

戦国いくさ体験始まる

戦国時代、地理的条件から多くの山城が築かれた可児市。今でも市内には多くの城跡が残ります。特に国史跡美濃金山城跡は、信長も訪れたと伝わり、現在も手つかずの遺構が残る大変貴重な城跡です。

市内の山城の魅力を内外に発信するため、また地域の活動者を増やすために、参加体験型事業を展開します。

特に、戦国いくさ体験の中でも老若男女誰もが楽しめる「チャンバラ合戦 IKUSA」は、4月3日の美濃金山城桜まつりを皮切りに、市内各地で年 20 回程度開催します。

スポンジ製の刀で相手の腕についたボールを落とす体験型ゲームであり、参加者は夢中になって会場内を走り回ります。観客も勝敗の行方を固唾をのんで見守り、勝敗が決すると歓声が沸き起こります。

「次はどこでいつ参加できるの?」との声も聞かれるほど大盛況です。ぜひお近くの会場にお越しください。



歓喜の雄たけびを上げる参加者たち

問合せ 観光交流課

野菜を取ろう! 今月の一皿 Vol.2

アスパラのオリーブオイル焼き

【材料 (2~3人分)】

グリーンアスパラ…………… 7~8本
ミニトマト…………… 4~5個
オリーブオイル…………… 大さじ1/2
塩・粗びきこしょう…………… 各適量

【作り方】

- ①グリーンアスパラは上下で半分に切り、下の部分はピーラーで皮をむく。固めに下ゆでしておく。
- ②フライパンにオリーブオイルを敷き、転がしながら炒める。最後にミニトマトも入れ軽く炒める。
- ③焼き色が付いたら火を止め、塩・粗びきこしょうで味を整える。

【栄養成分 (1人当たり)】

エネルギー: 38kcal カルシウム: 12mg
食物繊維: 1.2g



コメント・ポイント

グリーンアスパラには、疲労回復やスタミナ増強に効果がある成分が多く含まれています。最初にスライスしたニンニクを炒めてもおいしいですよ。

問合せ 健康増進課

荒川豊蔵の世界

色絵の器

志野と瀬戸黒の技術で人間国宝となった豊蔵ですが、伝統的な美濃焼以外にも、さまざまな技法に挑戦しています。その一つに色絵(赤絵)があります。

色絵は、江戸初期に朝鮮半島の陶工により、九州有田へ伝えられました。その後、酒井田喜三右衛門が国産化に成功し、色絵の具に金銀を焼きつける華やかな技法が確立されました。

豊蔵は、もともと画家を志していたこともあり、筆で器に絵を描くことにもその才を発揮しています。和絵の具を用いて伝統的な色彩を大切にしながら、身近な草花などをモチーフに描きました。

赤絵椿図鉢では、鮮やかな赤色の椿の花が際立ちます。赤と青の縁取りや花形の器形とともに、華やかな世界を表現しています。

また、古陶磁器への造詣も深く、自らの手で制作することにも熱意を注いでいました。呉須赤絵仙人図反鉢にある、仙人図や縁を反らせる意匠は中国を端緒とするもので、日本でも長く重用されてきました。

荒川豊蔵資料館で開催中の企画展「豊蔵 色絵のやきもの艶やかなる作品」で展示しています。



赤絵椿図鉢



呉須赤絵仙人図反鉢

問合せ 可児郷土歴史館
☎0211

生き生き健康コラム Vol.25

COPD を知っていますか?

COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは、肺の生活習慣病、たばこ病といわれる病気の総称です。肺や気管支の組織が壊れて呼吸がうまくできなくなってしまう病気で、原因の90%以上は喫煙です。主な症状は咳や痰、息切れで、最終的には普通の歩行や会話でも息切れするようになります。また、厚生労働省の統計によるとCOPDによる死亡者は平成26年の1年間で16,184人に上り、死亡原因の中で10位となっています。

COPDは薬などで完全に治すことはできません。一度壊れてしまった肺は元に戻すことができないからです。しかし長年喫煙している人でも、今から禁煙することで、COPDが発症しても進行を遅らせ、症状を軽減することが可能です。

COPDのリスクを下げるには、たばこをやめることが有効です。現在は禁煙補助剤を使って禁煙することもできます。いつまでも健康な体を目指し、今日からあなたも禁煙にチャレンジしてみませんか。



問合せ 健康増進課