

鳥取市勤労青少年ホーム 教養講座(冬編)受講者募集

問 鳥取市勤労青少年ホーム(吉成三丁目1-3)
☎ 0857-24-1702 ☎ 0857-24-2944
http://www.tottori-shinkoukai.or.jp/kinrou.html

ところ 福祉文化会館 ※開催場所が変更になりました。ご注意ください。

対象 市内居住・勤務の35歳までの勤労青少年
募集期間 12月1日(火)～20日(日)17:00まで
受講料 記載ない場合は無料
その他 申し込み多数の場合は抽選。定員に満たない講座は、12月21日(月)～25日(金)17:00までに電話でお問い合わせください。

教室名	日時(令和3年)	定員
書道教室 (山陰蘭亭書道会)	1月6日～3月10日(水) 計10回 18:30～20:30	20人
バランストレーニング教室 (ヨーガ&ストレッチ編)	1月7日～3月18日(木) 計10回 18:30～20:30	20人
華道教室(池坊) ※受講料9000円	1月7日～3月18日(木) 計10回 18:30～20:30	10人
茶道教室(茶道遠州流) ※受講料1200円	1月8日～3月12日(金) 計10回 18:30～20:30	10人

※開催日時は変更となる場合があります。

リファレンいなば リサイクルファクトリー 12月スケジュール

問 リファレンいなば(伏野2220)
☎ 0857-59-6026 開館時間:10:00～16:00
休館日:月曜日(ただし月曜日が祝日の場合は翌平日)

体験講座	日時	定員	費用
裂き織り	9日(水) 10:00～11:30 13:30～15:00	3人 3人	実費
木工 (干支の置物 丑)	11日(金) 10:00～12:00	5人	100円
クリスマスオブジェ (木の実を使って)	16日(水) 10:00～12:00	5人	100円
マイバッグ (コンビニ用レジ袋)	19日(土) 10:00～15:00	5人	100円
ミニ門松作り (孟宗竹を使って)	24日(木) 10:00～12:00	5人	200円

参加申込 12月1日(火)より受付(先着順)
※持ち物など、詳しくはお問い合わせください。

●年末年始休館日のお知らせ
12月28日(月)～令和3年1月4日(月)

ポリテクセンター鳥取 受講生募集(2月入所生)

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

【ものづくり溶接科(導入訓練コース)】

募集期間	12月4日(金)～令和3年1月5日(火)
訓練期間	令和3年2月2日(火)～8月26日(木) (7カ月)
受講料	無料 ※テキスト代(約1万円)は自己負担
応募方法	ハローワークの窓口でキャリア形成相談の予約をしてください
キャリア形成相談日	令和3年1月13日(水)

ガイナレ鳥取2020 @ Axisバードスタジアム ホームゲームのお知らせ



問 株式会社 SC 鳥取 ☎ 0857-30-3033
J2復帰に向け、みなさんの応援で
ガイナレ鳥取を盛り上げましょう!

試合日程	キックオフ	対戦相手
12月9日(水)	19:00	ブラウブリッツ秋田
12月20日(日)	13:00	ロアッソ熊本

※当月(4日以降)分と、翌月(7日まで)分の情報を掲載しています。

市民伝言板 市民のみなさんの自主的な活動をご紹介します。

被爆75年・映画「爆心 長崎の空」上映会

時:12月20日(日)10:30～、14:00～/所:鳥取県立博物館講堂/容:母を亡くした子と、子を亡くした母がめぐり合い、悲しみを共有しながら生きていくことに希望を見出していく姿を描く。/料:一般 前売1000円(当日1300円)、小中高生 前売500円(当日800円)/連:鳥取コミュニティシネマ ☎ 080-8907-9293 ✉ masuo@jt4.so-net.ne.jp



※2月号に掲載を希望される人は、必要事項を記入し、12月15日(火)までに、ハガキ、ファクシミリ(☎ 0857-20-3040)または電子メール(✉ shihou@city.tottori.lg.jp)で秘書課広報室まで。

紙面の都合により掲載できない場合があります。あらかじめご了承ください。

図書館だより

休館日:毎週火曜日、毎月最終の木曜日

- 中央図書館 ☎ 0857-27-5182 ☎ 0857-27-5192
開館時間 9:00～19:00(土・日曜は17:00まで)
- 気高図書館 ☎ 0857-37-6036 開館時間 10:00～18:00
- 用瀬図書館 ☎ 0858-87-2702 開館時間 10:00～18:00

クリスマスのおはなし会

とき 12月12日(土)14:30～15:20
ところ 駅南庁舎地下第5会議室
講師 ねえよんでの会
内容 パネルシアター、絵本の読み聞かせなど
定員 20組(3歳以上の親子) ※要申込み・先着順

郷土史講演会

とき 12月16日(水)15:00～16:30
ところ 中央図書館多目的ホール
演題 伊能忠敬と鳥取
講師 田中精夫さん(元小学校長・郷土史研究家)
定員 20人 ※要申込み・先着順

※いずれも 申込み・問い合わせ 中央図書館

☆年末年始の休館日について

8ページの「年末年始のお休み」をご覧ください。
☆おねがい 閉館中に本を返却される場合は、時間外返却ポストをご利用ください。紙芝居や大型絵本、CDなどは壊れやすいので、ポストには返さず、閉館中にカウンターへ直接返却してください。



学校給食レシピ vol.34

とっとりっ子の「いただきます!」

問 本庁舎学校保健給食課
☎ 0857-30-8417 ☎ 0857-20-3952

学校給食では、地域で育まれた食材を献立に取り入れ、児童生徒へ地域の産物のすばらしさや、風土・食文化を伝えています。

●第二学校給食センター さわらのゆずみそかけ



学校給食メニュー

- ・菜めし
- ・牛乳
- ★さわらのゆずみそかけ
- ・雨滝ゆばのすまし汁
- ・かぼちゃのそぼろ煮

1人分栄養価

エネルギー	113kcal
タンパク質	10.7g
脂質	5.2g
食塩	1.1g

今月の給食目標:寒さに負けないからだをつくろう

●材料(4人分)●

さわらの切り身	4切れ(1切れ50g)		
塩	1.5g	A	みそ 22g
酒	4g		砂糖 8g
ゆず果汁	10g		みりん 8g
ゆずの皮	少々		酒 8g

- ゆずは皮を千切りにし、果汁を絞っておきます。
- さわらの切り身に塩、酒で下味をつけ、グリルまたはオーブンで焼きます。
- 鍋にAを入れて火にかけ、たれを作ります。
- ③にゆず果汁とゆずの皮を入れて混ぜ合わせ、火を止めます。
- 焼いたさわらに④をかけます。

【栄養士-ロメロ】 さわやかな香りのゆずを皮ごと使った一品です。日本では古くから、冬至の日ゆず湯につかって健康を願う習慣があり、今年の冬至は12月21日です。ゆずにはビタミンCが多く含まれており、風邪の予防や疲労回復、肌荒れの予防などに効果があります。