

2020年
2月号
No.51

カンボジアプノンペンから発信

スタ通

— スターツ通信 —

カンボジアでも不動産の事なら
「ピタットハウス」のスターツへ

賃貸・売買 ピタットハウス

TEL : +855-12-803-111
+855-12-687-111お気軽に日本語で
お掛けください。Email : pp@startscambodia.com
ホテルカンボジアーナのロビー階

プノンペン通信

話題の「低糖質食」、日本から専門家を招きエミオンでほろ酔いセミナー
3月20日(金)午後5時半～

糖質を抑えた食事で健康になる話題の「低糖質食」のセミナーが3月20日、午後5時半からホテルエミオン・プノンペンの18階レストランで開かれます。

低糖質または糖質制限は、主に糖尿病の治療方法として知られていましたが、最近ではダイエットの方法として注目されるようになりました。また、糖尿病はもちろん、認知症やうつ病、高血圧といった症状にも効果があるという研究結果もあります。低糖質は「ローカーボ」といわれることもあり、日本のコンビニエンスストアなどには、ローカーボの商品が並ぶようにもなりました。

ただ、低糖質といえば「白米を避ける」ぐらいの知識しかない、という方も多いのではないのでしょうか。低糖質食は、適切な量の糖質摂取を心掛けることで血糖値の急激な上昇を抑え、健康な体づくりをするものです。正しい知識を持てば、ただ我慢をするのではなく、おいしく、楽しい食生活を送ることも可能です。

このたび、糖質制限のスーパードクターズといわれる専門医のみなさんを日本から招いたセミナーが開かれることになりました。カンボジアで低糖質食の普及に取り組むケンクリニックの

奥澤健院長の尽力によるもので、ホテルエミオン・プノンペンも協力をしています。詳細な講演内容はP6の告知を御覧ください。いずれも日本を代表する低糖質食のエキスパートで、そろってお話を聞ける機会は日本でも少ないとのこと。

また、当日は、エミオンが奥澤院長の監修のもとに低糖質ビュッフェと、低糖質食でも飲んでいただけるお酒をご用意します。奥澤院長はじめ先生方とともに、「ほろ酔い」で楽しく聞いていただけるセミナーです。ぜひご参加ください。

参加費は食事、お酒込みで\$45です。お申込みは3月8日までにlocabo2020@gmail.com までおねがいします。定員がございしますので、お申込みはお早目にどうぞ。

※詳細はスタ通今号P6を御覧ください。



第18回

日本人学校通信

青空のもとの大運動会

12月14日(日)、快晴の青空のもとで第5回運動会を行いました。

昨年と同じAIAスタジアムを会場にして恒例のスマイル班対抗で競いました。

大きなスタジアムの中を、子供たちは力いっぱい、走ったり、跳ったり、競争したりしました。保護者、プノンペン大とメコン大の日本語学科の学生の方たちにも参加していただいた「借り人競争」「綱引き」は、大勢の参加があり大盛況でした。



天気が良いので、午後はやや疲れてしまいましたが、充実した1日となりました。参観・参加・協力していただいたみなさま、ありがとうございました。

カンボジア日本人会ウェブサイト <http://www.jacam.cc/>

EVENT & NEWS

日本人会BBQ大会
2月16日(日) 9:00~13:00

カンボジア日本人会では、「2019年度日本人会BBQ大会」を下記のとおり開催いたします。是非、ご家族、ご友人をお誘いあわせの上、ご参加ください。なお、当日は来年度会員の更新および新規申し込みを受け付けます。この機会をぜひご利用ください。

[2019年度日本人会BBQ大会のご案内]

- 日時：2020年2月16日(日) 9:00~13:00
- 会場：ジオパーク
- 参加費
- ① 日本人会会員
大人(中学生以上) \$10 子供(小学生以下) \$5 6歳未満 無料
- ② 現日本人会員の家族および友人
大人(中学生以上) \$15 子供(小学生以下) \$10 6歳未満 無料
- 参加方法
2月12日までに事務局(jimukyoku@jacam.cc)まで下記情報をお送りください。
①参加者氏名 ②年齢 ③電話番号 ④バスの乗車希望の有無
(バスを希望される方は、予約の関係上、2月10日までにご連絡をお願いいたします)

ローズウッド・プノンペン

Rosewood Phnom Penh



IZAでランチを

ローズウッド・プノンペンの37階にある日本食レストランIZA。日本の「居酒屋スタイル」をイメージした幅広いメニューが人気です。プノンペンの街を見下ろし、昼も夜も絶景が楽しめるのもローズウッドならではの特典。

IZAではディナーだけでなく、ランチの提供も開始しました。まぜうどん \$11、とんこつラーメン \$11、寿司御膳 \$18など、種類もいろいろです。お友達と、ご家族と、お客様と、ぜひ足をお運びください。

●営業時間 12:00-14:30 / 18:00-22:30

Add: Vattanac Capital Tower, Monivong Blvd. Tel: 023-936-888
Email: phnompenh.reservations@rosewoodhotels.com web: rosewoodhotels.com

ソフィテル

Sofitel Phnom Penh Phokeethra

バレンタインのスペシャルメニュー

ソフィテル内の各レストランでは、バレンタインの特別メニューをご用意しています。いずれも2月14日(金) 午後6時~10時の時間帯、料金は税別です。



HACHI

7品の和食コースメニュー
お一人様 \$90



DO FORNI

5品のイタリアンコースメニュー
お一人様 \$90



FULUZU

6品の中華コースメニュー
お一人様 \$70



LA COUPOLE

お一人様 \$59

Add: No.26, Sothearos Blvd., Sangkat Tonle Bassac, Khan Chamkarmon
Email: H6526@sofitel.com Tel: 023-999200 Sofitel Phnom Penh Phokeethra

プノンペン5つ星ホテル
プロモーション情報

Five Star Promotion

ラッフルズ

Raffles Hotel Le Royal Phnom Penh

バレンタインは Le Phnom で



バレンタイン・デーには、ラッフルズ・ルロイヤルにあるレストラン Le Phnom 1929 でシーフード・セットをいかがですか。カキ、カニ、エビなど、新鮮な海の幸を存分にお楽しみください。そして、プロセコ1本付きの価格は1セット(2人分)\$88(税別)です。

バレンタイン・デーには営業時間が延長され、午後5時半~11時半までになります。ゆっくりと素敵な時間をお過ごしいただけること間違いなし。お待ちしております。

Le Phnom 1929 は 通常、朝食 6:00-10:00 (月~金)、ディナー 18:00-22:00 (毎日) でご利用いただけます。テラス席もごございます。

Add: 92 Rukhak Vithei, Khan Daun Penh, Sangkat Wat Phnom
Email: dining.leroyal@raffles.com Tel: 023-981-888
Web: www.raffles.com/phnom-penh/

ピッツェリア・マッテオ
トゥールコックに2号店

イタリアン・レストランの「ピッツェリア・マッテオ」が、プノンペンのトゥールコック地区に2号店をオープンしました。335番通りに新たにできたサマイスクエア・モールの1階です。

本店は邸宅を改装した高級感のあるお店ですが、こちらはギンガムチェックのテーブルクロスがかわいらしいアットホームな雰囲気。ガラス戸で開放的な雰囲気もあり、「気軽に来ていただけるお店づくりを目指した」と、内野シェフ。扉で仕切ればプライベートルームにできるテーブル席もあります。

メニューはまだ限定的ですが、本店と同様に安定したおいしさ。大勢で集まっているいろいろなメニューを楽しむことができます。



ルッコラたっぷりのホワイト
クリームのピッツァ



シーフードのピッツァ



サラダは彩り豊か

Pizzeria Matteo

住所: Samai Square Mall (St. 335),
Toul Kork

電話: 012 721 878

営業時間: 11:00-15:00, 17:30-23:00



店内はアットホーム

カンボジアの祝祭日(2月・3月)

2月

なし

3月

8日(日) 国際女性の日

おいしいスポット

真家 Shin-Ya Japanese Dining & Bar



人気の和食店、真家からカラオケルームや宴会スペースができました。カラオケは12名まで、午前2時まで利用が可能。昼カラオケもOKです。ルーム利用料金は1時間\$20。また、20時~2時まで、カウンターでカラオケやお酒を楽しむスナックも併設しています。大宴会場は、最大40名まで利用可能で、セミナーや会議にも使えます。スピーカーやマイク、プロジェクターもあります。利用料金は1時間\$20です。

【住】#38A, St.288, BKK1 【☎】077 720 026 (日本語)
【営】11:30-15:00, 18:00-23:00 (カラオケは午前2時まで)

サンチャ Bagel & Bakery Sancha



日本品質のパンが食べられるパン屋さん「サンチャ」で、グリーンスムージーが発売されました。材料は、ほうれん草、リンゴ、バナナだけ。無添加、無香料、無着色、そして無糖です。体に良くておいしいスムージーは、お持ち帰りのほか、お店で飲むことができます。

【住】#24, St.294 (独立記念塔近く)
【営】7:00-17:30 【☎】081 822 500

カンボジアでも不動産の事なら「ビタットハウス」のスタートへ

ホテルカンボジアナーナのロビー階

Email: pp@startscambodia.com

Tel: +855-12-803-111 / +855-12-687-111 ※お気軽に日本語でお掛けください。



2020年
2月号
No.51

カンボジアプノンペンから発信

スタ通

— スターツ通信 —
法律情報版

MAR & Associates Law Firm

2F, Phnom Penh Tower, #445,
Monivong Blvd. (St. 93/232),
Phnom Penh
Email : info@jblmekong.com
Tel : 023-640-5621

消費者保護法の制定

2019年11月2日、カンボジアにおける消費者保護及び公正な競争の促進を目的とする消費者保護法（以下、「本法律」といいます。）が、公布され、即時施行されました。

本法律は、消費者を対象に事業を行う方にとって、重要な法律といえます。

1. 本法律の適用範囲

本法律は、別に定めがない限り、カンボジアにおいて営利目的の有無には関係なく、「消費者」に対して、物品、サービス又は不動産の販売を含む事業を営むすべての人に適用されます。

また、保護の対象となる「消費者」とは、個人的に、家庭内で利用する目的で物品又はサービスを取得する者等をいい、物品又はサービスを①転売目的、②製造における工程で利用する目的、③事業活動又は不動産の造作として利用する目的で取得する者は含まれません。

2. 規制される行為

本法律は、大きく分けると、①事業上の不正な行為及び②不正な行為を規制しています。

①事業上の不正な行為には、(1)不正な行為、(2)物品やサービスに関する不正な行為、及び(3)不当表示が含まれます。

このうち、(1)不正な行為とは、事業を営む人による、意図的にしたか否かを問わない、消費者に対する紛らわしい又は誤解を招くような行為で、次の行為が含まれています。

- | |
|-----------------------------------|
| (1) 広告、販売促進及びその他の表示行為 |
| (2) 物品又はサービスの価格又は質について消費者を誤解させる行為 |
| (3) 関連する約束、予測及び情報を消費者に開示しない行為 |
| (4) その他、商業省令が定める行為 |

本法律は、②不正行為として、以下の行為を規制しています。

(1) 物品又はサービスの購入について、消費者を混乱させる販売行為

(2) 物品又はサービスの購入等について、消費者を欺く、偽る目的での贈り物や賞金又は無償の物の提供の約束

(3) 誇大広告

(4) ねずみ講

(5) ラベル等に虚偽の情報を記載しての物品の販売行為

(6) 国家消費者保護委員会の承認を受けた、規制当局の省令で定められたその他の不正行為

3. 情報表示義務

本法律は、カンボジア国内で事業を営む者が、商品・サービス等の提供に際して、一定の情報を表示することを義務付けています。表示すべき情報は各管轄当局が省令によって定めるものとされています。

各管轄当局が省令で定めることとなる、表示すべき情報の例として、本法律は商品の種別、量、生産地、成分、製造年月日、消費期限等を挙げています。注意すべき点として、外国語表示も可能であるが、クメール語の併記が必須とされている点が挙げられます。

4. 違反者に対する対応

本法律は、違反に対して、書面による警告、商業登録・許認可の一時停止や取消処分を定めています。また、最大で5000万リエル（約1万2500ドル）の罰金、もしくは、最大で8000万リエル（約2万ドル）の暫定的な罰金、又は、禁固刑も規定されています。

5. 今後の注意点

本法律には、省令に委ねられている部分が多くあり、今後の省令の内容にも注意を払う必要があります。

2020年
2月号
No.51

カンボジアプノンペンから発信

スタ通

— スターツ通信 —
リスク情報版TOKIO MARINE
東京海上日動火災保険株式会社
プノンペン駐在員事務所担当：池田
E: tnmfpp@tokiomarine.co.th T: +66 2 686 8889

カンボジアリスクレポート ~コロナウイルスの情報と対策~

【コロナウイルスとは】

風邪等の呼吸器系の病気を引き起こすウイルスです。表面に突起があり、太陽のコロナに見えることからこのような名前がついています。過去に多数の患者が発生した、SARSやMERSもこのウイルスの亜種です。



本記事では、広がりつつあるコロナウイルスの情報提供をさせていただきます。主に、現状の整理を行うとともにその対応策をご紹介します。

【現在の状況について】

1月13日、世界保健機関（WHO）は中国武漢市で確認された新型コロナウイルスの輸入症例がタイにおいて報告されたことを発表。感染者は8日にスワンナプーム空港に到着した中国人女性とされています。当該女性は現在も国内の病院に入院中で既に完治しているとのことだが、数日中に出る予定の検査を待っている状況とされています。新型コロナウイルスの発生源とされている中国では、2019年12月30日から2020年1月11日までに41名の患者が発生し、うち1名が死亡、重症が7名とされ、死亡した1名は重篤な基礎疾患を有していたことが明らかになっています。

【予防策について】

過去、流行したSARSやMERS等への対策へも同様の予防策が提示されています。当該新型ウイルスによる感染が確認されている地域への渡航を避けることはもちろんですが、下記対策を皆様にも徹底して頂くとともに、周知いただくこともお願いいたします。

予防策1	石鹸でこまめに手を洗う、アルコール消毒するなどして手を清潔に保つ
予防策2	加熱が不十分な食品（未殺菌の乳や生肉など）や不衛生な状況で調理された料理を避け、果物、野菜は食べる前によく洗う、といった一般的な衛生対策を心がける。
予防策3	糖尿病や慢性肺疾患、免疫不全などの持病（基礎疾患）がある方は、当該ウイルスに限らず、一般的に感染症にかかりやすいため、旅行の前にかかりつけの医師に相談するなどし、渡航の是非について検討する
予防策4	咳やくしゃみの症状がある人や、動物との接触は可能な限り避ける。
予防策5	自身に咳、発熱などの症状がある場合は、他者との接触を最小限にするとともに、咳エチケット（[1] マスクをする、[2] 咳・くしゃみの際はティッシュペーパーなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむける、[3] 使用したティッシュペーパーはごみ箱に捨て、手を洗うなど）を徹底する。

今回はコロナウイルスの最新情報とその対策について情報提供をさせていただきました。カンボジアにおいてはまだ発症が確認されておりませんが（1月21日時点）、発症を未然に防ぐ、または発症に備え、非常時の際の対応について確認をしておくことをお勧めいたします。本記事がそのお助けになれば幸いです。

2020年
2月号
No.51

カンボジアブノンペンから発信

スタ通

— スターツ通信 —

発行元・文責：As One Language Co., Ltd.

As One Language

日本語・英語翻訳なら
アズワンランゲージにお任せください

お気軽にお問合せください

Email: info@asonelanguage.com

電話: +81-(0)72-927-5350

ビジネスコミュニケーション in イングリッシュ #11

「英語での電話対応 - 役立つフレーズ集」

Eメールでやり取りすることが多くなっていますが、電話対応が必要な場面もあるのではないのでしょうか。英語での電話に慣れていないと少し緊張しますが、ポイントを押さえておけば、プロフェッショナルに聞こえ、良い印象を与えることができます。まずは、そのまま使えるフレーズを覚えておくと安心です。

電話をうける Taking a call

Hello, ABC Company, Taro speaking. How may I help you?

(はい、ABC 社のたろうです。どのようなご用件でしょうか。)

This is Tanaka speaking.

((自分あての電話に出た場合) 田中です。)

Could I ask who is calling, please?

(どちらさまでしょうか。)

I am sorry. He is not here today.

(彼は本日社内におりません。)

I am afraid she is not available at the moment

(彼女は今お電話に出られません。)

Can I take a message?

(伝言を承りましょうか。)

I didn't catch your company name. Could you say it again?

(御社名が聞き取れませんでした。もう一度教えていただけますか。)

Let me just repeat that.

(復唱させてください。)

電話を切る Ending a call

Thank you for your time.

(お時間いただき、ありがとうございます。)

Thank you for your call.

(お電話くださり、ありがとうございます。)

*「もしもし」にあたるのが「Hello」。ビジネスで使っても大丈夫です。

電話をかける Making a call

Hello, This is Taro Tanaka from ABC Company.

(もしもし、ABC 社の田中たろうと申します。)

I am calling regarding...

(…の件でお電話しています。)

May I speak to Mr. Smith?

(スミスさんとお話できますか。)

Could you please take a message?

(伝言をお願いできますでしょうか。)

I am calling to ask about...

(…についてお伺いしたいのですが。)

When is a good time to call?

(いつごろお電話するのが良いでしょうか。)

Could you ask him to call me back?

(電話くださるようになんにお伝え願えますか。)

He knows my number.

(電話番号をご存知です。)



●アズワンランゲージ代表 杉本直子 (翻訳者 / 翻訳品質管理責任者)

カリフォルニア州立大学卒業。大手半導体メーカーの社内翻訳を経て、2006年に翻訳専門のアズワンランゲージ株式会社を設立。現在、カンボジア系米国人の夫と息子達と共に大阪在住。子育てと翻訳業務に奮闘しています。日本翻訳連盟、American Translators Association (米国翻訳者協会) 会員。

日英翻訳歴14年以上。米国・日本・カンボジアに在住歴がある日本人翻訳者と英語ネイティブ翻訳者のチームが責任をもってご対応いたします。

まずは info@asonelanguage.com までお気軽にお問い合わせください。
アズワンランゲージ株式会社 | 大阪府柏原市高井田1585-6 | +81-(0)72-927-5350

2020年
2月号
No.51

カンボジアプノンペンから発信

スタ通

— スターツ通信 —

カンボジアでも不動産の事なら
「ピタットハウス」のスターツへ

賃貸・売買 **ピタットハウス**

TEL : +855-12-803-111
+855-12-687-111

お気軽に日本語で
お掛けください。

Email : pp@startscambodia.com
ホテルカンボジアーナのロビー階

ケン・クリニック開業10周年記念

おいしく食べて、健康に!

低糖質セミナー スーパードクターズ大集合

2020年 3月20日(金) 昼の部/夜の部

話題の低糖質食について、第一人者である「スーパードクターズ」たちが日本からやってきます。カンボジアで低糖質食を広めているケン・クリニックの奥澤健院長をナビゲーターに、「昼の部」と「夜の部」2回の講演会が開かれます。

<昼の部> 10:30~正午

「ダイエット成功のための体づくり」

講師:比嘉 直子さん(料理研究家)

沖縄の「じねんこどもクリニック」でダイエット外来を担当。マックス100キロから、1年半で40キロのダイエットに成功し、ダイエットカウンセラーに。2019年11月、「マンガで卒デブ 40kgやせ ちゃんと食べて生まれ変わるダイエット」(主婦の友社)出版。



比嘉 直子さん

- ◆ 場 所:ルポワン・カフェ&ピストロ No.10, St.208, Daun Penh, Phnom Penh
- ◆ 参加費:未定 (決定次第、フノンのFBなどお知らせいたします)

<お申込み方法>

ご参加には事前申し込みが必要です。
以下のアドレスまでメールをお願いします。

locabo2020@gmail.com

- ①参加希望のセミナー(昼の部または夜の部)
 - ②参加者のお名前(複数参加の場合は全員)
 - ③代表者の連絡先(電話)
- を明記のうえ、お送りください。

★締切/ 3月8日(日)

それ以前でも定員になり次第締め切りますので、お早目にお申込みください。

<夜の部> 午後5:30~9:00

「ほろ酔い低糖質セミナー」

低糖質食の専門家のお話を聞きながら、低糖質メニュービュッフェとお酒をお楽しみください。ほどよいほろ酔いで盛り上がりましょう。

講演①「スポーツと糖質制限 ~サッカー長友選手が成功した理由をさぐる~」

講師:今西 康次 医師 (じねんこどもクリニック院長、小児科専門医、日本スポーツ協会公認スポーツドクター)

講演②「皮膚科医が語るケトン体パワーのアドバンテージ」

講師:藤澤 重樹 医師 (医療法人社団 アップル会 藤澤皮膚科 理事長)

講演③「ケトン体で、糖尿病、認知症、癌にならない健康長寿の道」

講師:宗田 哲男 医師 (千葉県市原市の宗田マタニティクリニック院長、ケトン体研究の第一人者であり、「ケトン体が人類を救う」などの著書多数)

ナビゲーター:奥澤 健 (ケン・クリニック院長)

- ◆ 場 所:ホテルエミオン・プノンペン 18階レストラン
- ◆ 参加費:\$45 (お食事、お酒、ソフトドリンク飲み放題)

★会場直売★

南国鯛

高たんぱく質、低脂肪の低糖質食として最適な食材。(カンボジアフレッシュファーム)

ラカントS

サラヤの自然由来甘味料です。(サラヤ)

お酒とお茶

低糖質食でもOKなお酒やお茶をご用意します。(ジャパンショップ)



今西 康次 医師



藤澤 重樹 医師



宗田 哲男 医師



奥澤 健 医師

主催/



協力/

