

長い休暇は自宅で映画館気分を味わおう

# PPW映画館旧正月編

いよいよ旧正月の香港。連休は旅行へ行く人も多いだろう。しかし、自宅でゆっくり過ごすという人も少なくないのでは？

そこで、PPW編集部が独断と偏見で選んだ映画6作品をご紹介します!アニメやヒューマンドラマなど、さまざまなジャンルの映画から、自分の気になる映画を選んでゆっくり旧正月休みを楽しもう!



## おおかみこどもの雨と雪

宮崎あおいと大沢たかおが  
声優初共演

監督:細田守  
出演:宮崎あおい  
大沢たかお 他

大学生の花は、ある男と出会ってすぐに恋に落ちた。彼が人間の姿で暮らす"おおかみおとこ"だと知っても花の気持ちは変わらず、やがて2人の間に新たな命が生まれる。雪の日に生まれた姉は《雪》、雨の日に生まれた弟は《雨》と名づけられた。都会の片隅で幸せな毎日を送っていた家族だが、父"おおかみおとこ"の死によってそれが一変する。花は、子供たちが将来「人間かおおかみか」選べるよう、3人は自然に囲まれた田舎町に移り住むことにした。節約のための家庭菜園がうまくいかなかったときは、里の人が手を差し伸べてくれた。人目を避ける為に引越したはずが、いつの間にか里の人たちに世話になっていた。そんなとき、それぞれの道を歩き出した雪と雨。花にも、決断のときが迫っていた。

「時をかける少女」の細田監督の作品で、第45回シッチェス・カタロニア国際映画祭アニメーション部門で、最優秀長編作品賞を受賞した。「おおかみこども」というファンタジーな設定ではあるが、花や子供たちの苦悩がリアルに描かれており、年代を問わず楽しめる作品となっている。



## プラダを着た悪魔

働く女性、ファッション好き  
必見の話題作!

監督:デイヴィッド・フランケル  
出演:アン・ハサウェイ  
メリル・ストリープ  
エミリー・ブラント 他

大学を卒業し、ジャーナリストを目指してNYにやってきたアンディ(アン・ハサウェイ)。オシャレに興味の無い彼女が面接に向かったのは、一流ファッション誌「RUNWAY」編集長ミランダ(メリル・ストリープ)のアシスタント。無事に採用されたが、ミランダに悪魔のような命令を要求され、さらに失望の言葉を投げつけられる。しかし、その後アンディは、周囲が驚くほどの大変身を遂げミランダからの信頼を勝ち取る。一方で私生活はめっちゃくちゃ。友人には愛想をつかされ、恋人とは破局してしまう。働く女性の等身大の悩みを描く物語だ。

ローレン・ワイズバーガーの同名小説を映画化した作品。「セックス・アンド・ザ・シティ」で、演出を務めたデイビット・フランケルが監督を、衣装を手掛けたパトリシア・フィールドが今作でも衣装を担当した。まるでファッション誌をめくっているかのように、次々と一流ブランドの衣装が登場し、ストーリーだけでなく映像でも楽しむことができる映画だ。そのお洒落な俳優陣の着こなしも必見!



## ショーシャンクの空に

どんな時間も「有意義」に過ごせる?  
無冠の感動作

監督:フランク・ダラボン  
出演:ティム・ロビンズ  
モーガン・フリーマン  
ウィリアム・サドラー  
ボブ・ガントン

無実の罪で収監された元銀行副頭取アンディ。彼は当初刑務所が持つ異質な雰囲気戸惑い孤立していたが、「調達屋」と呼ばれ服役囚たちから慕われていたレッドと出会い、少しずつ2人の交流が深まっていく。アンディは元銀行員の経歴を發揮し、刑務所内の環境改善に取り組むことで他の囚人からの信頼を高めてく。更に刑務官たちからも一目置かれるようになり、彼らの税務処理や所得隠しまで請け負うことになった。そこでアンディが思いついた作戦とは...

1994年に公開されたアメリカ映画。スティーブン・キングの中編小説「刑務所のリタ・ヘイワース」をティム・ロビンズとモーガン・フリーマン主演で映画化した人間ドラマ。本作品はアカデミー賞において7部門にノミネートされたが、無冠に終わった。劇場公開当初は他の話題作と公開時期が重なり、興業収入は振るわなかった。しかしその後ビデオ販売やレンタルが開始されるとファンが増加。2000年代以降、「好きな映画、感動する映画」といったランキングでは常に上位に入り、映画評論家の中では「最高傑作」との声も上がった。



## まほろ駅前多田便利軒

『舟を編む』作者のもう1つの  
代表作が映画化

原作:三浦しをん  
監督:大森立嗣  
出演:瑛太  
松田龍平 他

三浦しをんによる第135回直木賞受賞作を、「ケンタとジュンとカヨちゃんの国」の大森立嗣監督が映画化した、ユーモラスで温かいヒューマンドラマ。個性派俳優の瑛太と松田龍平が主人公の便利屋を演じ、様々な問題を抱えた客たちとのエピソードを描く。大森監督は「主人公のふたりが作る空気感が本作の一番の見所です。」と語っている。

バツイチの多田啓介(瑛太)は便利屋「多田便利軒」を営む、真面目でしっかり者。1月のある日、中学時代の同級生である仰天春彦(松田龍平)と再会する。かつての印象とは違い、よくしゃべる風変わりな男へと変貌した仰天は、半ば無理やり多田の家に居候することに。そしてその後様々な問題を抱える客の人生に深く関わっていく。10月になると、多田と仰天は忘れられない過去と否応なしに向き合うことに...

150万部を超えるベストセラーとなった原作小説は、その後「まほろ駅前番外地」が刊行されドラマ化。現在は続編の「まほろ駅前狂騒曲」が週刊文春で連載中。2014年秋には続編の映画化も決定しているので、見逃さない!!



## ピンポン

臨場感溢れる試合シーンが魅力  
青春の卓球ムービー

監督:曾根文彦  
出演:窪塚洋介  
ARATA  
中村獅童  
サム・リー 他

松本大洋の人気コミックスを曾根文彦が映画化。片瀬高校卓球部に所属するペコとスマイルの、幼馴染2人が主人公。ペコは卓球をこよなく愛し、勝つことへの絶対的な自信を持ち先輩に対しても挑戦的。一方スマイルは決して笑わないことからペコが「スマイル」と名づけた。内気で無口だが、卓球は強い。高校生になって初めての全国大会終了後、2人は別々の指導者の元で実力をつけていく。そして2度目の夏、決勝戦を迎える...。本編は友情あり、苦悩ありの青春物語で今の若者にリアルに感じられるストーリーだ。登場人物たちの卓球に対する想いはみな違い、卓球を通じて個々の成長を描いている。最後には未来の2人の姿も見られ、「夢」とは何か?と問っている。若かりし頃の自分を思い出すかもしれない。

映画は高速で飛び交う球のCGと、日本のエレクトロ系音楽でテンポよく進められ、見ていて爽快な気持ちになる。最近疲れが溜まっている人にオススメ。青春映画で気分もスッキリ。



## 三銃士 王妃の首飾りとダ・ヴィンチの飛行船

華麗な17世紀フランスで  
痛快アクション!

監督:ポール・W・S・アンダーソン  
出演:ローガン・ラーマン  
ミラ・ジョヴォヴィッチ  
オーランド・ブルーム 他

舞台は17世紀フランス。まだ若いルイ13世が王位を継承し、リシュリュー枢機卿が権力掌握のために暗躍していた。三銃士の1人アトス(マシュー・マクフアディン)は、恋人であるミレディ(ミラ・ジョヴォヴィッチ)の裏切りによりある設計図を奪われてしまう。敵国イギリスのバッキンガム公爵(オーランド・ブルーム)のもとへ向かうミレディ。それから3年後、銃士になるため田舎からパリへ向かった青年ダルタニアンは、あることがきっかけで三銃士の仲間入りを果たす。リシュリュー枢機卿が仕掛けようとしているフランスとイギリスの戦争をなんとしても阻止するため、ダルタニアンと三銃士はアンヌ王妃の首飾り奪還を決意し、イギリスへ向かう...

何度も映像化、舞台化されているアレクサンドル・デュマの冒険活劇「三銃士」を、「バイオハザード」シリーズのポール・W・S・アンダーソン監督が映画化したアクション・エンターテイメント。主人公を「パーシー・ジャクソンとオリンポスの神々」のローガン・ラーマンが演じたほか、オーランド・ブルームは自身初の悪役にも挑戦している。また、謎の美女ミレディをミラ・ジョヴォヴィッチが好演している。

# ヘルシー&デリシャス



## 中国出身のキウイフルーツ

世界各国で愛されているキウイフルーツ。キウイといえばニュージーランドを連想することが多いかもしれないが、実は中国中部の揚子江流域が原産地。「ヤンタオ」と呼ばれていたマタタビ科のこの果実を1904年に高校の校長先生がニュージーランドに持ち帰り、全国的に苗が広まった。その後、改良を重ねられ現在最も一般的に栽培されるようになった緑の果肉のキウイが開発された。最近では黄色い種類のゴールドキウイが出回るなど、キウイはここ100年の間に世界中で広く愛されるフルーツへと成長を遂げた。そんなキウイは、爽やかな味もさることながら美容と健康の強い味方でもある。今回、そんな身近なキウイの美容と健康効果に注目してみた。

## 豊富なビタミンC

言わずと知れた美容の必須ビタミンである、ビタミンC。キウイには一日の必要摂取量100mgをほぼ一個で補えるほどのビタミンCが含まれている。キウイ100gに含まれるビタミンCは69mgでレモン1個分のそれよりも実は多いのだ。ビタミンCはしみ・そばかすを抑えるだけでなく、コラーゲンの合成にも必要不可欠なビタミン。その他にもストレスを低減する作用や免疫機能の向上、さらには最近注目されている抗酸化作用や発がん性物質の抑制といった心強い作用が認められている。キウイが熟すと果糖が増え、それにつれてビタミンCも増えると考えられているので、熟したキウイを食べるように心がけたい。(ちなみに2種類のキウイを比較すると緑のものよりゴールドの方が若干ビタミンCの含有量が多い)



## 若返りのビタミンE

キウイ100g中ビタミンEは1.3mg。ビタミンEもビタミンC同様に抗酸化作用があるのだが、CとEと一緒に摂る事により相乗効果が高まるといわれている。また、キウイは抗酸化成分のポリフェノールや果物には珍しくクロロフィルも含んでいるので、素晴らしい抗酸化作用が期待できる。ちなみにビタミンEの1日摂取基準量は成人の場合、男性は9mg、女性は8mgなので、キウイのみで補うよりは他の食品とあわせて摂取する必要がある。

## 高血圧予防のカリウム

体内のナトリウムとバランスをとっているカリウム。キウイ1個で摂れるカリウムは290mgで、1日あたりのカリウムの必要量の約15%摂ることができる。カリウム

は水に溶けやすく調理によって失われてしまうが、そのまま食べるキウイは、カリウムを損失せず摂取することができる。

## 腸内環境を整える食物繊維

食物繊維はキウイ100g中2.5g含まれ、水溶性食物繊維(0.7g/100g)と、不溶性食物繊維(1.8g/100g)どちらも含まれている。成人一人の1日あたりの食物繊維の必要摂取量は20~25gだが、2.5gの食物繊維といえば、ミカン3.1個分、バナナ1.9個分と同じ量だ。食物繊維は、腸内環境を整えて便秘を予防・解消するだけでなく、体内の有害物質やコレステロールを排出するなどの働きがある。また食物繊維は満腹感を与える作用があるので、その意味でもダイエット中の方はできるだけ多くの食物繊維を摂取するようにしたい。

## たんぱく質分解酵素「アクチニジン」

この耳慣れない成分はキウイに含まれるタンパク質分解酵素。生のキウイを生肉に挟んだり、生の果汁を肉にふりかけたりすると肉のたんぱく質を分解するので肉が柔らかくなる。また肉や魚と一緒に摂取すると消化吸収が良くなるという。(ただし、ゼリーにキウイを入れると、たんぱく質分解酵素が作用してゼリーが固まらない現象が起こるので注意したい。)

キウイのメリットを挙げていけば長いリストとなるが、こんなに身近なフルーツがここまで美容と健康の強い味方だと知れば、見る目も変わってくるだろう。朝食フルーツダイエットが注目されている昨今だが、健康を意識する方にとっては、キウイは栄養面から見ても理想的な食事となりそう。キウイは手ごろな値段と調理のしやすさ(ナイフで半分に切って中をスプーンですくって食べるだけ!)から見ても、長く続けられそうな「健康習慣」となるだろう。また、実はキウイの種類も豊富で、皮もむかずにそのままいただける一口サイズのキウイベリーや、中心が赤いレインボーレッドキウイなど様々な品種のキウイがあるのでチャンスがあれば試していただきたい。

## キウイの旬

国内産のキウイは、主に愛媛県、福岡県、和歌山県で栽培され、全体の約60%を占めている。旬は、種類によってやや異なるが、だいたい10月~3月。日本でよく見かけるニュージーランド産のキウイの旬は、4月~9月で日本とは真逆だ。今が旬の国産キウイで手軽に「健康習慣」始めよう!

香港

2・3月の季節もの遠足はこっちら!!  
2月22日・3月15日(土)イチゴ狩り&BBQランチ  
大人HK\$390 子供HK\$290  
\*クラブパンダ会員様はHK\$20引き!!

I♥ASIA! 短い休みで気軽なアジア旅。多彩なプラン  
忙しい方必見!!泊2日のぶらり気軽、旅充実プラン登場!  
タイ・チェンマイ、ハノイ・世界遺産ハロン湾、台湾、中国などなど  
2連休で行ける海外旅行取扱中!詳しくはお問合せ下さい!

**パンダバス** お問い合わせは日本語でどうぞ!  
TEL: (852)2724-4440 (09:00-18:00)  
web サイト: www.pandabus.com/hkg  
メール: hkg@pandabus.com  
Room507-508, 5F, East Ocean Centre, 98 Granville Road, TST

「香妻会」&「国際結婚の会」メンバー募集

「オーストラリア留学中の出会いがきっかけで」  
「香港駐在中に知り合って」など  
国際結婚カップルを応援する  
「香妻会(香港人女性を妻に持つ男性の会)」と  
「国際結婚の会」。  
合同で食事懇談会を開催したり、  
お子様の教育情報交換の場などを提供しています。  
メンバーになって、国際結婚ならではの  
大変なこと、嬉しいことなどを共有しましょう!

事務局 原  
hara@pocketpage.com.hk  
TEL (852)9225-8287

第6回目くらい!  
2月22日開催!  
ってアバウトやなあ~

タイ人シェフの本格派料理と楽しいお話。友達づくりに参加しよう

**荃湾でタイ料理を喰らうの会**

場所: 荃湾の某タイ料理屋。安く美味しい店の為、参加者のみに告知。  
会費: 実績あり!1名HKD200以下で抑えられています。  
時間: 18:00~20:00 希望者のみ2次会あり  
参加申込・問合せ:  
永久幹事 原まで TEL(852)9225-8287  
hara@pocketpage.com.hk

PROPERTY AGENCY LIST  
日系不動産代理一覧

- HONG KONG**
- トロント不動産 TEL (852) 2882-1922  
14A, Hoi To Court, 275 Gloucester Rd., Causeway Bay
- スターツ TEL (852) 2836-0760  
Unit 1805, 18/F., Causeway Bay Plaza 2,  
463-483 Lockhart Rd., Causeway Bay
- 第一不動産 TEL (852) 2885-7711  
Rm. 709, 7/F., Kornhill Plaza-Office Tower,  
1 Kornhill Rd., Quarry Bay
- 三宝不動産 TEL (852) 2566-0155  
Room 1003, 10/F., Marina House,  
68 Hing Man St., Sai Wan Ho
- 南洋不動産 TEL (852) 2891-4113  
20/F., Flat A, Fairview Court,  
15-17 King Kwong St., Happy Valley
- グレートユニオン不動産 TEL (852) 2856-2382  
Room A, 25/F., Capital Ctr., Tower 2,  
28 Jardine's Crescent, CWB
- GUANG DONG**
- ベターハウス 広州支店 TEL (86) 20-3877-1528  
広州市天河区天河北路橋林街47号  
中旅商務大廈東塔2304号
- 友和不動産 TEL (86) 20-8729-4501  
広州市天河区粵寧路38号  
広豊商務大廈7F
- スターツ(広州) TEL (86) 20-3877-0041  
広州市天河区天河北路233号  
中信広場1205室
- フルホーム不動産 TEL (86) 20-3801-2651  
広州市天河区五山路141号之一尚德大廈B棟22-24階
- ミドリ不動産 TEL (86) 20-3868-3090  
広州市天河区林和西路167号威尼國際1601室
- ABC不動産 TEL (86) 20-2605-8666  
深圳市南山区南山大道2008号羅華園18階D
- ジュノー不動産 TEL (86) 755-8217-1880  
深圳市羅湖区深南東路4003号  
世界金融中心B座1410室
- ベターハウス 深圳支店 TEL (86) 755-8367-8712  
深圳市福田區益田路  
江蘇大廈B座1013室
- OK-Support 深圳 TEL (86) 755-2360-2214  
深圳市福田區彩田路東方新天地広場D座1805
- 不動産NAVI 羅湖店 TEL (86) 755-2584-5960  
深圳市羅湖区南湖路深華商業大廈寫字樓401号室

ジュノー不動産

(0755)8219-5546 深圳市羅湖区深南東路4003号世界金融中心B座1410室



万豪行政公寓 MARRIOTT EXECUTIVE APARTMENTS



(所在地) 南山区白石路  
(間取り) 1R~3LDK (50㎡~220㎡ 実用面積)  
(室内) 家具・電化製品一式付き  
(環境) 海沿い、深圳湾口岸(香港へのイミグレーション)車で8分、OCT(華僑城)地区、歡樂海岸  
(備考) 2013年の建築物件で、高級サービスパート、ジム、屋外プール  
(月額) RMB27,000~

地王信興広場 DIWANG SHUNXING SQUARE

(所在地) 羅湖区深南東路  
(間取り) 2LDK 103㎡(建築面積)  
(室内) 家具・電化製品一式付き  
(環境) 地王、万象城、日本人構成率高い。超高層ビル。近くに銀行、レストランやスパもあり。香港は自動車でたったの約5分。  
(備考) ジム、プール、卓球室、サウナ  
(月額) RMB12,000 管理費、税金込み



一間公寓 APARTMENT ONE



(所在地) 蛇口南海大道  
(間取り) 2LDK 78㎡(建築面積)  
(室内) 家具・電化製品一式付き  
(環境) 紫荊城ショッピングモール、花園城中心、蛇口体育センター、四海公園、蛇口病院など、娯楽、生活便利、Wal-mart、深圳湾口岸、日本人学校近く  
(備考) ジム、Wifi環境、24時間コンビニ  
(月額) RMB6,500 管理費、税金込み

深圳

**不動産NAVI** 住宅 オフィス 店舗 工場  
深圳全域をカバー!

生活サポートも充実 専用車での物件見学無料!

インターネット  
日本語TV  
ウォシュレット  
バスタブ設置  
ウォーターサーバー  
浄水器設置  
家政婦紹介  
ドライバー手配  
カギ交換

仲介手数料はローカル水準  
日本同様のサービスを提供いたします。

日本人学校へ通学便利な物件  
サービスアパートメント  
新築・築浅物件  
必見!格安物件  
完全非公開物件

動画あり

不動産のことなら私  
加藤にお任せください。  
携帯:(86)159-1988-8210

愛住不動産顧問(深圳)有限公司 **aisumi**

羅湖店: 深圳市羅湖区南湖路深華商業大廈寫字樓401号室 南山店: 深圳市南山区海岸城東座225号  
電話:(86)755-2584-5960 ファックス:(86)755-2584-9219 電話:(86)755-3660-7226  
メール: info@fudou3navi.com ウェブ: http://www.fudou3navi.com

深圳

深圳の住宅・オフィスや倉庫・店舗まで  
不動産のこと何でもおたすね下さい

REAL ESTATE **JUNOH**

「より安心」「より長く」をモットーに  
充実したアフターサービスを  
提供しております。

まずはお気軽にお電話下さい。

www.junoh.cn

専任不動産經紀(深圳)有限公司  
深圳市羅湖区深南東路4003号世界金融中心B座1410室  
TEL:0755-8217-1880 FAX:0755-8219-5547  
+86 159 9969 3272 (角田)  
+86 138 2880 9866 (ジェシカ)

広東

お部屋探し・オフィス探しは  
**ベターハウスへ**

総合受付メール info@betterhouse.jp

広州 天河区天河北路橋林街47号中旅商務大廈2304室  
TEL:020-3877-1528

深圳 福田區益田路江蘇大廈B座1013室  
TEL:0755-2399-4694

Web検索でアクセス ベターハウス 検索

香港

**三宝不動産**  
SANPOU PROPERTY AGENCY  
Licence No.: E-137946-(A000)

賃貸住宅情報満載ウェブサイト!!  
http://www.san-pou.co.jp/hk  
Google/Yahoo! 一発検索「三宝不動産」

日本人に一番人気の太古(タイクー)地域を  
メインに香港全域の人気物件をご紹介します!  
(タイクー地域での物件探しなら、まずは当社へ一報下さい!)

Tel: 2566-0155 Fax: 2566-2119  
E-mail: info@sanpou.com.hk

Room 1003, 10/F., Marina House,  
68 Hing Man Street, Sai Wan Ho, HK

広州

最新広州情報満載ブログ  
Midori House 高野洋 <http://ameblo.jp/midorihouse-gz/>

グッドハウス・グッドミドリ  
一人一人の出会いを大切に。信頼と真実で「住まい・オフィス探し」

12月22日までに成約いただいたお客様  
(RMB8,000以上)には、豪華贈り物1台を  
プレゼントします(ブランド制限あり)

ミドリ不動産/広州美多利高野洋有限公司  
広州市天河区林和西路167号威尼國際16階  
(86)20-3868-3090  
www.midorihouse-gz.com E-mail: info@midorihouse-gz.com  
日本語直通: 158-2028-3649 (空 フ)  
159-2096-8948 (阮 ケン)

深圳

深圳で不動産をお探しなら、  
**「OKサポート」!**

●オフィス ●サービスアパートメント ●生活サポート

自社物件の他にも、  
各エリアのお部屋をご紹介します!  
日本人女性スタッフが  
誠心誠意、ご対応いたします。

**OK!**  
オーナーサービス

TEL:(0755)2360-2214 MOBILE:188-2340-8243  
E-mail:helen@ok-support.asia  
WEB:http://www.ok-support.asia/  
住所:深圳福田區彩田路東方新天地広場D座1805

ミドリパワー!

# 野菜と健康

新鮮な野菜や果物には生命力を感じさせる不思議なパワーがある。私たちはそれらが健康に良いということは知っている。ビタミン、ミネラル、酵素など身体をつくる上で欠かせない要素が含まれる野菜や果物。実はもうひとつ大きなポイントは「色」だ。フィトケミカルと呼ばれる植物の色を決める色素、これには例えば緑黄色野菜の緑色(クロロフィル)、人参のオレンジ色(カロチン)、トマトの赤色(リコピン)、なすやぶどうの紫色(アントシアニン)、たまねぎ、大豆などの薄茶色(フラボノイド)などがあるが、それぞれの色がヒトの健康に大切な役割を果たしている。

さてこの色素パワー、今回は「緑」に焦点を当ててみる。植物中の緑の色素はクロロフィル。この単語は学校で光合成を習ったときに始めて耳にした人も多いかもしれない。クロロフィルは植物が光合成を行なうときに光エネルギーを効率よく吸収して化学エネルギーへと変換する色素だが、その分子構造が実はヒトの赤血球ときわめて似ていることをご存知だろうか。人体に入ったクロロフィルは血液中で鉄と結合し、赤血球や筋肉のヘモグロビンなどの色素に変わる。こうして緑の血液とも呼ばれるクロロフィルは未病を防ぐ第一歩の「きれいな血液を増やす」作用があるだけでなく、老化や病気の原因になりうる活性

酸素を消去する効果が期待できる。また、筋肉を維持したり傷の治りを早くしたり、抗菌、消臭効果もあり、健康維持の緑のパワーは計り知れない。健康や美容を意識するならば緑色の生野菜をより多く毎日の食事に取り入れることが効果的である。(フィトケミカルは加熱によって壊れてしまう為、生の状態で食べることがもっとも良いとされている)

緑色が濃ければ濃いほどその野菜の中のクロロフィルの含有量は高い。ほうれん草、ケール、小松菜などがクロロフィルの多い野菜になるのだが、香港では芥蘭(ガイラン)と呼ばれるアブラナ科の葉野菜が手に入りやすい。芥蘭はキャベツの仲間、キャベツとブロッコリーを合わせたような夏の野菜だ。栄養価としては、クロロフィルのほかに、ビタミンAやカロチン、ビタミンCが多い。香港では茹でて食べた

り、細かく刻んでチャーハンに入れることもあるが、これを生で食べれば、クロロフィルの摂取量UPへと繋がる。例えば、芥蘭数本をフルーツスムージーとブレンドしたり、細かく刻んで濃厚なサラダドレッシングと和えたりすれば割とすんなりいただけしてしまう。健康への近道クロロフィルの摂取量UP、色々とお試しいただきたい。

話は変わるが、ベジタリアンという言葉…、こちらも近年では「菜食主義」と訳すことへの異議が唱えられている。実はこのベジタリアンの「ベジタ」はベジタブル(野菜)から由来する言葉ではなく、VEGETUS(ラテン語で活気のある/生命力に満ち溢れた)が語源になっている。つまり、ベジタリアンとは健康で活力のある人のことを指す。少し細かいようだが、野菜ばかり食べる人がベジタリアンというわけではなく、健康



で活力ある人間になるために身体に悪いとされている肉食を避けている人がベジタリアンである、というのが正しい解釈のようだ。

ベジタリアンといわれる人々の食生活を見てみると結構フレキシブルな(時にはお肉も食べる)ベジタリアンだったりもする。なるほど、あまりストイックにならずにゆるゆるベジ生活で活力アップを目指すのもいいかもしれない。

日本の著名なベジタリアン

- ・中村光(漫画家)
- ・秋田昌美(音楽家)
- ・庵野秀明(映画監督 アニメーター)
- ・市川海老蔵十一代目(歌舞伎俳優)
- ・イルカ(歌手)
- ・UA(シンガーソングライター)
- ・小鮫千豊(吉本新喜劇の座長)
- ・サンブラザ中野(ミュージシャン)
- ・ソニン(歌手・女優)
- ・藤子不二雄A(漫画家)
- ・真木蔵人(俳優)
- ・宮沢賢治(詩人・童話作家・農業指導家・教育者)
- ・横峯さくら(プロゴルファー)
- ・吉田豪(フリーライター)
- ・アグネス・チャン(歌手)
- ・財津和夫(ポップスシンガー、作曲家、俳優)
- ・坂本龍一(作曲家) 他

## ベジタリアン芸能人 ジェフリー (林雲中) 最新情報をチェック!

香港人俳優だが、かつて日本に留学した経験を持つため流暢な日本語を操るジェフリーさん。原因不明の病気のため、一時芸能活動を休止していたが、菜食主義を実践してから不思議と完治して活動も再開し、現在は日本の大手芸能事務所に所属して日港両地で活躍している異色な経歴の持ち主。

ベジタリアン芸能人として活動しているジェフリーさんは、現在様々な方面で菜食主義の良さをより多くの人に伝えている。YouTubeでベジタリアンや健康をテーマにするビデオをアップロードしている彼は、最近香港のテレビ局NOW(有料)の健康番組「HEALTHY PLANET(維他命師)」に出演中。番組でジェフリーさんは、医師、漢方医、理学療法士など多くのプロと一緒に一般人が知らない健康知識を届ける。

また、料理の腕がプロ級のジェフリーさんは自分のフェイスブックページで時々自家製のベジタリアンレシピを投稿している。最近では女性漢方医Veronica

さんと健康レシピの新しい企画を立てている。そんなジェフリーさんの今後の活躍、乞うご期待!



漢方医のVeronicaさん



ジェフリーさん

林雲中 ジェフリー

2012年、株式会社ホリプロと専属契約、ベジタリアン芸能人として中華圏・日本を中心に活動中!

ブログ: [ameblo.jp/jeffreyyapan](http://ameblo.jp/jeffreyyapan)

フェイスブック: [www.facebook.com/pages/Jeffreys-Vegetarian-Lifestyle/606947312654426](http://www.facebook.com/pages/Jeffreys-Vegetarian-Lifestyle/606947312654426)

# ポケットとグルメ



アツアツ! ぷるぷる!  
寒い冬の決まり手!

# 鍋特集<sup>2</sup>

[www.pocketgourmet.com.hk](http://www.pocketgourmet.com.hk)

# 学力よりも人間性! 学校で学ぶのは勉強だけじゃない!

武蔵野美術大学は、今教育の場にどのようなことが求められているのか、また、どのようなスキルを身につけるべきと考えられているのかを明らかにするため、インターネット調査を行った。

## 教育現場で養いたいのは 学力よりも人間性!

まず、回答者全員(600名)に、「あなたが教育現場に求めるものはなんですか(複数回答)」と尋ねたところ、「充実した教育カリキュラム」を抑え、「人間性を養うこと」が最も多かった。学校では、勉強だけでなく社会に出て役立つ人間性を養うべきだと考える人が多いようだ。



## グローバル化に対応して欲しい!

次に、高校3年生の保護者に対し、「あなたがお子様身につけさせたいスキルは何ですか(複数回答)」と聞くと、「語学力」と回答した人が約8割に達した。グローバル化する社会に対応できるようになって欲しいと願っており、各年代と比較すると最も多い回答数となった。

## 今求められる「感性の力」

また、大学生・大学院生に、「あなたが社会人になるにあたり身につけておきたいスキルは何ですか(複数回答)」と聞くと、「コミュニケーション力」が圧倒的に多い結果に。また、+αにあたるスキルについては、「理論的思考力」「プレゼンテーション力」などの、左脳的で社会に出てすぐ活用出来る実践的なスキルと同等に、直観や感性などに関わる「クリエイティブ力」「発想力」といった右脳のスキルが必要であると捉えられていることが伺える。「クリエ



イティブ力」や「発想力」が選ばれた理由としては、「社会人になってから身につけるのでは遅すぎる」「社会人になってからでは、そのような専門的なスキルを勉強している時間がない」などの声が上がっており、学生のうちに十分な時間を使って養っておくべきという見方があるようだ。

※右脳のスキル——左脳は「論理的な思考」を行う脳であることにに対し、右脳は「五感で感じた感覚・感性」を取り扱う脳である。

男女別に見ると、男性の約半数は「クリエイティブ力」が必要と回答。「クリエイティブ力」は新しいことを考え出す力のことで、「じっくりと時間をかけて」答えを創造していくもの。その一方で、女性の約半数が「発想力」を身につけたいと回答している。「発想力」は瞬発力のことで、「ひらめきにより」答えにたどりつくもの。このことから、男性はじっくり努力して答えを出したい、女性はその場のひらめきですぐに答えにたどりつきたい、という考え方の差が見受けられた。

## 社会に出てぶつかる発想力の壁!

そして、第二新卒者を対象に「あなたが社会人になって、学生のうちに身につけた方がよかったと思うスキルは何ですか(複数回答)」と聞くと、男女ともに約3割が「発想力」と回答している。

実際に社会に出て仕事をしてみても、その場でアイデアを瞬時に考え出す「発想力」が自分には足りないと感じている人が多いようだ。

### <調査概要>

調査名:「教育に関する意識調査」  
調査方法:インターネット調査  
調査対象:高校3年生の保護者、全国の大学生・大学院生、第二新卒  
調査期間:2013年8月22日~8月26日  
有効回答数:600名<男性:300名、女性:300名>

香港

英会話 & 中国語

# ジオス GEOS

紅磡校  
中環校

GEOS Language Centre, Hong Kong  
月~木10:00~21:30/金・土10:00~18:00 日祝休み  
[www.geoshk.com](http://www.geoshk.com) 最新情報はHPで!  
f GEOS Language Centre で検索

韓国語好評受付中!

英語  
English

北京語  
Mandarin

広東語  
Cantonese

日本語  
Japanese

日本人受付スタッフ・日本語講師募集中!!

2月中にお申し込み・  
支払いの新規入学の方へ  
HK\$1,000 キャッシュバック!  
締め切り 2/28(金)

無料体験レッスン  
レベルチェック実施中!

ビジネスマンクラス  
奥様日常英会話クラス  
中国語取り急ぎクラス  
キッズ・学生クラス

※その他、多数クラスございます!  
お気軽にお問合せ下さい。

詳しくは下記スクールの日本人スタッフまでどうぞ!!  
ベビーシッター制度あります!!

紅磡校 (ホンナム校)  
Tel:852-2362-9991 日本人スタッフ:荒牧・松本  
Unit 843-846, Level 8, Fortune Metropolis, No.6 Metropolis Drive Hung Hom, Kln.  
E-mail:hunghom@geoshk.imsbiz.com.hk MTR紅磡駅の裏すぐ

中環校 (セントラル校)  
Tel:852-2504-0220 日本人スタッフ:渡辺  
4th Floor, Unicorn Trade Centre, 127-131, Des Voeux Rd. Central, Central, HK.  
E-mail:info@geoshk.imsbiz.com.hk 中環駅B出口・香港駅C出口すぐ

# 花 様 方 言

# 方言の世界 漫遊記

## Vol.48 <山T女福星(…だっちゃん)>

古い映画の話が多くなって恐縮ですが…、「夢中人」という、チョウ・ユンファ主演の香港映画がありました。秦の時代に無念の死をとげた夫婦が現代に転生して再会する、という話です。主人公たちは前世の夢を見ます。画面は現代と2千年前を行き来します。現代のシーンは舞台が 香港で広東語ですが、夢の中の秦のシーンでは主人公の前世たちは北京語を話しています。また、アンディー・ラウの「摩登如来神掌」では、ジョイ・ウォン扮する元朝の皇女が7百年の眠りから覚めますが、やはり北京語を話します。(ジョイ・ウォン、懐かしすぎ?…「チャイニーズ・ゴースト・ストーリー」の人です。)

秦や元は北京語だったのでしょうか。…まさか。北京語は清ができたときに長城の北側から持ち込まれたやや特殊な方言が母体で、春秋時代の燕はおろか、元朝の首都・大都の言葉の末裔ですらありません。「夢中人」や「摩登〜」の北京語は「見立て」です。北京語が秦と元の言葉の役割を演じているのです。北京語は多大な変形を被った末の漢語のなれの果てなのですが、いにしへの都の言葉のような思い込みのなされるのが間々あったのです。

日本の時代劇の侍の言葉も現代語に「ござる」を付けたぐらいの見立てで、ニセの古語です。しかし日本語はこのような「役割語」がたいへん発達していて、物語のキャラクター作りに大活躍しています。役割語・キャラ語尾の元祖ともいえる長老や博士の「〜じゃ」は江戸時代中期の言語事情に由来していて、江戸でも古い世代や知識人は上方言葉を使う、という構図のなごりなのです。お姫様言葉の「じゃ」、「つる姫じゃ〜!」の「じゃ」ですが、これも当時お姫様といえば、江戸の下々の民とは違って、上方言葉を話す高貴な身分、という階級構造が表されたものです。安土桃山時代に来日したポルトガル人の宣教師ロドリゲスによる4百年前の「日本語文典」にも、「東日本の言葉は荒れている。『じゃ』を『だ』と言う」と書いてあります。「じゃ」は現在の関西では「〜や」

に変わり、「役割」もイメージも全く変わってしまいましたが、江戸の作家が書き残した「じゃ」はその後もずっと現在まで、芝居、小説、漫画、映画など、フィクションの世界の中で脈々と受け継がれ、生き続けてきたのです。(博士は年寄り、という「鉄腕アトム」お茶の水博士以来の固定観念を打ち破ったのが「ジュラシック・パーク」で、この時期以後の「平成のウルトラマン」シリーズに出てくる博士はみんな20代の若者。ジュラシック・パークは恐竜をよみがえらせただけでなく、博士キャラの若返りにも寄与しています。)

キャラ語尾を大きく発展させたのが赤塚不二雄。イヤミの「ざんす」、ケムンパスの「やんす」、ハタ坊の「〜だジョー」、ニャロメの「〜ニャロメ」、バカボンのパパの「なのだ」、などなど。方言色が濃かったのが「いなかっぺ大将」で、風大左衛門の東北弁もどき「〜だス」やニャンコ先生の松山弁もどき「〜ぞなもし」、西一の大坂弁と、多彩。方言キャラとはいえませんが「まことちゃん」の「〜なのら」は奈良県吉野。作者の煤図先生ご自身の方言です。そして「うる星やつら」のラム語。「キャラ語尾」という用語のまだなかった当時、「〜っちゃん」「だっちゃん」は一世を風靡します。「〜ちゃん(ちや)」は九州、山陰、北陸など全国あちこちの方言で使われますが、大概は「だ」には付かず、「っ」もありません。井上ひさしの小説の仙台弁がモデルだそうですが、「仙台べっちゃん」の愛称で知られる実際の仙台弁では、ラムちゃんのように肯定の返事「イエス」の意味で「だっちゃん」と言うことはありません。ラム語は「役割語」であり、モデルはあってもあくまで虚構の言葉なのです。これがキャラ語尾の本質。そうだっちゃん!

「うる星やつら」の香港版の題は「山T女福星」。アメリカ映画「ET」の「E」の字を横に倒したのが「山T」。山Tは香港産アニメ「山T老夫子」に出てくる宇宙人。ラムちゃんは女性の宇宙人だから「山T女」。さて、キャラ語尾の翻訳ですが、これは翻訳家泣かせ。

OVAのタイトルにある「ラムの未来はどうなるっちゃん?」の訳は「阿琳的未來會是!」。これだとケロロ軍曹の「〜であります!」の「〜是也!」と大差がないですね。訳せないものは仕方ないです、あきらめましょう。ちなみに「うる星〜」の劇場版「ビューティフル・ドリーマー」の訳は「綺麗夢中人」。



第六天魔王(びやくろく)

携帯カイトのCMで、桂文珍扮する古代人が「ちゃぷい、ちゃぷい(寒い、寒い)」と言うのがありました。あの古代語は理論上、当たらずといえども遠からず。日本語研究に「縄文、弥生」はまだ夢物語だった当時、CM製作者のT氏は本物の古代日本語復元をめざして大学の専門家を訪ねたりと、労作だったのです。言葉の創作は絶えることなく続いていきます。君もその歴史の1ページなのだぞ、ふなっしー。

大沢さとし(香港・欧州・日本を行ったり来たり)

## PPW 配布先リストin香港 毎週金曜発行! 250箇所以上で配布しています! 赤字は大型配布店となります。

香港島 Hong Kong Island		
<b>上環 Sheung Wan</b> ・無敵家 金鐘 Admiralty ・四季 <b>中環 Central</b> ・AGEHAN ・日本国総領事館 ・GEOS ・Hopewill Group(HK) Co. Ltd. <b>灣仔 Wan Chai</b> ・日本貿易振興会(JETRO) ・華御結 ・The Chaterhouse ・Language World <b>銅鑼灣 Causeway Bay</b> ・旭屋書店 ・麵屋一平安	・Vegi DINING KITCHEN ・BEE (CURRY) ・写楽堂 ・日本人倶楽部 ・古酒家楽宴 ・焼肉 伊呂波 ・鳥華 ・Pasona Education Co. Ltd ・AEON MaxValu Prime ・SAPPORO Japanese Restaurant <b>跑馬地 Happy Valley</b> ・EXCEED ・博多道場 <b>北角 North Point</b> ・帝京香港幼稚園 ・OISCA日本語幼稚園 ・自然や	・Harbour Grand Hong Kong ・Pacific Palisades 太古 Tai Koo ・APITAカスタマーサービス ・大戸屋 ・EXCEED ・井井屋 ・AEONカスタマーサービス <b>鯉魚涌 Quarry Bay</b> ・Re-on Holdings Limited ・FUJI書店(Apita店) ・函館元祖北海道一めん

九龍&新界 Kowloon & New Territory		
<b>尖沙咀 Tsim Sha Tsui</b> ・Tomato Books ・鳥華 ・八海山 ・焼肉 伊呂波 ・博多道場 ・麵屋一平安 ・元気一杯 ・H.I.S. ・白木屋 ・譚八 ・和室 ・大阪 ・Carte Blanche ・吉 ・えん	・JTB ・Gateway Service Apartment ・鮎処 松戸 ・大戸屋 ・八吉 ・無敵家 <b>國方 Elements</b> ・井井屋 ・麵屋一平安 <b>佐敦 Jordan</b> ・Madera ・SOW Language Center ・らーめんチャンピオン ・東亞語言中心 <b>旺角 Mong Kok</b> ・笑笑	<b>紅磡 Hung Hom</b> ・GEOS ・東京堂 ・華御結 ・牛角 ・ORBIT KL SCHOOL ・AEONカスタマーサービス <b>荔枝角 Lai Chi Kwok</b> ・大戸屋 <b>九龍灣 Kowloon Bay</b> ・らーめんチャンピオン ・白木屋

香港

### ASA アサ北京語教育

## ホンナムラグナモールで 朝の語学レッスン

コースが分かれてるので発音や文法など丁寧に指導! 初めての方でも安心!

**2月Promotion**  
**無料体験クラス60分(要予約)**

●月曜日～日曜日 7:00～21:00  
 ●グループレッスン  
 ●1対1レッスン(要予約)

●振替制度  
 ●入学金無し  
 ●完全月謝制度  
 ●キッズクラス

電話: (852)2215-4688, (852)5989-6031 (日本語: 伊藤舞) asaedu@asaclud.com  
 Shop No.111, 1/F., Laguna mall, Laguna Verde, Hung Hom

### お正月明けデトックスダイエット

みなさんこんにちわー 天気の良い日が続いてポカポカ陽気ですね。 あくまでも私だけでしょうか? 街中ではかなり着込んでいる人もたくさん見かけます。 さて、お正月はお休みをいただいて日本へ帰省していたのですが、運動もせず飲んで食べての日々。 皆さんも心当たりあるんじゃないですか? はい、見事に正月太りです。 そんな時、友人にジュースのデトックスダイエットが体をリセットするのにはいいよーと勧められて早速、はじめてみました。 1日6本のジュースを3日間飲むというもの。 もちろんそれ以外は水かカフェインフリーのお茶だけ。 ガムも噛みだめです。 まだ今日が初日なので辛く感じませんが3日だけと思って頑張りたいと思います。 このPUNCH DETOXダイエットは減量が目的というより体内の毒素を排出して体内システムを整えようというものです。 添加物や塩分、カフェインなど気にしてもついつい取りすぎてしまっている。 興味のある方はぜひチェックしてみてください!

PUNCH DETOX ⇒ <http://www.punchdetox.com/>

週間PPW新聞のバックナンバーがWEBで閲覧しやすくなりました! 公式サイトはこちら⇒ <http://www.pocketpage.info> メールマガジン毎週火曜日配信!

## PPW pocketpageweekly

### 編集部

# 注目 アメブロ

<http://ameblo.jp/ppweditor/>

# Berlitz Journal vol.3 センセイにきいてみよう♪

135年以上の歴史と伝統をもち、世界約70カ国に広がるベルリッツ。"ベルリッツ・メソッド"と呼ばれる独自の教授法とともに、世界で高い評価を得ているのが、教師陣のレベルの高さです。今回は、その教師陣の一翼を担うアンドリュース先生に、インタビューをしました。

**バックグラウンドについて、聞かせてください**  
 A: トロント出身です。活発で、同年代の子たちよりもっとしっかり者で、大人びた考え方ができる子どもだったので、ボーイスカウト、ダンスサークル、教会、聖歌隊、等々、どんな活動でも、常にリーダーをしていました。学生時代は文化人類学・考古学を修めたので、初めはリトアニアで考古学者をしていました。ところが、その合間にやっていた英語教師の仕事に、よりやりがいを感じるようになって、結果的にそれが本職になりました。言語学も文化人類学の一つのジャンルです(笑)。その後、ベルリッツ香港に招かれて、13年間、英語を教えています。

**先生は、日常会話からビジネス英語まで、生徒さんも幅広いですが、子どもの生徒さんも多く教えていますよね**  
 A: とても多いです。大勢の子どもたちに教えてきた経験を活かして、ベルリッツ教師たちへの子ども向けトレーニングも担当しているほどです。中には、4歳から14歳になるまで教えてきた子もいます。こんな風に生徒さんの英語上達の役に立てることが、僕の大きなモチベーションです。自分が教えた生徒さんたちがどんどん上達していく姿を見るのは、本当に嬉しいことです。僕の達成感であり、プライドでもあります。

**ベルリッツ香港で一番人気といっても過言ではない先生は、多忙な中、いつも素敵な笑顔をやささないですが、レッスン中は、子どもたちの興味を保つために、どんなことをされていますか?**  
 A: 集中力の持続時間が大人に比べて圧倒的に短いので、大人の生徒さんとは違ったアプローチが必要です。笑顔もそうですが、興味を持ち続けてもらえるような、楽しい、生き生きとしたクラスにしています。ひとりひとりのモチベーションを見極めて、それに合わせた内容にするので、予めたくさん準備をしておきます。

**ベルリッツ・メソッドの良いところはどこでしょうか?**  
 A: 頭であれこれ考えることなく、実際の生活で使えるコミュニケーションを習得できることですね。もちろん、語彙を学ぶ、文法を学ぶ、翻訳を学ぶ、等、色んな目的に沿った色々なやり方の学校もあるでしょう。ベルリッツは"実践で話せるようになること"が主目的なんです。英語が通じない環境に置かれたとしても、自分の力で英語できちんとコミュニケーションができるということに気づいた時、生徒さんたちは"Wow! そうか、これがベルリッツで鍛えてきたことだったのか!"と驚きます。

**日本人の生徒さんにもベルリッツ・メソッドは効きますか?**  
 A: もちろんです。日本人の生徒さんたちは、昔さん、学校教育において文法や語彙といった基礎の勉強をしっかりと来ているのですが、それは良い面ともいえますが、コミュニケーションの習得においては悪く影響する面もあります。そこに固執してしまうあまり、リスニングやスピーキングという、コミュニケーションをする上で最も重要なスキルに対して、消極的になってしまうという弊害があるのです。本当に英語を話せるようになるには、リスニングとスピーキングが大事なんだ、と気づき、そこに楽しさを見出していただくと、日本人の生徒さんたちはとても早く上達します。ベルリッツ・メソッドが効くところですね。

**お子さんに英語を習得してほしいと思っている親御さんにひとこと**  
 A: ベルリッツに連れてきてください(笑)! 子どもたちは大人よりも新しい言葉を吸収しやすいので、脳が柔らかいときに、正しい発音や正確な表現を覚えておくと、後々それが役に立ちます。ベルリッツに来るときだけでなく、普段から英語に触れさせてあげてください。歌でもいいし、色んな人に英語で話しかけたり、自分に手紙を書いてみるでもいいですね。流暢さというのは、その積み重ねですからね。使えば使うほど、身に付いていきます。そして、僕たちがそのお役に立てたらとても嬉しいですね。

**アンドリュース先生**  
 カナダ出身。13年間の講師経験をもつベテラン。子ども向けクラス、大人向けビジネスクラス、日常会話、教師たちのトレーナーも務める。楽しいレッスンと高レベルの指導力に、生徒からの信頼も厚い。



- ✓ ベルリッツ・キッズは、楽しみながらグローバル感覚を身につけられる、お子さまの将来の可能性を広げるプログラムです。
- ✓ お子さまの年齢や個々のレベルに合わせたベルリッツ・キッズのプログラムがあります。
- ✓ 早くから語学を習得することで、正しい発音・ものおじしない態度が身につきます。
- ✓ 語学レッスンは、お子さまの大きな将来の可能性に向けての小さな投資です。



日本語でお気軽にお問い合わせください  
 Suite 807-809, Harcourt House, 39 Gloucester Road, Wanchai, Hong Kong.  
 ☎ 2157 2269 ✉ info@hk.berlitz.com 🌐 www.berlitz.com.hk/jp/

## 超見づらかった週刊PPW新聞の WEBサイトがリニューアルしました! <http://pocketpageweekly.com>



### ココが変わった!

- 過去記事を検索できます
- クラシファイドも掲載中
- 記事人気ランキングあり
- バックナンバー表示が高速化



サイト内検索

バックナンバー

# 日本のデザインはやっぱりかわいい。 こっそり自慢したくなるあなた好みの雑貨を見つけよう。

## [ Magical Box ]



デザインと色の組み合わせがキュート



遊び心があるトートバッグ



存在感があるフェルト生地のバッグ



アクセサリ入れにぴったりなポーチ

香港には多くの雑貨やバッグを取り扱うお店がある。でもなんだか物足りないと思ったことはないだろうか?最近では香港デザイナーによるものでもお洒落でかわいいものも増えてきたが、日本の雑貨やバッグのように細部に至るまでデザインや機能性にこだわったもの、それでいてカジュアルプライスというのはいまだに少ない。

そんな中、ライチーコック(荔枝角)に新しくできたファッションビル「D2 Place」に日本のバッグ、服飾雑貨を取り扱う「Magical Box」がオープン。広々とした店内には女心をくすぐるキュートなお洒落な小物やバッグなどが並ぶ。子供がいるママさんも活用できる軽量で大き目のバッグ、OLさんにぴったりなA4サイズが入るカバンなどなど。

同店は日本のトレンドを取り入れながら「女らしさ」「可愛らしさ」「遊び心」の3つのテーマで展開する「Cooco」と、「こびない優しさ」、「クールな思いやり」、「知性と感性」、自由に生きる自立した女性に向けたバッグブランドの「Cal」の2つのブランドをメインに取り扱っている。その他、香港人デザイナーのアクセサリや衣類なども取り扱っている。

小物類はちょっとしたプレゼントにも最適。寒い今年の香港の冬に活躍しそうなスカーフや手袋もチェックしたい。編集部のおススメはフェルト生地のパーキンタイプのバッグ。軽量でデザインや色の組み合わせがお洒落でとてもユニーク。あまり見せないけども逆にこだわりたい小物類。そんなキュートな化粧ポーチやアクセサリケースもたくさん取り揃えている。ちょっと自慢できて、他の人とかぶらないのもうれしい。随時新作も入荷するので行くたびにチェックするのも楽しみだ。

お近くに寄った際はぜひ足を運んでみてはいかが?



広々とした店内

### Magical Box

住所: 9 Cheung Yee St., Lai Chi Kok  
電話: (852)3628-2390  
営業時間: 11:00~22:00

香港

## 1年契約をiPhone5c など各種機種にてプランスタート!!



### 短期契約キャンペーン 月額 \$198 ~

詳しくはWEBで! **ニッテル香港** を **検索**

日本人スタッフがフルサポートいたします

ニッテルコミュニケーションズ

**nittel communications**

TEL 3427-9660 FAX 3427-9366 E-mail info@nittel.net <http://www.nittel.net>  
Unit 1408, Capitol Centre, No.5-19, Jardine's Bazaar, Causeway Bay, Hong Kong

- iPhone5Sをはじめその他各種スマホ取り扱いございます
- 格安国際電話 1580
- 日本の固定電話へ \$0.68/分
- 日本の携帯へは \$1.37/分 その他の国も格安です

香港

# WINTER SALE

お得なこの時期見逃すな

メガネ **15% OFF**  
サングラス **20% OFF**

1/29 WED ~ 2/9 SUN

東京メガネ  
10/F., Sogo Dept Store, 555 Hennessy Rd., Causeway Bay  
TEL: (852) 2895-3348 担当: 福島、溝部 (SOGO 10階)

香港

## Kubota

品質へのこだわり  
安心・安全 香港積米 久保田米業

日本、香港で大人気! 「くまモン」  
熊本産こしひかり 2013年産

秋田産ひとめぼれ 2012年産

2kg HK\$116  
5kg HK\$270

5kgをお買い上げの方へ  
「くまモン」ピンパッチを  
プレゼント(先着100個)  
2月5日より受付開始

日本において  
コシヒカリに次いで  
流通量の多い  
人気の品種です。

2kg HK\$88  
5kg HK\$203  
(数量限定・在庫限り)

今すぐここにアクセス!

販売代理  
OTENTO PRIME (HK) LTD.  
(TEL: 2515-2200 FAX: 2525-3300 キタノ)

製造元  
久保田米業(香港)有限公司  
(TEL: 3184-0918 リリアン)

<http://otentoprime.com.hk/>  
<http://kubota-rice.com.hk/>



# 寒い季節の乾燥でダメージを受けた肌を 甘い2つのトリートメントでリフレッシュ

## OM Spa



香港エアポートとシャティン(沙田)にあるリーガルホテルのOM Spaでは、3月31日までの間、厳しい冬の寒さと乾燥で大きなダメージを受けたお肌をケアする2つのトリートメントを実施している。

ひとつは、スイートチョコレートトリートメント(HKD1,060)。チョコレートのボディーラップとディープティッシュマッサージュを組み合わせた80分のコース。カカオに含まれるポリフェノールが老化を遅らせ、その香りに含まれるエンドルフィンが幸せな気分させてくれる。柔らかく、張り、艶のある肌によみがえらせる効果が期待できる。

もうひとつは、アロマコーヒートリートメント(HKD1,060)。コーヒースクラブとデトックスマッサージュを組み合わせた80分のコース。老化した角質を落とし、血行をよくして毒素の排出を促進。カフェインが脂肪をつきにくくし、血管の収縮を促してくれる。

リーガルエアポートホテルにあるOM Spaは、アメリカのTravel & Leisureマガジンで2008年世界で最も優れた空港施設として評価された。また香港で早い段階からカッパルマッサージュを取り入れたり、屋外や施術室にシャワーとジャグジーを完備したスパとして有名。また、リーガルホテル沙田のOM Spaは充実した施設を備え、広々とした休憩スペースで一休みしたり、ジム、サウナ、ジャグジーなどフィットネスセンターの施設も利用することができる。

セレブ気分を味わえるOM Spaの甘いトリートメントで、内側から輝く肌を手に入れよう。



### OM Spa @ Regal Airport Hotel

住所: 3/F., 9 Cheong Tat Rd.,  
Hong Kong International Airport,  
Chek Lap Kok  
電話: (852)2286-6266  
営業時間: 8:00~25:00

### OM Spa @ Regal Riverside Hotel

住所: 3/F., Regal Riverside Hotel,  
34-36 Tai Chung Kiu Rd., Shatin  
電話: (852)2132-1100  
営業時間: 11:00~23:00

ウェブ: [www.regalhotel.com](http://www.regalhotel.com)  
フェイスブック: [www.facebook.com/regalairporthotel](http://www.facebook.com/regalairporthotel)

香港

**MENU**

<b>CUT</b>		<b>COLOUR</b>	\$630~
Stylist	\$330	PERM	\$770~
Top Stylist	\$430	DIGITAL PERM	\$1479~
Creative Stylist	\$530	STRAIGHT PERM	\$1100~
Top Creative Stylist	\$730		

**PPW読者限定  
キャンペーン!**  
初来店の方はカット10%オフ。  
カラー、パーマは20%オフ。  
メイクアップ(Basic)は25%オフ。

日本国内で大人気  
取り扱いのヘアサロンが  
**香港初登場**

TEL: 2613-0303  
ご要望・ご予約はお気軽にお問合せ下さい。  
日本人スタイリスト3人常駐

Add: Suit 3103-6, 31/F., Soundwill Plaza,  
38 Russell St., CWB(A出口Times Square 目の前)  
Facebook: [www.facebook.com/Tokiohair](http://www.facebook.com/Tokiohair)

香港

**TINGHOUSE 叮屋**  
beauty clinic

開業32年の信頼と実績・親切丁寧なサービス

**ハリ、ツヤ、  
透明感のある素肌に。**

**CBTホワイトニング** 30年の経験から生まれた伝統  
**ディープクレンジング**  
ホワイトニングと配合し、  
さらに美しい肌へ  
・メラニン細胞の抑制  
・ニキビの治療

今なら、**HK\$488**のキャンペーン価格で  
CTBホワイトニング体験+伝統ディープクレンジング+  
きつい保湿トリートメント+カタツムリエッセンスマッサージュを体験できます!  
さらに、is Clinical エッセンスを無料プレゼント!

1-4/F., Grand View Comm. Ctr., 29-31 Sugar St., CWB(受付3階)  
予約電話: 2576-7227(日本語可) [www.tinghouse.com](http://www.tinghouse.com)

**QISA**  
Member

香港

**Lecoeur**

**移転オープン!**

ご紹介キャンペーンも実施中!

ご紹介を受けて初来店いただいた方は**10%OFF!**ご紹介をした方は**ポイント2倍!**  
住所: 4/F., 17 Lanfong Road, Causeway Bay 電話: (852)2834-7799  
営業時間: 10:00~19:00 木曜定休

ヘアサロンルクールは  
下記店舗に移転しました。

<b>CUT</b>	\$380
(シャンプー、ブロー込み)	
<b>COLOUR</b>	\$600
<b>PERM</b>	\$700
<b>DIGITAL PERM</b>	\$1100
<b>SUPER STRAIGHT PERM</b>	\$1600

\*シャンプー&ブローは別料金

# 一重、奥二重の人でもパッチリした目が手に入る! AUBE couture designing impression eyes II



江角マキコさんも自信満々♪



パッチリした二重の目は女性の憧れだが、生まれつき一重と奥二重の人が手に入るにはまだ早い。常に女性のための「キレイを引き出す具体策」を提供しているソフィーナの「AUBE」から、過去のメイクアップ概念を覆す新製品が発売された。一重、奥二重の人でも簡単に、パッチリした目を手に入れることができる!

「見たまま塗るだけ」という超簡単なメイクアップ方法でどのカラーでも自分の魅力を引き出せる!



- ① ライトカラーをまぶた全体に広げる。
  - ② 影色シャドウをまぶた全体の半分よりやや小さく入れる。
  - ③ アクセントカラーを①と②の境目に重ね、色みを出す。
  - ④ 上なじみ色ライナーを目のキワに細く入れる
  - ⑤ 下なじみ色ライナーをまぶたの目頭から2/3に入れる
- ※AUBE商社提供

以上、簡単な5ステップで、まぶたに縦のグラデーションを作ることができる。シャドウパレットを「見たまま塗るだけ」で一重・奥二重の人でも、丸く大きな目元をゲット!

また、同ブランドはカラーバリエーションも豊富。腫れぼったさのない丸く大きな目元を作るために、4色用意した同製品。爽やかなブルー系、キュートなピンク系、どんな場面でも活躍しそうなブラウン系と大人っぽいパープル系。さらに「影色シャドウ」と「アクセントカラー」も同製品の魅力。アクセントカラーより暗めの影色シャドウは幅が広く、まぶたで隠れず目元を強調することができる。アクセントカラーは細めに入れることで、目が明るく彩られても腫れぼったくはならないところがうれしい。

忙しい働く女性のために作られた「見たまま塗るだけ」のメイクシステムは、アイシャドウの他に、アイブロー、ハイライトなどもある。簡単に自分の顔立ちに合うキレイが引き出せる体験、お早めに。



ブルー系

ピンク系

ブラウン系

パープル系

AUBE couture designing impression eyes II

4色入/HKD240

ウェブ: web.sofina.com/hk

香港

日本の高い技術を  
隠れ家サロンで体感

セラピスト 大田山京子

ニールズマード精油を使用したオールハンドの腸セラピーを提供するFurongに  
美肌再生フェイシャルトリートメント新登場(2月中旬より)

メスを使わない最新のシワ、たるみケア!!  
日本では美容外科でしか受けられない  
フェイシャルスカルプチュアトリートメント。

PPW 読者限定  
先行予約モニター様を募集します。  
モニター募集やモニターの  
詳細については、  
ブログをご覧ください。

まずは ☐ にてお名前・TEL・ご都合の良い時間帯をご連絡下さい。  
info@furong.jp 折り返しご連絡差し上げます。  
詳細はブログをご覧ください。→http://ameblo.jp/furong-jp  
MTR Fortress Hill (炮台山)駅 A出口徒歩3分

Furong The Natural Beauty

健康美づくりへの道♡  
～マクロビスイーツ:卵・牛乳・白砂糖不使用の健康美レシピ～

・くず豆乳プリン(6個分)  
鍋に豆乳250ml、水50mlで溶いた葛粉10gを茶こしてこしながら入れる。鍋を中火にかけてへらで均等に混ぜる。沸騰してきたら弱火にして約2分混ぜ、てんさい糖30gを加えて溶かす。水をはったボウルに鍋底をつけ、混ぜながら粗熱をとる。容器に入れ、冷蔵庫で2時間以上冷やす。

～塩麴の作り方～  
ふたつきの容器にバラバラにした米麹(日本食料店で購入)200gと塩60gを入れ、手でよく混ぜる。その後、水200ccを入れてさらに混ぜ合わせたら、軽くふかして保存。(冷蔵か、1日1回かき混ぜて発酵させたら完成。その後は冷蔵庫へ、約3ヶ月冷蔵保存できます。)

とがみ ゆか  
料理教室も始めました!  
http://yucharism.com/jp/blog/japanese-sweets/

## 冬の髪のお悩みに 万能ヘアクリームでしっかり対策を!

### Essential Shea Pot de Crème

香港の乾燥した空気は、髪のちりつきやぱさつき、静電気を引き起こす。出掛ける際に水を使って整えたところで、風が吹くとすぐにくちゃぐちゃに乱れてしまうし、ヘアワックスやヘアジェルを使ってスタイリングすると、それらをおとす際に、髪にダメージを与えてしまうことが気になる...

そんなあなたには、フェッカイ(Fekkai)のエッセンシャル・シア・ポット・デ・クリーム(Essential Shea Pot de Crème)がおすすだ。髪を乾かす前に500円玉大のクリームを手に取り、手ぐしをするように髪全体になじませるだけで、しっとり潤いを与えてくれる。

髪は肌の延長であり、髪の手入れは肌のケアと同じくらい重要だということすでに皆さんご存知だろうが、果たしてどれくらいの人がかかりと髪に対して対策を行っているだろうか。スキンケア商品に含まれる、抗酸化作用のあるビタミンEや再生効果のあるプロビタミンB5、

ダメージを負った細胞を再生してくれるグレープシードエキスなどといった成分は、髪の手入れを保つ上でも重要な役割を果たす。フェッカイのヘアケア商品には、そういった肌の活性化に使用される主要な成分も多く含まれている。

また一般的に市販されているクリームはすぐにべとついたり、重くなってしまわないだろうか。エッセンシャル・シア・ポット・デ・クリームEssential Shea Pot de Crèmeは、傷んだ髪を修復させる効果のあるニューモイスチャー成分やシアバターを配合。べたつき感を残さず、潤いだけを与えてくれる。

使い方は至ってシンプルで、日本人にもフェッカイブランドのファンは多く、通販や海外を訪れる際に購入する人が多いよう。香港では、JOYCE BEAUTYで購入することができる。



Frédéric Fekkai & Co.

ウェブ: www.fekkai.com

お求め先: Joyce Beauty @ Lane Crawford  
住所: G01, 101 & 201, Harbour City, Ocean Terminal, TST  
電話: (852)2118-1111

清潔感のある店内



# 初心者大歓迎! 気軽に食べたい韓国料理

## 漢城美食



さっぱりシンプルな「サムゲタン」はやみつきになる



他店とはひと味違う前菜のキムチ



サイドディッシュの海鮮チヂミ



ほろっと骨から離れる手羽先

香港で4店舗展開している韓国チェーンレストラン「漢城美食」。手頃な値段と親切なサービスで、知る人ぞ知る香港の人気韓国料理店だ。今回編集部が訪れたジョーダン(佐敦)店は、食通の間でも有名な呉松街に店を構えている。

店はそれほど大きくないため、混み具合では相席の覚悟をしよう。メニューを開くと、韓国語・中国語・英語の3種の言語で書いてある上、写真も付いているので分かりやすい。注文する際も言語の心配は無用。注文したい料理の番号を注文用紙に記入してスタッフに渡し、その後運ばれてきた前菜を食べながら待っていれば良いからだ。サクサクの野菜キムチは他の店と比べると甘味があり、韓国料理初心者の口にも合うはずだ。

同店では47種類の韓国料理を提供しており、定番のビビンバから餃子、トッポキまで取り揃えている。その中で特に人気のあるメニューは、海鮮チヂミと高麗人参のチキンスープ。同店の海鮮チヂミは一般の韓国風チヂミより生地が少なめで、たくさんの海鮮が入っているため、噛めば噛むほど味が出る。そして薬膳料理としても名高い高麗人参チキンスープの「サムゲタン」。鶏一羽丸ごとを高麗人参、鹿茸などの漢方、もち米、胡桃、ナツメなどと一緒に煮込む料理で、体の芯から温めてくれる。ここのサムゲタンはよく煮込まれているため、肉が柔らかく骨から簡単にはずれ、さらには軟骨まで食べることができる。肉の脂はほとんどなく、さっぱりした味わいで何杯でもおかわりしたくなる。

日本語は通じないが、お客さんのために一生懸命オーダーの提案をしてくれる同店のスタッフ。初心者におススメしたい本場の韓国料理レストランだ。

漢城美食 HANSUNG KOREAN CUISINE ジョーダン店  
住所: G/F., 153 Woosung St., Jordan  
電話: (852)2377-3489

香港

# パワーアップして帰ってきました! 広島つけ麺本舗 ばくだん屋

この味、クセになる!!  
冷・熱の2種類。辛さは0~200倍まで選べます。  
是非自分好みの辛さを見つけてください!!  
他では味わえないおつまみもご用意しております。

Tel: 2891-1530 <http://www.bakudanya.net/>  
定休日: 日曜日 営業時間: 18:00 ~ 02:00  
Unit 1103, 11/F., United Success Comm. Centre, 508 Jaffe Rd., CWB

## Bubbles Dream Caféで 2人の間に流れる幸せな時間

恋人と手を繋ぎ、海辺をのんびり歩く...  
そして、歩き疲れたら食事をしながら甘い時間を過ごしたい人はぜひここまで訪ねて。

小さなカフェ「Bubbles Dream Cafe」は、チムサーチョイイースト(尖東)の海辺という、デートに最適な場所にひっそりと構えている。柔らかい光り、座り心地の良いパープル色のソファ、リラックスする音楽で醸し出す落ち着いた雰囲気。これらは2人でのトークタイムを過ごすのに最適。食事はパスタとホットチョコをオーダー。どれもヨーロッパの風味がして、食事を楽しんでいるこの場所がまるで本場のヨーロッパではないかと勘違してしまう。

また、忘れてはいけないのが同店のデザート。5つ星ホテルに勤めていたパティシエが作るハンドメイドデザートは、どれも一度食べると忘れられない味わい。チーズケーキ、ティラミス、ChoCo in the Opera... どんなに食べても飽きず、手が止まらなくなりそう。都会に2人だけの場所求めている人は、ぜひBubbles Dream Caféまで。

Bubbles Dream Café  
住所: Shop 36, G.F., Peninsula Centre, 67 Mody Rd., TST East  
電話: (852)2724-2118, (852)2723-2118  
時間: 月~土 11:00~22:00



女性や子供の口にも合う「蜜桃咕嚕肉」

# 穴場の広東料理レストラン 熱々の羊鍋で体力回復!

## 和生飯店



香港の冬の定番「羊腩煲」



重さを感じないヘルシーな「帶子炒西蘭花」

まだまだ在住日本人が少ない屯門だが、訪れてみれば楽しみがいっぱいある。大きなショッピングモールと青山寺などの名所のほかに、1度は試してみたい美食も盛り沢山だ。今回編集部が訪れたのは、麒麟に店を構え、長年に渡りローカル住民に支持されている「和生飯店」。一見日本っぽい名前がつけられているが、正真正銘の広東料理の店だ。

メニューは実に本格的。焼鵝(ガチョウのロースト)、西芹炒蝦球(エビボールとセロリの炒め)、粟米斑塊(揚げハタのコンソース)など、香港のローカルレストランでは一般的なラインナップだ。今回注文したメインディッシュの「蜜桃咕嚕肉」、「帶子炒西蘭花」、「梅菜扣肉」は香港人の食卓にもよくのぼるものばかり。一見地味だが、その美味しさは試してみる価値ありだ。

「咕嚕肉」といえば一般的にはパイナップルが使われるが、最近はその代わりに白桃を使う店が増えている。桃の甘味とジューシーさが、肉の美味しさを一層引き出している。「帶子炒西蘭花」は新鮮なホタテとブロッコリーを炒めたもので、海鮮の旨味と野菜の甘さを同時に楽しめる料理だ。また「梅菜扣肉」は日本人にあまり馴染みがないが、煮込んだ豚バラ肉をスライスしてお椀に敷き詰め、梅菜と呼ばれる高菜のような漬物をのせて蒸した料理だ。同店の「梅菜扣肉」は梅菜の酸味と苦味のバランスが絶妙だ。

最後に紹介したいのは、羊の肉の美味しさを堪能できる「羊腩煲(羊鍋)」。羊肉には身体を温めてくれる効果があり、野菜を加えるとバランスよく栄養を摂ることができるので、香港人には特に人気がある。香港の冬には欠かせないメニューだ。また、スープは羊肉を八角(スターアニス)などの香辛料を使って、時間をかけて調理しているので特に濃厚な味わいで、食べると体が温かくなり、体力も回復するような気がする。

アルコール類はビールのみ提供しているが、店員に言えばワインの持込みも可能。テラス席でローカルな雰囲気を楽しみながら本格的な広東料理を楽しもう。



香港の郷土料理「梅菜扣肉」



### 和生飯店

住所: Kei Lun Wai Entrance, Tuen Mun  
アクセス: 西鉄兆康駅で降り、屯門碼頭行きの615P番軽鉄に乗り換え、麒麟駅まで1分  
時間: 12:00~24:00

香港

ちよつとHなママと  
まじめな話ができる店

食事もできて1軒目としても使えます。

酒の一盞  
血の一滴  
涙こぼしても  
酒こぼすな

住所: 16/F., Soho Tower, 25 Hart Avenue, TST  
尖沙咀赫德道25号蘇豪坊16樓  
営業時間: 18:00~ママが酔っ払わなければ翌2:00まで  
電話: (852) 6089-1803

7-11  
Hart Ave.  
The Hart Sollo Tower  
Cameron Rd.  
Guangdong Hotel Hong Kong Part Ave.  
Hart Ave.  
Nathan Rd.  
Chatham Rd. S.

香港

元祖北海道ラーメン札幌  
銅鑼灣に移転オープン!

旧正月4日間も  
休まず営業しております。  
(13:00~21:00まで)

お弁当、ラーメンなどのデリバリーやっています。

(852) 2140-6883 年中無休  
B1/F., Circle Plaza, 499 Hennessy Rd., CWB (前環貿B出口を左に曲がってすぐです)  
12:00~14:30, 14:30~18:00(ティータイム), 18:00~23:00

香港

天家人 Sichuan Paradise  
本格的四川料理 Authentic Sichuan Cuisine  
麻辣火鍋

PPW読者限定

PPW持参、  
また「PPW見た」で  
蒜泥白肉を一つ  
無料サービス致します。  
(ディナーの時間帯のみ)  
2月6日まで

蒜泥白肉  
Sliced Pork in Garlic & Chilli Sauce  
薄切り豚肉のにんにくソースがけ

口水鶏 Marinated Chicken in Spicy & Pungent Sauce チキンマリネのスパイスソース	夫妻肺片 Sliced Beef's Lung & Tripe in Sichuan Style 牛肉と内臓の盛り合わせ	天府飄香魚 Poached Mandarin Fish with Bean Sprouts in Chilli Oil ケツギの四川風蒸込み	霸王辣子蝦 Deep-fried Prawns with Dried Chilli 炒めたエビのスパイスソース
霸王辣子鶏 Deep-fried Chicken with Dried Chilli 炒めたチキンのスパイスソース	水煮牛肉 Poached Sliced Beef in Spicy & Pungent Sauce 牛肉とえきの四川風蒸込み	麻婆豆腐 Braised Bean Curd with Minced Pork in Spicy & Pungent Sauce マーボー豆腐	竹筍翡翠苗 Braised Jade Sprout with Bamboo Pith スプラウト野菜の蒸し煮

3/F., One Capital Place, 18 Luard Rd., Wan Chai  
香港灣仔康翠道18号尚德中心3樓(尚德道に入り口があります)  
2205-0020  
時間: 11:30~15:00, 18:00~24:00