

Calgary Walker

Issue 268

2024年2月号

LOCAL NEWS

2024年 価格変更の波



年が明け、州および連邦税、各種手数料や公共施設使用料などさまざまな価格の変更が予定されている。カルガリートランジットは1月1日より各種運賃タイプ別に5セントから4.5ドルの値上げをした。昨年の11月に行

われた市議会で運賃値上げに関して賛成票が得られたためこの先4年間、毎年3%の運賃値上げが予想される。また、市が運営するプールやジム等の娯楽施設利用料も10セントから2ドル55セント増額された。どちらもシニア料金を対象に最も値上げされている。1月15日からカルガリー国際空港までタクシーを利用した場合、5ドルのドロップオフ料がかかる。さらに、アルバータ州の原油価格に基づく燃料税が復活することにより、ガソリン、ディーゼル、プロパンの価格が引きあがるのが予想される。昨年から16%の増加を見せた住宅賃貸料も今後インフレが継続すれば上昇するであろう。さらに雇用保険(EI)の保険料が3%増額することに伴い、カナダ年金(CPP)への拠出額も上がる見込みだ。



注意散漫 運転気を付けて

運転中に携帯電話やカーナビの操作をして危うく事故を起こしそうになったことはないだろうか。注意散漫や前方不注意によるいわゆるdistracted drivingは違反行為として取り締まりの対象になる。アルバータ州政府のデータによると、エドモントン市ではカルガリーの3から4倍の割合で違反が多い。過去3年間を比較すると平均有罪判決がカルガリーでは年間約1450件に対し、エドモントンでは約3900件に上る。専門家によると、これは2都市間の運転手の行動の違いではなく、取り締まりの違いに起因するそうだ。AMA広報Schamuhn氏は、ある地域での取り締まりが別の場所よりもより積極的に行われた可能性がるとし、カルガリー市警もこれを否定していない。アルバータ州でDistracted Drivingは10年以上にわたり違法となっており、取り締まりの方法は年々変わっている。現在カルガリー市では、運転中に携帯電話を使用している人を警官が見た場合、300ドルの罰金と3点の減点が課せられる。集中的に取り締りキャンペーンを行ったり、警官にノルマを課すことはない。携帯電話の通知音を聞き、通知をちらっと確認する間の時間は平均して約5秒間。時速100kmで運転していれば目をそらしている間に約140m進むことになる。運転中は携帯電話を見えない場所にしまい、運転に集中しよう。



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

2024年2月号 CONTENTS

Local News & Local Events	1-5	ネットフリックス	9
進め！読書部	6	ソロ活	10
バレンタインレシピ	7	タフティング	11
鬼うま逸店	8	編集後記	11
		日系会館・掲示板	12

LOCAL NEWS



バードウォッチング人気再燃

一般的には定年退職後の趣味として考えられてきたバードウォッチング。最近、若者たちの間で人気の趣味になっている。カルガリー大学に通うスティーブソンさんは、湖や人気の少ない裏道に出かけ、空いた時間をバードウォッチングに充てているようだ。彼を含めた若者の多くがパンデミック中に興味を持ち、グループチャット、ソーシャルメディア、デジタル写真を活用して情報を共有しているようだ。#birdwatchingはTikTokで19億回以上の閲覧数を生み出している。なかでも人気なのはMerlinというアプリで鳥の写真や音声認識機能を使って鳴き声を録音することにより、鳥の名前などの情報、生息場所など地図上で確認することができる。カナダでのユーザー数はここ4年間で16万人から71万人に急増している。バードウォッチング専門のインフルエンサーやポッドキャスターの数も増えており、昔の認識とは大きく変わってクールな趣味へと変化を遂げたようだ。

キャンプサイト予約始まる

年末年始が過ぎたところであるが、もうすでに春から夏の予定を計画している方も少なくないだろう。Parks Canadaによると、今月下旬からサイト予約が開始する。バンフ国立公園内の予約は1月26日午前8時開始。バンフ、クートニー、ヨーホーのバックカントリーキャンピングエリアは1月29日午前8時に開始される。ジャスパーの予約は1月30日午前8時開始。モレーン湖とルイズ湖へのシャトルバスの予約は4月18日以降の開始を予定している。事前に予約サイトでアカウントを作成し予約開始日に備えよう。Parks Canadaは、ロングウィークエンドなどの週末は混雑が予想されるため、可能であれば平日に訪れることを推奨している。また、あまり知られていない場所でも意外と景色が良い場所もたくさんある。Parks Canadaのウェブサイトを中心に良い穴場を探せば、混雑を避けることができる。アルバータ州には26か所も冬にキャンプができるサイトがあり、バックカントリーでは45か所も利用可能だ。州政府は昨年から3年間で21億1300万ドルをレクリエーション施設の改善・拡充に投資する計画を始めている。



2月3日は節分。今年の恵方は



東北東




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

Calgary Walker

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

黄色いうさぎの芸術フェス

1月15日から2月4日までの3週間、市内各所にて音楽、ダンス、劇そして映画のアートフェスティバルが行われます。1982年に創立した劇団One Yellow Rabbitが主催し、地元だけでなく国際的に活躍するアーティストも参加を予定しています。ある「蚊」が身の上話をしながらジャズ音楽と劇が進む”THE STORYVILLE MOSQUITO”は、1月17日から19日までThe Bella Concert Hallにて午後8時から開催。客席で踊りまくれる”OLIO”は、1月18日から28日までDJ Dance Centreにて午後7時半から。1月20日午後2時から、The GRANDにてロボットダンスのイベントが行われます。会場ですぐ段ボールを使ってロボット衣装を作ってから(材料はチケット代に含まれます)DJ Kid Koalaのイケてる音楽に合わせてみんなで踊って弾けよう！記載した3つのイベントはどれも家族向けイベントです。他にも大人が楽しめるものもたくさんあります。



<https://www.oyr.org/hprodeo/lineup/>

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

スキークロス国際大会 in Nakiska

雪上の障害物競走ともいわれるスキークロス。4から6人の選手が同時にスタートし、ジャンプ台やカーブ、様々な起伏を滑り抜け着順を競います。1月18日から21日までThe FIS Ski Cross World CupがカナダスキスにあるNakiskaスキー場で開催されます。選手同士のせめぎあいもあり、見ていて分かりやすいのでカナダでは人気のスポーツです。<https://alpinecanada.org/events/nakiska-world-cup-presented-by-redtag>



バンフSNOW DAYS

毎年恒例のバンフ国立公園内で行われる特別イベントが今年も開催！期間は1月19日から2月4日まで。犬ぞり体験やダウンヒルスキーが楽しめます。小さいお子さんは雪山を大きな浮き輪に乗って下るmountain tubingがいかにもかもしれません。もちろん屋外スケートリンクも開放中。市街地に設置された焚火も冬の風物詩ですね。ホテルに併設された野外ホットタブでの



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？

1000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!!お問い合わせは弊社まで。

calgarywalker@hotmail.com

LOCAL EVENTS

んびり温泉気分を味わうのもおつです。市街地に飾られた完成度の高い雪像は必見！子供が遊べるプレイエリアもあります。<https://www.banfflakelouise.com/events/snowdays>

デンマーク式 Hygge Hut

Hygge(ヒュッゲ)はデンマーク語で「居心地がいい空間」や「楽しい時間」を意味し、Hut(ハット)は小屋だそうです。心の豊かさを大切にするデンマークの文化、素敵ですね。そんなヒュッゲハットをEast Village(4 St SEと7 Ave SE周辺)にて3月まで体験できます。金曜は午後2時から6時まで、土日祝日は午前11時から午後5時まで。川辺を歩きながらライブ音楽に癒されます。仕事や家事に追われ自分を忘れていた人はmust GO! <https://www.evexperience.com/hygge-hut>



RVエキスポ

1月25日から28日までスタンピードパーク内にあるBMOセンターにて、RV(Recreational Vehicle=休暇や娯楽のための車)展示販売会が開催されます。25日は正午から午後9時まで。26日27日は午前10時から午後9時まで。28日は午前10時から午後5時まで。チケットは一人

12.50ドル。17歳以下の子供は無料です。キャンピングカーをお探しの方は、実際に見てあれこれ考えられるのでぜひお出かけください。<https://rvda-alberta.org/shows/calgaryrvshow/>

ルイーズ湖で氷の祭典

夏はたくさんの観光客でにぎわうルイーズ湖。1月26日から28日までと2月2日から4日までの各3日間、Ice Magic Festivalと銘打ってイベントが行われます。凍結した湖上には見事な氷像がライトアップ展示され、訪れた人々を魅了します。時間は午後6時から9時まで。ルイーズ湖へ直接車で行くことはできないので、指定の場所から運行しているシャトルバスに乗りましょう。チケット等詳細はこちらから。www.banfflakelouise.com/events/snowdays/ice-magic 冬はとっても寒いですが、これぞカナダの醍醐味といった雰囲気を楽しめるはずですよ。



Chinook Blast

2月2日から19日まで市街地にあるOlympic Plazaを中心に光のイベントが開催されます。どこもかしこもライトアップされ、毎年大勢の人々で賑わいます。市内各所に光のインスタレーションが設



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

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！
冬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

置され、見てよし遊んでよし写真撮ってよしの3拍子！2月9日から11日まではCity Hall Atriumにてアジアン夜市が開催。2月16日から18日までは同じ場所で、Market Collectiveという地元アーティストのおしゃれな雑貨が並ぶマーケットが開かれます。どれも入場無料です。

<https://www.chinookblast.ca/>

Mt. Norquay相乗り割引デー

2月7日と3月6日、Mt. Norquayでは「Cool 2 Carpool」を実施します。相乗りをしたり、バンフからの無料シャトルバスを利用すればリフト代が格安の29ドルでスキーが楽しめます。シーズンパスを持っている方は、ゲストサービスにてさらなるお得割引



も。二酸化炭素排出を減らし、ガソリン代を節約して財布と地球に優しいことをしよう。午前9時から午後4時まで。申し込みはこちらから。<https://banffnorquay.com/event/cool-2-carpool/>

読者の皆様のご意見・ご感想を大募集中

calgarywalker@hotmail.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/>

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

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。



市科学館でダヴィンチ展

15世紀末から16世紀初頭にかけて活躍した画家、レオナルド・ダ・ヴィンチ。「モナ・リザ」や「最後の晚餐」を描いたことで知られています。芸術家としてだけ



でなく、建築、数学、解剖、航空工学などにおいても多大なる功績を残しています。1月22日から5月5日まで市科学館にて、ダヴィンチ展が開催。チケットは大人26ドル、3から17歳は19ドルです。チケットはこちらから購入できます。3回行けば元が取れる年間パスを購入してもいいですね。www.sparkscience.ca/davinci

没入型アート Mirror Mirror



2月2日から3月中までシヌックセンター内の特設会場にて体験型イマーシブアートMirror Mirrorが開催されます。鏡の反射を利用した光と音楽のインスタレーション。小さいお子さんから大人まで楽しめます。人間の意識と限りない創造性をテーマにした所要時間45分のコースを歩けば、あなたの想像力は2024年大爆発を起こすはず!!チケットは18ドルからこちらのサイトで好評発売中。<https://mirrormirrorexperience.com/>

Furnace
Air Conditioning
Hot Water Tank
Duct Cleaning

Go Furnace
403-910-9304
GoFurnace.com


Check Promot

**RESIDENTIAL
FURNACE & AC SERVICES
IN CALGARY**

* Free In-Home Estimate for New Installation

5.0 ★★★★★
GOOGLE GUARANTEED

OPEN BY WERE LOCAL

BEST Calgary 2023

BBB ACCREDITED BUSINESS



味菜坊
Misai Japa Cafe
みさいばらじゃぱカフェ



YUU 御饈
Seafood Restaurant

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

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

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

10冊目「骨灰」 冲方丁作

文 = 桑島

昨年9冊の作品を紹介させてもらった。毎度何冊か読んだうちでどれを紹介しようか迷ってしまう。時事問題を取り込んだものもいいか、話題になっている作品や作家を紹介すべきか。今回は記念すべき10冊目にふさわしいかどうかはさておき、一気に読めてスピード感のある作品に出会った。冲方丁作「骨灰」である。作者は「うぶかたとう」で題名は“こっぱい”と読む。

都市開発事業を手掛ける大手企業に勤める松永という男が主人公である。自社が担当している現場に関するツイートの真偽を確かめるため、現場の地下へ調査に向かう。ツイートは「火が出た」「いるだけで病気になる」「人骨が出た穴」など物騒なものばかりだ。松永が地下へ下りてみると空気が異常に乾燥しているうえに、嫌な臭いに気づく。なぜか死んだ父親がふと頭に浮かぶ。あたり一面石灰のような白い粉塵が舞う中、松永は先へ進む。人が骨まで灰になる臭いを感じながらパニックに陥りそうになる。読んでいるこちらまで熱く息苦しくなってきた。やっとのことでたどり着いたのは巨大な穴が掘られた場所だった。しめ縄と紙垂(しで)があり、そこが祭祀場であることがわかる。冷静になろうと試行錯誤していると、穴の中



に鎖でつながれた人を発見する。このあたりでもうすでに心を驚掴みにされ物語に引き込まれてしまった。不要な描写が一切なく、簡潔に一定の勢いをもって書かれた文章はかなり読みやすい。松永の心の声が読者の焦燥感も掻き立ててくる。一連のツイートが松永の頭をよぎり、暑さと不安に押しつぶされそうになる中、冷静を保ちながら何とか穴の中にいた男を救出する。そこからが本題である。帰宅した松永を次々に忌まわしい出来事が襲うことになる。

家を建てる前に地鎮祭をしたり、大きな建設現場では上棟式をすることは知っている。作中、「大型建築では、しばしばそういう空間が作られる」と書いてあるが本当にあるのだろうか。人が生贄の役割をするなんてことは日本という近代社会においてあるはずはないのであるが、もしかすると考えてしまった。さらに、作者の文の書き方がなんとというか、怖い場面も臨場感たっぷり書いてあるのであるが、それ以上に「これでももしかすると、こういうことか!？」と恐怖が後から湿気を帯びてやってくるタイプの書き方をしているように感じた。

一度ページを繰ればもうこの世界から逃げることはできないと感じさせる作品だ。この手の小説は最後を曖昧にして終わるものが多いが、これは割と起承転結がはっきりとしているのでおすすめだ。家族を救おうと奔走する松永に自分を重ね、最後は家族のぬくもりも感じた。読後感は悪くない。ただ、高熱、悪臭、乾燥が読んだ後も感覚として残ってしまった。特に身の回りに白い粉がついていないかとしばらくは気にしてしまいそうだ。触らぬ神に祟りなし。

Open Path
INCLUSIVE COUNSELLING

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: amikatocounselling@gmail.com



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>

RRSP購入は3月1日まで
2023年度のRRSP(定年後のための貯蓄用銀行口座)購入期限が迫っています。節税対策で購入を考えている方は忘れずに買っておきましょう。限度額については2022年のタックスリターンをした時に政府から送られてきたTax Assessmentを確認しましょう。

*** 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。

HAPPY RECIPE

■不定期掲載 いろいろレシピ■

罪悪感なし バレンタイン チョコデザートの作り方



文=こころ/手作り愛好家



2月14日はバレンタインデーです。大切な人と素敵なレストランでお食事をしてプレゼントを交換したり。日本では女性が男性にプレゼントをする日ということになっていますが、カナダではその反対だからいいものをいただいたり。子供たちはクラスメイトにカードを配ったり。年代によって様々な楽しみ方がある不思議な日だなと思います。個人的にはそのどれにも当てはまらない年代で、でもなんだかイベント的なことをしたいという方。今年はヘルシー系のデザートを作ってみてはいかがでしょうか。「がっつりチョコや生クリームは少々胃にもたれる」「焼いたり泡立てたり面倒なことは嫌い」という方にピッタリのレシピをどどーんっと2つ紹介します。一つはオーツチョコカップ。もう一つはスニッカーズボールです。どちらもオーブンで焼く工程がなく、ブレンダーでぶいいいーっとするだけで簡単に作れます。体を鍛えている方や忙しい日々を過ごす方のエネルギー補給にも使えますよ。ナッツを使っているの、アレルギーのかたのため、もしお友達にプレゼントする方がいたら注意してください。

【オーツチョコカップ】小さめ5〜8個分

材料:オーツ1.5cup、チアシード1tsp、1/2cup乾燥ココナッツ、デーツ7粒、1/4cupアーモンドなどの好みのナッツ、溶かしたチョコレート(トッピングに使います)



●作り方●

- ①ブレンダーかフードプロセッサーにトッピング用のチョコ以外の材料をすべて入れて砕く。材料がドライすぎるようならデーツを2粒ほど追加する。逆にウェットすぎるようならオーツを追加する。
- ②キッシュ用の型(なければ小分けできる好きな型を使う。)に紙カップを敷き、①を分けて入れる。※平たく伸ばして食べる時に好きなだけ切って食べてもいいです。
- ③溶かしたチョコレートを上からかけて、冷蔵庫で冷やし固めたらできあがり。

【スニッカーズボール】8〜10個分

材料:オーツ2cup、1/2cupピーナッツ、デーツ10粒、1/2cupメープルシロップ、1/2cupピーナッツバター、溶かしたチョコレート(最後のコーティングに使います)

●作り方●

- ①コーティング用のチョコ以外の材料をブレンダーかフードプロセッサーに入れて砕く。
- ②手で小さく丸めたら、溶かしたチョコで周りをコーティングしてパーチメントペーパーの上に置く。冷蔵庫で約1時間ほど冷やし固めたらできあがり。





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





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

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

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。



■気になるお店の不定期連載■

本日の鬼うま逸店。

文・写真＝一豊

安くてうまい店を求めて日々さまよう。多少愛想が悪い店でもそれもまた“おつ”だと思える懐の深さを持つ。飛び込みで入った店が当たりだと、得も言われぬ幸福感に満たされる。フードレビューはあまり気にしない。

知人曰く、「年末年始に休みをもらえるだけ幸せだ」それはありがたいことなのだが、どうも一日のリズムが乱れてしかたがない。日の出とともにいつもより2時間遅く起床する。もしかしたらこれがヒトとして正しいのかもと思う。このまま朝食をとると、自動的に昼飯が午後2時ごろになり、晩飯も遅くなる。「そうだ、ランチしよう。」

でかけたのは、Monki Breakfast Club & Bistroである。ダウンタウンのベルトラインエリアに1号店を構える朝食屋だ。老若男女問わずカナダの方々から人気を集め、今ではイングルウッドとグリーンウィッチと合計3店舗が営業している。午前10時前に到着したのだが、もうすでに朝食を楽しむ客たちが席が埋まりつつあった。周りを見渡せるようなタイプの店員がいないようで、少し待った後、席に案内された。早速「とりあえず生」の雰囲気「とりあえずコーヒー」を注文し、メニューを探す。見当たらない。それらしきものを開いている周りの客もいない。テーブルの上にはQRコードが書かれたステッカーがある。コロナ禍のあたりから一気に広まったこのシステムが好きではない。しかし順応順応と言い聞かせスマートホンをとりだし、メニューを物色する。隣の席から漏れ聞いた情報によると、朝10時前だというのにポークとチキンがないそうだ。店長が予



測を誤ったのか、年末年始だから仕方がない。ハムエッグやソーセージは家でも食べられる。せっかくだから普段食べないものを食べてみようと、Elvis French Toastを注文した。普段なら「なぜエルビスフレンチトーストなのか」と店員に質問しているところであるが、ぱっと見そんな愛想のよい店員はいなそうに見えたため、一人グーグルに質問してみた。するとアメリカの定番料理として「エルビスサンドイッチ」というものが存在するようだ。なんでもアメリカのロック歌手エルビス・プレスリーが愛したおふくろの味ということだ。

ほどなくして、エルビスサンドイッチのスピノフ版がテーブルに到着した。見た目は若い女性が好きそうな一品である。フランジェリコクリームチーズとピーナッツバター、キャラメリゼされたシナモンバナナ、ホワイトチョコレートそれにベーコンが甘〜いフレンチトーストに挟まれている。クリームチーズにヘーゼルナッツのリキュールと粉糖を混ぜたフランジェリコクリームチーズが挟まれているだけでもかなり甘いはずだ。もちろんメープルシロップもたっぷりかかっている。何かが覚醒しそうな甘さだ。ピーナッツバターが腹にくる。恐ろしやカナダ人。いやアメリカ人。ただ、ベーコンと一緒に食べるとこれまた甘塩っぱくて無限ループに陥ってしまった。うまい。うまいぞ。これは中毒性がありそうだ。エルビス最高。これまたカロリーはいかほどかと頭をよぎったが、無駄な骨折りはやめた。食べ終えたころにはうっすら我が首筋にゴジラの模様が刻まれていたであろう。再生能力が備わるほどのゴジラ級カロリー爆弾であった。

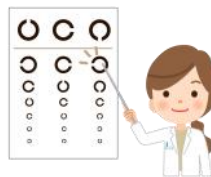


【Monki Breakfast Club & Bistro】

Greenwich店 : 50 Greenbriar Dr NW Unit 130, Calgary
 Mon - Fri: 8:30AM - 2:30PM Sat - Sun: 8:00AM - 3:30PM
 他にBeltline店 (1301 10 Ave SW)
 Inglewood店 (4-1420 9 Ave SE) があります。
www.monkibistro.ca


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

Calgary Walker 2016年以降の
 バックナンバーはこちらから
www.calgarywalker.ca

* 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。

NETFLIX

■ホームエンタメ最高峰コラム■

お気楽ねとふり生活

文=加藤

今年一年を年末に振り返ってみたのだが、Aと自慢できるほどでもなくB+程度であったように思う。新年を迎え期待と希望に満ち溢れた未来が待っていると思いたい。今回は、皆が意識の底で薄く不安に感じていることを映像化したような作品を紹介する。

「Leave the world behind」邦題は「終わらない週末」である。原作は2020年に出版されたルーマン・アラム作の小説だ。驚くべきことにこの作品のエグゼクティブプロデューサーとして、オバマ元大統領夫妻が名を連ねている。かつて世界の裏の裏のそのまた裏まで知りえる立場にあり、今なお影響力をもつオバマ氏だ。信憑性が増すではないか。物語は、イーサン・ホーク演じるクレイとジュリア・ロバーツ演じるアマンダ夫婦が、週末に豪華な別荘を借りて二人の子供たちとのんびり過ごそうと計画するところから始まる。別荘に車で行く途中娘のロージーがタブレットで“フレンズ”を見ている。今の子でもフレンズを見るのかと違和感を感じる。これが後に物語のスパイスとなる。かなり豪華な別荘に到着するや、携帯電話の電波障害が発生し、パソコンやテレビも使えなくなってしまう。では海にでも出かけようということで、ビーチでゆっくりしていると海岸に巨大タンカーが打ち上げられる。不安を感じているところへ深夜、別荘の所有者だと名乗るマハーシャラ・アリ演じるG・Hとその娘が訪ねてくる。マンハッタンで停電が起き、避難してきたのだという。不穏な空気が満ち溢れてくる。しかしまだ序盤に過ぎず、一家を“普通でない”出来事が襲うこ

とになる。

この作品、最初から最後まで一貫して不穏な空気と薄気味悪さが漂っている。人間はまさかそんなことは起こるはずはないと、常に楽観的に考える側面がある。最悪の事態が身に降りかかるその瞬間まで、問題から目をそらしがちである。そんな感情をつつくような作品だ。我々がいかに普段からデジタル技術に頼る生活をしているか思い知らされるだろう。異変を察知した野生動物が現れるシーンや、息子の歯がぼろぼろと抜け落ちるシーンは恐怖でしかない。世界が混乱するのは、その黒幕がいるのではなくいくつか小さい混乱を与えてやれば、人間はお互いを傷つけあい始めるという言葉が頭に響く。



新年一回目から暗い内容になってしまった。明るい側面から感想を述べるとすれば、出演者が豪華なことだろうか。主演の二人に加え、ケビン・ベーコンも近隣の住人として登場する。Netflixのマーケティングは優秀である。この作品のターゲットは50代に違いない。そしてオープニングが謎にイケている。オバマ氏好みの曲なのだろうか。近い将来起こりそうな内容だから、ぜひ見てほしいと思う。

AUTHENTIC



RAMEN ICHINEN
らーめん一食 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
f @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。



HAPPY SOLO LIFE

■ぼっちながらの楽しみがある！■

ソロ活のおはなし

第17回「縁起物!? 氷瀑を見に行った」

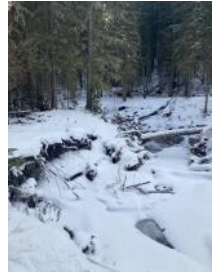
文=ことり

あけましておめでとうございます。新年1回目の記事になります。おめでたい！だけど、私は2023年のクリスマス前、どこかに出かけようと思いつながりながらも結局行き先が決まらなくて、地味に家で過ごすことに決めました。普通の食事では味気ないと思ったので、いつも作らないような手の込んだ料理を作りました。作り始めるとあれもこれもと作りたくなくて、気づけば大食いユーチューバーかってくらいの量を作ってしまった。3日間くらい食べ続けて、テレビ見てお昼寝してゆっくりと英気を養いました。もっとゆっくりできそうだけど、さすがに4日目となると外に出たくなり、体も動かしたくなりました。気温もプラス一桁台で、山のほうもカルガリー市内と気温が変わらない。これは行くしかない！ということで、少し足を延ばしてカナナスキスにあるトロール・フォールズに氷瀑を見に行きました。

トロール・フォールズはカルガリーから1時間弱車で走ったところにある人気のハイキングスポットです。トレイル内に3つ滝があって、一つ目の滝まではかなり緩やかな散歩道が続いているため、小さい子供連れママさんから人気のスポットです。到着すると、暖かいとはいえ地面にはまだ固い雪が残っていました。噂通り、小さい子供や赤ちゃんをベビーキャリアで抱えるママさんたちの姿がありました。滑って転んだら危ないかとも思いつながりながら、ハイキングを開始しました。高い木々の中を通り抜けるようにトレイルを進みます。暖かい日でしたが、森の中に入ると日陰で冷えましたが、勾配が緩やかなトレイルで歩きやすかったです。途中で倒れた木を使って作ったと思われるティッピーのようなものが2つ見れました。中に入ってみようかと思ったんですけど(実際前を歩いていたカップルは、入っていた)、何かで固定されているように



見えなかったので外から写真を撮るだけにとどめました。10分ほど歩くと開けていて遠くに山が見える(名前はわかりませんが)とっても気持ちのいい場所に到着。まだ10分しか歩いてないんですけど、ハイキング初心者なんで結構満足しました。さらに歩くと途中トレイルが分かれている場所が数か所あります。いろいろな道筋で行けるみたいです。今回の目的は氷瀑を見ることなので私はひたすら「トロール・フォールズ」と書いてある看板の指示通りに歩きました。こんなに暖かくて滝が凍っているのかという一抹の不安を抱えながら、歩みを進めます。ちよろちよろと川の流れる音が聞こえ、もう見れないかとも思っていると、目の前に氷瀑が見えました！！滝の内側は水が流れているようでしたが、表面は凍っています。初めて



見た氷瀑。規模の小さいものだろうけど、感動しました。きれいだし、凍っているけどマイナスイオンを放出しているような、パワースポット的な印象を受けました。

上のアッパー・フォールズも行こうと思いましたが、そこから急な登り道になっていて、やっぱり雪山用のスパイクが付いた靴を履いて来ればよかったーと後ろ髪をひかれながら下ることにしました。帰りは森の横側を通る木々のない道

を歩いてついジャケットを脱いでしまうほど体が温まりました。トレイルの入り口から一つ目の滝まで往復して約1時間程度でした。カルガリーからも遠くないですし、雪の少ない暖かい日に初心者さんが軽装備で出かけるにはとてもいい場所です。次回は雪山用の登山靴で上のほうまで行ってみたいと思います。2024年新しい趣味が増えそうです。

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 = Yummy Bobaさんからの投稿



最近楽しそうな体験型あそびスポットを見つけました。それは、**TUFT LOVE STUDIOS**というお店で、タフティングを楽しめます。タフティングとは、カーペットやラグなどを作る織物技法のことで、タフティングガンという銃のような道具を使って毛糸を束にしたものを布に打ち込んでいきます。初心者でも優しく教えてくれるみたいです。50cm×50cmの大きさで\$149、70cm×70cmで\$199、1m×1mの大きいものだと\$349だそうです。大きいものはラグになりそうですし、小さいものだと壁にかけてインテリアとして使えます。このお店ではほかにも真っ白いくまちゃんに絵の具をかけ流して、世界に一つだけのマーブル模様のくまちゃんを作れるっていうのもやっているみたいです。お値段はタフティングに比べると高く、キーチェーンになる6cmのくまちゃん\$39です。23cmのもので\$88、33cmで\$148、52cmだと\$268、一番大きい70cmのサイズで\$358です。23cm以上だとくまちゃんかうさちゃんを選べます。場所は4029 8st SEにある建物の2階#106です。木曜から日曜までの営業です。4に以上のグループで申し込むと1割引になります。完全予約制です。

www.tuftlovestudios.ca/services



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 *

遅ればせながら、読者の皆様明けましておめでとうございます。本当に地球滅亡するんじゃないかと思うほど暖かい12月下旬が過ぎ、年が明けて生活が通常運転になってくる頃にぐんと寒くなりましたね。今年の年末年始は、時間を無駄にしてはなるまいと、とりあえず掃除と読書、寝る間を惜しんでゲームとテレビにいそしみました。手先が器用選手権に始まり、M-1と。夜な夜な応援していたヤーレンズは惜しくも2位でした。いや、あれは実質令和ロマンと同率1位だったような。そして、運動会のお弁当と見間違えそうなおせちを作りました。なますと黒豆が入っているからと己に言い聞かせ、おいしくいただきました。年越しそばとしてざるそばを食べて、ちょっとずれたお正月を過ごしました。いいんです。気分的なものですから。K-popとアニメ増し増しの紅白歌合戦を見ればそれでいいのです。今まで年末年始になると体調を崩しがちだったのですが、今回はすこぶる体の調子が良かった。これはもしや、9月からほぼ毎日食べ続けているリンゴのせいではなからうか。9月に収穫した300個ほどのリンゴ。結局2023年の間に食べ終わることができず残すところあと7つ。(腐らせてしまったのはたったの1つでした。)リンゴって常温で3カ月以上もつのだなということと、多少しわしわになったリンゴのほうが味が凝縮されておいしくなることを学びました。2024年はより大きな実がなるように枝を剪定し、目指せスーパーで売っているリンゴさこさえるべ。

さてさて、みんな大好きTim Hortons。毎年行われているドーナツ選手権で長年一位だったポストクリームが陥落し、なんとアップルフリッターが1位に輝きました祝祝祝。20年来の友おめでとう。ちょっとあぶってバニラアイスと食べると幸せになります。もれなく腰回りの浮き輪肉のおまけつきです。と浮かれてばかりもいられないですね。年明け早々能登半島地震が起こり、飛行機の事故もありました。何かわかりませんが、何か迫ってきているような感覚がします。近い人も遠い人もただただ無事であることを祈るばかりです。今年アメリカ、ロシア、台湾など世界中で選挙が行われる年だそうです。自然環境と世界情勢を鑑みると、世界中が安寧の世になる未来を想像することが困難になってきました。個人的には日々の生活を精一杯過ごしていくことしかできなさそうです。2024年も皆さんの心の隙間にすっと入り込む紙面にしていきたいと思う次第です。本年もよろしく願いいたします。(きむらのりこ)

二〇二四年も
よろしく願いいたします。



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: 1月20日 2月3日、3月2日、
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。

★2024年イベント予定★

2月: 豆まき 3月: 子供ひな祭りParty

4月: 定例総会

5月: 着物フェア

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/sdcbayama@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3月号のお知らせ

発行: 2024年2月15日 (木)

締切: 2024年2月1日 (木)

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。



上記の行事は、日系会館2236 29thSt. SW

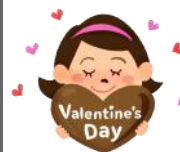
Calgary(TEL403-242-4143)で開催されます。

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。



* 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ィ
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。

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

カルガリーウォーカー

2024年2月号

(2024年 1/15発行)

Calgary Walker ★ Issue 268

Editor-in-Chief : Noriko Kimura

calgarywalker@hotmail.com

188 Edgehill Dr. NW, Calgary, AB

T3A 2W7

www.calgarywalker.ca

