



せんとらるライナーで旅する恵那

棚田百選に選ばれた恵那市中野方町の坂折棚田

標高410mから610mの山の斜面に360枚の棚田が扇状に広がっています。坂折棚田の始まりは江戸時代初期とされ、約四百年の長い歴史があり、明治時代初期にはほぼ現在の景観が形成されました。特に石積みの技術の高さに特徴があり、名古屋城の石垣を築いた石工集団「黒楯（くろくわ）」と呼ばれた職人たちによって美しい石積みが造られました。



水を湛える田植え前



石積み

棚田の中を流れる坂折川上流部には、希少な植物が生育する湿地があり、豊かな水源を育んでいます。この水源地からの湧水が豊富に棚田に供給されます。冷たい湧水が直接田んぼに入らないように「手畦（てあぜ）」と呼ばれる小水路をつくり、暗渠や清水口と呼ばれる鳥居が他の石組を作り地下水を巧みに用水に利用しています。

先人の知恵により長年かけて築きあげてきたましたが、高齢化や担い手不足で維持が難しくなる中、いっさい形状に手をつけずに保全する田んぼと、景観を損なわないことを前提に耕作しやすいように改良した田んぼが共存する形に整備を進めてきました。この取り組みが評価され1999年7月に農林水産省の「日本の棚田百選」に認定されました。また、2003年には、第9回全国棚田サミットの開催地となり、全国に認知されるようになりました。

田植え前、水の張られた田んぼが鏡のように青空や山の緑を映す美しさ、雨上がりの早朝に霧がかかった幻想的な姿など、四季や気象条件によってさまざまな風景が楽しめます。笠置山と棚田の壮大なパノラマ風景を望みながら、ゆっくりと時間が流れるひと時を体験してみてくださいいかがでしょうか？



秋の収穫風景

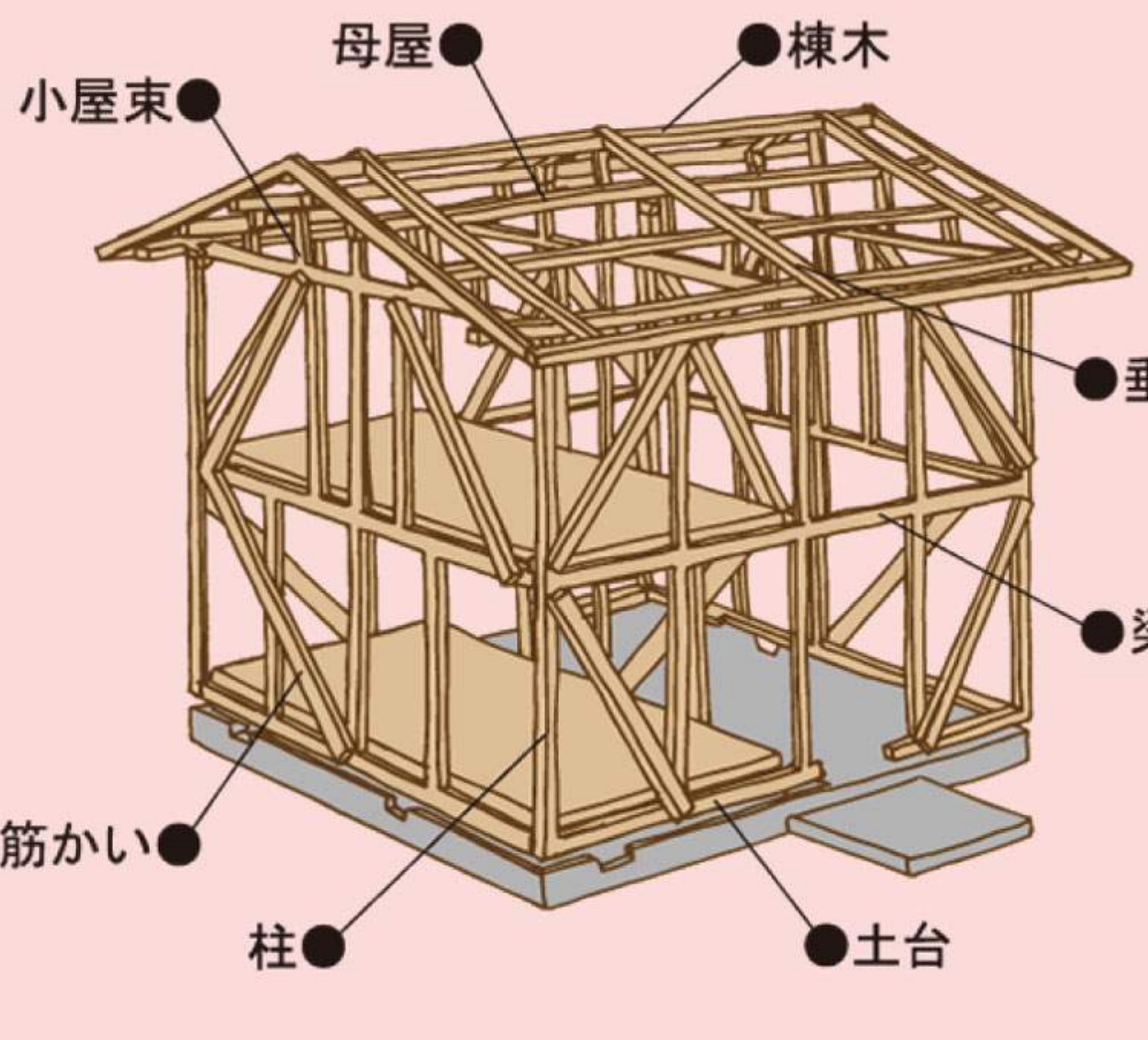


ライトアップされた雪景色

【所在地】 <https://sakaori-tanada.com/>
〒509-8231 恵那ICから車で約20分
岐阜県恵那市中野方町782-1 JR恵那駅から恵那市自主運行バスで約33分

建築情報

棟上げについて



現在、中津川市苗木地内で新築中のし様邸の棟上げ（むねあげ）が行われました。棟上げとは、新築の際に行われる神道の祭祀で建前とも呼ばれます。建物の柱・棟（むね）・梁（はり）・桁（けた）等の骨組みが完成した際に、建物が永く無事であるよう願って行われます。

昔から残る方法であり、本からの継いでいききたいものだと思います。



【写真左「幣束」】 一口に棟上げといいますが、複数の祭式があります。し様邸では、棟梁が棟木（むねぎ）に飾りのついた幣束（へいそく）を立てお祝いをしました。

木藤家 住宅事業部

ちなみに上棟の飾りは、完成後もそのままの状態に残され建物の守護となります。あの有名な映画「となりのトトロ」のワンシーンにも上棟の飾りが登場します。スワタリが逃げ込んだ屋根裏の暗がりの中に一瞬だけ確認できます。仕事柄、つい目が行ってしまいました。お陰様で、工事の方は順調に進んでおります。お施主様のご厚意により、秋口には完成見学会を企画しております。追って、ご案内させていただきます。

中山道じねんじょ農園 今年その15

4年目を迎えた中山道じねんじょ農園では、今年も5月中旬までに昨年と同じ本数の17000本の植え付けが完了しました。重量にして3トン強の収穫を目指しております。

前号の当欄で「冷凍食品」を開発中と記しました。その後、ご多分に漏れずウイルス騒動の影響を受け、開発に伴う研究と投資がストップしておりました。現在、その遅れを取り戻そうと、やっと再スタートを切れる状況になりました。何とか、秋の収穫時に間に合わせたいとピッチを上げてゆきます。

また、自然薯は、ミネラルや水溶性ビタミンを豊富に含むことから「大地が育てた万能薬」と称されています。きっと、感染症対策、あるいは夏バテ予防に効果のある商品開発も出来るのではと考えております。

今後、自然薯が地域の名産品と呼ばれるよう、研究を重ねてゆく所存であります。どうぞ、よろしく願いいたします。



新型コロナウイルスと「糖尿病」

不運にも新型コロナウイルスに罹患した場合、重症化の原因とされているのが基礎疾患の有無。そのひとつが糖尿病と言われています。

「糖尿病」…よく知る病気のようですが、本当の原因、ご存知ですか？糖は小腸から吸収され血管に入り、それをエネルギーに変えるのが「インスリン」です。「インスリン」は、血糖値を下げるという役割を果たす、とても大事な唯一のホルモンなのです。糖尿病の原因は①アジア人はもともとインスリンの分泌量が少ない人が多い②内臓脂肪からインスリンの効果を阻害する物質が分泌されており、内臓脂肪が多いことでインスリンが働かなくなる…このこと。

「インスリン」が足りなかつたり効かなかつたりすること、血液中に糖が多くなり、それが原因で活性酸素が大量に発生し血管を破壊し始めます。それにより酸素や栄養素が身体中に届かず、手足のしびれや頻尿、多汗などの自覚症状が出現します。血液中の糖が高い状態が続くと、糖尿病神経障害・糖尿病網膜症・糖尿病腎症などの怖い病気に進行します。

さらには、糖と活性酸素は血液と共に全身をめぐる、血管を蝕んでいきます。そこで合併症として起こるのが心筋梗塞・脳梗塞なのです。甘い物だしい好きな記者の父も糖尿病予備軍の診断を受け、



新しいメンバーが増えました！

恵那市で平成十六年から福祉用具貸与業を営んでこられた（株）ケアサポートクロバールさんの閉鎖に伴い、長年福祉用具専門相談員として主に恵南地区を担当していた熊谷元昭氏を令和二年四月より、Kanekuコーポレーションライフケア事業部のスタッフに迎えました。これを機に、新たな体制を構築し、より皆様のニーズに寄り添った、Kanekuコーポレーションとして責務を果たしていく所存です。今後とも、どうぞよろしくお願致します。



企業理念

社は 企業は人なり
人は姿勢なり
姿勢は心なり

社訓

- 一、人・姿勢、心の基本は 挨拶にあると知れ
- 一、礼儀を正し、 前向きで素直たれ
- 一、信用を第一とし、 知恵と工夫と努力で 利益を追求せよ
- 一、反省し改善し進化せよ

綱領

我々、セントラルグループ全社員は、企業理念の根幹たる人・姿勢・心を研ぎ、社業の繁栄を築き、地域の安全で快適な生活基盤を創造する担い手として、社会に貢献することを使命とする。

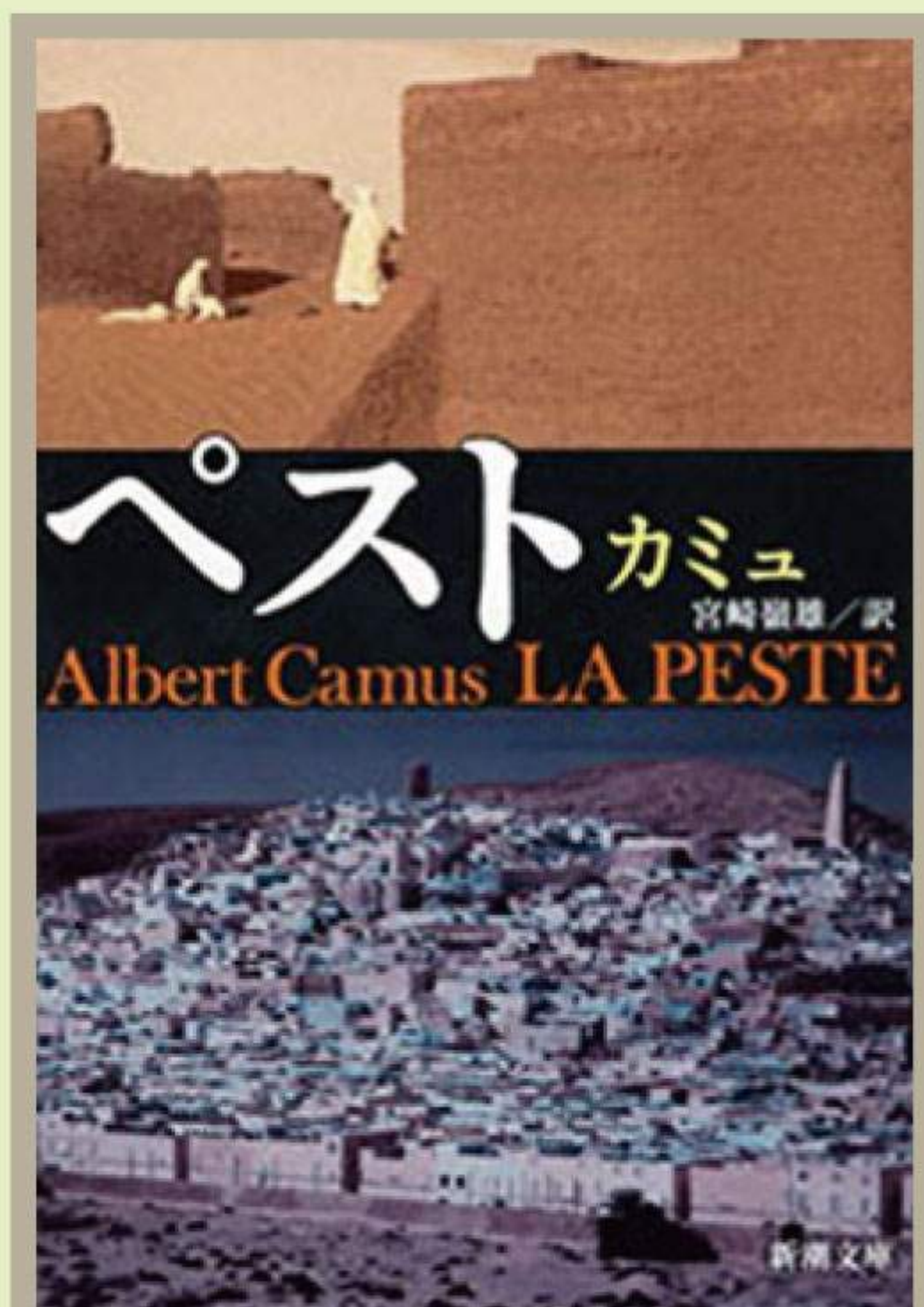
企業理念の意味するところ

わが社の思想、進むべき方向性。そして、当社において「正しい考え方」とは何であるのか。それらを簡潔に要約したのが、右の企業理念です。我々セントラルグループ全社員は、この企業理念に価値観を共有し結束し、地域の安全で快適な生活基盤を創造する担い手と成るべく進化を続けて行く所存です。

読書尚友

読書をして昔の賢人を友にすること

65/60+a
『ペスト』 アルベール・カミュ
1913/1960



古典60選+α ... グループ代表 阿部伸一郎

テドロスを筆頭にパンデミック、ロックアウト、オーバシュートなど等、不吉な横文字が耳目に触れるたびに不愉快さが増す、今日この頃。「もしウイルスの発症が自由な民主主義国家であったら全く違う展開をたどっていただろう」と、ペルーのノーベル賞作家が嘆いた通り、どこかの独裁国家のせいで世界中が大惨事に見舞われている。

普通なら、お詫びの一言ぐらいあって当然だが、「謝罪」「謙虚」「反省」という言葉は、独裁政権の辞書にはない。「嘘も百回言えば真実になる」と放火犯が白々しく消滅し、防犯カメラは見るに堪えない。はたまた、今がチャンスと世界のあちこちで働く乱暴狼藉は、覇権国家の本性丸出し。我が国領海にも「雀の子」のこのけそこのけお馬が通る」と言わんばかりに侵入を繰り返す。真つ当な雀なら、とつくとお返しにパンチの一つや二つ食らわしているに違いない。が、あろうことか、お馬にまたがる暴君を国賓招請しようとするノーマン・トランプにも、お馬を言えない。こんな時こそ代わって政権を担当し得る雀の存在が望まれるが、お花畑雀どころか反目雀もうじょうじよ。悪夢と形容された政権時代から全く進歩なし。まるで芸能レポーター気取りの揚げ足取りパフォーマンスを、凝りもせずに繰り返す能無し雀に国民は辟易している。

前置きが長くなった。言わんとするのは、武漢発のウイルス騒動の中、我々は不条理のど真ん中に生きているということだ。そんな今、不条理をテーマにしたカミュの『ペスト』が爆発的に読まれている。

戦後最年少の43歳でノーベル文学賞を受賞。その3年後、謎多き自動車事故でこの世を去ったアルベール・カミュは、1913年フランスの植民地アルジェリアの貧しい農業労働者の次男として生まれた。フランスからの出稼ぎ入植者二世であった父はカミュが生まれた翌年、本国に徴兵され第一次世界大戦で命を落とした。残された家族の生活は困窮した。障害を持つ母は、職に就くことが出来ず、幼い二児を連れ首都アルジェの貧民街に住む祖母一家に身を寄せるしかなかった。母を含めこの家には、だれ一人読み書きができる者はいなかったという。そんな一家にカミュに高等教育を受けさせようという発想はなかった。が、小学校の教師が、彼の才能を見抜き一家をくゞき落とした。こうして苦学の末、高等中学校を経てアルジェリア有数の名門大学で学んだ。

卒業後は小説家を志すも生活のために職を転々とした。そんな埋もれた男の人生が一変する。29歳の時に発刊した『異邦人』がフランス知識人階級から賞賛を受けたのをきっかけにベストセラーとなった。こうして、世に出たカミュはアルジェリアを後にして文学者が集うパリに移り住んだ。時あたかも第二次世界大戦の真つただ中。しかも、パリはナチスの占領下にあった。この究極の不条理を暗喩した作品、それがこの著である。

みむら 神明店 正家別亭

<http://masuki-pasta.jp>

大正13年(1924年)大井ダムの完成によって誕生した恵那峡は、瞬く間に中部地区を代表する観光地となった。この流れを読んでいた初代女将栗田ますさんは、その前年の大正12年、大井駅(現恵那駅)のほど近くに「満寿喜旅館」を創業した。ますさんの読みは当たり、大いに繁盛した。その創業から72年が経過した平成7年、時代の流れと共に満寿喜旅館は、飲食専門店「和洋亭ますき」へと転身を遂げた。「みむら神明店」は、その「和洋亭ますき」の支店として平成19年にオープン。つづいて、昨年アクロスプラザ恵那の一角に誕生したのが「みむら正家別亭」である。店名の「みむら」とは、現在お店を取り仕切る栗田慎之介さん、妹の和音(かずね)さんを大変可愛がってくれた祖父の苗字「三村」に由来するそうだ。

双方のお店ともメインメニューは、どれにしようか決めかねるほどに品数豊富な各種パスタ料理。こだわりの麺は、「和洋亭ますき」の二階で打つ自家製生麺。モチモチとした食感で、一度食べるとリピーターになること必至。また、麺だけではなく、ソースも全て自家製。両店のメニューには、同じ見た目のパスタが存在する。しかし、あえて味を変えているものもあるという。常連さんの中には、違いの発見を楽しみに両店を食べ歩く人もいるそうだ。パスタ料理の人気を支えるもう一つの秘訣は「盛り」にある。普通盛りが何と450グラム。一般のパスタ店と比較すると倍近くある。ちなみに、大盛650g・特盛1kg。小盛でも300gだ。パスタのことばかり記したが、あくまでも「中心メニュー」。バラエティーに富んだ定食やオムライスなどのメニューは、頻りに訪れてくれる得意客の舌を飽きさせない。

「満寿喜旅館」の創業から、あと3年で百年になる。この間、四代に渡って引き継がれてきた老舗が社会ニーズの変化と共に形を変え今日も繁盛する。この努力の歴史こそが、多大な地域貢献そのものであると言えよう。「和洋亭ますき」「みむら神明店」「みむら正家別亭」には、今後も恵那になくてはならない飲食店の顔として頑張りを続けてもらいたい。



(左) 正家別亭 あんかけスパ 他 豊富なメニュー



(右) 神明店 オムスパ



神明店のクラシックイタリアン



正家別亭の鉄板ナポリタン

味の違いを、ぜひご賞味下さい☆

【営業時間】	
平日 11:00 ~ 14:30	17:00 ~ 21:30
土曜 11:00 ~ 14:30	17:00 ~ 21:30
日曜 11:00 ~ 14:30	17:00 ~ 21:00
(ラストオーダーは閉店時間 30 分前)	
【定休日】月曜日	
(祝日の場合は営業し、翌日振替休業)	



アルベール・カミュ

舞台は、アルジェリアに実在するオランという港町。194X年、ペストがこのまちを襲う。パンデミック、ロックアウト、オーバシュートとストーリーは目まぐるしく展開する。そんなシリアスな環境下で人々は、恐れおののき疲れ果てながらも不条理と闘う。そう。今日のシチュエーションとあまりに酷似している。臨場感たっぷりだ。違いは、一点のみ。あのテドロスがない。いない方がいい。

せんとらるライナー乗務員室

セントラル建設株式会社 **長谷川 誠** 工務部 機械課

- 2012年8月入社
- 名前 / 長谷川 誠
- 生年月日 / 1972年11月16日
- 自分を漢字1文字で表すと? その心は? 『黒』 見たままです(笑) すぐに覚えてもらえます!
- 趣味 or 特技 スノーボード、ゴルフ、レーシングカート
- 休日の過ごし方 家族で温泉に行くことが多いです
- お気に入りの映画(本・歌等) プラトーン、SAW、アナと雪の女王、リメンバーミー
- Hi-STANDARD、マキシマムザホルモン、レッド・ホット・チリ・ペッパーズ
- 10年後手に入れたいもの 誰もが羨む歌声
- 20年後どうなっていたい? 孫と一緒に遊んでいた
- 誰にも負けない自分の強み こう見えて、自分は、几帳面で細かい性格だと思うので、自分でやることに対しては手を抜かない事
- 一言(抱負など) これからも、定年まで仕事頑張ります!! 社員の皆様、『長谷川 誠』を今後ともどうぞよろしくお願いいたします!!



せんとらるライナー待合室

大事な2種類の薬を確実に飲む方法

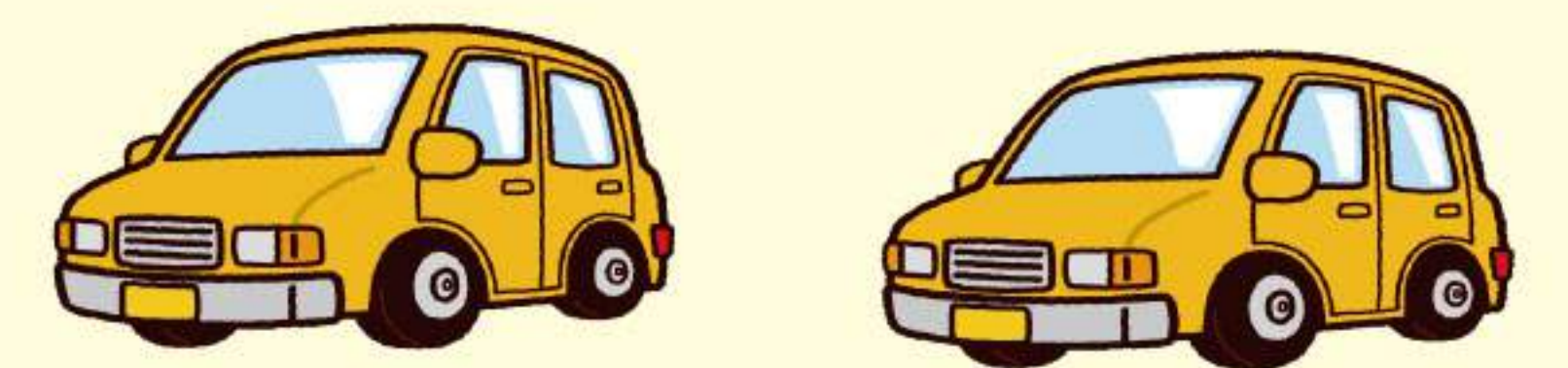
毎日2種類の薬を飲まないといけません。この薬をA、Bとします。A、Bは別々の瓶に入っていますが、色も形も同じで匂いもせず、見分けることができません。ある日あなたはAから薬を1個取った後、間違えてBから2個取り、しかも混ぜてしまいました。要するに手元に3個の薬があり、どれがAかBか全く見分けがつかず。薬は高価なので無駄にはしたくありません。薬を無駄にせず今日の薬を飲む方法を考えてください。



【64号のこたえ】

正解: 白、青、赤の3台
もしくは白青赤以外の2台

解説: 問題文の条件を満たすのは、「車が3台」「車が2台」の場合のみ。



- 車が3台の場合
白、青、赤の車がそれぞれ1台ずつで合計3台であれば、
・青、赤: 「2台のみ白ではない」
・白、赤: 「2台のみ青ではない」
・白、青: 「2台のみ赤ではない」
- 車が2台の場合
シンプルに考えると、「駐車場にあるのは黒い車が2台だけ」という結論があります。
・「白ではない車が2台だけ」
・「青ではない車が2台だけ」
・「赤ではない車が2台だけ」