

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 NX (NIPPON EXPRESS) の会報誌

欧州版

2

vol. 199
February 2023

アベルギーの
秘宝を訪ねる旅
(ベルギー)



ロンドンで健康診断を 受けませんか？

ヨーロッパで最大手の医療機関
充実した設備
お問い合わせから結果説明まで日本語対応
土曜日午前中の健診も受付

ジャパングリーンメディカルセンターは、日本の倉敷成人病センターを母体に、シンガポール・上海・ロンドンと、世界で活躍される皆さまに、日本の規定に合った健診を安心して受けていただける医療機関です。日本に帰ることなく受けられる健康診断で早期発見、早期治療を。



健康診断のお申し込みは www.japangreen.co.uk から

お問い合わせはメールまたはお電話にてお気軽にどうぞ

<健康診断コース>

日本の健康保険組合「労働安全衛生法」によって定められている定期健康診断の内容に準じたコースをロンドンで受診できます。

●大人コース

日本の健康保険組合「労働安全衛生法」によって定められている定期健康診断の内容に準じた基本コースや、生活習慣病や各種がんなど疾病の早期発見を目的とした4コース。

コンパクトコース	£280~
スタンダードコース	£480~
エグゼクティブコース	£750~
プレミアムコース	£950~

●オプション

婦人科健診、乳がん検診、脳ドック、内視鏡検査、MRI検査、ピロリ菌検査、超音波検査など。

●お子様コース

乳幼児(生後6ヶ月から2歳未満)、未就学児(2歳以上)、小学生以上を対象とした3コース。

●レディース検診

プライダルチェック



tel. +44(0)20 7330 1750 email. checkup@japangreen.co.uk

10 Throgmorton Avenue, London EC2N 2DL UK (最寄駅: Moorgate, Liverpool Street, Bank)

<電話受付時間> 月~金 9:00~18:00、土日祝 9:00~12:30、13:30~17:00

 対話があるから医療技術が生きる
ジャパングリーンメディカルセンター



04 Travel

ベルギーの
7つの秘宝を訪ねる旅〈ベルギー〉



08 Europe Now

ヨーロッパの街から

- ドイツ ● ブレーメン「ブレーメン市庁舎」
- スペイン ● ビーゴ「ビーゴのレコンキスタを称える祭り」
- イタリア ● ヴェネチア『『ヴェネーニ：ルーチェ 1921-1985』展』
- ポーランド ● マウヨビツェ「マウヨビツェの『貧者の聖書』」
- オランダ ● アムステルダム「アムステルダム国立美術館フェルメール展」
- チェコ ● ブラハ他「レス・フスボミーネク」



14 Healthy Life

なるほど！ヘルシーライフ

ペットと健康



15 What is this?

これって何ですか？

仔牛のスネ肉

NX 欧州 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支店までご連絡ください。

発行者：NX欧州

【掲載記事および広告掲載に関するお問い合わせ】 編集・制作 A Concept Limited e-mail: HLC@a-concept.co.uk

- 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。



Belgium

 Belgium

ベルギーの 7つの秘宝を訪ねる旅

ベルギーは、1830年にオランダから独立した立憲王政国家。日本の約12分の1の面積を持ち、フランス語、フラマン語（オランダ語）、ドイツ語の3つの言語圏に分かれている。今回は、おのおのの地域において昔から崇拝されている「ベルギーの7つの秘宝」をご紹介します。南北に分かれているので、まずは中心に位置するブリュッセルから始め、北のフランダース地方、そして南のワロン地方へと続く。併せてそれぞれの街の特色、名物などもまとめてみた。





① ブリュッセル・王立美術館 『イカロスの墜落』

200年以上の歴史を持つ王立美術館には15世紀から近代までの幅広いコレクションがあり、館内は「古典美術館」「世紀末美術館」「マグリット美術館」に分かれている。古典美術館には、15世紀のメモリンクやファン・デル・ウェイデンをはじめとするフランドル絵画の他、16世紀のブリューゲル、ルーベンスなどの作品がある。ピーテル・ブリューゲル(父)の作品『イカロスの墜落』は、『反逆天使の墜落』などと共に、ブリューゲルの特別室に展示されている。銅版画家として10年ほど活躍していたブリューゲル(父)がキャンバスにテンペラで描いた『東方の三賢者の礼拝』もあり、初期の作風を知る参考になる。なお、王立美術館の『イカロスの墜落』とは同じ図柄・大きさのもう一枚の『イカロスの墜落』が、ブリュッセルのヴァン・ビューレン美術館にある。

鑑賞後は、美術館の裏手にあるサブロン広場

に行こう。有名チョコレット店が勢ぞろいしている上、レストランやカフェが立ち並ぶおしゃれなエリアで、世界一美しいといわれる広場、グランプラスも徒歩圏内だ。

② ゲント・聖バーフ大聖堂 『神秘の子羊』

ブリュッセルから約60キロ、車で40分ほどのゲント。レイエ川とスヘルデ川を経て、北海へとつながる内陸港を持ち、中世から交易や繊維産業、商業が発展し繁栄を誇った。

ブルージュと同様、北方ルネサンス芸術が開花した街で、聖バーフ大聖堂にあるファン・エイクの祭壇画『神秘の子羊』は、1432年の制作当時と変わらない輝きを放っている。この絵には、ナポレオン支配下のフランスに略奪され、その後ナチス・ドイツの手に渡り、オーストリアの岩塩坑に隠されていたときは危うく爆破されるどころだったという波乱に満ちたストーリーがある。

ゲント名物は、カリッと軽い生地に粉砂糖や生クリームをのせて食べる、老舗カフェ・マックスの「ブリュッセル・ゴーフル」や、駄菓子屋テメルマンの「キューベルドン」。ビアカフェのデ・デュレ・グリートでは、注文時に客の靴の片方を預けなければならない、高さ50センチのグラス入りのビール「マックス」をどうぞ。名物料理のワテルゾーイは、チキン(または魚介類)や野菜を煮込んだクリームシチューで、日本人の口に合う。

③ ブルージュ・メモリンク美術館 『聖ウルスラの聖遺物箱』

ベルギー随一の観光都市ブルージュは、街全体に中世の雰囲気が残っている。15世紀のブ

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

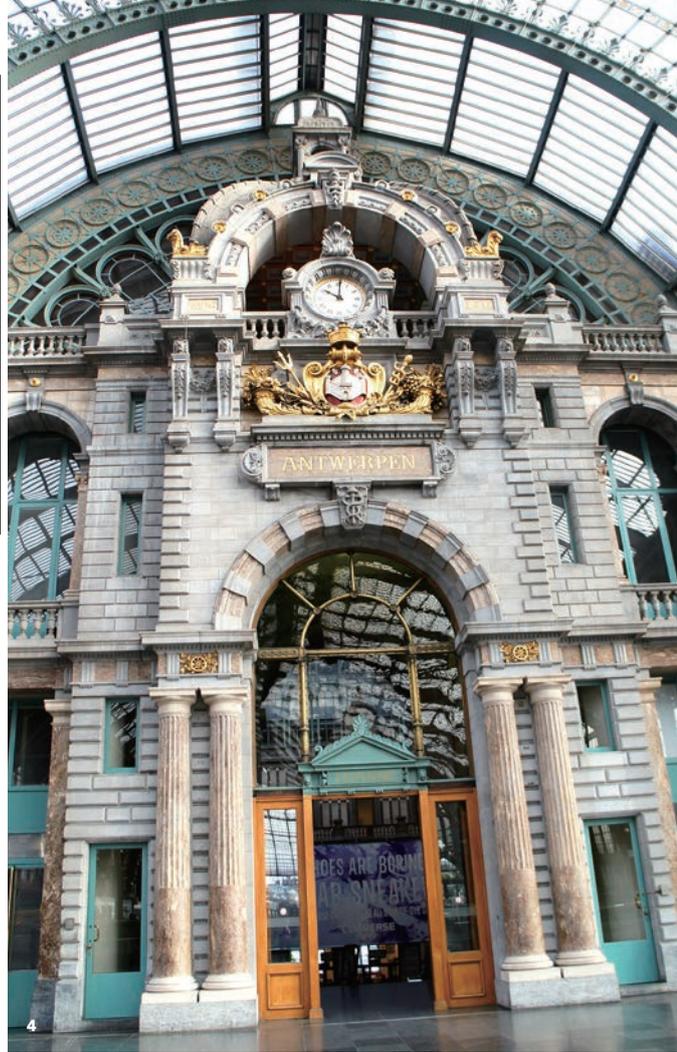
E-MAIL: NEBE-removal@nipponexpress.com

Bedrijvenzone Machelen Cargo 738/1

1830 Machelen, Belgium

Nippon Express Belgium N.V.

NX ベルギー



④ アントワープ・ノートルダム大聖堂 『キリスト降架』

ブリュッセルから汽車で約30分のアントワープはベルギー第2の街で、ロツテルダムに次ぐヨーロッパ第2の貿易港を持つ。15世紀、ブルージュを抜いてフランドルの毛織物交易の中心地となり、16世紀にはスペインが植民地から仕入れた物資交易で興隆を極めた。現在は、世界最大のダイヤモンドの集散加工地となり、ファッションの分野でも頭角を現している。

ルーベンスの『キリスト降架』があるノートルダム大聖堂は、14世紀から完成に200年を要したベルギー最大のゴシック建築で、高さ約123メートルの美しい尖塔を持つ。日本では、『フランダースの犬』の舞台として有名だろう。アントワープへは、その素晴らしい駅舎を堪能するため汽車で行こう。「世界で最も美しい駅」に選ばれる常連で、ガラス張りのドームからの光あふれるコンコース、色とりどりの大理石と金箔で飾られたエントランスホールなど、その豪華さと優雅さに感嘆するだろう。駅舎内にある「ロイヤルカフェ」は、高い天井やネオゴシック様式の豪華な内装など、駅と歩調を合わせるような格調の高さにもかかわらず、値段は普通のカフェと変わらない。

⑤ トウルネー・ノートルダム大聖堂 『聖遺物箱』

トウルネーは、ブリュッセルから約90キロ、フランス国境に近いフランス語圏だ。トウルネーの歴史は、2千年前のローマ時代にまで遡る。その後、ゲルマン人のフランク族が移住。5世紀末、メロヴィング家クロヴィスが首都（後にパリに移転）に定めたベルギー最古の街だ。

ニコラ・ド・ヴェルダンの作品『聖遺物箱』があるノートルダム大聖堂は、12世紀前半に建造されたロマネスク様式の身廊と5本の塔屋を担う交差廊などで構成された中世建築の傑作。13世紀に再建された後陣がゴシック様式のため、2つの様式が混在するユネスコ世界遺産だ。ベルギー最古の鐘楼も同じくユネスコ世界遺産に登録されている。

次は、ヴィクトル・オルタ設計のトウルネー美術館で現代アートを楽しもう。展示は、15世紀の絵画、ルーベンスやアンソールから現代まで。印象派のコーナーには、ベルギーにあるのはこの2点だけというマネ作品の他、モネやゴッホなどの作品も。

散策後は、観光局発行の無料のグルメガイドブックを片手に街へ繰りだそう。この街は、住民1人当たりのレストランやカフェの軒数で、ベルギー最多を誇っている。

⑥ ナミュール・ナミュール古典美術館 『オワニーの宝』

ナミュールは、ブリュッセルから63キロほど南のムーズ川とサンブル川が合流する渓谷で発展した古都だ。

18世紀の貴族の豪邸を改装したナミュール古典美術館にあるユゴ・ドワニーの作品『オワニーの宝』は、典札に関する聖体顯示台、聖杯、聖遺物箱、福音書カバーなど全てを指す。金・銀の透かし細工、ニエロ象眼細工、刻印、彫版、彫金と、あらゆる技術を屈指した作品群は、13世紀の金銀細工の至宝と誉れ高い。

平野が続くフランダース地方と違い、起伏に富む風光明媚な地方で、丘の上の城塞（シタデル）から見る緑深い渓谷に佇むこの街は、まさに一幅の絵だ。シタデルへは、最新のケーブルカーがお勧め。街の散策には、観光局が開発し

ルージュは、ハンザ交易都市として中世ヨーロッパの商業を一手に引き受け、繁栄していた。しかし北海から絶えず流れ込む「砂」により運河が埋まり、船の往来が難しくなると、国際商業の拠点はアントワープへと移動し、以後長い眠りについた。一方、美術界はファン・ダイクやハンス・メムリンクなど、フレミッシュ・プリミティブ派の揺籃の時代であった。

12世紀の聖ヨハネ療院の建物を改装したメムリンク美術館の『聖ウルスラの聖遺物箱』は、1489年、メムリンクが壁面と天井部分に、聖女ウルスラがローマ巡礼から帰ってくる際の悲劇を描いた傑作である。

他の必見は、聖母教会のミケランジェロ作『聖母子像』や、聖血教会の聖遺物『キリストの血』。グルーニング美術館は初期フランドル派の宝庫だ。世界遺産のベギン会院は、緑深い木立と白壁の住居に囲まれた閑静な場所であり、春になると庭一面に水仙が咲き誇る。また、その美しさで知られるポピンレースは、中世から続く伝統工芸品だ。

4 アントワープ駅舎の光あふれるコンコース 5 ルーベンス『キリスト降架』 6 トゥルネー美術館にあるマネの作品
 7 聖バルテレミー教会にあるレニエ・ド・ユイの『聖バルテレミーの洗礼盤』 8 リエージュ名物ブリュ 9 「ムーズ川の真珠」とたえられる街並み 写真：4 © MakiMiyazaki, 5 © visit Antwerpen, 6 © Visit Tournai, 7 © Marc Verpoorten, 8 © PixelProd, 9 © WBT - Denis Closon



⑦ リエージュ・聖バルテレミー教会 『聖バルテレミーの洗礼盤』

た屋根付きの大型三輪車「ブス・ブス」が楽しい。お土産は、当地限定販売のソフトキャラクター「ピエトルメ・ド・ナミュール」や純家族経営のビスターのマスタード「インペリアル」の他、初夏には露地栽培によるウエピオン市の大きくて甘いイチゴがお勧めだ。

11世紀から12世紀に建てられた聖バルテレミー教会は、ライン川とムーズ川流域の典型的な美術様式である白い壁に赤いラインのファサードと、美しい2つの塔を持つ。金銀細工師のレニエ・ド・ユイによる真鍮製の『聖バルテレミーの洗礼盤』には5つの洗礼の場面が描かれ、それを10頭の牛が支えている。直径約1メートル、重さ約500キロの洗礼盤は、その豪華さとい技術的完成度といい、至宝に値する。

リエージュは、皇子司教が支配した古都。皇子司教とは、ローマ法王が直接任命した司教でありながら、政治的に皇子または大公でもある人のこと。この体制は18世紀のフランス革命まで続いた。リエージュには多くの教会があるが、中でも美しいステンドグラスで有名な聖パウロ大聖堂は、外せない歴史遺産だ。

近代的な駅舎リエージュユルギュマンは、「世界の美しい駅舎」ランキングの上位常連だ。食べ物では、元祖「リエージュ風ゴーフル」や「リエージュ風サラダ」が定番。大きめのミートボール「ブリユ」は、甘めのソースでフリットとの相性が抜群。16世紀から続く朝市「ラ・バット」は、ムーズ川に沿って何百という店が並ぶ。

これらの秘宝は、祈りを捧げる人々（制作者）の信仰の拠り所であり、神に対する畏敬の念にあふれ、信者ではなくても心を動かされる。

（宮崎 真紀）



[ドイツ・ブレーメン]

世界遺産の市庁舎

ブレーメン市庁舎

INFORMATION

ブレーメン市庁舎
Bremer Rathaus

Am Markt 21, 28195 Bremen
+49 421 3616132

<https://www.bremen-tourism.de/>
市庁舎内はガイドツアーで見学可能(約60分)
料金: 7€

中世に自由ハンザ都市として
繁栄した北西部の港町ブレーメン。旧市街のマルクト広場に面した市庁舎は、15世紀初頭に建てられたゴシック様式と、17世紀に増築されたルネサンス様式が調和した建物で、2004年、倉前に立つローラント像と共に世界遺産に登録された。倉内は政治的な決定を行う重要な場所であるだけでなく、イベントや展示会、ガイドツアーが行われる他、地下レストラン「ラーツケラー」など店舗もあり、一般市民に開放されている。

ロビーの階段を上ったところにある、巨大な鯨の顎骨を用いたランプは、同市が捕鯨の中心地であったことを物語っており、圧倒される。1階の宴会ホールは、伝統的なレセプションや特別セレモニーの会場だ。天井にはアールヌーボー様式の巨大なシャンデリアがあり、壁には街が誇る商船隊の大きな油絵が飾られている。皇帝ヴィルヘルム2世の記念室では、中世の壁画と玉座をお見逃しなく。

建物の最も古い部分に位置する絢爛豪華な大議会場には、ドイツ国王を描いた天井画をはじめ、窓に飾られた歴代市長の紋章や壁の絵画などがあり、息をのむほど美しい。また、国賓や特別ゲストを迎え入れる特別室の、赤や金、革で統一された調度品も、目がくらむほどあやかだ。600年の歴史を物語る市庁舎をぜひ、見学してほしい。
(シユピッツナーゲル典子)

Germany

1 市庁舎正面。右奥は聖ペトリ大聖堂 2 市庁舎入口 3 「黄金の小部屋」とも呼ばれる迎賓室 4 ロビーの階段にある鯨の顎骨ランプ 5 奥行き41メートル、天井高13メートルの大議会場 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

NEX
NIPPON EXPRESS
NXドイツ
NIPPON EXPRESS (Deutschland) GmbH

- デュッセルドルフ(+49) (0)211-90495-0
- フランクフルト/シュトゥットガルト(+49) (0)69-68974-584
- ブラハ(+420) 255-707-491
- ワルシャワ(+48) (0)22-878-3208
- ハンブルク/ベルリン(+49) (0)40-73112-194
- ウィーン(+43) (0)1-7007-35411
- ミュンヘン(+49) (0)89-37426-353
- プタベスト(+36) (0)29-553-807

1 地元の食材を味わえる絶好の機会！ 2 スカートに大きなエプロンが特徴 3 ナポレオン軍を追放した大衆蜂起を再現 4 同祭は国民的重要な観光祭りに指定されている 5 街の至る所でガイタなどの楽器が演奏される 写真：© Turismo de Vigo



INFORMATION

ビーゴのレコンキスタ Reconquista de Vigo

Rúa López de Neira, 836202 Vigo, Pontevedra
+34 986 224 757

www.turismodevigo.org

期間：毎年3月28日付近の週末に開催

(詳しくはHPを参照)

料金：無料

[スペイン・ビーゴ]

ナポレオン軍を追放した大衆蜂起を再現

ビーゴのレコンキスタを称える祭り

スペイン北西部に位置するガリシア州ビーゴでは、毎年3月末に祭り「ビーゴのレコンキスタ」が開催される。ナポレオンのイベリア半島侵略に対してスペイン民衆が抵抗したスペイン独立戦争中の1809年3月28日、ビーゴでは民衆が蜂起、フランス軍の追放に成功した。翌年、スペイン国王から「忠実で忠誠、勇敢な」都市の称号を与えられ、それ以来、毎年3月28日にフランスから主権を取り戻したレコンキスタ(再征服)を称える同祭りが行われている。

期間中、旧市街は巨大な屋外市場へと早変わりし、エンパナーダ(肉や魚介類を包んで焼いたパイ)や新鮮な魚介類、地元のリキユール、オルホ(ブドウを使った蒸留酒)などが味わえる屋台や、手工芸品の露店が並ぶ。伝統音楽やガイタ(バグパイプ)の演奏、伝統舞踊の他、古代のフェンシングなどが屋外で披露され、地元の人たちが伝統衣装に身を包んで参加する。

祭りの見どころは、フランス軍を追放したシーンを再現する演劇だ。フランス兵役、兵士役、民間人役など約5万人の市民が参加し、ナポレオン軍がポルトで街から逃げるところまでを再現する。19世紀にタイムスリップしたような旧市街の路上では、フランス人とガリシア人の小競り合いを再現する場面があちこちで見られる。

(大田 朋子)

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

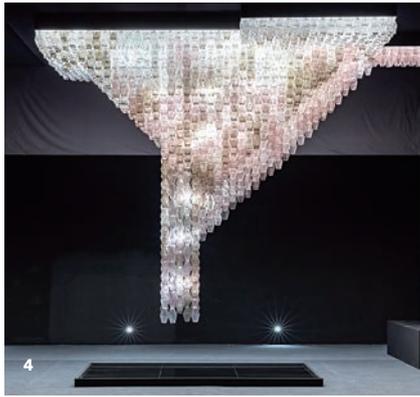
NXスペイン公式 WEB サイトも是非ご利用ください。

www.nipponexpress.com/moving/es



NXスペイン

Nippon Express de España, S.A.



1 カラフルな色使いのランプシェード 2 グラツィ宮殿のために作られた1950年代の作品を再構築 3 さまざまな作品が年代別に展示されている 4 カルロ・スカルパの作品を再構築した高さ5.5メートルのインスタレーション 5 人の手で作られた吹きガラスで構成されている 写真：© Enrico Fiorese



Italy

INFORMATION

ヴェネーニ：ルーチェ 1921-1985

VENINI: Luce 1921-1985

Isola di San Giorgio Maggiore, 8, 30124 Venezia

+39 041 5229 138

<https://lestanzedelvetro.org>

時間：木～火 10:00 - 19:00

休：水

料金：入場無料

[イタリア・ヴェネチア]

壮大なガラスのインスタレーション

「ヴェネーニ：ルーチェ 1921-1985」展

ヴェネツィアングラスの最高峰の一つである老舗「ヴェネーニ」。カルロ・スカルパ、ジオ・ポンティ、安藤忠雄など世界有数の建築家たちとコラボし、1921年の創業以来、アートピースから店舗や住宅の装飾に至るまで、歴史に残るさまざまな作品を発表してきた。

そんなヴェネーニが、創業当初から発表してきた81の照明プロジェクトを展示した「ヴェネーニ・ルーチェ1921-1985」展が、サン・ジオルジョ島のギャラリー「レ・スタツェ・デル・ヴェトロ」にて開催されている。同展では、年別に、当時の流行や社会背景と共にヴェネーニの作品が展示されている。

さらにカルロ・スカルパへのオマージュとして、吹きガラスのピースを組み合わせた壮大なインスタレーションも特別展示されている。これは1961年にスカルパが設計した作品「イタリア61」を再構築した多面体シャンデリアで、クリスタルとパウダーピンクの4000を超えるガラスピースを使用して制作された。さらに展示室の天井には、グラツィ宮殿のために作られた作品を再構築した球状のガラスの装飾が施されている。

展示期間は1月8日までの予定であったが、好評のため、すでに3月までの延長が決まっている。この機会をぜひお見逃しなく。

(田中 美貴)

イタリア海外引越

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)

当社の引越は
日本だけでは
ありません！

NXイタリア
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

INFORMATION

ローマ・カトリック教区 聖ヤコブ教会
 Rzymskokatolicka parafia pw. w. Jakuba
 Małujowice nr 65 49-318 Skarbimierz
 +48 663 606 908
www.swjakub.info/pl/strony/1000.parafia-sw-jakuba.html
 時間：教会内見学は電話での事前予約が必要
 料金：随意に寄付箱へ

[ポーランド ● マウヨビツェ]

無学の者にも神の教えを マウヨビツェの「貧者の聖書」

見渡す限り畑という村、マウヨビツェに一步入ると、すぐにゴシック様式の教会が目に見え込んでくる。一見すると寂れた農村の教会だが、ここにポーランド随一の聖書画で埋め尽くされた祈りの場所がある。

同教会の歴史は1250年までさかのぼる。屋根裏には、14世紀初頭に増改築された際に描かれた、旧・新約聖書をテーマにした初期ゴシックの多色刷りの壁画が残っている。その後、壁と天井は聖書をテーマとした新しい絵画で覆われ、600枚以上の木の板によって覆われた身廊の天井には色鮮やかな花や動物などの装飾が施された。その圧倒的な芸術は今、参拝者の目を引きつけてやまない。

19世紀前半に壁の絵はなぜか全て漆喰で覆われているが、半世紀後には剥がされ、絵画の補修や再塗装が施されて現在の形に至っている。とにかく壁画のスケールも数も膨大なのだが、一つ一つに目を留めてもらいたい。

聖書に書かれている話を多少でも知っていれば、それぞれの絵がどの場面を表しているのかがすぐに分かるはずだ。聖書の内容がストレートに理解できる絵物語として壁や天井を覆いつくしている。つまり、教会全体が「貧者の聖書」となっているのだ。かつて読み書きのできなかった者たちには、このような形で神の言葉が伝えられたのである。

(ソルネク流由樹)

Poland

1 外壁の保存状態もずば抜けて良い 2 時を経ても色褪せない天井画 3 地獄の絵を見て人は何を思ったか 4 パトロン聖ヤコブ像に勝る壁画の存在感
 写真：© ソルネク流由樹





安心できる引越しをサポート致します

ポルトガル 海外引越



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)

日本語でのお問い合わせは NX スペインバルセロナ支店まで

TEL +34-93-552-2988 FAX +34-93-262-3130



Nippon Express Portugal, S.A.

INFORMATION

アムステルダム国立美術館フェルメール展
Rijksmuseum Tentoonstelling Vermeer
 Museumstraat 1, 1071XX Amsterdam
 +31 20 6747 000
 www.rijksmuseum.nl
 期間：2月10日～6月4日
 毎日9:00 - 17:00
 料金：30€ (18歳以下無料、要予約)

[オランダ ● アムステルダム]

国宝級のフェルメール名画が世界から集まる

アムステルダム国立美術館フェルメール展

北欧のモナリザともいわれる絵画『真珠の耳飾りの少女』で世界的に名高い17世紀のオランダ人画家ヨハネス・フェルメール。彼の作品は世界で約37点しか確認されていないが、そのうちの少なくとも28点が一堂に会するという、一世一代の展覧会がアムステルダムで開催される。フェルメール絵画の魅力は、日常の何気ない一瞬をまるで映画のワンシーンのように捉えた絶妙な構図や、光の輝きを白い点によって巧みに表現する技術、当時非常に高価だったラピスラズリから作った顔料を使用した鮮やかな青色など、枚挙に暇がない。確かな筆遣いで描き出された世界は静謐さにあふれており、絵画の前に立つ者の視線を捉え、絵の中に引き込んでいくような不思議な力がある。

同美術館は、展覧会に合わせて『牛乳を注ぐ女』の研究も進めており、その下絵には、完成作品にはない水差し用の棚や洗濯物を乾かすための火かごが描かれていたことが、2022年9月に発表されたばかりである。展覧会では、キッチンで牛乳を注ぐという何の変哲もない庶民の姿を永遠の美に昇華させた唯一無二の画家が、どのようにその完璧な構図を導き出していったかが紹介される。

フェルメール作品のほぼ全てを一挙に鑑賞できるという史上初の展覧会は、忘れがたい贅沢な体験となることだろう。

(東風伊吹)

The Netherlands

1 少女の微笑が印象的な『真珠の耳飾りの少女』 2 オランダで初めて展示される『婦人と召使』(写真：Joseph Coscia Jr) 3 100万点を所蔵するアムステルダム国立美術館 (写真：John Lewis Marshall) 4 フェルメール最高傑作の一つ『牛乳を注ぐ女』 写真：© Rijksmuseum



NEX NIPPON EXPRESS (NEDERLAND) B.V.
 NIPPON EXPRESS 海外引越、国内引越、欧州内引越、事務所移転、ジェットパック、シーパック

お問い合わせ

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ました。

NXオランダアムステルダム引越センター AMSTERDAM REMOVAL CENTER: CONTOUR AVENUE 31, 2133 LD HOOFDDORP
 Tel: +31 (0)20-500-5200 Fax: +31(0)20-500-5210 Web: www.nipponexpress.com/moving/nl E-mail: NENL-Removals@nipponexpress.com

Czech



1 木札が付けられた記念樹 2 彫刻家の作品に蠟燭を浮べて折る 3 あるお別れ会の様子 4 すべて自然に還る素材を用いる 5 アーティストによる紙製の遺灰用容器
写真：© LES VZPOMÍNEK

INFORMATION

レス・フスポミーネク

LES VZPOMÍNEK

Dáblická 564/2a Praha 8 Ďáblice
+420 286 028 910 / +420 286 028 911
www.lesvzpominek.cz

時間：1・2・11・12月 8:00 - 17:00、
3・4・10月 8:00 - 18:00、5～9月 8:00 - 19:00
料金：4660～5760Kč（10年、木の種類により異なる）

[チェコ・プラハ他]

国内初の樹木葬用の森

レス・フスポミーネク

大学で環境学や人類学を学んだ3人の学生が、イギリスやドイツですで行われていた樹木葬に着想を得て活動を開始し、2015年に生まれたのが、プラハ8区、ジャープブリツエ墓地の一角にある「レス・フスポミーネク（記憶の森）」だ。

森の生態に手を加えることはせず、自然のまま墓地となっている。墓標は名前が記された木札が目印として木の幹に付けられるのみ。遺灰を入れる容器も、紙製や木製、織織で編まれたものなど、自然に戻る素材のみが認められている。金属やプラスチック、腐敗防止剤など、環境問題の要因となる素材は一切使用できない。

森には一年中自由に出入りできるため、お墓参りというより、散歩にいく気分で訪れることができる。チェコでは近年、従来の形式的な葬儀よりも、演奏したり、歌ったり、詩を朗読したりして、軽やかに明るく故人を送るお別れ会のようなものが好まれる傾向があり、この森の創業メンバーも、「ピクニックのようなお葬式があってもよいのでは？」と提案する。いずれ訪れる日の準備として、日々森を散歩しながら、自分でどの木がいいか決める人もいるそうだ。

プラハの他、ブルノ、スロバキアにも同じような森があるが、人々の生活スタイルや思想に見合った葬儀の形として、今後さらに受け入れられていくことだろう。

（金子季乃）

欧州生対象オンラインコース 新学年度 2月1日(水)開講!

～帰国枠入試に合わせた充実したコース設定～

<開講コース> 対象学年: 小1～高校生

小1～小6 【標準コース】 国語・算数

小4～中2 【受験コース】 国語・算数/数学・英語・理科・社会

小6 【受験基礎コース】 国語・算数・英語

小6・中3 【受験コース】 国語・算数/数学・英語

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対象: 英語過去問講座、難関校対策算数
中学生対象: 難関校対策英語、公民時事問題ほか

無料体験授業お申し込み

参加をご希望の方は、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。

体験授業は、1月～2月にかけて行います。
実施日・時間などはホームページにてご確認ください。

JOBA

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.44

ペットと健康

犬や猫から爬虫類まで、ペットといってもその種類はいろいろ。今回は代表的な犬と猫を中心に彼らのヒーリング・パワーや、私たちの健康とのつながりについてご紹介します。

< Text by 徳永 ゆり子 >

ペットと暮らすメリット

以前、スコットランド人で元医師のデヴィッド・ハミルトン氏が、人に親切にすることと健康との関係について講演した際、犬を飼ってれば30分程度一緒に過ごすことでオキシトシン値が上がると話していました。オキシトシンは心を落ち着け不安を和らげるホルモンで、母親と新生児のボンディングを助けることでも知られています。足りないと荒んだ気持ちになるので、ストレス度が比較的高い都会人には欠乏気味のホルモンがかもしれませんね。ペットと過ごす時間はオキシトシン値を上げるだけではなく、冠狀動脈性疾患や心筋梗塞など、循環器系の疾患にも有効であると報告されています。また、メンタル面での不調を抱える人たちにとって、ペットが放つおみパワーは大きな精神的サポートにもなるようです。



ボーダーコリーのように家にいるよりダイナミックな仕事に適した犬、また、警察の一員となって薬物や特定の人を嗅ぎつける仕事に励む犬もいます。最近では、その優れた嗅覚に頼る癌スクリーニングの訓練もあるようです。

一方、猫は勝手気ままと思われがちですが、実際のところはそれほど気まぐれでもなさそうです。とある大学の調査では、猫はある程度の距離を置いていても、飼い主とのボンディングを必要としていることが明らかとなっています。直球型の犬とはアプローチが異なりますが、飼い主を認識してボンディングを築くことには変わりないということです。

ペットと過ごす時間が、心の健康を促進

ペットとメンタルヘルスに関する調査(犬、猫、ハムスター、小鳥)では、鬱を患う飼い主たちが「人間よりも信頼できる」「オープンに話ができる」「つらい気分有的时候には、何も言わなくてもそっとそばに来てくれる」などとコメントしています。犬(特に中型～大型)と暮らす場合には毎日の散歩が必須で、猫のように「勝手に外に出て、適当に戻ってくる」というわけにはいきません。そのため、気分が沈んで引きこもりに傾いても、犬のために散歩に出る習慣がついて心身ともに健康を促進します。散歩後の爽快感が得られることはもちろん、基礎体力の向上や代謝の改善にも有効です。

一般的な犬と猫の性質

犬は基本的に仕事を愛する働き者で、ただ一緒にいて愛嬌を振りまいたりのんびりモードでいたりするのも、彼らにとっては立派な仕事。故に自分たちを活かせるタスクがなくなると、ストレスがたまるようです。家族の一員となって生活を共にする犬もいれば、

50th Anniversary

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

**オンライン個別相談
随時実施中**

詳細は、本校ホームページ
入学試験情報 > 学校説明会情報

立教大学推薦枠改定

2025年度入学より、
立教英国学院高等部と立教大学で定めた
推薦条件を満たした生徒は
人数の制限なく立教大学への推薦が
認められるようになります。

- 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、Oxford 大学研修、UCL ロンドン大学研修、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

これって何ですか? ナン

日本ではあまりなじみのない
ヨーロッパならではの食材や食品を知って
豊かで楽しい食生活を!



Ossobuco

【仔牛のスネ肉】

仔牛のスネ肉はイタリア語でオツブーコ (Ossobuco) と呼ばれ (osso は「骨」、bucu は「穴」を意味する)、一般的には煮込み料理として提供される。主に北イタリアで食されることが多く、18世紀ごろのミラノでは一般家庭の食卓にも登場したといわれている。18世紀にペレグリーノ・アルトゥシが出版した本の中に登場することから、この名前が定着した。ミラノの郷土料理に指定されているオツブーコの煮込みは、骨の中心、つまり脊髄が一番おいしいとされ、たっぷりのコラーゲンが含まれている。北イタリアではサフランリゾットと合わせることも多く、肉の煮汁とリゾットの相性を楽しむ絶品の一皿として知られている。

調理法 オツブーコを調理する上で非常に重要なのが、表面を覆う皮の筋切り。きちんと筋が切れていないと加熱した際に肉が曲がってしまい、均一に煮込むことができない。オツブーコには塩コショウをし、小麦粉をまぶしておく。バターをひいたフライパンでタマネギをきつね色になるまで炒めたら、みじん切りのニンジンとセロリも炒め、頃合いを見て肉を加える。肉の表面に焦げ目が付いたらブイヨンスープと白ワインを注ぎ (好みでトマトソースを入れてもよい)、蓋をして30分ほど煮込む。肉をひっくり返してさらに30分ほど調理する。盛り付けの際にお好みで刻みパセリやすりおろしたレモンの皮などを振りかけると、さらに華やかな雰囲気が出せる。

(佐武 辰之佑)

各言語での名称

イタリア語	ossobuco
オランダ語	kalfsschenkel
スペイン語	jarrete de ternera
チェコ語	ossobuco
トルコ語	dana incik
ドイツ語	kalbshaxe
ハンガリー語	borjú csülök
フランス語	jarret de veau
ポーランド語	gicz cielęca
ポルトガル語	pernil de vitela



単身者向けプラン

ファミリー向けプラン

日本人スタッフ対応

1日で組立・配送完了

照明設置サービスあり

家具保険付き(お子様にも安心)

短期・長期どちらもOK

環境にやさしい

アイテムカタログは
弊社ホームページから
ご覧いただけます。▼PC



スマホ

家具レンタル ライトリビング Q検索



1LDK (40~50㎡) 月額€119~+VAT

リビングルーム、ベッドルーム、
ダイニングルーム、ホームオフィス向け
アイテム全17品



2LDK (100㎡~) 月額€179~+VAT

リビングルーム、ベッドルーム、ダイニングルーム、
ホームオフィス、キッズルーム向け
アイテム全24品

ヨーロッパ在住者向け

家具・家電
レンタル会社

ライトリビング
Lyght Living
furniture leasing

Tel : +49 (0) 6102 7969 001
(日本語デスク直通)

Email : japan@lyght-living.com
HP : lyght-living.com/ja

無料のお見積書を発行いただけます。

私と家族の大切な荷物だから、実績のある日本通運に頼みたい。
丁寧な、真心込めて。

お客様第一の日本通運です。

忙しいご帰国前こそ、NXグループにお任せください

帰国前のご多忙な時でも、慌てる必要はありません。NXグループは、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NX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NX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NXグループ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 | ■ 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 |
|--|---|--|--|