

Friendship International



MARCH 6, 2026

嵐の春

最近見られたように、この時期は天気が不安定になることがあります！雪が降ったかと思えば、次の日は晴れて暖かいのです。ここレキシントンを含む中西部では、3月は悪天候の最盛期の始まりでもあります。

春の天気は急変することがあります。南からの暖かい空気が残留する冷たい空気とぶつかって、激しい雷雨を発生させます。これらの嵐は激しい雨に洪水、ひょうやあられ、暴風、そして時には竜巻をもたらす可能性があります。ケンタッキー州は春に特に被害を受けやすい地域に位置しているため、「気象に留意する」ことは私たち全員にとって大事なことです。

気象に留意するとは、単に注意を払い、計画を立てることを意味します。こちらに備えをするための簡単な方法をいくつかご紹介します：

1. 情報の入手に努める**

信頼できる天気アプリをダウンロードし、緊急警報を受け取れるようにしましょう。NOAA（アメリカ海洋大気庁）の気象ラジオも有用なツールで、特に夜間に眠っている場合に役立ちます。

2. 安全な場所を把握する

家の中で一番安全な場所を確認しておきましょう。通常は地下室、または窓から離れた最下層の内側の部屋です。

3. 簡易の非常用グッズを用意する

懐中電灯、予備の電池、ペットボトルの水、基本的な救急用品を、すぐに取り出せる場所に保管しておきましょう。

4. 避難計画の練習をする

竜巻警報が発令された時にどうするか、家族と話しておきましょう。事前に計画を知っておくことは、恐怖や混乱を軽減します。

悪天候は、特にこの地域に来たばかりの人にとっては、脅威に感じられるかもしれませんね。ですが、備えておくことは自信をもたらします。油断せず、いくつかの簡単な対策を講じることで、自分自身と家族の安全を守ることができます。さらに詳しい情報は、数年前にフレンドシップで実施した悪天候プログラムのスライドをご参照ください。



今後の予定

3月6日	グループ・ウエディングダンス
3月8日	夏時間開始
3月13日	私たちの伝統を尊重しよう
3月20日	フレンドシップはお休み
3月27日	Jaime Riggsによるイースターのお話



聖パトリックの祝日

聖パトリックの祝日は、3月17日に祝います。アイルランドの守護聖人である聖パトリックの命日です。聖パトリックはアイルランドの文化と強く結びついていますが、実のところイギリス生まれで、後にアイルランドにキリスト教をもたらしたのです。

アメリカでは、聖パトリックの祝日は公式の祝祭日ではありませんが、アイルランド系アメリカ人の伝統の祭典として全米で祝われています。多くの人々が「エメラルドの島」として知られるアイルランドを称えるために、そしてこの日のお祭り気分に乗じるために、緑色の服を着ます。

ここレキシントンでは、聖パトリックのパレードとフェスティバルは、レキシントンで最も長く続いている市を挙げての市民イベントです。聖パトリックの祝日は3月17日ですが、パレードと無料のフェスティバルは3月14日の土曜日にダウンタウンで開催される予定です。

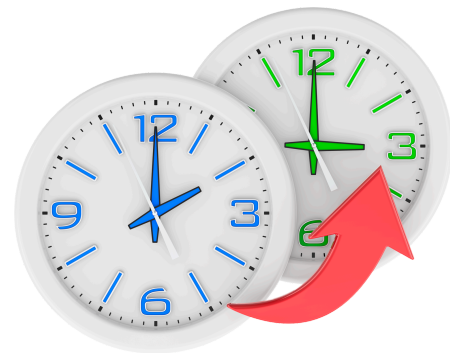
[詳細はこちらをクリック](#)

パレードに加えて、フェスティバルではアイルランドのミュージシャンとダンサーによるライブエンターテインメントがあり、フードトラックとクラフト販売もあります。地域と文化、そして春の始まりを祝う、家族で楽しめるイベントです。

夏時間

アメリカの大半の地域では、毎年春になると夏時間の開始に時計の針を1時間進めます。これは「Spring Forward」とも呼ばれます。(訳注: 春(ばね)は前へ(進める)という意味が込められています。)今年も、3月7日(土曜)の就寝前に時計を1時間早めるのを忘れなく。そうすれば日曜の予定に遅刻しないですからね。

携帯電話やコンピュータ、スマートウォッチ、その他のデジタル機器のほとんどは自動的にアップデートされますが、壁掛けの時計やオーブン、電子レンジ、車の時計、従来の腕時計といった手動の時計は、引き続き変更する必要があります。



なぜ時間を変更するのでしょうか。夏時間は、春と夏の長い日の光をより有効に活用するために考案されました。

土曜の夜の睡眠時間が1時間減りますが、その代わりにこの先数か月間の夕方は、より明るくなるのです。つまり、散歩や外遊び、暖かい気候を楽しむための日照時間が増えるということです。また、春を迎えるにあたって、火災報知機の電池をチェックしたり、緊急時における対策を見直したりする良い機会でもあります。



コーヒーフィルターで紙のチューリップを作ろう



簡単ディナー：チキン・チーズステーキ・スキレット