

### 平成30年度 趣味の教室参加者募集

**期間** 4月1日～平成31年3月31日  
**ところ** 高齢者福祉センター（富安二丁目）  
**対象者** 市内在住で、おおむね60歳以上の人  
**申込方法** 往復はがき（1人1枚）に次の必要事項を記入し、下記問い合わせ先に郵送

**【往信用の裏面】**

郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、電話番号、年齢、希望教室名（囲碁を希望の人は、ご自分の段または級も明記。いけ花を希望の人は、①（午前）か②（午後）を明記）

**【返信用の表面】**

申込者の郵便番号、住所、氏名

**申込期間** 2月1日（木）～3月1日（木）※消印有効  
※応募者多数の場合は抽選。1人1教室とし、複数応募は不可です。定員に満たない教室については3月下旬に再募集します。再募集での重複応募は可能。募集要領は、鳥取市社会福祉協議会にあります。詳しくは下記お問合せ先まで。

教室名	定員	曜日	時間
囲碁	80人	月～土	13:00～
将棋	50人	月～土	13:00～
書道	45人	第2・4火	13:30～
民謡	42人	第2・4金	14:00～
手工芸	35人	第1・3水	13:30～
いけ花	①20人 ②25人	第2・4水	① 9:30～ ② 13:00～
謡曲	30人	第1・3金	13:30～
おどり	25人	第1・3月	13:30～
日本画	36人	第2・4火	9:30～
短歌	30人	第2・4月	13:30～
俳句	20人	第1火	13:30～
表装	50人	第2・4木	13:30～
詩吟	35人	第1・3月	9:30～
陶芸	40人	第1・3木・金、 第4金	13:00～

問 鳥取市社会福祉協議会（富安二丁目104-2）  
☎ 0857-24-3180 ☎ 0857-24-3215

鳥取市高齢者福祉センター以外で行われる教室、気高（陶芸教室）と鹿野（陶芸・木工教室）については、それぞれの総合福祉センターへ直接電話にてお申し込みください。

教室名	ところ	曜日	時間
陶芸	焼き物工房	第2・4木・金	9:00～

問 気高町総合福祉センター（気高町浜村）  
☎ 0857-82-2727 ☎ 0857-82-3171

教室名	ところ	曜日	時間
陶芸	鹿野町総合福祉センター	火～木	9:00～
木工	小鷺河地区公民館	水	午後

問 鹿野町総合福祉センター（鹿野町今市）  
☎ 0857-84-3113 ☎ 0857-84-2453

### 鳥取税務署からのお知らせ

**■申告書の作成・相談を希望される人へ**

申告会場（鳥取市役所南庁舎）の開設期間  
**2月16日（金）～3月15日（木）**  
※土日を除く。ただし2月18・25日（日）は開場。  
※2月15日以前は、申告会場は開設していません。

**■医療費控除の領収書が提出不要となりました**

平成29年分の確定申告から、領収書の代わりに**医療費控除に関する明細書の提出が必要**となりました。  
※医療費の領収書は自宅で5年間保存する必要があります（税務署から求められたときは、提示または提出しなければなりません）。  
※医療費通知を添付すると、明細の記入を省略できます。  
(注)平成29年分から平成31年分までの確定申告については、医療費の領収書の添付または提示によることもできます。

確定申告書は、パソコンだけでなく、スマホ・タブレットからも国税庁ホームページ確定申告書等作成コーナーで簡単に作成できます。

作成コーナー  ※表記のURLは今後変更する場合があります。  
[www.keisan.nta.go.jp](http://www.keisan.nta.go.jp)

問 鳥取税務署 ☎ 0857-22-2141

### ポリテクセンター鳥取 受講生募集（4月期生）

国が実施している公共職業訓練で、再就職に役立つ実践的な知識・技能が習得できます。

**【電気設備技術科】・【CAD / NC加工技術科】**

<b>募集期間</b>	2月16日（金）～3月16日（金）
<b>訓練期間</b>	4月3日（火）～9月28日（金）（6か月）
<b>受講料</b>	無料 ※テキスト代（約1万円）は自己負担です
<b>定員</b>	電気設備技術科 15人 CAD/NC加工技術科 15人
<b>応募方法</b>	受講申込書をハローワークへ提出してください。
<b>選考日</b>	3月22日（木）

問 ポリテクセンター鳥取（鳥取市若葉台南七丁目）  
☎ 0857-52-8802  
<http://www3.jeed.or.jp/tottori/poly/>

### 中電ふれあいホール 2月ギャラリーの案内

2日（金）～7日（水）	◆安木貴郎油彩画展 ～病気を乗り越えて～
9日（金）～14日（水）	◆鳥取県立鳥取養護学校 校外作品展
16日（金）～21日（水）	◆鹿野第二かちみ園いろどり作品展
23日（金）～28日（水）	◆美保地区公民館写真教室作品展

問 中電ふれあいホール（片原一丁目201）  
☎ 0857-22-0354 開館時間：9:30～17:30  
休館日：毎週月曜日・年末年始 ※入館無料

**学ぼう！エコ研修会**  
時 2月26日（月）13:30～ 所 人権交流プラザ 窓 家庭でできる生ごみの減量・堆肥化方法「段ボールコンポ」  
☎ 0796-26-3783  
☎ 0796-26-3785

**山陰海岸ジオパーク再スタート会議**  
時 2月19日（月）13:30～17:00  
所 鳥取市民会館大会議室（掛出町）  
窓 「山陰海岸ジオパークの合言葉を作ろう」をテーマとした講演とワークショップ 料 無料 時 2月12日（月）振）までにメールまたはファクシミリで問い合わせ先まで。  
問 山陰海岸ジオパーク推進協議会事務局（兵庫県豊岡総合庁舎内）  
☎ 0796-26-3783  
☎ 0796-26-3785

スト」など、4R・食品ロスについて  
料 無料 時 2月19日（月）までに問い合わせ先まで。  
問 本庁舎生活環境課  
☎ 0857-20-3218  
☎ 0857-20-3045  
✉ kankyoo@city.tottori.jp

**山陰海岸ジオパークトレイル協議会からのお知らせ**  
問 山陰海岸ジオパークトレイル協議会（鳥取市観光コンベンション協会内）  
☎ 0857-26-0756  
☎ 0857-29-1000  
HP <http://sanin-geotrail.net/>

**「山陰海岸ジオパークトレイルを歩こう」**  
時 3月17日（土）9:00～14:00  
※雨天決行 所 集合場所：渚交流館（若美町牧谷） 窓 「自然に親しみながら歩く」ことを楽しみながら、ジオパークの魅力を感じよう。▽渚交流館・大羽尾展望所・熊井浜コース（歩行距離約5km）▽講師：長谷部雅一さん 員 20人 料 500円（保険代など）※詳しくはホームページをご覧ください。  
「トレイルガイド研修・一歩先へ」  
時 3月18日（日）8:30～15:30  
所 集合場所：渚交流館 窓 現在ガイドをされていて、スキルアップをしたい、山陰海岸ジオパークトレイルの魅力や伝えたいという人への講座。  
▽講師：長谷部雅一さん 員 15人 料 無料

学校給食レシピ vol.20  
**とっとりっ子の「いただきます！」**  
2月19日食育の日 ★「ふるさと鳥取お宝」献立★  
毎月19日食育の日に合わせて、地域で育まれた食材を献立に取り入れ、児童生徒へその地域の産物のすばらしさや、風土・食文化を伝えています。  
問 第二庁舎学校保健給食課 ☎ 0857-20-3372 ☎ 0857-29-0824

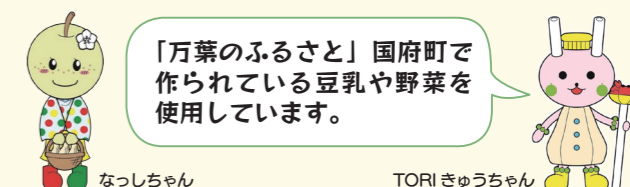
●国府学校給食センター **万葉かす汁**



給食メニュー  
・ご飯  
・牛乳  
★万葉かす汁  
・若鶏肉のから揚げ  
・五目煮豆  
・エクレア

**【栄養士一口メモ】**

万葉かす汁は、豆乳と酒かすを加えた栄養たっぷりでまろやかなかす汁です。酒かすには、おなかの掃除をする働きや、体を温める効果があります。



「万葉のふるさと」国府町で作られている豆乳や野菜を使用しています。

●材料（4人分）●

油揚げ	20g	酒かす	15g
はくさい	150g	豆乳	40g
にんじん	30g	みそ	40g
しめじ	20g	煮干	12g
白ねぎ	30g	水	700cc

- 煮干でだしをとります。
- 酒かすは、①のだし汁を少し加えてペースト状にしておきます。
- 油揚げは、油抜きをしてから短冊5mmに切ります。はくさいは短冊切り、にんじんはいちょう切り、しめじは小房に分けます。
- 白ねぎは小口切りにしておきます。
- ①に③を入れます。
- 材料が煮えたら、火を止めて②とみそを入れます。
- ④と豆乳を入れ、さっと火を加えて仕上げます。

1人分 栄養価	エネルギー タンパク質	63kcal 3.6g	脂質 食塩	2.6g 1.2g
------------	----------------	----------------	----------	--------------