

## 進む企業立地

医療・看護・介護用品を製造販売するオオサキメディカル(株)(本社:名古屋市)の東海物流センターが可児柿田流通・工業団地内に完成し、9月に竣工式が行われました。同団地では初めて操業を開始する待望の企業となります。

可児市内では、昨年から今年にかけて活発な企業立地が続いています。二野工業団地では(株)日特スパークテック東濃二野本社工場、(株)メトリーカケフ二野工場、伊勢湾陸運(株)二野営業所、可児工業団地内でも鳥羽工業(株)可児第五工場が、相次いで竣工しました。

既存企業の頑張りや新規企業の進出は、市民が働ける場所が増えることで市民の定住と新しい市民の増加へつながります。活発な市民活動、市内での消費、ゆとりある経済力が可児のまち全体の活気・活力を更に高めます。元気な市民を一人でも多く増やすことで、地域・経済の元氣をつくりまします。



オオサキメディカル(株)東海物流センター

フェイスブックで情報発信中!! <http://www.facebook.com/kanibrand>  
アカウントを持っている人は、ぜひ「いいね!」をお願いします。



問合せ 経済政策課

美濃桃山陶の逸品

## カラフルな織部

美濃桃山陶を構成するひとつが「織部」です。しかし、一口に織部といっても様々な色や形の器があります。青織部、志野織部、総織部、赤織部、黒織部、鳴海織部など、色使いや技法にはそれぞれ多様な表情があり、見る者を楽しませてくれます。

赤織部は素地に赤土を使い、器全体が赤く発色したものです。赤織部千鳥絵小鉢は、鉄釉で直線や波線を描き、一部白泥により配色します。器の内面に描かれた千鳥とともに、奇抜で斬新なデザインがとても印象的です。

素地として赤土と白土をつなぎ、一つの器に仕上げたものを鳴海織部といいます。緑釉をかけた白土の部分と、赤土の発色との対比をねらっています。器の内面にススキを、外面には縞の模様を描いています。配色、絵文様、器の形といった要素が共鳴し、ひとつの見事な器として完成しています。

いずれも、可児郷土歴史館で展示しています。



赤織部千鳥絵小鉢  
(あかおりべちどりえこぼち)



鳴海織部薄絵向付  
(なるみおりべすきえむこうづけ)

問合せ 可児郷土歴史館

市民がおすすめする  
早寝、早起き、朝ごはん  
簡単! 朝ごはんレシピ  
Vol.29

## 洋風おじや

### 【材料 (4人分)】

冷ご飯	250g
水	750ml
コンソメ顆粒	小さじ2
塩・こしょう	少々
レタス	100g
シメジ	60g
玉ネギ	60g
ニンジン	40g
ベーコン	40g

### 【作り方】

- ① レタスはざく切りにする。
- ② シメジは石づきを取り、大きいものは半分に切る。玉ネギはざく切りにし、ニンジンは3~4mm幅のいちょう切りにする。ベーコンは細切りにする。
- ③ 冷ご飯はほぐしておく。
- ④ 鍋に水、コンソメ顆粒、②を入れ、ニンジンが軟らかくなるまで煮る。
- ⑤ レタスを加えて緑色に変わったら、③を入れて2分ほど煮る。塩・こしょうで味を調える。



### コメント・ポイント

冷蔵庫にあるものでバツと作れる、体の温まる優しいおじやです。これからの季節にいかがですか。

考案者: 奥村美保子さん (広見)

### 【栄養成分 (1人あたり)】

エネルギー: 164kcal たんぱく質: 3.7g  
カルシウム: 14mg

問合せ 健康増進課

## 生き生き健康コラム Vol.16

## 肥満は糖尿病のもと! ~11月10日から16日は全国糖尿病週間~

食欲の秋、スポーツの秋…。秋はおいしい食べものや、運動会などの体を動かす行事がたくさんある季節です。「よく食べ」「よく動き」のバランスがとれていれば問題ないですが、「よく食べ」の方が多いと、余分なカロリーが体に蓄積され、肥満の原因となります。

肥満には内臓脂肪型肥満と皮下脂肪型肥満の2つのタイプがありますが、特に内臓脂肪型の場合、内臓脂肪がインスリンの働きを低下させ、高血糖を起し、糖尿病を発症する恐れがあります。「あと一口…」と思っても、腹八分目でとどめる意志を持てるよう努力しましょう。

今回は、肥満を予防するためのポイントをご紹介します。できることから実践しましょう。

- ・毎日体重計に乗りましょう (できれば朝晩2回)
- ・歩こう可児 302 (1回30分、週2回を目標としたウォーキング) を実践しましょう
- ・朝食は抜かず、1日3食きちんと取りましょう
- ・夕食が遅くなる場合は、夕方に軽めの食事をして、夕食は控えめにしましょう
- ・よくかんで食べましょう (1口に30回)
- ・外食なら定食メニューを選びましょう
- ・野菜は1日350g食べましょう (野菜料理5皿程度)
- ・アルコールの飲みすぎに注意しましょう (1日の目安: 日本酒1合またはビール500ml)
- ・甘いもの、脂っこいものはほどほどにしましょう



問合せ 健康増進課