

An Information Magazine for the International Community in Kochi

在住外国人のための生活情報冊子「Tosa Wave」2011年4月・5月号(Vol. 41) 発行: 公益財団法人高知県国際交流協会 “Renewals”

Spring is the season when many things change and renew. This edition features some of them.

Spring is here! Renew your soul! — Chihiro Fukuoka for KIA

In this season of new leaves and rebirth, consider going on a trip to cleanse your soul.

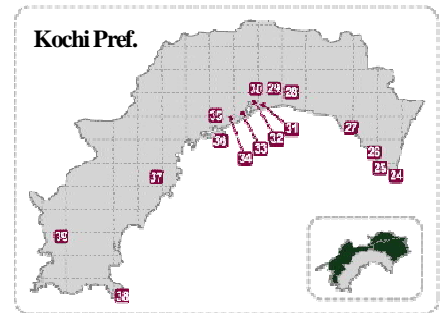
You may know that there is the **88 Temple Pilgrimage** in Shikoku. They are popular among all ages. The warmer weather makes springtime a popular time for making a pilgrimage. There are many temples in Kochi, from No. 24 in the east to 39 in the west. It can be hard to know where to begin, but you can start with a visit to your nearest temple (map: right).

If you wish to get some positive energy for the new season, let me introduce you to some of the so-called “Power Spots”. **Tosa Shrine** (Ikku, Kochi City) is not only famous for the god of success in business, but it has also been the guardian deity of Tosa since it was founded in the year 460.

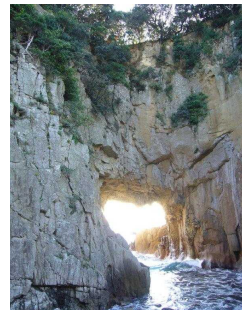
Tosa Shrine is mentioned in the *Nihon-shoki* (the chronicles of Japan) in the year 720. The current shrine was rebuilt by Chosogabe Motochika who was the lord of Kochi. In the garden, there are huge stones and many old trees. A stone called *Tsubute-ishi* is thought to have particularly strong energy, and every August they hold a big festival called *Shinane-sama*, where many people come to pray. This shrine, which has been looking after Tosa for a long time, exudes glory and sacred power.

The next is **Tojindaba** (Tosashimizu City) at Cape Ashizuri. Cape Ashizuri is located in the south west of Shikoku. The *Tojindaba* are a group of gigantic stones placed in that area that are said to be 10,000 years old. It is still a mystery as to how such huge stones were moved and piled. When I lay down on one of the stones, it was as if I could feel the energy from the earth and the cosmos.

Also in Ashizuri, you can find **Shirayama-domon**. This huge rock was eroded by waves to form a natural tunnel. From some directions this tunnel appears heart shaped. You may want to wish for success in love here! Let's enjoy spring with a clean heart and full of energy!



Tojindaba



Shirayama-domon

Renew your body with spring vegetables

— Chihiro Fukuoka for KIA

Spring has come and you may have noticed spring vegetables lined up at supermarkets and groceries. Spring vegetables such as bamboo shoots, spring cabbage, *taranome* shoots, new onions, asparagus, and beans have a fresh green color and lovely scents that bring spring to our tables.

Spring vegetables are rich in vitamins and minerals that can help loosen up your stiffened winter body. The unique scent and the slightly bitter taste of spring vegetables can help to regulate digestion and boost the immune system. They can also help you detoxicate and clean up your body.

If you enjoy organic products, I recommend the Saturday organic market at Ike Park. It is very popular as they provide fresh products that meet safety standards and are direct from the producer.

Let us all refresh our minds and bodies with fresh spring vegetables!

*Kochi Organic Market

Place: Ike Park (near Kochi Medical Center)

Open: Every Saturday from 8am to 2pm



Recipe: “Boiled Tosa Bamboo Shoots”

~ Ingredients ~

Boiled bamboo shoots 300g / Soup stock
1 cup / *mirin* 1 tbsp / soy sauce 2 tbsp /
katsuo-bushi (dried bonito flakes) 5g

~ Instructions ~

Cut bamboo shoots into 1 cm pieces. Add soy sauce and *mirin* into soup stock and set to boil. Add to the mixture and leave to boil. Turn down the heat to medium-low and simmer until most of the sauce is gone. Add dried bonito flakes in. Bon appetit!

Renewals in the fast lane — Steven Yuen, Kencho CIR

As we all know, Kochi can be a bit behind sometimes when it comes to transport. However, the people behind the grand plans of renewing Kochi's roads have made some groundbreaking progress of late, with the opening of 2 new sections of the proposed expressway extensions.

One is the extension of the west side of the Kochi Expressway, opened on March 5th, which will allow motorists to go as far as Nakatosa IC, and shaving off 6 minutes of travel. This may be miniscule, but it helps clear the difficult bends at Yakezaka, and is free for use. ()

The other small breakthrough is the bypass between Konan Yasu IC and Geisei-Nishi IC out east, opened on March 26, which marked the first section to be opened for the Kochi Eastern Expressway. This expressway will be incrementally opened for traffic as they are completed, and will stretch to Aki when all construction is complete. ()

There are plans to eventually link all of Shikoku by expressways in an 8 figure.



We would like to express our heartfelt sympathy to the affected people in the Tohoku - Pacific Ocean Earthquake. KIA provides foreign residents in Kochi with information to prepare for the Nankai Earthquake in 6 different languages through the following website and brochure:

→ <http://www.kochi-kia.or.jp/earthquake/index.htm>

リニューアル

春は変化や更新の季節です。今年変わったもの、これから変わるもの的一端を紹介します。

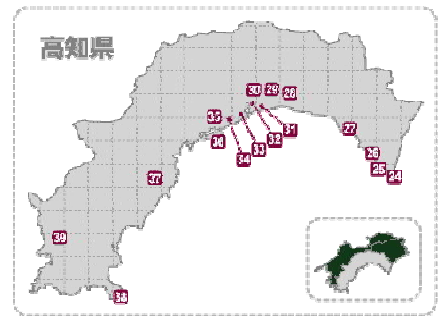
春です！心もリニューアル(担当:福岡千尋)

新緑の季節、新しく生まれ変わる季節に心もすっきりしませんか？

四国にはご存じ 88 か所めぐりがあり、幅広い年齢層に人気です。特に春は暖かくなり、歩きやすくなるので、お遍路にはちょうどいい季節ではないでしょうか。高知には24番から39番札所が東西にまたがってあります。初めから88か所を回ろうとすると、及び腰になりますので、近くのお寺からまず始めてみるのがいいかもしれません(右地図)。お寺に行くだけで、心がすっきりとして、浄化されます。

そして、新しい季節にガッツとパワーがほしい人に、県内のパワースポットもご紹介しましょう。まずは、土佐神社(高知市一宮)。こちらは商売繁盛の神様として有名と言うだけでなく、460年ごろに創建され、以来土佐の総鎮守として信仰されてきました。日本書紀(720年)にも登場します。現在の社殿は長宗我部元親により再興され、山内氏によって増設されたものです。境内には巨石や古木であふれ、礎石と呼ばれる大きな石はその中でも一番のパワースポットと言われています。8月にはしなね様の大祭があり、多くの人でにぎわいます。土佐の国をずっと見守ってきた神社から発せられるエナジーは荘厳で神聖です。

次に足摺岬にある唐人駄場(土佐清水市)を紹介します。足摺岬は四国最西南端に位置し、その一角にある巨石群を唐人駄場と言います。唐人駄場の巨石群は1万年前のものとされていますが、どうやって3メートルを超えるいくつもの巨石が動かされ、積み重ねられたのか。。。今だ謎に包まれています。実際に巨石の上に寝転がってみると地球からのパワーと宇宙からのパワーを身体がぐんぐん吸収しているような気持ちになりました。その他に周辺には高知県の天然記念物にも指定されている白山洞門があり(写真)、ある角度からはその洞門がハートの形に見えたりしますので、恋愛成就のお願いをするのもいいかも！！心すっきり、パワー満タンで新しい季節を楽しみましょう！



唐人駄場

白山洞門

春野菜で身体リニューアル(担当:福岡千尋)

春です！春野菜をスーパーや八百屋さんで目にするようになりましたね。タケノコ、春キャベツ、たらの芽、新玉ねぎ、アスパラガス、そら豆など、鮮やかな緑や、芽ぶきの香りは食卓に春を運んでくれます。

春野菜はビタミンやミネラルをたっぷりと含み、冬に凝り固まった身体を自覚めさせてくれます。春野菜特有の香りやほろ苦さは、整腸を促し、身体の抵抗力を高める働きがあり、新陳代謝が衰えていた冬の間にため込んだ老廃物等を排出し、身体をすっきりさせる効果が期待されます。

更に春野菜を有機で楽しみたい方には毎週土曜日に池公園で開催されるオーガニックマーケットをお勧めします。マーケットの基準を満たした安心で旬のものを直接生産者から購入できると好評です。

さあ生命力あふれる春の野菜から元気をもらい心も体も軽やかに春を楽しみましょう。

*高知オーガニックマーケット

場所: 高知県立池公園(高知医療センターの近く)
日時: 毎週土曜日 午前8時から午後2時ごろ

春野菜の代表・タケノコ料理「タケノコの土佐煮」

～材料～(2人前)

タケノコの水煮...300g、だし汁...1カップ、みりん...大さじ1、しょうゆ...大さじ2、削り節...5g

～作り方～

タケノコは縦半分に割り、1cmくらいの厚さに切る。だし汁にしょうゆ、みりんを加え煮立て、タケノコを加える。再び煮立ったら中火にし、汁けがなくなるまで煮る。鰹節をあえて出来上がり。



高速のリニューアル(担当:スティーブン・ユイン)

皆さんもご存じのように、高知の交通インフラは少し遅れ気味ですね。しかし、高知県の道路を整備している人々は最近、高速道路延伸で2つのオープニングにあたって、著しい進展をもたらしています。

1つは3月5日にオープンしたばかりの高知自動車道、須崎IC～中土佐ICの延伸です。6分ほどの短縮ですが、焼坂みたいなカーブが多い難所をクリアし、無料で利用できます。()

もう1つは3月26日に開通した高知東部自動車道、香南やすIC～芸西西ICの区間です。東部自動車道の初開通道路になり、安芸市まで延びる高速道路は、でき次第部分開通となっています。()

最終的に四国を結ぶ8の字の高規格幹線道路が企画されています。



東北地方太平洋沖地震で被災された方々に心よりお見舞いを申し上げます。当協会では県内在住外国人のために「南海地震」に備えていただくための6カ国語版啓発パンフレットを作成しています。HPでもご覧になれます <http://www.kochi-kia.or.jp/earthquake/index.htm>

Regulation on smoking while walking in Kochi City

—Susumu Yoshida for KIA

Smoking whilst walking is an annoyance to some and potentially dangerous because it can risk injuring passers-by. To prevent such injuries and to protect health of its residents, Kochi City enacted the “Prohibition of Smoking While Walking Act” on February 1, 2011.

Acts considered “smoking while walking” include smoking and holding a lit cigarette in public outdoor places such as roads, parks and squares. Smoking while riding a bike and motorbike is also subject to regulation.

Furthermore, areas and roads that are crowded with shoppers and tourists will become smoke-free zones from April 1st this year. The zones are: around Kochi Sta., Otesuji (Sunday market street), around the central shopping arcade and around the City Hall (refer to dark zones on the map to the right). People are prohibited to smoke while walking in the zones, and if they do, city regulators can direct violators to stop. However, no fines are imposed on violators.



Sightseeing Renewal –Lisa Yasutake, Kochi City CIR

The end of the hit NHK TV series *Ryomaden* also marked the end of the “Deaihaku” pavilion near the south entrance of Kochi Station. This pavilion, together with three other satellite pavilions attracted over 920 thousand visitors last year! Kochi is not letting the fine wooden construction go to waste and is currently renovating the pavilion to make a comeback on July 9 with new displays and new name “**Ryoma Furusato Haku.**” The main attraction will be a life-sized replica of Ryoma Sakamoto’s house used in the filming of *Ryomaden*. Souvenir shop and travel information center “Tosa Terrace” next door has already opened again since February 5. Have a look some time!

Newly renovated and now with English captions for all displays, the **Takechi Zuizan Memorial Museum** in Niida, Kochi City, has been re-opened to the public on March 17. The fascinating history of Takechi Hanpeita (art-name Zuizan) as a master swordsman, imperial loyalist, distinguished artist and poet, and tragic hero, is narrated along with drawings and photographs. Some of his exquisite artwork and poetry is also on display. Hanpeita’s old house and grave, as well as the Zuizan Shrine are also located nearby. Entry is free, but a 100 yen donation is requested. From Harimaya Bridge, get on the Parktown bus line towards Maehama. The museum is a 3 minute walk from the “Zuizan Jinja-mae” stop.

TV Renewal – Digitalising the airwaves

Transition from analogue TV to digital has been coming for some time now, and on July 24, all analogue transmissions will be terminated, which means you’ll be left with static if you don’t take the following steps and go digital!

The reason for the switch is apparently to spare up radio waves (up to 33%) for better communications and allow new technologies to be utilised. New cars could be equipped with frequency emitters to warn of potential accidents, and larger bandwidth means that telecommunications can exchange larger amounts of data for videos etc.

To go about getting digital transmission, there are two main methods.

1 – buy a digital compatible TV

2 – install a digital tuner to your analogue TV.

Buying a new digital compatible TV may set you back around 40,000 to 600,000 yen, and a tuner can be bought from about 10,000 yen. Also you may want to make sure your building has had a UHF antenna installed. On either machine, a “B-CAS Card” will need to be inserted in order for digital data to be decrypted and viewed. These will come with a new TV or tuner.

Whether this would be a good excuse to get yourself a new TV, or rid yourself of Japanese television forever, times are catching up with the old cathode tube.

An English guide to the procedures can be found here:

http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/dtv/pamphlet/pamphlet1.html

—Steven Yuen, Kencho CIR

高知市歩きたばこ防止条例が施行されました

歩きたばこは周囲の人の身体や衣服にたばこの火が当たる恐れのある迷惑で危険な行為です。そのような被害を防止し市民等の健康と安全を守るため、高知市全域を対象に「高知市歩きたばこ等の防止に関する条例」が 2011年2月1日に施行されました。

歩きたばこ等の行為には、道路、公園、広場など屋外の公共の場所でたばこを吸ったり、火のついたたばこを持ったりすることが含まれます。歩きたばこはもちろん、自転車・自動二輪車などに乗りながらの喫煙も含まれます。

とりわけ、買い物客や観光客が多いエリアや道路は、今年4月1日から禁止区域となります(地図の色の濃い部分: 高知駅周辺、追手筋、中心商店街周辺、市役所周辺がそうです)。この区域では歩きたばこをしてはいけないうことになり、市は違反者に対してその違反を是正するために指導・勧告ができることとなります。ただし罰則はありません。(担当: 吉田 進)

観光リニューアル (担当: リサ・ヤスタケ)

昨年大流行した NHK大河ドラマ「龍馬伝」の終わりとともに、高知駅前南口に設置されていた「土佐・龍馬であい博」も閉館になりました。ほか3箇所のサテライト会場と合わせて1年間で92万人以上のお客さんが来館したそうです。建物はリフォームされ、「志国高知龍馬ふるさと博」という名前が7月9日に再オープンします。目玉は「龍馬伝」の撮影で使用された坂本龍馬の生家を再現したものです! 尚、となりの「観光情報発信館」としては2月5日よりすでにリニューアルオープンしています。ぜひお立ち寄りください!

高知市仁井田にある**武市瑞山記念館**がリフォームされ、英語の説明文も加わり3月17日にリニューアルオープンしました。一藩勤王に命をかけた武士、また才能ある画家と詩人としての武市半平太(称号は瑞山)の歴史が写真や絵とともに紹介されています。瑞山の図画や詩も展示されています。武市半平太旧宅及び墓、瑞山神社も近くにあり。入場は無料で、100円程度の寄付を要請しています。はりまや橋からパークタウン線で「前浜」方面行きのバスに乗り、「瑞山神社前」バス停から徒歩3分のところにあります。

テレビのリニューアル: 地デジ化(担当: スティーブン・ユイン)

アナログからデジタル放送への移行は長い道のりでしたが、今年7月24日についてに成し遂げられます。地デジ化しなければ、テレビが真っ白になって見えなくなりますよ! 地デジ化する理由は電波を33%も節約して、通信や新たな技術を活用させるためだといえます。例えば、新しい車に通信機を備えて車同士の衝突を防止することや、携帯電話で大容量のデータを送信できるようになることなど様々な技術が今までアナログで占められた電波が使えるようになることです。

地デジの受信の準備はだまかに以下の2種類があります。

1 - 地デジ対応テレビに買い替える

2 - アナログテレビにチューナーを買い足す。

新しい地デジ対応のテレビは4万円~60万円程度になり、チューナーの場合は1万円からだそうです。マンションや一戸建て住宅には UHF のアンテナが設置されているかを確認しなければなりません。いずれの方法も暗号化された放送波を解(専用カード「B-CAS カード」)を機器に差し込まないと受信できません。このカードは購入した際に同梱されています。

新しくテレビを買い替える好機であろうが、敢然とテレビと絶縁する機会であろうが、古きブラウン管とバイバイになりかけている時代のようです。

地デジに関するパンフレットはこちらへ:

http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/dtv/pamphlet/pamphlet1.html

Renewal of the Alien Registration System

I was under the impression that aliens came from outer space, so when I came to Japan and received my "Certificate of Alien Registration," I felt—how else can I put it—alienated. I'm sure many of you can relate! However, bills have been passed to abolish the Alien Registration Act and amend the Basic Resident Registration Law to register foreign residents (staying in Japan for more than 90 days) the same way Japanese nationals are registered. We shall be aliens no more!

Once these laws take effect, the Alien Registration counter at local municipalities will be removed and foreign residents will instead register at the same counter as Japanese people. Instead of a "Certificate of Alien Registration" issued from the local municipality, a "Residence (Zairyu) Card" will be issued to applicable foreigners at the port or airport when they enter Japan. One benefit we gain from this change is that re-entry permits will no longer be required when re-entering Japan after going home or abroad. Another is that if there is any change in personal information, resident status, or period of stay, you will only have to notify the Regional Immigration Bureau and no longer need to notify the local municipality as well. Also, Japanese and non-Japanese members of the same household will no longer be on separate registries, and certified copies of the residence record (*juminhyo*) will list all members of such a household.

A specific date for these changes to take effect has not yet been set, but it will most likely be around July 2012. For more information, please refer to the Ministry of Internal Affairs and Communications website:

http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/jichi_gyousei/c-gyousei/zairyu_english.html – Lisa Yasutake, Kochi City CIR

Renewal of Tosa Wave

Tosa Wave (TW) was first published in 2005 and this edition is the 41st issue. We would like to use this opportunity to appreciate long-term support from many readers, TW volunteers who have contributed, and owners of facilities where the magazine has been circulating.

In the fiscal year of 2011, TW will undergo some changes, but will continue to offer useful information about Kochi as per before. Here's how it will be changed:

1) Frequency of publication and number of pages

TW will be issued 4 times a year instead of the 6, from fiscal year 2011. The total number of pages in a year will not change but fewer issues means that each issue will increase by 2 pages.

2) Articles based on on-site coverage

TW will bring you a fresh perspective from on-site coverage, interviews and reports. Look forward to a more interesting format.

3) Start of TW's blog

We will provide you with information including events gathered throughout the year through a new blog, which will start in June this year.

Event

Genki Tosaben Musical 2011 – "A Chosogabe Carol"

The Tosaben Musical is a music and dance spectacular home-grown and hand-made in Kochi. Formed in 1996, we have been making a musical in Tosaben every year, with proceeds going to students for international exchange. This year we have a story based on the Shikoku conqueror Chosogabe Motochika, mixed in with Dicken's "A Christmas Carol" just for fun. Come join in the adventures of Tosa's past/present/future. * Sign language interpretation included

April 16 (Sat)	Motoyama	Platina Center	13:00~
	* Aki	Shimin Kaikan	18:30~
April 17 (Sun)	Muroto	Muroto Hoken Fukushi Center Yasuragi	12:00~
	* Tosa City	Shimin Kaikan	18:30~
April 23 (Sat)	* Sukumo	Chuo Komin-kan	11:00~
	* Yusu-hara	Yusu-hara-za	18:00~
April 24 (Sun)	Kochi	Short show for kids @ Education Center Bunkan	10:00~
	* Konan	Noichi Fureai Center	14:00~
	* Kochi	Otemae High School Geijutsu Hall	18:30~

外国人登録リニューアル(担当:リサ・ヤスタケ)

日本での外国人住民の登録においては、市町村で外国人登録を行い、「外国人登録証明書」を交付されてきました。しかし、外国人登録制度は廃止され、代わりに住民基本台帳制度の導入が公布されました。長期間(90日以上)日本に滞在する外国人は住民基本台帳法の対象に入ります。つまり、外国人という別枠ではなく、日本人と同じ住民として登録されるようになります。

この新しい制度が施行されると、市町村の外国人登録の窓口はなくなり、日本人と同じ窓口で住民票を作成してもらいます。そして、市町村から「外国人登録証明書」は交付されなくなり、代わりに日本に到着した際、対象外国住民には空港などにて「在留カード」が交付されます。外国人にとって便利になることがいくつかあります。ひとつは旅行などで日本を出る際に、再入国許可の手続きが不要になります。他には氏名などの個人情報、在留資格、在留期間などが変更になった場合、地方入国管理局のみに届け出をし、市町村には届出をする必要がなくなります。また、複数国籍世帯(日本人と外国人両方で構成された世帯)は、住民基本台帳法と外国人登録法の2つの制度で別々に把握されていましたが、世帯全員が同じ住民票に登録されることになります。

この新たな制度が施行される日程はまだはっきり決まっていますが、2012年7月ごろの予定です。詳しくは下記の総務省ページを参照ください。

http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/jichi_gyousei/c-gyousei/zairyu.html

TosaWave が新しくなります

2005年に発行を始めた TosaWave は今回で 41号となります。多くの読者と記事を書いてくれたボランティアの方々や冊子を設置させていただいている施設の皆様のご支援により長く続けてこられました。この場をお借りして心より感謝を申し上げます。2011年度はこれまでと少し変えて、これまでどおり高知のリアルな情報をお届けしようと思います。どういう風に変わるのか紹介します。

1)発行回数とページ数

これまで年6回発行でしたが、2011年度から年4回になります。しかし、ページ数を1回につき2ページ増やすので、1年間の総ページ数は変わりません。

2)現場取材に基づいた記事作成

現場の生の様子を分かりやすく、より面白く皆様に提供します。

3)ブログ立ち上げ

発行から次の発行までの間に収集したイベント情報などをブログをとおりて読者の皆様にお届けします。ブログの立ち上げは今年6月を予定しています。

イベント

【土佐弁ミュージカル2011「ちょうそがべ・キャロル」】

高知で育った手作りミュージカル「土佐弁ミュージカル」は、ボランティアグループ GENKI 青年会により平成8年から毎年上演され、海外留学を希望する高知県の中高大学生へ助成金を提供しています。今回は戦国時代に四国を制した長宗我部元親の人生を、英国文豪ディケンズの「クリスマス・キャロル」の物語にのせて、ドラマチック・コメディに仕上げました。*は手話通訳付き

4月16日(土)	本山町	プラチナセンター	13:00~
	*安芸市	市民会館	18:30~
4月17日(日)	室戸市	室戸市保健福祉センターやすらぎ	12:00~
	*土佐市	市民会館	18:30~
4月23日(土)	*宿毛市	中央公民館	11:00~
	*梼原町	ゆすはら座	18:00~
4月24日(日)	高知市	(子爵)のこ公園教育センター 分館	10:00~
	*香南市	のいちふれあいセンター	14:00~
	*高知市	あうてまろうどうげいげいホール	18:30~