



豚バラとレモングラスの出汁

豚バラとレモングラスの出汁

砂糖、塩を混ぜ、満遍なく豚バラにまぶす。プラス 包み冷蔵庫で5時間から1度に設置し2時間30分焼く。

ティックラップで空気なくその間に出来、レモングラス、生姜、を鍋に入れ細

日おく。オープンを32度に設定し2時間30分焼く。

全ての材料を火にかけ湧き出したら火を止め、小さめの容器にうつし、すぐに冷凍庫にいれる。1時間おきにフオーケでかけてシャーベット状にする。5時間ほどで固まつたところを開けた生牡蠣に盛り付ける。そのほか盛り付け1チ
酢
り、金箔（あれば）、ポン

オイスターとセロリタイムグラニタ

食事	
セロリジュース	1カップ
ライムジュース	2テーブルスプーン
砂糖	80g
生牡蠣 (blue point, Kumamoto oyster が おすすめ)	6



火で5分。だし汁をコシ、もう一度鍋に移し、醤油、塩少々、溶き片栗粉をいれ。出来上がった豚バラを2センチ角に切り、上からレモングラス出汁をかけ。骨なしの豚バラ 500g
 塩・砂糖 50gずつ
 出汁 200ml
 レモングラス 10センチ
 生姜 2センチ
 薄口醤油 1テーブルスプーン
 塩 少々
 溶き片栗粉 2テーブルスプーン
 ホーリンダインズソース 黄身とレモンジュースと塩をボールに入れ混ぜる。
 パンを2センチ角に切り、雲丹をのせ、ホーリンダイズソース、ライムゼストトを入れて、ウイスクで混ぜる。

ホテルの味を家庭で簡単に



雲丹トースト

食材	
日本の食パンまたはブリオッシュ	1切れ
雲丹	50g
いくら	1テーブルスプーン
ライムの皮のゼスト	1個
ホーランダイズソース	
卵の黄身	2個
レモンジュース	1ティースプーン
塩	少々
溶かしたバター	120g

マンハッタンから一駅で
150人規模の結婚披露宴
が屋上でできるブルックリ
ン、グリーンポイントにあ
るザ・ボックスハウスホテル
のエグゼクティブシエフ
彰子タナワーさんにホテ
ルの味を家庭で楽しめた
料理を今回紹介いただいた
トライベッカのNOBU
イレブン・マジソンやシ
ーク・シャツクなどを経営
するレストラン王ダニー
マイヤーのケータリング部



The Box House
Hotel

77 Box St,
Brooklyn, NY 11222
TEL: (718) 383-3800

The advertisement features a red background with gold star and snowflake patterns in the corners. The top half has the brand name "KORIN" in large white letters, with "since 1982" in smaller script below it. Below the brand name is a large text in Japanese: "Holiday ギフトは光琳で 日本製の包丁やキッチン用品を贈りませんか？". The central image shows a collection of KORIN products: two knives in their red and white patterned boxes, a small Christmas tree in a glass vase, a small Christmas tree on a gift box, a digital timer, a white ceramic bowl, a whisk, and a box of stainless steel cutlery. The bottom half contains the text "ショールーム、又はオンライン www.korin.comにてご覧ください" and the address "57 Warren St, New York, NY 10007".

kikkoman おいしい記憶をつくりたい。

味わい贅沢 生ししょうゆ

しぼりたて生しょうゆ おさしみ再仕込み 生しょうゆ

いつでも新鮮 塩味まろやかでさらりと美味しい 極上の生しょうゆ

開封後常温で90日たっても美味しいそのまま!

一滴ずつ注げて液ダレなし!

酸化を防ぐやわらか密封ボトル。

しょうゆが空気に触れない
二重構造

ボトル 内袋

押して出す

内袋だけ小さくなる

www.kikkomanusa.com お求めはお近くの日系マーケットへ!

©2022 KIKKOMAN SALES USA, INC. KIKKOMAN is registered trademark of KIKKOMAN CORPORATION

ローカル
スクランブル
Brooklyn



日本から来ました各都市担当者の皆さんと松田さん（左端）



JAPAN テーマに 1日ホリデーマーケット MIKA で 12月 11 日開催



サステナブルJAPAN展

ニューヨークローカルのクリエーターとブランド日本のカルチャーを繋げる非営利団体UPSTAIRS NYCは1月11日(土)午から午後8時までブルックリンのダイニングカフェレストランMIA (25 Thames Street, Brooklyn, NY 11206地下鉄Jライン、モーガン駅下車徒歩2分)で、人気和食レストランが集合したホリデーマーケットを開催する。屋外パティオも含めた8700平方フィートの同店が1日だけホリデーマーケットになる。和食の人気メニュー、プライムビーフステーキ(Mt.Fujiレスト

A woman with long dark hair is seen from behind, looking into the window of a Japanese restaurant. The window display features a large red lantern and a yellow sign with the characters '祇やき' (Kiyayaki). Inside the restaurant, a person wearing a red apron is visible. To the left of the window, there is a vertical sign with the text '日本の和食レストラン' (Japanese Traditional Restaurant) and 'やお祭りフードが満載' (Full of Festival Foods). The overall atmosphere is warm and inviting.

サステナブル・ジャパン
事務局主催による地方都市
商品サンプル展示会がJ
ラボビル内1階のブルツ
リン・ビューティー・フ
ツーション・ラボ（BBF）
で27日まで開催され
る。19日夜、NYのイン
ルエンサーやデザイナー
クリエイターを招いたレ
ブションが開かれた。
今回日本から出展して
るのは、京都、倉敷、鳥羽
東京渋谷で、地元の甘酒
身障者が手作りしたマフ
ラー、マスクカットのドライ
パンデミックが日本より
足先に米国で一段落した

とから、円安ドル高を追風にした地方産品の対米進出し機運が高まっている。事務局の松田友穂さん（ハンデイデジタル取締役）は今後独自の販売サイトを立ち上げて、海外直販のオンライン販売につなげたいとしている。実際に商品を対面方式でサンプル展示して、その商品の手触り感、実物感を体験するのは、ネットの画面で拡大して得られる情報よりも遥かにリアルであることは確か。巢谷もりでオンライン販売が急速に伸びた一方、パンデミック後はオンライン販売の売り上げが落ち、アマゾン

などでも大量の解雇者が出て、オンライン販売は米国で岐路に立ち新たなチャプターに入つたと言える。その意味でも対面のシンプル展示からオンラインに遡る逆流顧客誘導型が今後主流になつていくものと見られる。

日本の地方都市と米国とを結びつける活動を長く続けていたJコラボ代表の佐賀関等さんは「この流れはパンデミック後に急拡大されるもの」と見ており、来年春までに同施設を改修工事してさらに商品構成をエンブリューザーに可視化できるよう整備したいという。

ラン提供)、ラーメン、子丼、神戸牛寿司、たこ焼き、焼き鳥、焼きそば、茶ティラミス、ほうじ茶、リン、酒ティスティングなど、メニューが10ドルから15ドルで楽しめる。入場無料で一般公開。お得なフード&ドリンクのチケットは前売り12ドル(ドリンク1杯無料と1品フード5ドル引き)。また、シネル、ラノコムなどのブランドやVogue、ELLEなどで活躍の超人気イラストレーターIzak・Zenn(アイザック・ゼノウ)特別に和をティストにし、ライブステッヂを人數限りで行う。また、歌舞伎背景アーティスト小野原和の作品も展示される。細はウェブサイト<http://www.eventcreate.com/e/holiday-market>





北米伊藤園 新俳句グランプリ 2022

「10月選考通過作品」

「北米伊藤園・新俳句グランプリ2022」の10月分の応募を締め切り、厳正な検証作業の結果、掲載されている日本語7句、英語7句、日英句(18歳未満)7句が選出されたことをお知らせします。多くの方々から応募を頂いたことに深く御礼申し上げます。

今回選ばれた俳句は年間大賞の候補作品となります。今後も各月に日本語7句、英語7句、日英句(18歳未満)7句がセミ・ファイナリストとして選出されます。

英語部門

nodding off
snowflakes tapping
at the windowpane
—Earl R. Keener, WV

coming down
from the mountain
early winter
—Rick Jackofsky, NY

ginger rice
brushstrokes of autumn
along the river
—Marilyn Ashbaugh, MI

bamboo grove
a niche for each
winter sparrow
—Ruth Holzer, VA

skewered by
pagoda's finial--
hunter's moon
—Stephen J. DeGuire, CA

fall migration
shifting colors
in the still life
—Lorraine A Padden, CA

sandcastles
the incoming tide
erodes a fairytale
—Valentina Ranaldi-Adams, OH

一休み夏の盛りの 分水嶺
はぎはら敏子 NY州

滝俊明 NY州

ワイヤーの動きに合わせず濡れ落ち葉
高尾利子 NY州

三十一に流れし文字は いわし雲
（みそひと）
櫻井陽子 NY州

紙袋くしゃと抱く夜の 金木犀
クリスティン・リー PA州

紅葉を見ながら戦う アレルギー
（サンアントニオ日本語補習授業校小6才）
宮下眞妃 TX州

ヤンキース 秋終結の 内野ゴロ
前田周夫 NJ州

少年の梨シャクシャクと頬張りて
前田須美子 NJ州

（ボストン日本語学校小3才）
高見朱 R.I.州
（サンアントニオ日本語補習授業校小6才）
宮下眞妃 TX州

18歳未満部門

朝ははれ それでもよるは 雨ザーバー
（ピツツバーグ日本語補習授業校小4才）
明渡真信 PA州

あきしごれ 大谷めざして シャトル打ち
（ピツツバーグ日本語補習授業校小5才）
渡部潤 PA州

がさがさと月と歩くよ 落ち葉たち
（ピツツバーグ日本語補習授業校小6才）
原悠冴 PA州

おつとつと足元ちゅうい どんぐりだ
（ピツツバーグ日本語補習授業校小3才）
黒田紗奈 PA州

秋のちょう 群れで飛び立つメキシコへ
（サンアントニオ日本語補習授業校小6才）
宮下眞妃 TX州

天気雨 やさしくふって 木にぽつん
（ボストン日本語学校小3才）
高見朱 R.I.州

応募要項 www.artofhaiku.org

本年度の作品募集は終了致しました。本グランプリが開始された本年1月から10月までにセミファイナリストに選ばれた全作品の中から、下記審査員が厳正な審査をし、11月中に各部門から金賞1名、銀賞1名、銅賞1名が選ばれます。審査終了後、各賞受賞者には通知され、12月に賞品、賞状が郵送されます。各賞の受賞作品並びに表彰式の様子は、「週刊NY生活」2023年新年号紙面、「週刊NY生活デジタル版」2023年新年号(<http://www.nyseikatsu.com>)で発表され、受賞作品は当グランプリウェブサイト(<http://www.artofhaiku.org>)にも掲載されます。

賞品

金賞3名(各部門1名ずつ)：
ITO ENのお茶(ボトル)3ケース
+トロフィー

銀賞3名(各部門1名ずつ)：
ITO ENのお茶(ボトル)2ケース
+トロフィー

銅賞3名(各部門1名ずつ)：
ITO ENのお茶(ボトル)1ケース
+トロフィー

俳人 大高翔 SHO OTAKA

1977年徳島県生まれ。俳人。13歳より作句。ライフワークとして、子供たちや初心者への作句指導を行う。近著に入門書『ゼロから始める俳句入門』、最新句集『帰帆(きはん)』。藍花(あいばな)俳句会副主宰、俳人協会幹事、京都芸術大学非常勤講師、日本ペンクラブ会員。公式サイト <http://www.shootaka.jp>



俳人 江坂衣代 KINUJO ESAKA

1988年～
大串章主催俳句結社
百鳥所属同人
2001年～09年
NY句会設立・代表
2014年～
俳人協会会員



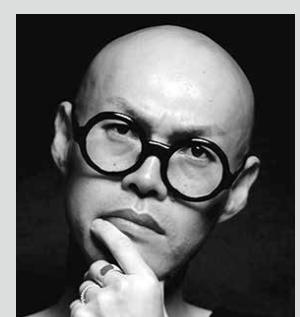
ジャズピアニスト、 作曲家 大江千里 SENRI OE

大阪出身。シンガーソングライターとして日本で活躍後ニューヨークへ。最新作7作目「Letter to N.Y.」はパンデミックの中PCとキーボードを使い一人で完成させた意欲作。アトランタ、デトロイト、アルバニアなどのジャズフェス、ミルウォーキーサマーフェスタ2021に出演。近著に「マンハッタンに陽はまた昇る」。
note.com/senrigarden



書画家 田中太山 TAISAN TANAKA

1978年和歌山県生まれ。2000年から書画家として活動を開始。代表作は文字を絵にする「笑文字えもじ」と大筆2本を自在に操り書く大作書画パフォーマンス。合計依頼作品点数は5万点以上。自身が主催する「笑文字塾」には年3千人を越える生徒が集まる。2015年からNY在住。



【英語俳句審査員】俳人・編集者 スコット・メイソン SCOTT MASON

「The Wonder Code : Discover the Way of Haiku and See the World with New Eyes」の著者、同書はHaiku FoundationからTouchstone Distinguished Books Award、Haiku Society of AmericaからHMerit Book Award (Prose) を受賞し、Kirkus Reviewsによる「2019年のベスト100インディーブック」に選ばれた。2011年から21年までオンラインおよび印刷俳句ジャーナルThe Heron's Nestの編集者、現在はHaiku Foundationの戦略部長を務める。自身の俳句は24以上の国際大会で最優秀賞を含む200以上の賞を受賞。



文化祭の時であれば、受験に下許いに進む。制服校が可否を問うたが、確認服が维持する。貴重な経験で生徒たちは訪ねる。そこで、親子登場の問題が現れる。その後、親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。

入試問題は、親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。

お母さんとお父さんは、親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。

クレジットカードの記入欄には、親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。

親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。

お母さんとお父さんは、親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。親子登場の問題が現れる。

本欄への相談は
フレンズ帰国生母の会
●ホームページから
<http://fkikoku.sun.bindcloud.jp/>

1983年10月設立。海外在住経験のある母親たちのボランティア団体。海外赴任のアドバイス、帰国子女入試・編入など、海外生活教育相談を中心に活動している。



ニューヨークで短期滞在サービスアパート&長期賃貸物件のことならお任せください!

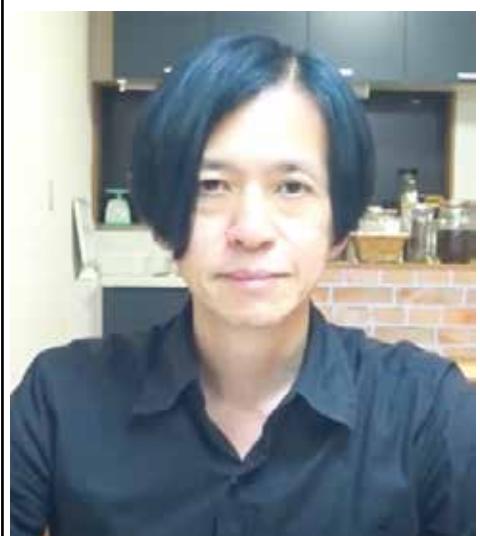
ご契約まですべて日本語対応で安心
お気軽にお問い合わせください!

不動産お悩み無料相談室(予約制)
世界34拠点の海外ネットワークがお手伝い致します。

事業拡大のためエージェント&プロパティマネージャー急募
1460 Broadway, Suite 6024, New York, NY 10036
Tel: 212-599-7697 • Email: otoiawase@startsnewyork.com



泡は弾力が命！



ネイルケアリスト 矢野ユウジさん (マイベストプロ登録講師)

ニューヨーク日系人会は、第16回秋のヘルスフェアで、NY日系ライオネズクラブの企画「大人の教養シリーズ」を開催。今回は「コロナだけじゃない!普段の風邪や万病予防に手荒れを抑える優しい手洗い方法」をネイルケアリストの矢野ユウジさんを講師に迎えて解説する。このセミナーはファーストブランド(本社大阪市)のマイペストップロに登録されている講師をオンラインで米国の読書者に届けている。ハンドクリームでいいが、できればローションのような液体を勧める。爪周りは歯ブラシを使つて加湿すると効果あり。

**肌がピカピカになる！
泡だて手洗いと加湿で**

多くの人が「幸せな自分」を探しているようです。本当に幸せな人間は、何をしていても、していなくても、ただ幸せなのです。時には怒っていることがあるかも知れません。不安な時や悲しい時があるかもしれません。でも、本当に幸せな人間は、様々な人生の難題にぶつかつても、根本的に幸せなんです。

ください」と「〇〇+幸せ」は異なります。後者の「〇〇+幸せ」をやつていらは「幸せな自分」を誤解しています。食事会、旅行、パーティ、コンサート、セミナー参加などなど、疲労困憊して、結局不幸せな自分に戻るまで、エキサイティングと思われるエンターテインメントで、スケジュールを忙しく埋め続けるのです。仕事中毒に

なる人もいます。傍から見ると、「幸せそう」、「楽しそう」に見える何かをする上で、不幸を感じる自分が逃げているのです。疲れて動けなくなると、目の前にいる家族や友人に、そのイライラを怒りの感情としてぶつけるのです。私のところのクライアントは、「僕ママは、何時もイライラしていて、僕に意地悪をするんだ。」つと、溜め息とともに打ち明けてくれま

問題です。そのため「喜び」だけを求める、他6つの感情を避ける傾向にあるのです。これら7つの感情は、それぞれ過剰であつたり不足したりすれば、病気になります。例えば、他6つのネガティヴと呼ばれる感情をさけるがゆえに、「喜」というエネルギーを求めて過ぎて過剰になれば、心臓の患を招くのです。つまり、「喜」もほどほどにしないと病気になるという事で

のエネルギーのバランスは、安定し、元気が生産され、病気になつてもすぐに治る、つまり自分を再統治できるという事なのです。病気から元気へと再統治された時には、病気以前の人間性を向上させて「〇〇＝幸せ」な人間へと一步近づくことになります。これが病気の役割であります。病気を招いた生活習慣を反省し、病気を克服することで、「〇〇＝幸せ」な人間に近づく、つまり自分を再統治できるのです。

不都合な自分を受け入れ
みてはいかがでしようか。
カストロ・岡牧子・米田
栄養コンサルタント協会認
定コンサルタント、GAC
S認定食事療法士、フード
ルデングライス・メンバ
ド認定プラクティショナー。
100%健康で幸せな人生のための「マキノ・
ソシエ」を指揮。Natural
HealingArtists創業者兼
表。NaturalHealingArtists
com

間違つた「幸せな自分」の追求は、病気の先



カストロ岡牧子の



た。「Women's Bodies Women's Wisdom」の著者であるクワズチヤン・ノースラップ医学博士は、彼らの事を「エネルギーの吸血鬼」と呼んでいます。

す。始終、嬉々として喜ん
でいたら、疲れるのは当然
ですね。「喜」と「幸せ」
は、別のものであることを
認識しましょう。

づいていくならば、年齢を重ねれば重ねるほど、何を感
うしても幸せな自分が宇宙の中に育つていくのを実感できるようになるでしょ

乗り換えキャンペーンスタート!

他社からの乗り換えで、 初期手数料が、なんと！



H₂O WIRELESS

ヲ
ゾ

アメリカ
携帯屋

LOCATION



390 Fifth Avenue Suite 904 New York, NY 10018
(館内奥のエレベーターで9Fまでお越しください。)

営業時間：月～金 午後12時～午後6時（祝祭日は休業）
Tel : 212-725-1730 Web : america-keitai.com



年末年始に家族団らんを楽しめるよう、 新しいCOVIDワクチン の接種を忘れずに。

この新しいワクチンは従来のCOVIDウイルスとオミクロン株に対応します。パーティーが多いこのシーズン、あなた自身と親しい人々を守る為、今すぐ無料ワクチン接種の予約を。

vaccines.govで5歳以上を対象にした
最新COVIDワクチンの接種場所をご確認ください。

私たちなら、
できる!



広告スポンサー:
アメリカ合衆国保健福祉省