

# PJA TIMES

2023 第1号 VOL. 2, ISSUE 1

プリンストン日本人会  
PRINCETON JAPANESE ASSOCIATION  
NEWSLETTER

## 目次 Contents

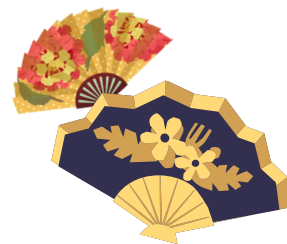
- P.1-2 新年のご挨拶 企業&個人スポンサー  
New Year Greetings from Corporate & Personal Sponsors
- P.3 PJA活動 / Activities
- P.4 PJA俳句 & 川柳 / Haiku & Comic Haiku 2023
- P.5 私のお勧め本 My Favorite Books
- P.6 私の好きな映画・ドラマ / My Favorite Movies/Dramas
- P.7 コラム / 10歳若く見える歩き方  
Column / Walking Yourself 10 Years Younger
- P.8 PJA News

JANUARY 2023





## 新年のご挨拶 企業スポンサー New Year Greetings from Corporate Sponsors



### プレミアム Premium

新年、明けましておめでとうございます。

2023年1月5日より、弊社ニューアーク発羽田直行便が新規就航致しました。1998年より運航しておりますニューアーク発成田直行便と併せ、皆様の日本出張及び一時帰国の際にご利用頂けますと幸いです。

本年もどうぞ宜しくお願い致します。

ユナイテッド航空アジア・パシフィック営業部 四辻

### ゴールド Gold

We are grateful for your collaboration and commitment last year as we worked to defy limitation, so that others can too. Thank you for continuing to work alongside us to better the lives of the patients and communities we humbly serve.

We wish you and your loved ones a happy and healthy holiday season, and may peace greet you in the New Year.

Otsuka America Pharmaceutical, Inc.

Otsuka Pharmaceutical Development & Commercialization, Inc.

あけましておめでとうございます。

テルモグループは、「医療を通じて社会に貢献する」という企業理念のもと、医療現場や患者さんに向けて、高品質な製品やソリューションをお届けしています。今年もどんな環境の変化があっても「医療を止めない」、そのための強い基盤を確立強化することに取り組みたいと思います。

テルモアメリカスホールディング社取締役社長兼CEO 南雲 浩

### レギュラー Regular

新年あけましておめでとうございます！

Celerion は、7年連続ですべての分野で製薬およびバイオテクノロジーのスポンサーから CRO リーダーシップアワードを受賞したことをお知らせします。2023年も素晴らしいサービスを提供し続けたいと思っていますので引き続き宜しくお願い致します。

Celerion 青柳和子

2023年から企業スポンサーとなりましたFuji Chemical Industries USAです。製剤に使われる賦形剤と言われる商品を製造・販売しています。PJAコミュニティに貢献できることがあればと思います。

新しい年が皆さまにとって平和で健康な年となりますよう。

Fuji Chemical Industries USA, Inc. CEO 小安学

IACE (アイエーシーイー) TRAVEL の河合です。会員の皆様には、いつも当社を通し、日本行き航空券やJRパスなどのお問合せを頂戴し、誠にありがとうございます。コロナ禍もほぼ収束し、日米間の行き来が、よりスムーズとなりました。本年も「真心こめて」皆様の渡航のお手伝いをしますので、どうぞ宜しくお願いします。

新年おめでとうございます。JTBの藤原と申します。所属するJTB Business Travelでは法人様向け出張管理プログラムをご提供し、旅行情報提供に加えて皆様の業務効率化・リスク管理・経費削減・サステナビリティ対策に関する課題解決を目指しています。会議やイベント等もお気軽にお声掛け下さい。

プリンストン日本人会の皆様、新年あけましておめでとうございます。

この度、出戻りでスポンサーをさせていただくことになりました、米国ヤマト運輸の藤井と申します。

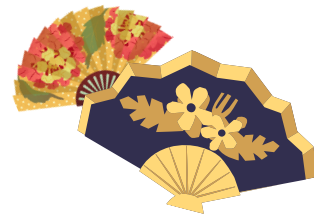
引越をはじめとして、日本との荷物のやり取りが主な業務ですが、ネットワークを使って、州間移動も得意な分野です。これからもよろしくお願いいたします。

YAMATO TRANSPORT U.S.A., INC. (米国ヤマト運輸)





## 新年のご挨拶 個人スポンサー New Year Greetings from Personal Sponsors



旧年中は大変お世話になりました。今年は五周年の節目の年となります。PJAの皆様には開店よりお世話になったお礼を企画しておりますのでPJAからのメールを楽しみにお待ち下さい。

今年も皆様のキレイのお手伝いが出来ればと思います。

Beleco Salon, Aki

旧年中は大変お世話になりました。数々の著名講師を招き、時代を賢く生き抜くファイナンスの知恵をお届けする機会を賜りまして心から感謝しております。今年更に充実した内容で、PJAの皆様一人一人のニーズに合うファイナンシャルプランのお手伝いができるよう努めてまいります。本年もどうぞよろしくお願い致します。

フィナンシャルアドバイザー Sanae Asai

新春のお慶びを申し上げます。皆様にとって 健康で佳いことが重なる癸卯年でありますようお祈り申し上げます。

公益社団法人 日本総合書芸院 修佳教室 波琳 修佳

明けましておめでとうございます。2023年も始まりでしたね。今年も宜しく願いします。今年の抱負は、人繋ぎをしたいと思います。この素晴らしいPJAコミュニティでイベント等を通して、楽しく人繋ぎができたかなと思います。今年も皆様にとって良いお年になりますよう。

Kei Imanishi, Real Estate Agent - Licensed in NJ & PA

PJA会員の皆様、あけましておめでとうございます。

2011年に開業して早くも12年。Across the Bridgeというビジネス名は、様々な文化、社会的地位、性的指向、Gender Identityのバックグラウンドを持つ方々への援助、懸け橋になろうという意味からつけました。その目標に向けて今年も努め続けて行きたいと思っています。今年が皆様にとって良い年になる事を深く願います。

インザナ裕子 NJ州認定臨床社会福祉士

新年あけましておめでとうございます。今年もPJAメンバーの皆様にとって充実した2023年になりますように♪ 弊社は移民ビザについてのご相談を承っております。お気軽にご相談ください！)

NPZ Law Group, P.C. デーヴィッド・ナックマン弁護士

謹んで新春のお祝いを申し上げます。昨年中は展覧会やアート教室などでPJAの皆様には大変お世話になり、交流を通して多くのことを学ばせていただき有難うございました。今年もアーティストとして目一杯新たな領域にチャレンジしていきたいと思っていますので、よろしくお願いいたします。

太田美奈子

新春明けましておめでとうございます。今年も皆様が健康で笑顔で過ごせますように。

世界保健機構の定める”健康”の定義は、病気でないことだけでなく、肉体的、精神的及び社会的に良好であることだそうです！ PJAという素晴らしいコミュニティの中でみなさまと繋がり、健康管理に努められることを感謝して。

プート真智子

新年、明けましておめでとうございます。旧年中はお世話になりありがとうございます。ヨーガ療法で心身の緊張と弛緩を上手に切り替えてストレス・タフな日常をお過ごし頂けるよう、少しでもお役に立てる場にできれば幸いです。去年以上に精進して参りますので、今年も宜しく願い致します。ご多幸をお祈り申し上げます。

スウィングル由紀子

新年明けましておめでとうございます。

個人スポンサー会員の安岡佳一です。

2023年が皆さまにとりましてさらに良い年になります様に願っております。

フィナンシャルアドバイザー Yoshikazu Yasuoka



# 🍊 PJA活動報告/Activities 🍊



## 親子deあそび

パラバルーン、トンネル遊び、日本の手遊び歌、絵本読み聞かせ、布遊び、ボール遊び、シャボン玉遊び、沢山の楽器など、楽しいアクティビティを親子一緒に楽しめます。親子deあそびは、遊びを通して子供たちの「からだ」「あたま」「こころ」の発達だけでなく、親子のコミュニケーションを楽しみを広げていくお手伝いをします！ 一か月に一回位の企画で、寒い時期は室内で、暖かくなったら野外に出かける予定です。

2022年は11月に始まり、Hillsborough図書館で親子（0～3歳）が集まりました。子供達は体を動かすのが楽しかったようで、又ボランティアと親達も童心に返ってアクティビティを満喫しました。12月は親子ヨガ、サンタさんのカレンダークラフト&お喋りも企画に加えました。



## ユナイテッド懇談会

新型コロナの拡大で就航を延期されていたNewark・羽田便が2023年1月5日から就航されました。3月までは週3回、それ以降は毎日を予定しているとのことです。就航を記念して昨年12月20日に路線の説明を兼ねたPJA限定懇親会がPrincetonのSeasons52で催され、昼の部には11名、夜の部には12名の参加がありました。

おいしいお食事を頂きながら、普段はどこにも持っていけないクレーム談議に花が咲きました。（四辻さん、真摯に私たちの声を聴いてくださってありがとうございました！）ほとんどの参加者が知らなかったのですが、犬・猫はサイズを限定してキャビンと一緒に乗り込むことが可能で、乗客席に同席させられるのは、NY/NJと日本間の直行便を運航している航空会社の中では、ユナイテッド航空だけなのだそうです。日本までの長いフライトの間、家族であるペットをケージの中に入れて荷物と同様な扱いを受けることに大きな抵抗を持たれるお客様も多いでしょうから、ユナイテッドの取り組みには感謝ですね。

会の終わりには「無料アメリカ国内便」の抽選会があり、昼の部・夜の部とも3名の中が当選されました。楽しい会を催して下さったユナイテッドの四辻さんに感謝です！



## 新春ジャズライブ&着物deウォーク 甘味処『らばん』

コミュニティーハウスのお正月イベントとして、コロナの影響でこの数年は、お持ち帰りお雑煮の提供をさせていただいていましたが、今年は、会員の方とお正月気分楽しく過ごそうをテーマに、会場を設定し、七草風お粥、甘酒、お餅、ぜんざいやお漬物など「らばん（訳：うさぎ）甘処」のボランティアチームがお正月にちなんだ品々を準備しました。

料理担当のボランティアチームの皆様、いつも新しいチャレンジをしていただき、本当にありがとうございます。会場裏のキッチンの方では、ボランティアの方が忙しく作業していただいていることに感謝いたします。

会場の方では甘酒をのみながら話がはずみ、新年ゲームコーナーでは手作り福笑いやカルタなどで、早速皆さんの楽しい笑い声などが上がっていました。

会の中盤から、PJAスポンサーUMUSIC主宰者の内田麻衣子/ウチダユタカさんが今回のために結成したバンドNew Dawn 4の演奏は、とても軽快なリズムで、会員の方がアルトサックスを手に飛び入りで演奏をする風景は、音楽での交流のすばらしさを感じました。

そして最後には、新年のお祝いにピッタリの着物deウォークがありました、着付け教室の生徒さんとお子さんたちの華やかな着物姿でNew Dawn 4の演奏にのせ室内を歩く姿が初めてとは思えないほど、とても優雅で会場からは、歓声がわきました。新年早々、会員の方と楽しい交流ができて、今年一年の福を呼び込んでいるようでした。





# PTA 俳句 & 川柳 2023

## Haiku & Comic Haiku

**家** 電等が 奏でるメロディ 家事忙し  
(おうちさん)

**年** 明けて 抱負かかげて 年終わり  
(ことしこそは さん)

**今** 年こそ 無くすぞフード ウェイスト  
(SMさん)

**年** 末は コレステロール 跳ね上がる  
(食いしん坊さん)

**今** 年こそ 攻略したい 自家製納豆  
(納豆大好きさん)

**日** 本人 おせち買い出し ミツワまで  
(食いしん坊さん)

**30年** 抱負で終わった ダイエット  
(趣味ダイエットさん)



**A** full body of water,  
Ripples and waves  
gushing upstream

Weird and wondrous

(蘆屋婦人さん:  
拙宅横のハドソン川が  
毎日2回、大西洋の満潮に  
よって逆流します。)

**在** 米で 日本の正月 懐かしお  
(HGさん)

**三** 日坊主の 抱負立てなくなった 60代  
(Y.Kさん)

**知** らぬ間に ドミノ倒しの 未完の絵  
今年中にはと また立てかける  
(キャンバスさん)

**S**waying in the wind  
A bagworm hanging on, all alone  
to a bare tree

(蘆屋婦人さん:  
落ち葉が散った後の裸の楓の  
木の枝に蓑虫が秋風に揺れて  
いました。)

**A** little white bite mark  
The size of a tiny mouth  
I see on red apple skin  
(蘆屋婦人さん:  
息子一家のリンゴ狩りの  
お土産の中に、孫の  
歯型が残ったりんごが  
ありました。)

**P**our la planète  
Allons enfants de la terre  
Agir ensemble  
(ALSさん:  
皆、地球のために頑張ろう!)

**T**he full moon gleaming white  
Shining down on the dark black sea  
Pray we all for love and peace  
(A&Sさん)

# 私のお勧め本

## MY FAVORITE BOOKS

### 『Percy Jackson & the Olympians』

アメリカ合衆国の作家リック・リオードン (Rick Riordan) による、ハーフ(半神半人)の少年パーシーの活躍を描いたファンタジー小説のシリーズ。主人公は12才、読者層は10才〜17才位でしょうか。42か国語に翻訳されています。映画、TV シリーズ、ミュージカル、アニメもあります。

[https://en.m.wikipedia.org/wiki/Percy\\_Jackson\\_%26\\_the\\_Olympians](https://en.m.wikipedia.org/wiki/Percy_Jackson_%26_the_Olympians)

(HGさん)

### 『The City of Ember』 by Jeanne Duprau、1-4巻

子供から大人まで誰が読んでも楽しめる、数々の賞を受賞しているベストセラーシリーズです。人類は地下都市に住んでいて、その生存をかけて3人の子供達がミステリーと謎解きに挑むアドベンチャーストーリー。ワクワク楽しみ子供達に人気であると同時に、大人も色々考えさせられる内容です。AudiobookやKindleでも楽しめます。(SMさん)

### 『Project Hail Mary』 by Andy Weir

映画にもなった大ヒット作『The Martian』に続き、こちらもベストセラーになったので読んだ方も多いのでは。まだの方も是非読んでみてください。人間とエイリアンとの友情、アドベンチャー、ここまで良くクリエイティブになれるなあ、と感心する科学的な描写、とにかく楽しめ、最後はなるほど、と思わせる状況で終わります。次作が楽しみです。(SMさん)

### 『家康、江戸を建てる』 門脇慶喜著

荒地の現在の東京のインフラをゼロから、一つずつ手をつけて江戸が出来上がっていく様子を何世代にも渡って描いた本です。現代と違って手作業での気の遠くなるような、何十年もかかってやり遂げたプロジェクトを描いています。本のタイトルは「家康」とありますが、主役は現場の人々、インフラごとの各章、聞き慣れている東京の各地の名前、それぞれのお家事情等、飽きません。たまたま手に取りましたがネットで調べたら、実はドラマにもなっていたのですね。観たかったです。在米の辛いところ。(ちょっと浦島さん)

### 『「自分の木」の下で』 大江健三郎著 (2001年)

芥川賞・川端康成文学賞・ノーベル文学賞など大きな文学賞を総なめした感のある作家が「初めて子供向けに書いた本」だと文末に書いてありましたが、私はすべての大人が読むべき本だと思いました。自身が年少の頃学校に行かなくなった話、知的障害のある長男が育っていく過程での出来事。わかりやすい表現を使いながらも崇高な哲学がすべての章からあふれていて感銘を受けました。「子供に取り返しのつかないことはない」もしも取り返しのつかないようなことをしそうになったら「ある時間待ってみる力」をふるい起こすように！それには勇気がいるし、日ごろからその力を鍛えておかなければいけないけれど、その力はあなた方にはあるのです、という子供へのメッセージはそのまま私たち子供を育てる大人にも言えることだと思いました。

(大江ファンさん)

### 『奇岩城』 モーリス・ルブラン著 (どの訳も素晴らしい)

誰もが知っている「ルパン」シリーズの傑作。子供の頃初めて出会ってから、絶対奇岩城を訪ねるんだ！と、大学最後の春休みにノルマンディーのエトルタへ。その後、様々な国に住むことになっても持ち歩いていました。今手元にあるのは何冊目のものでしょう。子供にも読んでもらいたくて、岩波少年文庫バージョンも買いました。ルパンは、日本ではホームズと並ぶ人気ですが、アメリカではそれほどでもないような。最近Netflixで「Lupin」シリーズ(フランスでの製作かと)が出て、そこかしこにオリジナル小説のモチーフが使われていましたね。「奇岩城」ではルパンとホームズが対決するんですよ。以前お読みの方も、また手に取ってみるのもそれなりに楽しいかもしれません。(KPさん)





# 私の好きな映画・ドラマ

## My Favourite Movies/Dramas



Clint Eastwood (クリント・イーストウッド) の映画を過去に10本ほど観ましたが、通常のハリウッド映画のように「ハッピーエンド」で終わることがほとんどなく、気持ちのひだに訴えてくる感性が好きです。心の痛みや気持ちの変化が、短い言葉のやり取りで表現されるのが好きです。仰々しすぎない、的を絞った撮影のスタイルも好きです。今思い出せるのは2004年の『**Million Dollar Baby**』、『**Letters from Iwo Jima**』(2006)、『**Gran Torino**』(2008)あたりですが、素晴らしい作品がたくさんあると思います。時間があれば観ていない作品を観てみたいです。

&

日本の映画では『**Shall we ダンス**』(1996年)が一押しです。中年に差し掛かって人生の目標を見失ったサラリーマンが社交ダンスにのめりこんでいく過程をコメディタッチで描いた、気持ちの温まる映画でした。役所広司が半年間プロのダンサーに指導を受けたというコンペティションでのクイックステップはなかなか素敵でした (元映画好きさん)

『**The Martian**』(オデッセイ) 火星の有人探査計画のチームの一員として参加して、一人置き去りにされた宇宙飛行士の生存をかけた孤独な奮闘と、彼を救いだそうとするチームのクルー達と、地球のスタッフ達の努力を描く。

原作同名 by Andy Weir (ユニバースさん)

『**Just Mercy**』(黒い司法) 冤罪の死刑囚たちのために闘う弁護士ブライアン・ステーブンスンが起こした奇跡の実話を映画化。

原作同名 by Bryan Stevenson

(ヒューマニズムさん)

『**Hamilton**』1757年生まれ的主人公アレクサンダー・ハミルトンは零落した貴族の父を持ち、後に孤児となります。しかし、商人として天賦の才を発揮し、文才にも優れ、周囲に認められた後に独立戦争に参加。その後はご存知のように、アメリカ合衆国憲法の草稿の作成に携わり、現代ではアメリカ建国の父の一人と呼ばれています。アレクサンダー・ハミルトン (Alexander Hamilton) を主役に、アメリカ独立前後の時代を描いた、ブロードウェイの中でも珍しい歴史ミュージカルなのですが、異例のヒップホップを取り入れた作品『ハミルトン (Hamilton)』は大ヒットミュージカルとなりました。 (十ドル札さん)

『**Rat Race**』(2001) コメディ <https://www.imdb.com/title/tt0250687/>

家族が集まる長いホリディ中のくつろぎタイムにいかが。ミスタービーンで大人気だったローワン・アトキンソンなどアメリカ、イギリスのコメディアンが勢揃い。英語がわからなくても理解しやすく 最近の映画にはないゆったりペースの笑いが楽しめます。あっけらかんとした馬鹿げた筋書きは、、意外とありえるのかも。鑑賞後に自然と家族同士で話が弾むことでしょう。(昔の映画館が恋しいさん)

お勧めTVシリーズ <https://ja.m.wikipedia.org/wiki/%E3%82%B3%E3%83%96%E3%83%A9%E4%BC%9A>

『**コブラ会**』

『ベスト・キッド』に出演したラルフ・マッッチオ(ダニエル・ラルーソー役)、ウィリアム・ザブカ(ジョニー・ロレンス役)が、それぞれ成人し、父親になった同役で出演している。回想シーンなどに

『ベスト・キッド』シリーズの映像が使われている。(空手キッドさん)

お勧めNetflixドラマ 『**Money Heist**』

スペインのドラマで、シリーズ5まであります。要は奇想天外なやり方で強盗をするわけですが、警察の裏をかく方法が斬新、悪党グループの一人ひとり個性が強く、ハリウッドとはまた一味違った新鮮さがあり、見始めるとやめられない止まらないビンジになってしまうこと請け合いです。(ペーパーハウスさん)



## 10歳若く見える歩き方 Walking Yourself 10 Years Younger



黒田康子  
高校時代は新体操で  
インターハイと国体に  
出場。20代はジャズ  
ダンス・モダンダンス  
を経験。最近の10年は  
Ballroom Danceで  
競技会多数出場。

★ 綺麗に歩きたい、という意識が大事 ★

寒い冬は背中を丸めて歩きがちになりますね。その歩き方は背中の筋肉を弱め、お腹に脂肪がつく大きな原因になります。日本のインナーウェアの会社の数十年にわたる調査では、姿勢が悪いと年齢と共にお腹が出てお尻が下がってくる傾向が顕著であるという結果が出ています。悪い姿勢は腰痛や肩こりの原因にもなります。姿勢を良くするだけで内臓の位置も修正され、便秘や肌荒れも改善されます。町中で、立ち姿や歩き方がきれいな人にフッと目が止まったりしませんか？逆にどんな素敵な洋服を着ていても、姿勢や歩き方が悪いと魅力が半減してしまうこともありますよね。きれいな歩き方は健康だけではなく、見た目も若くしてくれる最も安上がりなアンチエイジングです。

それでは「10歳若く見える歩き方」の基本を説明します。全身が映る大きな鏡の前に立って左右の肩や骨盤の高さを観察しましょう。ほとんどの人は一方の肩が下がっていたり、骨盤の片側が上がっていると思います。その原因は、同じ肩にバッグをかけたり同じ手で荷物を持ったりしている、椅子に座ると足を組むのが癖になっている、などが考えられます。肩の周りの筋肉や骨盤は座り方や歩き方の癖で少しずつ歪んでいきます。毎日肩や首を回して肩甲骨の周りの筋肉を固めないようにしましょう。また骨盤のゆがみは椅子に掛けた時に足を組む癖を止めることでも矯正されます。身長に合わないハイヒールを長時間履くと、骨盤に無理がかかり、片側に体重がかかりすぎたり、股関節が外に向いてしまうことにもつながります。体のことを考えたらヒールは3センチくらいまでに止めておきましょう。

次に太ももや膝、ふくらはぎがくっつくかも気を付けて見てください。くっつかないというのは体重が外に流れているということで、筋肉も少しずつ体の外側につくようになります。矯正の方法としては、鏡の前に立ってお尻の筋肉、太もも、ふくらはぎの筋肉を同時に3秒間かけて内側に入れこむようにします。そのままの状態ですらに3秒、そして3秒かけてゆっくり力を抜きます。この運動を毎日することによって少しずつ筋肉が内側に動くことを理解していきます。筋肉は私たちが思うよりも学習機能があります。継続することで肩や骨盤の位置が均等になり、足の筋肉が内側に入った状態で立つことが出来るようになります。

次に横からの姿勢を見てみましょう。壁に背を向けてまっすぐ立つと、くるぶし、膝の外側、腰骨、肩、頭（耳）が一直線上になっていますか。姿勢を伸ばそうとして胸を張ったり、肩を引きすぎたり、骨盤を前後に傾けたりしないこと、腰から背中にかけては僅かにS字のカーブができること（手の平が腰の上と壁の間に入るくらいのカーブが出来ていると良い）を確かめてください。これで基本の姿勢が出来ました。

では大切な歩き方です。歩幅はいつもより5cm程度大きくしてみてください。足は股関節（足の付け根）から出すようにして足首や膝、股関節が一瞬伸びる感じをつかみましょう。視線は地面に落とさず、自然に遠くを見るように。歩く姿勢は「癖」です。最初はちょっと無理してると感じる歩き方も、続けることで「自然」な歩き方だと感じるようになるものです。外出前には必ず良い姿勢を作ってみてください。街を歩くときには、時々ショーウィンドーに映った自分の姿を見て姿勢と歩き方をチェックしましょう。何よりも重要なのが「きれいに歩きたい」という意識を持ち続けることです。そう思っていると、少しずつきれいな歩き方ができるようになります。反対に、嫌なことがあったり疲れていたりすると、背中は曲がり視線は落ち、膝が緩み、老人のような歩き方になっているものです。背後から何となく老けている印象を受けてしまう人は100%姿勢と歩き方に問題があります。

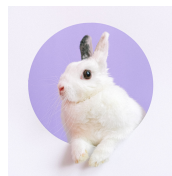
寒い季節だからこそ、きれいな姿勢と歩き方で、印象年齢を10歳若がえらせましょう！



## 2023年のPJAイベント予定

ピクニック（春頃）  
ハイキング トレール掃除（3月後半から4月）  
親子deあそぼ（月に一度程度）  
親子でフルーツピッキング（ブルーベリー・イチゴなど収穫の時期に合わせて）  
NJ生活あれこれセミナー（秋）  
一日領事館（秋）  
子育て世帯向けZOOM座談会（不定期）  
PJAギャラリー（10月）

### ～ 編集部より ～



『PJA TIMES』は昨年1月に発刊され、1年が経ちました。会員の皆さんに少しでもPJAを身近に感じて頂きたい、もっとPJAに参加して頂きたいという思いから始めた季刊冊子が新しい年を迎え、2回目の冬号が出せたことを編集部一同本当にうれしく思います。

今まで投稿をしてくださった会員の皆さん、本当にありがとうございます。ご意見・感想を寄せて下さった皆さん感謝しています。『PJA TIMES』は皆さんに参加して頂くことでより充実したものになります。「こんなことを取り上げてほしい、特集してほしい」というご希望がありましたら今後も是非ご意見を聞かせてください。newsletter@pja-nj.org

地球を取り巻く環境が改善し、私たちの地球が平和で住みやすい場所となることを心から願っています。

### PJA TIMES

プリンストン日本人会会報

編集長 黒田康子

企画 ガーツマ裕子&メッツさゆり

編集/デザイン メッツさゆり

編集スタッフ フェイ薫&ゴールドスティン真紀子

Princeton Japanese Association

Website <https://pja-nj.org/>

