「の「情報」と「お得」を届けるフリーマガジン 1・2・3月号 割引クーポン付き JAN-MAR issue **Great Barrier Reef** 2019 vol.168 ケアンズ&グレートバリアリーフ www.livingincairns.com.au Check it Out! Adventure Activities & Extreme Experiences て綺麗になろう Y & HEALTH LIFE 特集 ケアンズが誇る 2大世界遺産特別企画 詳しくはP13をご確認下さい



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 J 0410-356-847

」 日本語直通

www.littles-jp.com [日本語サイト] Email: jinfo@littles.co

🕮 LINE : LittlesJP









MAP : P.23 C3



NIGHT MARKETS FOOD COURT

エスプラネードの真ん中で、素敵なお買い物とリーズナブルなお食事を



04 LOCAL TOPIC & EVENT **CONTENTS**

JANUARY-FEBRUARY-MARCH 2019 ISSUE

お店のクーポン利用の

際は必ず本誌を

全域マップとみどころ

かざすともっと詳しい情報がみれますよ。

雑誌内のQRコードで、

ケアンズ情報をより詳細し









08 ケアンズでアドベンチャーにでかけよう!

ケアンズシティーマップ

25 キュランダお散歩マップ

28 特 集 ケアンズが誇る 2大世界遺産特別企画 海バーガーVS山バーガー 大解剖

29 求人情報他…要チェック クラシファイド

32 ビューティー&ヘルス特集

専門家に聞いて知識を増やす 38 「生活のため」のプロの話

リビケン内で使用されているマークの意味

持参してください。 お店のスタッフに "Can Luse this coupon?" と聞いてね! ④=住所 ⑤=営業時間 ∅=定休日 ⑥=電話番号 ⑥=ファックス番号 ◇=メールアドレス ②=ウェブサイト ③=料金



A Division Of Future **Investment Group Pty Ltd**

General Manager

Tomoyuki Yoshimura

Sales Executive

Design

Yuko Kuramoto Daisuke Hayashi

Naozumi Yamaguchi

Printing LOTSA PRINT AND SIGNAGE

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 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 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.

THE REEF HOTEL CASINO

ケアンズNo.1エンターテイメント複合施設

ASK US 遊び方は お尋ね下さい **HOW TO PLAY** ゲーム機 楽しく遊ぼう

テーブルゲーム

ルーレット、ブラックジャック、その他

レストランやバー

美味しい食べ物と飲み物

無料エンターテイメント

生演奏、スポーツ観戦、映画

EXPERIENCE

プルマン リーフホテルカジノ 5つ星 ラグジュアリーなホテル

ケアンズ ズーム&ワイルドライフドーム

コアラ抱っこ

ENJOY

35-41 WHARF ST, CAIRNS - (07) 4030 8888

www.reefcasino.com.au

ザ・リーフホテルカジノは責任あるギャンブルを推奨します。助けが必要な場合は、ギャンブリングヘルプラインまで。 1800 858 858



LOCAL TOPIC & HVENT

Event 01

Japan day of Hope 2019 ~子供達の笑顔と未来を守るために~

毎年恒例となっているチャリティーイベント『Japan day of Hope』が今年もエッジヒルステートスクールにて開催されます。太鼓やよさこいダンス、篠笛やお琴、空手、日本の歌、日本の食べ物、癒しブースや、文化体験ブースなど。

- ★日程:3月9日(土)11時~16時
- ★会場:エッジ・ヒル・ステート・スクール
- ★住所:254 Peace Street Edge Hill
- ★https://www.facebook.com/japandayofhope.kizuna/

収益はすべて福島の子供達支援へと寄付させていただきます。 ボランティアをしてくださる方も募集中。

- ★お問い合わせは、smilewithkids8@gmail.com
- ★www.smilewithkids.com.au 0403-112-116 まで。





Event 02

7 Cairns Marathon 2019

新しいスポーツイベント「7 Cairns Marathon 2019」が 4月28日(日)にケアンズ市内 で行われます。初心者からべ



テラン、そして子供から大人まで楽しめる全5カテゴリーからなるイベントです。

- ★開催日:2019年4月28日(日)
- ★レースカテゴリー:フルマラソン(42.195km)ハーフマラソン(21.095km)10Kmラン、5Kmラン、2Kmチャリティーマラソン
- ★公式サイト:https://www.cairnsmarathon.com.au/

Event 03

タリー川で開催されるラフティング世界選手権 World Rafting Championships 2019 開催日:2019年5月13日~20日

毎年世界各地にて開催されるラフティングの世界選手権が今年初めてケアンズのタリー川で開催されます。世界54カ国から強豪チームが集結し、レースラフティングの世界一を競います。



★公式サイト:https://www.wrc2019.com/

Event 04

Great Barrier Reef Masters Games 2019 開催日:2019年5月23日~26日



隔年で行われるGreat Barrier Reef Masters Gamesは今年で 4回目。35歳(一部のスポーツで 30歳)以上を対象にしたマスター ズゲームは全18種目あり、4日間 に渡りケアンズの各所でゲーム が行われます。



★公式サイト:https://www.gbrmg.com.au/

Topic 01

ケアンズに日本人ナチュロパス

(自然療法士)が誕生!! この度、ケアンズに日本人の

ナチュロパスが誕生しました。 ナチュロパスとは、カウンセリングを通して、症状だけでなく、 その根本から改善していくお 手伝いをする自然療法士のこと。自分の体や健康につ



いて抱えている悩みを日本語で相談できる日本人の強い味方!! お問い合わせ先など、詳しくはP.37をご確認ください。



















白砂州がとても綺麗な シーイーグルパイロット ミコマスケイ オススメの「ブラソフケイ」





@flyseaeagle あなたが撮ったベストショットを つけて投稿してください!

FLY SEA EAGLEには日本語が話せるパイロットが



FLY SEA EAGLE

SEA EAGLE TEL.0448-531-704(日本語可) http://www.seaeagleadventures.com AOC: LA&AM Matthews Pty Ltd ご予約・お問い合わせ SCE

scenictrans.au@gmail.com



ケアンズに長く住んでいるけど、そう言えば空から グレート・バリア・リーフを見たことがない方! 「ローカル割あります」

※ご参加の際にID(AUSの免許証、学生証やメディケアなど)が必要です。

高所恐怖症なので少し不安になりながら 参加しましたが、ガイドさんのきさくで親 切な対応のおかげで安心してセスナに乗 り込むことができました。乗ってみると景 色が美しすぎて高所恐怖を思い出すヒマ

もありませんでした。とにかくケアンズに 来たらぜひぜひ参加してほしいツアーで す。空の青、海の青、きれいなサンゴ礁、そ して元気いっぱいの太陽と雲を近くで感 じ、まるで鳥になったようでした。

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

ダイビングで水中世界を 堪能した後は遊覧飛行で 空からグレートバリアリーフを 眺めてみては?

ダイビング後、飛行機に搭乗する までの待機時間

1日1回のダイビングのときには12時間以上、 2回以上潜ったときには18時間以上あける ことをDAN(Divers Alert Network)は奨励 しています。参照:PADIのホームページより





MAP:P.2413





ゴン内から餌付けが出来ます。 ※ヘイ・ワゴンとは干し草を運ぶ乗り物



広い敷地をヘイ・ワゴンに乗って 敷地内の一角にはヤギ、鶏、ウ カウボーイ&ガール達が馬を巧み 4輪駆動のバギーに乗ってデコ 初心者の方でも乗馬を安全に レストランではメニュー豊富なビ 移動。放牧されている牛にはワ サギなど暮らすアニマルファーム に乗り回し高度な乗馬技術で牛 アルパカも見ることが出来ます。出来ます。



があります。ケアンズでは珍しい を追うショーが間近で見ることが





くれます。



ボコ道や水たまりなどのバギーコ 楽しんでいただけるようにインスト ュッフェからハンバーガーや和牛 ースをガイドと一緒に巡る人気ツ ラクターが親切丁寧に指導して ステーキまで様々な食事が楽し めます。



KUR-Cow Barnwell Farm

Tel:1300 587 269 Mail:reservations@kurcowfarm.com Web:http://www.kurcowfarm.com/



MAP : P.23 B2





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

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☆



稲井謙二/PADIダイブマスター& ス開催中! TEL:0466-433-039 Facebook:@ScubaExpertAustralia

シコンハタタテハゼ





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-

-ホルメス・リーフからの贈り物(ヘルフリッチ)

サンゴ礁に住む魚の中には、深海でしか見られな い、極めてレアなお宝的存在の生物が数多く潜んで います。先日、ダイビング仲間と一緒に挑んだコーラ ル・シー・トリップでは、ヘルフリッチと呼ばれる美しい ハゼの仲間の生息が、40m近い断崖からレポートさ れました。ケアンズから東へ240kmに位置するホルメ ス・リーフから、写真による報告は初めてかも知れませ ん…。紫の体色と機敏な動きが特徴の可愛いハゼ で、ダイバーには人気の一種です。水深40m近くの 深場に生息している事から、目標を持って探しに行か ない限りは簡単に見つかる魚ではありません。熟練し たガイドさんに、綿密な潜水計画を立てて貰い、安全 に潜りましょう。エントリーとともに直潜降し、見つけた ら即撮影開始…取り終わったら直ぐに浅い深度に浮 上しないと潜水病のリスクが高くなります。和名では シコンハタタテハゼ、英名Helfrich's Dartfishと呼 ばれるこのハゼは1995年の8月に小笠原でも発見 され、それをきっかけに1997年1月をもって初の和名

が与えられました。7cm程まで成長し、体は細長く背ビ レと腹ビレがとても特徴的で、黄色い頭部から身体の 後部に掛けて鮮やかな紫色が徐々に薄くなっていき ます。エビと共生するハゼとは違い、エビが居なくなっ た穴をペアで利用するタイプです。アケボノハゼやハ タタテハゼと体形や生態が良く似ていることから比較 されることが多いですが、体色がはっきりと違うことか ら分別されています。ハタタテハゼは水深10m、アケ ボノハゼは30m位からでも見掛けるのでレア度は大 きく異なります。シコンハタタテハゼ は、高知県柏島、 琉球列島、小笠原諸島、西~中部太平洋、南太平 洋に分布が確認され、岩礁域やサンゴ礁域に生息 し、深場の斜面や砂底や礫底などで見られます。一日 ダイビングツアーで大満足しているあなた…たまには 足を延ばして超外洋までオーバーナイトトリップに出 掛けてみませんか?いつもと全く違った海があなたを 出迎えてくれる事でしょう。さぁ~コーラル・シーへ飛び 出してみましょう!!









インズに特化したオプショナルップ、子約サイト ファンス"リアー

ご予約受付中!!





なぜ?「あっ!ケアンズツアー」がいいの?



ケアンズ在住の日本人スタッフが迅速丁寧に対応します!



他社さんにも負けない低価格にてオプショナルツアーを販売!



BOINTY ZONT-ES

以下のツアーは空席があれば 当日でも予約OK! お気軽にLINE@で お問合せください(日本語対応)





オプショナルツアーの「ご予約」 「ご相談」はLINEを活用してください!



















Eairns E aurmet

オーストラリアの ハレストランマナー講座

食事をシェアするのはOK?

一緒に行った 人と別々のメ ニューを頼んで、 色んな味を楽し みたい!日本で



は普通のことだけどオーストラリアでも それはマナー違反にならないの?と、思 う方も多いかも。通常、オーストラリアの レストランでも大人数で行ってそれぞれ がオーダー、分け合って少しずつ色んな 味やお料理を楽しむのは大丈夫です。 ただ、4人で行って1品しかオーダーせ ず、その1品を分け合うというのは少しレ ストランに対して失礼にあたることも。 量が多いのでは?と不安な場合は、遠 慮せずお店の人に聞いてみましょう。ま た、前菜サイズかメインサイズか選べる こともあります。分からないことはドンド ン聞いて、お食事も楽しい旅の思い出 の一つにしましょう。



せっかくオーストラリアに来たのだからこの国の料理を食べたい!という方もいるで しょう。しかし移民による比較的新しいこの国。多くのオーストラリア人は移民もし くは、その子孫で「伝統的なオーストラリア料理」と呼べる料理はありません。しか し移民国家だからこそ本格的な各国の料理が食べる事ができます。ケアンズに もフランス、イタリア、インド、タイ、中国、韓国など様々なレストランが揃っています。

ストを混ぜた創作料理で近年大変人気があります。また元々はイギリス料理として有名なミートパイや フィッシュ&チップスなどはオーストラリアでも人気。ケアンズには賞を取った有名店も あります。もっとオーストラリアらしいものを!という方にはBBQがオススメ。地元の人は



お酒持ち込み可能レストランBYOとなっ



オーストラリアでは酒類販売ライセンスを持っていないレストランでは自分の好きなお酒が (持ち込み料金)を取られますが一人1ドル程度と安い。酒屋さんで好みのビールやワイン などを買って是非BYOにチャレンジしてみてください。またオーストラリアならではのカスク

れていないので酒屋さんに行かなければなりません。オーストラリアでは18歳以上から飲酒可 能ですが、日本人は若く見られがち。「私、見た目若いわ!」と言う方は 必ずパスポートや身分証 明書を持って酒屋へ行くことをオススメします。またオーストラリアでは公共の場(屋外)での飲 酒は禁止されています。多額の罰金を支払わなければなりませんのでご注意を!



トロピカルフルーツ

マカダミアナッツ

ワニ肉・カンガル-

Hog's Cairns [ホグスケアンズ]

►MAP P.23:D3

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27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。



由64 Spence St. **图**11:30~14:30 / 17:00~Late **份**無 **②**4031-7711

Blu Marlin Bistro[ブルーマーリンビストロ]



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。

1 Spence St. Reef Fleet Terminal 圖6:30~14:00 份無 ❷4031-6222

La Fettuccina[ラフェットチーナ] ► MAP P.23: D3 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!!

値41 Shields St. **個** 12:00~15:00 (金のみ) 17:00~Late 像無 @ 4031-5959

Bellocale [ベロカーレ]

► MAP P.23: D4

ローカルに人気のイタリアン

"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 鮮な魚介と野菜 を使った本格イタ リングイネマリナ リアン。ビールや ワインも豊富。





日本語メニュー有 62 Shields St.

●17:30~Late(火~日) belocole

https://www.bellocale.com.au/

M-Y0G0[エムヨゴ]

►MAP P.23:A3

M yogoの新メニューの -フードポットパイ"



サクサク の生地を スプーン で崩しな がら食べ

るポットパイ。シーフード(エビ、イカ、ホ タテ) の旨みとクリーミーなホワイト ソースの相性は抜群!

⊕ Pier Point Rd. @ 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 https://www.myogocairns.com/

Howlin' Jay's[ハウリン ジェイズ]

ウォーターフロントの お洒落なレストランバー

様々な美味しいお酒がリーズ ナブルな価格で飲めるだけで なくお酒に合う最高の「チキ ン料理」が楽しめるレストラン バー名物のチキンを使った バーガーは味もボリュームも 文句なし!裏メニューのマカロ ニ(マック)&チーズバーガー はお試しあれ!







⑥ The Pier, Cairns(1 Pier Point Rd) ⑥ 日~木11:00~23:00 金、土11:00~24:00 ② 4041-1791 ⑥ https://www.howlinjays.com/







FOUR CINQ オーナーシェフ

吉川 純也さん Junya Yoshikawa

1974年大阪府高槻市生まれ。19歳で料理の世界に 入り割烹料亭や会席料理などを中心に約11年に渡り 日本食のキャリアを積む。その後、ハイアットリージェン シー大阪の和食料理長からメルボルンのレストランが 人材募集をしていると聞き一念発起してワーキングホリ デービザで渡豪。ビジネスビザを取得後、約6年間をメ ルボルンで過ごし、永住権取得を目指してケアンズへ。 Sushi ParadiseとKuranda Hotelで勤務。Kuranda Hotelではヘッドシェフとして活躍し、オーストラリア人に 日本の食文化を知ってもらうために自ら考案した「そば サラダ」や「牛のたたきサラダ」が現在のメニューにも 残る。2018年12月よりFOUR CINQのオーナーシェ フになりデザートや新メニューを続々と開発中!

CING



(ディナーのみ)

♠Shop 6/20 Lake St Cairns 4870 QLD AUSTRALIA

②
ランチ11:30-14:30

ディナー17:30-21:00 (ラストオーダー20:30)

☎4031-7774

Salted Lime seafood & grill[ソルテッド ライム シーフード & グリル]

►MAP P.23:D4

ケアンズの中心に新しく オープンしたレストラン!

地元産のシーフードとオーストラリア産の ジューシーなサーロインステーキをご提供!

開店記念価格!ランチ はドリンクとセットで15ド ル(1月末迄)5時半か ら7時まではビールとお つまみセットが10ドル



● 64 Shields St. Caims ②火曜~土曜 11:30-14:15(ランチ) 17:30-21:00(ディナー) 分日・月 ②0423-941-129 https://salted-lime-seafood-grill.business.site

JIMMYS BURGER & CO[ジミーズバーガー]

►MAP P.23:D4

一度は行ってみたい人気のハンバーガー専門店 ケアンズに来たならオージースタイルのハンバー ガーを食べなきゃ始まらない!オーナーが自信を もってオススメするハンバーガーはビーフ、チキン 共に絶品!またお店の外にある♡のウォールアー トはSNS映え120%の撮影スポット!





66 Shield St Cairns (CNR Sheridan & Shield st) 211:00-22:00 ₱4041-6651 ₱ http://www.jimmysburgerco.com/



JAFFLEHEAD

O'CHACHA Japanese Restaurant [おちゃちゃ]

►MAP P.23:C2







創業25年。認定日本レストラン、認定店。 受賞歴も有り。30種類以上ある定食メ ニューは最高級オーストラリア産コシヒカ

リ使用。定食オーダーでご飯1杯おかわり無料。牛肉は 100%オージービーフ使用。居酒屋メニューに塩焼きバラ マンディ、ワニ丼、ココナッツカレー、シェフ厳選のワイン、日 本酒、ビール多数揃えてお待ちしております。



格日本料理店

2018

Ochre

2 度 恃 き 豚 バラと

ホタテの炙り



-- 17:30~20:00ラストオーダー(火~土) 🚯 日・月 🚳 4051-7055





Ochre Restaurant [オカーレストラン]

ハーバーライト内、海の目の前 2016年度クイーンズランド ツーリズムアワード・金賞受賞

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!



35日熟成 トマホークステーキ 地元産プレミアムビ-シェアするのにピッタリ。

6/1 Marlin Parade (Harbour Lights)

10%OFF

JAFFLEHEAD (ジャッフルヘッド)

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、 三拍子そろって地元で人気急上昇中。 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!





平日の7:30~10:00/14:00~15:00の間にオーダーすると、 ホットサンド+コーヒー or 紅茶 or ソフトドリンクのセットが\$14

ケアンズ老舗の日本食レストラン

オージーからも大人気、

絶品テリヤキチキン丼、からあげ丼をはじめ

しょうゆ、味噌、豚骨から選べる

定番のら一めん、ちゃんぽんら一めん、カツ丼、 親子丼、新鮮な刺身、寿司、海鮮丼と

豊富なメニューを取り揃えております

全メニューお持ち帰り頂けます。 (除アルコール)



● 39 Shields Street, Cairns (ケアンズセントラルから徒歩3分) ● ランチ 11:30-14:00、ディナー 17:30-21:00 **②**月 ● 07-4051-3328

"リビケンを見た!"で枝豆をサービス (1グループに1皿)

はるいっとさんのケアンズの食材で作るお役立ちレシ

「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!

マヨネーズを使わずさっぱりおいしい ココナッツガーリックポテトサラダ

ビートルートを入れて、ほのかにピンク色したコ コナッツ風味のポテトサラダです。冷やして食 べてください。ガーリックも入っているので、ス タミナをつけて暑い季節をのりきりましょう!具 材は好きなものを自由に入れてアレンジしてく ださいね、パイナップルなんか もおいしそう。

材料 (4~6人分) ★じゃがいも…600g

★にんにく…皮をむいて10g ★ココナッツクリーム…60g

★酢…大さじ3 ★きゅうり…スライスして70g

★ハム…70g ★スライスビートルート缶…40g ★塩…適宜

●じゃがいもは皮をむいて大きなダイスに切り、皮をむ いたにんにく片と一緒に、たっぷりの湯に塩を入れて<mark>柔</mark> らかくなるまでゆでる。

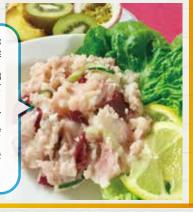
②じゃがいもをゆでている間に、きゅうりを輪切りし、塩 をかけておく。ハムは食べやすい大きさに切りそろえ<mark>て</mark> おく。ビートルートも食べやすい大きさに切っておく。

③お湯を切り、ボウルに入れてにんにくごと大きなス ーンでつぶす。

④塩小さじ1、ココナッツクリーム60を入れてよく混ぜ 合わせる。

⑤酢を入れてよく混ぜ合わせ、キュウリなどの具材を 入れて全体を混ぜ合わせる。

⑥皿に盛り付ける。



はるいっと:1997年来豪。栄養士。 PROFILE

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。













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



MAP : P.22 D6



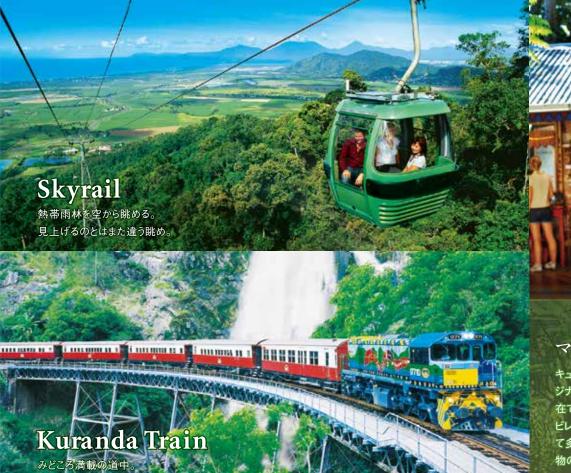












マーケットへ行こう

キュランダが観光の街になったのも現在のオリジナルレインフォレストマーケットがきっかけ。現在では、他にヘリテージマーケットやキュランダビレッジセンターなどがあり、毎日お土産を求めて多くの観光客で賑わっています。特に一点物の手作りの作品や民芸品は人気。

世界最古の熱帯雨林

ゆったり、のんびりと列車の旅を楽しむ。

クイーンズランド北部には、1億3000万年前に形成され、その姿を変えつつも熱帯雨林として存在を残すエリアがありキュランダもその一部。熱帯雨林が形成の条件として重要なのが、熱帯性気候と高い降水量。通常、年間2,000mm以上が必要とされています。ケアンズではその60%が12月~3月までの雨季に降ります。この貴重な世界最古の森の中には、ケアンズの豊かな自然環境の中だからこそ生き延びた動物や植物が生存し、多くの植物学者、生物学者、地理学者が世界各国から訪れています。

世界遺産キュランダ

最古の森へ行こう



歴史あるレストランでランチ

あちらこちらで、開拓時代の面影を見ることができる。 1890年代に建てられたホテルに隣接する パブレストラン・キュランダホテル。

キュランダの歴史

1800年代、開拓者たちによって鉱山、材木産業の道が開かれたケアンズ。かつてキュランダは、この切り出した木材を運ぶ拠点として栄えていました。その後、鉄道が開通。ケアンズの人々が、ピクニックなどの目的で訪れるように。1960年頃からはヒッピーや芸術家たちが集まり作品を売り始め、現在の観光名所・キュランダ村に成長しました。また1万年以上も前から先住民族のジャプカイ族が暮らしており、キュランダの名前の由来も彼らの言葉で『静かな森のある村』という意味。現在でもその名の通り、昼間は観光客で賑わうココも、夜になると静かな村になります。





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◎。

100gパック10コ購入すると 追加で2コプレゼント!



●17 Therwine St. Kuranda ● † 4種類の果物の 10:00~15:00 ほ無 ●4093-8665 味が楽しめる人気 ② www.stillwatersweets.com のMix(\$3.95)。



Heritage Markets ヘリテージマーケット パードワールド コアラガーデン バタフライ サンクチュアリ 公園 イソフォメーション センタ

Kuranda

← Kennedy Highway (ケアンズ方面)

Original Village he Rainforest Markets rwine オリジナルマーケット Thooree St. (メイン通り 無料駐車場

SAME THE PARTY OF THE PARTY OF

D

Kuranda Village Centre

キュランダ ビレッジ センター

- Upper the ball the property

[オススメスポット] 教会

Coondoo St. (メイン通り)

●消防署

The Australian Bush Store

キュランダアイスクリーム Kuranda Icecream

さまざまな、ガイドブックでお馴染みの 名物クリフおじさんの手作りアイスは、 甘さ控えめの優しい味♥バラエティ 一豊富な、日本語ギャグもお楽しみに。 シングル\$4、ダブル\$7。



ピコ イン キュランダ

♠ Therwine St. Kuranda ②9:00~16:00 ♠ 無
♠ 0419-644-933 ② www.kuranda-icecream.com.au

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!





お土産には 最適。ここで



オーストラリアンブッシュストア

他とちょっと違うものをお探しのあなたに

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。 \$20以上お買い上げで、素敵なプレゼント!! (本誌リビケンをご提示ください)

⊕ 17 Therwine St. Kuranda ❷ 9:30~16:00 ॗॗ ∰ ⊕ 4093-8850 ♥ www.australianbushstore.com







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。

自由に餌付けできるカンガルー、ウォンバット やケアンズ初登場のクオッカとビルビー フクロモモンガにクロコダイルなどコン パクトな園内にはかわいいオージーアニマル



が勢ぞろい!散策 最適です。 大人\$19.00

時の立ち寄りに

子供(4-15歳) \$9.50



KOALA

⊕ Heritage Markets, Rob Veivers Dr, Kuranda QLD 4881 ⊕9:00~16:00 В 12/25 ⊕ 4093-9953 ⊕ www.koalagardens.com



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

SEAHORSE

(情熱・ラッキ

意味

最新情報やお得な情報はインスタをチェック

購入時に

素敵なプレゼント



キュランダレイソフォレストコーヒー 👩 囯 Kuranda Rainforest Coffee





BEIGHTOOD WORKS (スーパーマーケット)の隣。

世界的な生産量 0.0001%以下の コーヒー豆を堪能&お土産に!

ケアンズから車で約1時間ほどの郊外(マリーバ) で無農薬栽培された良質なアラビカ豆を店内で 自家焙煎して販売しています。ケアンズでも地元 産の豆を使用している店は少なく、他の豆を一切 混ぜないストレートコーヒー(シングル・オリジン)は

コーヒー通の中でも大変特徴のあるコーヒー豆です。特に日本では「ブレンドして いないコーヒー豆」に出会う機会は少ないハズ。お店では世界各国の旅行者や 地元の人からも高い評価を得ている豆の販売と専属のバリスタが目の前で一杯 一杯、丁寧にコーヒーを淹れてくれます。豆屋ならではの「水出しコーヒー」も大人

気。午後は混雑 するので午前中 が狙い目!焙煎の 様子を見たい人 も午前中に行く ا@ع

→豆を焙煎する ロースター





一番人気はミディアムロースト!



キュランダホテル

KURANDA HOTEL

キュランダでのランチはここで決まり!

名物のビーフパイや、シェフこだわりの ビーフバーガーなどオーストラリアらしい メニューが揃いローカルにも大変人気。



バーではケアンズで人気のクラフトビールが飲めるのも嬉しい!4種類 の異なるビールのテイスティングセット(\$16.00)は様々なフレーバー が味わえる人気のビールセット。いろいろな種類をお試しで飲んでみた い方にオススメ!







COUPON ールをオーダーされたお客様に

ローカルビール・ハウスワイン・ソフトドリンクのいずれかを1杯サービ ※注文時にご提示ください。※1オーダーに対して1杯のサービス。

Receive 1 free drink (local beer, house wine or Soft Drink) for every main meal ordered

由 16 Arara St, Kuranda ● 10:00~16:00 依無

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

→お持ち帰りの人は道路 沿いの屋台でも買えます ↓ 通りを見渡せるテラス







←ドイツビールもあ ります。迷ったらドイ ツのケルン出身のオ ーナー・Patricにオ ススメを聞いてみて!

ァレト ットドッグ&ソフトドリンク(缶)\$8.50 ットドッグ&ビール\$12.50



† これが名物ホットドッグ。サワークラウト (すっぱく味つけしたキャベツ)と一緒にどうぞ。



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





√ このバーガーが食べられるのは…

EMERALDS RESTAURANT & BAR (グリーン島内) エメラルド レストラン&バー

住所:グリーン島 営業時間:11:30-15:30(Lunch)

グリーン島内にあるレストラン。ハンバーガーも和牛のパテを使うなど、こだわりの <mark>詰まったメニューが勢揃い。トロピカルな雰囲気の中で美味しい食事を楽しむ、</mark> 至福の一時を味わえるレストラン。

イタリア風シアバッタ -----あめ色玉ねぎのレリッシュ…… スイスチーズ -----和牛ビーフパテ ……… ガーリックマヨ -----みずみずしいトマト…… しゃきしゃきレタス…



海の鉄人シェフ









このバーガーが食べられるのは…

KURANDA HOTEL キュランダホテル

住所:16 Arara St, Kuranda 営業時間:10:00~16:00 休:無

キュランダ駅降りて村への入口にたたずむ歴史的な建物の中にあるレストラン。 ハンバーガーの他にも、ビーフパイなどオーストラリアらしいメニューが数多くあって ローカルにも人気。







総評

この和牛バーガーは、お肉がとっても ジューシーで味がしっかりしている感じ。 アボカドが入っているのが◎。



どっちのハンバーガーも、 それぞれ特徴があって美味しかったです!! 海と山、ツアーに参加したら ハンバーガーの食べ比べをしてみてね。



総評

こちらのパテは、柔らかくてフワフワして いる感じ。トッピングでベーコンなど追加 できるのが嬉しい♪



CLASSIFIED

えびす堂

明けましておめでとうございます! この夏は熱波から始まった厳しい暑さが続いていますが、体調崩していませんか?

外が暑いからとクーラーを効かせすぎると、温度差で自律神経が不調をきたします。エアコンは適度に調節し、運動とストレッチを怠らない様に"

そして、たまにはマッサージをしてケアンズの 夏を元気に乗りきりましょう! 2019年も宜しくお願い致します。 指圧・TAKU

0430 105 173 Beauty:YURI 0413 251 193

車の修理&RWCなど車の ことならジャパンオートリペアへ

オイル交換から電球交換、エアコン修理など車に関する事は何でもご相談ください。 迅速丁寧に対応致します。 オイル交換\$74ドル~ ワイパーゴムの交換\$8ドル~ 格安中古車&委託車両販売中 随時お問い合わせください。 Japan auto repair 月-金 8:00 - 16:30 07 4032 0912

日本へ荷物を送るなら

ケアンズから航空宅配便 スーツケース・大箱 25kg \$200

国内便宅配 5都市へ シドニー 20kg \$130

日本向け海外引越し AUS国内引越し 見積もり無料

CUBEケアンズ店 前川 www.cubeit.com.au 電話 0420-456-100

Naturally me Nail & Beauty

Gelネイルアート付\$50から。 3Dマツエク\$100より。 アートメイク割引有、眉\$380、 アイライン\$300、 上下\$550。 ネイル大会受賞講師によるネイル、まつげパーマ、マツエク講習、予約 0437872709

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 \$40/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の再インストール・OSの日本語化・ネットワーク(NBN/LAN/WIFI)の設置・PCのカスタム制作・使わなくなったPCの安心廃棄処分等。相談・見積もり無料、作業費\$30(1時間)~にて承ります。0419-744-264マサキまで

パーソナルトレーナー

あなたのダイエット方法、筋トレ見直してみませんか。効果がないのは努力が足りないのではなく、やり方が間違っているからです。初心者の方は年齢に関係なく早く身体が変わります。

1回\$30 2人参加の場合2人目\$20 ご自宅またはお通いのジムへ伺います。 食事法、筋トレ、Q&A約1時間 よしきんに君 0406118037 e-mail yoshiki_juve@yahoo.co.jp

ケアンズ空港送迎 安心の『定額』で貸切りベンツ車

ケアンズ出発日のご予約承ります。 (到着日のご予約はお早めに) フライトに合わせてお送り・お迎え 往ち時間かし. 在住者のご利用も大歓迎 国内線&国際線 1台料金·片道 ケアンズ市内 \$83 パームコーブ \$83 ポートダグラス\$188 7人乗り 1人でも貸切 大きな収納スペース 少しの追加料金で日本語ドライバー確約 詳細はLINE @cykO432c の友達追加で ご覧頂けます。 メールinfo@elitetransferscairns.com

インスタ elite_transfers_cairns

雷話 0408012237

Sun Pacific Collegeでは地域との親睦を深める目的で、地域アイアンマンレースを2か月に1度のベースで開催しています!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!ご興味がある方は下記電話番号までお問合せ下さい。(07) 4057 2100

地域アイアンマンレース

Job Ready Program 受講者 募集

ケワラビーチにある語学学校、SPCケアンズでは、Job-Readyプログラム受講者を募集しております。英語環境の中、現場での経験を積みたい方は、以下のメールアドレスまでご連絡ください。(プログラム中の宿泊、食事は学校より支給されます)

all4one@spcgroup.me

ケアンズから 日本を想うイベント Japan day of Hope

3月9日(土) Japan day of Hopeイベント に色々な形でご参加くださる方、 また事前の準備や当日お手伝いくださる ボランティアさんを募集しています。 【Japan day of Hope】 https://www.facebook.com/japandayofhope.kizuna/ 【Smile with Kids】 www.smilewithkids.com.au お問い合わせはお気軽に smilewithkids8@gmail.com

Dolphins with Rainbow (Colour Talks)

0403-112-116まで。

*レイキ&サウンドヒーリング
*パステル和アート
*レイキ&パステル講座(キッズ向けもあり)
2019年、自分らしさを大切に
よい年でありますように。Maki
www.dolphinswithrainbow.com
0403-112-116

ウォリスそろばん教室

珠算・暗算・高校数学の指導を承ります。 先ずはお試しレッスンのご予約を! HP: abacusbywallis.com Ph: 0437 600 229



星の王子・SAIが運勢をズバリ占う!

スタートが穏やかな新年です。とても良いという訳 ではありませんが大きなトラブルなども起きにくい です。新年度への準備期間にピッタリです。

◎:大変良い :割とよい 簡易評価

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、 「RosvGrace | の橋本恵さんに師事。フリー ランスで星空ガイドとして活躍中!



仕事に対しての素晴らしい閃きが出てきそ うですが評価につながるのはしばらく後。自 分に対する苛立ちを感じたら我慢は禁物 です。遠方での気分転換をお勧めします。

運] ⟨Jan⟩ - ⟨Feb⟩ - ⟨Mar⟩△ [恋愛運] 〈Jan〉-〈Feb〉-〈Mar〉-[仕事運] 〈Jan〉-〈Feb〉-〈Mar〉-

おうし座

什事ぶりが周囲からは評価されます。で も金銭的な見返りは難しいかも。友達づ きあいは良好。ただ新しく知り合った人と 打ち解けるのに時間がかかりそうです。

運] ⟨Jan⟩△ ⟨Feb⟩ – ⟨Mar⟩ – [恋愛運] 〈Jan〉- 〈Feb〉- 〈Mar〉-[仕事運] 〈Jan〉○ 〈Feb〉- 〈Mar〉-

ふたご座

投資や出費などを検討してるならば3月中 は不適切。先立って2月にするよりも4月ま で待てると金運が上昇します。時間を有意 義に使いたいなら友達と過ごしましょう。

運] ⟨Jan⟩ - ⟨Feb⟩○ ⟨Mar⟩△ [恋愛運] 〈Jan〉-〈Feb〉-〈Mar〉-

[仕事運] 〈Jan〉-〈Feb〉-〈Mar〉-

家庭内の問題はあなたの内部に原因が 潜んでいるように見えます。後半からは 恋愛運が良くなります。友達の助けを得 られるとより良い結果になるでしょう。

「金 運] ⟨Jan⟩ - ⟨Feb⟩ - ⟨Mar⟩○ [恋愛運] ⟨Jan⟩ - ⟨Feb⟩ - ⟨Mar⟩○ [仕事運] ⟨Jan⟩ - ⟨Feb⟩ - ⟨Mar⟩ -



金運の良さが目立ちますが、直ちに結果 が伴うとは言えません。じっくりと計画を 練ってお金を動かすことが重要です。運 勢そのものが全体的に好調と言えます。

「金 運] ⟨Jan⟩ - ⟨Feb⟩○ ⟨Mar⟩○ [恋愛運] ⟨Ian⟩○ ⟨Feb⟩ – ⟨Mar⟩ – [仕事運] ⟨Jan⟩ - ⟨Feb⟩○ ⟨Mar⟩○



仕事やパートナーに対してストレスをため がちです。金運が最初はかなり良いですが 続くわけではないので油断禁物。良くも悪 くもイベントの多い時期を迎えるでしょう。

[金 運] ⟨Jan⟩ ◎ ⟨Feb⟩ ○ ⟨Mar⟩ -「恋愛運]〈Jan〉-〈Feb〉-〈Mar〉△ [仕事運] 〈Jan〉△〈Feb〉-〈Mar〉-





楽しいことや充実感を得られることは割 と身近に転がっていそう。仕事の出来に はばらつきが起こりがちですので慎重に 取り組むことが重要です。

運] 〈Jan〉 - 〈Feb〉 - 〈Mar〉 -[恋愛運] ⟨Jan⟩ - ⟨Feb⟩ - ⟨Mar⟩○ [仕事運] ⟨Jan⟩ - ⟨Feb⟩ - ⟨Mar⟩○



さそり座

家族への愛情を向けることが幸せへの ステップです。じっくりと取り組める趣味 があれば満足できる時間を送ることがで きるでしょう。とても良い星回りです。

運]〈Jan〉〇〈Feb〉-〈Mar〉-[恋愛運] ⟨Jan⟩ - ⟨Feb⟩○ ⟨Mar⟩ -[仕事運] ⟨Jan⟩ - ⟨Feb⟩ - ⟨Mar⟩ -



楽しいことが盛り沢山で、わくわくするよ うな日々を迎えることができそうです。ずっ と積み重ねてきた仕事があればワンラン ク上に成長をすることでしょう。

[金 運] ⟨Jan⟩ - ⟨Feb⟩ - ⟨Mar⟩ -[恋愛運] ⟨Jan⟩◎ ⟨Feb⟩○ ⟨Mar⟩○ [仕事運] ⟨Jan⟩ - ⟨Feb⟩ ○ ⟨Mar⟩ -

体の調子がよく仕事の出来も上々です。 友達とのギクシャクしやすいのが多少の マイナス要素ではありますが、パートナー とは素晴らしい時間を過ごせそうです。

[金 運] 〈Jan〉 - 〈Feb〉 - 〈Mar〉 -[恋愛運]〈Jan〉-〈Feb〉○〈Mar〉-[仕事運] 〈Jan〉○〈Feb〉-〈Mar〉-



やぎ座

自分で抱えるには大きな問題に直面した ら、素直に他人にお願いすることでうまく解 決できるでしょう。楽しい時間を過ごすには 特別な相手と過ごすことがポイントです。

「金運] 〈Jan〉 - 〈Feb〉 - 〈Mar〉 -「恋愛運]〈Jan〉○〈Feb〉-〈Mar〉-[仕事運] ⟨Jan⟩ - ⟨Feb⟩○ ⟨Mar⟩ -



社会的なチカラがあなたにプラスに働き そうです。楽しみにしていることにその影 響力が強く出るでしょう。遠出の旅行など が吉ですがプランは慎重に組み立てよう。

[金 運] ⟨Jan⟩○ ⟨Feb⟩- ⟨Mar⟩-[恋愛運]〈Jan〉-〈Feb〉-〈Mar〉-[仕事運]〈Jan〉-〈Feb〉○〈Mar〉-



うお座

Love Earth!

アメガエルの秘密



最終回は森の象徴的な生き物であるカエルです。 カエルの中でもファンが多いクツワアメガエルやイ エアメガエル、キレイな緑色とつやつやな肌で日本 ではペットとしても人気があります。ケアンズやキュ ランダ村のいたるところにカエルグッズのお土産

> があるほどです。さあアメガ エルにはどんな秘密がある んでしょう。

Ohya ito

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



キレイな森の象徴!?

アメガエルは環境の変化にとても敏感で、過度な農 薬や土壌汚染などがあるとあっという間に数を減らし てしまいます。カエルがたくさんいるということは、それ だけ健康な森が維持されている、カエルの数が森の 環境の指標になります。カエルがいつまでも住める 森を守っていこう!!ということで熱帯雨林の環境保 護の象徴的な意味でたくさんの看板やパンフレット に使われているのだと思います。ちなみにカエルは 基本的には夜が活発で昼のツアーではあまり見か けることはなく、いたとしても日陰の葉っぱや木にじっ としてますので苦手な方はご安心ください。まれに水 を求めて水洗トイレの水に浸かっている場合もありま すので、使用前のチェックと使用後はトイレのフタは 必ずしめましょう。くれぐれも間違って流さないように!



カエルは皮膚から水を飲む!?

アメガエルたちは食欲旺盛で主に昆虫を食べていま すが、自分よりも小さなカエルを食べたり小さいヘビ を食べてしまうこともあります。大きな口で丸呑みして しまうので、きっと水も口からガブガブ飲むんだろうと 思いきや、なんとお腹の皮膚から吸収するのです。そ して、それは池や田んぼなどの水がある場所だけでな く湿った土からも吸収できるのです。また、カエルの 皮膚はとっても敏感でずっと湿ってないといけませ ん。もしカエルを触る時は、私たちの体温でカエルの 水分を奪わないように手を水でしっかり濡らしてから にしてあげてくださいね。

小いわりに長生き!?

アメガエルって何年生きると思いますか?大きいも のは10cmを超えますので、育つのにはそれなりの 年月がかかります。この小さな体の生き物としては 長生きで飼育下だと10年から15年、それ以上生 きた記録もあるそうです。野生では鳥やヘビに食 べられてしまうケースが多いので、なかなか10年 以上もサバイバルし続けるの難しそうです。今号 のリビケンが配布される頃にちょうど繁殖期を迎え ますので、雨あがりの夜に森ではゲコゲコという声 がいたるところで聞こえます。この声がずっと先の 未来まで聞こえるケアンズであり続けることを願っ ています。ケアンズ生き物日記は今号で最終回で す、6年間ご愛読いただきありがとうございました。

ケアンズで四季を感じる事は…無いなぁ。雨が降る、暑い、クソ暑い、にて年間を読み取るくらいか。特に日本で言う春と秋は影が薄い。8月初旬の早朝にはヤッケを着てたが、月末になり北風(こちらでの春風)が吹いたかなと思った途端に30度前後の気温となる。今年も季節の変わり目を実感する事なく暑くなり、水中でも魚達が騒ぎ出していた。

しかし、今年はどうしたのだろう!? 8月末より自分にとって非常に良い、良過ぎる釣りが続いて、バラマンディが止まらない。通常一回の釣行で58cm以上(規定で持ち帰り可能サイズが58以上120以下)が出たら夕飯が楽しみで満足至極のところ、10月末までの殆ど毎回60~90というサイズを複数匹上げる事が出来た。当然同数近くの良型をバラしており、中にはmクラスと思しき魚もいて額から湯気が出た事も。その中の幾つかをここで。





8月末日に友人のN君との釣行。乾季で渇水しており上流には行けず、ボートランプのちょい上の汽水域から流れに任せて釣り下って来た。見た目は何も無い、ただ木がせり出している所でいきなりN君が掛けた。50前後で良いファイトをしている。リリース後また彼に来た。55程か、N君が「ここ、溜ってますよ!」。自分もルアーを放り込むと強烈なアタリでとにかく重た

い。漸く上げたのが60でニンマリ。それからが本番となった。どちらかがファイトしてるか、同時にファイトという状態が続いて63と77という良型も上げる事が出来た。流石に60~70クラスのバラマンディになるとこちらもそれなりのパワー等を駆使してのやり取りで、ちょっと…もうゲップが出そう。「N君、もういいだろう!?」じゃあ最後のキャストにします。あっ、掛かりました! 笑いが止まらないとはこの事。



10月に入り毎年この時期になると産卵 の為か(?)ボラが河に入ってくる、それも 大群で。みんな大型でひしめき合い、背ビ レを水面に出し体をぶつけ合っている。息 子を連れてバラマンディを釣りには来た が、息子に掛かったバラマンディは良型で 初回の小僧には荷が大き過ぎたか、3匹 バラしていた。(ログに潜られ、止まらない ラインのスプールをロックし、ジャンプー発 ラインを弛ませ) それじゃ、弾丸ライナー を経験してみろよ!と日本から仕入れてきた カットウ針2本での引っ掛け仕掛けを渡 す。いいか、群れの向こう側に投げて思 いっきり引っ張るんだぞ。放物線を描いて いい所に落ちた瞬間にロッドを強く引いて いく。5投目だったか、掛けた。その瞬間か らの突っ走りは圧巻だった。まさに砲弾の 如く一直線に、止まる様子が全く無い。顔 を真っ赤にして「どーすりゃいいの!」と吠え てる息子に一言、"頑張れよ"と。出て行く



ラインを見ていると結び目が見えた。バックラインまで出始めてしまっているがまだ止まらない。ボートで追っかけ始めてラインは止まったが、今度は魚が弱らない。数分のファイトだったが漸くボートの縁に近づいて来て、タモで掬ってボートに上げた。デカイ!63のボラは自分も見た事が無い。まあ、アイツには最高の経験、思い出になっただろうな。この日は、自分も61のバラマンディを上げており(バラシ多数)悪くない、というか、Good!



こんな絶好調(?)が11月頭まで続き、 反動でこの先良からぬ事が起こるのでは ないかと不安になっている今日この頃(これを書いているのが11月中頃)。昨年、一 昨年と雨期にあまり降らなかった為に河 に変化が起こらず、それが魚に曳いては 釣果に悪い影響を及ぼしたのではと。今 年の雨期はそれなりに降ってくれたので… という事で、自分だけに舞い降りたラッキーでは無い!!だから何も心配は要らない、と念じているけど…ちょっと不安。(こちらのボラは大自然の中の綺麗な水に居るボラで、臭みは全くせず美味いですよ!)





Shaira Star オーナー Kayo Tanabe

アイリスト歴11年、エステティシャン歴19年、 アートメイクアーティスト歴8年

お悩みや細かい要望をお持ちの方も、 日本語で相談できるので安心です。 個々に合わせて的確なアドバイスを させていただきます。また、日本人の 肌質や毛質に合わせて、使用する商 品も厳選してます。



今後もホリスティック的な美容と健 康法をさらに極め、特殊な血液検査 などから病気の根本原因を究明でき るプラクティショナーを目指したいと 思っております。



この度、新しいHealth Spaceをオープン!!それに伴い フェイスブックやWEBにて特別価格を販売予定です。是 非、この機会にナチュロパスに触れてみて下さい。



ナチュロパス Shoko Ura

ケアンズセントラル内にあるサプリ メント、健康商品やオーガニック 商品を取り扱っているお店で、皆 様の健康づくりをお手伝いします。

BEAUTY &



ご旅行中の移動や遊びでお疲れではないで の高品質ゴールデンホホバオイルをふんだんに

Natural Palm オーナー/セラピスト Palm

ケアンズシティの真ん中で極上のリラクゼー ション空間で最高のマッサージ&スパ体験を お楽しみください。日本人スタッフも有。オンラ



HEALTH LIFE



ケアンズの皆様いつもありがとうございます! ケアンズからのインスピレーションによって生 まれた心医術が10周年になりました。これか らもケアンズと一緒に心医術を温かく見守っ ていただけると嬉しいです。



品質と味にこだわったハチミツの専門店です。自 然豊かな環境で採れたオーストリアのハチミツは、 ビタミン豊富で体に良いだけでなく、香りが豊か。 また、薬として使われる程の殺菌作用があるマヌ カハニーを始め、みつばちが作り出す健康食品や スキンケア用品も多数取り揃えております。ハ ニーランドで体もお肌も若返ります!!









えびす堂 Beauty セラピスト Yuri

創業23年の老舗マッサージ店『えびす堂』Health&Beautyトータルサポートであなたの心・身体の疲れやお悩みを解決。指圧のプロTAKUとBeautyのプロYURIにお任せください!健康的な生活を応援します。



「私はこの髪型しか似合わない」など一つの型に捕らわれていませんか。Comachiへアサロンを通じて「私にもこんな魅力があったんだ」と新たな自分を見つけてください。ヘアにネイル、マツエク…それぞれに通うのは面倒or時間がない!」そんな多忙女子に嬉しい、同日施術も可能。

J.La Nails ネイリスト Miho

丁寧かつフレンドリーなサービス でローカルだけでなく、旅行者の 方にもお立ち寄り頂いています。 日本語での対応なので、皆様のご 希望をストレスなしでお伝え頂けます。数多くのデザインに対応できるよう、カラーもパーツも沢山取り揃えて、皆様のお越しをお待ちしております。

アイリスト Sayaka 今年から、Comachi Hair Sal

今年から、Comachi Hair Salonに てまつ毛エクステサロンとしてオー プンしたEyelash Salon Tashです。 しっかりとしたカウンセリングを通し て、皆様のご希望に沿った納得の いく施術を心がけています。使用し ているプロダクトは日本製。安心サロンで目元から美しくなるお手伝い をいたします。



まだまだ、暑い日が続くケアンズ。そんな時こそ、美容と健康には気を使いたいもの。

キレイの近道に、美容室やマツエク、ネイルサロン。

日頃の疲れた体にマッサージやディスパ、指圧。

体調不良を感じる方には、歯医者や病院、健康のための本やケアンズで出会えるナチュロパス。 そして日頃の自分へのちょっとしたご褒美にジュエリーなど。キャンペーンやクーポンも沢山!! 是非、この機会に内側からも外側からも綺麗になっちゃいましょ♪



Jewellery Taka #-+-/ジュエラ-Takahiko Tatsuno

ジュエリーデザイナー兼職人歴22年、細部にまでこだわった品質で世界にただ一つお客様の笑顔の為にジュエリーを創っています。結婚、婚約指輪等英語日本語でご相談ください。デザイン持ち込み可、ご予算に応じたデザインや素材の選択、あらゆるご要望をお聞かせ下さい。



²/34/

Comachi Hair Nails and Beauty Starhills

Bonsai Hair Salon

やFacebookも是非検索

心医術

he Der

Natural Palm Elixir by raQct えびす堂 24時間日本人医療サービス SUNIRA STAR

P.36 Honey Land Bonsai Hair Salon Jewellery TAKA

P.37 日本人ナチュロパス



髪の毛のダメージや髪質によって様々な悩みがあると思います。また、ライフスタイルや年齢によって、求めるスタイルが違うはずです。1人1人の抱えてる髪の悩みやトラブルをしっかりとカウンセリングでお聞きして解決方法を提案します。そして、365日いつも自分で素敵にスタイリング出来るようアドバイスさせていただきます。



BEAUTY &

「健やかキレイ」に役立つ情報をお届け!

TOTAL BEAUTY

クーポン利用の際はリビケン持参で!



特集

Comachi Hair Salon

コマチヘアサロン

ケアンズの老舗ヘアサロン。リニューアル1周年記念!!

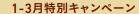
ケアンズに雨季がやって来ました。髪が クセ毛だと広がりやすく、まとまりづらい、扱 いが面倒だったりしますよね。Comachi では、そんなお悩みを解決します。







サラサラ、ツヤツヤ、ボリュームダウン



- ・トリートメント半額
- ·SUSU\$2(頭皮クレンジング)
- ・ストレートパーマの方 トリートメント無料

⋒4051 8132

https://comachi-hair-salon.business.site/





ヘア、ネイル、マツエク トータルビューティーサロン

Evelash Salon Tash マッエク アイラッシュ サロン タッシュ

お客様が納得するまでカウンセリング!

シッカリとしたカウンセリングと丁寧な 施術に定評。特に極細で軽いのにボ リュームが出ると人気の3Dボリューム ラッシュは、とてもお手頃価格♪







特別キャンペーン(1月22日より有効) まつ毛シャンプー無料 (予約時にリビケン見たとお伝えください)

J.La Nails ネイル

ジェイ.ラ ネイルズ

親切丁寧なサービスでローカル、 旅行者に人気

多くのデザインにも対応できるよう ネイルパーツ、カラー等 取り揃えて います。ジェルポリッシュアート付 \$50。ジェルアート付\$60~。







☎0466 520 779

特別キャンペーン (~3月末まで有効) キューティクルオイルプレゼント (予約時にリビケン見たとお伝えください)

[3店舗共通] @5/51 Grafton St. @月-土 9:00-17:00 像日 @4051-8132

►MAP P.23:C2

Starhills

スターヒルズ療法、ケアンズ療法 ㈱生活習慣病医学研究所

► MAP P.24: H3

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

貸し別荘スターヒルズ

テレビロケが多い話題の貸別荘 イン ジャパン





イン ケアンズ 別荘玄関口 130 Parkinson Ave, KEWARRA BEACH 4879



世界遺産の富十山



ジャグジールーム (4) 静岡県伊豆の国市 田中山1734

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

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

無理だとあきらめていませんか?自分の力で 健康実現を成功させたい方への参考書

- ◎人生を楽しんで健康になる方法
- ◎33セクション。1日15分で33日が習得の目安 ◎氾濫する情報から知識と経験豊富な臨床医
- が有効な方法を厳選してオーガナイズ
- ◎心の働きからの食事、運動、ストレスの処理 方法など日々の健康的な過ごし方を丁寧に ガイダンス
- ◎ケアンズの癒し効果で心に響くケアンズ滞在 の価値を高めるために!

著者/=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



一般歯科治療と インプラント治療の歯医者さん



あなたの笑顔 私たちのパッション あなたの活気

日本人の患者様には 治療費を10%割引。 インプラント治療は「永久保証」。

診療日:月~金 8:00am~5:00pm(土日は休診日) 住所:318 Mulgrave Road, Cairns Qld 4870 TEL:07 4242 1133 Web:www.cairnsdentalgroup.com.au Email:info@cairnsdentalgroup.com.au



ELIXIR by raQct

エリクサー バイ ラクト

►MAP P.23:C3

お客様の更なる利便性向上のため 新たな予約方法を開始致しました!

- ◆SMSからのご予約 0473 307 129
- ◆LINEからのご予約 LINE ID →ragct
- ◆E-mailからのご予約

booking.raqct@outlook.com



- (月) 10:00-18:00
- (火) 定休日
- (水) 10:00-18:00
- (木) 10:00-18:00
- (金) 10:00-18:00
- (土) 09:30-17:00
- (日) 定休日



ご予約時にはお客様のフルネームとご希望目時を記載してご連絡ください。24時間以内にご 返信をさせて頂きます。予約をキャンセルする際には24時間前にお知らせください。キャンセル 料がかかる場合があります。

♠ 58 Lake St,Orchid Plaza 1F 圖月·水·木·金10:00~18:00 ±9:30~17:00 份火·日曜日·祝日 ☎4051-8959



Cairns 24 Hour Medical Centre

ケアンズ24時間日本人医療サービス

► MAP P.22: C6

ケアンズ24時間メディカルセンターでは、専属の日本人通訳を配し、 海外旅行保険をお持ちの方にはキャッシュレス対応をしています。 (日本人通訳勤務時間 月-金 8:00-20:30 土・日 8:30-17:00)

下記のようなサービスを提供しております。

- ●家族、婦人科系、男性の病気について
- ●簡単な外科手術
- ●皮膚に関する治療、総合的なスキンチェック
- ●性病 ●ギプスなど骨折の際の治療 ●聴力テスト
- ●パイロットやダイバー用の健康診断
- ●旅行用医薬品と予防接種

是非、日本語通訳(4031-8131/1800-688-909) までお問い合わせ下さい。





えびす堂 Japanese Traditional Shiatsu & Beauty エビスドウ

≪夏こそ温活(おんかつ)≫ 夏でも冷えを意識していますか?

►MAP P.22:D6

ここ最近、体の調子が悪い、疲れやすい、 肌荒れが目立つ・・

冷えが原因かも?!

この暑いケアンズでは無縁と思われがちな 体を温める『温活(おんかつ)』。 しかし夏にこそ取り入れて欲しい『温活』。 冷えは体にも美容にも影響しています。

- ・冷房の効き過ぎた場所に長時間いませんか?
- 暑いからと言って冷たいものばかり飲み食べしていませんか?
- ・首、手首、腰、お尻、足首etc…冷えていませんか?

えびす堂では

温かい愛情を込めたハンドで全身のリンパを流しながら代謝や皮膚温、体 温を上げていきます。こんなに暑いケアンズで体温を上げる?!って思ってい るあなた。お腹やお尻を触ってみてください、ひんやりしていませんか? ひんやりしている方、体に冷えを感じる方、日頃の疲れを感じている方、デ トックスをしたい方。えびす堂で体温を上げ、自分の本来あるべき良い状態 に戻しましょう。

体温を上げると免疫力や代謝がUPし体が元気になります。血行が良くなる と顔色も良くなりますので、温めの大切さを実感できると思います。体や顔の 緊張や疲れをマッサージで気持ちよく緩め、快適な生活を送りましょう。





指圧・TAKU

⊕ CIVIC Shopping Center (McLeod St.側) ⊜月〜金 10:00〜19:00/土 予約営業 優日・祝日 ⊕ 0413-251-193(ビューティー・YURI) / 0430-105-173(指圧・TAKU)

SHAIRA STAR

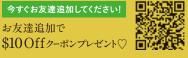
2009年創業トータルビューティーサロン





@ LINEで簡単予約!

今すぐお友達追加してください!



・1級アイリスト常勤、マツエク施術件数5000件以上の実績 ・マツエク、まつ毛パーマ、フェイシャル、IPL、マッサージ、アートメイク(眉毛、アイライン) ・最寄バス停まで徒歩1分(Route123, Anderson Stで降車) ・お客様専用駐車場3台完備 ・安心の日本人経営 ・Free wifi

(07)40310288 Suite3 37-39 Anderson St, Manunda 月 \sim \pm 9:00-18:00 日・祝休業 https://shairastar.com (シャイラスター)



@shairastarcairns

► MAP P.23: C3

無料ハニーテイスティングやってます!!

インフルエンザにも効くマヌカハニーも、 美味しいオーストラリアのハチミツも全 て説明付きでご試食頂けます!蜂が作り 出すスーパーフード"プロポリス"や"ロイ ヤルゼリー"、アンチエイジング効果の高 いスキンケア商品もお試し下さい。



プロポリス ロイヤルゼリー 花粉症、がん、疲れ、 アンチエイジング、更年期障害



8 HEW ZKALAND

マヌカハニー ピロリ菌、インフルエンザ、 のどの痛み

アトピー、湿疹、やけど、 乾燥肌、肌トラブル

スペシャルプライス!!



<mark>さんにき</mark>のフィットネス&ダイエット

最近では、多くのトップアスリートたちが様々なトレーニング動画を配信していて、 ユーチューブなどで無料で観ることができます。筋トレなどの実技は、本などの文 字で見るより動きのある映像を観るほうが分かり易いと思います。

ただ、そこで気を付けないといけないのは、自分の動きを確認することです。 鏡の前でトレーニングをしたり、カメラで撮影している人を見かけると、ナルシスト なイメージがありますが、自分の動き・フォームを確認することはとても重要です。 実際、ほかのスポーツでもそうですが、初心者の方が頭のイメージ通りに自分の 体を動かせている人はなかなかいません。

人間の体は、とても賢くできているため、重いものを動かす際、できるだけ効率良 く楽に動かそうと無意識に全身の力や反動を使っています。ウエイトリフティング などの上げる重さを競う競技では、こういったことがテクニックとして求められます が、特定の部位に筋肉を付けるボディメイキングでは、いかにターゲットの部位に 負荷をかけるかという全く逆のことが求められます。

自分もかつてはそうでしたが、トレーニングをやり始めの頃は「○○kgを何回でき た」と自慢したいため重さや回数を上げることだけを考え、結果、フォームが崩れ てきてなかなか筋肉が付かず、肩や関節を痛めたりということがありました。

私の通うジムでは、100kg近い筋骨隆々の上級者の人達もいますが、皆、体に 似合わない軽めのウエイトを扱ってる人がほとんどです。

少し力がついてきて自分の体重よりも重たいウエイトを扱えるようになると、靭帯 や関節への負担が増えるため、軽めのウエイトで筋肉だけに負荷をかけたりフォ -ムを崩さないように自分の体をイメージ通りに動かすテクニックが必要になっ てきます。

大事なのは、扱える重量よりもフォーム。そして、ケガこそが目標に対しての最大 の遠回りではないかと思います。

プロフィール

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

BONSAI HAIR SALON

ボンサイ ヘアーサロン

►MAP P.23:C3

日本製の肌に優しい基礎化粧品や ファンデーションを販売してます。

フォーマルやウエディングのHair&Makeや着物の着 付け等、幅広い技術に定評のヘアサロン。クーポンの リラクゼーションシャンプーは頭のツボを刺激しなが ら老廃物を取り除き健康的な地肌へと導きます。





旅行の思い出に、 ワーホリの記念に 普段トライ出来な い髪型はいかが?



資生堂やアリミノなど日本製 のヘアケア用品、スタイリンク 剤も各種取り揃えてます。



リラクゼーションシャンプー 通常\$30→\$15(ドライ代別) お一人様一回限り有効 3月末迄



Oiled Massage

オイルド マッサージ ► MAP P.23: C3&A3

ローカル支持率No.1! 上質なホホバオイルで 極上のリラクゼーションマッサージを。

創業8年。ローカルから大変愛され続けて いるオイルドマッサージサロンでの人気 メニューはオイルマッサージ。リラクゼー ションからしっかり揉みほぐしのマッサー ジまで、お客様のご要望にお応えします。 男性の方からも大人気。日本人スタッフな

ので安心。シャングリラホテル内のピア店と、市内中心のシティ店、 そして、グリーン島とフィッツロイ島にも店舗がありとっても便利。

値シティ店 82 Lake Street Cairns ピア店 G46. Pier Shopping Centre /Shangri-La hotel, Pier Point Road

醤シティ店/ピア店 9:00~21:00 録無 ☎シティ店 4041-4868 ピア店 4041 4454

Ø info@oiled.com.au
 Ø www.oiled.com.au
 Wi-Fi無料で使えます!

massage

→マッサージにはオーストラリア

産100%純ゴールデンホホバオイ

ルを使用。お好みのアロマオイル

を配合してマッサージします。ホ

ホバオイルは店頭でも販売。

30ml\$10からと、とってもお得!





ホホバオイルを お好きな精油を 加えてプレゼント



36



Vol.35 "自分が自分であるしくみ"に気づくためのお手伝い。

Vol.2 手根管症候群 Carpel tunnel syndrome

手根管症候群は正中神経と呼 ばれる大きな神経に圧力がかかる ことで起こる痛みを伴う手の障害で す。正中神経は手首の管(トンネ ル)を通っています。そのトンネルは 堅い膜で構成されています。この膜 の目的はその下を通るたくさんの 腱、動脈、神経を正しい位置に保 つことです。膜が厚くなると、感覚 神経に余分な圧力がかかる原因と なります。

誰がなるのか?妊婦や中年女性に 特に見られます。膜の膨張や管内 の余分な液体をもたらすホルモンの 変化がこの傷害の原因と考えられ ます。肉体重労働に携わる人も手 根管症候群になる傾向にあります。 リウマチ様動脈炎のような病気がそ の原因となることも時々あります。

症状は?症状は手の痺れとチクチ クする痛みです。小指は通常、症 状があらわれません。痛みが手首 から腕へと走ることもあります。痛 みやチクチク感は、通常、夜に悪 化し、眠りの妨げとなります。手を

ベッドの脇に垂れ下げ、ふったりこ すったりすることで緩和することも あります。温かい寝具の下やお湯 で手を洗うなど温めることで悪化す る場合があります。

リスクは?深刻な症状ではありませ んが、治療をしないと、親指、人差し 指、中指の永久的な痺れや虚弱の 原因となります。

治療は?人によっては、液体状の錠 剤が効果を示すこともあります。妊 娠中の女性は、夜間、手首に添え 木をするとよいですが出産後、症状 は通常自然に治まります。管へのコ ルチゾンの注射は特にリウマチ様 動脈炎を持つ人には、かなり長期的 に効果をもたらすでしょう。しかし、ほ とんどの場合、圧力を放つための小 手術が必要です。堅い膜を切り開 き、管内空間を作ります。成功率が 最も高い手術の1つで、即時に不 快感の軽減へとつながります。

上記のような症状が現れたら医 師の適切な診察を 受けましょう。



疲労、頭痛、アレルギー反応・・ となる発端が分かれば?と、質問 どんな病気や症状であれ、それらの 辛さを克服していくということは、あ る意味自分らしさを思いだし、また 身体に備わる知性を取り戻す大 切なプロセスでもあると、ナチュロ パス(P37…参照)になった今改 めて実感しております。

実習の時、複雑な症状を訴え る男性が来られました。2年半前 から頻繁に起こるひどいめまいと 耳鳴り、片頭痛にも悩まされてる というのです。医者も脳腫瘍で はないか?多発性硬化症(MS) ではないかと、ありとあらゆる検 査をしてくれたそうですが、結果 は異常なし。

挙句の果てに、検査で異常が ないのならその症状を我慢する しかないね。と医師には言われる 羽目に。

彼はその時、苛立ちが優先で、ご 自身の弱みや不安を認めようとし ませんでした。

せめて、トリガー

を投げかけたところ、ちょうど3年 ほど前に、彼のお子さん(当時9 歳)がけいれん発作を起こし、て んかんの疑いで検査機関にずっ と出向いていたそうです。"その 間、仕事・家・病院のはしごで、睡 眠不足、不安、疲労、ストレスが 重なっていたな~"と、言ったあと でハッ!と、ご本人。"あの後から耳 鳴りとめまいが・・!!!"

彼が、自分が自分であるしくみ に気づいた時でした。

その後、食事療法をはじめ、ホ メオパシーやサプリメントを摂取 した結果、3か月後には症状が 半分以上回復しているという素 晴らしい結果がでたのです。実 習生の私にとってある意味ラッ キーでしたが感動するケースの 一つでした。

お子様は今現在、医師から処 方されるお薬が効果を発揮し、発 作もなく幸せな生活をしていると のこと。



CTLメディカルサービスを22年前に開業(裏面広告参照)。お問い合わせ は1800-450-110(日本語直通フリーダイヤル)までご連絡ください。



心と体の健康をトータルサポート 一ナチュロパス-

ナチュロパシーとは日本語で自然医療療法・代替医療を意味します。カウンセリングを 通して症状そのものだけでなく、根本の原因から改善していくお手伝いをしています。ナチュ ロパシーでは、体の一部分ではなく全体像を理解するという定義があり、実際のカウンセリ ングでは体全体の器官の様子を探っていくとともに環境や精神状態の健康も見ていきます。

また、必要に応じて血液や尿、便など予防医療検査を用いる場合もあります。

人間本来の持つ、自然治癒力を生かせるようなサポートをしていき、栄養指導、生活環境改善の アドバイス、メディカルハーブ(薬草)などを利用して本来の健康な状態に戻すサポートをします。

さらに、医者、理学療法士、整体師、カウンセラー、鍼灸師などに紹介状を書くこともあり、健 康状態に応じて一番適した方法で改善のサポートをしていきます。

〈取り扱う症状の例〉

- ●消化器の問題(便秘、下痢、もしくは原因不明の不調) ●疲れ、慢性疲労
- ●痛み(頭痛、関節炎、肩こり、腰の痛みなど) ●不眠&睡眠の問題 ●ストレス、不安障害
- ●婦人科系の症状(PMS、生理に関しての悩み、不妊など) ●皮膚の悩み

ナチュロパスになるためには解剖生理学で体の仕組みについて勉強し、病疫学、科学、 生物化学、遺伝子学、薬学などの科目を基礎として学んだ上で栄養学、食事療法、植 物療法、西洋薬草学など合計26科目、また最低400時間の臨床研修とファーストエイ ドの資格を取得します。卒業した後は、オーストラリア伝統医学学会に登録し専門職賠 償責任保険にも加入しているプロフェッショナルです。

この度、ケアンズに日本人ナチュロパス誕生!

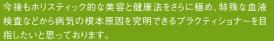


「I Rejuvenate Beauty&Relaxation Salon」オーナ

兼エステティシャン。只今代替医療・自然療法の勉強中。

インターネットではなく、

自分の身体の声を聴いてくださいね。





病気にならないように

予防することが大事



Rejuvena

⁷ンズセントラル内にあるサプリメント、健康商品やオーガニック商 品を取り扱っているお店でみなさまの健康づくりをお手伝<u>いします</u>

Level 1, Shop 127 Cairns Central Shopping Centre 曾9:00-16:00 主·日·祝 ✿0420-848-434 ヴwww.shokoura.com.au ►MAP P.2



細胞レベルで 健康維持のお手伝いをします



当スペースでは、オーストラリアの厳しい治療製品管理局も認め た医療用具を使用し、細胞、筋肉そして脂肪の質と比率を測定、 活用しご自身に最適の健康づくりをお手伝いします。

⊕ 12 Scott st., Parramatta Park
 ⊜ 火, 水, 金 10:00-16:00、木 10:00-19:00、土 9:00-13:00
 ᢙ日・祝・月
 → 4242-8010
 → www.hummingbirdhealth.info/

► MAP P.23: E4



▼プロの話 不動産

REAL ESTATE

賃貸物件とペット

家やユニットを借りる際、ペットを飼う方は不動産管理会社や大家さんへ事前申請が必要です。賃貸契約書に記載が無く、内緒でペットを飼った場合は契約違反となり、場合によっては物件からペットを退去させることを求められます。

ペットは家族の一員で、家やユニットを借りる時に「ペットを受け入れてくれる事が条件」という方も少なくありませんが、昨今「ペットは受け入れない」という管理会社や大家さんが増えてきています。この背景には以下のような事情が有ります。

今年の初めまで、クイーンズランド州の不動産管理会社の多くは「ベットを飼っている人が退去する際、賃借人は自分の費用で専門業者によるノミ駆除を行う事」を条件として賃貸契約書に明記していましたが、それを不服とした賃借人が裁判をおこし、裁判所は「賃借人はノミ駆除に専門業者を雇う必要はない」という審判を下しました。これにより不動産管理会社は「専門業者によるノミ駆除」を賃借人に強制できなくなりました。その後、ある賃借人が自分でノミ駆除を行った物件で、駆除に使った薬剤が人体に影響を及ぼす物であったため、その

物件は人が住めない状態になるという事件 が起こりました。その薬剤除去にも費用が かかり、また賃貸できない期間が生まれ、大 家さんにとっては経済的に大きな負担とな りました。

上記のような事情で、不動産管理会社も大家さんも、退去後に問題となる可能性が有るペットのいる人への賃貸は出来るだけ受け入れたくないという流れになってきています。業界団体は「専門業者によるノミ駆除」を認めるよう政府に働きかけをしていますが、改定されるまでには時間がかかりそうです。

賃貸空室率1.9%のケアンズで、ベットを飼っている方が賃貸物件を探すのは厳しい状態となっています。ベットの居る方は「退去する時には自分の費用で専門業者によるノミ駆除を行います」と自分のほうから管理会社に書面で伝えるというのも一案かもしれません。自分達が退去した後に家を借りる人が犬の毛アレルギーの場合も有ります。ベットが自分にとって大切であるのと同じように、大家さんにとってその家は大切なものであることを理解しましょう。

熊谷 美保

DJスミスプロバティ・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。



法律

LAW

インターネットへの書き込みについての注意点

最近、「サービスを受けた会社につ いてインターネットでネガティブなコメ ントをしても問題ないですか?」といっ た質問を受けました。法律上、サービ スを受けた会社の評価をインターネッ トのような不特定多数の方が目にす るメディアへの掲載についての注意 しなければならないのは、それが俗に いう"誹謗中傷"にならないかです。ク ィーンズランド州ではDefamation Act 2005という州法があり、基本的 には事実と大きくかけ離れている摘示 がなされ、それによって社会的評価を 低下させた場合にのみDefamation が成立します。Defamationの適用 は主に著名人や有名人がメディアな どで不当な損害を被った際に用いら れ、悪意をもって虚偽の内容で悪口 を書く行為は民事上の損害賠償請 求の対象となり、クィーンズランドでは 最高25万ドルの請求が認められて いる他、刑事事件の場合は3年以下 の懲役刑が設定されています。

Defamationのプロセスでは裁判をするにあたって事前通達が行われ28日間の猶予期間が裁判開始までに設けられますので、その間に記事やコメントの撤回、謝罪や妥当なコストの支払いを行う事で裁判を回避する事ができます。裁判所では悪質性があるかどうか、社会秩序の維持を重要視していますので、社会ルールや法律を蔑ろにするようなケースにおいて初めて高額な請求が認められます。

最近ではグーグル・レヴューやトリップアドバイザーなどで利用者が星をつけたり、コメントを書くことができますよね。これはオピニオンなので正当な評価である場合は特に問題ありません。

以上の理由から社会通念上で悪質と見なされなければ問題ないとは思いますが、敢えて問題が起きそうな場合はコメントを控えられた方がいいかもしれませんね。

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営学部、法学部、法科大学院卒業後、 2004年に弁護士資格を取得。以後、13年以上に亘って訴訟を含む民事案件に対応。ゴールドコースト在住。



元 プロの話 税 金

退職年金について

オーストラリアの年金制度は働いている間に積み立てるSuperannuation(退職年金)と政府が保障してくれるAged Pension(老齢年金)の2種類があります。退職年金は会社が負担し、給料とは別に、給料の9.5%を支払います。基準となる給与は残業と特別手当を除外した給与です。月450豪ドル以下や18歳未満で労働時間が週30時間未満の場合、事業主の拠出は免除されます。永住権保持者が退職年齢前に年金を引き出す事は原則禁止されています。一時滞在者の年金払い戻し:ワーキングホリデーなどの一時滞在ビザ保持者は、オーストラリアを離れる場合、早期支払いを受けるこ

とができますが、高い税率を搾取されます。 年金基金の選択の自由:会社は、従業員の 指定する年金基金に支払う必要があります。 雇用の際に従業員は年金基金の詳細と会 員番号を提示します。また、他の年金基金に 資産移行をして年金をまとめたり、より良い 投資結果のある基金へ移行できます。

節税対策:自分で払った追加の年金を個人所得税より控除することができます。個人寄与の旨を年金基金に伝え、基金よりATOに通知します。確定申告の際には、ATOより承認の手紙を発行してもらいます。課税前の給料から年金を払う節税対策も可能です。会社の取締役は、取締役報酬にも年金

を支払う義務があります。控除を得るためには、 6月30日までに年金を支払い、かつ受領される ことが重要です。未払い金額は、翌年に控除 するために7月28日までに支払わなければなり ません。また支払われると経費計上できます。

TAXATION

年金の未払い金について特別恩赦実施中: ATOは現在、会社が支払いを滞っている退職年金について特別措置を発表しています。未払いの年金を2019年5月までに支払った場合、通常課せられる利子や罰金が免除されます。

SELF MANAGED SUPER FUNDS (SMSF) 個人型確定拠出年金:個人または家族で、個人型年金基金を設立し、管理・運営することができます。他の年金基金から資金を移動したり、会社からの支払いをこれに指定することもできます。主な投資先は国内外の株式投資、現金積立、国内外の不動産投資です。

不動産投資:一般的なSMSF投資は賃貸不動産で、特別借入契約が認められています。 会社経営者はSMSFを使って店舗、事務所、 工場を購入することもでき、そしてSMSFには 家賃を支払うという構築になります。SMSFの 追加の利点は、資産がビジネスリスクまたは破 産から除外されることです。15%の定率課税 と思い切った 税制優遇もあり、確定拠出年金 制度は、とても有利な制度です。

マクファーラン 陽子

公認会計士CPA。2010年JCU商学部会計学科卒。2013年よりBC ACCOUNTANTSにて Senior Accountant & Tax Consultantとして活躍中。日本語でお気軽にご相談ください。



● プロの話 動物 夏のアレルギー性皮膚炎

ANIMAL

気温が上昇し草花やカビ、ノミ、ダニなどが増えると、アレルギー性皮膚炎に苦しむイヌも増えます。アレルギーとは身体の免疫反応が、身体に触れたものや入ったもの対して過剰反応を起こすこ必要以上の炎症を引き起こすことを言います。冬は平気なのに夏になるとかゆくなるイヌは、季節性のアレルギーに悩まされていることが多いです。

炎症が起こると皮膚は赤く、熱く、そしてかゆくなります。イヌのアレルギー症状では、目の周り、口の周り、耳、脇の下、内股、肛門の周り、手足の先が主にかゆくなります。ノミアレルギーの場合は例外で、背中や尻尾の付け根に症状がでます。

イヌはかゆみを感じると当然、 かゆい部分をなめたりひっかきま す。すると皮膚に更なる刺激を与 え、炎症が悪化し、もっとかゆくなるというサイクルが生まれてしまいます。また、炎症によって皮膚のバリア機能が弱まっていると、細菌やカビが侵入して感染症を起こしてしまい、悪化することがよくあります。

松井 アキヒロ

アデレード大学獣医学部卒、獣医師。ケアンズのBalaclava Veterinary Surgeryに勤務。 日本語診察素望の方は予約の際にご指名ください。(http://balaclavayet.com.gu/)

法律



▶■プロの話 ピザ

VISA

ワーキングホリデービザプログラムの変更について

オーストラリア政府は、地域および農村 地域を支援するワーキングホリデービザプ ログラムの変更を発表しました。同ビザプ ログラムの変更点は次のとおりです。

・2018年11月5日から、サブクラス417 および462ビザ保有者は、最大12ヶ月 間、同じ雇用者のもとで就業が可能。た だし、雇用者は農業(植物および動物 栽培)雇用者のみに限ります。

・2019年7月1日以降、セカンドワーキン グホリデービザ保持者は、特定の地域で 6ヶ月の特定業務を行うと、サードワーキ ングホリデービザ申請が可能。

・サブクラス417ビザ申請者の適格年齢 をカナダとアイルランドの国籍を保持し ている方に限り35歳とする。

今回の変更に関する主要な焦点は、 オーストラリアの地方の主要地域の農 業雇用促進のためです。この変更は、 季節労働ニーズに対応できるワーキン グホリデーメーカーの数を増やすことを目 指しています。

雇用者は、過去6ヶ月ではなく、12ヶ月 まで農業(植物および動物栽培)作業を 行う訓練された経験豊富な従業員を維 持することができます。

3年目のビザが有効になると、ワーキ ングホリデーメーカーはオーストラリアの

農業(植物および動物栽培)雇用者 の定義ですが、以下のような大部分の 農業が含まれます:

・果物および野菜作物の収穫および/ま たは包装

•ブドウや樹木の剪定とトリミング

•一般的なメンテナンス作物

•植物、真菌またはそれらの製品または 部分の栽培または繁殖

•植物製品の即時処理

・動物を売却する目的で動物を維持する こと。

•せん断、肉屋、梱包、日焼けなどの動物 製品の即時加工

・原料から乳製品を製造する。

2018年11月5日以降、これらの変更 は、大都市を除く、ニューサウスウェール ズ、クイーンズランド、ビクトリア州と西 オーストラリア州、ノーザンテリトリー、南 オーストラリア州、タスマニア州のすべて の地方地域に拡大されます。特定の郵 便番号の詳細は、移民局のウェブサイト に掲載されています。

地域で長く働くことになります。

すが、万が一派遣先の現場で不慮の事故 に遭った場合でも正社員と同様の労働災 害手続きの申請は可能でしょうか?

〇:現在、派遣会社を通じて働いているので

▶■プロの話)

派遣労働者の労災手続き

A:オーストラリアでも多数の労働者・会社 が派遣会社(Labour Hire Agency)を通 して働く・採用するという雇用形態を用いて います。労働者の権利という点で、派遣労 働者は正規雇用者に比べると利用可能な 制度が少なく損をしていると思われがちで すが、現行のQLD州の労災制度上は正 規・非正規雇用者間で格差が生じるという ことはありません。特に派遣労働者が派遣 先で負傷したり通勤途中に事故に遭った 場合は、Statutory Claimと呼ばれる補償 手当をワークカバー(WorkCover)に申請し 医療費、リハビリ費、賃金手当などを受け 取ることができます。

但し、派遣労働者の受け入れ先に何ら かの不手際や落ち度があり(例:安全用 具の不備、機械の整備不良、劣悪な職 場環境)事故が起きた場合は、派遣先に 対して労働災害の手続きではなくパブリ ック・ライアビリティー請求と呼ばれる別

の民事訴訟手続きを開始しなければいけ ません。簡単に派遣労働者と派遣先の 法的関係をまとめると、派遣労働者と派 遣先との間には直接労働契約が存在し ないため、派遣労働者は派遣会社と派 遣先が結んでいる労働派遣契約に基づ いて労働を提供している第三者と解釈さ れます。従って、派遣先で事故が起き派 遣労働者が負傷した場合、派遣労働者 は派遣会社に労災法上の法的責任を問 い、派遣先に対しては人身負傷手続き法 に基づくパブリック・ライアビリティー請求

LAW

実際に派遣労働者が働く職場を管理す るのは派遣先、もしくは派遣先の関連企業 であることがほとんどのため派遣先で人身 事故が発生してしまった場合は常に上記 の二種類の手続きの可能性を考慮しなけ ればいけません。パブリック・ライアビリティ 一請求は相手側が派遣先だけでなく派遣 先の提携会社や個別請負業者などが加わ り、複数となるケースも多く、また手続きを開 始できる期限が厳格に定められているので、 適切な初期調査を行うことが重要です。

を行い責任を問います。

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。

領事館 ▶■プロの話

CONSULATE

/ュノーケリング事故の防止策について

ノーケリングの危険性については過 夫にも本コラム上にて掲載させていただき ましたが、今回、あらためてシュノーケリング を行う際の注意点を旅行者の方を中心に お伝えします。

ケアンズにお越しになった方の多くが 世界遺産に登録されるグレートバリアリー フでの海水浴やスキューバダイビングなど 様々なマリンスポーツを楽しみますが、そ の中で最も死亡事故の多いのがシュノー ケリングで、その事故にはいくつかの傾向 があります。

まずはシュノーケルでの事故というと、波 が高いまたは流れが速いなどの危険水域 で溺れる、もしくはそもそも泳げないために 溺れてしまうといったケースを想像されると 思いますが、ケアンズでの実態は、むしろ穏 やかな海面での浅瀬付近で泳げる方の事 故が多く、その要因としては、いわゆる「心 臓麻痺 | などの身体の不調によって溺れ る、慣れないシュノーケルによって呼吸が速 く浅くなるなど乱れて意識が遠のき溺れる、 水を飲み込むことで三半規管の機能が低 下し平衡感覚が失われて溺れる、といった ことなどが挙げられます。

例えば、寝不足などで体内に疲労が蓄 **積しているときは、血圧のリズムを保つこと** が難しくなり、そのような状態で冷たい海に 入ることによって、急激な血圧の変動で心 臓や血管に大きな負担がかかり、狭心症や 心筋梗塞などを引き起こしやすくなります。 また、炎天下での水分不足やお酒を飲んだ 状態でのシュノーケリングもリスクが非常に 高まります。

そして、シュノーケリング事故の最大の特 徴ですが、単独で行えて且つ常に水面に 顔をつけて浮かんでいる状態のため、周り が異変に気付きにくいことから事故発生の 発見が遅れがちとなっています。

上述を踏まえて、深刻な事故となる確率 を下げる対策として、①滞在日程に余裕を 持たせて体調管理に十分留意する。高齢 者や心臓に持病がある方は特に気をつけ る。疲れているときは無理をしない(他の安 全なアクティビティに切り替える)。②単独 では行わない。更には同伴者に対してこま めに "手を上げる、顔を上げる"といったサイ ンを送り、お互いが無事であることを常に確 認する。③呼吸は深呼吸のように"ゆっくり と深く息を吸い込んでゆっくりと吐く"ことを 意識して、仮にシュノーケルから水が入った としても慌てずに強く息を吐いて水を吐き 出す"シュノーケルクリア(水抜き)"を行う。 ④万が一に備えて、パニックになることをで きるだけ避けるためにライフジャケットの着 用が望ましい。

以上に心掛けて、ケアンズでの安全なマリ ンライフをお楽しみください。

在ブリスベン日本国総領事館 ケアンズ領事事務所

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



そ 外 3 0 さ 選 た 挙 γ 80 日 今 本 日 0 日 だ か 5 選

K 証 0 登 録 本大使 手 続 きを 館 に行 ι ŧ L 7 た

登録申請にはパ投票するには、 パスポージ、予め、 - トをお持ちください。 在外公館で登録申請が必要です。

仼

制

務 省

お問い合わせ先

挙

17

ŧ

叅

加

した

在ブリスベン日本国総領事館

電話: 07-3221-5188 mail: consular@bb.mofa.go.jp

ケアンズ領事事務所

電話: 07-4051-5177 mail: jcairns@bb.mofa.go.jp

MAP : P.23 C2

39

雄大な自然と近代的な都会が調和する国 オーストラリアで2都市留学!

オーストラリアで留学先を迷っている方にお勧めなのがサンパシ フィックカレッジ(以下SPC)の2都市留学。国土の広いオース トラリアには、魅力溢れる都市が多数存在する。折角のオースト ラリア留学、一つの場所に留まるのではなく特徴ある二つの都 市に滞在し、オーストラリアの魅力に最大限触れてみては? SPCはケアンズとブリスベンにキャンパスを持ち、両キャンパス は同じ教科書を使い、連動しながら授業が行われている。そのた め転校をする際にも同じレベルでスムーズに移ることができ、 キャンパス間を転校する生徒の不安やストレスも少ない。SPC なら2つの都市を最大限満喫できる新しい形の留学ができる。

SPCだから実

ャンパス

ケワラビーチに位置するケアンズキ ャンパスは、ケアンズ市内から北に2 Okmほど離れた、美しい海岸沿いの 閑静な住宅地エリアに位置した学 生寮も一体になった複合施設。3工 -カーの広大な敷地内には、他校に はない様々な施設・設備が整う。また 旅行者の来る地域ではなく、ローカ ルの方々のみが暮らす地域のため、 英語漬けになりたい留学生にとって は最高の英語学習環境。





南国らしいヤシの木が並ぶ ビーチまでは徒歩10分と、自 然がいっぱいのエリアに位 置するケアンズキャンパス。

両校共通の



SPCの授業は会話ベース 一問一答が生徒の英語レ にはプロジェクター、電子黒 ながらスピードのある授業を



広大な敷地内にはゴルフ、テニスコート、2つの温水プール、 BBQ、ジム、バスケットコート、エンターテイメントルーム/PCルーム が設けられています。在学中はすべての施設・設備を利用可能。



キャンパス内には自然がいっぱい!季節によってバナ ナやパッションフルーツ、マンゴーなどなどの南国フ ルーツが実り、亜熱帯地域にいることを実感できる。



わせて1週間に1冊の英語 ャーナルに書くことが義務 のレベルはイラストが中心 っぱいのストーリー性がある



オーストラリア唯一の学校と寮一体型「On-Campus」スタイル。全て の部屋にエアコン・冷蔵庫・フリーWIFIを完備!多国籍なルームメイト との生活が英語力をさらに上げていく。月曜~木曜の夜間サポートク ラスや、夕食後まで自由に使えるクラスルームは寮滞在の生徒だけ!





考えられたメニューが3食付く。限られた時間を買出 しや調理、後片付け等に費やすことなく、勉強に励 むことの出来る食事付きのサービスは大変便利。



毎週様々なアクティビティ 大勢の学生達が参加する しても英語に触れることが オーストラリアの文化を体

現できる

● ケアンズ

ブリスベン・ Brisbane

スタッフによる生活サポート



両キャンパスには日本人を含む世界各国からのスタッフが在籍していて、学校のこと以外にも生活や進路のことについてなど、気軽に何でも相談ができます。万が一の時や困った時にも安心です。



ブリスベン校、ケアンズ校への お問い合わせ、お申込み

Sun Pacific College [CRICOS] 02748F

- **Sun Pacific College**(ケアンズ) **SPC Brisbane**(ブリスベン)
- www.spcgroup.me
- ₱ 55-65 Poolwood Road, Kewarra Beach, QLD 4879
- 📞 +61 7 4057 2100
- igsquare wecare@spcgroupe.me

プログラム



の授業が中心。先生との ベルを上げていく。全教室 板などを設置し、ITを活用し 展問

ブリスベンキャンパス Brisbane Campus

ブリスベンで最も活気のあるQueen Street Mallの近くに位置し、学校周辺には有名なレストランの他、ファーストフード店、図書館、美術館、博物館、バスセンター、カジノ、劇場、美しい公園など、すべてが徒歩圏内に集約されており、まさに大都市の中心にある学校。ブリスベンキャンパスでの留学体験は、「学ぶ」「遊ぶ」「働く」が実現できる最高の立地。





シドニー、メルボルンに次ぐオーストラリア第三の都市ブリスベン。人気の観光地ゴールドコーストまでもアクセスが簡単。



日記(SPCジャーナル)と合 小説を読み、その感想をジ 付けられている。英語小説 の初心者用から、英字がい 小説まで様々。



ーが開催されており、毎回 ため、アクティビティーを通 できる機会となっている。 験できる季節行事も充実。



世界各国から集まる留学生達がアットホームな雰囲気の中で 英語を勉強。先生達はとてもフレンドリーで生徒との距離が近く、しっかりと生徒のケアをしてくれる。



キャンパスは市内中心部にあり、徒歩圏内には多くのカフェやショップなどが立ち並び、学生達は放課後にアルバイトをしたり、ショッピングをしたりと思い思いに過ごします。







SPCブリスベンでは、 生活サポートなるジョ ブワークショップや、 他クラスとの交流が とれるヨガやカラオケ、

オーストラリア文化を体験できるAussie BBQなど様々なアクティビティが毎日用意されています。 勉強と合わせて、生活に活かせるアクティビティを 通して充実したAussie Lifeを楽しみましょう!



お客様の愛車をしっかりサポート

大型バスから乗用車まで整備する一流のメカニックにお任せください





★定期点検、修理などの際の無料送迎 (シティエリアのみ無料、RWCは除く)

★エンジンオイル交換 \$55(作業時間15分)

★6か月/1万キロ毎の定期点検 \$130~ (エンジンオイル5L、オイルフィルターは\$10まで含まれます)

★ロードワーシー(safety Certificate)**\$77**

★車両コンピューター診断テスターを導入。

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.24 K1



富蘭久 Lanza Legal

҈□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、投資関連、遺書作成、プロベート、法廷弁護等)。日本人弁護士もおりますのでお気軽にお問い合わせください。

FRANK LANZA MIGRATION SERVICES

......

҈□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) info@lanzalegal.com.au www.franklanza.com.au

MAP : P.23 C2





MAP:P.24K2



MAP : P.23 C2



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...Mahana

LASSELECOTE FUE

元気にうまれてきてくれてありがとう

★ 2013年3月208年まれ

♥ 両親:いづみ Paul





My name is...柴田 ムサシ

🛨 性 別 : 男の子

🛨 誕生日:4月24日生意和 ★ 特 技 : よ<寝るをと。

家族:患者函数。圣ずえ。必数处。 4FFQ



Shop1

おみやげ雑貨を中心にコスメ、 お菓子が充実。



Rainforest



リピーター率No.1 プラセンタ 配合美容液 X.O 化粧水、乳液等 一切不要の オールインワン化粧品



当店一番人気のホホバオイル はACO認定オーガニックで す。カタツムリマークをご確認 ください。キャサリン妃も愛用 のブランド。





アラビカ豆を 産出するマ リーバ市の コーヒーブラン

ドを多種取り揃え。自家焙煎用の コーヒー生豆も販売。酸味、苦み、 豆、粉などお好みをお伝えください。 スーパーでは買えない地元産紅 茶、ハーブティーも豊富に取扱い。



バイロン コーヒーの チョココーヒー豆 ルピシアTEA AUS限定商品







1号店 [住所] 110-114 ナイトマーケット内 [営業時間] 16:30-23:00 [TEL] 0740513433 2号店 [住所] 54 ナイトマーケット内

[営業時間]16:30-23:00 [TEL]0740513812

aQua

- ✓日本人スタッフがケアンズの 旅をサポート!
- ✓現地のお得なツアー・ ミールクーポンをご案内します。
- ✓ラウンジ内にてWi-Fi無料



ビーチリゾートエリア パームコーブ サシティエリア



デスク オーキッドプラザ1F TEL 07-4222-4810 [営業時間]9:00~18:00 毎日営業!! ※クリスマス、元旦のみ休業 🔘 🖁

MAP: P.23 C3

CTL Medical Services +メディカルサービス

- 高度な医療技術を誇り で対応してくれる総合病院
- 中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
- 歯 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 目の乾き、ものもらい、目のかゆみ、 充血、痛み、目やに











メディケアをお持ちの方は…4041