

からだところをしなやかに気軽にチャレンジ!

ヨ - ガ

YOGA

腹部をねじって体幹を強化しよう!

ワニのポーズ

Jathara Parivartanasana

脚の筋肉と腹筋を鍛える筋トレ的な要素も加わり、お腹の引き締めにも効果的。ポーズが辛いと感じる人は、できる範囲で無理をせず取り組みましょう。

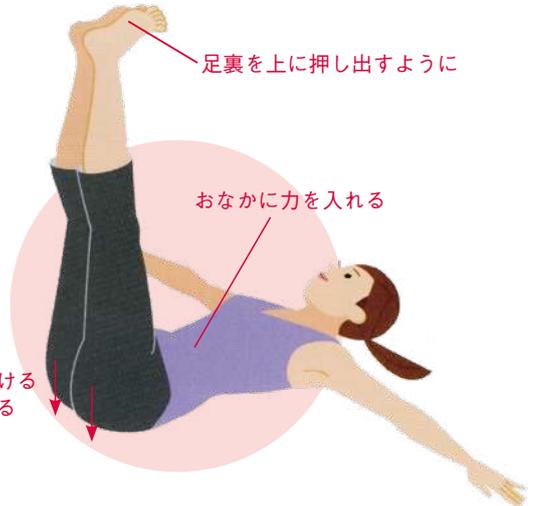


効果：ウエスト引き締め
腰痛緩和・内臓機能向上
便秘解消・代謝アップ
不眠症改善・リラックス など

1 仰向けになり、両脚を揃えて伸ばし、両手を真横に広げる。

POINT

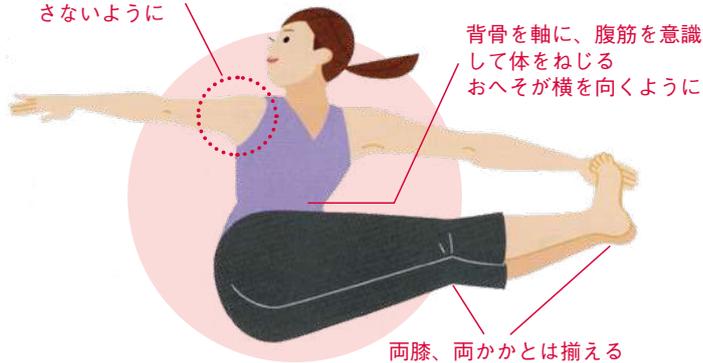
腰や背中に問題がある人は、無理に行わないでください。膝を伸ばしたまま行うのが難しい場合は、膝を曲げて行ってください。お腹への負荷が軽くなります。



お尻は床につけるように意識する

2 両脚を揃えたまま、膝を曲げずにゆっくり真上に引き上げる。

脚を下ろした方と反対側の肩をなるべく床から離さないように



3 両脚を、手の指先に触れるくらいの位置まで、ゆっくりと左に倒す。両脚を真ん中へ戻し、右側も同様に行う。

事前に用意するもの

- ◆ ヨガマット
ない場合は厚手のバスタオルなどで代用できますが、転倒など十分ご注意ください。
- ◆ 運動のできる服装
体を締め付けず、動きやすいものを用意しましょう。

ヨーガを行う際の注意

- ◆ 無理をせず、自分のペースで行いましょう。
- ◆ 動作は勢いをつけず、ゆっくりと行いましょう。
- ◆ 呼吸と動作を合わせて行いましょう。
- ◆ ヨガの前後2時間は食事を控えましょう。
- ◆ ヨガの前後30分は入浴を避けましょう。

■人間ドックのご案内

当法人会では会員企業向けに健康診断費用の一部助成が受けられる福利厚生事業を行っています。補助金は1名につき5,000円（年間一社3名まで）です。

資料提供／一般財団法人 愛知健康増進財団

受診の申し込みは、申込書（法人会ホームページ→福利厚生）に必要事項を記入してFAXで送信ください。

<http://www.meinaka-hojinkai.or.jp>

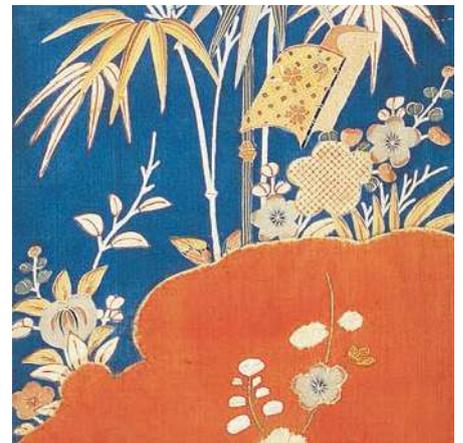


雲取りに竹橋梅模様小袖

〔解説〕

江戸中期

飛紗綾／絞り染・引き染・
友禅染・打出し鹿子・刺繍



提供／一般財団法人 J. フロント リテイリング史料館

裾から背に伸びる立木を遮るように雲取りを配す構図の小袖。雲取りを用いたこうした模様は十七世紀末期から十八世紀前期の小袖雛形本によく見られる。地の飛紗綾の模様は「網干に梅竹文字模様小袖」や「州浜に海松貝模様打敷」に比べて大振りで、左腰の余白も小さくなっていることから十八世紀の制作と考えられる。婚礼調度のひとつでもある冊子を竹橋梅と組み合わせた吉祥性のある意匠となっている。

次号は、「住吉模様小袖」です。

松坂屋史料室展示の案内

第49回企画展 高度成長期の松坂屋（昭和30年代）

会期／令和4年2月25日（金）～5月23日（月）

第50回企画展 YUKATA—浴衣—

会期／令和4年5月27日（金）～8月22日（月）

※会期・タイトル等変更になる場合がございます。

約一万点に及ぶ「松坂屋コレクション」は、呉服デザインのために収集された経緯から、松坂屋では近年までほぼ社外秘の扱いとなっていました。平成20年（2008）に開催した「小袖 江戸のオートクチュール」をきっかけに一般公開されました。

J. フロント リテイリング史料館は、染織参考館の閉鎖で京都から名古屋に移管されたのを機に、日本の染織文化の発展に貢献することを理念に設立しました。

松坂屋美術館に隣接する松坂屋史料室では、①呉服デザイン・意匠・史料 ②大丸松坂屋百貨店の創業・歴史に係る史料など、テーマを設定した展示を開催しています。



名古屋市美術館エントランス

シリーズ
こだわり見学記

79

EYE
中区



名古屋市美術館

Nagoya City Art Museum

名古屋市の中心部、中区栄二丁目の白川公園内にあり、美術鑑賞にふさわしい静かな環境に建っています。

地元出身の建築家・黒川紀章（1934年～2007年）の手によって、名古屋城や熱田神宮さらには桂離宮など伝統的な建築物の意匠を随所に取り入れて設計された、1988年開館の美術館です。館内外のその形を探して見るのも楽しみのひとつです。

同じ白川公園内の名古屋市科学館と合わせ、市民憩いのスポットとして親しまれています。

住所：〒460-0008 名古屋市中区栄2-17-25（芸術と科学の杜・白川公園内）

Phone：052-212-0001 Fax：052-212-0005

交通案内：地下鉄東山線・鶴舞線「伏見」駅下車5番、出口から南へ徒歩8分

地下鉄鶴舞線「大須観音」駅下車、2番出口から北へ徒歩7分

地下鉄名城線「矢場町」駅下車、4番出口から西へ徒歩10分

開館時間：9：30～17：00（祝日を除く金曜日は20：00まで）

※いずれも入場は閉館の30分前まで

休館日：月曜（祝休日の場合は開館し、翌平日休館。ただし、2022年2月28日（月）、

3月14日（月）、3月22日（火）は開館）、年末年始（12月29日～1月3日）

観覧料：常設展

一般 300円 高大生 200円 中学生以下 無料

市内在住の65歳以上の方 100円

芸術と科学の杜 共通観覧券

（市美術館常設展・市科学館）

一般 500円

駐車場：なし



夜景



南側外観



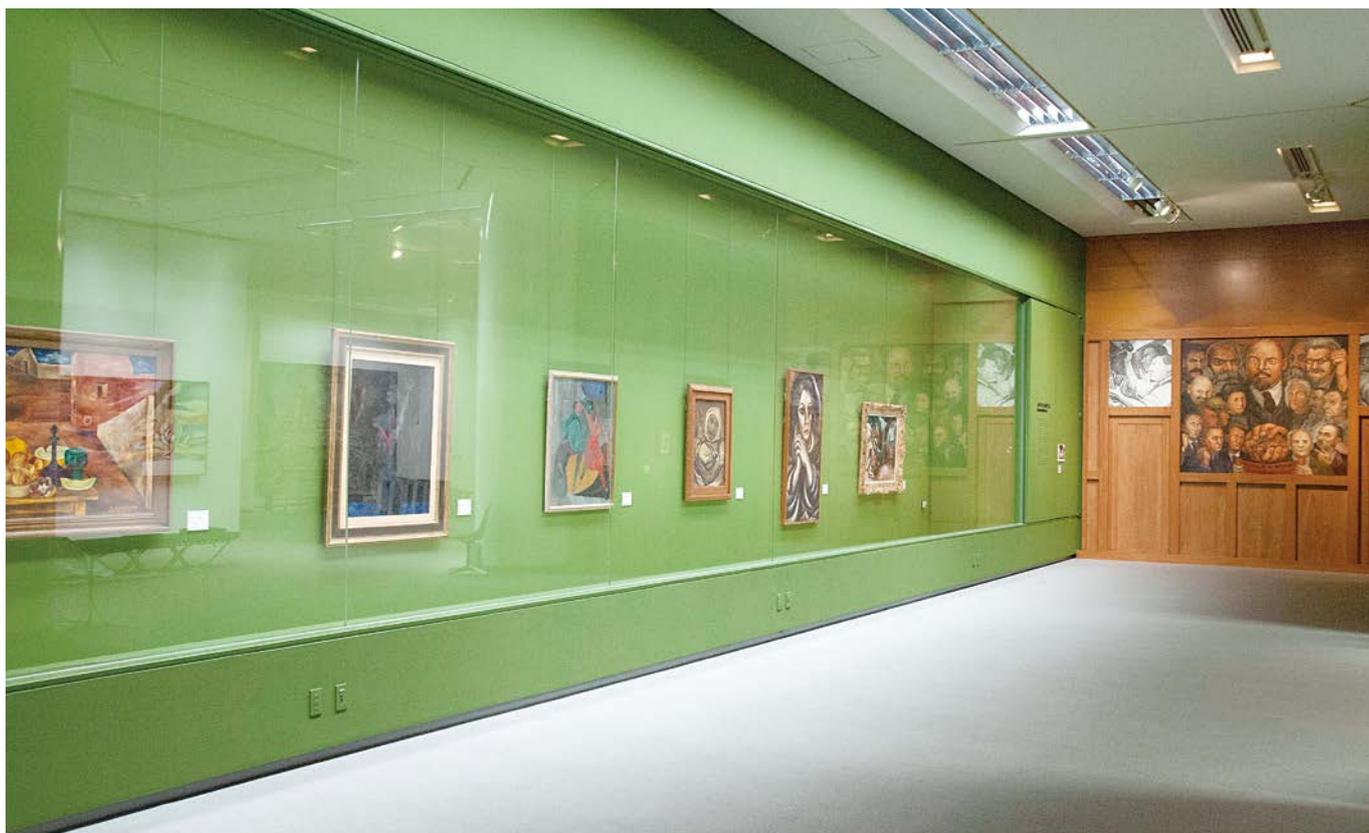
パーゴラ
桂離宮御腰掛前二重桁形の手水鉢の引用



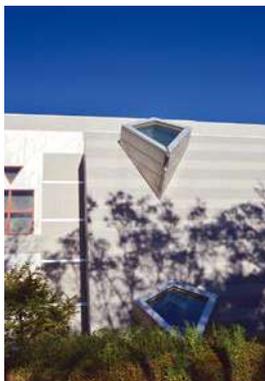
アプローチグリッド
鳥居の引用



鈴木照男
《点音 in 白川公園》2009年



常設展示室1・常設展示室2



イサム・ノグチ
《魂》1982年



アレクサンダー・コールドー 《ファブニール・ドラゴンⅡ》1969年
(美術館エントランス前)
(写真右側、名古屋市美術館 学芸課 主査 竹内智哉氏)



白川公園の噴水



ホルヘ・マリノ
《メキシコの翼》2010年(白川公園)



白川公園の彫刻

名古屋市科学館



《図書室》

利用時間：13：00～16：00

利用案内：美術絵本、美術雑誌、カタログ、教育普及関係の資料、
美術関連図書の閲覧

《コーヒーショップ》

全面ガラス窓から差し込む日差しの中で、白川公園の豊かな緑を眺めながら挽き立てのコーヒーを楽しめます。

《ミュージアム・ショップ》

美術館所蔵作品《おさげ髪の少女》オリジナルグッズ、ポストカード、美術書、展覧会カタログなどを取り揃えています。

教育普及事業「コレクション解析学」

美術館のコレクションから1点を選び、その魅力を学芸員が紹介する講座です。

毎回14時より、2階講堂にて開催します。定員90名(申込不要、入場無料、約90分)

名古屋市美術館コレクション 所蔵作品約6800点 (2021年4月時点)

「エコール・ド・パリ」主な作家

モディリアーニ、シャガール、ユトリロ、ローランサン、藤田嗣治、
荻須高德、岡鹿之助

「メキシコ・ルネサンス」主な作家

オロコス、リベラ、シケイロス、タマヨ、カーロ、ベン・シャーン、
北川民次

「郷土の美術」主な作家

前田青邨、三岸節子、中村正義、河合玉堂、熊谷守一、鬼頭鍋三郎、山本鼎

「現代の美術」主な作家

荒川修作、河原温、桑山忠明、宮島達雄、森村康昌、草間彌生、
イサム・ノグチ、アントニー・ゴームリー、ナムジュン・パイク、
キーファー、ステラ、アバカノヴィッチ

《常設展示室1・2》名品コレクション展Ⅱ(後期)

2月23日～4月10日

- エコール・ド・パリ：国境を越える
- メキシコ・ルネサンス：壁を壊す／壁に描く
- 現代の美術：境界を拡げる
- 郷土の美術：北川民次－社会へのまなざし

《企画展示室1・2、常設展示室3》

2月23日～4月10日

特別展「ゴッホ展－響きあう魂 ヘレーネとフィンセント」



一日に何度も聞く「売りきれたよ！」が嬉しい

和菓子の孝和堂本店

三代目 代表取締役 南谷 孝昭氏
 四代目 取締役店長 南谷 太介氏



取材日時／令和3年12月9日(木) 15:00~16:30 取材場所／孝和堂本店
 聞き手／古市晴比彦、加藤育美、鶴岡一美



和菓子の孝和堂本店

名古屋市市中村区鳥居通5-32
 中村大鳥居前
 定休日：月曜日（祝日は営業）
 phone 052-471-6246
 fax 052-461-0790



三代目
南谷 孝昭氏

大垣「風月」にて現代の名工・加藤正一に師事。長年受け継がれる和菓子の神髄を学んだ後、孝和堂本店へ。以後40年に渡り、教えを忠実に、和菓子本来の原料・製法を頑なに守り続ける。和菓子訓練校で後進の指導にあたるなど、業界への貢献が評価され、平成29年度和菓子技能功労賞を受賞。菓子技能士検定一級。



四代目
南谷 太介氏

早稲田大学教育学部卒業。大学在学中にアメリカへ留学し、日本文化・和菓子の価値を再認識する。卒業後は名古屋タカシマヤへ就職。食料品部に配属。商いの最前線を学びながらも、日持ち・効率重視の現在の菓子に疑問を持つようになる。平成26年より孝和堂本店へ。時代に流されず、本物の和菓子を守り続けるべく、三代目から店長を継承

和菓子の孝和堂本店 歩み

昭和初期、現所在地よりさらに西、稲葉地の橋の近くに駄菓子屋として店を構える。縁者の支援にて初代・岩古が、昭和12年現在の地「大鳥居」にて改めて「孝和堂」として移転、開店する。昭和46年12月、二代目・幹夫が会社設立し、有限会社孝和堂となる。

昭和50年11月、店舗を拡張し、現在の敷地面積となる。昭和58年6月、新社屋完成。平成9年1月、三代目・南谷孝昭に引き継ぐ。平成19年11月、店舗改装を行いオールリニューアル。平成29年、創業90年を迎える。令和元年 四代目・南谷太介 取締役店長となる



当初はお百姓さんの一服の憩いの場

店長の太介さんからお話をお聞きする前に、孝和堂の歴史などについて三代目の孝昭さんからお聞きしたいと思います。

—ご創業についてお聞きします。

【孝昭】 祖父から聞いた話では、昭和初期、現在地よりさらに西、稲葉地の橋の近くに駄菓子屋として店を構えていたようです。縁者の支援にて初代・岩吉が、昭和12年現在の地“大鳥居”にて改めて孝和堂として移転、開店しました。

当時の“大鳥居”はまだ砂利道で、建物は殆ど無く、旧街道に多く人の往来があった時世で、将来は中村の中心となると見越して決心しました。

当初の駄菓子から和菓子(まんじゅう)へと少しずつ商品をふやし、“中村の茶店”として、なごや西部・郊外から市へと荷車で収穫した農作物を運ぶお百姓さんが、一服の憩いの場所として、おまんじゅうを食べたそうで、出来たてのおいしいおまんじゅうが評判となり、次第にこの辺りも人出で賑わってきました。

—孝昭さんが子どもの頃、この辺りはどんな様子でしたか。

【孝昭】 小さいとき、大きな五差路の交差点があって交通事故が多かったのですが、時代の変遷により道路は細かくなっていきました。“大鳥居”があって感謝していますが、当時はうちの前の大通りがなくなるとお客様が減るのではと心配しました。しかしある調査では、広すぎるよりは狭い道のほうが人で賑わうそうで、中村公園の交差点の行き交う人が多いのは、交差点を小さくしたからだと思います。

当時、中村公園から大門にかけて映画館やパチンコ屋さんが4〜5軒ありました。以前ミスターーナッツがオープンしたときは日本一の売上となり新聞に載りました。いまは映画館とパチンコ屋が1軒ずつ。活気は以前のほうがあったと思います。

参道も、昔は食べ物屋さんや喫茶店などいろいろ店がありましたが、いまは数軒になってしまいました。

孝和堂の良さを実感

—修行はどちらでされましたか。

【孝昭】 大垣の「風月」で約5年修業しました。住み込みで、現代の名

工と言われる加藤正一先生に上生菓子について学びましたが、そのとき改めて思ったことは、孝和堂の良さでした。

うちは庶民的な、できたての和菓子売っています。きれいな上生菓子も素晴らしいとは思いますが、朝生(朝一番で作るできたてのお饅頭)を美味しいと言ってくれることを喜びと感じます。毎日毎日手作りして、一日に何度も「売り切れたよ!」と言われて、また作って売る。まさに正真正銘、孝和堂はお客様に喜んでもらえるお菓子を作っていると再認識しました。お菓子の本質を考えることができたと思います。

—太介さんとは古風な名前です。

【孝昭】 私が命名しました。息子は小さいころ名前のことでイヤな思いをしたかもしれませんが、大人になったとき、親しみの気持ちを込めて気軽に呼んでもらえるのはいいのではと思っています。

ここからは太介さんと孝昭さんで二人にお聞きします。

—覚えやすいし忘れないですね。いまお幾つですか。

【太介】 34歳です。27歳のときに入社しました。名古屋タカシマヤに就職するときから、いずれはうちに入ることは決めていました。もう少し経験を積んでと思ったのですが、古参の工場長が体力的に厳しいということで退職しましたので、初心者の方は工場長にいろいろ教えてもらえるうちに、1年間指導してもらいました。

【孝昭】 私は修行に行きましたが、父親は特に和菓子の修行をしておらず夜間の高校に通っていて、それでも店を構えて上手に商売していました。食後には和菓子の本を読んだり研究したり努力はしていました。息子も、和菓子屋の息子として修行して帰ってくるよりは、背水の陣で頑張っているほうがいいと思っています。

【太介】 組織のなかでの5年ほどの経験は役に立っています。

「100%手づくり」「できたて」

—お店のこだわりについてお聞きします。

【太介・孝昭】 特にPRIはしていませんが、100%うちでお菓子をつくっています。餡を製餡屋で購入して最後の仕上げをして商品にしたり、機械でつくっている店も多いですが、うちは100%、ここでできる数量つくって販売していて、「いま〇〇が売り切れました。次は何時頃売ります」という声が飛び交っています。つくったその日のうちに販売、できた



てを食べていただきたいと思っています。翌日では美味しくありません。

—お店のスタッフのご指導、並びに後継者に向けての思いをお聞かせください。

【孝昭】 息子が結婚を機にうちに入ってくれました。自分の人生なので自由にしているよと言いましたが、うちに入ってくれたので有り難いです。息子は私よりデキが良く、一生懸命にやっていますので私の出る幕はありません。また世の中の移り変わりに良く適応しているので任せているというより、後継者に恵まれたと感謝しています。

私の父親は気持ちの熱い人でした。私が小さかったときは親戚の人たちが働いてくれていました。父親は64歳で突然倒れて亡くなり、それから20年経った頃一番古参の工場長が辞めて、いまスタッフは平均30代でうまくできたと思っています。

ゴールデンウィーク、お盆、年末年始休みなし。年末は餅つきや大掃除をして元旦にはきれいな店にしてお客様をお迎えます。年末年始は連勤で休みなしの職場でも来てくれます。私はいいスタッフに恵まれました。感謝しています。自分の息子や娘のような気がしています。

いま息子は30半ば、スタッフと近い年令です。力を合わせて若い仲間やって欲しいし、そうやっているのが有り難いと思っています。

昔からのスタイルを守り抜く

—太介さんにお聞きます。孝和堂さんの代表的なお菓子の特色を教えてください。

【太介】 一般的に朝ナマと言われる「おはぎ」「草餅」です。朝つくって、その日のうちに食べていただきたいです。特色としては「手作り」「できたて」であること。それは当たり前のことで、100%手作りのお菓子を作り続けます。

—「おはぎ」と「ぼた餅」の違いは何ですか。

【太介】 春が「ぼた餅」で秋が「おはぎ」です。桜餅を、葉を食べますかと聞かれますが、好き好きでいいと思います。葉を取って仄かな葉の香りを楽しむ人もおられます。

—四代目となられて代々守りたいことなどありますか。

【太介】 やはり「手づくり」「できたて」です。私がかうちに戻ってきたと

き少し薄れていた気がしました。和菓子の問屋さんの勧めがあり、積極的に拒まないと、昔からのスタイルは守れないのです。日保ちする原料が入りつつあったので排除して昔に戻しました。昔からの本来のお菓子をなくしてはいけません。守りたいと思っています。桂離宮の前の中村軒は、餡を新で炊いているんです。そこまで徹底してやると本物になるなあと思いました。

—これからの抱負はありますか。

【太介】 店を大きくしたい気持ちはありません。

核家族化して、親戚同士の集まりや年中行事なども少なくなってきました。節句にちまきを食うとか、年末だからお正月用にお餅を買おうとか、お正月の手土産に和菓子を買うなどの機会が減り、社会の流れが変わってきていますが、年中行事を大事にして、昔からのお菓子が売れるよう、この地域で貢献できればいいなと思っています。

名古屋タカシマヤへは近いですし繋がりががありますので、催事ときなど出荷しています。でも朝作って運んで追加で運んで一日3~4回運ぶので、近いからいいのですが、どこへでも出荷するというわけにはいきません。

—三代目の孝昭さんは地元名古屋中村法人会の支部活動にもご尽力いただいたと伺っておりますが、四代目の太介さんへのアドバイスはありますか。

【孝昭】 私は、いまは法人会に入っていますし、人は人の中にいたほうが磨かれるので、やはり人にもまれるのも必要、青年部会にお世話になれば自分の味方になってくれる仲間を見つけることができるかも知れないと思っています。

—ぜひ入会していただいて、良い仲間をつくってほしいです。これからどのように発展されるのか、楽しみです。



草餅

消費期限：1日
販売期間：1月中旬～6月下旬
(蓬が無くなり次第終了)
特定原材料：なし



おはぎ

消費期限：1日
特定原材料：なし



うぐいす

特定原材料：なし



桜餅

特定原材料：小麦



花見団子

特定原材料：なし

孝和堂本店
春のお菓子