アミークス

AMICUS
ラテン語・友人の意

vol.96

東海地区信用金庫年金友の会（TOSNET）の会報誌　2020年10月1日発行

［六華苑］

六華苑には、1万8000㎡の広大な敷地に、鹿鳴館の設計で有名な建築家ジョサイア・コンドルが設計した4層の塔屋をもつ洋館、和館や蔵、池泉回遊式庭園などがあり、洋館と和館は国の重要文化財に指定されています。　（撮影／写真家・小沢芳彦）

CONTENTS

壱岐島でパワーチャージ　西川美有さん／旅のデザイナー　東武トップツアーズ　服部夏実さん
豚肩ロース肉のビール煮　井上望美さん／食卓のデザイナー　宮入公子さん
TOSNETのページ　保健・健康施設割引サービスのご案内
ぶらり町並み　犬山城下町
体調いかがですか　愛知みずほ大学特別教授　佐藤祐造さん
地域の宝物ナビ　とうしん美濃陶芸美術館
クロスワードパズル

GUIDE

●所在地
三重県桑名市大字桑名663-5
●電話番号
0594-24-4466
●URL
https://www.rokkaen.com/
●入苑料
一般（高校生以上）460円　中学生150円
●開苑時間
午前9時～午後5時（入苑は午後4時まで）
●休苑日
毎週月曜日（月曜日が祝日の場合は翌平日）、12月29日～1月3日
●アクセス
JR・近鉄桑名駅から三交バスで「田町」下車、徒歩10分

東海 北陸 地域の宝物ナビ

とうしん美濃陶芸美術館

岐阜県

美濃陶芸文化の発信

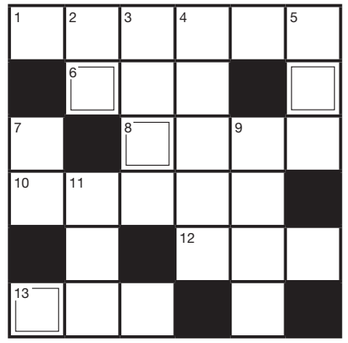
当美術館は、東濃信用金庫が昭和61年度から行っている美濃陶芸作品永年保存事業で購入した作品をはじめ、東濃信用金庫が所蔵するコレクションなど、現代美濃陶芸の作品を広く皆さまにご覧いただくことを目的としています。

自生の大王松を囲むように建設された円形の建物は、通路両側に大小47の展示ブース、中庭に石灯籠を配しました。

和の趣を味わいながら、ゆっくりと美濃陶芸の名品をご鑑賞ください。

とうしん美濃陶芸美術館
〒507-0014　岐阜県多治見市虎渓山町4丁目13番地1　とうしん学びの丘“エール”内
☎ 0572-22-1155　入館無料
https://www.shinkin.co.jp/tono/toshin/manabi/index.html

CROSSWORD



クロスワードを解いて、
二重マスの4文字を組み合わせてください。
ヒント／新型コロナに感染しないよう注意を！

タテのカギ
2. ○○に富む話を聞く
3. タネも仕掛けもあります
4. 冬になると周りの景色が一変します
5. 歌が苦手です
7.「○○化」は「見える化」とも言います
9. 日本国憲法は保有を認めていません
11.「○○○の歌」「○○○のスキャット」

ヨコのカギ
1.「仮面の告白」「金閣寺」「潮騒」
6. 大相撲では一般に升席と呼ばれる
8. ちまたではチクるとも
10. 医師などが患者の身体に触って診断します
12. 自分の家に戻ること
13. ○○○にしわを寄せる

正解者の中から【応募方法】
20名様に商品券（2,000円相当）をプレゼント！
はがきに答えのほか、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて、下記までお送りください。本誌へのご意見、ご要望もお書き添えください。　締切り：11月30日（当日消印有効）
送り先：〒460-0003　名古屋市中区錦2-17-21 NTTデータ伏見ビル内　㈱東海信金ビジネス「アミークス」編集室
※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。（前号の正解＝しんがっき）

ー あ と が き ー

外出自粛や天候不順で、行きたい旅行やレジャーも十分楽しめない方が多いのではないでしょうか。今回の料理は豚肉のビール煮です。料理に時間をかけるのも楽しみの一つです。「ビールは飲んだほうが…」という方もぜひお試しください。

発行　東海地区信用金庫年金友の会
☎(052)212-6865
〒460-0003 名古屋市中区錦2-17-21
編集　株式会社 東海信金ビジネス
「アミークス」編集室
☎(052)212-9015
印刷　凸版印刷株式会社

我が家の

豚肩ロース肉のビール煮

◉井上望美さん

ビールで煮込むとお肉がとってもやわらかくなります!

豚肩ロースのビール煮

材料（4人分）

豚肩ロース（ブロック）400g、大根1/2本、玉ねぎ1/2個、にんじん1/2本、にんにく1かけ、ビール700cc、マスタード大さじ1、オリーブオイル大さじ2、バター大さじ1、塩・黒こしょう適宜

作り方

① 豚肩ロースは、厚さ2㎝幅に切って、塩・黒こしょうをふる。

② 玉ねぎは薄切りにして、にんじんとにんにくはみじん切りにする。

③ 大根は皮を剥き、乱切りにする。

④ フライパンにオリーブオイル大さじ1を熱し、①の豚肉を入れ、両面にこんがりと焼き色をつける。

⑤ 少し深みのある鍋にオリーブオイル大さじ1を熱して、②の野菜を中火でしんなりするまで炒める。

⑥ ⑤の鍋に④の豚肉を入れて、ビールをゆっくりと注ぎ入れる。蓋をして中火で煮込む。

⑦ 豚肉がやわらかくなってきたら、塩小さじ1とマスタード大さじ1を加える。

⑧ 少し味をなじませたら、③の大根を入れて弱めの中火で20分ほど煮込む。大根に味を浸み込ませるため、さらに弱火で10分ほど煮る。

⑨ 仕上げに塩・黒こしょうで味を調え、バター大さじ1を加えて、火を止める。

食卓のデザイナー

宮入公子さん

豚肉と大根にちょっぴりビールのほろ苦さが浸み込んでいて、大人の味ですね! 煮汁に豚肉の旨味が溶け込み、ごはんにもよく合います。

「焼き野菜のサラダ」とヘルシーな「パインのデザート」も一緒にいかがですか。

焼き野菜のサラダ

材料／サニーレタス5～6枚、かぼちゃ1/8個、れんこん100g、赤パプリカ1個、舞茸1パック、ベーコン2枚、オリーブオイル適宜、黒酢ドレッシング適宜

作り方／サニーレタスは洗って水気を切っておく。かぼちゃとれんこんは薄切りにして、パプリカは8等分に切る。舞茸は石づきを取って小房に分け、ベーコンは細切りにする。

フライパンにオリーブオイルを熱し、かぼちゃ、れんこん、パプリカを焼く。舞茸はから炒りする。ベーコンはカリッとするまで炒める。皿に食べやすい大きさにちぎったサニーレタスを敷き、その上に焼き野菜をのせ、最後にカリカリベーコンをのせ、ドレッシングをかける。

パインのデザート

材料／ゴールデンパイン1パック、豆腐1/4丁、マスカルポーネチーズ大さじ3、はちみつ大さじ1、牛乳大さじ1

作り方／豆腐を裏ごしする。ボウルにマスカルポーネチーズと裏ごしした豆腐と牛乳、はちみつを入れてよく混ぜ合わせる。パインにかけていただく。

歴史ある壱岐島でパワーチャージ

◉西川美有さん

上：海に浮かぶ島に建立された小島神社。干潮時の数時間だけ海から参道が現れて歩いて参拝することができる
下：壱岐は麦焼酎発祥の地。今に伝わる7つの蔵元の1つ、玄海酒造を訪れる

まだ薄ら寒い3月上旬、勤め先の女子会旅行として長崎県・壱岐島を訪れた。誘いを受けた当初、この島が何県に位置するかも知らないほど、未知の土地であった。調べると、「ビーチ」「マリン体験」といった夏を連想させるキーワードが並んでおり、シーズン外れの時期にどんな経験ができるのか、胸を高鳴らせながら中部国際空港を出発した。

長崎県とはいえ、島は福岡県・博多港からフェリーで1～2時間の場所に位置する。世間は新型コロナウイルスの影響で騒々しく、静かな離島へ逃亡する気分に期待が膨らんだ。

当日は大晴天に恵まれ、自然豊かな風景に囲まれながら、壱岐市立一支国博物館へ向かった。博物館では「魏志倭人伝」に書かれた一支国の様子などの情報が紹介されている。が、到着するとコロナウイルスの影響で休館の文字が。残念ではあったが、開館10周年記念紅白饅頭を手にリベンジを誓った。道中もごく自然に見かける高床式住居跡が、壱岐島の歴史深さを感じさせる。

また、壱岐島は麦焼酎発祥の地として、島内に7カ所の酒蔵がある。今回は「玄海酒造」へ立ち寄り、焼酎の試飲を楽しんだ。宿泊した「壱岐ステラコート太安閣」での夕食は、壱岐島名産のウニ、壱岐牛や、壱岐の郷土料理ひきとおしを堪能。女子トークも盛り上がり、皆が好物の美味しいお酒に囲まれた贅沢な時間に、身体も心も大満足の旅となった。

今回は博多で1泊過ごしたため、島での滞在時間が限られていた。次回は是非、夏の時期に壱岐島の海を堪能したい。

旅のデザイナー

東武トップツアーズ　服部夏実さん

壱岐島は、国内でも少し珍しい場所へ行きたい、という方へお勧めするスポットの1つです。博多から気軽に行けるので、博多・壱岐島の両方面を楽しむ贅沢コース、壱岐島をたっぷり堪能するコースと、ニーズに沿った旅程を組むことができます。

島の美しい景観はもちろんのこと、何といってもお勧めは壱岐島の絶品グルメです。中でも、黒毛和牛のブランド牛「壱岐牛」は希少価値が高く、幻の黒毛和牛とも呼ばれています。グルメな方、お酒が好きな方、自然を堪能したい方、是非一度、壱岐島まで足を運んでみてはいかがでしょうか。

保健・健康施設（温泉浴場）割引サービスのご案内

TOSNET（トスネット）では、
「保健・健康施設（温泉浴場）の割引サービス」を実施しています。
湯量豊富な大浴場や露天風呂のほか、レストランやゲームコーナーなど
大人から子どもまで1日ゆったり楽しめます。ぜひ、ご利用ください。

提携内容　提携店は、東海4県下64店です。これらの提携店では入館料の割引など、お得にご利用いただける会員優待サービスを行っています。

利用方法　信用金庫が発行する「年金友の会会員証等」をフロントでご呈示のうえ、優待料金を現金でお支払いください。

優待内容　¥施設料金割引　飲食代割引　粗品進呈　他その他

愛知県

庄内温泉　喜多の湯 名古屋市北区西味鋺1-132-1	¥ 052-902-2651
山王温泉　喜多の湯 名古屋市中川区山王1-601	¥ 052-331-4126
香流温泉　喜多の湯 名古屋市守山区森孝2-902	¥ 052-776-2641
長久手温泉　ござらっせ 長久手市前熊下田170	¥ 飲食 0561-64-3511
稲武温泉　どんぐりの湯 豊田市武節町針原22-1	¥ 0565-82-3135
有松温泉　喜多の湯 大府市東新町4-94	¥ 0562-44-2641
天然温泉　美白泉　ホテル竹島 蒲郡市竹島町1-6	¥ 0533-69-1256
西浦グランドホテル吉慶 蒲郡市西浦町塩柄3	¥ 0533-57-6111

岐阜県

天然温泉湯元　おおの温泉 揖斐郡大野町相羽120-1	¥ 0585-32-2727
かすが・モリモリ村・リフレッシュ館 揖斐郡揖斐川町春日六合3429	¥ 0585-58-0001
元湯　谷汲温泉　満願の湯 揖斐郡揖斐川町谷汲徳積1684	¥ 0585-56-1126
湯元大理石天然温泉　根尾川谷汲温泉 揖斐郡揖斐川町谷汲長瀬450-1	¥ 0585-55-2299
いび川温泉　藤橋の湯 揖斐郡揖斐川町東横山207	¥ 0585-52-1126
秘湯　白龍の湯　久瀬温泉露天風呂 揖斐郡揖斐川町日坂224-1	¥ 0585-54-2678
うすずみ温泉　四季彩館 本巣市根尾門脇422	¥ 0581-38-3678
六条温泉　喜多の湯 岐阜市六条江東3-3-18	¥ 058-274-1126
倉知温泉　マーゴの湯 関市倉知516	¥ 0575-21-4126
美人の湯　かかみがはら 各務原市蘇原申子町1-1	飲食 058-380-2622
Spa Resort　湯の華アイランド 可児市土田大脇4800-1	¥ 0574-26-1187
飛騨金山温泉　湯ったり館 下呂市金山町金山973-2	¥ 0576-33-2492
美輝の里 下呂市馬瀬西村1695	¥ 0576-47-2641
飛騨川温泉　しみずの湯 下呂市萩原町四美1426-1	¥ 0576-56-4326
厳立峡　ひめしゃがの湯 下呂市小坂町落合1656	¥ 0576-62-3434
宿儺の湯　ジョイフル朴の木 高山市丹生川町久手446-1	¥ 0577-79-2109
四十八滝温泉　しぶきの湯　遊湯館 高山市国府町宇津江964	¥ 0577-72-5526
飛騨古川桃源郷温泉　ぬく森の湯　すぱーふる 飛騨市古川町黒内1407	¥ 0577-75-3111
明宝温泉　湯星館 郡上市明宝奥住3428-1	¥ 0575-87-2080
ふたこえ温泉　コージュ高鷲 郡上市高鷲町鷲見48-1	¥ 0575-72-6011
やまと温泉　やすらぎ館 郡上市大和町剣189	¥ 0575-88-9126
日本まん真ん中温泉　子宝の湯 郡上市美並町大原2709	¥ 0575-79-4126
白川郷の湯 大野郡白川村萩町337	¥ 05769-6-0026
大白川温泉　しらみずの湯 大野郡白川村平瀬247-7	粗品 05769-5-4126
白川天然温泉　美濃白川　道の駅温泉 加茂郡白川町河東3500-1	¥ 0574-75-2146
岩寿温泉・旅館　岩寿荘 中津川市蛭川4467-4	¥ 0573-45-2188
付知峡倉屋温泉　おんぽいの湯 中津川市付知町1929-1	¥ 0573-82-5311

三重県

長島スポーツランド・クアハウス長島 桑名市長島町福吉879-5	¥ 0594-45-1122
天然温泉　あさひの湯 三重郡朝日町小向181	他 059-377-5111
天然温泉　ジャブ 四日市市波木町1077-73	¥ 059-322-5111
四日市温泉　おふろcafé 湯守座 四日市市生桑町311	¥ 059-332-2611
モクモク手づくりファーム野天もくもくの湯 伊賀市西湯舟3609	¥ 0595-43-0909
芭蕉の湯・ヒルホテルサンピア伊賀 伊賀市西明寺2756-104	¥ 0595-24-7000
伊賀の国　大山田温泉　さるびの 伊賀市上阿波2953	¥ 0595-48-0268
島ヶ原温泉　やぶっちゃの湯 伊賀市島ヶ原13680	¥ 0595-59-3939
スーパー銭湯　鈴の湯 松阪市田村町235-1	¥ 0598-25-4126
みえ尾鷲海洋深層水のお風呂　夢古道の湯 尾鷲市向井12-4	他 0597-22-1124
猪の倉温泉　しらさぎ苑 津市白山町佐田2643	¥ 059-262-4126
伊勢船江温泉　みたすの湯 伊勢市船江1-471-3	粗品 0596-29-4126
入鹿温泉ホテル　瀞流荘 熊野市紀和町小川口158	¥ 0597-97-1180
湯元山荘　湯ノ口温泉 熊野市紀和町湯ノ口10	¥ 0597-97-1126

静岡県

浜松温泉　喜多の湯 浜松市東区天王町1982-1	¥ 053-465-2600
ビラックス高薗 浜松市浜北区高薗381	飲食 053-586-8888
磐田酵素ハウス 磐田市小島739-3	¥ 0538-32-0833
川根温泉　ふれあいの泉 島田市川根町笹間渡220	¥ 0547-53-4330
瀬戸谷温泉　ゆらく 藤枝市本郷5437	¥ 054-639-1126
駿河健康ランド 静岡市清水区興津東町1234	¥ 054-369-6111
用宗みなと温泉 静岡市駿河区用宗2-18-1	粗品 054-256-4126
東静岡天然温泉　柚木の郷 静岡市葵区東静岡1-1-57	¥ 054-261-1101
富嶽温泉　花の湯 富士宮市ひばりが丘805	¥ 0544-28-1126
駿河の湯　坂口屋 沼津市岡宮1265-3	¥ 飲食 055-926-4126
桜とホタルの里　裾野炭酸カルシウム温浴　ーの瀬 裾野市茶畑1769	¥ 055-992-1589
天然温泉　気楽坊 御殿場市神山719	¥ 0550-87-5126
富士八景の湯 御殿場市深沢2564-19	¥ 0550-84-1126
日帰り温泉　妙楽湯 熱田市下多賀1118-8	¥ 0557-67-5526
踊り子温泉会館 賀茂郡河津町峰457-1	¥ 0558-32-2626

※東海地区信用金庫協会のホームページ（shinkin-tokai.sakura.ne.jp）内にある「TOSNET年金友の会」でも詳細をご確認いただけます。

年金友の会会員証

TOSNET提携の旅行会社や保健・健康施設などで、信用金庫が発行する「年金友の会会員証等」をご呈示いただくと優待サービスが受けられます。

会員証をお持ちでない方は、お取引の信用金庫にお問い合わせください。

＋体調いかがですか

愛知みずほ大学 特別教授◉佐藤祐造さん

新型コロナ感染症は恐ろしい

日本の経済状況に重大な影響を及ぼし、生活スタイルも変化させた新型コロナウイルス感染症についてまとめます。

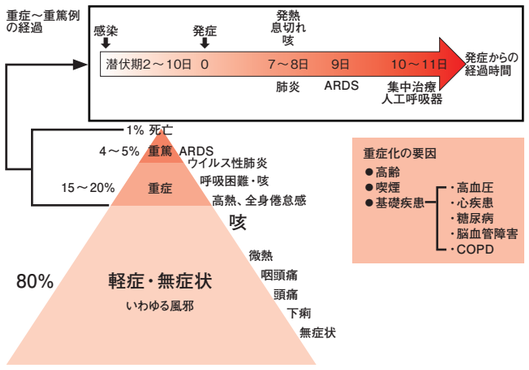
■原因・主な症状・経過

電子顕微鏡で観察すると表面に突起のある球形で、王冠のように見えることからコロナ（ギリシャ語で王冠）ウイルスと名付けられました。

咳やくしゃみから出たしぶきを吸い込む「飛沫感染」と、患者の唾など体液が付着しているもの（ドアノブ、吊り革など）に触れることによって感染する「接触感染」があります。密閉された空間で話し続けると、細かなしぶきの飛沫がしばらく空中を漂い「空気感染」する危険性が高まります。

感染して2～10日（多くは5日前後）で、発熱、咳、咽頭痛、体がだるい、息苦しいなどの症状が出現します。匂いがしない、食べ物の味がわからないこともあります。感染者の80%位は、軽症か無症状ですが、15～20%は重症化、ウイルス性肺炎で死亡することもあります。ことに高齢者や糖尿病、高血圧などの基礎疾患を持っている方は、重症化しやすいです。

新型コロナウイルス感染症の経過



致死率	
COVID-19（新型コロナウイルス感染症）	1～4%?
MERS（中東呼吸器症候群）	約10%
SARS（重症急性呼吸器症候群）	約34%
季節性インフルエンザ	約0.1%（国内）

（長谷川直樹：DITN487号、2020）

■予防方法

①換気の悪い密閉空間、②多数が集まる密集場所、③間近での会話や発声する密接場面、すなわち、ネットカフェ、カラオケ、パチンコ店、居酒屋、ナイトクラブ等々、密閉、密集、密接の「3密」が危険であり、政府も新しい生活様式を提唱しています。

1．感染源を絶つ

発熱など風邪の症状がみられる場合、自宅休養を徹底します。

2．感染経路を絶つ

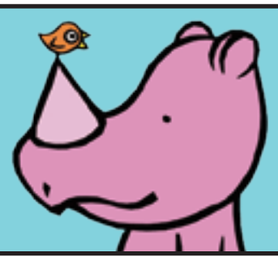
⑴手洗い：ドアノブや吊り革など様々なものに触れることにより、自分の手にウイルスが付着しているかもしれません。外出からの帰宅時、調理の前後や食事前などにこまめに手を洗いましょう。コロナウイルスはアルコールで感染性が失われます。手指のアルコール消毒も有効です。

⑵咳エチケット：マスクは予防にはあまり役立ちませんが、咳やくしゃみの飛沫の拡散を防ぎます。マスクは必ず着用しましょう。マスクのない時は、ティッシュペーパー、ハンカチ、袖や腕の内側で鼻と口を覆います。

3．体の抵抗力を高める

病気の発症は、ウイルスと体の免疫力との相互関係で決まります。十分な睡眠、適度な運動と、野菜、魚、肉などバランスのとれた食事で体の免疫力を高めます。

一緒にずっと。安心をもっと。



共栄火災

共栄火災海上保険株式会社
中京支店　〒460-0002　名古屋市中区丸の内2-19-21　TEL:052-211-1358
静岡支店　〒420-8706　静岡市葵区両替町2-6-5　TEL:054-253-5145

ぼく、サイ吉
人々が気持ちよく
毎日を暮らせるよう、
安心のチカラで
そっと支えるサイ。
共栄火災のサイ吉です。

ぶらり町並み 犬山城下町

国宝犬山城から広がる犬山城下町。江戸情緒や歴史に触れながらの散策は、食べ歩きのお楽しみもたっぷりです。

●アクセス
名鉄犬山駅下車、徒歩で
●問い合わせ先
犬山駅観光案内所
☎0568-61-6000

1犬山城

天守は2階建ての屋根の上に望楼を乗せた望楼型。5階分の急な階段を上ると、廻縁（まわりえん）に出る。手すりは大人の腰下までぐらいの高さ。視界を遮るものは何もなく、四方を展望できる。

2城とまちミュージアム

天保11（1840）年、犬山祭当日の犬山城と城下町の様子を、縮尺1/200のジオラマで再現。当時の町の賑わいが伝わってくる。

3IMASEN犬山からくりミュージアム 玉屋庄兵衛工房

「座敷からくり」や犬山祭の「山車からくり」を展示。からくり人形の操作実演（月～金／①10:30 ②14:00の2回、土・日・祝／①10:30 ②14:00 ③15:30の3回）。九代玉屋庄兵衛によるからくり人形制作公開（金・土 10:00～16:00）

4旧磯部邸

江戸時代から続いた呉服商の町屋。間口6.8m、奥行き58mの細長い敷地に、主屋、裏座敷、土蔵、奥土蔵、展示蔵の5棟が立ち、いずれも国の登録有形文化財。屋根はふくらみのある「起（むく）り屋根」。（入場無料）

5どんでん館

犬山祭で巡行する13輌の車山のうち3輌が展示されているほか、ビデオで祭りの様子を知ることができる。車山が豪快に方向転換するのを「どんでん」と呼び、祭りの見どころになっている。

6旧堀部家住宅

武士だった堀部氏が明治になって事業に成功し、建てた住宅。犬山城下町に唯一残る武家風住宅で、主屋、離座敷、土蔵など6棟の建物は国の登録有形文化財。（入場無料）

耳より情報

犬山城下町周遊券
お得なセット入場券。犬山城550円、城とまちミュージアム+IMASEN犬山からくりミュージアム300円、どんでん館100円の入場料合計950円が760円に。

ボランティアガイド
郷土の語り部が、犬山城や城下町の散策をガイド。ガイド料は無料ですが、ガイド1名に付き交通費1000円が必要。要予約（1週間前まで受け付け。犬山市観光協会☎0568-61-2825）。手話通訳のガイドも可能（1カ月前までに書類で予約）

ぶらりスナップ

お城もなか（1個150円、松栄本店）

サイクリストも立ち寄る

手裏剣打ち体験（5枚250円、10枚400円）

一般住宅の玄関に花が

犬山お笑い人力車（約15分、1000円）

日本最古の天守を今に残す犬山城は、犬山のランドマーク。織田信長の叔父、織田信康が天文（1532～55）初め頃、城下町の南にあった木之下城を移したのが始まりと伝えられています。天守の創建は諸説がありますが、16世紀末から17世紀初め頃に今の姿になったと見られています。国内に現存する天守のうち、犬山城は最も古い形式を備えているとして、国宝に指定されています。また、平成30（2018）年には、犬山城跡が国の史跡に指定されました。

犬山のもう一つの目玉が犬山祭（ユネスコ無形文化遺産）です。寛永12（1635）年以来380余年続く伝統の祭りで、13輌の車山（やま）がこの城下町に繰り出し、からくり人形が披露されます。祭りは4月の第二土・日曜日に行われますが、その様子や、車山やからくり人形を見学できる施設が配置されています。

こうした歴史や伝統のある文化は、年代によって見え方が違ってきます。気ままに散策してみると新しい発見がありそうです。

城下町の南北約600mにわたる本町通りを中心に、食や雑貨を扱う店が軒を連ねています。休憩するのもよし、食べ歩くもよし。食の楽しみも満たしてくれるでしょう。