

2009年1月16日号 (No.489)

President / Publisher
大西 仁 Hitoshi OnishiEditor
井上知子 Tomoko Inoue
安部かすみ Kasumi Abe
笠間達磨 Tatsuma KasamaDesigner
龜山由香 Yuka Kameyama
吉田和惠 Kazue YoshidaSales
本多潤子 Hiroko Honda
緋田雅之 Masayuki Hida
外山智雅 Machiko ToyamaClassified
居永純子 Junko InagaMarketing Promotion
清水紀之 Noriyuki ShimizuAccounting
西澤典子 Noriko NishizawaAccounting Assistant
佐々木 Atsu SassaExecutive Producer
新谷哲士 Tetsushi ShintaniEditorial Supervisor
金子毎子 Maiko KanekoTrend Pot NY, LLC
30 W. 26th St., 10th Fl.
New York, NY 10010-2011
TEL: 212-431-9970
TEL: 1-800-535-6863
FAX: 212-431-9960
www.ejapion.com
info@trendpot.com©2009 Weekly NY Japion
本紙掲載の記事・写真の無断複写、複製、転載を禁じます。本紙に掲載された広告内容に関しましてはジャピオンは一切責任を負いかねます。

記事提供: 東京中日スポーツ

Weekly NY Japion は、トライステイトエリア (NY-NJ-CT) で毎週 23,000部発行しています。一部レンタルビデオ店によるマンハッタン地区 オフィスリリバーでも入手できます。
www.ejapion.com でもジャピオン の記事がご覧になります。

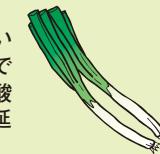
番外編コラム
知つてた?
究極の節約は食費!
2 プロの料理人に聞く

食品を日持ちさせる ちょっとした工夫

節約の究極は食費。家賃や娯楽費など、切り詰められるところは切り詰めた上で最後に来るのは、食費だからだ。食費を削る際、安い食材を、チャイナタウンや99セントストアなどから買ってきて自炊するのは当たり前。しかも、買ってきた食材をいかに長持ちさせて、全部を食べきるかがコツだ。そこで、炙り屋錦乃介の料理長・飯田二郎さん(写真)に、食品の上手な保存方法を聞いた。



●ダイコンやニンジンなどの根野菜: 比較的長く日持ちする。ヘタ(葉)を切って、バケツなどに立てて、湿度の低い場所に保存するのが最も望ましい。



●ネギ: 青い部分を取り除いてラップし、そのまま冷蔵庫で保管する(ラップの使用で酸化を防ぎ、2~3日の保存延長が可能となる)。

●収穫前に吊るされている状態のフルーツ(バナナやリンゴなど): 置いて保存するのではなく、糸やロープなどで吊るして保存する。

●カットしたフルーツ: 切り目から変色していくので、レモン水などに浸ける。



●肉: オイルに浸し、ニンニク(スライスもしくは多少の切れ目を入れたもの)や野菜のくずなどを一緒に入れることによって、肉の変色と腐敗を防ぎ、保存期間が2~3日延びる(ただし、ニンニクの香りも肉に移るので注意)。オイルに浸すことにより抵抗がある人は、ペーパータオルに油を含ませ、それで肉全体を包むという方法もある。なお、繊維が崩れるため、解凍された状態で購入した肉の再冷凍はNG。

●魚: エラ、内臓の部分を切り取って保存。海魚を洗う場合は塩水を使う。半分に切った魚も、塩水で洗い、表面の水気を取った後、空気に触れないように冷蔵庫で保存する。

情報提供: Aburiya Kinnosuke
TEL: 212-867-5454

番外編コラム
知つてた?
1 在米日本人も貧窮時に申請できる
公的サポート



鳥巣千明さん

JASSIで、低所得問題をはじめ、法律、住宅、保険、社会福祉など、さまざまな生活相談に応じるホットライン担当。

在米日本人が突然のレイオフや病気などで、無所得、低所得になった場合でも、申請できる公的サポートがある。公的支援探しをサポートしている、日米ソーシャルサービス(JASSI)の鳥巣千明さんに、話を聞いた。

Q 公的サポートにはどのようなものがあるか、教えてください。

A 市民権または永住権の保持者かどうか、合法的に働けるビザを持っているかどうかなどによって、申請できる公的サポートが違います。フードスタンプ、ノン・エマージェンシー・メディケイド、低所得者用のパブリック・ハウジングなどは、市民権か永住権を持っている人のみが対象です。一方、そうでない人でも、ニューヨーク州の健康保険(19歳以下が対象)、学校の給食プログラム、救急医療サービスや妊婦に対するケアなどのサポートを利用することができます。

Q ビザや健康保険を持っていない在米日本人でも、利用できる医療サービスはあるのでしょうか?

A 高額な保険を契約できない場合でも、ビザステータスに関係なく、病院で治療を受けられる制度があります。HHCオプション(Health & Hospital Corporation)は、指定された公立病院に事前登録しておくと、一定の所得(例:3人家族では世帯年収が6万4360ドル)以下の場合、所得や家族の人数などに応じた負担額で医療サービスを受けることができるシステムです。メディケアなどの保険に加入していても、すべての治療・医療サービスをカバーするわけではな

く、治療によっては全額自己負担しなければなりません。しかし、HHCオプションに登録しておけば、たとえ不法滞在者や留学生であったとしても、割安な料金でさまざまなサービスを受けることができます。まずは、HHCオプションに加盟している病院やクリニックのファインシャル・カウンセラーに相談しましょう。また、患者の移民ステータスなどの個人情報は、守秘義務によって守られるので、移民局に通報されることはありません。

Q 失業手当の申請にはどんな資格が必要ですか。

A 市民権を持っていなくても、仕事を失っていた際に合法で働いていたり、ある一定の条件を満たす場合は、失業手当を申請することもあります。詳細は下記のウェブサイトで確認できます。

www.labor.state.ny.us



自分がどのようなサービスを受けられるか調べるには…

アクセスNYCのサイトでは、市や州、連邦政府が提供するさまざまなヒューマン・サービス・ベネフィット・プログラムを利用するための、条件チェックを行うことができる。また、JASSIでは、1月31日(土)まで、公的支援探しを個別にサポートしている。料金は任意寄付10ドル。

ACCES NYC

https://a858-ihss.nyc.gov/ihss1/en_US/IHSS_homePage.do

JASSI

TEL: 212-442-1541

www.jassi.org

A 一般に使われるリスクの分類はあくまで標準偏差にすぎないので、実際の株、ファンドの選択においては役に立ちません。投資先の数を増やすれば、リスクは減るという一般的な見方も間違います。投資先の数を増やすべき増やすほど、複雑になってしまふことがあります。

A Q 初心者が株で儲かつた場合は必ず「ビギナーズ・ラック」ですので、そのことを忘れずに。また、節約も投資の観点からみると良いんです。今日節約した1ドルは、うまく投資すれば1年後には2ドルという考え方で、前向きに節約し、資金を貯めることが賢い

A Q 荒井さんが行っている節約方法を教えてください。荒井さんは、夏にしか乗らない車は冬場にレジスターと保険をいつたんキャンセルして、春にまたレジスターし直します。価値の低い車には盗難保険や事故保険などかけず、自賠責保険のみにする

A 00ドル節約できます。消費エネルギーの中では電気が今、一割高なので、夜間はPCの電源を切り、電気使用量の高い乾燥機などの使用は極力抑えるなど。物の時は値切るのが鉄則です。カルティエでさえ、数千ドル以上の買い物なら値切りに応じますよ。