

ハートライナー倶楽部

Heartliner Club

皆様のヨーロッパ生活を応援する日本通運の会報誌

欧州版

II

vol. 184

November 2021

ドロミテの自然と独特の文化に
触れる、南チロル（イタリア）



Heartliner Club

ハートライナー倶楽部

vol.184 November 2021

表紙：南チロルとヴェローナを結ぶ「ワイン街道」と呼ばれるブドウ畑
写真：© Thomas Monsorno

新型コロナウイルス (Covid-19) の影響で、アトラクションやレストランなどの営業時間、イベントの開催時期が変更されている場合がございます。事前にご確認ください。

03 Travel

ドロミテの自然と独特の文化に触れる、南チロル〈イタリア〉

07 Europe Now

ヨーロッパの街から

ハンガリー ● ヘレンド「ハンガリー伝統磁器『ヘレンド』①」

チェコ ● プラハ「クネドリーン」

フランス ● 「アルマニャックの炎」

ドイツ ● カールスルーエ「カールスルーエ城」

スペイン ● バルセロナ「香水博物館」

オランダ ● 全土「聖ニコラス祭の定番お菓子3種」

ポルトガル ● トマール「キリスト・テンブル騎士団修道院」



14 Wine

今月の1本

デスセンディエンテス・デ・ホセ・バラシオス、ベタロス

15 Healthy Life

なるほど！ヘルシーライフ

冬に備える健康法



欧州日通 Heartliner Club 事務局

総合問い合わせ先：

(国番号) **49 (0)211 90495 0**

ご住所の変更や購読中止など、購読についてのご連絡は、裏表紙にあるお住まいの地域の日通支店までご連絡ください。

発行者：欧州日本通運

編集・制作：A Concept Limited

掲載記事および広告掲載に関するお問い合わせ

A Concept Limited
Beaufort House, 5 Middlesex Street, London E1 7AA UK
tel: 44 (0)20 7092 9019

- 本誌掲載の記事・写真・イラストの無断転載を禁じます。
- 本誌に掲載されている広告内容に関して、発行者および編集者は一切の責任を負いませんのであらかじめご了承ください。
- 掲載する内容には万全を期しておりますが、取材後の変更等もございますので、ご利用される場合はご自身でご確認ください。尚、記事の内容をご利用されて生じた損失やダメージに関しては、発行者および編集者は一切の責任を負いませんのであらかじめご了承ください。

JSTV 海外でも日本のテレビ!

今なら! **お得なキャンペーン実施中!**

月毎契約の初回視聴料が

半額

1ヶ月たっぷり **€25** 視聴して [通常月額€50]

11月1日(月)からスタート!

インターネットで即受信! スマホやPCのブラウザで視聴OK!

安心して楽しめる合法的なサービスです
NHK、民放、各種権利団体から正式に許諾を受け放送しています

お申込みは **今すぐ!**

www.jstv.co.uk

Tel. +44 20 7426 7330
[月~金 10:00~17:00(CET)]

夜の病院で戦う、若き医師たちの物語。

フジテレビ系ドラマ **Night Doctor**

10月26日(火) スタート

第72回 **紅白歌合戦** 大晦日放送予定!

TBS系ドラマ **ドラゴン桜**

毎週水曜放送

上白石萌音 × 深津絵里 × 川栄李奈

11月スタート予定

連続テレビ小説 **カムカムエヴリバディ**

©番組内容や放送日等は変更されることがあります

NHK CosmoMedia Europe



South Tyrol



Italy

ドロミテの自然と独特の文化に触れる、南チロル

イタリアの最北に位置し、オーストリアと国境を接するトレンティーノ＝アルト・アディジェ特別自治州。特に南チロルと呼ばれるアルト・アディジェには、オーストリアの影響を強く受けた独特の文化がある。夏はトレッキングやハイキング、冬はスキーと、ドロミテ山岳地帯の美しい自然と年中触れ合えることでも人気だ。今回は少しイタリアらしくないイタリア、未曾有の魅力を持つ南チロルを紹介しよう。





ドイツとオーストリアの影響を受けた、他地域とは違うイタリア

イタリア北部は、フランス、スイス、オーストリア、スロベニアと国境を接している。青い海に囲まれ太陽が燦々と降り注ぐ半島部分のイメージが強く、陽気でお気楽な人たちの国と思われがちなイタリアだが、実は北部は全く様子が違う。中でも特に、ドイツ以上にドイツ的といわれるほど、全くイタリアらしくないのがスツドティロール（南チロール）と呼ばれる地域だ。イタリアの最北端にあるトレンティーノ・アルト・アディジェ特別自治州（自治州とは中央政府に左右されないさまざまな自治権を持つ）は、南部のトレンティーノ県と北部のボルツァーノ県（通称・アルト・アディジェ）で構成されている。オーストリアと国境を接する後者がその南チロールで、国境を挟んだオーストリア領が北チロールと呼ばれる。

その背景には、14世紀以降この地域がオーストリアのハプスブルグ家の統治下にあり、長年イタリアとオーストリアの係争地となっていた歴史がある。1861年の統一運動を経てイタ

リア王国ができた後もオーストリア領として残り、「未回収のイタリア」と呼ばれていたが、第一次世界大戦後の1919年にイタリア領となった。今でも、分断独立やオーストリアへの返還を求める声はあるのだが、自由度の高い自治権が与えられたことや、オーストリアのEU加入で行き来が自由になったことで、現在は鎮火状態になっている。

故にこの辺りでは、今でも70%程度の人がドイツ語を話しており、標識はドイツ語とイタリア語の両方を使用しているところも多い。それに加えて、この地で古くから使われているラディン語の表示が加わることもある。そんなことから人々のメンタリティーもかなり違い、基本的には几帳面で真面目。でもそんな中に朴訥な温かさや、イタリア人らしい茶目っ気もあるのが南チロールの人たちだ。

そして、土壌や街並みも半島部のイタリアとはかなり違う。世界遺産となっているドロミティ（ドロミテ）山岳地帯をはじめ、アルト・アディジェの全面積の80%を占めるのは山岳地帯であり、削られたように尖った山脈やそれが織りなす渓谷が有名だ。一方、平地部には、ストラーダ・デル・ヴィーノ（ワイン街道）やリソゴ畑、牧草地があり、雄大で美しい自然が広がる。さらに、温泉地のメラノや芸術的な古都ブレッサノーネ、そしてボルツァーノ自治県都である大都市ボルツァーノなど、魅力に溢れる街もある。そんな、日本ではまだあまり知られていないイタリアの別の顔、南チロールの見どころを追ってこう。

雄大な自然が一年中楽しめるドロミテ

まずは、2009年にユネスコ世界自然遺産に登録されたドロミテ。東をピアーヴェ川、西

をイザルコ川とアディジェ川、南をプレレンタ川、北をリエンツァ川に囲まれた山岳地帯で、氷河のある標高3342メートルの最高峰マルモラーダ山をはじめ、3000メートルを超える山が18峰あり、鋭く突き出た峰や岩壁、氷河やカルスト系の地盤、一面に広がる緑や美しい湖など、見事な景観で有名だ。

そんな雄大な自然の中で、夏はドライブやサイクリング、ハイキングなどが楽しめる。ロープウェイやリフト、ゴンドラもあり、さまざまなハイキングコースやトレッキングコースも整備されている。また、冬には一面が雪景色になり、世界最大級のスキー場に変身する。ちなみに、ドロミテへの玄関口の一つ、コルティーナ・ダンペッツォは2026年冬季オリンピックの開催都市に決定している。こちらからアクセスする場合は、3つの尖峰トレ・チーメ・ディ・ラヴァレードや「ドロミテの真珠」と呼ばれるミズリーナ湖などが見どころだ。

花の街、ボルツァーノ

もう一つの玄関口が、前出のボルツァーノ。こちらの経路ではエメラルドグリーンの湖面で知られるカレッツァ湖や、広大な景色が望めるガルデーナ渓谷、ヨーロッパ最大の牧草地アルペ・ディ・シウジ（シウジ高原）などを訪れることができる。ボルツァーノはドロミテへの経由地というだけでなく、街自体にも見どころが多い。「花の街」と呼ばれるとおり、広場や道端に花が溢れている。街の中心にあるヴァルター広場は、イタリア最大級のクリスマスマーケットが立つことでも有名だ。伝統工芸品や特産物の屋台が並び、それを目的にやってくる観光客も多い。

広場に面して、南チロール風のモザイクが施された屋根が特徴の15世紀のゴシック建築、ドウ



オモが立っている。さらに、「アイス・マン」と呼ばれる世界最古の凍結ミイラ、エッツィーで知られるアルト・アディージェ考古学博物館もある。氷河から発見されたエッツィーは、紀元前3000年前に死亡してそのまま氷河に閉じ込められたらしく、保存状態が極めて良いといわれている。さらに街の北側のサレンティナ渓谷の入り口には、山の中腹の岩壁の上に建てられたロンコロ城がある。元々は13世紀に築かれた城だが、現在あるのは19世紀に再建されたものだ。

地名「チロル」の由来ともなった 温泉が楽しめる街、メラノ

アルト・アディージェ第2の都市メラノは、昔から富裕層の保養地として発展してきた街だ。オーストリア皇后シシィが愛した場所としても知られ、彼女が滞在していたトラウトマンズドルフ城は博物館として、城の庭園は植物園として公開されている。街の中心部には一大ウェルネスセンター「テルメ・ディ・メラノ（メラノ温泉）」があり、温泉水のプールや各種サウナなどがある人気スポットだ。この辺りを指す「チロル」という言葉は、中世にこの地域を治めていたティロル伯爵の拠点だったティロル村に由来している。ティロルの伯爵の居城は歴史博物館になっており、メラノ北部にあるその村へは、リフトに乗って行くことができる。

芸術の豊かな古都、ブレッサノーネ

もう一つお勧めしたいのが、第3の都市であり、豊かな芸術に触れられる古都としても知られるブレッサノーネだ。街の中心にあるドウオモは、18世紀にバロック風に改装されたため豪



華絢爛。1771年にモーツァルトが演奏したパイプオルガンが保管されている。他にも、白亜の塔で有名なサン・ミケーレ教会や緑のトンがり屋根の市庁舎など、小さい街なので見どころが集中している。

また、南チロルとヴェローナを結ぶ、「ワイン街道」と呼ばれる一面のワイン畑も有名だ。実際のところ、南チロルは生産面積が狭いためワインの製造量自体は多くないのだが、その品質の高さから熱狂的なファンも多い。

一方、リンゴの生産量は国内の半分を占める。春、広大なリンゴ畑一面に白い花が咲く様子は圧巻だ。

おいしいワインに、北国らしい料理

さて、ワインに話を戻すと、この辺りはピノ・グリージョ、シャルドネ、ピノ・ビアンコ、ピノ・ネーロの他、ゲビュルツトラミナー、スキアーヴァ、ラグラインなど、この地ならではの品種があることで知られ、銘柄ごとに独特な個性を持つワインが多い。それは、同地域の人たちの勤勉な性格に加え、自然環境を研究したワイン造りや企業努力によるものだ。

そんなワインに合わせたいのは、南チロルならではの料理。この地域の郷土料理はオースト

イタリア日通引越

イタリア国内、欧州内はもちろん、
世界に広がるネットワークでお客様の海外引越をサポート



Nippon Express (Italia) S.p.A.
via Londra 12 Segrate 20090 (MI)

日通の引越しは
日本だけではなく
ありません！

イタリア日本通運

TEL: +39-02-21698-972

● 事務所移転もおまかせ

www.nipponexpress.com/moving/it

NEIT-MILAN.REMOVALS@nipponexpress.com

1 エメラルドグリーンの水面が神秘的なカレッツァ湖 2 夏はトレッキングやハイキングも楽しめる 3 リフツジョと呼ばれる山小屋風の休憩所。食事をしたりお茶を飲むこともできる 4 冬は一面がスキー場に変身 5 一面のブドウ畑。質の良いワインで有名 6 イタリア最大の生産量を誇るアルト・アディジェのリンゴ 7 北イタリア独特の、くん製して長期熟成したハム、スベック 8 パンや小麦粉を団子状にしたカネーデルリは名物料理 9 リンゴがたっぷり入ったストゥルーデル 10 有名なボルツァーノのクリスマスマーケット。これを目当てに観光客が集まる 写真：1・5 © Tiberio Sorvillo、2・3・4 © Alex Filz、6 © Patrick Schwenbacher、7 © Andreas Mierswa、8 © Adige Helmut Rier、9 © Frieder Blickle、10 © Luca Guadagnini



リア料理やドイツ料理に近く、いわゆるイタリア料理の代表として知られているパスタはあまり食さず、魚料理はないに等しい。ここでは地域特有のハムやチーズをぜひ試していただきたい。

まず欠かせないのが、豚モモ肉に香辛料をすり込んで塩漬けた後、くん製にして熟成させた生ハム「スベック」。塩味は控えめ、くん製の独特の香りが漂う上品な味で、そのまま前菜にすることも、料理に使うこともある。例えば、スベックを固く切ったパン、小麦粉、牛乳、卵と混ぜて団子状にしたのが「カネーデルリ」。その名は、ドイツ語で団子という意味のクヌーデルから来ている。チーズやホウレンソウ入りのものもあり、これをスープに入れたり、バターで焼いていただく。あるいは、ライ麦と小麦粉を使った生地、ホウレンソウとリコッタチーズ、ハーブを詰めた半月型のラビオリ。これをバターと粉チーズであえた「シュルクラップフェン」や、トウモロコシの粉を練った「ポレンタ」もよく食される。

メイン料理では、鹿などのジビエ料理や、パプリカを効かせ牛肉とタマネギを煮込んだシチュー「グラシユ」も有名だ。これらはブレツェルやライ麦パンと一緒にどうぞ。グラシユはハンガリーの料理だが、中央ヨーロッパ各国に広まっている。食後のデザートには、パイ生地、リンゴを詰めて焼いたシナモン風味のお菓子「ストゥルーデル」を。

初夏にはホワイティアスパラガス、秋には栗など、旬の食材も時季が合えばぜひ試してみたい。

イタリアの典型的なイメージからは少し外れるが、南チロルの独特な魅力にはきっと誰もが魅了されるはずだ。そしてどこも清掃が行き届いて快適、何でも正確に機能し、犯罪も少ないという点では、日本人にとって過ごしやすい旅行先でもあるだろう。

(田中美貴)

● 南チロル観光局
www.suedtirol.info



Hungary

1 ハンガリーの美しい四季折々の草花が描かれたフォーシーズンズのティーセット 2 ミニファクトリー・ツアーで見学できる磁器の製作工程の一部 3 ミニファクトリーの外観 4 ヘレンドの磁器は、全てハンドペイント 写真：© Herend Porcelain Manufactory Ltd.



INFORMATION

ポセラニウム・ビジター・センター

Porcelanium Visitor Centre

139, 8440 Herend

+36 88 / 523-190

<https://herend.com>

料金：ミニファクトリーガイド付きツアー（英語）と

ミュージアムのセットチケット 3700HUF

（その他のチケットはウェブサイトでご確認ください）

※開館日時はウェブサイトで要確認

[ハンガリー ● ヘレンド]

高級品を間近で愛でる

ハンガリー伝統磁器「ヘレンド」①

ハンガリーが誇る磁器ブランド「ヘレンド」は、その技術の高さと美しさから各国の王室をはじめ、世界中に多くのファンがいる。2019年に秋篠宮佳子様がハンガリーを訪れた際、ヘレンドの工房を視察されたのは記憶に新しい。

ヘレンドの発信・体験施設、「ポセラニウム・ビジター・センター」へ行くには、車だとブダペストから高速道路M7を使って2時間ほど。公共交通機関を利用する場合は、ブダペストからウェスプレームまで電車で行き、そこからバスまたはタクシードで訪れることができる。

施設内の「ミニファクトリー」では、優秀な職人たちの緻密な絵付けや、技巧に溢れる成形の様子など、磁器の製作工程を間近で見学することができる。ガイド付きツアーに参加すれば、ヘレンドにはアールスボーやアジア由来のものなどさまざまな絵柄があるなど、より理解を深めることができる。また、比較的求めやすい価格の小皿やアクセサリーなどが購入できることも、ここでの楽しみの一つだ。別館の博物館には、王室などに収めた特別注文品や創業以来の作品などが展示されており、同ブランドのデザインの変遷を知ることができる。

併設のカフェでは、美しい磁器が飾られた宮殿のような店内でコーヒーやケーキがヘレンドの食器で提供され、至福の時を味わえる。

（太田 豊太郎）

引越は私たちにお任せください。

ベルギー海外引越

お問い合わせは下記までどうぞ

www.nipponexpress.com/moving/be

TEL +32 (0)2 751 7814 FAX +32 (0)2 751 9246

E-MAIL: NEBE-removal@nipponexpress.com

Bedrijvenzone Machelen Cargo 738/1
1830 Machelen, Belgium



Nippon Express Belgium N.V.



Czech

1 2階席からは交差点を行き交う人々が眺められる 2 テイクアウトや宅配のサービスもある 3 プルオニオンでサーブされる色とりどりのクネドリーク 写真: 1・2 © 金子季乃、3 © knedlin.cz

INFORMATION

クネドリーン
Knedlin

Narodni 24, Prague 110 00

+420702214518

<https://knedlin.cz>

時間: 月~土 9:00 - 20:00、日 10:00 - 20:00

料金: 1個 49Kč ~

[チェコ ● プラハ]

定番料理がおしゃれに変身するビストロ

クネドリーン

2020年にオープンしたクネドリーク専門店「クネドリーン」。クネドリークといえば、チェコ料理に欠かせない蒸しパンで、通常は肉料理の付け合わせとして提供されるが、小麦粉やジャガイモの生地の中に具が入った団子タイプもある。

従来のイメージを覆す斬新な具材の組み合わせと、カラフルで真ん丸のフォルムが目を引き。バリエーションは25種類。軽食としてなら、定番のスモークポークとザワークラウト、珍しいものではラタトゥイユ、エビ入りのタイ風、チキンカレーの他、ベジタリアンには豆腐と松の実などもあり、食には比較的に保守的なチェコ人も驚きのラインナップだ。

また人気の甘いタイプには、ブルーベリーやラズベリー、イチゴ、栗、チョコレイト、カラメル&ヘーゼルナッツなどの他、チェコでよく食されるプルーンやリンド、ケシの実を使った物も。溢れ出るジュシーなソースとフルーツパウダーのコーティングで、味も見た目も洗練され、新ジャンルのスイーツといってもよいほどの仕上がりになっている。

国を代表する磁器であるプルオニオンに1つずつサーブされるのも可愛らしい。プラハ中心部、トラムの乗り換えにも便利なナロードニー・トゥシダ駅に近く、小腹を満たすためにふらっと立ち寄るのに丁度良いスポットだ。

(金子季乃)

日本語対応だから安心。海外、及び国内引越、そして事務所の移転も私たちにお任せください

トルコ日通

www.nipponexpress.com/moving/tr



Nippon Express (Istanbul)
Global Lojistik A.S.

Istanbul Dünya Ticaret Merkezi

A2 Block Kat 15, No: 444, 34149

Sevketiye Mh. Bakirkoy Istanbul Turkey

T: +90-212-465-6934 (内線: 15/19/20)

E: NETR-Removal.Istanbul.Mail.Group@nipponexpress.com

[フランス ● アルマニャック地方]

冬の寒さも吹き飛ばす

アルマニャックの炎

INFORMATION

アルマニャックの炎

La Flamme de l'Armagnac

+33 05 62 08 11 00

www.armagnac.fr

期間：毎年 10 月末～ 1 月（詳細はウェブサイトでご確認ください）

「アルマニャックの炎」は、
ダルタニャンやレイ15世も愛し
たといわれる銘酒ゆかりのこの
地で、毎年10月末から1月にか
けての収穫を終えた蒸留期に開
催される町おこしイベントだ。
この期間中、アルマニャックの
AOC生産者が、それぞれのド
メーンでの試飲や見学、エキス
ポ、宿泊など、冬の寒さを吹き
飛ばす独自企画で訪問者たちを
もてなす。寒くなってくるこれ
からの季節の観光にお勧めした
い。

（兒玉 ゆきこ）

フランス南西部のアルマニャック地方で生産される高級フレンチ・ブランデー、「アルマニャック」。15世紀以降、この地方の重要な商取引産物となり、1936年からAOC（原産地呼称法）によって原料の白ブドウや製法に至るまで厳しく管理・保護されている。中世から造り続けられており、2020年にはその製法技術がフランスの無形文化遺産に登録されている。ジェルス、ランド、ロット、ガロンヌの3県、アキテーヌからオキシタンまでの2行政区を跨ぐ、広域にわたるアルマニャック地方だが、その名を冠することができるのは、オーズを中心とする西部バ・アルマニャック地区と中部アルマニャック・テナレーズ地区、そして南部と東部に位置するオー・アルマニャック地区の3つの産地のものに限り、それぞれのテロワール※ごとに特徴のある味わいを持つ。

※農作物に特有の性格を与える。土壌、気候、地勢などによる生育環境の特徴

France



1 アルマニャックはアランピックと呼ばれる蒸留装置で3月31日までに蒸留される 2 広大な産地のテロワールを体感 3 熟成はカシの樽で 4 試飲でじっくり吟味したい 写真：1・2・4 © Michel Carosio、3 © Philippe Levy / LiquidLiquid



フランス日本通運 パリ海外引越センター

お問い合わせは、日本語でどうぞ。

1 rue du Chapelier, BP 18177 95702 ROISSY CDG CEDEX

TEL +33 (0)1-4184 6350

フランス日通
公式サイト：

www.nipponexpress.com/moving/fr

E-MAIL:

NEFR-Removal@nipponexpress.com

フランス 日通

検索



フランス日本通運(株) NIPPON EXPRESS FRANCE S.A.S

INFORMATION

カールスルーエ城

Schloss Karlsruhe

Schloßbezirk 10, 76131 Karlsruhe

+49 (0)721 926-6514

www.landmuseum.de/schloss

時間：(城) 火～木 10:00 - 17:00、金～日 10:00 - 18:00

※塔は城の開館 1 時間前までに入塔

休：月

料金：城／大人 8€、6～17 歳 無料

塔／大人 4€、6～17 歳 2€

[ドイツ ● カールスルーエ]

バーデン辺境伯の憩いの城

カールスルーエ城

カールスルーエは、ドイツ連邦裁判所と連邦憲法裁判所の所在地。重要な政府機関を有する司法首都として知られるバーデン・ヴュルテンベルク州で第2の規模を誇る南部の街だ。

街の観光ハイライト「カールスルーエ城」は、18世紀初頭にバーデン・ドゥルラッハ辺境伯カール3世の発案で、フランスのベルサイユ宮殿をモデルにして建てられた。現在のカールスルーエ近郊の街ドゥルラッハに居城カールスブルクを構えていた同伯は、そこから西へ5キロほど離れた森で狩猟に勤しんでいた。その帰り道に疲れた身体を癒す城が欲しいと考え、この城を造らせたという。こうして城を中心に「カールの休息する場所」という意味の名を冠したこの街が誕生したそうだ。

城内の一部は州立博物館として使用されており、カールスルーエの起源とカール伯居城の歴史を紹介する展示エリアを公開中。さらにコンサートや結婚式などイベントの会場として利用できる部屋もある。中央の塔からは街の全景を見渡すことができるので、ぜひ足を運びたい。

約300年と歴史の浅いこの街は、華麗な城があるにもかかわらず、旧市街がない点がユニークだ。街の構造は、城を中心として放射状に32本の道路が延びる、国内でも珍しい扇形のバロック都市で、道路網は太陽の光線を表すという。

(シュピッツナーゲル 典子)

Germany

1 ベルサイユ宮殿をモデルとしたカールスルーエ城の正面玄関 2 太陽の光線を表す32本の道路 3 165段の階段を上り中央の塔へ。最高の眺めが目の前に広がる 写真：© norikospitznagel



◆海外引越・欧州域内／国内／市内引越 ◆事務所移転 ◆倉庫保管

心で運ぶ

ルートライナー

日通の海外引越

ヨーロッパ各国から日本へ
他のヨーロッパ諸国へ
そして世界へ

From European Countries to Japan
To Other European Countries
And to the World

日本語でお気軽に
ご相談下さい。

「心で運ぶルートライナー」へのお申し込み・お問い合わせは、下記の支店・営業所まで電話かメールでお気軽に。
Email. NEDE-HEAR.LINER@nipponexpress.com www.nipponexpress.com/moving/de

● デュッセルドルフ(+49) (0)211-90495-0
● ハンブルク/ベルリン(+49) (0)40-73112-194
● ミュンヘン(+49) (0)89-37426-353

● フランクフルト/シュトゥットガルト(+49) (0)69-68974-584
● ウィーン(+43) (0)1-7007-35411

● ブラハ(+420) 255-707-491
● ワルシャワ(+48) (0)22-878-3208
● ブタペスト(+36) (0)29-553-807



ドイツ日本通運

NIPPON EXPRESS (Deutschland) GmbH



1 5000 本もの香水瓶が並ぶ様子は圧巻 2 古代ギリシャの香水または化粧品容器 3 ダリによってデザインされたスキヤパレリ社の香水「太陽王」の瓶。香水界だけでなく美術界においても貴重な作品 4 リボン使いが可愛いパリのブランド、ルバンの瓶 写真：© 清水晶子



INFORMATION

香水博物館 (香水店レジア内)
Museu del Perfum (inside Perfumeria Regia)

Passeig de Gràcia 39, Barcelona 08007
+34 93 216 01 21
<http://museudelperfum.com>
時間：月～金10:30 - 20:00、土 11:00 - 14:00
休：日・祝
料金：5€
※感染症拡大防止のため休館中 (2021 年 9 月時点)

[スペイン ● バルセロナ]

エレガントな香水瓶の上に美術史を読み取る 香水博物館

バルセロナ随一の目抜き通り、グラシア通りに面した高級香水店「レジア」。ガウディの有名建築「カサ・バトリヨ」に近く、常に観光客でにぎわっているが、この店の奥に立派な香水博物館があることはあまり知られていない。スタッフに案内してもらって扉を開けると、そこには数千年に及ぶ香水の歴史が詰まった空間が広がっている。

ルネサンスから近現代にかけて洗練された香水産業が発展したヨーロッパには、香水メーカーも香水博物館も多い。スペインを代表する当博物館の特徴は、香りそのもののよりも「瓶」に焦点を当てたコレクションにあること。アイテムの総数は約5000点にも上る。香水瓶は古来、中身の香りをよく表象しつつ高級感を出すために、凝った芸術的意匠が必要とされてきた。実際、ここで見られる古代ギリシャ・ローマの容器は、美術館で見ると古典美術品に匹敵するレベル。また、画家のダリやガラス工芸家のラリックなど芸術家が手掛けた「作品」もある。

館内を一巡すると、アールヌーボーやアールデコ、モダニズムといった各時代の芸術傾向が、デザインに反映されているのがわかる。

このように、小さな瓶の上に美術史の流れを読み取れるのが、同館の面白いところ。芳香漂うショップと芸術の香り高い博物館のどちらも楽しめるのでお勧めだ。

(清水晶子)

スペイン海外引越

スモールパッケージサービス (航空便・船便)

お問い合わせは日本語でお気軽にどうぞ。

E-mail: NEES-Removal@nipponexpress.com

スペイン日通公式 WEB サイトも是非ご利用ください。

www.nipponexpress.com/moving/es



スペイン日本通運 (株)

Nippon Express de España, S.A.

The Netherlands

1 聖ニコラス祭のお菓子は種類が豊富 2 大袋で売られるクラウドノートン 3 ペーパーノートンはコーヒーと相性抜群 4 ヤン・ステーンの絵画『聖ニコラスの祝日』(1665 - 1668年頃、アムステルダム国立美術館所蔵)にも描かれているペーパーノートン 写真: 1 © Van Malkenhorst、2・3 © Ibul&Pen



[オランダ ● 全土]

お祭り気分を盛り上げる味

聖ニコラス祭の定番お菓子3種

INFORMATION

聖ニコラス祭 (シンタークラス祭)
Sinterklaasfeest

日程: 2021年の聖ニコラスの汽船は、
11月14日アムステルダムに入港予定
※お菓子は全国のスーパー等で購入可能

オランダ版サンタクロースである聖ニコラスは、12月5日の聖ニコラス祭に先立ち、11月中旬に山のようにプレゼントを積んだ汽船でオランダに参上する。もちろん作り話だが、パレードでは実際に汽船で到来するので、子どもたちは夜も眠れないほど興奮する時期である。

お祭りを盛り上げるお菓子の中でも、定番中の定番は3つある。「ショコラデレター」はアルファベットの形をしたチョコレートで、ちよつとしたプレゼントとして大人同士でも贈り合う。受け取り手のイニシャルを選ぶのが通例だが、どの形を選んでもほぼ同じ重量になるように作られている。

「ペーパーノートン」は、アリスをはじめさまざまなパイが練り込まれた噛み応えのあるライ麦のソフトクッキーで、アムステルダム国立美術館に飾られている17世紀の絵画にも描かれているほど古くから食されている。かつてオランダ東インド会社が航海から持ち帰ったスパイスを使ったエキゾチックな風味は、当時もさぞかしお祭り気分を盛り上げたことだろう。

これと似た風味の「クラウドノートン」は、半球状でカリカリした小麦粉のクッキーで、パレードなどで子どもたちに盛大にばらまかれる。

ワクワクしながら頬張るこれらのお菓子の味は、オランダの人々がいつまでも忘れない幸せの味に違いない。(東風伊吹)



オランダ海外引越

★日本人スタッフご案内の安心引越
下見、輸出入手続きのご説明の際は必ず日本人スタッフが参ります。

★梱包!!! 何でもお任せ下さい
家具、家電はもとより、食器、ワインボトルまで、豊富な梱包資材で家財なら何でも梱包いたします。

★AEO認可取得
欧州進出の日系企業で初のAEO認可をオランダ税関から取得致しました。
(AEO: Authorized Economic Operator)

オランダ税関からも認められたオランダ日本通運です。

お問い合わせ

オランダ日本通運アムステルダム引越センター

AMSTERDAM REMOVAL CENTER: CONTOUR AVENUE 31, 2133 LD HOOFFDORP

Tel: +31 (0)20-500-5200 Fax: +31(0)20-500-5210 Web: www.nipponexpress.com/moving/nl E-mail: NENL-Removals@nipponexpress.com

INFORMATION

キリスト・テンブル騎士団修道院
Igreja do Castelo Templário

2300 - 000 Tomar
+351 249 315 089

www.conventocristo.gov.pt

時間：6～9月9:00～18:30

10～5月9:00～17:30

料金：6€

[ポルトガル・トマール]

円堂とマヌエル1世王による謎めいた大窓

キリスト・テンブル騎士団修道院

トマールの「キリスト騎士団修道院」は、12世紀にイスラム教徒からイベリア半島を奪回するレコンキスタ戦のテンブル騎士団総司令部として建てられた。今日見られる同修道院は、16世紀末まで増築が繰り返されたものだ。ロマネスク、ゴシック、マヌエル、ルネサンスと各時代の建築様式が融合され、不思議な雰囲気を作り出している。

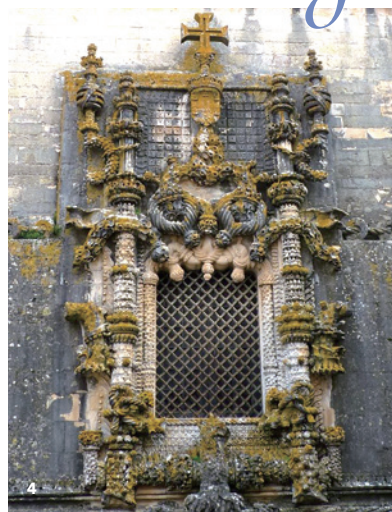
テンブル騎士団は14世紀に壊滅させられるが、ポルトガルでは教皇の許可を得てキリスト騎士団と改名し、エンリケ航海王子をグランドマスターとして大航海時代へと移っていった。

エルサレム神殿をモデルにした八角形の円堂はテンブル騎士団によるものだ。騎乗姿で円堂に入って祈りを捧げた後、戦に臨んだ。また、15世紀のポルトガル建築傑作といわれるエキセントリックな大窓は、マヌエル1世王による。ロープや鎖、珊瑚、胡椒の実など大航海時代を表す華麗なモチーフで飾られた窓の両脇には、2本の巨大な樹が刻まれている。右側の幹に巻かれたバックルベルトは、聖ジョージの黄金伝説に因んで英国のエドワード3世が創設したガーター騎士団のシンボルで、下方にはドラゴンの顔も見られる。大窓には他にも、未だに謎のシンボルがある。

外国人ガーター騎士団員であり国内で最も裕福だったマヌエル1世は、大窓を通じて後世に何を示さんとしたのだろうか。

(C・S 優子)

Portugal



1 外から見る円堂は16角形 2 木に巻かれたバックルベルト 3 大窓を両手で支える人物は誰なのか、今も謎に包まれている 4 巨大な大窓には数々のシンボルが見られる 写真：© C.S. 優子



ポルトガル海外引越

安心できる引越しをサポート致します



リスボン支店 TEL +351-21-842-9520 FAX +351-21-847-4973 担当 Miguel Estopa (英語可)
オポルト支店 TEL +351-22-947-9500 FAX +351-22-941-6791 担当 Maria João Fonseca (英語可)



Nippon Express Portugal, S.A

日本語でのお問い合わせはスペイン日通バルセロナ支店まで
TEL +34-93-552-2988 FAX +34-93-262-3130



今月の1本



Descendientes de J. Palacios, Pétalos

デスセンディエンテス・デ・ホセ・パラシオス、ペタロス



ビエルソはスペイン北西部、大陸性のカスティーリャ・イ・レオン州に属する DO (原産地呼称/認定 1989 年) ですが、西側で接する海洋性のガリシア州の DO、バルデオラスに気候も景色もより近く、緑豊かな山間部地域。長く忘れ去られたワイン産地でしたが、1990 年代終盤、新進気鋭の生産者により注目を集めるようになりました。

ブドウはほとんどが標高の高い (450 ~ 800 メートル) スレート (粘板岩) 土壌の急斜面に植えられており、約 75% は赤ワイン用品種のメンシア。そのうち 80% は古樹 (樹齢 50 ~ 100 年)。スペインとポルトガルのみで栽培され、特徴はシラーとピノ・ノワールの交配種のように例えられます。ワインにはフルーティーで柔らかいタイプから、凝縮感があり深遠で土壌のミネラル豊富な長熟タイプまであり、国際的な評価も上昇中。

今回ご紹介するデスセンディエンテス・デ・ホセ・パ

ラシオス (ホセの跡継ぎたち) は、1998 年にホセの息子のアルバロ・パラシオス氏が、甥のリカルド氏と共に設立したボテガ。パラシオス家はリオハの名家ですが、アルバロ氏は 1988 年にプリオラート地方で独自にボテガを築き、レルミタとフィンカ・ドフィのワインで、その産地と一家の名を瞬く間に世界に広めました。そしてビエルソにも可能性を見出し、始めたのがこのプロジェクト。現在所有する 300 区画の畑 (うち自社は 90 区画 / 15 ヘクタール) で栽培されているのはメンシアが主ですが、赤白さまざまな品種が混植されている古い畑も残っています。自社ではバイオディナミ農法で栽培しており、ボルドーのトップシャトーで学んだ技術も応用して、卓越したセンス溢れるワインを造っています。

色合いは、少し紫がかかったとても深いルビー。グラスに顔を近づけると目の前にはスマイルが咲き誇る花壇が広がります。新鮮なブラックチェリーやプラム、ストロベリーがぎゅっ詰まり、ふんわり甘いその風味にはわたあめのような懐かしさを感じます。12 カ月の樽熟成を経た艶やかなタンニンには、黒コショウやオレガノも効いています。活き活きと弾け踊るアルコール感はお祭りで太鼓の音が体中に響き渡る感覚を思い起こさせ、冷めやらぬ興奮そのままに温かい余韻で包んでくれます。大変力強い出来の 2019 年もの (14€) は肉付きが良く、まだ若さが前面に出ているものの、これから 3 ~ 10 年はかけてしなやかに熟成していく過程を見ていきたいワインです。

(鈴木 かづみ)



【生産地】
スペイン・カスティーリャ・イ・レオン州・ビエルソ

【ブドウの品種】
・メンシア 93%
・赤ワイン用ブドウ 3%: アリカンテ・ブーシェ、グラン・ネグロ、パン・イ・カルネ、ネグレダ
・白ワイン用ブドウ 4%: バレンシアナ、ヘレス (パロミノ)、ゴテリョ

【ワインひとくちメモ】
ワイングラス①
ワインは、グラスの飲み口 (リム) の広さ、注がれる部分 (ボウル) の大きさや形によって、口内へ流れ込む量や広がり方、舌の位置に影響し、酸味や苦味などの感じ方が変化します。ワインのタイプやブドウの品種ごとに最適なワイングラスは異なるので、飲むワインに合わせてグラスを選んでみましょう。

欧州生向けオンラインコース開講中!

帰国卒入試に合わせた充実したコース設定

<開講コース>

小1~小6 【標準コース】国語・算数

小4~中3 【受験コース】国語・算数/数学・英語・理科・社会

中3~高3 【高校部コース】数I~数III・小論文・英文翻訳

オプション 小6向け難関中対策英語・算数、中学生向け難関高対策

英語英検対策 (2級、準1級、1級)

その他 【英語個別指導コース】インター校の英語ほか教科指導

体験授業実施中!

ご希望の方は、ホームページの「無料体験授業」欄よりお申し込みください。

※各クラスとも定員になり次第締め切らせていただきます。
※授業日・時間などはホームページにてご確認ください。



JOBA International London 1F Lawford House, Albert Place, Finchley, London N3 1QA U.K.

Tel: +44 20 8343 4332

joba-uk.jolnet.com



なるほど!
ヘルシーライフ
Vol.29

冬を丈夫に過ごすための健康法

風邪やインフルエンザにかかりやすい季節としても知られる冬。
季節限定で冬のみに免疫力強化対策を取り入れることも有効ですが、
日頃の気配りが大きな違いを作ることもお忘れなく。

< Text by 徳永 ゆり子 >

夏から冬に向けた配慮

腸には約70%の免疫システムが集中しているため、日頃から腸内環境を整えておくことが健康の基礎部分となります。冬になってからではなく、夏のうちから免疫強化に備えるのが理想的です。例えば、主に日光から得られるビタミンDは腸の健康にも必要とされる大切な栄養素です。脂溶性であるため、夏のうちにたくさん合成すれば体内に余分を貯蔵することができます。また、冷たいものの過剰摂取で胃腸が弱ることもあります。消化機能の低下は体調を崩しやすくするため、暑い日でも氷の入った飲み物やアイスクリームなど、極端に冷たいものの摂取は最低限にするのが理想的です。



気候柄、寒くなると夏ほど外に出て活発に行動することがなくなる傾向にあります。日頃の運動などで冬が来る前に基礎体力を高めておくことも大切です。

季節の情報と代謝の関係

通常、気候の変化に合わせて体内では各種の代謝調節が行われます。ライフスタイルの変化などで、この調節に問題のある人が年々

増えているようです。大きな原因の一つは、流通のグローバル化により、地球の反対側など季節の異なる場所で育った食べ物が、年中店頭にあることです。野菜や果物は、旬の時期に有効な栄養素の含有率が高くなり、それが季節と体内時計の連動を助けると考えられています。例えば、食品を使った研究では、季節外れの果物摂取と肥満人口増加が直結するという結果になっています。これは果物に限らず、季節野菜や果物に含まれる成分が、気候や温度など環境の情報を運ぶためです。体内時計は、これらから受け取った情報に合う代謝調節を促すため、季節外れの食品が連続すると代謝のバランスは崩れやすくなります。例えば、夏野菜のキュウリやトマトなどには、体から熱を発散させる作用があるので、熱の保持を必要とする冬には不向きだといえるでしょう。

また、屋内で電気の光に頼り日光を感じない生活も、体内時計を狂わせる原因となります。光は視覚神経を通して脳の体内時計に働きかけるため、朝と夕方に数分自然光に当たる機会を作り、夜には部屋の照明を暗めに設定するのも有効です。特に北欧など緯度の高い地域の冬は、暗い時間がかなり長くなるため、日光不足でSAD (Seasonal Affective Disorder = 季節性感情障害) の症状に悩まされる人も増える時期です。SAD専用のライト照射が一般的な改善法の一つとして知られているので、冬になると気分が沈む傾向にある方は、試す価値があるかもしれません。

イギリスで学ぶ

様々な文化交流活動を通して
歴史に裏打ちされた真の国際教育を実践

※Covid-19の影響により、変更することがあります。本校ホームページで募集要項をご確認ください。

【入試情報】 出願期間: 下記いずれも 2021年11月8日(月) ~ 2021年11月26日(金) (必着)

【高等部・中学部A日程入試】 日本: 12月12日 ※英国会場中止

【高等部A日程 在外日本人学校在籍者枠 単願推薦入試】 第一学年若干名 書類審査及びオンライン面接

【高等部A日程 海外在住現地校在籍者枠 特別入試】 第一学年若干名 書類審査及びオンライン面接

本格的ICT化

一人一台のラップトップ
全教室にインタラクティブボード
校内全域Wifi完備

オンライン
個別相談随時実施中

- 小学部5年から高等部3年まで、男女共学・全寮制
- 自然に恵まれた広大なキャンパス
- 徹底した少人数教育によるきめ細かい指導
- 日本の教育とイギリスならではの英語教育を両立
- 希望者は各学期ケンブリッジ大学での研修可
- イギリスの大学への進学も積極的にサポート
- 立教大学に約半数が推薦入学、他大学推薦枠も多数

充実した異文化交流プログラム

地元 Collyer's College との教育連携、Cambridge 大学
研修、UCL ロンドン大学研修、Cambridge 大学 Science
Workshop、年3回の Home stay、現地校短期留学など。

急な海外赴任の場合には、編入学についていつでもご相談下さい。



RIKKYO SCHOOL IN ENGLAND
立教英国学院

Guildford Road, Rudgwick, West Sussex RH12 3BE
Tel: +44(0)1403 822 107 Email: eikoku@rikkyo.uk
詳しくはHPをご覧ください。 www.rikkyo.co.uk





欧州日通グループ

私と家族の大切な荷物だから、実績ある日通に頼みたい。
丁寧に、真心こめて。

お客様第一の日通です。

忙しいご帰国前こそ、日通にお任せください

帰国前のご多忙な時でも、慌てる必要はありません。日通は、梱包からお引越先でのお荷物搬入までお客様に代わって作業いたします。

日本での引越も

日通グループがお世話致します

ヨーロッパから日本に着いたお荷物は、日本の日通グループの引越専任スタッフが責任を持って配達いたします。東京、名古屋、大阪（神戸）、福岡の各支店から日本全土にお届けします。

日本人スタッフの立会いで安心度満点

引越では作業完了まで必ず日本人スタッフが立会い、梱包状況を確認するなど作業を指揮いたします。

目的に応じた梱包資材をご用意

衣類用のハンガーカートン、ゴルフカートン、ワイン用カートンをご用意しています。それぞれに最も適した梱包資材で運ぶことによって、お荷物をいたわります。

各国内引越・欧州内引越も承ります

海外引越だけではなく、各国内引越、欧州内引越、家財保管もご安心してお任せください。

きめ細かなサービスが自慢です

日本のご実家にお荷物を残して赴任されていた場合、帰国後の日本での引越に先立ち日通がご実家へ下見に参ります。引越の際はご実家からのお荷物と海外から送られてきたお荷物が同日に着くように手配いたします。

引越のご用命は 次の事務所へどうぞ

- イギリス（国番号 +44） / アイルランド
ロンドン & グラスゴー、ダブリン
.....(0)20-8737-4200
マンチェスター(0)161-436-7500
ニューカッスル(0)191-519-7950
イーストミッドランド
.....(0)1332-850-770
- イタリア (+39)
ミラノ02-21698-972

- オランダ (+31)
アムステルダム(0)20-5005200
- スイス (+41)
チューリッヒ(0)44-836-9966
ジュネーブ(0)22-929-0310
- ドイツ (+49)
デュッセルドルフ(0)211-90495-0
フランクフルト & シュトゥットガルト
.....(0)69-68974-584
ハンブルグ(0)40-73112-194
ミュンヘン(0)89-37426-353
- オーストリア (+43)
ウィーン(0)1-7007-35411

- フランス (+33)
パリ(0)1-4184-6350
- ベルギー (+32) / ルクセンブルグ
ブリュッセル(0)2-7517814/5
- スペイン (+34)
マドリッド91-748-0862
バルセロナ93-552-2986
- ポルトガル (+351)
リスボン21-842-9520
- ハンガリー (+36)
ブタペスト(0)29-553-807
- チェコ (+420)
プラハ255-707-491

- ポーランド (+48)
ワルシャワ(0)22-878-3208
- ケニア (+254)
ナイロビ(0)20-4938310
- トルコ (+90)
イスタンブール(0)212-465-6934
- アラブ首長国連邦 (+971)
ドバイ(0)4-282-0417
- ロシア (+7)
モスクワ(0)495-609-6023
サンクトペテルブルグ
.....(0)812-335-7626