

アミークス

A M I C U S

ラテン語・友人の意

vol.90

読者の投稿で綴るTOSNETの四季誌 2018年10月1日発行



〔三谷祭り 海中渡御〕●蒲郡市観光協会
祭りの見所「海中渡御（かいちゅうとぎょ）」では、美しく大きな4台の山車が氏子に引かれながら、300mにわたって海を進んで行きます。蒲郡が誇る日本でも大変珍しい祭りです。
開催は毎年10月下旬頃。お問い合わせは蒲郡市観光協会まで（TEL：0533-68-2526）

C O N T E N T S

- ハワイの新たな魅力** 宮野希歩さん／旅のデザイナー 東武トップソアーズ 服部夏実さん
- クロスワードパズル**
- 白身魚の南蛮漬け** 坂本智恵子さん／食卓のデザイナー 宮入公子さん
- 祭り彩時記** 有松山車まつり ほか
- TOSNETのページ** 保健・健康施設 割引サービス
- 食べて健康 地域の宝物ナビ**
- 体調いかがですか** 愛知みずほ大学学長 佐藤祐造さん
- 鉄道ジオラマ** 栃木一夫さん／趣味のデザイナー 友納あけみさん

今日のひとこと

ちょっとした見栄が ゲームを台無しにする

アーノルド・パーマー

幾度となく真剣勝負を乗り越えてきた伝説のゴルフスタープレイヤーのこの一言。ひとつの道を極めていくと、自ずとすべての道に繋がる生きる術が見えるようになるのかもしれない。「ゲーム」を「人生」と置き換えると、すごく納得です。

●友納あけみ

マンションの一室に作られた蒸気機関車のジオラマ



神田にあった交通博物館で見た鉄道ジオラマが子供の頃の私の憧れでした。家では模型の機関車で遊んだり、ボール紙を切って電車を作ったりしていました。しかし、不器用で、特に塗装が下手で、気に入った出来にならず、いつしか模型作りから遠ざかってしまいました。

最近の模型は音が出るなど細部まで表現され、本当に良く出ています。ジオラマの蒸気機関車や昭和30年をイメージしたシーナリイ（風景）を眺めていると、カラオケの懐メロを歌っている感じで懐かしさも満喫。好きなものを眺めたり、憧れの列車を手にとったり、ショップを覗いて欲しいものを物色したり…理屈抜きに楽しいです。

ただ、家族からはそろそろ終活！始末に困りそう…と苦情が。この趣味誰が継いでくれるのかなあ。

趣味のデザイナー 友納あけみさん

お写真を拝見してびっくり。これもジオラマ？人形たちも動き出しそうですね。

趣味を通して交友関係を広げ、同じ趣味の仲間と楽しんでいる方も大勢いらっしゃると思いますが、栃木さんのように自分だけの世界を作り出し、しばし現実を離れタイムトリップして少年の頃に帰り、時を過ごすのもまた格別だと思えます。ジオラマの世界で小人に変身して、まるで童話の主人公にでもなったように幾つもの物語を生きたらたら、なんか楽しそう。

それにしても良く出ていますね。「始末」なんてとんでもない。たくさん子供たちにも見せてあげたら、栃木さんご自身のように、またみんなの心に新しい夢が生まれてくるのではないのでしょうか。

投稿募集

「アミークス」は東海地区信用金庫年金友の会（TOSNET）の会報誌です。多くの誌面は読者の皆様からの寄稿で作られています。
住所・氏名・年齢・電話番号をお書き添えの上、次の要領でご応募ください。

- 表紙写真 …………… 写真についての簡単なコメントを原稿用紙70字程度にまとめて、ポジまたはネガ、画像データと一緒に送ってください。
 - 今日のひとこと ……… 日頃感じた事柄を原稿用紙100字程度にまとめてお寄せください。
 - 紀行文やあなたの自慢料理、健康法（相談）、趣味等について写真（健康相談を除く）とともに原稿用紙600字程度にまとめて送ってください。
- ※原稿・写真のご返却はできかねますのでご了承ください。
その他「アミークス」に関するご感想、ご質問等についてもお待ちしております。
なお、掲載分については薄謝を呈いたします。

〒460-0003 名古屋市中区錦2-17-21 NTTデータ伏見ビル内
〔宛先〕株式会社 東海信金ビジネス 「アミークス」編集室
☎（052）212-9015

－あとかき－

TOSNETでは会員の皆様を対象に、さまざまなサービスをご提供しています。今号のTOSNETのページでご案内しています温泉浴場の割引サービスもその一つです。各種の優待サービスを是非ご活用ください。

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

定価40円（消費税込）

鉄道ジオラマ

●栃木一夫さん



我が家の

白身魚の南蛮漬け

●坂本智恵子さん

体にもよく、ダイエット効果もあるお料理が大好きです。

白身魚の南蛮漬け

材料（4人分）

メカジキの切り身4切れ、玉ねぎ中1個、ししとう15～16個、赤パプリカ1個、ブロッコリー1株、赤唐辛子2本、南蛮酢（酢300cc、みりん50cc、水50cc、砂糖大さじ3、塩小さじ1/3）、小麦粉適量、塩・こしょう少々、サラダ油適量

作り方

- ① 玉ねぎは縦半分に切り薄切りにし、パットに並べてしばらくさらしておく。
- ② 赤唐辛子は種を取って小口切りにする。
- ③ 南蛮酢を作る。鍋にみりん、水を入れ火にかけ、ひと煮立ちしたら砂糖、塩を加えて混ぜ、砂糖が溶けたら火を止めて酢を加える。

- ④ 粗熱が取れたら容器に③を入れて、①と②を加える。
- ⑤ メカジキはひと口大に切って、塩少々を振って5分ほどおく。水気を取り、軽くコショウをふり、小麦粉を薄くまぶす。
- ⑥ フライパンにサラダ油をやや多めに入れて中火で熱し、メカジキを並べ入れる。こんがり焼き色が付いたら裏返して両面焼く。
- ⑦ 熱々のメカジキを④の容器に入れて冷蔵庫で2時間ほど味をなじませる。
- ⑧ 焼き野菜を作る。ブロッコリーは小房に分けてから火が通りやすいように1房を半分に切る。パプリカは種を取って8等分に切る。フライパンにサラダ油大さじ2を入れて中火で熱し、ししとう、ブロッコリー、パプリカを入れる。時々返しながら野菜がしんなりするまで焼く。
- ⑨ 器に焼き野菜を盛りつけ、⑦のメカジ

キを加えて南蛮酢をまわしかける。

にんじんとアボカドのサラダ

材料（4人分）

にんじん1本、アボカド1個、レモン1/2個、エキストラバージンオリーブオイル適宜、塩少々

作り方

- ① にんじんは皮を剥いてスライサーで細切りにする。
- ② アボカドは種と皮を取り除いてひと口大にする。
- ③ レモンは4等分に切る。
- ④ ボールににんじんとアボカドを入れて塩少々をふり、エキストラバージンオリーブオイルをまわしかける。
- ⑤ 器に盛り付けレモンを添える。

食卓のデザイナー

宮入公子さん

食欲の秋だからこそ、体にもよく、ダイエット効果もある料理は魅力的ですね。酢には血圧を下げる効果と食後の血糖値の上昇を穏やかにする効果が、そしてにんじんにはβカロテンが豊富で免疫力アップなどの効果があります。

低カロリーでミネラルやビタミン、食物繊維が豊富なキノコを使った「キノコの胡桃みそ和え」もいかがでしょうか。材料／しめじ1パック、えのきだけ1袋、素焼き胡桃適量、市販の胡麻みそ大さじ2、サラダ油大さじ1、塩少々
作り方／キノコは適当な大きさにしてサラダ油を熱したフライパンで炒め、塩少々をふってしんなりするまで炒める。胡麻みそを入れ、混ぜ合わせたら火を止める。器に盛り付け、刻んだ胡桃を散らす。



マウイ島シェラトンホテルから見たハレアカラ山

火山であるキラウエア火山の噴火により、急遽行き先の変更をしたことにあった。マウイ島といえば、シュガーケイントレイン（さとうきび列車）のイメージだったが、列車自体は10年も前に廃止となっていたため、最初は何を見に行こうかと悩んだ。

しかし現地に行き、ハワイ島にも負けない大自然と壮大な景色に出会い、マウイ島のイメージはガラッと変わった。特にマウイ島は3000m級のハレアカラ山があり、私たちはサンセットと天体観測をしたのだが、1500mほどまでしか登っていきな

くも満点の星空を見ることができた。残念ながら月が大きい時期で天の川の観測は無理だったが、それでもまるで大きなプラネタリウムのように、地球の丸さを全身で体感できる圧巻の夜空だった。

もちろんそれ以外にも、マウイ島のワイキキと言われるラハイナの町は、古い街並みをそのまま活かしており、雰囲気と活気に溢れた通りでショッピングや食事を楽しめた。ビーチはどこも透き通って

いて、すぐ近くには海ガメが泳いでいる。ゆっくりした時間が流れ、本当に休暇を満喫するにはこの上ない旅先だ。ハワイに行く際には、少し足を延ばして、是非マウイ島を訪れることをお勧めしたい。

マウイ島に行く際は、是非立ち寄ってもらいたい場所があります。サンセットディナーをするならカアナパリ地区のMerimans（メリマンズ）というレストラン。全米1位と言われるカアナパリビーチを一望できます。もしアクティブに過ごしたいならモロニキ島でのシュノーケリングやダイビングは世界一と言われている。10月頃にはクジラやイルカがやってくるので、その時期に旅行をお勧めいたします。

旅のデザイナー
東武トップツアーズ 服部夏実さん

信用金庫のSSSサービス

手間のかかる集金を信用金庫にお手伝いさせていただきます。

株式会社 東海信金ビジネス
〒460-0003 名古屋市中区錦二丁目17番21号

C R O S S W O R D

	1		2		3
4					
5					
6				7	
			8		

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／海外旅行には欠かせません

● タ テ の カ ギ ●

1. 五七五七七を合わせると
2. 沖縄料理でおなじみ
3. 大抵は下っ端が命じられます
4. 銀行は〇〇地を好むようです
7. 寄席で最後に出演する人

● ヨ コ の カ ギ ●

1. 名古屋の名物手料理の一つ
4. 人口減少がもたらした社会問題
5. 横綱は「雲龍型」か「不知火型」で
6. 軽くて保温性が抜群です
7. 〇〇盛り、納〇〇、損〇〇
8. 木などに穴をあける道具

正解者の中から20名様に商品券（2,000円相当）をプレゼント！

【応募方法】
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 株式会社東海信金ビジネス「アミックス」編集部
※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＝うみびらき）

東武トップツアーズ

ステキな旅のお手伝いいたします。

お申込み・お問い合わせは、
東武トップツアーズ株式会社
名古屋支店 服部夏実
観光庁長官登録旅行業第38号
【旅行業務取扱管理者 坂本光史】
〒460-0002 名古屋市中区丸の内2-18-25
TEL 052-232-1091
FAX 052-232-1968

★詳しくは、
www.tobutoptours.co.jp
★個人・ご家族・小グループのご旅行は
https://tobutoptours.jp/

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68店です。これらの提携店では入館料の割引など、格安料金で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。

名称	所在地	電話番号
庄内温泉 喜多の湯	名古屋市北区西味腕	052-902-2651
山王温泉 喜多の湯	〃 中川区山王	052-331-4126
香流温泉 喜多の湯	〃 守山区森孝	052-776-2641
長久手温泉 ござらっせ	長久手市前熊	0561-64-3511
猿投温泉 ホテル金泉閣・日帰り温泉金泉の湯	豊田市加納町	0565-45-6111
有松温泉 喜多の湯	大府市東新町	0562-44-2641
天然温泉 美白泉 ホテル竹島	蒲郡市竹島町	0533-69-1256
西浦グランドホテル 吉慶	〃 西浦町	0533-57-6111
ひのき園・酵素風呂	豊橋市大岩町	0532-41-6700

海津温泉	海津市海津町福江	0584-54-5220
養老温泉 ゆせんの里 本館	養老町押越	0584-34-1313
天然温泉湯元 おおの温泉	大野町相羽	0585-32-2727
池田温泉 本館・新館	池田町片山	0585-45-1126
かすが・モリモリ村・リフレッシュ館	揖斐川町春日六合	0585-58-0001
元湯 谷汲温泉 満願の湯	〃 谷汲徳積	0585-56-1126
湯元大理石天然温泉 根尾川谷汲温泉	〃 谷汲長瀬	0585-55-2299
いび川温泉 藤橋の湯	〃 東横山	0585-52-1126
秘湯 白龍の湯 久瀬温泉露天風呂	〃 日坂	0585-54-2678

うすずみ温泉 四季彩館	本巣市根尾門脇	0581-38-3678
六条温泉 喜多の湯	岐阜市六条江東	058-274-1126
倉知温泉 マーゴの湯	関市倉知	0575-21-4126
美人の湯 かかみがはら	各務原市蘇原申子町	058-380-2622
Spa Resort 湯の華アイランド	可児市土田大脇	0574-26-1187
飛騨金山温泉 ゆったり館	下呂市金山町金山	0576-33-2492
美輝の里	〃 馬瀬西村	0576-47-2641
飛騨川温泉 しみずの湯	〃 萩原町四美	0576-56-4326
巖立峡 ひめしゃがの湯	〃 小坂町落合	0576-62-3434
宿讎の湯 ジョイフル朴の木	高山市丹生川町久手	0577-79-2109
四十八滝温泉 しぶきの湯 遊湯館	〃 国府町宇津江	0577-72-5526
飛騨古川桃源郷温泉 ぬく森の湯 すばーふる	飛騨市古川町黒内	0577-75-3111
天然温泉 美人の湯 しろとり	郡上市白鳥町那留	0575-83-0126
明宝温泉 湯星館	〃 明宝奥住	0575-87-2080
コージウ高鷲・ふたこえ温泉	〃 高鷲町鷲見	0575-72-6011
やまと温泉 やすらぎ館	〃 大和町剣	0575-88-9126
日本まん真ん中温泉 子宝の湯	〃 美並町大原	0575-79-4126

名称	所在地	電話番号
白川郷の湯	白川村荻町	05769-6-0026
大白川温泉 しらみずの湯	〃 平瀬	05769-5-4126
白川天然温泉 美濃白川道の駅温泉	白川町河東	0574-75-2146
岩寿温泉・旅館 岩寿荘	中津川市蛭川	0573-45-2188
付知峡倉屋温泉 おんぱいの湯	〃 付知町	0573-82-5311

長島スポーツランド・クアハウス長島	桑名市長島町福吉	0594-45-1122
天然温泉 あさひの湯	朝日町小向	059-377-5111
天然温泉 ジャブ	四日市市波木町	059-322-5111
四日市温泉 おふるcafé 湯守座	〃 生桑町	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	0595-43-0909
芭蕉の湯・ヒルホテル サンピア伊賀	〃 西明寺	0595-24-7000
伊賀の国 大山田温泉 さるびの	〃 上阿波	0595-48-0268
島ヶ原温泉 やぶっちゃんの湯	〃 島ヶ原	0595-59-3939
スーパー銭湯 鈴の湯	松阪市田村町	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	0597-22-1124
猪の倉温泉 しらさぎ苑	津市白山町	059-262-4126
伊勢・船江温泉 みたすの湯	伊勢市船江	0569-29-4126

浜松温泉 喜多の湯	浜松市東区天王町	053-465-2600
ピラックス高菎	〃 浜北区高菎	053-586-8886
磐田酵素ハウス	磐田市小島	0538-32-0833
川根温泉 ふれあいの泉	島田市川根町笹間渡	0547-53-4330
瀬戸谷温泉 ゆらく	藤枝市本郷	054-639-1126
駿河健康ランド	静岡市清水区興津東町	054-369-6111
富嶽温泉 花の湯	富士宮市ひばりが丘	0544-28-1126
駿河の湯 坂口屋	沼津市岡宮	055-926-4126
桜とホテルの里 裾野炭酸カルシウム温浴 一の瀬	裾野市茶畑	055-992-1589
御胎内温泉	御殿場市印野	0550-88-4126
天然温泉 気楽坊	〃 神山	0550-87-5126
富士八景の湯	〃 深沢	0550-84-1126
須走温泉 天恵	小山町須走	0550-75-2681
日帰り温泉 妙楽湯	熱海市下多賀	0557-67-5526
伊豆温泉村 万福 百笑の湯	伊豆市瓜生野	0558-73-1126
踊り子温泉会館	河津町峰	0558-32-2626

祭り彩時記



3輦の山車が旧東海道を練り歩き、からくりが奉納される

有松天満社秋季大祭 有松山車まつり 愛知県名古屋市

有松山車まつり（名古屋市指定無形民俗文化財）は有松天満社の秋季大祭で、毎年10月第1日曜日に開催されます。有松は絞りの町として知られ、旧東海道の町並みは、国の重要伝統的建造物群保存地区に指定されています。

最大の呼び物は3輦の山車（名古屋市指定有形民俗文化財）。江戸時代の佇まいを残す町並みを華麗に曳

き廻され、からくり奉納、「車切り」の力技など見ごたえ十分。夜は各山車に約250個の提燈が灯され、幻想的な光景に目を奪われます。

📅10月7日（日）

📍名古屋市有松町・旧東海道一円

🚶名鉄名古屋本線有松駅下車

📍有松山車会館 ☎052-621-3000（土・日・祝）
有松鳴海絞会館 ☎052-621-0111
<http://www.arimatsunomachi.com/>（有松まちづくりの会）

駄知どんぶりまつり

岐阜県土岐市

どんぶりの生産量日本一の土岐市駄知地区で開催される駄知どんぶりまつり。窯元蔵出しめぐりでは、町内の窯元・商社あわせて12社が窯元を開放。窯元を直接訪れ、豊富な品揃えの中からお気に入りの陶器を買い求める楽しさは、陶器ファンにとって大きな魅力です。

廃線となった駄知線の跡に整備された遊歩道では、陶磁器、雑貨、食

品などのフリーマーケットが開かれるほか、ガイド付きで沿線をぶらり散策することもできます。

📅10月6日（土）・7日（日）

📍土岐市駄知町内

🚶JR中央本線土岐市駅から東鉄バス駄知線・駄知南山バス停下車

📍だち窯やネット ☎0572-59-4188

<http://www.donburi.or.jp/>（駄知陶磁器工業協同組合）



開放された窯元でお気に入りの一品との出会いが

四日市JAZZ FESTIVAL

三重県四日市市

「四日市を音楽で溢れる街にしよう」をコンセプトに、市民ボランティアが中心となって企画・運営する音楽の祭典で、今年で7回目を迎えます。

メイン会場の四日市市民公園をはじめ、デパートやライブハウス、ストリートライブなど市街地の18会場で、ジャズ、クラシック、ポップスなどの音楽が楽しめます。全国で活躍するアーティストから、地元中学・高校の吹奏楽部

など、出演バンドも多彩。料金は基本的に無料です。

📅10月20日（土）・21日（日）

📍四日市市民公園をはじめ市街地内18会場

（1日目は市民公園会場のみ。雨天時は会場変更する場合があります）

🚶近鉄四日市駅下車

📍四日市JAZZフェスティバル実行委員会

☎059-354-4501

<http://yokkaichi-jazz.com/>



メイン会場でのステージ。ほかに街なかライブが17会場で

浜松市浜北万葉まつり

静岡県浜松市

会場の万葉の森公園は、約300種類の万葉植物を有する公園。浜北万葉まつりは、万葉集とその時代にちなんだ天平絵巻を再現する全国でも珍しい祭りです。一番の見どころは、曲水庭園の池に杯を流し、即興で和歌を詠む貴族の遊び「曲水の宴」。奈良時代の衣装を身にまとい、当時の様子を見せてくれます。

他にも万葉歌朗唱会、万葉草木染

め体験、万葉原色押し花体験、万葉食体験、手まり作り、野点茶会など様々なイベントを通して万葉文化に触れることができます。

📅10月27日（土）・28日（日）

📍万葉の森公園

🚶遠州鉄道小松駅からタクシーで約10分

📍万葉の森公園 ☎053-586-8700

<http://www.hama-park.or.jp/f-kanri/>

f-manyo/manyo.html



曲水池に杯を流し、即興で和歌を詠む「曲水の宴」

+ 体調いかがですか

愛知みずほ大学 学長●佐藤祐造さん

「健康寿命」を延ばしましょう

健康寿命ランキング（厚生労働省2018年3月発表）は、女性では1位愛知県、2位三重県、男性では愛知県3位、岐阜県4位です。

■健康寿命とは

介護を受けたり、寝たきりになったりせず、自立した日常生活ができる期間を「健康寿命」といいます。健康寿命の全国平均は、女性74.79歳、男性72.14歳となっています。同じ年の平均寿命は女性87.14歳、男性80.98歳で、いずれも過去最高を更新しました。健康寿命との差は、女性12.35年、男性8.84年ですが、この差は、日常生活に制限のある「不健康な期間」であり、期間が延びれば、医療費や介護に要する経費が増大します。少子超高齢社会の現在、健康な状態で長生きするための社会環境づくりが望まれます。

■健康寿命を延ばす日常生活の工夫

1. 食事

食事を制限すると長寿遺伝子が活性化されるという動物実験成績があります。炭水化物、脂質、たんぱく質という栄養バランスを保ちつつ、腹八分目とします（量）。緑黄色野菜の摂取低下は認知症を招きやすいとされています。また、魚、鶏肉、大豆などのたんぱく質は、高齢者の筋肉萎縮（サルコペニア）の予防効果があり、食品の種類はできるだけ多く、旬のものを食べましょう（質）。ゆっくりよく噛んで食べます（食行動）。なお、日本酒1合程度の飲酒は心臓病を予防します。

2. 運動

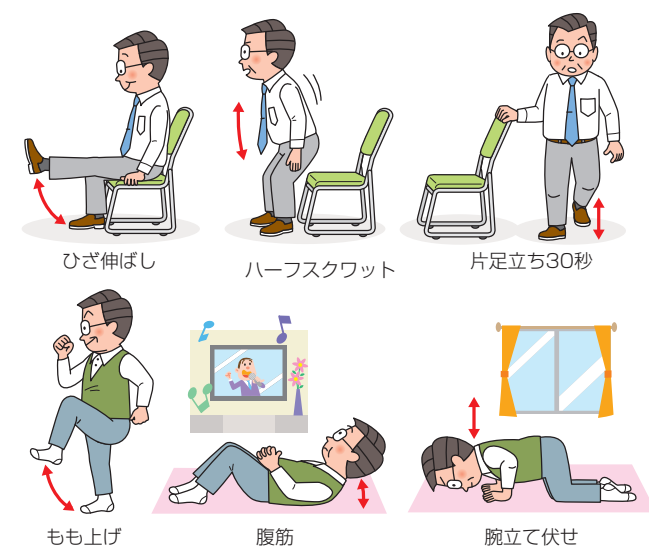
テレビの視聴など安静時間が長いと糖尿病や高血圧になりやすく、死亡率も高くなります。30～60分に1度は軽い散歩やストレッチを行い、安静を中断します。

散歩、ジョギング、ラジオ体操、水泳（水中ウォーク）などの有酸素運動を中等強度（脈拍100／分）で、1回10～30分、週3～5日以上行います。レジスタンス（筋力）運動は、軽い強度で行えば、サルコペニア防止に役立ち、ハーフスクワット（椅子から立ち上がり、座るの繰り返し）、ダンベルなど筋トレも行います（図）。

日常生活が忙しい場合、エレベーターの代わりに階段を使うなど、日常生活の中に運動を取り入れます。活動量計（メディウォーク®など）を用いて評価し、1日1万歩（最初は5000歩）を目指します。もう10分歩く（プラス10）ことは認知症予防にも有効です。

スポーツや趣味を通じて、社会参加することを生きがいとします。

職場・家庭でできるレジスタンストレーニング



食べて健康 [地元食材を再発見]

落花生

私たち一般消費者は、「落花生」より「ピーナッツ」や「バタピー」の名の方がなじみ深いことでしょう。目にする姿も多くの場合、殻や薄皮は付いていない状態がほとんどです。まれに殻付きもありますが、それはすでに炒ったものです。3年ほど前に、農家の友人から生の落花生を頂き、殻付きのまま塩ゆでにしました。薄皮が付いた軟らかい豆は、食感も味も新鮮でした。

落花生には良質のたんぱく質と脂質が多く含まれています。脂質のオレイン酸は、コレステロールを減らし、動脈硬化や高血圧の予防に役立ちます。血行を良くし、老化を防ぐビ

タミンEをはじめ、ビタミンB群も豊富です。抗酸化作用も強く、老化や生活習慣病、がんなどの予防に効果的な食品といえます。

一般に流通しているのは中国産が主流ですが、国内産では全体の8割近くを占める千葉県が断トツ。愛知、岐阜、三重、静岡の各県も生産量は少ないながら、10位台にランキングされています。生の落花生はこの時期だけの味です。もし手に入ったら、ぜひ賞味したいものです。家庭菜園で収穫するのもいいでしょう。



東海

北陸

地域の宝 物ナビ

走る屋台「おでんしゃ」／納涼「ビール電車」

電車で宴会!? 毎年予約が殺到しています

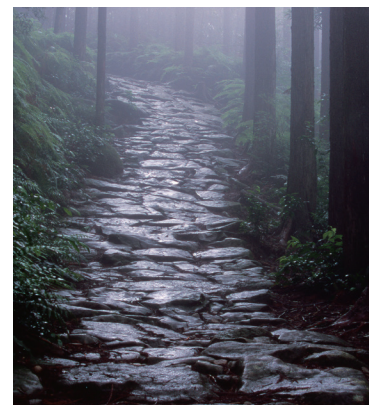
愛知県の豊橋鉄道では、路面電車の車内で“あったかおでん”を召し上がっていただく「おでんしゃ」を毎年11月～2月、“冷たいビール”を召し上がっていただく「納涼ビール電車」を毎年6月～9月の期間限定で運行しています。

路面電車が「アツアツおでんの屋台」や「ビアホール」に大変身、車窓を流れる町並みを眺めながら、冷たい生ビールで乾杯です。（開催時期・開催内容は変更もございます。同社HPでご確認ください）



〒440-0888 愛知県豊橋市駅前大通1-46-1（豊橋鉄道）
TEL 0532-53-2135（予約専用ダイヤル） URL <https://www.toyotetsu.com/>

熊野古道「伊勢路」(くまのこう・いせい)



世界遺産「熊野古道」 パワースポットとしても注目

2004年7月、熊野三山を含む3つの霊場を結ぶ参道とその文化的景観が、「紀伊山地の霊場と参詣道」として、世界遺産に登録されました。熊野古道「伊勢路」とは、その参詣道の中でも、伊勢神宮と熊野三山との2つの聖地を結ぶ道です。昔の巡礼者は伊勢神宮からいくつもの峠を越え、石畳を踏みしめ、祈りをささげるために熊野古道に向かいました。

尾鷲市には、美しい石畳が残る馬越峠、巡礼供養やお地蔵さまが多い八鬼山峠、曾根次郎坂・太郎坂、三木峠・羽後峠の古道があります。

〒519-3605 三重県尾鷲市中井町12-14（尾鷲観光物産協会）
TEL 0597-23-8261（8:30～17:15） FAX 0597-23-8263 URL <http://owasekankou.com/>

共栄火災は
「健康サポートプラン」の
お手伝いを通じ、
皆様のお役に
立てればと考えます。



共栄火災海上保険株式会社

ホームページ <http://www.kyoeikasai.co.jp>
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 静岡市葵区南替町2-6-5 TEL:054-253-5145