♥

CELEBRATING 40 YEARS
RFS
RAINFORESTATION
NATURE PARK
おかげさまで40周年
1976-2016

今年40周年を迎えた熱帯雨林のテーマパーク

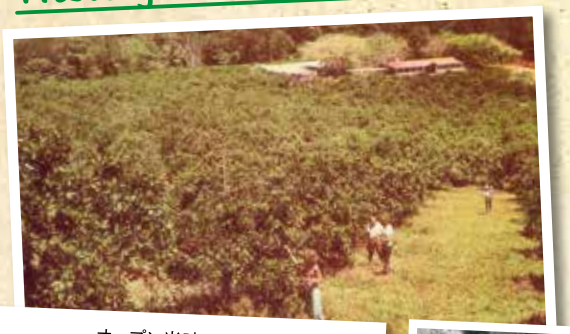
レインフォレステーションは1976年にCharlesとPipの2人の手によってオープンしたオレンジ農園から始まり、今日に至ります。オープン当初から姿形を変わることなく走り続けているアーミーダック、オーストラリアの固有種が多く飼育されている動物園、先住民アボリジニの文化が体験出来る施設など様々なアトラクションが年々と増え一大テーマパークへと成長しました。

Army Duck



DOKI DOKI TOURSのキュランダデラックスツアーに参加するとアーミーダック乗船時に日本語での案内を聞くことが出来ます。

History of RainForeStation



1976 オープン当時のレインフォレステーション一面のオレンジ畑は現在ブーメランや槍を投げるところ



1976 マウンテングローブと呼ばれていたオープン時の最初のアーミーダック1号車



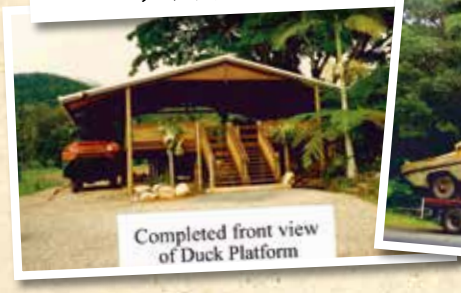
熱帯雨林の険しい道から、水の中まで進むことが出来るアーミーダックはオープン当初から現在に至るまで旅行者に大人気!

アーミーダックってどんな車?

正式名称 DUKW

「D」は1942年にデザインされたこと、「U」はユーティリティー(水陸両用)、「K」は全輪駆動、「W」は2軸の後輪を表します。
4.5リットル直6式のエンジンを搭載し、総重量7.5トン、水上での航行速度は時速10km、陸上での走行速度は時速80kmまで出せます。
全長は9.3m、幅が2.4m、折りたたみ式のキャンバストップまでの高さは2.6m。装甲車ではないので軽量化のために薄い鉄板で作られています。5cmまでの穴であれば車体に穴があいても水上に浮いていられる高性能の排水ポンプを積んでいます。また上陸地点にあわせて運転席からタイヤの空気圧を変える機能が世界で初めて装備されました。
ガソリンエンジンの燃費は陸上で1km/リッター、水上で300m/リッターと極めて悪い乗り物です。2013年までレインフォレステーションのアーミーダックはすべてLPガスによる運転に変換されていましたが、州政府の規制の変更により現在はまたガソリン燃料に戻されています。
約2万台が生産され、戦後は沿岸警備や災害救助にも活躍。現在でも観光用などで世界中で使われています。

1987 現在の正面入り口が昔はアーミーダックのプラットフォーム!この年に現在の名称である「レインフォレステーション」と改名



1994 6号車と7号車が到着



1996 イリエワニのジャックが到着、陸軍によって運ばれました。手前の2匹と奥の大きな塊、大きさの違いが歴然!





DOKI DOKI TOURSのキュランダデラックスツアーでRFSを体験しよう!

DOKI DOKI TOURSだけのお好みチョイス


1 コアラ抱っこフォト


アボリジナルダンス見学 2


3 アボリジニ絵付け体験


ドリームタイムウォーク 4

09:00 ホテルお迎え(ホテルによってお迎え時間は異なります。8:45〜9:25)
09:45 スカイレール乗車 → 10:45キュランダ村到着後、移動
11:00 レインフォレステーションにて
★ワイルドライフパーク入園(動物園)
★水陸両用車"アーミーダック"によるジャングル体験
★お好みチョイス(左の写真から選んでね)★バイキングの昼食
14:00 キュランダ村自由散策
15:30 キュランダ列車乗車 → 16:45フレッシュウォーター駅到着
17:30 ケアンズ市内のお土産屋さんへご案内
その後自由解散、またはホテルへお送り致します。

※その日の人数や各交通機関の関係から、スカイレールと列車の順番が入れ替わる場合もございますので、予めご了承ください。
※クリスマスデー(12月25日)はお休みとなります。
※バスの配車の関係上、キュランダ列車はケアンズ駅までご乗車いただく場合がございます。

どきどきツアーズ
DOKI DOKI TOURS
国内フリーダイヤル
1800-242-500
info@dokidokitours.com / www.dokidokitours.com

星にねがいを…

Light Up Paronella Park

ライトアップ★パロネラパーク

パロネラパークの歴史

ケアンズの南104kmに位置する熱帯雨林にたたずむ古城パロネラパーク。
小さい頃、祖母が話すお伽話が大好きで、『いつかお城を持ちたい』と夢見たスペイン人ホゼ・パロネラ。
26歳で移民として渡ったオーストラリアにて運命的に出会ったミーナ滝に一目惚れ。
長年の夢だったお城の建設を決心し、自らの手で6年の歳月をかけ1935年に完成させました。
当時はテーマパークとして地元の人々に愛されていたものの、度重なる災害とホゼの死により、一度パークは閉鎖。
現在は、ホゼの夢に共感した新しいオーナーにより、世界中の人々にホゼの夢が語り継がれています。





夕食会場のイタリアンレストラン　ロスコで、ピザやパスタなど種類豊富のバイキングスタイルの夕食。デザートで1番人気のティラミスは是非お試しあれ!イタリアン人のオーナさんは笑顔が素敵でとってもフレンドリー。







入口にあるPARONELLA PARKと書かれた大きな看板前。ガイドさんを先頭にレンタルの懐中電灯を片手に夜の園内散策へ出発!↑

THE GRAND STAIRCASE（大階段）

ホゼがお城を造る材料を運ぶための運搬通路として、パークの中で最初に作ったもの。より美しく、豪華に見えるように、末広がりに作られています。→

MENA CREEK FALLS（ミーナ滝）

ホゼが愛し、この場所にお城を築くきっかけとなった、パロネラパークの原点となる滝。↓







LOVERS LANE（ラバーズレーン）

ホゼが恋人同士、夫婦同士が、手を繋いで寄り添って歩けるようにと考えて作った道。その名もラバーズレーン（恋人達の小道）という名前がつけられています。



KAURI AVENUE（カウリ松の並木道）

1000年生きると言われている、パワーを持ったカウリ松の並木道。ホゼが一目惚れをしたミーナ滝が、この道を通して見えるように設計してあります。



満天の星空の下、ライトアップされるお城はとても幻想的でロマンティック
創設者ホゼの夢に想いを馳せながら、素敵なひとときをお過ごし下さい。



園内にある売店ではパロネラパークオリジナルグッズが購入出来ます。



パロネラパーク
ハッシュタグキャンペーン

Twitter又はInstagramに#パロネラパークのハッシュタグを付けて投稿した写真の画面を受付スタッフに提示するともれなくパロネラパーク特製ポストカードをプレゼント!

GTS Global Travel Services
日本語OK!
お問合せ、ご予約はこちら 1800-627-646
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【ケアンズ発】大人$165／子供$115



MAP:P.30 J1



MAP:P.30 I3

どきどき 大人気 午後発ツアー

動物探検ツアー

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

マリーバ

トルガ

トロピカルフルーツもしっかり堪能できちゃう！

ボクが有名なピーナッツ君。

ディナーもオージーBBQで美味しいよ！

珍獣かものはし静かに探してね！

アリが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！

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！

キュランダ

エリマキトカゲに会えたらラッキー！

大自然のパワースポット！カーテンフィグツリー！

ポ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♪

バンディクートだよ。どれだけの動物に出会えたかな？

モゥ～大満足のツアー～

白オウムのキバタンだぜ！

ケアンズ

巨大絞め殺しの樹と ハマーアドベンチャー NIGHT



ホテルにお迎えのバスも4WD使用でとっても大きい！
いざバスに乗ってハマーがある熱帯雨林へ！

豪快に水しぶきをあげて川の中へSPLASH！ハマーにしか出来ないスゴ技！

BOOM!

わぁお！これが巨大絞め殺しの樹！すごい迫力！あっ！あそこにいる動物は何??

SPLASH

待ちに待ったディナータイムはもちろんオージービーフ！ボリューム満点で味も最高！

上記ツアー内容に関する詳細はホームページをご覧いただくか、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
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。

世界遺産モスマン渓谷とポートダグラスツアー



世界遺産モスマン渓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。

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

リゾートレストラン内でのアフターヌーンティー



渓谷に流れる川の水はひんやりと気持ちいい。水着があれば泳ぐことも可能。



ランチは動物園に隣接するレストランにてオプションで園内に入ることが出来ます。



展望台から眺める4マイルビーチは絶景の撮影スポット







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

世界遺産モスマン渓谷とポートダグラスツアー

Tel:07-4051-9167　mail:info@portdouglas-c.com　web:www.portdouglas-c.com

日本語ガイドまたはドライバーガイドが同行

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.26 ダイビングしたことない人も、ハマッ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

頭でっかちは何処へ？

先日、グリーンアイランドで水中探索中に珍しい生物と遭遇しました。僕がワーキングホリデーで渡豪しケアンズを潜り始めた20年前には頻繁に顔を合わせていた彼らも、ここ最近ケアンズ近海ではなかなかお目に掛かる事が出来なくなってきました。今回は失踪したウミガメ、“頭でっかちアカウミガメ”についてお話しましょう。世界中に8種しかいないウミガメの中、ここケアンズ近海で頻繁に遭遇するのはアオウミガメとタイマイです。一昔前まではアカウミガメを2匹見れば、アオウミガメ2匹、タイマイ1匹ぐらいの割合で確認出来ていましたが、現在ではほとんどがアオウミガメとタイマイに偏ってきた気がします。これらウミガメの中で一番不細工な顔をしているのがアカウミガメ…水中で遭遇した時には思わず笑ってしまいます。他の輩に比べて、身体の割に頭がでかく、所々に付着したフジツボ（貝の仲間）も異質感をアップさせます。アオウミガメは優しい目で可愛いく、タイマイは機敏で臆病なイメージ、アカウミガメだけ鈍いイメージがあるのは何故だろう?食べる物も貝やエビ、カニ等を好み、ベジタリアンな他2種とは違います。また、熱帯ではなく、比較的水温の低い温帯域を好みます。僕自身の見解では、近年におけるエルニーニョによる水温上昇が影響して、アカウミガメの生息地が南下したように思えます。現にケアンズから南に1300㎞離れたグレートバリアリーフ最南端の町、バンダバーグ近海では多くのアカウミガメが確認されているようです。レディーエリオット島、レディーマスグレイブ島、モンレポ自然保護公園などグレートバリアリーフで最大級のウミガメ産卵地がここにあります。一度の産卵で産み落とされた卵の中で、外洋からの長旅を生還できる者は1～2匹…産卵の為、産まれた浜に戻るのです。ノース・クィーンズランドにおいては、多量の農薬使用でマングローブ減少による水質悪化問題や水温上昇によるサンゴ礁の白化現象、サイクロンによる砂浜の減退等、ウミガメの生息に悪影響を与える多くの問題を抱えています。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るのです。IUCN（国際自然保護連合）のレッドリスト（www.iucnredlist.org）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も私たち人間が自然から学ぶべき課題は山ほどあるのです。

アカウミガメ





アオウミガメ

写真協力／ Satoshi Kajimoto



Profile
梶本　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

リゾートゴルフ満喫ツアー

Cairns & Port Douglas Golf

※全ての料金は予告なく変更される場合があります。
ご予約の際にご確認下さい。

01 パラダイスパームス・ゴルフクラブ

Paradise Palms RESORT & COUNTRY CLUB

ケアンズで一番人気のオーストラリアを代表するリゾートゴルフコース。グラハムマーシュとロスワトソンがデザインしたコースは、起伏に富んだグリーンを備え、フェアウェイもチャレンジ精神をかき立てられる。上級者はもちろん初心者にも充分楽しめます。【ケアンズから30分】

ケアンズ／パームコーブ発：$185　ポートダグラス発：$240

★コースレート 75（パー 72）　★全長：6,592m（7,251yd）　★電動カート込み
★施設：プロショップ、ロッカー、シャワー、レストラン、バー



02 パーマーシーリーフGC



ケアンズ／パームコーブ発&ポートダグラス発：$235

イギリスでよく見かけるリンクススタイル。ウォーターハザードには「ワニに注意!」のサインも。とても難易度が高いので、チャレンジしてみる価値あり!【ケアンズから1時間】

★全長:5,708m（6,078yd）
★電動カート込み
★施設:プロショップ、ロッカー、シャワー、レストラン、バー

03 ケアンズGC



ケアンズ発:$110　パームコーブ発:$175
ポートダグラス発:$175

オーストラリアの典型的なローカルコース。ケアンズでは歴史の有るコースで、多数のメンバーが所属しています。平坦なコースが多く、初心者でも回り易い。【ケアンズから15分】

★全長:6,139m（6,746yd）
★施設:プロショップ、バー
★ハンドカート　※電動カートは$40からの別料金（要予約）

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

お問い合わせ（24時間受付・日本語でどうぞ）　Tel:07-4051-9167
Mail:info@portdouglas-c.com　Web:www.portdouglas-c.com



星の王子・SAIが運勢をズバリ占う!
10&11&12月の星占い

簡易評価
◎:大変良い　○:割とよい
ー:普通　△:残念

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までご連絡を。

おひつじ座 3/21－4/19

相手がいる交渉ごとなどが自分に有利に進みそうです。縁談の取りまとめやトラブルの解決もGood。また難度の高い資格などの勉強に取りかかるのも良さそうです。

[金　運]〈Oct〉○ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[恋愛運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[仕事運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－

おうし座 4/20－5/20

友人とのいざこざが悩みの種になりそうです。ただラッキーなプレゼントが転がり込んでくる気配も見えます。社会的な成功はいまは我慢の時期。来年以降に期待です。

[金　運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[恋愛運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[仕事運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－

ふたご座 5/21－6/21

通常の生活では関わらないようなところに幸せになるきっかけが落ちていそうです。旅行なども良さそうですが、友人とはかみ合いません。一人旅がおすすめです。

[金　運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[恋愛運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[仕事運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－

かに座 6/22－7/22

世間に認められることを重要と考える人には好機といえます。適正な仕事を求めて転職活動も吉。年末頃には金運が上がっています。良い年末年始を過ごせそうです。

[金　運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉○
[恋愛運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[仕事運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－

しし座 7/23－8/22

他人から向けられる期待に難なくこたえることができそうで友人づきあいも順調です。しかし他人からの印象というものはすぐには変わりません。結果を焦らないように。

[金　運]〈Oct〉－ 〈Nov〉○ 〈Dec〉－
[恋愛運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[仕事運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－

おとめ座 8/23－9/22

自分の弱いところと上手に向かい合うと、良い方向への転換がうまく行きそうです。金運が上向きですが、直ちに結果が出るわけではありません。じっくり構えましょう。

[金　運]〈Oct〉○ 〈Nov〉○ 〈Dec〉－
[恋愛運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[仕事運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－

てんびん座 9/23－10/23

他人からの視線に負けることなく、理想として描いている自分を作り上げていけそうです。家庭内の揉め事もありますが、それも収まり11月中旬から恋愛運が上昇していきます。

[金　運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[恋愛運]〈Oct〉○ 〈Nov〉○ 〈Dec〉○
[仕事運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－

さそり座 10/24－11/21

金運が上々、貯めることだけでなく上手な使い方を選択できそうです。心を動かされる相手との出会いの予感あり。仕事も調子よく終われて良い年越しになりそうです。

[金　運]〈Oct〉◎ 〈Nov〉○ 〈Dec〉○
[恋愛運]〈Oct〉－ 〈Nov〉○ 〈Dec〉－
[仕事運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉○

いて座 11/22－12/21

普段の生活圏からほんの少しだけ離れたところに幸せのタネがみつかりそうです。気晴らしを兼ねて探してみてはどうでしょう。楽しいことに心が惹かれそうです。

[金　運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[恋愛運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[仕事運]〈Oct〉－ 〈Nov〉○ 〈Dec〉－

やぎ座 12/22－1/19

過ごしやすい生活環境を整えたいと思っているならば適切な時期と言えます。仕事は楽しくやれそうですが急ぎでの改善や結果を求めることは得策ではなさそうです。

[金　運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[恋愛運]〈Oct〉○ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[仕事運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－

みずがめ座 1/20－2/18

楽しいことが次々やってきます。恋愛も最高の時期で年末のイベントも楽しみです。ただ縁談はそうでもなく計画を立てて着実に取り掛かりましょう。焦りは禁物です。

[金　運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[恋愛運]〈Oct〉◎ 〈Nov〉○ 〈Dec〉○
[仕事運]〈Oct〉○ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－

うお座 2/19－3/20

仕事はこの上なく順調、難なくこなせるのではないでしょうか。普段働いている場所ではなく、むしろ仕事と縁のなさそうなところにさらなる成功のヒントがありそう。

[金　運]〈Oct〉－ 〈Nov〉○ 〈Dec〉－
[恋愛運]〈Oct〉－ 〈Nov〉－ 〈Dec〉－
[仕事運]〈Oct〉◎ 〈Nov〉○ 〈Dec〉○



01 Bellocale
まぐろのタタキ



02 Sweets planet
コンビネーションワッフル



03 Hog's Breath Cafe
ガーリックプローン・プライムリブ

Yummy! Yummy!
2016
Cairns Gourmet
おススメの一皿
Restaurant & Cafe



04 Al Porto
パンケーキ

05 TIA'S CAFE
空芯菜とクリスピーポークの
オイスターソース炒め
【$17.50】

それぞれのレストラン、カフェ、渾身のおススメの一品を一挙大公開。ステーキからシーフード、和食・アジアンフードからイタリアン・創作料理まで選択肢は色々。その日の気分に合わせて、お好みの一品を選んでみては。

06 FOUR CINQ
ガーリック 塩とんこつ
デラックス ラーメン
【$14.50〜】





07 Combo Yummy Noodle
コンボ ヤミー ヌードル
【$5.00】



08 La Fettucina
シーフードグリル





09 Ochre Restaurant
2度焼き豚バラと
ホタテの炙り

はるいっとさんの ケアンズの食材で作るお役立ちレシピ

「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.62

シャリシャリした触感 白菜のデザート風サラダ

紫玉ねぎで作るピンク色のドレッシングです。白菜もドレッシングもよく冷やしておいてください。和えてから時間がたつと汁気が出てくるので、和えたらサッと食べるのがおすすめ。シャリシャリとした触感がシャーベットみたいな、デザート風サラダです。残ったドレッシングはガラスの容器に入れ冷蔵庫で保存し5日くらいで食べきりましょう。濃い色のオリーブオイルなどで作る場合は色が少し変わりますので、きれいなピンク色を楽しみたいときはサラダ油などのライトな色のオイルで作ってください。



材料 (4人分)
★白菜…4〜5枚
〈シャリシャリドレッシングの材料〉
★紫たまねぎ…1個
★にんにく…1片
★ホワイトビネガー…100cc
★サラダ油…100cc
★白い砂糖…大さじ4
★塩…大さじ1

❶玉ねぎは皮をむいて1/8に切り、にんにくは3つくらいに切り、そのほかのドレッシングの材料とともにブレンダーにかけてドレッシングを作り、冷蔵庫でよく冷やしておく。
❷よく冷えた白菜を根元の白い部分だけ5ミリ程度に千切りし、ボウルに入れて、1のドレッシングを好みの量かけ、軽く和える。
❸器に盛り、冷たいうちに食べる。



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

10



M.YOGO

白身魚のポテト包み焼き
&ガーリックブレッド
本日のスープ or ドリンク
ランチ限定【$20.00】



11

JAFFLEHEAD

Good Morning

Belpaese

Spaghetti
Shell Fish

12







13

OMU

サーモンユッケ丼+
味噌汁【$13.95】

Swiss Cake & Coffee Shop

Salmon and Avocado
Sourdough Steak
【$13.50】

14



15

Boat Shed

ミックスシーフード
リングイネ（2人前）



16

The Raw Prawn

冷製オーシャンプラッター



がんばらんば

源天 2016
GEN-TEN
PREMIUM RED
【$12.95】

17





18

Ochacha

銀ダラの西京焼き定食



19

Bobzip

ビビンバ

In 2 Thai

Deep Fry Barramundi Tamarind

20

ケアンズの街中にある、
可愛いスウィーツ屋さん!!



女子の心をくすぐる可愛い盛り付けのメニューに、お腹だけでなく心も満たされること間違いなし!特に人気は、サクサクのホームメイドワッフルに生クリームや新鮮なフルーツをトッピングしたワッフルメニューと、韓国風かき氷にお餅やコーヒー、フルーツアイスをトッピングしたビンス（Bingsu）。ティータイムには、是非おすすめ。









COUPON スペシャル&ホームメイドワッフルコーナーのメニューから選ぶと10%OFF

Sweets planet【スウィーツ プラネット】 ▶MAP P.29:C3

住Shop 10C/46 Lake St. 営12:00~22:00 休日 ☎0474-272-252



絶品!!ホットサンドが食べられる
街の中心部にあるカフェ

味よし、サービスよし、そのうえ安い!!と、三拍子そろっていて地元の人たちに最近、人気急上昇中。ホットサンドの中身はオーストラリアならではの物を中心とした、こだわりの食材で種類が豊富なのも嬉しい。朝から毎日営業しているので、日本からの早朝到着後やツアー参加前の朝食、ランチにも是非おすすめ!

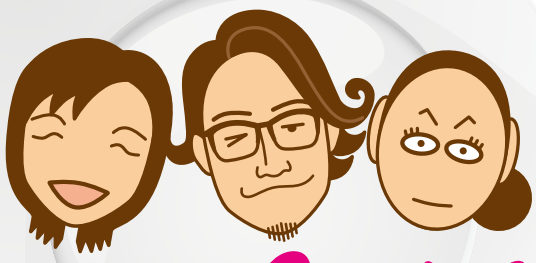


JAFFLEHEAD【ジャッフルヘッド】 ▶MAP P.29:C3

住39 Lake St. 営月~土7:30~16:3、日8:30~15:00 休無 ☎0415-210-595

COUPON 平日の7:30~10:00までにオーダーすると、ホットサンド+ドリンクのセットが$11

BYO可（酒類持込み可） 日本人スタッフ 日本語メニュー 子供用ハイチェアー



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!
さぁ～て、今日はなにを食べようかな??





パンケーキ

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.29:B2

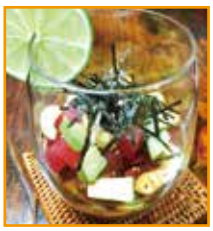
スパゲティ・マリナーラ【$24.50】

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

COUPON 各種パンケーキセット$18.50／オージービーフバーガーセット、チップス付 $18.50(珈琲or紅茶orジュース付き)

豊富なメニューが自慢の
老舗日本食レストラン

創業23年、ケアンズ随一の老舗日本食レストラン。木のぬくもりを感じられる落ち着いた店内には日本式の座敷もあり。いつも地元の家族連れでにぎわっています。NEW メニューはじめました!!









O'CHA CHA JAPANESE DINING & TEA

O'CHACHA Japanese Restaurant【おちゃちゃ】 ▶MAP P.29:C2

住34 Lake St. Palm Court 2F 営ランチ 12:00~14:30 ラストオーダー ディナー 17:30~20:30 ラストオーダー 休日・月 ☎4051-7055



ロブスターの殻から取った
スープと豚骨スープの相性は抜群!
海老ラーメン【$15.90】



コーンの甘さと
チキンスープの旨味が引き立つ
バターコーン 鶏塩ラーメン【$13.50】

GYOZA HAPPY HOUR(5:30pm~6:30pm)始めました!!
ANY BEER+4pc GYOZA for $10

こだわりレシピの自家製麺と新鮮な食材で作られる極上ラーメン。パティシエが作るおいしいケーキも◎。詳細はFacebookにて要チェック!

FOUR CINQ【フォーシンク】 ▶MAP P.29:C2

住Shop 6 Village Lane 20 Lake St 営ランチ/月～土 11:30~15:30(ラストオーダー) ディナー/月～土 17:30~20:00(ラストオーダー) 休日 ☎4031-7774 ウ http://www.fourcinq.com.au/

地元で愛されて12年!日本の味が楽しめるお弁当屋さん!

おにぎり、お弁当、からあげ、バブルティーと種類豊富なラインナップが揃うOMU。とにかく安くて、美味しいので常連客が多い人気店!



カンガルーの
照り焼き
おにぎり
【$2.00】

丼ものや、うどんの
メニューも充実!

様々なフレーバーが揃う
人気のバブルティー

ONIGIRI CAFE OMU【おにぎりカフェ・オム】 ▶MAP P.29:C3

住Orchid Plaza 58 Lake St. 営月～土11:00~18:00 日11:30~18:00 休無 ☎4051-5195 おにぎりは10時より購入可能

ONIGIRI CAFE omu

ローカル気分を味わいに来て!

ローカルに愛される大人気
老舗イタリアレストラン

1989年オープンのローカルにも観光客にも大人気の老舗イタリア料理店「ラフェットチーナ」。一番人気はこだわりラム肉と毎日作られるフレッシュな手打ちパスタ。パスタは大きさを選べるのもうれしい。新鮮な魚介類を使い、ハーブやスパイスが決め手のシーフードグリルやイタリアの伝統的なレシピで作られた牛肉のカルパッチョもオススメ。







La Fettuccina【ラフェットチーナ】 ▶MAP P.29:D3

住41 Shields St. 営12:00～15:00(金のみ)／17:00～Late 休無 ☎4031-5959

賞を取ったピザが食べられる!!
イタリア人も絶賛する
イタリアンレストラン!

地元ケアンズの人々から絶大な支持を受け、賞を取ったピザをはじめ、パスタ、デザートと、どれも高評価。そして、味はもちろんのこと、フレンドリーなスタッフのサービスが素晴らしい。居心地のいい本場イタリアのレストランを思わせる雰囲気の店内で、新鮮な食材を使った伝統的なイタリア料理を思う存分召し上がれ。







Belpaese【ベルパエーゼ】 ▶MAP P.29:C2

COUPON 10%OFF

住45 Spence St. 営月～土17:00～Late 休日 ☎4051-6165 ウ www.belpaesecairns.com.au







ポテトと
チーズのコロッケ



抜群の立地&景色!
ヨットを見ながら最高の食事

タパスから大皿料理までメニューが豊富。ケアンズ初!のTap wineも有。いつでもボトルを空けた時と同じクオリティーでワインを楽しめます。



種類の豊富な
タパスたち



BOATSHED【ボートシェッド】 ▶MAP P.29:B2

住Shop 7&8,Cairns Harbour Lights,1 Marlina 営ランチ 11:30~16:00 ディナー 16:00~Late 休クリスマス(12月26日、1月1日はディナーのみ営業) ☎4031-4748 ✉ Carlton@rawprawnrestaurant.com.au

日本人スタッフ 日本語メニュー 子供用ハイチェアー BYO可(酒類持込み可)



ケアンズ最安値！$5の豚丼＆鶏丼!!

いつもフレンドリーなオーナーが、日本語で対応してくれるtake awayショップ。Civic shopping centre内なので、駐車場スペースが十分なのも嬉しい。そして、なんといっても、どこよりもボリューム満点!!



Combo Yummy Noodle【コンボ ヤミー ヌードル】 ▶MAP P.28:D6

住113-117 Sheridan St. Civic Shopping Center 営11:00~15:30/17:00~21:30 休無 ☎4041-5309









毎年数々の賞を受賞有名店

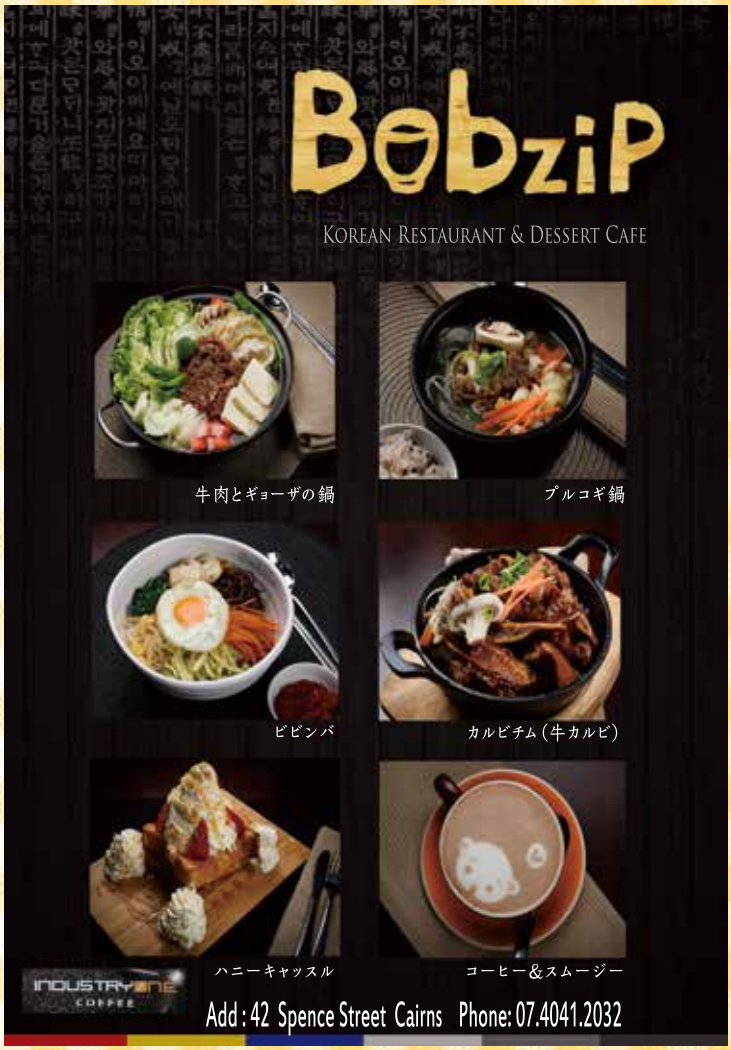
オーストラリアシェフトップ50人に選ばれた日本人シェフが豪国産特選素材を活かしたフレンチ料理を提供。ヨットハーバーを臨む絶好のロケーション。

Restaurant & Catering
BEST EUROPEAN RESTAURANT
NATIONAL WINNER

restaurant M Yogo

M-YOGO【エムヨゴ】 ▶MAP P.29:A3

住Pier Point Rd. 営ランチ・ティータイム11:30~14:30(ラストオーダー) 17:30~20:30(ラストオーダー)
☎4051-0522 ウhttp://www.matureyogo.com/jp



MAP : P.29 D3







COUPON ミールまたはケーキは10%OFF

リピーターの多い、地元の人に愛される人気カフェ!!

朝食、ランチ、ティータイムと一日中にぎわうこのカフェの人気の秘訣は、お客様へできるだけヘルシー、かつ新鮮なものを、というところにこだわり、店内でその日の朝に焼き上げたフレッシュなパンやケーキだけをオープン以来提供し続けていること。そして、腕のいいパティシエの作るオーダーケーキは、地元でも評判がよく、しかもお手ごろ価格!!





Swiss Cake & Coffee Shop

Swiss Cake & Coffee Shop【スイスケーキ&コーヒーショップ】 ▶MAP P.29:D3

住93Grafton st next to Gilligans 営火~金7:00~15:00、土・日7:00~14:00 休月・祝 ☎4051-6393





バナナエビとウチワエビの炭火焼





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.29:B5

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











味も雰囲気も本格派！タイレストラン

本格的なタイ料理が食べたい!!そんな時に、オススメなのがケアンズの隠れ家的な存在のこのレストラン。以前から、リピーターが多く密かな人気を集めるこのレストランは、1年前に名前を変えて、リニューアルオープン。店内はタイ風のインテリアで飾られていて、中に入ればまるでタイにいるような気分に。本場タイで生まれ育ったシェフの作るメニューは種類豊富で、激辛からマイルドまで選べるのも嬉しい。そして、お酒好きには更に嬉しいBYO!!



In 2 Thai【イントゥー タイ】 ▶MAP P.30:K1

COUPON 10%OFF

住208 Spence St.Bungalow 営ランチ 月~金11:00~14:30 ディナー 祝日を含む毎日 17:00~Late
休10月10日~14日まで臨時休業 ☎4031-3923 ウwww.in2thai.com.au



Sukhothai Noodle【$11.90】

リピーターが絶えない大人気タイレストラン！

オススメ料理はカリッと揚がったポークとご飯の相性が抜群のCrispy Pork Fried Riceと、お米の平打ち麺を使用したスパイシーな味が特徴のPad Ki Mao、タイのスコータイ地方の名物Sukhothai Noodleも人気料理の1つ。店内外合わせて最大50名様まで対応可能なので、年末年始の大人数でのパーティーにもピッタリ!



Pad Ki Mao【$16.50】



Crispy Pork Fried Rice【$16.50】





Tia's cafe【ティアズカフェ】

▶MAP P.30:K1

COUPON 5%OFF

住227 Sheridan St. 営月～金9:00～21:30／土・祝10:00～21:30／日17:00～21:30 休無 ☎4031-2222

ランチタイムは通常メニューがお得に食べられます。







ナチュラルプライムリブ【$24.95～】



地元オージーも通う大人気のステーキ屋さん

ケアンズで創業26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。看板メニューのプライムリブはなんと18時間かけて仕込みます。最高の柔らかさと風味は絶品です。他にもシーフード、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嬉しい。日本語メニュー有。

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

COUPON 全ステーキ10%OFF ▶MAP P.29:D3

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



リングイネ マリナーラ



マグロのタタキ



3種の味が楽しめるミックスオイスター

日本語メニューもあるので安心



地産地消にこだわるローカルに人気のイタリアン

店名「Bellocale」はイタリア語で"地元の素晴らしいもの"。その名の通り、新鮮な地元産シーフードや野菜を使い、イタリア家系のオーナーのもと本格的なイタリア料理を楽しめるお店。AUS産、イタリア産のビールやワインの種類も豊富。



Bellocale【ベロカーレ】

▶MAP P.29:D4

住62 Shields St. 営12:00～14:30（金のみ）17:30～Late（火～土） 休日・月 ☎4051-7777

bellocale ITALIAN & SEAFOOD



2度焼き豚バラとホタテの炙り





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。日本を含め、数々のメディアにも紹介されている有名店。地産地消にも力を入れ、オーストラリアらしい食材を現代風にアレンジしたシェフの個性が光る美しい料理を堪能できます。サービス・おもてなしも満点。





Ochre Restaurant【オカーレストラン】

COUPON 10%OFF ▶MAP P.29:B2

住6/1 Marlin Parade（Harbour Lights） 営12:00～15:00（月～金）18:00～Late（毎日） 休無 ☎4051-0100 ウwww.ochrerestaurant.com.au

Ochre restaurant & catering modern australian


ありがとう
10th Aniversary
10周年!
この暖簾をくぐり
たくさんの出会いが生まれ
その先の床には汗と涙の
日々が刻まれている
お母さんのお腹の中にいた　赤ん坊が
一杯のラーメンを平らげるようになり、
恥ずかしがりやだった子供たちが
立派な青年になり成長を一緒にわかちあえる
共に汗を流したキャストが今では父、母となり
その新たな生命がラーメンを愛してくれる。。。
かつて見た夢が皆様に支えられ
実現することができました。
つらく 苦しく 無力で 弱かった 私に笑顔と勇気を
届けてくださった すべての皆様に
これからも「必笑」を誓います
この街の片隅で起こったキセキに感謝をこめて
こんな小さな光でも闇を照らせるように。
ありがとう
麺バカ がんばらんば　店主
麺バカ がんばらんば
12-20 Spence St.　Tel : 4031-2522　営業時間 11:30-14:30,17:00-20:30
新メニュー又はプロモーションはこちら。
@ganbaranba

MAP：P.29 C3

お得な¥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

100%日本語対応だから安心じゃ

オーキッドプラザ２階
レイク通り側
エスカレーター上がってすぐ



5万円以上の両替は、さらにお得なスペシャルレートで両替！

☎4041-1730
www.tobex.com.au

MAP：P.28 C6

安心の日本語サービス！

【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

【メディケアの方】Bulk Bill対応指定病院



平日・土日・祝日共に24時間、年中無休で開業しています。
日本語ホームページ&ブログはこちら▶

受診ご希望の方は、下記のフリーダイヤルからご予約ください。

TEL.07-4031-8131

フリーダイヤル 1800-688-909

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！



ご依頼&お問い合せ先

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



MAP：P.28 D6



物件売買　賃貸管理

7/129 Sheridan St, Cairns City
(Minnie St 入口)
日本語直通：0488-005-958(ミホ)
Eメール：miho@djsmith.com.au
HP:www.cairnsfudosan.com.au

不動産に関してのご相談は
日本語にてお気軽に！

DJ Smith PROPERTY Cairns City





身軽に帰国 日本便3ヶ月間保管無料
日本へ荷物を送るなら、
CUBE iT! キューブ・ケアンズ店
大 45cm 45cm
中 36cm 36cm
段ボール(大)、スーツケース 25kgまで$200
段ボール(中) 30kgまで$180
AUS主要都市へ国内便受付中!
スーツケースお預かりサービス
ラウンド・ファームに行くなら預けておこう!
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】

MAP : P.30 K2

親切!丁寧!なにより安心!!
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!
シティから10分 ▶ U12 170 Mayers St. Manunda
07-4032-0912 / 0425-374-467
japan_auto_repair@yahoo.co.jp

MAP : P.30 K2

編集部がオススメするケアンズ商品
リビケンショップ
こちらからアクセス! Check it!
送料無料
ケアンズから日本へ

マタニティ・ファミリー・赤ちゃんetc
$198
■貸切カメラスタジオ撮影
■データ付き・プリント1枚付き
パスポート写真
$15
■ご希望の方は無料で美肌加工!!
■赤ちゃんパスポート写真もやってます。
Southern Cross Photo Studio
ご予約・お問い合わせ
07-4041-6523
http://www.cairnsphotostudio.com
ショーグラウンド・ショッピングセンター内トイザらス斜め向かい
Shop 18, Showgrounds Shopping Centre, 157 Mulgrave road, Cairns, QLD 4870

MAP : P.30 K1

Suburb Map

ケアンズ郊外&周辺のみどころ満載!!



0 1 2 3 4 5km

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7.5Km。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
市内から近いトレッキングコース。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。

Starhills in Australia P.37
Tjapukai P.18
Fly Sea Eagle P.18
Japan Auto Repair P.29
Tia's Cafe P.26
→P.28&29
Butterflies Early Learning & Childcare P.35
Southern Cross Planning P.29
in 2 Thai P.25
GTS Workshop P.35
Fast Link Cube P.29
→P.31〜33

#Kuranda
#リビケンで
投稿

INSTA POINT @ KURANDA

ハッシュタグをつけて世界中のみんなに自慢♪
#リビケン的おすすめ撮影スポット in **#KURANDA**





今回モデルをしてくれたのは



Kaiyaちゃん(17歳)

笑顔が可愛いKaiyaちゃん。普段は元気な高校生ですが、学校がお休みの日曜日とスクールホリデー中は、"Kuranda Rainforest Coffee"でバリスタとして活躍中。とっても美味しいコーヒーを淹れてくれます。

NO.1 おすすめポイント
#Dreamtime Kuranda

#キュランダ#ドリームタイム#突然現れる船の横

Coondoo通りでひと際目立つ、船の形をした建物の隣。壁に書かれた巨大なアボリジニーアートは圧巻です。真っ青な空に映える緑色の壁はSNSの中でも目立つこと間違いなし。世界各国からの旅行者に人気のスポット。



NO.2 おすすめポイント
#大きなカマキリ

#キュランダ#カマキリ
#Thongon St.とCoondoo St.の角

Thongon通りとCoondoo通りの角にあるカマキリのオブジェ。隣に立って一緒にハイ、ポーズ♪カマキリのすぐ後ろにある道案内の標識も外国の雰囲気があって被写体としても◎。

NO.3 おすすめポイント
#キュランダへようこそ

#キュランダ#ようこそ
#キュランダ駅の近く

スカイレールや列車を降りてキュランダの街へ向かう途中、メイン通りのCoondoo通り入口にある看板。天然の木そのままの形と隅に描かれたヤモリがキュランダっぽい。





NO.4 おすすめポイント
#オーストラリアならではの動物に触れ合う

#キュランダ#カソワリ
#ようこそサインの反対側

No.3おすすめポイントの通りを挟んで反対側。カンガルーやカソワリなどオーストラリアならではの動物たちとパチリ。近くのベンチにはオウムもいるぞ。探してみてね。

アーティスティックな街、キュランダ。街のいたるところにフォトジェニックな被写体が。
お気に入りを見つけて世界へ発信しよう！

Kuranda MAP

キュランダお散歩マップ



日本人スタッフ　日本語メニュー　子供用ハイチェアー

01 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◎。





COUPON 100gパック10コ購入すると追加で2コプレゼント！

住17 Therwine St. Kuranda 営10:00～15:00 休無 ☎4093-8665
ウwww.stillwatersweets.com

↑4種類の果物の味が楽しめる人気のMix($3.95)。

02 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！

名物クリフおじさんの手作りアイスはやさしい味♥シングル$4、ダブル$7.00。日本語ギャグもお楽しみに!





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

03 テラノヴァギャラリー 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。

COUPON リピケン持参につき、$40以上お買い上げの方、10%OFF

住15 Therwine St. Kuranda 営9:30～16:00
休無 ウwww.terranovagallery.com.au

04 オーストラリアンブッシュストア The Australian Bush Store







他とちょっと違うものをお探しのあなたに

オーストラリアンブッシュストアなら"一味違う"を見つけることが出来ます。オーストラリア、地元産の商品が沢山でお土産には最適。ここでしか買えない商品も多数有。日本語が話せるスタッフもいてあなたの欲しいを見つけられるはず。



COUPON リピケン持参で10%OFF ※割引対象外商品があります。※10ドル以上お買い上げの場合のみ

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



キュランダ列車不催行日

10月17日[火]／18日[水]
11月17日[木]／18日[金]
12月1日[木]／2日[金]／25日[日]



スカイレール不催行日

12月25日[日]

05 ビコ イン キュランダ BICO IN KURANDA

オーストラリア産まれの人気アクセサリー"BICO"。

オーストラリア発のアクセサリーブランドBICOは遊び心のあるデザインが多くオリジナリティが高いことでも話題。各デザインにはそれぞれに意味が込められており、アクセサリー好きの方へのプレゼントにぴったり!





Romy 意味（上品な美しさ）

COUPON 購入時にリピケン持参で素敵なプレゼント

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

最新情報やお得な情報はインスタをチェック!
https://www.instagram.com/dai7885/



10 キュランダレインフォレストコーヒー Kuranda Rainforest Coffee





爽やかな風が通る店内で
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。リラックスした雰囲気の広々とした店内で、ひと休みしながら美味しいコーヒーをどうぞ。おススメは地元産ハチミツを使ったハニームーンラテ(アイス有!)と暑いこの季節にピッタリな日本風アイスコーヒー。スウィーツと一緒に散策後の疲れた体をココで癒しましょう。お土産にも最適。お店で丁寧にローストされたマリーバ産コーヒー豆もココなら卸値で購入可能。笑顔でお迎えしてもらえますよ。



→こちらが今、通の間で話題の水からドリップされた珍しい"コールドドリップ"。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。大人気です。



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

07 キュランダキャンディキッチン 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。



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

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

09 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レシピで手作り。ジューシー&スパイスが効いて最強。種類はビーフ、ポーク、ワニ、エミュー、豆腐もあり。ドイツビールと一緒にどうぞ!



→ホットドッグはひとつ$6.00。サワークラウトと一緒にどうぞ。



COUPON
ホットドッグ&ソフトドリンク(缶)$8
ホットドッグ&ビール$12

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

06 オーストラリアン バタフライサンクチュアリ Australian Butterfly Sanctuary

鮮やかな色に目を奪われます！







約30年の歴史を持つ南半球最大の蝶園!3666㎡の園内に約1500羽の蝶が飛び交う、キュランダ村でも人気のスポット!園内は日本では見られない蝶ばかりで、熱帯雨林を模した木々、池、川などが作られており、オーストラリア最大の蝶、ケアンズバードウィングも見ることが出来ます。



大人$19.50 子供(4-14歳)$9.75

COUPON
10%OFF

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

08 キュランダ コアラ ガーデンズ Kuranda Koala Gardens

キュランダ村で唯一コアラ抱っこ写真が撮れる動物園。

無料でできるワラビーの餌付け体験、ウォンバットやフクロモモンガに加え"世界一幸せな動物クォッカ"も仲間入り。9月中旬には夜行性動物館もオープン!短時間でもたくさんの動物達に出会えます。





大人$18.00
子供(4-15歳)
$9.00

COUPON
入場料 10%OFF
Receive 10% Off Admission
Discount awarded for admission by presenting this coupon.

住Heritage Markets, Rob Veivers Dr, Kuranda QLD 4881 営9:00~16:00
休12/25 ☎4093-9953 ウwww.koalagardens.com

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

世界最古の森で和を伝える男たち

Feel Japan in the village of world heritage rainforest, Kuranda.



ケアンズが誇る世界遺産・世界最古の熱帯雨林を背景に静かに、しかし熱く想いをたぎらせる三人の男の話を聞いてきた。

世界遺産の森に囲まれたキュランダ村。中でもオリジナルマーケットに魅せられビジネスを始めた男たちの話。

「このマーケットが迎え入れてくれたんだよね」と、語るのはお茶屋“BUSK”の店主、Keiさん。それまではあちこち旅をしていたが、このオリジナルマーケットに辿り着いた時、そう感じたという。それ以来、このマーケットの住人となった。当初は、マーケット内で畑を作っていたというKeiさん。その作業中“日本茶が飲みたい”と思い、日本へ一時帰国。日本茶の勉強から始めた。また自分の足で日本茶を扱うメーカーを回り、帰国前から思い描いていたオリジナルブレンドを作ってくれる会社を探した。今では、こだわりのユーカリ緑茶やマンゴーほうじ茶を生み出し、国内外の人気を集めている。キュランダは不便じゃないですかとの質問に“不便な方がいい。何かしようと努力するから”と飄々と答えるその奥には、お茶への自信と熱い想いが見える。





BUSK 燻

【営業時間】10:00頃～15:00頃
【定休日】月
【メール】busk@hotmail.co.jp

オープン4年目の菓子司“HAYABUSA of KURANDA”のBENさん。独立を考えていた折、寿司もみじのHarukiさんに誘われオリジナルマーケットを訪問。実家は和菓子屋、洋菓子の修行もした。オーストラリアで誰もやっていない初めての和菓子屋をどうしてもやりたかった。そんな想いと小さな店が並ぶ坂道、そこに暮らす人懐っこいヒッピーな人々、ジブリの映画に出てきそうな風景を見て、“ここで店をやろう”とその日のうちに心を決めた。そこからは毎週マーケットに通い、準備を始めた。和菓子屋は厳しいとは分かっていたけれど、外国人に大人気の寿司だって昔はマイナーだった。和菓子もきっと認められると信じて毎日頑張っている。7月にはTV東京の「世界ナゼそこに?日本人」でも放送された。“熱帯雨林が見渡せる新店舗になって、まだやりたいことは沢山ある”と話すその顔は眩しかった。





HAYABUSA of KURANDA

【営業時間】9:30～15:30
【定休日】火　【TEL】0437-763-238
【メール】ben_hayabusa@yahoo.co.jp

今年で寿司もみじとして10年目を迎えるHarukiさん。シティでもお寿司屋さんをしていたが当時のキッチンは、窓がなかった。環境、空気のいいところで働きたい、そしてそんな場所で日本食を食べてもらいたい。そう願ううちオリジナルマーケットに出会った。キュランダでも特にユニークなこのマーケットだからお店を開いたと言う。最初から手ごたえは感じていた。4年目を迎える今ではお客様の70%がローカル。限られた食材で工夫しなければならない決して簡単な状況ではない中、やってきた事が受け入れられた証拠。オープン当初から毎週来てくれているお客さんもいるという。“ここの人たちは皆笑っている。当たり前のようだけど、今までにない環境。だから、これからもここでやっていきたい。毎日、働いていて気持ちがいいんです”と、爽やかな笑顔で答えてくれた。





Sushi Momiji

【営業時間】10:00頃～15:00頃
【定休日】日・月
【TEL】0439-286-821



日本からの短期留学、長期留学募集中！

オープンデー
10月22日(土)
10時～13時
BBQ、巻き寿司、クラフトアクティビティなどが体験できます。みんな来てね!

てらべ幼稚園系列、日本人経営チャイルドケア

日本人スタッフ勤務

Butterflies
Early Learning Centre

フェイスブック
日本語版、英語版あり

120 Swallow Street Mooroobool TEL 0740323588
http://www.butterflieselc.com

学校法人 前嶋学園 てらべ幼稚園 愛知県安城市百石町1丁目22番地12
TEL：0566-76-6714 WEB：http://maejima-gakuen.net/

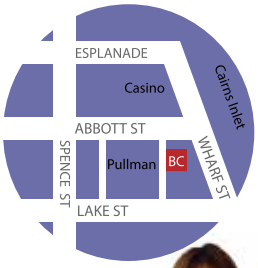
MAP：P.30 K2

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.

BC accountants
eto®
express tax office
www.eto.net.au
tax@eto.net.au 1300 019 801

MAP：P.29 C1

初回のビザ相談は無料だよ!!



富蘭久
LANZA LEGAL PTY LTD

FRANK LANZA
MIGRATION SERVICES
MARN 9802204

日本人スタッフ常勤でとっても安心



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のか悩んでいる皆様のお手伝いをします。www.studyliveinaustralia.com

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

MAP：P.29 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！

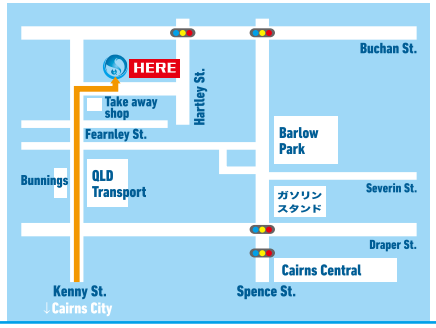


リビケン特典
車の修理の際、「リビケン見た!」で、
Air Fresher 1個プレゼント！





★定期点検、修理などの際の無料送迎
（シティエリアのみ無料、RWCは除く）
★エンジンオイル交換 $55（作業時間15分）
★6か月/1万キロ毎の定期点検 $130～
（エンジンオイル5L、オイルフィルターは$10まで含まれます）
★ロードワーシー（safety Certificate）$77
★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 (QLD Transport付近) 【営業時間】月-金 8:00～16:30

MAP：P.30 K1

「健やかキレイ」に役立つ情報をお届け!

TOTAL BEAUTY

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.

人気商品ならココ!

Cairns-The Gift

Cairns The Gift ケアンズ・ザ ギフト

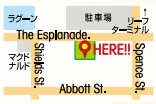
MAP P.29: B3

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熱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ージングにも最適。日本では楽天、アマゾン、@コスメで購入可能です。

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



今年の夏は、さっぱりCOOL!

ELIXIR by raQct

エリクサー バイ ラクト MAP P.29: C3

濃縮天然メントール・セイヨウハッカ油が頭皮を爽快にし、11種類のハーブエキスが毛髪・頭皮を癒します。今ご使用のシャンプーやボディーソープに1~2プッシュしていただくだけでクールアイテムに早変わり! 150ml $20



[リビケン特典]20%off→$16
来店時には必ずリビケンを見たとお伝えください。期間:12月末まで

住58 Lake St,Orchid Plaza 1F
営10:00~19:00 休日曜日・祝日 ☎4051-8959

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
予約時に必ずリビケンを見たとお伝えください



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

Present(お一人様1回のご利用に限る)
60分以上のマッサージを受けられた方
100gバスソルト
90分以上のマッサージを受けられた方
100gバスソルト+50mlゴールデンホホバオイル

MAP : P.29 C3



私、ナチュラルでもっとキレイに

AUSTRALIAN MADE

弊社が自信をもってご提供するホホバオイルはナチュラルなオーストラリアの土壌で栽培された100%ナチュラルなホホバオイルです。

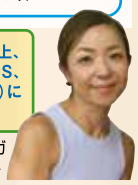
http://www.australianfuture.com.au/

※空港・免税店・一部のツアー会社限定で弊社ホホバオイルは販売されております。

Australian Natural jojoba oil

皮膚科、内科、外科、泌尿器科から婦人科系まで、まずご相談下さい。
McLeod street Medical
日本語医療通訳サービス
MAP P.28: E6
「体調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。"虫刺され"でもお気軽に!!

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。



「裁判なども承ります」通訳&ヨガインストラクターのアケミさん→

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

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.30: H3
スターヒルズ療法、ケアンズ療法
㈱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
住30 Parkinson Ave, KEWARRA BEACH 4879



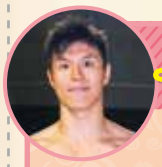
イン ジャパン
王様の家の
ジャグジールーム
住静岡県伊豆の国市田中山1734

☎0558-76-4598(ご予約受付担当:三井)
F055-932-9232 ウhttp://www.starhills.co.jp

「心医術」はケアンズで!!
心医術 しんいじゅつ
ーわくわくする生活と健康の理論的関係ー
ケアンズの癒しから生まれました。ケアンズにいる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





よしきんに君のフィットネス&ダイエット Fitness&Diet LADIES編

【お腹をへこませてスタイルを良くする】

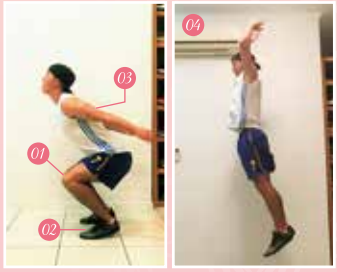
脂肪は筋肉と違い、つけたい部分につけることも減らすことも出来ないため、腹筋運動やダイエットベルトを使用しても、お腹をへこますだけの部分痩せはなかなか出来ません。脂肪は多くのエネルギー(カロリー)を使うことによって全体的に少なくなっていきます。そこでオススメの筋トレがスクワットです。スクワットは両足・お尻・体幹と言った大きな筋肉を使うため消費エネルギーも多く、ダイエットに効果的で、しかも足やお尻の筋肉を鍛えることによって、立ったり階段を登ったりといった日常生活が楽になり、様々なスポーツのレベルアップに繋がるため「King of Training」と呼ばれています。スクワットは目的に応じて様々なフォームがありますが、ここでは自宅でも出来るスタイル&運動能力アップに適したジャンプスクワットを紹介します。お尻の上部の筋肉を鍛えることでヒップアップだけではなく、くびれも大きく見え、太ももの上を鍛え太くすることで足が逆三角形になり長く細く見せることが出来ます。ジャンプスクワットを行う際は膝への負担を減らすためスニーカーを履くことをオススメします。また体重の重たい人も膝に負担をかけないよう注意をしながら行ってください。体が慣れてきたら両手に重りを持って負荷や刺激を足してやってみましょう。

よしきんに君POINT

ジャンプスクワットの例(太もも&お尻の上部を鍛えるトレーニング)

Point 01 膝は曲げすぎず高く飛べる位置まで曲げる
Point 02 足の親指の付け根を重心に
Point 03 背筋を伸ばして胸を張る
Point 04 高くジャンプ

※軽く数回ジャンプをしてウォーミングアップ。その後全力で10~20回を限界まで行う。



プロフィール Profile
青井 良記(あおい よしき)
ケアンズ在住:10年/職業:ツアーガイド/趣味:サッカー、スポーツ観戦

Health カラダ、健康にね! 美容と健康のみみより column 「キレイ」のつぼみ Beauty

Vol.05 クラゲの危険性

暑くなるとビーチで泳ぎたい!しかし遊泳の際は海洋生物への注意が必要です。

クラゲ(スティンガー):北部海岸で見られ、危険な時期は11~5月。大半はブルーボトル(カツオノエボシ)かヘアジェリーフィッシュ(北幽霊クラゲ)によるものです。これらの傷は痛いですが、致命的な症状が伴うことは稀です。

イルカンジ:ゆで卵立て程の大きさのクラゲ。致命傷になることは稀ですが、医師の治療をできるだけ早く受けましょう。症状は吐き気、嘔吐、筋肉痛、腹痛、胸痛があります。刺された箇所は水で洗い流しましょう。

ボックス・ジェリーフィッシュ(立方クラゲ):箱型で最長3mもの触手を持ち、ほぼ透明。刺傷から死に至ることも。夏の終わりに子供を産み、そのポリープは河口のマングローブ域で冬を過ごします。水温が上がり夏の雨が降ると、河口から海岸へと出てきます。刺傷は大変痛く、皮膚はみみず腫れとして現れます。呼吸停止や心停止の原因になります。

ボックス・ジェリーフィッシュに刺された際のファーストエイド:患者を海から出し救急車を呼びましょう。(000に電話)。患部に酢をかけ、触ったり、手で触手を引き離そうとしないようにします。血流を妨げないほどの強さで、固めの包帯を巻きましょう。患者を動かしてはいけません。鎮痛のための氷を当て、意識を失った場合は救命蘇生法を開始します。

ボックス・ジェリーフィッシュの予防:クラゲ除けネットは致命傷に至る可能性のあるクラゲを防ぐように作られています。ネット内で遊泳しましょう。特に子供は、足首程度の深水で刺されています。浅瀬での水遊びは避けましょう。保護されていない場所で泳ぐ時は、ライクラ製のクラゲ除け用スーツを着用。クラゲのいない淡水での遊泳がおススメです。



Dr Gary Litherland
医師歴39年。フライングドクター、旧プライベートホスピタル緊急外来所長を経て現在のCTLメディカルサービスを18年前にを開業。

Vol.26 抗老化の大敵・ストレスホルモン

ストレスが健康や肌によくない、というのは知られていますが、いったい我々の体の中で何が起こっているのでしょうか?

人はストレスを受けると、脳の視床下部が脳下垂体や自律神経に指令して各器官に"ホルモンを出せ"と命じさせます。

ストレスホルモンで代表的なのが副腎から分泌される、コルチゾールやアドレナリンです。これらは、いつもシーソーのような関係でバランスをとっては、ストレスに対応しています。各ホルモンすべてに、役割が決まっていますからね。

特に、コルチゾールは、ストレスと戦うために血糖値や血圧を上昇させ、炎症を抑えてくれる不可欠なホルモンです。が、しかし!!ストレスが強度に上がり、コルチゾールが過剰に分泌されると、体内のあちこちに問題がでてくるのも事実です。

肌だけに焦点を絞ってみても、

- 抗酸化作用の働きの低下=シミ・シワ出現=老化
- コルチゾールがコラーゲンやエラスチンの合成を抑えてしまう=皮膚のハリやキメが維持できなくなる=老化
- コラーゲンと並んで水分維持に必要なヒアルロン酸の合成をも抑える=シワ、タルミ、乾燥肌が出現=老化
- 副腎からの男性ホルモン分泌も過剰になり毛穴のつまりやニキビ肌もまねくなど、正にアンチエイジングの大敵になることが考えられます。

人生、ストレスを避けていくことは不可能ですが、ストレスとの上手な付き合い方を学んでいくのも必須ですよね。

ちなみに、糖分の取りすぎはもちろん、カフェインやアルコールなど、興奮性の高い飲み物への依存は、副腎の働きを弱めますからNGですよ!ハイ!ゆっくりと息を吸い、ゆっくりと息を吐きましょう。



『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



プロの話 不動産 REAL ESTATE

不動産投資

日本語で「不動産投資」と聞くと、一部の裕福な人達だけが対象のように感じますが、ここオーストラリアでは、ごく一般の人達の多くが不動産投資家です。これは、オーストラリアでは人口が増え続け、地震が無く建物の耐久年数が長いため、長期的に見ると不動産価格が右肩上がりで推移していること、また終身雇用制が無いこの国では、ライフスタイルに合わせて家や住む場所を変えるのが普通で、不動産売買、賃貸の市場が常に動いていることが原因でしょう。不動産売買、賃貸市場が透明で、法規制が整っていることも、一般人が安心して不動産投資を行える大きな要因となっています。

一般的な不動産投資は、①住宅を買って賃貸に出し賃貸収入を得る②古い住宅を買ってリノベーションをし、再売りして利益を得るといったところでしょうが、自分が住む家も、買った時よりも高い金額で売れば資産を増やす投資になりますし、家を所有するということ自体、賃貸して大家さんに払う家賃を自分の住宅ローンにまわすと考えれば、投資と言えるのではないでしょうか。

どのような投資が自分に合っているのかは、その方の状況や求めるものによって大きく変わってきますが、資源国で政治経済も安定しているオーストラリアは、長期的に見ても不動産投資を行う国として最適だと言えるでしょう。永住権が無い外国人は、新築物件しか購入できないという規則のため購入できる物件が制限はされますが、今のような円高豪ドル安の利益を享受すれば、オーストラリア人よりもお得感のある不動産投資が可能です。タイミングを逃さずに、良い不動産投資をして頂きたいと思います。

熊谷 美保

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



プロの話 税金 TAXATION

2016年度確定申告の締切日

多くの方が2016年度の確定申告をされている時期と思います。個人的に申請される方は、期日が10月31日となっています。

税理士による確定申告の締切日:会計事務所にて行う場合は、上記期日を過ぎても問題ありません。海外にいる場合でも代理人として延長が可能です。

過去の確定申告:期日が過ぎている確定申告も申請可能です。基本的に罰金がありますが、返金の場合はほぼ考えられません。申告できなかった理由を認められる事で罰金を減額することもできます。

2017年度の確定申告:仮に2016年7月以降に仕事をし2017年6月30日前に出国する場合は、確定申告をする必要があります。申請は海外からでも我々のHPを通してできます。現在WHビザ保有者の税率が議論されています。現在は一か所に6か月以上滞在し、税法上居住者の場合は居住者と同じ税率が課税されますが12月以降変更がある可能性があります。

年金の払い戻し申請:帰国前に申請可能です。出国したら、出国スタンプのコピーとビザが切れた証明が必要になります。年金申請に関しては、費用が高い会計事務所もありますのでお気を付けください。

2016年度ビジネスの確定申告:前年度に期日通り確定申告をしている場合は、翌年5月までとなっています。多くの場合、決算報告書の作成が必要で、他の申請がある場合がありますので早目の申請をお勧めいたします。

ビジネスBAS:消費税と所得税の申請が小企業の場合3か月毎にあります。会計事務所であれば、締日の2カ月後の26日まで延長が可能です。

ビジネスの年金:3ヶ月毎の翌月28日までに全従業員の給与の9.5%の年金を支払う義務があります。新しくスーパーストリームがオンライン上にあります。ご登録下さい。

全従業員の源泉徴収票:小企業の場合、9月30日までに申請が必要ですが、従業員が雇主や家族のみの場合は、確定申告まで延長が可能です。

新規事業と組織の再編成:会社運営に関する問題を回避、節税するためにも会社の設立や組織の再編成は大変重要です。ご希望の方は、ぜひご相談ください。

坪井 紀道

JCU商学部会計学科卒　IPA公認会計士、豪州税理士免許取得
2003年よりBC ACCOUNTANTSに勤務。日本語でお気軽にご相談下さい。



プロの話 法律 LAW

『Consent Order』について

ごく稀にですが、日本人の方から『公正証書』の作成についてご相談を受ける事があります。公正証書とは、日本の法務大臣が任命する公証人(裁判官、検察官、法務局長、弁護士などを長年つとめた人から選ばれる)が作成する公文書のことで、有事の際には裁判をせずに差し押さえなど強制執行をする事のできる判決に近い効力を持つ書類のことをいいます。その一方、オーストラリアには公証人に相当する枠組みや公証人役場のようなシステムがなく、紛争時において強制力を持つ司法権を行使できる場所は裁判所に限られているため、契約などの取決めを保全したいといった場合は予め担保などを確認した上で留置権や抵当権などを設定しておくのが一般的な流れとなります。唯一、公正証書と類似したシステムとして『Consent Order』がありますが、これは家族法における財産分与と子供の取決めに用いられ、契約当事者が取り決めた内容を裁判所に承認してもらう申請を行い、それが認められると判決と同じ効力をもちます。公正証書と大きく異なる点として、『Consent Order』の申請は裁判所に対して行うため、申請時に厳かな要件を満たしている必要があり、契約当事者全員が其々の選択肢を理解した上で自由意志に基づいて作成した書類を基に承認の申請を行わなければなりません。また、日本の公証人役場のように公証人が色々と話を聞いて書類を作成するのではなく、それらの書面が有効と認められる為には弁護士からアドバイスを受けていなければならず、その旨を各弁護士が確認するLegal Advice Certificateを添付する必要があります。したがって、『Consent Order』は利害関係にある両者が民間の弁護士から其々アドバイスを受けた上で裁判所に申請手続きが必要となりますので多額の費用はかかりますが、裁判所という国の機関が原本を保管しますので安全で確実といえます。

神林 佳吾

1980年東京出生まれ、1995年来豪、クィー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応対。ゴールドコースト在住(http://www.kklaw.com.au/)。



プロの話 動物 ANIMAL

花火や雷の音に怖がるペット

ケアンズでは10月から12月が最も湿度が上がる時期。雷雨も多くなり、サイクロンや豪雨等が激しく音をたてる事も。そして年末の花火の音によって恐怖から、家の庭を抜け出し迷子になる犬猫達はとても多いです。大きな音に全く動じないペットもいれば突然の音に体を震わせてとても怖がる犬猫達もいます。犬猫の聴覚は私達人間と比べとても優れているため私達が大きいと感じる音は犬猫にとっては想像以上の音量なのでしょう。怖がっているペットを見た時皆さんならどうしますか?子供を抱きしめるように犬猫も抱きしめてあげる?そうしてしまうと怖がる=飼い主さんに抱きしめられると言う行動で、より助長してしまう事になり、お留守番の時等に支障をきたす事になります。この様な音に対しての恐怖感を和らげる方法は:1.犬の場合、叱らず、飼い主さんがわんちゃんに対し普通に接する。

2.犬猫が安心できる狭い場所を用意してあげる。

3.ペット達は子犬、子猫の頃から色々な音に慣れ人間との日常生活に馴染んでいくのと同じように、大きくなった犬猫でも日常生活の中で安心した環境の下で雷や花火の様な大きな音でも、最初は小さなものから徐々に慣れていく事も緩和させる方法です。

4.サンダーシャツ:このジャケットを着させるだけで体に適度な圧力をかけ恐怖心が和らぐと言う話題のサンダーシャツ。

5.自然療法:毒性の無い植物から抽出されるエキスを水に垂らしペットに摂取させる自然療法。



6.獣医さんに相談し薬をもらう:症状があまりにも深刻な場合は抗うつ剤や安定剤を処方してもらう事も大切でしょう。家族の一員のペット達を守る為にも花火大会や雷が鳴っている時のお散歩は避けましょう。

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。
現在はケアンズのSouthside veterinary Surgeryにてトリミング兼獣医看護婦。



プロの話 ビザ VISA

入国カードについて

旅行者がオーストラリアに入国する際、入国カードを記入することにより特定の情報を提供することが義務付けられています。この入国カードは、食べ物や酒類、タバコ類など持ち込み制限のあるものを持っていないかどうかを調べる為だけのものではありません。提供された情報は記録され、後にビザ申請時の審査の際に移民局がアクセスする可能性もあります。

移民法によると入国カードに嘘の情報があった場合、移民局はビザを失効させる効力を持つとしています。この効力はしばしば、ビザ保有者が“犯罪歴がありますか?”の質問に対し虚偽に“いいえ”と答えた場合に執行される場合が多いようです。

しかし入国カードには“あなたの職業はなんですか?”という質問もあります。驚くことに、このシンプルな質問も技術ビザを申請する際に問題になりうることがあります。例えば申請者がレストランマネージャーとしての経験があるとビザ申請したのに、入国カードの職業欄にウェイターと記入していた場合などがそれにあたります。現在、雇用主によるスポンサービザを持っている方もしくは将来、ビザ申請を考えている人は注意した方がよいでしょう。

移民局はまた乗客の情報として到着時間、一緒に旅行している人、支払い情報を含むチケット情報にまでアクセスすることが可能です。これらの記録はパートナービザの審査の際に、スポンサーでない人物と海外旅行に出かけていた、などの証明に使われます。また他のケースでは、移民局は申請者がスポンサーに空港でピックアップしてもらったと申告した時間と空港の入国審査の記録を照らし合わせる可能性もあります。ビザ申請時には、申告するものすべてに注意が必要です。

ニコラス・タフト

Lanza Legalの Director。ケアンズ生まれの、ケアンズ育ち。QLD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

ワークカバー申請とセカンドビザについて

オーストラリアに訪れるワーホリの方の多くが、セカンドビザ取得のため地方で指定された仕事に就きます。しかし、この指定された仕事中に労災や交通事故に遭い働けなくなってしまった場合、セカンドビザはどうなってしまうのでしょうか?

移民法では、セカンドビザを取得するには地方で88日間以上の指定された仕事をすることが要件となっています。実際にはセカンドビザ希望者の多数がいわゆるファームで農作業に従事し、この要件を満たします。

ワーホリの方がワークカバーを申請する際に問題となるのが、中・長期的な休業を余儀なくされるケガを負った場合、休業期間をセカンドビザ取得の日数としてカウント出来るのか、という点です。

結論から言うと、カウントは可能です。ただし、2015年12月1日以降、セカンドビザ申請には指定された仕事先から、最低賃金以上で給与を得ていたことを証明する給与明細(Pay Slip)の提出が求められているので、ワークカバーを申請したワーホリの方の休業期間がセカンド取得の日数としてカウントされるには、以下が必要となります。

- ワークカバー(WorkCover)の申請が正式に受諾されている。
- GP、医師による中、長期休業の診断書が発行されている。
- ワークカバー(WorkCover)より休業手当てを受けている証としてPayment Remittanceが発行されている。
- 雇用主より労災、事故がなければ労働者の雇用が継続していた証明が発行できる。

また、休業期間の日数全てがカウントされるには、ワークカバー申請以前まで一貫して週35-40時間のフルタイム同等の勤務を継続していたことが必要となります。もしファームでの勤務を開始したばかりであったり、ファームに十分な仕事がない場合は、週1、2日のカウントしか出来ないこともありますのでご注意ください。

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。ジャパンリー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。



プロの話 領事館 CONSULATE

訪日外国人数と査証(ビザ)について

2015年の訪日外国人総数は、査証(ビザ)発給要件の緩和や訪日プロモーション、格安航空便の就航など官民挙げての観光立国を推進したことや円安の進行などもあり、およそ1,974万人(前年比47%増)と過去最高になりました。うち、オーストラリア国籍者(オーストラリア人)の数は37万6千人(同24%増)となり、近年は東日本大震災の影響で一時的に減少したものの増加の一途を辿っています。

また、2015年の外国人へのビザ発給総数は、476万8,286件(前年比66%増)となり、こちらも過去最高を記録しました。このうち全体の約8割(約378万件)が中国国籍者に対する発給でした。なお、日本は、オーストラリアを含む67の国と地域の人々に対して、観光、友人訪問、取引先との商談、会議などが目的での短期滞在の場合にビザ取得を免除しています。

一方で、日本人が旅行などで外国を訪れる際には、多くの国でビザの事前取得が免除されていますが、オーストラリアは日本人が入国のためにビザを事前に取得する必要がある数少ない国のひとつです。観光や商談などで3ヶ月未満の短期滞在で訪問する場合には、通常は「Electronic Travel Authority System(ETAまたはETAS(イータス)と呼ばれています)」を取得(オーストラリア移民局ウェブサイトにて電子登録)する必要があります。

出典:外務省(査証発給数)、日本政府観光局(JNTO)(訪日外国人数)

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。

ケアンズの映像撮影・
取材写真コーディネート

ケアンズ近郊で撮影をお考えなら、
トータルサポート可能な
リビング・イン・ケアンズまでご相談ください

- オーストラリア、ケアンズで取材・撮影したい
- 通訳や車両手配など現地コーディネートが必要
- 現地の日系製作会社にカメラ&編集を委託したい
- TVの企画でケアンズの秘境や面白い人が知りたい!
- オーストラリア、ケアンズの写真やムービーが欲しい
- オーストラリア全土のメディアを探してほしい!
- オーストラリアでイベントやステージを実施したい!

詳しくは http://www.livingincairns.com.au
もしくは info@livingincairns.com.au まで

豪州人、日本人を考える

「消えた町ーグローガンビル」

其の131

松本 主計

　睨み返すと、私の目が痛く感じる程、赤く濁った他人を寄せ付けない目だった。異様な男なのだ。私の車のすぐ横、手を伸ばすと届く距離に、これ又まだ動いているのが不思議に見える古いトラックを寄せ、無遠慮に覗き込んできた。炭鉱夫のように汚れた顔に刻まれた太い皺の間に、白い埃が溜まっている。この野郎、もう何ヶ月もシャワーを浴びてないように見える。

　今ではローカルさえもその名前を知らぬ、グローガンビル、へ行こう、と言い出したのは私の友人のボブだ。パーマーリバーのゴールドラッシュに端を発する北部クィーンズランド域の発展の歴史は、現在の適当に仕事をしながら遊び好きの豪州人のイメージからは想像もつかない凄絶さと真摯さ、詰まり人間本来の本能に近い生き方と言おうか。そんな生き方がかつて町が存在し、今は何もない荒野の草いきれの中から感じられ、私の興味は尽きることがない。パーマーからメイタウン、ダイヤーズタウン、ソーンブローとゴールドはアチコチで発見されたが、一番金の含有量が多かったのが、グローガンビルのアングロサクソンリーフだったらしい。

　マウントカーバインのパブでビールを一杯。空が青い。ビールがウマい。空気が乾いてきた。ここからマリガンハイウェイを西へ小一時間。グローガンビルの鉱山道に入るには、私有地の牧場を通過しなければならない。これが又多くの人々が訪れない一つの理由だろう。牧場のオーナーとは話が通じていた。ビジターの少ない牧場の人達に歓待され、無事ゲイトを通過。サァこれから今夜の夜営地、ミッチェルリバーの河畔まで荒野の中を走る。ブッシュのドライブは大好きなのだ。すぐに道が悪くなった。大きな穴、クリーク、岩があちこちにあるのでスピードが出せない。クリークはガタンと落ち込み、乾き切っていた。何本かのクリークを用心深く渡った。その度に車は大きく落ち込み、時化の中の小舟のように揺れた。コリャ堪らン。それでも何とも楽しいナァ。前方に土手が見える。どうやら大きなクリークの様だ。土手の上に車を乗せ、落ちる道を見下ろしていたら、10メートル程のクリークの対岸から、二台のトラックがニョッと出現した。その車はナンバープレート等とっくの昔に無くなった様で、まるで蓑虫のように生活必需品を車のアチコチからブラ下げていた。

「まだあんな男がこんな所にはいるンですネェ」ボブが感にたえないように言ったものだ。その男、荒野の中で世捨人のようにテント生活をしながら、今だ金や錫を掘っているのだ。広大な荒野は彼の棲み家。そこに無遠慮に侵入して来た我々を車の窓越しに睨み付け、私の車の中を覗き込み、一言も発せずにガタピシと走り去った。彼の極端な排他的人間性は、荒野の中で金を捜し続ける孤独な生活環境から来ていると見ていい。それにしても何と珍しい人間像を見たものヨ。

　サンゴ礁のリーフ、という言葉には、鉱脈という意味もある。金の含有量の多い、アングロサクソンリーフ、がメイタウンの南部に発見され、逸速くそこに移住して肉屋を開いたのがパトリック、グローガン。それにしても凄い行動力だ。三年後の１８８９年、この集落は彼の名前を取って、グローガンビルと名付けられた。町はライムストーンクリークという小さな峡谷の両側の斜面に沿って建設されていったらしい。

　地図を見れば昨夜一泊したミッチェルリバー河畔からそんなに遠くはないのだが、如何なる道の状態が判らないので、用心して早朝の出発。同行した私の歯科医のロバート。彼は実に陽気ないい飲んべエなのだ。酒とワインを両手に持って追い回されたので、昨夜はチョイト飲み過ぎて、今朝は太陽が眩しい。空が抜けるように青い。実にいい日だ。最初の二十分はまだ道と識別出来た。徐々に石だらけのガタ道になった。以前どうやら道だったらしい、と表現した方がいい。これはヒドイ道だった。タッタ五キロを走るのに一時間以上も掛かったから、その道の素晴らしさが想像出来よう。道と格闘していたようだった。「お前さんの車、引っくり返るンじゃないかと心配したゼ」笑いながら後続車のトニーが言ったものだ。私の車は89モデルのトヨタクルーザー。この頃のクルーザーは実に頑丈に出来ている。凄い４ＷＤだと改めて感心させられた。

　オッ、アリャタイルじゃないか。身の丈程の雑草の生い茂る草原に入り、何となく道だったらしいと思われる丘陸地を這うように走っていた時、雑草の中に人工のタイル敷きの床らしき物を見つけた。住居址だ。ホンの少し残っているだけだったが、どうやらそれが建物の入口らしい。その背後に大きな穴が掘ってあり、古いボトルが投げ込まれていた。ソウカ、ここはパブの跡に違いない。ボトルは全部割れていたが、百年程前の手造り製だ。この穴を掘り下げれば、面白い物が出て来るかも知れない。パブの前部には、アチコチに手造りの金具が散乱していた。どうやら鍛冶屋の跡らしい。この辺りがグローガンビルへの入口に違いない。

「ヒヤッホー!!」トニーの奇声が峡谷の上から降ってきた。何か思いがけない物を見つけたのだ。パブ跡の百年前の廛捨場を掘って見たかったが、時間の余裕がない。しばらく雑草の中を走ると峡谷に入った。その狭い斜面の両側に白い小さなサインがアチコチにある。個人商店名、病院、学校等が見える。何とこの狭い峡谷がグローガンビルの居住地域だったのだ。この地域に１８９０年には５００人の人間が住んでいた。４パブに商店８軒、ポリス、病院、学校、銀行も存在した。同年の五月には病院のボールが開かれ、３００人の男と27人の女性が参加したと記録にある。まるで夢のようだ。

　峡谷の中腹をうねる道を這うように動く。片側はストンと落ちる崖なのだ。頂上まで約二百メートル。もうこれ以上車は無理だ。先に行ったトニーの奇声に引かれ、喘ぎながら坂を走った。パッと視界が開けた時、ワーッ!!思わず声が出た。何と、人工的に斜面を平らに切った一週に、形が完全に残ったままで小型機関車のような蒸気エンヂンが一基、ポツンと立っているのだ。それは何とも奇妙な光景だった。人里離れた荒野の真只中。百年も前町があったにしろ、現在何一つ残っていない。おまけにヒドイ急坂なのだ。どうやってここまで上げて来たのだろう。なぜこんなに完全に近い状態が維持されているのだろう。なぜ一基だけ残したのだろう。興味は尽きる事がない。

　Ｕターンが出来ないので、斜面の道を下りるのは、上って来るより恐かった。一寸刻みで車をリバースしている時、反対側の斜面のブッシュの中に、何か人造物のような物が見える。車を安全な場所に置き、道無き道をよじ登って行ってみた。ワーッ!!又声が出た。私は人間が単純なので、感嘆詞も同じ言葉しか出て来ないのだ。その斜面には曾て誰かの小屋が建っていた。斜面を平らにする為、ビール瓶を何層にも積み上げ、その上に斜面を削った土を盛って平面にしてある。人間一人が寝起きするだけの小さな小屋だったらしいが、擁壁に使用してある瓶は二百本は優に越える。全部手造りのガッチリした瓶で、これはもうコレクター用品だ。驚ろく事に一本も壊れず、まったく当時のまま残っていた。この場所で百年以上も前、ビールを飲みながら一日の労働の疲れを癒やしていたのだろう。それにしても良く呉れたものヨ。何本か瓶が欲しかったが、何やら当時の小屋の住人の思いを壊すようで、手が出せなかった。あれからもう十年近くが過ぎた。今でもあの瓶がそのままである事を祈る。

　住居址の外れの黄色く枯れた雑草の中に、墓地が埋もれていた。草を押し分け傾むいた墓標を読むと、幼児の死亡が多かった。過酷な自然環境だったのだ。我が子を幼くして亡くした両親の思いが、草いきれの中に今も漂っている。

　35年程も前、チャーターズタワーの手前、ミンガナから入ってゴーストタウンのレイバンズウッドに行った。イヤ、ここは凄かった。大きな古いホテルが無人のままそのまま残り、鉱山の作業場には機械類がそのまま放置されていた。二度目に行った時、その機械類は全く無くなっており、何人かの人間が又、住み付いていた。その時突然、雹が降った。小さな雹は喜んで手で受ける妻の手の中で、しばらく生きて消えてしまった。

　私の道場では40年の間に数多くの生徒を指導してきたが、その中にただ二人だけ、グローガンとレイバンズウッド、という名前の子供が数年前にいた。もしかしたら関係者の子孫かも知れない、と思い、親に話してみようと思いながら機会のないまま、気が付いたら二人とも稽古を止めていた。



松本 主計【まつもと かずえ】
1966年木曜島にてPearls Pty Ltdに勤務。1975年退社、その後ケアンズに、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.

遺品が語る日本

No.64【90年前のアサヒグラフ】



　日本帝国海軍がイタリア空軍から購入したN3号航空船に関する記事が目玉になっている1927年（昭和2年）2月23日発行のアサヒグラフ。この数年前、日本は英仏露の連合軍の要請で欧州戦線に出兵。この代償として、山東半島及び赤道以北の独領南洋諸島の権益を引き継いだ。これが第一次戦の結末。この時期から大東亜戦争に至るまで、アジアの植民地化を図る列強に対抗する為、日本はその抑止力としての軍備の拡張と国民の民意の向上に必死になって邁進していた時代だ。日本が日本らしく一番輝いていた時代。雑誌に驚く程英文の記述が多い事は、読者はかなりのインテリ層で、武力のみならず国際化としての英文の必要性を逸速く国が取り入れていた事が窺える。あれだけ中韓に捏造の歴史で辱められても、彼等の言いなりに金を出し、領土侵犯に何も出来ない現在の日本政府とは雲泥の差がある。

　このアサヒグラフ、ガレージセールで購入した古雑誌の中に混じっていたと、ある老人が道場に持参してくれた。当時毎週水曜日発刊。代金15銭也。

道場ニュース

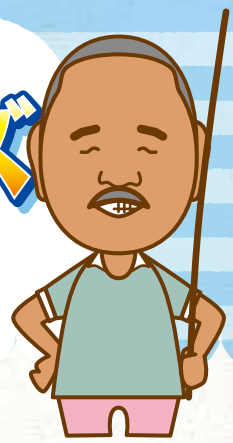




　全豪州空手道選手権大会は八月中旬、メルボルンにて開催されました。松本道場からは三名の選手、タツヤ シイハラ、ミコト ノムラ、ココナ サカモトがクィーンズランド州チームとして出場、金1、銀2、銅3の成績を上げました。今年は世界武徳祭への22名のメンバーの稽古に時間を取られ、豪州大会への準備が出来なかった中、三名は自分達で自主的に稽古をし、よく頑張りました。来年はまとまったチームを州大会、全豪に送りたい、と計画しています。

髭オヤジの vol.03

釣りバカ日誌 in ケアンズ



「ほら、10時の方向だ、見えるだろ。ビッグキャスト!」　Rがツナタワーで怒鳴っている。リーフのエッジに沿ってGT（ロウニンアジ）の群れがリラックス気味に泳いでくる。20kgクラスが大半で中には倍以上の大きさのシルエットも混ざっている。日本で8000円也で購入した大型ポッパーをロッドから1.2mほど垂らして、リールのベールを起こした。群れの位置は確認済み、ロックオン。

前回に引き続きリザード島での以前のカジキ釣り大会時の事。通常トーナメントの時間帯は毎日11:00〜17:30と設定されており、11時までの時間は各ボート様々で、主にエサの補充に努める。（エサはカツオ、マグロの類、サワラの類、イケガツオ、ニジョウサバ、ツムブリなど）他には、ボートやタックルの点検、スノーケリング、読書等で大会の緊張を解くのだが、ここでも我々は釣りでの和みと決めている。なんせ、フィッシャーマンの天国とも言えるGBRのリザード島廻りに来てるのだから。

群れの先端5m先にポッパーが落下する様キャストするのだが、放物線を描いたポッパーが着水前に数匹のGTが群れから飛び出してくる。空中のポッパーを既に確認しているのだ。着水と同時に水飛沫が跳ね上がり豪快なアタック。クッ、腹筋に力をこめて1stランに耐える。ラインは出て行くのみで5秒以上も続くと念じてしまう、“止まれ〜!”ツナタワーから怒声が降りかかる「何やってんだよ。もっとドラグを上げろよ!」五十路のオッサンが息を切らし、







鼻水垂らして、涙目になりながら頑張っているのに非情な言葉。ドラグを10kgオーバーに強めると、本当に辛い。ポンピングが出来る様になってくる頃から肩が悲鳴を。上がって来たのは20kg欠けのGT。デッキハンドがハイタッチを求めてくるも、フラついて巧く手が当たらない。でも、甲板に上がった魚体を眺めていると嬉しさがこみ上げて来る。

「ナイス　フィッシュ!ベッヘッヘよし、次はジギングやろーぜー。」Rは事も無げに言ってくる。辛いがこっちも一汗掻いて体がほぐれ余裕が出てきた。ヨシ!その勝負勝ってやる。駈け上がりの80mダチに移動。「60mほどに影があるぜ。ドギー（ドックツースツナ:イソマグロ）だ。」180gのジグを投入し全力でしゃくり上げるとグッと重くなる。ロッドエンドを下半身に固定し腰を落として耐える…事しか出来ない。“やるんじゃなかった。”後悔先に立たず。またもやツナタワーから「サウンダーにサメの影が出始めた。早くしろ、早く!」の怒声が。心臓がバクバク言ってる。デッキハンドが絶妙のタイミングで口にギャフを掛けて取り込んだのは30kgほどのイソマグロ。もうダメ。Rが、もう一匹いこうぜ!と唆されるも悔しいがギブ。と、Rが俺もやろっと、とタワーから降りてきた。自分からタックルを受け取り、次の瞬間いきなりガチガチとドラグを閉め始めた。えっ!?何食わぬ顔でジグを投入し、ヒョコヒョコしゃくり始めた瞬間体が“く”の字に。D社のパワー折り紙つきのリールからもの凄いサウンドと共にラインが出されていく。中型バイクのエンジンでも握っているかの様な迫力。ロッドが持っているパワー



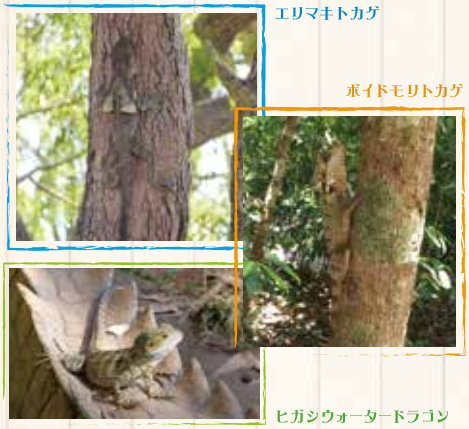
の臨界点に来ているのが解る。ああ、ダメだな8万円のサオがオサラバだなと諦めた瞬間にラインが弾け飛んだ。運よく（?）魚がリーフの下へ行きラインが擦れたのだろう。おかげでロッドは助かったが…悔しさも大きい。「こんな奴がGBRにゴロゴロ居るんだぜ。」Rが言ってきた。（Rが閉めたリールのドラグを計測してみたら18kg。こりゃ敵わん。）

この日の夜のビールは、“ケアンズの海、GBRの海って最高じゃん”と充実感で妙に出来たての様な新鮮な味でした。





Vol.15
ケアンズ三大トカゲの秘密



そろそろ気温も暖かくなり爬虫類が元気になるシーズンがやってきました。その昔、CMで一世を風靡したエリマキトカゲを筆頭に今回も私の独断と偏見で選んだトカゲたち、ケアンズのツアーで遭遇することができる3種類をご紹介します。みんな非常に擬態が上手で木に化けてますので経験豊かなガイドと一緒でないと見つけるのは簡単ではありません。



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/

Check!!

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！

Love Earth!

ケアンズ生き物日記

ナイショのはなし1 エリマキトカゲ

1984年のCMから、30年以上が経ちますが色褪せないその人気。エリを広げて後ろ足だけの2足で走るシーンが有名ですが、実際はほとんどエリを開くことなくじーっと木にしがみついたまま木に化けています。そうとう追い詰められた状況でない限り、エリマキトカゲは2足で走ることはなく緊急事態だといえますので、見つけてもおどかさないように。通常は木の高いところへ逃げていきます。また、見つかった事に気がつくと人間から見えにくいように木の後ろ側に回りこみます。動物探検ツアーでは、マリーバ周辺のユーカリ林で11月から2月に高い確率で遭遇しますが、エリを開いて威嚇していたり走っている姿を目撃するのは非常に稀です。

ナイショのはなし2 ヒガシウォータードラゴン

キュランダ観光で見つけることができるトカゲと言えば、ダントツでヒガシウォータードラゴンです。アーミーダックツアーの人気者であり、名前の通り水辺に生息していて泳ぎも上手。また、キュランダの動物園ではワニの檻への勇気ある侵入者でもあります。レインフォレステーション、コアラガーデンズともに野生のウォータードラゴンが侵入していることがあります。オスの方が顔も体も大きく、メスは小顔でお腹が丸く大きいのが特徴。檻に入ってないトカゲは基本的に野生ですから、見つけても離れたところから写真を撮る程度にして触らないようにしましょう。ちなみに、エリマキトカゲだけでなくウォータードラゴンも緊急事態には2足で走ります。

ナイショのはなし3 ボイドモリトカゲ

トサカのトゲトゲがカッコよく爬虫類マニアには垂涎のトカゲ。エリマキトカゲやウォータードラゴンに比べると小型のトカゲで熱帯雨林の森の木にしがみついていて人が近づいてもほとんど動きません。小さいぶんウォータードラゴンに比べると難易度があがりますが、爬虫類はみんな縄張りがあってお気に入りの木にしばらくの間いることが多いので1週間以上もの間、同じ時間に同じ場所にいることもあります。人が近づいても逃げないがために見つかると写真を撮られまくってしまう運命にあります、可哀想なんでほどほどにしましょうね。動物探検ツアーの夜の森探検やポートダグラスツアーのモスマン渓谷散策で出会うことができます。

今回のイクメンパパ



イクメンパパの奮闘記 VOL.04



ケアンズ在住のイクメンさんをご紹介!

鈴木 敬さん（スズキ タカシ）

息子:徠夢（らいむ5歳）娘:れいら（れいら3歳）
職業:ツアーガイド、メディアコーディネーター
趣味:旅行とサッカー



子育てとは単に子供を育てるだけではなくて、自分自身も一緒に多くを学び成長していく事なのだなと日々の生活の中で実感している。そして子供が成長するにつれ子育ての悩みは増え複雑化していくのだなと。

まだ息子が小さい頃に恐竜図鑑をペラペラとめくりながら『ね～ね～なんで恐竜はみんな大きいの?なんで?』と聞いてきた時には『ん～、なんでだろうね。たくさんご飯を食べるからじゃないのかな』と曖昧な返事で納得させる事も出来たが、色々な物に興味を持ち少しずつ知識が増えてきた最近となっては、今まで以上に“なんで攻撃”が増えてきて、きちんと答えないと『じゃ、それはなんでなの?』と更なる追い打ちを喰らうようになった。また宿題として学校から毎週4冊の本を借りてくるのだが、中には知らない単語もあっていつもしどろもどろだ。電子辞書で単語を調べ読んではみたものの、5歳の息子から『発音が



違うし。なんて言っているか分かんない』と、とどめを刺され撃沈してしまう。あと1~2年もしたら息子の英語力についていけなくなり、悪口を言われても理解出来ずに笑ってる父親になるんだろうな。僕にはもう1人、3歳になったばかりの娘がいる。娘はいつも『Daddyだ～い好き♥』と言いながらギュ～っと抱きついてくる。それは幸せ一杯の瞬間で、“目に入れても痛くない”とはまさにこの事だ。うちの娘はいつまでも変わらない、と自分に言い聞かせてはいるものの、あと何年か経つと『臭いからDaddyとは洗濯は別にして』とか言われる日が来るのだろう（泣）

そんな可愛い子供達だが、兄妹喧嘩などで手に負えなくなる事も多々ある。本当ならばきちんと話しを聞いてあげなくてはいけないのだが、疲れや睡眠不足でイライラしている時は頭ごなしに怒ってしまう事もある。息子のクラスでは、感情が高ぶった時は両手をお腹の前に置き深呼吸をしなさいと教えているが、それは僕にも言える（笑）

“イクメン”いう言葉は僕の親の世代には存在しなかったが、いつの時代にも変わらない物がある。それは親から子への無償の愛だ。親からどれだけ多くの愛情をもらい育ってきたのかを、自分が親になった時に初めて気付いた。親への感謝の気持ちを忘れずに、自分も子供に対して惜しみない愛情を持って1日1日を大切に過ごし、子供と共に親として成長していきたい。



イクメン大募集!!

応募方法
01.名前　02.プロフィール&本人写真
03.パパの子育て写真2~3枚
04.950~1000文字程度の原稿

宛先 【FAX】07-4041-0301 【メール】info@livingincairns.com.au 【郵便】P.O.Box 7790 Cairns QLD 4870 のいずれかにお願いします。

CLASSIFIED

ビルモーガン会計事務所

ビルモーガン会計事務所では今年6月よりStephanie(Fully Qualified Chartered Accountant)が新たにチームメンバーに加わり、業務を拡張しています。登録税理士6年目のKayokoがCA歴34年のビルモーガンと新しい知識豊富なステファニーとともに会社やトラストの設立、Payrollや会計ソフトの導入とトレーニング、会計業務やタックスリターンなど個人とビジネス全般のアドバイスを含めお手伝いいたします。いつでもお気軽にお立ち寄り下さい。
William H Morgan Pty Ltd (Bill Morgan Chartered Accountant)
Conservatory Building, Suite 17, 12-14 Lake Street Cairns QLD 4870(オフィス入り口はAbbott Streetに面しています)
お問合せ先:(07) 4051 3199
Kayoko携帯0414269441
Mail:kayoko@billmorganca.com.au

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下さい。
オーキッドプラザ2階 07 4041 1730

ベトナム&中華料理【Bobby's Restaurant】

カフェスタイルになって無料Wi-Fiも完備!
ギリガンズの対面で朝7時から夜まで毎日営業。広告持参で飲み物を含まないお食事代から15%を割引致します。
Facebookでも見つけてネ!
62 Grafton St. Cairns Ph: 4051-8877

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)までお電話お待ちしております。

えびす堂

乾季らしい冬もないまま早くも暑くなって来ましたネ。季節の変わり目で体調が崩れやすいです。運動してもストレッチしても疲れが取れない時はマッサージもお試し下さい。
指圧TAKU 0430105173

ズレた頭蓋骨を元に戻してシワなしおデコに!
前かがみの姿勢が習慣になって起こるズレ。そのズレがおデコの横線を作ってしまいます。いろんなシワに効果的な頭蓋骨戻し。
くすみが取れ美肌効果も‼
フルボディーの予約、またはフェイシャルの予約をされた方のみご希望者はお申し付け下さい‼
Beauty YURI 0413251193

Colour Talks

レイキ講座(レベル1)10月20日(木)
9時半〜15時
レイキ講座(レベル2)10月21日(金)
9時半〜15時に開催。
お問い合わせは、Makiまで。0403-112-116
メール colourtalks@gmail.com
ブログ http://ameblo.jp/maki-happycolour/

HANDYMAN

家やオフィスのメンテナンス。各種組立作業、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

Micro Tech PC Services

PC修理・ウィルス除去・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

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。宿舎食事付。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

Sun Pacific Collegeで住み込みスタッフ募集!

ケアンズ郊外にある語学学校 Sun Pacific Collegeではキャンパス内の清掃や食堂のお手伝いなど、留学生の生活を一緒にサポートしていただける新しいスタッフを募集しています!住み込みのポジションで、食費、WIFIが無料です。英語環境で働きたい方、語学学校で働いてみたい方、ご興味のある方は以下にご連絡ください。
info@sunpacificcollege.com.au

新月の色とレイキの虹色お茶会

11月29日(火)10時〜12時
お茶をしながらカラーセラピーや、ヒーリングをお楽しみください。
参加費は、自由な金額を募金箱に入れていただきすべて福島の子供達支援の活動に募金させていただきます。ご協力に感謝です。
WEB www.smilewithkids.com.au
メール smilewithkids8@gmail.com

ウォリスそろばん教室

開講: 月〜金 3:30pm〜
場所: Forest Gardens
内容: 珠算・暗算・算数・数学・日本語など
クラフト教室(予約制)
ねんど、木工、水彩画など。
オーダーメイドでご注文も承ります。
P: 0437 600 229
Web: abacusbywallis.com

リビケン読者の投稿ひろば

TALK to LIC

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

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

ケアンズキッズ!

ケアンズで元気に成長する姿をおひろめしまーす!

My name is...Maya

★ 麻椰(まや)ちゃん
★ 2016年2月23日生まれ
♥ 両親:Aki & Tomoe

生まれてきてくれてありがとう!
美しい自然の中ですくすくと元気に育ってね。



うちのコナンバー1ワン

愛すべき「毛深い」家族のナイスショット!

My name is...Lacey

★ 種類:ラブのクロス
★ 性別:女の子 又は おばあちゃん
★ 好物:人が食べる物全て
★ 特技:ボール遊び
★ 家族:John,Miyuki,Joshua,Noah



ケアンズを遊びつくそう! aqua
あなたの旅を100%サポート!

HIS 安心の日本語案内!

LINEもFacebookも!
無料WiFi

ケアンズの総合インフォメーションセンターは
どなたでもご利用頂けます!
お気軽にご来店下さい!

こちらの雑誌をご持参頂くと
ハズレなし! 特賞UGGブーツ!!
大抽選会やってます!

❶ アポット通り沿いにある看板



❷ ランの花が目印



❸ エスカレーターを上がると



❹ 到着!





変換プラグを忘れても大丈夫!
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.29 C3

Cairns Tourist and Local Medical Services

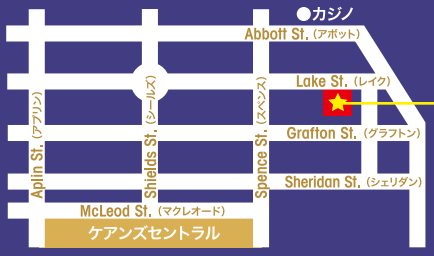
高度な医療技術を誇り
日本語で対応してくれる総合病院





- **キャッシュレスサービス** 日本の全ての海外保険会社と提携しているので、診察代、薬代、検査代、通訳代は全て無料!（保険適応内）
- **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）

こんなことにも適応される海外保険（心療内科）
気分が落ち込む、わけもなく涙がでる、常に不安を感じる、悲しい、何事にもやる気がでない
慢性疾患以外で日本出国後に発症したものはカバーされます。
（但し適応外ケースもあるので、日本語通訳にご相談下さい。）



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。



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で、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、お仕事させて頂いております。

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**
メディケアをお持ちの方は…4041-1699

MAP：P.29 C2