

青森果実礼賛
彩り鮮やかな文化をたどる





はやし農園 (上左)「あおもりカシスの会」会長を務めるはやし農園の林健司さん。標高200mの山奥で農薬を使わない自然栽培でカシスを育てている。(右) 完熟した果実だけを一粒ずつ手摘みで収穫。すぐに急速冷凍で保管され、一年を通じて最高の状態で出荷される。貴重な採れたての生カシスは予約販売を行っており、即売の人気ぶりだ

青森果実礼賛 彩り鮮やかな文化をたどる

カシス、リンゴ——実りの季節を迎えた青森で出会ったのは、
果実に情熱を注ぐ生産者たちの静かで力強いまなざし。

その先に広がるのは、炎と色が織りなすガラスの世界、そしてまちとともに育まれてきた伝統と文化でした。
開港400年を迎えた青森港の歴史に思いを馳せながら、この土地の美しさを五感でたどる旅へと誘います。



青函連絡船メモリアルシップ 八甲田丸 (上) 2025年、開港400年を迎えた青森港。かつて青函連絡船として活躍した「八甲田丸」。現在はベイエリアに係留され、船内では青函航路の歴史をたどる展示が楽しめる
あおもり駅前ビーチ (右) 青森ベイブリッジが目の前にあるビーチ。市民に親しまれ、撮影スポットとしても人気





あおりカシスを使った逸品 (上) カシスムースとバニラババロアのなめらかな口当たりが絶妙なカシスケーキ (撮影協力/ウィーン菓子 シュトラウス) (下) 鮮やかな色合いのカシスはフレンチのフルコースにも登場する (写真提供/あおりカシスの会)



カシスジュース (上) 厳選したあおりカシスの果実をまるごと使用。自然の風味をそのままに、爽やかで心地よい酸味を楽しめる (写真提供/はやし農園)

カシスジャム (左) あおりカシスを使った完全無添加のジャム。深いコクと爽やかな酸味はヨーグルトとも相性抜群 (撮影協力/三浦醸造)

日本一のカシス産地・青森 手摘み果実の深い味わい

青森の果実といえば、真っ赤に色づいたリンゴを思い浮かべる人が多いはず。「ふじ」や「つがる」などの品種が数多く生まれ、県内各地でその風景が広がっています。そんなリンゴの王国で出会ったのは、小さな赤紫の果実・カシス。北欧で親しまれるベリーの一種ですが、実は日本一の産地は青森。青森のもう一つの果実の主役として注目されています。

わずか10日間しかないという真夏の収穫時期に訪れたのは、青森市郊外の山奥にある「はやし農園」。あおりカシスの会会長を務める林健司さんにお話を伺いました。「青森でカシス栽培が始まったのは、1965(昭和40)年。弘前大学の教授がドイツから苗木を移植したのがきっかけです。冷涼な気候が合っていたので、この地に根付きました。現在も品種改良は行わず、当時のままの実を大切に育て続けています」と林さん。やわらかな陽光をたっぷり浴びたカシスの実は、ふっくらと完熟するまで、じっと収穫の日を待ちま

す。収穫はすべて手作業。機械に頼ることはできず、収穫期にはボランテアが集い、一粒一粒、丁寧に摘み取っていきます。自然の音だけが耳に届き、穏やかな時間が流れるこの場所。汗を流した後は、特製のカシスジュースが振る舞われます。「これがないと、作業の後、生き返れません(笑)。カシスはアントシアニン※が豊富で、疲労回復にも効果があります。キンキンに冷やして飲むのもいいし、炭酸で割ったり、赤ワインに混ぜれば安いワインでも高級感が出ますよ」(林さん)。カシス特有の爽やかな酸味と、ふくやかなコク、濃厚な果実味はジュースとしてだけでなく、料理やスイーツ、加工品にも幅広く使われています。

青森にカシスが根付いてから60年あまり。年々、気候変動により栽培の難しさが増しており、後継者の確保も課題になっていると言います。「家庭菜園でもいいので、カシスを栽培してくれる人が増えれば、それだけで支えになります」。そう語る林さんは、カシスの魅力と可能性を、これからも若い世代に広めていきたいと、力強く話してくれました。



富士農園のリンゴジュース 飲みやすく贈答品にもおすすめの「和 ブレンドプレミアム」(左)と5種類をブレンドした果汁100%の「林檎搾り」(右)



帆立と林檎のかき揚げ (上) 青森名産のホタテとリンゴを同時に楽しめるメニュー (撮影協力／まちなか温泉 青森センターホテル「ふる河亭」)
アップフェルシュトゥルーデル (右) ウィーン現地のレシピを忠実に再現。リンゴ、クルミ、レーズン、シナモンを混ぜたあんが入り、サクサクとした食感がたまらない (撮影協力／ウィーン菓子シュトラウス)



富士農園 (上) 4代目の富士寛和さん。有機肥料による土づくりや最新技術を取り入れ、最高品質のリンゴを生み出している
(下) 高密度植栽培の圃場*。等間隔に木々が並び、整然とした風景を作り出す。作業効率と早期多収を両立する革新的な手法だ (写真提供／富士農園) *特定の作物を作る農場



気象にも負けない強さを持ち、安

続けたと言います。

を訪ね、最新の技術や農法を学び

の風景。人の背丈以上の高さのリンゴの樹々が、等間隔に整然と並んでいます。「これは高密度植栽培と言います。イタリア・南チロル地方の手法を参考にしました。管理がしやすく、収穫量は通常の4倍近くになります」。富士さんは高校卒業後すぐに就農し、祖父と父の病をきっかけに、若くして農園を引き継ぎました。重責を背負いながらも、積極的に県内外の農園

ています。

が年間10種類以上の品種を育てています。

甘さは測れる、おいしさは育てる
リンゴ王国・青森の新しいかたち

指定品「津軽びいどろ」を唯一手

青森の四季を吹き込む仕事
津軽びいどろの世界へ

で結実しています。

と語ってくれた富士さん。そのま

た逸品。「販売先には百貨店や専

とができるそうです。こうして作

定した成果を生み出しています。



北洋硝子（上左）溶けたガラスを竿の先につけ、息を吹き込んで形でを整える「宙吹き」や、竿に何度も巻き取ってガラスを重ねていく「巻き取り成形」など、用途やデザインに応じて複数の技法を使い分けている。（上右）約1350℃に熱した窯で40時間かけて原料を溶かし、毎日3t近く製品のもととなる溶けたガラスが生み出されている



中川洋之さん 全製品の色づくりと溶融を一手に担う“色の匠”。新色の開発には通常3～4年を要するが、「最近の後継の若手が育ってきて、ますます面白くなってきました」と笑顔を見せる



彩手鞠（上）ポップなデザインで魅了する一輪挿し。手のひらサイズのまん丸なフォルムで部屋が華やかに変身。モダンアートの殿堂と呼ばれるニューヨーク近代美術館（MoMA）のバイヤーにも認められた

復刻 七里長浜（左）津軽半島西海岸の七里長浜の砂を炊き上げて生まれた自然の色合い。一度絶版となったが、復刻版として蘇った

がける北洋硝子の工房です。「津軽びいどろ」は、北洋硝子が約50年前に漁業用の浮玉づくりの技術を応用して生み出したガラス工芸です。工房に入ると、もわつとした熱気に包まれ、まるでサウナに迷い込んだかのように。炎の中で赤く溶けたガラスが職人の手で形を変えていく光景に、目を奪われます。

北洋硝子では、100色を超える自社調合の色ガラスを生み出しています。「私たちの色づくりは、ほとんどが勘と経験」です。とても繊細で、成形技法やデザインによつて、1g単位で配合を変えています」と話すのは、工場長で色のスペシャリストとして知られる中川洋之さん。春は弘前城の桜、新緑の奥入瀬溪流、夏はねぶたの灯り、秋は十和田湖の紅葉、そして冬は八甲田山の雪景色——。「それらの景色と同じ色が出せないと納得できないんです。できるまで、意地になつてしまう。だから私は、根っからの職人なんですよ」と笑う中川さん。その想いは、今、若い職人たちにも受け継がれ、青森の四季とともに、色彩の物語としてこれからも続いていきます。



ねぶた師・竹浪比呂央さん

(左) ねぶたを芸術として確立すべく「竹浪比呂央ねぶた研究所」を設立し、創作・発信・後進育成に取り組んでいる。青森菱友会のねぶたを長年にわたり担当し、2023年には最高位である「ねぶた名人」に認定。伝統と革新を融合させながら、青森の色彩と魂を世界へと伝えている

(下) 2025年の青森ねぶた祭で、最高賞「ねぶた大賞」を受賞した青森菱友会『海王』(竹浪比呂央作)。青森開港400年にちなみ、海の守護神ポセイダンの勇姿をねぶたで表現した作品(写真提供/青森観光コンベンション協会)



ねぶたの家 W・ラッセ (上) 青森ねぶた祭の魅力を一年を通して発信する文化観光施設。(下) 館内には大型ねぶたの実物が並び、間近でその迫力と緻密な造形を体感できる。祭りの踊り手として練り歩くハネト体験も可能で、青森の祭文化を五感で味わえる(写真提供/ねぶたの家 W・ラッセ)

2025年「ねぶた大賞」を受賞した青森菱友会『海王』(上右)を2026年8月8日まで展示中



祭り道具を超えた紙の芸術 ねぶたに込める青森の魂

短い夏を燃やすように盛り上がる「青森ねぶた祭」は、例年8月初旬に幕を下ろしますが、その輝きは、長い時間をかけて生み出されています。足を運んだのは、夏の本番を目前に控えたねぶた師・竹浪比呂央さんの作業小屋。巨大な骨組みが立ち上がり、紙が貼られ、色がのせられていく——命を吹き込むようなその所作は一瞬たりとも目が離せません。「青森は冬が長い。何カ月も雪に閉ざされ、真っ白な世界が続くんです。だからこそ、私たちは色々に飢えているのかもしれない」と竹浪さん。ねぶたの鮮やかな色彩と躍動する

造形は、冬の沈黙を振り払うような一瞬の熱狂に満ちています。そうして完成したのが、海の守護神を題材にした『海王』。祭り本番では、その迫力と美しさが観る人の心をつかみ、2025年のねぶた大賞に輝きました。

竹浪さんは、ねぶたを一過性の祭り道具にとどめず、芸術として確立させる挑戦を重ねてきました。作品としての価値を体系的に検証し、国内外に向けた展示も行っています。「地元ではお祭りのものですが、海外では紙のアートとして高く評価されています。だからこそ、青森の宝として世界へ伝えたい」。極限まで美を高めるその姿勢からは、青森の地に生きる誇りと、表現することの尊さが伝わってきます。

縄文の記憶をたどり 青森の自然にふれる旅

今から約5900〜4200年前、縄文の人々がこの地で暮らしていた「三内丸山遺跡」(こいでは、さんないまるやま)。遠い昔の人々の暮らしを肌で感じることができます。目の前に広がるのは、竪穴式住居や大型掘立柱建物。大量の土器や装身具、漆器

北日本支社 青森支店

青森市本町1-2-20(青森柳町ビル内)

地域に貢献し続け三菱電機グループ全体で青森県を盛り上げてまいります

青森支店は、下北半島から弘前まで青森県内の約3分の2のエリアに加え、秋田の県北エリアも担当しています。お客さまは官公庁や病院、百貨店、工場など多種多様。三菱電機グループの強みを生かして、サービスを提供している点が大きな特徴です。また地域貢



支店長
きのむら ゆういち
木野村 雄一

献活動にも力を入れており、青森ねぶた祭では、「青森菱友会」の一員として大型ねぶたを運行しています。1日に200～300人ほど参加する「跳人」と呼ばれる踊り手が、安全かつスムーズに動けるよう、動線の整理を行うのも当社の役割です。これからも地域に密着し、信頼関係を構築しながら、幅広いサービスをお届けしてまいります。

私のイチオシ

苔むす岩と清流が織りなす癒しのパワースポット「奥入瀬溪流」

青森市内から車で1時間半ほどで行ける「奥入瀬溪流」は、私にとってリフレッシュできて、パワーをもらえる場所です。水の音、小鳥のさえずりが聞こえてきて、真夏でも平均気温は25度以下。滝からのマイナスイオンも気持ちよく、普段アクティブ



北東北支店 営業課
(青森支店駐在)
たかはし しゅうへい
高橋 周平

ではない方も、ここだけは不思議と歩いてみようという気持ちになれると思います。秋は木々が色づきはじめ、10月中旬から紅葉シーズンがスタート。近くのホテルから開放感あふれる屋根なしのオープントップバスが運行されているので、ぜひ皆さんも体験してみたいはいかがでしょうか。



奥入瀬溪流 約14kmにわたって続く、国指定の特別名勝および天然記念物(写真提供/Amazing AOMORI)



特別史跡 三内丸山遺跡

(上) 直径約1m以上の栗の柱を6本使用し復元された「大型掘立柱建物」。そのスケールから、当時の高い技術力や集団の組織性がうかがえる

(左) 出土した「大型板状土偶」。高さ30cmを超える国内最大級の土偶で、縄文人の精神文化や祈りのかたちを今に伝えている



酸ヶ湯温泉 四季折々の八甲田を楽しみ湯治文化も体験できる、開湯300年の歴史を持つ一軒宿。名物は風情漂う混浴の「ヒバ千人風呂」。約160畳もの広さに圧倒される(写真提供/酸ヶ湯温泉)

といった出土品からは、かつてこの地に大規模な集落があったことがうかがえます。現在も発掘調査は続いており、これまでに段ボール箱約4万個分の遺物が出土しています。併設のミュージアムには、出土した土偶や石器、土器などの展示があり、何千年も前の暮らしが浮かび上がってきます。

旅の締めくくりには、名所・八甲田山の麓にある酸ヶ湯温泉でひと休みするのもおすすめ。白濁した湯と硫黄の香りに包まれ、じんわりと体の芯まで温まります。四季の移ろいとともに、青森の自然の奥深さに触れてみてはいかがでしょうか。



いいね! ▶ 青森の名物&逸品

青森で親しまれるご当地おでん「しょうが味噌おでん」



戦後の屋台で、青函連絡船に乗り込む船客の体を温めようと、生姜をすりおろして入れたのが喜ばれ、世に広まったと言われています。玉子や大根など7種類の具材に、ほんのり甘くピリッと辛いすりおろし生姜入りの味噌だれをたっぷりかけて。体がぽかぽか温まります。(撮影協力/五代目カネシメ蕎麦処柿崎)

自分好みの海鮮ネタを好きなだけ「青森のつけ丼」



青森魚菜センターで楽しめる「青森のつけ丼」は、ご飯の上に好きな海鮮を自由にのせて作る、自分だけのオリジナル丼ぶり。チケット制で、新鮮なネタを選ぶワクワク感やお店の人とのふれあいも魅力の一つ。市場の活気とともに、青森の海の幸を満喫できる人気のスポットです。(撮影協力/青森魚菜センター)

抗菌・防臭アイテムが人気「あおり藍」

青森県で農薬不使用で栽培された藍を活用し、衣類や雑貨、スキンケア商品などに展開している地域ブランド。藍そのものが持つ抗菌・防臭・抗ウイルス作用に注目が集まり、スプレーやせっけん、マスクなど暮らしに寄り添う多彩な製品が生まれています。(撮影協力/あおり藍産業株式会社)



津軽に伝わる郷土の味「ホタテ貝焼き味噌」

「貝焼き」は津軽地方で親しまれてきた家庭の味で、ホタテの貝殻を器に、味噌や卵で味付けした料理。ホタテのうま味とまろやかな卵が絶妙にマッチ。津軽味噌に砂糖を加えた甘辛い味付けで、半熟状態の卵が絡んでごはんが進みます。(撮影協力/酒肴旬 三ツ石)



実用とデザインを両立した伝統工芸「こぎん刺し」



津軽地方に伝わる刺し子の技法で、麻布に幾何学模様を施した美しい手仕事です。もともとは農民の衣服の補強や防寒のために始まりましたが、現在ではバッグや小物、アクセサリなどの雑貨として進化。実用性とデザイン性を兼ね備えた青森の伝統工芸として、お土産にもおすすめです。(撮影協力/弘前こぎん研究所)

コク深く澄んだうま味が染みる「十三湖しじみ汁」



青森県の十三湖は、淡水と海水が混じり合う汽水湖。栄養豊富で大粒のヤマトシジミが採れることで有名です。「十三湖しじみ汁」は、お酒のアテやメにもおすすめで、散らした小ネギがアクセント。出汁がきいた透き通った味わいで、ほっと体に染みわたります。(撮影協力/酒肴旬 三ツ石)

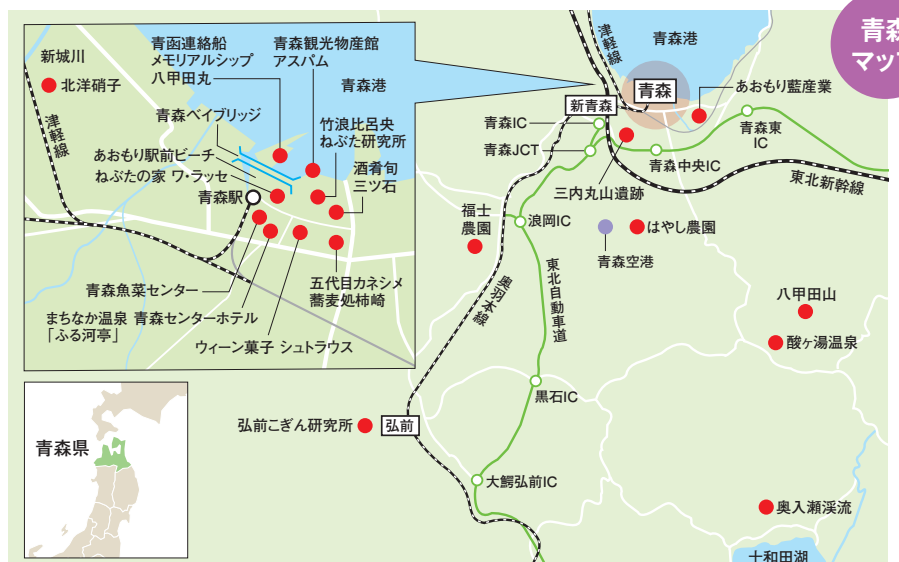
読者プレゼント

津軽びいどろ 「にほんの色ふうけい」のペアグラス



青森の伝統工芸「津軽びいどろ」のペアグラスをプレゼント。四季の彩りを感じさせる美しい色合いと、手仕事ならではのやさしいフォルムが魅力です。セットで5名様に。(協力/北洋硝子)

巻末のとじ込みはがきからご応募ください。



※トラベル・スケッチ「青森」のオフショット集をご覧ください。

当社ホームページ(【三菱電機ビルソリューションズ フィーカ】で検索)の「広報誌 Fika!」をご覧ください。



毎 日 元 気 に ！

快 眠 習 慣

寝不足や不眠は、生活習慣病や心の不調につながります。
今すぐできる快眠習慣を身に付け、
睡眠の悩みを解消しましょう。

第7回

… 解決します！

「いびきが気になる」

鼻呼吸やよくかむ習慣でセルフケア

旅行先で友人から「いびきがうるさかった」と言われたら、旅行に行くのにも二の足を踏んでしまいますよね。いびきは、人工呼吸器の1つであるCPAP装置*やマウスピースの装着などの治療が必要な場合もありますが、自分でできる対策もあります。気持ちよく旅行に行けるよう、いびきを改善するセルフケアを行ってみましょう。

まず解決すべき問題は、口呼吸です。睡眠中に口呼吸すると、気道（空気の通り道）が狭くなり、いびきが生じやすくなります。昼間に口で呼吸していると、睡眠中も口呼吸になるので、日中も意識して口を閉じるようにしましょう。寝るときは、口にかぶれにくいサージカルテープを縦向きに貼ると、睡眠中に鼻呼吸がしやすくなります。鼻呼吸ができるか心配

ならば、幅の狭いテープを2本ハの字に貼って、少し口が開く余裕をもたせて試してみましょう。

また、口腔や舌の筋肉が衰えると、睡眠中に気道が狭くなってしまいます。これらの筋肉を鍛えるためには、食事の際によくかむことが大切です。食べ物を口に入れたら、1回ごとに箸を置くと、自然とかむ回数を増やすことができます。

さらに脚のむくみがひどいと、睡眠中に水分が頭の方に移動して首がむくみ、いびきが起こりやすくなります。脚のむくみを改善するには、壁に手を当てて立ち、足の親指の付け根に体重がかかるように意識しながら、かかとを上げ下げする運動を、1日20回実践してみましょう。

*睡眠時無呼吸症候群の治療に用いられる医療機器



菅原 洋平
すがわら ようへい

作業療法士。1978年青森県生まれ。国際医療福祉大学卒業。国立病院機構にて脳のリハビリテーションに従事したのち、クリニックで睡眠外来を担当する傍ら、生体リズムや脳の仕組みを活用した研修を全国で行っている。著書に『あなたの人生を変える睡眠の法則2.0』（自由国民社）、『「めんどくさい」が消える脳の使い方』（ディスカヴァー・トゥエンティワン）などがある。

犬への正しい知識を多くの人に 人と犬の〴〵より良い共生〴〵を目指す

これまで信じられてきた「犬」に対するイメージや学説を科学的に検証し、

情報発信を続けるドッグトレーナー、鹿野正顕。

人と犬の関係学で日本初の博士号を取得した犬のエキスパートが語る

〴〵より良い共生〴〵を築くための第一歩とは。(敬称略)

犬について 本当のことを知ってほしい

人間と犬の共生の歴史は旧石器時代にまでさかのぼり、犬は「人間の一番の友」とも言われる。ところがドッグトレーナーの鹿野正顕は「人間は犬を知らない」と主張する。日本随一の犬のエキスパートである彼の活動は、そんな実感に基づいている。

少年時代、飼い犬が数年で死んでしまうことに疑問を持った。当時は今と異なりペットの福祉はあまり重視されていなかった

時代。餌や飼育環境への意識が低く、具合が悪くなっても病院に連れて行く習慣がなかった。そんな中で「犬をもっと大切に育てられないか」と思ったことが彼の原点だ。大学では動物応用科学科に進み、犬の行動や認知を科学的に研究。大学院在学中に設立した「スタディ・ドッグ・スクール」では、まず犬の行動の理由を学び、適切に対応することと飼い主と犬の絆を深める。「よく言われる〴〵かみ癖〴〵も、実は癖などではなく不安や恐怖から来る当然の行動なんです。人間が犬を怖がらせないように接し方を変えるだけでかまなく

ドッグトレーナー

かのまさあき
鹿野正顕

Masaaki Kano

Profile

1977(昭和52)年千葉県生まれ。ドッグトレーナー(学術博士)。麻布大学大学院で犬の問題行動やトレーニングの研究に従事。飼い主の教育を目的とした「スタディ・ドッグ・スクール」を運営する傍ら、犬に関する科学的知識を発信する。『犬にウケる飼い方』(ワニブックス刊)をはじめ著書多数。





▲ペットショップから保護された愛犬のペキニーズ「まもる」と共に

なります」

「犬の学校Ⅱしつけ教室」というイメージが強いが、鹿野が力を入れるのは、犬よりも飼い主の教育だ。

「犬を育てることは人間の子育てに似ています。でも子育てと違い、犬は大人になっても自立はせず、人に依存して生きるしかありません。それなのに犬

を理解している人があまりにも少ない。犬の立場になった犬目線で見ると誤解されていることも多いんです」

例えば代表的な誤解は『犬は飼い主と主従関係にある』というものの。その考えは10年以上前から研究で否定されているが、いまだに根強く信じられているのだという。「本当のことを学んで知ってほしい」と語る鹿野が提唱したいことの一つが、飼い主教育の義務化だ。

「人間には子供が生まれる前に『両親学級』のような学びの場がありますよね。行政のシステムとして、教育を受けて情報を得られる機会が与えられますが、子犬の飼い主にはその機会がない。ネットで得られる情報は玉石混交なので、正しいことを学べるシステムがあると、人間と犬はもっといい関係になれるのではないかと思います」

動物との関わりは人の心も豊かにする

犬をはじめとする動物との関わりは、私たちの心も豊かにする。

「動物との絆は人間の保護欲や自然と関わりたいたいという本能を満たします。また、人間は社会生活を営む上で他者からのサポートを必要としますが、例えば学校で嫌なことがあっても、人に愚痴を言っても、全く嫌な顔をせず聞いてくれる。動物はそういう人間の支えにもなりまします、社会的な潤滑油の作用もあります。犬を連れて行くと会話のきっかけが生まれたりして、他者との関係も円滑になります」

しかし2000年に1000万頭を超えていた犬の飼育頭数は約680万頭にまで減少。近年は経済的な理由や共働きの増加などで犬を飼うことが「特別なこと」になりつつあると鹿野は話す。

「それは寂しいことです。だからもっと多くの人に犬への興味や正しい知識を持つていただき、人と犬がより良い関係で共生できる社会を目指したい。ペット飼育が可能なマンションも増えていますが、意外と（マンションを）建てる側の人はペットのことを知らないんです。最近は建築

関係の方にセミナーを行う機会も多いのですが、他業種でペットに関わる人たちに情報を伝えることもすごく大切なことなので、積極的に取り組んでいきたいです」

正しい知識と理解に基づき、犬と人が幸せに共生できる社会。それを実現するため、鹿野は情報発信を続ける。

エレベーターのペットボタン

エレベーターの利用者にペットが乗っていることを知らせ、通過モードによりペットとの同乗を回避することができる。鹿野は「動物が嫌いな人やアレルギーを持つ人への配慮はもちろん、ペット同士のトラブルを避けることができる」と語る。

◀三菱エレベーター「AXIEZ-LINKs(アクシーズリンクス)」カタログより



久住昌之の

こう ぶく めし

口福飯

第3回

栗の素揚げに驚いた

味噌と一緒にジャクツと
かみしめる「ミヨウガ田楽」

ドラマ「孤独のグルメ」の最後に3分ぐらい原作者(つまりボク)が出てきてドラマのロケ地になった店を訪ねるコーナーがある。普段このコーナーは、本編収録とは別の日に2〜3回分を1日で撮る。だから主演の松重豊さんと、ロケ現場で会うということはない。

だけど、毎シーズン1回ぐらいだけ地方ロケがある。その時は、スタツフが遠い地方に2回行くのは時間も経費もかかるので、ボクも松重さんと一緒に行く。

普段のボクのロケは、店での滞在時間30分ぐらい。店の営業時間前にさっと撮って次の店に行く。だからだいたい夕方終わって電車で

帰る。あのコーナーでボクはたいがいビールを飲んでしまうのだが、カメラが回っている時だけ一口か二口飲んで、次のロケ店に移動する。

ところが地方ロケというのは泊まりだ。時間がたつぷりある。だから、ボクのコーナーを撮り終えたら、その店に居残って飲むことができる。これは楽しい。

そんなロケ旅で忘れられないのが、富山に行った時だ。市内の「舞子」という店。基本的に女将さんが一人でやっている居酒屋だが、とにかく何を食べてもおいしい。もちろん富山湾の魚は女将が毎朝漁港で仕入れるもので、ものすごく新鮮。寒ブリにはたまげた。

だがボクは野菜料理にもっと驚いた。本当に旬の時期にしか採れない最高においしい状態の野菜を選んで調理してくれる。



m. Susumi

栗の素揚げ



文・イラスト／久住昌之(くすみ まさゆき)

漫画家・音楽家。1958年東京都三鷹市生まれ。1981年、泉晴紀とのコンビ「泉昌之」として漫画家デビュー。以降、漫画執筆・原作、デザイナー、ミュージシャンとして活躍。谷口ジローとの共著『孤独のグルメ』(扶桑社)、水沢悦子との共著『花のスボウ飯』(秋田書店)のほか、『麦ソーダの東京絵日記』(扶桑社)など著書多数。

ボクが最初に食べたのは「ミョウガ田楽」。東京では見たことない大きな丸々としたミョウガを、炭火でじっくり焼いて、自家製の田楽味噌をたらしてくれる。

ミョウガは大好きで、夏は冷奴にそうめんにならず入れる。だがこの時はもう10月だった。この時期が旬のミョウガというのも珍しいが、フカフカしてなくて身がギュッと詰まっている。そこに火が通っていて、味噌と一緒にジャクツとかみしめるとたまらない。

渋皮ごと食べられる栗を肴に酒を飲む

もっと驚いたのは「栗の素揚げ」。栗といえばまさに秋の味覚。でも食事の時食べるのは、栗ごはんぐらいだ。素揚げなんて初めて。頼んだことをすっかり忘れた頃に、大きな栗がゴロゴロ皿のつて出てきた。それぐらい時間をかけて揚げたのだ。硬い鬼皮は剥いてあるものの、渋皮はついたまま。手で剥いて食べるのかと思ったら「そのままどうぞ」と女将は微笑む。渋皮を食べるのも初めてだ。恐る恐る前歯で齧ると、ザク

ザクツと簡単に歯で切れる。割れる。碎ける。

そして……うまい！

これには驚いた。栗自体ももちろんおいしいのだが、渋皮こそがうまい。香ばしくて、栗の香りと味が濃くて、パリパリサクサクと適度なかみごたえもあつて、そこだけずっと食べていたい。なんなら中身、欲しい人にあげてもいい。

栗では袋詰めのだんごを一番食べたと思う。父がよく買って帰ってきたので、子供の頃から大好きだった。粒が小さくて、カラ(そう呼んでいた)が子供でもパキッと簡単に剥けるのも楽しい。渋皮も一緒に剥けるのがいい。

近所の家から、庭で採れたという大きな栗をたくさんもらつて、母が茹でて食べたことがあつたが、あれはとにかく渋皮がやつかいだった。身にしっかりとついていて、母に包丁で剥いてもらつて、食べた。おいしかったけど、めんどくさいなーと子供心に思った。母も難儀そうだった。

それに対して「舞子」の素揚げは驚天動地の栗料理だった。粗塩を少しつけて食べると、冷酒にも合うのだこれが。栗を肴に酒を飲

むなんて、考えたこともなかった。地方にはまだまだ知らない肴がある。こういう酒が旅では一番おいしいかもしれない。

ホタルイカの一番の食べ方は釜揚げ

そのあと「ホタルイカの釜揚げ」を食べた。女将はホタルイカの食べ方でこれが一番だという。その日の朝獲れたものでないとダメとのこと。土鍋で葉菜とさつと茹でたもの。確かに絶品。

この晩は「孤独のグルメ」を12年間やつてきて、一番飲んだ(松重さんは翌日朝から収録なので、すでに宿に戻っていた)。気がつけばへ口に酔っ払っていて、翌日スタッフに「最後の方ロレッツが回ってなかったですよ」と言われて恥ずかしかった。記憶がない。

でもいい酒、いい肴で二日酔いはなく、朝風呂に入つて宿でノンビリした。いい店だ。その後、北陸方面に行くたびに立ち寄っている。

ちなみに東京の居酒屋で栗の素揚げを発見、狂喜して頼んだが、残念ながら富山で食べたそれとは別物だった。



ミョウガ田楽(著者撮影)



ホタルイカの釜揚げ(著者撮影)

DATA

舞子

富山県富山市柳町2-3-26
☎ 076-432-4169
営業時間／18時～翌5時
定休日／日曜日

日本の神様めぐり

日本には^{やおよろず}八百万の神々がいるといわれます。
神様研究第一人者の平藤喜久子氏のナビゲートで
日本の神様をめぐる。

第7回

動物にまつわる神様



白兎神社のウサギ像
(鳥取県鳥取市)／著者撮影

**ウサギを助け、ネズミに助けられて
困難を乗り越えたオオクニヌシ**

日本は人口減少社会だといわれています。総人口は2008年をピークに減少に転じ、これまでにない少子高齢化の時代を迎えました。2023年のデータによると、15歳未満の若年人口が1400万人強であるのに対し、飼育されている犬と猫の総数は1600万頭弱。つまり、人間の子供の数より、ペットの数のほうが多いということになります。ペットを「家族」として迎える方も増えています。人間と同じように、ペットのために七五三などの儀礼をする方も多いようです。

こうした動物との親密な関係は、実は現代に限ったことではありません。古くから人々は動物に特別な意味を見出し、時には神のすぐそばにその姿を思い描いてきました。例えば、最高神アマテラスが暮らす高天原にも^{ふちこま}天の斑馬という馬がいました。その馬がスサノオによって殺されたことが、アマテラスが^{あめ}天の岩屋に籠る原因の一つになっています。馬は大陸から渡来した動物で、権力者の力を示すものでもありました。アマテラスにとって特別な存在であったとも考えられます。

^{あしはらのなかつくに}葦原中国を治めることになるオオクニヌシは、さまざまな動物と関わる神です。最も有名な神話は、^{いなば}因幡のシロウサギの話でしょ

う。兄弟たちとヤガミヒメに求婚をするため因幡に向かったオオクニヌシは、皮を剥がれ泣いているウサギに出会います。理由を聞くと、そのウサギは、ワニを騙したために皮を剥がされ、さらにオオクニヌシの兄弟たちに間違った治療法を教えられ、傷はますます悪化していたのでした。オオクニヌシが正しい治療法を教え、傷の癒えたウサギは兎神うさぎがみとなりま

す。この兎神を祀るのが、鳥取県鳥取市の白兎神社はくとです。神話の舞台とされる白兎海岸のすぐそばにあり、境内にはかわいらしいウサギの像が数多くみられます。

その後もオオクニヌシは、大やけどを負って死んでしまったところを貝の女神たちに助けられたり、先祖のスサノオに試練を与えられた際にはネズミに助けられたりします。オオクニヌシを祀る神社の中には、ネズミを神使しんしとしているところもあるようです。

ヤマトタケルを救った白い犬は 武蔵御嶽神社の「おいぬ様」

ヤマトタケルは、父の景行天皇の命を受け、朝廷に従わない者どもを征伐していました。

まずは西国の熊襲征伐。そののち、東国へと向かいます。

信濃国しなのくに（長野県）を通ったときには、ヤマトタケルを苦しめようとした山の神が鹿の姿をして現れました。ヤマトタケルは、野蒜のびるを投げて殺しますが、そのあと山の神の力のためか、一行は道に迷い、どの方角に向かうのかもわからなくなてしまいました。そこにとどこからか白い犬が現れます。案内しようとしてくれるかのように見えたので、あとをついていったところ、無事に美濃国みのくに（岐阜県）に抜けることができました。

このヤマトタケルを救った白い犬は、武州御嶽山たけさん（現・武蔵御嶽神社、東京都青梅市）の伝承ではニホンオオカミのことと伝えられており、神の眷属けんぞくとなっています。ヤマトタケルは、そのオオカミに大口真神おおくちのまがみという名を与えたそうです。

特に江戸時代以降、大口真神は、「おいぬ様」として信仰を集めていきました。オオカミという恐ろしい存在のように思われますが、農業にとっては、ネズミなどを捕まえてくれる益獣えきじゅうでもあったからでしょう。

最近では「おいぬ様」ということから、武蔵御嶽神社でペットの犬の健康や安全を願われることが多くなっています。また、犬と一緒にケープルカーに乗って参拝できることも人気の一つ。動物が家族の一員となっている現代と、古代から語り継がれてきた神話の記憶とが交差する場となっています。

平藤 喜久子

ひらふじ きくこ

1972年山形県生まれ。國學院大學神道文化学部教授。専門は神話学。特に日本の神話がどのように読まれ、扱われてきたかについての研究を行っている。『日本の神様解剖図鑑』（エクスナレッジ）、『神話でたどる日本の神々』（筑摩書房）など著書多数。



武蔵御嶽神社の「おいぬ様」
（東京都青梅市）／著者撮影

未来へつなぐ 技術への 挑戦

▶ 第13回

三菱電機ビルソリューションズ株式会社は「技術革新へのひたむきな挑戦と、人と社会に寄り添った価値の提供により、ビル・都市空間における人々の豊かな暮らしに貢献します」を企業理念としています。

三菱電機ビルソリューションズの
人財育成の取り組み

技術と心を育む人づくり

三菱電機ビルソリューションズは、「人は財産」という信念のもと、技術・技能の育成はもとより、人間性を育む「心の教育」を重視する。昇降機の開発・製造から保守・リニューアルまで一貫した事業体制となった当社における人財育成の現状と今後について人材開発センターの佐藤彰宏と小木曽貴之に聞いた。

確かな技術・技能の習得と 「徳育」を柱に据える

当社の人財育成の拠点は教育センター（東京都小平市）と稲沢据付研修センター「匠」（愛知県稲沢市）にあり、昇降機やファシリティ（空調・冷熱、ビルシステム）の高度な技術・技能を備えた技術者や営業・事務系社員、管理職の育成を行っている。

教育センターで昇降機保守の教育を担う技術教育一課長の佐藤彰宏は「縦の交通機関である昇降機は、適切な保守を行っていないければ重大な社会問題や人身災害につながりかねません。そのため、特に技

術系の人財には確かな技術・技能と社会的責任の担い手としての自覚の両方が求められます」と語る。

企画課長の小木曽貴之は「人がモノをつくり、人が据付・保守する。それが当社の事業の本質です。技術・技能は人から人へ伝承されるからこそ、人の感情に寄り添い、心の部分も含めてしっかりと伝えることが大事です」と語る。

両者ともに「人が人を育てる」という共通認識のもとに、テクニカルスキルの向上だけでなく、「思いやり・助け合い・感謝」の三つの心を育て「徳育」を人財育成の柱に据え、当社が目指す「技術と心を兼ね備えた人づくり」を実践している。

1～3年目の基礎教育を重視 実機による研修を徹底

人財育成プログラムは、新入社員からベテランまでの育成ステップと、技術系、営業系、管理職などの職種別・階層別で構成される。カリキュラムの柱は1～3年目の若年層基礎教育を含む「事業共通教育」、昇降機、ファシリティなど各事業特有の専門性を学ぶ「事業別教育」、全国にある各支社のニーズに応じた「場所支援教育」から成る。

特に1～3年目の若年層基礎教育は義務教育期間として重視しており、社員としての倫理観や各種法規・規範を徹底して学ぶ。佐藤は

本社 総務人事部
人材開発センター
技術教育一課長
佐藤 彰宏



本社 総務人事部
人材開発センター
企画課長
小木曽 貴之



▶ファシリティ研修棟の空調室外機実習。冷媒を取り扱う技術者に対し、実践的なカリキュラムを通じて高度な冷媒管理に関する技術と知識を養う研修を実施



▶エレベーターの巻上機研修。単体教材を用いて、主にブレーキの分解、手入れ方法を学ぶ。複数の受講者が同時に研修を受けられる



▲1965年に設立された教育センター。33,000㎡の敷地に本館を含む7つの研修棟、3つの寮、体育館、グラウンドなどがある



◀エスカレーターの自重やご利用者の荷重を支えるトラスおよび内部機器の研修。動力源となる各チェーンの給油ポイントをはじめ、各機器の調整や過去発生した機器の不具合事象(破断・粉塵・異常音など)も学びながら、保全技能のスキルを磨く

「変化するお客さまのニーズや現場第一線の声を意識し、過去の不具合事例なども教材に、自分の判断がどのような影響を及ぼすかを理解してもらいます」。小木曾は「『三つ子の魂百まで』と言いますが一番重きを置いているのが若年層教育で、この3年間でいかに自律的な技術・技能者としての意識や考え方を身につけられるかがカギです」と語る。

4年目以降は、より専門的な内容へと進み、製品別研修や故障修理研修、各種計測器を用いた応用技術などを習得する。

教育センターは実機を使った実践的研修が特徴で、エレベーター・エスカレーターは計63台が設置されている。実習用の教材部品も100種類以上を揃え、新旧多様な機種に対応できるようにしている。

佐藤は「実機1台の受講者数は6〜7人で、以前は待機者が発生していました」が、単体教材^{※2}を開発したことで、現在は全員が教材に触れて同様の研修を受けられるようになりました」と説明する。小木曾も「現物に触れ、実際の動きを体感することで、知識が確かな技術となっていく」と強調する。

空調・冷熱設備やセキュリティなどのビルマネジメントシステムについても昇降機の教育と同様に若年層基礎や専門技術を学ぶプログラムが用意されている。

熟練技術者に学び 競技会で技術・技能を育成・強化

学びを現場で生かすため、OJT(On the Job Training)による育成も重視する。

「熟練技術者による技術継承は欠かせません。日常的なOJTを現場で行うとともに、稲沢のモノづくりの現場では製造技能・技術を競う『技能競技会』や国家資格取得の支援を通じて高度な技能を可視化し、伝承する仕組みに取り組んでいます」と小木曾は言う。

佐藤は「教育センターでも『ビル設備の保守技術者による技能競技会』を行い、技術力強化を図っています。また、定年を迎えたシニア社員の協力を得て、作業のコツやノウハウを実践形式で学ぶプログラムもあり、点検や手入れ保全がなぜ必要なのかを、お客さまや利用者の立場に立つてより深く学びます」と語る。

「大切なのは技術・技能のレベル

アップと人との向き合い方、つまり心の部分です。心と技術の融合がお客さまの安心感につながり、私たちが必要とされることにつながります」と小木曾は強調します。

お客さまから「この人に任せたい」と思われる人財を育成

当社の理想の人財像について佐藤は「技術・技能はもちろん、お客さまが『この人に任せたい』と思える対話能力も備えた人財」と語る。一方、小木曾は、「失敗を恐れず自ら考えて実行に移せる行動力・決意を持った人」と言う。

「受講者からの『ありがとうございました』の声が私のやりがいです。研修を終えた若手が、現場に出て生き生きと活躍する姿を思うと、この仕事に就いて良かったと感じます」と佐藤。

小木曾は「社会人になる前に教育者を志した時期があり、以前から自分の学びを人に伝えたいという想いがありました。人と向き合い、人が育つ仕事に就いていることがやりがいです」と語る。

当社の人財育成は、技術と心の育成を両輪とする丁寧な教育体制によって支えられている。

※2 昇降機、空調設備などの実機の一部を切り取って開発した教材。実機と同様の機能を有する



▲TODA BUILDINGはオフィス、商業施設を擁し、芸術文化・地域防災の拠点としての機能を持つ超高層複合用途ビル



▲T-BuSS®のスマートフォンアプリでエレベーターの呼び登録・配車が可能（9階エレベーター乗場）

Customer's Voice

カスタマー・ボイス

TODA BUILDINGさま

スマートオフィスのロボット移動支援サービス

エレベーター連携でロボットが縦移動 業務効率化や利便性向上を支援

2024年9月、東京都中央区京橋に戸田建設株式会社の自社開発による「TODA BUILDING」が竣工しました。当社は次世代オフィス環境の構築において同社と共創し、エレベーター18台のほか、入退室管理システム、監視カメラシステム、スマートシティ・ビルIoTプラットフォーム「Ville-feuille®（ヴィルフィーユ※1）」などを納入し、業務効率化や利便性向上をサポートしています。

快適なビル環境を支える取り組みについてデジタル変革実装室のお二人に伺いました。



戸田建設株式会社 DX 統轄部
デジタル変革実装室

かとう まさき
加藤 旺樹 氏



戸田建設株式会社 DX 統轄部
デジタル変革実装室 主管 2 級

つみ たかし
堤 隆志 氏

概要	TODA BUILDING
所在地	東京都中央区京橋一丁目7番1号
用途	事務所・飲食店舗・物販店舗・展示場・ 集会場・美術館・駐車場
階床数	地下3階、地上28階、塔屋1階
工期	2021年8月～2024年9月
開業日	2024年11月2日

納入設備	乗用エレベーター（エレ・ナビ適用）・ 非常用エレベーター 計18台、 入退室管理システムMELSAFETY-G 1式、 監視カメラシステム1式、 スマートシティ・ビルIoTプラットフォームVille-feuille®
------	--

※1 ビル内設備の稼働データやセンシングデータなどを収集・蓄積し、最先端技術を活用してデータ処理を行うIoTプラットフォーム

オフィスそのものがショールーム オールインワンのアプリ開発

「TODA BUILDING」は、戸田建設本社ビルの建て替えを機に誕生した地下3階地上28階建ての超高層複合用途ビルです。「アート&ウェルネス」をテーマに、1〜6階を芸術文化施設と商業施設、上層階はオフィスフロアで構成。1階の広場はアート鑑賞や憩いの場として誰もが気軽に立ち寄れるオープンスペースになっています。独自のコアウォール免震構造※2の採用により、防災の観点からも地域の安全に貢献し、BCP（事業継続計画）対応にも優れています。

8〜12階は「TODA CREATIVE LAB」と名付けられた戸田建設のオフィスフロアです。スマートオフィスのさまざまな新技術、サービスが導入されており、社員自らが働きながら体感・検証しています。「人が活きる場」をコンセプトに、健康・快適に働きやすく、円滑なコミュニケーションを促すことで新たなアイデアや価値が育まれることを目指しています。

戸田建設のオフィスフロアの特徴的な機能として、同社が自社開発

したアプリ「T-BuSS®」※3、自律走行型配送ロボットがあります。

「T-BuSS®」の開発は、「もっとオフィスに行きたくなるアプリ」を目指しました。スマートフォンで照明、空調、ブラインドの制御ができ、社員の位置情報、カフェテリアやトイレの混雑情報の把握など多様な機能を搭載したオールインワンのアプリです」とデジタル変革実装室の堤隆志氏は語ります。T-BuSS®はVile-feuille®がクラウド上で連携し、スマートフォンからエレベーターの呼び登録・配車も行うことができます。

メールセンターから各フロアへの荷物配送を行うロボットや、T-BuSS®の機能を利用してカフェでのメニューの運搬、使用済み容器の回収などを行うロボットが、業務効率化や利便性向上に寄与しています。

ロボットのビル内縦横移動が実現 社員からも好評価

オフィスフロアは、社員が働くエリアとエレベーターホールの間に壁のない「ロボットフレンドリー」※4の設計になっており、ロボットの円滑な移動を可能にしています。



▲◀ オフィス内を移動する配送ロボット。配送先フロアの停留所に到着すると利用者のスマートフォンに通知



▲自律走行型配送ロボットはメールセンターと目的階をエレベーターで縦移動する

◀メールセンターで配送ロボットに荷物を格納し、配送先を入力



▲新オフィス内各フロアのエレベーターホールにあるスマートサイネージ。社員の座席利用やカフェテリアの混雑状況を表示。T-BuSS®搭載のスマートフォンでも同様の情報を確認できる



▲セキュリティゲートと連動したエレベーター先行予約システム「エレ・ナビ」を採用（3階エレベーター乗場）



▲戸田建設の事業や取り組みをビジュアルで紹介する幅15mのLEDダイナミックビジョン



担当者からのメッセージ

三菱電機ビルソリューションズ
東日本支社 営業統括部
営業一部 営業2課

鳥本 信太郎

本プロジェクトは昇降機だけでなく、入退室管理システム、監視カメラシステムなども導入した、いわばフルラインアップの取り組みでした。このため、当社稲沢ビルシステム製作所の設計、工事、システムなど各担当部門と連携しながら、竣工までにプロジェクトを取りまとめるのに苦心しました。「T-BuSS®」と「Ville-feuille®」の連携や施工時のクライミングエレベーター工法※5の採用などでお客さまと共創することで、新たな価値創造にも寄与できたと思います。これからもお客さまに誠心誠意対応しつつ、お客さまにとってのプラスαが何かを意識し、最新・最先端のサービスのご提供を心掛けます。

メールセンターに届いた各種荷物を配送する自律走行型配送ロボットは「Ville-feuille®」の「ロボット移動支援サービス」により、自動でエレベーターを乗り降りし、フロア間を縦横に移動することができます。

「Ville-feuille®」を採用した理由はエレベーター連携が標準化されていて、仕様が充実しているからです。また、ロボットの導入時や稼働後に問題が発生しても迅速に対応してもらえます」と堤氏。

開発に携わったデジタル変革実装室の加藤旺樹氏は「重い荷物を持つてきてくれて自分で運ばずに

済むのでありがたいと社員からも好評で、稼働率は当初の想定以上です」と、ロボット導入による効果を強調します。

新機能の追加や利用率向上でスマートオフィス化を加速

T-BuSS®は導入後もブース席の予約機能やCO₂の数値が高いときのアラート機能、火災や地震発生時の行動支援機能など、半年で17件もの新機能が追加されています。堤氏は、「今後も現場のニーズが高い機能をどんどん取り入れていきたい」と意欲を示します。

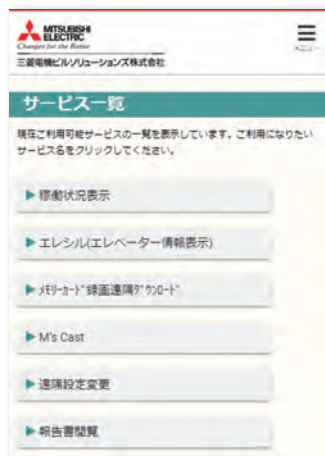
ロボット運用に関して加藤氏は

「利用率を上げ、もっと多くの社員に気軽に使ってもらえるようにしたい」と語ります。現在はトラブルが発生した場合、デジタル変革実装室がその対応に当たっています。

「今後は、運用の属人化を防ぐため、担当部署への引き継ぎやシステムのオープン化を進めていく方針です」と堤氏。オフィスビル市場の競争が激化し、ビル固有の付加価値が求められる中、「TODAY BUILDING」は、さらなる進化を目指して革新的な取り組みを行い、スマートオフィスの発展・普及に貢献しています。

※5 高層ビルにおける建築工事の進捗に合わせてエレベーターの仮設利用を可能とする工法。利用階を増やせるため、工事の初期段階から作業員や資材をエレベーターで運搬することが可能となる

▶スマートフォンでも



■スマートフォン画面イメージ(複数建物複数エレベーター)



▶PCでも

■PC画面イメージ(建物物件一覧)



▶タブレットでも

■タブレット画面イメージ(稼働状況詳細)



三菱エレベーター管理者向け保守サービス「Webサービス」に新機能「稼働状況表示」を追加

近年、働き方改革や業務効率化の推進により、建物管理においても省力化が求められています。こうしたニーズを受け、国内のエレベーター管理者向け保守サービス「Webサービス※1」に、エレベーターの「稼働状況表示」機能を新たに追加しました。

新機能導入後は、専用サイト「Vie-feuille® (ヴィールフィユール)」にアクセスすると、建物ごとの稼働状況(正常/対応中/休止中)が表示されます。さらに、一覧から特定の建物を選択することで、エレベーター1台ごとの稼働状況のほか、保守予定日※2、かご位置※3、管制運転、遠

隔設定変更などの詳細情報も把握できます。この機能により、従来は現地訪問が必要だったエレベーターの状態を遠隔地から一括で確認できるようになり、複数棟・複数台を管理する建物管理者の業務負担を軽減し、管理の効率化を実現します。

また、故障などによる万一の停止が発生した際は、かご位置表示により状況把握を支援します。本サービスは保守契約料金内でご利用が可能です。詳しくは、当社担当者までお問い合わせください。

- ※1 エレベーターの管理者が時間や場所を問わず、Web上(PC、タブレット、スマートフォン)で、エレベーターの設定変更(ファン制御など)や作業報告書の閲覧などができるサービス。利用には別途、「Webサービス」のお申し込みが必要。
 ※2 「エレシール(エレベーター情報表示)保守日情報有り」の契約がある場合に表示。
 ※3 対象機種は一部限定。

お知らせ

お客さまの利便性向上を目的としたSNS活動を開始!

ビル設備に関する最新情報や当社からのお知らせを、いち早く受け取っていただけるよう、Xアカウントを開設しました。

本アカウントでは、建物やビル設備に関する豆知識から、最先端の技術動向に関する記事、展示会や製品・サービスに関するウェビナーのご案内など、「ちょっと役に立つ」さまざまな情報を日々お届けしています。

今後は、「当社事業に関連した

グッズのプレゼント」など、お客さまに楽しんでいただけるキャンペーンも企画中です。ぜひフォローしていただき、課題解決のヒントとしてご活用ください。



はじめました!

ビルや設備に関するお役立ち情報をご提供するオウンドメディア※「ビルソリューションジャーナル」のXアカウントを開設しました!

アカウント名: 三菱電機ビルソリューションズ |
 もっと! ビルソリューションジャーナル
 @MEBS_JP_journal



お客さまからのお便り

伝言板



今回のテーマ

長年使っている



新婚旅行の思い出のボールペン

45年前、新婚旅行先のシエラトンホテルでもらったボールペンです。中身は3回取り替えましたが、思い出と共に使い続けています。

(北海道・片岡さん)

使い続けて50年、竹製の釣り竿

子供の頃から使っている竹製の釣り竿があります。2本を差し込むタイプで、短い竿なのでワカサギ釣りにピッタリ。あれから50年……懐かしさを感じながら、年をとっても遊べるなんて最高のぜいたくです。しかも、昔の竿って丈夫です！

(東京都・高岡さん)

アルバイト代で購入した自転車

自転車を50年以上使っています。大学2年生の秋、それまでのアルバイト代を貯めた15万円でオーダーしたサイクリング車で、オーバーホールや部品交換を重ねて今でも現役です。購入当時はこの自転車で約200kmかけて帰省したりしていましたが、今では平坦な道路を20kmくらいしか走れません。ちなみに、当時の時給は200円ほどでした。

(長野県・小林さん)

妹からプレゼントされた食器

アイスクリーム用の器とスプーンは、もう何年使っているかわかりません。塗装も剥げてきていますが、妹からのプレゼントなので愛着もひとしおです。

(愛知県・和田さん)



引越しても通い続ける散髪屋

大阪府箕面市の散髪屋さんです。転勤族の私にとって大阪は4回目、延べ30年住んでいます。今でも車で30分かけて通っています。車が運転できるうちは通い続けたいです。

(大阪府・井上さん)

修理して使う、嫁入り道具のミシン

嫁入り道具のミシンを、40年経った今も使っています。ほこりが溜まったり、釜に糸が絡んだり、糸の調節が面倒だったりするので買い換えよ

うか迷いつつ、壊れても修理して使い続けています。

(兵庫県・吉田さん)

母親が作ってくれたお弁当カバン

私が長く使い続けているのは、お弁当と水筒を入れるためのカバンです。母親の手作りで、大きさも柄も私好みにつけてくれた物なので、ずっと使っています。ポッケもいっぱい便利です！

(愛媛県・神野さん)

妻からもらったパーカーの万年筆

長年使っている万年筆があります。妻からプレゼントしてもらったパーカーの万年筆で、愛用の品です。瓶からインクを吸い上げるアナログ感が好きで、もちろん書き心地も気に入っています。

(福岡県・岡部さん)



ビルや施設などの設備についてご相談・ご要望などがございましたら、とじ込みはがきにご記入の上、お送りください。



本誌名「Fika!」は「お茶をする(スウェーデン語)」という意味です。お茶と一緒に本誌を手にとって一息ついていたいただけたら幸いです。

表紙写真



職人技を尽くした名品「津軽びいどろ」
青森市のガラス工房「北洋硝子」が独自に生み出した津軽びいどろ。自社で調合した100色を超える色ガラスが、桜や雪景色など青森の四季を作品に映し出します。熟練の職人が技を尽くした名品は、酒器(写真)をはじめ、花瓶、風鈴など種類が豊富。海外でも高く評価され、青森を代表する伝統工芸指定品として人々を魅了しています。(撮影協力/北洋硝子)

Contents

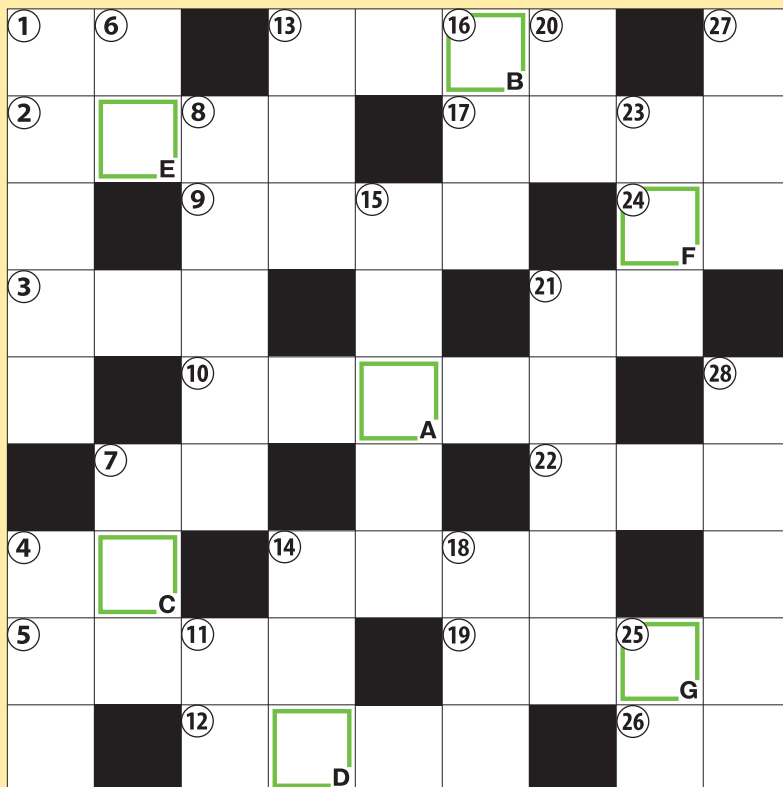
トラベル・スケッチ 青森	2
毎日元気に! 快眠習慣	9
ザ・スペシャリスト	10
ドッグトレーナー 鹿野正顕さん	
久住昌之の口福飯	12
日本の神様めぐり	14
未来へつなぐ技術への挑戦	16
カスタマー・ボイス	18
スマートオフィスの ロボット移動支援サービス	
NEWS	21
伝言板	22
クロスワードパズル	23
二十四節気 日本の風物詩	24

「Fika!」の最新号が
当社公式WEBサイトでも閲覧できます。
<https://www.MEBS.co.jp/fika/>



※写真はイメージです

CROSS WORD PUZZLE



青森のガラス工芸



ヨコとタテのカギを参考にして、マス目に単語を書き入れていきます。
二重ワク内の文字を、ABC 順に並べると、一つの言葉が現れます。

ヨコのカギ

- アシスタントの役目
- 姿が美しく有名な山
- 亜鉛でメッキされた銅板、___屋根
- 不正解はバツ、正解は?
- スコットランド産のウイスキー
- 凹(おう)の対義語
- 異常を感知して___機が鳴った
- カメラで写真を撮る時にパシャリと切る
- ___数える、___の名店
- 江戸幕府の將軍家
- カリッとしたスープの浮き実
- 金閣寺は京都市北区にある___寺の通称
- 「___、桃の木、山椒の木」
- 「働き者」の代名詞とされる虫
- 増えるとうれしい利益
- 土を小高く積み上げた堤
- 乗馬の練習をする所

タテのカギ

- 「すごいね」など相手を賞賛する時にかける言葉
- 船の帆柱
- 角のはえたカバみたいな動物
- ターコイズとも呼ばれる___石
- 学校だけがをしったり、体調を崩したりしたら行く部屋
- ざるそばや天ぷらなどのつけ汁
- ___即妙。その場にに応じたすばやい機転
- きっかけ。論争の___を切る
- 競技で、審判がピーッ! と吹く笛
- 美術品を展示する場所。ギャラリー
- この道は___抜け禁止
- 温泉が___、疑問が___
- 和名では「扁桃」とも呼ばれるナッツ
- 雀百まで___を忘れず
- プレーメンの音楽隊は犬、猫、ニワトリと何?
- 引っ越しなどで使う白色の作業用手袋
- にわか仕込みの知識や技術

「Fika!」
Vol.14
クロスワードパズル
解答

正解
ドウトンボリ



応募要項

- ★本誌とじ込みハガキに解答をご記入の上お送りください。
- ★正解は次号で発表します。
- ★正解者の中から抽選で30名様に図書カードを進呈します。
- ★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。
- ★「伝言板」もご記入ください。掲載された方には図書カードを進呈します。

応募締切
2025年11月30日(日)
[当日消印有効]

二十四節気 日本の風物詩



兎の波走り



にじゅうしせっき
二十四節気

1年を春夏秋冬の4つの季節に分け、さらにそれぞれを6つに分けた二十四の暦の言葉。



撮影:タカオカ邦彦

切り絵画家 KUBO Shu

大学の建築科在学中に切り絵を始める。ニューヨーク、スペイン、ポルトガルなど海外各地で切り絵を通じて日本文化を伝える活動を行う。日米桜寄贈100周年記念事業(2012年)においてニューヨーク/エンパイアステートビルで展示会。国内外における個展開催、作品集の出版多数。2018年久保修切り絵ミュージアムオープン(大阪府豊中市)。2019年山口県文化功労賞受賞、文化庁長官表彰、2024年外務大臣表彰を受ける。

昼夜の長さが同じになり、次第に日も短くなって、秋が深まっていく頃。夜になると自然の風が気持ち良い。縁側に座り日本酒を飲みながら月夜を眺めていると、うつらうつらしてしまう。海に向こうに満月が神々しく輝いている。兎が長い耳をなびかせながら波の上を駆け回っている。「なんて楽しそうなんだ!」と思った時に目が覚めた。「これは作品にせねば!」とスケッチを進める。躍動感豊かな波と遊ぶ兎は、満月を背にした構図ともうまく調和した。

「兎の波走り」 秋分

第18回

久保修の切り絵の世界

エレベーター・エスカレーターの
紙の作業報告書を
Web報告書にしませんか?

詳細と
申込は
コチラ



https://pages.mebs.co.jp/form_ElvWebService_Letter_Web.html

三菱電機ビルソリューションズ株式会社
<https://www.MEBS.co.jp/>

Fykal! 秋号(通巻15号)2025年10月1日発行
発行責任者・小林智里 編集制作・ダイヤモンド社



この冊子はFSC®認証紙を使用しています