

ちょっとした、得する！耳寄り情報

てんこもり

発行：丸ス産業株式会社 「てんこもり」編集部
TEL：0574-72-1318 FAX：0574-72-2739

新年度スタート。春爛漫の暖かな日差しが
なによりうれしい季節となりました！



A5判のガイドブックには、22種類に及ぶウォーキングコースの紹介から、正しいウォーキング方法・関市民健康体操まで掲載されています。コースごとに市内の自然景観や歴史的名所コース中の注意箇所等が分かりやすく説明してあり、ウォーキングをさらに楽しくさせてくれるアイテムとなっています。



はもみんはつらつウォーキングの様子

メニューその1
関市ウォーキングガイドのご紹介



関市では、市民の方々の健康管理や体力づくり

に役立ててもらおうと、ウォーキングガイドを作成し配布しております。このたびガイドブックが改訂され新しくなりました。

ガイドブックの改訂と同時に、初心者コースには

歩数・消費カロリーなどが分かる、路面表示板が設置され、ウォー

キング環境が整えられています。去る2月16日には、「はもみんはつらつウォーキング」が開催され、大勢の市民の方々がコースを楽しまれたそうです。

取材を終えて、私（柘植）も健康管理や体力づくりにもこのウォーキングガイドを活用したいと思いました。（笑）

メニューその2
パソコンの種類

2014年4月9日 Windows XPのサポートが終了します。

今回はWindows XPのよもやま話です。XPの記号の由来を調べますとExperienceのXPを抜き出したものでした。Windows 2000を統合するために開発されたOS（オペレーティングシステム・基本ソフトと訳されます）で、ユーザーに「最高の体験」をしてもらうこと

いう願いが込められていました。XPは2001年にリリースされています。小泉政権の誕生した年から、10年以上の長きにわたり現役選手として使われた理由は何でしょうか。それは、OSが統合されたおかげで、一般家庭でも32bitのOSがあたり前になり、安定した利用が普通になったことにあると思います。何事も安定が大切です。安定していれば、少々のことは我慢できるのは夫婦と同じです。私の印象ですが、Windows 3.1の登場で事務仕事の道具にパソコンが入り込み、Windows 95でインターネットが普及し、XPでハンゲアップ（コンピュータが突然暴走すること）からほぼ解放されたと思います。XPは今日でも実力のあるOSです。その証拠に、昨年の12月における世界のOSシェアは、XPがいまだ30%近くあるそうです。Windows 7に首位の座を明け渡しましたが、依然として根強い人気があり、中古販売においても高額で取引されることがあるそうです。新品をお持ちの方、小銭が稼げるチャンスかもしれません。機を逃さない

ようにしましょう。さて、XPの利用者において、サポート終了にともない代替OSへの移行が推奨されています。実力があるOSなのに、移行を推奨する理由として巷で言われているのが、情報セキュリティにおける「脆弱性」があります。ソフトウェアやハードウェアの欠陥箇所を責められるから対策をうちなさい…という話ですね。代替OSへの移行が間に合わない場合の、具体的な対策を調べました。①XPをオフラインに限定して使用する。②XPの機能でUSBメモリなどの自動実行機能を無効化する③オンラインで利用する場合は、サポートが継続しているウイルス対策ソフトを活用する。④サポートが継続しているアプリケーションを最新な状態で使用する。

①から④のリスク緩和策を行ったとしても、脆弱性が解消される訳ではありません。また、今回はXPと同時にOffice 2003、IE 6もサポートが終了します。なんだかな〜これは私のため息です。あしからず。by FATかとう

ユニ
メその3
森の楽園紹介

今回は、「文殊の森公園」をご紹介します。本巢市にある文殊の森公園は整備された遊歩道を森林浴しながら山歩きを楽しめます。ローラーすべり台もあり、子供の冒険心をくすぐります。展望台からは、濃尾平野や伊勢湾を見渡す事もできます。ササユリや桜、ツツジなど、季節ごとに花が鑑賞でき、バードウォッチングの小屋もあります。また、夏は、宿泊可能なコテージを利用してキャンプが楽しめます。天気の良い日には、お子様とともに自然を満喫できる「文殊の森公園」に一度いらしてみませんか。

無休(バーベキューテラス、コテージ、管理棟は水曜日、祝日の場合は翌日休、12月〜翌2月は火〜木曜日、8月13日〜16日休、12月29日〜翌1月3日休)



岐阜県本巢市文殊1-16
Tel 0581(34)4505
by 柘植(保)

ユニ
メその4
**おいしいお店
紹介します!**



今回は2軒のお店を紹介します。1軒目は郡上市明宝にある『体験&リラクゼーションみどりの谷』さんです。完全予約制のこのお店は、自然の中で体験や心身の休息を通してスロウライフを提案する施設ということもあり、時間を気にせずゆっくりと過ごせる空間がメインのお店となっています。

今回取材させていたいただいたのは『石窯ピザ焼き体験ランチ』でしたが、あつという間に時間が経っていま



した。(家族4人で4時間もお邪魔してしまいました！笑)

ピザは、こだわりの酵母菌を使用した生地、その時の季節に合わせた食材をトッピングし、手作り石窯で焼く、オリジナリティ溢れるものを作りました。今回は、4種類のピザを用意していただきましたが、わたしのお薦めは「味噌ピザ」です。その他にも、店主さんのこだわりの随所があり、特に食後に用意していただいた珈琲は絶品でした。

皆様も、ひと時の癒しを味わいに訪れてみてはいかがでしょうか。※どのメニューも、価格は要相談 お問い合わせ 郡上市明宝奥住3119-40
Tel 080-8256-4510
by 柘植(章)

2軒目は東白川村の樋口建設課長様よりご紹介いただいた東白川村の道の駅「茶の里」内にある『おいしい自然工房



cafe』です。定番メニューから郷土料理、限定ランチ、旬の食材を使用したメニューなど美味しいものがたくさんあります。

おすすめはこの春の限定メニュー「麴鳥鍋定食」です。この鍋には今話題のしょうゆ麴が入っています。たぐさんの野菜と喉越しの良いうどん、そして麴の効果で柔らかくなつた鶏ちゃんとほのかに麴が香るスープ。もちろんお米は東白川村産のコシヒカリ!まさに「絶妙」。この地方では麴を使った伝統保存食があり、今でも麴を使った料理が多く食されています。

そのほか郷土料理の“ごみうどん”。可能な限り地元野菜をふんだんに使ったどこか懐かしい田舎の優しい味のおうどんです。また、新メニューのこだわり豚のトンテキ定食。食後には地元で採れたブルーベリーを使ったパフェ、東白川茶の紅茶ソフトなどなど一度だけではすべて



わえない! だけど食べなきゃ損をする。とにかく一度足を運んで頂きたいです。

お土産コーナーでは地元の特産品はもとよりこちらの工房で加工している、ハム・ソーセージ・焼豚もあります。またテレビで紹介された新製品のハムかまぼこは不思議な食感、味わい深く美味しい。話題になること間違いなしです。年内無休。 by 佐藤



**てんこもり編集部より
ひびく**

今回の「てんこもり」いかがでしたでしょうか? 今回も私達が、最近気になった事や楽しかった事、ちょっと得たような事等を紹介させて頂きました。また読者の皆様からも、色々なニュースの紹介をお待ちしております。(自慢話、おいしい・楽しいスポット紹介、サークル紹介等どんなことでも結構です。)写真をつけてくだされば最高です! こちらまでご連絡下さい。丸ス産業株式会社「てんこもり」編集部 責任者 藤井 TEL 0574-72-1318 FAX 0574-72-2739 s-fujii@marusu21.co.jp