Japan Society of Detroit Women's Club

info MICHIGAN

ミシガン州生活ガイドブック

ミシガン州の生活に便利な情報が満載!

JSDウィメンズクラブ

Japan Society of Detroit
Women's Club

ミシガン州生活ガイドブック発行にあたり・初代会長よりご挨拶

JSDウィメンズクラブ 初代会長
志知　朝江

ある島で育った人が外国に移住してから、どうも気持ちが落ち着かず、自分自身に違和感を覚えることが多くなったというのです。いろいろ話してみてわかってきたことは、その人が島に居た頃はいつも島の中央にそびえている高い山を見て、それが方向を示す羅針盤の役を果たしていたということでした。新しい土地にはそういうものがなく、今自分がどこに居てどっちの方角に歩いているのか全くわからないし、そうすると自分が自分でないような不安な気持になってしまうということでした。どこかで目にとまったこの話をふと思い出すことがあります。

この話は実は他人事ではなく、われわれもそれぞれ心の中に、この人にとっての「高い山」のような、生活の上での判断の中心になるものを持っていて、それが通じない外国に来たとき、かなりの戸惑いや不安を経験するのではないでしょうか。しばらく経つとそうした違いに馴れてきますが、最初は質問だらけで、どこで誰に訊ねたらいいのか、それすらわからない時期があるものです。

新しくこの地に来られた方々が安心して生活を始められる、そのために必要な生活の情報をまとめて本にしようというのが、ウィメンズクラブが出来たとき最初に取り組んだ仕事でした。20数年前のことで、その頃は総領事館もなく、情報も手に入らず、誰もが苦労をして何とかやっていたのです。全くの手作りの小冊子が出来上り、それでも結構貴重な情報源として皆さんに使っていただけました。その後6回の改訂を重ね、内容も増え、編集、印刷の面でもプロの手が入り、初版とは比べ物にならない、読みやすい情報誌になってまいりました。

最近は先端の電子技術のおかげで暮らしの情報は簡単に手に入るので、このような印刷物は必要ないのでは、と思われましたが、何故か現在でも需要が多く、ぜひまた改訂して使えるようにしてほしい、という要請が強くあったため、今回Japan Business Society of Detroit（JBSD）が音頭をとってウィメンズクラブが協力し、専門の分野ではエキスパートに執筆していただき、第7版改訂版の発行となりました※。JBSDの母体であるJapan Society of Detroit（JSD）がミシガンに設立されて今年は40年にあたるということで、その記念行事の一環として今回の改訂版をお届けすることになりました。JSD傘下の団体として発足したウィメンズクラブは地域交流を中心にJSD、そしてJBSDの活動に協力して参りましたが、この発行にあたりご一緒に仕事をすすめることができましたことも一つの記念となりました。

新しくこの地に来られた方々が一日も早くミシガン生活に馴れ、楽しい滞米経験をなさいますよう、編集員一同とともに、心より祈っております。

※第7版改訂版からはオンラインブックとして発行

目次

ミシガンの日系団体

JSD ウィメンズクラブ **7**
地域交流
同好会
活動写真
デトロイトりんご会補習授業校 **10**
学校の概要
入学資格・事務手続き
費用
授業科・授業日・所在地
乳幼児親子教室
教育相談室
日本国総領事館 **12**
開館時間・休館日
生活・安全情報
デトロイト日本商工会 **14**
目的
沿革
組織
活動
部会の担当業務
委員会の担当業務
入会案内
JBSD 基金
活動写真

ミシガンでの生活

ミシガン州について **22**
ミシガン州
ミシガン州の地理・気候
ミシガンの歴史
アメリカ歳事記
ビザの取得＆ソーシャルセキュリティ制度 **25**
ビザ（VISA）の種類
I-94（米国滞在許可期間）
配偶者の労働許可（EAD カード）の取得
SSN
I-9（従業員就労資格確認書類）の作成・更新
保険の知識 **28**
各種保険の概要
公的保険
団体医療保険
損害保険
個人加入医療保険
歯科保険
視力矯正保険
生命保険
損害保険
その他
税金・リタイアメント資金 **31**
アメリカの税金
確定申告
リタイアメントの資金
車の事故が起きたら **34**
住宅事情 **37**
一戸建て・アパート・コンド
借りる場合
住宅の購入
住宅の売却
引っ越し **42**
日本を発つ前に
発送時の注意
現地調達できるもの、できないもの
ペットの扱い
帰国
引っ越しに便利な情報
ペットと帰国

暮らしの情報

医療 **47**
米国の医療事情
体温（摂氏と華氏比較表）
医療関係 単語
プライマリーケア医（かかりつけ医）の選び方・受診の流れ
医薬分業
予防接種
米国での妊娠・出産
産科・婦人科 単語
出産後の諸手続き
眼科医療について
歯科医療について
日本語で診察が受けられる医療機関・
通訳サービスがある医療機関（医科・歯科）
会話例
家庭常備薬

銀行 **58**
口座の開設
海外送金
小切手の振出し方・裏書き
（エンドースメント）方法
主な金融用語一覧表
運転 **62**
運転免許証
ミシガンのポイント・システム
自動車使用時の安全対策
アメリカにおける自動車保険
事故の際に確認すべき事項
美容院・理容院・クリーニング **68**
美容院・理容院にて
クリーニング
家を留守にする時・冬の準備・停電の備え **69**
家を留守にする時
冬の準備
停電の備え
食料 **70**
スーパーマーケット
単位、計量について
商品について
食料品店
オーブンの使用について
珍しい食品
肉類
魚の名前と調理法
野菜・くだもの
電話 **75**
料金受信者払い通話
番号案内
国際電話
緊急番号
留守番電話
注意事項
宅配便 **75**
郵便 **76**
アメリカ国内向けの郵便サービス
International Mail（日本への郵便）
マナーとエチケット **77**
パーティ
お葬式
お見舞い
基本的マナーと常識
教育 **80**
教育
教育組織
ミシガン州の学校制度
学校概要
就学の流れ
学校の生活
教科目
電話での連絡（by Telephone）会話例
高校卒業および、大学入学に必要な科目と単位数
教科書・学用品
服装
交通手段
ボランティア
大学入学に向けて
日常の換算表 **86**

教養・娯楽

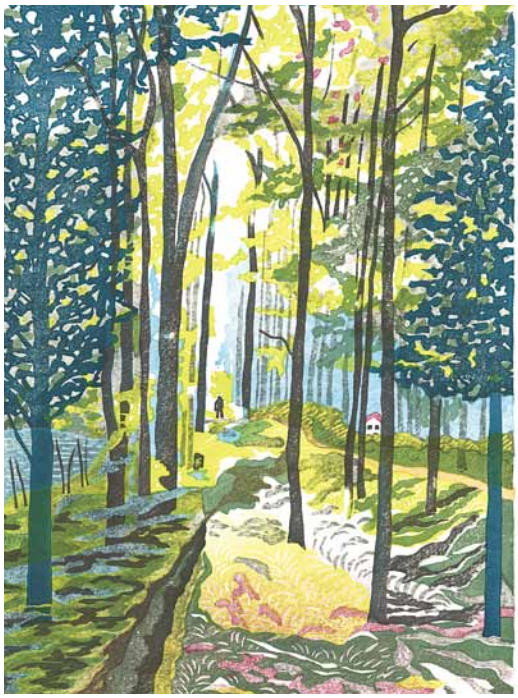
美術館・博物館 **89**
歴史的建造物・有名な建物 **89**
劇場・コンサートホール **90**
ミシガン大学の文化施設 **90**
スポーツ催し場 **91**
デトロイト近郊案内 **91**
郊外 **92**
その他ミシガン州内 **93**
州外 **93**
果物狩 **93**
サイダーミル（Cider Mill）
ストロベリー・ラズベリー・その他の野菜
ラズベリー
りんご・ベリー・アスパラガス
りんご・桃・梨・チェリー・その他の野菜
スポーツ **94**
スキー
乗馬
フィットネスクラブ
ゴルフ
Battle Creek近郊のゴルフ場
冬でも出来るゴルフ練習場（ドーム）

テニス
その他
趣味 100
クラフト
ステンドグラス、ステンドグラス材料専門店
ステンドグラス
キルト
編み物
刺繍
陶芸
ドールハウス
ファブリックデザイン
カーテン生地
アートスクール
シティ・ホール & ライブラリー
書籍
ショッピング 101
ファーマーズマーケット
アウトレットモール
年中行事スケジュール 103

レストラン

日本料理 106
韓国料理 107
中華料理 107
インド料理 107
タイ料理 108
ベトナム料理 108
モンゴル料理 108
アメリカ料理 108
シーフード 109
ピザ 109
イタリア料理 110
フランス料理 110
他ヨーロッパ料理 110
中近東＆地中海料理 110
メキシコ料理 111
バハマ料理 111
キューバ料理 111

編集後記 111



Thank You for the Cover Art!

表紙の挿し絵は、版画家 山﨑信子氏のボランティアによるものです。ここに改めて、感謝申しあげます。

ご協力いただいた方々
（五十音順）

稲村　尚美
太田　奈穂子
北村　早苗
工藤　弓
コーラ　智代
チャクラボルティ　広美
留置　香苗
成田　有美子
ハーナー　麻子
米山　多津子

ミシガンの日系団体

JSDウィメンズクラブ 7

デトロイトりんご会補習授業校 10

在デトロイト日本国総領事館 12

デトロイト日本商工会 14

JSDウィメンズクラブ(Japan Society of Detroit Women's Club)

JSDウィメンズクラブは、

1. 地元コミュニティーに対して色々な形で日本を紹介し、日本への理解を深めてもらう。
2. ミシガン在住の日本語を話す女性たちが情報を交換し、お互いに助け合い、生活をより安全に楽しめるように支える事を目的として、1991年5月に発足しました。

発足以来、私たちが最も重要な活動と考えている地域交流は、日本文化紹介のかたちで地元の学校や地域団体の要請に応じて精力的に実施しています。

私たちは、これらのボランティア活動に参加することにより、私たち自身も色々と学びながら、国境を越えた友人の輪を広げています。

また、同好会活動も活発で、会員同士の楽しい集いの場になっています。

- 女性コーラスTrilliumは、年2回のコンサートの他、地域交流活動として日本の歌を紹介しています。
- カンガルークラブは主に幼稚園入園前のお子さんを持つお母さんの会で、月2回集まって親子で色々な企画を楽しんでいます。
- ブリッジ同好会は週1回の例会や勉強会を行い、初心者からベテランまでそれぞれの技量に応じて楽しく活動しています。

2011年に創立20周年を記念してロゴを作りました。ミシガン州の花であるApple Blossomを基本モチーフにして、真ん中には「繋がりと連結」をコンセプトとして人の輪が描かれています。このロゴに象徴されるように私たちは人の輪（和）を大切に活動しています。

Japan Society of Detroit
Women's Club

インターネットが発達し、情報は人に頼らなくても無限に入手できるようになりました。しかし、同じインターネットのお陰で、私たち人間にとってとても大切な人と人との繋がりが希薄になっている事も事実です。地域交流は対外的な「人と人」の交流、同好会活動は私たち仲間同士「人と人」の交流です。ウィメンズクラブの基本理念である「人と人との交流の場」に是非ご参加ください。

主な活動内容

- 新しく来られた方々のための生活オリエンテーションと話し合いの集い
- 海外生活者の適応のしかた、その他の身近な問題をテーマとした講演会
- 同好会活動
- 地域交流活動
- 会員の親睦と情報交換のための催し
- 年次総会の開催

連絡先

JSDウィメンズクラブには専用の事務所はありません。入会ご希望の方はJBSD（デトロイト日本商工会）の事務所にお問い合わせいただくか、下記のホームページをご覧下さい。

JBSD
42400 Grand River Ave., Suite 202, Novi, MI 48375
Tel: 248-513-6354

JSDウィメンズクラブ
E-mail: womensclubjsd@gmail.com
www.jsdwomensclub.org

地域交流

ウィメンズクラブ設立目的の一つである日本文化紹介・地域交流の活動は年間を通して現地の学校や各種団体等から多くの依頼を受け、地域の方々のご要望にお応えしています。活動回数は年間平均30回、延べ動員数は300人を超え、ウィメンズ会員はもちろん、それ以外の方々にもご協力を頂いています。またウィメンズクラブのホームページには地域交流のページがございますので、ボランティア活動にご興味のある方は担当者までお気軽にご連絡下さい。

主な活動内容

茶の湯：一番人気のデモンストレーションです。日本の茶室をできる限り再現し、解説を交えながら薄茶点前をご覧いただきます。お抹茶の試飲もして頂き、おかわりをされる方、顔を歪める方と様々な表情に笑みがこぼれます。質疑応答ではユニークな質問や感想を受け、私たちにも良い刺激になっています。

琴: 琴の合奏で日本の音楽や西洋音楽を楽しんで頂いています。ピアノやフルートに合わせて演奏することもあり、聞き応えのある演奏は大好評です。

折り紙: 一枚の紙がいろいろな形に変わっていく様子に目を輝かせ喜んでくれる、そんな多くの子供達に出会うことが出来て、教える私たちも楽しんでいます。

風呂敷: 一枚の風呂敷でワインを2本包んだり、バスケットボールを包んだりと現地の方に馴染みのある物を使い、風呂敷の便利さや包み方の美しさをご覧いただきます。包み終わった時には必ず歓声があがり、エンターテイメントも兼ね備えたデモンストレーションです。

着物: ウィメンズクラブの備品には花嫁衣裳・振袖・浴衣などがあり、着付けの実演を見て頂いたり、観客に試着をして頂いています。

コーラス: 同好会のトリリアムを中心としたメンバーで、日本の歌や西洋の歌、そして賛美歌などを披露しています。ピアノの伴奏に合わせた合唱は聞き応えがあり、会場に響き渡るハーモニーは格別です。

地域の方々にいろいろな日本文化を紹介することで交流も深まり、ボランティア活動を通して新しい発見が得られます。

同好会

合唱団トリリアム（ニックネーム：Trillium）

白い三つの花びら（ソプラノ、メゾソプラノ、アルト）が寄り添い、時が経つとピンクになるミシガンの野に咲く花、Trilliumがニックネームの由来。合唱経験の有無にかかわらず、歌の好きな方なら、どなたでも随時入会できます。

楽しく丁寧な指導のもと、綺麗なハーモニーが出来上がった時は、ゾクッとするくらいに感動。春と冬のコンサートでは、地元の方も招待し、日本の歌の披露や、英語の歌にも挑戦して、交流を深めています。また、小さなお子様とお母様に楽しい一時を過ごしていただけるよう、童謡コンサートを開いたり、時には、各種団体からの依頼をうけて、日本の歌を披露したりする事もあります。声を出すことは、ストレス発散にもなり、心も体も元気になります。異国の地での生活は不安なことだらけ。そんな方は、どうぞお気軽にご参加ください。お子様連れでの参加も大歓迎。練習は、毎週木曜日朝10時から12時まで。見学はいつでもOK。練習場所は変わることがありますので、ご見学希望の際には、合唱団メールアドレスまでお気軽にお問い合わせ下さい。
合唱団トリリアムE-mail: jsdwc.trillium@gmail.com

ブリッジ同好会

世界中どこへいっても仲間が出来、頭の体操にもなるブリッジ。毎週月曜日、午前10時から午後3時、レストラン桜のカラオケルームで「コントラクトブリッジ」を初心者からベテランの方まで楽しくプレイしています。揃っていただくランチタイムには話に花が咲き、会の雰囲気は大変アットホームです。又、ブリッジ大会では、お互いの日頃の成果を求めて楽しく技を競い合います。見学はいつでも大歓迎ですので、お気軽にお問い合わせ下さい。会費は年額20ドル。

カンガルークラブ

Kindergarten入園前のお子様とお母様のための会です。誕生会や季節の行事など、子供達と一緒に楽しみながら、日頃の子育ての悩み相談や情報交換をしています。月2回、公園や図書館等で集まります。会費：$10/半期（お子様が2人の場合は$15/半期）

日本文化に親しむ会

アメリカで高い評価を受けている日本文化ですが、日本人である私たちの方が意外に日本文化について知らないことがあります。

日本文化に触れる機会が少なくなっている今、日本文化を体験する場を作り、少しでもスキルアップを図り、日本文化を紹介することができればと思い、立ち上げた同好会です。着物の着付け、茶の湯、書道、折り紙、和小物作り、日本料理、お琴などを体験します。スキルのある方はもちろん、未経験だけれど興味のある方、大歓迎です。

有志会員活動

同好会のような定期的な活動ではなく趣味の会の集いへのお誘いを呼びかける事が出来ます。

JSDウィメンズクラブ活動写真

日本文化に親しむ会

デトロイトりんご会補習授業校（Japanease School of Detroit）

学校の概要

デトロイト補習授業校は、1973年に当地在住の日本人駐在員の方々が集まり、子どもたちのために自主的に創立されました。現在は、非営利団体である「デトロイトりんご会」が設置する私立の学校となっていますが、その建学の精神は今も変わらず、日系各企業や日本政府の支援、および本校に通う園児・児童生徒の保護者の方々の力強いサポートによって運営されています。

学習指導等は、日本国政府（文部科学省）より派遣された校長を責任者として、現地採用の講師の並々ならぬ努力により実施されています。年間42日間の土曜日を授業日にあて、限られた時間数の中で、実社会でも役立つ実践的かつ、質の高い教育の提供に学校関係者が総力を上げて取り組んでいます。

※「教育目標」や「めざす園児・生徒像」については「学校要覧」参照。www.jsd.org/gaiyou

入学資格・事務手続き

1. 入学資格

次のいずれにも該当する児童生徒に限るものとします。

- その年の4月1日現在で、幼稚園は満4才以上の者、小学部は満6才以上の者、中学部は満12才以上の者、高等部は満15才以上の者。
- 本校の目的を達成するために適当と認められる者。
- 保護者がデトロイトりんご会会則を熟読し運営方針に賛同して会員（法人会員、または個人会員）になること。

2. 入学手続き

本校のホームページ、「編入学案内」をご覧ください。

費用（2022年2月現在）

入学金 ..... $175.00 幼稚園から高校まで同じ

授業料

幼稚園部 ..... $1,100.00（年額）
小・中学部 ..... $1,067.00（年額）
高等部 ..... $1,441.00（年額）

教育賛助金 ..... $710.00（年額）幼稚園から高校まで同じ
父母会費 ..... $10.00（年額）一世帯当たり

授業科目・授業日・所在地

授業科目

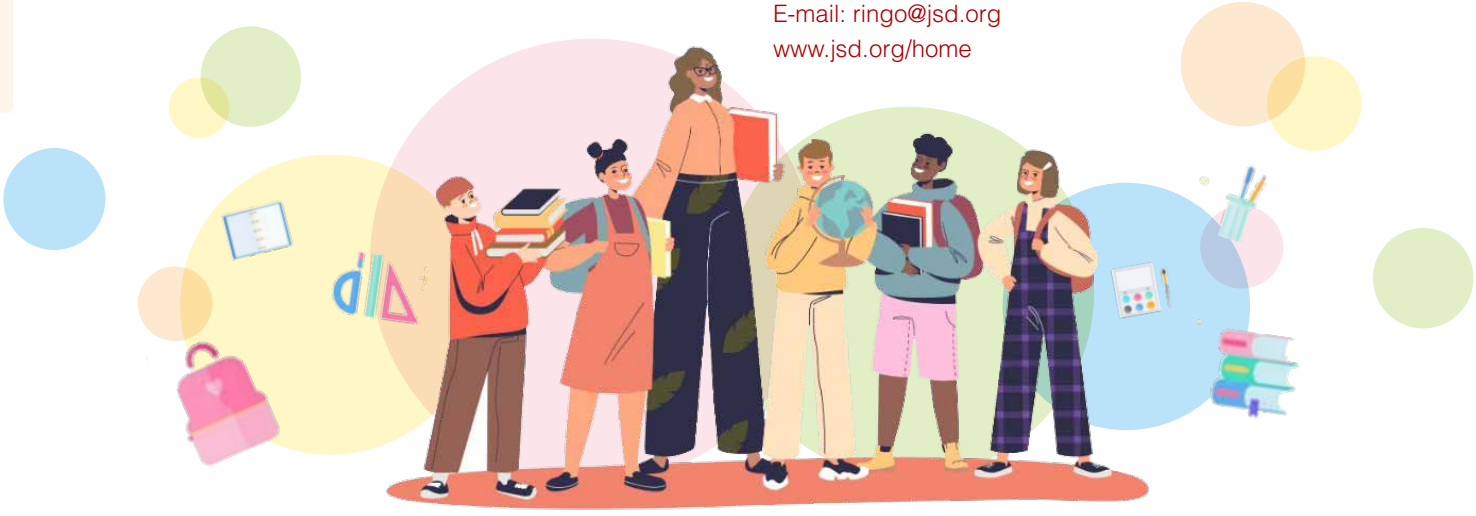
小1–小4：　国語・算数・総合
小5–小6：　国語・算数・社会
中1–中3：　国語・数学・社会・理科
高1–高3：　国語・数学・社会・理科・英語

授業日

4月1日から翌年3月31日までの土曜日（42週/年間）
幼稚園部：　9:20 am–2:25 pm（年中）–2:35 pm（年長）
小学部：　9:10 am–3:30 pm
中学部：　8:55 am–4:00 pm
高等部：　8:55 am–4:00 pm

お問い合わせ先

デトロイトりんご会補習授業校事務局
25345 Taft Rd., Novi, MI 48374
Tel: 248-946-4697
E-mail: ringo@jsd.org
www.jsd.org/home



りんご教室（乳幼児親子教室）

デトロイトりんご会では、JBSD（デトロイト日本商工会）より委託され、幼稚園年長入園前のお子さんをお持ちのご家族を対象として、「乳幼児親子教室」を実施しています。

この教室は、学齢前の乳幼児の日本語獲得、その保護者保護者の育児支援を目的とし、ボランティアグループによる約5年の活動の後、2002年10月に創設されました。

教室では、年齢に即した手遊び歌・読み聞かせ・工作などを通して、日本の行事や文化に触れる機会を提供しています。各クラスとも、保育士・保健師・音楽担当者のチームで実施、運営され、それぞれ月1回親と子が一緒に楽しめる場、気軽に相談できる場となっています。

お問い合わせ先

Tel: 248-946-4697（内線400）
E-mail: oyako@jsd.org

りんご会相談室

デトロイトりんご会では、当補習校に通う子ども達とその保護者を対象に、心身共に安定した生活を送ることができるよう「りんご会相談室」を開室し、土曜授業日を中心に教育相談員が無料で相談援助を実施しています。（※医療的査定や診断等は行いません。）

詳細につきましては、デトロイト補習校HP内（www.jsd.org）「りんご会相談室」のリンクよりご覧ください。

お問い合わせ先

Tel: 248-892-7350（土曜授業日のみ受付）
E-mail: nohta@jsd.org（電話・メールは相談員直通）

りんご会からお知らせ

講 師 募 集 中 ！

デトロイトりんご会補習授業校

デトロイトりんご会補習授業校では、
こんな方を求めています。

- 笑顔で元気よく子ども達に教えられる方
- 米国で合法的に働ける方
- 常勤講師として土曜日に勤務できる方
  （非常勤講師としての登録も可）
- 幼稚園、小学校、中学校、高校の中で担当できる教員免許をお持ちの方
- 教員免許はなくとも、子ども達のために頑張るという意志、向上心のある方
- 短大卒程度の学歴をお持ちの方

概　　要：研修システム、新任講師サポート制度あり
チャイルドケア・欠勤手当・通勤手当あり
教員免許保持者手当あり
勤続年数に応じた表彰制度あり
常勤講師として採用された場合、お子さん1名につき学費の約40％（賛助金）免除

問合わせ：mihara@jsd.org

詳細は **www.jsd.org/teacherwanted** をご覧ください。

りんご教室（乳幼児親子教室）

保育士・幼稚園教諭・音楽指導者・保健師・
心理療養士などの経験のある方を探しています。

勤務場所：Novi Meadows Elementary School 内
デトロイト補習授業校（Novi 市）

勤 務 日：月1回–3回の木・金曜または土曜日
（ご相談次第および定例会月1回水曜日）

勤務内容：0–5歳児の親子を対象とした、保育活動・音楽活動・保護者の相談時間。1クラス講師2名がチームとなって運営し、1クラス当たり3時間半勤務です。

概　　要：グリーンカード、就労ビザをお持ちの方歓迎です。Lビザ・Eビザをお持ちの方は、労働許可書取得のお手伝いをいたします。

問合わせ：乳幼児親子教室（りんご教室）
HP: www.jsd.org・E-mail: Oyako@jsd.org
火・水: 10:00am–3:00pm
木: 12:00pm–2:00pm

詳細はデトロイトりんご会補習授業校HP内『乳幼児親子教室』をご参照ください。
https://sites.google.com/a/jsd.org/oyako

在デトロイト日本国総領事館 (Consulate-General of Japan in Detroit)

当総領事館は、自動車関連産業に代表される、当地を基盤とした日米間の経済関係の発展と、それに伴う在留邦人人口の増加を背景に、ミシガン州とオハイオ州の2州を管轄地域とする総領事館として、1993年に設立されました。南にカナダを臨む、ミシガン州デトロイト市ダウンタウンのルネサンス・センター内に所在します。

所在地: 400 Renasissance Center, Suite 1600, Detroit, MI 48243

ミシガン州とオハイオ州、両州合わせ約2万5,000人の邦人の皆様が生活されています。

また1,000ヶ所を超える日系企業の事業所が所在し、11万7,000人以上の雇用を生み出しています。

ミシガン州と滋賀県、オハイオ州と埼玉県の姉妹州関係をはじめとする姉妹都市交流の他、両州各地で日本祭り等が開催されるなど、草の根レベルでの交流も非常に活発な地域です。日本語学習熱も高く、毎年約9,000人の学生が、両州内の学校、大学で日本語を学んでいます。

当総領事館は、ミシガン州及びオハイオ州にお住いの邦人の皆様の日々の生活や安全を任務としているほか、日本とミシガン州及びオハイオ州の政府、企業、大学、文化団体、一般市民間の友好関係や信頼関係を維持、促進することで、日米関係の強化に寄与することを目指しております。

ミシガン、オハイオ両州に3ヶ月以上滞在されている皆様には在留届の提出を(こちらから▶ www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/index.html)ミシガン、オハイオ両州を既に離れておられる皆様には転出届や帰国届の提出を(こちらから▶ www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/index.html)ミシガン、オハイオ両州に適用等を含め短期間滞在される皆様には『たびレジ』への登録を(こちらから▶www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/index.html)をお願いいたします。

開館時間・休館日

窓口受付時間

月曜日–金曜日(祝祭日を除く)

9:15 am–11:45 am・1:00 pm–4:30 pm

※領事窓口については予約が必要な場合があります。

電話受付時間

月曜日–金曜日(祝祭日を除く)9:00 am–5:00 pm

Tel: 313-567-0120

各種サービスの詳細については、ウェブサイト(www.detroit.us.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html)から知りたいカテゴリーのタブをクリックして下さい。または代表番号313-567-0120に電話をして音声案内に従ってください。

生活案内に関するご相談、問い合わせ先:
SAFETYINFO: seikatsuanzen@dt.mofa.go.jp

※お願い
事件、事故などの緊急のご用件については、必ず電話でお問い合わせください。
夜間、休館日等でも電話対応が可能です。

手続・届出

領事出張サービス
選挙登録・旅券交付等のための領事出張サービス(MI, OH)

パスポート
パスポート関連の手続き概要
- 旅券の新規・切替
- 遠隔地居住者のための申請制度
- 申請書の事前入手方法
- 帰国のための渡航書
- 旅券の紛失届
- 旅券記載事項の変更
- 査証欄の増補
- パスポート用写真規格
- 非ヘボン式及び別名併記
- パスポート申請書ダウンロード

届出・証明書の発給
届出・証明書の発給概要

届出
- 出生届
- 婚姻届
- 離婚届
- 死亡届
- 国籍喪失届
- 国籍離脱届
- 在留届
- その他の届出
- 日本国籍の喪失、国籍選択に関するお知らせ
- 不受理申出について

証明
- 在留証明
- 署名証明
- 身分事項に関する英文証明(出生証明書、婚姻証明書等)
- 警察証明
- 旅券所持証明
- その他の証明
  – ジャパン・レール・パスの購入に必要な書類の申請要領等について

領事・旅券手数料
領事・旅券手数料のご案内

在外選挙
在外選挙・在留届概要
- 在外選挙・在外選挙人登録に関するご案内
- 在留届に関するご案内

教科書配布
教科書入手について

よくある質問
よくある質問(Q&A)

生活・安全情報

詳細はwww.detroit.us.emb-japan.go.jp/itpr_ja/lifesafety.htmlをご覧ください。

生活情報

- 米国で新しく生活される皆様へ
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/itpr_ja/USnewlife.html
- 日本・オハイオ州間の運転免許取得手続の簡素化
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/files/100164713.pdf
- 海外からの畜産物の違法な持ち込みに対する対応の厳格化について
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/files/000468872.pdf
- ミシガン・オハイオ州の交通ルール
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/files/000476759.pdf
- 短期滞在中に自動車を運転する方へ（ミシガン州及びオハイオ州）
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/files/000369511.pdf
- 犯罪被害者支援に関するホームページのご案内
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/files/000369512.pdf
- ミシガン州、オハイオ州における警察・消防への通報の際に日本語対応可能な都市
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/files/000476760.pdf
- 未成年者自動車運転制限の強化（ミシガン州）のお知らせ
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/files/000369514.pdf
- DV、虐待等支援組織情報サイト
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/files/000369515.pdf
- 米国空港におけるセキュリティ強化策の実施
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/itpr_ja/airportsecurity.html
- 飛行機への持ち込み禁止品について
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/itpr_ja/airplanerestriction.html
- ソーシャルセキュリティーナンバー（SSN）の取得方法
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/files/000369516.pdf
- ミシガン・オハイオ州の運転免許証の取得方法
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/files/000369517.pdf
- 外国運転免許証から日本の運転免許証を取得するには
  www.mofa.go.jp/mofaj/toko/kaigai/licence/index.html#1
- 海外滞在中で日本の運転免許証をお持ちの方の諸手続
  www.mofa.go.jp/mofaj/toko/kaigai/licence/index.html#2
- 国際運転免許証の取得
  www.mofa.go.jp/mofaj/toko/kaigai/licence/index.html#3
- 外国で取得した国際運転免許証の運転可能期間に関する注意喚起
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/itpr_ja/infodriverslicense.html
- 国別感染症・予防接種情報
  www.forth.go.jp/destinations/index.html
- 犬・猫等の検疫制度について
  www.maff.go.jp/aqs
- 母子健康手帳について
  www.mofa.go.jp/mofaj/ic/ghp/page3_000780.html
- 子供の親権をめぐる問題について
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/itpr_ja/custody.html
- 年金、社会保障協定、健康保険について
  www.mofa.go.jp/mofaj/toko/kaigai/nenkin_hoken/index.html
- 米国での新生活に関するよくある質問
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/itpr_ja/USfaq.html

米国ビザ関連

- 米国の電子渡航認証システム（ESTA）について
  www.mofa.go.jp/mofaj/toko/passport/us_esta.html
- US-VISITプログラム 米国入国の際の指紋採取等、生態情報読み取りについて
  www.mofa.go.jp/mofaj/toko/passport/us_visit.html
- 査証免除プログラムが適用されない旅券についての注意
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/itpr_ja/lifeinfopassport.html
- 米国査証（ビザ）申請時の注意
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/itpr_ja/USvisainfo.html
- 米国査証申請に関する注意
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/itpr_ja/USvisaprocess.html
- カナダとの国境付近でのパスポート携帯
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/itpr_ja/canadapassport.html
- 米国：査証免除プログラム・滞在期間超過に関する注意
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/itpr_ja/visawaiver.html
- 米国移民帰化局（USCIS、旧INS）に対する転居報告義務について
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/itpr_ja/uscis.html

安全情報

- 「安全の手引き」（2021年1月改訂）
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/files/100295438.pdf
- デトロイトへ旅行される皆様へ
  www.detroit.us.emb-japan.go.jp/itpr_ja/11_000001_00033.html

※リンクは2022年4月現在、リンク切れの場合はご連絡下さい。

当館Facebookページのご紹介

Facebookでは、当館の活動紹介のほか、日本関連の情報やミシガン/オハイオ 州の耳寄りな情報も発信していますので、是非「いいね！」をお願い致します。

Facebookページ：www.facebook.com/cgj.detroit

デトロイト日本商工会（Japan Business Society of Detroit）

目的

1. 会員の商工活動の促進
2. 地域交流活動の推進
3. 会員間の親睦
4. 子弟教育の支援

沿革

グレーター・デトロイト地域の日本人子女教育の充実を図るため、補習授業校の運営組織として、1973年にデトロイト日本人会（JSD）が組織されました。その後、日本人社会の拡大と共に、教育問題のみならず、広範囲な活動を展開することにより地域社会全体に対する貢献すべく1993年7月1日にデトロイト日本商工会へと名称及び組織の変更を行い今日に至ります。

会員数（2022年1月現在）

法人会員数: 261社（登録会員: 1,451名）
個人会員数: 42名
総登録会員数: 1,493名

組織

総会: 常任委員の選任を決議し、また、決算及び予算の報告を行う。年次総会は1月末に開催される。
常任委員会: 各部会、委員会の活動報告に加えて、会の運営方針、事業活動計画などが決定される。また、本会への入会・退会について審議する。常任委員会は2ヶ月に一回開催される。
役員及び事務局: 会長1名、副会長4名、常任委員36名、財務役1名、事務局2名
部会・委員会: 4部会: 商工部会、広報部会、文化部会、スポーツ部会。2委員会: Executive Committee、青年委員会

活動

ビジネス・文化・生活関連情報の提供

- 法律、会計、人事など、ビジネス関連セミナー及び講演会の実施
- 生活、健康、教育など、生活関連セミナー及び講演会の実施
- 外部団体が実施する各種イベントの紹介及び情報の提供

地域社会への貢献及び地域交流活動の推進

- JBSD基金を通じての寄付（Scholarship、Grant Award等）やその他奉仕活動の推進
- 日本まつり等、日本文化紹介イベントの実施並びに会員及びウィメンズクラブによる地域交流を目的とした奉仕活動の支援
- 在デトロイト日本国総領事館、日米協会等が主催する各種文化イベントへの協力
- 日米協会、ミシガン州政府経済開発公団（MEDC）、デトロイト地域商工会議所（Detroit Regional Chamber）、APACC（アジア系アメリカ人商工会議所）、JACL（日系米国人団体）等、各種地元団体との交流。

会員間の親睦促進及び生活サポート

- 新年会、ゴルフ、テニス、ソフトボール、ボーリング、マラソン大会等、会員相互の親睦、交流を目的とした各種イベントの実施
- 青年委員会による会員家族向け各種イベントの実施

デトロイト補習授業校の支援

- 補習授業校の経営母体であるりんご会理事会の運営支援
- 補習授業校が実施する諸行事への協力

広報活動

- 電子月刊会報“Views”の発行最新会員名簿の提供
- 最新会員名簿の提供
- ミシガン州生活ガイドブックの発行（不定期）
- ホームページ（www.jbsd.org）の制作、管理

部会の担当業務

商工部会（Business Committee）

- 商工会的内外部諸活動の企画、推進
- ビジネス分野を中心にしたセミナー・講演会等、会員・地域交流を対象としたイベントの企画、推進
- 総会・新年会の企画、推進

広報部会（Public Relations Committee）

- 電子月刊会報“Views”の発行、ホームページの制作、管理
- JBSD基金関連事業（JCMU/YFU Scholarship、JBSD Grant Award等）の推進。広報部会長はJBSD基金理事長を兼務
- メディア対応他、対外広報活動の企画、推進

文化部会（Cultural Affairs Committee）
- 会員及び地域交流の為の文化的諸活動の企画、推進
- 日本まつり、写生大会、日本語スピーチコンテスト等、在デトロイト日本国総領事館、JSDウィメンズクラブ、りんご会デトロイト補習授業校、日米協会、他とのイベント共同企画、推進
- 文化または生活分野を中心にしたセミナー・講演会の企画、推進

スポーツ部会（Sports & Recreation Committee）
- スポーツを通した会員及び地域交流活動の企画、推進
- ゴルフ、テニス、ソフトボール、ボーリング、マラソン大会等、会員の親睦を目的としたスポーツ・イベントの企画、推進
- スポーツ観戦ツアー等、会員家族向けイベントの企画、推進

委員会の担当業務

エグゼクティブ・コミッティー（Executive Committee）
- JBSD組織、活動方針、重点活動項目などについての提言
- 定款、付属定款、内規、その他重要書類の維持、改定、保管等についての提案
- 事務局運営全般への提言
- 各部会、委員会の活動にまたがるプロジェクト・イベント案件の調整、推進体制問題協議
- 組織の人事案件協議、提案
- 常任委員会或いは会長からの特命事項対応

青年委員会（Youth Committee）
- 会員家族のためのイベントの企画、推進
- 若年層の会員及びその家族を対象とする各種イベントの企画、推進
- 部会イベントへの参加、協力

入会案内

法人会員
- グレーターデトロイト周辺地域に代表事務所もしくは支店、駐在員事務所を持つ日本の企業
- 団体・日本の会社の子会社または日本の会社との合弁会社にあたる地元の企業・団体
- 上記以外の企業・団体で、グレーターデトロイト周辺地域に所在し、日本と直接または間接的にビジネス関係を有する地元企業・支店等

個人会員
- グレーターデトロイト周辺地域において事業を営む個人
- グレーターデトロイト周辺地域において日本人コミュニティに寄与し、又は援助する個人

入会手続き
- JBSDウェブサイトの「入会希望」ボタンをクリックし、必要事項を記入して入会申し込みの手続きをする
- 隔月開催される常任委員会において審議、承認を受ける

JBSD基金

Japan Business Society of Detroit Foundation
- 会員企業および個人の地域への社会貢献活動を補完する為、独立したNPO団体として1992年に設立。
- 地域の文化、教育、慈善事業、科学、芸術などの増進、奨励および育成を目的に、JBSD会員企業及び個人、その他からの寄付金を財源として寄付活動を行う。
- 毎年、JCMU及びYFUが主催する日本留学プログラムに対してJBSD基金Scholarshipを授与し、これまで260人の学生たちが日本への体験留学を行った。また州内の非営利団体の活動を支援するためJBSD基金Grantとして、基金設立から今日までの累計額として2百万ドルを超える寄付を実施している。

事務局
Japan Business Society of Detroit
42400 Grand River Ave., Suite 202, Novi, MI 48375
Tel: 248-513-6354
E-mail: jbsdmich@jbsd.org
https://jbsd.org

続・JBSD活動写真をご紹介（次ページ）▶

JBSD活動写真

スキーバスツアー

JBSD新年会パフォーマンス

ひな祭り

トラバースバスツアー

マラソン大会

写生大会

蚤の市

JBSD活動写真

テニス大会

ソフトボール大会

デトロイトバスツアー

日本祭り

JBSD活動写真

ボウリング大会

JBSD基金活動写真

Grant授与式

ファンドレイズゴルフ大会

ミシガンでの生活

ミシガン州について 22

ビザの取得&ソーシャルセキュリティ制度 ... 25

保険の知識 28

税金・リタイアメント資金 31

車の事故が起きたら 34

住宅事情 37

引っ越し 42

緊急連絡先

緊急の場合（Emergency）・911番

日本と違い、警察署も消防署も緊急の場合は、同じ番号です。強盗や事故で緊急に警察へ電話をかける時、911にダイヤルして、警察（Police）と話すと名前と住所を聞かれます。気が動転していても相手は待ってくれますので、ゆっくり話して下さい。火事の時も、怪我で救急車が必要な時も同じです。ジャパニーズオペレーター・プリーズと告げると、日本語通訳を介して話せます。

- 警察（Police）
- 火事（Fire）
- 救急車をお願いします（Ambulance Please）
- 怪我です（Injury）
- 強盗です（Burglar）
- 事故です（Accident）

Poison Control Center: 1-800-222-1222

子供が過って毒物・異物を飲み込んでしまった恐れがあるときに、対処法をアドバイスしてくれます。本サービスでも日本語通訳サービスの利用を申し出ることができます。

在デトロイト日本国総領事館
（Consulate General of Japan in Detroit）
緊急電話対応サービス: 313-567-0120

緊急時には、祝祭日・夜間を問わず、代表電話番号**313-567-0120**に電話をかけてください。音声ガイダンスに従って日本語または英語を選択するとオペレーターにつながりますので用件を伝えてください。

ミシガン州について

ミシガン州

「ミシガン」の名前の由来は

ヨーロッパからの移民が来る以前からこの土地に住んでいたネイティブ・アメリカンの言葉で「大いなる水」「魚の捕れる場所」を意味する“Michi Gama”からきています。

「デトロイト」の名前の由来は

海峡を意味するフランス語の「Des Troits」からきていますが、この海峡とは、セントクレア湖とエリー湖との間にあるデトロイト川と言われています。この地方は、17世紀前半まで代表的な三つの部族Potawatomi族、Ottawa族、Chippewa族のネイティブ・アメリカン達の住んでいた土地でした。

ミシガン州の地理・気候

ミシガン州は子供の手袋の形をした半島（Lower Peninsula）と、それを覆うように突き出した北方の半島（Upper Peninsula）から成り立っています。Upper Peninsulaの北岸はスペリオル湖の波に洗われ、南方の半島のまわりにはミシガン湖、ヒューロン湖そしてエリー湖の三大湖が広がっています。五大湖は氷河期最後の百万年間に形成された氷河の名残りと言われています。氷河が融けて現在の広大な淡水湖と無数の川、そして11,000といわれる大小の湖を残していきました。際立って高い山もなく、殆どが平野で所々になだらかな丘が起伏しているLower Peninsulaは、土壌が豊かで農業に適しています。自動車産業が突出して州の経済をリードしてきたため、農業や林業についてあまり語られていませんが、これらは始めから州の産業の中心にありました。麦、野菜、ジャガイモ、とうもろこし、果物ではさくらんぼやりんごなどが収穫され、牧畜も盛んです。半島西部から西北部にかけてはミシガン湖のおかげで比較的夏も涼しく、ブドウの栽培に適しているためミシガン・ワインの醸造も盛んです。デトロイト市は北緯42°20′（日本の札幌市とほぼ同緯度）に位置し、大陸性気候で、寒暖の差が激しいです。長い冬の平均気温は-3.3℃、夏は22.8℃。冬は特に乾燥します。

MICHIGAN FACTS

人口（Population）
10,032,720人（2022年1月現在）
全米中10位、東京都の人口より少ない
全米の人口は331,449,281人
（2020年国勢調査より）
– デトロイト市：670,031人
– メトロ・デトロイト圏：3,548,000人

面積（Area）
97,990 平方マイル
（約15万㎢、北海道の約2倍）
全米中23位

首都（Capital）
Lansing

免許証（Minimum Age for Drivers）
16才以上

酒類販売法
（Alcoholic Beverage Laws）
21歳以上（IDを提示することを要求されることがある）

酒類販売時間
月–土：　7:00am–2:00am
日：　12:00pm–2:00am

消費税（Sales Tax）
6%（2021年現在）

時間帯（Time Zone）
Most of Michigan–Eastern Time Zone
Upper Peninsula（Part）–Central

州の花（State Flower）
Apple Blossom

州の木（State Tree）
White Pine

州の鳥（State Bird）
Robin

愛称（Nickname）
The Wolverine* State
The Great Lakes State
*クズリ：熊に似たイタチ科の動物

州歌（State Song）
“Michigan, My Michigan”

川（Rivers）
全長36,000マイル以上

湖（Lakes）
陸内11,000
五大湖の湖岸線全長
3288マイル（5,260Km）

Lake Superior
世界最大の淡水湖

いろいろ豆知識

歴史こぼれ話
1835年ミシガン州となる準備が出来ていましたが、Toledo市をミシガン州に入れるかオハイオ州にするかで両州の争奪戦になり、結局Toledo市はオハイオ州に譲り、その代わりUpper Peninsulaをミシガン州にすることで決着がつき、2年遅れて1837年、正式にミシガン州となりました。

ミシガンの歴史

1622年	初めてのフランス人Etienne Bruleがこの地を探検 –大坂夏の陣の7年後
1668年	神父Marquetteが伝道のためにSault Ste. Marieに住み着き、この地がミシガン州の最古の町になった。
1701年	フランス人Cadillacが入植、フランス王ルイ14世の命令により毛皮貿易のための交易所を半島のあちらこちらに築いた。なかでもポンチャトレイン砦（現在のデトロイト）やマキナウ砦などが有名。
1763年	フランスとイギリスの戦い（七年戦争）の終結によりデトロイトの支配はフランスからイギリスの手＝に移った。
1783年	アメリカ独立戦争により、ミシガンはアメリカ新政権下に入ったが、要塞地であるデトロイトとマキナウはイギリスが統治していた。 –天明の大飢饉、浅間山の大噴火
1796年	デトロイトも正式に合衆国の支配下に入る。
1805年	デトロイトに大火が発生、一面の焼け野原になったが、ワシントンDCをモデルに新しい町づくりをした。 –江戸、丙寅の大火の一年前
1825年	エリー運河開通。この運河の開通により、デトロイトは港町として発達した。
1837年	ミシガンはアメリカ合衆国の26番目の州となる。 –大塩平八郎の乱
1847年	州都は、デトロイトからランシングに移転。 –ペリー来航の6年前
1860年代	これ以前より州北部に豊富な鉄鉱の鉱脈が見つかり、製鉄業や銅精錬、製材といった主要産業が伸びる。
1890年代	重工業がデトロイトの最も重要な産業となり、鉄道車輌、船、ストーブなどの工場が数多く出来たため、ドイツ、オランダ、北欧からの移民が増えた。
1908年	ヘンリー・フォードが世界最初の自動車量産を実現し車が普及し始めた。
1957年	Mackinac橋が開通し、上・下半島がつながった。
2003年	ミシガン州初の女性知事、カナダ生まれJennifer Granholmの就任
現在	デトロイトといえば自動車の町として世界の人々に知られているが、自動車だけでなく、化学製品のダウ・ケミカル社、ケロッグ社など世界的な大企業もミシガンに本社を置いている。豊かな自然の恵み、人的資源という素晴らしい媒体を得て、自動車を始め諸工業、情報産業へと大きく発展を続けている。

アメリカ歳時記

祝祭日ならびに休日に関しては官公庁、企業、銀行、学校、商店など、必ずしも一定ではありません。

1月	1日	New Year's Day	新年
	第3月曜日	Martin Luther King Jr. Day	黒人の公民権獲得のために戦ったキング牧師の功績をたたえる祝日
2月	2日	Groundhog Day	立春
	14日	Valentines Day	St. Valentineを記念する日
	第3月曜日	President's Day	大統領の日。Lincoln、Washington両大統領誕生の日を祝して設定された日
3月	第2日曜日	Daylight Saving	サマータイム開始
	17日	St. Patrick's Day	アイルランド守護聖人を祝う日 緑色のものを身につける
	20日	Spring Equinox	春分の日
4月	3月–4月	Passover	過ぎ越しの祭り（ユダヤ教）
	Easter前の金曜日	Good Friday	キリストの死を記念する日
	春分の後の満月の次の日曜日	Easter Sunday	イースター（キリストの復活を記念する日）
	22日	Earth Day	地球の環境を守る日
5月	第2日曜日	Mother's Day	母の日
	最終月曜日	Memorial Day	戦没者記念日
6月	14日	Flag Day	国旗制定記念日
	第3日曜日	Father's Day	父の日
	21日	Summer Solstice	夏至
7月	4日	Independence Day	独立記念日
9月	第1月曜日	Labor Day	労働者の日
	9月–10月	Rosh Hashanah	ユダヤ教の新年祭
		Yom Kippur	ユダヤ教新年行事の最終日
	23日	Fall Equinox	秋分の日
10月	第2月曜日	Columbus Day	コロンブスのアメリカ大陸発見を祝う日
	31日	Halloween	万聖節の前夜
11月	第1日曜日	End of Daylight Saving	サマータイム終了
	第1月曜日の次の火曜日	Election Day	選挙の投票日
	11日	Veteran's Day	退役軍人の日
	第4木曜日	Thanksgiving Day	収穫感謝祭
12月	初旬	Hanukkah	Miracle of Lightの日
	21日	Winter Solstice	冬至
	25日	Christmas	クリスマス

ビザの取得&ソーシャルセキュリティ制度

ビザ（VISA）の種類

E-1/E-2（Treaty Trader/Investor）

日米通商条約をもとに、日米間の通商を業とする駐在員及びその家族に対して発給されるビザです。基本的に母国である日本の在日アメリカ大使館・領事館で新規・更新申請を行います。

貿易（E-1）・投資（E-2）ビザは非移民ビザ（滞在可能期間に限りがあり、永住を目的とするビザではない）です。米国への永住を望む場合には移民ビザ（グリーンカード）の申請が必要です。E-1およびE-2ビザの更新は、投資または貿易に関する条件を含め、引き続き米国の移民法規定のすべての条件を満たしている場合にのみ許可されます。

貿易（E-1）ビザを取得するための主な条件

- 申請者（ビザを取得しようとする者）は条約国（日本）の国籍であること。
- 米国会社の株の50％以上を日本人（日本の会社）が所有していること。
- 国際貿易の50％以上が主として米国の条約国（日本）との間で行われていること。
- 申請者は管理職、役員あるいはビジネス・技術の分野で（米国人労働者が持ちえない）必要不可欠な専門知識を有する職種として雇用されること。
- 申請者はE-1の資格で許可された米国滞在期間の終了後、米国を離れる意志があること。

投資（E-2）ビザを取得するための主な条件

- 申請者（ビザを取得しようとする者）は条約国（日本）の国籍であること。
- 米国会社の株の50％以上を日本人（日本の会社）が所有していること。
- 投資が行われたこと（通常米国会社への銀行送金明細で証明します。）。投資が相当額であること。その会社が順調に運営できるために十分な額であること。
- 投資は実際に運営されている実態ある企業へのものであること。
- 申請者が投資家でない場合は管理職、役員あるいはビジネス・技術の分野で（米国人労働者が持ち得ない）必要不可欠な専門知識を要する職種として雇用されること。
- 申請者はE-2の資格で許可された米国滞在期間の終了後、米国を離れる意思があること。

E-1/E-2ビザの会社登録

- E-1/E-2ビザを最初に取得する際は、在日アメリカ大使館またはアメリカ領事館で会社登録が必要です。会社登録は、アメリカに1名以上有効なEビザの資格で勤務する者がいる限り有効です。会社登録の審査期間は通常6週間から8週間かかります。
- いったん会社登録が完了した後は、申請者は大使館・領事館での面接を受けることでE-1/E-2ビザを取得できます。会社登録が有効である限り、あらためて会社登録を行う必要はありません。ただし、特にE-1/E-2ビザを頻繁に申請しない会社の場合、会社登録が有効であっても、面接時に最新の会社情報の提出・アップデートを求められることがあります。

その他

- E-1/E-2ビザは通常5年間有効です。但し、E-2ビザには、特定の期間、特定のプロジェクトに選任するために派遣される場合に申請するE-2TDYビザというカテゴリーもあり、その場合ビザの有効期限は2年、あるいは3年と短い期間になることがあります（E-2TDYを申請しても5年間有効のE-2ビザを発給してくれる場合もあります）。
- 原則としてE-1/E-2ビザ保持者には、米国に入国する度に入国日から2年間有効のI-94（米国滞在・就労可能期限）が発行されます。ただし、パスポートの有効期限が2年より短い場合、I-94はパスポートの有効期限までに限られます（これは他のビザ・カテゴリーの方にも該当します）。
- I-94の期限までに米国を出国する（または米国内で適切にI-94延長申請を提出する）必要があります。E-1/E-2ビザが有効期間内である限り、アメリカに再入国する際にあらためて2年間有効のI-94が付与されます。

L-1（Intracompany Transferee）

基本的に日米間の親子会社間の企業内転勤者に発給されるビザです。L-1ビザの申請資格を満たすには、管理職または役員である、またはビジネス・技術の分野で（米国人労働者が持ちえない）高度の専門知識を要する職種に就くことが必要であり、また申請に先立つ過去3年間のうち、1年間継続して海外の親会社、兄弟会社あるいは子会社で雇用されている必要があります。また、在日アメリカ大使館・領事館での面接に先立ち、米国移民局からの許可を取得する必要があります。管理職（L-1A）は、最高7年、専門知識

をベースとした社員（L-1B）は最高5年まで就労可能です。最初は3年、その後に2年、そして管理職の方にはさらに2年の滞在許可が付与されます。

Blanket L

米国移民局の要件を満たせば、親会社、子会社、支店及び関連会社のためにBlanket L Petition（包括請願書）を申請することができます。会社はBlanket Lを取得することにより、米国移民局から許可を取得するプロセスが不要になり、ビザ取得の時間が短縮できます。Blanket L Petitionの有効期間は、最初3年間で、期間満了前に延長申請をすることにより以後有効期間が無期限となることが多いですが、延長申請後も期限付きで許可されることもあります。

B-1（Temporary Visitor for Business）

ビザ自体は有効期限が通常10年で、短期的な商用訪問を目的とする渡米者に発行されます。就労ビザではありませんので、B-1ビザで渡米して米国会社のために生産的労働（就労）を行うことはできません（米国会社から報酬を受けとらなければ問題ないと誤解されている方が散見されますが、報酬を受け取らないことは生産的就労ではないことを推認させる一事情にすぎません）。

基本的に入国時の滞在許可は通常最長6ヶ月まで認められ、6ヶ月ごとに滞在延長が可能です（滞在許可の期間はすべて入国時に移民局の担当官の判断により決定されます）。米国で行う行為は日本の会社の利益となることでなければなりません。

H-1B（Specialty Occupation Wokers）

米国企業からの要請を受け、一定期間特殊技能などの役務の提供を行なうことを目的とするビザです。ビザ発給の前提として、申請者（雇用主である米国企業）による申請が米国移民局に承認されることが必要です。特殊技能職に就く外国人は、主として次の要件を満たす必要があります。1. 高度に専門的な知識を理論的、実際的に応用すること、および 2.その職務へ従事する最低要件として、その専門に関して学士号またはそれ以上の学位を保持すること。雇用主は、移民局に申請する前に労働省に労働条件申請書を提出し、承認を得る必要があります。H-1Bは1年間に発行される数に限りがあります。H-1Bは当初取得可能就労期間3年、延長可能期間3年で、最高で6年まで就労可能です。

F-1（Student）

米国の私立学校・大学等で勉学することを目的に渡米する者に発給されるビザです。小学校や、公立のAdult Education Program（成人向け講座）で勉学する者へは発給されません。Form I-20を発行できる公立高校で勉学する者へも発給されますが、有効期間は1年以内で、教育費を支払う必要があります。私立学校で勉学するためにF-1ビザを取得した者が、公立学校へ転校すると、査証（ビザ）発給条件違反とみなされます。

公立の中学や高校への入学・転校の場合、在校期間が1年以内で、かつ教育費を納入している場合は、（F-1ではなく）B-2の資格で通学することが認められる場合もあります。

手続きは、現在もCBP（U.S. Customs and Border Protection 税関・国境警備局）は書面のフォームI-94（出入国記録）を発行しますが、その場合もI-94は数日後にオンライン上で反映されます。

ご自身のI-94（出入国記録）の正確性を確認したい場合、もしくは、I-94（出入国記録）のコピーを必要とする場合（例えばI-9、大学等への入学、社会保障番号や運転免許証書の申請等の目的）には、https://i94.cbp.dhs.gov/I94/#/homeから入手下さい。

I-94（米国滞在許可期間）

ビザとI-94の違い

旅券（Passport）が、日本国の渡航証明書で、査証（VISA）が米国への入国許可証であるのに対し、I-94は米国での滞在許可（滞在就労許可）の期間を定めるものです。

CBP（税関・国境警備局）は書面のフォームI-94“空路及び海路での入国による到着・出国記録（出入国記録カード）”の発行を廃止するとしています。新しい自動化システムでは、非移民の出入国記録は、自動的に入国地でオンライン処理されます。

非移民が米国への入国を許可されると、それから数日後に、CBPのウェブサイト（https://i94.cbp.dhs.gov/I94/#/home）上にてI-94が確認可能となります。陸路での通関手続きの場合は、現在もCBPは書面のフォームI-94（出入国記録）を発行しますが、その場合もI-94は数日後にオンライン上で反映されます。

ご自身のI-94（出入国記録）の正確性を確認したい場合、もしくは、I-94（出入国記録）のコピーを必要とする場合（例えばI-9、大学等への入学、社会保障番号や運転免許証書の申請等の目的）には、https://i94.cbp.dhs.gov/I94/#/homeから入手下さい。

注意すべき事柄

アメリカへの入国の都度、オンライン処理されたI-94の正確性をウェブサイトで必ず確認するようにして下さい。また、I-94がオンライン処理されるとはいえ、入国時にパスポートに押された入国記録のスタンプが一見して判読できるか否かにも細心の注意を払い、到着日時、ビザの種類、許可された滞在有効期限に関して適切な情報が記されていることを確認下さい。オンラインI-94に誤りがあった、又はパスポートのスタンプに間違いがある、あるいは記載された情報が判読しがたいと思う場合は、CBPに丁重な態度をもって誤りの訂正、又は再度スタンプを押すように要請して下さい。

I-94を超えた滞在（オーバーステイ）

I-94にて許可された滞在期間を超えて米国に滞在することはできません（不法滞在（オーバーステイ）になります）。米国に不法に滞在した場合、お持ちのビザは自動的に無効になります。また不法滞在期間が180日以上1年未満の場合は離米した日から3年間、1年以上の場合は離米した日から10年間、米国の再入国が認められないとされています。

配偶者の労働許可（EADカード）の取得

E-2やL-2の資格で米国に滞在される配偶者は、米国内で就労することはできません。これらの方が米国内で就労される場合、米国移民局に労働許可（EADカード）を申請することが可能です。オンライン（www.uscis.gov/i-765）上で申請可能ですが、許可が下りるまでには一定期間がかかり、また許可は基本的に申請時のI-94期限までとされています（更新は可能）。

SSN（ソーシャルセキュリティ番号）

米国社会保障庁（SSA）は、米国で働くことを認められた非移民者に、SSAの規定に従ってSSN（ソーシャルセキュリティ番号）のカードを発行します。このカードには「就労許可として使えるものではない（Not Valid for Employment Authorization）」という記載がされます。カードの申請は、SSAのオフィスに対して、就労が許可されるビザ区分で米国へ入国を許可されていることを示すI-94を含む必要書類を提示し、面接を受けることで行います。入国後、SAVEデータベースに入国情報が反映されるまで一定のタイムラグがあり、未反映の状態でカードを申請してしまうと確認に非常に時間がかかることがあります。そのため、申請者がカードの申請にSSAのオフィスに出向くのは、通常入国後10営業日程度待ってから行うことが推奨されます。

E-2やL-1等のビザカテゴリで入国する駐在員本人はSSNのカードの申請資格がありますが、E-2やL-2等のステータスで入国したその配偶者にもSSNの発行があるかどうかは、SSAのオフィスによって扱いにばらつきがみられるようです（米国移民ルール上、EADカードを申請しない配偶者もSSNの発行を受けられることになってはいますが、発行しないという扱いを受けるケースも散見されます）。ただ、配偶者は納税申告の関係ではITIN（個人納税者番号）を取得することは可能であり、実際上、米国で就労を行わない配偶者がSSNの発行を受けていなくても、日常生活上問題となるケースは基本的にはそれほどないでしょう。配偶者の申請時には、戸籍謄本及びその英訳（英訳が正しいことの宣誓書付）等、駐在員との夫婦関係を証明する書類を添付することが求められます。

I-9（従業員就労資格確認書類）の作成・更新

従業員（非移民（駐在員）を含む）を雇用する米国の雇用主（米国会社）は、従業員の最初の就労日に、フォームI-9を完成させ適切に保管する必要があります。従業員はフォームI-9およびその説明書に記載されている必要文書のうち、自らの選択する書類を提示することができます。雇用主は、従業員の雇用承認のために、従業員に対して特定の文書の提出を要求してはいけません。

フォームI-9の受付可能文書リストAでは、非移民者について、パスポートとI-94を従業員に提示することを認めています。I-94を提示した者については、そのI-94の期限が切れる前に、新たな期限のI-94を確認しI-9を更新することが必要です。

※ 本稿は情報提供を目的とするものであり、法的助言を提供するものではありません。個々のケースについては弁護士にお問い合わせください。また、情報は本稿作成時点（2021年9月）のものです。

執筆者：
原田　真紀子（ミシガン州・日本国 弁護士）
Dickinson Wright PLLC, Attorney, Director of Japanese Business Development
Tel: 248-433-7249 • E-mail: mharada@dickinsonwright.com

Dickinson Wright PLLCについて
ディキンソン・ライト法律事務所は企業法務を中心に取り扱う総合法律事務所です。475名を超える弁護士が、企業のビジネスを法的側面からサポートいたします。会社法、M&A、各種契約書作成及びレビュー、雇用法（労働問題及び従業員福利厚生関係）、移民法（就労ビザ、永住権申請等）、不動産法（リース、工場設立等）、知的財産法（特許、商標等）、自動車関係、各種商事訴訟等。

保険の知識

各種保険の概要

オバマ大統領（当時）が2010年3月から開始した医療改革制度（HCR: Health Care Reform）により、アメリカにおける医療制度や保険の仕組みに変更が加えられました。

HCRの目的として、
1. 皆保険制度の確立
2. コストコントロール（財政赤字の抑制）
3. 医療サービスの質向上

を掲げており、これまでに、国民及び合法的な滞在者、保険制度内容、医療機関、保険会社などに様々な変化を及ぼしました。医療保険制度の改革は現在進行形ではありますが、米国の医療保険には、企業・団体が提供する福利厚生の一環として従業員とその家族に提供される各種医療保険、個人事業主やその他個人が加入する個人保険、米国政府が提供する公的保険など、いろいろな種類があることを理解することが重要です。

公的保険

アメリカの公的保険制度には、連邦政府が運営する65歳以上と就労不能者を対象としたメディケア（Medicare）と各州が運営する低所得者を対象としたメディケイド（Medicaid）の二種類があり、これら保険にはアメリカ人口の約1/3が加入しています。加入資格保持者は各政府の機関から情報入手、及び、加入手続きを行うことができます。又、HCRにおける皆保険確立を達成すべく、州、連邦政府が管理・運営するマーケット・プレイスと呼ばれる新たな保険プランも開始されました。これはMedicaid、Medicare、団体保険などへの加入資格を保持しない方や高額な保険料を支払えない個人が加入しやすいよう、保険料を抑えた設定の保険プランです。主に保険料が高すぎるなどの理由で保険に加入していなかった無保険者約4,800万人（2010年）の多くが、HCRによりマーケットプレイスや加入資格規定が若干緩和されたMedicaidに加入することができるようになり、無保険者は、約2,700万人（2017年）まで減少しました。

団体医療保険（Group Medical Insurance）

米国における6割近くの人々が、民間保険会社が販売、運営をし、企業・団体がスポンサーとなる団体医療保険に加入しています。団体医療保険は、一般的に勤務する企業が提供します。企業によっては、複数プランを従業員に提示し、そのなかから従業員に加入するプランを選択させる場合もあれば、企業が選んだプランのみを提供する場合もあります。特別なケースを除いては、保険に一旦加入すると、次のOpen Enrollment Period（保険加入申し込み期間、通常、年に一度）まで他のプランへの変更はできませんので、注意が必要です。次に、代表的な医療保険のタイプ（1.–4.）をご紹介します。

1. PPO（Preferred Provider Organization）

アメリカで最も加入率の高いプランです。通常、保険会社が提携する（In-Network）医師や病院などの医療機関の主治医・専門医等オフィス訪問した場合、通常医療機関での窓口患者負担（Co-Pay）のみ支払い、保険給付請求などの手続きは医療機関と保険会社が行い、発生した治療費そのものには双方の間で取交わされたディスカウント料金が適応されるプランです。PPOが団体医療保険全体のうち、約5割を占めています。高額な手術や専門医から受ける医療行為で発生した治療費はCo-Insuranceと呼ばれる給付率に基づき、保険会社側の負担額と患者側の負担額として振分けられます。このCo-Insuranceによる患者側の支払額が一年を通して一定の額（Out of Pocket Maximum）まで達すると、それ以降に発生した通常保険適応治療に関しては100％を保険会社が支払います。保険会社が提携していない医療機関（Out of Network）にて提供された医療サービスに関しては、通常全額自己負担をした後、患者自身が保険給付請求（Claim申請）を行い、一般的にIn-Networkよりも低い給付率で保険給付が患者に支払われ、一年を通しての患者支払が一定の額（Out of Pocket Maximum）に達した場合、保険適応治療に関しての発生費用は通常保険会社の設定した契約料金までは100％を保険会社が、契約料金以上の請求額は患者が支払う流れとなります。

2. POS（Point of Service）

上記PPOプランと同様にIn-Network/Out of Networkのどちらで受けた治療にも保険給付が支払われるプランです。

こちらもPPO同様にIn-Networkを利用した方が便利で、患者の支払う最終金額も少なくなります。

3. HMO（Health Maintenance Organization）

上記POSのIn-Networkでの医療サービスに対して保険給付が支払われます。通常、主治医を通して治療を行い、専門医への通院には主治医を通して行う流れとなります。一般に、In-Network以外での治療に関してはER（Emergency Room救急外来）利用などの緊急治療のみ保険対象となります。

4.（High Deductible Health Plan）

従来の保険に比べ自己負担額（免責額）が高く設定されたプランです。HSA（Health Savings Account）やHRA（Health Reimbursement Arrangement）など、医療費の支払いを目的に一定金額を非課税で拠出・積立が可能な医療積立口座と併用して利用できます。

個人加入医療保険（Individual Medical Insurance）

一般的に、在住する州によって個人加入できる商品を販売する医療保険会社は異なります。団体保険と異なり、保険料、給付内容など個人のニーズに適した商品を購入することができます。基本的に団体保険と同じような種類のプランが販売されておりますが、ご加入を希望される方は、保険会社のウェブサイトの商品案内で各プランを比較したり、保険会社のコンサルタントと相談するとよいでしょう。

歯科保険（Dental Insurance）

米国の歯科治療は高額であることから、通常保険会社は年間の保険給付額に上限を設定しています。上限の設定はご加入されるプランによって異なりますが、一般的に年間$1,000–$2,000/一人当りのプランが多いようです。医療保険同様に保険会社の提携するIn-Networkの歯科医をご利用頂くと、治療費も保険会社との間に設定されたディスカウント料金が適応され、保険給付手続きは歯科医側が行います。治療内容によって給付率が異なり、一般的にレントゲン、歯科検診やクリーニングなどの予防治療（Preventive）は100%、虫歯などの治療（Basic）は80%、クラウンの料金や高額治療（Major）は50%の保険給付率が適応されるプランが多くみられます。また、プランによっては子供の歯科矯正（Orthodontics）に対する給付がされる制度もあり、給付額設定は$1,000/生涯が平均的です。

視力矯正保険（Vision Plan）

通常、目に関する傷病の治療費は医療保険（Medical）での扱いとなります。一般的なVision Planは、視力検査、処方箋の必要な眼鏡のレンズとフレーム、コンタクトレンズなどをカバーするものです。一般的に保険会社のIn-Networkに加入する眼鏡販売店や眼科での検眼は、無料又はCo-Payなど小額の自己負担で受けられ、フレームやレンズを購入する際は保険会社の設定額に従い、無料又は小額の自己負担で購入できます。一旦給付を受けた後、次の給付まで12ヶ月毎・24ヶ月毎などの待機期間が設定されているので、上手に利用すると良いでしょう。

生命保険（Life Insurance）

生命保険には大きく分けて下記の2つの種類があります。

定期保険（Term Life）

主に短期で利用され、保険料の支払期間のみ補償が得られることが特徴です。保険料の積み立て機能がない、いわゆる掛け捨て型保険です。

終身保険（Whole Life・Universal Life）

保険料の支払終了後も保障が継続されます。積立機能があるので、教育資金の積立や年金としても利用できます。

一般的に、雇用主が福利厚生の一環として従業員に提供するものには、Term Life AD&D（生命・高度障害保険）と呼ばれる定期保険（いわゆる掛捨て型）が多く、保険給付額の設定は提供する雇用主によって大幅に異なります。雇用主によっては、社員本人のニーズに合わせて、上記ベースとなる団体生命保険に任意で給付額を買い増しできる生命保険を提供する場合もあります。

個人的に生命保険を購入する場合、数多くの保険会社が様々なオプションを販売しているので、個人向け保険エージェントや保険会社のコンサルタントに相談したり、保険会社のウェブサイトなどで各商品の比較をすると良いでしょう。

原稿提供：
Nippon Life Insurance Company of America（日本生命保険相互会社）

損害保険

個人で加入する損害保険は、1. 自動車保険、2. 住宅・テナント保険、3. アンブレラ保険、の3種類が主です。

自動車保険

運転の項目を参照ください。(P. 62)

住宅・テナント保険

住宅を所有した時の住宅保険、住宅・アパートを賃貸した時のテナント保険です。住宅自体の損害だけでなく、総合的なパッケージカバーになっています。カバー範囲は大きく分けて4種類です。

- 住宅のカバー（持ち家のみ): 火災・竜巻などによる損害をカバーする。
- 持ち物: 持ち物の火災・盗難などの損害をカバーする。
- 個人賠償責任: 個人として発生した賠償責任（仕事以外）に対するカバーである。例えば、自宅で訪問者が怪我をしたり、降雪後に雪かきを怠って怪我をさせた場合など。
- 治療費: 第三者が家屋内で怪我をした場合の治療費（自分及び家族の怪我は含まない)。

– 通常、賃貸契約の中にテナント保険の加入義務についての条項があります。
– 冬季の旅行の際、ヒーターを切って出かけたため、水道管が破裂する事故が多く見られます。凍らない程度の温度に設定して出かけてください。
– 1点$1,000を超えるような宝石や貴重品は事前に申請が必要になります。

アンブレラ保険

多額の損害賠償責任を負うことになっても困らないように、自動車保険や住宅保険の賠償限度額の上乗せ補償として機能する保険です。日本では、自動車保険の填補限度額を「無制限」とすることができますが、米国ではアンブレラ保険で上乗せカバーを必要な金額だけ買う仕組みとなっています。米国では百万ドルを超える賠償金額を請求されることも珍しくなく、アンブレラ保険は一般に安価です。

その他

ペット保険

最近ペット向けの保険が多く販売されるようになりました。種類や年齢、給付内容によって保険料設定が異なります。ペットの健康診断、予防接種、高額治療や歯科クリーニングの費用の一部を保険でカバーします。最近では福利厚生の一環としてディスカウント料金で任意加入ペット保険を提供する会社も多くあるようです。

Identity Theft Protection（個人情報保護サービス）

コロナ禍で在宅勤務中にセキュリティーシステムが弱い自宅のWifiに接続をすることが増加したことにより、個人情報や業務上の情報を外部犯行者により不正アクセスされPCがウィルス感染されたり、情報漏洩をしてしまう事件が多発しました。また、流出した個人情報を元に、犯人が個人の携帯電話に電話して詐欺をおこなうような事件も多発しております。ネットワーク上での犯罪を100％防ぐことは現段階でかなり困難であることから、いつ、どのように、誰が、どのような個人情報の利用を試みたのかなどを早期に知らせるサービスを提供する会社が増加しております。保護するべき個人情報として事前登録するものには、保持する全てのクレジットカード番号、ソーシャルセキュリティ番号、銀行口座番号、各種保険情報、パスポートや運転免許所情報等が含まれます。

税金・リタイアメント資金

アメリカの税金

アメリカに初めて赴任される方は、様々な場面で日本との違いに驚かれたり、戸惑うことが多いかと思いますが、税金もその内の一つになるのかと思います。

一般的にはアメリカでは国民の所得税への関心が非常に高く、大統領選挙でも各候補の公約にも重要政策として盛り込まれ、選挙の行方を大いに左右する程とも言われております。

確定申告

アメリカでは日本のように会社が給与所得の年末調整を行うようなことはなく、日本からの赴任者は、赴任年、帰任年も含め、赴任期間中は基本的に毎年確定申告を行う必要があります。

赴任年、帰任年はアメリカでの滞在日数にもよりますが、基本的には赴任期間中は全世界所得が課税対象となるため、日本での収入（利息、配当、賃貸その他）も当然課税対象となることから、これらの所得ついては関係書類を毎年取り寄せる必要があります。

確定申告を行うに当たり、ソーシャルセキュリティーナンバー（SS#）が必ず必要となります。SS#を所有されていない場合、確定申告用のTax IDを申請して頂く必要があります。日本と違い、確定申告は夫婦合算、夫婦個別、独身、特定世帯主の4つがあります。夫婦の場合、合算あるいは個別申告を毎年選ぶことが可能です。合算税率は累進幅が緩やかなため、特に配偶者に所得が無い場合有利となります。共働きの場合は、合算あるいは個別でそれぞれで計算してみて、有利な方を選択することとなります。以下が所得税計算の簡略形です。

1. 全世界所得（給与、利息、配当、譲渡、その他投資、賃貸所得、etc.）+ 総所得合計 - 差引：調整控除
2. 1. 調整後所得 - 差引：標準控除・個別控除＋課税所得＋税率＋連邦所得税
3. 2. - 差引：源泉所得税・子供税控除・その他税額控除・納税あるいは還付

個別控除は、州所得税（現在CAP有）、寄付金、日米住宅ローン利息、医療費等を含み、その合計と標準控除を比較し、どちらか有利な方を選択できます。確定申告を行うにあたり、所得あるいは控除項目について資料を入手する必要があります。アメリカ国内での所得あるいは控除項目については、一般的に以下のものが課税年度翌年の1月末までに手元に届きます。

所得	発行者	様式
給与所得	アメリカ現地法人	W-2（日本の源泉徴収票にあたるもの）
銀行利息	アメリカ金融機関	1099-INT
投資所得	投資会社	Annual Statements

赴任者の皆様は日本の円払給与賞与がW-2に含まれているか否かについては、人事あるいは給与担当者とご確認下さい。また、日本での所得については、関連機関から必ずしも支払調書が出るわけではありませんので、所得が判る資料を入手して頂く必要があります。控除項目についても例えば、住宅ローンをアメリカの金融機関から借りている場合、確定申告用に様式1098が発行されます。

住宅ローン利息は上記の通り個別控除の一項目としてに含まれます。住宅ローン利息は個別控除の中でも大きな部分を占めると思われますが、現在標準控除が夫婦合算申告であれば、$25,100（2021年度）と非常に高くほとんどの場合、標準控除の方が有利となる場合が多いようです。その意味では個別控除の合計が確実に標準控除を超えることがないのであれば、控除に関する資料は時間を掛けて収集する必要が無いのかも知れません。

社会保険

アメリカでは社会保険は税として徴収されます。日本からの赴任者は日米社会保障協定により、アメリカ赴任中日本で社会保険を継続することが可能で、赴任後5年間はアメリカで社会保険税を支払う義務はありません。

州・自治体への申告

アメリカでは日本の国税に当たる連邦所得税とは別に州についても別途申告を行う必要があります。現在は一部の州を除いて、殆どの州に所得税制度があるため、先ず居住されている州で申告を行う必要があります。

また、一部の州では市あるいは郡等の自治体レベルの所得税があるため、こちらへも申告する必要があります。

仮に勤務州と居住州が違う場合、両方の州への申告が必要となりますが、基本的には勤務州での所得税額を居住州の申告書上の所得税から控除することが出来ますので、二重課税に至ることはありません。これは自治体レベルでも同様です。但し、自治体の場合、勤務している市と居住している市が同じ州内でない場合、二重課税の可能性もあることから、そのような場合は専門家へご相談下さい。

外国預金口座報告書

また所得税申告とは別に一定の要件を満たした場合、外国預金口座報告書の提出義務も別途ございます。これは日本を含む、アメリカ以外の金融機関にある全口座（銀行、証券、保険等）の合計残高が課税年度のどの時点でも、ドル換算で$10,000を超える場合です。夫婦合算申告の場合は配偶者の口座も提出対象となります。提出が遅れたり、内容が不十分な場合はペナルティを課せられる可能性があるため、注意が必要です。

発送方法・申告期限

確定申告書が出来上がった後、当局(Internal Revenue Service、通称IRS）への発送となりますが、電子発送（E-File）あるいは現物発送で行うことになります。

アメリカの確定申告期限は課税年度翌年の4月15日となります。発送ベースですので、15日の消印があれば期限通りと見なされます。もし間に合わない場合は、延長することも可能です。その場合、様式4868を提出して頂く必要があります。また納税が有る場合、延長時に納税を行っておくことが大事です。納税を延長後の申告時に行う場合、ペナルティと利息が課されることとなります。納税額が大きい場合は、延長が取り消されることも有得ますので、注意が必要です。

書類作成

赴任者の場合は、会社側が会計事務所に作成を依頼するのが一般的かと思われますが、その場合でも会計事務所より依頼される“確定申告書作成のための質問書”には正確な情報を入力し、必要書類を揃えて、タイムリーに提出して頂く必要がございます。中には市販のソフトを使用して自身で作成する方も多いようです。自身で作成することでアメリカの税制度、確定申告ついてより理解を深めることが出来るのは確かですが、やはり自身で行うのは難しいというのが一般的な見方のようです。特に自営業をされてる方、会社を経営されている方、パートシップ等へ投資されている方々は、様々且つ複雑なルールが適用されるため、たとえ費用が高くとも専門家に作成依頼されることをお勧めします。

売上税の制度

アメリカには売上税の制度があります。様々な物品、サービスの購入に対して、売上税が課されます。日本の消費税を考えると解りやすいのかもしれません。各州、自治体単位での課税となるため、それぞれの州自治体によって、免除項目、税率が異なります。また、売上税のない州も幾つかあります。殆どの州では食料品等生活必需品には低い税率を設けています。買い物後レシートを見て頂くと良くわかると思います。アメリカの売上税で少々面倒になるのが、ご自身が居住されている州外、つまり他州の業者から通販あるいはインターネット等で物品あるいはサービスを購入する場合です。現在では殆どの州外業者が売上税を課すような制度に変わってきてはいるものの、そうでないケースもあり、例えば外国の業者から購入する場合等が該当します。このような場合、皆様方は使用税（Use Tax）の納税義務を負います。売上税と使用税は表裏の関係にあり、売上税対象項目に対して業者より売上税が課されなかった場合、使用税の納税義務が発生します。使用税は殆どの州では州所得税申告を通じて納税して頂くこととなります。

アメリカでは所得税申告書提出後、連邦当局（IRS）あるいは州当局より通知が届くことがありますが、決して珍しいことではありません。内容にもよりますが、決してご自身で直接当局へは対応せず、必ず専門家にご相談するようにしてください。また、当局捜査員を装った詐欺も頻繁に起こっています。当局が皆様の申告について質問がある場合、必ず文面での通知を申告書上の住所へ発送してください。当局が皆様方へ直接電話あるいは電子メールでコンタクトしてくることはありませんので、決して応答しないようご注意ください。

アメリカでの日常生活を送る上で欠かせない税金制度ついて簡単に触れました。本内容について、何か質問等がございましたら、私までご連絡下さい。

執筆者：
Naoyoshi Kawaguchi（川口）
Tax Managing Director, Core Tax Service
Direct: 248-688-3363・Internal: 303-3363・Fax: 248-362-4459
E-mail: nkawaguchi@bdo.com

リタイアメントの資金

アメリカでは、ソーシャルセキュリティ、401(k)プラン、IRA、Annuityなどからリタイア後の生活資金を確保することが一般的です。

ソーシャルセキュリティ

社会保障制度に基づき、アメリカ政府から支払われる公的年金です。アメリカ国内で所得があり、納税義務のある人々が加入します。

401(k)プラン

401(k)プランは、企業が従業員に提供する福利厚生です。従業員自身が、給与から401(k)へ拠出を行います。従業員の拠出金額に対し、企業が一定割合の金額をマッチング拠出することが一般的です。拠出金は、従業員が401(k)プラン内にある投資信託ファンドのリストからファンドを選択し、投資を行います。

IRA（Individual Retirement Account）

IRAは、個人で口座を開設し、拠出を行うリタイアメント口座です。アメリカ国内で、所得があり、納税義務がある場合、拠出を行うことが可能です。拠出金は、個人が投資信託ファンド等を選択し、投資を行います。

Annuity

Annuityは、個人で購入可能な私的な年金です。生涯年金を受け取ることができるプランや一括で資金を受け取るプランなど、個人の目的に応じた様々な年金プランがあります。

執筆者：
コックス章子 Michigan Financial Companies

いろいろ豆知識

短時間でも子どもを車内に残し、用事を済ませようとしては絶対にいけません。
用事を済ませようとして子どもを車内に残し、警察に通報された例（ケース）があります。短時間でも絶対にやめましょう。

水道水で虫歯予防
たいていのアメリカの水道水には、フッ素が入っています。フッ素は、歯質を強化することで知られており、日本の歯科医院でも定期検診時に歯の裏面にフッ化物の溶液を塗布することで、虫歯予防効果を高めるように努力がなされています。それに比べて、普段のアメリカでの食生活の中で、簡単に利用できる水道水で、自分の歯が強くなるというのは、得した気分がしますね。濃縮タイプの Frozen Fruit Juice や缶入りスープを溶かす時などに、水道水を使ってみませんか。

破折・脱臼した歯の対処法
子供が転んで歯が折れたり（破折）、抜けたりしてしまった時（脱臼）は、慌てず、その歯をそのまま牛乳に浸し、なければ水に浸した状態で歯医者に持参して、診てもらいましょう。歯を乾燥させないことが重要です。このときの保存状態が、その歯を元に戻した予後を左右することもあります。

車の事故が起きたら

1. 事故車を安全な場所へ移す。
2. けが人を救護する。911で救急車を呼ぶ。
3. 警察へ連絡する。事故の大小に関わらず警察を呼び、必ず自分の証言をはっきり主張すること。
4. 相手を確認する。相手の免許証・保険IDカードの提示を求め、“相手側情報欄”に記入。
5. 目撃者を確認する。“目撃者欄”に記入。
6. 保険代理店、又は保険会社へ事故の連絡。
   – Seven Hills/MSIG: Tel: 1-800-232-2200
   （日本語・月– 金 : 8:00 am – 8:00 pm EST）
   – Travelers: Tel: 1-800-252-4633（英語連絡・24時間受付）
7. 自動車の修理開始は保険会社の承認を待つ。事故車が走行不可能の場合には、レッカー車を依頼して修理工場に運んでもらう。

Insured・本人の情報

保険番号（Policy Number）＿＿＿＿＿＿＿＿

事故車の車種（Year/Make/Model）＿＿＿＿＿＿＿＿

事故日（Date of Accident）＿＿＿＿＿＿＿＿　時間（Time）＿＿＿＿＿＿＿＿

場所（Location）＿＿＿＿＿＿＿＿

運転者氏名（Driver's Name）＿＿＿＿＿＿＿＿

電話番号（Phone Number）＿＿＿＿＿＿＿＿

車の所有者氏名（Owner's Name）＿＿＿＿＿＿＿＿

電話番号（Phone Number）＿＿＿＿＿＿＿＿

Other Party・相手側情報

相手側運転者氏名（Driver's Name）＿＿＿＿＿＿＿＿

住所（Address）＿＿＿＿＿＿＿＿

電話番号（Phone Number）＿＿＿＿＿＿＿＿

免許証番号（Driver's License Number）＿＿＿＿＿＿＿＿

事故車の車種（Year/Make/Model）＿＿＿＿＿＿＿＿

車の所有者氏名（Owner's Name）＿＿＿＿＿＿＿＿

住所（Address）＿＿＿＿＿＿＿＿

電話番号（Phone Number）＿＿＿＿＿＿＿＿

保険会社名（Insurance Company）＿＿＿＿＿＿＿＿

保険番号（Policy Number）＿＿＿＿＿＿＿＿

Police・警察

レポート番号（Police Report Number）＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

警察署（Police Department）＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

担当警官名（Officer's Name）＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

Witnesses・目撃者情報

目撃者氏名（Witness Name）＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

住所（Address）＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

電話番号（Phone Number）＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

Scene & Detail・事故状況

どのような事故でしたか。天候・車の位置、信号の有無等、ご説明下さい。

Diagram・事故の略図

事故の際に確認すべき事項

必要な情報①

本人の情報

保険会社：＿＿＿＿＿＿＿＿

Policy番号：＿＿＿＿＿＿＿＿

事故日時：＿＿＿＿＿＿＿＿

場所：＿＿＿＿＿＿＿＿

車の年式・車種：＿＿＿＿＿＿＿＿

運転者氏名：＿＿＿＿＿＿＿＿

連絡先：＿＿＿＿＿＿＿＿

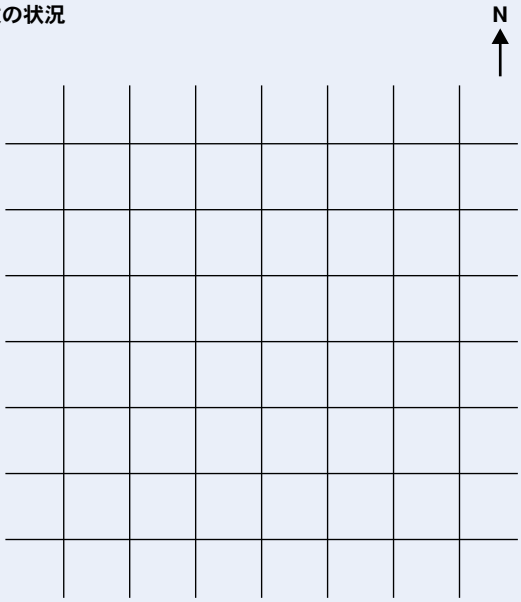
事故状況：＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿

事故の状況



必要な情報②

相手側情報・Other Party

運転者氏名：＿＿＿＿＿＿＿＿

住所：＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿

電話番号：＿＿＿＿＿＿＿＿

免許書番号：＿＿＿＿＿＿＿＿

車の年式・車種：＿＿＿＿＿＿＿＿

VIN#：＿＿＿＿＿＿＿＿

プレートナンバー：＿＿＿＿＿＿＿＿

車の所有者指名：＿＿＿＿＿＿＿＿

住所：＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿

電話番号：＿＿＿＿＿＿＿＿

保険会社：＿＿＿＿＿＿＿＿

Policy番号：＿＿＿＿＿＿＿＿

必要な情報③

警察・Police

レポート番号（Case#/Report#）：

＿＿＿＿＿＿＿＿

警察署・担当警察官名：

＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿

目撃者情報・Witness

運転者氏名：＿＿＿＿＿＿＿＿

住所：＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿

電話番号：＿＿＿＿＿＿＿＿

住宅事情

一戸建て・アパート・コンド

家探しを始める前に

個人個人で性格が違うように、家の好みもそれぞれ色々な違いがありますが、不動産業者の情報により家族のニーズ（自分達の予算、希望の部屋数、学校区等）に合った地域を決定すると良いでしょう。

アメリカの家の建築方法・家のタイプには、大きく次のように分けられます。

1980年以降は一階立てか二階建てCOMTEMPORARYが多い

Ranch	一階建	一階 地下
Colonial	二階建	二階 一階 地下
Contemporary	近代的で天井が吹き抜けになり主寝室が一階にある。	
Bi-Level	二階建で一階が半地下になっている	半二階 半地下
Tri-Level	半二階、一階、半地下になっている	一階 半二階 半地下
Quad-Level	二階、一階、半地下、地下と四段階になっている	
Cape Cod	屋根裏に部屋が有り突き出た窓がある。	

借りる場合

アパートの探し方

近年Googleで検索する方が多いです。各アパートのサイトに直接アクセスできます。また、不動産業者に頼む際には手数料がいくらかかるか事前に聞いておきましょう。不動産業者が予約を取って連れて行ってくれます。日本人の多く住んでいるアパートは日本語対応をしてくれるところもあります。契約期間や中途解約などについてはきちんと理解していないと後でトラブルの原因になりますので注意が必要です。

戸建ての探し方

Realtor（不動産仲介業者）に住みたい地域と予算を告げて探してもらいます。個人でもInternetで物件の検索は出来ます。不動産仲介業者に頼むと最新のリストがRealcompから自動的にE-mailできるように設定してもらえます。手数料は通常大家側の負担であるので、送ってもらうのに手数料を支払う必要はありません。最近はZillowというサイトから物件をご自分で検索なさる方が多いです。このサイトには個人でテナントを探しているオーナーや不動産管理業者も情報を載せていたりしますが、ご自分で契約交渉されるのが大変な場合もありますので必要に応じて不動産業者に契約交渉などを頼むと安心ですが、その場合はテナント側で手数料を支払うことが多いです。

コンドの探し方

コンドにはDetached（コンドが一つずつ離れて一戸建ての様になっている）とAttached（隣とくっ付いて壁を共有している、または上下に違う住人が住んでいる）タイプがあります。

タウンハウスはコンドの一形式で、通常タウンハウスかランチ形式のコンドになます。

コンドは必ずAssociation Feeがかかります。それとは別に何年かに一度Special Assessmentも払うことがあります。

コンドはAssociation Fee（共益費）の中に水道料金、ゴミ収集費、芝刈り、雪かきなどが入っていることもあります。契約の際にオーナー側が全てのアソシエーション費を払うと明記されているか確認してください。各コンドにはそれぞれの規約項目があり、独自の契約書を使用するところもあったり、ペットについての制限や全体の何％がリースできるか、という規定を定めているところもあります。

テナント側に個人情報を提出する規則のあるコンドもありますのでそのことも予めご了承ください。

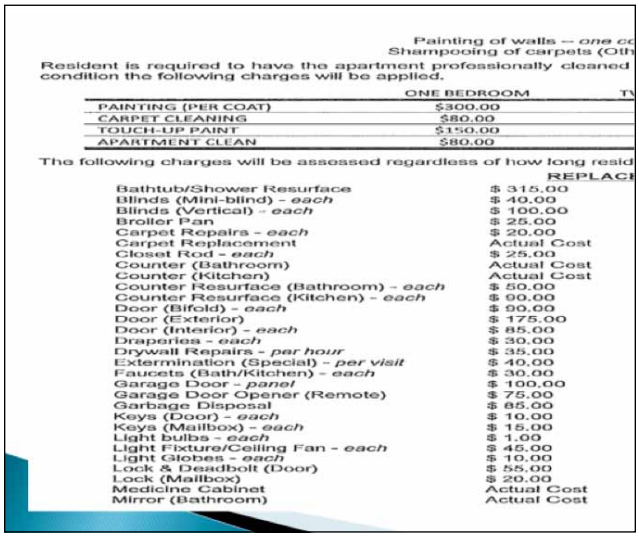
Commencement Checklistはミシガン州の場合どのような物件に入居しても入居から7日間で出す義務があり（アパート、戸建、コンドすべてで）これを提出しないと入居時物件が完璧であったとみなされ、退去の時にもし何か破損が

あったりカーペットにシミがあったりしたときにそれを入居時記録に残しておかなかった場合、後でオーナーからSecurity Depositから引かれたり、要求されたりします。

ご退去の際の掃除と鍵の返還については基本掃除は常にするように心がけて、なるべくSecurity Depositを返還してもらう様に努力してください。

アパートによっては厳しく掃除を要求されるところもあります。

Security Deposit から引かれる対象例：



Painting of walls -- *one c*
Shampooing of carpets (Oth
Resident is required to have the apartment professionally cleaned
condition the following charges will be applied.

	ONE BEDROOM	T
PAINTING (PER COAT)	$300.00	
CARPET CLEANING	$80.00	
TOUCH-UP PAINT	$150.00	
APARTMENT CLEAN	$80.00	

The following charges will be assessed regardless of how long resid

	REPLAC
Bathtub/Shower Resurface	$ 315.00
Blinds (Mini-blind) - *each*	$ 40.00
Blinds (Vertical) - *each*	$ 100.00
Broiler Pan	$ 25.00
Carpet Repairs - *each*	$ 20.00
Carpet Replacement	Actual Cost
Closet Rod - *each*	$ 25.00
Counter (Bathroom)	Actual Cost
Counter (Kitchen)	Actual Cost
Counter Resurface (Bathroom) - *each*	$ 50.00
Counter Resurface (Kitchen) - *each*	$ 90.00
Door (Bifold) - *each*	$ 90.00
Door (Exterior)	$ 175.00
Door (Interior) - *each*	$ 85.00
Draperies - *each*	$ 30.00
Drywall Repairs - *per hour*	$ 35.00
Extermination (Special) - *per visit*	$ 40.00
Faucets (Bath/Kitchen) - *each*	$ 30.00
Garage Door - *panel*	$ 100.00
Garage Door Opener (Remote)	$ 75.00
Garbage Disposal	$ 85.00
Keys (Door) - *each*	$ 10.00
Keys (Mailbox) - *each*	$ 15.00
Light bulbs - *each*	$ 1.00
Light Fixture/Ceiling Fan - *each*	$ 45.00
Light Globes - *each*	$ 10.00
Lock & Deadbolt (Door)	$ 55.00
Lock (Mailbox)	$ 20.00
Medicine Cabinet	Actual Cost
Mirror (Bathroom)	Actual Cost

アパートのメンテナンス

アパートのLeasing Officeに行って頼む、またはオンラインで修理に必要な箇所の情報を送ればアパートが手配してくれます。修理に来る際に事前に連絡がないこともたまにありますので注意してください。自分が来て欲しい時間や、曜日には来ず、全てアパート側の都合によって来ることをあらかじめ知っておく必要があります。アパートの部屋の中にいなくても合鍵で入ってきますので知らない間に修理が終わっていることもあります。

コンドと戸建てのメンテナンスにおける注意点

これらの物件はオーナーとの個人契約が多いので、オーナーがどこに住んでいるか、オーナーの性格などによって、もし物件内で急な水漏れや器具が壊れた際などの交換もすぐに行動してくれたり何の反応もなかったりと様々です。入居の際に誰にどの様に連絡するかを把握する必要があります。

賃貸契約は州によっても法律に違いがあります。

ミシガン州で住宅を借りる（レント）場合は、契約書の内容は次のようなことに気をつけましょう。Security Depositの額はミシガン州では家賃の1.5カ月分までしか取れません。Security Deposit以外のほとんどの個人オーナーはクリーニング料を要求します。

ミシガン州で使用されるスタンダードな賃貸契約にはLandlord（大家）とTenant（テナント・借りる側）の名前、この契約を締結した日にちを先ず記入します。それからTerm（契約期間）と続きます。

1. Land Lord: 大家の名前
2. Tenant: テナントの名前
3. 契約締結日の記入
4. Legal Description: その地域で登記された住宅のLotの番号（戸建て）、Unitの番号（コンド）
5. Address: 物件の住所
6. Term: 契約期間
7. Occupant: テナント以外の居住者の名前
8. Rent: 賃貸料
9. Where to Send Rent: 支払方法、支払い宛先
10. Notice: 大家の連絡先、Emailアドレス、携帯番号など。
11. Security Deposit: 保証金。ミシガン州では個人オーナーと契約の際には通常毎月の賃貸料の1.5ヶ月。（退去後30日で返還義務が生じる。ただしテナントがきちんとForwarding Addressを明記しているときに限る）
12. Use Assign: 使用目的。レント物件をオフィスとして使用したり、自分の借りている住宅を知人に貸す場合は、契約書を良く読む必要がある。
13. Charger to Tenant: ガス、電気、水道、電話使用について。
14. Yard Maintenance: 誰が芝生の管理をするのか。雪かき、スプリンクラーなどの管理。
15. Repair Expense: 住宅の備品が壊れた場合、テナントの免責。
16. Alterations: テナントは大家の許可なしに住宅を改造してはいけないという項目。
17. Show: 賃貸契約期間終了の何日前から大家が次のテナントに家を見せていいか。
18. Vacant Notice: テナントはいつ住宅明渡し期間を大家に通達するか。
19. Damage: 借り手が原因ではなく、住宅に破損が生じた場合はどのようになるのか。

20. Holdover: 契約期間終了後にテナントは引き続き住むことが出来ないという項目。
21. Personal Property: 大家が賃貸契約中にテナントに使用することを認めた備品。
22. Pets: 通常のResidential Lease（リース契約書)ではペットを飼うことを禁止されている。Pets Addendumがあり、大家によってはDeposit（敷金）を余分に払ってペットを飼うことを許可してもらえることがある。又家賃に$100程度の上乗せをすれば認めてくれる場合もある。
23. Security Deposit Use: 保証金の使用目的とは
24. Transfer: テナントが転勤の場合、契約期間中でもこのリースがキャンセルできるという項目。
25. その他: Discriminationの中にはRace、Marital Statusは入っているが、Smoker、No Smokerは入っていない。大家の権利が強いので特にSmokerに対して臭いを嫌う人が多く、受け入れられないことがある。受け入れられた場合でも大家がかける保険が高くなるので家賃が高くなることがある。
26. 大家によってはNon-Refundableのクリーニング料、コンドのAssociation Feeを取る人もいるので注意が必要。

2009年から2010年にかけてはShort SaleやBank Ownedなどの物件が市場に出回っていましたが、ミシガンの景気が良くなった前に執筆させて頂きました前回2013年にはほとんどそれがなくなっていました。

住宅の購入

不動産の価格は景気と金利に影響されます。

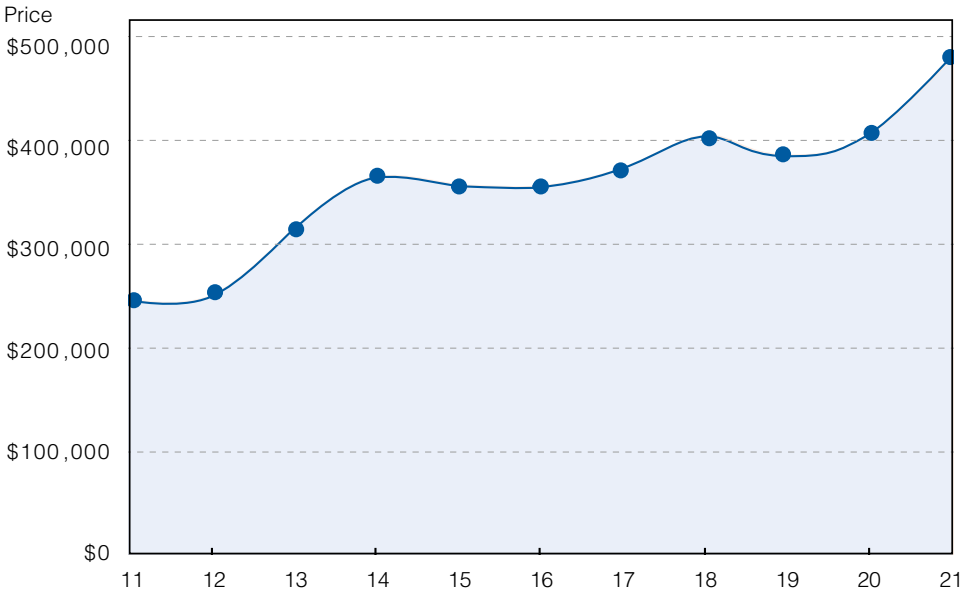
2021年はコロナの影響で、アメリカ各地で戸建ての需要が多くなった関係上、物件価格が上昇しています。

例えば2021年7月には、ワシントン州で1.3百万ドルの物件に100件のオファーがあって1.6百万ドルで売れたという話も聞きました。

私自身も2021年の7月に土曜日一日だけで50件の内覧（Showing）があり20件の入札（オファー）が集まったという体験をしました。

2021年9月現在、物件価格の上昇は少し落ちついてきていると思います。Noviの不動産を例にあげると、下記グラフが同じ大きさで築年数で調べた平均の売買価格の推移です。

Historic Sales Price Trend



Time frame is from Jan 2011 to Aug 2021
City is 'novi'
Property Type is 'Residential'
Beds Total is 4
Baths Full is 2+
Year Built is 1995 to 2013
Est Fin Abv Grd SqFt is 2200 to 2800
Results calculated from 646 listings

Year	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Price	$243,000	$250,500	$313,000	$364,000	$357,500	$355,500	$372,500	$404,250	$385,884	$406,250	$481,000

不動産の物件自体の形、色あい、Floor Planにも流行があり、今はオープンフロアプランで、キッチンとリビング/ファミリールームがつながっているもの、キッチンにアイランドがあり、いわゆるシェフのキッチンと呼ばれるガスコンロ、大きなダクトがついていて外に煙が出る形が人気です。新築の時にUpgradeすると基本の売買価格に上乗せになります。

アメリカで住宅を購入する場合、まずインターネットや銀行で、どの位の住宅ローンが組めるか確認すると良いと思いますが、その際注意するのは、安易にに自分のSocial Security Numberを入力しないことです。何度か番号を入れて金利を調べると、Credit Scoreが低くなるのでお気をつけください。

インターネットでも物件探しが簡単にできますが、不動産業者に条件設定を依頼すれば、希望の物件をその都度メールしてもらえます。不動産業者には売り手側、買い手側両方に立って仕事をするということでいろいろな制約があるので、不動産業者からその仕組みについてあらかじめ聞いた方が良いでしょう。物件が見つかったら希望価格などこちらの条件などを書面で出します。

Purchase Agreementにはいろいろな条件を書く項目がありますので、一つずつ理解する必要があります。売り手と合意すれば、家のインスペクション（検査）と住宅ローンの申し込みをし、早ければ35日から60日ほどで売買締結最終日になります。不動産への手数料は通常は売り手が負担しますが、個人売買の場合、買い手側の負担になることもあります。

住宅ローンは通常、銀行かモーゲージ会社（住宅ローン専門会社）でローンを組むか、全額自費で支払うかの二つの方法があります。ローンを組む場合、頭金は幾ら用意できるか、永住権や市民権、またはビザの種類でも金利が変わります。

頭金を日本から送金する予定の方は、日本の銀行からの証明書の発行や英語訳などの追加資料が必要であったり、審査に時間がかかったりするので、あらかじめ自分の取引銀行に聞いておくとよいでしょう。

家を購入するならば新築の家か、中古の家どちらがよいでしょう。

新築の場合はキッチンやバスルームなどがオプションで選択できます。たいてい1年の保証がつき、その期間内の故障等は修理をしてもらえます。Purchase AgreementはBuilder側のものなので買い手に有利でないです。もし工事が遅れた場合も買い手側は文句が言えない項目が必ず入っています。又、芝生、デッキ、窓の修理などは自分でしなければならないので、思い通りの内装や外観にできる反面、時間と購入後のお金が予想以上にかかったりします。中古物件は築年代や前のオーナーの手入れ具合で相当変わってきます。

住宅の売却

不動産市場には二つの時期があります。売手市場（Hot Market）と買手市場（Cold Market）です。買手市場の時に家を売却しなければならない場合は、次のような点に留意しましょう。先ず、自分自身が買い手側に立ってみて、その家の外側の第一印象、内部が明るく清潔感があることです。汚れた所を塗装したり、樋が外れていたら直します。芝生をきれいに整えて、美しい花を植えると、家の雰囲気が良くなり早く売却できます。修繕してお金がかかっても、明るく清潔で美しくなって、早く売却できるという良い結果になります。現在2021年はどんな物件でもおそらく買い手が見つかると思います。

次に、マーケットが冷え切って適切な価格の売却が出来ない場合。オプショントゥバイ（Option to Buy）という方法があります。これはテナントがある期間家の持ち主からレンタルし、その後テナントが買い主として家を買い取る方法です。リース期間終了時期にマーケットが活発になってくることは充分考えられます。又、2–3年の間、家を賃貸して銀行のローンをテナントからの賃貸収入でまかない、マーケットの状態をみて売りに出す方法もあります。持ち家をリース物件として貸す場合、モーゲージ（銀行ローン）の金利・修繕費・固定資産税・保険・水道料金（大家負担）等が家賃総収入から経費として差し引かれます。

又、自分で住んでいる時には認められなかった減価償却費（Depreciation）が発生し、家の賃貸料の純利益が損失した際は、税金の相殺控除が認められます。この賃貸損失額は収入の高い個人には認められないこともありますので会計士に相談することをお勧めします。

家を売却した時に、その前5年間のうち2年間自分の家としてそこに住んでいたならば（Homestead）といいますが、個人で$250,000、夫婦で$500,000までの資本利得（Capital Gain）については税金がかかりません。ただ日本に帰国してから売却する場合は別の法律が適応されますので事前に法律などについてはお知りになられる必要があります。

毎年の確定申告も必要だと思われます。家の管理と手入れで快適な生活をするためにも、普段から家の状態をチェックし、修理は早めにします。以下は管理と手入れのチェックリストです。

地下室のチェック

- 暖房炉(Furnace)は1年に一回業者による点検清掃をする。
- 冷暖房炉のフィルターは2ヶ月に一回取り替える。
- 雨が降った後、水漏れはないか。
- 排水ポンプ(Sump Pump)は的確に作動しているか。

外回りのチェック

- 芝生の手入れ、除草剤の散布(夏3–4回)、芝刈り(週1回)
- 雨どいにたまった枯葉などは年2回程度掃除する。
- 屋根にかかっている木の枝は、冬の前に切る。
- 窓枠などのペンキがはげていないか。
- ガレージドアはきちんと閉まるか。
- 屋根の状態はどうか。めくれたり、ひびが入ったりしていないか。
- 雪かき(歩いている人が滑らないように)
- デッキのニス塗り(木が腐らないように)

その他、駐在員の方に気を付けていただきたいこと

- 食器洗い機(Dishwasher/ディッシュウォッシャー)通常の洗剤を使用するとキッチン中泡まみれになるのでディッシュウォッシャー用の洗剤(Cascade等)を使用する。
- 生ごみ処理機(Disposal/ディスポーザル)
  流し(Sink)に付いているDisposalには玉葱の皮、コーンの芯、繊維質の物、貝殻等の固いものを入れないようにすること。使用するときは必ず水道の水(冷水)を流しながら使うこと。使用中止まってしまった時は、流しの中にある機械の下のリセットボタンを押すと再び動くこともある。冬季は生ごみが1週間でも腐らないので、ごみと一緒に出すこともできる。
- 衣類乾燥機(Dryer/ドライヤー)
  洗濯物を乾かす時、紙製の柔軟剤(Bounce等)を入れると静電気の発生が防げる。使用後、フィルターの繊維のごみをその都度忘れずに取り除くこと。これを怠ると発火する恐れもある。
- 近年、キッチンのカウンターにミカゲ石(Granite)が使用されることが多くなりました。見かけは立派ですが、お手入れをする際には、必ず専用の洗剤を使うこと。また熱いものを直接おくと割れます。そうした際には台所のカウンターすべてを交換しなければならないので、注意してください。ステンレスの冷蔵庫やオーブンなども見栄えはいいですが専用のクリーナーを使用する事、床が本当の木(Hardwood Floor)の場合は水拭き禁止。

また、ジャクージ(Jacuzzi)も人気のひとつですが、2週間に1回ほど、専用のジャクージの中をきれいにする洗剤を使用しないと、溜まった水垢によって雑菌が繁殖することがありますので注意が必要です。

執筆者:
藤森佳子 RE/MAX New Trend

いろいろ豆知識

水の種類
水道水は飲めますが、浄水器をつけたり、スーパーの水を買う人も多いようです。

- Natural Spring Water（涌き水）
- Distilled Drinking Water（蒸留水）
- Purified Drinking Water（浄水）

少しづつ表示が違いますが、非常時に備えて、好みのものを常備して置くことをお勧めします。

ごみの回収
ミシガンでは、ごみは週一回、区域契約又は各自業 者契約の回収車が集めに来ます。地域によっては、資源ごみはリサイクルボックスに入れて回収する所 やスーパー、学校が回収窓口になっている所もあり ます。落葉は専用の紙袋に入れて指定の日に出すと、専用のトラックが運んでくれます。

引っ越し

日本を発つ前に

海外への引越しは、準備の段階から国内での引越しとは随分と勝手が違ってきます。特に荷物の選別が重要で、まず、チェックリストを作成するとよいでしょう。

引っ越しの手順

1. 引っ越し業者と打ち合わせをする。
2. 種類別にチェックリストを作成する。
   – 船便で送るもの（輸送期間45日 – 55日）
   – 航空便で送るもの（輸送期間10日 – 14日程度）
   – トランクルームや実家に預けるもの
   – 手荷物で持っていくもの
   – 廃棄するもの
3. チェックリストに従って、家財を仕分け・梱包する。荷物が会社の制限枠を超えないよう、引越し業者とよく打ち合わせておくことが大事である。
4. 引越し業者の案内に従い、通関必要書類を準備する。
   – パスポートのコピー、ビザのコピー
   – 航空会社発行の予約証明書又は赴任証明書等
   – 梱包明細書
   – Customs Form 3299
   – 補助申告書

これらの書類を全て引っ越し業者に預ける。

発送時の注意

アメリカへの持ち込みが禁止されているもの

- 麻薬類
- わら製品（畳などを含む）
- ワシントン条約で持ち出しが禁止されている動物の剥製、またはそれを使った製品
- 加工品を含む肉類
- 生の野菜、果物
- 種、球根

引越荷物に入れてはいけないもの

- 通貨、有価証券、預貯金通帳
- 貴金属、宝石
- マッチ、ベンジン、シンナーなどの危険物
- 医薬品
- 食料品全般
- 信書
- スプレー式殺虫剤

現地調達できるもの、できないもの

現地調達できるもの

- 食料品
  味噌、醤油、ソースなど調味料、のり、わかめ、お茶など乾物、青じそ、貝割れなどの野菜、刺身などは、日本食料品店で手に入る。
- 常備薬
  鎮痛剤、消化剤など一般的なものは、ドラッグストアーなどで手に入る。(P. 56 家庭常備薬参照)
- 文房具
  折り紙、半紙、墨汁、国語ノート、消しゴムなどは、日本食料品店、オンラインショップで手に入る。

現地調達できないもの

- 日本の教科書
  編入する学年の教科書は、日本で用意する。次の年からは、補習校で用意される。それ以外は日本国総領事館に申請する。
- 変圧器
  日本製の電気製品は、電圧が異なるので変圧器を使用した方が安全である。

その他日本から持ってきて良かったもの

ミシガン在住の主婦の方に聞いてみた。ご参考に。

- 辞書: 英和・和英・国語辞典
- 電子辞書
- ガイドブック:
  医者にかかる時のためのものや旅行用のものなど
- カセットコンロ（カセットガスは購入できます）
- 無煙ロースター
- ホットプレート
- 電気炊飯器
- 室内用物干し（小型）
- ヘアーブラシ付きドライヤー
- 敷布団及びそのカバー類
- 当座の常用薬
- スリッパ
- 靴べら
- ホームベーカリー

身辺整理

- パスポート・ビザの取得: 上半身の写真を多めに用意する
- 航空券を手配する。
- 海外への転出届を出す。
- 国際免許証を取得する。
- 学校関係の手続き: 英文の学年修了証書をもらう。高校に編入する場合は、中学3年生からの成績証明書が必要。補習で使用する教科書を手配する。
- 銀行の公共料金自動引き落としを停止する。
- 郵便局に転居通知を出し、郵便物の転送を手配する。
- 固定資産税納付代理人を手配する。
- 電気、ガス、水道、電話、新聞、NHK受信などを解約する。
- 税金未納分を支払う。手続きには、住民票や、印鑑証明が必要な場合もある。転出届を出す前に用意しておく。

ペットの扱い

ペットを海外に連れて行くには、次の3つの方法があります。

- キャビンペットとして、機内に持ち込む。
- 受託手荷物として預ける。
- 貨物として輸送する。

情飛行場の温度が、規定以上の場合、航空会社は、貨物室に預ける犬などのペットの輸送を断ってきますので、夏は犬を連れて海外引越し出来ないと考えたほうが無難です。赴任、帰任の時期が夏になりそうであれば、犬を先に引越しさせるなど、できるだけ早く対策を立てたほうが良いでしょう。詳しくは旅行代理店、引越業者にお問い合わせ下さい。いずれの場合も、検疫、通関が必要です。特に犬は、以下の2点が義務づけられています。

- 狂犬病予防注射証明書: 接種年月日および狂犬病予防液の種類を明記した証明書。注射を受けた日から30日を越え、かつ、不活性ワクチンの場合は、注射後180日以内、生ワクチンの場合は、1年以内の日付のもの。
- 健康証明書: その犬が、狂犬病にかかっていないことを明記した証明書。犬の輸送日の10日前以降の日付のもの。犬は、到着後できるだけ早く、所轄の市役所で登録をします。

猫、鳥は、健康証明書のみで送れます。出発前に、住所が分かっている場合は、ペットに名札を用意すると安心です。檻のサイズに制限はありませんが、料金はサイズによります。

帰国

日本に帰ることが決まったら、自分なりに引っ越しのスケジュールを作成し身辺整理をします。

引っ越しの手順

手順は、日本を出発する時と同じです。

1. 引っ越し業者と打ち合わせをする。
2. 家財を仕分けする（処分するもの、日本に持ち帰るもの、必要に応じて仕分けする。）

日本へ持ち帰るものの仕分けの仕方

- すぐ必要なもの: 受託手荷物
  空港のチェックインカウンターで預け、本人と同じ航空機に乗せる。
- 早い時期に必要なもの: 航空便別送手荷物出国2–3日前を目安に発送、入国1週間前後で到着する。
- 時間がかかってもよいもの: 船便
  出国20–30日前を目安に発送、50–55日で到着する。
  – 身辺整理をする。
  – 日本での連絡先を決定し、挨拶状を手配する。
  – 買い物リストを作り、買い物をする。
  – 不用品を処分する。

発送時の注意

日本で輸入が規制されている品物

- 特別の法令により許可を必要とするもの
  例: 猟銃、空気銃、刀剣など
- 特別規制の対象となるもの
  例: 動物、畜産物、植物など

輸入禁止品

麻薬、覚醒剤（含ヴィックスインヘラー）、偽造通貨、偽造証券、わいせつビデオテープ、コピー商品（特許権侵害物品など）、拳銃、その他ワシントン条約で規制されているもの。ハンドサニタイザーはアルコール度60％を超えると引越荷物としては送れません。

自動車の輸入通関

海外で使用した自動車を日本に持ち帰るには、特別の手続きが必要です。

- 通関に必要な書類
  – 別送品申告書
  – パスポート
  – 自動車などの引っ越し荷物免税申告書
  – 居住地における車検証又は、登録証
  – 2年以上転売しない旨の誓約書

身辺整理

- 在留届を抹消する。
  – 日本の住民票（2通）
  – 自動車の価格を証明する書類
  （領収証、注文書、車両購入申込書など）
  – 取り扱い説明書
  – 鍵
- 関税輸入扱いを受ける条件
  – 継続して1年以上海外に居住していたことが証明できること
  – 本人又は、家族が使用していたことが、登録書類などで証明できること
  – 別送品申告を行い、税関の承認を受けてから、入国後6ヶ月以内に輸入すること
  – 輸入許可日から最低2年間、本人または、家族が個人的に使用すること

引っ越しに便利な情報

家具を引き取ってくれる所

Furniture Banks of Southeastern Michigan
333 N. Perry St., Pontiac
Tel: 248-332-1300
www.furniture-bank.org

衣類などを引き取ってくれる所

Salvation Army
1154 W. Maple Dr., Walled Lake
Tel: 248-960-8778

他、各地区にもあります。

引越業者で売却家具の輸送、不要品の引き取りをしてくれる会社もありますので、確認すると良いでしょう。

引越し業者

Nippon Express U.S.A. Inc.（日通ハートライナー）
10275 Harrison Rd., Suite 250, Romulus, MI 48174
Tel: 734-941-5884・Fax: 734-941-6278
www.nittsu.com/hikkoshi

Yamato Transport U.S.A., Inc.（ヤマト運輸）
Detroit Office
11701 Metro Airport Center Dr., Suite 103
Romulus, MI 48174
Tel: 734-941-3240・Fax: 734-941-8848
www.yamatoamerica.com

Nissin International Transport U.S.A., Inc.（米国日新）
Tel: 734-432-0300（Detroit Office）
www.nitusa.com

New Wave Express, Inc.
U.S.A. Head Office
22833 Heslip Dr., Novi, MI 48375
Tel: 248-374-4800
www.newwaveexpress.com

- 賃貸住宅の解約、持ち家の売却をする。
- 帰国後の住居の手配をする。
- 未納税金を納付する。
- 銀行口座、クレジットカードを解約する。
- 転校手続き（現地校・補習校）をする。
- 電気、ガス、水道、電話などを解約する。

- 新聞、雑誌を解約する。
- 自動車を処分する。
- 不用品を処分する。

不用品の処分

不用品の処分は、次のような方法が一般的です。

- 日本食料品店などの掲示板、インターネットを利用して必要な人に譲る。
- ガレージセールをする。
- 寄付する。

ペットと帰国

犬、猫を連れて帰国する場合は下記の手続きが必要になります。

1. 日本到着の40日前までに到着予定空港を管轄する動物・検疫所に時期、頭数などの届出を行う。
   「犬や猫の輸入手続き」のウェブサイトはこちらです。
   www.maff.go.jp/aqs/tetuzuki/system/49.html
2. マイクロチップによる個体認識
3. 2回以上の狂犬病予防接種
   1回目の接種から30日以上の間隔をあけ、かつ1年間以内に行う。
4. 狂犬病の抗体価確認
   2回目以降の狂犬病予防接種後、獣医にて血液の採取を行い、日本の農林水産省指定検査機関で検査を受ける。
5. 180日間の帰国待機
   抗体価の検査の採血日から、日本到着時まで180日以上の帰国待機の必要あり。狂犬病に対する抗体価検査結果は採血日から2年間有効なので、日本到着まで2年を越えないようにする。
6. 出発直前検査
   狂犬病およびレプストラ病（犬のみ）にかかっていないか、獣医の検査を受ける。出発2日前以内に行うのが望ましい。
7. 輸出国の証明書
   2.–6.が記載された輸出国政府機関発行の証明書の交付を受ける。
   あらかじめ農林水産省（動物検疫所）が発行する証明書（Form A、Form C）を入手し米国農務省動植物検査局（USDA Aphis）に持っていき、証明のサインをもらう。

USDA Aphisの所在地は、次のウェブサイトで。
www.aphis.usda.gov/animal_health/contacts/field-operations-districts.pdf

上記の7まで終了した場合は、日本到着時の係留は12時間以内となります。それ以外の場合は待機期間の不足日数あるいは180日間の係留となります。

詳しくは日本側農林水産省動物検疫所、旅行代理店、引越業者にお問い合わせください。

原稿提供：
Nippon Express U.S.A. Inc.（NXアメリカ）

暮らしの情報

医療 47

銀行 58

運転 62

美容院・理容院・クリーニング 68

家を留守にする時･冬の準備･停電の備え ... 69

食品 70

電話 75

宅配便 75

郵便 76

マナーとエチケット 77

教育 80

日常の換算表 86

医療

米国の医療事情

プライマリーケア医（かかりつけ医）とは

プライマリーケア医とは、患者さんが直接かかる、患者さんに一番近い医療提供者のことを指します。米国では、医師のほかに一定の医療行為を行うことができるナースプラクティショナー（N.P: 上級看護師）やフィジシャンアシスタント（PA: 医師アシスタント）などの医療提供者を総称して「プロバイダー」と呼びます。「プライマリー・ケア・プロバイダー（PCP）」とは、かかりつけの医療提供者のことを指します。

医療の専門分野のうち「プライマリーケア」と称される専門科は、家庭医学科、一般内科、小児科、産婦人科です。18歳以上の人は一般内科または家庭医学科、18歳未満の子どもは小児科または家庭医学科の医師をPCPとすることができます。成人女性の場合は、紹介がなくても産婦人科に直接かかることができます。産婦人科では婦人科検診や妊娠のケアなどを受けることができますが、産婦人科領域以外の病気をみてもらうためには、内科または家庭医学科の医師とかかりつけの関係を持っておくことをお勧めします。

米国の医療保険制度

米国の健康保険は、日本とは異なり保険会社の数やプランの種類も多岐にわたります。米国の健康保険には、高齢者や障がいを持つ人、低所得者、現役・退役軍人などを対象とした公的健康保険（メディケア、メディケイド、トライケア）のほかに、多くの民間会社による健康保険があります。どの保険でもまず医療機関から保険会社に請求がいき、支払われなかった分は患者さん本人が負担することになります。そのため、自分が入っている保険のプランでは何がどの程度支払われるかをよく理解しておかないと、思わぬ高額な請求書を受け取ることがあります。

雇用者経由で健康保険を得る場合、雇用者によっては複数のプランから選べる場合もあります。自営業の人や雇用者から健康保険が提供されない場合は、自分で健康保険に申し込まなければなりません。その場合はHealthcare.govのサイトから、いわゆるオバマケアによって自分に合ったプランを探すことができます。

民間の保険には大きく分けて、PPO（Preferred Provider Organization）プランとHMO（Health Maintenance Organization）プランがあります。PPOプランでは、保険会社が契約しているネットワーク内の医師や病院は紹介状がなくてもかかることができます。ネットワーク外でも受診することはできますが、自己負担額が高くなることがあります。日本のように、かかりつけ医からの紹介状がなくとも専門医を直接受診することができるので人気があります。しかし、保険料の自己負担分はPPOプランのほうが高いことが多く、プランによっては医療費の2割、3割など一定の割合が自己負担となることがあります。米国の医療費は日本とは比べ物にならないほど高額なので、注意が必要です。

HMOプランは、かかりつけ医を決めることが義務付けられており、プランのネットワーク内の医師の中からかかりつけ医を選ばなければいけません。専門医にかかる際にはかかりつけ医からの紹介が必要で、ネットワーク内の専門医にしかかかれないこともあります。利点としては、月々の保険料は一般的にこちらのほうが低いことが挙げられます。希望のかかりつけ医がネットワーク内であることがわかっていれば、月額の保険料が抑えられる点を考慮すると悪くない選択であるとも考えられます。

それぞれの検査や診療がどの程度保険でカバーされるかは、加入している保険によって大きく異なり、医療従事者にはわからない仕組みになっているため、患者さん本人が保険会社に連絡して確認する必要があります。

（医療保険については、P.28ページ「保険の知識」参照）

緊急時の対応

すぐに診察を受けたい場合や緊急時にはどうしたら良いのでしょうか。基本的にはプライマリーケア医へ相談することが勧められます。ほとんどのプライマリーケア医の診療所には夜間・休日相談窓口があり、アドバイスを受けることができます。プライマリーケア医がいない場合は、次の方法があります。

1. アージェント・ケア（Urgent Care, UC）またはWalk-Inクリニック

アージェント・ケア（UC）とは、軽症者向けで予約な

体温の換算表（摂氏と華氏）

摂氏（℃）	36.0	36.5	37.0	37.2	37.4	37.6	37.8	38.0	38.2	38.6	38.8	39.0	40.0
華氏（℉）	96.8	97.7	98.6	99.0	99.3	99.7	100.0	100.4	100.8	101.5	101.8	102.2	104.0

医療関係 単語

専門別呼称

家庭医療科：Family Medicine
家庭医：Family Physician
内科：Internal Medicine
内科医：Internist
小児科：Pediatrics
小児科医：Pediatrician
外科：Surgery
外科医：Surgeon
産科：Obstetrics
産科医：Obstetrician
婦人科*：Gynecology
婦人科医*：Gynecologist
*産婦人科をまとめてOB/GYNと呼ぶことも多い。
整形外科：Orthopedics
整形外科医：Orthopedist
皮膚科：Dermatology
皮膚科医：Dermatologist
歯科：Dentistry
歯科医：Dentist
耳鼻咽喉科：Otolaryngology
耳鼻咽喉科医：
ENT-Ear Nose Throat Doctor/Otolaryngologist
眼科：Ophthalmology
眼科医：Ophthalmologist
検眼科：Optometry
視機能検査士：Optometrist
（医師ではないが検眼を専門に行う）

病名と症状

内科の病名

風邪：Cold、Upper Respiratory Illness
流行性感冒（インフルエンザ）：Flu
花粉症：Pollinosis/Hay Fever
気管支喘息：Asthma
気管支炎：Bronchitis
肺炎：Pneumonia
肺結核：Tuberculosis
胃・十二指腸潰瘍：Pepticulcer
胃炎：Gastritis
胃腸炎：Gastroenteritis
下痢：Diarrhea
便秘：Constipation
肝硬変：Liver Cirrhosis
急性肝炎：Acute Hepatitis
胆石：Gallstone/Cholelithiasis
胆のう炎：Cholecystitis
狭心症：Angina
高血圧：Hypertension/High Blood Pressure
心筋梗塞：Myocardial Infarction/Heartattack
不整脈：Arrhythmia
心不全：Heart Failure
糖尿病：Diabetes
バセドウ氏病：
Graves Disease/Hyperthyroidism
甲状腺機能低下：Hypothyroidism
関節炎：Arthritis
痛風：Gout
前立腺肥大症：
Benign Prostate Hypertrophy/Bph
尿路結石：Urinarystone
膀胱炎・尿路感染症：
Cystitis/Urinary Tract Infection
腎盂腎炎：Pyelonephritis
リウマチ熱：Rheumaticfever
性病：STD–Sexually Transmitted Disease
エイズ：AIDS
片頭痛：Migraine
アルコール・薬物中毒：
Alcoholism/Drug Addiction
てんかん：Epilepsy

内科の症状

～が痛い：Pain In ~/~ Ache/Aching ~
～が腫れている：Swollen ~
～に不快感がある：Discomfort In ~
発熱：Fever
発汗：Sweats/Perspiration
寝汗：Night Sweats
体がだるい：Fatigue
めまい（グルグルする回転性めまいの場合）：
Dizziness/Vertigo
肩こり：Stiff Shoulder
くしゃみ：Sneeze
しゃっくり：Hiccup
食欲不振：Poor Appetite
吐き気：Nausea
胸やけ：Heartburn
嘔吐：Vomit
咳：Cough
から咳：Dry Cough
息切れ：Shortness of Breath
動悸：Palpitation
立ちくらみ：Dizziness/Lightheadedness
けいれん：Convulsion/Seizure
しびれ：Numbness
ふるえ：Tremor
失神：Fainting

小児科の病名

風疹：Rubella/German Measles
水ぼうそう（水痘）：Chickenpox
猩紅熱：Scarlet Fever
鎖骨骨折：
Claviculafracture/Broken Collarbone
乳児下痢症：Diarrhea
急性胃炎：Acutegastritis
口内炎：Stomatitis
突発性湿疹：Exanthema Subitum/Roseola
手足口病：Hand Foot Mouth Disease
夜尿症：Bed Wetting/Enuresis
伝染性紅斑（りんご病）：
Erythema Infectiosum/Fifth Disease
扁桃腺炎：Tonsillitis
吃音：Stuttering

小児科の症状

おむつかぶれ：Diaper Rash
あせも：Heat Rash
蒙古斑：Mongolian Spot
脱水状態：Dehydration
母乳栄養：Breast Feeding
人工栄養：Formula Feeding
離乳食：Baby Food/Solid Food
予防接種：Immunization/Vaccination

外科の病名

心臓弁膜症：Valvular Heart Disease
乳腺炎：Mastitis
虫垂炎：Appendicitis
そけいヘルニア：Inguinal Hernia
痔核：Hemorrhoids
裂肛：Anal Fissure

産科・婦人科の病名

月経困難症：Dysmenorrhea
月経前症候群：Premenstrual Syndrome（PMS）
子宮筋腫：Uterine Myoma/Fibroid
子宮内膜症：Endometriosis
子宮膣部/頚部びらん：Cervical Erosion
卵巣嚢腫：Ovarian Cyst
カンジダ膣炎：Yeast Vaginitis
細菌性膣炎：Bacterial Vaginitis
更年期障害：Menopausal Syndrome
流産：Miscarriage/Spontaneous Abortion
早産：Premature Labor/Birth
不妊症：Infertility
妊娠中毒症：Pre-Eclampsia
妊娠高血圧：Gestational Hypertension
妊娠糖尿病：Gestational Diabetes
前置胎盤：Placenta Previa
前早期破水：Premature Rupture of Membrane
乳腺炎：Mastitis

しで受診することの出来る医療機関です。夜間や週末でも開いています。ただし、詳しい検査は行うことができず、入院施設もないので、受診後は必要に応じてプライマリーケア医や専門医のフォローアップを受ける必要があります。

2. 救急救命室（救急外来）

Emergency Room（ER）、Emergency Department（ED）

重篤な症状がある場合は、911に電話をして救急車に搬送してもらう事が薦められます。意識がない、あるいは痙攣や手や足に力が入らない、体が動かない、激しい胸痛、強い呼吸苦、アナフィラキシー（重症のアレルギー反応で発疹、めまいやふらつき、呼吸苦、下痢などを伴うもの）、激しい腹痛などの症状がある場合は緊急な対応が必要です。

救急車を呼ぶほどではないものの、レントゲン検査や採血が必要かもしれない、ひどい腹痛、骨折が疑われるような外傷などの場合は、EDを直接受診することをお勧めします。EDを受診する際に紹介状は必要ありませんし、受診を断られることは決してありませんが、待ち時間は長いことも多いです。診てもらうまでの時間や、検査結果が出るまでの時間を含めると、数時間ED に滞在することはよくあることですが、重症の場合は、それが最も早く診断・治療を受ける道になります。

プライマリーケア医（かかりつけ医）の選び方・受診の流れ

かかりつけ医の選び方・考慮すべき点

近所の人に評判を聞いて、自宅からあまり遠くない場所で、24時間電話相談ができる所を選ぶと良いでしょう。日本語が通じる医師がいるか、日本語が通じる看護師がいるか、通訳を使ってくれるか、日本人の診療に慣れているかなどもかかりつけ医を選ぶ際に大切な点です。また、その医師がご自分の健康保険のネットワーク内なのか、ネットワーク外なのか、受診時にいくらの一定額の自己負担（Co-Pay）がかかるかなどを事前に調べておくとよいでしょう。

医療関係 単語（続）

産科・婦人科の症状
生理：Menstruation / Period
生理不順：Irregular Periods
生理痛：Cramps
妊娠している：Pregnant
つわり：Morning Sickness
浮腫、むくみ：Swelling/Edema
陣痛：Labor Pain/Contraction
分娩：Delivery
破水：
Rupture of The Membrane/Water Breakage
帝王切開：Cesarean Section（C-section）

整形外科の病名
捻挫：Sprain
骨折：Fracture
むちうち症：Whiplash
神経痛：Pinched Nerve/Neuralgia
五十肩：Frozen Shoulder
テニス肘：Tennis Elbow/Lateral Epicondylitis
ゴルフ肘：
Golf Elbow/Medial Epicondylitis
手根管症候群：Carpal Tunnel Syndrome
突き指：Finger Sprain
ぎっくり腰：Strained Back
坐骨神経痛：Sciatica
小児の股関節痛：Childhood Hip Pain
スポーツ障害：Sports Injuries

整形外科の症状
腫れている：Swollen
内出血：Internal Hemorrhage/Brusing

皮膚科の病名
湿疹：Eczema
にきび：Acne
アトピー性皮膚炎：Atopic Dermatitis
とびひ：Impetigo
しゅさ：Rosacea
乾癬：Psoriasis
脂漏性皮膚炎：Seborrheic Dermatitis
いぼ：Warts/Verruca
脂漏性角化症：Seborrheic Keratosis
真菌性伝染病：Fungal Infection
脱毛症：Hair Loss/Alopecia
白斑病（白なまず）：Vitiligo
水虫・足白癬：Athlete's Foot
爪真菌症：Onychomycosis
色素沈着：Pigmentation
帯状疱疹：Herpes Zoster/Shingles
ライム病：Lyme Disease
スパイダーベイン：Spider Veins
皮膚の荒れ：Chapped Skin
そばかす：Freckles
ほくろ：Mole
虫刺され：Insect Bite

皮膚科の症状
乾燥：Dryness
炎症：Inflammation
傷あと：Scar
日焼け：Sunburn
かさぶた：Scab

歯科の病名
虫歯：Cavity
充填：Filling
根管治療：Root Canal Treatment
歯周炎・歯周病：
Gingivitis/Gum Disease/Periodontitis
歯石除去：Teeth Cleaning

初診の流れ

かかりつけ医登録をするには受診が必要です。初診の予約は取りにくく、予約は2週間–2か月先ということもよくあります。具合が悪くなる前に余裕をもって受診しておくことが重要です。

予約（Appointment）

かかりつけ医に選びたい医師が決まったら、電話で診察の予約を取ります。受診の理由は、「定期健診」、「かかりつけ医登録（Establish Care）」などです。または、症状があって相談したい場合は、その症状を簡単に説明します。予約のキャンセルや変更はなるべく早くしてください。また、予約の時間に遅れた場合、予約はキャンセルされることが多く、キャンセル代がかかることもあるので、余裕をもって出ましょう。

初診時の書類手続き

問診表（Information Form）に必要事項を書き込みます。主な必要事項は下記の通りです。

- 氏名、住所、電話番号（米国の電話番号が必要です）
- 緊急連絡先（ご家族の電話番号など）
- ソーシャルセキュリティナンバー（Social Security Number）またはITIN（個人納税者番号）
- 保険の有無、保険情報（保険会社、プラン、ID番号、グループ番号など）健康状態、病歴・現在使用している薬の名前と用量（頓服や、時々使う塗薬なども含む）
- 手術経験の有無、薬や食物などに対するアレルギーの有無
- 予防接種の記録
- 最近の健康診断の記録（ある場合）
- 処方薬の受け取りを希望する薬局（受け取りやすい便利な場所で、長時間開いている薬局を選んでおくことをお勧めします。）

健康診断について

米国では毎年の健康診断が励行されており、健康保険でカバーされます。年齢に応じたがん検診を含む検診を勧められますので、年に一度はプライマリーケア医を受診し、健康診断を受けることが勧められます。

医療関係 単語（続）

矯正：Orthodontics
歯列矯正装置のワイヤー：Braces
親知らず：Wisdom Tooth
人工歯根：Implant
歯石：Tartar/Calculus
フッ素塗布：Fluoridization

耳鼻咽喉科の病名
耳の炎症：Ear Infection
外耳炎：Otitis Externa/Swimmer's Ear
中耳炎：Otitis Media
めまい：Dizziness/Vertigo
（グルグルする回転性めまいの場合）
耳鳴り：Ringing In One's Ear/Tinnitus
鼻血：Nasal Bleeding
鼻づまり：Stuffed Nose
アレルギー性鼻炎：Allergic Rhinitis
扁桃腺炎：Tonsillitis
アデノイド肥大：Adenoids
咽喉炎：Pharyngitis

鼻咽喉科の症状
耳痛：Earache
耳だれ：Discharge From the Ears/Otorrhea
耳あか：Ear Wax/Cerumen
鼻水：Runny Nose/Sniffles
鼻をかむ：Blow Nose
喉の痛み：Sore Throat
喉がいがらっぽい：Irritated/Itchy Throat
うがいをする：Gargle

眼科の病名
近視：Myopia
遠視：Hyperopia
老眼：Presbyopia
弱視：Amblyopia
斜視：Strabismus
眼精疲労：Eye Strain
ものもらい：Sty
角膜炎：Keratitis
白内障：Cataract
緑内障：Glaucoma
飛蚊症：Floaters
眼底出血：Retinal Bleeding
網膜剥離：Retinal Detachment
歯痛：Toothache

眼科の症状
目がかすむ：Blurred/Dim Vision
物が二つに見える：Double Vision
充血した：Bloodshot
ざらざらする：Sandy/Gritty
ひりひりする：Irritated
目やに：Eye Discharge
目のごみ：Foreign Body in the Eye

精神科の病名・症状
拒食症：Anorexia Nervosa
そう病：Mania
うつ病：Depression
そううつ病：Manic Depressive
自律神経失調症：Autonomicimbalance
不眠症：Insomnia
自閉症：Autism
緊張：Tension
ストレス：Stress
慢性疲労：Chronic Fatigue
無気力：Lethargy
錯乱：Confusion

支払い方法

健康保険がある場合は、必ず受付に保険証を提示します。当日支払いをする場合は必ず領収書（Receipt）をもらい、保管しておくようにしましょう。現金、小切手（Check）、クレジットカードでも支払うことができます。受診時に一定額の自己負担（Co-pay）がある場合は受診日に払うこともできますし、後日、請求書を受け取ってから支払いをすることもできます。ポータルサイトがある場合は、請求額を確認してオンラインで支払いすることも可能です。

医薬分業

医薬分業が医療制度の基本です。医師は処方箋（Prescription）を書いて患者に渡し、患者は薬局（Drug Store、Pharmacy）に処方箋を持参し薬を購入します。最近は、電子カルテから直接薬局に処方箋が送られる方法が主流です。そのため、受診前に処方薬を受け取りたい薬局を決めておき、カルテに登録しておくことをお薦めします。

処方薬の受け取り方

処方箋が薬局に送られると、薬局で薬を準備します。その薬局で初めて薬を受け取るときは、保険証を先に提示する必要があります。初回は保険情報の登録などが必要なため時間がかかりますが、次回以降は処方箋が送られてすぐ準備してくれるので、比較的速やかに受け取ることができます。

リフィルとは

リフィルというのは、処方箋の「お代わり」を薬局でもらえる仕組みです。長期的に飲む薬でも一度に1–3か月分しかもらえませんが、お代わりがもらえる形で処方箋がでていることがよくあります。リフィルがついているのか、何回リフィルできるのか、いつまでならリフィルできるのか、および処方番号（Rx#）は薬の容器または軟膏の箱に書いてあります。リフィルは電話やオンラインで注文することができ、医療機関に電話する必要はありません。リフィルの注文の際には、処方番号（Rx#）が必要です。

メールオーダーとは

降圧剤やコレステロールの薬など、長期的に同じ薬を飲み続ける場合、90日分の処方を受けることが可能です。医師が90日分処方箋を送ったのに、薬局に行くと30日分しかもらえなかったという事がよくありますが、これはご自分が加入している保険会社の決まりがあるためです。その場合、オンラインでオーダーして自宅に薬を直接郵送するシステム（Mail Order Pharmacy）を利用できることがあります。メールオーダーの方法は、保険会社に確認する必要があります。通常は薬局で3か月分受け取ると3か月分のCo-pay（一定額の自己負担）がかかりますが、メールオーダーだと3か月分を受け取って2か月分のコペイで済むなど、割安になります。薬局に頻繁に出向く必要がなく、割安なので、長期的に薬を服用している人にはお勧めです。

薬局の変更

一度、薬局で処方薬を受け取り、リフィルもまだ残っているものの、薬局を変更したい場合もあるかもしれません。その場合は、新しい薬局に行って、別の薬局にある処方箋を移してもらう事が可能です。この場合も医療機関に電話する必要はありません。

旅行や出張のため早くリフィルが必要な場合

旅行や一時帰国、出張などにより、しばらく薬局に行けない状況の場合、早めにリフィルを受け取ることができます。これを、Travel Overrideといいます。薬局でその旨を相談し、保険会社に請求してもらってください。医療機関に電話する必要はありません。保険が適用されない場合、リフィルが残っていれば自費で必要分だけ購入することもできます。

いろいろ豆知識

日本にはない医療専門職

米国では、医師のほかに医師と同様の医療行為ができるナースプラクティショナー（NP: 上級看護師）やフィジシャンアシスタント（PA: 医師アシスタント）等の医療提供者（医療プロバイダー）がいます。救急外来やアージェント・ケア、専門医を受診するとNPやPAの診察を受けることもよくあります。看護師（Registered Nurse）は、外来ではおもに電話によるアドバイスや、患者教育などを行います。入院中は受け持ちの看護師がつきますが、血圧を測ったりするのはそのアシスタントがしていることも多いです。外来でのプロバイダーの診察の手伝いをするスタッフは、メディカルアシスタント（MA）と呼ばれ、部屋に案内して体重や血圧を測り、飲んでいる薬の確認、薬局の確認、予防接種などプロバイダーの片腕となって様々な業務を行います。

予防接種

米国での予防接種の接種回数および接種間隔は、接種開始年齢によって決まります。米国ではかかりつけ医が定期検診の折に必要な予防接種を推奨することになっているので、渡米後なるべく早めにかかりつけ医を決めることが大切です。子供も大人も、日本で受けた予防接種の記録をかかりつけ医に提出することが重要です。かかりつけ医で日本語が通じないと予想される場合は、英語の予防接種証明を持参することをお勧めします。英語の予防接種証明は、日本の自治体や保健所、トラベルクリニックなどで発行してもらえます。また、母子健康手帳の英語翻訳版も出版されていますので、渡米前に入手し、日本語のものから書き移しておくとよいでしょう。渡米後にどの予防接種が必要かは、かかりつけ医が今までの記録を確認したうえで判断しますので、かかりつけ医から勧められるものを接種しましょう。健康保険がなく予防接種だけ受けたい場合などは、何を受けるべきかがわかっていれば、薬局や保健所(County Health Department)で受けることも可能です。

米国での妊娠・出産

米国での妊婦検診

米国では、健康保険で妊婦健診や出産費用もカバーされます。妊婦健診は、産婦人科医、家庭医、または助産師が行います。初診の予約には時間がかかるので、妊娠を予定している人は、あらかじめかかりつけ医登録を行っておくことをお薦めします。妊娠していることがわかったら、すぐ

米国の子供に対する予防接種の推奨

種類	出生時	2か月	4か月	6か月	12–15か月	18か月	4–6歳	11–12歳	16歳
DTaP/DTP 三種混合(ジフテリア・破傷風・百日咳)	–	○	○	○	○		○	–	–
Polio/ポリオ	–	○	○	○	–		○	–	–
PCV13/肺炎球菌	–	○	○	○	○		–	–	–
HIB/B型インフルエンザかん菌	–	○	○	○	○		–	–	–
Hep B/B型肝炎	○	○	○	○	–		–	–	–
Rotavirus/ロタウイルス	–	○	○	○	–		–	–	
MMR/麻疹・おたふく風邪・風疹	–	–	–	–	○		○	–	–
Varicella/水疱瘡	–	–	–	–	○		○	–	–
Hep A/A型肝炎	–	–	–	–	○	○	–	–	–
Tdap/三種混合(9歳以上)	–	–	–	–	–		–	○	–
Meningococcus/髄膜炎菌	–	–	–	–	–		–	○	○
HPV/ヒトパピローマウイルス*1	–	–	–	–	–		–	○(2回)	
Flu Shot/インフルエンザワクチン*2									
COVID/新型コロナワクチン*3									

日本での接種状況や個人の健康状態によって異なってきますので、かかりつけの医師によく相談してから受けましょう。
*1 インフルエンザワクチン:生後6か月から、毎年秋に接種することが勧められています。
*2・HPVワクチン:15歳前に接種を開始した場合は6か月あけて2回目を接種。15歳以降に接種を開始した場合は3回接種が必要。
*3・新型コロナワクチン:5歳以上は接種が勧められています。対象年齢や接種スケジュールは今後変更の可能性あり。

参考:米国における18歳以下の推奨ワクチン接種スケジュール(米疾病対策センター(CDC)):www.cdc.gov/vaccines/schedules/hcp/imz/child-adolescent.html#birth-15

大人のワクチンスケジュール

- インフエンザワクチン:毎年接種を推奨。
- コロナウイルスワクチン:最新のスケジュールで接種を行う。
- 子供の時に接種していないワクチンがある場合:MMR、水疱瘡、A型肝炎ワクチン、B型肝炎ワクチンは接種すべき。
- Tdap:成人してから必ず一度は接種すべきで、その後はTDを10年に一度接種する。
- 帯状疱疹ワクチン:50歳以上の人は2回接種を推奨。
- 肺炎球菌ワクチン:65歳以上、免疫不全の人、喫煙者、慢性肺疾患のある人は接種が必要。

参考:www.cdc.gov/vaccines/schedules/hcp/imz/adult.html

にかかりつけ医に連絡しましょう。妊娠中に必要な情報や受診の時期などについてもアドバイスが受けられます。かかりつけ医がいない場合、最初の妊婦検診は最終月経から8–10週程度のことが一般的です。ただし、不正出血など問題がある場合は、早期に受診が必要となることもあります。

一般的には4–6週間に一度、検診を受けます。超音波検査は妊娠中に1–2回行います。毎回は行われませんが、20週の超音波検査では詳しくすべての器官を調べてくれますので安心です。

葉酸の摂取について

妊娠初期に葉酸が足りないことによって脊椎の奇形がおこりやすくなるため、葉酸400mcg以上を含む総合ビタミン剤（Prenatal Vitamin）の摂取が、確実性の高い避妊方法をとっていない、妊娠可能な年齢の女性すべて（16–50歳）に勧められています。特に妊娠をしようとしている女性は、妊娠する3か月前から葉酸を摂取することが勧められています。妊娠してからでは遅すぎる場合もあるため、あらかじめ飲んでおくようにしましょう。

妊娠ケアのプロバイダーの選び方

妊婦健診を担当するプロバイダー（産婦人科医、家庭医または助産師）を決めます。出産は、そのプロバイダーが提携している病院で行います。プロバイダーを選ぶ際は、そのプロバイダーが、出産についてどこの病院と提携しているのかを確認しておくとよいでしょう。持病や合併症などがある場合は、高リスク専門の医師に紹介されることもあります。出産をする病院には、陣痛が起こってから車で行くことになります。陣痛が起きてから出産までは時間がかかりますが、あまり遠方ではなく、自宅から車で1時間以内に到着できる病院と提携しているプロバイダーを探すことをお勧めします。そのなかで、日本語が通じるまたは通訳を派遣してくれる評判の高いプロバイダーを選ぶと良いでしょう。

病院見学（Hospital Tour）

施設によって内容は異なりますが、多くの病院で出産前の妊婦さんが病室を見学するツアーが企画されています。

※ 新型コロナウイルス感染症により、多くの施設が現在ツアーを休止中です（2022年2月現在）。詳細は各施設にご確認ください。

出産準備クラス（Childbirth Classes）

多くの施設では、出産や赤ちゃんの世話についての講習を実施しています。妊娠ケアプロバイダーにきいてみるといいでしょう。

※ 新型コロナウイルス感染症により、休止またはオンライン開催となっているところもあります（2022年2月現在）。詳細は各施設にご確認ください。

入院時に持参するもの

完全看護制を取っているので入院中に必要なものは揃っていますが、自分の身の回りのものや寝巻き、スリッパ、化粧品、本、音楽、スマートフォンとチャージャーなどを持参する人も多いようです。赤ちゃん用品は、退院の際に着せる服以外は必要ありません。ただし退院時には、車に赤ちゃんを乗せるカーシート（チャイルドシート）が必要です。出産後、入院中に病院を通して出生証明書の発行手続きを行うとスムーズに手続きが済むので、あらかじめ赤ちゃんの名前は決めておき、入院中に書類を提出するとよいでしょう。また、カーシートはあらかじめ装着できることを確認しておくことをお薦めします。ベビーベッドは必要なので、出産前に購入しておきましょう。

陣痛への対処

- 自然分娩: 陣痛は自然の生理現象であるとの考えから、痛みを受け入れて、特別な方法や薬の使用を避ける方法です。日本では自然分娩でのお産が多いので、経験のある方も多いと思います。薬の副作用などの心配もなく、お産はスムーズに進むことが多いです。

- 麻薬性鎮痛剤: 静脈（IV）または筋肉注射（IM）により投与されます。痛みは完全にはとれませんが、多少和らぎ、眠くなります。2–3時間で効き目が切れるため、硬膜外麻酔を受ける前に使ったり、自然分娩の前に使ったりすることができます。待ち時間がなくすぐ受けられるという利点がありますが、痛みは完全には取れません。また、赤ちゃんが眠くなってしまうので、出産2–4時間前には使えません。
- 硬膜外麻酔（エピドュラル: Epidural）: 安全で効果的な麻酔として硬膜外麻酔が使用されています。挿入後はベッドで寝ていないといけないので、効果的な体位をとれないという欠点があります。
- 酸化窒素吸入: 自然分娩を希望する人が必要に応じて使える吸入薬で、痛みを緩和してくれます。

分娩方法

経腟分娩が理想で、医師も患者さんもそれを目指しますが、状況によって吸引分娩、鉗子分娩、帝王切開などが必要になることがあります。妊娠ケアプロバイダーとよくコミュニケーションをとって、質問があれば確認するようにしましょう。通訳が必要な場合は、リクエストしましょう。

産後

米国では産後の入院期間は短く、正常な経腟分娩の場合で24時間、帝王切開の場合でも48時間です。生まれた赤ちゃんのケアは、赤ちゃんのかかりつけ医（小児科医または家庭医）が担当します。退院後の痛み止めや注意事項等についての細かな指示は退院前に、医師または看護師

産科・婦人科 単語

専門医・部位

産科医：Obstetrician（OB）
婦人科医：Gynecologist（GYN）
陰部：Genital Region
陰毛：Pubic Hair
外陰：Vulva
骨盤：Pelvis
子宮：Uterus
子宮頚管：Cervix
子宮内膜：Endometrium
産道：Birthcanal
精液：Semen
精子：Sperm
生殖器：Genital Organs
膣：Vagina
乳首：Nipple
乳腺：Mammary Gland
乳輪：Areola
腹部：Abdomen
羊水：Amniotic Fluid
卵管：Fallopian Tube
卵子：Egg/Ovum
卵巣：Ovary

病状・出産など

後産：Afterbirth
会陰切開：Episiotomy
狭骨盤：Narrow/Contracted Pelvis
月経不順：Menstrual Irregularity
更年期障害：Menopausal Syndrome
逆子：Breech Birth
産じょく熱：Puerperal Fever
子宮萎縮：Uterine Atrophy
子宮外妊娠：Ectopic Pregnancy
子宮癌：Uterine Cancer
子宮筋腫：Uterine Myoma
子宮切除術：Hysterectomy
子宮内膜炎：Endometritis
子宮内膜症：Endometriosis
子宮発育不全：Hypoplastic Uterus
死産の：Stillborn
自然分娩：Natural Childbirth Labor
生理痛：Menstrual Pain
人工破水する：
Puncture/Rupture of the Membranes
膣炎：Vaginitis
想像妊娠：False Pregnancy
多胎妊娠：Multiple Pregnancy
胎盤剥離：Placental Abruption
中絶：Artificial Abortion
つわり：Morning Sickness
妊娠中毒症：Gestosis/Pre-Eclampsia
乳腺炎：Mastitis
破水：
Membrane Rupture/Breaking of Water
不妊（症）：Infertility
不妊の：Infertile, Sterile
分娩・陣痛：Delivery, Labor
ポリープ：Polyp
浮腫・むくみ：Edema/Swelling
無月経：Amenorrhea
羊水過多：(Poly)Hydramnios
卵管妊娠：Tubal Pregnancy
卵管破裂：Tubal Rupture
卵巣嚢腫：Ovarian Cyst
流産：Miscarriage/Spontaneous Abortion

その他

Rh 因子：Rh Factor
いきむ：Push; Bear Down
遺伝：Heredity
遺伝子：Gene
遺伝子性の：Hereditary
初乳：Colostrum
黄疸：Jaundice
おりもの：Discharge
割礼：Circumcision
乳児脂漏性湿疹：Cradlecap
乳児湿疹：Infant Acne
奇形児：Deformed Baby
基礎体温：Basal Body Temperature（BBT）
月経・生理：Period
更年期：Menopause
産院：Maternity Hospital
産後の：Postpartum/After Childbirth
しこり：Lump
出産前の：Prenatal
助産婦：Midwife
新生児室：Nursery
人工栄養で育てる：Bottle-Feed
陣痛室：Labor-Room
陣痛・分娩・回復室：
LDR（Labor Delivery, and Recovery）
※ 全ての段階を通じて部屋の移動をしない
母乳で育てる：Breast-Feed;Nurse
陣痛促進剤：Oxytocic
人工授精：Artificial Insemination
分娩室：Delivery Room
精管切断：Vasectomy
性交：Sex, Intercourse
生殖：Reproduction
生理用ナプキン：Sanitary Napkin Pad
妊婦用総合ビタミン剤：Prenatal Vitamin
早産児：Premature Baby
胎位：Presentation
胎児：Fetus
胎動：Fetal Movement
胎盤：Placenta
膣外射精：Withdrawal
帝王切開：Cesarean Section
妊娠：Pregnancy
内診：Pelvic Examination
排卵：Ovulation
臨月：Full-Term
避妊：Birth Control
双子：Twins
不妊手術（女性）：Tubal Ligation
へその緒：Umbilical Cord
保育器－未熟児用：Incubator
ホルモン治療：Hormone Treatment
配偶者間人工授精：
AIH（Artificial Insemination by Husband）
非配偶者間人工授精：
AID（Artificial Insemination by Donor）
体外受精：IVF

から説明があります。分からないことがあったら入院中に遠慮なく質問しておきましょう。退院した後も、痛みや出血、授乳、気持ちの浮き沈みなどの問題が起こることはよくあります。問題があれば、迷わず妊娠ケアプロバイダーに連絡しましょう。産後4–6週間に産後健診を受けることが推奨されていますが、必要であればその前に受診しましょう。

新生児のケア

生まれた赤ちゃんは、病院で感染予防の眼軟膏、ビタミンKの注射、B型肝炎のワクチンを受けることが勧められています。生まれて最初の24時間に、聴力検査、心臓の検査、黄疸の検査を含む経過観察を行い、24時間後に州で決められた新生児スクリーニングの血液検査を行います。生まれた赤ちゃんは1–2日で退院したあと、かかりつけ医（小児科または家庭医）による外来での診察を受ける必要があります。一般的には、退院した1–2日後に外来で体重測定や黄疸のチェックなどが行われ、その時の状態に応じてその次の受診予定が決まります。一般的には3–7日後に再受診することが多いようです。赤ちゃんは最初の3–4日に体重が減り、そのあと徐々に回復します。母乳授乳の場合は特に、頻繁に受診が必要となります。

出産までに用意しておくもの

- クリブ（ベビーベッド）
- カーシート（チャイルドシート）
- カーシートの中で頭を固定するヘッドサポート
- 生理用パッド
- おしりふき
- 新生児サイズの紙おむつ（すぐに大きくなって使えなくなるので、あまり大量に買い置かない）

出産後の諸手続き

出生証明書（Certificate of Live Birth）

戸籍に代わるものです。入院中に病院支給の書類に記入し、手続きを行います。書類には赤ちゃんの名前を記入する必要があります。入院中に名前が決まらない場合は、後日提出することもできますが、出生した病院にもどらないといけません。通常1–2週間程度で発行されますので、病院所在の役所から取り寄せます。多くの地方自治体（カウンティのバイタルレコード係）はオンラインでオーダーすれば、郵送してくれます。これを在デトロイト日本国総領事館に提出して日本の戸籍を登録します。

出生届（日本の戸籍の申請）

出生日を含め3カ月以内に在デトロイト日本国総領事館に届け出ないと日本国籍を失うことになります。申請書類は総領事館から入手します。届け出には、出生届出書2通、出生証明書（Certificate of Live Birth）1通および和訳文2通、父親または母親の日本国籍が確認できる資料（例:パスポート）などの書類が必要です。

Social Security Number

出産後に病院を通して取得できます。最寄りのソーシャルセキュリティオフィスで申請することもできます。その際には、出生証明書が必要となります。

米国パスポート

米国国務省（Department of State）のウェブサイトもしくは郵便局から書類を入手して申請します。出生証明書1通、写真1枚、保護者の身分証明などが必要です。

日本のパスポート

在デトロイト日本国総領事館で申請します。出生証明書1通、日本から取り寄せた戸籍謄本または抄本、写真1枚などが必要です。

産後の相談機関

子育ての悩み、授乳の悩み、鬱などの問題は、かかりつけ医にすぐに相談しましょう。お母さんのかかりつけ医、妊娠ケアプロバイダー、または赤ちゃんのかかりつけ医のどちらに相談しても大丈夫です。産後鬱は急にひどくなることがあるので、決して独りで悩んで閉じこもらず、パートナーや医師に早めに相談しましょう。カウンセリングも含め、さまざまな治療法があります。ひどくなるまで我慢せず、早めに相談することが肝心です。

避妊および堕胎について

日本では避妊についての教育や推奨を受けることが少なく、避妊に関する処方箋は保険適用外のためコンドームが主流で、堕胎の数もかなりあります。米国では避妊に関する処方箋は保険が効くことも多く、定期健診では適切な避妊方法が勧められます。妊娠を希望していない人は、是非、避妊についてかかりつけ医に相談してください。出産後は、確実な避妊方法が勧められます。コンドームは失敗率が高く、毎回確実に使用することができないこともあり、予定外の妊娠も起こり得ます。

思いがけず妊娠してしまい、どうしても出産することができない場合はどうすればいいでしょうか。一般の病院では、堕胎処置はしないところがほとんどです。Planned Parenthoodという診療所を受診し、堕胎用の薬をつかって人工的に流産させるという方法が一般的です。ただし、宿った命を絶つのはできれば避けたいので、なるべく確実かつ現実的に遂行可能な避妊方法について、かかりつけ医と相談しておくことが重要です。また、州によっては堕胎ができない州もあります。

眼科医療について

眼科疾患（視覚や視野の異常、緑内障、白内障、糖尿病に伴う眼疾患など）については、医療保険で眼科医の診察を受けることができます。保険のプランによっては、かかりつけ医から紹介状が必要な場合があります。一方、眼鏡やコンタクトレンズなどの視力矯正に関するものは医療保険ではカバーされず、眼科保険（Vision Insurance）が必要となります。眼科保険に加入していない人は、自費で支払うことになります。眼科保険に加入している場合は、視力検査や眼鏡やコンタクトレンズの処方箋はある程度、保険でカバーされ、眼鏡やコンタクトの購入も多少カバーされます。眼鏡やコンタクトが必要な場合は、まず眼科保険のネットワーク内の視機能検査士（Optometrist）の予約を取り、検査を受けたうえで処方箋をもらう必要があります。この処方箋は1年間有効で、期間内であればその処方箋で眼鏡やコンタクトを購入する事ができます。視機能検査を行ったところや眼鏡屋でオーダーすることもできますし、オンラインでオーダーすることもできます。日本のように眼鏡屋に予約なしで行って、その場で検査を受けることはできません。

歯科医療について

歯科検診や治療を受けるには、歯科の保険（Dental Insurance）が必要となります。年間の保険給付額が決まっていることが多く、クラウンやインプラント、歯科矯正など

家庭常備薬

鎮痛・解熱剤（Pain Killer/Reliever）	
消炎鎮痛剤系：	
イブプロフェン（Iburofen）	アドビル（Advil®）、モートリン（Motrin®）
ナプロキセン（Naproxen）	アリーブ（Aleve®）
アセタミノフェン（Acetaminophen ）	タイレノール（Tylenol®）
オムツかぶれ	デシティン（Desitin®）、A&D オイントメント（A&D ointment®）
傷薬	ネオスポリン（Neosporin Cream®）
切傷・すり傷	ハイドロジン ポラクサイド（Hydrogen peroxide:消毒）、イソジン（Betadine®）
胃薬	タムス（TUMS®）、マイランタ（Mylanta®）、ペプシド/ファモチジン（Pepcid®/Famotidine）、プライロセック（Prilosec OTC®）
下痢	ペプトビズモ（Pepto Bismol®）、イモディアム A-D（IMODIUM® AD）
便秘	
重度	ダルコラックス（Dulcolax®）、ミララックス（MiraLAX®）
軽度	メタムシル（Metamucil®）、ファイバーオール（Fiberall®）
痔	プリパレーションH（Preparation H®）、アヌソル（ANUSOL™）
花粉症・蕁麻疹	アレグラ/フェキソフェナジン（Allegra®/Fexofenadine）、ジルテック/セチリジン（Zyrtec®/Citilizine）、クラリチン/ロラタジン（Claritin®/Loratadin）
抗アレルギー薬	ベナドリル/ジフェンヒドラミン（Benadryl®/Diphenhydramine）

※ ®、™マークがある英表記は商品名。併記されているものは、商品名（ブランド名）/一般名（ジェネリック名）。
※市販薬同士でも、飲み合わせには注意が必要な薬剤があります。不明な場合は必ずかかりつけ医にご相談ください。
※日本から持ってきた市販薬を使用する場合は、必ずかかりつけ医にご相談ください。
※日本から持ってきた処方薬は、医師の指示がない限り服用しないでください。

の給付内容は保険のプランによって大きく異なります。自分のプランが、何がどの程度保険でカバーされるのか、事前に確認しておくとよいでしょう。定期検診や歯のクリーニングは保険でカバーされることが多く、年に1–2回検診・クリーニングを受けることが推奨されています。米国の歯科医は専門分野が細分化しており、必要に応じて歯内療法（根管治療）専門医（Endodontist）、歯周治療専門医（Periodontist）などの専門医に紹介されることがあります。米国の歯科治療は高額になることがあるので、かかりつけの歯科医を定期的に受診し、予防に力を入れるようにしましょう。

（歯科保険については、P. 28「保険の知識」参照）

日本語で診察が受けられる医療機関・通訳サービスがある医療機関（医科・歯科）

ミシガン大学家庭健康プログラム/
ミシガンメディシン家庭医学科診療所
ドミノファーム診療所

24 Frank Lloyd Wright Dr., LobbyH, AnnArbor, MI 48106
Tel: 734-539-5000 オプション3（日本語ライン）
Fax: 734-647-6534

リボニアヘルスセンター

20321 Farmington Rd., Livonia, MI 48152
Tel: 734-539-5000 オプション3（日本語ライン）
Fax: 734-232-0917

新生児から高齢者まで、日本人の患者さんすべてのかかりつけ医となるべくつくられた、ミシガン大学独自のプログラムです。定期健診、健康管理、慢性および急性疾患のケア、小児のケア、産科も含む女性のケアなど、家庭医療のすべての範囲を含み、日本人の患者さんのために日本語での包括的医療を提供します。ドミノファームには、日本語に堪能な米国人医師が3人、リボニアヘルスセンターには日本人医師が3人常勤しています。全員が米国家庭医療科の専門医資格を持っており、3人の日本人医師は日本の医師免許も持っています。どちらのクリニックでも、同様の内容の医療が受けられます。

詳細は、下記のウエブサイトを参照のこと:
https://medicine.umich.edu/dept/japanese-family-health-program

アセンション プロビデンス病院（ノバイキャンパス）

47601 Grand River Ave., Novi, MI 48374
日本語プログラムオフィス
Tel: 248-465-3817（一般保険診療のご予約依頼・お問合せ）
Tel: 248-465-4024（人間ドック専用窓口）
（電話受付：月曜–金曜 8:00am–4:00pm）

プライマリ・ケア診療科（内科、家庭医療科、小児科、産婦人科）のほか、整形外科、消化器内科、循環器科、皮膚科、アレルギー科などの各種専門診療科、さらに救急外来（ER）、がんセンターなどを備えた総合病院です。ノバイ地域の基幹病院として、地域に根差した診療を行っています。日本語プログラムでは、日本人患者さんが安心して健康管理や治療に専念できるよう、診察の予約手配、かかりつけ医の紹介、診察時の通訳派遣などのサービスを提供しております。また、疾病の早期発見・治療、生活習慣病の予防を目的とした企業・日本人患者さんを対象とした人間ドックも提供しています。

会話例

- This is A.
  – Aです。
- I'd like to make an appointment for my son for immunization/physical exam（general check-up.）
  – 息子の予防接種/健診の予約を取りたいのですが。
- This is my first visit.
  – 初診です。
- I'd like to cancel my appointment for 2:30pm, and reschedule.
  – 2時30分の予約を取り消して再予約したいのです。
- Since my son is sick, I can't leave him with our babysitter.
  – 息子が病気になってしまったので、ベビーシッター に預けられません。
- This is A. I'm on the way. But I'm afraid I can't get there on time because of a flat tire/because of the traffic.
  – Aですが、そちらへ向かう途中で車がパンクしたので/混雑していて、申し訳ありませんが、時間に間にあいません。
- Could you send the bill to my husband?
  – 請求書を主人宛に送っていただけませんか。
- I will send a check.
  – チェックを送ります。
- My tooth is sensitive to cold/hot.
  – 冷たいもの/熱いものが歯にしみます。
- It hurts when I bite down.
  – 噛んだ時に痛みます。
- My filling came off/The filling has fallen off.
  – 詰め物が外れました。

歯科

菊池ベルトラン慶子歯科
21580 Novi Rd., Suite 100, Novi, MI 48375
Tel: 248-767-7117

高田歯科
43155 Main St., #2312, Novi, MI 48375
Tel: 248-449-4970（日本語ライン）

ノバイファミリー歯科医院
40255 Grand River Ave., #200, Novi, MI 48375
Tel: 248-442-0400（英語デスク）
Tel: 248-471-3321（日本語デスク）

イーストブルック歯科医院
23595 Novi Rd., Suite 110, Novi, MI 48375
Tel: 248-449-8000（英語ライン）
Tel: 248-513-4754（日本語ライン）

ウェナーストン歯科医院
75 Scio Church Rd., Ann Arbor, MI 48103
Tel: 734-668-9988（代表）
Tel: 734-668-9989（日本語ライン）

参考:
『アメリカ医療の ト・リ・セ・ツ』(Japan ニュース倶楽部、リトル（平野）早秀子 著)
「プライマリーケアプロバイダーとは？」(2021年1月号)
「アメリカの医療保険」(2021年6、7、8、10、11、12月号)
「救急救命室（ER）またはアージェントケアの利用の仕方」(2021年4月号)
www.japannewsclub.com/topic/医療　(2022年2月アクセス確認)

執筆・監修:
リトル(平野)早秀子医師　ミシガン大学家庭医療学科

いろいろ豆知識

Say Cheese!
歯の矯正をしてPerfect Smile! アメリカでは、日本よりも歯の矯正治療が一般化されています。アメリカ滞在中に思い切って自分自身、あるいは、お子さんの矯正治療を踏み切られる方も少なくありません。日本同様、アメリカでも矯正治療にはかなり費用がかかります。歯科保険のプランを良く調べて、自分の必要なものを選択しましょう。治療開始前に担当歯科医と治療方針をしっかり話し合い、日本への帰国予定等も考慮に入れて、いつ頃、どの段階まで終わるのか、などの治療計画を立ててもらうことが大切です。

銀行

口座の開設

家やオフィスの近くでInternational Banking Departmentを持っている銀行を選び（日本への送金の時に便利、）まず受付で開設の旨を伝え、担当者と相談します。或いは、日本人担当者のいる銀行を選び、電話で口座開設の旨を伝え、担当者と相談します。銀行によっては、オフィスに出向いて口座を開設してくれたり、日本語で書かれた小冊子なども用意されているので、利用すると便利です。

日本語によるサービス
COMERICA 個人部: 248-471-6960
Fifth Third Bank 個人部: 248-603-0598

Checking Account（当座預金口座）

Checking Accountは個人名義の小切手を利用するための預金口座です。Personal Checkは、公共料金（ガス、水道、電気など）、税金などの支払いや、食料、雑貨など日常の買い物に利用されます。入金はCheck Bookの後にある入金伝票（Deposit Ticket）を使います。ATM（現金自動支払機）からもできます。Checking Accountでも金利の付くものもありますが、決められた最低残高の維持や、他の金融商品（定期預金など）の取引高が決められた残高を維持できない場合、手数料を取られることがありますので、契約内容をよく調べて選んでください。契約内容も銀行によって違います。また、取引明細書（Monthly Statement）が毎月送られてきますが、Cancelled Check（換金され、自分の口座から引き落とされたチェック）の明細の入手方法には次のような選択肢があります。

1. Cancelled Checkのフォト・コピーのみを取引明細書の一部として表示してもらう。
2. Cancelled Checkの現物を取引明細書と一緒に送ってもらう。
3. コメリカ銀行ではCancelled Checkの原紙の郵送は現在は不可能になります
4. 現在は各銀行間で小切手はスキャンファイルで処理され原紙は破棄されるため、Cancelled Checkの原紙の郵送はありません。2004年に施行されたCheck21という法律により、支払済小切手のコピーでも法律的に正式な証明として認められています。支払済み小切手のコピーはオンラインバンキングで簡単に印刷することができます。しかし、ウェブ上では半年など一定の期間しか保存されま

せんので税金や医療費の支払いなど重要なものはすぐに印刷するかファイルに保存することをお勧めします。古い小切手が必要な場合は、銀行への問い合わせればコピーを取り寄せができますが、手数料がかかることもあり7年以上前の小切手は入手は不可能となります。

Savings Account（流動性預金口座）

Savings Accountには利息がつきますが、銀行により利率が違います。1ヶ月当たりに発行できる振り出し小切手の枚数や、入出金、自動振込み等の取引回数に制限がある場合もありますので、取引銀行で商品内容をよくご確認ください。

取引明細書（Monthly Statement）が1ヶ月または3ヶ月に一度銀行から送られてきますが、頻度は銀行によって異なります。また、銀行によっては、支店で依頼すると、Checking AccountのSavings Accountの増減明細が表示されるようにしてもらうこともできます。一方、Online Bankingで口座の取引内容を自分で調べることが出来るため、明細書は送付しなくても良い、と選択することもできます。明細書を送付する場合でも、Cancelled Checkのフォト・コピーは送付されないことが多いです。Cancelled Checkの現物が必要な場合には、銀行に送ってもらうように依頼してください。

Money Market Fund（市場金利連動型流動性預金口座）

この金融商品は、普通預金よりも高い金利での運用が見込め、且つ資金の流動性も兼ね揃えた実用性の高い商品です。

しかしながら、1ヶ月当たりに発行できる振り出し小切手の枚数や、入出金、自動振込み等の取引回数に制限があるので取引銀行で商品内容をよくご確認ください。

MMFから直接振り出し小切手で支払うこともできますが、あらかじめ必要な出費がわかっている時は、Checking Accountへまとまった金額で振替しておけば、取引回数の制限を心配する必要がなくなるでしょう。

Time Deposit（定期預金）

通常30日–10年までの種々の期間があり、金利も市場金利連動型、固定金利型を選ぶことができます。又、預金金額により金利も優遇される場合もあります。満期の通知が来た時は、まめに継続の手続きに行くことをお勧めします。

自動継続される契約内容でも、運良くキャンペーン期間中であれば、少々高い金利で継続してもらえることもありますし、運用を見直しする良いチャンスだからです。他行へ転預けする場合は、Checking Accountから振り出し小切手を発行するだけで、定期預金は他行でも作成できます。

FDIC（Federal Deposit Insurance Corporation）連邦預金保険機構

取引銀行を選ぶ時は、FDIC加盟銀行かどうか必ずチェックして下さい。万が一銀行が倒産した場合、25万ドルまで金融資産とその利息について保証してもらえるからです。高い利息を付けてくれる金融機関は、それだけマーケットでの資金調達能力が弱く、信用力が低いことを示しています。ハイリスクな分だけ、ハイリターンということです。金利が他の金融機関より高い場合は、特にFDICへ加盟しているか注意して下さい。

キャッシュカード（デビットカード）

口座開設の時、バンクカード（キャッシュカード）を注文することができます。その際ご希望の暗証番号を入力します。1週間位でキャッシュカードと暗証番号が郵送されます。暗証番号は後日支店・インターネット等で、変更することができます。ATMで現金の出し入れや残高照会或いは、口座間の資金移動などをする時は、このカードを使います。

クレジットカード

買い物には、現金より、クレジットカードや小切手が多く使用され、多額の現金は持ち歩きません。クレジットカードには、Master、Visaなどの種類があり世界中で通用します。また、小切手による買い物の際に身分確認のため、運転免許証、時にはクレジットカードの提示を求められることがあります。デパートや専門店などによっては、その独自のクレジットカードを発行している所もあります。

また、万が一アメリカでのクレジット履歴が無い等の理由でクレジットカードの申請が承認されない場合は、会社が取引している銀行の担当者を通して申請すると承認されることがあります。

追加としてまた、銀行が発行するクレジットカードであれば、クレジット歴が無くても口座を維持していると承認されることもありますので、銀行担当者へ確認してください。

Drive Through

- 車に乗ったままで入出金の取引ができます。備え付けの筒又は箱に運転免許証（必要に応じて）と、当座預金口

座からの現金引き出しには小切手を、普通預金口座からの引き出しにはWithdraw Ticketを入れてSendを押すと、しばらくして筒にお金と免許証が入れられて返ってきます。

- 現金自動支払い機はカードを使ってほとんどの支払い機で24時間入出金・口座間の振替等ができます。

※ 一般的にキャッシュカードはその銀行のATMを利用しますと費用はかかりません。カード裏にプリントされている加盟ネットワークのATMでしたら他のATMでも使用可能ですが、口座の種類や契約内容によっては費用が発生する場合があるので気を付けて下さい。

海外送金（Foreign Transfer）

海外へ送金する時（仕向け送金）、又海外から送金を受ける時（被仕向け送金）のいずれも手数料がかかります。手数料は銀行によって異なりますが、仕向け送金で50–60ドル程度、被仕向け送金で20ドル程度が相場です。

海外の送金で知っていると得をすることとして、日本の銀行の換算レートの方が外銀レートよりも安い（為替のさや抜きが邦銀の方が少ない）ことです。要するに、日本の銀行にて現地通貨に変換するように送金することにより、口座に入金される金額が数パーセント増えることが多いということです。具体的には次の通りです。

例1: 米国から日本へ送金する時
ドル建てで送金する: 米銀→邦銀（ドルで送金）
ドルを円に邦銀が換えて口座に入金（邦銀のレート使用）

例2: 日本から米国へ送金する時
ドル建てで送金する: 邦銀→米銀（ドルで送金）邦銀で円からドルに換える（邦銀のレート使用）

車の購入代金を送金したり、日本へ帰国する際や日本の家族への生活費を送金する際は、知っておくと得をする豆知識です。

トラベラーズチェック

クレジットカードなどの普及であまり需要がなくなっています。コメリカバンクでは口座維持者に限って受付は可能です。

小切手の振出し方・裏書き（エンドースメント）方法

小切手の振出し方

小切手を振出す為には、下記の5項目を小切手に必ず書かなければいけません。1つでも抜けますと、譲渡不可能で無効な小切手と判断されてしまいます。

①日付（年月日）: 必ず当日の日付を記入して下さい。既に6ヶ月以上経った日付の小切手は無効とみなされます。また、将来の日付を書くことも認められておりません。

②支払い先（Payee）: 小切手の受取人の名前或いは受取会社名を省略せずに記入します。小切手を本人宛に発行する場合、御自身のお名前を、又、自分の小切手を現金化する場合はCASHと記入して下さい。

③支払いを数字で記入: 例: 120.35

④支払いを言葉で記入: 例: One Hundred Twenty and 35/100—（120ドル35セント）言葉で金額を記入後Dollarsの所まで線を引きます。誰かが空欄に数字を書き込んで偽造するのを防ぐためです。

⑤支払人のサイン: 口座開設時のサイン・カードと全く同じ様に署名して下さい。

尚、メモ欄には、特に公共料金、クレジットカード、ローン等の支払いの場合、それぞれの口座番号を記入するよう要求される事がよくあります。

チェックは入金する直前に裏書きするように習慣づけることをお勧めします。

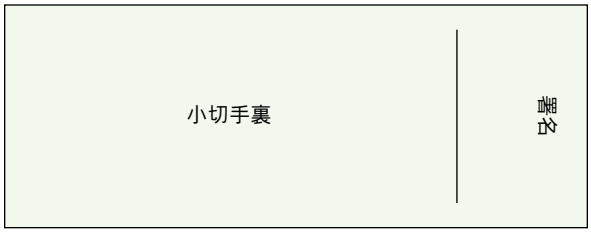
こうすることによって万が一紛失しても、拾った第3者はチェックを現金化することができなくなります。

※ 近年、オンラインによる支払い・入金が主流になったため、小切手の使用頻度は年々減っております。

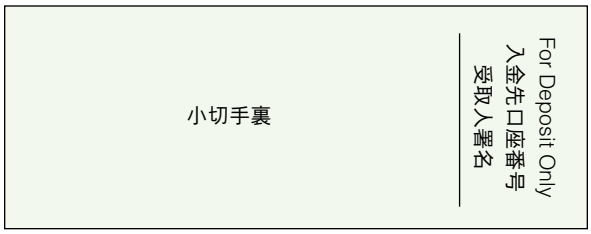
執筆・監修:
小林ゆかり Comerica Bank

小切手の振出し方

白地式裏書

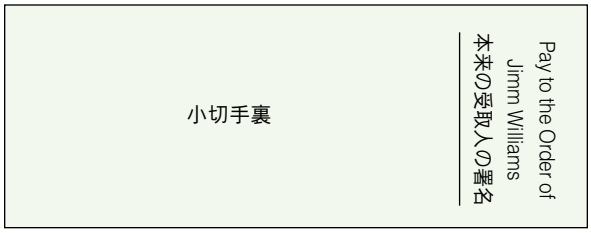


裏書きのサインは必ず小切手裏側の指定された場（右側）にするよう規定されております。チェックは入金する直前に裏書きするように習慣づけることをお勧めします。



金額を特定の口座へ入金する場合、裏書目的は入金の為のみである事を記入します。“For Deposit Only”（入金のみ）に加え、入金先口座番号を念の為に記入する場合があります。こうすることによって万が一紛失しても、拾った第三者はチェックを現金化することができなくなります。

記名式裏書き



自分宛に振出された小切手を第三者に譲渡し現金化する為の裏書方法です。上の例では、本来の受取人が第三者のジム・ウィリアムスに小切手を譲渡しています。譲渡する人の名前を書く前に “Pay to the Order of” と書いて、その下に署名して下さい。

譲渡小切手

万が一、自分が小切手の譲渡という形で支払いを受けた場合は注意が必要です。小切手の振出人が支払い不能になった時、裏書きの書き方によっては、債務が自分に回ってきてしまうことがあるからです。又、自分が最終の受取人の時は、オリジナルの振出人が支払い不能になった時、裏書人のうちの1人から債権を回収する努力を強いられることになります。なるべく譲渡小切手は受け取らない方が賢明です。又、自分が小切手を譲渡する時は必ず “Without Recourse”と書いた下に自分のサインをするようにしてください。そうすることにより、オリジナルの振出し人が支払い不能になっても債権の遡及を受けることがありません。

例：
- 振出人：George Williams
- 1人目：Sign John Smithただのサインのみ
- 2人目（自分）：Without Recourse Pay to Tom Horton Sign TaroYamada
- 3人目：Tom Horton 氏がCheckを入金しようとした時に、チェックが支払い不能（Geoge Williams氏が支払い不能）
  →“Without Recourse” の裏書き人はスキップする。
  →John Smith氏が債務を負うことになり、交渉が始まる。

主な金融用語一覧表

Automatic Teller Machine（ATM）：
自動預金支払機・キャッシュマシーン
Balance: 残高・預金高
Balance Inquiry: 残高照会
Beneficiary:（送金の）受取人
Cashier’s Check: 銀行小切手・キャッシャーズチェック
Certified Check: 銀行保証小切手・サーティファイドチェック
Checkbook: 小切手帳
Checking Account: 当座預金口座
Credit Card: クレジットカード
Deposit: 入金
Drawer/Maker: 振出人
Electronic Funds Transfer（EFT）/Wire Transfer:
電信振替による送金
Endorsement: 小切手の裏書
F.D.I.C.（Federal Deposit Insurance Corporation）:
連邦預金保険会社
Joint Checking/Savings Account:
共同当座預金口座/共同普通預金口座
Money Market Account: 市場金利連動型預金口座
Money Order: 為替・マネーオーダー
Overdraft: 貸越し・口座超過引出し
Payee: 支払先・受取人
Payer: 支払人
Saving Account: 普通預金口座
Statement: 明細書
Stop Payment Order: 支払停止指示・ストップペイメントオーダー
Time Deposit Account: 定期預金口座
Traveler’s Check: 旅行者小切手・トラベラーズチェック
Withdrawal/Withdraw: 引き出し/引出す

運転

運転免許証

アメリカにおいて各州が発行する運転免許証は身分証明書として必要とされる機会が多いので、ミシガンでの生活が始まり各種準備が整い次第取得されることをお勧めします。また免許証を取得されない方は、州が発行する身分証明書となり得るステイトIDの取得をお勧めします。

2023年5月3日以降、国内線の飛行機搭乗の際は運転免許及びStaite IDにReal IDの印（右上に黄色い星マーク）があることが義務付けられました。これから始めて運転免許を取得される方も、Renewalされる方もReal ID付きのものを取得されることをお勧めします。(Real IDをお持ちでなくともパスポートを所持されていれば国内線への搭乗は可能です)

日本で取得された有効期限付きの国際免許書はアメリカで合法的に運転をすることの許可書であり、正式な身分証明書としての認識はされないのでご留意ください。

取得に必要なもの

1. Social Security Number or Letter or Ineligibility
   ソーシャル・セキュリティー番号、あるいは取得出来ない事を記載したソーシャル・セキュリティー事務所からの手紙
2. Legal Presence
   合法的に滞在している事を示す最低1つの書類。たとえばビザ、および滞在有効期限が記載されている入国スタンプのついた有効なパスポートなどがこれに該当します。
3. Identity Verification
   本人である事を示す書類1つ以上。上記2.のLegal Presenceとして提出できる書類の中から本人であることを示す書類があればそれを持参して下さい。また次のうち2つを持参すれば本人であることの証明するものであるとして認めております。外国のパスポート、Form I-94（Admission Number Retrieval)、Employment Authorization Card（労働許可書)、あるいは米国ビザ。
4. Proof of Michigan Residency
   ミシガン在住者であることを示す最低2つの書類。90日以内に発行されたガス、水道、電気などの請求書、90日以内に発行された銀行の明細書、家あるいはアパートの賃貸契約書など。
5. 眼鏡（必要な人）視力検査のため。

必要な書類は随時変更になりますので必ずSecretary of State Officeのウェブサイトを確認してください。

筆記テスト

- ミシガン州では“Secretary of State”に行き“What Every Driver Must Know”という本を貰って読み（Onlineでも入手可能)、準備ができたら“Secretary of State”で筆記テストを受けます。筆記テストは日本語でも受けられますが、標識のテストは英語のみとなります。ただし、必要であれば通訳の方をお願いできます。
- 筆記試験の合否はその場ですぐ結果が判明します。
- 試験合格後路上試験の予約をしますが、路上試験は筆記テスト合格後最低30日間の練習期間を経てから受けることができます。(しかし、この30日間の練習期間は、一度は免許が交付されたことがある人には求められておりません。) 路上テストは民間の会社が行うようになっていますので、自分で電話をして予約をして下さい。会社により難易度が違うので、最近免許の取得をした知人等から情報を集めておくと良いでしょう。
- Secretary of Stateは通常、水曜日を除く平日の午前9時から午後5時、水曜日の午前11時から午後7時までです。場所は、地図を参照して下さい。
  www.michigan.gov/sos

路上テスト

- 路上テストには受験者の自動車（レンタカー・トラック不可・所有者の明確な車）を使用します。
- 路上テストにおいては縦列駐車Parallel Parkingや高速道路Freewayでの運転などの項目があります。日本と車のハンドルの位置が違うので、事前に練習をしておくと良いでしょう。
- 路上テスト合格後、Secretary of Stateに行き、仮の免許証発行手続きをします。実際の免許証は後日郵送されてきます。
- 有効期限は取得後4年目の誕生日までです。
- 高校生の免許証

ミシガン州では、16才から本免許を取ることが出来ます。取得方法は、高校の夏期コース（卒業単位に加えることが出来ることもある)、又はプライベートで運転を学ぶという2通りがあります。イエローページのDriving Instructionで探すと良いでしょう。

更新

- 誕生日の45日前に通知が来ます。
  無事故、無違反の人は郵送で済みますが、それ以外の人はSecretary of Stateに出向き、視力検査と15問のペーパーテスト（英語）を受けます。
- 車の登録更新（Registration Renewal）は、郵送、電話またはOnlineでも出来ます。詳しくは、www.michigan.gov/sosをご覧になるか、州から送られてくる通知書の指示に従ってください。

ミシガンのポイント・システム

ミシガンはポイント制になっています。

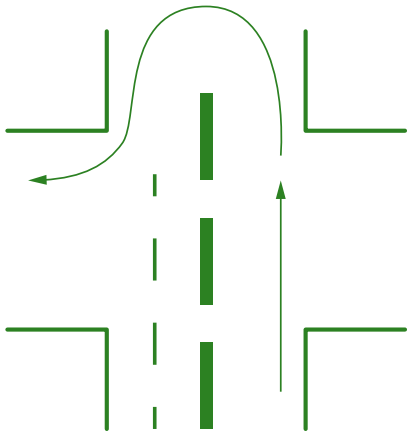
- 交通違反をするたびにチケットが発行され、違反の内容によりポイントがつけられます。また、違反をするたびに州政府からポイントが記載された通知が郵送されてきます。
- 記録されたポイントは2年間で記録から抹消されます。しかし、自動車保険会社のポイントの扱い方は異なり、2年よりも長い場合もあります。
- 発行されたチケットの処理を怠った場合は免許停止になることもあります。

主な交通違反のポイント

飲酒運転、無謀運転、警察官から逃亡、免許停止中の運転	6ポイント
酒気帯び運転、16マイル、およびそれ以上のスピード違反	4ポイント
11マイルから16マイルのスピード違反、信号無視や停止サイン無視	3ポイント
10マイル、およびそれ以下のスピード違反、車内でのアルコール飲料のビン、あるいは缶を開けた場合、その他の交通違反	2ポイント

交通規則

- シートベルトの着用及び、子供の座席について
  –運転席と助手席では、常にシートベルトを着用すること。（州法）
  –8才未満で身長が4フィート・9インチ以下の子供は座る座席の位置にかかわらず必ず承認された子供用セーフティー・シートあるいは補助椅子を使用すること。
  –4歳未満の子供は、もし子供用のシートが後部座席にとりつけられていれば後部座席にのせる。
  –もし助手席のエアバックが作動しないように調節されていれば、後ろ向きの子供用カーシートに載せた子供は前の座席に座らせること。
  –車が走っているときに乳児に授乳するためにカーシートから乳児を取り外すことは禁じられている。
  –子供を膝に乗せて座ったり、大人と一緒に一つのシートベルトを着用したりしない。
  –16才未満の子供は、座る座席の位置に関わらず、必ずシートベルトを着用すること。
  –法律では定められていませんが、エアバッグによる外傷から守るために、12歳以下の子供は、後部座席に座らせること。
- スクールバスがオーバーヘッドライトを点滅させている場合は20フィート後方で停止します。
- 警察の車に止められたら速やかに止まって、警察官が来るまで運転免許証を探したりせず、手をハンドルに置いたまま待ちましょう。
- ミシガンの特に広い道路では交差点で左折できない場合が多く、交差点を越えてミシガン・ターンをします



（左折用の車線に入り、Uターンをする：下図参照）。

- 右折は通常赤信号でも可ですが、“No Turn on Red”のサインがある場合は信号が青の場合のみ、右折可です。
- 運転免許証、車両のレジストレーション、車両保険証は常に携帯します。
- 緊急車両（パトカー、救急車etc.）車がサイレンまたはライトを付けて近づいて来た時は、右側もしくはそれらの

車が通過しやすいように道路わきによけて停車します。
- 安全速度を守りましょう。
- 葬儀の列に遭遇した時は、その列に割って入ったり追い越してはいけません。但し、対向車線の場合は問題ありませんが、葬儀の列は信号を無視して走るので、通過するまで待ちます。(葬儀の車は目印として、全車オレンジ色の小旗とライトをつけて走っています。)

警察官に停車を命じられた場合

1. Police Carがライトで合図をしますので、側道に車を停めます。
2. 車に乗ったまま警官が近づいてくるのを待ちます。
3. 話を聞きます。
4. 運転免許証、自動車のレジストレーションカードを提示します。
5. チケットを受け取ります。
   - 過失を認めた場合: チケットの指示に従ってCheckを郵送する。
   - 納得できない場合: 裁判所に直接抗議する。方法はチケットに記載されている。

ミシガンDriver Responsibility Law

Driver Responsibilityプログラムは運転者に金銭的な罰を与えるプログラムです。このプログラムは2つのカテゴリーからなっています。

カテゴリー1:
- 州政府のポイント記録に7ポイント、あるいはそれ以上のポイントが記録されている場合。
- スピード違反、不適切な曲がり、接近し過ぎ運転などがこのカテゴリーにはいります。
- 7ポイントになると$100の罰金が科せられます。これは年に1回で、違反に対する通常の罰金に追加で科せられます。また、7ポイント以上、ポイントが1つ上がることに$50追加になります。

カテゴリー2:
- 特別の違反(飲酒運転・酒気帯び運転、無謀運転など)
- 特別の違反については違反の重大さにより異なり、$150、$200、$500、および$1,000の罰金が科せられます。この罰金は2年間科せられます。2年目の罰金の支払い日は1年目と同じ月日に支払うことになります。

飲酒運転、酒気帯び運転	$1,000
無謀運転	$500
保険の証明書無での運転	$200
有効期限の切れた運転免許証での運転	$150

ミシガン州での自分の運転記録

ミシガン州での自分の運転記録のコピーが欲しい場合はRequesting Your Own Record、BDVR-153というフォームをMichigan Department of State、Record Lookup Unitに送付することにより得ることができます。このフォームはSecretary of Stateの各事務所、あるいはwww.michigan.gov/sos(画面の左側にあるDriver License & State IDをクリックし、次に上のほうにあるForms & Resourcesをクリックし、Driver License& State IDの中からBDVR-153フォームを選択)から得ることができます。送付先、サービス料金、$7のサービス料金の支払い方法はフォームに記載されています。

自動車使用時の安全対策

- 車を駐車する時には出来るだけ路上駐車は避けて、利用者の多い駐車場に駐車するようにしましょう。駐車する時はロックをし、夜間は照明の行き届いた場所に停めます。車に戻った時は、乗る前に後部座席の様子を確かめましょう。
- 車の中に荷物を残す場合は外から見えないようにするか、又はトランクに入れます。
- 短時間でも車を離れる時は必ずドアをロックします。
- 必ず行き先を地図で確認し、知らない場所では、混雑していてもやたらにフリーウェイから降りないようにしましょう。
- デトロイト市内は治安があまり良くないところもあるので、市内での給油はできるだけ避け、デトロイト市内へ出かける時は事前に給油を済ましておきましょう。
- 車が故障した場合でも、不用意に外に出て助けを求めるのは、危険を伴うことがあります。もし携帯電話を持っている場合は、家族や知人、またはAAAに電話をし、車の中で待ちましょう。
- バレー・パーキングValet Parkingを利用する場合は、車中に貴重品等を置かないようにしましょう。また係員に

は、車の鍵のみ渡し、家の鍵などを全てつけたキーホルダーごと預けない方が良いです。利用した場合には、係員にチップが必要です。

- 夜間に立体駐車場を使用する場合、なるべくエレベーター等の出口に近い所に駐車し、女性の場合、できれば車に乗り込むまで、誰かに付いてきてもらいましょう。アメリカではパーキング内での犯罪が多いので、女性一人の場合などは、なるべくバレー・パーキング（車を建物の入り口で車のキーと一緒に預かり、駐車してくれるサービス）を利用しましょう。
- 決してヒッチハイカーを拾わないようにしましょう。
- 不審な人が近づき話しかけられても、不用意に窓を開けて応じないようにしましょう。
- 怪しい車に後をつけられていると感じた時は、営業している明るいガソリンスタンドに入って様子をうかがいましょう。

冬の運転の注意事項

ミシガンの冬は日本の冬に比べ非常に厳しいので次の事項に注意をしましょう。

- 冬になる前に車のバッテリー等の装備点検をしておきましょう。
- 冬の間は、ガソリンを常時タンクの半分以上の状態に保つようにしましょう。これはタンク内に水滴が付き凍結するのを予防します。
- 非常事態のために、車に常時、ジャンプ・ケーブル、毛布、懐中電灯、シャベル、マッチ、ホカロン等を用意しておくと良いでしょう。もし、車が雪の中で、空回りして動かなくなった時にはタイヤの前の雪をシャベルで除き、毛布を敷くと脱出することができます。
- ミシガンでは雪の日には、道路が除雪され、凍結防止のために塩が撒かれます。（タイヤチェーン、スパイクタイヤ等は使用しません。）この道路凍結防止の塩は車に付くと錆びの原因になるので、洗車を頻繁にすることをお勧めします。
- オール・シーズン用のタイヤを使用すると普通タイヤに比べ雪の日の運転がしやすいです。
- ウィンドウ・ウォッシャー液は凍らないタイプを使用しましょう。
- 冬には凍結する場合があるので、サイド・ブレーキは引かないようにしましょう。

AAAサービスの案内

日本のJAFのように車両関係、トラベル、家の保険等のサービスを提供しています。

電話番号: 800-222-6424

年会費:　Basicの場合は個人51ドル、家族を追加する場合は1人につき13ドル。(2013年現在)

- 車両の牽引（Towing Service）は5マイルまでは会員であれば無料。
- 近くの給油サービス所まで走行できる程度の給油の配達。
- 車のカギをロック・アウトしてしまった場合のLocksmithサービス。
- タイヤがパンクした場合のタイヤ交換のサービス。
- ホテル、レンタカー等のDiscount の提供。
- バッテリーが上がった時。
- 旅行中に緊急事態が起こり、旅行を中断した際の保険。
- 旅行プラン作成、航空券購入（国内、国外とも）。
- トラベラーズチェックの発行と現金化。
- 米国内の地図とガイドブック（無料）、国外の地図。
- 証明書用写真撮影（パスポート用）をしてくれる所もある。
- 国際免許証の発行。

アメリカにおける自動車保険

- 受保険会社は、State Farm、All State、AAAなどの米系保険会社、三井住友海上などの日系保険会社、自動車保険の保険料は車種、年式、安全装備、年齢、事故・違反歴などにより保険料が決められます。
- Geico、Progressiveなどのネット保険会社などがあります。
- 保険加入の際、通常は保険ブローカーを介して保険に加入します。但し、State Farm、All Stateのように独自の代理店（エージェント）網を持っている場合、Agentで保険を購入することとなります。ブローカーとエージェントの違いは、前者が複数の保険会社と取引しているのに対し、後者は1社のための代理店であることです。尚、ネット販売の場合にはブローカーもエージェントも介しません。
- ミシガン州は、自動車保険に「Non-Fault」を採用する州です。ちなみに、Non-Faultを採用する州はMIを含めて12州です。Non-Fault州では、自動車事故の際に過失割合に関係なく自分の保険を使用し、一方で事故の相手方に対して賠償請求する権利を放棄することが基本です。そのため、過失責任が全くない「貰い事故」のような場合でも、相手方の保険は使えず、原則として自分の保険で対処することとなります。Non-Faultシステムは、自動車事故に弁護士が介在する余地をなくすことで保険コストを下げることが目的です。但し、例外として重度の人身傷害の場合は相手を訴訟する権利が与えられます。
- ミシガン州で加入義務があるカバレッジは、Personal Injury Protection（PIP）、Property Protection Insurance（PPI）、及びLiability（第三者賠償責任）の3種類みですが、最低限度のカバーであるため、所謂「フルカバー」にご加入されることを推奨します。ちなみに、
  - PIPは運転者及び同乗者の怪我・死亡に対する保障です。具体的には、医療費・休業取得・死亡保障などがカバーされます。限度額は「無制限」のみでしたが、2020年の法改正により無制限以外にも選べる設定となりました。
  - PPIは物損に対して$1,000,000までの保障を提供します。

上記以外の主なカバレッジ

（1. Liability、2. Collision/ Comprehensive、3. Uninsured/ Underinsured Motorist、4. Medical Payment）

1. Liabilityは第三者賠償責任に対する補償です。ミシガン州はnon-faultを採用しているため、原則としてLiabilityは発生しませんが（後遺障害など重篤な傷害に対しては例外）、州外での自動車事故の場合は過失割合に応じて発生する物損・人損の賠償責任を担保します。日本の自動車保険では、支払い限度額のない「無制限」の場合が多いのですが、米国では無制限の賠償責任保険は提供されていません。そのため、LiabilityにUmbrella保険（上乗せ賠償責任保険）を組み合わせて高額訴訟に備えることが一般的です。
2. Collision/Comprehensiveは自分の車に対する車両保険です。原則として、Collisionは走行中の事故による車両ダメージ（衝突）、Comprehensiveは駐車中の車両ダメージ（衝突以外の火災・盗難・バンダリズムなど）を担保します。
3. Uninsured/Underinsured Motoristは、事故の相手方が無保険、または保険が過小だった場合に自分の保険で保障できるカバレッジです。例えば、ミシガン州外でもらい事故（過失ゼロ）にあったものの、相手方が無保険だったとします。その場合、Uninsured Motoristのカバーを付けていれば、自分の保険で相手方が支払うべき金額を保障できます。
4. Medical Paymentは、主にミシガン以外の州で運転者・同乗者が怪我をした場合の治療費用をカバーします。通常は$5,000程度のリミット金額なので、手術などが必要な場合は自身の医療保険や相手方への賠償請求となることもあります。ちなみに、Medical Paymentは自動車事故による治療費をカバーするため、歩行中の自動車事故などにも適用されます。

その他のオプショナルカバー

1. Broad Form Collision。上記のとおり、ミシガン州では過失の有無に拘らず車両損害を自分の保険でカバーするため、自分に過失がなくても免責金額を負担しなくてはなりません。救済措置として、Broad Form Collisionにオプショナル加入していると自分の過失割合が50％以下の場合に免責金額は免除されます。
2. Rental Reimbursementは、車両修理中のレンタカー（代車）費用（通常30日程度まで）をカバーします。
3. Transportation Expenseは、自動車が盗難にあった場合の交通費を通常30日程度までカバーします。

事故の際に確認すべき事項

必要な情報①

本人の情報

保険会社：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

Policy番号：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

事故日時：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

場所：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

車の年式・車種：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

運転者氏名：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

連絡先：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

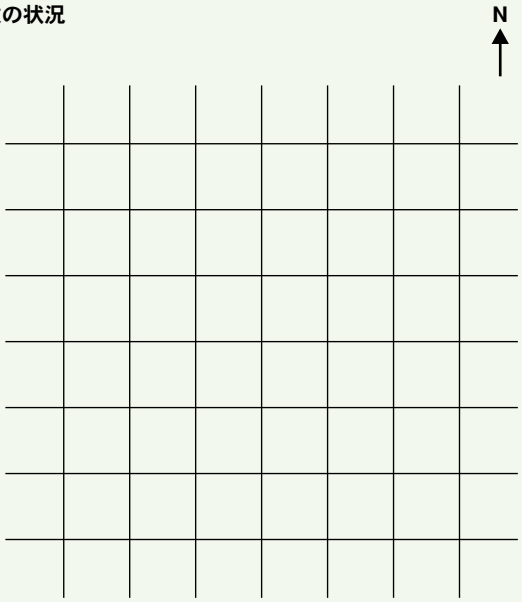
事故状況：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

事故の状況



必要な情報②

相手側情報・Other Party

運転者氏名：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

住所：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

電話番号：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

免許書番号：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

車の年式・車種：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

VIN#:＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

プレートナンバー：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

車の所有者指名：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

住所：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

電話番号：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

保険会社：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

Policy番号：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

必要な情報③

警察・Police

レポート番号（Case#/Report#）：

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

警察署・担当警察官名：

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

目撃者情報・Witness

運転者氏名：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

住所：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

電話番号：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

美容院・理容院・クリーニング

美容院・理容院にて

美容院は、たいてい予約制になっています。理容院でも、特に指名がある場合は予約をします。店によりますが、通常は子どもは連れて行きません。

- 希望があれば、はっきり伝えましょう。
- 理容院では、髭剃りはしませんが、希望があれば、尋ねてみましょう。
- 支払いの際には、20％程度のチップが必要です。チップは、クレジットカードで支払いの際付け加えるか、もしくは現金で渡します。シャンプー担当が別の人の場合は、その人にも$2程度のチップを渡します。

クリーニング（衣類）

- クリーニング店は自分で持参し、受け取りに行く仕組みです。値段は店によりまちまちですが、ワイシャツの場合$5前後です。ワイシャツの場合は、糊の付け具合（Hard/Medium/Light）と仕上げの状態、ハンガーに掛けた状態（on Hanger）か、畳んだ状態（Boxed）か、を聞かれます。通常、2–4日で仕上がります。
- ズボンのすそ上げなど、簡単なリフォームをしているところもあるので聞いてみるとよいでしょう。

美容院・理容院で使う単語

カット：Haircut
大きなロットのパーマ：Body Permanent
パーマ：Perm
あごの長さ：Chin Length
段カット：Layered
肩の長さ：Shoulder Length
分け目：Part
切り下げた前髪：Bangs
セット：Style
整える：Trim
そぐ：Thin
角刈り：Square Cut
毛染め：Hair Tint
ドライヤーのみセット：Blow-Dry Style
結い上げ：Upwork
ショートで毛を立てる：Brush Cut

いろいろ豆知識

セルフクリーニング
高温で、オーブン内部の汚れを焼き切ってしまう仕組みで、汚れの程度によりますが、3時間位かかります。オーブンの外側もかなり熱くなります。普段、市販のオーブン用の洗剤を使用していると、薬品の残留により、セルフクリーニングの際にオーブンの内部を傷めることがあります。（注意：使用中は留守にしないこと。）

美容院・理容院での会話例

- ○○さんにヘアーカットの予約をお願いしたいのですが。
  – I'd like to make an appointment for a haircut with（指名したい人名）.
- どなたでも結構です。
  – Anybody who is good will be fine.
- 金曜日の午前中がいいのですが。
  – Friday morning is convenient for me.
- ヘアーカットはおいくらですか。
  – How much does it cost for a haircut? How much does a haircut cost?
- ヘアーカットとパーマをお願いします。
  – I'd like to have a haircut and a permanent.
- どのようにカットしますか。
  – How would you like your haircut?
- あごまでの長さにカットしてください。
  – Could you cut it to the chin?
- ショートカットにしてください。
  – Could you cut it short?
- 1インチカットしてください。
  – I'd like to have 1 inch cut off（at the bottom）.
- ワンレングスにしてください。
  – I'd like to have my hair cut all in one length.
- カットにしてください。
  – I'd like to have a layered cut.
- 少しそいでください。
  – Could you thin it a little bit?
- ゆるくパーマをかけてください。
  – I'd like to get a gentle permanent.
- 中くらいにパーマをかけてください。
  – I'd like to have my permanent medium curly.
- きつくパーマをかけてください。
  – I'd like to have my permanent light curly.
- ゆるいソバージュにしてください。
  – I'd like to get a permanent gentle spiral.
- この写真のようにセットしてください。
  – Could you style my hair like this picture?
- アップにしてください。
  – I'd like to wear my hair up.
- 頭のてっぺんに逆毛を立ててください。
  – Would you tease my hair on the top?

家を留守にする時・冬の準備・停電の備え

家を留守にする時

旅行などで、長期間家を留守にする時は、次の事に注意しましょう。

- 郵便配達を止めます。郵便局にある専用カード（Authorization to Hold Mail）に配達保留期間を何月何日～何日まで（3日間以上から30日間以内）と記入して提出します。USPSウエブサイトからも依頼できます。（https://holdmail.usps.com/holdmail 無料のアカウント登録が必要です。）配達保留最終日の翌日にまとめて配達してくれます。郵便局に取りに行くこともできます。
- 新聞の配達を止めます。新聞配達店あるいは新聞に記載されているHome Delivery係に電話で連絡します。
- 室内温度の調整をします（冬季）。凍結防止のため、暖房のスイッチを切らないでおきます。室内温度は60°F–65°Fに保ちます。
- 犬、猫はドクターやペット預かり所（Kennel）などで預かって貰えます。（有料）
- 長期間留守をする時は、コンセントに設置するタイマーをセットした室内照明が泥棒よけになるでしょう。

ベビーシッター

ミシガン州には、家に一人で残しておいてもよい子どもの年令基準を定めた法律はありません。中学生以上の子どもでも、親のいない間に問題があった場合、親の責任を問われる可能性があります。一般的には、12才以下の子どもを家に残して外出する時にはベビーシッターをつけます。たとえ短時間の用足しでも、子どもを家に残して外出してはいけません。ベビーシッターは、専門の人に頼むこともできますし、近所の高校生などにアルバイトを頼むこともできます。

冬の準備

ミシガン州の冬は大変厳しいものです。その冬を出来るだけ快適に過ごせるよう、11月初めまでに冬を迎える準備を済ませましょう。

- スプリンクラーや屋外の水道は止めます。自分でできない時は、業者に依頼します。
- 暖房が入ると室内が乾燥するので、加湿器を用意すると良いでしょう。湿度計を購入し、湿度を40％程度に保つと良いでしょう。セントラルヒーティングの場合、ヒーターに加湿器が付いているものがあるので、確認の上、ONにしておきます。
- ドアやガレージの前のドライブウェイはよく雪かきし、スーパーで売っている融雪用の塩を撒いておきます。家の中の暖かい空気で溶けた雪がもう一度凍結すると、ドアが開かなくなることがあります。雪かき業者に依頼することもできます。
- 暖房用のフィルターは定期的に交換しましょう。（最低3ヶ月に一度）
- 肌の弱い方は、顔だけでなく体にもBody Lotionを塗るとよいでしょう。
- 車のガソリンは、半分以下にならないように気を付けて、早めに給油するようにしましょう。万が一車が故障して動けなくなったときでも、救援が来るまでの間、エンジンをかけてヒーターをつけておかないと、凍死する恐れがあります。車には、毛布や、窓の霜や氷を掻き落とすIce Scraperも用意しておくと安心です。
- 道路が凍結してしまうと、買い物に出るのも容易ではありません。一週間分くらいの食料と水はストックしておきましょう。
- 天候が悪いと、学校が休校になることもありますので、テレビ、ラジオ、ウェブの情報に注意します。また、学校開始後の天候異変で途中下校になることもあります。子供が家に帰ってきても中に入ることができなければ、凍え死ぬ恐れがあります。緊急時の鍵の置き場所（預け場所）や、家族への連絡方法を普段から話し合っておきましょう。朝、雪のため道路の状態が悪いとスクールバスが予定通り来ないこともあります。子どもが乗ったかどうか確認しましょう。

停電の備え

- ろうそく、マッチ、懐中電灯、電池、カセットコンロ（燃料含む）、バーベキュー用グリル、トランジスタラジオ、電気を使う必要の無い電話機などを用意しておくと便利です。
- ガレージのドアも動きませんから、いざと言う時に慌てないよう、ドアを手動で開閉できる方法を確かめておきましょう。
- 冬の場合、停電で暖房が止まってしまうのは大問題です。暖炉のある家は、いつでも使える状態にしておきましょう。暖炉が無い場合、石油ストーブを購入しておくと安心です。大型スーパーマーケットでKerosene Heaterとして売っています。
- 広域の停電の場合、水も止まることがあります。日頃から、ボトル入りの飲料水を用意しておくことをお奨めします。また、トイレの水確保のため、停電になったらまず、バケツやバスタブに水を貯めておくとよいでしょう。

いろいろ豆知識

Membership Card
スーパーやドラッグストアでは、会員になると（無料で名前を登録するだけ）メンバーシップカードが発行されます。レジでカードを提示すると、商品が割り引かれたり、お金が戻るシステムもあります。

Rain Check
スーパーやデパート、ドラッグストアで、広告商品のセール期間中、その商品が品切れの場合、店のCustomer Serviceに申し出れば、入荷した時、セール期間と同じ割引価格で買うことができるRain Checkをくれます。又、入荷した時、知らせてくれます。

Pure Baking Soda
料理やケーキ作りの時以外にも、冷蔵庫の脱臭剤として用いると便利です。キッチンまわりのお掃除にも使えます。表面を傷つけることがなく、身体にも安心。お風呂に入浴剤として入れれば、温泉に（重曹泉）。

食品

スーパーマーケット

生鮮食品を置いている店を、こちらでは一般にグローサリーストア（Grocery Store）と呼びます。

ほとんどがショッピングセンターの中にあり、24時間営業のところもあります。各地域により商品、鮮度、等級など多少の違いがありますので、目的と自分の好みで店を選びます。お店によっては肉、ハム、チーズ、魚のコーナー（ガラスのショーウィンドウケースがある）で、買い物客の注文を聞くために番号札を取るシステムになっています。

買った品物を袋に入れてくれる時に、プラスチック（ビニール袋）かペーパーバッグ（紙袋）かを尋ねられる事があります。買い物袋（その店のペーパーバッグ）を持参すると使った分だけお金を引いてくれる店もあります。

アルコール類を買う時（21歳以下はアルコールの購入が出来ません。）は、IDカードの呈示を求められる事があります。年齢を確認するだけなので、運転免許証を見せます。

- Kroger
- Meijer
- Busch's
- Whole Food
  （有機野菜、薬品を使わず育てた肉類、自然の化粧水、薬類も扱っている。）
- Costco Wholesale
  （日本にも進出している倉庫型スーパー正しくはコスコと発音します。）

Coupon

広告に入っている割引券には、店が発行している物とメーカーが発行している物があります。又、スーパーマーケットによっては、ダブルクーポンサービスやトリプルクーポンサービスがあり、割引金額2倍、あるいは3倍安くなるので利用するとお得です。レジで打ち始める前にレジ係（Cashier）に渡すとよいでしょう。

ショッピングカード

その店専用のカードがありレジで渡すと、品物によって割引されます。（商品欄には、"$○○ off with Card" と表示されています。）

食料品店

日本食材店

Noble Fish
45 E. 14 Mile Rd., Clawson
www.noblefish.com/#home

One World Market
42705 Grand River Ave., #102B, Novi
www.oneworldmarket.us

中国・韓国食材店

Evergreen Supply
20736 Lahser Rd., Southfield
Tel: 248-354-8181（No Website）

Hanmi Mart
25840 W. 9 Mile Rd., Southfield
Tel: 248-208-7300（No Website）

H Mart
2963 E. Big Beaver Rd., Troy
www.hmart.com

Kappa
6093 Haggerty Rd., West Bloomfield
Tel: 248-624-6266（No Website）

168 Asian Mart
32393 John R Rd., Madison Heights
www.168asianmarket.com

Sangdoe Market
24257 Novi Rd., Novi
https://sangdoe.com

Tsai Grocery
3115 Oak Valley Dr., Ann Arbor
Tel: 734-995-0422（No Website）

ベーカリー

Cannelle
- Birmingham店
  159 N. Eton St., Birmingham
  www.cannellebirmingham.com
- Detroit店
  45 W. Grand River Ave., Detroit
  www.cannelledetroit.com

Graf's Pastry
30010 W. 12 Mile Rd.,
Farmington Hills
http://grafs-pastry.com/#/home

Le Petit Prince Bakery and Patisserie
6749 Greenfield Rd., Detroit 48228
Tel: 313-945-1160（No Website）

Moose Pastry and Tea
42130 Grand River Ave., Novi
www.moosepastryandtea.com

O' Cafe
41467 W. 10 Mile Rd., Novi
Tel: 248-719-7128（No Website）

Panera Bread（各地にチェーン店あり）
www.panerabread.com/en-us/home.html

Peter's Plate Plesser（ケータリング）
1087 W. Long Lake Rd., Bloomfield Hills
https://peterspalatepleaser.com

QQ Bakery
30941 Dequindre Rd., Madison Heights
qqbakery.weebly.com

Sweet Dreams
4153 Orchard Lake Rd., West Bloomfield
www.sweetdreamsweb.com

White Wolf Japanese Patisseries
31 14 Mile Rd, Clawson
www.whitewolfbakery.com

Ellen's Bakery and Cafe
2495 Orchard Lake Rd., Sylvan Lake
www.cafesylvanlake.com

その他マーケット

Cantoro Italian Market
www.cantoromarket.com
- Plymouth 本店
  15550 N. Haggerty Rd., Plymouth
- Livonia 店
  19710 Middlebelt Rd., Livonia

Joe's Produce
33152 7 Mile Rd., Livonia
www.joesproduce.com

Johnny Pomodoros Fresh Market
32906 Middlebelt Rd., Farmington Hills
www.johnnypomodoros.com

Long Lake Market
1075 W. Long Lake Rd., Bloomfield Hills
https://longlakemarket.com

Nino Salvaggio International Marketplace
www.ninosalvaggio.com
- Bloomfield Township 店
  6592 Telegraph Rd., Bloomfield Township
- Troy店
  6835 Rochester Rd., Troy

Papa Joe's Gourmet Market
www.papajoesmarket.com
- Birmingham店
  34244 Woodward Ave., Birmingham
- Rochester店
  6900 N. Rochester Rd., Rochester

Plum Market
www.plummarket.com
- Ann Arbor North Campus店
  3601 Plymouth Rd., Ann Arbor
- Ann Arbor West店
  375 N. Maple Rd., Ann Arbor
- Bloomfield店
  3675 W. Maple Rd., Bloomfield Township
- Rochester-Oakland University店
  318 Meadow Brook Rd., Rochester
- West Bloomfield店
  6565 Orchard Lake Rd., West Bloomfield

Trader Joe's
www.traderjoes.com/home
- Ann Arbor店
  2398 E. Stadium Blvd., Ann Arbor
- Bloomfield Hills店
  6536 Telegraph Rd., Bloomfield Hills
- Northville店
  18771 Traditions Dr., Northville
- Rochester Hills店
  3044 Walton Blvd., Rochester Hills
- Royal Oak店
  27880 Woodward Ave., Royal Oak

Mail in Rebate

購入した商品（ビデオカセット、電化製品など）にMail in Rebateが付いていた場合は、レシートとともに郵送すると、後日その金額分のチェックが送られてきます。

Leaflet（折り込みの広告）

2for $3（2個で$3）、Buy One Get One Free（1個買うと2個目は無料です）などのお得情報が載っています。

Refund

ミシガン州で買ったほとんどのビール、ポップ（炭酸飲料）等の缶、ボトルには、5セント、10セントなどのRefundが付いています。（買った時、Depositとして支払っています。）飲み終わったら捨てないで、店に持って行けばお金を返してくれます。この際、Bottle Refund（Return）コーナーの機械を利用すると、その店で使える金額分のクーポンとなって返金されます。前述のグローサリーストアにボトル回収の機器が置いてある店も多く、その場でレシートが発行され、レジでリファンドが受けられます。

単位、計量について

- 1lb.（パウンド）＝454g
- 1oz.（オンス）＝28.3g
- 1gal.（ガロン）＝4qt.（クウォート）＝8pt.（パイント）＝16cups（カップ）＝3.79L（リットル）
- 1qt.＝4cups＝950mL
- 1cup＝237mL
- 1tbs.（テーブルスプーン・大さじ）＝3tsp.＝15mL
- 1tsp.（ティースプーン・小さじ）＝5mL

1カップの大きさが米国と日本では異なります。

- 米国1カップ（cup）＝237mL＝1/2pint
- 日本1カップ（cup）＝200mL
- 大さじ1杯（1 Table Spoon）＝15mL
- 小さじ1杯（1 Tea Spoon）＝5mL

商品について

広いスーパーマーケットの中にはたくさんの商品が溢れています。日本から来たばかりの時はどれを買って良いのかわからず、また、時間をかけて選んだにもかかわらず、

珍しい食品

野菜・果物

- Red Chicory（レッドチコリ）：サラダに。
- Endive（エンダイブ）：グラタン、サラダのアクセントに。
- Rhubarb（ルバーブ）：ふきに似ている。薄くスライスしてサラダに。また、ジャムやお菓子用に。
- Leek（リーク・ポアロねぎ）：軟らかく煮てフレンチドレッシングで和えてオードブルに。スープの他にグラタンやクリーム煮など。
- Italian Tomato（イタリアントマト・ローマトマト）：煮込みやスープに。
- Celeriac（セロリアック・辛セロリ）：スライスしてフライに。せん切りにして、胡桃やリンゴと共にクリームソース和えに。又、煮込んでピューレにして付け合せに。
- Artichoke（アーティチョーク）：つぼみの基部とガクの根元だけを食べる。熱湯にレモンと塩、オリーブ油を少々入れてゆで、フレンチドレッシングまたはマスタード入りマヨネーズで。
- Fennel（フェンネル）：白い茎は生のままサラダや、ゆでて肉料理の付け合わせに。葉は魚介類のマリネなどの香り付けに。
- Cactus Leaf（カクタスリーフ・サボテンの仲間）：刺を剥り取って塩ゆでしてからせん切りしてバター炒め又は日本式油で炒め煮に。酸味と粘り気がある。
- Beets（ビーツ）：洗って丸のままゆで、冷やしてから皮をむいて甘酢漬やサラダに。
- Spagetti Squash（スパゲティスクワッシュ・そうめんカボチャ）：ゆでると糸状になるのでスープの具やサラダ、酢の物に。
- Zucchini（ズッキーニ）：洋風煮込みや卵とじに。ゆでて胡麻和えなどに。また、板ずりしてさっと湯をかけてぬか漬けに。天ぷら、フライなどにも。
- Cilantro（シラントロ・香草）：中国、韓国料理のアクセントやメキシコ料理の香り付けに。
- Jalapeno（ハラペーニョ・ホットペッパー）：刻んでメキシコ料理の辛みに。
- Jicama（ヒカマ）：よく洗い皮をむいてスライスし、レモンと塩をつけて食べる。アペタイザーに。
- Avocado（アボカド）：Ripeのシールがはってあれば食べ頃。半分に切って種をとり、わさび醤油で刺身風に、サラダ、すしの具やお吸い物の椀種に。
- Star Fruit（スターフルーツ）：ゼリーやケーキの飾りに。サラダやピクルスに。また、シチューやカレーの具としても用いる。
- Pepino（ペピーノ）：ヨーグルトやカッテージチーズと和えて。
- Tumeric（タムリック）：　　ウコンはスパイスでカレーのパウダーの中にも入っている。ドリンクやヨーグルト、ケーキなどの中に入れても良い。

使ってみると口に合わず、量が多くて捨てるには勿体無く悲しい思いをする事もあります。商品についての善し悪しは個々の好みによって違いがあるので、ここではごく一般的なものだけを紹介します。

小麦粉（Flour）：　アメリカで小麦粉というと、All Purposeを指す。漂白してあるもの（Bleached）としていないもの（Unbleached）がある。All Purposeは強力粉50%、薄力粉50%のもの（日本の中力粉）で、ケーキ類には適さない。ケーキ類を焼く時はケーキフラワーを選ぶと良い。日本製の小麦粉（薄力粉100%）は日本食料品店で手に入る。

砂糖（Suger）：　グラニュー糖が多い。Brown Sugarは煮物に。パウダーシュガーはケーキやクッキーのふりかけに。

塩（Salt）：　漬物にはSea Saltが良い。

パン粉:（Bread Crumbs）　Plainのものが良い。

缶詰、瓶詰め類（Cans, Jars）：　味が濃いもの、煮過ぎているものが多いので調味時に注意。全体的に塩味の強いものが多いので、Unsalted（無塩）のものを選び、後から塩を加えるようにすると良い。

卵（Eggs）：　箱を開いて割れていないかどうか確かめた方が良い。GradeAやAA（卵黄や卵白が充分に盛り上がり、あまり広がりがないものが良質な卵）が一般的。Egg Land社製の卵（EB）は卵の殻が洗浄処理されている。日本流の生卵は地鶏の化学飼料を使っていない卵にする。米国の卵には、「梱包日」を表す数字が表示されています。001が1月1日、数字は元旦から何日目かを表示しています。12月31日が365（又は366）。

水（Water）：　お茶、紅茶、コーヒーなどの香りを充分楽しむためには、ミネラルウォーターを使ってみるのも良い。

牛乳（Milk）：　Vitamin D、Lowfat Milk（低脂肪乳）、Fat Free（脱脂乳）、Buttermilk（魚介の臭みとりや料理のソースに）、Soy Milk（豆乳）といった種類がある。そのまま飲むのには、Vitamin Dタイプが日本のものに近い。

オーブンの使用について

備え付けのオーブンは、電気のオーブンが多いと思います。ガスのようには速く熱くならないので、あらかじめ

野菜・くだもの

日本の物とは見た目が少し違う野菜

- Egg Plant（ナス）：大きさや色は大きい物、小さい物、白い物とあるが味、料理方法はほとんど日本と同じ。
- Hard Squash（ハードスクワッシュ）：色や形は色々あるが、この種類の中から選べる。現在は「Kabocha」とシールの貼ってある物がある。

漬物に使える菜

（塩揉みをしてだしの素を少量混ぜれば浅漬けの出来上がり）

- KALE（ケール）：葉キャベツの仲間。多少苦味があるが塩で揉むとなくなる。アメリカではよく野菜ジュースに使われる。
- Collard Green（カラードグリーン）：フダンソウに良く似ている。
- Turnip Green（ターニップグリーン）：カブの葉
- Mastard Green（マスタードグリーン）：からし菜

ジャガイモの種類

- Idaho, Russet: じゃがいもの中で最もデンプン質が多い。加熱するとふわっとした食感になるので、ベークドポテトやマッシュポテトに適している。煮込み料理には不向き。
- All-purpose, Yucon Gold, Michigan Whites: デンプン質は中くらい。いろいろな料理に利用できる。コロッケ、グラタン、粉ふきいも、肉じゃがに。
- Red Potato: デンプン質は少なく、水分が多い。煮崩れしにくいので、カレーやシチューの煮込み料理に適している。スープやローストにしてもおいしい。

りんごの種類

- Red Delicious: 赤い色。柔らかく、甘い。
- Golden Delicious: 黄色く柔らかい皮。甘くて柔らかめ。
- MacIntosh: 小ぶり。生食、アップルパイ、アップルソースに。
- Empire: やや甘めですっぱさもある。生食、アップルパイ、アップルソースに。
- Gala: 良い香りを持つ。甘くて柔らかい。生食やサラダに。
- Jonagold: 良い香りを持つ。甘くてジューシー。
- Fuji: 良い香りを持つ。ぜひ生食で。
- Granny Smith: 青い色。酸味が強い。アップルパイやサラダなどに向いている。
- Pink Lady: 酸味と甘味のバランスがとれている。生食で。

5–10分利用する温度に合わせて熱くしておきます。
　オーブンによってクセがあります。また、計器の温度表示とオーブン内の温度が一致しないことがよくあります。表示は一応の目安と考えてください。

- Broil: 上火をきかせたいとき
  （例: 焼物、グラタン、仕上げ用の色付けなど。）
- Bake: 下火をきかせたいとき
  （例: ケーキ類、蒸し物、長時間かかる物など。）

°F= (9 ÷ 5) ×℃+32 で計算できます。

212 °F = 100℃ 沸点
300 °F = 149℃
325 °F = 163℃ スポンジ台、少し高めに
350 °F = 177℃ ケーキ類
375 °F = 190℃ パン類、タルト類
400 °F = 204℃ パイ類、切り身の魚、Broilで下段
425 °F = 218℃
450 °F = 232℃

肉類

肉類の部位

- Beef（牛肉）
  - Chuck（肩ロース）
  - Rib Eye（リブロース）
  - Short Rib（骨付きカルビ）
  - Sirloin（サーロイン）
  - Tenderloin（ヒレ肉）
  - New York Strip
    （ショートロインの部位）
  - Back Ribs（バックリブ（背の部分））
  - Spare Ribs
    （スペアリブ（バックリブより下の部分））
  - Pork Belly（豚バラ肉）
- Pork（豚肉）
  - Pork Loin（豚ロース肉）
  - Tenderloin（ヒレ肉）
  - Pork Shoulder（豚肩ロース）
- Chicken（鶏肉）
  - Breast（むね肉）
  - Thigh（もも肉）
  - Tenderloin（ササミ）
  - Drumstick（骨つきすね肉）
  - Wings（手羽先）

肉類関連の表示

- Skinless（皮なし）
- Boneless（骨なし）
- Ground Meat（ひき肉）
- Grass Fed（草で飼育された）
- Cage Free
  （自由に動き回れる場所で飼育された）

お肉屋さんでは、リクエストすると薄切りにしてくれるところもあります。

- Shaved –（かなり薄い）
- Paper Thin –（日本の薄切り）

魚の名前と調理法

皮がなく、フィレ（3枚下ろし）になっているもの

- Cod（コッド・タラ）: フライ、ソテー、蒲鉾
- Whitefish（ホワイトフィッシュ）: フライ、ソテー、天ぷら
- Catfish（なまず・キャットフィッシュ）: 少々クセがあるので、しょうが汁か牛乳につけてから、調理するとよい。
- Orange Roughy（オレンジラッフィー）: 脂がのっていて美味。くずれ易いのでソテー、フライ、ミンチにして和風の料理にすると最高。

皮つきのフィレまたはステーキ用に切ってあるもの

- Salmon（サーモン・鮭）: 焼き魚、フライ、鍋物、刺身、その他。
- Perch（パーチ）: 海のものは皮が赤く、湖のものは白っぽい。味はきすに似ている。フライ、天ぷらなど。
- Bonito（ボニート・鰹）: 煮魚、焼き魚、オーブン料理、新鮮ならたたき、刺身、その他。
- Tuna（ツナ・鮪）: ステーキ、オーブン料理、鍋物刺身用は日本食料品店でさくにして売っている。
- Mahi-Mahi（マヒマヒ）: 味は沖さわらに似ている。焼き魚、ソテーなど。

姿のままで売っているもの

- Red Snapper（レッドスナッパー・鯛の類）: 刺身、オーブン料理、煮魚、焼き魚、その他。
- Sole（ソール・ひらめ）: 刺身用は日本食料品店で。
- Sea Bass（バス・すずき）: 刺身、焼き魚、オーブン料理に。
- Butterfish（バターフィッシュ・えぼ鯛）: 煮魚、焼き魚に。
- Pampano（パンパーノ・まながつお）: バター焼き、焼き魚、南蛮漬け、その他。
- Mackerel（マッカラル・鯖）: 煮魚、焼き魚、揚げ物

その他

- Trout（トラウト・ます）: 焼き魚、オーブン料理。
- Herring（ヘリング・にしん）: オーブン料理、バター焼き。
- Sardine（サーディン・いわし）: 焼き魚、フライ。
- Smelt（スメルト・わかさぎに似た魚）: 頭を取って売っている。南蛮漬け、揚げ物用に。

（季節によって店に出ている魚は変わります。）

電話

料金受信者払い通話（Collect Calls）

- 0と相手の電話番号をダイヤルすると交換手が出ます。
- “I would like to make a collect call, please.”と言い、自分の名前を伝えれば交換手が交話希望の相手と連絡を取り、相手の受諾を確認します。“Go ahead, please,（お話し下さい）”と言われてから通話を始めます。

番号案内（Directory Assistance）

- 市内番号案内係：411
- 市外番号案内係：1＋（市外局番）+555+1212
  交換手に調べたい番号の所在する市、州、相手の名前を告げる。

国際電話（International Calls）

日本への直通国際ダイヤル通話

- 011+81＋（市外局番）+（市内番号）
- 市外局番の最初の“0”は省略する。

緊急番号

- 警察、消防車、救急車：911
- 緊急時以外は地域の警察に電話します。

留守番電話（Answering Machine）

家を留守にする時のために、留守番電話を付けておくと便利です。留守番電話の録音には、犯罪防止のため、自分の名前は入れません。また、「一時帰国中です」「○月○日まで留守です」などのメッセージを入れておいてはいけません。

注意事項

- 「○○銀行の者ですが」などと称して、ソーシャル・セキュリティ番号やパスポート番号などを聞き出そうとする電話がかかってくることがあります。そうした個人情報は、簡単に他人に教えてはいけません。本来、銀行などの機関からそのような問い合わせの電話がかかってくることはありません。
- セールスの電話がかかってきた時には慎重に応答しなければなりません。不用意に“Yes”という言葉を使ってはいけません。相手の言っていることが分からなければ、“I don't understand English.”あるいは“I'm not interested in it.”などと言って断るとよいでしょう。
- 防犯上、「主人は今留守です」などの応答は避けましょう。

宅配便

よく利用されるDelivery Serviceには、以下のようなものがあります。

Federal Express（FedEx）
Tel: 1-800-254-6567
www.fedex.com/us

United Parcel Service（UPS）
Tel: 1-800-742-5877
www.ups.com

日本通運
Tel: 734-941-3000
www.nipponexpress.com

Yamato Transport U.S.A.,Inc. Detroit Branch
Tel: 734-941-6081
www.yamatoamerica.com

いろいろ豆知識

迷惑電話撃退法
勧誘の電話、Telemarketingがしつこく掛かって来て困る時は、はっきりとこれ以上かけてきて欲しくないことを相手に伝えることが必要です。“We are not interested in, please remove our information from your calling list.”又は“We have registered DO NOT CALL list.”などのように言ってすぐ電話を切ってしまうと良いでしょう。知らない相手からの電話に対応する場合、決して“My husband is not here”とか“He is on a business trip”などの必要のない情報は与えないようにします。“He can't come to the phone right now”などのように答えるのが無難です。

郵便

アメリカ国内向けの郵便サービス

Priority Mail Express

一番早い速達郵便として国内のほとんどの場所に1–2日で配達されます。

それまでに届かなければ料金が返還されます。USPSのウェブサイトusps.comで郵便物が今どこにあるかを確認できるトラッキングサービスも付いてきます。専用の封筒や箱などは郵便局で無料で入手できます。

Priority Mail

優先扱い郵便として小包や文書が米国内に3営業日以内に配達されます。重要書類やファーストクラスメールでは送れない13オンス以上の郵便物に適用されます。専用封筒や箱に入れれば米国内向けの場合、70ポンドまで送り先や重さに関係なくサイズごとの均一料金で送れます。

First Class Mail

一般的に封筒や葉書を送るときに利用します。アメリカ国内向けであれば1–3営業日以内に届きます。米国内向けの葉書の料金は40セント、封書は53セントからです。
(2021年12月現在)

その他の郵便サービス

Pickup on Demand Service（郵便物を取りに来てくれるPickupサービス）郵送料をあらかじめオンラインで払ったり、切手を貼っておいたりして、通常配達巡回の郵便局員に渡します。

Certified Mail（配達証明）

送った日時と配達日時、または配達予定日時の証明書がもらえ、配達されたかどうかを差出人がウェブサイトで確認できます。

COD（Collect on Delivery）（代金引換払い）

郵便局が配達時に送料と代金を徴収します。国際郵便では使えません。

Delivery Confirmation（配達確認）

オンラインか電話で、配達予定日時または配達日時、受取人のサインが確認できます。郵便の種類や申込み方法により料金が異なります。

Adult Signature Confirmation（受取人確認）

オンラインか電話で、配達予定日時または配達日、受取人のサインが確認できます。

Express Mail Insurance（速達郵便の保険）

100ドルまでの保証は速達郵便料に含まれています。
保証額は5,000ドルまで

Registered Mail（書留）

内容表記価格は25,000ドルまで発送の控え（Mailing Receipt）がもらえます。郵便局に配達記録が登録、管理されます。(Delivery Record)

International Mail（日本への郵便）

First Class Mail International

料金が安く送れます。葉書が1オンスまで、封書は1オンスから3.5オンスまで送れます。小包は最高で8ポンドの荷物まで送れます。日本に到着するまで1週間程度かかります。

Priority Mail International

最高66ポンドまでの封書や小包を送れます。配達にかかる日数は6–10日。専用封筒や箱を使うと均一料金で送れます。

Global Express Guarantee（GXG）

海外へ急ぎで封書や小包を送りたい場合のサービスです。USPSとFedExとの共同配達。世界190ヶ国に向けて1–3営業所日以内に届けることを保証するサービス。100ドルまでの保険料が郵送料に含まれています。ウェブでトラッキングが可能です。

Priority Mail Express International（PMEI）

最高66ポンドまでの封書や小包が送れます。配達にかかる日数は3–5営業日で日本国内では速達扱いとなります。

- 各郵便料金はオンラインで調べることができます。
- 郵便切手はシート、ロール、ブックレットがあり、郵便局、スーパーマーケットで購入できます。改訂が多いのでFoever Stampを購入すると良いです。
- 一軒家の場合、差し出す郵便物を自宅の郵便受けに入れて旗を立てておくと、配達人が持って行ってくれます。
- 留守にするとき、配達を止めたい場合は、郵便局にある専用用紙に記入して提出します。オンラインでもできます。（30日間以内）用紙の支持により指定日にまとめて配達されるか、郵便局に取りに行きます。
- 住所変更の場合は、郵便局にある専用用紙で手続きすると、1年間新住所へ転送されます。オンラインでもできます。

郵便に関する問い合わせ：
USPS（United States Postal Service）
アメリカ合衆国郵政公社
www.usps.com

マナーとエチケット

パーティ

招待状を受け取ったらできるだけ早く出欠の返事を出します。“R.S.V.P.（Réondez S'il Vous Plait: フランス語でPlease Reply）では、“返事を下さい”という意味です。“Regrets Only”と書いてある場合は、欠席の返事のみをすればよいです。近頃では招待状がE-mailで送信されます。メールを開くと、主催者によってそれぞれ工夫された招待状になっています。

- パーティーは普通大人だけを対象にしています。子供はベビーシッターに預ける方が好ましく、子供を連れて行く場合は事前に了解を得ます。
  招かれたパーティーの場合は、パーティーが終わって1–2日後にホスト、ホステスにThank Youカードを送ります。

結婚式

アメリカは多様な人種、民族、宗教が混在しており、一口に結婚式といっても伝統や習慣、エチケットやマナーなどが異なります。ここでは、一般的な結婚式を中心に簡単に説明します。

招待状

結婚式の招待は、通常招待状（Invitation Card）で行います。招待状には、日時、場所などの詳細を印刷した紙と、出席、欠席を返信するための封筒とカードが入っていますが、最近では招待状にメールアドレスが記載されているので主催者に返信してください。RSVPは必ず出席の有無を返信しなければならないという意味です。

お祝い

人種間でお祝いの形式も違いますが、一般的には金銭を贈ることはしません。

近年ではブライダル・レジスト（Wedding Registry）を利用するのが一般的になっています。

これは新郎新婦が欲しいものリスト（Wish List）を作成しています。多くの店ではGift Registry（ギフト・レジストリ）のシステムを導入しているので、お祝いをあげる人の名前、住所、式の日付で検索し、あらかじめ新郎新婦が登録していた商品の中から、予算に見合った物を選択し購入、指定された住所に送付する合理的なシステムです。

ブライダル・シャワー（Bridal Shower）

これは、家族や友人、同僚達が花嫁となる人を祝福するパーティです。参加者は基本的には女性だけで行われます。結婚式の数ヶ月前から開催されます

このアレンジをするのはブライズ・メイド（花嫁の姉妹や友人など）です。パーティーの内容は様々で思考を凝らした内容となってます。

バチェラーズ・パーティ（Bachelor's Party）

新郎の親しい友人達が、新郎の独身時代最後の日を一緒に過ごそうと云うもので、大抵は男性の親友がこのパーティを仕切ります。レストランやバー、ナイトクラブなどで行うことが多く、こちらも思考を凝らしたパーティとなっています。

その他にもガールズナイト、リハーサルナイトと様々なパーティが開催されます。

結婚式の付き添い人

アメリカでの付き添い人の名称と役割は以下の通りです。

ベスト・マン（Best Man）

新郎のアシスタントとして、そして婚姻の証人として新郎をサポートします。ベストマンの最も大切な役目は、婚姻証明書と指輪を持って行くことです。

メイド・オブ・オナー（Maid of Honor）

花嫁のアシスタントとして、婚姻の証人として、新婦をサポートします。

結婚式の時も花嫁に付き添い、ブーケを持ったり、ベールやドレスの裾を整えたりします。

ブライズ・メイド（Bride's Maid）

ブライダルシャワーのアレンジなど、挙式の前から全てサポートします。たいてい、一人から複数います。

ベビーシャワー

生まれてくる赤ちゃんにお祝いをシャワーのようにプレゼントする意味で行われます。

妊婦の親戚や友人の主催で、出産の1–2ヶ月前に開催されます。多くは女性のみで開催されますが、パートナーの男性も出席することがあります。

お祝いは会場に持参し、その場で開けて披露する場合が多いようです。ウェディングギフトと同じようにベビーレジストリー（Baby Registry）をしている方には、予め希望されている物の中から選ぶのも良いでしょう。

お見舞い

- 病院へ行く場合は、前もって面会時間を確認しておきます。
- 病院へ行く際は、連れて行ける子供の年齢に制限がある場合があるので、あらかじめ病院に確認しておいた方が良いでしょう。
- 見舞い客の人数にも制限があり、通常は一度に2–3人です。
- アメリカでは見舞い品として菓子類、果物は持参しません。どうしても持参する場合には、医師、看護師の許可が必要です。多くの場合は、花をおくりますが、メッセージカードを添え持参するか、花屋より届けてもらいます。切花、鉢植えどちらでもOKです。

お葬式

知り合いやその家族にご不幸があった場合

- 宗教により、お葬式に関するしきたりは様々です。相手に失礼にならないよう、亡くなった方の宗教を、共通の友人や会社の方に確認してから、行動することをお勧めします。
- 通夜（Wake または Viewing）：宗教によって方法、時間、呼び方も異なります。一般に葬儀屋（Funeral Home）で行われます。ユダヤ教の場合はありません。
- 葬儀（Funeral）：亡くなった方の教会または葬儀屋（Funeral Home）で行われます。
- 服装：日本のように定まった喪服というものはありません。友人という立場なら男性はスーツ（ビジネススーツ）、女性はやや控えめなワンピースかスーツ（パンツスーツでもOK）で構いません。
- お悔やみ状（Sympathy Card）：市販されているものを購入し、自宅に送ると良いでしょう。なお、十字架のついたものはキリスト教、Star of David または Jewish Star と呼ばれる三角を二つ組み合わせたような形の星のマークのついたものは、ユダヤ教のものです。亡くなった方の宗教がわからない場合は、相手に失礼にならないよう、どの宗教にも使えるものを選びましょう。

- 香典: 日本のように香典を包んで持っていくということはしません。
- お悔やみのお花: 献花したい場合は花屋にコンタクトし、葬儀の日時、故人の名前、葬儀場の名前、住所、電話番号を連絡すれば予算に応じた花を届けてもらえます。近くの花屋に心当たりがない場合は、葬儀場に連絡すれば紹介してもらえます（支払いはクレジットカード）。ユダヤ教の方には、お花を贈ってはいけません。
- 寄付（Donation）: 死亡のお知らせの中に、故人が生前から寄付集めに協力していた団体や、故人の病気に関係する団体への寄付をお願いしている場合もあります。これに答えて寄付をすると団体より遺族に名前が通知され、遺族からの礼状が届きます。

なお、遺体の墓地への移動は車で行われますが、この際アメリカ独特のルールがあります。

- 霊柩車を先頭に墓地に移動しますが、この際、葬儀に参列する方の車はルーフに旗を立てヘッドライトを点灯させて進みます。
- 最後尾の車両には通常2本の旗が立っています。この葬儀の車輌が進行中は、他の車はこの列へ割り込んではいけません。また、先頭車両が交差点を横切った場合はたとえ信号が赤に変わっても葬儀に関係する車両はそのまま進行できます（旗を立て、ライトを点灯している場合）。

基本的マナーと常識

- 混雑したところで自分が先に進みたい時は、「失礼します」“Excuse Me”と一声かけてから、先に進みます。
- 食事中に席を立たなくてはならない時、食事中にゲップやしゃっくりが出てしまった時には「失礼します」“Excuse Me”を忘れずに。
- ドアを閉める際に続く人がいる場合は、手で押さえておきましょう。また、エレベーターに乗る時やおりる時、後に続く方がいる場合は、ドアをおさえておきます。
- 郵便局や公共施設などでの順番待ちは一列に並びます。
- エスカレーターでは、止まって乗っている人は右側に立ち、急ぐ人のために左側は空けておきます。
- エレベーターの乗り降りの際など、レディーファーストをお忘れなく。お年寄り、妊婦、小さな子供連れは常に優先しましょう。「どうぞお先に」“After You”と一言かけるのも良いでしょう。
- 個人宅では使用中以外は常にトイレのドアは開けておきます。
- レストラン、図書館等の場所で子供が騒いだら、静かになるまで外に出ます。
- クリスマスは、キリスト教のホリデーです。他の宗教を信仰している方にクリスマスカードを送るのは失礼なことです。相手の宗教がわからない時は、宗教に関係のないホリデーカード（Season's Greetings）を送りましょう。

いろいろ豆知識

高校生のパーティー

- **プロム**
  Student Council（生徒会）主催で高校卒業前に行われるシニア対象のダンスパーティーです。卒業式前の5月中旬にあり、カップルのどちらかがシニアであれば出席できます。女性はイブニングドレス、男性はタキシードの正装で出席します。
- **オープンハウス（グラデュエーションパーティー）**
  5、6月ごろ卒業生の家で行われるカジュアルな卒業記念パーティーです。
- **ホームカミング**
  フットボールシーズン初め頃に行われるダンスパーティーです。プロムよりはカジュアルですが、女性はドレス、男性はスーツが多いです。

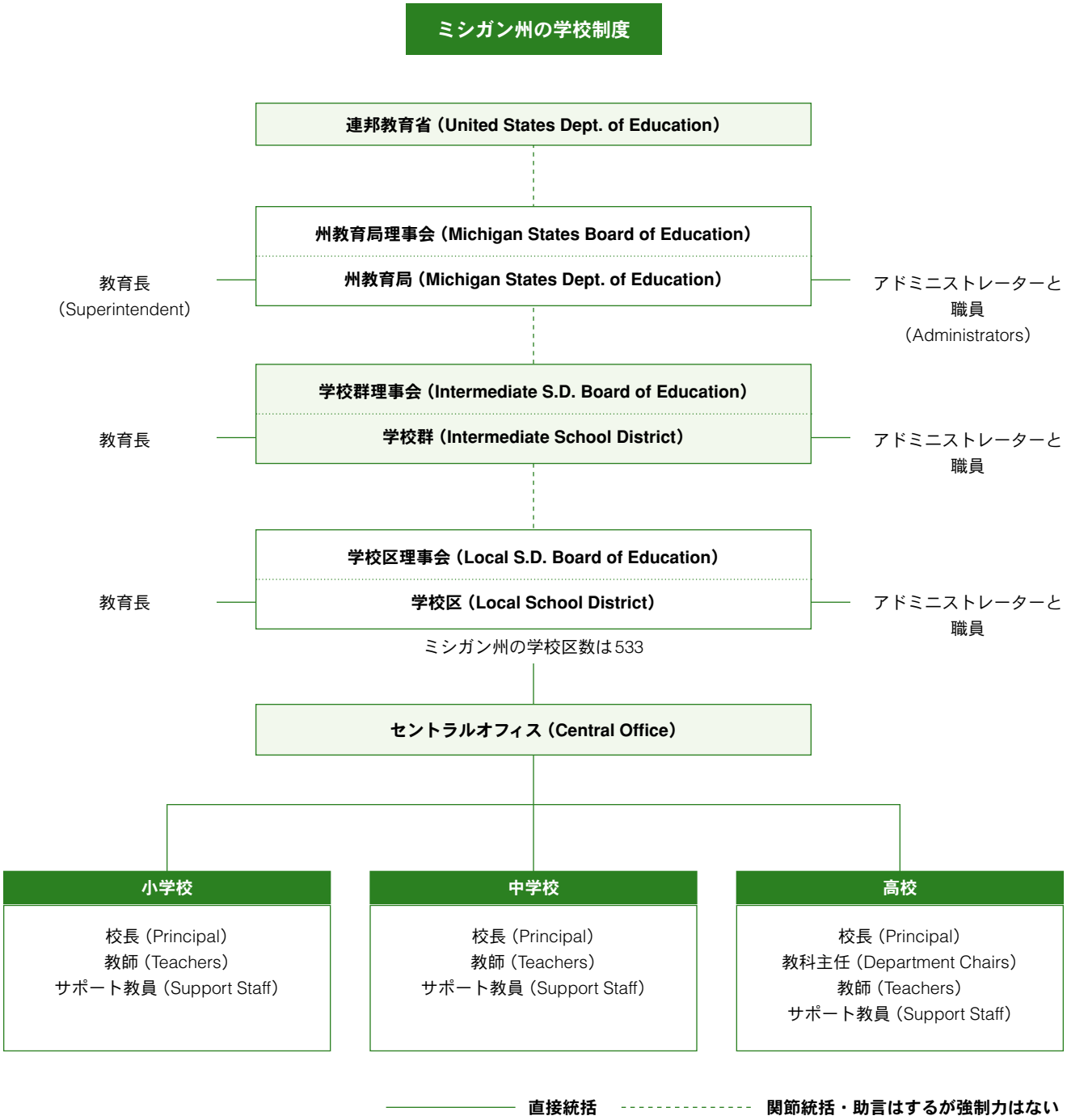
教育

教育

アメリカでは全米統一の教育制度はなく、公立学校の運営は所在する州政府と各地方自治体に委ねられています。現地校についての概要は、デトロイト補習授業校ホームページ内「現地教育情報」www.jsd.orgにも掲載していますので、参考にしてください。

教育組織

ミシガン州には、83の郡（County）があります。郡の中には、主に通常の学校区があります。ミシガン州の学校区の総数はおよそ500程度です。1つの郡または、いくつかの郡を併合して学校郡ISD（Intermediate School District）が構成されています。ミシガン州には、57のISDがあります。



ミシガン州では、教育費の約半分は学校区内の住民の税金で賄われています。学校区内に在住する児童生徒のキンダー（日本の幼稚園年長に相当する）から12年生までの公立教育は無料ですが、学校区外からの通学者は、高額の授業料を課されることもあります。デトロイトりんご会補習授業校の生徒の多くは、オークランド郡（Oakland County）に居住しています。

学校概要

学年の決定

ミシガン州の学校の一年は、9月のLabor Day後に始まり、6月中旬頃に終了します。（一部例外あり）

学年は、通常誕生日によって決められます。学年を決めるにあたって、生徒の学力や社会的成熟度が考慮されることもあります。保護者は学年の決定に関して、校長やカウンセラーに相談することもでき融通がききます。

学年の区分

K-12（幼稚園から12年生まで）の学年の区分は、学校区によって異なる場合があります。（下表参照）

学校区分の一例

小学校	中学校	高校
K–5（Elementary）	6–8（Middle School）	9–12（High School）

就学の流れ

就学以前

デイケア・プリスクール（Daycare/Preschool）

子どもが2才以上5才未満の場合、Day Care/Pre Schoolに通うことができます。これらは、日本の幼稚園、保育園に相当するもので、Kindergartenに入る準備となるような、ある程度の教育と社会経験を得ます。週2日から5日の半日コース、全日コースなど園によってさまざまなスケジュールの選択があります。

チャイルドケアセンター（Child Care Center）

チャイルドケアセンターとは一種のベビーシッター機関で、時間単位で子供を預けることができます。企業、学校、スポーツクラブなどの施設に付随していることもあります。

ベビーシッター（Baby Sitter）

- ベビーシッターは、専門の人を雇うこともできるし、近所の高校生などにアルバイトを頼むこともできます。子供だけを家に残して外出してはいけません。ミシガン州には、家に残しておいてはいけない子供の年令基準を定めた法律はありませんが、一般的に12才未満の子供を家に残して外出する時にはベビーシッターをつけます。子供だけにしておいた場合、子供の安全を脅かしたとして親の責任が問われることもあります。
- プリスクールやデイケアセンター、専門のベビーシッターの情報は、Yellow Pagesなどのウェブサイトに載っています。資料だけを請求することもできるし、予約をとって実際に施設を見学することもできます。施設や機関によって色々と特色があるので、まずは見学することをお勧めします。（プリスクールやデイケアセンターの情報は、地域の図書館・市役所にパンフレットが置いてある場合もあります。）

初等教育

幼稚園（Kindergarten）/小学校（Elementary School）

ミシガン州の法律では、6才から16才までが義務教育ですが、ほとんど全ての子どもは、5才になると9月から公立学校に入ります。Kindergartenは日本の幼稚園とは違い、公立学校の第一段階、最初の学年です。スクールバスにも無料で乗れます。Kindergartenでは、子供たちが学校に適応して、集団の中での協調性を身につけることを主目的とし、国語、算数、その他の科目の準備段階となるようなことを指導しています。Elementary Schoolは、基本的に年齢別に学年が決められています。音楽、美術、体育などは、たいてい別の教室へ行きますが、それ以外は同じ教室で、担任の先生と一緒に過ごします。

スクールバス利用区域の児童はスクールバスを利用し、そのほかの児童は徒歩か保護者の送迎により登下校します。

図書室は、LibraryまたはMedia Centerと呼ばれます。またRecessと呼ばれる昼の休憩時間があり天気の良い日は屋外で、悪い日は屋内で過ごします。

中等教育

中学校（Middle School）/高等学校（High School）

授業は必須科目と選択科目からなり、科目毎に教師と教育が変わるため、毎時間同じクラスメイトと一緒に同じ教室にいるということはありません。中学校、高校では、生徒

はカウンセラーの助言をもとに自分の学ぶコースを決定します。また、カウンセラーに個人的な問題、進路、就職、大学進学に関するアドバイスも受けることもできます。その他、個人的・社会的な問題を抱えている場合には、専門機関を紹介してもらうこともできます。

成人教育

成人基礎教育（Adult Basic Education ABE）

アメリカでは教育の機会が、生涯を通じて万人に与えられています。仕事を持った成人や既に退職した人など様々な人々が、高校教育を修了するため、または技術を向上させるために、といった目的をもって教育を受けています。

成人教育（ABE）は、校区の教育委員会が企画するプログラムで、学校や公民館（Community Center）など、地域の公共施設を利用して行われます。費用はたいてい無料です。

第二言語としての英語、例えば、ELD（English Language Development）は、このプログラムの一つで、英語を母語としない人々を対象にした英語のクラスです。ELD以外にもさまざまなプログラムがあり、個々のニーズに応じてクラスに参加できます。

コミュニティ教育（Community Education）

地域で提供されているもう一つの教育プログラムです。エアロビクス、料理などの趣味のクラス、観光旅行、講演会、スポーツなどの内容もさまざまで、対象年齢も多岐にわたり、費用も手ごろです。

コミュニティ教育の情報は、各ウエブサイトへの掲載や情報誌の配布によって行われます。情報誌は登録時期に各家庭に郵送されたり、公民館や市役所（City Hall/Township Hall）、商工会議所（Chamber of Commerce）、図書館でも入手できます。

ELDプログラム（English Language Development）

ELDプログラムとは、英語を母国語としない人々に英語を教え、英語社会への適応を促進するプログラムです。バイリンガル教育とは、子供の母語を使って学校生活への適応や強化を重視するプログラムです。

1974年サンフランシスコで1800人の中国人生徒の教育の機会平等のための訴訟が契機となって多くの国で実施されるようになりました。

ミシガン州では1996年末までは一校区に英語以外の同一言語を母国語とする生徒が20人以上いる場合はバイリンガル教育を実施することが立法化されていましたが、その後の法案改正により、「義務づけ」教育から「選択」教育へと修正され、これによりバイリンガル教育を行うか否かの決定は、各学校区及び各学校に委ねられることになりました。従って、バイリンガル教育に対する実際の対応の仕方は、各学校区、各学校の状況によって多種多様です。

ELDプログラムについては該当の生徒が多い学校、学校区では、専任のELD教師が常駐し、専用の教室を用意している場合もありますが、そうでない学校、学校区では、必要に応じて学区全体を担当するELD教師が各学校を巡回して授業をしたり、ELDクラスのある学校へ生徒をスクールバスで送迎して授業を受けさせます。

ELDの先生は、良い相談相手となり、他の教科の先生方との橋渡し役をしてくださることが多いので、カウンセラー、担任の先生と同様、日頃から連絡を密にしておくことが大切です。

学校の生活

転入学手続き（Enrollment）

手続き方法は、学校に出向いて行う場合とWEB上で登録する場合があります。学校に出向く場合は、事前に予約を取ります。

提出書類

- パスポートなど出生を証明するもの
- アパートや家の契約書、公共料金請求書など住所を証明するもの
- 予防接種の記録（英文）
- 高校への転入の場合は、中学3年生からの成績証明書

学校に登録する情報

（学校区によってウェブ登録の場合もある）

- 生徒登録カード
- 健康調査書：予防接種の年月日、病歴、健康状態などを記入する。
- 緊急連絡カード：保護者の住所、氏名、電話番号、勤務先及び保護者不在時の連絡先などを記入する。

出欠届（Attendance）

欠席（Absences）

欠席の場合は学校に連絡します。受付時間を指定している学校や、24時間留守番電話になっている学校もあります。

近年ではウエブサイトにて入力できます。旅行など、あらかじめわかっている場合もは事前に連絡します。必要に応じて担任に連絡することもあります。長期連続で欠席すると除籍になる場合があるので必ず届を提出しましょう。
原則として次の場合は、欠席が認められます。

- 本人または家族が病気の時
- 家族が死亡した時
- 病院、歯科医などの予約がある時
- 宗教上の休日
- 家族旅行
- 学校外の活動参加

無断欠席（Unexcused Absences）

保護者の連絡なしに学校を休んだ場合、許可なしに学校を離れた場合、定められたクラスに出席しなかった場合は、無断欠席となります。無断欠席の場合は、当日必ず学校から連絡が入りますので、折り返し理由を連絡しましょう。

遅刻と早退（Tardiness and Early Dismissal）

始業時刻後に登校した場合は、教室に行く前にオフィスに届け出ます。中学、高校の場合は、オフィスで許可証をもらい、教科の先生に提出します。終業時刻前に下校する場合は、保護者が必ずオフィスまで迎えに行きます。保護者の付き添いなしに学校から出ることはできません。再び学校に戻る場合も、教室に行く前にオフィスに寄り学校に戻ったことを伝えます。いずれの場合も、あらかじめわかっている場合は事前に届け出ます。

病気と投薬

多くの学校には保健室はありません。学校で具合が悪くなったり、怪我をしたような場合も、学校では原則として手当はせず帰宅させます。保護者に連絡があるので迎えに行きます。保護者が不在の場合は、緊急連絡カードに記載された連絡先に連絡が入ります。風邪や呼吸器系の病気など他の生徒にうつす可能性がある場合は、保護者の判断で休ませます。学校での投薬には、医師の指示書または、正規の文書による許可証が必要です。生徒が勝手に薬を飲んではいけません。

教科目

就学以前

カリキュラムは、各学校で多少異なりますが、先生を囲んで歌を歌ったり本を読んでもらったりするGroup Time、自分の興味のあるコーナーで友達と遊ぶFree Play、図工などのWork Time、Outdoor Timeと呼ばれる30分程度の外遊び、おやつ（Lunch、Snack）などに分かれていることが多いようです。またScienceやコンピューターなどを組み込んでいるところもあります。

小学校

教科の内容は学校区・学校・担任の教師によって大きく異なり、使用される教科書も様々です。基本的に次のような科目は、ほとんどの学校で教えられています。

電話での連絡（by Telephone）会話例

小学校の場合は、子供の名前、クラスルームナンバー、または担任の先生の名前、欠席、遅刻、早退の理由等を告げます。中学校、高校の場合はクラスルームナンバー、担任の先生の名前の代わりに、生徒番号または学年を告げます。

欠席（Absence）

- My son/daughter,（子どもの名前）, can not go to school today because（理由）.
- His/Her number is（クラス番号、生徒番号）.
  または、His/Her teacher is Ms./Mr.（先生の名前）.
- （子どもの名前）is going to be absent today because（理由）
  His/Her number is（クラス番号、生徒番号）.
  または、His/Her teacher is Ms./Mr.（先生の名前）.

留守番電話に録音する場合

- Hello,（子どもの名前）can not come to school on（日付）
  Because（理由）.
- His/Her number is（クラス番号、生徒番号）.
  または、His /Her teacher is Ms./Mr.（先生の名前）.

遅刻（Tardiness）

- （子どもの名前）will be late for school this morning because（理由）His/Her number is（クラス番号、生徒番号）.
  または、His/Her teacher is Ms./Mr.（先生の名前）.

早退（Early Dismissal）

- I will pick up my son/daughter at（時間）because（理由）.
  His/Her number is（クラス番号、生徒番号）.
  または、His/Her teacher is Ms./Mr.（先生の名前）.

必須科目

- 国語（English, Reading, Spelling）
- 算数（Math）
- 社会（Social Study）
- 理科（Science）
- 体育（Gym, P.E.）
- 図工（Art）
- 音楽（Music）

学校によっては、コンピューターや外国語などの授業も取り入れています。また、中上級学年では、吹奏楽やオーケストラなどの活動が行われているところもあります。

中学校

ミシガン州の中学校では必須科目として次の5科目が教えられています。

必須科目

- 国語（English, Language Art, Reading, etc.）
- 算数（Math, Algebra）
- 理科（Science）
- 社会
  （World Cultures, American Studies, American History etc.）
- 体育（Physical Education）

その他、選択科目として、次の様な科目があります。

選択科目

- 音楽（Orchestra, Band, Choir, etc.）
- 家庭科（Home Economics）
- 技術（Industrial Arts）
- 美術（Art）
- コンピューター（Computer）
- 保健（Health）
- 外国語（French, German, Spanish, etc.）

高校

高校を卒業するためには、決められた単位数を取得しなければなりません。毎日1時間ずつ、1学期間履修すると1/2単位になります。高校によって卒業に必要な科目や単位数が異なります。また、大学によっても入学に必要な科目、単位数が異なります。

生徒はカウンセラーと相談して、必須科目と選択科目を組み合わせた自分の時間割を作ります。

必須科目

- 国語（English, Literature, Composition, etc.）
- 算数（Algebra, Geometry, Calculus, etc.）
- 社会
  （Geography, U.S. History, American Government etc.）
- 理科（Biology, Chemistry, Physics, etc.）
- 体育（Physical Education/Gym）

選択科目

- 外国語（Foreign Language）
- 家庭科（Life Management）
- ビジネス（Typing, Merchandising, etc.）
- 演劇（Dramatic Arts）
- 技術（Architectural Drafting, Engineering, etc.）
- 音楽（Orchestra, Band, Jazz, etc.）
- 美術（Graphic, Design, Ceramics, Jewelry, etc.）

Community Service（図書館での本の整理、地域諸施設などでの手伝い）などの奉仕活動もクレジットの対象になります。

高校卒業および、大学入学に必要な科目と単位数（2011年卒業生より適応）

	科目	ミシガン州の推奨する高校卒業に必要な単位数	アメリカの大学入学に必要な単位数
必須科目	国語（English、Language Art）	4単位	4単位
	数学（Mathematics）	4単位	4単位
	社会（Social Studies）	3単位	3単位
	科学（Science）	3単位	2単位
	体育（Physical Education）	1単位	1単位
選択科目	外国語（Foreign Language）	2単位（2016年卒業生より）	2単位以上
	芸術（Fine/Performing Art）	1単位	–
	ボランティア活動（Volunteer Activities）	–	–

教科書・学用品（Textbooks and School Supplies）

教科書

教科書は、生徒の私物ではなく貸与されているので、損失や紛失の場合は弁償の義務があります。小学校では、教科書は、特別の指示がない限り学校に置いておきます。中学、高校では、生徒が必要に応じて持ち帰ります。

学用品

小学校では、年度初めに必要な学用品のリストが配布される場合があります。期日までに用意し、たいていは学校に置いておきます。中学校、高校の科目によっては、特別な学用品が必要な場合もあるので、先生の指示に従います。ノート、鉛筆、消しゴムなどは自分のものを用意しても良いでしょう。

服装

服装は原則的に自由です。気候に合った動きやすい服装なら問題ありません。学校によっては、肌の露出の多い服装を禁じるルール（服装規定＝Dress Code）が示されることもあります。

基本的に、校舎内は登校時の靴のままで過ごし、体育の時間にも着替えません。ふだんから運動しやすい服装や靴等で登校しましょう。

交通手段（Transportation）

スクールバスの利用できる区域は学校ごとに決まっています。区域外の生徒は、徒歩または、保護者が送り迎えをします。自転車通学が認められている学校もあり、高校の場合、運転免許取得者に自動車での通学を認めている学校もあります。

ランチ（Lunch）

ランチはカフェテリアで食べます。収容人数の関係から、たいていの学校では、全校生徒を2つから3つのグループに分けて時間をずらしています。小学校では、学年やクラス単位で分けています。

お弁当を持って行くか、学校で購入できます。購入の仕方は学校によって異なります。

ボランティア（Parent Volunteers）

アメリカの学校では、多くの父母が日常的にボランティア活動をしています。活動内容もさまざまで、たくさんの種類の仕事があります。たいていの学校では、年度始めに募集の用紙を配るので、自分に合った仕事を選んで応募することも可能です。

PTO/PTA

日本では、PTAと呼ばれていますが、ミシガンには、PTOとPTAの2つの組織があり、各学校はそのどちらかに属しています。PTAは全国的な組織で、PTOは学校独自の組織です。どちらの場合も保護者の加入は自由で、ふつうは、年度始めに会員を募集します。

- クラス委員（Room Parent）：教室内での先生の手助けが主な仕事です。その他、クラスでのパーティーの手伝いや遠足の付き添いなどをする場合もあります。
- 電話連絡（Phone-Tree）：学校によっては必要に応じて、クラスの各家庭に電話連絡をします。クラス委員が担当する学校もあります。
- 図書室の手伝い：図書室で、本や図書カードの整理をします。
- 付き添い（Chaperon）：小学校の遠足の付き添いや、中学校、高校のダンスパーティーなどの監督をします。
- その他
  – ベークセールやブックセールのときの販売係
  – 遠足のときの運転手
  – 日本の文化の紹介など

ボランティア活動は、学校や先生、他の子供たち、学校での自分の子供の様子などを身近に把握できる良い機会です。母親だけでなく、父親も多く参加しています。

大学入学に向けて

大学入学に必要な科目、単位数、必修テストは、大学によって異なる場合があります。また多くの大学が、学業成績だけではなく、課外活動や地域奉仕活動を評価の対象にしています。必要な手続きに関しては、カウンセラーに早めに相談しましょう。

大学入試のためのテスト

PLAN:
対象学年・テスト日：10年・10月
詳細：ACTの予備テスト
科目：English, Reading, Math, Science（各32点）

PSAT（Preliminary Scholastic Aptitude Test）:
対象学年・テスト日：11年生・10月
詳細：SATの予備テスト
科目：Critical Reading, Writing Skills, Math（各80点）

ACT（American College Test）:
対象学年・テスト日：11年生・春、12年生・秋
詳細：ミシガン州のほとんどの大学の入学必修テスト
科目：English, Reading, Math, Science（各36点）

SAT（Scholastic Aptitude Test）:
対象学年・テスト日：11年生・春、12年生・秋
詳細：全米20,000の大学に適応される大学進学適性試験
科目：Critical Reading、Writing, Math（各800点）

SAT Ⅱ:
対象学年・テスト日：11年生・春、12年生・秋
詳細：1994年に改められた Achievement Testの新しい名称で、それぞれの教科の達成度を計るもの。 合計3教科まで受けられる。
科目：アメリカ史と社会（American History & Social Studies）、作文（Writing）、文学（Literature）、数学I（Math Level I）、数学2C（Math Level II）、生物（Biology）、化学（Chemistry）、物理（Physics）、世界史（World History）、フランス語（French）、ドイツ語（German）、ヘブライ語（Modern Hebrew）、ラテン語（Latin）、スペイン語（Spanish）

TOEFL（Test of English as a Foregn Language）:
詳細：英語を母国語としない人たちの英語力テスト
アメリカのほとんどの大学で外国人学生の入学審査に使用。

日常の換算表

アメリカと日本では、電源や電圧、サイズや計量の単位は まったく異なりますので、買い物時なども戸惑うことのないように現地の単位を覚えておきましょう。

温度（Temperature）

摂氏（℃）	華氏（℉）
40	104.0
35	95.0
30	86.0
25	77.0
20	68.0
15	59.0
10	50.0
5	41.0
0	32.0
-5	23.0
-10	14.0
-15	4.0

華氏・摂氏の計算方法
(9÷5) x ℃+32 = ℉
(5÷9) x (℉-32) =℃

長さ（Length）

メートル (m)	インチ (in)	フィート (ft)	ヤード (yd)	マイル (mile)
1	39.4	3.28	1.094	0.000621
0.025	1	0.083	0.028	0.0000158
0.305	12	1	0.333	0.000189
0.914	36	3	1	0.00057
1609.3	63360	5280	1760	1

重さ（Weight）

グラム（g）	キログラム(kg)	オンス（oz）	ポンド（lb）
1	0.001	0.035	0.002
1,000	1	35.247	2.205
28.3495	0.028	1	0.0625
453.59	0.454	16	1

体積（Volume）

ミリリットル (ml)	リットル (L)	クォート (qt)	米ガロン (gal)
1	0.001	0.0011	0.00026
1,000	1	1.057	0.264
946.36	0.946	1	0.25
3785.4	3.785	4	1

オーブンの温度（℃/℉）

℃	℉	℃	℉
160	320	220	428
170	338	230	446
180	356	240	464
190	374	250	482
200	392	260	500

サイズ換算表

同じサイズでもメーカーによって多少のばらつきがあるので、買い物の際には試着した方がよいでしょう。

レディーズ（シャツ、スカート、パンツなど）

女性	日本（号）	S7	M 9–11	13–15	LL17–19
	アメリカ（号）	S2–4	S6–8	M 10–12	L14–16

XS、S、M、Lで表示されている場合、日本サイズよりもワンサイズ小さいものを選んだ方が無難です。P（Petite）サイズとは、身長5'4"（162cm）以下の女性を対象としたもので、BWH のサイズは変わらず、身ごろと、スカートやパンツの丈が短めになっています。

メンズ（T シャツ、スーツ、コートなど）

男性	日本（号）	S 81–85	M 69–90	L91–95	LL96–105
	アメリカ（号）	XS34–36	S38–40	M 42	L44–46

胸囲のサイズが基準になっています。スーツは胸囲をインチで表したものに、身長S（160–171cm）、M（172–181cm）、L（182–192cm）、XL（193cm以上）が加わります。（例：35S、36M など）。

キッズ

米サイズ		2T	3T	4T
身長	インチ	34	37	40
	センチ	86.4	94	101.6
体重	ポンド	26–30	30–34	34–40
	キログラム	11.8–13.6	13.6–15.4	15.4–18.2

年齢がサイズの表示になっています。生後–2歳頃まで（Newborn/Infant）まではすぐに成長するため、実際の年齢より大きめのサイズを選ぶのが無難です。2–4歳（Toddler）以降は、身長がサイズの選びの目安になります。

靴のサイズ

女性	日本（センチ）	22.0	22.5	23.0	23.5	24.0	24.5	25.0
	アメリカ（号）	5.0	5.5	6.0	6.5	7.0	7.5	8.0

男性	日本（センチ）	24.5	25.0	25.5	26.0	26.5
	アメリカ（号）	6.5	7.0	8.0	9.0	9.5

Wind Chill Table（体感換算）

Degrees（℉）																
–	35	30	25	20	15	10	5	0	-5	-10	-15	-20	-25	-30	-35	-40
風速（マイル・時）																
0	35	30	25	20	15	10	5	0	-5	-10	-15	-20	-25	-30	-35	-40
5	33	27	21	16	12	7	1	-6	-11	-15	-20	-26	-31	-35	-41	-47
10	21	16	9	2	-2	-9	-15	-22	-27	-31	-38	-45	-52	-58	-64	-70
15	16	11	1	-6	-11	-18	-25	-30	-40	-45	-55	-60	-65	-70	-78	-85
20	12	3	-4	-9	-17	-24	-32	-40	-46	-52	-60	-65	-78	-81	-88	-96
25	7	0	-7	-15	-22	-29	-37	-45	-52	-58	-67	-75	-83	-89	-95	-104
30	5	-2	-11	-18	-26	-33	-41	-49	-56	-68	-70	-78	-87	-94	-101	-109
35	3	-4	-13	-20	-27	-35	-43	-52	-60	-67	-72	-83	-90	-98	-105	-113
40	1	-4	-15	-22	-29	-36	-45	-54	-62	-69	-76	-87	-94	-101	-107	-116
45	1	-6	-17	-24	-31	-38	-46	-54	-63	-70	-78	-87	-94	-101	-108	-118

中西部の冬は、Wind Chillを知ることが生活の知恵となります。ウインド・チルとは温度と風の影響力を合わせて身体の表面から失う熱量を含めた数字です。例えば、温度が25 ℉で風が時速20マイルという場合、人間が実際に感じる温度は-4 ℉になるのです。中西部の冬の生活では、毎日「今日の外の温度は何度と同時にウインド・チルは何度」を知り、体感温度で自分の行動や服装を考えると良いでしょう。ここに表を記載しますので参考にしてください。

教養・娯楽

美術館・博物館 89

歴史的建造物・有名な建物 89

劇場・コンサートホール 90

ミシガン大学の文化施設(Ann Arbor)... 90

スポーツ催し場..... 91

デトロイト近郊案内 91

郊外..... 92

その他ミシガン州内 93

州外..... 93

果物狩り(Fruit Picking) 93

スポーツ 94

趣味..... 100

ショッピング 101

年中行事 103

教養・娯楽

美術館・博物館

デトロイト美術館
DIA/Detroit Institute of Arts
5200 Woodward Ave., Detroit
Tel: 313-833-7900
www.dia.org
古くはエジプトのミイラから、ゴッホ、レンブラント、ルノアール、ムーア等世界の5000年間の美術品が100にも及ぶ展示室に飾られています。Diego Riveraの壁画「デトロイトインダストリー（Detroit Industry）」は必見です。古代エジプト美術から印象派、そして現代美術に至る優れた絵画と美術品が展示されています。2017年には日本ギャラリーもオープンされ、毎年3月には日本文化紹介の「ひな祭り」が催されます。

デトロイト博物館
Detroit Historical Museum
5401 Woodward Ave., Detroit
Tel: 313-833-1805
www.detroithistorical.org
毛皮のトレードから、自動車産業の街にまで発展したデトロイトの300年間の歴史がみられます。

モータウン歴史博物館
Motown Museum
2648 W. Grand River Blvd., Detroit
Tel: 313-875-2264
www.motownmuseum.org
モータウンサウンド誕生の場所で、ソウルミュージックのスター達がレコーディングを行ったスタジオが当時のまま残されています。現在、拡張改装工事中で、2022年夏再オープンの予定です。

チャールズ・W・ライト・アフリカ系アメリカ人歴史博物館
Charles W. Wright Museum
315 E. Warren Ave., Detroit
Tel: 313-494-5800
www.thewright.org
アフリカ系アメリカ人の歴史と文化に関する35,000点以上の資料とアート等のコレクションが展示されています。

クランブルック美術館
Cranbrook Art Museum
39221 Woodward Ave., Bloomfield Hills
Tel: 248-645-3323（Recorded）
248-645-3319（Administrative Office）
www.cranbrookart.edu/museum

クランブルック科学博物館
Cranbrook Institute of Science
39221 Woodward Ave., Bloomfield Hills
Tel: 248-645-320（0 General Information）
www.science.cranbrook.edu
クランブルック美術館、科学博物館共に、クランブルック・エデュケーショナル・コミュニティーの中にあります。プラネタリウムの設備もあり、化石など手で触れることもできます。

ミシガン科学センター
Michigan Science Center
5020 John R St., Detroit
Tel: 313-577-8400
www.mi-sci.org
IMAX、4Dシアター、プラネタリウムの他、STEM教育に沿った様々な体験参加型の展示があります。

アナーバー・ハンズ・オン 博物館
Ann Arbor Hands-On Museum
220 E. Ann St., Ann Arbor
Tel: 734-995-5439
www.aahom.org
家族で楽しめる体験参加型の科学博物館です。

インプレッション5科学博物館
Impression 5 Science Center
200 Museum Dr., Lansing
www.impression5.org
家族で楽しめる体験参加型の科学博物館です。

ヘンリー・フォード博物館とグリーン・フィールド・ヴィレッジ
Henry Ford Museum & Greenfield Village
フォード自動車工場見学ツアー
20900 Oakwood Blvd., Dearborn
Tel: 313-982-6001
www.thehenryford.org
自動車、家庭の電化製品などを通して、アメリカの近代化への歴史を展示した博物館。また、ヴィレッジではエジソンの家、仕事場を始めとした歴史的な家々を見学することができます。
主にHenry Fordの所蔵品、自動車、家庭電化製品を通して、アメリカの近代化への歴史を展示した博物館。又、隣接するヴィレッジではエジソンの家を始めとした歴史的な文化を見学することが出来ます。

ホロコースト・メモリアル・センター
Holocaust Memorial Center
28123 Orchard Lake Rd.,
Farmington Hills
Tel: 248-553-2400
www.holocaustcenter.org
第二次世界大戦中のユダヤ人虐殺に関する歴史博物館です。

歴史的建造物・有名な建物

クランブルック・ハウスと庭園
Cranbrook House & Gardens
380 Lone Pine Rd., Bloomfield Hills
Tel: 248-645-3147
www.housegardens.cranbrook.edu
1908年に建造された新聞王、ブース家の邸宅と庭園。

ヘンリー・フォード 一世の家
Henry Ford Estate FairLane
4901 Evergreen Rd., Dearborn
Tel: 313-884-4222
www.henryfordfairlane.org
フォード自動車の創始者ヘンリー・フォードと妻クララが晩年を過ごした家。友人のトーマス・エジソンと共に造った自家発電の設備が、当時のままに今でも電気を起こしています。

エドセル & エレノア・フォードの家
Edsel & Eleanor Ford House
1100 Lake Shore Rd.
Grosse Pointe Shores
Tel: 313-884-4222
www.fordhouse.org
ヘンリー・フォード（Henry Ford）の一人息子エドセルと妻のエレノアが家族と共に棲んでいた家。英国コッツウォルド地方の様式を取り入れた優美な邸宅です。

フィッシャー・マンション
Lawrence Fisher Mansion/
Bhaktivedanta Cultural Center
383 Lenox St., Detroit
Tel: 313-331-6740
www.detroit1701.org/
Lawrencefishermansion.html
www.iskcondetroit.com
FisherBodyCompanyの創始者ローレンス・フィシャーが贅を凝らして建てた邸宅。現在ではISKCON Detroit Hare Krishnaの寺院Bhaktivendanta Cuolture Centerとなり、一般にも公開されている。Bhaktivedanta Cultural Centerとしても知られています。

フリーア ハウス

Charles Lang Freer House
71 E. Ferry Ave., Detroit
日本の美術品収集家として有名なチャールズフリーアの住んでいた建物。彼の国宝級のコレクションはスミソニアン博物館に展示されているが、彼と日本との繋がりを知る事が出来る展示は興味深い。

メドー・ブルック・ホール
Meadow Brook Hall
(Oakland University)
480 S. Adams Rd., Rochester Hills
350 Estate Dr., Rochester Hills
Tel: 248-364-6200
www.meadowbrookhall.org
オークランド・ユニバーシティー内の建物は、自動車王ドッジの未亡人マチルダが建てた邸宅。当時の家具、ランプ、又、敷物もほとんどそのまま残してあり、クリスマスには、各部屋に豪華なデコレーションが飾られることで有名です。

劇場・コンサートホール

フィッシャー・シアター
Fisher Theatre
The Fisher Building
3011 W. Grand Blvd., Detroit
Tel: 313-872-1000
www.broadwayindetroit.com
世界的に有名なエンターテイナーがやって来ます。また、ミュージカルもたびたび上演されます。1961年に改装された豪華な劇場で、主にブロードウェイミュージカルを上演しています。

フォックス・シアター
Fox Theatre
2211 Woodward Ave., Detroit
Tel: 313-471-3200 (General Information)
313-471-6611
www.foxtheatredetroit.net
1920年代に映画館としてオープンした当時のままに最近改装されました。世界的に有名なエンターテイナーがやって来ます。1920年代の映画館のまま改装された有名な劇場で、有名なエンターテイナーの公演やミュージカルを上演しています。

オペラ・ハウス
Detroit Opera House
1526 Broadway, Detroit
Tel: 313-961-3500 (Administration Office)
313-237-7464 (Box Office)
www.michiganopera.org
ミッドウエスト最大のステージと2700の客席を持つ豪華な劇場で、ミシガンオペラの本拠地です。

オーケストラ・ホール
Orchestra Hall
(Detroit Symphony Orchestra)
MAX M. Fisher Music Center
3711 Woodward Ave., Detroit
Tel: 313-576-511 (1 Box Office)
www.dso.org
デトロイト・シンフォニー・オーケストラのために建てられたものですが、ホールは他にもいろいろなクラシック音楽の演奏会に使われます。

ハンティングトン・プレイス
Huntington Place
1 Washington Blvd., Detroit
Tel: 313-877-8777
www.huntingtonplacedetroit.com
700,000 Sq. ft. に及ぶコンベンション・センターでは、毎年Auto Showが開催されます。また、年間を通じてDog Show、Boat Showなどさまざまなイベントが行われます。

メソニック・テンプル
Masonic Temple Theater
500 Temple Ave., Detroit
Tel: 313-832-7100
313-638-2724 (Box Office)
www.themasonic.com
コンサート、オペラ、バレエ、ミュージカル等の公演があります。

メドウ・ブルック・ミュージック・フェスティバル
Meadow Brook Music Festival
メドウブルック野外音楽堂
Meadow Brook Amphitheater
(Oakland University内)
160 Festival Dr., Rochester Hills
Tel: 313-471-7000
www.313presents.com
デトロイトシンフォニーの夏の本拠地。椅子席又は芝生の上で、クラシックからポップスまで星空の下で屋外のコンサートを楽しむことができます。

DTE エナジー・ミュージック・シアター
DTE Energy Music Theater
(旧 Pine Knob Music Theater)
7774 Sashabaw Rd., Clarkston
33 Bob Seger Dr., Clarkston
Tel: 313-471-7000
夏の間だけの野外コンサート場です。毎年4月になるとシーズン・スケジュールが発表され、チケットの販売が始まります。夕焼けの中でのコンサートは格別なものがあります。

ミシガン大学の文化施設 (Ann Arbor)

– ヒル・オーディトリアム
Hill Auditorium
825 N. University Ave., Ann Arbor
– ラクハム・オーディトリアム
Rackham Auditorium
915 E. Washington St., Ann Arbor
– パワー・センター
Power Center
121 Fletcher St., Ann Arbor
Tel: 734-763-3333
https://smtd.umich.edu
オーディトリアム・ホールでは著名な演奏家、バレーダンサー、俳優などによるコンサートやパフォーマンスが行われます。

チケット購入:
University Musical Society
Burton Memorial Tower
881 N. University Ave., Ann Arbor
Tel: 734-764-2538
https://ums.org

又、ミシガン大学の日本語研究センター主催の「日本映画観賞会」(無料) が年2回のシリーズで、毎週金曜日午後7時より行われます。場所は大学内のオーディトリアムですが、定まっていません。

スポーツ催し場

リトル・シーザーズ・アリーナ
Little Caesars Arena
2645 Woodward Ave., Detroit
Tel: 313-471-7000
www.313presents.com
2017年に新築された最新技術を持つ競技場。レッドウィングス（アイスホッケー）、ピストンズ（バスケットボール）のホームスタジアムです。その他、コンサートや様々な公演が催されます。

フォードフィールド
Ford Field
2000 Brush St., Detroit
Tel: 313-262-2000
www.fordfield.com
アメリカン・フットボール“デトロイト・ライオンズ”のホームスタジアムです。

コメリカパーク
Comerica Park
2100 Woodward Ave., Detroit
Tel: 313-962-4000
https://www.mlb.com/tigers
デトロイト タイガースの野球場。2000年に新しく修復されました。

チケット購入（各種）:
チケットマスター（TICKET MASTER）
Tel: 800-745-3000
www.ticketmaster.com

デトロイト・グランプリ
Detroit Grand Prix
Bell Isle 又はデトロイトダウンタウン
www.detroitgp.com
Tel: 866-464-PRIX（チケット購入）
全米インディカーレースの一つ。

エアーショー
Air Show
– Traverse City Cherry Festival Air Show（7月上旬）
521 S. Union St., Traverse City
Tel: 231-947-4230
www.cherryfestival.org
Traverse City Cherry Festivalの期間中に開催されるエアーショーです。

– Thunder over Michigan（7–8月頃）
Ypsilanti Willow Run Airport
47884 D St., Belleville
www.yankeeairmuseum.org
スリル溢れるエアーショーは迫力があり、特にBlue Angelesのアクロバット飛行は見ごたえがあります。様々な航空機や戦車の展示もあります。
– Traverse City: 7月上旬
– Thunder over Michigan: 8月頃
（日程変更有）
Ypsilanti Willow Run Airportにて開催される航空ショー。様々な航空機や戦車の展示の他、実際に中に入ったりもできます。中には個人持ちの機体を展示する人も。ショーの途中では地上と空中における実戦さながらの大迫力の模擬戦も開催。そして、極めつけは2年に一度Blue Angelsの華麗なアクロバットショー。見逃せません。

ナスカー・レース
NASCAR Race（8月頃）
Michigan International Speedway
12626 US-12, Brooklyn
www.mispeedway.com
毎年夏にNASCAR400や250の熱気あふれるレースが開催されます。

Pure Michigan 400 NASCAR
毎年夏頃Michigan International Speedwayにて行われる迫力のスピードレース。超高速の車とモーター音、車好きにはたまらないレースです。

ウッドワード・ドリーム・クルーズ
Woodward Dream Cruise
Woodward Avenue全線
www.woodwarddreamcruise.com
毎年8月第3土曜日に開催される自動車の祭典。沢山のクラシックカー、マッスルカー、スーパーカーがWoodward Ave.を行き来するのを見物して楽しめます。

チケット購入（各種）:
チケットマスター（TICKET MASTER）
Tel: 800-745-3000
www.ticketmaster.com
ほとんどの催し物のチケットは、インターネットや電話で購入できます。また、“Harmony House”や“Macy's”のTicket Master窓口で直接買うこともできます。

デトロイト近郊案内

デトロイト・ダウンタウン

- **GMルネッサンス・センターとハートプラザ**
Detroit Marriott Renaissance Center and Hart Plaza
100 Renaissance Center, Detroit
Tel: 313-567-3126
デトロイトが誇る6つのオフィスビルからなる高層ビルディング。GM本社、ショッピングアーケード、レストランもあり。ハートプラザではコンサートやフェスティバル等の催し物でも賑わう。プラザにそびえ立つ円形の彫刻は偉大なる日本の彫刻家ノグチイサムの作品です。

- **キャンパス・メイジャス・パーク**
Campus Matius Park
800 Woodward Ave., Detroit
https://downtowndetroit.org/experience-downtown/downtown-detroit-parks/campus-martius
デトロイトダウンタウンの中心にあり人々の憩いの場となっている。冬場は屋外スケートが楽しめ、クリスマスのイルミネーションも楽しめます。

- **グリークタウン**
Greektown
www.greektowndetroit.org
デトロイトのダウンタウン、ルネッサンスセンターより、3ブロック北のMonroe St.沿いにある一角でギリシャ風を模した街並にギリシャ料理のレストランや食料品店、カジノが並んでいます。

- **デトロイト・ピープル・ムーバー**
Detroit People Mover
www.thepeoplemover.com
デトロイト・ダウンタウン中を走る高架モノレールには13の駅があります。ルネッサンスセンターやグリークタウン、コボホールなど、ダウンタウンの主要な場所を通ります。

- **ピュアビック・ポッタリー**
Pewabic Pottery
10125 E. Jefferson Ave., Detroit
Tel: 313-626-2100
www.pewabic.org
現代陶器、Pewabicタイルの工房と博物館。見学や実際に作り、焼いてもらうこともできます。

ベル・アイル
Belle Isle
www.belleisleconservancy.org
デトロイトリバーに浮かぶ、長さ3.2kmの公園の島です。中には、植物園や北米最古の水族館などの施設があり、ピクニックも楽しめます。

アンバサダー・ブリッジ
Ambassador Bridge
www.ambassadorbridge.com
I-75とI-96の交差点デトロイト・リバーにかかる橋でデトロイトと対岸のカナダ、オンタリオ州ウインザーを結んでいます。どちらへ渡る場合も税関を通りToll Feeを支払います。カナダに渡るには、パスポートが必要です。

デトロイト・ウィンザー・トンネル
Detroit-Windsor Tunnel
www.dwtunnel.com
デトロイトダウンタウンから対岸のカナダ、オンタリオ州ウィンザーを結ぶ、デトロイトリバーの下を通るトンネルです。トンネルの入口でToll Feeを払い、反対側で税関を通ります。パスポートの提示が必要です。

ウィンザー
Windsor
www.citywindsor.ca
デトロイトリバーの対岸、カナダの街です。訪れるには、トンネル(Detroit-Windsor Tunnel)を抜けるか、橋(Ambassador Bridge)を渡るか、2つの方法があります。リトルイタリーとChinatownがあり、おいしい中華料理とイタリア料理が楽しめます。デトロイトリバー沿いの遊歩道やDieppe Gardenから見るデトロイトの街は美しいです。

カジノ
Casino
Windsorには Casino Caesars Windsor、Detroitには MGM Grand Detroit Casino, Motor City Casino, Greek Town Casinoがあります。WindsorにもDetroitにもカジノがあり、ギャンブルを楽しみたい方にはお勧めです。

- **Caesars Windsor Casino**
  377 Riverside Dr. E, Windsor, ON
  Tel: 800-991-7777
  www.caesars.com

- **MGM Grand Detroit Casino**
  1777 3rd Ave., Detroit
  Tel: 877-888-2121
  www.mgmgranddetroit.mgmresorts.com/en/casino.html

- **Motor City Casino**
  2901 Grand River Ave., Detroit
  Tel: 866-782-9622
  www.motorcitycasino.com

- **Greektown Casino**
  1211 Chrysler Dr., Detroit
  Tel: 313-223-2999
  www.hollywoodgreektown.com/casino

郊外

ロイヤルオーク
Royal Oak
デトロイト市の北側にあるこの町は、新旧入り交じったユニークな町です。メイン・ストリートには興味をそそるアンティークの店、エスニックレストラン、若者好みのファッションの店などが並んでいます。

ミッドタウン
Midtown Detroit
デトロイト博物館やWayne State Universityの近辺、Canfield Streetには若者に人気の洒落た店が並んでいます。

グロスポイント
Gross Pointe
デトロイトダウンタウンの東、St. Clair湖に面した高級住宅街。デトロイトの産業で財をなした実業家達の豪邸が立ち並びます。デトロイトヨットクラブもあります。

バーミンガム
Birmingham
デトロイトの北のベッドタウン。街中を歩いて見て回る事の出来るおしゃれな街です。

プリマス
Plymouth
デトロイトから西へ10マイルほどのベッドタウンのプリマスは、洒落たレストランやコーヒーショップがある落ち着いた街です。

ノースビル
Northville
デトロイト北西のベッドタウンで、手入れの行き届いた古い家並みが美しく、評判のレストランやカフェがあります。街を挙げて雰囲気作りに熱心で、ハローウィーンやクリスマスには遠くから来る人も沢山居ます。

ノバイ
Novi
デトロイトの北西のベッドタウン。日本人が多く住むエリアとして有名で、日本食レストランも多く、日本食材店がある。

リボニア
Livonia
日英バイリンガル教育を行う公立小学校があり、近年日本人住民も増えている。

デトロイト動物園
Detroit Zoological Park
8450 W. 10 Mile Rd., Royal Oak
Tel: 248-541-5717
www.detroitzoo.org
ウッドワード・アベニュー沿いにあるアメリカでも有数の動物園です。チンパンジー、ライオンなど自然に近い状態で見ることができます。

ケンジントン・メトロパーク
Kensington Metro Park
Tel: 810-227-8910
www.metroparks.com
夏は、水泳や、ボート、ピクニックなど、冬は、クロスカントリースキーが楽しめます。

ストーニークリーク メトロパーク
Stoney Creek Metro Park
4300 Main Park Dr., Shelby Township
Tel: 586-781-4242
www.metroparks.com
夏は、自転車、ハイキング、ゴルフ、ピクニックの他、湖での水泳やボートが楽しめ、冬はそり、クロスカントリースキーが楽しめます。

アナーバー
Ann Arbor
デトロイトのダウンタウンから車で西に1時間程行った、その名Arbor（樹木）が示すとおり、木に覆われた静かな街です。ミシガン州が誇る全米で一番古い州立大学の1つであるミシガン大学を中心に機能しています。

その他ミシガン州内

フレデリック・マイヤー・ガーデン
Frederic Meijer Garden & Sculpture Park
1000 E. Beltline Ave., NE, Grand Rapids
Tel: 888-957-1580
I-96を西に2時間程の所に位置します。2015年にオープンした広大な敷地には数々のテーマに沿った庭園があり、中でもThe Richard & Helen DeVos日本庭園は見事で一見の価値があります。

フランケンムース
Frankenmuth
I-75を北へデトロイトから約90マイルに位置します（Exit 136）。1年中いつ訪れてもクリスマスというBronner's Christmas Wonderlandは一見の価値があります。6月中旬には、ババリアン・フェスティバル（Bavarian Festival）が開催され、ドイツのビール、ダンス、音楽などが楽しめます。

トラバース・シティ
Traverse City
ジャック・ニクラウス設計のゴルフコース、“ベアー”で有名なリゾート地です。I-75を北へ向かい、デトロイトから約200マイルのExit 254で降り、そこから、HWY 72に入り約50マイル西。また、さくらんぼの産地としても有名で7月の初めには「Cherry Festival」が開催されます。

ゲイロード
Gaylord
スイス風の建築物がたくさん見られます。メイン・ストリートはアルパインビレッジのたたずまいです。I-75を北へデトロイトから約230マイル。Exit 282に位置します。

マキナック・アイランド
Mackinac Island
I-75を北上、Mackinac Cityからフェリーで約30分の島。自動車禁止の島なので、交通は、馬車や自転車を利用します。

ホーランド
Holland
U.S.31 at the Corner of James St.
オランダ村で、5月には、チューリップフェスティバルがあります。チューリップ畑や、風車などがあり、民族ダンスも見られます。

オールド・ワールド・カンタベリー・ビレッジ
Olde World Canterbury Village
2369 Joslyn Ct., Lake Orion
Tel: 248-391-5700
クリスマスショップ、アンティーク、キルトショップ、アイルランドやデンマークの特産品のお店などがあり、散歩がてらのウィンドウショッピングに最適です。

スリーピングベアー国立公園
Sleeping Bear National Lakeshore
Dune Climeを上ると眼下には綺麗なミシガン湖が。そして、全米内でも指折りの急斜面の砂丘は圧巻。

ピクチャードロック国立公園
Pictured Rock National Lakeshore
Upper Michigan
北西部にある国立公園。崖の上からの岩肌の景色も良いが、おすすめはスーペリオル湖からのボートクルーズツアー。グランドサークルにも匹敵する、色彩豊かな岩やアーチ岩等、必見。

シルバーレイクサンドデューン
Silver Lake Sand Dune
なんといっても、ここのおすすめはバギー！2–4人乗りのバギーで砂丘を上り下り。途中砂にスタックなど、スリリングな経験もできます。MIのアクティビティとしては絶対にお勧めです。

トラバースシティー半島
Travers City Peninsula
数多くのワイナリーとチェリー農園があり、5月は桜を見ながらワイン、7月はチェリー狩りとワインと優雅な一時を過ごせます。お勧めは、Chateau Grand Traverse（12239 Center Rd., Traverse City）とChateau Chantal Winery。Chateau Grand Traverseには日本人の方もおり、親切に説明頂ける上、ワインが絶品。Chateau Chantal Wineryでは2Fのテラスから景色を見ながらのテイスティングが可能。

屋内のウオーターパーク
冬の長いミシガンには多くのホテルに隣接した屋内ウオーターパークがあります。

- Fairview Beachfront Inn & Water Park, Mackinaw City
- Avalanche Bay, Boyne City
- Great Wolf Lodge, Traverse City
- Soaring Eagle Waterpark, Mt. Pleasant
- Zhender's Splash Village, Frankenmuth

州外

シダーポイント
Cedar Point
1 Cedar Point Dr., Sandusky, OH
Tel: 419-627-2350
www.cedarpoint.com
オハイオ州サンダスキーにある約360エーカーの大遊園地。I-75をトレド（Toledo）を目指し南下。やがてI-280に変わりオハイオターンパイクへと入ります。オハイオターンパイクを東へ約40マイル行くと、オハイオ州サンダスキーです。5月から9月までがオープンですが、時間など不定期なので、事前に確認して下さい。

果物狩り（Fruit Picking）

果物の季節には、各地で果物狩りが楽しめます。年毎に収穫時期が違うので事前にチェックをしてから出掛けるようにしてください。

サイダーミル（Cider Mill）
りんごの収穫期には、各地のサイダーミルがオープンし、しぼりたてのアップル・サイダー（りんごジュース）と揚げたてのドーナツが楽しめます。アップルサイダーは植民地時代にアメリカ人に最も好まれた飲物であったと伝えられています。果樹園や農園には、蜂がたくさんいますので、長袖、長ズボンの着用をお勧めします。また、地面がぬかるんでいることも多いので、汚れても構わない履き物が必要です。

Franklin Cider Mill
7450 Franklin Rd., Bloomfield Hills
Tel: 248-626-8260

Yates Cider Mill
1950 E. Avon Rd., Rochester Hills
Tel: 248-651-8300

Spicer Orchards
10411 Clyde Rd., Fenton
Tel: 810-632-7692

Wiard's Orchard & Cider Mill
5565 Merritt Rd., Ypsilanti
Tel: 734-482-7744

Parmenter's Northville Cider Mill
714 Base Line Rd., Northville
Tel: 248-349-3181

Long Family Orchard, Farm & Cider Mill
1540 E. Commerce Rd.,
Commerce Charter Township
Tel: 248-360-3774

Plymouth Orchards & Cider Mill
10685 Warren Rd., Plymouth
Tel: 734-455-2290

Alber Orchard
13011 Bethel Church Rd., Manchester
Tel: 734-428-9310

Dexter Cider Mill
3685 Central St., Dexter
Tel: 734-426-8531

Diehl's Orchard & Cider Mill
1479 Ranch Rd., Holly
Tel: 248-634-8981

ストロベリー・ラズベリー・その他の野菜

Rowe's Produce Farm
17570 Martz Rd., Ypsilanti
Tel: 734-482-8538

Middleton Berry Farm
4790 Oakwood Rd., Ortonville
Tel: 248-831-1004

Slow Farm
4700 Whitmore Lake Rd., Ann Arbor
Tel: 734-249-8359

Makielski Berry Farm
7130 Platt Rd., Ypsilanti
Tel: 734-429-9355

ラズベリー

Makielski Berry Farm
7130 Platt Rd., Ypsilanti
Tel: 734-429-9355

りんご・ベリー・アスパラガス

Spicer Orchards
10411 Clyde Rd., Fenton
Tel: 810-632-7692

りんご・桃・梨・チェリー・その他の野菜

Long Family Orchard, Farm & Cider Mill
1540 E. Commerce Rd.,
Commerce Charter Township
Tel: 248-360-3774

Spicer Orchards
10411 Clyde Rd., Fenton
Tel: 810-632-7692

Wiard's Orchard & Cider Mill
5565 Merritt Rd., Ypsilanti
Tel: 734-482-7744

Erwin Orchards
5565 Merritt Rd., Ypsilanti
Tel: 734-482-7744

チェリー

Wiard's Orchards & Cider Mill
5565 Merritt Rd., Ypsilanti
Tel: 734-482-7744

りんご

Erwin Orchards
61475 Silver Lake Rd., S. Lyon
Tel: 248-437-0150

栗拾い

La Fever Chest Nut
8353 Turner Rd, Fenton

スポーツ

スキー

デトロイト近郊のスキー場は、貸しスキー、スキー教室、スキー・ショップ、レストランなどが完備し、11月から3月までオープンしています。また、人工雪の設備があるので、家のまわりに雪がない時でも、オープンしている場合があり、電話で確認して下さい。また、公園やパブリックゴルフコースの中には、雪が積もると、クロスカントリーに開放する所もあります。

アルパイン・バレー
Alpine Valley
6775 E. Highland Rd., White Lake
Tel: 248-887-4183 (Snow)
248-887-2180 (Office)
www.skialpinevalley.com

パイン・ノブ
Pine Knob Ski & Snowboard Resort
7778 Sashabaw Rd., Village of Clarkston
Tel: 248-625-0800
www.skipineknob.com

マウント・ホリー
Mt. Holly Inc.
13536 S. Dixie Highway Holly
Tel: 1-800-582-7256 (Snow)
248-634-8260 (Information)
www.skimtholly.com

クリスタル・マウンテン
Crystal Mountain
12500 Crystal Mountain Dr., Thompsonville
Tel: 855-995-5146
www.crystalmountain.com

シャンティ・クリーク
Shanty Creek Resort
5780 Shanty Creek Rd., Bellaire
Tel: 866-695-5010
www.shantycreek.com

ボイン・リゾート& ボイン・ハイランド
Boyne Mountain & Boyne Highland
- **Boyne Resorts**
  Boyne Mountain Resort
  1 Boyne Mountain Rd., Boyne Falls
  Tel: 855-688-7024
- **Boyne Highland Resort**
  600 Highland Dr., Harbor Springs
  Tel: 844-783-3175
  www.boynemountain.com
  500ft、50以上のコースを有するミシガン有数の宿泊型スキーリゾートです。デトロイト周辺市のスキー場では物足りない方は是非ここへ。Novi市周辺から車で約4.5時間の距離にあります。

乗馬

Maybury Riding Stable
20303 Beck Rd., Northville
Tel: 248-347-1088

Rochester Hills Stables
270 Rochester Rd., Addison T.W.P.
Tel: 586-752-9520

Hell Creek Ranch Campground
10866 Cedar Lake Rd., Pinckney
Tel: 734-878-3632

フィットネスクラブ

メンバー制のフィットネスジムで、色々な場所に支店があり、エクササイズ機具の他、トラック、サウナ、プール等の施設があります。ヨガやエクササイズのクラスを取ることも出来ます。

Bally Total Fitness
Tel: 1-800-515-2582
www.ballyfitness.com

LA Fitness
www.lafitness.com

Life Time Fitness
Tel: 1-800-430-LIFE
www.lifetime.life

Powerhouse Fitness Gym Center
www.powerhousegym.com

The Sports Club
Tel: 248-626-9880（West Bloomfield）
248-735-8850（Novi）
www.thesportsclubs.com

Planet Fitness
www.planetfitness.com

ゴルフ

ミシガンの長い冬が過ぎると、待ちに待ったゴルフのシーズンになります。ミシガン州には、たくさんの素晴らしいゴルフ場がありますが、ここでは東南部の主なパブリック・ゴルフコースを紹介します。

Bald Mountain（9 Holes）
3350 Kern Rd., Lake Orion
Tel: 248-373-1110

Bay Point
4001 Haggerty Rd., West Bloomfield
Tel: 248-360-0600

Beacon Hills
6011 Majestic Oaks Dr., Commerce
Tel: 248-684-2200

Binder Park
7255 B Dr., South Battle Creek
Tel: 269-979-8250

Bird Creek
7850 N. Van Dyke Rd., Port Austin
Tel: 989-738-4653

Black River
3300 Country Club Dr., Port Huron
Tel: 810-982-9595

Blackheath
3311 Rochester Rd., Rochester Hills
Tel: 248-601-8000

Brentwood
2450 Havenwood Rd., White Lake
Tel: 248-684-2662

Brookshire
205 W. Church St., Williamston
Tel: 517-655-4694

Brookside
1518 S. Johnson Rd., Gowen
Tel: 616-984-2381

Candlestone
8100 N. Storey Rd., Belding
Tel: 616-794-1580

Captain's Golf Club
1000 Woodfield Dr., Grand Blanc
Tel: 810-695-4653

Cascades
1992 Warren Ave., Jackson
Tel: 517-788-4323

Cattails
57737 W. 9 Mile Rd., South Lyon
Tel: 248-486-8777

Centennial Acres
12485 Dow Rd., Sunfield
Tel: 517-566-8055

Cherry Creek
52000 Cherry Creek Dr., Shelby Twp.
Tel: 586-254-7700

Copper Creek（9 Holes）
27925 Golf Pointe Blvd., Farmington Hills
Tel: 248-489-1777

Copper Hills
2125 Lakeville Rd., Oxford
Tel: 248-969-9808

Bay Pointe
4001 Haggerty Rd., West Bloomfield
Tel: 248-360-0600

Beacon Hill
6011 Majestic Oaks Dr., Commerce
Tel: 248-684-2200

Blackheath
3311 Rochester Rd., Rochester Hills
Tel: 248-601-8000

Brentwood
2450 Havenwood Rd., White Lake
Tel: 248-684-2662

いろいろ豆知識

ゴルフ
ゴルフを少し安くプレイする為には、ゴルフ場案内の本や、新聞のスポーツ欄にクーポンが付いていますのでご利用下さい。また、ゴルフ場によっては、Senior Rate、Lady's Dayなどの特別料金があります。ゴルフ場にお問い合せください。

レインチェック（ゴルフ）
悪天候でプレイが続けられない時、プロショップで「Rain Check」を発行してもらえるか聞いてみましょう。ゴルフ場にもよりますが、例えばハーフが終わる前なら、残りハーフを後日プレイできるように、証明書を発行してくれる場合があります。

Captain's Golf Club
1000 Woodfield Dr., Grand Blanc
Tel: 810-695-4653

Cattails
57737 W. 9 Mile Rd., South Lyon
Tel: 248-486-8777

Cherry Creek
52000 Cherry Creek Dr.,Shelby Twp.
Tel: 586-254-7700

Copper Creek（9 Holes）
27925 Golf Pointe Blvd., Farmington Hills
Tel: 248-489-1777

Copper Hills
2125 Lakeville Rd., Oxford
Tel: 248-969-9808

Coyote
28700 Milford Rd., New Hudson
Tel: 248-486-1228

Coyote Preserve
9218 Preserve Dr., Fenton
Tel: 810-714-3206

Devil's Ridge
3700 Metamora Rd., Oxford
Tel: 248-969-0100

Dunham Hills
13561 Dunham Rd., Hartland
Tel: 248-887-9170

Eagle Crest
1275 S. Huron St., Ypsilanti
Tel: 734-487-2441

Eagle Eye
15500 S. Chandler Rd., Bath
Tel: 517-641-4570

Farmington Hills
37777 Eleven Mile Ct., Farmington Hills
Tel: 248-476-5910

Fox Hills（Golden Fox）
8768 N. Territorial Rd., Plymouth
Tel: 734-453-7272

Glen Oaks
30500 W.13 Mile Rd., Farmington Hills
Tel: 248-851-8356

Greystone
67500 Mound Rd., Romeo
Tel: 586-752-7030

Hawk Hollow
15101 Chandler Rd., Bath
Tel: 517-641-4295

Huntmore
9595 Estancia Rd., Brighton
Tel: 810-225-4498

Hunters Ridge
8101 Byron Rd., Howell
Tel: 517-545-4653

Huron Meadows MetroPark
8765 Hammel Rd., Brighton
Tel: 810-231-4084

Indian Springs MetroPark
5100 Indian Trl., White Lake
Tel: 248-625-7870

Kensington Metropark
2240 W. Buno Rd., Milford
Tel: 800-477-3178

Lakes of Taylor
25505 Northline Rd., Taylor
Tel: 734-287-2100

Leslie Park
2120 Traver Rd., Ann Arbor
Tel: 734-794-6245

Links at Whitmore Lake
1111 6 Mile Rd., Whitmore Lake
Tel: 734-449-4653

Links of Novi
50395 W. 10 Mile Rd., Novi
Tel: 248-380-9595

Lyon Oaks
52251 Pontiac Trl., Wixom
Tel: 248-437-1488

Majestic at Lake Walden
9600 Crouse Rd., Hartland
Tel: 810-632-5235

Moose Ridge
11801 Doane Rd., South Lyon
Tel: 248-446-9030

Mystic Creek
One Champions Cir., Milford
Tel: 248-684-3333

Northville Hills
15565 Bay Hill Dr., Northville
Tel: 734-667-4653

The Orchards
62900 Campground Rd., Washington
Tel: 586-786-7200

Pheasant Run
46500 Summit Pkwy., Canton
Tel: 734-397-6460

Pierce Lake
1175 S. Main St., Chelsea
Tel: 734-475-5858

Pine Knob
5580 Waldon Rd., Clarkston
Tel: 248-625-4430

Pine Trace
3600 Pine Trace Blvd., Rochester Hills
Tel: 248-852-7100

Pontiac Municipal
800 Golf Dr., Pontiac
Tel: 248-758-3966

River Bank
24095 Currie Rd., Lyon
Tel: 248-486-6251

Salem Hills
8810 W. 6 Mile Rd.,Northville
Tel: 248-437-2152

Shepherd's Hollow
9085 Big Lake Dr., Clarkston
Tel: 244-922-0300

Stonebridge
1825 Clubhouse Dr., Ann Arbor
Tel: 734-429-8383

Stony Creek
4300 Main Park Dr., Shelby Twp.
Tel: 810-653-3326

Sugarbush
1 Sugarbush Dr., Davison
Tel: 810-653-3326

Tanglewood
53503 W. Ten MIle Rd.,South Lyon
Tel: 248-486-3355

Timber Trace
One Champions Cir., PInckney
Tel: 734-878-1800

Battle Creek近郊のゴルフ場
Marywood
21310 North Ave., Battle Creek
Tel: 269-968-1168

Binder Park
7255 B Dr., South Battle Creek
Tel: 269-979-8250

Coyote
28700 Milford Rd., New Hudson
Tel: 248-486-1228

Coyote Preserve
9218 Preserve Dr., Fenton
Tel: 810-714-3206

Cracklewood
18215 24 Mile Rd., Macomb
Tel: 586-781-0808

Devil's Ridge
3700 Metamora Rd., Oxford
Tel: 248-969-0100

Dunham Hills
13561 Dunham Rd., Hartland
Tel: 248-887-9170

Eagle Crest
1275 S. Huron St., Ypsilanti
Tel: 734-487-2441

Eagle Eye
15500 S. Chandler Rd., Bath
Tel: 517-641-4570

Emerald at Maple Creek
8103 N. US-27 Hwy., St. Johns
Tel: 989-224-6287

Falcon Head
13120 Northland Dr., Big Rapids
Tel: 1-888-264-0407

Farmington Hills
37777 Eleven Mile Ct., Farmington Hills
Tel: 248-476-5910

Fenton Farms
12312 Torrey Rd., Fenton
Tel: 810-629-1212

Fieldstone
1984 Taylor Rd., Auburn Hills
Tel: 248-370-9354

Forest Akers
MSU Campus, Harrison Rd., East Lansing
Tel: 517-355-1635

Fox Hills（Golden Fox）
8768 N. Territorial Rd., Plymouth
Tel: 734-453-7272

Gauss Green Valley
5751 Brooklyn Rd., Jackson
Tel: 517-764-0270

Glen Oaks
30500 W. 13 Mile Rd., Farmington Hills
Tel: 248-851-8356

Golden Hawk
9861 Meisner Ln., Casco Twp.
Tel: 586-727-4681

Greystone
67500 Mound Rd., Romeo
Tel: 586-752-7030

Hankerd Hills
10251 Resort Rd., Pleasant Lake
Tel: 517-769-2507

Hawk Hollow
15101 Chandler Rd., Bath
Tel: 517-641-4295

Heather Hills
3100 McKaill Rd., Romeo
Tel: 810-798-3971

Huntmore
9595 Estancia Rd., Brighton
Tel: 810-225-4498

Holly Meadows
4855 Capac Rd., Capac
Tel: 810-395-4653

Hudson Mills Metropark
4800 Dexter-Pinckney Rd., Dexter
Tel: 734-426-0466

Hunters Ridge
8101 Byron Rd., Howell
Tel: 517-545-4653

Huron Meadows MetroPark
8765 Hammel Rd., Brighton
Tel: 810-231-4084

Independence Green
24360 Independence Ct., Farmington Hills
Tel: 248-477-7092

Indian Springs MetroPark
5100 Indian Trl., White Lake
Tel: 248-625-7870

Inkster Valley
2150 Middlebelt Rd., Inkster
Tel: 734-722-8020

Jackal
4141 Bauer Rd., Brighton
Tel: 810-229-9581

Kensington Metropark
2240 W. Buno Rd., Milford
Tel: 800-477-3178

Lakes of Taylor
25505 Northline Rd., Taylor
Tel: 734-287-2100

Lakeview Hills
6560 E. Peck Rd., Lexington
Tel: 810-359-7333

Legacy
7677 US 223, Ottawa Lake
Tel: 734-854-1101
Leslie Park
2120 Traver Rd., Ann Arbor
Tel: 734-794-6245

Links at Whitmore Lake
1111 6 Mile Rd., Whitmore Lake
Tel: 734-449-4653

Links of Novi
50395 W. 10 Mile Rd., Novi
Tel: 248-380-9595

Lyon Oaks
52251 Pontiac Trl., Wixom
Tel: 248-437-1488

Majestic at Lake Walden
9600 Crouse Rd., Hartland
Tel: 810-632-5235

Marywood
21310 North Ave., Battle Creek
Tel: 269-968-1168

Moose Ridge
11801 Doane Rd., South Lyon
Tel: 248-446-9030

Mount Pleasant CC
3686 E. River Rd., Mount Pleasant
Tel: 989-772-1591

Mystic Creek
One Champions Cir., Milford
Tel: 248-684-3333

Northville Hills
15565 Bay Hill Dr., Northville
Tel: 734-667-4653

Oak Ridge
35035 26 Mile Rd., New Haven
Tel: 586-749-5151

Orchards
62900 Campground Rd., Washington
Tel: 586-786-7200

Partridge Creek（Hawk）
43843 Romeo Plank Rd., Clinton Twp.
Tel: 586-228-3030

Pheasant Run
46500 Summit Pkwy., Canton
Tel: 734-397-6460

Pierce Lake
1175 S. Main St., Chelsea
Tel: 734-475-5858

Pilgrim's Run
11401 Newcosta Ave., Pierson
Tel: 231-937-9884

Pine Knob
5580 Waldon Rd., Clarkston
Tel: 248-625-4430

Pine Trace
3600 Pine Trace Blvd., Rochester Hills
Tel: 248-852-7100

Pine View
5820 Stony Creek Rd., Ypsilanti
Tel: 734-481-0500

Pines at Lake Isabella
1022 Clubhouse Dr., Lake Isabella
Tel: 989-644-2300

Pohlcat
6595 E. Airport Rd., Mt. Pleasant
Tel: 989-773-4221

Pontiac Municipal
800 Golf Dr., Pontiac
Tel: 248-758-3966

Raisin River
1500 N. Dixie Hwy., Monroe
Tel: 734-289-3700

Rattle Run
7163 St. Clair Hwy., East China
Tel: 810-329-2070

Reddeman Farms
555 S. Dancer Rd., Chelsea
Tel: 734-475-3020

Richmond Forest
33300 32 Mile Rd., Lenox
Tel: 586-727-4742

River Bank
24095 Currie Rd., Lyon
Tel: 248-486-6251

Riverwood Hills
1313 E. Bloomfield Rd., Mt. Pleasant
Tel: 989-772-5726

Salem Hills
8810 W. 6 Mile Rd., Northville
Tel: 248-437-2152

Shenandoah
5600 Walnut Lake Dr., West Bloomfield
Tel: 248-683-6363

Shepherd's Hollow
9085 Big Lake Dr., Clarkston
Tel: 244-922-0300

Springfield Oaks
12450 Andersonville Rd., Davisburg
Tel: 248-625-2540

St. Ives
9900 St.Ives Dr., Stanwood
Tel: 231-972-4837

Stonebridge
1825 Clubhouse Dr., Ann Arbor
Tel: 734-429-8383

Stony Creek
4300 Main Park Dr., Shelby Twp.
Tel: 810-653-3326

Sugarbush
1 Sugarbush Dr., Davison
Tel: 810-653-3326

Sycamore Hills
48787 North Ave., Macomb
Tel: 810-598-9500

Tanglewood
53503 W. 10 Mile Rd., South Lyon
Tel: 248-486-3355

Timber Ridge
16339 Park Lake Rd., East Lansing
Tel: 517-339-8000

TImber Trace
One Champions Cir., PInckney
Tel: 734-878-1800

Timbers
7300 Bray Rd., Vasser
Tel: 989-871-4884

Twin Lakes
455 Twin Lakes Dr., Oakland Charter
Tel: 248-650-4550

Ubly Heights
2409 E. Atwater Rd., Ubly
Tel: 989-658-2374

Union Lake
8295 Wise Rd., Commerce Twp.
Tel: 248-363-4666

Whispering Pines
2500 Whispering Pines Dr., Pinckney
Tel: 734-878-0009

White Lake Oaks
991 Williams Lake Rd., White Lake
Tel: 248-698-2700

Willow Brook
311 W. Maple Rd., Byron
Tel: 810-266-4660

Willow Metropark
22900 Huron River Dr., New Boston
Tel: 734-753-4040

Willow Wood
12227 Sandborn Rd., Portland
Tel: 517-647-1984

Woodlands of Van Buren
39670 Ecorse Rd., Wayne
Tel: 734-729-4477

冬でも出来るゴルフ練習場（ドーム）

Oasis Golf Center
39500 5 Mile Rd., Plymouth
Tel: 734-420-4653
www.oasisgolfcenter.com

Auburn Hills Golf Center
141 S. Opdyke Rd., Auburn Hills
Tel: 248-333-2882

テニス

ミシガンのテニスクラブ

Tennis Clubs
Beverly Hills Club
31555 Southfield Rd., Birmingham
Tel: 248-642-8500
www.beverlyhillsclub.net

Birmingham Racquet Club
2100 E. Lincoln St., Birmingham
Tel: 248-644-5683
www.birminghamracquetclub.com

Bloomfield Open Hunt Club
405 E. Long Lake Rd., Bloomfield Hills
Tel: 248-644-5341
www.bohclub.com

Bloomfield Hills Swim & Tennis
251 E. Square Lake Rd., Bloomfield Hills
Tel: 248-858-7043

Bloomfield Tennis & Fitness
799 Denison Ct., Bloomfield Hills
Tel: 248-332-9221
www.bloomfieldtennis.com

The Chippewa Club
2525 Golfside Rd., Ypsilanti
Tel: 734-434-6100

Dearborn Racquet and Health Club
2727 S. Gulley Rd., Dearborn
Tel: 313-562-1296

Deer Lake Athletic Club
6167 White Lake Rd., Clarkston
Tel: 248-625-8686

Detroit Tennis and Squash Club
31031 Drake Rd., Farmington Hills
Tel: 248-661-2300

Eastside Tennis & Fitness Club
18201 E. Warren Ave., Detroit
Tel: 313-886-2944

The Fairlane Club
5000 Fairlane Woods Dr., Dearborn
Tel: 313-336-4400

Franklin Athletic & Racquet Club
29350 Northwestern Hwy., Southfield
Tel: 248-352-8000

Grosse Ile Tennis Center
9251 Groh Rd., Grosse Ile
Tel: 734-362-PLAY（7529）

Huron Valley Tennis Club
3235 Cherry Hill Rd., Ann Arbor
Tel: 734-662-5514

Liberty Sports Complex
2975 W. Liberty Rd., Ann Arbor
Tel: 734-665-3738

Livonia YMCA
14255 Stark Rd., Livonia
Tel: 734-261-2424

The Lochmoor Club
1018 Sunningdale Dr., Grosse Pointe Woods
Tel: 313-886-0777

Metropolitan Racquet Club
13200 Grove St., Detroit

Monroe Family YMCA Tennis Club
1111 W. Elm Ave., Monroe
Tel: 734-241-2606

Peachtree Tennis Club
37600 Little Mack Ave., Clinton Township
Tel: 586-469-7000

Pine Lake Country Club
3300 Pine Lake Rd., Orchard Lake
Tel: 248-681-4511

Port Huron Tennis House
1903 Sanborn St., Port Huron
Tel: 810-987-6868

Rochester-Lifetime Fitness
200 W. Avon Rd., Rochester Hills
Tel: 248-841-9898

The Sports Club of West Bloomfield
6343 Farmington Rd., West Bloomfield
Tel: 248-626-9880

The Sports Club of Novi
42500 Arena Dr., Novi
Tel: 248-735-8850

Travis Pointe Country Club
2829 Travis Pointe Rd., Ann Arbor
Tel: 734-662-2582

Troy Racquet Club
3400 Civic Center Dr., Troy
Tel: 248-528-3400

Varsity Tennis Center
2250 S State St., Ann Arbor
Tel: 734-615-9346

Wimbledon Racquet Club
20250 E. 9 Mile Rd., St. Clair Shores
Tel: 586-774-1300

その他

レーザーガン・シューティング

Paradise Park Novi
45799 Grand River Ave., Novi
Tel: 248-735-1050
www.paradiseparknovi.com
チームに分かれて、撃たれないように身を守りながら、相手のベースを狙う屋内レーザーガンを使ったゲームです。夏にはゴーカート等も楽しめます。

MI Combat
2636 S Adams Rd, Rochester Hills
Tel: 248-564-2760
www.mi-combat.com
本格的なレーザーガンのゲームに挑戦したい人にお勧めです。

ワーリー・ボール
カートに乗ったまま、球を相手のバスケットにシュートする、大人から子供まで楽しめるスポーツです。カートのぶつかり合いや球の奪い合い等、迫力あるゲームです。

Whirlyball Novi
41550 Grand River Ave., Novi
Tel: 248-788-8900
www.whirlyballmichigan.com

Whirlyball Clinton Twp.
19781 15 Mile Rd., Clinton Twp.
Tel: 586-792-4190
www.whirlyballmichigan.com

WhirlyBall of Ann Arbor
750 Phoenix Dr., Ann Arbor
Tel: 734-975-6909
www.whirlyballannarbor.com

ゴー・カート
Full Throttle Adventure Park
44225 W 12 Mile Rd., Novi
友人や家族でゴーカートレースを楽しみたい人にお勧めのコースです。

Sport-N-Fun
30755 Grand River Ave., Farmington Hills
Tel: 248-471-5100
www.sport-n-fun.com
夏場に子供が楽しめる施設です。バッティングセンターやトランポリンもあります。

バーチャルゴルフ
X-Golf
44325 W 12 Mile Rd. Suite H-179, Novi
Tel: 248-513-4761
www.playxgolf.com

Top Golf
500 Great Lakes Crossing Dr., Auburn Hills
Tel: 248-904-1032
www.topgolf.com
スキルに合わせてコースを選び、数人でゴルフゲームを楽しむことが出来ます。

トランポリン
大小さまざまなトランポリンや、トランポリンを使ったゲームを楽しめる屋内施設です。

DEFY Detroit
2737 Union Lake Rd.,
Commerce Charter Twp.
Tel: 248-301-1030
www.defy.com

Launch Entertainment and Trampoline Park
44255 W. 12 Mile Rd., Novi
Tel: 269-230-3467
www.launchtrampolinepark.com

インドアスカイダイビング
iFLY
26975 Adell Center Dr., Novi, MI
Tel: 313-730-4359
www.iflyworld.com/detroit

ローラー・スケート
Zap Zone
31506 Grand River Ave., Farmington
Tel: 248-471-6777
www.zap-zone.com
ローラースケートの他にも、レーザータグ、トランポリン、バンパー・カー等、子供が楽しめるインドアアクティビティが沢山ある施設です。

Bona Venture Family Skating Center
24505 Halsted Rd., Farmington Hills
Tel: 248-476-2200
www.bonaventureskate.com

Skate World of Troy
2825 E. Maple Rd., Troy
Tel: 248-689-4100
www.skateworldoftroy.com

カヌー・カヤック
友人家族で、ゆっくり静かな川を登ったり下ったりして、ミシガンの夏と美しい自然を満喫することができます。

Village Canoe Rental
1216 Garden Rd., Milford
Tel: 248-685-9207
www.villagecanoe.com

Heavner Canoe Rental
2775 Garden Rd., Milford
Tel: 248-685-2379
www.heavercanoe.com

Clinton River Canoe & Kayak Rentals
37328 Utica Rd, Sterling Heights
Tel: 248-421-3445
www.clintonriverkayak.com

マラソン
Detroit Free Press Marathon
毎年10月に開催。フルマラソン、ハーフマラソンはカナダとの国境の橋を渡り、トンネルをくぐり抜けて帰ってくるレース。途中はデトロイトならではの生バンドやミュージックによる飽きのこない演出もあり。

D2AX（Dexter-Ann Arbor Marathon）
6月初旬。Ann Arborからバスにのり Dexter へ向かい高低のある森を走り抜けAnn Arbor へ。ゴール地点のAnn Arbor では毎年このレースと同じ日にFood Festも開催。走った後は野外で飲みフードに舌鼓！

Canton Liberty Run
毎年6月にCanton市で開催される5km、10kmのマラソンです。お祭りムードの楽しいイベントです。

趣味

クラフト
冬の長いミシガンではクラフトも盛んです。
クラフト製品・材料の チェーン店（殆どの市に店舗がある）
クラフト材料、生地、手芸用品、画材等の専門店

Michaels
Novi, Commerce Twp., Troy, Rochester Hills, Southfield, Livonia 等に店舗があります。
www.michaels.com
生地、クラフト、毛糸、画材、額縁

Hancock Fabrics
生地、洋裁材料、クラフト

Jo-Ann Fabrics & Crafts
Novi, Bloomfield, Rochester Hills, Auburn Hills, Livonia等に店舗があります
www.joann.com
生地、洋裁材料、クラフト材料専門店（教室を開催している店も多数あり）

ステンドグラス、ステンドグラス材料専門店
Canterbury Stained Glass
1067 E. Long Lake Rd., Troy
Tel: 248-619-9172
195 S. Saginaw St., Pontiac
Tel: 248-454-8818
www.canterburyglass.com

ステンドグラス
Tiffany Art Glass
121 E. Main St., Northville
Tel: 248-349-2777

Glass Shack Studio
201 E. Liberty St., Ann Arbor
Tel: 734-904-4663
https://glassshackstudio.blogspot.com

キルト
A Little Quilt Shop
5721 Elizabeth Lake Rd., Waterford Twp.
Tel: 248-681-1107
www.alittlequiltshop.com

2nd Street Quilt Shop
116 W. 2nd St., Rochester
Tel: 248-601-6565
www.2ndstreetquiltshop.com

Front Porch Quilts
2081 E. Maple Rd., Troy
Tel: 248-795-4876
www.frontporchquiltshop.com

Quilt-N-Friends
4090 17 Mile Rd., Sterling Heights
Tel: 586-979-7422

編み物
Woolly & Co.
3630 W. Maple Rd., Bloomfield Hills
Tel: 248-480-4354
www.woollyandco.com

Have You Any Wool?
3455 Robina Ave., Berkley
Tel: 248-541-9665
www.haveyouanywoolmi.com

Ewe-Nique Knits
515 S. Lafayette Ave., Royal Oak
Tel: 248-584-3001
www.ewe-niqueknits.com

刺繍
The Needleworks
725 S. Adams Rd., Birmingham
Tel: 248-645-1180
www.eneedleworks.com

陶芸
Creative Art Studio
114 W. 4th St., Royal Oak
Tel: 248-544-2234

Yourist Studio Gallery
6087 Jackson Rd., Ann Anrbor
Tel: 734-662-4914
www.youristpottery.com

Clay Work Studio
2763 Plymouth Rd., Ann Arbor
Tel: 734-604-7596
www.clayworkstudio.com

ドールハウス
Miniature Makers Workshop
32755 Woodward Ave., Royal Oak
Tel: 248-549-0633

ファブリックデザイン
Calico Corners
1933 S. Telegraph Rd., Bloomfield Hills
Tel: 248-332-9163

カーテン生地
Life's Little Treasures
1542 Erie Rd., Erie
Tel: 734-848-3482
お婆さん人形の店

アートスクール
B.B.A.C.
Birmingham-Bloomfield Art Center
1516 S. Cranbrook Rd., Birmingham
Tel: 248-644-0866
www.bbartcenter.org
レベルの高い絵画、陶芸、ガラス細工、写真を学べます。

Ann Arbor Art Center
117 W. Liberty St., Ann Arbor
Tel: 734-994-8004
www.annarborartcenter.org
子供から大人まで幅広い年齢の人が学べる陶芸、ペイントなどのクラスが開かれています。

The Art Experience
175 S. Saginaw St., Pontiac
Tel: 248-706-3314
www.theartexperience.org

シティ・ホール & ライブラリー
City Hall/Township Hall/
Administration Office/Library など
シティホールは各市ごとにあり、市民のためにゴミの収集日、方法、教育などの様々な情報を提供している市役所、区役所的存在のものです。また、ライブラリーも本の貸出しだけでなく、シティホールと同じように、サマーキャンプ、各種催し物、成人教育などの情報も提供しています。貸出しカード作成の際にはIDカードが必要です。

書籍
規模の大きいチェーン店店内には椅子やソファが置いてあったり、一角には喫茶コーナーも有りゆっくり本選びができます。

Barnes & Noble
www.barnesandnoble.com

ショッピング

ファーマーズ マーケット
デトロイト周辺の街には、州内の農家が収穫したての作物を販売するマーケットがあります。夏場は色々な街に屋外のマーケットが開催されます。

デトロイト・イースタン・マーケット
Detroit Eastern Market
Russell St. between Mack and Gratiot
Tel: 313-833-9300
www.easternmarket.org
100年もの歴史を持つ、半分オープンエアーのマーケットで、春先にはフラワーショーもあります。年中毎週土曜日、夏場は火曜日、土曜日、日曜日に開催。

オークランドカウンティ・ファーマーズマーケット
Oakland County Farmers Market
2350 Pontiac Lake Rd., Waterford Twp.
Tel: 248-858-5495
www.oakgov.com/parks/parksandtrails/farmers-market
年中毎週土曜日、夏場は火曜日、木曜日、土曜日に開催。

ロイヤルオーク・ファーマーズマーケット
Royal Oak Farmers Market
316 E. 11 Mile Rd.
（Main St. から2ブロック東）
Tel: 248-246-3276
www.romi.gov/1535/Farmer-Market
年中毎週土曜日に開催。屋内。
日曜日のみの市：アンティーク

アナーバー・ファーマーズ・マーケット
Ann Arbor Farmers Market
315 Detroit St., Ann Arbor
Tel: 734-794-6255
www.a2gov.org/departments/Parks-Recreation/parks-places/farmers-market
ケリータウン（Kerrytown）に隣接するマーケットです。Kerrytownに隣接するマーケットで、夏場の毎週土曜日に開催されます。

ノースビル・ファーマーズ・マーケット
Northville Farmers Market
Corner of 7 Mile Rd. & Sheldon Rd., Northville
Tel: 248-349-7640
www.northville.org/farmers-market-vendors
夏場のみ、毎週木曜日に開催。

ファーミントン・ファーマーズ & アートマーケット
Farmington Farmers & Artisan Market
33316 Grand River Ave., Farmington
Tel: 248-971-5882
www.farmingtonfarmersmarket.com
夏場のみ、毎週土曜日に開催。

バーミングハム・ファーマーズ・マーケット
Birmingham Farmers Market
666 N. Old Woodward Ave., Birmingham
Tel: 248-530-1200
www.allinbirmingham.com/visitors/farmers-market
夏場のみ、毎週日曜日に開催。

アウトレットモール

Factory Outlet Mall
普段、モールなどでよく目にするブランド店の製品がここでは、30％–50％安くなります。但し、扱っている商品が規格外れ、傷もの、前シーズンのものであったりします。

Great Lakes Crossing Outlets
4000 Baldwin Rd., Auburn Hills
Tel: 248-454-5000
www.greatlakescrossingoutlets.com
I-75を北へ30マイル、Exit 83Bを出た所にある、最も近いインドアのアウトレットモールで、中には映画館やレゴランド等もあります。

Birch Run Premium Outlets
12240 S. Beyer Rd., Birch Run
Tel: 989-624-6226
www.premiumoutlets.com/outlet/birch-run
デトロイトからI-75を北へ77マイルのExit 136を出た所にあります。

Horizon Outlet Center, Monroe
14500 Laplaisance Rd., Monroe
Tel: 734-241-4813
www.outlets-stores-america.com/outlet/horizon-outlet-center-monroe-monroe
デトロイトからI-75を南へ40マイルのExit 11（at LaPlaisance）を出た所にあります。

Holland
US 31 at James St.（Dutch Villageの隣）
グランドラピッツから西へ30 マイル

Grand Traverse Crossing
2522 Crossing Cir., Traverse City
www.traversecity.com/listings/grand-traverse-crossing/2275
I-75を北へ約240マイル、US-37からUS-31へ入る。Traverse Cityダウンタウンの南に位置します。

Michigan City
I-94 Exit 34B I-80/90 Exit –Michigan City

Lighthouse Place Premium Outlets（Michigan City）
601 Wabash St., Michigan City
Tel: 219-879-6506
www.preminumoutlets.com/outlet/lighthouse-place
I-94を西へ約220マイル、Exit 40からUS20、E. Michigan Blvd. から行ったMichigan Cityにあります。

Tanger Outlet（Howell）
1475 N. BurkhartRd., Howell
Tel: 517-545-0050
www.tangeroutlet.com/howell
I-96を西へ約40マイル、Exit 133（M-59/Highland Rd.）

Great Lakes Crossing
www.shopgreatlakescrossing.com
I-75 Exit 83B デトロイトから北へ30 マイル

Tanger Outlet（Grand Rapids）
350 84th St. SW, Byron Center
Tel: 616-277-1133
www.tangeroutlet.com/grandrapids
I-96を西へ約150マイル、Grand Rapidsの南に位置します。

West Branch Outlet
2990 Cook Rd., West Branch
Tel: 989-345-2594
www.westbranchoutlet.com
I-75を北へ約140マイル、Exit 212を出た所にあります。

年中行事スケジュール

2022年1月現在。これらのイベントはスケジュールが変更されることがありますので、事前に確認ください。

2月

プリムス・アイス・フェスティバル
Plymouth Ice Festival
Downtown Plymouth
www.plymouthicefestival.com
プリムスのダウンタウンに多くの氷の彫刻が展示されます。

3月

メープルシロップ・フェスティバル
Maple Syrup Festival
3月から4月にかけて、各地のメープルシロップ農場やNature Centerで催されます。
樹液の採取やシロップの作り方を学んだり、作り立てのシロップをかけたパンケーキを楽しめます。

5月

チューリップ・フェスティバル
Tulip Time Festival
42 W. 8th St., Holland
Tel: 616-396-4221
www.tuliptime.com

イースタン・マーケット・フラワー・デー
Eastern Market Flower Day
Eastern Market
2934 Russell St., Detroit
https://easternmarket.org/public/markets/specialty-markets#flower-day
花の生産者が集まり、花や野菜を購入できます。

6月

ナイト・ライト・スカイ・ランタン・フェスティバル
Night Light Sky Lantern Festival
Auto City Speedway
www.nightlightsevent.com/event-details/auto-city-speedway
夏の夜空に舞う無数のランタンが作り出す光の芸術は幻想的です。

7月

独立記念日のパレードと花火
Independence Day/July Fourth Parade and Fireworks
各地でパレードや花火のイベントがあります。場所や日時等をよく調べてからお出かけ下さい。

ラベンダー・フェスティバル
Blake's Lavender Festival
17985 Armada Center Rd., Armada
Tel: 586-784-5343
https://blakefarms.com/event/blakes-lavender-market

The Original Michigan Lavender Festival
Eastern Michigan Fairground, Imlay City
www.michiganlavenderfestival.net

アナーバー・ストリート・アート・フェアーズ
Ann Arbor Street Art Fairs
Downtown Ann Arbor
www.theannarborartfair.com
第3週の水曜日から土曜日までの4日間、アナーバーのダウンタウン一帯で催されるミシガン州最大と言われるアートフェアです。全米及びカナダから1000人以上の芸術家達が集まり、絵画やクラフト等の露店や生演奏を楽しめます。

8月	**ルネッサンス・フェスティバル** **Renaissance Festival** 12600 Dixie Hwy., Holly Tel: 248-634-5552 www.michrenfest.com 8月から10月の初旬まで毎週末に催されるイベントです。中世にタイムスリップしたような会場では、その時代の文化や食を楽しむことができます。
	ウッドワード・ドリーム・クルーズ **Woodward Dream Cruise** Woodward Avenue全線 www.woodwarddreamcruise.com 8月第3土曜日に催される車の街ならではのお祭りです。沢山のクラシックカーやマッスルカー、スーパーカーがWoodward Ave.を行き来します。
9月	**デトロイト・オート・ショー** **Detroit, North American International Auto Show** Huntington Place 1 Washington Blvd., Detroit www.naias.com
	デトロイト・ジャズ・フェスティバル **Detroit Jazz Festival** ダウンタウンのハートプラザ（Heart Plaza）で開催される無料のジャズ・フェスティバル。有名なジャズ演奏家の演奏も楽しめます。
10月	**デトロイト・マラソン** **Detroit Free Press Marathon** www.freepmarathon.com デトロイトのダウンタウンからベル・アイルを通り、川沿いを走る美しいコースのフルマラソンです。
11月	**ミシガン・サンクスギビング・パレード** **Michigan Thanksgiving Parade** Woodward Ave., Downtown Detroit 感謝祭を祝う伝統的な大がかりなパレードで、沢山の山車や大きな風船がブラスバンドの演奏と共に練り歩きます。サンクスギビング・デーの朝に行われ、テレビでも実況中継されます。
	クリスマス・ツリー点火式 **Detroit Tree Lighting** Campus Matius Park 800 Woodward Ave., Detroit www.downtowndetroit.org https://downtowndetroit.org/experience-downtown/downtown-detroit-parks 11月の第3金曜日に行われる大きなクリスマスツリーの点火式は、クリスマスシーズンの訪れを祝います。
12月	**クリスマスやサンタクロース・パレード** 12月に入るとダウンタウンを始め多くの街でクリスマスを祝うパレードが催されます。サンタクロースの乗った車やブラスバンド等を街頭で見物できます。

レストラン

日本料理 106
韓国料理 107
中華料理 107
インド料理 107
タイ料理 108
ベトナム料理 108
モンゴル料理 108
アメリカ料理 108
シーフード 109
ピザ 109
イタリア料理 110
フランス料理 110
他ヨーロッパ料理 110
中近東＆地中海料理 110
メキシコ料理 111
バハマ料理 111
キューバ料理 111

レストラン

日本料理

Adachi
325 S. Old Woodward Ave., Birmingham
https://adachirestaurant.com

Ajishin 味心
42270 Grand River Ave., Novi
https://catpunch0131.wixsite.com/ajishin

Aji Ten
42087 Ford Rd., Canton
www.ajitenjapanese.com

Benihana
– Troy 店
1985 W. Big Beaver Rd.,Troy
www.benihana.com/locations/troy-mi-ty
– Farmington Hills 店
21150 Haggerty Rd., Farmington Hills
www.benihana.com/locations/farmington-hills-mi-fh

Bento39
22200 Novi Rd., Novi
Tel: 248-719-7439（No Website）

Black Pine Tree
18700 Eureka Rd., Southgate
https://blackpinetreesushi.com

Café Sushi
1430 W. Maple Rd., Troy
www.cafesushimi.com

Fumi Restaurant
24271 Novi Rd., Novi
Tel: 248-465-7100（No Website）

Genji Japanese Steakhouse
27155 S. Karevich Dr., Novi
https://genjinovi.com

Godaiko 五大湖
3105 Oak Valley Dr., Ann Arbor
www.godaiko.comhome

Hanzo 半蔵
6073 Haggerty Rd., West Bloomfield
www.sharakuhanzo.com/hanzo
Temporarily closed due to COVID-19（2021）

Happy Sushi
41766 W. 10 Mile Rd., Novi
www.happysushiandthainovi.com#

Ichiban
4641 Washtenaw Ave., Ann Arbor
www.ichibanrestaurants.com

Izakaya Sanpei 居酒屋三平
43327 Joy Rd., Canton
https://izakayasanpei.com

Kabuki
27847 Orchard Lake Rd.,
Farmington Hills
www.kabukifarmingtonhills.com

Koji
146 Mary Alexander Ct., Northville
www.kojisushi.com/wp

Kura Sushi
736 W. Big Beaver Rd., Troy
https://kurasushi.comlocations/troy-mi

Little Tree Sushi Bar
107 S. Main St., Royal Oak
http://littletreesushibarinc.com

Matsu Chan Restaurant
まっちゃんレストラン
5990 Sheldon Rd., Canton
https://matsuchanrestaurant.com

Mene Sushi
6239 Orchard Lake Rd., West Bloomfield
www.menesushi.com/21

Miki 三木
106 S. First St., Ann Arbor
https://mikiannarbor.com

New Yotsuba
7365 Orchard lake Rd., West Bloomfield
https://new-yotsuba-japanese-restaurant.business.site

Nagomi
25750 Novi Rd., Novi
Tel: 248-305-8568（No Website）

Oishi
43155 Main St., Suite 203, Novi
www.oishinovi.com

O'Sushi
www.osushimi.com
– Dearborn 店
22431 Michigan Ave., Dearborn
– Novi 店
41563 W. 10 Mile Rd., Novi

Hotaru
39723 Grand River Ave., Novi
https://ramenyanovi0301.wixsite.com/website

Sharaku 写楽
6159 Haggerty Rd., West Bloomfield
www.sharakuhanzo.com

いろいろ豆知識

レストランへのCall Ahead
いつも順番待ちの長い行列ができている人気のレストランへ急に行きたくなった時、予約をするには遅すぎるけれど諦めることはありません。あらかじめ電話をして、"Would you put my name on your waiting list?" と言って自分の名前を入れておいて貰います。だいたいの待ち時間を聞いておいて、頃合 を見計らって出かけたら、到着する頃には、ちょうど席が空くころになって、スムーズに入れます。このシステムを受け 付けていない所もありますが、聞いてみて損はないはずです。

レストランでの簡単なチップの計算方法
レストランでのチップはサービスのだいたい15–20％が相場と言われます。そこで、簡単な計算方法をご紹介します。お勘定の「税き」の値段に、20％を上乗せすると、もとの値段の15％のチップと6％のTaxを加えた合計の支払額となります。お店によっては、又、人数が多い場合チップがあらかじめビルについてくる事があるので注意が必要です。

Shiro
43180 W. 9 Mile Rd., Novi
https://shiro-restaurant.com

Sozai 創菜
449 W. 14 Mile Rd., Clawson
www.sozairestaurant.com

Sushi Den
716 N. Pontiac Trl., Walled Lake
https://sushidenonline.com

Sushi House
22030 Farmington Rd., Farmington
www.gosushihouse.com

Sushi Ko
30703 W. 12 Mile Rd., Farmington Hills
www.sushikofarmingtonhills.com

Sushi Samurai
4143 Orchard Lake Rd., Orchard Lake
https://mysushisamurai.com

Take Sushi 竹寿司
1366 Walton Blvd., Rochester Hills
www.takesushimichigan.com

Yori Sushi
30650 Beck Rd., Novi
www.yorisushimi.com

Yotsuba
2222 Hogback Rd., Ann Arbor
http://yotsuba-restaurant.com

韓国料理

Bibim Bab
43155 Main St., Suite 300, Novi
www.bibimbabrestaurant.com

Dae Jang Keum
39743 Grand River Ave., Novi

Sora
6580 Orchard Lake Rd., West Bloomfield
Tel: 248-973-8100（No Website）

Seoul Garden
2101 15 Mile Rd., Sterling Heights
Tel: 586-264-4488（No Website）

Seoul Garden
3125 Boardwalk Dr., Ann Arbor
www.seoulgardentogo.com#home

Tofu House
22042 Farmington Rd., Farmington
Tel: 248-426-6788
（No Website, Take Out Only 2021）

Daebak Korean BBQ
27566 Northwestern Hwy., Southfield, MI
https://daebakkbbq.com

中華料理

Best China
7233 N. Lilley Rd., Canton
Tel: 734-459-1688（No Website）

China Cafe
24299 Novi Rd., Novi
www.chinacafenovi.comlocation/china-cafe

Empire Dynasty
29505 W. 9 Mile Rd., Farmington Hills
www.empiredynastymi.com

Hong Hua
27925 Orchard Lake Rd., Farmington Hills
www.honghuafinedining.com

Jeff's Kitchen
1130 E. West Maple Rd., Walled Lake
Tel: 248-669-8896（要予約）

Jiang Nan Noodle House
29222 Orchard Lake Rd., Farmington Hills
https://jiangnannoodlehouse.business.site

Lao Pot
32707 John R Rd., Madison Heights, MI
www.laopot.com

Mon Jin Lau 萬珍楼
1515 E. Maple Rd., Troy
https://monjinlau.com

New Mandarin Garden
31539 W. 13 Mile Rd., Farmington Hills
www.thenewmandaringarden.com

Oceania Inn
3176 Walton Blvd., Rochester Hills
https://oceaniainnrochesterhills.com

P.F. Chang's
– Ann Arbor 店
720 Briarwood Cir., Ann Arbor
www.pfchangs.com/locations/us/mi/ann-arbor/720-briarwood-circle/9886-ann-arbor.html
– Livonia 店
17905 Haggerty Rd., Livonia
www.pfchangs.com/locations/us/mi/livonia/17905-haggerty-rd/9921-northville-township.html
– Troy 店
2801 W. Big Beaver Rd., Spe D112, Troy
（Somerset Collection South 内）
www.pfchangs.com/locations/us/mi/troy/2801-w-big-beaver-rd/4300-troy.html

Rainbow Restaurant
22048 Farmington Rd., Farmington
Tel: 248-427-8265（No Website）

Shangri-La 香満楼
6407 Orchard Lake Rd., West Bloomfield
https://dineshangrila.com#welcome

Sizzle It
31194 Novi Rd., Novi
http://sizzleitnovi.com

Szechuan Canton Restaurant
45188 Ford Rd., Canton
https://szechuanmichigan.com

Ten Yen Restaurant
8997 Wayne Rd., Livonia
Tel: 734-425-8910（No Website）

インド料理

Aahar Indian Cuisine
35564 Grand River Ave., Farmington HIlls
www.miaahar.com

Aroma Indian Cuisine
29210 Orchard Lake Rd., Farmington Hills
https://aromaic.com

Ashoka Indian Cuisine
3642 Rochester Rd., Troy
www.ashokaindiancuisine.com

India Flavors
29205 Orchard Lake Rd., Farmington Hills
https://indiaflavors.com

レストラン

Masala Indian Kitchen
43168 Grand River Ave., Novi
www.masalamichigan.com

Namaste Flavours
34749 Grand River Ave., Farmington
www.namasteflavours.com

Neehee's
45656 Ford Rd., Canton
www.neehees.com

Pakwaan Fine Indian Cuisine
447 Forest Ave., Plymouth
www.447pakwaan.com

Priya
72 W. Maple Rd., Troy
www.priyacuisine.com

Raj Palace
37116 6 Mile Rd., Livonia
http://rajpalacemi.com

Turmerican Vegetarian Cuisine
24259 Novi Rd., Novi
www.turmericanvegcuisine.com

タイ料理

Lai Thai
44928 Ford Rd., Canton
https://laithaimich.wixsite.com/canton/home

Novi Siam Spicy
43436 W. Oaks Dr., Novi
www.novisiamspicy.com

Orchid Cafe
56 W. Square Lake Rd., Troy 48085
https://orchid-cafe.com

Orchid of Troy
3303 Rochester Rd., Troy 48085
https://orchidcafetroy.com/35424

Siam Spicy
29838 Woodward Ave., Royal Oak
https://siamspicywoodward.weebly.com

Siam Spicy II
32425 Northwestern Hwy., Farmington Hills
www.siamspicy2.com

Thai Basil
http://mythaibasil.com
– Livonia 店
37273 6 Mile Rd., Livonia
– Novi 店
47984 Grand River Ave., Novi

Thai Fresh
20460 Haggerty Rd., Northville
www.thai-fresh.org

Thai Inn
900 S. Rochester Rd., Rochester
Tel: 248-656-0287（No Website）

Thai Ocha
200 S. Main St., Plymouth
Tel: 734-459-0963（No Website）

ベトナム料理

Pho Lucky
39777 Grand River Ave., Novi
www.pholucky.net

Pho Vinh
27861 Orchard Lake Rd., Farmington Hills
www.phovinhmichigan.org

Thuy Trang
30491 John R Rd., Madison Heights
Tel: 248-588-7823（No Website）

What the Pho
27524 Plymouth Rd., Livonia
Tel: 734-261-2609（No Website）

モンゴル料理

BD's Mongolian Grill
43155 Main St., Novi
https://locations.gomongo.combds-mongolian-grill-03c5099641f4

アメリカ料理

Ascension Brewing Company
42000 Grand River Ave., Novi
http://ascension.beer

Bates Hamburgers
www.batesburgers.com
– Farmington 店
22291 Middlebelt Rd., Farmington Hills
– Livonia 店
33406 Five Mile Rd., Livonia

Bayside Sport Grille
142 E. Walled Lake Dr., Walled Lake
Tel: 248-669-3322（No Website）

Black Rock Bar & Grill
www.blackrockrestaurants.com
– Canton 店
41601 Ford Rd., Canton
– Novi 店
44175 W. 12 Mile Rd., Novi

Beau's
4108 W. Maple Rd., Bloomfield Hills
https://beausbloomfield.com

Breakfast Club
38471 W. 10 Mile Rd., Farmington Hills
www.breakfastclubfarmingtonhills.com

The Capital Grille
2800 W. Big Beaver Rd., Troy
www.thecapitalgrille.com/locations/mi/troy/troy/8005

The Cheesecake Factory
27500 Novi Rd., Twelve Oaks Mall, Novi
https://locations.thecheesecakefactory.com/mi/novi-167.html

The Chop House
322 S. Main St., Ann Arbor
https://thechophouserestaurant.com/our-menu/ann-arbor-menu

Garage Grill & Fuel Bar
202 W. Main St., Northville
www.garagenorthville.com

Diamond Jim Brady's Bistro Bar
43271 Crescent Blvd., Novi
www.djbistro.com

Deadwood Bar & Grill
18730 Northville Rd., Northville
www.deadwoodbarandgrill.com

Famous Dave's BBQ
43350 Crescent Blvd., Novi
www.famousdaves.com/Locations/Detail/2cc43b8d-aadf-4070-bf0e-4efccbbcfc79

Fleming's Prime Steakhouse & Wine Bar
17400 Haggerty Rd., Livonia
www.flemingssteakhouse.com/locations/mi/livonia

Gandy Dancer
401 Depot St., Ann Arbor
www.gandydancerrestaurant.com

Hockey Town Café
2301 Woodward Ave., Detroit
https://hockeytowncafe.com

It's a Matter of Taste
2323 Union Lake Rd., Commerce Twp.
www.matteroftaste.net

J Alexander's Restaurant
19200 Haggerty Rd., Livonia
www.jalexanders.com

Lelli's
885 N. Opdyke Rd., Auburn Hills
www.lellisrestaurant.com

Library Sports Pub
6363 Haggerty Rd., West Bloomfield
www.librarypubwb.com

Morton's The Steakhouse
888 W. Big Beaver Rd., Troy
www.mortons.com/location/mortons-the-steakhouse-troy-mi-detroit/

Omelette & Waffle Cafe
www.omelettewafflecafe.com
– Northville 店
18900 Northville Rd., Northville
– Plymouth 店
580 Forest Ave., Plymouth

The Original Pancake House
33703 Woodward Ave., Birmingham
www.oph-mi.com

Penny Black Grill and Tap
124 W. 4th St., Rochester

Pronto!
608 W. Washington Ave., Royal Oak
https://prontolounge.com

The Rattlesnake Club
300 River Place Dr., Detroit
https://rattlesnakedetroit.com

Rochester Mills Beer Company
400 Water St., Rochester
www.beercos.com

Rocky's of Northville
41122 W. 7 Mile Rd., Northville
https://rockysnorthville.com

Rugby Grill
100 Townsend St., Birmingham
www.rugbygrille.com

Steve & Rocky's
43150 Grand River Ave., Novi
www.steveandrockys.com

Table 5
126 E. Main St., Northville
www.table5 .net

Toasted Oak Grill & Market
27790 Novi Rd., Novi
http://toastedoak.com

Traffic Jam & Sung
511 W. Canfield St., Detroit
www.trafficjamdetroit.com

220 Merrill
220 Merrill St., Birmingham
https://220restaurant.com

The Whitney
4421 Woodward Ave., Detroit
www.thewhitney.com

Zingerman's Delicatessen
422 Detroit St., Ann Arbor
www.zingermansdeli.com

シーフード

Bonefish Grill
43304 11 Mile Rd., Novi
https://locations.bonefishgrill.com/michigan/novi/43304-eleven-mile-road

Joe Muer
39475 Woodward Ave.,
Bloomfield Hills, MI
http://joemuer.com

Lily's Seafood Grill & Brewery
410 S. Washington Ave., Royal Oak
www.lilysseafood.com

Mitchell's Fish Market
– Livonia 店
17600 Haggerty Rd., Livonia
www.mitchellsfishmarket.com/location/mitchells-fish-market-livonia-mi
– Rochester Hills 店
370 N. Adams Rd.,
Rochester Hills
www.mitchellsfishmarket.com/location/mitchells-fish-market-rochester-hills-mi

O'Brien's Crabhouse
621 S. Opdyke Rd., Auburn Hills
www.obrienscrabhouse.com

Ocean Prime
2915 Coolidge Hwy., Troy, MI
www.ocean-prime.com

Real Seafood Company
341 S. Main St., Ann Arbor
https://realseafoodcorestaurant.com

The Sardine Room
340 S. Main St., Plymouth
www.thesardineroom.com

Streetside Seafood
273 Pierce St., Birmingham
https://streetsideseafood.com

ピザ

Blaze Pizza
26401 Novi Rd., Novi
www.blazepizza.com/locations/mi/Novi

Buddy's Pizza
www.buddyspizza.com/livonia
– Ann Arbor 店
3153 Ann Arbor-Saline Rd., Ann Arbor
– Farmington Hills 店
31646 Northwestern Hwy., Farmington Hills
– Livonia 店
33605 Plymouth Rd., Livonia
– Novi 店
44225 W. 12 Mile Rd., Novi

Tomatoes Apizza
https://tomatoesapizza.com
– Farmington Hills 店
29275 W. 14 Mile Rd., Farmington Hills
– Farmington 店
24369 Halsted Rd., Farmington
– Birmingham 店
34200 Woodward Ave., Birmingham

レストラン

イタリア料理

Andiamo Italia
6676 Telegraph Rd., Bloomfield Hills
https://andiamoitalia.com

Bacco Ristorante
29410 Northwestern Hwy., Southfield
https://baccoristorante.com

Bigalora Cucina
https://bigalora.com
– Ann Arbor 店
3050 Washtenaw Ave., Ste. 112, Ann Arbor
– Plymouth 店
777 W. Ann Arbor Trl., Plymouth
– Southfield 店
29110 Franklin Rd., Southfield
– Royal Oak 店
711 S. Main St., Royal Oak

Buca di Beppo
8888 6 Mile Rd., Livonia
https://locations.bucadibeppo.com/us/mi/livonia/38888-6-mile-rd

Café Cortina
30715 W. 10 Mile Rd., Farmington Hills
https://cafecortina.com

Cantoro Trattoria
15550 N. Haggerty Rd., Plymouth
https://cantorotrattoria.com

Carrabba's Italian Grill
www.carrabbas.com
– Canton 店
1900 N. Haggerty Rd., Canton
– Novi 店
43455 W. Oaks Dr., Novi
– Troy 店
600 W. Big Beaver Rd., Troy

Ciao Amici's
217 W. Main St., Brighton 48116
https://ciaoamicisbrighton.com

Compari's on the Park
350 S. Main St., Plymouth
www.comparisdining.com

Gratzi
347 S. Main St., Ann Arbor
https://gratzimidland.com

Guido's Premium Pizza
47964 Grand River Ave., Novi
www.guidospizzanovi.com

Loccino Italian Grill & Bar
5600 Crooks Rd., Troy
https://loccino.com#welcome

Maggiano's Little Italy
2089 W. Big Beaver Rd., Troy
www.maggianos.com

Maisano's Italian Restaurant
26139 Novi Rd., Novi
www.maisanosnovi.com

Nonna Maria's
2080 Walnut Lake Rd., West Bloomfield
https://nonnamariasbistro.com

Paesano's Restaurant
3411 Washtenaw Ave., Ann Arbor
www.paesanoannarbor.com

Tirami Su
146 Maincentre, Northville
www.tiramisuofnorthville.com

Volare Ristorante
49115 Pontiac Trl., Wixom
www.ristorantevolare.com

フランス料理

The Earle
121 W. Washington St., Ann Arbor
https://theearle.com

他ヨーロッパ料理

Amadeus Cafe
122 E. Washington St., Ann Arbor
http://amadeusrestaurant.com

Dick O' Dow's Irish Pub
160 W. Maple Rd., Birmingham
www.dickodowspub.com

The Melting Pot（フォンデュ）
888 W. Big Beaver Rd., #119, Troy
www.meltingpot.com/troy-mi

Big Tommy's Parthenon Restaurant
（ギリシャ料理）
40380 Grand River Ave., Novi
https://bigtommys.com

Santorini Estiatorio（ギリシャ料理）
501 Monroe St., Detroit
www.pegasustavernas.com

中近東＆地中海料理

Alexandria Mediterranean Cuisine
43155 Main St., Novi
www.alexandrianovi.com

Al Maidah Mediterranean Grill
49342 Pontiac Trl., Wixom
https://almaidahgrillmi.com

Chopped Olive Modern Mediterranean
47454 Grand River Ave., Novi
www.choppedolive.com

Farm Grill
30990 Beck Rd., Novi
www.farmgrill.com

Flaming Kabob
39650 W. 14 Mile Rd., Commerce
www.flaming-kabob.com

Green Ceader
19217 Newburgh Rd., Livonia
https://greencedar.food94.com

House of Falafel
21095 Farmington Rd., Farmington Hills
www.houseoffalafelmi.com

La Marsa
35558 Grand River Ave., Farmington
www.lamarsacuisine.com/locations/farmington-hills-drake

La Shisho Palace
1699 N. Canton Center Rd., Canton
www.lashishopalace.com

Le George
124 E. Main St., Northville
https://legeorge.us

Orchard Lake Mezza
4189 Orchard Lake Rd., Orchard Lake Twp.
www.orchardlakemezza.com

Palm Palace Restaurant
2370 Carpenter Rd., Ann Arbor
www.palmpalace.com

Sheesh Mediterranean Cuisine
37240 5 Mile Rd., Livonia
www.sheeshonline.com

メキシコ料理

Alchile Mexian Grill & Bar
www.alchilemexicangrill.com
– Novi 店
42100 Grand River Ave., Novi
– West Bloomfield 店
6283 Haggerty Rd., West Bloomfield

Barrio Cocina y Tequileria
555 Forest Ave., Plymouth
www.barrioplymouth.com

Border Cantina
21420 Novi Rd., Novi
www.bordercantina.com

Burrito King
30950 Beck Rd., Novi
Tel: 248-960-6566（No Website）

El Patio Mexican Restaurant
38503 W. 10 Mile Rd., Farmington
www.elpatiomi.com

Las Palapas
33308 Plymouth Rd., Livonia
https://laspalapaslivonia.com

On the Border Mexican Café
21091 Haggerty Rd., Novi
www.ontheborder.com/locations/novi/?listing=yext

Pancho's Tacos and Meats
47752 Pontiac Trl., Wixom
www.panchostacosandmeats.com

Taqueria La Casita
49070 Pontiac Trl., Wixom
Tel: 248-926-1980（No Website）

バハマ料理

Bahama Breeze
19600 Haggerty Rd., Livonia
www.bahamabreeze.com/locations/mi/livonia/detroit-livonia/3019

キューバ料理

Frita Batidos
117 W. Washington St., Ann Arbor
https://fritabatidos.com/ann-arbor

Vicente's Cuban Cuisine
1250 Library St., Detroit
www.vicentesdetroit.com

編集後記

改訂版作成にあたって

この度、JBSDからの依頼でミシガン生活ガイドブックの改訂版を発行することになりました。改定するにあたり、まずはミシガン生活ガイドブックの冒頭『はじめに』を読み、ガイドブックの作成の趣旨と必要性を深く理解しました。ガイドブックの編集の過程で慣れない作業に直面し、投げ出しそうになりましたが、その時々に志知さんの文章が思い起こされ、歴代の方々の思いに励まされ、完成までたどり着くことができました。これからミシガンで生活していく方に向けて、志知さんはじめこれまでウィメンズクラブを支えてきたたくさんの方々の思いが冒頭のご挨拶に集約されていると感じ、原文のまま残しておくことにしました。

志知さんの、お言葉にある文書をそのままに「新しくこの地に来られた方々が1日も早くミシガン生活に馴れ、楽しい渡米経験をなさいますよう、編集員一同と共に心より祈っております。」

ミシガン州生活ガイドブック改定プロジェクト代表
チャクラボルティ　広美

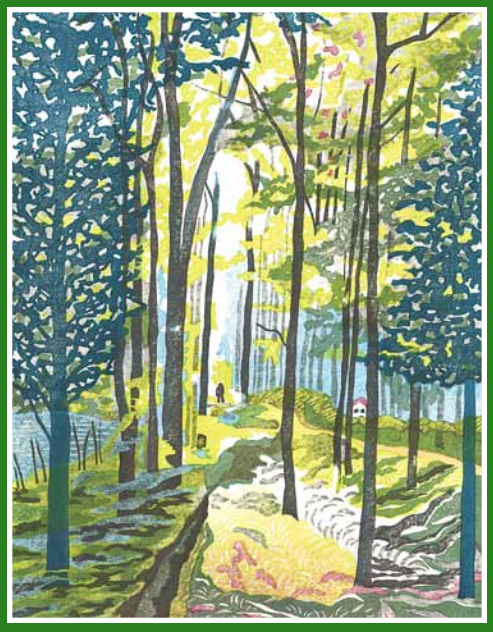
info MICHIGAN

発行:
デトロイト日本商工会
Japan Business Society of Detroit
42400 Grand River Ave. Suite 202
Novi, MI 48375
Tel: 248-513-6354
E-mail: jbsdmich@jbsd.org
https://jbsd.org

編集:
JSDウィメンズクラブ
E-mail: womensclubjsd@gmail.com
www.jsdwomensclub.org

デザイン:
JT&D (Japan Typeset & Design)
P.O. Box 608, Palatine, IL 60078
info@japantypeset.com

@2022 JBSD All rights reserved.



Japan Society of Detroit
Women's Club

www.jsdwomensclub.org