



在仏日本人会 会報 N°301 2023年 5月・6月号

JOURNAL JAPON



5 / 21 日 11h ~ 16h

会場

パリ国際大学都市日本館

Maison du Japon internationale universitaire de Paris
7C, Bd. Jourdan 75014 Paris

日本祭 (Nihon-Matsuri)
は5月21日 (日) に開催です!

日本人会の年に一度のお祭り「日本祭」が初夏のパリで開催されます。日本食屋台あり、お買い得なフリーマーケットあり、ハズレなしのトンボラ (くじ引き) あり、お子様が遊べるスタンドあり。。。美味しく楽しくワクワクする1日になること間違いなし! また、屋内外で繰り広げられる各種パフォーマンスも充実のラインナップです。狂言をフランスに普及する活動を精力的に続ける小笠原ファミリー長男の小笠原弘晃氏の日仏語による狂言ワークショップは必見。弘晃氏の巧みな解説により狂言の魅力を思い切り堪能、体験してください。昨年よりさらにパワーアップしてカムバックする8人組のダンス&ボーカルグループ Flower fairiesは、ピンクレディーからYOASOBI、アイドルソングやアニソンまで、幅広く日本の曲をカバーするグループ。会場で一緒に歌って踊って楽しんでいただけます。



- 主催：在仏日本人会
- 協力：パリ国際大学都市日本館
- 協力企業：欧州味の素食品、Carré Pain De Mie、全日本空輸、虎屋フランス、日本航空、日本トランスユーロ、レストラン中川、淀屋 (あいうえお順)



その後、竹の道 (La Voie du Bambou) のメンバーによる尺八演奏が続きます。1983年から尺八の研鑽を積んでいるダニエル・ライフマン氏と尺八に情熱を傾ける仲間達による美しい演奏をお楽しみください。トリを飾るのは、Paris Taiko Ensembleによる和太鼓の演奏です。東京の「大江戸助六太鼓」のスタイルを忠実に踏襲したチームによるパフォーマンスはダイナミックで心に響きます。各パフォーマンスの演者 (グループ) のプロフィール、演奏曲目などは、日本人会サイトでご覧いただけます。今後追加されるパフォーマンスについても随時サイトに掲載していきます。また出店情報も同じページでご案内しております。

<https://zaifutsunihonjinkai.fr/activities/kibousai/>

「日本祭」は日本人会の会員でない方もご参加大歓迎! ご家族で、お友達、お知り合いお誘い合わせの上、ご参加をご予定くださいますようお願いいたします。

引越しセミナー

要予約

▶赴任者向け 日本  → フランスへ 

6 / 4 (日) 14h ~ 16h

場所: ZOOM会議

(日本時間)

引越しをご利用のお客様限定!
JASMIN 優待セール
5/22(月)・23(火)・24(水)



▶ご帰国者向け フランス  → 日本へ 

6 / 8 (木) 10h ~ 12h

場所: 15区事務所またはZOOM会議で開催

(フランス時間)

至れり尽くせりのお引越
日本トランスユーロ
transeuro.jp

☎ 01-4058-1000

✉ sales@transeuro.jp

【新刊案内】

脱・日本的思考のすゝめ～

世界基準の働き方を再インストールせよ
（日本能率協会マネジメントセンター）
著者 永田 公彦



Amazon等のECサイト（紙版・電子版）、パリ・ジュンク堂書店で購入可能

在仏25年、企業・公的機関の国際事業経営をサポートするNagata Global Partnersの主宰と大学教員をされている永田公彦氏の最新刊について、当会事務局が同氏にインタビューしました。

（事務局）永田さんはフランスの大手企業を中心に数多くの国際企業のサポートや日仏両国の大学でグローバル人材育成教育もされていますね。今回の著書は、こうした経験を基に書かれたのですか？

（永田氏）はい、特に企業向けの仕事ですね。これまで約200社1500人以上の多国籍な企業関係者をサポートしてきましたが、その実践経験と一部の理論から見えてきたことを複数の事例を交え体系的に書きました。

（事務局）企業向けのお仕事とは具体的にはどのようなものですか？

（永田氏）主に欧州企業に対し、日本・アジア進出や日本企業との資本提携後の経営を手伝っています。また一部ですが日本企業の欧州進出や欧州での事業経営もサポートに入ります。ご想像のとおり、こうした国際プロジェクトは、そう簡単に進みません。実際にうまくいかず中止や撤退するケースも多くあります。最大の理由は、関わる人達の文化や価値観、関わる企業間の方針や仕事の進め方、関係国の商慣習や法律など全て異なるからです。ですから僕らの役割はこうした多様性をうまく管理しプロジェクトを成功に導くための伴走者のようなものです。

（事務局）この本はそのような国際的な仕事に関わる企業の皆さん向けですか？

（永田氏）それだけではありません。職業・年代・性別を問わず幅広い人達です。「これまでの自分、仕事、生活を別の視点から客観的に見つめたい」「将来に向け自分をより高め変えてゆきたい」「より自分の個性を活かし自分らしい人生を送りたい」と願う方々です。また組織関係者では「より抜本的に組織の問題を解決したい」「イノベーションが起き続ける独創的で多様性のある組織文化を築きたい」「世界で戦えるグローバルリーダーを増やしたい」「海外事業経営を効果的に進めたい」などの課題を抱える方々です。こうした皆様に、この本を通じて人生や仕事の選択肢と可能性を広げていただきたく書きました。

（事務局）ところで、なぜ今このタイミングで書かれたのですか？



日本人会会議室にて

（永田氏）僕は日本の方々に、より広い視野で個性を發揮し自分らしく生きてほしい。そして、より充足感と自己肯定感をもった人生を送ってほしいと願っています。ただ、これまでの日本の社会では、これを実現するのは難しい。これに輪をかけ失われた30年は閉塞感やあきらめ感を増幅させました。僕は、日本はこのままだと「失われた50年」になると確信しています。これは客観的に世界そして日本の動向を俯瞰している中で見ることです。ただ若い人達のためにも、それ以上失い続けてほしくない。20年後の脱却に向け、今が本質の議論と行動を起こす最後のチャンスと考えています。ですから、この本を通じ、同じような考えをもつ人達と繋がり、本質の議論を深め共に行動できればと考えたからです。

（事務局）日本はまだ希望を持てるとお考えですか？

（永田氏）はい持てます。3つのことをすれば、日本は再浮上し、世界から注目され、日本の皆さんの幸福感も今以上に高まります。

（事務局）その3つとは？

（永田氏）この本でそれを示しています。1つ目は、多くの日本人がもつ当たり前の中で、海外ではマイナスに働く、しかも日本衰退の原因でもある「7つの当たり前から脱する」ことです。2つ目は、自分の仕事や人生の可能性を広げるため、そして自分がいる組織や日本を良い方向に導くために「6つの力を磨く」ことです。この2点について、なぜこれらが必要か、またどうやって脱したり磨いたりできるのかを示しています。3つ目は、10年以上前に書いた「日本人こそ見直したい世界が恋する日本の美德」という本で詳しく書いていますが、今回の本でも少し触れています。

（事務局）では、その抜け出すべき7つの当たり前と磨くべき6つの力とは何でしょうか？

（永田氏）細かく話すと1日かかるので、簡単に言うと次の図にある項目です。

「7つの当たり前」からの“脱却”

- ① 肩書が必要
- ② 成功者＝富や名声を得た人
- ③ ルールに従い続ける
- ④ 知らぬは恥、間違ふも恥
- ⑤ ノーと言うのは良くない
- ⑥ 空気を読める人＝できる人
- ⑦ お上や他者がやってくれる

「6つの能力」を“磨く”

- ① 多種多様な文化をもつ人達と共存共栄するために必要な力
- ② 客観的に全体知をもって日本と日本人を伝える力
- ③ 広い視点から物事をとらえ構想する力
- ④ 多様な相手と効果的に対話する力
- ⑤ より早くより短くより楽しく仕事を進める力
- ⑥ グローバルな視点で、歴史、哲学、宗教などの文化的教養を高める力

（事務局）なるほど。ほんの一部伺っただけでも、私達のように外から日本を見る者にとって、「日頃なんとなく感じていたことが上手く整理されている」と思えます。実際どのように本の中で分析されて、アドバイスされているか楽しみです。読者からの反響はいかがですか？

（永田氏）お陰様で多くのポジティブな声をいただいています。ある方は「読書とは著者との対話である」と聞いていたが今まで経験したことはなかった。ただ、この本を読んで初めてそれを体験した。実際に著者と会って対話したくなったとのメールをいただきました。嬉しい限りです。

永田 公彦氏【略歴】

Nagata Global Partners代表、INALCO非常勤講師
日本でJTBに13年務めた後、1歳の長男を連れ家族でフランスに移住。リヨン経営大学院で修士号を取得後、フランスの公的機関のマネジャー、医療系中小企業のトップを経て、20年以上にわたり欧州、日本、アジア各地で国際事業経営分野の調査・戦略コンサルティング・教育に携る。リヨン第二大学、パリ・ドフィーヌ-PSL大学（旧パリ第9大学）の非常勤講師、北九州市立大学特任教授を歴任。執筆多数（書籍、記事、オンラインコラム、学術研究）、講演・学会発表多数（欧州アジア研究所、ソニーグループ本社、フランス銀行等） URL : <https://www.nagata-gp.com/>

ブルゴーニュでのスローライフを夢見て!!

～第4章～

本を読んだり音楽を聴いたり、メゾンで皆がくつろぐスペースは何と言ってもサロン。暖炉や19世紀のストーブがあり、収納棚だったスペースには大きな本棚を作ったので、ブックイングサロンも併設されています。先ずは“くつろぎ”をご提供できる様、こうしたメゾン内共有スペースはどなたにも団楽していただけるオープンスペース。お茶の時間やアペリティフ等をお出しするエリアでもあります。そして春から夏、季節が清々しくなると同時に、メゾンの中ばかりか、カンパーニュならではのガーデンライフが展開します。家と同じくらい楽しんで、同じくらい手間暇がかかるジャルダン。都会育ちの私自身、実はガーデニングがこんなに大変だとは思っていませんでした。私達がここに住み始めるより何十年も前から植わっていた大木をはじめ、林檎の木、プラムの木、サクランボのなる桜の木、ミラベルの木、マルメロの木、食べられる実をつける木々が何本も植わっているのです。これは本当に宝、季節が巡ると知らないうちに美味しい実がなっているのですから！1年目、2年目は有頂天でしたが、全く手入れをしないと、正直な自然の摂理で、木々には虫がついたり、病気になるたりすると言う事が判明。ネット検索を駆使したり、農家さんにアドバイスを仰いだり、手入れの方法を模索することもしばしばです。木々も可愛がって世話をしあげないと元気が無くなるのですね。



大きなカゴいっぱい採れたサクランボやプラムで作る自家製ジャム。朝食に欠かせないフルーツのジャムがこんな風に数種類、手作りで瓶に詰められ完成します。完全な無農薬で自家製のもをゲストの朝食にお出しできるのはとても貴重、やはり皆さんとても喜んでくださいます。そんな実感から、お料理用ハーブはもちろん、サラダにトマト、ツッキーニやナス、じゃがいもなどを中心に自家菜園(ポタジェ)を徐々に拡大していきました。木々や花々のお手入れに加え、更に自然と向き合い、土を触り、この大地に生かされている感覚と共に実践する“スローライフ”です。近くのマルシェへ足を運ぶと、野菜の苗木を売る農家さんを必ず見かけます。庭のあるご家庭では、皆さんかなりのスペースで本格的に野菜づくりをしている方が多い様です。採れた野菜のなんと濃い味わい！太陽と土と水、自然肥料、それだけです。時には、カタツムリや虫達と分け合った感のある天然野菜。みんなが喜ぶ畑だからなんです。それらを食べ続け数年、手先はポロポロ、腰はキツイのですが、体調はすこぶる良好な事を実感しています。Vive la campagne !



ランドリー加藤由香 プロフィール
 大学卒業とともにモード界に就職。HANAE MORIにて東京、NY、MONACO勤務を経た後、PARISオフィスに転勤。約12年間 勤めた後、CHANELの時計宝飾部門マーケティングを担当。結婚後はPRエージェントとして独立。時計とガストロノミーの分野に特化したPR活動を続けるかたわら、夫と共にブルゴーニュでの「メゾンドットClos d'Agneux 1840」のプロジェクトを始め現在に至る。
 Clos d'Agneux 1840
 2, impasse d'Agneux 71150 RULLY
 Tel. 06 48 59 97 67 contact@agneux1840.com
 www.agneux1840.com



CLOSDAGNEUX1840



補習校は休暇中のため、授業参観をして頂けませんでした。文科省総合教育政策局の児玉国際教育課長、福永企画係長と意見交換の機会を持つ事が出来ました。また、今月中旬には大使館の担当者の方の来訪も予定されております。元気に学習している姿を見て頂きましょう。

校長 飯田隆一

お勧めの本：「発達障害」と間違われる子どもたち 成田奈緒子。山中教授、同級生の小児脳科学者と子育てを語る 山中伸弥/成田奈緒子。スマホが起こす「自分病」って何？ 和田秀樹。ケーキの切れない非行少年たち 宮口幸治(ドラマ化決定)。続編→どうしても頑張れない人たち。 廣重幸美

去年の春、日本人会でアサガオの種をいただいて育てたら、青い花が夏中咲いて、目を楽しませてくれました。日本の小学校で栽培し観察するアサガオ。補習校の皆さん、ほしい方には、5月の授業日に種を差し上げます。

朝顔を 数え切れずに 立ち去りぬ(誰の句だったか?)

ワイルド令子

「きつねの窓」という安房直子さんの童話があります。山で迷った猟師は、きつねが化けた染め物屋で指を染めてもらいます。猟師は、その指で作ったひし形の窓の中に、失ってしまった懐かしい風景を見ます・・・せつないのに、心があたたかくなるお話です。浜田喜代香最近フランスの「美しい村」とその近辺の城を訪問しています。村のイベント時に訪れると、村人と話す機会が多く、彼らが大切にしてきた食や文化、歴史を知ることができます。人を通して知るフランス、本で知るのはまた違った楽しみ方ができますね。 ストラー飛鳥

マロニエの会 お花見 4月16日(日) ソー公園にて



パリ日本文化会館 (Maison de la culture du Japon à Paris) 事業案内 (2023年5月10日～5月10日)

【展示】

土門拳 日本のリアリズムの巨匠

日時：4月26日(水)～7月13日(木) 会場：2階展示ホール 入場料：無料
 内容：日本の写真界の巨匠であり、その情熱的なアプローチでリアリズム写真の先駆けとなった土門拳(1909-1990)の作品約100点を、フランスで初めて公開します。展覧会では、作家の被写体の多様性ととも、テクニックや写真へのアプローチが、時代によってどのように遷移していったかをつまびらかにします。戦前のフォトジャーナリズム、古寺や仏像を前にした静謐な風景の中での作家自らの日本の風景の探求、町々の子どものポートレート、ヒロシマの記憶とその傷跡など、多様なセクションで展覧会を構成します。5月20日には日本の写真史における土門拳についての講演会を実施予定です。

「無限の可能性」轟修杜作品展

日時：4月4日(火)～5月13日(土) 会場：地上階ホール 入場料：無料
 内容：1998年生まれて、発達障害をもつ轟修杜氏の個展。アートセラピーとして生み出された作品とともに、「アール・ブリュット(アウトサイダー・アート)」の世界をお届けします。

【公演】

大城真

日時：5月17日(水) 20時
 会場：大ホール 入場料：一般10€、割引7€、MCJP会員5€
 内容：東京とベルリンを拠点に活動するサウンドアーティスト大城真氏によるパフォーマンス。電子機器、自ら創作した楽器や音の出るデバイス、会場で手に入るような身近な道具を組み合わせて即興的なライブ・パフォーマンスを展開します。また、コンサートに先立ち、実験音楽シリーズとして、5月9日に「日本におけるロックとオルタナティブ音楽文化」、5月12日に「日本の戦後の実験音楽」に関する講演会をそれぞれ18時30分より開催します。

小尻健太、アルディッティ弦楽四重奏団「At the Core」

日時：6月21日(水)～22日(木) 20時
 会場：大ホール 入場料：一般15€、割引10€、MCJP会員5€
 内容：業界最高峰の技術と表現力を持つとされるアルディッティ弦楽四重奏団を招き、ローザンヌ国際バレエ・コンクール入賞者で、欧州での活躍を遂げた気鋭の振付家・ダンサーの小尻健太氏がダンス作品「At the core」を披露します(欧州初演)。ドイツ現代音楽を代表するヴォルフガング・リームの楽曲を中心に、全3曲からなるコラボレーション作品を上演する予定です。

日本の現代音楽をめぐってN°6 クレアシオン桂(尺八)、日原史絵(箏)

日時：6月14日(水) 18時30分
 会場：小ホール 入場料：5€
 内容：日仏現代音楽協会との共催による、日本の現代作曲家の作品を紹介する演奏会シリーズ。今回は尺八と箏にスポットをあて、世代の違う2名の作曲家・夏田昌和氏と山本哲也氏による新作の世界初演をお楽しみ頂きます。

【映画】

森田芳光監督特集【第1部】

会場：大ホール 入場料：一般6€、割引/会員3€
 内容：森田芳光といえば、フランスでは『家族ゲーム』はよく知られています。このブラック・ユーモア全開の不条理劇『家族ゲーム』の上映をもって開幕する本特集は、『失楽園』『武士の家計簿』『阿修羅のごとく』といった大ヒット作から、『黒い家』『ときめきに死す』『キッチン』などのより作家性が高い作品まで、1980年代の商業監督デビューから30年にわたって、型にはまらずさまざまなジャンルに挑戦し続けた映画作家としての森田芳光監督に焦点を当てるものです。本特集は2024年9月まで続く予定です。詳細はHPを御覧ください。

「男はつらいよ」全50作品年間連続上映 One Year With 寅さん

会場：大ホール 入場料：一般6€、割引/会員3€
 内容：2022年1月から続く世界初の「男はつらいよ」全50作品の特集上映。大好評につき、アンコール上映が続いています。今回は、『男はつらいよ 奮闘篇』(1971.6月3日)、『男はつらいよ 柴又慕情』(1972.6月24日)、『男はつらいよ 寅次郎相合い傘』(1975.7月1日)の3作品を再上映。

2東京藝大短編アニメーション特集 上映

日時：6月9日(金) 19時～ 会場：小ホール 入場料：無料
 内容：東京藝術大学大学院映像研究科アニメーション専攻の修士課程学生たちによる珠玉の短編作品上映(上映作品監督登壇予定)。

【講演会・セミナー・シンポジウム】

講演会「日本の戦後の実験音楽」

日時：5月12日(金) 18時30分～(会場およびオンライン配信) 入場料：無料・予約制
 内容：戦後もっとも野心的な音楽形態の一つといわれる電子音楽。その根底にあるのは「それまでに聴いたことのないものを聴かせる」という意図だ。電子音楽は、音楽的近代性への考察に基づき、技術革新や技術発展と結びつきながらラジオ局や大学の研究室に付属する実験スタジオで制作されている。日本の作品は、欧米の作品と同時代に制作されながらも、いまだにあまり知られていない。本講演は、東京外国語大学で日本の現代音楽史を教えるジェレミー・コラルを講師に迎え、日本における実験音楽制作の主要機関であったNHK電子音楽スタジオの歴史を明らかにするとともに、同スタジオで制作された楽曲を紹介する。

「講演会「日本の写真史における土門拳」

日時：5月20日(土) 14時～(会場およびオンライン配信)
 会場：小ホール 入場料：無料・予約制
 内容：撮影へのエネルギーと執着ぶりから、「写真の鬼」と言われた土門拳。その存在は、日本の写真表現の歴史の中でも特別な重みを持ちます。

土門拳がどのようなメンタリティで、どのように被写体に向き合い、どのような撮影方法を取ったのか、また同時代あるいは後世の写真家にどのような影響を与えたのか。講師に写真評論家の飯沢耕太郎氏、インディペンデントキュレーター・作家・編集者としてパリを起点に活動するマーク・フステル氏を迎え、日本の写真史を踏まえ、土門拳の位置づけを探ります。

講演会「日本における男性性の歴史と現状」

日時：7月1日(土) 14時～(会場およびオンライン配信)
 会場：小ホール 入場料：無料・予約制
 内容：日本の男性性といえば、とかく男尊女卑的なタイプがイメージされがちだが、日本の歴史を振り返れば、日本はヨーロッパの国々と比べて常に女性の地位が低かったわけではなく、男女のあり方も多様だったし、日本の男性たちも徐々に変わりつつある。日本における男性性の歴史と現状をテーマとする本講演では、男性性研究を専門とする多賀大関西大大学教授を講師に迎え、ローラ・メルラ ルーヴェン・カトリック大学教授との対談を実施する。

講演会「新資本主義に関する講演会」

日時：7月4日(火) 18時～ 会場：小ホール 入場料：無料・予約制 言語：英語
 内容：新しい資本主義の目指しているところ、実現に向けた取組等を、渋澤栄一氏がフランスで学んだ資本主義を日本に導入した歴史にも触れつつ、渋澤健氏が講演をおこなう。

講演会「次の100年のモータースポーツを目指して」

日時：7月7日(火) 18時30分～ 会場：小ホール 入場料：無料・予約制
 内容：日本が生んだドライヴシミュレーターゲーム「グランツーリスモ」は、世界中で空前絶後の人気を誇っています。モータースポーツ発祥の地であるフランスで、「グランツーリスモ」開発者の山内一典氏が、バーチャルとリアル融合した「e-Motor Sports」の未来を語ります。本講演にあわせて、地上階では関連展示も実施予定。

【ワークショップ・デモンストレーション】

合気神体操

期間：6月9日(金) 18時-19時半 会場：レセプションホール 参加費：20€
 内容：合気新神体操は、調和(合)、エネルギー(気)、精神(神)、身体の動き(体操)、つまり静的な姿勢、動的な動き、歩行、瞑想をコンセプトとしています。合気新神体操の目的は、力、柔軟性、バランス、可動性の運動を通じて、身体と心のバランスに働きかけることです。コニヤール・アンヌ先生と基本の姿勢を学び、合気新神体操を体験してみましょう。

合気道体験

期間：6月10日(土) 11時半～13時 会場：大ホール 参加費：15€ 8歳以上対象
 内容：合気道は日本の武道であり、相手を倒すことではなく、素手、もしくは、武器を使って相手の攻撃を無力化することを目的とします。コニヤール藩士(合気道8段)が指導する合気道体験ワークショップで、基本的な動きや技を体験してみてください。その効果を実感していただけるでしょう。

講演会デモンストレーション 小林流合気道

日時：6月10日(土) 16時～17時半 会場：大ホール 無料・予約制
 内容：小林裕和の弟子であるコニヤール氏が合気道のデモンストレーション講演会を実施します。彼は、合気道・合気新体操の指導者育成と、小林流合気道の研究を目的とした「小林裕和合気道アカデミー」を創設し、昨年、日本の内閣府からその功績を称えられ、旭日単光章を受勲しました。

日本酒セミナー・試飲会

日時：6月20日(火) 17時～19時 会場：小ホール(地上階)及びレセプションホール(5階) 参加費：20€
 内容：MCJP恒例日本酒事業。酒サムのシルヴァン・ユエ氏が日本酒を分かりやすく解説します。その後、日本から参加した蔵元のお酒を試飲します。日本酒の風味をお楽しみください。

ワークショップ 御家流香道

日時：6月23日(金)及び24日(土)、13時、15時、17時半 会場：茶室 参加費：15€
 内容：香道御家流二十三世三糸水家元の腹心である小畑洋子師範がパリで香道ワークショップを開催します。香道は、日本人の四季への感性や文学詩歌と深く結びつけ体系化した、世界に類のない香りの芸道です。茶道や華道、武道のように、香道を通して心を鎮め、精神性を磨くことができます。イベントご参加の際、香水などの身に着けるフレグランス類のご利用をご遠慮いただくようお願いいたします。

【教室】

囲碁教室

開催日(土)：5月13日・20日・27日、6月3日・10日・17日・24日、
 <中級>14時半～16時 <初級>16時～17時半
 受講料：10回コースに対し50€、MCJP会員及び18歳以下割引35€

裏千家茶道-茶の湯

開催日：6月28日までの毎週水曜日(5月31日を除く) 受講料：一律12€

裏千家茶道教室

開催日(水曜日)：5月3日～6月28日までの水曜日、17時15分コース及び18時コース
 受講料：8回コースに対し88€、MCJP会員割引64€、学生(26歳以下)割引76€

表千家茶道-茶の湯

開催日(土曜日)：5月13日、7月1日 受講料：12€

表千家茶道教室一立礼

開催日(火曜日)：6月7日までの火曜日
 17時30分～19時30分 受講料：10回コースに対し130€

パリ日本文化会館 (Maison de la culture du Japon à Paris) 事業案内
(2023年5月10日～7月10日) 続き

生花教室

小原流：火曜日 初級12時～13時30分、中級14時～15時30分：
5月16日・30日、6月6日

草月流：木曜日 初級13時～14時30分、中級15時～16時30分：5月11日・25日、
6月8日・29日

池坊流：水曜日 初級及び中級18時～19時30分：5月10日・24日、
6月7日・14日

書道教室

開催日：6月29日までの木曜日(5月18日は除く) 18時～19時30分
受講料：8回コースに対し160€

布ぞうりワークショップ

開催日(金曜日)：6月23日・30日 14時～17時
受講料：2回コースに対し45€

折り紙アトリエ

該当期間の実施はありません。

日本画教室

開催日(金曜日)：4月14日～5月26日、6月2日～30日 18時～20時
受講料：225€/5セッション1コース

日本庭園入門教室

該当期間の実施はありません。

日本舞踊教室

開催日(水曜日)：5月17日～7月5日 15時30分～17時
受講料：8回コースに対し着物レンタル付200€、レンタル無し160€

日本文化体験アトリエ

開催日(土曜日)：6月3日・10日・17日 16時～17時30分
受講料：3回コースに対し75€

■日本語事業部では、フランスの日本語学習者、日本語教師の方、そして広く日本語教育に関心をお持ちの方々を対象に、さまざまな日本語教育事業を行っています。

【お問い合わせ先】 教師相談：nihongo.contact@mcjp.fr 日本語講座：koza@mcjp.fr

【日本語講座】

当館では、成人を対象にした日本語講座(初級～中級)を開講しています。
講座は2学期制で、秋(申し込みは6月)と春(申し込みは1月)に開講します。
詳細は以下のサイトをご覧ください。
<http://www.mcjp.fr/fr/langue-japonaise/apprendre-le-japonais>

【JF にほんご eラーニング など】

日本語コースや学習アプリ、学習者コミュニティ (<https://minato-jf.jp/>) を提供しています。「まるごと」をオンラインで学習できるコース(無料の自習コース、A1～A2.2レベルが開講中)を始め、教師サポート付きコース(A1.2レベル、2月下旬申し込み締め切り)、ひらがな・カタカナのコース、まんがや俳句をテーマにしたコースなど、多彩な日本語オンラインコースを開講中です。
詳細や登録方法については以下をご覧ください。
https://www.mcjp.fr/fr/langue-japonaise/apprendre-le-japonais/cours-en-ligne_1

<パリ日本文化会館の催しに関するお問い合わせ>

火曜日～土曜日、11時～19時 問合せ先：TEL 01 44 37 95 01

所在地：101 bis, quai Jacques Chirac, 75015 Paris

<http://www.mcjp.fr/>

*日本人会発行のAMICJカードの提示でMCJP会員価格の適用が受けられます。



パリ生活の記

前島 尚(まえじま たかし)
フランス在住



パリでの生活は十数年。通常の行動範囲は非常に限られているので、パリといってもほんの一部を見知っているだけといえるかもしれません。そのような中でパリでどんな体験ができたのか、振り返ってみようと思います。

メロディーを書いてみました：

パリは近くに森があります。Meudonの森にEtang de la Garenneという小さな池が丘に囲まれています。池の端のベンチに座っていると、さざ波が生まれては池に広がり、また消えていきます。この情景を音にしたらどうなるだろう、これがメロディーを書き始めた端緒でした。メモ帳にメロディーを書いて持ち帰り、五線紙に音符を書く。そのころテアトルドシャンゼリゼで作曲家の方と知り合い、メールで送ったところ三度目くらいにBello !と返事が来ました。あるとき森の小径でアメリカ人の画家に出会いました。彼の家を覚えてくれたので、楽譜を持っていくと、目の前でクラリネットを弾いてくれました。何度目かに彼の家を訪れたとき突然「これから録音をしよう！」と言われ、出来上がったのがHigher & Longerというyoutubeでした。(https://www.youtube.com/watch?v=-z6B-4ev5Kc) さらにメロディーを書き続けました。灯火の街が眼下に広がるモンマルトルの夕暮れどき、私のメロディーが展示会場で流れるという経験にも恵まれました。

フランス語詩を綴るまで：

パリの住まいの近くに週二回マルシェが立ちます。その魚屋で詩人の方に出会いました。その人に私の書いたものを見せました。その後同じ魚屋で会うことが重なりました。その人は私に詩の書き方を伝授してくださいました。パリで住んでいるアパルトマンには画家の方が住まわられていて、Vandéeの城持ちなのですが、この城に招待していただいたことがありました。短い滞在の間にジャーナリストで詩人という男の人が来て、短いインタビューがありました。これはOuest Franceという新聞の一面記事になり、Takashi est un chercheur et poet et紹介していただきました。音楽も詩もそれぞれ専門の方との出会いがあり、お力添えをいただきました。パリにいてその空気の中で生活することは、結果として自分の内的世界を広げてくれ続けています。

Avant l'aube, L'obscurité, Une voix pure de merle. L'espoir.	Le visage du temps L'aube, Un sommeil profond. L'espérance de la nouvelle journée.
Le 22 janvier 2021 ***	La lumière, Le bruit. La conversation Avec les gens, La trouvaille dans la vie quotidienne.
La lumière printanière Un lièvre est dans le terrier. Il neige. Il veut sortir, pourtant des broussailles enneigées, Qui ne le protègent.	La soirée, La fatigue. L'esprit se rétrécit.
Il doit être dans le terrier. Il désire aspirer l'air frais, goûter des jeunes herbes au pré. Il attend la lumière printanière.	Le minuit. Au réveil, Des mots apparaissent, Dans la fraîche lumière.
Le 21 janvier 2021	Le 5 février 2021

新刊案内、アトリエやイベント情報は

@JunkuFr



営業時間 月～土 10時～19時

Librairie japonaise JUNKUDO
18 rue des Pyramides
75001 Paris France
Tel: 01 42 60 89 12
Mail: contact@junku.fr



『魔女と過ごした七日間』
東野圭吾 著
KADOKAWA 刊

FEHRENBACH DRIVING SCHOOL

=外国人向け自動車教習所=
英語・フランス語・日本語



34年の実績

- ・ フランス自動車免許の取得 (切替は入国1年以内のみ)
- ・ 右側通行運転の実習
- ・ AT車・MT車での実習可能

53 boulevard Henri Sellier 92150 SURESNES
Tel. 01 45 06 31 17 (代表) / 06 20 63 75 31 (日本人係)

fehrebach@frenchlicense.eu www.frenchlicense.eu AmicJカード提示で料金10%引き



最近では大変ありがたいことに、イベント等で出向きました先にてお声掛け頂戴する機会が多くなってまいりました。

「日本人会連載コラム、読ませて頂いてますよ！あれはだいぶ盛って書かれてるんですね？ご夫婦のご関係がよろしいようで、楽しく読んでいますよ！（笑）」とのお言葉を頂くのです。そして、すかさずお返事申し上げます。「いえいえ、あれはだいぶ「オブラートに包んで」書いているんですよ。所謂ソフト暴露コラムとでも申しましょうか。ぐふふっ」と、お相手のちょっと複雑な表情を拝見しながら微笑み返し。「なかなか爽快に旦那さまのことお書きですけど、怒られたりはしないのですか？」とも。「ええ、最近だいぶまるくなりましたもので、何と申しましょうか、今だからこそ書ける、過去のザ・封建夫=モンマリ的な？これはちょっと書き過ぎかしら、なんて内容は一応彼に確認をとったりして。今まで却下になった記事は無く、何ならFacebookでコラムをシェアした際「いいね！」マークをつけてくれるんです。ぐふふっ」こんな具合に、皆さまより生のご感想頂きながらのやり取りは、誠、愉快なものでございます。遠くパリの空の下、ご自分の噂をされているなどと思ってもよらぬはモンマリばかり。パリダムに「私だったら絶対無理だわ」と言わしめる小話はてんこ盛りで所持しているけれど、つい先ごろは何と奇跡がおこりました。それは太陽劇団能楽公演並びに、第参回パリ延年之會出演でのモンマリ来仏時。眉間に皺を寄せPCを脱むわたくしを横目に、美術館めぐり、と愛してやまぬパリにて日々満喫しておりましたモンマリ、能楽公演期間中は能楽団の皆さまと共に、ヴァンサン近くのお宿にステイしておりました。お舞台後の楽しいお酒の話もぼつぼつと耳に入って参ります中、わたくしはといえば、その後に控える狂言会の券売、各所への連絡と、相変わらずPCとよるしくラストサポート。劇場に繋がるであろうお客さまを取りこぼすなどばかり、5日間西から東へパリ横断、能楽公演ご来場者さまへのチラシ配りに精を出しておりました。

大盛況で終えました5日間の能楽公演翌日からの2日間は、モンマリ主催の狂言公演。こちらは悲しいかな毎回赤字公演ながら、この度何とか3回目を迎え、更に日本から兄弟弟子2名も参戦とあり、尚更席を埋めねばと気が急いでおりました。滞在費削減の為、お二方には我が家へ御逗留願ひ、わたくしは兎に角当日までチケット係、食事は男性陣当人方へお任せしました。

買い出しも和気あいあい、狭いながらも楽しい我が家、食後公演準備で会場へと殿方出払いました後、自室から出てキッチン流しを覗けば食器の山。公演中は勿論わたくしが洗ひましよう、が、公演ひと段落、息子は先輩方お見送りで空港へ、と3人の背中を見届け扉をパタリと閉めました途端、モンマリがしれっとその場を立ち去ろうとしましたものですから、これは堪忍ならぬとお尋ねしました。「この数日間、私はヨーグルトだけを食し、使ったのは小さなスプーン一本のみ、ここに山積みの食器の中で、どれひとつとして私は使っていませんけれども、洗うのはやはり私なんですよね？」最近益々男らしくなったわたくしを見て、モンマリはハツとし「ええ?! モ、モチロンお手伝いしますよ!!」と。結婚して28年目3月22日の奇跡、モンマリがわたくしの右隣に立ち、食器のすすぎを行っている！モンマリが少し大人になりました！神さま仏さま御先祖さま、ありがとうございます！本日はこの辺で。平和への祈りを込めて。



『第参回パリ延年之會』チラシ／帰国日東の間のパリ散策



小笠原尚子 (おがさわらたかこ) プロフィール：
“やんちゃ狂言師の裏方古女房” 東京生まれ。神戸→名古屋→横浜→佐渡ヶ島育ち。故八世野村万蔵主宰“わざおぎ塾”にて学生時代に演劇を勉強中、狂言師小笠原匡と出逢い1996年に結婚、伝統芸能の世界に入る。その後、大阪生活を経て2014年よりパリ在住。
現在、パリで狂言普及活動の傍ら、自らは役者業を再開!



Nicolas Appert

ニコラ・アペール (Nicolas Appert : 1749 - 1841) は 1749年にパリから東の約130km に位置するシャロン=アン=シャンパーニュ (Châlons-en-Champagne) で9番目の子として生まれています。アペールの両親は街の中心部で20室からなるホステル (Le Cheval Blanc) を経営しており、若い頃は家業の手伝い、20歳の時に兄弟の1人と醸造所を開き、その後はドイツ貴族のプファルツ=ツヴァイブリュッケン公に仕えて13年間宮殿の料理長を務めています。34歳の時にはパリのロンパール通り (Rue des Lombards) に菓子製造店をオープン、さらには食料品の卸売にも手を広げています。

その後、アペールはパリ近郊のIvry (Val de Marne) に工房を開き、そこで最初のガラス瓶入り食品を製造、パリのショップで販売しました。このガラス瓶入り食品は成功を収め、さらなる需要に応えるためにパリ南部の Massy に大規模な製造工場を開設、地元で栽培された果物や野菜を瓶詰めにしてフランスや海外で販売していました。当時はナポレオンが台頭していた時期で、外国遠征で戦争のための兵士の食糧大量確保が課題となっていました。当時の食糧保存法は、塩蔵、薫製、酢漬けが中心で味も悪く腐敗も多いという問題があり、政府は兵食の長期保存法に関する公募を行いました。この結果、アペールが発明したガラス瓶の中に食品を入れてコルク栓で密封し加熱殺菌して保存する新しい食糧保存法が1804年に採用されて12,000フランの報奨金を得ています。しかしその後、アペールのずさんな経営管理によって多額の借金を抱えてしまい1806年2月までに破産しています。さらに、ナポレオンの失脚がアペールにさらなる追い打ちをかけ、Massyの工場はまずドイツ軍、続いてイギリス軍に接収、完全に破壊され (1814 - 1815)、廃墟となった工場は借金返済のために売却されています。この頃、アペールはロンドンを訪れていますが、そこで見た金属加工技術をフランスに持ち帰り、重いガラスの瓶詰めからより軽量で加工の容易な金属製の容器を用いた缶詰の製作に成功しています。これらの功績により数々の賞やメダルが授与されましたが、晩年にレジオンドヌール勲章授与を要求するも認められず、失意のまま1841年6月1日、91歳で亡くなっています。



Bouteille à conserve Appert

アペールが発明した食品を密封し加熱殺菌することにより食品の長期保存を行う方法は、現在の缶詰やレトルト食品の発展に繋がっています。

(画像はwikipediaより引用)

在仏日本人会女声コーラス

みもざ

第36回定期演奏会
2023年 6月18日(日)
開演 16時30分

FANTAISIE

メンデルスゾーン「真夏の夜の夢」抜粋
『動物のカーニバル』 (合唱用編曲、日本語) 他

指揮 寛 明絵
ピアノ/オルガン 高尾 明子
ピアノ賛助出演 Anne-Marie STEPHANOPOULI

Eglise Notre-Dame de Compassion
Place du Général Koenig 75017 PARIS
Porte Maillot / Métro 1 / RER C

入場無料
お問い合わせ mimosafrance@gmail.com

みもざ

第36回定期演奏会

2023年6月18日(日)

開演：16時30分

会場：Notre-Dame de
Compassion
Place du Général Koenig
75017 Paris

入場無料
お問合せ：
mimosafrance@gmail.com

日本人会活動案内 -各種相談室・講座・活動-

各種相談(会員のみ)

*要予約(電話に限る): 01.47.23.33.58

法律相談(フランスの法律問題)(手配料5ユーロ)

事前予約の上、電話で相談を受け付けます。

法律上のトラブルを抱えている方は、必ず関係書類をご用意ください。相談内容は職業上の守秘義務により厳守されます。予約は相談日の1ヶ月前から受け付けます。

滞在相談

日本人会にメールでお問い合わせください。contact@nihonjinkai.fr

健康相談

日本人会にメールでお問い合わせください。contact@nihonjinkai.fr

無料子ども相談室

臨床心理士、神経小児科医、保健師、助産師などの専門家がご相談にお答えいたします。ご希望の方は「子ども相談」という件名をつけてkodomo.fr@gmail.com 折口までメールください。

クラブ活動・各種講座

ふらんす俳句会

有季定型を基調に句作の楽しみを味わっています。

連絡先 田賀 春代 h.taga@neuf.fr

子ども図書館

読み聞かせ 毎週水曜日11h30~13h00。日本語児童図書の出貸・返却は随時。

永年登録料: 子供一人/2ユーロ

女声コーラス「みもざ」

コーラスの仲間達と美しいハーモニーを作り、楽しいひとときを過ごしませんか。

日本の歌、ミサ曲、フランス歌曲など。毎週火曜日13:30~16:00、Notre Dame de Compassion / Place du Général Koenig 75017 Paris (Porte Maillot)

frmimosa.exblog.jpを参考に。連絡TEL 06.33.89.56.59(石原)

メール: mimosafrance@gmail.com

日本人会アーティストクラブ(NAC)

日本人会会員の美術系アーティストのクラブ。年会費16ユーロ。毎月第一火曜日の18h頃~20h頃、オペラ界隈のカフェLa Clef des Champs(49, rue des Petits Champs 75001 Paris、京子食品の斜め向かい)に於いて月例の親睦会を開きます。飲み物代は自己負担。NAC会員以外の方の参加も大歓迎です。お問い合わせは日本人会まで。4月から曜日が第一火曜日に変更になりましたのでご注意ください。

マロニエの会

毎月第2火曜日15h~17h茶話会「La Clef des Champs」49 rue des Petits Champs 75001 Paris 第3日曜日&第4水曜日14h30~国際大学都市「日本館」で月例会。

ホーム訪問、講演会、新年会、希望祭参加、郊外農園バーベキュー大会、バス遠足、美術館・催し物見学、食事会と楽しい企画も盛り沢山。

会報を年3回送付。年会費15ユーロ

連絡TEL: 06-2253-7418(六藤)、06-5170-4955(二口)

ソフトボール大会

春秋の年2大会あり。年齢・性別・国籍に関係なく、個人またはチームでの参加可。

連絡:実行委員長 代理 橋本 勝義 TEL: 06-14-73-37-31

キッズテニス

ARJ16 Tennis Club (Stade Henry de Montherlant: 32 Bd. Lannes 75016 Paris)

キッズテニス 小学生から高校生 毎週火曜日(現地校のパカンスを除く)

17時 2クラス 小学校低学年から高学年生

18時 2クラス 小学校高学年から高校生

ただいま、若干空きがあります。年齢とレベルによりクラスが決まりますので、メールにてご相談ください。

一般クラス 随時会員募集

火曜日 11時、12時、14時、15時、19時 木曜日 12時、13時、14時、15時

金曜日 11時、15時、16時

個人、グループでのレッスンをお受けします。

お問い合わせ amicalejaponaistc@yahoo.fr

川柳バリ会

インターネット上の「NET句会夏雲システム」を利用して開催されるバーチャルな句会を中心にした活動です。川柳をネット上の句会に投げたり、他の会員の川柳を楽しんだり、優秀だと思える作品を選挙して参加することが可能です。

連絡先: 代表 石井 宏 parisici@yahoo.co.jp

書道同好会

毎週木曜日 15h~17h 参加費: 月25ユーロ

講師: 林 信賢

TEL 代表: 06 22 53 74 18 国際大学都市「日本館」

くもん日本人会教室

水曜日14h00~17h00 土曜日13h00~17h00 詳細はTEL:06 09 66 94 39(中村)

シャンソンDidier教室

日時: 第2・第4土曜日(16時~18時)

場所: MPAA La Canopée

住所: 10 passage de la Canopée 75001 Paris (Les Halles)

詳細は下記にお問い合わせください。

ch.tanaka@orange.fr

Tel. 06 0383 2674 (田中) 06 7483 4536 (山口)

気功教室

毎週木曜18h30~19h30 全レベル参加歓迎

会場: 天理文化センター 8-12 rue Bertin Poirée 75001 Paris

最寄駅 Châtelet 参加費: 1回10ユーロ(日本人会会員割引あり)

気功の他に、太極拳、簡単に見つかる針、マッサージのツボ探し、健康自己管理の知識等も指導。講師/連絡先: ラン光旭(パリ第6大学医学大学院利気功・太極拳講師)

TEL: 06-69-43-54-45 メール: yokogx@gmail.com

健康と美・ウォーキングレッスン

元パリミラノ東京コレモデル/現役モデルによるウォーキング・写真のポージング・メイクアップ・Before & Afterなどニーズに合わせた個人レッスン。(コース3回会員

180ユーロ・非会員別途料金) 詳細はお問い合わせください。講師: 北幸子

(Master Models,Oasis Styling) facustudio@gmail.com TEL:06-2296-0655

※在仏日本人会法人会員名簿は、インターネット・サイトに掲載されています。

日本人会ホームページの次のリンクをご利用ください。

<https://zaifutsunihonjinkai.fr/about-nihonjinkai/houjin-kaiin/>

amicJ協賛店一覧はこちらのサイトを参照ください。

<https://zaifutsunihonjinkai.fr/members-service/amic-j-card/>日本の企業と個人向けに企業、災害、賠償、
運輸、医療、その他保険のことなら
何でもランポラブロスへどうぞご連絡下さい

91, rue Saint-Lazare 75009 PARIS

TEL.01.53.32.20.00 まで

FAX.01.42.85.04.65



Michel BRUNEAU
(ミッシェル・ブリュネー
会友)
当会フランス語講座講師
1978~98年日本に滞在
元上智大学講師

E ヤングとシャンポリオンでは、性格とやり方がずいぶん違います。

M 対照的です。ジャン-フランソワ・シャンポリオンは小さい時からお兄さんの指導のお陰で古代言語に夢中になります。学校の科目に興味がなく、放課後に自分で古代言語を一生懸命勉強していました。エジプトから来た神父の助けでコプト語に夢中です。シャンポリオンの言葉：『一人でコプト語を使っています。何でもコプト語に訳します。夢にもコプト語です。』『コプト語は一番優れた言葉です。』もちろん、シャンポリオンはコプト語以外にいろんな古代言語も学びました。

E トマス・ヤングはいつヒエログリフに挑戦しましたか？

M ヤングは多才でいろんな分野で活躍していました：医学、物理学、言語学。しかしSylvestre de Sacy (1)のすすめでヒエログリフに挑戦したのは1814年だけでした。ヤングは40歳でした。彼にとっては知的な挑戦にすぎなかったのです。

E ヤングはとても有名だったでしょう。

M 有名でお金持ちでした。シャンポリオンは1814年に24歳で貧乏な無名なグルノーブルの若い先生でした。

でも情熱を燃やしていました。彼にとってエジプトがすべてでした。"Je suis tout pour l'Égypte et l'Égypte est tout pour moi." つまり自分の人生のすべてをエジプトに捧げます、と。

E 本当に対照的ですね。

M ヤングは友達宛ての手紙にこう書きました。ヒエログリフは子供遊びの判じ絵のようだ。ヒエログリフはエジプト人のバカな信仰と儀式に関するもので、歴史的な価値がない。シャンポリオンは、ファラオ Amenhotep, Thutmose, Ramesses(2)の理解を深めるために役立つものには、すべて価値があるとしています。

E でもシャンポリオンは、若くしてなくなりました。残念でした。

M 20歳の時から健康の問題に悩まされていました。エジプトのためにやりたいことがまだたくさんありました。神様に願っていました：「神様、あと2年下さい！（Mon Dieu, donnez-moi encore deux ans !）」かないませんでした、幸いに後継者が出て来ました。特にイタリア人のIppolito Rosellini (3) (シャンポリオンの親友)とドイツ人のRichard Lepsius(4)です。

シャンポリオンの人生は、私たちにとっても深い教えを与えてくれます。情熱と愛がなければ本当の理解が出来ません。頭だけでは不十分です。心をいれなければ理解できないことがあります。ヤングは数えたり、比べたりして、コンピュータのような仕事をしていました。

しかし、ヒエログリフはとても複雑なシステムだったので、現在のコンピュータを使っても解読出来ないでしょう。天才の閃きは必要だった。"Je tiens l'affaire !"。アルキメデスのエウレーカ (5)。ヤングは謎を解きたかったのに対して、シャンポリオンはエジプトの文化を理解したかった。そして、その偉大さをみんなに紹介したかった。当時一番に感心されていたギリシャとローマの文化に、劣らないと思っていた。

古代言語の研究は終わっていません、現在も続いています。まだ解読されていない古代言語が残っています。最近 élamite linéaire の解読がニュースに出了ました。4000年前にイランの南に(Suseの町に)使われていた言語です。一番古いと思われていた楔形文字と同じぐらい古いものです。その謎の言語はFrançois Desset(6)の数年間の研究によってやっと解読されました。もちろんヒエログリフとエジプト文明ほどの輝きはないですが、歴史に残る一歩です。

- (1)Silvestre de Sacy : 1758年~1838年。フランスの言語学者、オリエンタリスト・アラビスト。
- (2)ファラオ Amenhotep, Thutmose, Ramesses :ファラオとは古代エジプトの神聖なる王の称号。Amenhotep, Thutmose, Ramesses はそれぞれ王の名前。
- (3) Ippolito Rosellini : 1800年~1843年。イタリアのエジプト学者。
- (4)Richard Lepsius : 1810年~1884年。ドイツのエジプト学者、言語学者、考古学者。
- (5)アルキメデスのエウレーカ :エウレーカは、古代ギリシャ語に由来する感嘆詞で、古代ギリシアの数学者・発明者であるアルキメデスが叫んだとされる言葉。喜びを表す。
- (6)François Desset : 1982年~。新石器時代から青銅器時代にかけてのイランの専門家。

【前号の脚注の訂正】(2)カルトゥーシュ (cartouche) : 古代エジプトの神聖文字を囲む飾り、ファラオの名前を囲む長円形の飾り枠のこと。→前号では、「ヒエログリフの文字の一つ」と誤記。

(注意) le cartouche (男性名詞)とla cartouche (女性名詞)を混同しないこと。le cartoucheは碑文の飾り枠。la cartoucheは、猟銃用の弾薬。語源的つながりで、une cartouche d'encre pour l'imprimante (プリンターインクカートリッジ)、une cartouche de cigarettes (たばこのカートン)となる。

日本の四季のレシピをフランスで



五月です。新緑の爽やかな季節、日本では田植えが始まり、新茶も出始めます。フランスでは、野草あしたばが、ぐんぐん伸びています。今日も元気で「いってらっしゃい」ピクニックに、お弁当に、旬の野菜をたくさん使って、作りました。

【おにぎり】新茶と塩をまぶしてにぎります。豆ごはんのおにぎり。

【昆布の佃煮】昆布をもどし、醤油、みりん、水あめで、粒のさんしょうと煮ます。

【あしたば入り卵焼き】

【春のポテトサラダ】じゃが芋、人参、キャベツ、グリーンピース、玉ねぎ。

【かきあげ】人参、ごぼう、グリーンピース

【あしたばの天ぷら】抹茶塩でどうぞ。

【アスパラガス】アスパラに油をまぶし、じっくり焼きます。

【即席みそ汁】お弁当のおともには是非どうぞ。かつおぶし、味噌、ねぎにお湯を注ぐだけです。

18歳で一人暮らしを始めた時からの、私の愛用品、鯉節削り器です。摘んだよもぎで、よもぎだんごを作りました。あんこをまぶしていかがでしょう。ごゆっくりお茶どうぞ。桜の塩漬けを使った桜寒天、と、いちご寒天です。



【里奈の五月のおすすめハーブティー】

この時期、気分が憂鬱になる、やる気がでない、体調が悪いなど、アーユルヴェーダでは、「カバ」が乱れやすい季節だとされています。「カバ」は、「重」「冷」「鋭」の性質を持ち、悪化すると、心身が重く、だるく感じます。

「カバ」が増えないよう、心がけることが大切です。

散歩のすすめ：明るく気持ちがいい季節、特に食後の散歩は、消化をサポートするのでおすすめです。

早寝早起き：午前6時から10時までは、カバの時間です。起床時間が遅ければ遅れるほど、疲れを感じます。

食べ過ぎ、揚げ物や油分、お菓子や砂糖の取り過ぎに注意しましょう。春は新しい生命のエネルギーに満ちています。

ハイビスカス、ローズヒップ、ローズ、マリーゴールド、カモミール、ラベンダーは、体をリラックスさせ、細胞の損傷を防ぐ抗酸化物質を含みます。

カップ1杯のお湯に、大さじ1のお好みのハーブを煎じます。蜂蜜を加えて体を温めるのもおすすめです。



倉田 節子・フィエベ 里奈

Instagram: @lina_fievet ウェブサイト: linafievet.com

著書『LA TRADITION DU VEGETAL(éditions la plage)』の購入は一般書店及びeBookで

<https://www.laplage.fr/produit/386/9782383380443/japon>



終(ついに)のデザインのススメ

己の最後を決めるための
日本における相続・遺言の基礎知識(55)
(日仏間も視野に入れて)

相続の“前”に考えること その2

前回、相続の前に考えてみよう!と、4つのマトリクスでの頭とココロの整理をしよう!とご提案しました。その続編です。

◆(A)生きているときのカラダ (上段左列)

この主要テーマは、「介護・医療」です。門外漢の私には具体的な対処法は述べられませんが、相続や後見関連の実務家の観点から気がついた点に触れてみます。

まず、ここを検討する際には、(B) (生きているときのおカネ) との連携が最終的に必ず視野に入ります。現在、大きな病気やケガをしても長期入院は医療費抑制のためほぼ不可能で比較的早めに退院させられます。その際、病後の状態によりその後の生活拠点、つまり、家に戻れるかor老人ホームなど介護施設での生活かの選択を迫られる場面があります。人生の最後、どこで介護や医療を受けるか? 受けたいか? という場所(住まい)の想定を事前にするのも重要です。老人ホームは、特別養護老人ホーム(「特養」と呼ばれています)という公的施設から、コンシェルジュや医療スタッフ付のホテルのような高級施設まで様々で、この住まいの選択は、(B)のおカネ次第、というのが現実です。多くの高齢の方が、「やっぱり家で最後まで。。。」と在宅での介護を希望されます。しかし、一人暮らしだった高齢者が病気や手術後に自宅一人暮らしの継続は困難だ、と担当医師から家族から迫られて、仕方なく老人ホームに入居を余儀なくされるケースや、入居費が高くて高齢の親のために子どもが仕事を辞める「介護離職」しての在宅介護というのも社会問題化しつつあります。

◆在宅介護の肝は、ケアマネとケアチーム

大きなケガや病気がなく、高齢者が一人暮らしが難しくなってきた場合や、上述の病院から在宅介護に移行する場合には、各地域にある「地域包括支援センター」にまずは相談することとなります。ご本人の介護認定を経て各自の介護の必要度合いに応じて、介護福祉士(ケアマネジャー/CM)という介護専門の国家資格者が各人に応じた介護計画(ケアプラン)を作成し、ヘルパーさん派遣の手配や指導を含めた各種の支援をしてくれます。在宅ケアで独居継続のためには、このCMを中心として結成される「ケアチーム」という介護関係者(在宅医療の医師、看護師、介護関係者であるケアマネジャーやヘルパーさん達)との情報共有が大変重要になります。

◆「キーパーソン」を誰にするか、したいか?!

ここで、ご本人側で重要なのは、「キーパーソン」です。ケアチームの方たちは介護のプロですが、介護状態以前のご本人の人生や考え方を把握しているわけではありません。そこで、キーパーソンが、本人がどういう性格や以前はどのような社会活動をしてきたかなどの背景をケアチームと情報共有することで、ご本人がうまく介護を受け入れられる確率が高まり重要です。「キーパーソン」となる人(図の中心のヒト)を検討することが、(A) (介護・医療)の最大課題でしょう。そして、この検討と決定こそ、最も難しいというのが現実かもしれません。信頼できる親族なのか、それとも第三者なのか? 非常に難しい問題ですが、ここをうやむやにしておくと、イザという時に、困ることになります。(A)と(B)の連携は後で触れるとして、この(A)分野での法的な関連項目は、「後見制度」があげられます。親族など身寄りのない方にとっては、後見人がキーパーソンの1つの選択肢となり得ます。日本、フランスの区別なく、自身のライフプランの最後も、鳥の目を持ち、ちょっと遠くから眺めて、デザインしていただければ、と思います。

◆後見人はなんでもやってくれる人ではない。。。。

家庭裁判所が選任した法定後見人や自分で選んで契約しておいた任意後見人を含めて後見人として呼びますが、未だに“後見人はなんでもやってくれる人”と誤解されている節があるなあと感じる場面に出くわすことがあります。親や兄弟姉妹・おじおばが認知症になって初めてやむを得ず後見制度を利用することとなり、(A)のキーパーソン=後見人と思って後見制度の利用を開始する方もいますが、この誤解がないよう、一番最初に詳しく説明するのが、後見の実務では重要です。後見制度はむしろ(B)「生きているときのお金」の「管理」がメインであり、カラダについては「監護」という医療・介護が適切に実行されているかを監視する「監視監督」する“間接的”なかわりです。日本の法制度としての後見人は、「介護はしない」のです。後見人は基本的に「財産の管理」をするのが役割であり、資産運用などもしません(できません)。医療介護分野との関係では、「監護」、つまり医療介護が適切に実施されているかを監視するのが役目で、医療面での判断権限は一切なし、との法律の立て付けです。日本で後見制度がスタートして20年となりますが、まだ一般的にその役割が正確に理解されているとは言えず、この制度の“限界”を知っておくのが準備の要とも言えます。(つづく)



司法書士 桑瀬 登起子 (くわせ ときこ 会員)
Consulting Office 桑瀬
TEL: 03-3354-0445 / FAX: 03-5363-8971
〒160-0008 東京都新宿区四谷三栄町15-38-202

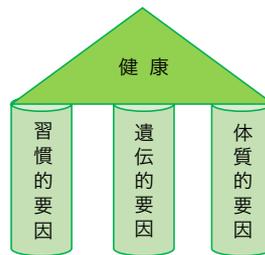


第13回 「(肉体的)健康を支える三本柱とは?」

フランスで生活する中で【健康であること】は毎日を過ごす上で欠かせない条件であると誰もが思っているはずですが。そうは言えども様々な事が起こる異国生活、なかなか思うようにいかないこともあるかもしれません。WHO憲章によると、「健康とは、肉体的、精神的及び社会的に完全に良好な状態であり、単に疾病又は病弱の存在しないことではない。」と定義されています。正直なところ、肉体的にも精神的にも社会的にも常時完璧な状態なんてことはハードルが高い(どころかほぼ無理...)ですよね。ただ、このなかの一つの【肉体的な健康】は私たち栄養士がお手伝いできる部分ではないかな...と常々考えていました。

今回はここにフォーカスし、栄養士の視点から肉体的な健康はどうやって作るのか、主に疾病予防の観点から考えてみました。

【肉体的な健康を支える三本柱】



- ①習慣：食生活、運動、睡眠、ストレスを含めた日々の生活習慣によるものです。
- ②遺伝：生物学上の男女の違いや、ガン家系などと言われるような、家族性遺伝を意味します。
- ③体質：一人一人で異なりますが、ここでは日本人(東アジア人含)に特徴的にみられる先天的要素を意味します。

この三本柱は何かが少し欠けていたとしても、他の柱で十分に補えるものです。この三つのバランスをなんとなく取る事で、肉体的な健康が作られるとイメージしてくださいね。

まず、習慣的要因は日々の積み重ねで作られるものなので、普段の心がけやほんの少しの努力で十分に改善する事ができるものですが、劇的に変化させるには精神的にも肉体的にも相当な努力と忍耐が必要。ストレスで過食に走る人がいれば、ストレスで全く食べられなくなる人もいますように、まずは自分のままを受け入れ、自分自身を知る事が大切。その上で身体を労わるような無理のない生活習慣を身につける事が大切です。

遺伝的要因や体質的要因は本人の努力では変える事ができないことですが、自分にはどのような弱点があるかを把握する事で、罹りやすい疾患を十分に予防する事ができます。遺伝的要因の中の生物学的な性差で考えると「痛風」や「飲酒による精神及び行動の異常」などは男性に圧倒的に多くみられ、「骨粗鬆症」「甲状腺疾患」「膀胱炎」などは女性に圧倒的に多くみられる疾患です。もう少し範囲を広げて考えると、年齢によっても罹りやすい疾患が異なってきます。また、家族性高コレステロール血症や遺伝性がんなどは、予め検査する事で予防・早期発見・治療ができる可能性も高くなります。

体質的要因では、例えば同じ親から生まれた兄弟・姉妹でも体質が異なりますが、フランス人と日本人という大きな括りで考えた場合、日本人特有の「体質」を知ることで、自分にはどのような食事が合っているのか、食文化の異なるフランスでの日々の食生活における不調の原因の理由がみつかるかもしれません。

アルコール分解能力、乳糖不耐症、グルテン不耐症などなど、古来から伝わる食文化によって遺伝され、作られた現在の日本人の体だからこそ持つ特徴を知っておくだけで、日々のフランス生活を快調(腸)快適に過ごせるようなヒントが見つかるかもしれません。

来る5月14日(日)にオンラインいきいき健康サロンにて「日本人の体質について考える」というテーマでお話をさせていただきます。健康を支える柱の一つである日本人特有の体質についてお話ししますので、興味のある方は是非ご参加くださいませ。

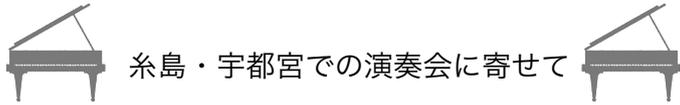
お申し込みはこちら→

<https://zaifutsunihonjinkai.fr/event/event-74370/>

参考文献：厚生労働省：2019年国民生活基礎調査の概況
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa19/dl/14.pdf>



小椎尾 真衣 (こじお まい)
Diététicienne-Nutritionniste / 管理栄養士
インスタグラム
<https://www.instagram.com/diet.japonaise/>
(日々の食生活をゆるーり綴っています)



糸島・宇都宮での演奏会に寄せて

2023年4月29日「昭和の日」に福岡県糸島市、5月3日「憲法の日」に宇都宮でそれまでの集成、**バッハ**と**クーペラン**の曲目の演奏会をいたしました。2018年春に**ドイツ**と**日本**で傘寿記念ピアノリサイタルを済ませて**パリ**に戻った私は「**バッハ**巡礼」再開と依頼された「**クーペラン**生誕350年」「**ドビュッシー**没後100年」楽譜制作の用意を始めたのです。以前、**エールフランス航空**の特典でインド洋上の**セイシェル**と**モーリシャス**で二度のヴァカンスを楽しみ、**日本航空**の特典でも**インドネシア**の**バリ**島に母を三回、連れて行きましたが、**パリ**同時多発テロ事件から**ヨーロッパ**が混乱状況になり、人類史上最悪の**コロナ禍**が始まったのです。2016年、翌年のフランス滞在許可証取得手続きが複雑になり、**ヨーロッパ**各地の治安が次第に悪く、留学した1960年ごろとは異なる様相、自分の80歳を潮に**ヨーロッパ**から完全な引き上げ時が来たと感じました。それは本能的なものもあるでしょうが、**グリム**童話集の「幸福な**ハンス**」、端に健康な身体で故郷に帰る話、「持ち物をすべて捨てる覚悟」があると幸せになれる、と小学校時代から思っていました。2019年6月**パリ**は連日40度の猛暑で私は脱水症状、感染症で意識朦朧となったのです。

ドビュッシー没後100年記念の一環、《練習曲集》の楽譜制作中に運指法を試奏するうち鍵盤上に突っ伏してしまっただけで、編集担当者と取り取りしていたメールの不具合で担当者は異変を感じたのでしょう。同時に**パリ**の在仏日本人会会報に連載執筆中「**クーペラン**生誕350年」特集の原稿送信の遅れに日本人会事務局長も不審を感じたところに**東京**の妹から安否確認の電話を受けたのです。事務局長は**パリ**の警視庁に連絡、ほぼ昏睡状態の私は救急車で**パリ・ナンテル**の**国立病院**に運び込まれました。担当の女医さんや北アフリカ系の医師が実に親切で検査につく検査で苦しめた私を「**サヴァ・サヴァ**」と優しく、食べれるようになった時「**バゲット・バター・カフェオレ**」がなんと美味しかったことでしょう！

しかし、腕だけでは足りず、**採血**と**点滴**のために手は真っ黒になりました。恐らくピアノを弾くことは難しくなるだろう「もう**ピアニスト**をやめます。お手で、有難う」と私は観念したのです。6週間の入院中、私を日本に連れ戻すべく、妹が次男の甥に付き添われ**パリ**に来てくれたものの、歩行不能で、住んでいたアパートに戻ることも出来ず、主治医の承認と**日本航空****パリ**支店のご好意で病院からストレッチャーのままで空港へ直行、搭乗、**羽田空港**で長男の甥に出迎えられ、そのまま20年来、お世話になっている**順天堂大学附属病院**に入院しました。診断で**整形外科**にて9月中旬に**背骨の手術**を受けることになり、6歳の時の**九大病院**入院の経験での心構えが甦り、担当主治医の説明、処置に適応できました。80歳を超していることは回復には時間が必要です。**順天堂病院**に3ヶ月、リハビリテーションのために**浅草病院**に3ヶ月入院しておりました。**パリ**での6週間を加え、**パリ**と**東京**とも一度も常住の自宅に帰れずに半年以上の入院生活となったのです。毎日続けるリハビリテーション療法が苦にもならず遵守出来たのはピアノの練習と同じで、何よりも6歳の時の「治療に関しては聞き分けのよい子供で、毎週木曜日の**腰椎穿刺**にも耐えた」ことに繋がります。

クーペラン生誕350年記念の《クラヴサン曲集》の校正作業初稿楽譜のみが**東京****パリ**間を往復して、**浅草病院**で入手、病室で装飾記号解説を済ませて編集担当者に渡しました。

浅草病院退院間近の2020年1月末に**コロナ禍**の**パンデミック**が起こったのです。退院後、リハビリ訓練として「音階練習」を5分、10分、15分を70年前に**福井直俊**先生に教えられた方法と50年前に**バックハウス**教授に「千回繰り返しなさい」を実施、感覚を取り戻します。**バッハ**と**クーペラン**の作品に西洋音楽中興の祖を痛感した私はやり直し始めました。

一年後、**糸島**で「**ヴェルサイユ宮殿**からの贈り物」、**宇都宮**で「**口短調の世界**」の演奏会をした訳です。



写真は宇都宮の演奏会後のもの。私（前列中央）の隣は日本ピアノ界第一人者の徳丸聡子先生。私の後が春秋社で楽譜「**バルトーク集**」の担当者の黒田篤志さん。隣りが主催者の高橋恵子先生

山崎 孝（やまざき たかし） 1937年生まれ。東京藝術大学卒業。ピアニスト

グローバル時代のコミュニケーション

～国や文化を超えて真に信頼関係を作るコミュニケーション～

【第36回】

みなさまこんにちは。

あっという間に、もう5月ですね。日本では今年の桜は全国的に約2週間も早く咲き、地球温暖化はますます進んでいるのか？など考えてしまいました。またコロナは第2類からインフルエンザ同様の第5類にGW明けの5月8日から変更されることが決まりました。まだまだ不安は残りますが、そろそろコロナも終焉とし、新たな気持ちでいろいろなことに取り組んでいきたい…。そんな時期に来たのだと実感しています。パリの皆様ははいかがお過ごしでしょうか？

さて、このコラムでは、これまでの私の経験体験から、グローバル人材に必要な考え方やスキルのベースとなっているものについて、ナラティブマネジメントという新しい概念、手法について私なりの考え方をお話しさせていただきます。

今回も、個々の価値観を互いに尊重するための手法、「ナラティブマネジメント」について解説したいと思います。ナラティブマネジメントとはどんなものなのでしょう。まずはナラティブマネジメントの目的です。組織としては、上司部下が互いに理解し相互に承認でき、安心安全の環境下で時代、環境の変化に気づき新しい構想力を持って自己変革できるチームになる。上司も部下も会社も顧客も四方よしで幸福になること。上司は、部下と良好なコミュニケーションができ信頼される。部下は、モチベーション高く組織貢献し承認される。これらを目的としています。また私はナラティブマネジメントを次のように定義しています。「個人のあり方、価値観、人生を起点に組織開発につなげる手法」

そしてその内容は、

- ・個人を尊重したマネジメント：組織のための個人ではなく個人のための組織
- ・可能性を広げるマネジメント：エビデンスからではない個人個人の個性から新しい発想が生まれる
- ・これらのための前提として、自分自身の理解と他人の理解を深める（聴く承認）人間力を持つマネジメント
- ・コミュニケーションの本質「言葉」を大事にしたマネジメント、です。

これらを実現するために以下の研修、ワークショップを開発しリーダー、マネージャー育成と組織活性化の支援をしています。

マネージャーにはナラティブマネジメントセミナー、組織全体には、（部下上司と一緒に取り組みます）ナラティブワークショップ（別名ナラティブ・カフェ）（1日）を提供します。その内容についても少しお話しさせていただきます。

ナラティブマネジメントセミナー

- ・ガイダンス
- ・時代環境の変化：VUCA、SDGs、働き方改革、コロナ、テレワーク、女性進出、定年延長、個人にフォーカスした時代に、ダイナミックケイパビリティ強化の必要性、あなた自身の自己変革
- ・人間の本来価値観について知る：価値観はどのようにして生まれるのか 価値観が違うと本能的にどう反応するのか
- ・ナラティブとは：その言葉の意味 主役は自分 可能性を秘めている
- ・自分のナラティブを語る：ナラティブの作り方
- ・他人のナラティブを聴く
- ・組織のナラティブを考える
- ・ナラティブをファシリテーションやコーチ1ON1に活用
- ・組織運営にナラティブをどのように活用するか
- ・まとめ

この内容により、マネージャークラスはナラティブの活用で良好な部下との関係やチームづくりができるようになります。ただ上司が部下の人生ナラティブを聴くことはハードルが高いと思います。上司が部下に「自分の過去の経験を話せ！」と強制すれば、もう立派なハラスメントです。ですのでこの組織全体でナラティブワークショップ（ナラティブ・カフェ）を行うには、組織のイベントとして外部のファシリテーターがファシリテートすることが望ましいです。上司がナラティブマネジメントセミナーを受ける前後でこのナラティブワークショップを行うと、上司部下の共通言語となります。ナラティブ・マネジメントについて、理解が深まりましたでしょうか？次回は更にナラティブマネジメントの具体的な実践方法について解説してまいります。

大山裕之 コンティニュー株式会社 代表取締役社長
社団法人コーチアプローチファシリテーター連盟 理事長
国際コーチ連盟認定プロフェッショナルコーチ

日本人会フランス語講座 2023年4月～7月

lundi		mardi		mercredi		jeudi		vendredi	
9:45-12:00 入門_3 1 Florence	9:45-12:00 入門_1 NEW! 4 Laurent	9:45-12:00 入門_3 8 Marine	9:45-12:00 A1 10 Laurent	9:45-12:00 入門_3 14 Laurent		9:45-12:00 A1 16 Laurent	10:00-12:15 入門_2 24 Florence	9:45-12:00 会話入門_2 30 Laurent	9:45-12:00 会話A2 20 Muriel
12:30-14:45 A2 2 Florence	11:00-13h30 会話 B2+ 5 Muriel	12:30-14:00 A2+ 火/木 9 Muriel	13:00-15:15 会話入門_3 11 Laurent			12:30-14:00 A2+ 火/木 9 Muriel		12:45-15:00 入門_1 NEW! 18 Marine	
15:00-17:15 会話入門_3 28 Florence			17:15-18:45 DALF C1 6 Muriel	17:15-18:45 DALF B2 12 Muriel	17:15-18:45 DALF B1 15 Muriel	17:00-17:45 KIDS_0 29 Laurent	17:15-18:45 DALF A2 19 Muriel		17:00-17:45 KIDS1 22 17:55-18:40 KIDS2 23 Laurent
19:00-20:30 入門_3 3 Laurent	19:00-20:30 A1/A2 月/水 7 Muriel	19:00-20:30 入門_2 31 Laurent	19:00-20:00 発音入門_1 33 Muriel NEW!	19:00-20:30 A1/A2 月/水 7 Muriel	19:00-20:30 入門_1 NEW! 26 Laurent	19:00-20:30 入門3 21 Laurent	19:00-20:00 発音入門_2 32 Muriel		

Skype
日本人会
教室

日本人会のフランス語講座のご案内です。

- ・これまでフランス語を勉強したことのない方向けのクラスから、DALF C1受験用の上級者クラスまでレベルに合わせてお選びいただけます。
- ・フランス語レベル目安：右の欄のフランス語レベル目安のリンクから詳しい説明をご覧ください。
- ・楽しい雰囲気の中で学習できる「教室クラス」（時間割オレンジ枠）と忙しい方などが移動せずに授業を受けられる「オンラインクラス」（時間割ホワイト枠）があります。
- ・日本人の弱点を知り、日本人の指導に精通した講師が揃っています。
- ・オンラインクラスはフランスの地方、日本からの受講も可能です。
- ・入門クラスの講師は皆日本語も話されますので、初めての方でも無理なく授業を受けていただけます。
- ・今期新設のクラスは金曜12時45分～15時の入門_1（教室クラス）、月曜9時45分～12時の入門_1（オンラインクラス）、水曜19時～20時30分の入門_1（オンラインクラス）、どれも初めてフランス語を学習される方のためのクラスです。また火曜と木曜19h～20時の発音入門（オンラインクラス）は入門レベルの方全体を対象とした徹底した発音トレーニングのクラスです。
- ・DELTA/DALF対策講座は Muriel NAVARRO講師（DELTA認定官）による試験対策講座（C1、B2、B1、A2）。一般の語学学校では不可能な、日本人が間違えやすい点を徹底指導。直近の受講生1名がDELTA B1に合格。現時点で合格者は計20名。非常に高い合格率を誇ります。
- ・DELTA/DALFのクラスはお試し受講であっても受講前にレベルテストを受けていただきます。
- ・キッズクラスは、小学生以上が対象です。
- ・お一人2クラスまで（教室授業はのお試しは1つのみ）お話し受講をしていただけます。また途中入稿も可能です（その場合料金は回数割で15%割増）。残り授業数7回以降のお話し受講はできませんのでご了承ください。
- ・講座の申し込み人数が3人に達しない場合はそのクラスは開講しないこともございます。
- ・日本人会フランス語クラスの受講は日本人会会員に限ります。

フランス語レベル目安 は以下のリンクよりご覧ください。
https://zaifutsunihonjinkai.fr/wp-content/uploads/2022/06/2022_SEP_niveaux_francais.pdf

日本人の特徴を知り尽くした講師陣による授業
 Mme Florence MEHRVAR
 Mme Marine VALLE
 Mme Muriel NAVARRO
 M Laurent LOYER

料金表と授業のスケジュールは下記リンクよりご覧ください。
<https://zaifutsunihonjinkai.fr/non-category/post-74034/>

問合せ・申込：
 Tel. 01 47 23 33 58
 coursfr.ajf@gmail.com

目次

日本祭開催	1	日本人会活動案内	7
新刊案内 脱・日本的思考のすゝめ	2	フランス歴史散歩道	8
ブルゴーニュでのスローライフを夢見て!!	3	日本の四季のレシピをフランスで	8
補習校だより	3	終（つい）のデザインのススメ	9
マロニエの会・お花見	3	フランス生活養生訓 第13回	9
パリ日本文化会館事業案内	4-5	糸島・宇都宮での演奏会に寄せて	10
ハツラツ・にっぽん人	5	グローバル時代のコミュニケーション	10
舞台裏より愛をこめて	6	場所と人の出会い <45>	11
フランス人物伝 <10>	6	ふらんす俳句会	11
みもぞ第36回定期演奏会	6	日本人会フランス語講座	12

日本人会会報 Journal Japon
 年6回発行：第48巻3号（通巻301号）
 発行人 片川 喜代治
 編集人 高橋 幸隆
 レイアウト 杉山 清美
 発行 在仏日本人会
 Association des Japonais en France
 (旧) Association amicale des ressortissants japonais en France
 9, Av. Marceau 75116 Paris
 TEL: 01-47-23-33-58
 月～金 du lundi au vendredi 9:30-12:30 / 13:30-17:30
www.zaifutsunihonjinkai.fr contact@nihonjinkai.fr
 *サイト内「会報」「お知らせ」のバックナンバーを閲覧する際のパスワード：heian2020
 *本誌の無断転載を禁じます