



地域コミュニティ広場完成祝賀会

輝く中山間地域シリーズ⑨

鹿野町 紺屋町・ひまわり団地集落
地域資源を活かした
コミュニティ広場の整備

鹿野町にある紺屋町とひまわり団地集落では、子どもの遊び場や地域の住民が運動するための広場がありませんでした。そこで、20年近く使われていなかった旧鹿野町ゲートボール場を、市の「輝く中山間地域創出モデル事業」を活用して住民自ら再整備し、原野状態だった広場が両集落の住民が集うことのできる地域コミュニティ広場として生まれ変わりました。

平成24年7月16日には完成祝賀会を開催し、約70人が流しそうめんやカレー、焼きそばなどを囲みました。広場は両集落に隣接しており、今後の利用について話し合うなど、この作業を通じてお互いの集落の交流も深めることができました。



両集落による共同作業

これからも手入れを続け、子どもの遊び場やミニ・グラウンドゴルフ場など、地域全体での健康増進や四季に応じたイベント開催などに活用していきます。

問い合わせ先

鹿野町総合支所 地域振興課
TEL 0857-84-2011

つ・ぶ・や・き

◆気づけばもう12月。今年もあとひと月で終わりです。年を取るにつれ、一年が終わるのが本当に早く感じます。この時期になると話題になるのが今年を表す漢字1字。みなさん、どんな漢字を思いつかれたでしょうか?私は「忙」。特別なことは何もしてないのですが、なんだか忙しい一年でした。来年はもう少し余裕が持てたらいいなと思います。(i.n)

◆クールピズが終わり、落ち葉が目立ち始め、ひとつ歳をとりました。気付けば布団にくるまったまま目覚める朝を迎えています。秋を感じる間もなかったような。季節は冬。鍋物がおいしい季節です!近年しし肉を食べる機会が多いのですが、僕はすき焼きにするのが大好きです。脂の甘みとタレの甘辛さが絶妙なバランス。鍋全体の味を引き立てます。もう箸が進むこと進むこと(Tel.)

〒680-8571 市役所本庁舎秘書課広報室

TEL 0857-20-3132 FAX 0857-20-3056

MAIL kouhou@city.tottori.lg.jp

簡単にできるきのこ料理を、
8回シリーズで紹介します。

食生活改善推進員連絡協議会 国府支部

きのこ料理編 Vol.4

きのこたっぷりおから煮



材料(4人分)

| | | | |
|-------|------|---------|---------------|
| おから | 200g | サラダ油 | 大さじ2 |
| 干しいたけ | 3枚 | 粒コーン | 大さじ1(15g) |
| しめじ | 60g | だし汁 | 150ml |
| エリンギ | 2本 | しいたけ戻し汁 | 30ml |
| にんじん | 30g | A { | しょうゆ 大さじ1・1/2 |
| 油あげ | 1枚 | | 酒 大さじ2 |
| ちくわ | 1/2本 | | 砂糖 大さじ2 |
| 青ねぎ | 3本 | | みりん 大さじ2 |
| 牛乳 | 80ml | | |

- 干しいたけは水でゆっくり戻して、汁は取っておく。
- きのこ類は薄切りにする。
- 油あげは油抜きし、粗みじんにする。ちくわは半月切りにする。
- にんじんは細切り、青ねぎは小口切りにする。
- 鍋にサラダ油を入れてにんじんを炒め、①、②、③を入れて炒める。
- ⑤にだし汁、しいたけの戻し汁を入れて煮ながらあくを取る。
- 材料が煮えたらAの調味料を入れ、牛乳も加える。
- ⑦におからを入れて混ぜながら煮、焦げつかないように水分を飛ばして炒り上げる。最後に青ねぎを加え余熱で火を通す。
- 盛りつけたら、別ゆでたコーンを上からふりかける。

1人分
エネルギー 177kcal
たんぱく質 6.1g
脂質 9.5g
塩分 1.3g

一口メモ…きのこ(しめじ、エリンギ)は大きめに切ると、歯ごたえが良くシャキシャキ感が残ります。

《食育コーナー》～かぼちゃパワーで風邪予防～

昔から冬至にかぼちゃを食べると風邪をひかないと言われていました。かぼちゃには肌や粘膜を丈夫にし、抵抗力をつけてくれる栄養素のカロテンが多く含まれています。

読者プレゼント

「とっとり市報」へのご意見、ご感想をお寄せください。
抽選で5名様にプレゼントします。

梨入り焼き肉のたれ 200ml・完熟トマトのケチャップ 300g



梨入り焼き肉のたれ・
完熟トマトのケチャップ 1本ずつ

《梨入り焼き肉のたれ》

梨の果肉が肉の旨味を引き出します。野菜炒めに、豆腐に、いろいろな食べ方でどうぞ!

《完熟トマトのケチャップ》

夏の太陽をたっぷり浴びたトマトで作りました。一度食べたなら忘れられない味です。

【賞品提供】 福部アイデア館ほのほのグループ
TEL 0857-75-2561

応募方法 ハガキまたは電子メールに住所・氏名・電話番号・年齢を明記のうえ、「とっとり市報」を読んだ感想やご意見を添えて右記までお送りください。

※同じ名前での応募は1通として受け付けます。

締切 12月20日(木)(当日消印有効)

応募先 〒680-8571 鳥取市役所秘書課広報室
MAIL shihou@city.tottori.lg.jp

「とっとり市報読者プレゼント」係

※本市ホームページからもご応募いただけます(トップページの「市政と広報」から入ります)。

※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

※応募されたみなさんの個人情報は、プレゼントの発送にのみ使用します。