



An Information Magazine for the International Community in Kochi

在住外国人のための生活情報冊子「Tosa Wave」2010年12月・2011年1月号(Vol. 39) 発行: 公益財団法人高知県国際交流協会

“Special Discounts and Useful Services”

This edition features some discount information and convenient services useful for the travel and banquet season around the end of the year and New Years, and some information that might make your winter in Kochi more enjoyable.

Train trips on a shoestring -Steven Yuen, Kencho CIR

While train travel in Japan is one of the most expensive in the world, there are many ticket discounts available if you are on a budget but want to travel around Shikoku for a weekend or so.

Hanshin Return Free Ticket

Available: anytime

Valid lines: Kochi-Okayama: Tokkyu Express (reserved seating), Okayama-Kobe/Osaka on Shinkansen “Hikari”, “Nozomi” or “Kodama” (reserved seating); JR lines hop on/hop off in “Free Zone” of Kobe and Osaka.

Cost and Validity: ¥15,300 for 2 days on Weekends/Holidays; ¥16,300 for 4 days anytime

Perks: A ticket will allow you to go from Kochi to Kobe and Osaka return on the fastest trains, plus free rides on all JR trains within Kobe and Osaka. This might just be the perfect ticket if you're thinking of going to Universal Studios Japan!



JR Shikoku Tokkyu Express Train

Birthday Ticket

Available: anytime in the month of your birthday

Valid lines: All JR Shikoku Lines, JR buses

Valid days: 3 consecutive days

Cost: ¥10,000

Perks: Can ride on the Green Car (first class reserved seating) of Tokkyu Express trains.

Can purchase for up to 3 other friends.

Hop on, hop off at any time.

Rediscover Shikoku Advance Ticket

Available: a day to 1 month in advance

Valid lines: JR Shikoku Lines, buses, but not Tokkyu Express Trains

Valid days: 1 day on Weekends/Holidays

Cost: ¥2,000 (half price for children)

Perks: Hop on, hop off at any time

Shikoku Free Ticket

Available: anytime

Valid lines: JR Shikoku Lines, buses

Valid days: 3 consecutive days

Cost: ¥15,700

Perks: Tokkyu Express Free Seating.

Hop on, hop off at any time.

**Please check with your ticket office before purchase as there may be exceptions to the abovementioned conditions.*

Travelling light to the airport – Chihiro Fukuoka for KIA

When you are going abroad or travelling back to your own country, carrying a lot of luggage to and from the international airport can be hard work. Travelling light makes sense especially when living in Kochi where it is a long way to get to either Kansai or Narita airports.

Kansai airport offers a good pick up service. They will come to your house and pick up your suitcases, and you can collect them at a counter at the airport. Counters are located at both the northern and southern ends of the fourth floor (international departures). It's best to book three to four days before you're due to fly.

Other services are available, such as temporary storage facilities, and delivery services for baggage and souvenirs brought back from overseas. For more information on baggage delivery and collection services from Kansai airport, go to :

http://www.kansai-airport.or.jp/en/service/baggage/index.html#_04 (English)

Narita International Airport also provides similar services, but before you book the pick up service, make sure to check which terminal you are using.

Narita airport website: http://www.narita-airport.jp/en/guide/service/list/svc_05.html (English)



“Small Packets” Shipping Method – Lisa Yasutake, Kochi City CIR

Sending a package overseas can be very costly. But did you know that packages under 2kgs can be sent by post at comparatively cheaper prices than heavier ones? For example, sending a 3.6kg package from Kochi to California by SAL (a shipping method that treats packages as surface mail within each country but airmail between countries) would cost over ¥6000. If you were to split this into two packages however, each 1.8kg package would cost ¥1880 to send, making the total ¥3760.

To use this shipping method called *kogata housou butsu* or “Small Packets,” the box must be less than 90cm in total (length + width+ height) with the length between 14-60cm, the width more than 9cm, and the weight less than 2kg. Also, a customs declaration sticker must be filled out and attached (available at the post office).

If you are planning to send a package over 2kg, you may want to consider splitting the contents into smaller packages less than 2kg if possible. You could save yourself some money! Check the post office's English website for more shipping methods and details: <http://www.post.japanpost.jp/english/index.html>



Exchange Service from Used Paper and Magazine to Toilet Paper – Susumu Yoshida for KIA

When you are at home on a day with nice weather, have you ever noticed a truck driving slowly while announcing “I will exchange used paper and magazines for toilet paper?”

If you bundle old newspapers and magazines together and keep them in your house instead of throwing away such recyclables in the garbage, you can receive one roll or more (depending on the amount given) of toilet paper from the truck driver. When you notice the truck driving by your home, stop it and hand the old newspapers and magazines to the driver.

This exchange service kills two birds with one stone. That is, it contributes not only to the protection of the global environment but also saves you money. It may be hard to notice the voice spoken in Japanese and the driver probably speaks only Japanese, but please give it a try.



とく べんり お得・便利なサービス

今回は、年末・年始の移動シーズンや飲み会のときに役立つお得・便利なサービス情報、高知の冬を楽しみ、安心して過ごすことができる情報を集めてみました。

おトクな列車きっぷ (担当: スティーブン・ユイン)

日本の列車は世界一高いとよく言われますが、四国を周遊するためにおトクなきっぷがたくさん揃っています！

阪神往復フリーきっぷ

利用期間: 通年

利用路線: 高知～岡山駅間は特急列車(指定席)・岡山駅～西明石駅・新神戸駅・新大阪駅は新幹線「のぞみ」「ひかり」

「こだま」の普通車指定席・神戸～大阪のフリー区間は乗り降り自由

値段・有効期間: [4日間用] ¥16,300 [週末・休日2日間用] ¥15,300

ここがおトク: きっぷで高知から神戸・大阪までの最速手段 しかも神戸・大阪間のフリー区間で乗り放題ですから、

USJに行くのに最適かもしれませんね！



JR四国特急列車

パスデいきっぷ

利用期間: 誕生日

利用路線: JR四国全線・路線バス

有効期間: 3日間

値段: ¥10,000

ここがおトク: 特急列車のグリーン車指定席も利用

可能・3人までのお連れ様ご購入可能・乗り降り自由

四国再発見早トクきっぷ

利用期間: 利用日1ヶ月から前日まで

利用路線: JR四国全線(特急列車を除く)

・路線バス

有効期間: 1日間(土日・祝日のみ)

値段: ¥2,000(子供半額)

ここがおトク: 乗り降り自由

四国フリーきっぷ

利用期間: 通年

利用路線: JR四国全線・バス

有効期間: 3日間

値段: ¥15,700

ここがおトク: 特急列車(自由席)・乗り降り

り自由

*条件に例外があるかもしれないので出発する前に 予め窓口にご確認ください。

空港へ身軽に行こう (担当: 福岡千尋)

海外へ旅行に行く際、また故郷に帰国する際、大きな荷物を自宅から国際空港に運ぶの、大変ですよね。特に高知からだとも乗り換えなどあるので、なるべく身軽に空港へは行きたいものです。そこで、便利な宅配サービスをご紹介します。

大きな荷物がある場合、自宅から空港に宅配便で送り、空港にある宅配サービスカウンターにて受け取ることが出来ます。

関西国際空港ではサービスを行っている会社が2社あり、いずれも4階の出発フロアにサービスカウンターを構えています。各社とも出発の3～4

日前までに電話予約が必要となります。

他にも空港内には手荷物一時預かりサービス、お土産やスーツケースの手荷物宅配サービスも有りますので、

関西国際空港のサイトをチェックしてみてください。 <http://www.kansai-airport.or.jp/en/service/baggage/index.html#04> (英語)

成田空港にも同様のサービスがあります。ただし、成田空港は利用航空会社によりターミナルが違いますので、

どこのターミナルで荷物を受け取るか事前の確認が必要です。

成田空港Webサイト <http://www.narita-airport.jp/en/guide/service/list/svc.05.html> (英語)



小包包装物

(担当: リサ・ヤスタケ)

海外へ荷物を送るとお金が結構かかりますね。しかし、2kg以内の小包を割安で郵送できることをご存知ですか？例えば、高知からアメリカのカリフォル

ニア州へ36kgの小包をエコノミー航空便(速さと料金は船便と航空便の間)という方法で送るとしたら、6000円以上かかります。それを、1.8kg ずつある2

つの小包包装物にすれば、ひとつ1880円、ふたつ合わせて3760円で送ることができます。

この「小包包装物」という送り方を利用するには少し制限があります。箱の長さ、幅、厚さを合わせて90cmを超えない、

長さは14～60cm、幅は9cm以上、重さは2kg以内であることが必要です。窓口では税関告知書もらい、内容等を記入

して小包に貼ります。中身を分けて送れるとしたら、分けたほうが断然安くお得です！

詳細と他の郵送方法は郵便局のホームページに載っています: <http://www.post.japanpost.jp/index.html>



古新聞・古雑誌とトイレトペーパーを交換してくれるサービス (担当: 吉田進)

天気の良い日中、皆さんが家にいるとき、古新聞・古雑誌などとトイレトペーパーを交換してくれるトラックが「トイレ

トペーパーと交換します」とアナウンスしながら、ゆっくりと走る姿に気付いたことはないでしょうか？

古新聞・古雑誌などリサイクルできるものをゴミ捨て場に捨てず、まとめて家に置いておけば、この古紙回収業者のト

ラックが近づいてくると気付いたとき、そのトラックを止め、まとめておいた不要な古新聞・古雑誌などをトイレトペー

パー(1ロールから、提供量による)と交換してくれます。

リサイクルして地球環境のために良いことをするだけでなく、あなたのお財布にも良い、まさに一石二鳥のサービス

です。日本語のアナウンスですので気付くのが難しいかもしれませんが、運転手もたぶん日本語しか話せないと思いま

すが、是非トライしてみてください。



The season for Yuzu baths – Chihiro Fukuoka for KIA

Winter is the best season for taking baths. When I come in from the cold outside and climb into a warm bath, I feel especially glad to be in Japan.

It is traditional in Japan to take a yuzu bath on the winter solstice, as this is supposed to bring good health. Yuzu is rich in vitamin C and other chemicals that are good for your body circulation, and can help prevent you from catching colds. Adding some yuzu to the water in your bath tub also has a relaxing therapeutic effect.

Kochi is one of the most famous yuzu-producing areas in Japan. Umaji village and Kitagawa village are both famous for growing yuzu, and the local hot springs provide the service of a yuzu bath. Several other hot springs also offer this service, and in the winter season you will be welcomed by the refreshing fragrance of yuzu.

Some hot springs where you can enjoy a yuzu bath:

Kitagawa Village Onsen: Dec.1-29

HP: <http://kitagawamura.lolipop.jp/> (Japanese)

Umaji Village Onsen: Dec.22 (solstice day) only

HP: <http://www.umaj.gr.jp/> (Japanese)

Poka Poka Onsen: Dec.22 (solstice day) only

HP: <http://www.pokaon-kochi.com/> (Japanese)



Parking lots around Kochi Airport – Susumu Yoshida for KIA

You may have many opportunities to use Kochi Airport on a variety of occasions such as travel, business trips and driving your friends to and from the airport. Here is good news for those who use a car for transportation to the airport.

You can find the airport-run parking lot in front of the entrance of the airport and many private parking lots around the airport. They each offer their own discount services.



The airport-run parking lot provides you a one-hour free parking service worth ¥150 if you eat and drink more than ¥2,000 worth or buy something more than ¥3,000 inside the airport. I would recommend you use a prepaid card, which costs ¥10,000 but has ¥11,300 worth if you are a frequent user of the airport.

I would recommend you use one of the private parking lots when you want to park your car for a few days. Because the private parking lots are a little distant from the airport, they keep their parking fee cheaper (¥600-¥700 per night) than that of the airport-run parking lot. All of them drive you to and from the airport so you don't need to carry your heavy luggage with you. Some give you a discount ticket for the next time you use their parking lot. **Airport-run parking lot website:**

<http://www.aelf.or.jp/kochiryoma/kochiryoma.html>

Daikō (Replacement Driver Service) – Susumu Yoshida for KIA

If you commute by car or often use a car, the replacement driver service (daikō in Japanese) is a perfect service in the year-end and New Year party season.



Daikō is a service where someone drives your car for you, and delivers you and your car to your home together.

Drink-driving is prohibited in Japan, so you cannot drive after drinking. But if you leave your car and go home by taxi, you cannot drive to your office the next day.

Cars used for daikō are not equipped with meters like taxis, so you have to bargain with the driver over the fare. In my experience, the fare is the same or less as that of taxis in Kochi City.

Some daikō businesses offer special discount services; there is a business which provides 10-15% discount for a yellow plate car and 10% off for a woman, and another business offers you up to ¥1,000 off if your license plate number corresponds with the winning number which the business sets every month.

Unlike taxis, cars used for daikō have a sign “代行” in Chinese characters equipped on the car roof and almost all of them are yellow plate cars (see the picture). Around restaurant districts at night there are plenty of daikō cars waiting for customers so you may have trouble choosing one of them. In such a case, it would be better for you to ask someone such as a coworker which company is good beforehand.

This service is indispensable in Kochi where public transportation services including trains and buses are not enough. The number of daikō businesses in Kochi is extremely high per capita in comparison with big cities such as Tokyo. This fact tells us what an important role the daikō service plays in Kochi.

ゆず湯の季節です (担当:福岡千尋)

冬はやっぱりお風呂です。寒い外から帰ってお風呂に入る時が、日本って素晴らしいと思う瞬間です。

日本には 12月22日頃の冬至の日に無病息災を願い、ゆず湯に入る習慣があります。ゆず湯とはお風呂にゆずを丸ごと浮かべたものをいいます。

ゆずには血行を促進する成分、鎮痛作用のある成分が含まれ、更にビタミンCも豊富なため、湯につかり全身からそれらの成分を吸収することで風邪をひきにくくする効果があります。

高知はゆずの名産地として有名です。馬路村や北川村などゆずの産地では、ゆず湯サービスを提供する温泉があります。また県内の様々な温泉地でもゆず湯に入ることが出来ます。行きなれた温泉も一味変わったものになり、季節を感じられます。ゆず湯に入れる温泉をいくつかあげてみましょう。

北川村温泉: 12月1日～12月29日 <http://kitagawamura.lolipop.jp/> (日本語)

馬路村温泉: 12月22日(冬至の日)のみ <http://www.umaj.gr.jp/> (日本語)

ぽかぽか温泉: 12月22日のみ <http://www.pokaon-kochi.com/> (日本語)

高知空港周辺のパーキング (担当:門田麻里)

旅行や出張、友人の送り迎えなど、様々な場面で空港を利用する機会があると思います。ここでは空港までの交通手段で車を使う方に耳寄りな駐車場情報をお伝えします。

空港周辺には、ターミナルビル正面に空港駐車場が、その周りにたくさん民間駐車場があり、各駐車場で独自の割引サービスを行っています。

空港駐車場は、空港内で 2000円以上の飲食、または 3000円以上の買物をすると駐車代金が 1時間分(150円)無料になります。頻繁に空港を利用する方にはプリペイドカードがおすすめです、11300円分が10000円で購入できます。

車を数日置いておきたい方には、民間駐車場がおすすめです。民間駐車場はターミナルビルから少し距離があるため、空港駐車場に比べて駐車料金が安いです(相場1泊600円～700円)。すべての駐車場は、駐車場からターミナルビルの入口まで便利な無料送迎車を出しているの、重い荷物を持って歩く必要はありません。次回駐車した時使用できるお得な割引券を発行している駐車場もあります。

空港駐車場: <http://www.aelf.or.jp/kochiryoma/kochiryoma.html>

運転代行サービス (担当:吉田進)

もしあなたが車通勤や車をよく使う人なら、運転代行サービスは忘年会・新年会シーズンに持て来いのサービスです。なぜなら、あなたの代わりにあなたの車を運転してくれ、あなたの車を家の駐車場まで届けると同時に、あなたも家まで送ってくれるからです。

日本では飲酒運転が禁止されていますので、お酒を飲んだら車の運転ができません。かといって、車を置いてタクシーで帰っても、次の日の通勤が困ります。運転代行車にはタクシーのようなメーターがないので、利用料金は交渉次第ですが、私の経験から言って、高知市内の場合、利用料金はタクシー代と同じか、それ以下です。

運転代行業者によってはお得な割引サービスをしている会社もあります。軽四輪自動車なら10%から15%オフ、女性なら10%オフのサービスを提供する運転代行業者もあれば、毎月の当たりナンバーを決めてその番号が自動車のナンバーと同じなら最大で1000円割引く運転代行業者もあります。

運転代行車は、タクシーと違って、車体の上に漢字で「代行」というサインがあり、軽四輪自動車であるのがほとんどです。夜の飲食街にはたくさんの運転代行車が待機していますので選ぶのに迷いますが、そういう場合は、あらかじめ職場の同僚などに優良な運転代行業者を聞いておくのと良いです。

電車やバスなど公共交通機関があまり整備されていない高知では、このサービスは欠かせません。運転代行業者の数が人口比あたり東京などの大都市に比べて圧倒的に多いのが、高知におけるこのサービスがいかに大切かを物語っています。

Savings at Supermarkets – Steven Yuen, Kencho CIR

Here are some tips for those of you who like to save a few bucks at the supermarket. Did you know about these?

“Time service”

After a certain hour, in order to sell all foods that spoil, supermarkets will mark down prices and put stickers on the food packets. 50-100yen discounts are common, and sometimes half price if you wait long enough! Each supermarket is different but they generally mark down the prices of meats, fish and pre-made dishes after the evening rush and before the shop closes, and for daily products like milk, bread and tofu, just after the shop opens.

Farmer's produce section

More and more supermarkets are beginning to have a section for vegetables and other foodstuffs that have been supplied directly from local farmers. Usually they are much cheaper and fresher than the imported foods from other prefectures. Go early for this!

Taste-testing

Usually supermarkets wait until around meal times when people are most hungry to dish out tidbits that are made for customer's tasting and therefore purchase. Don't feel like you need to buy the stuff!

Point cards

If your supermarket has a point card system, use it! Signing up for a card is usually free, and each time you shop you get points that go towards some reward system. Some cards can be used at other affiliated shops too.

Lucky Bags – Lisa Yasutake, Kochi City CIR

What do you have planned for New Year's? Eat some *osechi ryori*—traditional New Year's dishes—or go to a shrine for *hatsumoude*—the traditional first visit of the year? How about taking part in the traditional rush for some *fukubukuro*? What's *fukubukuro* you ask? They are known as “lucky bags” or “mystery bags” in English, and are bags filled with a certain number of products, sold at a cost much lower than the combined retail prices of the products concealed inside. They can be found at certain department stores, clothing stores, and electronics stores from New Year's Day onward until they sell out. If you like a bargain, it's the thing for you!

So what's so traditional about it?! Some people believe that *fukubukuro* is a recent invention, but the concept actually dates back to the Edo period when Daimaru, now a nationwide chain department store, began selling bags of leftover fabrics for cheap at their first opening of the new year. Some scoff at *fukubukuro* as just an opportunity for retail stores to clear out their inventory. This may be true, and it is a bit of a gamble, but often they have a select number of “lucky” bags with an extra extravagant item. In Daimaru's case, it was a golden *obi*. For the Japanese Apple Stores, which began lucky bags in Japan in 2004, it could be an iPod or a MacBook Pro!

They vary greatly in prices, the cheapest being a few hundred yen and some being a couple million. The more popular bags sell out on the first day, some within an hour, so you may have to line up or fight some obachans or techies if you want one. Are you feeling lucky?

Kochi-Iryo-Net – Asato Kadota for KIA

When you are ill and want to see a doctor, how do you search for hospitals? If you prefer to go somewhere near your home or be able to correspond in your own language, sometimes you may have difficulty finding one. I'll tell you about a website, “Kochi-Iryo-Net”, that can help you find such a hospital immediately.

“Kochi-Iryo-Net” is a convenient website that tells you information about emergency hospitals, clinics, dentists and pharmacies in Kochi. What you have to do is input your language, medical condition and location into the website. Then a list of hospitals that applies to those requirements is displayed and the user can select the best one from it. In addition, when you have to go to the hospital right away, it is very useful because this website tells you which hospitals are open at the moment. Furthermore, you can use this service not only by PC but also by cell phone. You can look for the nearest hospital by using your cell phone's GPS. Please check this website if you have trouble finding hospitals.

<http://www.kochi-iryo.net/>

Published by the Kochi International Association (KIA)
TEL:088-875-0022 FAX:088-875-4929 Email: info_kia@kochi-kia.or.jp
Edited by Tosa Wave volunteers and KIA staff
English Edited by Lisa Yasutake, Kochi City CIR

スーパーで節約(担当: スティーブン・ユイン)

スーパーで節約したいあなたに攻略法を紹介します！ご存知でしたでしょうか？
タイムサービス: その日に売ってしまいたい生鮮品は夕方になると割引シールが貼られます。¥50～¥100引きが一般的ですが、しばらく待つと半額になることもあります。時間帯はスーパーでそれぞれ違いますが、基本的に肉、魚、惣菜などは夕方のラッシュ以降から閉店までセールで、牛乳、パン、豆腐などの日配品は開店直後が期待できます。

野菜直売所: 最近のスーパーは卸売市場を通さずに直接近所の農家から野菜などを卸し、スーパーで野菜直売所を設置することが多くなっています。ここで販売されているものは県外から仕入れた商品よりも新鮮で格安のことが多いです。なので、早いうちにチェックしに行きたいです！

試食コーナー: 客が一番お腹を空かせている時間に、試食コーナーは設けられます。商品を試食させても、強制的に買わせることはないので、試食だけで済むでしょう。

ポイントカード: 近くのスーパーにポイントカードシステムがあるのなら、ぜひ利用してください。ほとんどが無料で登録できて、買物券、あるいは他の特典がもらえます。ほかの加盟店でも使えるカードもあるからとてもお得ですよ。

福袋(担当: リサ・ヤスタケ)

お正月はどう過ごす予定？伝統的なお節料理を食べたり、伝統的な初詣へ出かけた？伝統的な福袋ラッシュに参加してみても？え？福袋って何？福袋とは、中身が隠された状態で様々な商品が袋に詰められ、中身の総額より安く、デパート、洋服店、電器店などで元旦から販売されるものである。バージョンがお好きな方にはおすすめ！

でも福袋のどこが伝統的なの？福袋は近年始まったものと思っている人がいるみたいだが、福袋のコンセプトは遙かに古い。名前が違っていたものの、実は老舗百貨店の大丸が初売りのときに袋詰めされた端切れを江戸時代に販売し始めたそうだ。お店側の在庫処分だと考えて福袋に手を出さない人もいます。実際にそうかもしれない。しかし、ちょっとした賭けでもあり、時には豪華な品物がプラスされている「当たり」の袋もある。江戸時代の大丸の場合は金の帯が入っていたそうだが、2004年に福袋を始めた日本アップル社の場合は iPod やマックブックプロが当たる可能性がある。

福袋の相場は数万円だが、提供しているお店や中身によって値段が異なる。数百円のものもあれば、200万円というものもある。人気の福袋は元旦、一時間以内に売り切れたりするので、列に並んだり、おばちゃんや電化製品ラブたちと取り合いをしないといけないかも！デパートの角には福来たる？！

こうち医療ネット(担当: 門田麻里)

体調が悪くて病院に行きたいとき、みなさんはどのようにして病院を探していますか？家から近いところがいい、言葉が通じるところがいいなど希望はあるけれど、そのような病院を探すには少し苦労してしまうのではないのでしょうか？ここでは、そんなあなたの要望に合った病院をすぐに見つけられる便利なサイト「こうち医療ネット」を紹介します。

こうち医療ネットとは、高知県内の救急対応可能医療機関、医療機関、歯科、薬局などの情報を、インターネットで簡単に検索できるサイトです。対応可能な言語、診療科目や地域といった条件別に検索ができます。全ての条件に該当する医療機関が表示されるので、利用者はその中から自分に合ったひとつを探ることができます。また、現在診療中の医療機関を探すことができ、今すぐ病院に行きたいときにはとても便利です。さらにパソコンだけでなく携帯からもサイトにアクセスでき、GPS機能を使って現在地から周辺の医療機関を検索できます。病院探しに困ったときには是非利用してみてください。

<http://www.kochi-iryo.net/>

発行: 公益財団法人高知県国際交流協会 (KIA)
電話: 088-875-0022 FAX: 088-875-4929 Email: info_kia@kochi-kia.or.jp
編集: TWボランティア・KIAスタッフ
英文校正: リサ・ヤスタケ (高知市国際交流員)