

チェンライ日本人会

vol.183



今月の目次

- 新入会員のご紹介
- 新役員のご挨拶
- 夏季懇親会のお知らせ
- 会員だより（遠足）
- 映画を楽しむ会・発足
- ゴルフ愛好会からのお知らせ
- ニンニク蜂蜜漬けのすすめ
- 失敗しないPC選び

新入会員のご紹介



富田真司さん

はじめまして。千葉県出身の富田真司と申します。1979年生まれの43歳です。2018年からタイに住んでましてバンコク約2年、

北タイはもうすぐ4年目になります タイ女性と結婚して実家のあるパヤオ県のチェンムアンと妻の仕事先であるチェンカムに住んでいました。現在はチェンライ県のタウンへマイホームを建てましてそちらで生活しています。元バイクレーサーをしていたのでバイクや車の運転や知識に自信がありタイ、ラオスのツーリングやキャンピングベットキットなどの製作 また自ら自宅の施工などして、楽しく生活しております。どうぞよろしくお願いたします。

新役員ご挨拶

1956年5月24日(67歳)神奈川県厚木市生まれ 2001年12月暮れフィリピン経由でバンコクへ行きチェンマイからメーサイへ行き今の彼女と知合いチェンカムへ辿り着き22年です。会員の皆さんが安心してお友達に会いに行けるような会に、それと数年後、数十年後に「あのイベントは日本人が始めたんだ」と云われる様な「何か」を探す会にしたいです。任期2年間、会員の皆様の為に会を楽しく運営出来ればと考えて居ます。お力添えのほど宜しくお願致します。



天野さとる

菅原副会長が一身上の都合で辞任されました。次の副会長はまだ未定です。

夏季懇親会のお知らせ



7月23日（日曜日）に

「夏季懇親会」

を開催いたします。

会場：ターナム・プレー

会費：お一人様 300バーツ

飲み物：各自ご負担ください

皆様、お元気でお過ごしでしょうか。チェンライ日本人会より、この度、夏季懇親会の開催をご案内申し上げます。店舗情報は、検索エンジン・Google Mapsで「[thanam phulae](#)」と入力すればすぐに見つけることができます。場所の詳細は開催時期にメール・LINEグループに送信します。

【日時】 2023年7月23日(日) 11:30~14:00

【会場】 街の外れに位置する、魅力的な雰囲気のあるタイレストランを予約いたしました。敷地は広々としており、古い学校をリノベーションした独特の雰囲気が魅力の場所です。内装は居心地が良く、かわいらしく、さらには音楽が心地よく流れています。

さまざまな写真撮影スポットも用意されており、お子様連れの方や写真好きの方も楽しめます。駐車場も十分に確保されていますので、車でのご来場も可能です。

【料理】 地元の素材を活かした美味しいタイ料理を用意しております。一部レビューには批判的な意見もありますが、確かな味を楽しんでいただけたと思います。また、フレンドリーなスタッフが皆様をお待ちしております。

【その他】 会場にはエアコン完備の室内スペースもありますので、暑さを気にすることなく、心地よい時間をお過ごしいただけます。さらに、音楽の良さもこのレストランの魅力の一つです。ライブ音楽については一部評価が分かれますが、それぞれの感じ方に期待してみてください。

ここは家族全員が楽しめる、とても良い雰囲気のレストランです。この機会に皆様でぜひお越しください。



チェンライ日本人会一同

341 หมู่ 4 Tambon Rim Kok, Mueang Chiang Rai District, Chiang Rai 57100

053-166-888



Member

会員だより 「ドイ・パートン遠足報告」

タイ北部、チェンライ県はミャンマーとラオスに接しており、観光名所の数々を抱えています。最も有名なのは「空を指す山」を意味するプーチーファで、乾季の早朝には雲海から昇る朝日を目の当たりにすることができます。しかし最近では、同じくラオスと国境を接する切り立った山、ドイ・パートンも注目を集めています。

日本人会有志による遠足は、登山と雲南料理を楽しむことを目的に設定されました。ドイ・パートンの登山口から少し登ると、大きな岩の開口部であるチョンパボンからメコン川を眺めることができます。さらに歩くと山頂のビューポイントに到着し、これらの山頂は戦火を交えた要衝で、当時の塹壕や土囊が残っています。

ドイ・パートンの麓にある中国系少数民族の村では、雲南料理のレストラン「土城飯店」で豚足煮などの地元料理を堪能しました。飯店の周りの風は冷たく、チェンライ市内の暑さからは想像もつかないほどです。

昼食後、初めてドイ・パートンとプーチーファを訪れたメンバーと一緒にプーチーファへ寄りました。その断崖絶壁からの眺めは壮観で、遠足のメンバー全員がチェンライの美しさに改めて気づかされました。

この遠足は、チェンライ県の自然美を堪能し、地元の料理を楽しむという、心地よい時間を提供してくれました。これらの観光名所は、その壮大な風景と共に地元の歴史と文化も体験できる場所で、地元の人々だけでなく観光客にも魅力的なスポットです。

中西さんのブログ--[ドイ・パートン再び](#) - チェンライの市場から ([hatenablog](#))より

第1回：チェンライで映画を楽しむ会を開催

開催日時：2023年6月18日（日曜日）

午後0時から3時

開催場所：成岡様のお宅

出席者：成岡様、小仲様、窪寺様、湯口、+1名
今回は第1回の開催と成りましたので、今後の進め方を含めて雑談会形式で、開催をしました。



主に取り上げた映画は

「ペンタゴン・ペーパーズ/最高機密文書」

2017年のアメリカ映画

→ベトナム戦争を分析・記録したアメリカ国防省の最高機密文書

=通称「ペンタゴン・ペーパーズ」の内容を暴露したワシントン・ポストの2人のジャーナリストの実話を映画化した社会派ドラマ

「2001年宇宙の旅/2001 A Space Odyssey」

1968年アメリカ映画

2001年宇宙の旅→2010年→未知との遭遇→コンタクト

と話（映画）が広がっていきます。

今回は、雑談会形式でしたが、次回からは、取り上げる映画を鑑賞しながら、その映画に関して雑談（意見）を述べ合う形での開催を検討しています。

次回開催予定：7月23日（日曜日）午後0時より

開催場所：成岡様のお宅を予定しています。

取り上げる予定の映画：「ペンタゴン・ペーパーズ」

→前は鑑賞が出来ませんでしたので、今回は視聴をしながら

この映画に関して、雑談（意見）を述べ合いたいと思います。

そして、8月の会では映画「未知との遭遇」を取り上げる予定です。

是非、映画に興味のある方のご参加をお待ちしています。

 湯口昭治

チェンライ・ゴルフ愛好会



今月の優勝は藤田さんで
前回優勝の米田さんからの賞金の授与です。

次回7月の月例は7月第3日
曜日ハッピーシティで8:30
集合で詳細は別途連絡することとしました。

ニンニクの蜂蜜漬け



皆さん、こんにちは！今日は特別な健康法についてお話ししたいと思います。それは、ニンニクと蜂蜜を組み合わせたものです。実は、この組み合わせは、健康維持に大変効果的とされています。

特に、蜂蜜に漬けたニンニクは、私は約6年以上前から朝白湯を大きめのコップで1杯飲んだ後蜂蜜に約1ヶ月以上経過したニンニクを2~3片を蜂蜜大さじ3ほど飲む事で食べ始めて以降医者要らずの状況が継続出ています。

ニンニクには様々な種類がありますが、特に一片種のニンニクが推奨されることがあります。詳しくは、インターネットで一片種のニンニクについて調べてみると良いでしょう。

自身の健康を維持するために、是非一度試してみてください。私の経験から言って、この方法は本当にお勧めできます。

蜂蜜は会員の塩山さんの部落で造っているものを購入できます。日本人会役員の瀬戸までご連絡ください。

須藤さんによる投稿



蜂蜜ニンニクの効果：

免疫力強化、心血管健康、消化促進、
抗酸化作用、エネルギー供給、喉の保護、
炎症抑制、ストレス耐性向上、血糖値安定、美肌効果



パソコン選びの注意点

- 後々公開しないための4つのポイント

"ああ、パソコン選んで難しいね..." となってるチェンライ日本人会の皆さま。
パソコンをよく分かるものに例えつつ、失敗しない選び方のポイントを説明します。
タイは特に悪意のある売り方をする業者が多いのでご注意を。



✓ 1万パーツ以下のノートパソコンは選ばない

"あ、こっちは安いな"とついつい手が伸びがちな1万パーツ以下の新品のパソコン。しかし、これは「半年もしくは1年後には買い替えるつもり」の方には適していますが、長期的に使いたい方にはオススメできません。安さの代償として保証がなく、部品が脆く、結局修理にお金がかかるかもしれません。外見はとりあえずベンツなんだけどエンジンは軽自動車みたいなもの。安くて美しく見えるモデルを手に入れたものの、三輪車のような馬力しかありません。

✓ HDD搭載のものを選ばない（中古）

今はSSDの時代。なのに未だに古い中古のパソコンだとHDD搭載のものがあります。これ、朝の渋滞を10トントラックで通勤するようなものです。HDDは起動が遅く、動作も鈍い。それならば、今使っているパソコンがHDDなら、パソコン修理店に持って行ってSSDに換えてもらうという選択もあります。2000パーツ程度で、新しいパソコンのような快適さを手に入れることができます。

✓ CPUの型番だけで選ばない

「Core i5」「Core i7」「Core i9」などのインテル製のCPU名だけ見て選んでしまうと、恐らく失敗します。なぜなら世代によって性能がぜんぜん違うから。これもまたベンツに例えるなら、20年前のベンツを新車と勘違いして買ってしまうことに等しい。確かに20年前は高級車だったかもしれませんが、今乗っていると恥ずかしいですよ。

✓ ノーブランドを選ばない

知らないメーカー名のパソコンは控えること。これも保証がない場合が多く、故障時に高額な修理費が発生することがあります。ベンツの形はしてるけど、「製造はミャンマー」とか信用できませんよね。最近では激安を餌にさまざまな悪意のあるソフトが入ってることもあるのでなおさら注意が必要です。

これらの基本を押さえておけば、快適なパソコンライフが送れるはずですよ。なお、性能を重視するならノートパソコンよりデスクトップをおすすめします。同じ金額なら性能には1.5倍以上の差が出ます



パソコン選びの注意点

- よくわからんが重要なキーワードを分かりやすく解説

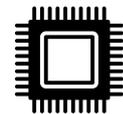
SSDとHDDの違い



HDD（ハードディスクドライブ）は、「紙の辞書」に例えられます。本のページをめくって探すのと同じように、HDDは物理的なディスクを回転させ、読み書きヘッドがデータを読み取るために適切な場所を探します。大量の情報を保管できますが、物理的な動作が必要なため、データへのアクセス速度は遅くなります。

一方、**SSD（ソリッドステートドライブ）**は、「電子辞書」に似ています。電子辞書のように、SSDはデータを電子的に保存します。ページをめくる必要がなく、ボタンひとつで任意の場所を瞬時に探すことができる電子辞書。そのため、読み書きの速度が非常に速く、パソコンの動作を大幅にスムーズにします。ですので、起動時間やデータの読み込み時間などが重要な方、特にパソコンの動作の遅さにいら立ちを感じる方はSSDを選ぶと良いでしょう。

SSDは最低でも128GB以上を選びましょう。64GBだとWindowsのアップデートに耐えられません。



CPUについて（一番、騙されやすい）

例えばCore i7のCPUは現在13世代が現役です。ここから考えると第3世代のCore i7は、一昔前のフラッグシップエンジンを積んだ高級車のようなものです。確かにその時代では、このエンジンは最高のパフォーマンスを発揮しました。しかし、今の時代ではそのパフォーマンスは平凡であり、最新のエンジンに比べるとパワーが不足しています。たちが悪いのはCore i7とだけ表記されて世代番号がどこにも書かれていないパソコン。特に通販に多いですが明らかに「知識が浅い人を騙してやろう」という意図が感じられます。（ベンツSクラスとだけ書かれていて、年式が書いてない）

一方、Core i3やIntel Celeronは、街乗りのためのコンパクトカーやエコカーに例えられます。これらのエンジンは、ベーシックな機能と効率性を重視しています。パワーは限定的で、高速道路での走行や高度な運転技術を要求される場面では力不足を感じるかもしれません。しかし、毎日の通勤や買い物、短距離の移動など、基本的な用途であれば十分に機能します。

Core i3とCore i7 ここだけ見るとCore i7の方がよく見えるかもしれませんが、しかし、例えばCore i3の10世代とCore i7の3世代を比較するとCore i3の方がはるかに性能が上です。通販はもちろん店頭で購入する時もCPUの名前だけに惑わされずに世代も必ずチェックするようにしましょう。

日本人会 コラム



これだけ分かれば何とかなるパソコン用語集

パソコン	皆様の生活に欠かせない「自動車」のような存在。色々な目的や用途に応じて選ぶことができます。
CPU	パソコンの「エンジン」。速さやパワーを決定します。
デスクトップ	「家族で共有する大きな家」のような存在。部屋を追加したり改装したりすることが可能です。
ノート	「コンパクトカー」のような存在。持ち運びが可能で、場所を選ばずに使えます。
HDD	古い型の「倉庫」のようなもの。取り出しに時間がかかるが、大量のデータを保存できます。
SSD	最新型の「引き出し」のようなもの。瞬時にデータを取り出すことができます。
RAM	「作業台」のようなもの。作業スペースが広ければ広いほど、多くのことを同時に行うことができます。
GPU	映画館の「プロジェクター」のようなもの。高品質な映像を表示するために必要です。
OS	「車の運転席」のようなもの。パソコンを操作するためのインターフェースを提供します
クラウドストレージ	遠くの「倉庫」のようなもの。データをインターネット経由で保存し、どこからでもアクセスできます。