

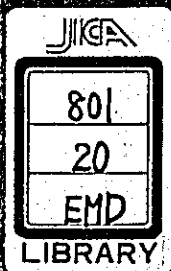
啓発資料 No.1095

# カナダの生活

バンクーバーに移住した主婦の喜しの知恵

国際協力事業団

JAPAN INTERNATIONAL COOPERATION AGENCY



# カナダの生活

バンクーバーに移住した主婦の暮らしの知恵

JICA LIBRARY



1035561[8]

国際協力事業団

JAPAN INTERNATIONAL COOPERATION AGENCY

国際協力事業団

受入 月日 '85.12.21	801
	20
登録No. 12263	EMD

## ま え が き

日本とは、言語、気候、風土はもとより、法律、風俗、習慣など事情が異なる外国で生活するには、いろいろな知識を身につける必要があります。

法律や手続きのことを知らなかったため罰せられたり、権利を失ったりすることがあり、また習慣などを知らないため思わぬ生活上の不利益を被ることもしばしばあります。

この冊子は、グレーターバンクーバー日系女性の会、会長大河内南穂子氏に依頼し、バンクーバー地域に移住する方々のために、到着して現地に落ち着くまでに必要とされる実生活に促した事柄について、主婦の立場から記述していただきました。

バンクーバー地域で快適な生活をおくるうえでお役に立てば幸いです。

昭和60年9月

移住事業部長

## 筆 者 紹 介

大河内 南穂子。1970年、バンクーバーに移住し、成人学校でフラワー・デザインを指導。サレー日本語学校の設立に協力。

現在は、グレーター・バンクーバー日系女性の会の会長。マルチ・カルチャーT・Vプログラムの日本語番組の司会者や日系紙、日加タイムズのレポーターとして活躍中。

設備設計事務所勤務の夫君との間に一男一女あり。

本冊子は、筆者がバンクーバーに移住してから、今日に至るまでの14年間の貴重な体験と蓄積を、後続移住者のために、まとめたものである。



大河内 南穂子

## 目 次

<出発前> .....	1
1. カナダ情報 .....	1
2. 用意する書籍 .....	1
3. 持参品のリスト .....	2
4. 書類の手続き .....	2
<到着後> .....	3
5. まづカナダですべきこと .....	3
6. 職探し .....	3
<医 療> .....	4
7. ドクターと保健所 .....	4
8. 病院のシステム .....	4
9. 薬に関する注意 .....	4
10. 歯科での定期治療 .....	5
<郵便局> .....	5
11. サービスを知っておく .....	5
<銀 行> .....	6
12. 広範囲の利用法 .....	6
<図書館> .....	6
13. レコードと地図 .....	6
<電 話> .....	7
14. 一定料金 .....	7
15. いたづら電話 .....	7

<バ ス> .....	8
16. 乗り方について .....	8
17. 車内でのマナー .....	8
<防 火> .....	9
18. 消防署に連絡 .....	9
19. こまかい智恵 .....	9
<地 理> .....	10
20. 交番がなくても大丈夫 .....	10
<警 察> .....	11
21. 地域別の緊急番号 .....	11
<日本の食品> .....	11
22. 入手可能な日本食 .....	11
<食べ物> .....	12
23. 魚の買い方 .....	12
24. 山菜料理の材料 .....	13
<園 芸> .....	14
25. 家庭菜園 .....	14
26. 日本の花も育つ .....	14
27. 庭の手入れ .....	14
<室内の臭気> .....	16
28. 悪臭を消す .....	16
<市役所> .....	16
29. 照会事項 .....	16

<クリスマス> .....	17
30. 一番大きな祝い .....	17
<ゴミ処理> .....	18
31. 売りさばく方法 .....	18
32. がらくたと大ゴミの処理 .....	18
33. ガレージセール .....	19
34. ゴミの日 .....	20
<生活> .....	20
35. 新聞の購読 .....	20
36. クレジットカード .....	21
37. デパート .....	21
38. メモを利用 .....	22
39. 買物の税金 .....	23
40. クーポン券 .....	23
<地域> .....	24
41. 成人学校 .....	24
42. 公共施設 .....	24
43. 子供のグループ .....	25
<子供> .....	26
44. ベビーシッター .....	26
45. 子供のパーティ .....	27
<教育> .....	28
46. 学校の手伝い .....	28
47. 病欠や早退届の書き方 .....	29
48. 学校の行事 .....	30
49. 送迎 .....	31
50. 事故を防ぐ .....	31
51. ランチとスナック .....	32



<時 間> .....	32
52. 夏時間と冬時間 .....	32
<家の手入れ> .....	33
53. フィルター交換 .....	33
54. 外廻りの注意 .....	33
55. 庭園の手入れ用具 .....	34
56. ペンキ塗り .....	34
<接 待> .....	35
57. バーベキューパーティ .....	35
58. ポット・ラック・パーティ .....	36
59. 接客メモ .....	37
60. カナダ人を招く .....	37
61. 泊り客のもてなし .....	38
62. 隣り近所 .....	39
<家 庭> .....	39
63. 押し売りや寄附 .....	39
64. 停電になった場合 .....	40
65. レストランにて .....	40
66. 冬の節約 .....	41
<スキー> .....	42
67. 準備が大切 .....	42
68. スキー場での注意 .....	43
<情 報> .....	44
69. 旅行に関するもの .....	44
70. 街の催し物 .....	45
71. スーパーマーケットでの買物 .....	45
72. 役に立った本 .....	46
73. 生活面の手引書 .....	46

<里帰りメモ> .....	47
74. 日本行のスーツケース .....	47
75. カナダみやげ .....	48
<レジャー> .....	48
76. 週末のすごし方 .....	48

〔物価等の金額は1985年1月現在〕

## < 出発前 >

### 1. カナダの情報

渡航前に知っておくと便利なことは、各地の生活事情である。

時間の余裕があれば、ファイルを一冊作って、新聞、雑誌の切り抜き等で、カナダに関する小さな予備知識を集めておくこと。

国際協力事業団では移住相談や情報の提供を積極的に行ってくれるし、東京のカナダ大使館広報部では、月刊広報紙『カナダ』を発行しており、なお必要ならカナダに関する刊行物を何冊か書店で求めておくに役に立つ。また、カナダ政府観光局でも、地理的なこと、気候、交通に関しての詳しいアドバイスを受けられる。

### 2. 用意する書籍

①「和英と英和辞典」は、確かな物を選ぶに限るし、案外②「国語辞典」を忘れるが、日本宛の手紙を書く際に役立っている。

カナダでの生活では③「サンキューカード（礼状）」を利用する習慣が普及しているので、英文での礼状の書き方、招待状、履歴書、紹介状の文例等、詳しく出ている本を一冊、探しておくこと。

母国を離れて、新しい土地に住む時、家族の健康管理には、誰れでもが神経を使う。

症状から見た④「家庭の医学百科」青本・保健同人社には、特に緊急を要する症状、慢性疾患の早期発見、漢方、鍼灸などまで解かり易く説明されている。ファミリー・ドクターを訪ねる以前に、予備知識として目を通しておくとよい。

外国で病気になった時⑤「あなたを救う本」（ジャパントイムス社刊）は、医者との英会話版として利用度の高い本といえる。巻末付録の痛みの表現、簡単な医学用語、薬用語の事典には「胃がキリキリ痛みます」とか「冷汗がひどく、ぞくぞくします」の言い方や、精神科での会話として「神経が高ぶって不眠の上、全てがぼからしくなってきました」等の例題が出ている。

⑥「スポック博士の育児書」（暮らしの手帖社刊）は、世界中の母親に愛読されているそうだが確かに医者のかかり方から、毎日の赤ちゃんの世話、予防接種、年齢別の子供の扱い方、思春期、病気と応急手当についても詳しく解説されている。風邪を引いた時の手当てや、発熱の具合まで、日常の心構えも養える。

躰を考えなおす十二章⑦「親と子の心理学」ハイムGギノット博士著（小学館刊）のもので、子供との対話、失敗する話し方、責任感と自立心等親として心得ておく

べき問題を取り上げている。また、貝原益軒の⑧「養生訓」（中央公論社刊）は、高齢者のための自然健康法の紹介がある。

### 3. 持参品のリスト

カナダの大都市なら、日本用品の店が有り不自由なく暮せるが、割高になるので、高価なもので容積をとらないものであれば出来るだけ持参したらよい。

特に「包丁類」は、使い慣れた物を一式用意しておくこと。出刃や刺身用があると、漁船から丸ごと、鮭やマグロを買えるバンクーバーでは大いに利用の機会がある。ついでに「砥石」もおすすめする。

家庭用ヘアーカッター式があると、当初、街の床屋に行ってスタイルが希望通りに仕上がらない悩みも解消できる。子供用のカットの指導書などがあると便利である。

重ねられる「和風盆」は、懐石風料理に客を招く時、重宝する。

「将棋や碁」、そして「日本の名曲」カセットテープ等もリストに入れたいし、民芸玩具の剣玉やコマ等も室内装飾、そして珍しいギフト用としても利用できる。別送便で送ってもらうと破損しやすい品物は、やはり手荷物の中に入れておく方が安心である。

### 4. 書類の手続き

最近では定年退職後を、カナダでのんびり暮らすケースが増えている。

恩給や、老齢、厚生年金の他、生命保険の手続きも調らべてから、慎重に処理をする。

カナダでの定住地が決って、送金してもらう場合に必要な書類や、連絡先きも忘れずに事前の調査をしておくこと。

現地の医療保険が発効するまでの間、日本で短期間の保険を掛けてから出発する人もいるようだ。

パスポートを含む、全ての重要な証書等の発行場所、月日、番号等を別紙に一覧しておくこと、紛失した際にあわてずに済む。

渡航後、パスポート期限切れの為の書き換えが、領事館で必要な場合、出身地の役所から戸籍抄本等を取り寄せることになるので、留守宅や、親友等に、郵送で手配してもらうよう、あらかじめ頼んでおくこと。

## <到着後>

### 5. まづカナダですべきこと

空港に着くと移民事務所で移住者として必要な書類や、情報が得られるから、すぐ手続きしておくこと。そして差し当っての住居を探すと、在留届を日本国総領事館に提出する。

当初は、土地の様子が把握できないので、交通に便利なアパートを借り、ひとまづ落ち着くのが賢明であろう。

新聞の広告頁で空部屋を探して、自分で一軒ずつ見て廻る。又は、アパートの多い地区に出向いて、看板を見て外観や内部を直接、確かめるのも一つの方法である。

現金を持ち歩かず、一刻も早く銀行に口座を開いて、小切手が使えるようにしたり、クレジットカードの申請をする。

子供連れの場合は、特にファミリードクターを決めておくと心強い。学校の入学手続きには、年齢証明の為に、パスポートが必要。学校によっては新移住者子弟用の特別クラスもあるので探すとよい。

### 6. 職探し

人を頼らず自分の足で直接、仕事先を探して歩くのが一番効果的である。特に語学力が不足の場合は、電話での問い合わせは一層不利なので、直接、履歴書や仕事の内容を説明しやすい写真や、実物（図面等）を持参の上、会社を訪ねる。

カナダの人々は、積極的で、親しみのもてる人柄を好むので、はっきりと自己表現をし、堂々と実力を認めてもらうように努める。

新しい国で経験もなくて仕事を探すのは、むづかしいので、時間と経済的余裕があれば職業訓練校に入学し、技術や資格を取得してから、本格的な就職活動を開始するのも一つの方法であろう。

大都市より、一寸離れた地方で人材を求めていることもあるので、新聞広告や、政府機関CECの募集を調べてみてはどうだろう。

語学力が高く、専門的な技術があり、対人関係がスムーズにできれば、自分の希望する仕事に比較的近い線で決まることもある。

## <医 療>

### 7. ドクターと保健所

日本と違って、ファミリードクターが治療のためのアドバイスや専門医への紹介等全ての窓口となるので、まず見つける必要がある。一般的診察をし、薬が必要な場合は処方箋を書いてくれるのでこれを薬局で求める。

また、検査を受ける時はメディカル・センターに廻され、専門的な診察が必要なからスペシャリストを紹介されるので改めて予約する。

手術や救急の場合は病院に世話になるが、これも全てファミリードクターの指示に従ってからでないと受付けてもらえない。

地域別に保健所があり、沢山の健康に関する資料が揃っているので、栄養、離乳、予防注射、出産講座等、積極的に利用したい。

なお、特殊な病気療法に関するプログラムも用意されており、スライドを使用して、解かり易く説明もしている。

尚、普通の小、中学校では、身体検査がないので、各家庭で自発的にファミリードクターの定期検診を受けてほしい。特に視力テストを忘れがちである。

### 8. 病院のシステム

救急車で入院した場合は、病院から、ファミリードクターに、連絡してもらえる。

タオル、パジャマ類は一切不要で、備品を使用できる。退屈なら貸テレビもある。

食事は、メニューが事前に配られ、ジュースも何種類かの中から選択できる。

完全看護で、個人的な身内の付き添いは、一切不要で、夜半でも用事があれば、ベッド脇のブザーを鳴らして、看護婦を呼べる。

勿論、付け届けや礼金などの心配も無用でこの点は、いかにも医療制度の発達した、カナダの良き面である。

過去の病歴、現在服用している薬類、アレルギー体質だったら、何に対してかを、日頃から一枚のカードに明記し、携帯しておけば、問診の際、大いに役立つ。

### 9. 薬に関する注意

処方箋で手に入れた薬には、ラベルが張ってあり、瓶入りの液体や、プラスチックの円筒容器入りカプセルが多く、冷暗を保てる場所で、子供の手が届かない処に置く。

その際、一目で解かる様に赤鉛筆などで、氏名、用途をマークしておくとな誰れの

ための何の薬かの見分けをつけやすい。

風邪引きの為の抗生物質は、医師の指示に依り、例え、症状が軽くなっても、全て飲み終るまで服用しなければ効果が出ないことが多々ある。

食前か食後か、又は、食物を取りながら飲むのかにも注意する。時にはミルクで飲んでではないとか、逆にミルクと共に飲むと指定してある薬もある。アレルギー用や、咳止め薬は、時として、三年間保存が可能だったりする。小柄な日本人には、薬量が多すぎる為、飲むと眠気が起り、足が浮いたりする場合は、必ずドクターに相談すること。

#### 10. 歯科での定期治療

予約制度は、ファミリードクターと同じで定期的な検査は、早目に申し込んでおく。

勤めている人は、入社前か退社前を選ぶ。面倒でも、きちんとフロライド処置を受けておくと、虫歯を防げるようだ。日頃、歯磨きの際、ミントの味の付いた緑色のフロストという糸を使用するのも効果的である。

レントゲンを写して、どの個所に治療が必要か、良心的な歯科医なら、こちらが納得ゆくまで説明してくれる。

麻酔用の注射を打たれると、口の中が腫れて、話したり食事をするのに不便なので、歯科の予約のある日は、先きに食事を済ませたり、重要な電話も掛けておくこと。

カナダ人に出歯が少ないのは、子供の内に歯並びを矯正するからである。時間も費用も驚く程かかるので、多くの親に取っても悩みの種であろうが、信用できる歯科医を探して、まず相談してみてもどうだろう。

### <郵便局>

#### 11. サービスを知っておく

街には本局と支局があり、速達の場合は、必ず窓口で手続きをする。ポストに投函すると普通便扱いになってしまう。

小包を発送する際、小さな用紙に内容と価格を記入させられるので前もってメモしておくといよい。

商売用ではなく贈答と明記した方がよい。長期休暇の不在中は、郵便配達を局留

めにしておいてもらえるので、期間を用紙に記入して手数料を払っておく。帰宅後、まとめて受取りに行く。

移転通知ハガキも局に常備してあり、国内は切手が不要で住所変更を知らせることが出来る。なお、転送届は1ドル59セントが必要である。

税金のシーズンには、申告用紙入りの小冊子も窓口を用意されて書き方の要領がわかる。

その他、私書箱も借りられるし、記念切手は、ポスターの張り出しを注意しておいて発売日に求める。荷物配達日に留守の場合は、通知カードがくるので後日それを持参し指定局に受取りに行く。

## < 銀行 >

### 12. 広範囲の利用法

口座さえあれば光熱費、電話、テレビ受信料など、請求書に小切手を添えて窓口に出せば受付けてくれるので、一件ごとに郵送する手間がはぶける。大きな銀行なら、日本円を持参すると、その場でカナダドルと交換してくれる。

なお、小銭が必要な場合は、1セント、5セント、10セント、25セントに種分けしてロールで包んであるので、紙幣と交換してもらおうとよい。

給料日当日は行列して混雑するので、事前に預金又は引き出し用紙を保存しておいて、出掛ける前に記入しておくで時間の節約になる。

## < 図書館 >

### 13. レコードと地図

法律、商売に関する条例などを探す場合は、図書係に相談して、どの本のどの頁に出ているのかをアドバイスしてもらったりコピーもできる。

マイクロフィルムを使用して自分で目的の書籍を探せるし、また、新刊書、ベストセラー別に棚に分けてあるところが多い。

音楽愛好家のためにレコードやテープの貸し出しもあるし、操作指導を受ければ16ミリ等の映写機も予約できる。

ハイキングや釣り用の詳しい地図は、持ち出せないが、その場でコピーできるし、



地方都市や、国外の大都市の電話帳も揃っているので、ビジネスで出張したり、旅行する前に、その土地の連絡先等を調べられる。

日本語の本も注文票に記入して申込みと図書館の本部にある場合は回送してきてくれる。新聞、雑誌は、ラウンジで目を通せるし、子供用の物語、人形劇の特別プログラムの用意もある。

## < 電 話 >

### 14. 一定料金

日本と違って、何度かけても回数に関係なく料金は決っている。

但し、番号問い合わせ等でオペレーターのサービスを受けた時は請求される。

相手が電話口に出たら、今、話をしても差しつかえない時間だったか聞いてから、用件に入る位の配慮が必要であろう。相手の仕事に依っては、夜間勤務の為、昼間自宅で休んでいることもあるので、気配りが大切である。

デパートに対する品物の注文や、配達に関する電話、家の内外の修理等の連絡の際は、必ず係の氏名を聞いてメモしておかないと後日の問合せがむつかしくなる。

長距離は、時間帯と週末に依っては格安になるので緊急以外は、サービス時間にする。

電話料金の請求書が、コンピューターの故障で間違えて記入され多額の支払いになったら、至急、苦情を申し込んで訂正してもらうこと。

### 15. いたづら電話

真夜中に突然ベルが鳴り、母国からの長距離電話かと思い、あわてて受話器を取ると、何も聞こえないことがある。あきらかないたづら電話である。

食事の用意をしていたり、来客中の忙しい時に限って、セールスマンの一方的な話が始まったりもする。

こうした迷惑を受けたくなかったら、電話帳に氏名と番号を出さないで、特別の番号だけをもらう手続きも出来る。勿論費用が必要。

強風の後などに電話線が故障して不通になったり、雑音が入る時は、直接、局に行き申込みをし、処置を依頼する。

尚、修理と称したり、急用と云って家の電話を借りる為に、入り込む悪質な手口もあるので、身分証明書を提示させたり、街の公衆電話を使ってほしい旨、はっき

り断わること。このことは留守番させる子供にも日頃から教育する。

## < バ ス >

### 16. 乗り方について

図書館やショッピングセンターの案内所で時刻表を手に入れ、バスの番号や行先、料金を調べておく。

バンクーバー市内のバス停留所では、近距離用と郊外用とに分かれているが、乗車の際行先と番号の表示を確認すること。

ラッシュアワー時の本数は多く、日中は、運行回数が少ないバンクーバー市の場合、時間帯によって料金が違うし、釣り銭は一切もらえぬので、あらかじめ、決められた金額を用意しておく。

乗り換え用切符（トランスファー）をもらっておけば、目的地に着くまで何度でも使える。通勤用、学生、老人などのバスもある。

運転手の後方は、身障者用の特別席になっており、盲導犬が乗り込んで来たりするので注意書を読んで他の席に座わる。

道路事情に不安な場合は、目的地の住所を明記したカードを運転手に早目に見せて、どの停留所で下車すべきか、聞いておく。

降りる時には、窓側のヒモを強く引くと運転手に連絡され、降りる時は運転手にサンキューと云って降る人が多い。

### 17. 車内でのマナー

暑い日など、勝手に窓をあける前に、横や後方の人に、あけても良いかと聞くこと。何故なら、風邪気味だったり、騒音を嫌う老人などもいるし、公共での礼儀として当然の配慮である。

ウォークマンのイヤホンから音楽が漏れているのに本人が気付かず、周囲に迷惑をかけることもある。飲み物、食べ物の持ち込みも控えよう。

特に通勤時は、静かに新聞や本を読んだり勉強している学生も多いので、やたらに話しかけたりしない配慮が大切。

万一、傘やカバンを車内に忘れたら、至急バス会社に連絡すると、無線で運転手に通知されて保管しておいてもらえる。

## <防 火>

### 18. 消防署に連絡

引越荷物の箱や紙を、やたらに燃やしてはいけないので、事前に最寄りの消防署に問い合せてからにする。

枯葉の季節になると、地域によっては、毎月第一土曜日なら、許可なく自由に焚火をしてもよいとか、その他色々決りがあるのでしらべてみよう。

案外忘れがちなことに煙突の掃除がある。普段使わない暖炉を使用して、急にギフト用の紙や枯れたツリーを入れて燃やすと通気が不完全で、床のカーペットに火の粉が落ちて大騒ぎになりかねない。

また、煙が出たら、警報音の出る防災器を、二階と地下の階段の舞り場に取り付けておくと、熟睡していても起きて避難できるし、火災保険を契約する際に割引きをしてもらえる。

### 19. こまかい智慧

台所で火を使って料理中に、電話が鳴ったり、玄関の呼鈴の音がしたら、一度、火を消す習慣をつけておくこと。

オーブンでケーキを焼いているような場合は、勿論、タイマーのダイヤルを巻いておくようにする。これはクッキング用ばかりでなく、例えば、あと何分後に、電気釜のスイッチを入れるとか、電話を掛ける約束の時間を忘れない為とか、子供を学校に迎えに行く時の記憶の為などに、大いに利用できる。



典型的な住宅街

アイロンを使用している時は、脇に小型のトランジスタラジオを置いて、音楽等を聞きながら作業すれば、急に途中で席を立ててアイロンを消し忘れても、音楽が流れているので、「アッ」と気が付くものである。

尚、長い旅行に出て留守をする際は、テレビ、スタンドのランプ、ステレオ、ラジオ、電気時計のソケットは抜いておいた方が安全である。

## <地 理>

### 20. 交番がなくても大丈夫

初めて訪問する家の住所が解らなくて困ると、ああカナダには交番がなかったのだと、改めて国柄の違いを感じる。

けれど、ひとたび住んでしまえば、道路標識は、きちんと出ているし、南北に通じる道がストリート、東西はアベニューになっているし、奇数のハウスナンバーと、偶数ナンバーとが、右と左側に、きちんと分かれているので、住所さえ、正確ならば、あらかじめ地図を調べて出発すると、さほど、迷わなくてもすむ。

但し、客を迎える側としては、電話で、家の型は地下室付きとか、色は緑で、車庫には白い車が置いてある等と予備知識を与えたり、夜分は、門灯を忘れずにつけておく。

どうしても探せない時に、25セントで電話を掛けて、訪問先きに連絡するので、車内にいつもコインを用意しておくも重宝する。

公衆電話は、大きな交差点に出れば、大抵目に付くが、急ぎの時は、ガソリンスタンドで道順を、教えてもらったらい。

子供連れでトイレを探がす場合、鉄道網の発達していないバンクーバー周辺では、駅のお世話になる訳にもいかない。こんな場合は少しでも車のガソリンスタンドで給油して、キャッシャーで、鍵を借りて、トイレを使用する。

尚、道路名で、何々クレセントとか、何々ドライブ等と呼ばれている時は、行き止まりのこともあるので、気をつける。

## < 警 察 >

### 21. 地域別の緊急番号

三桁の番号は少なく、各地で番号が決っているので、受話器の脇に、わかり易く明記しておくこと。(バンクーバーは911)

事件の内容に依って、直ちにパトカーを廻して来たり、緊急でない場合は適宜頃合をみながら到着する。或る時、道で鍵を拾ったので、警察に電話をしたら、6時間後に引き取りに来た例もある。

時折、ショッピングセンターの広場などで広報担当の警官が、防犯の展示物を並べて親切に説明していることがある。

玄関や台所出入口の鍵は、どんな種類が丈夫で安全かを、実物入りで紹介したり、スライドを上映して、空巢ねらいの盗難を防ぐ心得等を指導しているので、パンフレットをもらったり、質問にも答えてもらえる。

夜間の外出の際は、暗くなったら、自然にタイマーが操作して、門灯や、居間の電球が明るくなる器具があるので、取り付ければ、外から見て、在宅と思わせる事も可能である。

尚、移住して間もないうちに、万一、事件に巻き込まれ、英語で詳細を説明できない時は通報する時に、「ジャパニーズ」と言うと、通訳に連絡してもらえるが、但し、これはバンクーバー地区に限るサービスで通訳が見つかるのに時間がかかる場合がある。

交通違反の取締りは、通学地帯、公園でのオーバースピードに特に厳しいし、年末のパーティシーズンには、飲酒運転で罰則チケットをもらう違反者が急増するので注意したい。

## < 日本 の 食 品 >

### 22. 入手可能な日本食

カナダでもB.C.州では松茸が採れる。毎年秋になると、日系人の間の挨拶は「もう採れましたか?」と云う具合に、情報を交換する。

バンクーバー周辺なら、スクワミッシュかホープ方面に遠出する人が多いようだが、豊作の年は、米袋や枕カバーに入り切れぬ位、沢山採れるそうだ。他にも生椎茸を作っている処、山芋、ごぼう、大根、白菜を上手に育てて安くわけてくれる日

系農場もある。これ等の野菜類は、日系商店に卸しているの、季節には、店頭で真先に登場する。

日本の紀州みかんは、11月中旬頃から、箱入りが約7ドルで、街に出廻る。

最近では、柿、二十世紀梨、栗も食べられるし、カップヌードル、海老せんべい等も、普通のスーパーマーケットに出廻っている。

冷凍食品の発達のお蔭で、うなぎの蒲焼、穴子、刺身用のイカ等も輸入しているが、漁港に行くと、厚身の紫イカとか、生たらこ、あさり、生ダコも買える御時世である。

新鮮な魚貝類は、バンクーバーのグランビルアイランド内パブリックマーケットか、スティープストンの港（週末）で手に入る。

鮭、マグロ、平目、カレイ、黒ダイ、たら、甘海老等、季節ごとにパトロールして仕入れるのも楽しいが、出盛りに集中買いをして、大型フリーザーに保存している家庭も多いようだ。

豆腐や厚揚げ、油揚げの類は、現地産のもので、充分間に合うし、かまぼこ、薩摩揚げ工場もあって、おでん種用の里芋は中華街で売られており、食卓を充分、賑わしてくれる。

お米に関しては、カリフォルニア産の各種白米が美味しいし、モチ米、玄米もある。

こちらの日系夫人は、納豆、キムチ漬、カステラ、大福、その他、自家製のパンやジャム、キウリのピクルス、鮭のびん詰まで、手造りするので彼等先輩から教えてもらおうとよい。

## <食べ物>

### 23. 魚の買い方

毎年、11月の下旬になると、ライオンズクラブや漁師の組合が音頭を取って、基金集めに“にしんセール”を催す。バンクーバー周辺に住んでいれば、CKNWラジオ局の宣伝で日曜日の早朝6時から港で販売が行なわれることがわかる。ポリバケツ一杯の新鮮なにしんが、たったの3ドルなので、酢漬を作る人は、沢山買って帰る。釣りの愛好家は、餌に使う。

冷凍庫があれば、頭や内臓を処理して料理しやすくした上で、ビニール袋に詰めて保存できるし、ミルク箱に水を八分目張って魚を丸ごと何匹か入れると、氷詰め

になるので、にしんの押し寿司をつくる時やたたきで食べたい時に便利である。勿論、塩焼、甘辛煮にもよい。

新聞の広告頁で、食品に関する欄に、魚のセールが登場する。(バンクーバー・サンの広告頁No 152で果物や肉の情報と一緒に)これは主に漁師個人が、鮭やマグロを売る為の広告で、住所と電話番号、品物の値段が出ている。

マグロは冷凍物で大きいので、庭かバルコニーに新聞紙を敷いて、スエーデン製の、歯の荒い鋸で一回分づつに切って保存する。

出刃包丁と金槌で、骨を避けながら、刺身用に処理するが、冷たい上、すべり易いのでゴム手袋を使用すると、臭いも手につかず便利である。

どの魚も処理した残骸は、庭の野菜畑や、花壇に埋めておくと、良い肥料になる。直接、漁船から魚を買う際の心得としては大型で冷凍設備が整っている船であればマグロのように生の刺身で食べる場合は安心な上、やはり鮮度も良く味が落ちない。

海老やイカの場合は、各船並んで売っているのでしっかり選定してから求めること。

車に積んで帰る時、傷めぬ為には、大きなトライとか、バケツを用意して、ビニール袋の上に、新聞紙をかぶせて、陽に当らぬよう配慮する。夏のピクニック用アイスボックスに氷を入れて魚を運ぶのもアイディアである。

## 24. 山菜料理の材料

春のハイキングシーズンになると、珍しい野草が芽を出し始める。

土筆<sup>つし</sup>は、日本のものよりも大ぶりの、いわゆる書道でいえば太筆に当たるグラマーな姿で、驚いてしまうが、食べ頃のサイズも出始めなら沢山探れる。

落も、道端に群生していて、車を降り夢中で集めたことがある。根を何本か持ち帰り、庭の隅に埋めておいたら、沢山増えて来た。

山の多いバンクーバー周辺なら、ぜんまいも採れる。乾燥させて保存する人もいるが、日本からの訪問客に御馳走すると、びっくりするようだ。カナダにも、こんなにバラエティに豊んだ料理があるとは知らなかったと一。

スキー場に9月の上旬頃行くと、ブルーベリーの実が沢山目に付く。アイスクリームバケツを持っていき、マフィン用に使うが、甘酢っぱくて自然の風味が何ともいえない。

## <園芸>

### 25. 家庭菜園

日系商店で売っている野菜の種なら、ほとんど、その土地で育つ可能性があるだろう。

例えば我が家の小さな畑には、さやえんどう、青じそ、紫じそ、ニラ、春菊、アスパラやズキニなどが育った。

庭の隅には山椒の木、リンゴ、桃等植えてみると小粒ながらけっこう食べられる。

その他、長十郎の梨、立派なトマト、細いナスやキウリ、ニンニク、長ねぎ、ポテトや栗カボチャまで出来る。

土地が肥えている上、ゆったりと広い面積で余裕のある暮らしをしているので、仕事が終わってからや週末に、時間をかけて、手入れが出来るので懐かしい日本の野菜類で食卓を飾ることが可能である。特に夏時間になると、夜の9時頃まで外が明るいので、畑仕事には特に好都合である。

### 26. 日本の花も育つ

桜並木は、バンクーバーのスタンレイ公園や、クイーンエリザベス公園で見事なものが毎年、見られる。

日系の植木屋を探して訪ねてみれば、牡丹も山吹もあるし、紅葉、南天、八つ手の類から、笹、こでまりと揃っている。

春先きに、地下室で種から育てるなら、コスモス、矢車草、露草がよさそうだ。

小さなハウズキの根を試みに土の中に入れておいたら増えて、見事な実を沢山つけた。

どうしても上手に咲かないという品種もあるようだが、予想より簡単に日本の花が次々に美しく開き、驚いた位である。あきらめないで珍しい種があったら一度、試みしてみるのも面白い。

そして、この国に積極的に日本の花を広めてゆくことも楽しい趣味の一つであろう。

### 27. 庭の手入れ

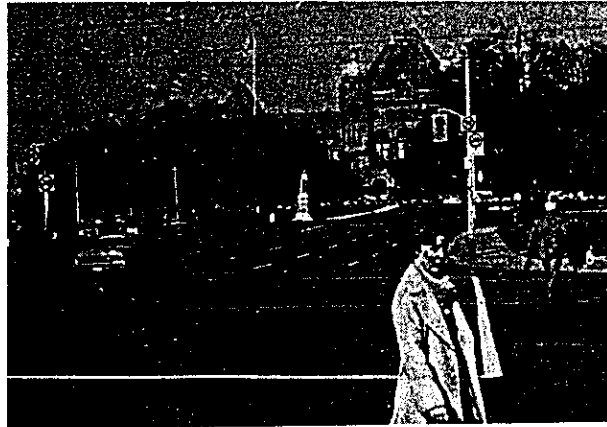
庭付きの家に住むと、3月から10月頃まで芝刈りの仕事がある。

終わったあとの芝の残りを一個所に集めておいて、自然に腐敗させ、これを花壇や畑の肥料に使用している家庭が多い。



秋の枯葉も同様に積み重ねておいて利用する。その他には、マッシュルーム栽培をしている業者を、イエローページ（電話帳の広告専門）で探して土を分けてもらう。

本格的に、庭全体の土壌を改良したり、地面を平らにしたりするために芝生に新しい土を大量に入れたい時は、トラックで運んでくれる業者に注文する。しかし電話連絡してから現場で下見をしないと、時には木片が混っていたり乾燥しすぎていたりして失敗する。



素晴らしい黄葉

秋のカナダ

石灰を与えたり、雑草を殺す為の薬をまいたり、美しい芝生を保存するのも、案外、時間と費用のいることである。

尚、雨の季節になると、なめくじが登場して野菜を傷つけたりする。姿を見付け次第、退治すれば一番害がなくて安心だがゾロゾロ出始めたら、植木屋で売っている粉末状の農薬を、茎の周囲に円型に散らしておくと、すぐに効果が現われる。

その他、塀のない前庭に、野良犬が入り込むのを防ぐには、植木の枝に緑色の固型薬をつるしておくといよい。臭いを嫌って犬が近寄らない。以上、薬品に関することは、店員に詳しく説明を聞き使用法を間違えないようにしたい。

また、柳や杉の樹の枝ぶりが伸び過ぎて、表通りの電線を邪魔していることがあると、冬の間電力会社が、トラックを手配して、クレーンで専門家に切らせている。電線を守るためのサービスである。

## <室内の臭気>

### 28. 悪臭を消す

部屋のペンキ塗りは大仕事であるが、古いシーツ等を床に敷いて準備を整えてから開始したい。あらかじめ、部屋の窓際などに、薬局で売っているニラドールという小びん入りの臭気消しの液体を買って、紙に二、三滴たらして置いておけば、頭痛がする程の強い臭いが、いくらか弱まる。この薬は便利この上なく、タバコの匂いから、魚を焼いた匂い、天ぷらの油くささや、ニンニク料理の匂いまで消してくれる。台所のコンロやオーブンの隅に、やはり紙に少しだけ浸み込ませたニラドールを置いておくだけで効果が上る。

アパート等で日系家庭は漬物や焼魚の特殊な匂い等を、扉をあける都度、廊下一杯に発散させてしまうこともあるので留意したい。

その他、お香やローソクを焚いておくと、室内で永い間、タバコを吸う人がいても、それ程、気にならないのは不思議である。

この方法は来客をもてなす自然な型なので相手に気づかれないし、お香や、しゃれたキャンドルなら、かえって優雅なムード作りに役立って一石二鳥である。

ちなみに、この頃は街のレストランに入っても喫煙の有無を事前に問われる。はっきり答えて、お互に堂々と権利を主張する処がいかにもカナダらしい。

病院の待ち合室やホテルのロビー等でも、灰皿が置いてあっても、必らず周囲の人に一言、ことわって許しをもらってからにした方がよい。

ある家庭の玄関先には、市販の「禁煙に協力して頂き感謝する」と書いた掲示板が掛けてあった。

勿論、その家に灰皿など用意してある訳はないし、タバコ愛好家にとって、だいぶ窮屈なカナダの現状である。こんな事情にも精通しておかないと礼儀を欠くこととなる。

## <市役所>

### 29. 照会事項

夏の芝刈りシーズン前に、郵便と共に、市役所からパンフレットの通知が配られる。

目立たないので捨ててしまうこともあるがスプリンクラーの使用についての規定

が書いてある。水の豊富なバンクーバー市内では心配ないが、近郊の地区では奇数日に芝の水やりが指定されていることがあり、これは家の番地が、奇数で終わっている場合である。例えば1で終る住所なら1日、3日、5日と決められた時間内に水道から散水してよいことになっている。これは水道費が住居税込みになっていて、毎月支払う必要がないので無制限に水まきすることを防ぐ為であろう。

地域ごとに、こうした規定は異なるし、水量の多い年は、何の連絡もないから、新しい土地に住む時は、近所の人々にこうした情報を教えてもらうこと。回覧板とか、町内の掲示板といったシステムは一切ないのでこの点も心得ておかななくてはならない。

## < クリスマス >

### 30. 一番大きな祝い

11月早々から、ショッピングセンターの装飾がクリスマス用に替わる。安売りの広告も目立ち始め、デパートの駐車場も混雑してくるので、交際の多い家庭では早目にギフトのリスト作りに励み、買物を開始すること。

特に流行の子供用玩具の売り切れが発生しあわてる親もいるようだ。

サンタクロースが、子供と共に写真におさまり、親類や友人宛のクリスマスカードに利用できる商売もあり、毎年各地で行列している。クリスマス・ツリーは、普通、ガソリンスタンドの角に、トレーラーが設置され、裸電球の下で、大小さまざま売られるが、これは12月に入ってからのようだ。

生木は、暖房している部屋で枯れ易いので水やりに注意する。ツリーの足許には赤い布かクリスマスのギフト用ペーパーを敷き、贈り物を並べて、クリスマス当日まで待つ。

手製のクリスマスケーキやクッキーを空缶に詰めて贈ったり、木の実の詰め合せ、チョコレートといった食べ物も気が効いている。

受取ったクリスマスカードは、居間の壁を利用し、赤か緑のリボンに掛けて両端を鉋で留める。

一年中で一番大きな祝いなので、七面鳥を焼いたりして、パーティも盛んである。そんな折は、手みやげとしてシャンペンか、ワイン、又はシクラメンや、ポインセチアの鉢花が喜ばれる。

多勢のゲストが集まるような時は、あらかじめホステスに連絡して、何か手作り

の一品料理を持参できるとか、エプロンかけての食器洗いを申し出たり、余分の椅子やスリッパを用意できる旨、早目に先方に伝えておくとよい。

尚、クリスマス直後に、デパートでは、カードやデコレーション等の格安セールをするので来年の為に多勢の客が殺到する。

## < ゴミ処理 >

### 31. 売りさばく方法

ビールの空瓶や缶、その他、ジュースやコーラ等も全て分類別に段ボール箱に入れておき、まとまったら、専門業者の引取所に持ってゆく。その場で数を確かめて現金と交換してくれる。電話帳のイエローページで探すとボトルを買う店が出ている。ビール瓶だけなら、国営の酒店に運び込めば一ダースで1ドルになる。デパート（ウッドワーズ）の食品売場で扱っている飲物の空瓶と缶なら、買物後の荷物を車に乗せてもらう処で回収しており現金の替りに、クーポン券を発行してくれてその金額だけ、次回の買物で差し引いてくれる。普通のスーパーマーケットでも、自店の売場で扱っている種類なら、キャッシャーで現金に換えてもらえる。

時折、ボーイスカウトや、スポーツクラブの子供達が、活動費やユニフォーム補助費の為に、ボトル集めで各家庭訪問をする。

そんな時は、気前良く協力してあげると喜ばれる。

その他、新聞紙も1トン積みトラックを満たせば35ドルになるので、子供達のクラブ活動の為に、親達も協力してあげている。

### 32. がらくたと大ゴミの処理

古い扉や棚を取り壊したり、大掃除をしてがらくたが出た場合（普通のゴミ回収車では無理な量）には、自分で埋立地まで捨てに行くが、各地域ごとの市役所に問い合わせないと時間制限や、料金が異なっている。

市役所では春先きに街の清掃週間を決め、大型トラックで、古いベッド、冷蔵庫、テレビなどを、指定日に回収してくれる地域もあり、車に乗せ切れないカーペットやら、ソファーも引取ってくれて助かるが、これも街の広報紙に目をくばるか、直接、春先きに市役所に問い合わせ、このサービスが、いつ受けられるかを確かめておくとよい。

その他、古着や靴等も、救世軍のオフィスに連絡すると、まとめてトラックで引

き取ってくれる。なお、すぐ使えるように手入れしておくことは云うまでもない。

小学校などで、設備資金を作る為に、バザーを企画し、がらくたを募ることもあり、この場合、アクセサリ、ゲーム、古本等が喜ばれる。

この頃は物価の値上りも激しい為か、新品一辺倒よりも中古品で、我慢する人も多くなり、自宅の車庫を開放してのガレージセールが盛んである。



カナダの夏は花があふれる。

### 33. ガレージセール

大々的に宣伝したい時は、新聞広告や、手製のちらし広告を使うが、家の近所に宣伝するだけならば、大通りに面した電信柱にポスターを取り付ける位で充分のようだ。

原紙に大書きした住所と日時を見つけて、珍しい掘り出し物を探しに立ち寄る人も多い。天気の良い土曜日が客集めには効果的といえる。テーブルに、値段を付けた品々を並べ、衣類はハンガーにつるして、ヒモで一列にしておくといよい。ランプや、食器、古い玩具等バラエティを豊かにするとよい。

資本金なしで、インスタントの商売が出来る訳だが、もう少し、本格的に売りたい時はドライブイン・シアター等で催している専門の蚤の市を利用するとよい。これは、事前に参加申込みの必要がある上、テーブルチャージとして1日10ドル相当支払う。入場者も、50セント位を出して見て廻る。古銭とか、絵画、家具に人気があるようだ。

クリスマス前は、中古品に限らず、クラフトセールも兼ねて各地で催され、大変

な人出で販う。

#### 34. ゴミの日

週に一回、決った曜日に、清掃車がゴミを集めに来てくれる。早朝だからといって、前夜から缶やビニール袋を通りに出しておく家庭もあるが、犬や猫、カラス等が、ひっくり返して散らかすので、やはり当日出したほうがよい。

小さな枝とか古新聞の類は、きちんとヒモで結んで整えておけば、持って行ってもらえるが、大き過ぎたり、運びにくいと取り残される場合もある。

一回にゴミ缶は6缶（袋）まで出せる。缶の代りに段ボール箱でもかまわない。

生ゴミは、きちんとビニール袋に入れ、水漏れせぬよう注意しておくこと。

日本のように当番制で、集合所に馳けつ後片付けをしたりする必要はない代り、個人で出し入れ、清掃をする。大切なのは祝日のあった週で、一日ずれて（火曜ならその週だけ水曜）回収にくるので注意すること。

### <生活>

#### 35. 新聞の購読

BC州では新聞社間の競争がほとんどないので、新聞のストライキが始まると、永い間、不自由をする。配達を依頼したら、何日には配達されなかったなど、カレンダーかメモ用紙に書きとめ、必らず届けておく。

子供が楽しみにしている漫画や金曜日の夕刊に添えてあるテレビやラジオの案内も、きちんと一緒に配達されたか、まず調べて、印刷の不備等があったら取りかえてもらえる。

遅配の場合は、配達係の自宅、又は新聞社に電話をして、自分の名前、住所と電話番号を知らせておくと夜なら8時頃までに、特別の配達員が車で届けてくれる。

なんども遅配が続いたり、雨にぬれる玄関先きに投げられたりして不満が重なる場合にはスーパーバイザーに、直接、事情を説明して改めてもらう様申し入れる。

毎月の支払いは、小さな領収書が証明なので厚い紙に順に張っておくか、箱を決めて入れておかないと、たまに二重請求されることがあるのですぐ取り出せるようにしておきたい。

月始めの夕食時などによく集金人が来あわせるが、まとめて直接、本社宛に小切手を送って支払う方法にすれば、割引きのサービスも付くし、何度も訪ねてもらわ

なくてする利点がある。

例えばバンクーバー・サンの場合だと、現在一カ月の購読料金は6.5ドルだが、これを半年払いにすると、2ドル割引きとなり、更に1年まとめて先き払いしておく、6ドルを安くする。一度払いだと金額は多くなるが、きちんと請求書を送ってくるし、電話で申し込めば次の月始めから、この割引きサービスに替えてくれるので簡単である。

例え一週間でも休暇旅行で不在の時は、その旨連絡してその間キャンセルし、その期間だけ請求を延期してもらえる。

### 36. クレジットカード

カナダの人は現金を持ち歩かない人が多い替わり、財布の中には、沢山のクレジット・カードが入っている。

各デパート用、ガソリンスタンド用も含め現金の代用をするので紛失したら、大変である。このため、全てのカード、つまり、ソーシャル・インシュランスから、図書館利用券、州ごとの医療保険証と、車の免許証に至るまで、一枚の紙に並べて、コピーをしておくことを提案する。こうしておく、関係機関にすみやかに更新の手続きが出来る。

勿論、紛失に気付いたら直ちに、自分の銀行に通報して、クレジットカードの使用を中止してもらったり、デパートやガソリンスタンドにも知らせるべきだが、この仕事を一手に代行しているサービス業者もある。

中でもシアーズ・デパートの扱っている、CREDIT CARD SENTINELが一番安い。年間9ドル支払い、カード類の番号を登録しておく、コンピューターに記録され、紛失通報と同時に、他人にカードを悪用されぬ用、各方面に通達してもらえる。

旅行中の出来事であっても、24時間、相手払いの長距離電話を入れて、通達することができる。

尚、3年間前払いだと3ドルの割引きを受けられる。カードを沢山利用している者にとって、一回の電話で全ての処理を代行してくれるので、便利ではあるが、やはり普段から、貴重品は注意するにこしたことはない。

### 37. デパート

大きな買物（例えば電気製品や家具など）を計画している時には、まず新聞広告で下調べを充分にしておく。年に一回のデパート創立記念セールとか、カナダ全土

の支店が一斉に安売りをする期間もあるので、急に入要でない限り、そのチャンス  
を待てば相当な節約になる。

品物に依っては、デパートよりも、家具、カーペット、電気製品別の専門店の方  
が、取り扱いの説明や、品数の多さなどの点で便利な時もある。

衣料などで、あれこれ迷って、他の店のも探したい時は、品物をホールドにして  
おく。売場の係に申し出て、名前を札に記入してもらい、何時間後に帰ることを約  
しておけば保管しておいてくれる。気に入っていた服などが一寸したタイミングで  
売れてしまうことを防げるので、この方法を利用してみたらどうであろう。

商品券に値するギフトカードは、デパートのカスタマー・サービス部門で発売し  
ており贈り先きの好み解らぬ時など、これが一番喜ばれる。その他、店に依って  
は、ギフトのラッピングサービスとして、包装紙やリボンを用意し、手数料は取る  
が、綺麗に装飾してくれる。品物の配達日は留守に出来ないのせめて午前中か午  
後の予約を決めておき、荷ほどきした場合は破損がないかを、すぐ確認しておく。

### 38. メモを利用

新しい国で、数々の習慣の違いを経験することが多い。トイレの扉は使用中以外  
は開けておくように、子供にも躰けておかないと、他家を訪問した際、迷惑をかけ  
る。こんな時の躰のためにカードにヒモを付けて扉の把手にメモを吊しておく。例  
えば「使わない時はあけておく」等——。自宅で日頃から習慣づけておく。

又、英語で電話を掛ける時、自分の名を先きに伝えてから用件に入ったり、要領  
良く会話を進める為、あらかじめ個条書きに質問することを並べて記載しておく  
とスムーズに話ができる。

テレビセットやラジオの脇にもメモ用具一式を常備しておく、思わぬ情報を書  
き留めておける。

冷蔵庫の扉にマグネットでメモを押えておき、家族が必要品を記入しておく  
と次回の買物の際、忘れずに揃えておける。

外出メモも便利で、道順の無駄を防ぐ為、まづガソリンスタンドで給油、銀行に  
寄り、隣の図書館に返本、郵便局では新発行の記念切手を買、一番最後に写真  
の焼き増しを受け取る等と、番号順に書き並べておく。

このメモは、ハンドバックの中袋にクリップで留めておいたり、車内のゴミボッ  
クスの縁に大型クリップで留めておく。

夜間や雨の日に、車のライトを消し忘れない為にも、メモを作り、ハンドバック  
やら、書類カバンの上に置いておくと救われる。



これ等のメモに一番適している用紙は、文房具売場にある、Oxford Index cards で横が12.7センチ、縦7.6センチサイズのもので便利だ。表は線入り、裏は無地で、各色あるので、用途別に分けて使うこともできる。

例えばピンクなら自分用のメモで、美容院予約、アイロンかけ、ゴミ搬出日、等と書いて毎回、必要な時、台所の目に付く場所に置くし、緑色は家庭一般用で、門灯消す。芝生の水やりといった具合に分けておくと便利である。

### 39. 買物の税金

各州に依って違っているがB・C州では14歳以下の子供達の衣類、靴、文房具等の購入には税金がかからない。このことを知らない親が多いようだが、売り場の係が親切で、明らかに子供用品と解る場合、「TAX?」と聞いてくれるので、「NO」と答えればよい。

キャッシャーには、用紙があり、子供の名前と年齢、住所と親のサインを記入して、確かに14歳以下であることを証明する。

通常、支払いの時、「これは子供用なので無税にして下さい」と告げる。

文房具は、9月の新学期前に全て揃えるが、例えば、タイプ用紙(中学生用)とかルーズリーフ、鉛筆や絵の具の補充が必要な場合、堂々と「学校用です」と係に告げておく。

こまかいことのようにだが、こうした生活の智恵は、自分で経験して習得してゆくか、先輩のアドバイスを受けて、蓄積してゆくものである。

### 40. クーポン券

郵便や、ちらし広告と共に、クーポン券ばかり、どっさり入った封筒が配られる。そのまま捨ててしまう人もいようだが、自宅で必らず、使用する洗剤とか、食品等の場合、こまめに保存しておき、日常の買物で利用すると、あるご婦人などは200ドル近くも節約したそうである。たかが25セントや50セントの割引券と、無視できない話である。

質素に暮している老年の方は、財布に一杯のクーポン券を持ち歩るき、まるで宝探しのように、食品売場の棚から、目的の品物を見付け出しては、喜々としている。案外、頭の老化を防ぐ為にも、こまかい点に気配りする習慣がついて効果的かもしれない。面倒臭がり屋には向かない利用法であるが、期限とか、品種、サイズ制限の文字にマークを付けておくと使用の際、役に立つ。ペットフードとかベビー用品等、不要だったら友人に廻して、自分の欲しいものと交換したらよい。

## <地 域>

### 41. 成人学校

社会人のための教養を主体とした夜間のクラスが各地で開かれる。公園・リクリエーション委員会の企画するプログラムの中から、自分の好きな課目を選べる。とは云っても固苦しい内容は、ほとんど皆無で、各国料理クラスや、スポーツ、裁縫、クラフト、トランプ等である。週に一回が普通で、費用は20ドル前後だが、材料費は別払いになっている。

ダンスや楽器も個人的に習うより、グループレッスンの方が、友人も増えるし、競争意識から実力もあがるようだ。大体、夜、7時頃からスタートして2時間クラスが多く、地域の中学校の教室やコミュニティ・センターが開放されている。季節ごとにプログラムが各家庭に配られるので申込日に注意しておく。

日曜大工やカメラ講座、救命法やヨガ、水彩画とか陶器作りの教室まであり、生活を豊かにすることができる。身近かな場所で費用も安く参加できるので利用者の数は多い。

### 42. 公共施設

税金を沢山払っているから、と云う訳ではないが、地域の施設を積極的に利用したい。

学校にプールが無い替わり、公園のプールが一般公開されていて、誰れでも無料で利用できるが、夏の期間だけである。

コミュニティセンターには宅内プール及びアイス・スケート場の両方が備っていることもあり、これらは有料であるが、レッスンも受けられる。特に子供用のクラスで放課後はどこも満員になるので、申込みを早目にしておくとうい。

大きな公園で野球、サッカー等のチームが競技をしたい時は、予約が必要の他、団体でピクニックや野外バーベキューパーティを催す際も、公園の管理課に申し込む必要がある。

アートセンターの存在も忘れてはならないが、ここでは、美術、彫刻等の展示の他、アートクラス、劇場の設備もあり、また、一日講習会の企画もあるので、プログラムカレンダーを受付で申し込んでおくと、毎月、輸送してくれる。アートに興味のある人は、各地のアートセンターから情報を集めておき、展覧会や公演会のチャンスを見逃がさないように。

#### 43. 子供のグループ

学校からの通知で、ボーイスカウトやガールスカウトの募集を知る。正確に云えば、低学年用のビーバーとブラウニーである。これはリーダー次第で、楽しくもなり、また、退屈にもなるといった感じである。何故なら、参加している子供の親が2、3名リーダーとして奉仕するので、その人達が、どれだけ時間を費して準備し研究して、子供達を指導するかで、内容と質が決まるからである。サバイバルの方法や、自然と親しみ動物を愛し、手造りの工作を習って、なかなか、学校や家庭では触れない部分にまで、興味と経験を、ひろげることが出来る。

ユニフォームや帽子は、先輩から譲り受けることもできるし、少し上のクラスに行くとか丸太小屋でのキャンプ参加もあり、全て納得のゆく経費で済むので、本人さえ、その気があるなら、申し込んでみると良い。

全てに云えることではあるが、子供が何かスタートする時、事前に、そのグループ活動を見学させてもらったり、親しい友人と共に参加したりすると、案外、永續きするようだ。

学校以外のクラブに参加すると、社交性も身に付き、皆で協力することの尊さも学べるようだ。特に、スポーツのクラブに入れると、根気強くなる。水泳、野球、サッカーと、何でもよいが、地域のチームに入れてみよう。週に何回かの練習と週末の試合に参加する。

親の立場からすると、毎回、送迎の手間があったりして大変ではあるが、体力造りに役立つし、スポーツマンシップも養えるので、健康管理に留意して、なるべく協力したい。

この他、日系家庭の子弟に、特に関係のあるグループとしては、日本舞踊、琴、柔道、空手などがある。これ等の団体は、各地の移住者協会から発行されている便利帳を調べて連絡する。日頃の練習ぶりを発表したり、各地との交換試合をしたりと盛んである。

その他、数学教室や、日本語学校も増えている。前にも書いたように、子供と共に、是非、見学に出向いてから入学の手続きを取るようにしたい。

近いにこしたことはないが、内容の程度が高過ぎたりしても逆効果なので、その点、教師とも充分、事前に検討してみるとよい。

また、参加させっぱなしにしないで、親として、何等かの型で手伝えるものなら、是非協力を申し出てほしい。備品を買い集めたり、参加料や月謝集めを引き受けたり、催しの際の茶菓の用意をしたりと、無理ない程度でリーダーや教師を助けるよう心掛けたいものである。

その点、この国の人々は、気持良くボランティアの精神を発揮している。自分に可能なことを、はっきり表明し、責任持って実行する態度には、いつでも感心してしまう。見習うべき国民性であろう。

## < 子 供 >

### 44. ベビーシッター

日本人家庭では、子供をベビーシッターに預けて夫婦だけで外出することに、余り慣れていないようだ。然し、ここはカナダという国であり、社交は夫婦単位が多い、たまには演奏会やディナーに出掛けて楽しむのもよい。

まず、隣近所に、しっかりしたベビーシッター候補がいないか探してみる。若い女の子ばかりとは限らず、子供好きな少年とか、孫のいるようなお婆さんでもよい。

頼みたい日の予約をして、少し早目に来てもらう。料金も決めておき、食事時なら、こちらでも夕食を子供と共に食べてほしいので、用意しておく旨、伝えておく。

12歳以上で、経験積みだと、要領を説明しなくても、すぐ役に立つが、もし新米で、我家が初めてであれば、トイレや電話の場所を教え、何時にミルクを与えて、ベッドに寝かせる前には、この絵本を読んでやってほしいとか、メモに書いて渡しておく。

子供側にしてみても、初めて逢う人と留守番をするのだから、緊張したり興奮したりで寝付きが悪くなるだろうから、当日は、いつもより運動させておき、早目に入浴も済ませ出来たらパジャマも着せておく位の用意が必要だ。まだ学生なら、宿題を持参してもかまわないと伝え、寝かしつけてから、このテーブルで勉強してよいとか、夕食をお盆にのせておき（クッキーやフルーツ）飲み物は冷蔵庫にジュースを入れておくなりする。

一番大切なことは、緊急の電話メモを書き（特にファミリー・ドクター）外出先きの場所、電話番号、会やパーティの名称、呼び出してほしい自分達の名前などを添えて、受話器の脇に置いておく。ついでに両隣りの家の電話番号も記入しておくといよい。勿論、一言外出する旨、近所に声を掛けておけば、いざという時に安心である。

帰宅予定時間も告げて、また遅くなる場合は、テレビを観たければ、使用法を教え、番組案内を与えたり、ソファーに毛布を用意して、横になってもよいとか伝えておく。

外出の途中で一度、自宅に電話を入れて、わからない事が起きていないか確認することも必要であろう。

お礼は、帰宅したら、すぐ手渡せるようになるべく新札で、封筒と共に用意しておきたい。台所の食器の片付けまでしてあったり、だいぶ世話が焼けた様子や、深夜の帰宅になってしまったら、その分、チップをはづみ、「よくやってくれて助かった。又、是非、頼みます」と励ましておく。お菓子とか、一寸した小さいプレゼントを帰り際にあげると、喜ばれる。遠方から来ていたら必ず自宅まで送ってあげることは云うまでもない。

先方の家庭でも、無事務めたか案じていただろうから、翌日にでも、お礼の電話を入れておく位の気配りをしたい。自分の子供が、12歳以上になったら弟妹の面倒をみさせてよいので、小遣を与え堂々と外出する習慣をつけてはどうだろう。

#### 45. 子供のパーティ

自宅で誕生日のパーティをひらく時、子供自身に手製の招待状を作らせてみるのもよい。

色付きの丈夫な紙を折って、クレヨンで絵を描き込んでもよいし、カード風に仕立てて日時、場所、出欠の返事をほしい旨記入しておく。



小学校のお誕生会

ギフトを頂いたら、その包装紙でカブトの折り方を教えてあげ、正面に一人ずつ名前を書けば、帰りに残りのお菓子やおモチャのおみやげを入れる袋に早替わりと

いう仕組みだ。

オモチャなら、日本的なコマ、竹とんぼ、紙風船、女の子には紙人形のしおり、ハンカチーフ、珍しい消しゴム等を用意すると、とても喜ばれる。

仕事を持っている母親や部屋がせまい家庭なら、いっそのこと、外に出てみよう。

アイスクリーム・パーラーとかピッツァ・ハウスの他、マクドナルドでは、ホステスが一切の世話をやいてくれ、誕生パーティの主役の食事代は無料になる他、カップ、お皿、スプーン、フォーク、ペーパーナフキンも用意してくれ、帰りにはちょっとした、おみやげ袋もくれる。こちらは注文して支払うだけ。

その上、帽子も風船も含まれており、持参のバースディケーキをキャンドルと共に、預けておくと、冷やしておいて、パーティの終わりに歌を唄いながら、切りわけてくれる。

但し、ホステスの勤務時間が店に依り異なるので、早目に予約する必要がある。年令の大きい子供になると、極く親しい友達だけで映画を観に行ったり、ローラースケートやアイススケートをして思い切り遊ぶほうが面白いようなので本人に企画させる。

この年一回の大騒ぎも、だいたい12歳ぐらいまでで卒業のようだが、寝袋を持参で、ワイワイ遅くまで、おしゃべりして泊り込む、パジャマ・パーティもあり、引き受けた親は大変だが、本人達に取っては、何よりも愉快的な思い出として残っているようだ。

## < 教 育 >

### 46. 学校の手伝い

幼稚園や小学校に入学すると、お知らせの紙を、持ち帰るので、注意深く目を通す。

催し物や、冬・春の休み等、だいたい先きのスケジュール迄、書いてある。その場で、自宅のカレンダーにメモを記入してしまうと、予定を立てる際に助かる。このお知らせには父兄の協力を求める項目が必らずと云ってよい位入っている。

例えば遠足の付き添い、クリスマス・コンサート（音楽発表会）のコーヒーのサービス係、スポーツ・デイ（運動会）の記録や進行及び売店の係と、さまざまである。

確かに先生方だけでは、手の廻らない仕事も多いので、もし時間的な余裕が有

ったら喜んで引き受けてみよう。

子供の学校の内部や、先生方を理解するのに、良いチャンスである。

特に日本の文化・習慣を授業に取り入れたりする時、筆者の場合何度か、いけ花や折り紙のデモンストレーションを頼まれ、材料を取り揃えて、半日がかりで、低学年の生徒相手に、日本のことを紹介したこともある。

カナダは、移住者の国で、各人種が共に生活している国なので、他国の風俗も理解するよう教育されている。せめて我が子が世話になっている学校や地域で、こうした企画があったなら、積極的に参加協力すべきであろう。

日本の食器（箸やお腕が特に珍しい）とか民芸玩具（凧、剣玉、コマ）着物を持参して目の前で使い方を説明したり、スナック・タイム用に、小さい煎餅を配って試食させたりすると日本に興味を持つ子供が多くなる。

#### 47. 病欠や早退届の書き方

子供が幼ない頃は、どうしても風邪を引き易いし、お腹が痛い、熱がある等と体調をくづしての休校となることが多い。

学齢期に達し、免疫が出来るると抵抗力も付いて、丈夫になるが、それ迄の間、何度も、学校に届を提出することとなる。

英文の具体的な例文を、参考までに書くと

Mr. Perry (先生の名)

Kevin (子供の名) has a cold. Will you please keep him inside for recess and Lunch time (a couple of days)

Thank you

Dec. 18. 84 (親のサイン)

これは風邪気味の為に、運動場に出さず、教室内に残らせてほしい旨の通知であるが、体育の時間だけ、脚を痛めたので見学させてほしい場合は、次のように書けばよい。

以下、宛名、月日、サインは省略する。

Lisa can't attend P.E period because she hurt her knee.

歯科やファミリードクターの予約が、どうしても授業中と重なってしまう場合の例文は

Would you please excuse Tom at 10:00 am for a dentist appointment.

以上は、本人がカードを直接、担任の先生に渡せる場合であったが、病気で欠席

しなくてはならない時は、授業開始前に、学校のオフィスに電話をかけて休校を伝える。

"This is Mrs. Tanaka my daughter Satoko won't be in school today because she's sick. she's in Div. 8

最後に必ずクラス番号を伝えておく。

#### 48. 学校の行事

オープンハウスといって、新学期がスタートして間もなく、父兄の授業参観日の通知がくる。生徒の勉強ぶりが教室いっぱい飾られ、先生とも親しく話すチャンスがある。

普通は夕食後なので、父親も子供と共に、出掛けて、あれこれ説明を受けられる。

クリスマス・コンサートは、ちょっぴりお酒落をして、学年ごとに講堂の舞台上立ちクリスマス・キャロルや、ジャズ風の歌まで披露し、会場の父兄や先生方も一緒に合唱するなど、なごやかな催しである。

その他では、父兄の参加はないが、ハローウインの仮装行列コンテスト、バレンタインのカード交換、イースターの卵デコレーション等と、生徒達にとっては、楽しい行事があり、各家庭から手造りのクッキーやマフィンの寄附が集まり大騒ぎである。

プロフェッショナル・ディというのも、年に三、四回あるが、これは、先生方の研修会とでもいうのか、一日中、講師を囲んで新しい指導法等の講習を受ける為に、休校になる。

又、ホット・ランチといって、設備資金を調達する為の昼食サービスで、ホット・ドッグ、ハンバーガー、ドーナツ、ミルクやジュースの注文書が配られ、現金を添えて申し込んでおくと、当日の昼食に教室で皆と同じものが食べられる。この企画にも父兄の奉仕が必要で、月に一回位の割で行なわれる。

クラス全体の記念写真の他にクリスマス用の個人別写真も、学校で扱っている。

大小のサイズを組セットで注文を取り、一番小さい名刺サイズは、両親が財布の中に入れたり、親友と交換するのに使うようだ。

12月になると、貧しい人々の為にと、缶入りのスープ、クッキー、キャンディー等の寄附を呼びかけられ、学校の玄関入口に、真新しい品物が山積みされ、クリスマス・プレゼントとして施設や個人の家庭に配られる。



#### 49. 送 迎

乳幼児のいるうちは、幼稚園児や、小学校低学年児の送り迎えが大変である。

一刻も早く、隣り近所の同年令の子供の親と連絡を取り、せめて、交代にしてみるのも方法である。つまり、早朝は赤ん坊の世話で忙しいし、陽も当たっていないので、外出には不向きだから、午後の迎えを、自分は引き受けたいと申し出るとか。一カ月ずつ順番にしてもよいし、相手の都合も聞いて、片道ずつ分担すれば、お互いに大いに助かる。

これは登校、下校に限らず、放課後のスポーツクラブの練習とか、ボーイスカウト等の集まり、又は、夜間の日本語学校通学にも共通して考えてみたらよい。

歯医者や美容院に行く時も、日頃から先方の為に、協力しておくこと、短かい間のベビーシッターも頼みやすくなる。何と云っても、身内のいない異国での暮らしには良い隣人や友人の助けがあると本当に心強いものだ。

#### 50. 事故を防ぐ

幼児には、台所のオーブンに、手を触れさせて使用中は熱くて危険であることを教えておく。

四個ある電熱コイルの手前は、なるべく使用しないよう心掛け、火傷事故を防ごう。

日本の風呂と違ってバスタブは浅いので、つい油断しがちだが、湯が十センチ入っているだけでも、幼い子供が頭から落ちたり、滑ったりしたら危険である。

ソケットに接続したままのヘアードライヤー及び、電気カミソリ等が、バスタブの中に落下して、感電死した例もあるので、この点も注意しておくこと、ソケットの中にヘアピンを差したりするのを防ぐ為、使用していない場合は、電気用品売場でストッパーを買って、はめ込んでおけばよい。

少し大きくなり友達の家遊びに行く時は必ず、その家の住所と電話番号を確かめておいてから許可し、帰宅時間を知らすよう相手の母親に頼んでおく。

尚、誘拐から防ぐ為に、Tシャツ等の胸や背中に、子供の名前を染めるのを、やめた方がよい。何故なら、見知らぬ人から、本人の名を呼びかけられたら、つい、親しみを持って、付いて行ったりしてしまうからだ。

世の中の人間を、全て疑がうように教えこむのは良くないが、公園の林などで遊んでいて、鍵を落としたけれど、一緒に探してほしい等と頼み、いたづらするケースもあるので、とにかく多勢と遊ばせたり、人目に付き易い場所に行くようアドバイスしておくこと。

約束通り、きちんと夕食前に帰って来たりスナックに何を頂いたか報告するグセを、日頃からつけておきたいし、守れたら褒めてあげよう。但し、ことわりなしに、下校の帰途そのまま友達宅で遊ぶ時は、必ず、電話を借りて、自宅に連絡を取るように教えるか、なるべく出直すように躰けておく方がよい。

## 51. ランチとスナック

朝食を、しっかり食べて行けば、スナックは極く軽い物がかまわない。例えばバナナを半分とか、オレンジ（皮をむいておく）、リンゴ等の果物だけにしておく。寝坊をして、いつも朝食抜きになってしまうなら、クラッカーに固型の蜂蜜をサンドイッチ風にした物とか、ブルーベリー入りのマフィン等を用意すると空腹を防げるだろう。

ランチは、余り、クラスの友達と違いすぎる内容だと気にする子供もいるので、ジュースの箱入りストロー付き小箱と、ツナサンド・エッグサンド・แฮมやチーズといった具合に、日替わりにしてみると良い。

人参とセロリをスティック状に食べ易く切って持たせると、案外喜ぶ。ぶどうや、プラム、チェリー等は、持ち運ぶ途中で、つぶれやすいので容器に入れるか、ビニール小袋の外側をペーパーナフキンで包むとよい。

## <時 間>

### 52. 夏時間と冬時間

カナダに住んで最初の秋を迎えた時、親切な先輩から電話をもらった。

「忘れない内に教えておくけれど、10月の最終日曜日の午前2時に、お宅の時計を、必ず1時間戻しておくこと」と云う内容であった。成程、夏の間、夜は9時頃まで外が明るくて、公園や湖畔でピクニックを楽しむ人々が多かったのは、 daylight・セービング・タイムを使用していたからなのだ。

早速、家のカレンダーに記入し、1日前の土曜日の夜、寝る前に家中の時計を全て直しておくこと。腕時計や車内の時計も忘れぬようにする。ちょうどハロウィンの頃なので、急に外が暗く感じてしまう。

ラジオやテレビのニュースでも、時間の変更は報じる。

さて春がめぐり来て、草花が色づいてくると、イースターを迎える。そして4月の最終日曜日の午前2時に、時計を1時間先きに進めて、夏時間となる。

こうして、庭仕事をするにも、いつ迄も外で時間を有効に使えるし、夏休みのキャンプ旅行でも、ゆっくり山歩るきをしたり、泳いだりと変化ある一日をエンジョイできる。

## <家の手入れ>

### 53. フィルター交換

暖房を使い始める前に、温風ヒーター（ファーアス）のフィルターをチェックして、汚れが付いていたら、新しいのと替えておく。

サイズを間違えぬように買って来て、古いのは、紙袋に包んで捨てる。その他、ファンベルトにも、器具指定の油を差しておく。

但し、油を必要としない器具もある。尚、台所の換気扇も、中華料理や油気の多いメニューが続いた時は、はづして洗剤で洗う。

水道のパッキングが効かなくなって、ポタポタと水の音の止まらぬ時は、元栓を締めてから、リングを取り出し、プランニング用品の売り場に見本を持って行って同じサイズのを買ってくる。

バスタブの周囲のパッキングも、チューブ入りや、ガンスタイルの使い易いパーティも出廻っているのだから、素人でも修理できる。

ドアの隙間を防ぐには、スポンジテープ（1センチ幅位）の裏面に、糊が加工してあり、必要な長さだけ引っぱり出して張りつけられる便利なテープがあるので試めしてみたらどうだろう。

カーペットにキャンドルのワックスを落してしまった場合は、ペーパーナフキンを届てアイロンを掛けて溶かせば大抵は除れる。

台所や洗面所の水廻りは、使い古した歯ブラシと洗剤で、こまかい部分まで汚れ落としができて重宝である。

### 54. 外廻りの注意

夏も終わり、涼しくなってきたら、窓ガラスの網戸をはづし、掃除器をかけて大型のゴミ袋の中に入れて片づけておけば、永持ちする。

寒くならない内に、屋根の苔を取り除く作業をしておこう。家の古さや、その年の雨量に依って異なるが、毎年点検しておく。

ついでに雨樋の枯葉掃除もしてしまう。案外、泥や木の実等もつまっており、

重くなって雨水の流れを邪魔していることがある。

ビニール袋と木しゃもじで取り除けば、雨樋を傷付けることもない。

家の周囲の塀も、柱の補強など充分かどうかチェックしておく。

水道管のホースは、はづして水を切っておき、庭用の元栓は凍結を防ぐ為、冬の間は閉めておく方がよい。

庭の植木の枝ぶりを整え、大きな樹は切り落した分を暖房用の薪として乾燥させる。

姿の良い植木は、雪が積もる前に、ロープで固定させたり、添え木を当てて保護する。

枝折れを防ぐ為に、雪落としも必要だ。こうしてみると、一軒の家を持ち維持してゆくのは、なかなか手入れが大変であることが解かる。アパートなら、その点、大変に楽である。

但し、こうした日頃の管理を忘れると、結局、大きな修理や、家を売る際の不利な条件を招く結果となるから日頃からの手入れが大切である。

#### 55. 庭園の手入れ用具

芝刈り機は、電気用だと、スタートが簡単で、軽く移動出来る利点があるが、雨の後の作業には向かないし、あのコードを引っ張りながらの仕事は非能率的である。ガソリン使用なら、パワーも有るし、フィルターを替えたり、また冬の間はオイルを抜き刃を研ぐ習慣をつけさえすれば、経済的である。

一回使用すること、裏側の芝生や土の汚れを落としておくことも大切である。

梯子のように、たまに使用する大きな道具は、レンタル業者から、必要な時だけ借りる手もある。何故なら、置き場所にも困るし、年に何回かであるものは、無駄なような気がする。但し、樹木が茂っている庭の持ち主や家屋が木造で外廻りのペンキ作業に必要なら勿論、自分で持っていた方が得であろう。

尚、果物の樹がある家では、防虫の為の消毒用具が必要な場合も出てくるが、これこそレンタルで用が足りそうだ。

庭のテラスを作ったりするためのコンクリートミキサー（小型）や、春先きの芝生の苔おこしの為の器具等も、調べてみて、安上りだったら借りた方が有利かもしれない。

#### 56. ペンキ塗り

窓を大きく開け、乾燥を早め、臭気を防ぐためには、やはり春から夏にかけてが

室内作業には向いているようだ。家の外廻りは温度がむづかしく、暑過ぎてもいけないので（時間をかけて徐々に乾かすとヒビ割れを防げる）真夏はやめた方がよさそう。かと云って冷え過ぎると、水露が流れて線が付いてしまうこともあるので時期を見てタイミングを失わぬよう注意したい。

始める前の下準備に手抜きがあると、結局塗り出してから、あれが無い、これも買い忘れていたという具合になる。

シーツやボロ布を床に敷き、部屋のコーナーや窓の縁に、マスキングテープを張る。

急に電話が掛ったりする時のために、軍手をはじめから使用して素手を、いつでも綺麗にしておけば、ドアをあけたりする時に、汚れを付けなくて済む。ベンジンは、いつでも使えるように、必ず用意しておく。

案外、熱中していると時間がたつのが早いので、あらかじめ、魔法瓶に熱湯を用意し、紙コップとスナックで休けいできるように考えておく。ランチは、お弁当を作っておいたり、サンドイッチとスープを温めるだけにしておきたい。

ペンキもブラシも上等な品質が、結局永持ちするし仕上げも平均して良い様である。

缶のふたはハンマーで打ち乾燥を防いで、ブラッシも良く洗い、クッキングオイルでくるみ、更にビニール袋で保護しておくことと次回の使用が楽である。

## < 接 待 >

### 57. バーベキューパーティー

暑い夏の間は、台所で料理するより庭に出たり、テラスを利用する方が涼しい。親しい友人を招き、子供も参加できるのも広々とした場所ならではの利点であろう。

木蔭に、アイスボックスを置いてビールやジュースのセルフサービス・フルーツポンチも売れゆきが良い。椅子や折りたたみ式の小型テーブルは、各自持参にしてもらってもいいし、軽い運動になるバドミントンや、綱飛び、ダート等のゲームも用意する。

炭火は燃える迄に、思わぬ時間が必要なので早目に準備し、トウモロコシとかベークドポテトをあらかじめ準備しておく。

串焼きの他、魚の照り焼き、子供用には、ソーセージやマッシュマロ、ポップコーン

も好評である。紙コップ、皿、ナフキンが風で飛ばぬよう、バスケットの中に入れておく。

御婦人方にはエプロン、赤ちゃんにはおしぼりを用意しておきたい。



初冬のジョギング

大きなゴミ箱、横になりたい人の為にゴザや毛布、クレラップやカメラも外に出しておけば出入りを省ける。氷はミルク箱で作っておき、1本ずつ割ってゆけばオンザロック用に充分、間に合うだろう。

#### 58. ポット・ラック・パーティ (持ち寄りパーティ)

各国料理の並んだ英語クラスのパーティはいかにも多様文化国家カナダならではの。

持ち寄りの一品ずつでバラエティに豊んだメニューとなる。

その催しをオーガナイズする人の腕にもよるが、あらかじめ、主食、副食、サラダ、デザート、飲み物等に分けて、係を決めておくと、片寄らずにすむ。肉や魚は食べ易いように切っておいたり、取り盛りする為の大型のスプーンやフォークを必ず添えて、容器や食器にも、自分の名前を記入しておくこと。

特に珍しい料理の場合、カードに材料や作り方を明記しておくと思われる。

日本料理の場合、赤飯、混ぜ御飯、焼きそば、春雨入りの酢物、鮭や鳥の照り焼き、おまんじゅう、カステラ、フルーツ寒天などは初めて試食する他国の人々にも好評のようである。余り凝った料理よりも、一人でも多くのゲストに歓迎されるよ

う心掛けたい。

## 59. 接客メモ

年末、年始は、学校も仕事も休みになるので、ゆっくり招いたり招かれたりする機会が多いようだ。その時の招待心得を紹介しよう。

まず、あらかじめ日時が決ったら、略図を書いて、初めて訪ねて来る先方に渡すことにする。特に遠方からの来客は、夜になると、住所が解かりにくいので、玄関の燈を早目に入れ、日本文字で名前を大書きしてドアに張っておくと、探し易いかもしれない。

冬なら履物をヒーターの近くに置き、雨や雪の為に、大き目のタオルを用意する。重箱風の容器に、おつまみ用として人参、ピーマン、赤かぶ、セロリ、きゅうり、ブロッコリィ、カリフラワーを棒切りに食べ易く並べ、中央の小鉢に、味噌のたれを添えて、和風ディップを作っておくと、口当りがさっぱりして、好評である。味醂、洋がらし、ゴマ、マヨネーズを加えればよい。

子供連れの時は、あらかじめ年齢に見合った絵本、人形、あぶなくない玩具を毛布の上に出しておく。おしぼり、プラスチックの食器等を、お盆の上に揃えておけば万一、こぼしても大丈夫である。

減食中の人や糖尿病、アレルギー体質の人はいないか、前もって聞いておき、お酒やコーヒーの好みも、必ずメモして、次回の為に役立てよう。

## 60. カナダ人を招く

客を、もてなす回数がへるとどうしても主婦の料理の腕は落ちる。とは「食卓の情景」の中で池波正太郎氏書いているが、確かに材料の吟味、献立の豊かさ、招待の心得には経験が役立つ。逆に招かれれば、相手側の独創的な料理や、気の効いた接客法に大いに刺激され、早速、次の機会に、それらを応用できるという訳だ。

この国は退社後、営業のための男だけの付き合いが無い替りに、夫婦単位の家庭での交際が社会人として非常に重要視されているので、積極的に、広範囲の交際をすべきである。

カナダ人を自宅に招待する際は、食物図鑑とか、イラスト、写真入りの料理の本を用意しておき、和食に使う海草（例えばノリ、ワカメ）や、イカ、タコ、野菜（白菜、大根、竹の子、椎茸）の英語名を正しく説明出来るように準備しておく。こうすれば初めて訪ねて来た人々も、一寸した話題から親しみが増し、食卓を楽しくすることにもなる。

水入りの水差しとタンブラーは忘れがちだが、食事中に水を常飲する人は、案外多いようだ。大きめのタオル地のナフキンは、上等すぎる純白のものより気軽に使ってもらえて、喜ばれる。濃い緑や、えんじを選んでおくと良い。タオル地なら洗いも簡単だ。

日本酒の熱燗と酒落た徳利、猪口のセットでもてなすと、珍しさも加わって喜ばれる。

肴には海老せんべい、かまぼこやサツマ揚げの薄切りを竹かごに盛って出してみる。

#### 61. 泊り客のもてなし

日本からの来客を自宅に泊める時には、あらかじめ、部屋の戸棚にハンガーを用意し、タンスの一部を空けておくか、脱衣用として洗濯用のバスケットを出しておく。

小物を置くように、ベッドの脇のテーブルには、お盆も必要だ。タオルセットの他、ガウンとか肩かけ、寒がりの為には、もう一枚ベッドの上から掛ける毛布を用意したい。

バスタブの使い方も、念の為、実際にお湯を出して教えておくと、お互に安心できる。

粉石ケンや液体のバブル・バスに、一度入ってみたりと、希望する客もあるので、好みを聞いて使い方を示しておく。

バスタブの周囲は、この洗剤とスポンジを使って掃除しておくよう、始めに、はっきり決めておけば、遠慮なく旅の疲れを落としてもらえる。

時差の関係で夜半に目覚めてしまうこともあるので、そんな時の為に、軽い読み物を部屋に用意しておいたり、変な時間に、お腹が空くので、冷蔵庫の品物を自由に食べてもらうよう教えておく。冬はヒーターで宅内が乾燥するので、水差しとコップのセットも用意しておく。廊下の電燈は一晚中つけておき、トイレのドアは、使用していない時は、必ず開けておくよう話しておく。

季節の花や庭から切った一枚だけでも、来客を歓迎する気持ちをこめて、花びんに差しておきたいものだ。旅行中は、果物が不足がちなので、出盛りの品を大皿に色どりよく並べ好きなときに、沢山食べてもらうよう、ナイフと、お皿も添えておこう。

散歩用のサンダル、シャワー用のキャップそして、絵ハガキや、切手、エアメール用のシール等を、気を効かせて一式、用意しておけば、至れり、つくせりである



う。スーパーマーケットに誘って、食べてみたい物を選んでもらったり、ラジオやTVの局の選び方も番組表を手渡して教えておくとよい。

## 62. 隣り近所

引越してすぐに、隣りのデンマーク人の家庭から、夕食後、招かれたことがある何組かの客が集まっており、自己紹介もして、ワインで乾杯。

近所の暮らし方や、家族構成、学校や、銀行そして病院のことまで一度に、あれこれ情報を集めることが出来た。どれだけ彼等のお蔭で助かったか、計り知れない位である。

フリーザーを買って牛肉を一年分保存することや、ゴミの出し方、新聞の購読方法等も全て教えてもらった。勿論、今度はお茶会に、昼間、御婦人方を招待したことは云うまでもない。この国は、あらゆる人種の集まりだけに、新しく登場した人物に興味を持ったり、又は保守的な人なら、しばらく窓から様子をさぐっていたりと、受け入れ状態も色々である。

また家族構成・年齢・正確な名前、勤務先もオープンにしてメモでも渡しておくと、気持ちよく声を掛けてくれる。

つまり郷に入らば郷に従えなのである。

親しさも増してくると、ホリディで出かけている間、玄関先きに置かれる広告類を、毎日片付けてくれたり、不審な訪問者をチェックしたりと大いに協力してくれる。留守の間は、家と車の鍵も預けておき、室内プラントの水やり、冬なら、エンジンを時には掛けてもらうなど気軽に引き受けてくれるので、帰ったら、真先きに報告し、おみやげとして訪問先きの、スプーンとか、ありあわせのチョコレート等を渡せば、あとはサッパリしたものである。

## < 家 庭 >

### 63. 押し売りや寄附

悪質な物売りはこないようだが、きちんとユニフォームを着用しているか、身分証明書を持参しているか等を確認すべきである。こちらで必要としている物ならいつでも町に出掛けていけば用が足りているのに、勝手な時間に招かざる客が表れる訳だから、興味がなければ、長い説明に入る前に、きっぱりとことわるとよい。

不況の時期には、個別訪問のビジネスが多くなる傾向で、家を売らないかと誘う

不動産業者、新聞をもう一つ取ってほしいとか、今申し込めば、こんなに沢山の得をする等というセールス・マンが来るが、全く、その気がない旨、はっきりと答える。かえって、あれこれ理由を述べると、それなら、この方法はどうかと、詰め寄ってくることもあるので注意したい。

尚、寄附は主旨を聞いて賛成なら、経済の許す限り協力したらいいし、気が進まない時は、残念乍ら、助けてあげられないとはっきりと云う。

#### 64. 停電になった場合

天候が悪くなって特に強風が吹き始めたら一寸、準備しておきたい事がある。つまり、水道が濁るかもしれないので、やかんとバケツの吸み置き、洗濯、入浴を早く済ませて、食事の準備に取りかかる。懐中電灯のバッテリーを確認し、キャンドルとマッチも一個所に出しておく。万一、停電になっても長時間、不便をすることは、余りないようだが、一応、冷蔵庫の使用を控え、冬なら、室温がさがるのでキャンプ用品のヒーターを出して使用する。勿論、料理用のコンロも、こんな時に役立つので、真暗にならない内に出しておく。

自家発電で営業しているファーストフードのレストランは混雑するので、買い置きの缶詰やクラッカーで空腹をおさえておく。

子供には、下校時に枝や樹が倒れていたり、電線が道路にさがっていたら決して触れぬよう、日頃から教えておく。

#### 65. レストランにて

外で食事をする時は、あらかじめ日時、人数を予約しておき、窓側の眺めの良いテーブルとか、店の奥の静かな処とかを指定し、電話を受けた係の名前を、忘れずに聞いて、前の日に確認しておけば安心である。

カナダでレストランを経営したり、コックやウェイトレスの仕事をする人の為にも、注意してほしい事がある。

気持よく料理を食べる上で大切なのは、サービスだが、食器をテーブルに置く時、手や指先きが清潔で、スープのふちに指が触れぬよう、また、子供には使いやすい小型スプーンやフォークを、黙っていても持って来てくれる等の気配りが大切である。

新鮮な花が、水々しく活けてあったり、植木や人形、ランプ、障子に、ホコリが溜ってなくて、窓ガラスも輝いていれば申し分ない。

ユニフォームやエプロンが汚れていたり、茶わんが傷付いていたり、調味料入れ

の中身が、たっぷり入っていないと気落ちする。

以前、あるレストランで、どんぶり物を注文した時、器が八カ所も欠けていて、あきれたことがある。漬け物小皿ひとつにしても、片付け、洗いの時、大切に扱うことが大事である。

メニューを開けると、ベタベタと値上げの紙が張ってあったり、書き直してあったりでは興醒めである。

友人を招待したり、家族の記念日に久しぶりに出掛けようとするれば、心から食事を楽しめる店で、ゆっくりしたいので、きめの細かいサービスと、清潔で雰囲気良く、勿論、味が一番の処なら申し分ない。

## 66. 冬の節約

永い冬を、いかに経済的な暖房で過ごすかに依って、光熱費の出費が違ってくる。カナダ人のベビーシッターを頼んだ時のことであるが、ヒーターのダイヤルを、ぐんと上げて、汗の出る位な室温にしてしまい、本人は真冬なのにTシャツで涼しい顔をしていたことがあり、あきれてしまった。乾燥するのでソフト・ドリンクを必要以上に飲むことになるし、これでは肥満型の体質になってしまうのも当然である。

やはり冬は、それなりにセーター類を重ねて着用し、足許には厚地のソックスとスリッパという具合に防寒に心掛け、やたらに室温を上げない方が健康にも良いようだ。寝る前には、ヒーターを止め、起床と共に、ダイヤルを調整したり、速くに出掛ける際は、一度止めて行くよう習慣づけておくとよいと思う。

また、日本式の電気ごたつを、居間やファミリィ・ルームに置いて、テレビを観たり、ゲームをしたり、読書に手芸にと、なごやかに過している家庭も多いようだ。

暖炉に灯油のコンロを置いて居間に家族が集まる時に使用すれば、その間、ヒーターは、ほとんど作用しない。

煙突用のフタを忘れずに開け閉めして、空気の流通に気を配れば、全く灯油臭さを感じず、部屋が温まる。

勿論、来客の折など庭木を乾燥させておいて、暖炉に薪を燃やして歓迎したら、一段とパーティが効果的なものになるであろう。

その他、二重窓や扉の防風よけ等を設け、建物自体の防寒も考慮してみたい。寝室の真下が、ガレージだと低冷えするので、厚地のカーベットの下にスポンジを敷くようにする。さえぎっている庭の枝おろしも忘れずにしておくこと。

また、今日は朝から冷え込んでいると感じたら、煮豆料理、オープン使用のクッ

キーやケーキづくりに取りかかり、夕食も、鍋料理を準備すると云った具合に、臨機応変に台所から室温をあげてゆくことである。

尚、テレビを観る時は、毛布や、ビーチタオルを膝掛けにしたり、バスルームのカーテンを厚地のタオルにするのも防寒に役立つ。

## < スキー >

### 67. 準備が大切

朝起きて、山の頂上が輝いていたなら、スキーヤーでなくても、ドライブがてら、雪見に行きたくなるが、その前にラジオのスキー情報を聞いておこう。

グレーターバンクーバー地区を例に取るとAMラジオのCKNW（ダイアル98）、CFVN（ダイアル1410）、CHQM（ダイアル1320）で、ニュースのあとや、スポットで放送しているが、注意深く聞いていないと、ほんの二、三分で終わってしまう。

道路コンディション、山の天候状態、雪質と積雪量、新雪の有無、夜間スキーの有無、スキー場のリフト・オープンの時間等を紹介しているので、どこが良い状態なのか出発前に目的地を決められる。

カナダで初めてスキーをするなら、最初はスキー場で道具を借りて試めしてみるのも一つの方法である。

特に子供の場合は、セットを一式揃えても成長がはやいし、10月下旬まで待っていれば、新聞広告が出て、PNEで名物のスキー・スワップが催され、道具、服装まで中古品が安く手に入るのだから、本当にスキーが楽しめると解ってから、一式を揃えたら如何であろう。

子供は、雪が大好きなので、天気の良い週末に、近くの山で「ソリ遊び」をやらせる。

本格的な道具はなくても、プラスチックのゴミ袋の中に、クッションを入れたり、タイヤのチューブを利用したり、デパートの玩具売場にあるジャンボ下敷型や、丸いお盆型の櫓を、おしりに当てて、斜面を滑って遊ぶ。

特にマウント・シーモアは、街から近いし駐車場の近くが楢専用の場所になっているので、一番、手軽に出掛けられるようだ。

さて、スキー場に着いたら、まづ案内図を探し、万一、離ればなれになっても、切符売場に集合することを家族や仲間と決めておく。

自分は大丈夫でも、見知らぬ人に倒されたりした場合は、すぐにポールを交差して、雪の中に差し込み、スキーバトロールの目に付くよう、帽子を振って合図する。腰に赤十字の小箱を付けた頼もしい救助員が到着し、怪我の具合に依っては、無線で雪上車を担架の手配を、手早く詰所に連絡してくれる。

#### 68. スキー場での注意

スノータイヤは勿論、場合に依ってはチェーンも点検されるので、出掛ける前に準備に充分、時間をかけること。帰る時までには雪が積もってタイヤの空まわりが始まることもあるので小型シャベルを持っていくとよい。

さて、クロスカントリースキーは、日本では余り盛んではないが、道具や服装に余り経費がかからない上、リフト代不要でありカナダでは、多くの人々が楽しんでいる。

最近では、コース代を取る処もあるようだが子供や老人、出産を、間近かに控えたと見受けるママさんスキーヤーまで、滑っているのでは、短距離コースなら初心者にもむいている。

ダウンヒルでのリフトは、ベアーで乗り込むが、混んでいる時は、「シングル」と大声を出して、相手を探す。リフトに揺られている内に、腰のあたりが冷えてくるし、鼻の頭も真赤になってくるので、ベストを着たり、チリ紙をポケットに入れておかないと困る。

また、ナップサックを背負ってそれに小型タオル、チョコレート、キャンデー、オレンジ等のスナックを入れておけば、わざわざスキーをはづして、駐車場まで取りに行かなくてすむ。

やはり手製のオニギリや、のり巻き、サンドイッチに、魔法瓶に入れた熱い番茶や、ホットチョコレートだと、喉を通り易いような気がする。カフェテリアもあるが、山の上なので割り高だし混雑している。

ウェスト・バンクーバーのサイプレスボールは、天気が良ければ、ダウンタウンが一望に見渡せるので、スキーシーズン以外にも、ドライブを楽しめる。このスキー場は大人が15ドル、12歳以下は7ドルだが、半日券（午後1時から4時まで有効）のサービスもあり、小さな子供連れには疲れ過ぎもなく、安上りでもあるので、利用者も多いようだ。

シーモア山には、スキー教室があり、日本人教師が数人いるので初心者にすすめる。

また、車の中では新聞紙を敷いておき、濡れた靴、ヤッケ、手袋からの水を吸い

取ること。ころびやすい幼児用に、着替えから、ソックスまで、ひと揃え用意しておこう。

夕方帰宅して、電気釜のスイッチを入れ、カレーを温めサラダを添えるだけの下準備と山道で、タイヤに付いた塩を水洗いして、早目に落しておくことも心がけよう。

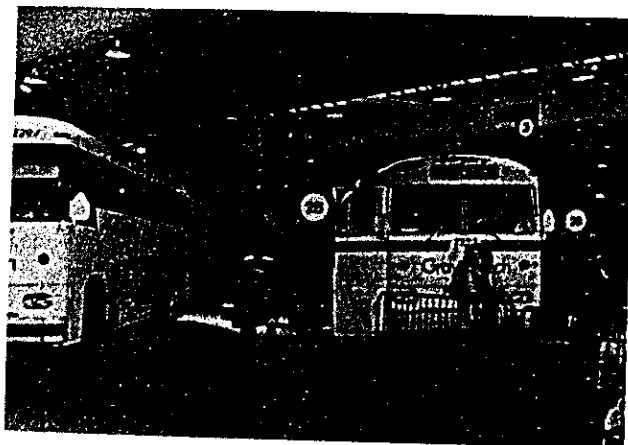
## < 情 報 >

### 69. 旅行に関するもの

最近日系旅行社も増えたので、心やすく相談できて助かるが、自分の住んでいる州内だったり、近距離に関するのなら、市や州の観光局又は案内所に出向いて、資料を揃えるとよい。

ベテランの係もいるので、サマーホリディの目的地が決ったらアドバイスをもらうのも一つの方法である。

地図と、モーテルやキャンプ場の案内書が毎年発行されているので大いに利用したい。



遠距離旅行はバスも便利

湖で泳げるか、釣りに向いているか、値段はどの位か等々、詳しく紹介されている。

又、観光地のパンフレットや、美術館、遊園地、有名な庭園や国立公園の資料も  
沢山用意されているので、あれこれ集めてから、計画してみたらよいであろう。

その他、BCAA（自動車連盟）とか、街の商工会議所でも、地図や、資料を用  
意しているが、BCAAを利用するには、会員証が必要である。

## 70. 街の催し物

毎週金曜日、バンクーバー・サンの夕刊に一週間の特別行事の案内が出ている。  
子供の為の映画祭とか、クラフトバザーがいつ、どこで催されるか一目で解かる。  
美術館、博物館、プラネタリウム、水族館で開催中の特別なプログラムを始め、  
クラシックからロックの音楽会、劇場案内、キャバレーやクラブでの楽団の名等  
も出ているので、問い合わせや予約にも便利である。

その他、講演会、一日講習会の内容、無料で見学できるテレビのショーと、広範  
囲に渡る情報を得るのにも都合がよい。

ラジオのCHQMでは、ウィークデイの午前9時30分に、街の催し物案内を放送  
している。注意して聞けば珍しいインフォメーションをキャッチできる。

尚、入場券は、イートンとウッドワーズのデパートのサービス部門でも扱ってい  
るので買物の際、入手できて時間の節約にもなる。

## 71. スーパーマーケットでの買物

カナダでの生活を始めた頃、食品売場で野菜を探し当て、その呼び名を一生懸命  
おぼえたものだ。

かぶ・TURNIP かぼちゃ・PUMPKIN 絹さや・SNOW-PEA  
きうり・CUCUMBER なす・EGGPLANT

赤かぶ・RADISH ピーマン・GREEN-PEPPER ほうれん草・S  
PINACH 芽キャベツ・BRUSSELS-SPROUTS もやし・BEA  
N-SPROUTと云った具合に、日本での名前と全く違っているので、レストラ  
ンでの注文や料理ブックを手にする時の為、早く慣れておきたい。

魚貝類は、中華街でも手に入りやすい。

あわび・ABALONE いか・SQUID うに・SEA-URCHIN  
黒鯛・PERCH たこ・OCTOPUS にしん・HERRING 海草類・S  
EAWEED はまぐり・CLAM 立貝・SCALLOP まぐろ・TUNA  
ます・TROUT ミル貝・GEODUCK わかさぎ・SMELT 以上、カナ  
ダで日常、我々が食べている食品の一例である。

## 72. 役に立った本

子供がキンダーガーデンに入る頃、表紙のしっかりした、絵の楽しい THE NEW GOLDEN DICTIONARYという本を与えてみた。

アルファベット順に登場する動物、食べ物や玩具が、カラフルな絵と共に、解かりやすく紹介されている。大人に取っても洋風の生活に慣れない頃、道具や虫、樹の名前を憶えるのに、大変役立った。

KIDS/KIDS/KIDS/AND BRITISH COLUMBIAというポケット・ブックには、バンクーバー周辺のレジャーガイドが詳しく、場所、電話番号、入場料にいたるまで出ている。公園、ハイキング・コース、遊覧船案内まであり、また、雨の週末に出かける行先を探す助けにもなる。

THE FIRST VANCOUVER CATALOGUEという本は、写真、活字、カットがしゃれていて、街の観光案内だけではなく、古風な手造り品を扱う店も紹介しているので、クラフトの個性的な贈物を見付けたい時に便利である。この他渋いムードのレストラン、一味変わったブティック、画廊、オペラ、楽器までと、幅広い内容が盛り込まれてある。

カタログといえば、すでに紹介したデパートのシンプソン・シアーズで入手すれば、この一冊で、家庭用品、衣類、靴、スポーツ用品、アクセサリ等の正しい商品名、値段を知ることができる。また、季節ごとに発行するので、ファッションの流行を知るにも一石二鳥で、重宝である。

入手する方法は、カスタマーサービス部門で申込用紙に記入すれば、その場で一部もらえる。売場で買うより安い場合もある。

## 73. 生活面の手引書

男性用にリーダーズ・ダイジェスト社が発刊しているCOMPLETE DO-IT-YOURSELF MANUALという生活辞典がある。厚い本で値も張るが、大工道具の説明から、室内、外の修理、暖房、ペイント、コンクリートに関する知識まで、写真、図解入りで紹介されており、利用価値の多い解説書である。

電気や水道の軽い故障、椅子の張り替え、雨漏りの応急処置、簡単な家具、小物の作り方まで、解り易く指導してあるので、手先の器用な人なら、専門の職人に頼まなくても、これ一冊で、充分間に合う。

車の修理は、街のメカニックにまかせるとして、CAA（カナダ自動車連盟）から発行されているCOMPLETE CAR CARE MANUALが手許にあれば、基本的な車の知識を、補ってくれるので必強い。メカに弱くても、せめて図



解入りの解説で構造が理解できたら、緊急の場合に役立つであろう。

YOU AND YOUR RIGHTSもCAAから出版されているが、事故借金、裁判、教育、結婚、訴訟、遺言、保険、職業、家の購入、税金などの疑問を例題によって法律的にわかりやすく答えている。

以上紹介した三冊は、家を買った人、車を買った人、そして結婚した人に対する記念の贈物としても、気が効いている。しっかりした装丁なので、永持ちして、先方にも喜ばれるであろう。

## <里帰りメモ>

### 74. 日本行のスーツケース

新緑の日本訪問や、夏休みを利用しての長期滞在、紅葉と温泉めぐり、お正月を日本で……などと、里帰りのチャンスも多くなっている。

スーツケースは、大き目で丈夫なのを選びたい。出発の前の晩になっても遅く迄ガサゴソと荷造りをしたり、どうしても入り切れないため、初めからやり直したりすると大仕事となる。

こんな失敗を防ぐため、あらかじめカードに必要品を順に記入しておき、最後のほうには、省略してもかまわぬ物を書いておく。

また、家族旅行で荷物の個数が多くなる場合は、厚紙にヒモを通し、番号を大きく記入しておくとし出しすのに便利なようだ。

急に旅立たなくては、という時にあわてぬよう、日頃から日本行のメモを作っておき、雑誌の新刊案内、小型電気製品の紹介記事、珍味やお菓子を食べてみたいものを、そのつど切り抜いて封筒に入れておくなり、あるいはノートに貼っておくと、出発前に荷物に入れるだけで、日本に着いてから買い物する際、すぐに役立つ。

子供用の文房具、小さな楽器や玩具、カセットテープ、お稽古事の指導書も、忘れずにメモしておくと、急な用事で日本に行く友人や、カナダに来る人にも頼むことができる。また、旅行中に立ち寄った人に依頼し、あとから送ってもらう場合のために、実物写真入り雑誌広告の切り抜きを作っておくと重宝する。

日頃の心構え次第で、滞在中に欲しかった物が手に入ったり、是非訪ねてみたかった土地に、すぐ出掛けられれば、たとえ短かい日程でも、有効に過すことができる。

## 75. カナダみやげ

カナダは、若い国だけに、日本の児童にも余り詳しく知られていないので、観光局でもらえる数々の資料や、ビューティフル、プリティッシュ・コロンビア(季刊)を四季折々買っておいて日本で配ると、好評である。

その他、記念のコイン、切手が発売されるたびに入手し、コレクションをしている友人にあげたり、料理作りの好きな人には、カナダ風料理の本を、その他自動車や、ダイビング、スキーなどのレジャー書も喜ばれる。

毎年9月ごろから翌年のカレンダーが店頭に出るので、カナダの風景を紹介した大型のものを何組かのスーツケースに入れるのもよい。

その場限りでなく、一年中使ってもらえる。

カエデの葉のカナダ国旗とか、キーホルダー、Tシャツも好評である。

家庭的なものでは、レッド・ローズの箱入りティ・バックが味と香りの点で日本人好みだそうで、沢山持って帰る人がいる。フルーツゼロー(これは商品名でゼリーのこと。)の粉末も、すぐに固まり、自然の風味に近く、簡単に仕上がるので、各種買っても小型なので荷物にならない。

毎つみの季節にジャムを作っておいたり、松茸は水煮や佃煮にして、ビン詰として保存しておけば、日本行のおみやげになる。

若い人には、カナダで流行している曲を、カセットテープに録音したり、最新の週間誌もよいだろう。甘党には、珍しい白いチョコレート・カラフルな小粒チョコの箱入り、オカナガン地方の果物の砂糖漬けも珍しく喜ばれる。

辛党には、牛肉を乾燥してピリッと味付けしてある薄いのしか風のおつまみ(ビーフ、ジャーキー)が、大いに受けるとのことである。

## <レジャー>

## 76. 週末の過ごし方

お花見のシーズンには、スタンレイ・パークの花壇、動物園、水族館が家族連れで賑うが、海岸沿いに一周できる散歩路は六マイルなので、自転車を使う人も多く、途中には売店もあるので休みながら変化に富む風景を楽しむことができる。

ウエスト・バンクーバーの燈台公園は、マリンドライブの途中にあり、森の中のいくつかの小径を体力に合せて岩場までハイキングしたあと、ホーシューベイのフェリー発着場までドライブして、お弁当を食べるとよい。

キャピラノ溪谷をグラウス山まで登る手前にダムがあり、雄大な山の眺めと静かな水源地を見物して、下流のサーモン・ハッチェリーに立ち寄ると、そこには日本語の説明書が備えてあり、興味深いサケの河のぼりの様子を理解することが出来る。日本の観光客にも人気のある処だ。

グランビルアイランドの、パブリックマーケットは、焼きたてのパンや、船からあがったばかりの魚貝類、オカナガン地方の直送果物が、処せましと陳列されているが、店によって値段が違うので、ひと通り見て廻って買う店をきめるとよいであろう。

しゃれた手工芸の店やギャラリーもあり、ひやかすだけでも時間がつぶれる。ハイウェイ410のポートマン橋を東に向かって越え、二番目の出口を出て104 AVEと176. ST.の線路を越えた突き当たりには、小さなフェリー乗り物がある。(地図を持参のこと)。向う岸に、BARNSTON ISLANDという。周囲6マイルの島がある。インディアンの保護地や、酪農を営む人々が20軒ほど家を構えているだけの小さい島である。フェリーは無料で乗用車は25トン制限で3台しか乗らない。車が優先で自転車と徒歩で一周する人は、あとから乗り込む。約200メートルのフレーザー河を、たった4分で対岸に渡ってしまう。帰途は棧橋の坂を、車はバックのまま乗船しなければならない。

島に渡ったら、右回りなら、木材のイカダ、広大な牧場やサイロ、牛の放牧風景を見ながら、やがてスモークサーモン小屋や漁業を営むカナダインディアンの生活ぶりを見物することができる。

雪をいただく尾根の麓には、広々とした草原が横たわり、馬の一群が、思い切り駆けめぐる島の周囲は、2時間の散策コースである。カナダならではの雄大な自然を楽しめるコースである。

(完)

JICA