

Calgary Walker

Issue 270

2024年4月号

LOCAL NEWS

市内住宅販売23%UP

カルガリー市内の住宅販売市場では、売り手市場が継続する見込みだ。カルガリー不動産理事会(CREB)によると2月の販売件数は2135ユニットに達し、販売額は41.3%増の12.5億ドルに上昇した。新規リスティングは13.6%増の2711件で、前年比から14%以上減少した。全住宅タイプの基準価格は、1年前から10%増の585,000ドルである。CREBのチーフエコノミストであるルリー氏によると、春夏に向けて今後需要が高まり、販売件数が見合わなくなることが予測され、引き続き価格上昇が推進するそうだ。



EV車の所有者が払っていない燃料税の補填に充てる。ハイブリッド車にはこの登録税は適用されない。同州では昨年3月31日時点で約9350台のEV車が登録されており、2022年の登録台数5680台から大幅に増加している。他国や他州ではEV車に切り替えるよう奨励している。EV車購入の障壁になり得る政策に対し、所有者たちの間で非難の声が上がっている。EV車登録税にかかわる法案の詳細は、今秋明らかになる。

市基金 若者に奨学金25万ドル

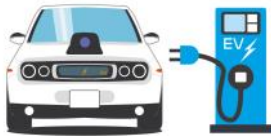
市は、所有する投資基金から地元高校生たちへ25万6000ドルを拠出すると発表した。拠出額は全額The Knowledge Societyに寄付する。同協会は、幅広い技術分野での実践的なトレーニングを提供し、生徒たちは交流を通じてメンターシップを得ることができる。対象となるのはテクノロジー分野を専門的に学ぶ13歳から17歳の若者80名。10か月間のプログラムに参加する際の受講料に使用される。好奇心旺盛な若い学生たちが人工知能等の技術を磨き、将来のキャリア支援、技術革新へとつながる。同プログラム卒業後、自ら企業を立ち上げる者も多く、SpaceX、NASA、Microsoftなど大手テクノロジー企業に人材を輩出している。



州政府

EV車登録課税

アルバータ州政府は電気自動車の登録税として年間200ドルを課税する方針を発表した。開始日は2025年1月を予定しており、2024-2025年度の税収として100万ドルが見込まれる。財務省のネイト・ホーナー大臣の発表によると、徴収した税金は車体の重いEV車により摩耗した道路の修繕費および



便利なウェブサイト版もお楽しみ下さい。最新号及びバックナンバーもご用意しています。emailでの配信希望も簡単に登録できます。是非ご利用下さい。
www.calgarywalker.ca

次のページへ続く



2024年4月号 CONTENTS

Local News & Local Events	1-5	ねこのはなし	9
異空間への旅	6-7	進め! 読書部	10
霊気のおはなし	7	T-Rexでギネス挑戦	11
幸せレシピ	8	編集後記	11
		日系会館・掲示板	12

LOCAL NEWS

ザボディショップ 英国事業が破綻

1976年にイギリスで設立した自然派化粧品ブランド「THE BODY SHOP」の親会社は、2月中旬、英国事業が破産管財人の管理下に入ったと発表した。これに伴いカナダ国内のフランチャイズ店舗の3分の1にあたる33店舗が閉店を発表している。同社は設立以来環境にやさしいイメージを採用し、動物実験を行わないことで他社との差別化を図ってきた。しかし多くの競合他社が同様の価値を宣伝するようになり、他社との差別化が困難になったようだ。市内ではSunridge Mall店が閉店を予定しており、清算セールを行っている。



者と気象情報を分析し、転倒のリスクを示す「滑りやすさ指数」に関する研究を進めている。完成すれば、空気質指数のように携帯電話で警告を受け取り、外出を避けることができる。市内病院の整形外科ではスタッフ間でOrthomageddon (OrthopedicとArmageddonを合わせた造語)という言葉が使われており、通常の6から7倍の患者が転倒による骨折で来院する。このツールが導入されれば冬の間病院への負担を軽減でき、医療システムにとっても非常に有益である。ホワイト博士は、州全体のアプリ作成を目標に掲げ、州からの資金調達を切望している。



転倒防止「滑りやすさ指数」

寒暖差のある気候のため、路面が凍結していて散歩中に危うく転倒しかけた経験はないだろうか。整形外科医でありカルガリー大学の助教授であるニール・ホワイト博士は、11年間分およそ15000件の転倒による救急患

ダウンタウンお得な10ドルパーキング

主要駐車場4か所にて午前6時から午後6時までの12時間、10ドルで駐車できるお得なキャンペーンを実施中。ただし、My ParkingアプリとVirtual Pay machineというオンラインのサイト利用に限ります。指定の駐車場はLot55 (East Village)、Studio Bell周辺にあるLot75、SWのLot58、Millennium Park北側のLot61です。<https://www.calgaryparking.com/promo> Virtual Pay machineサイト<https://vpm.parkplus.ca/>




読者の皆様のご意見・ご感想を大募集中
calgarywalker@hotmail.com

提出済みですか? 「在留届」

みなさん、在留届は提出していますか。お仕事や学校、理由は様々。日本国籍を持っている方が他の国に3ヶ月以上滞在する場合、総領事館に「在留届」を提出することが義務付けられています。思わぬ事故や災害、緊急事態に巻き込まれた際、日本国大使館や総領事館は「在留届」をもとに皆様の所在地や緊急連絡先を確認して援護します。「在留届電子届出システム(ORRnet)」を利用すれば、届出・変更が簡単にできます。また、用紙による提出(総領事館へ持参、FAX、郵送)も可能。自分や家族の安全のためにもいざという時に役立つ「在留届」をお忘れなく。

<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/>



Advice from someone you can trust  Sun Life



Wing-Bun Chan*
Jayak Financial Services Inc.
Advisor, Sun Life
Cell: 403-680-9915
Fax: 403-460-2635
wing-bun.chan@sunlife.com
advisor.sunlife.ca/wing-bun.chan

*Mutual fund business is done with your advisor through Sun Life Financial Investment Services (Canada) Inc. Advisors and their corporations conduct insurance business through Sun Life Financial Distributors (Canada) Inc. Sun Life Assurance Company of Canada is the insurer and is a member of the Sun Life group of companies.
© Sun Life Assurance Company of Canada, 2023.

早い!
便利!
カラー!
電子版

件名「電子版希望」
空メールを以下へ。
calgarywalker@hotmail.com

Advice from someone you can trust  Sun Life



Tomoyuki Honda* QAFP™
Advisor, Sun Life
403-561-8575
tomo.honda@sunlife.com
advisor.sunlife.ca/tomo.honda

*Mutual fund business is done with your advisor through Sun Life Financial Investment Services (Canada) Inc. Advisors and their corporations conduct insurance business through Sun Life Financial Distributors (Canada) Inc. Sun Life Assurance Company of Canada is the insurer and is a member of the Sun Life group of companies.
© Sun Life Assurance Company of Canada, 2023.

LOCAL EVENTS

シュールな世界に迷い込む

3月24日まで市内各所でFestival of Animated Objectsが開催されます。ストップモーションアニメやパペット・仮面を使った演劇、洗練された芸術作品に触れば明日から世界が変わるかも。3月15・16日はRoyal Canadian Legion No1 (116 7Ave SW) にて全身緑タイトの謎の仮面集団によるThe Dolly Wiggler Cabaretの公演があります。18歳以上限定、時間は午後8時から9時まで。チケットは一人40ドル。17日は午後2時から4時半まで Sparrow Art Space (36 4St NE) にてロボットのパペットを作って楽しめる家族向けイベントも開催。チケットは一人17ドル。同じ場所で20日、午後6時から8時まで影絵のような動かして遊べるパペットのワークショップも行われます。こちらは一人39ドル。24日は午後12時半から3時半までEvergreen Community Spaces (1709 8 Ave NE) 内にあるFir Studioにて唐十郎、寺山修司らとともに活躍した鈴木忠志があみだした俳優訓練法「ズズキメソッド」による体の動かし方を学び体験できる講習会も開催。チケットは一人39ドル。ウェブサイトの写真や説明を見るとかなりわけのわからないものが多く、奇妙でシュールな



世界観が好きな人にはたまらない催し物になっています。 <https://www.puppetfestival.ca/>

日曜日はMichaelsへGO!

工作や手芸用品を取り揃え大人から子供まで多くの方が訪れるMichaels。日曜日午後2時から4時まで就学児童を対象に無料でクラフト教室を行っています。3月17日はHand Painted Flower Eggs、4月7日はAbstract Spring、21日はTotally Tie Dyeを予定しています。材料費が別途かかるものもあります。申し込み詳細はこちらから。 <https://canada.michaels.com/en/instoreevents>



地球ってフシギだねえ

3月17日から19日までESfS (Earth Science for Society) による地球について学べるイベントが開催されます。場所はカルガリー大学内のMacEwan Hall。様々なパビリオンが展示されており、インタラクティブに楽しめるつくりになっています。小さい子供でも楽しんで、入場無料なのでぜひ家族でお出か



インフルエンザの予防接種

薬局など各施設でインフルエンザの予防接種が無料で受けられます。生後6ヵ月以上の赤ちゃんから接種可能。下記の年齢枠に沿ってアルバータヘルスケアサービス(AHS)、薬局、医師オフィスで受けられます。どの年齢枠でも事前予約、アルバータヘルスケアカードの提示が必要です。

- ① 4歳以下の子どもとその家族及び同居者はAHSでの接種が可能
- ② 5歳以上の全てのアルバータ州民は薬局での接種が可能
- ③ 9歳以上の全てのアルバータ州民は医師オフィスでの接種が可能
(6ヵ月から8歳までの子どもが接種可能なオフィスもあるので要確認)

詳細はこちら <https://www.albertahealthservices.ca/influenza/influenza.aspx>

Calgary Walkerに
広告を出してみませんか?

700名以上のカルガリー・バンフ周辺の皆様に、ご愛読頂いています。新しくビジネスを始める方や、日本人向けに大きく宣伝したいあなたに最適!!お問い合わせは弊紙まで。

calgarywalker@hotmail.com

LOCAL EVENTS

けください。日曜は正午から午後5時まで。月曜は午前9時から午後2時15分までと午後6時から9時まで。火曜は午前9時から午後2時15分まで。 <https://esfscanada.com/>

3月17日は 聖パトリックの日

アイルランドにキリスト教を広めた聖パトリックの命日で、カトリックの祭日でもあるSt. Patrick's Day。市内各所のアイリッシュパブでは、緑のビールや特別メニューが提供されます。ダウンタウンにあるJames Joyce Irish Pubではケルト音楽で有名なバンドFraid Knotの生演奏をつまみにお酒が楽しめます。Shaw Millennium Parkではマラソン大会も開催。緑の服を着て出かけよう！



ディナーと映画 in Heritage Park

古き良き時代を体験できるHeritage Park。雰囲気のある建物とクラシックカーに囲まれて、ディナーと映画はいかがでしょうか。専属シェフによる3コース料理(前菜・メイン・デザート)に舌鼓。すべてその日の映画にちなんだ特別メニューになっています。上映作品は下記の通りです。時間は午後5時半から8時半まで。一人49ドル。

3月19日 Willy Wonka and the Chocolate Factory (1971年版！)
4月9日 Night at the Museum
23日 Harry Potter and the Chamber of Secrets
<https://heritagepark.ca/dinner-and-a-movie/>



地球のためにUnplugged



Earth Hourは2007年にオーストラリアで始まった取り組みです。3月23日午後8時半から1時間、不要な電気は消しましょう。人間にとって便利な生活は、地球に負担をかけているかもしれません。中央図書館では同日午後7時から9時半まで、エコについて考えるイベントを開催。ペダルをこいで電力を作るゲームや暗闇ダンスパーティーなど地球にやさしく楽しめそうです。入場無料。申し込みはこちらから。 <https://calgarylibrary.ca/events-and-programs/programs/earth-hour-calgary-unplugged-2024/>

読者の皆様のご意見・ご感想を大募集中
calgarywalker@hotmail.com

Cardinal Automotive Repair Shop
車の修理等お困りの方ご連絡下さい

整備士のTAKUYAです
連絡先携帯：403-667-4840
E-mail: tak@cardinalcalgary.ca
www.cardinalcalgary.ca
4908-28 St. SE Calgary T2B 3H2

SUSHI BISTRO ANZU
1721 Centre St NW, Calgary, AB
403-277-2077
Follow Us on Facebook
SKIP the DISHES
www.sushibistroanzu.jimdo.com
Check our Menu @ SkiptheDishes

キッチン、バスルーム
Hardwood floor, タイル
ベースメント改装
フェンス、ウッドデッキ
リノベーションのことなら
全てお任せください。
見積もり無料！
お気軽にご連絡ください。
(日本語、英語)
KOJI SHIMADA
403-667-1452
koji@kaede-home.com
www.kaederenos.com

KAEDE HOME RENOVATION

Crave Restaurant
222 Lynx St, Banff AB
Located on the 2nd floor
10 AM- 2PM
Reservations Recommended
403-760-3255



ごみ箱にごみが入りきらない！
春の大掃除で大量のごみがっ！
黒いゴミ箱にごみが入りきらない時、専用のタグを購入し、市販のごみ袋に入れて、タグをつけて指定の黒いゴミ箱収集日にだしておけば一緒に回収してくれます。タグは一枚3ドルです。コンビニ店サークルKやCo-opで販売。5枚つづりになってしまいますが、オンラインでも購入できます。 <https://citystore.calgary.ca/ctestore/products>
詳しくは calgary.ca/garbagetag

LOCAL EVENTS

802段に挑戦

街のシンボル、カルガリータワーに徒歩で登ってみませんか。一番上まで802段あります。つらいのか！？意外と楽なのか！？それはあなたの体力次第！！毎週火曜日の午後4時から7時まで、入場料10ドルで参加できます。事前申し込みは必要ありません。

www.calgarytower.com/802-challenge



動物園でイースター

3月31日は復活祭です。市動物園ではEggstravaganzaと銘打って、家族で楽しめるイースターのイベントを開催。3月29日から4月1日まで、時間は午前9時から午後5時まで。12歳以下の子供は無料でお菓子がもらえます。イースターのゲームや記念写真を撮れるブースも設置されています。Safari Lodgeではイースターの特別メニューも味わえます(要予約)。<https://www.calgaryzoo.com/events/easter-eggstravaganza/>



カスタム部品が熱い

4月5日から7日まで車好きたちが集まる催しWorld of Wheelsが行われます。今年で56回目を迎え、毎年バイクや車のカスタム好きな人々で賑わいます。BMOセンターにはクラシックカーの展示やカスタム部品の展示販売会、専門家によるワークショップが開かれます。入場は13歳以上は23ドル、6歳から12歳の子供は8ドルです。車の部品屋さんAuto Valueで買えば少し安く購入できます。<https://autorama.com/attend/calgary/>



Aggie Days

農業系のイベントAggie Days。今年4月13日と14日午前10時から午後4時までスタンピードパーク内で開催されます。会場では牛の乳搾りや羊の毛刈りが体験でき、農場系の動物たちと思い切り触れ合えます。トウモロコシ迷路もありますよ。なんとうれしい入場無料です。皆さんぜひどうぞ。<https://ag.calgarystampede.com/events/year-round-events/aggie-days>



きれいな石の祭典

今年もやってきましたCalgary Rock N' Gem Show。会場では天然石やクリスタル、手作りのアクセサリが販売されます。4月4日から7日まで、Spruce Meadows EquiPlex (18011 Spruce Meadows Way SW) にて行われます。午前10時から。珍しい化石を見たり、お気に入りのビーズを購入して何か作ってみてはいかが。

CW電子版を無料購読

発行日に電子版がウェブ上で更新され次第、メールでお知らせします。件名に「電子版希望」と書いた空メールをお送りください。
calgarywalker@hotmail.com

Furnace
Air Conditioning
Hot Water Tank
Duct Cleaning

Go Furnace
403-910-9304
GoFurnace.com

RESIDENTIAL FURNACE & AC SERVICES IN CALGARY

* Free In-Home Estimate for New Installation

5.0 ★★★★★
GOOGLE GUARANTEED

WE'RE LOCAL

BEST Calgary 2023

ACCREDITED BUSINESS

ヘルスホットライン 8-1-1

年中無休、24時間体制で病気やけがの質問に答えてくれるアルバータ州衛生局への電話番号。お医者さんに診てもらおうほどでもないけど、ちょっと気になる事や、急な子どもの病気やけがの対応など、看護師免許を持つプロが答えてくれます。



Misai Japa Cafe
新しいスタイル新しいメニューでOPENしました

#7, 1915-32Ave.N.E.
Calgary, AB T2E 7C8
(403)250-1688
ウエイレス募集
パート・フルタイム可

YUU 御饈
Seafood Restaurant

カルガリーで一番おいしい飲茶

Pacific Place
#220, 990-36st. N.E.
Calgary, AB. T2A7X6
(403)250-1848

HOPPY HOBBY

■変化のある生活を求める趣味コラム■

異空間への旅

第15回 『いくつ分かる？詐欺に 引っかからないための練習問題』

文＝一宮次郎

突然ですが、ここで問題です。

1. 急に、あなたのスマートフォンが、通話、テキストの送受信が出来なくなりました。スマートフォンには異常はありません。どうしたらいいでしょうか？

2. あなたのメインバンクから電話がかかってきて(Call IDにも銀行名が出ています。)、**「不信な取引が行われた疑いがあります。本人確認の為、あなたの個人情報とPin番号を教えてください。」**と言われました。あなたはどうしますか？

3. フェイスブックのマーケットプレイスやKijijiなどでの個人売買を行う際、売り手のあなたが支払を受け取る場合、**“安全ではない”方法順に並べて下さい。**A)現金 B)個人小切手(Personal Cheque) C)銀行手形(Bank Draft) D)インターネット取引(e-Transfer)

これらは、最近知った、おそらく僕も騙されるであろう詐欺の事例です。それでは、答え合わせをしていきましょう。

(1) ほとんど皆さんは、『携帯電話会社に連絡し、確認してもらおう。』と答えると思います。僕もそうします。ただし、これでは△です。『それと同時に自分のアカウントや銀行口座も異常がないか調べておいた方がよい』が答えです。単に携帯電話会社の接続ミスやバグの場合が大半でしょうが、SIMスワップ詐欺の被害にあっているかもしれません。これは、アカウントや銀行口座などに、あなたの電話番号を使い、電話

番号に紐づけされた2段階認証(2段階要素)を突破ログインして、個人情報や預金を盗む乗っ取り詐欺です。

(2)の答えは、ガチャ切りです。その後、改めて自分から銀行に確認の電話をかけます。これは、いわゆる「なりすまし詐欺」(Call ID spoofing)で、銀行員を装って情報を引き出し、預金を掠め取ろうとしています。とある事例では、証券会社

の実在する人物になりすまし、電話をかけ(もちろん、Call IDはその証券会社の名前)、投資を促し何千万円も騙し取られた例もあります。Call IDは、簡単に書き換えが出来るので信用すべきではありません。ちなみに、銀行からあなたに電話する(そして個人情報を尋ねる)ことは絶対にありません。



(3)答えは、B、D、C、Aではないかと思います。B)個人小切手(Personal Cheque)は、口座に預金が無くても切ることができます。あなたが銀行に持っていった時に、ただの紙切れの場合があります。次に、D)インターネット取引(e-Transfer)です。普段使っている場合にはとても便利なものですが、個人売買になると問題があります。買い手(詐欺師)から送られてくるEメールが、本物そっくりの偽物サイトでリンク先で銀行口座情報を盗まれたり、振込完了したはずなのに、買い手が送金キャンセルし振込されないなどの危険があります。そして次は、C)銀行手形(Bank Draft)です。個人的にはこれが一番安全ではないかと信じていましたが、最近、偽物の銀行小切手で一万ドルを騙された被害者のニュースを読んで驚きました。被害の方は、詐欺にあわないように適切な対応をして売買をしましたが、それでも騙されてしまいました。一番の驚きは、一旦は銀行手形を受理した銀行が、数日後に偽物の手形に気づきキャンセルしたことです。対策として



読者の皆様のご意見・ご感想を大募集中
calgarywalker@hotmail.com

* コミュニティ掲示板の ご利用について *

100字までの賃貸・売買等情報のクラシフィド掲載、ビジネス広告は1回(1カ月間)の掲載につき、\$22+GSTとなります。なお、記載情報から生じ得るいかなる問題に対しても弊紙は一切の責任を負えません。予めご了承ください。

♥ 献血しよう ♥

現在、カルガリー市及びアルバータ州では病气やけがの患者さんを救うための輸血が不足しています。健康な方は献血に協力しましょう。所要時間は問診なども含め1時間ほど。サイトから簡単に最寄りの献血所を探せます。

<https://www.blood.ca/en/donate>

HAPPY HOBBY

は、多少面倒ですが、買い手と一緒に銀行に行き、その場で発行してもらうことで偽物の可能性を排除できると思います。最後は、A)現金です。偽札の可能性は捨て切れませんが、一番無難な選択肢でないでしょうか。ただし、上記のニュース様に高額な売買の場合は、“本物”の銀行手形の方がいいかもしれません。

いかがでしょうか。全問正解できましたか？連日、詐欺被害のニュースを目撃しますが、今後、最近流行りのAIを使ったより高度な詐欺が多発すると思われるので、常に最新の知識と知恵を使い被害にあわないように気を付けてましょ。このコラムを書いている今も、香港でAIを使ったディープフェイク動画で38億円騙されたニュースをやっています。これからは、悲しいかな親しい身内の動画や声も詐欺か疑わなくてはならない時代が来ってしまうのでしょうか。



※このコラムはあくまで僕個人の知識や意見であり、僕は詐欺等の犯罪専門家ではありません。字数の制限上、上記の詐欺についての詳細な情報や他の新しい詐欺について記載できませんでした。ですので、興味がある無いかかわらず、詐欺等の犯罪への知識を深掘りすることを強くお勧めします。被害にあってからでは後の祭りですから。



アルバイト募集 (魚おろし)
勤務時間は毎週水・木曜日朝7時から12時
興味のある方はDavidまで

DAVID YIP SAM SZETO
Bay 8, 3515-27 Street N.E. Calgary, Alberta T1Y 5E4
Tel : (403)250-8222 Toll Free : 1-800-505-8505
Fax : (403)250-7746
Email : david@cityfish.ca sam@cityfish.ca



REIKI

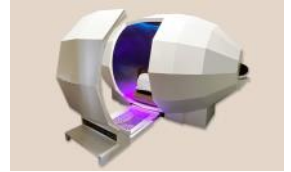
■体験しなけりゃわからない。宇宙からのエネルギー注入■

靈氣のおはなし ～番外編～

文=野口薫

今回は、ちょっと珍しいエネルギーセラピーのご紹介をしたいと思います。

ハーモニー・エッグって聞いたことはありますか？ 食べ物ではありません。まるで、映画バックトゥザフューチャーの乗り物に入るみたいな、とても興味深い神秘的



※写真はHPより転載

なエッグで、カナダでは最新のエネルギーセラピーだそうです。その中に入って、音、光、色、周波数、振動を使って、神経系をリセットし、自然体の癒し状態へと体を戻すのに効果があるそうです。2年ほど前にオープンした、S.W.のMarda Loopにある、Vie Universoul Wellnessでは、このハーモニーエッグの体験の他、赤外線サウナやヨガスタジオもあり、日頃の疲れを取りに是非、出かけてみてはいかがでしょうか？ 3人のオーナーのうち、双子の姉妹Stephanie & Carly Takedaさんが穏やかな優しい笑顔で迎えてくれますよ。



<https://vieuniversoul.com/>

日本古来の靈氣ヒーリングを受けてみたい、習ってみたいという方は、是非、私、野口までご連絡下さい。定期的にS.W.の自宅にてセミナーも日・英にて開催しています。 <https://www.reikihealingkaoru.com/ja>



Sushi bar zipang

遠くの日本より近くのジバング

月曜日も営業中

1010-1 AVE. NE CALGARY
(BRIDGELAND)
☎403-262-1888

みんなの知恵袋大募集!!

あなただけが知ってるお得情報や、カナダカルガリー市内・周辺で暮らしていく為の知恵を募集します。匿名でみんなに知って欲しい失敗談も大歓迎。アイディアや情報を採用された方の中から5名様に年末、素敵なプレゼントをお届けします。料理、子育て、教育、家事、お出かけスポットなど。目からうろこの情報お待ちしております。



HAPPY RECIPE

■不定期掲載 いろいろレシピ■

春を呼ぶお菓子

セムラの作り方



文=こころ/手作り愛好家

今年もやってきました春のパン祭り！今年の冬は暖冬だと言われつつもそれなりに積雪もあったしマイナス30度越えの寒い日もありました。日中10度に手が届きそうな気温の日が続くと、春を感じますね。そんな春がもう目の前の時期に食べたいパン「セムラ」を紹介します。せむら、Semura、瀬村…。なんだか人の名前みたいですが、北欧スウェーデンで



愛されてきた伝統的なパンだそうです。キリスト教の方々がイースター前の断食に入る前に食べる少々ハイカロリーな一品です。試しに作ってみると、生粋の日本人にも関わらず子供の時に食べたような不思議な懐かしさを感じました。パン生地にカルダモンというスパイスが入っているのが特徴です。カルダモンは、ショウガ科の植物で爽やかな風味があり、シナモンロールにも使われます。自然食品のお店や一般的なグロサリー店でも手に入ります。さやに入ったものを購入しすりつぶして使用したほうが風味は新鮮だと思いますが、私はお手軽なパウダーのものを使いました。パンなので多少工程はかかります。フィリングのアーモン

ドペーストと生クリームを多めに作れば、普通のトーストにのせて食べてもおいしいですよ。

【パン部分の材料(小さめ8個分)】

バター35g 牛乳150ml ドライイースト5g 小麦粉250g 砂糖25g 塩1つまみ カルダモンパウダー2つまみ(粒使用の場合は2粒程度) 卵1個弱(40g)

【パン部分の作り方】

- ①鍋にバターを入れて熱し、溶かす。牛乳を加えて人肌の温度になるまで温める。イーストを加えて混ぜる。
- ②ボウルに小麦粉、砂糖、塩、カルダモンを入れ混ぜる。①と卵を加えてヘラで混ぜる。
- ③混ぜたら台に乗せてこねる。生地が滑らかになるまでこねたら、2倍に膨らむまで一次発酵。
- ④8等分し、生地を丸めて天板に並べ、30分程度二次発酵させる。
- ⑤余った卵を表面に塗り、190度のオーブンで10分焼く。冷ましている間に以下のフィリングを作る。



【フィリング用の材料】

アーモンドパウダー100g 砂糖70g 牛乳大さじ2 生クリーム150ml

【フィリングの作り方】

- ①アーモンドパウダーを炒る。ボールに入れ替え(火にはかけない)、砂糖と牛乳を少しずつ加えてペースト状にする。
- ②生クリームを泡立てる
形成
①パンの上部にVの字に切り込みを入れ、真ん中をくり抜く。(くり抜いたパンはあとで使います)
- ②アーモンドペーストを詰め、上から生クリームを絞る。先ほどくり抜いたパンを上に乗せ、お好みで粉糖を振って出来上がり。

読者の皆様のご意見感想を大募集中

calgarywalker@hotmail.com



Ami Kato-Scherer, Counsellor, MACP, CCC

カウンセリングで心のケア(診療)
個人、カップル、ファミリーカウンセリング対応



1人1人に寄り添って丁寧に、柔軟に対応させていただきます。
健康問題、家庭、学校、職場での人間関係、PTSDでお悩みの方
1人で抱えずに、まずはご連絡お待ちしております。

In-Person / Video Counselling in English or in Japanese

Phone: 403-612-3298 E-mail: amikatocounseling@gmail.com



カルガリー⇄バンフ&キャンモア

お得な\$10バス



<https://www.onitregionaltransit.ca/banff-canmore/>

* コミュニティー掲示板のご利用について *

100字までの賃貸・売買等情報のクラシファイド掲載、ビジネス広告は1回(1カ月間)の掲載につき、\$22+GSTとなります。なお、記載情報から生じ得るいかなる問題に対しても弊紙は一切の責任を負えません。予めご了承ください。

Calgary Walker2016年以降の
バックナンバーはこちらから
www.calgarywalker.ca

CAT IS MY LIFE

■勝手気ままな猫との生活■

ねこのはなし その16

文=編集長

こんにちはみなさん、猫吸ってますか。私は春の陽だまりで日向ぼっこをする猫たちの首、腹、お尻と満遍なく日々猫臭を吸収しています。あまり顔をくっつくと嫌がられて逃げちゃうので、近づきすぎないことが肝心です。春の猫はお日様の匂いと混ざっていい匂いなのだ一。

今日は、猫の姿勢について。飼っている2匹の猫たち、兄弟だけあって動きがシンクロしていることがよくあります。観察していて2匹とも香箱座りをしていることが多いです。前足と後ろ脚をおなかの下に入れ、きれいな長方形になっています。後ろ足の関節が盛り上がっていると、もふもふのスポーティーに見える時もあります。私が一番好きな姿勢はスフィンクス座り片手バージョンです。エジプトのスフィンクスのように前足を伸ばして座ります。調べると、リラックスしているときに体の大きな猫がする座り方なのだそうです。確かに、大きいほうの猫がよくしています。両手を伸ばしていると上にスマホと

か置きたくなるし、片手だと握手会を開催しているようで、つい触ってしまいます。触るとすぐに鬱陶しそうにひっこめます。ちなみにこちらの大型のほうはエジプト座り(両手をそろえて後ろ足を折りたたみ、上半身を起こした座り方)をすると両手が開いてしまうことがしばしばあります。かなり間抜けです。毛色のせいかもしれませんがとなりのトロロに見える。んー、夏に向けて一緒にダイエツトするかと囁いてみましたが、あらぬ方向を向いて知らんぷりされました。



ほぼ毎日、私が朝起きてきたことに気づいて起きた猫たちは、伸びをした後ソファの上でゴロゴロ転がります。撫でてほしい雰囲気を出してくるので上から腰を曲げた姿勢で撫でます。へそ天の状態でごろごろするんですけど、この間たまたましっぽがおまたの間にきて、両手でしっぽをもって毛づくろいを始めました。おー、尊き。6年飼っていて初めて見た姿勢だったので何とも言えない幸せな瞬間でした。数十秒後、見とれて近づいたのが間違いでした。私が着ていたパーカーの紐を敵だとみなし、鋭い爪がシャー一つと。危うく首を搔っ切られるところでした。急な動きが体に障るお年頃になってきました。ひどく引っかけられるか、急に動いてぎっくり腰になるか…。それほど遠くない未来に起こりそうです。

自転車泥棒に気を付けて!
 自転車の登録をしましょう。盗難・紛失した場合、警察が捜査しやすく、戻ってくる確率が上がります。登録無料です。
<https://bikeindex.org/>

AUTHENTIC

RAMEN ICHINEN
らーめん一登 JAPANESE NOODLE
ADDRESS: #349 3132 26ST NE
CALGARY
OPEN: MON-SAT
11AM-3PM/5PM-8PM
CLOSED: SUNDAY, HOLIDAYS

LS Chartered Professional Accountant
 Professional accountants serving Calgary, Banff and Canmore since 1991
Shirley Leung CPA, CGA
 公認会計士

Suite 218 1623 Centre Street, NW, Calgary, AB T2E 8S7
 Phone: 403-287-9925 Ext: 114
 Fax: 403-287-0071
 E-mail: shirley@lseto.com
 @lscpayyc

重要! 2023年1月1日から12月31日までにカナダ国内で働いた場合、雇用主から「T4」という給料明細書が届き、インカムタックスリターンの申請(確定申告)をする必要があります。期限は2024年4月30日まで。忘れずに申請しましょう。

*****読者の皆様へ*****
 いつもカルガリーウォーカーを読んで頂きまして、誠にありがとうございます。弊紙では只今、コラムを執筆していただける方を絶賛大募集中です。(お題の例)
 *自作小説 *食レポ *日頃感じていること *意外と知らないほにやら
 *生活豆知識 *お出かけ情報 などなど。
 隔月掲載、気まぐれ掲載承ります。編集部までご一報ください。

BOOKS

■本好きサラリーマンの備忘録的ブックトーク■

進め！読書部

11冊目「トリプルセブン」伊坂幸太郎作

文＝桑島

読み始めて20年以上たつ。新刊が出るたびに読み続けている作家のひとり、伊坂幸太郎である。最初の出会いは「アヒルと鴨のコインロッカー」である。こんなどんでん返しがあるものなのかと衝撃が走った。「陽気なギャングが地球を回す」は映画から入り書籍も読んだ。「ラッシュライフ」「重力ピエロ」「終末のフル」は夢中で何度も読んだ。ミステリーでありながら爽快、洒落がきいてスピード感ある小気味よい文章が特徴で、読んでいて暗い気持ちになることはほとんどない。その軽快さからか作品の多くが映像化されている。主人公を濱田岳や岡田将生、堺雅人が演じることが多く、挙動不審で頼りない雰囲気的主人公が多い。しかし2022年夏、主演ブラッド・ピットにより「ブレット・トレイン」という映画が公開された。小説「マリアビートル」のハリウッド版である。レビューが優れなかったため、映画は見ていないのであるが、ブラッド・ピットほどの大御所が頼りない役などできるのであろうか。小説はもちろん2010年の初版時に読了済みである。内容は、3組の殺し屋たちが偶然にも



(必然か!?) 同じ新幹線に乗り合わせ、狙う者と狙われる者が交錯する娯楽小説である。彼の作品には同じ登場人物が別の作品に登場することが多々あり、前作「グラスホッパー」から殺し屋シリーズとして人物が重複している。今回紹介するのはその3作目となる「777トリプルセブン」だ。

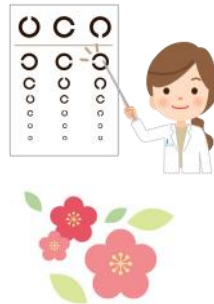
主人公は前作にも登場してる気弱な殺し屋「天道虫」。天道虫は通称で本名は七尾という。超高級ホテルの一室にプレゼントを届けるという「簡単かつ安全な仕事」のはずが、この男とにかくツキに見放されていて、おもしろいくらいに悪い方向へコトが進んでゆく。章別に数字ではなく視点となる人物の印鑑が押されていて非常にしやれている。以前読んだ作品の人物が次々に登場すると、まるで級友に偶然会ったような親しみが沸き、作品に引き込まれる。登場人物のほとんどが非合法な裏の社会の仕事を生業にする人間たちであるゆえ剣呑な物言いが続くが、不思議と身近に感じてしまう。とはいえ、一棟のホテルに殺し屋が9人集まるなんて到底考えられることではないのである。

殺し屋は組になって行動することが多いか不明であるが、本作に登場するマクラとモウフ、奏田と高良(ソーダとコーラ)はかなりいい。前作の蜜柑と檸檬に続き、人名もウィットに富んでいるうえ覚えやすい。全員殺し屋であるにもかかわらずそれぞれが交わす会話の内容は、バイト仲間が和気あいあいと時に淡々と話すそれに似ていて仲間になりたいとさえ感じた。それにしても本作、選挙や政治家としての在り方、世の中にはびこる不条理について多く書かれていたように感じた。「比べた時点で不幸は始まる」だとか「りんごはりんごになればいい」と一般人として共感できる箇所が多々あった。伊坂幸太郎の主張を登場人物たちが代弁しているのではなからうか。読み始めたら止まらない。読みやすいけれど世相を切る、そんな作品を所望している方にお勧めしたい。

PlusMa Eyewear
Since 2007

- 眼鏡、コンタクトレンズ
- 修理、調整、各種セール、割引などお気軽にご連絡下さい。(英語、日本語、中国語にて対応可)
- Direct Billing available

912 5th Ave. SW, Calgary T2P 0N7
403-452-7588 (P)
info@plusmaeyewear.com
plusmaeyewear.com



読者の皆様のご意見・ご感想を大募集
calgarywalker@hotmail.com

CW無料購読リストに登録
発行日に最新号をPDFで
お届け！件名に「電子版希
望」と書いた空メールを
お送りください。
calgarywalker@hotmail.com

広告掲載
4x6 cm
3カ月:\$186-
6x8 cm
3カ月:\$252-
1/4ページ
1カ月:\$200-
1/2ページ
1カ月:\$403-
全ページ
1カ月:\$805-

Ramen Arashi
RAMEN
ARASHI
JAPAN

Banff: #213 Sundance Mall, 215 Banff Ave, Banff AB
TEL: (403)760-0908
Canmore: 1000 7Ave Unit105 Canmore, AB
TEL: (403)678-1129
E-mail: info@ramenarashi.com

READER'S VOICE

■ 生活お役立ち情報、絶賛募集中! ■

読者さんの知恵袋

文 = ごま団子さんからの投稿

突然ですが、みなさんはT-Rexの着ぐるみを持っていますか？持っている人は4月27日にドラムヘラーへ行きましょう！なぜかって？それはアルバータ州の恐竜の町でギネス世界記録更新のためです！！2019年にアメリカのロサンゼルスにYouTuberのElton Casteoさんの声掛けでティラノサウルスの着ぐるみを着た人が252人も集まりました。その後もアメリカ各地で挑戦が続けられていますが、今のところの記録は更新されていません。253人なら記録更新！！あなたの力が必要です。着ぐるみを持ってない方、ナイロン製のものがアマゾンで50ドル前後で売っています。アマゾンの回し者ではないので、買ってまで行くほどのものでもないですけど、同じような着ぐるみを着た人が100人以上いるってかなりシュールで面白い光景かと思えます。というか、せっかくだら行かならやっぱ着ぐるみを着て記録更新に貢献したい！！と思うあなたは是非どうぞ。更新したからと言って何かもらえるってわけではないのであしからず。



市が運営するAfterSchoolプログラム

学校終わりの夕方や、半日の金曜日に時間を持て余している小中学生用のプログラム。無料でスケートやスイミング、クラフトなど様々な活動に参加できます。通っている学校以外のお友達を作るのにもよいです。施設によって対象年齢が異なります。申し込み、詳細はこちら<https://www.calgary.ca/csps/cns/children-and-youth/calgary-afterschool/calgary-afterschool.html?redirect=%2Fafterschool>

みんなの知恵袋大募集!!

あなただけが知ってるお得情報や、カナダカルガリー市内・周辺で暮らしていく為の知恵を募集します。匿名でみんなに知って欲しい失敗談も大歓迎。アイデアや情報を採用された方の中から5名様に年末、素敵なプレゼントをお届けします。料理、子育て、教育、家事などなど。目からうろこのお得情報、お待ちしております。



EDITOR'S NOTE

* 編集後記 *

こんにちは、みなさん。今月号はいかがでしたか。春ですねえ。散歩中に半袖になってしまうほど暑がりな私は、モーレツにチューリップを欲している毎日を送っています。昨年我が家の横にある謎の小スペースに大量に埋めたのですが、葉っぱだけ出てきて「今年はここまでね」と言ったかどうかは定かではないけど、つぼみをつけませんでした。今年は咲いてほしい！と念じながら米のとぎ汁やら細かく刻んだバナナの皮や卵の殻を撒いています。これって何か条例に違反なのかしらと若干おびえつつも、化学肥料派の近隣住人たちと野生動物の迷惑にならないよう適量を心がけております。先日、ある方に「息抜きに何してるの？」と聞かれて即答できなかった私。息抜き…。日々息抜きのような行間の多い生活をしている自由人にとってなんとまあ、難題だわ。と気づかされました。そうだ、丁寧な暮らしをすべきだと、抹茶をたててみる。雑念を捨て一人シャカシャカシャカ…。昨今抹茶ブームでカフェと名の付く場所ではMatcha latteが提供されていますね。茶筌を斜めに持ち、一心不乱にかき混ぜる店員さん。元茶道部としては、んー一違う!!!!と手首を鷲掴みにしたくなります。そんな私はパスタをゆでるときに、パスタを半分へし折って鍋に入れます。だって大きい鍋だとお湯がもったいないんだもの。イタリア人に見つかったら、とがった靴の先で(イタリア人のイケオジはとがった靴を履いているに違いないという固定観念)蹴飛ばされるのでしょうか。

さて、3月に入って悲しいニュースが続きました。幼少の頃アraleちゃんのパンツを好んで履き、きのこちゃんの「あんたイモね」というセリフを多用しておりました。小学生の時、弟と一緒にやったカメラハメ波。当時クラスの男子がノートに書いていた悟空の絵。真似して書いてみたけど、あのとがった髪の毛、バランスが難しいんです。そして、私の小学生時代の心の友ちびまるこちゃん。毎週楽しみにりぼんで読んでいた漫画が、アニメ化されたあの第一話のあの瞬間を今でもはっきりと覚えています。現在進行形で読んでいる漫画と見ているアニメはあるけれど、生活の中の優先順位で断トツ1位になるようなあの感覚はもうめったに味わえないですね。老いというべきか大人になったというべきか。あなたが夢中になった漫画は何ですか？来月号もお楽しみに。(きむらのりこ)



* コミュニティ掲示板のご利用について *

100字までの賃貸・売買等情報のクラシファイド掲載、ビジネス広告は1回(1カ月間)の掲載につき、\$22+GSTとなります。なお、記載情報から生じ得るいかなる問題に対しても弊紙は一切の責任を負えません。予めご了承ください。

COMMUNITY BOARD

*** NJCAカルガリー新移住者協会 * 行事**

➤図書開館日

毎週土曜日(午前10時-12時)
◎祝日ロングウィークエンドは休館します。

➤コンピューター教室

2024年のクラス:3月2日と16日

すべて土曜日(2月17日は休講)

時間:午前10時から正午まで。iPadに関する質問もどうぞ。◎参加ご希望の方はAlex nagaoa@hotmail.comまで必ず事前にご連絡ください。予約が一人もない場合は連絡なしにキャンセルとなりますので、ご注意ください。

➤コーラス部 今しばらくお休み。



★NJCA総会★

日時:4月21日(日)午後1時から2時まで
毎年恒例の新移住者協会総会を行います。
興味のある方はぜひご参加ください。
詳細は下記ウェブサイトにて。

★着物フェア★ 5月19日(日)午前10時~午後3時

5月はAsian Heritage Monthです。着物レンタル/着付け/写真撮影/マーケット/文化体験などを予定しています。着物を着てみたい方、日本文化を身近に感じたい方、お買い物を楽しみたい方はぜひお越しください。入場無料
着物レンタル+着付け:会員\$10非会員\$15
※着付けにはnjca@njcayyc.comまで事前予約が必要です。人数に限りがあるのでお早めにご予約ください。



上記の行事は、日系会館2236 29th St. SW Calgary(TEL403-242-4143)で開催されます。
お問い合わせ、参加申し込みは、ウェブサイト www.njcayyc.comのイベント欄からどうぞ。
電話、メールでの申し込みは永尾多恵子403-650-7634、
ntaeko@telus.net または njca@njcayyc.com から。

★2024年イベント予定★

- 6月:セコハンマーケット
- 8月:運動会
- 9月:お月見Café
- 10月:食べ放題イベント
- 11月:クラフト&フードバザー
- 12月:こどもクリスマス会



※上記イベントは変更になる場合があります。参加される前に必ずウェブサイトにて変更内容や詳細をご確認ください。

www.njcayyc.com



*** CJCAカルガリー日系人協会 ***

◎「日本語TIME」会話を中心に楽しく日本語を勉強しませんか?初心者から上級者まで大歓迎。日本語を維持する為に会話を練習したい方にも是非ご紹介ください。詳しくはmai.nagao@gmail.comまで。

時間:午前10~12時(毎週土曜) ※12月23日と30日は休み
ドロップIN OK

1回会員\$7.50、非会員\$9

◎「Japanese Cultures for Kid's」
しばらくお休みします。



◎「空手クラブ」オープン

毎週水曜日: 子供クラス 6pm~7pm
大人クラス 7pm~8pm
毎週土曜日:子供クラス 10am~11am
大人クラス 11am~12pm



* 月謝:\$65 (変更される場合あり)

* 連絡先: 山城清市403-271-9637/sdcbyama@gmail.com
お試しレッスンもあります。年齢・性別問わず興味のある方はぜひどうぞ。

2024年度会費 (1月1日~12月31日)

NJCAカルガリー新移住者協会(CJCA会費も含む)
家族\$40・個人\$20

次号5月号のお知らせ

発行:2024年4月15日(月)

締切:2024年4月1日(月)

広告/掲示板/記事のお申し込みは
上記締め切りまでにどうぞ。



カルガリーウォーカー

2024年4月号

(2024年3/15発行)

Calgary Walker ★ Issue 270

Editor-in-Chief : Noriko Kimura

calgarywalker@hotmail.com

188 Edgehill Dr. NW, Calgary, AB

T3A 2W7

www.calgarywalker.ca

早い!
便利!
カラー!

Calgary Walker

電子版

件名「電子版希望」
空メールを以下へ。

calgarywalker@hotmail.com

