

# Tea Time

第37号 2010年3月15日

経済状態が回復せず、暗中模索といった中で迎えた2010年。年明け早々にハイチで大地震が起こりました。15年前の同じ時期に起こった阪神大震災を思い出した人も多かったのではないでしょうか。一連の報道を見ていると、アメリカの救援隊の素早い行動に目を見張られます。政界、経済界、芸能界の人々も先頭に立って、すぐに義援金や物資の援助を呼びかけていました。国際社会での一国のあり方というより、深い人類愛を感じて胸を打つものがありました。私たちも海外に暮らす日本人という国際人、地球全体を俯瞰する広い視野を持って行動したいものです。

毎日暖かくなって、大地が芽吹き、花が咲き、野鳥が囀る日々。そんな季節を迎えて、気持ちがウキウキと弾みます。今年は寅年でもあり、なんだか強い守護神を得たようで、力が沸いて来ますね。好奇心と行動力をフル回転させて、楽しい毎日をくりましょう！



## レアチーズケーキ

程よい甘さにほっとします。冷たく冷やして召し上がってください。

### 材料(直径18cmの底が抜ける丸型一台分)

クリームチーズ……250g (8.75oz)  
プレーンヨーグルト……200g (7oz)  
生クリーム……200ml  
グラハムクラッカー……80g (2.8oz) 細かく碎いておく  
無塩バター……50g (1.75oz) 溶かしておく  
グラニュー糖……70g (2.45oz)  
レモン汁……2Tbsp

①レモンの皮……1個分(すりおろす) グラニュー糖……1/3tsp を混ぜ合わせておく

②粉ゼラチン……1袋 (7g) 水……4Tbsp を混ぜてふやかしておく



### 作り方

- ボウルに碎いたグラハムクラッカーを入れ、溶かしたバターを加えて混ぜ合わせる。全体がしっとりしたら、スプーンの背などで型の底に平らに押し付ける。冷蔵庫で冷やし固める。
- クリームチーズを適当な大きさにちぎり、耐熱皿に入れ、ラップをかけて20秒程加熱し(600w)柔らかくする。
- 大きめのボウルに2を入れ、泡だて器でクリーム状になるまで混ぜる。グラニュー糖を加え、さらによくすり混ぜる。
- ヨーグルトを3回に分けて加え、その都度しっかりと混ぜ合わせる。レモン汁を加える。  
\*\*ここまで作業はハンドミキサー(低速)で行っても良い
- ②を湯せんにかけて溶かし、4に加えよく混ぜる。
- こし器(またはストレイナー)に通し、①を加えて混ぜる。
- 生クリームを3回に分けて加え、その都度ゴムべらで混ぜる。
- 1の型に7を流し込み、型を回しながら揺すって、表面を平らにする。冷蔵庫で2~3間時冷やし固める。
- 型から抜いて皿に盛り、レモンの薄切りに切り目を入れて飾る。

# 特集ーおススメ掃除用具 春の大掃除に役立つアイテム

## Shark Steam Pocket Mop

コマーシャルでお馴染みのスチームモップ。台所やトイレの床などのリノリウム素材やフローリングの床など、ハードフロアの掃除に大活躍。高温の水蒸気で汚れを浮かせるため、楽に短時間で掃除できる。長方形、三角形、特大の長方形の三つのモップヘッド、そしてそれぞれの形、用途に合わせた四つのパッドがついてくる。パッドは洗濯機で洗って何度も使える。コードは30フィートと長く便利。化学製品を使わず、水のみの使用なので、安全でさらに経済的なも嬉しい。

定価 \$119.95



## Shark Portable Steam Pocket System

上記製品同様、高温の水蒸気で汚れを落とすタイプ(掃除をしながら除菌効果もあり)。特徴は何と言っても付属品が多いこと(写真参照)。くさび形ツールにはマイクロファイバー製の3種類のカバー、長い円筒形ツールには2種類のカバーが付けられ、流し台の周り、カウンタートップ、ステンレス製品、窓、鏡、コンクリート、タイルなどの掃除に使用。直接水蒸気を吹き付けてもいい表面にはダイレクトスマートノズルを付け、こびりついた汚れにはブラシを使う。さらにガーメントスマートを付けて衣類のシワをとる。(注:木製アンティーク家具や革製品などには使用不可。)

定価 \$99.99



## Bissell SpotBot Pet

食べこぼしやペットの粗相など、カーペットの部分的な汚れが気になる人にお薦め。直径約9インチの円形の洗浄部分を汚れに当て、スイッチを押すだけで洗浄、すぎ、吸水が自動的になされる。洗浄時間も汚れの具合によって2タイプ選べる。完全ハンドフリーなのがとても便利。さらにホースを使った手動洗浄もできる。特に小さなお子さんやペットのいる人は手放せない名品。

定価 \$139.99



## Hoover WindTunnel Self-Propelled Bagged Upright

アメリカの掃除機は重くて使うのが大変、と思われている方も多いのでは?そんな方にお薦めなのがSelf-Propelledタイプ。カーペットも、全くと言っていいほど力を加えずに掃除できる。逆に軽すぎて、慣れるまでは壁に掃除機をぶつけてしまうのが難点。さらに個人的にお薦めなのは使い捨てバッグを使用するタイプ。バッグレスタイプは一見楽なようでもフィルターがすぐに汚れてしまい、吸引力が衰えてしまう。またフィルターをこまめに取りかえるのはあまり経済的ではなく、たまたまごみを空けるときにはこりが舞ってしまうのもマイナス。

定価 \$251.99



## Bissell ProHeat 2X Select

- 靴を脱ぐ習慣のないアメリカではカーペットをきれいに保つのは至難の業。たとえ、靴を脱いで生活をしても、日々の生活の上で少しづつ蓄積される汚れは思った以上に大変なもの。しかしカーペット洗浄の専門業者をいちいち呼ぶのも面倒で、コストも馬鹿にならない。そこで活躍するのが家庭用カーペットクリーナーのこの一品。まず、洗剤とお湯をそれぞれのタンクに入れると、内蔵ヒーターでお湯の温度を最高25度上昇させる。そして12列ある強力なブラシで汚れをカーペットから一気に浮かして洗浄し、すすぎ、吸水する。洗浄後、タンクに吸水された水を見ると、あまりの汚さにビックリ。毎回、「一ヶ月に一回はこれで掃除しよう」と決心させられる一品。特に、ペットのいるご家庭にはお薦め。業者を2回呼ぶと元が取れる。
- 定価 \$279.99



## Swiffer Dusters / Swiffer Dusters Extender

- テレビやコーヒーテーブルにかかる埃とりはやってもやってもきりがないもの。そこで便利なのが使い捨てはたき。従来のはたきと違い、埃を纖維に閉じ込め飛び散らないのが利点。汚れたら先端のはたきの部分を取り替えるだけ。簡単で清潔。
- 本品 5枚入り、定価 \$5.25
- Extender は、上記のはたきに3フィートまで伸びる長い柄がついたもの。届きにくい天井のファンや家具の上部、キャビネットの隅などの掃除に便利。
- 本品 5枚入り、定価 \$9.69
- 両製品とも、スーパーの掃除アイテムのコーナーで購入。  
上記のレフィルのみ(10枚入り) 定価 \$9.69



## Windex Outdoor All-in-One

- 春になると気になるのが冬の間にたまたま外窓の汚れ。面倒な窓の掃除に重宝するのがこの製品。家庭用ホースを使って窓を水でぬらし、長い柄の先についたパッドでふき取る。あとはホースで窓を洗い流すだけ。水滴も残らず手で乾かす必要もなし。1枚のパッドで最高20枚の窓を洗浄できる。さらに柄は11フィートまで届くようになっており、はしごを出す手間が省ける。
- スーパーの掃除アイテムのコーナーで購入。
- 定価 \$11.99
- レフィルのみ(2枚入り) 定価 \$4.99



## Dirt Devil Power Reach Hand Vacuum

- 階段の掃除には重い掃除機を持ち運びするのは大変。そんな時に活躍するのがハンディタイプの掃除機。その他、車の掃除、ソファの掃除にも便利。コードの長さは20フィート。
- 定価 \$39.99
- 参考まで、他のメーカー(Eureka, Black&Decker, Shark, Bissell等)からも同様の製品が出ている。



注記:

上記の値段はすべてメーカー希望価格。

さらに本誌は、上記で挙げた商品のコンセプトに注目しており、先述のメーカー以外にも同様の商品を扱っている場合があるので、興味のある人はさらに調べてみよう。





## 花粉症の予防と対策

春になると花粉症に悩まされる貴女へ、簡単に出来る予防、緩和策、対策などをいくつかご紹介します。

### 鼻うがい(初心者):

コップにぬるま湯を入れ、塩をひとつまみ入れてよく溶かす。次に鼻を片方手で抑え、逆側の鼻から作っておいた塩水を吸い込む。(大型のスポットなどを用いて鼻に注入しても良い。)力をいれず自然に鼻から塩水が流れ落ちるようにする。上記を1~3回繰り返す。逆側の鼻も同じように行い最後に鼻をかむ。

### 鼻うがいに慣れた人:

初心者用の鼻うがいを1~2回行い、鼻から吸い込んだ水を口の中へ流し込むようにする。この時顔を上げて吸い込むと口の中へ入るようになる。そのまま口から塩水を出し、これを1~3回繰り返し、逆側の鼻も同じようにする。最後に鼻をかむ。鼻うがいは痛くなく、簡単である上にやった後の爽快感がたまらないと思うのでぜひお試しを。

※ 市販品で、NeilMed 社の Sinus Rinse というものもある。下記のサイトに説明があり、使い方もビデオで見ることができる。

[http://www.neilmed.com/usa/adword\\_sr.php?gclid=CKPfrSE\\_Z8CFRMXawod-xxtmQ](http://www.neilmed.com/usa/adword_sr.php?gclid=CKPfrSE_Z8CFRMXawod-xxtmQ)

Walgreens、Rite Aid、Walmart、Target などで購入できる。

### アロマセラピー



症状: 花粉症による不快感で眠れない

有効な精油: ラベンダー

吸入方法: 精油をティッシュペーパーに3滴程落としたものを枕元に置いて寝る。

症状: 鼻水、鼻づまり、くしゃみ

有効な精油: ユーカリ

吸入方法: 精油を落としたティッシュペーパーに鼻をあて、ゆっくりと吸い込む。

症状: のどが痛い

有効な精油: ティートリー

うがい: 精油2~5滴を水50ml に落としてうがいする。

症状: 目がかゆい

有効なフローラルウォーター: ローズウォーター

使い方: コットンにローズウォーターをひたひたになるくらいまでスプレーし、目の上に5分ほどのせておく。

※ 精油は、お近くのナチュラルヘルストア、又は Health Food Center: <http://www.healthfoodcenters.com/>、iHerb: <http://www.iHerb.com>、The Heritage Store: <http://shop.caycecurcures.com/>などのサイトで購入できる。

食品による免疫力アップで症状緩和



### (1) 免疫機能を整え、正しく調整する

#### ビタミンB6:

バナナ、さつまいも、トマト、豚もも肉、レバー、鶏むね肉、鮭、鰯(さわら: spanish mackerel)、鯖(さば: mackerel)、ナッツ類など



乳酸菌: プレーンヨーグルト

EPA: マグロ、ぶり(yellowtail)、うなぎ、鮭など



βグルカン: 椎茸、舞茸などのきのこ類

### (2) アレルギー症状を抑える

ビタミンC (活性酸素を抑える抗酸化作用があり、ヒスタミン生成を抑制する): 小松菜、カリフラワー、ブロッコリー、トマト、いちご、グレープフルーツ



#### ポリフェノール

抗酸化作用: ブルーベリー、赤ワイン、ココア、ビーツ、ザクロ  
ヒスタミンの調整作用: 緑茶、紅茶、ウーロン茶など

αリノレン酸: キャノーラ油、しそ油、しそ、えごま油 (加熱しないで摂取)

その他: はちみつ、生姜、ナッツ類、いちじく(肌や粘膜に潤いを与える)

白木耳(活性酸素を抑える抗酸化作用があり、肌や粘膜の乾燥を予防)



### (3) 免疫機能を高める

亜鉛: カレイ、ひらめ、牡蠣など貝類

ビタミンA: 小松菜、春菊、人参 (粘膜を丈夫にして、アレルゲンの浸入を防ぐ)

※ たんぱく質の高摂取は、花粉など異物への反応が過敏になり、アレルギーを起こしやすくなる。ただし不足しても、免疫力の低下を起こしたりする。動物性と植物性をバランスよく1:1で、適量を摂ることが理想。

※ 免疫力アップに役立つ食材も取り入れたレシピを次ページで紹介しています。

## 東南アジア料理に挑戦！

トトマンプラー(さつま揚げ)		鶏とナツツの唐辛子炒め	
<b>材料</b>		<b>材料</b>	
白身魚すり身 300g いかすり身 100g 卵 1個 いんげん 50g こぶみかんの葉* 2枚 レッドカレーペースト 20g ナンプラー 1tsp cilantro 少々 胡瓜などの野菜 適宜	<b>ソース</b> タイスイートチリソース 2Tbsp ナンプラー 1tsp ピーナツ 数粒 シャロット 1個 ライム(果汁) 1tsp	鶏もも肉(胸肉) 2枚 酒 1tsp 片栗粉 2Tbsp カシューナツツ 50~60g 揚げ油 適宜 中国山椒(粒) 1/2tsp	葱 2本 ニンニク 1片 赤ピーマン 1/3個 マッシュルーム 5~6個 乾燥唐辛子 4~5本 サラダ油 1~2Tbsp
		<b>合わせ調味料</b> 醤油 1Tbsp 酢 1tsp 酒 1/2Tbsp みりん 1/2Tbsp	
1. 白身魚のすり身といかのすり身にカレーペーストを加え良く混ぜ、卵も加えてさらに混ぜる。 2. 細かい小口切りにしたいんげん、こぶみかんの葉のみじん切り、ナンプラーを加えてまとめる。 3. 小判型に丸め、320度くらいの油でゆっくり揚げる。 4. ピーナツとシャロットはみじん切りにして、チリソース、ナンプラー、ライム果汁と合わせる。 5. 生野菜と共に器に盛り、cilantro を添える。 6. 4. のソースを添える。		<b>下準備</b> a. 鶏肉は、1~1.5cm角程度に切り、酒をふっておく。 b. 片栗粉以外の合わせ調味料を合わせておく。 c. 葱は1cmの小口切り、ニンニクは叩いてつぶす。 d. マッシュルーム、赤ピーマンも、鶏肉にサイズを合わせて切っておく。	
		<b>作り方</b> 1. カシューナツツを300~320度の油で素揚げし、よく油分を切っておく。 2. 酒をふった鶏肉に片栗粉をまぶし、340~360度の油でからっと揚げる。 3. 中華鍋に唐辛子と山椒を入れ、サラダ油を加えてゆっくり加熱し、唐辛子の色が黒っぽく変わったら、葱とニンニクを加える。 4. 香りが出たら、赤ピーマン、マッシュルームを加え炒める。 5. 1.と2.を加えて全体が馴染んだら、油分をペーパータオルで少し取り除き、合わせ調味料を加えて一気に炒める。 6. 様子を見て水溶き片栗粉を加え、全体をまとめる。	
		※辛いのが苦手な場合は、唐辛子・山椒の行程を除く。辛いのを好む場合は、唐辛子を二つにカットして種ごと炒めるとかなりスパイシーになる。	
ヤムウンセン(タイ風春雨のサラダ)			
<b>材料</b>		<b>ニヨニヤサテー(マレー風串焼き)</b>	
中国春雨 100g いか 50g 酒・醤油 少々 木耳 10g ナンプラー 2Tbsp ライム果汁 2Tbsp Cilantro 適宜	エビ 10尾 豚ひき肉 50g シャロット 2~3個 タイ唐辛子(緑) 小1本 (鷹の爪で代用可) 砂糖 1tsp ピーナツ 適宜	<b>材料</b> 牛薄切り肉 200g 酒・醤油 各2tsp ターメリック 1/2tsp 砂糖 1tsp サラダ油付けレモングラス1本	<b>ピーナツソース</b> ピーナツバター(chunky) 60g 砂糖 15~20g ニンニク 1片 シャロット 1個 クミン 少々 唐辛子 1本 cilantro 少々 レモングラス 小匙1
1. 春雨は水につけてもどし、熱湯でさっと茹でて水気をきり、食べやすい長さに切ってナンプラー1Tbspで和えておく。 2. 木耳は湯で戻し、石づきを取って千切りし、シャロットは薄切りにする。 3. エビは殻のまま酒少々(分量外)と水をひたひたに加え、酒蒸しにして冷めたら殻をむき、半分にスライスする。 4. エビの茹で汁に食べやすい大きさに切ったいかを加えさっと茹でる。 5. いかを取りだした汁に豚ひき肉を入れ、酒・醤油を加えて炒り煮にする。 6. 5. の火を止めたら、唐辛子の小口切りとナンプラー、砂糖、ライム果汁を加える。 7. 春雨と他の材料を6.に加えて和え、器に盛り付ける。 8. 好みで、ピーナツを碎いたものをかける。		1. 牛肉は、酒・醤油・ターメリック・砂糖で、30分ほどマリネする。 2. 串に1.を巻きつけるように刺し、レモングラスでサラダ油をぬる。 3. フライパンにベーキングシートを敷いて焼くかグリルする。 4. ピーナツバターと砂糖以外の材料をすべて細かく刻み、ミキサーにかけて少量の油で炒める。 5. 4.をピーナツバター・砂糖と混ぜ合わせ、水を加えてソースにする。	
>レシピはすべて4~5人分 >材料は中国系食材店にて入手可能			

# お薦めレストラン

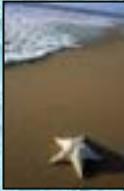
## Salacia

3001 Atlantic Ave., Virginia Beach, VA 23451

電話: 213-3473

[www..31ocean.com/Virginia-Beach-31-Ocean-Salacia.aspx](http://www..31ocean.com/Virginia-Beach-31-Ocean-Salacia.aspx)

営業時間: 火-土(ディナーのみ) 5時半~10時



Ocean Front のヒルトンホテル1階、カジュアルレストラン Catch 31 に入り、お洒落なダイニング、新鮮な魚介類が並ぶキッチンを見ながら突き当たりまで行くと、ようやく Salacia の入り口。中へ入るとそこは別世界の静けさ。シックなインテリアのダイニングで、一品ずつ料理にあったワインを出してもらい、ゆっくりと海を眺めながら堪能できる。ここのお薦めは、新鮮な魚介類と、ステーキ。どのシーフードも、生臭さが無いのは驚いた。種類豊富な生牡蠣から、スタートするのも一考。フィレ(6oz. \$29)と、ラムチョップ(\$35)を試したが、どちらも焼き具合が完璧で、しっかりと熟成されたステーキだった。個別にオーダーすることもできるが、一人\$75のコースもある。前菜のチョイスにある Braised Pork Belly は、前菜とは思えない

ボリュームで、とても美味。また、昨年の料理のコンペで賞を受賞したメインの Fig Glazed Blackened Puppy Drum は、見た目もお味も抜群。また、クラブケーキ(単品 \$13)もトマトジャムが絶妙に味を引き立て、捨てがたい美味しさ。ワインと料理を合わせたい人は、マネージャのニコライ氏にアドバイスを頼むと良いかもしれない。8歳以下お断りのこのレストランは、記念日、大人の夜を過ごしたい時にピッタリ。

予約は電話でも良いが、インターネットでもできる。

## Sunday brunch at The Jefferson

101 West Franklin Street, Richmond

TEL: (804) 649-4677 (ダイニング予約)

日曜日 10:30~、11:00~、1:00~、1:30~(要予約)



たまには優雅にブランチを楽しみたい、という方におスメなのが、ダウンタウンリッチモンドにある由緒あるジェファーソンホテルのサンデーブランチ。毎週シェフによって考案出されるメニューはバージニアの四季折々の素材をふんだんに使用。ポーチドエッグ、ソーセージ、ベーコンなど代表的な朝食メニューに始まり、昼食のメニューは季節の素材を添えた肉料理、生牡蠣をはじめとするシーフード料理、週ごとに替わる肉のかービングステーション、季節のパスタ、スープ、ジェファーソン名物スプーンフレッド、各種チーズプレート、季節のサラダ、パテ、テリーヌなど盛りだくさん。さらにデザートは各種タルト、チーズケーキ、パイ、サンデーなど目移りしてしまう。

豊富なメニューのみならず、さらに素晴らしいのがダイニングルーム。大理石の円柱をあしらった美しい丸天井の大広間、映画の一場面のような大階段。実際に、この階段が映画“風と共に去りぬ”的邸宅のモデルになったとのうわさ。階段の上からの眺めは圧巻というほかない。さらに生バンドによる演奏も楽しめる。

気になる値段はシャンパン込みで大人1人42ドル、6歳から12歳の子供1人19.95ドル、5歳未満の子供は無料。ホリデーは割増料金。食事のあとは、1895年の開業以来歴代大統領や各界著名人も滞在したといわれる歴史ある当ホテルのロビーでくつろぐのも一考。

## Swan Terrace

(The Founders Inn内)

5641 Indian River Rd., Virginia Beach

電話: 366-5777

[www.foundersinn.com/Dining\\_Entertainment/Swan\\_Terrace\\_Restaurant.asp](http://www.foundersinn.com/Dining_Entertainment/Swan_Terrace_Restaurant.asp)



I-64から Indian River East へ降りてすぐ、Regent University の敷地内にあるThe Founders Inn(ホテル)の中のステキなレストラン。ランチのビュッフェは \$15.95 で食べられるが、凝ったメニューでお味もかなりいける。落ち着いた雰囲気できれいな景色を眺めながらの優雅なランチ、たまにはいいもの。ビュッフェ以外のランチメニューには、スープ(\$4~6)、サラダ(\$7~11)、サンドイッチ(\$10)などがある。クリスマス、イースター、母の日などには特別メニューがあるので是非チェックしてみよう。特にクリスマスには、レストランの脇、建物の吹き抜け空間に巨大なクリスマツリーが飾られ、それを目当てに記念撮影に来る人もいる。また、Founders Inn の外は豪華にライトアップされ、馬車に乗ることもできる。

\*サンデー・ブランチあり

(11時~2時、大人 \$26.95、子供 \$13.95)

\*朝食、ランチ、ディナーあり

注記: 営業時間はシーズン毎、週毎に替わる場合があるので、出かける前に時間を確認のこと。

## Bangkok Noi

6724 Main Street, Gloucester, VA 23061

電話: (804) 695-1177

営業時間: ランチ 毎日 11時~2時半

ディナー 月~木 4時半~9時

金・土 4時半~10時

日 4時半~8時



17号線を北上し、Coleman Bridge を渡って20分あまり、可愛らしいメインストリート沿いにある。真新しい店内はゆったりと広く、明るい雰囲気。メニューは、13種類の前菜、6種類のサラダ、4種類のスープ、13種類の伝統的なメインディッシュ、6種類のカレー、11種類の麺・フライドライス、8種類のベジタリアンメニュー、13種類のシェフの創作料理、6種類のダック料理、2種類の子供向け料理(8歳以下)、3種類のデザート…と、かなり多彩。前菜から選んだ Bangkok Noi Combo (\$6.99) は、2個ずつの揚げ春巻き、揚げシウマイ、さくさくの揚げワンタンに甘いソースが添えられている。どれもカラッと軽く、鶏挽肉の優しい味付けになっている。ソースも甘すぎず、早くも期待を裏切らない予感が沸いてくる。次にタイの代表的なサラダの一つである Papaya Salad (Sum Tom) (\$6.99) を試してみた。青パパイヤの歯ざわりがよく、切り干し大根のような滋味深い味わい。ライムドレッシングでより一層食欲を盛り立てる。メインとして、シェフの創作料理の中から Soft Shell Crab (\$17.98) を注文した。ソースは、イエローカレーソースと3種類の香草を使ったスパイシーソースの中から選ぶのだが、薦められるままにイエローカレーソースにした。ココナッツミルクと蟹の卵の優しさがカレーソースに溶け込み、唐揚げされた蟹によく絡み絶妙の味わい。付け合せの白いご飯にとてもよく合う。Soft Shell Crab のように季節食材がメニューにある時には是非注文することを薦めたい。このようにメニューが豊富で飽きのこない味付けなので、何度も足を運び全メニューを制覇するか、大勢で分け合ってバラエティを楽しむのも一興。

# イベント情報



## 第14回 Virginia Arts Festival

今年の当フェスティバルも素晴らしいアーティストを集め、4月から5月にかけて Hampton Roads に住む私たちに世界レベルのエンターテイメントを提供してくれます。数ある企画の中から一部ご紹介しましょう。

### バレエ

#### 「白鳥の湖」 Birmingham Royal Ballet

2007年に「眠れる森の美女」を当地でも公演し、息を呑むような本当に見事なクラシックバレエの粋を見せてくれました。彼らがまた訪れます。今回はクラシックバレエの代表作「白鳥の湖」。Virginia Symphony の演奏によるチャイコフスキイの音楽と共に、再度我々を魅了してくれることでしょう。

日時：5月7日(金) 8時、8日(土) 8時、9日(日) 2時

場所：Chrysler Hall, Norfolk



### ミュージック

#### クラシックギター

David Russell グラミー賞受賞、世界中にファンを持つギタリスト。

日時：4月27日(火) 7時半 場所：Chrysler Museum Theater, Norfolk



#### ピアノ

Maurizio Pollini 世界的に名をはせる大物ピアニスト。特にショパン音楽の大家。このコンサートでもたっぷり

ショパンを聴かせてくれることでしょう。

日時：5月4日(火) 7時半 場所：Harrison Opera House, Norfolk



#### チェロ

Alisa Weilerstein 20代の若手だが、その技術と情熱的な演奏で高い評価を受けており、世界の一流オーケストラ



とも共演を重ねる。当フェスティバルではソロコンサートの他、Virginia Symphony との共演もある。

ソロコンサート 日時：5月27日(木) 7時半 場所：Williamsburg Presbyterian Church, Williamsburg

Va Symphony との共演 日時：5月30日(日) 7時 場所：Williamsburg Lodge/Virginia Room, Williamsburg

#### トランペット



Chris Botti トップチャートに名を連ね、コンサートチケットは完売の超人気のアーティスト。Paul Simon、

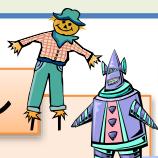
Sting、Josh Groban らとも共演し、ジャンルを超えた独自の演奏でファンを魅了する。チケットはお早めに。

日時：5月14日(金) 8時 場所：Sandler Center for the Performing Arts, Virginia Beach

以上その他数多くの公演が用意されています。詳しくは [www.VAFEST.ORG](http://www.VAFEST.ORG) か (757)282-2822にお問い合わせ下さい。



### ミュージカル



#### Wizard of Oz



大人にも子供にも愛され続ける  
おなじみのミュージカル、「オズの魔法使い」が公演されます。ご家族揃って最高に楽しいひと時がすごせることでしょう。

日時：3月16日～21日

場所：Chrysler Hall, Norfolk

詳細：[www.ticketmaster.com](http://www.ticketmaster.com)

#### Jesus Christ Superstar



Tim Rice と Andrew Lloyd Webber の伝説的ペアによって生み出され  
1971年に初演された、ミュージカル史上に名を残す作品。数々の素晴らしい音楽があふれています。

日時：3月21日(日)7時半

場所：Ferguson Center, NN

### ワシントンDC桜祭り(3月27日～4月11日)



1912年に東京都から贈呈された3000本の桜の木の満開時に行われる桜祭り。モールと呼ばれるDC観光の中心地区が一面桜色にかすみ、それはそれは美しい装いとなります。この期間中毎日何かしらのイベントが企画されていますが、最高潮はやはり4月10日でしょうか。日米協会DC支部による日本文化披露の一日で、屋台あり、芸能あり、デモンストレーションあり、の盛りだくさん。ただし、この日は毎年信じがたいほどの人出。人また人の波を押しのけて、果たしてお目当ての屋台やパフォーマンスに行き着ければおなごさみーそんなうわさです。

詳細：[www.us-japan.org/dc/sakura.php](http://www.us-japan.org/dc/sakura.php) [www.sakuramatsuri.org](http://www.sakuramatsuri.org)

### ワインテイスティング講習会「Wine, Wit & Wisdom」

Colonial Williamsburg の中心にある Williamsburg Lodge で、この春ソムリエ Charles Birr 氏とトップシェフ Rhys Lewis 氏によるワインテイスティングのクラスが、5月いっぱいまで毎週土曜日に開催されます。テーマに沿って選ばれた各種ワインとチーズが用意され、お二人がそれぞれ薦めを傾けます。ワインにはちょっと違うさい方、これからワインについてもっと知りたい方、大好きなワインを肴に英会話の練習をしてみたい方、ぜひお試しください。要予約

日時：5月29日までの毎週土曜日2時から1時間半～2時間

場所：Williamsburg Lodge (757)229-1000 Colonial Williamsburg

費用：一人一回 \$ 30 + tax + チップ

[www.colonialwilliamsburgresort.com/dining/specialevent/wine-wit-and-wisdom](http://www.colonialwilliamsburgresort.com/dining/specialevent/wine-wit-and-wisdom)



## Japanese in Virginia



静子 Dower さんは、遠州流生け花をライフワークとして勉強してきました。全世界的な生け花の会、Ikebana International の会員として研鑽を重ね、指導者としての資格を得ています。これまでに、ペニンスラだけにとどまらず、アメリカ各地で遠州流生け花の研究会や展示会を開いてきました。また、むきもの（果物や野菜の彫刻）、寿司などの創作も手がけ、日本の伝統芸術の極みとして新聞、雑誌などに取り上げられて絶賛を浴びてきました。各展示会や教室を通して生まれる人々との交流を何よりの喜びとし、日本の伝統美をこの地で広める、という使命をもつ静子さんの日常は厳しい自己管理と節制が行き届き、凛とした日本女性の佇まいが魅力的です。そんな静子さんに、遠州流生け花についてお話を伺いました。



### ❖ 遠州流生け花とは…

古流生け花として京都に発祥、十四世紀に小堀遠州がその様式を完成させました。仏教の教えから成る、真、行、留の三本の基本の線、さらには、肩と胴、二本の補線を枝もので表します。それらの線を遠州流独自の技法である、曲げ、流し、落としなどで動きのある美しい様式に創りあげていきます。伝統的な生花、より自由な盛り花、または細長い花器を使う投げ入れなどがあり、生け方に幅を持たせています。



### ❖ 遠州流生け花との出会いは…

静子さんは、生け花を趣味とされたお母様の影響でこの道に興味を持ち、特に遠州流に惹かれたそうです。アメリカに居を移してからも、定期的に日本に滞在し、森一森（もりいつしん）家元の研究会に出席してお稽古を重ねました。一森会は遠州流の分家のひとつで、一森二世が二十世紀に向けた新しい様式を完成させ、北米やヨーロッパなど世界に進出してその名を広めました。



### ❖ 日常生活に花を上手に取り入れるには…

花を飾るということは、ただ飾るという行為ではなく、もっと精神性の高いものです。昔から日本では、床の間という神聖な所に感謝の気持ちを持って花を活け、心の平静を得てきました。ですから、花そのものだけでなく、飾るという行為に意味があるのです。それが家族にも伝えられるようあって欲しいと思います。

静子 Dower さんの連絡先: 757-874-6209 (教室)

## 掲示板

### 中古車売ります

2006 Mercedes-Benz R350 4WD (268馬力)  
4ドア+リアハッチ(ボタン式自動開閉)、レザーシート  
(黒)、サンルーフ、オーディオCDチェンジャー(5枚対応)  
6人乗り(2、3列目を倒し大きなトランクとして利用可能)  
Premium Gasoline使用  
色: デザートシルバー  
走行距離: 約56000マイル  
燃費: 21mpg (HWY)/16mpg (City)  
事故歴: 無し(傷、へこみ無し)



タイヤ: 1年以内に全て新品と交換済み  
価格: \$24,000 (標準取引価格)以下、相談可。  
引渡し: 5月20日頃  
連絡先: [reireinenetan@gmail.com](mailto:reireinenetan@gmail.com)

### International Children's Festival

4月17日(土) 10時—5時(雨天決行)  
Mill Point Park, Hampton  
詳細はこちらのサイトから [www.hampton.gov/parks](http://www.hampton.gov/parks)  
今年は37カ国が参加します。  
日本テントでは当日ボランティアをしてくださる方を募集しています。  
連絡先: 240-5512 小島まで

本紙は Hampton Roads に住む日本人女性のための情報紙です。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)  
4905 Whithorn Circle, Williamsburg, VA 23188  
Eメール・アドレス: [ocha\\_va@yahoo.co.jp](mailto:ocha_va@yahoo.co.jp)

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

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