



じゃがいも



主な栄養素

(100g中) ※1回使用量…100～150g

- ・エネルギー……………76kcal
- ・カリウム……………410mg
- ・食物繊維……………1.3g
- ・ビタミンB1……………0.09mg
- ・ナイアシン……………1.3mg
- ・ビタミンC……………35mg

芽の部分や皮が緑色になった部分には、ソラニンという有害成分が含まれているので、きちんと取り除きましょう。芽は包丁の角を使って深めに削り取り、緑の皮は厚めにむいてください。

【調理の秘訣】

主成分はでんぷんで、主食にもなる野菜です。ビタミンCやB1、カリウムなどを多く含み、特にビタミンCの含有量は、畑のリンゴ[®]と呼ばれるほど豊富。じゃがいものビタミンCはでんぷん質に守られ、加熱しても壊れにくいのが特徴です。免疫力を向上させて風邪や夏バテを防いだり、コラーゲンの育成を促して肌を整える効果があります。

ジャガタラ（現在のインドネシア・ジャカルタ）からやってきた「いも」というのが名前の由来です。本格的な栽培が始まったのは明治以降で、北海道が国内生産量の約8割を占めています。ホクホクとした食味の「男爵」と、肉質が緻密でねっとりした「メークイン」の2つが主要品種ですが、現在では色味も食感も様々な種類が開発されています。

南米のアンデス山脈原産のじゃがいもは、紀元前から栽培された歴史の古い作物です。日本へは江戸時代の初期、オランダ船によって長崎に伝えられました。

主な働き

ナトリウムの排出促進……高血圧症予防
 免疫力を高める……風邪予防
 コラーゲンの合成促進……美肌効果

▼栄養と働き

■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>



御簾に菊牡丹模様振袖

【解説】

江戸後期

縮緬／刺繍・型鹿子・白上げ

提供／一般財団法人 J. フロントリテイリング史料館

武家女兒の小裁の振袖。「百花の王」と呼ばれる牡丹と、「高貴」を花言葉にもつ菊、その間を蝶が舞い、御簾がひるがえる。御簾は『源氏物語』など王朝物語を髣髴させる模様として江戸時代に好んで取り上げられた。雅な王朝文化は、いつの時代の女性にも憧憬的であった。ことすら子どもらしさを強調するのではなく、大人の小袖と同じような模様は武家女性の小袖の典型を示している。

次号は、「京名所模様小袖」です。

松坂屋史料室展示の案内

第55回企画展 松坂屋を彩った美人画

会期／2023年8月25日(金)～11月20日(月)

第56回企画展 女性経営者・宇多とその時代

会期／2023年11月24日(金)～会期終了日未定

※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。

シリーズ
こだわり見学記

81

EYE 中区



メニコン シアター Aoi
外観 南西側

取材日時／令和5年10月3日(火) 9時30分～10時30分
取材場所／メニコン本社・メニコンシアターAoi

聞き手／古市晴比彦、岩田加津子、加藤幸博

メニコンシアターAoi

公益財団法人メニコン芸術文化記念財団

町を復活させるランドマーク



メニコン シアター Aoi 舞台から見た客席

メニコン シアターAoi 開館に寄せて



私が脚本の執筆や作詞を手掛けるようになったきっかけは、2008年に開催されたENJIN01(エンジンゼロワン)文化戦略会議オープンカレッジin高知で、講師として参加した際に催されたミュージカル「海とおりとピストラル」に出演したことです。

これまで舞台に立ったことなどありませんでしたが、事務局から出演の依頼をされた中岡慎太郎役をお引き受けしました。私は眼科医ですので医師会の会合の合間を見て東京のスタジオで稽古しました。高知の本番では予想外のスタンディングオベーションに嬉しくて居酒屋で自慢話をしていました。

当時、名古屋は開府四百年で「芸所名古屋は、今や文化不毛の地だ」という話題に及び、台本を書いてミュージカルを創ろうと閃きました。明智光秀を取り上げた『本能寺が燃える』です。初めてでしたので、予算が少なくすむラジオドラマを選択しました。台本を3日で書き上げ、FM愛知に持ち込むと「行ける！」となり連続ドラマとして放送が決まりました。放送後、その年(2010)の第48回ギャラクシー賞ラジオ部門奨励賞と翌年JFN2011企画部門の大賞をいただいて舞台化したいという想いが募り、名古屋能楽堂で公演しました。

HITOMIホールを文化の拠点として2012年に造り、人気も上がってきたところにコロナ禍です。そんな状況のとき、皆様からの様々な要



シアターロビー「あおいのベンチ」
「あおいのベンチ」で毎週火曜日に光の切り絵を投影しています。
月末には加えてロビーコンサートを実施（いずれも無料）。



柿落し公演
歌劇「あしたの瞳」
撮影：杉江 美知隆



「通常の緞帳は400色の糸で作るそうですが、800色を使って色調を大切にしました。照明はエコを考えて、すべてLEDです」
メニコン シアター Aoi 館長の島 英之



メニコン ANNEX HITOMIホール
写真提供：シアター Aoi / HITOMIホール



望と、世の中を明るくしたいという一心で、会社の働き方改革と同時に文化の発信基地としてのシアター Aoi 開館を決断しました。

今の時代、企業が文化に関わることが重要です。名古屋の劇場不足は深刻です。文化のないところに人は集まらず町は廃れます。

文化の興隆は、歴史に紐づいた関連性が求められます。シアター Aoi に隣接する東区の車道は飯田街道と繋がり、北には建中寺と徳川園、また筒井町天王祭も行われている文教区です。それらを上手にリンクさせ、シアターを町づくり復活のランドマークにしたいと舵を切ったのです。

7月開館した「メニコン シアター Aoi」の柿落しは、創業者である父の田中恭一の半生を素材にした歌劇『あしたの瞳』でした。今秋11月からは、大人も子どもも楽しめる宮沢賢治原作をもとに創作した「命」をテーマに『座・高円寺レパトリー』を上演します。

夢は、町の人たちと共に名古屋を盛り上げ、若手アーティストたちがスターになって巣立っていくことです。

公益財団法人 メニコン芸術文化記念財団
理事長 田中 英成

客席数

メニコン シアター Aoi 301席
(うち、車椅子スペース 2席、多目的席 4席)
メニコン ANNEX HITOMIホール 110席

主な主催事業ラインアップ

- 11/18(土) 14:00・19(日) 11:00
座・高円寺レパトリー 子どもから大人まで 演劇
「フランドル農学校の豚-注文の多いオマケ付き-」
- 12/1(金) 18:30・2(土) 14:00・3(日) 14:00
ルドルフ 演劇
「その扉はひとり行く」
- 12/9(土) 開演時間未定
「ナビイチ リーディング×シアター Aoi」
- 12/22(金) 18:45・23(土) 13:00・18:00・24(日) 13:00
ITOプロジェクト 人形劇
「高丘親王航海記」
- 12/27(水) 18:45
広瀬 悦子 (ピアノ) リサイタル 音楽
「ピアノで奏でるシンフォニー」

未来のクラシック音楽の スターを応援しませんか？

クラシック音楽の若手演奏家を発掘し、育成し、支援するプログラム「STAR CLASSICS Academia (スター・クラシックス・アカデミア)」を応援する『賛助会員』を募集しております。

主 催：公益社団法人スター・クラシックス協会
お問合せ：「スター・クラシックス・アカデミア」
賛助会員申し込み受付係
(株)メニコンビジネスアシスト内
<https://star-cla.jp> E-mail: info@star-cla.jp

みんなに笑顔を クラウンがやってきた!

(私)椋山女学園大学附属幼稚園
期日/令和5年7月18日(火)



山中 文 園長(右)、小林 奈美 教頭



主催者あいさつ 鶴岡 一美 専務理事



ラッキー、K



中日新聞 令和5年7月21日



(私)松元幼稚園

令和5年8月3日(木)



川澄 晴子 園長



K、そにお

(市)名古屋第一幼稚園

期日／令和5年8月30日(火)



そにお、K



《クラウン訪問日程》

日時／令和5年5月23日(火)10:00～10:30
会場／(私)しらさぎ幼稚園

日時／令和5年6月19日(月)10:20～11:00
会場／(私)富士文化幼稚園

日時／令和5年7月12日(火)10:10～10:40
会場／(私)学校法人西岡学園 西城幼稚園

日時／令和5年11月14日(火) 10:30～11:00
会場／(公)名古屋二城幼稚園

日時／令和5年6月6日(火)10:00～10:30
会場／(私)天満幼稚園

日時／令和5年6月26日(月)10:00～10:30
会場／(公)名古屋市立春田幼稚園

日時／令和5年7月18日(火) 9:30～10:00
会場／(私)椋山学園大学付属幼稚園

日時／令和5年12月15日(金) 10:20～11:10
会場／(私)ひばり幼稚園

日時／令和5年6月7日(水)10:30～11:00
会場／(公)名古屋市立梅森坂幼稚園

日時／令和5年6月27日(火)11:00～11:30
会場／(公)名古屋市立第二幼稚園

日時／令和5年8月3日(水) 11:00～11:30
会場／(私)松元幼稚園

日時／令和6年3月8日(金) 10:10～10:40
会場／(私)弥富幼稚園

日時／令和5年6月14日(火)11:00～11:50
会場／(私)東桜幼稚園

日時／令和5年6月29日(木)10:00～10:30
会場／(私)高坂幼稚園

日時／令和5年8月30日(火) 10:15～10:45
会場／(公)名古屋第一幼稚園

日時／令和5年6月15日(水)10:00～10:30
会場／(私)同朋幼稚園

日時／令和5年6月30日(金)10:30～11:00
会場／(私)正和幼稚園

日時／令和5年9月28日(水)11:00～11:30
会場／(私)学校法人桜台学園 戸田桜台こども園

新型コロナウイルス感染拡大等の状況により変更または中止となる場合があります。

錦三夏まつりNAKAビアフェス 猛暑のキンサン、キンキンに冷えたビール

日時／令和5年7月28日(金) 17:00~20:30 場所／名古屋市中区東本重町通り

主催／錦三まつり実行委員会
 (公社)名古屋中法人会青年部会・経営研究会
 錦三レジャービール協会
 錦三丁目町内会(室町・東本重町・富沢町・朝日町・針屋町町内会)
 協力企業／アサヒビール(株)、麒麟ビール(株)、サッポロビール(株)、サントリー(株)
 MHD モエヘネシーディアジオ(株)、(株)サカヅコーポレーション (順不同)



開会宣言 経営研究会代表幹事 須田 潤氏



中締め 副代表幹事 竹内 明氏



新旧法人第一統括官を囲んで



錦三丁目支部

安田文吉氏講演「名古屋の歴史」 堀川の屋形船で昼食を楽しむ研修会

日時／令和5年10月10日(火) 10:45～13:00

10:45 ピア納屋橋集合

11:00 屋形船乗船・安田 文吉氏講演

11:45 昼食

13:00 ピア納屋橋着・解散



講師：安田 文吉氏 東海学園大学客員教授、南山大学名誉教授



開会の言葉 竹内副支部長



主催者あいさつ 石原支部長



謝辞 大野副支部長



名古屋発展の礎 福島 正則 公



納屋橋 船着き場の屋形船



御園、栄西、栄東支部合同研修旅行 秋の高山

日時／令和5年10月17日(火) 場所／高山市



辻本旅行実行委員長あいさつ



紅葉が楽しめる赤い中橋

