



# Tea Time



第36号 2009年10月15日

民主党のオバマ大統領誕生で年が明けた2009年、夏の終わりには日本でも民主党圧勝で政権交代が実現しました。新しい時代の幕開けに期待と不安が半々といったところでしょうか。それでも今までとは違う何かをやはり期待せずにはいられません。アメリカも日本も、ひいては全世界が少しでもいい方向に向かっていく未来であって欲しいものですね。「Tea Time」も今年に変化する年でした。新しい環境を受け入れ、新しい紙面づくりに挑戦し、進化を目指して皆でがんばっています。その度に結束がより固くなるようで嬉しいです。今年も残すところあとわずか。アウトドアからうちの中へ、暖をとって長い夜を過ごす季節となりました。秋の夜長のお伴に、今号は「映画、本、TV番組」の特集です。「この作品にめぐり合ってしまった」と思えるものがあなたにもきっとある筈。そんな感動を分かち合えたらと思います。



★「Tea Time」にウェブサイトができました★  
第1号からのバックナンバーを見ることができます。

<http://teatime-va.jimdo.com/>



今回はお洒落なデザートをご紹介します。下記のレシピを一緒に盛り合わせてお試しください！

## ココナッツ・ムース

### 材料(6~8人分)

ゼラチン	2 Tbsp
Heavy Cream	4 oz + 1 カップ
抹茶	1 tsp
牛乳	2 カップ
黄身	4 個
砂糖	4 oz
Coco Lopez(ココナッツ・ピューレ)	1 1/2カップ
タルト・シェル(市販)	人数分(4インチ位)

### 作り方

1. 水を張ったボウルの上でゼラチンを生クリーム(4 oz)にふやかす。
2. 牛乳を火にかけ、抹茶を加えて溶かす。
3. 黄身と砂糖を混ぜ、倍の量になるまで攪拌する。
4. 生クリーム(1カップ)を角がたつまで(八分立て)攪拌する。
5. 1.を2.に加え、それを半量ずつ2回に分けて3.に加える。
6. ココナッツ・ピューレを温めて5.に加え、4.を包み込むように加える。
7. 水を張ったボウルで冷やしてから、シェルに入れる。

## チョコ・レース・クッキー

### 材料(6~8人分)

Rough Ground Toasted Almonds	2/3 カップ
砂糖	1/2 カップ
バター	1/4 lb
小麦粉	2 tsp
ココア	1 tsp
牛乳	1 Tbsp

### 作り方

1. 全材料を合わせて溶かす。
2. クッキーシートに油を敷いて粉を振り(余分な粉ははたいて捨てる)、その上に1.を流す。
3. 350度で薄く色がつくまで焼く。(8分位)
4. 少し冷めてから、型を抜く。

ムースの上や周りの飾り(写真参照)

**グリルしたパイナップル**:パイナップルを一口大に切り、軽く油をスプレーしたグリルパンで焼く。  
**キャラメライズしたライム**:ライムを輪切りにして軽く砂糖を振りかけ、300度のオーブンで10分焼く。

## 泣いた！笑った！—私のお気に入り映画・本・TV番組

心が揺さぶられた映画、本、そしてTV番組を読者の皆さんから紹介していただきました。

### 映画



「おくりびと」2008 監督/滝田 洋二郎  
第81回アカデミー賞外国語映画賞に輝く作品。  
東北の美しい四季の移り変わりやチェロの澄み  
切った調べに乗って、流れるような作法で死に  
人を送り出す納棺師と彼を取巻く人々の物語。  
笑ってそして泣けます。  
本木雅弘、広末涼子 他



「Finding Neverland」2004 監督/Marc Forster  
「ピーターパン」の原作者、ジェームズ・バリの実  
話に基づく物語。少年との出会い、その家族と  
の交流、別れを通して物語を完成させていく様  
をファンタジックにみせます。ラストは切ない。  
Johnny Depp, Kate Winslet 他



「隠し剣 鬼の爪」2004 監督/山田 洋二  
「The Hidden Blade」として、BLOCKBUSTER  
でも借りられます。藩の裏切者となった友を成敗  
することを命じられた主人公が、友のために義を  
もって戦い、愛を貫き通すまでの物語。  
永瀬正敏、松たか子 他



「The Shawshank Redemption」1994  
監督/ Frank Darabont  
妻と浮気相手を殺した罪で刑務所に送られた銀  
行員アンディの戸惑いと頭脳を駆使したどんで  
ん返し、仲間との友情の物語。ラストシーンは  
特に大きな感動に包まれます。  
Tim Robbins, Morgan Freeman 他

その他: 「The Curious Case of Benjamin Button」2008(米) — 老人で生まれ若返っていく主人公の数奇な人生とその恋人の  
悲しいラブストーリー。

「Gran Torino」2008(米) — アジア系コミュニティに住む偏見に凝り固まった主人公がやがて隣人のために立ち上がる。

「Slumdog Millionaire」2008(インド) — クイズ番組に挑戦しながらその半生を振り返る主人公。貧困や差別をものとし  
ないパワフルさに勇気をもらえる。

「The Secret Life of Words」2005(スペイン) — 痛ましい過去を抱え孤立して生きるハンナが初めて心許せる人に会った。

「My Life Without Me」2003(カナダ・スペイン) — 余命3ヶ月。10項目のしたいことを成し遂げてその時を迎えるまで。

「My Big Fat Greek Wedding」2002(米) — ギリシャ系アメリカ人カップルの結婚までの過程とそれを見守る底抜けに明る  
い家族の愛情が、温かい余韻を残します。

「Bridget Jones' Diary」2001(米・英)、「同一 The edge of reason」2004(米) — 不器用で一途なブリジットの恋愛日記。

「The Green Mile」1999(米) — グリーンマイルとは死刑場までのリノリウムの廊下のこと。死刑囚と監視人の心の交流。

「Double Jeopardy」1999(米) — 人も羨む境遇から一転夫殺しの汚名を着せられた主人公が真実を暴いていく。

「Life is beautiful」1998(伊) — ユダヤ人強制収容所の中で父は息子に真実を知らせず、死ぬまで笑いを与え続ける。

「私の名前はキム・サムスン」(韓国) — とにかく笑える。韓国版「Bridget Jones' Diary」

### 本

「のぶカンタービレ」辻井いつ子

全盲というハンデを克服し、この春ヴァン・クライ  
ヴァーン国際ピアノコンクールで日本人として初  
めて優勝した、辻井伸行の本です。彼のお母さん、  
辻井いつ子が綴る感動の教育著。お母さんは強い  
！！



「からだにいい野菜の便利帳」板木利隆  
野菜の産地や旬、栄養、選び方、料理法などを  
きれいな写真と共に紹介しています。楽しみな  
がら野菜のことを知る…そんな一冊です。こう  
いう分野の本のベストセラーは珍しいそうです。



「今日の風、何色？」辻井いつ子

生まれつき全盲の彼は「色」をお母さんの言葉で  
学び感じとっていきます。「今日の風、なに色？」  
というのは、幼い彼の問いかけだったそうです。



「日本人の知らない日本語」

蛇蔵&海野凧子  
日本語学校の先生が外国人学生の驚きの質  
問や言動をコミック・エッセイに著したものです。  
日本人でも間違っていて覚えていたり、知らなかつ  
たり、が満載！笑えてそしてためになる、コミッ  
クの域を超えた面白さです。



### 「八日目の蟬」 角田光代

冒頭の、主人公が不倫相手の赤ちゃんをさらう場面からいきなり引き込まれ、緊迫感に溢れる物語に目が離せません。ただのサスペンスではなく、人物の心理描写が丁寧に描かれ、ラストには一筋の光を見たようで出会えて良かったと思った物語です。



### 「ぶどうの木」 坂本洋子

18年間に十人の恵まれない子供たちの里親を務めた夫婦の記録です。心に傷を負った子供たちとの生活はすさまじい戦いでした。



### その他: 「カルトの子」 光本和弘

オウム真理教、エホバの証人、統一教会、ヤマギシ会の子供たちの洗脳、還俗、再生を追う衝撃ルポ。

「千住家の教育白書」「千住家にストラディバリウスが来た日」「千住家の命の物語」 千住文子

日本画家の博氏、作曲家の明氏、バイオリニストの真理子さんの三人の芸術家を育て上げた母親の三部作。

「夫のかわりはおりまへん」 江村利雄

著者は前大阪府高槻市長。認知症の奥さんのために職を退き、介護に奮戦。

「指先で紡ぐ愛」 光成沢美

全盲ろう者で東大助教授、TIME 誌による2003年アジアのヒーローの一人福島智の奥さんによる本。

「The Great Gatsby」 Scott Fitzgerald 村上春樹訳

おなじみ1920年代の物語が訳者によって素晴らしい仕上がりに。原本もトライしてみたいと思わせてくれる。

＊ ＊本の虫さんへ、品揃え豊富！送料安い！LAの古本屋「正直屋」 <http://shojikiya-furuhon.com/>

## TV番組

### CSI - Miami (ドラマ)

3-CBS 月 10pm~11pm

全米視聴率No. 1科学捜査ドラマ「CSI:科学捜査班」の姉妹番組。全米屈指の犯罪地帯であるマイアミを管轄とするマイアミ・デイド郡警察のCSIのメンバーが最新科学捜査テクニックを駆使し、凶悪事件を究明していく本格派ドラマ。美しい海岸、陽光、そして自然に恵まれたマイアミの風景は視聴者の目を楽しませてくれる。

### Criminal Minds (ドラマ)

3-CBS 水 9pm~10pm

FBIの行動分析課(Behavioral Analysis Unit)のメンバーが、犯罪者をプロファイリングして犯罪心理を読み解き、事件の解決に挑む。他の犯罪ドラマと比べ、プロファイルにより殺人鬼のむごさと性格を伝えるだけではなく、犯人が過去にどんな経験をして殺人鬼になったのかという、「殺人犯に至るまでの生い立ち」に迫るエピソードもある。

### The NewsHour With Jim Lehrer (ニュース)

15-PBS 月~金 7pm~8pm

Jim Lehrerをメインキャスターに、取材レポート、専門家やジャーナリストによる討論などを通して、世界の諸問題を多角的に分析していく。速報性重視のCNNなどとひと味違った報道番組で、時事問題に興味のある人、最も信頼性の高いニュース番組を求める人にお薦め。さらにヒアリング強化など英語学習にも最適。Jim Lehrerは、大統領候補によるテレビ討論会でも進行役を務めた知名度の高いニュースキャスター。

### Dog Whisperer (動物番組)

110-National Geographic Channel (NGC) 金曜夜 時間が不規則なため、番組スケジュールはこちらでチェック。

<http://channel.nationalgeographic.com/tv-schedule>

犬の行動分析の専門家であるCesar Millanが、問題のある犬の飼い主の自宅へ赴き、その原因を突き止め、犬そして飼い主の再教育をする番組。Cesarは犬とコミュニケーションを図る天性の能力を生かし、攻撃的な犬、あるいは臆病、活気がない、衝動的、嫉妬心が強いなど、様々な問題を抱える犬をバランスのとれた、元来の精神的に健康な犬へと導いていく。テレビに加えて、*New York Times*のベストセラーとなった*Cesar's Way*, *Be the Pack Leader*, *A Member of the Family*等、著書もある。

### その他、お薦めチャンネル

**CNBC**(Cox 25; FiOS 102) ビジネスヘッドラインニュースや著名財界人のインタビュー、証券取引市場からの生放送。

**LIFE**(Cox 9; FiOS 140) Lifetime TV という名で親しまれ、女性向けあるいは女性を主人公とした映画、ドラマ、シチュエーションコメディが中心。人気ドラマの再放送も流れる。

**HGTV**(Cox 27; FiOS 165) Home & Garden TV の略称。家の改築、補修、そして庭の手入れ等を実践。

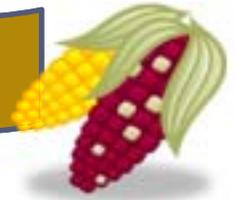
**AMC**(Cox 55; FiOS 231) American Movie Classics という名の通り、比較的古い映画が常に放映される。

**Classic Arts Showcase**(NN47;Norfolk48;VB47;Wmsbg46;地域によって異なる) 週末のみの番組で、音楽・バレエ・オペラなど、今ではなかなか見ることのできないクラシックな舞台芸術関係の選り抜きビデオクリップが次々と流れる。

**TRAVEL**(Cox 62; FiOS 170) レストラン、娯楽情報、旅行番組。Anthony BourdainのNo Reservation、Samantha Brownの旅行記は特にお薦め。



# 和風テイストのおもてなし料理



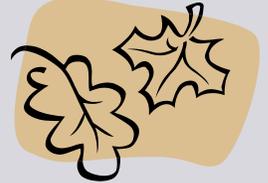
## 第一のコース：魚介類のみそ汁

### 材料：

野菜類：人参、里芋、大根、豆腐など / 魚介類：エビ、ハマグリ、ムール貝、ワカメなど

### 作り方：

1. 魚介類以外の材料は1センチ角のさいの目に切る。
2. 好みのだし汁で野菜にさっと火を通す。 \* 煮崩れに注意
3. 魚介類を加えてさっと火を通し、味噌を溶きながら加える。
4. 小口切りのねぎ(青ジソ)などを青みとして添える。



## 第二のコース：帆立貝の磯部巻き、シトラス風味のシーザーサラダ添え

### 材料：(4人分)

帆立貝：8個、ハムサラダ：4Tbsp、サラダ野菜(レタス、紫玉葱、りんご、ピーカン)：適量、海苔

### 作り方：

1. 帆立貝を横半分になり、1/2Tbspのハムサラダを挟み、周りに適当な大きさに切った海苔を巻きつける。
2. フライパンを十分に熱し、グレープシード油(サラダ油でも可)でこんがり焼く。  
\* 焼き過ぎに注意。

ハムサラダ 以下の材料を混ぜ合わせる

### 材料(4Tbsp分)：

- 3Tbsp Smithfield Ham (5ミリ角の粗みじん切り)
- 2tsp ピクルス(5ミリ角の粗みじん切り)
- 1tsp 玉葱(5ミリ角の粗みじん切り)
- 1tsp Dijon Mustard
- 2tsp マヨネーズ
- 2滴 タバスコ
- 1滴 ウスターソース
- 少々 胡椒

## シトラス風味のシーザードレッシング

### 材料+作り方：

- 1個 卵
- 3tsp にんにく(みじん切り)
- 3tsp Dijon Mustard
- 1切れ アンチョビ・フィレ(すりつぶす)
- 1/2tsp ウスターソース
- 3滴 タバスコ

上記を混ぜ合わせる

- 1/2カップ オリーブ油
- 1/2カップ グレープシード油
- 1 1/2Tbsp レモンの絞り汁
- 1/2Tbsp ライムの絞り汁
- 1Tbsp オレンジの絞り汁
- 2tsp 白ワインビネガー

前記の材料に油を少しずつ加え、酢と各半分位に煮詰めた絞り汁を加える。塩・胡椒(少々)で味を調える。おろしたパルメザンチーズ(1/4カップ)を加える。



## 第三のコース：沖縄風ラフティ、ピンクビーン、青梗菜、ミックス玄米添え

### 材料(3~4人分)

- 豚塊肉：2lbs
- ねぎの青い部分：2本
- 米：3Tbsp
- 生姜：3枚(薄切り)
- Star Anise(八角)：1個

### 煮汁

- 焼酎(なければ酒)：1 1/2 カップ
- しょうゆ：4~5Tbsp
- ブラウン・シュガー：2Tbsp
- みりん：2Tbsp

### 付け合せ

- Pink Beans(GOYA)：1缶
- 青梗菜：2株(出来上がり直前に軽く塩茹でする)
- 玄米：人数分(調理済み)

### 作り方

1. 口径の広い深めの鍋に、一人分ずつタコ糸で縛った豚肉を入れ、水7カップを加えて強火にかける。沸騰したら灰汁を取り、ねぎ、米、生姜、Star Aniseを加えて弱火にする。豚肉を覆うようにしてペーパータオルをかぶせ、2時間半~3時間ゆでる。途中、様子を見て豚肉がかぶるくらいまで水を足す。

2. 鍋からゆで汁を1 1/2カップ取り分ける。そのまま2~3分おき、表面の脂を取り除く。豚肉はさっと水で表面の汚れを洗い流す。

3. 他の鍋に煮汁用の焼酎を入れ強火でアルコール分をとばし、煮汁の残りの材料を加える。2. で取り分けたゆで汁を万能こし器を通して注ぎ入れる。再び煮立ったら、タコ糸を外した豚肉を並べ入れる。

4. ペーパータオルをかぶせて弱火にし、ときどき上下を返しながらかき混ぜながら1時間~1時間半煮る。ペーパータオルを取り除き、少し火を強めて煮詰める。煮汁が半分位に煮詰まったら水を切ったピンクビーンを加え、5分ほど煮て、火を止める。

\* 盛り合わせ例は写真の通り。

# Richmond 近郊のレストラン

Virginiaの州都Richmondとその近郊には、ミュージアム、大きな公園、歴史を感じさせる建造物、そしてアップスケールなショッピングモールなどがあり、たまには足を伸ばしてみるのもいいですね。そんな折にお役に立てば、と今回は全てRichmond周辺にあるレストランを集めてみました。

## Mamma Zu

505 S Pine St., Richmond TEL(804)788-4205

営業時間: ランチ 月一金 11時~2時半  
ディナー 月一土 5時半~10時

Virginia Commonwealth 大学のキャンパスに程近い住宅地の中にポツンとあるレストラン。平屋のぱっとしない建物で、知らなければとても入ろうという気にはならないかもしれません。でもここは地元の人たちに変な人気のイタリアンレストラン。イタリアの家庭料理風のメニューが特徴で、シーフードが特にオススメとか。週末の夜は開店30~40分前から列ができるそう。店内も決して洒落てませんが、どうやら食べ物に全精力を費やしているようです。前菜に赤ピーマン、モツアレチーズ、オリーブ、アンチョビの盛り合わせ(\$6.50)を白ワインと一緒に頼みました。グラスワインが普通の小さめのコップに注がれたのにはちょっと驚きましたが、この前菜も添えられたパンも文句なし。そしてメインに、たっぷりの海の幸とパスタの入ったトマトベースのスープ Zuppa Di Pesce (\$11)、ゴルゴンゾーラチーズとクリームをからめたパスタ(\$8)を2人で分けて食べました。二重丸です！Zuppa...はイカも柔らかく、貝類の臭みも無く、肉厚の魚の切り身や大えびがゴロリと入って、トマトベースのスープがまたいいお味。パスタはシンプルですが、グリーンピースが彩りを添え、Zuppa...といいコンビでした。このお店は3~4人で何種類かの皿を取り分けながら楽しむのがベストでしょう。ティラミスを始めとするデザートもとても美味しいとのうわさ。壁の黒板にチョークで書かれたディナーメニューを見るとランチの3倍以上の品数が並び、次回は是非ディナーを試してみたいと思いました。メニューは毎日替わるそうです。ここは現金とAmexカードしか受け付けませんので、とくにディナーの時はご注意ください。日曜日は定休日です。



## 富記酒家(Full Key Chinese Restaurant)

6400 Horsepen Road, Richmond, VA 23226

TEL: (804) 673-2233

営業時間: 飲茶は... 月一金 11時~3時  
土・日・祝日 10時半~3時  
その他... 11時~

Richmond唯一の飲茶が楽しめるレストラン。通常の一品料理もあります。店構えは何の変哲もない普通の中華料理店ですが、食べ物はどれも本場中国の味。ウィークデーは飲茶メニューからの注文になりますが、週末・祝日にはカートで料理が運ばれてくる典型的な飲茶スタイル。できれば開店と同時にキッチン近くのテーブルを陣取って待ち構えましょう。各種蒸し餃子(Steamed Dumpling)、肉まん(Bun)、ちまき(Sticky Rice Wrapped in Lotus Leaves)、クレープ風巻きもの(Noodle Crepe)、そして大根もち(Pan Fried Turnip Cake)等、どれもなかなか手が込んでいて大変美味しく、グループで色々なお皿を試すと味覚もおなかも大満足。蒸し物が多いのでヘルシーでもあり、その辺のアメリカーナイズされたチャイニーズビュッフェとはちょっと違います。飲茶メニューにはあまり野菜のお料理がないので、Chinese Broccoliのオイスターソースがけを一品料理のメニューから注文しましたが、これまた色よく程よい硬さにスチームされた大盛りの青野菜にあっさりソースがかかって、いくらでも頂けそう。食後にマンゴープリンとゴマボールを試しましたが、マンゴープリンはちょっと硬くて期待を裏切られました。lotus seed pasteの入った熱々のゴマボールはもちもちとして美味、満腹のおなかにも難なく入ってしまいました。全体に飲茶の一皿は\$2.50~\$3.75。Hampton Roadsではまだ珍しい飲茶をどうぞお楽しみ下さい。



## Richmond在住の読者に聞きました - お気に入りレストラン

### Tara Thai

11800 W. Board St.#2516, Richmond

TEL: (804)360-0001

[www.tarathairichmond.com](http://www.tarathairichmond.com)

営業時間: 月一木 11am~10pm  
金 11am~11pm  
土 12pm~11pm  
日 12pm~9pm

Short Pump ショッピングモール内。海をイメージした鮮やかなブルーのインテリアが目を引きまします。アジア系なのにちょっとポップな雰囲気のレストラン。2004~2006年にはRichmondのベストタイルレストランに選ばれています。メニューの品数はとても多く、「いつもと違うものが食べたい！」時にいいかもしれません。比較的辛めの料理が多いので、小さいお子さんにはご注意ください。

### Maggiano's

11800 W Broad Street,

#2204, Richmond

TEL: (804)253-0900 [www.maggianos.com](http://www.maggianos.com)

営業時間: 月一木 11am~10pm  
金一土 11am~11pm  
日 11:30am~10pm

私たち夫婦のお気に入りイタリアンレストラン。Tara Thaiと同じモール内にある、ちょっとオシャレなレストラン。常に混んでいるので特別なときは予約が必要。おススメはトマトベースのリングイニ(特に魚介類)が絶品で、茹で具合にこだわる夫はご満悦..。身沢山のクラブケーキやスピナッチサラダも美味しい。量が多いので食べ切れなかったらお持ち帰りに。



### Wasabi

10915 Hull Street Rd., Midlothian

TEL: (804) 745-8816

営業時間: ランチ 火一 日 12~3pm  
ディナー 火一土 4:30~9:30pm  
日 4:30~9pm

ちょっと町外れですが、地元の日本人御用達の日本食レストランとか。気取らずに立ち寄りそうなお寿司屋さん。日本人の職人さんが握る握り寿司はネタもシャリの具合も大満足。うに、穴子、ホタテ、イカ、マグロ、玉子、など新鮮で美味しいです。ただし、巻き寿司は当たり外れあり。壁に貼ってあるラーメン三種類(醤油、味噌、豚骨)が、これからの季節に興味津々。他にうどんや丼ものもあります。



# “あっとうしよう！”危機一髪からのサバイバル法



## 突然、襲われた時の心構え

- 1) 犯人からハンドバックなどを渡すように言われた時は決して手渡さないで、なるべく遠くの方へ投げること。  
そして反対方向へ素早く走ること(New Orleans のツーリスト・ガイドからのアドバイス)。
- 2) 犯人が間近い場合は思いっきり肘打ちを食わしてみる。  
(肘は体の中で一番強い所—Tae Kwon Doからのヒント)
- 3) 車の運転席に座ったら、すぐ車をロックし、直ちにエンジンをかけて走り去ること。  
車の中でいろんなことをしているうちに犯人が助手席側に乗り込むチャンスをつくらぬこと。  
車中で犯人に銃を突きつけられた場合は決して車をそのまま運転せずに、車のスピードを思いっきり出して衝突させること(エアバックが貴女を助けてくれる)、そして車から出て走って逃げる。
- 4) 公の駐車場、ガレージで車に乗る前に気をつけること。
  - \* 自分の周りをよく見て、助手席側の床や後部座席側を調べる。
  - \* 運転席側の隣に車が駐車してあった場合は必ず助手席側のドアから乗ること(連続殺人犯は被害者を自分の車の中にひっぱり込もうとする)。
  - \* 駐車している自分の車の運転席を見、助手席側を見て、貴女の車の運転席側の隣に停めてある車の中に男の人が一人で座っているのを見たら、自分の車に乗らずに元の場所に戻るなり、警備員などに助けを求める。
- 5) 階段を使わず常にエレベーターを使用すること。  
階段は犯罪に使われることが多く、特に夜は危ない。
- 6) もしも貴女が車のトランクの中に入れられた場合はテールライトを思いっきり蹴って、穴を開け、自分の手をそこか出して助けを求めるようにバタバタと振る(ドライバーからは見えないが他の人には見える)。
- 7) 犯人が銃を持っていて、貴女が走れる状態の場合は必ず走ること。  
その時はジグザグに走ること。銃が当たる確率は4%で致命傷を受けるとは限らない。
- 8) 確かめてから家のドアを開けること。  
連続殺人犯は巧妙な手をつかってドアを開けさせる。例えば赤ちゃんの泣き声の録音を使う(Louisiana 連続殺人犯のやり方)。
- 9) むやみな同情心を持たないこと。  
過去の連続殺人犯 Ted Bundyはハンサムで教養がある男で杖を使ったり、足の不自由さを装って女性の同情を利用し、自分の車に被害者をおびき寄せようとした。



## レイプ犯がみるターゲットになりやすい女性、知っておいて得をする事実

(レイプ犯への獄中インタビューより)

- \* 犯人は長い髪やポニーテールなどをしている女性を狙う(掴みやすい)。
- \* 簡単にハサミで切れそうで、脱がせやすい服装の女性を狙う。
- \* 歩きながら何かに(携帯電話など)熱中している女性は狙われやすい。
- \* 犯人は朝早く5時から8時半頃の人氣が少ない頃を選ぶ。
- \* 傘などを持っている女性は狙われにくい。  
(何らかの目立つ武器になるものを持っているとよい)
- \* 路上やガレージ、階段、エレベーターなどで後ろから誰かがついてきたら、面と向かって“What time is it?(何時ですか)”とか“it is cold(寒いですね)”の言葉を交わし、犯人の顔を見たことを自覚させて諦めさせる。
- \* 誰かが貴女に向かってきたら、貴女の手を体の前に突き出して“Stop(止まれ)”とか“Back off(下がれ)”とか大きな声で威嚇して騒ぐ。ほとんどのレイプ犯は女性が手ごわいと悟るとアタックをやめる。
- \* 催涙スプレー(pepper spray)を持っていたり、持っていることを言って脅かすことも強い味方になる。
- \* 後ろからウエストのあたりを掴まれた時、犯人の腕の下(肘と脇下の中間)を思いっきりつねる、又は内股の上部を強くつねる(デートレイプなどで使える)。
- \* 急所を思いっきり蹴ること。
- \* 犯人が貴女に真っ向から手をかけたら、その指を逆方向に曲げる。
- \* 体の中で一番強い部分、肘を使って突くこと。
- \* 狙われる場所はグローサリーストアの駐車場、オフィスの駐車場、ガレージ、公共のトイレの順に多い。
- \* 犯人は女性を捕まえたら、すぐ別の場所へ連れて行くこととする(犯人が捕まらないようにする為)。
- \* レイプ犯罪は3~5年の刑罰、銃を持ったレイプ犯罪は15~20年の刑罰なので、銃を持った犯人は2%位。

最後に犯人は1、2分でターゲットが手ごわいかどうかを見極めるので抵抗を諦めないこと、常に周りに注意し、誰かを連れて歩くことが望ましい。おかしい行動をする人を見たら見過ごさないで自分の本能に従うこと。



# イベント情報

芸術の秋、貴女の感性に磨きをかけ、季節の移り変わりをご家族、お友達と一緒にエンジョイしてください。  
ショーの前売り券はTicket Masterなどで購入できます。  
[www.ticketmaster.com](http://www.ticketmaster.com)

## 美術



**エジプト展** Brooklyn美術館より120以上に及ぶエジプト古代遺産の展覧。ミイラ、像、パピルスその他、貧富に関わらず永遠の命を得ようと真剣に願った古代エジプト人の努力が垣間見られる。  
期間：10月14日から1月3日まで  
場所：Chrysler Museum of Art, Norfolk

## ミニチュア展「Small Works」

地元の有名アーティスト300余人による400以上の作品。5インチ四方以内のサイズに収められた様々なアートが楽しめる。  
期間：10月25日から11月29日  
場所：Charles H. Taylor Arts Center  
4205 Victoria Blvd., Hampton

## アメリカ水彩画協会展示会



水彩画ファン必見の展示会。一流の水彩画家及び、20世紀を代表する女流アーティスト Margaret Lefrancの作品が特別出展される。  
期間：11月3日から1月3日まで  
場所：Peninsula Fine Arts Center  
Newport News

## Andy Warhol 展

人の顔のクローズアップ、有名人、ポップカルチャーを題材にして世界的に名をはせる Warholの展覧会。代表作マリリン・モンローやシルベスター・スタロンの肖像画を始めとした作品群。乞うご期待！  
期間：11月7日から1月24日まで  
場所：Muscarelle Museum of Art  
College of W&M, Williamsburg

## ホリデーショー

### Radio City Christmas Spectacular

NYのRadio City劇場で毎年クリスマスの季節に連日上演される全国的に有名なショー。ダンスも演出も舞台装置も超一流のこのショーが当地に1日だけやってくる。お見逃し無く！  
日時：12月3日(木)8時  
場所：Scope, Norfolk



## クラシック音楽

### Virginia Symphony Orchestra (VSO) 「四季」

Vivaldi代表作「四季」、Stravinsky「火の鳥」他  
10月30日(金)8時 Ferguson Center, NN  
10月31日(土)8時 Chrysler Hall, Norfolk  
11月1日(日)2時半 Sandler Center, VABeach

### VSO 「Harry Potter's Musical Muggle Tour」

おなじみハリー・ポッターの映画音楽の数々。コンサートの前座としてマジックショーもあり、家族そろって楽しめること間違いなし。  
日時：11月8日(日)3時  
場所：Chrysler Hall, Norfolk



### London Philharmonic Orchestra 公演

世界的に超一流オーケストラ、ロンドン・フィルがやって来る！  
日時：3月4日(木)7時半  
場所：Ferguson Center, Newport News



## バレエ

### Richmond Ballet 「くるみ割り人形」

クリスマスシーズンを彩るバレエ。音楽はVSOによるライブオーケストラ。  
日時：12月4日(金)7時5分  
12月5日(土)2時5分、7時5分  
12月6日(日)2時5分  
場所：Chrysler Hall, Norfolk



### Israel Ballet 「ドンキホーテ」

日時：2月16日(火)7時半  
場所：Ferguson Center, Newport News

### Moscow Festival Ballet

日時：3月6日(土)2時「白鳥の湖」  
3月6日(土)8時「コッペリア」  
場所：Ferguson Center, Newport News

## ミュージカル

### 「Color Purple」

Alice Walkerによる不朽の名作小説のミュージカル。人種差別、家庭内暴力、信仰、その他様々な葛藤を盛り込んだ当作品は映画化もされている。  
日時：11月10日～15日  
場所：Chrysler Hall, Norfolk

今回は、日本バージニア協会副会長であり、ニューポートニューズ  
補習授業校で校長先生をなさっている菅谷幹彦さんにお話を伺いました。

## 1. いつからアメリカに住んでいますか

40年近く勤務した三菱化学を6年前にアメリカでリタイアしました。1995年にアメリカに来た時は、3年位で日本へ戻るつもりでしたが、15年目となりました。1980年代のアメリカの経済は落ち込んでいましたが、日本は株と土地が実態以上に評価された、いわゆるバブル時代でした。1990年代に入ると状況は逆転し、日本のバブルがはじけ、アメリカは勢いを戻しました。私がアメリカに赴任した当時、アメリカの経済は活況を呈し、担当する事業も順調に伸びてきました。一方、日本はバブル崩壊後どの企業も苦境に落ち込みました。アメリカの事業が軌道に乗ってきたこともあり、本社からは、そのまま残って欲しい、と言ってきました。日本の苦しい状況では、今は戻らない方が良く、という判断もあったのでしょうか。結局、更に続けて欲しい、の声で、8年間が過ぎました。再延長の話が出たのをきっかけに、アメリカに住んでみようか、という気が起こり、2001年7月に永住権の申請をしました。その後のテロ事件で申請書類の審査状況が全く分からなくなりましたが、2年後にやっと認可されました。

## 2. なぜ当地に住む決心をされましたか

生まれ育ちが東京世田谷の九品仏(くほんぶつ)という所です。当時は、家の近くに大きな竹林や畑が広がり、トンボ捕りや竹のご堀りが出来ました。しかし、その後の変貌は著しく、今ではふるさとを失った感じです。バージニア州南部のこの地は、気候が穏やかで四季があり、都会と田舎がミックスし、日本食材もあり、住む環境として悪くありません。大好きなゴルフがいつでもできる、好きなシンフォニーやオペラを気軽に聴くことができる、日本人の友人達もいる、こんなことが決心を後押ししました。

## 3. どんな経験をされ、リタイア後の生活は

学生時代からアルミニウムを作りたいという想いがあり、三菱化学に入って、当時スタートしたばかりの新潟県の直江津のアルミ製錬工場に赴任しました。テレビドラマの「天地人」に出てくる上杉謙信の居城であった春日山城跡は、車で30分程の所です。その後、東京本社と工場の間を往復通勤し、その間、技術改善、新商品開発、海外での技術指導等をやり、最後はアメリカにまいりました。アメリカに赴任後から、バージニア州と日本企業が一緒に立ち上げた日本バージニア協会の理事となり、現在は副会長として日米の友好に役立つ活動のお手伝いをしています。6年前、当地の日本語補習校の校長から、急遽先生が必要なのでお願いしたい、という話があり先生を始めました。中学生に国語を教えており、教科書だけでなく、日本の文化・歴史あらゆるものを子供達に伝えたいと思っています。今年から校長先生となりました。3年前には、友人のアメリカ人に誘われて、当地のロータリークラブに入れて頂きました。毎週金曜日の朝1時間、60名程のメンバーと朝食をとり、当地で活躍されている人の講演を聞きます。アメリカ文化を教えてもらい、ボランティア活動も楽しくやらせてもらっています。

### 掲

#### ケアファンド・バザー

ワシントンDC近郊にあるケアファンド事務局で雑貨・和食器などのバザーが行われます。同時にインフルエンザの予防接種(\$20、要予約)も受けられます。(注:H1N1ではありません)

Japanese Americans' Care Fund, Fred M. Packard Center  
4022 Hummer Rd. #B-2, Annandale, VA 22003-2403  
電話: 703-256-5223 [www.jacarefund.org](http://www.jacarefund.org) [carefund@jacarefund.org](mailto:carefund@jacarefund.org)

#### 福田尚子女史の新しいCD

旧編集員の尚子さんが新しいCDを発売しました。  
[www.healingangels.us](http://www.healingangels.us)

#### 日本の種

日本の野菜類の種を下記のサイトで購入できます。  
[www.kitazawaseed.com/](http://www.kitazawaseed.com/)

#### ベビーシッター募集(フルタイム)

5歳男児と2歳半女児  
場所: Suffolk 電話: 376-0610

### 示

#### 日本語通訳がつけられる歯医者さん

ご要望に応じ日本語通訳者の同伴可能です  
[Park Dental](http://ParkDental.com) 電話: 838-9140  
Dr. Chris Kyeong Park(元米空軍歯医者)  
201 Town Center Way, Hampton  
(Hampton AMC 24 Movie Mall)

#### クッキングデモンストレーション

WilliamsburgにあるFord's Colonyのバンケットルームで行われる Under the Chef's Hat では、今年最後のデモンストレーションが12月2日(水)に開催されます。

[www.fordscolony.com/Williamsburg/CountryClubRestaurants/under\\_the\\_chefs\\_hat.cfm](http://www.fordscolony.com/Williamsburg/CountryClubRestaurants/under_the_chefs_hat.cfm)

### 板

#### ニューポートニューズ補習授業校古本市&バザー

古本、手作り軽食、お菓子などが販売されます。

日時: 11月14日(土) 10:30~2:30

場所: ニューポートニューズ補習授業校体育館

Peninsula Catholic High School

600 Harpersville Rd., Newport News

日本大使館領事出張サービスも同時開催。

パスポート、在外選挙人名簿の登録申請、各種証明書の手続きが行われます。ただし、パスポートなどは前もって申請を行う必要がありますので、詳しくは領事出張サービス係にてご確認ください。

電話: 202-238-6700

[www.us.emb-japan.go.jp/j](http://www.us.emb-japan.go.jp/j)

#### ご寄付をありがとうございました



- ❖日本バージニア協会様
- ❖HamptonのMuehlbauer様
- ❖PortsmouthのT様

本誌は Hampton Roads に住む日本人女性のための情報誌です。女性ボランティア6人により年3回、季節の記事やローカル情報等を取り上げ、発行しております。ご意見、ご希望などございましたら、ご遠慮なく下記にご一報ください。

(投稿先) Chiaki Yasuda (安田 千秋) E-mail: [ocha\\_va@yahoo.co.jp](mailto:ocha_va@yahoo.co.jp)

4905 Whithorn Circle, Williamsburg, VA 23188

編集者: 温子Smith / 小島まち子 / 田中洋子 / 浩子Yancey / 安田千秋 / 裕子Thomas

☆「Tea Time」は日系企業「CANON」社様のご協力で印刷されています。