

### 第3回鳥取グルメ「塩鯖」料理コンテスト 最優秀作品

問 第二庁舎経済・雇用戦略課 ☎ 0857-20-3249 0857-20-3046

とっとり・因幡の塩鯖を考える会では、2013年から「因幡の塩鯖料理コンテスト」を実施。その最新版15年の表彰作品をご紹介します！

#### ■丼部門

##### さっぱりさわやか塩鯖丼

★岡村一美さん、隆世さん、彩芭さん（鳥取市）



#### 材料(4人分)

塩鯖	1尾	ショウガ	1かけ
生卵	小4個	みりん	大さじ1.5
青じそ	12枚	白ごま	大さじ4
梅干し	4個	しょう油	大さじ1.5
ご飯	2合分		

#### 作り方

- 温泉卵を作る（生卵をたっぷりの沸騰した湯に10分つける）
- ショウガをすりおろし、みりと合わせる。
- 塩鯖は4切に切り、②に漬けてフライパンで焼く。
- 青じそを千切りにする。
- 梅干しは包丁でたたいてペースト状にし、しょう油と合わせる。
- 丼にご飯をよそい、丼ごとに白ごま大さじ1をふりかけ、④⑤を好みの量でのせる。

#### ■親子部門

##### 焼塩鯖の南蛮漬け

★坂本綾子さん、葵さん、桂さん、真之さん（鳥取市）



#### 材料(4人分)

塩鯖	1尾	◎漬け汁(A)	◎薬味(B)
しょう油	大さじ1	白ネギ	1本
酒	大さじ3	人参	約5センチ
酢	大さじ3	甘長とうがらし	3本
水	大さじ3	らっきょう甘酢漬	10粒
らっきょう甘酢汁	大さじ3		

#### 作り方

- Aを小鍋に入れて沸騰させる。（好みで砂糖、タカノツメを入れてもよい）
- Bは全て細切りにして、Aに加え再び沸騰したら火を止める。
- 塩鯖を焼いて、ひと口大に身をほぐし②をかける。
- 冷蔵庫で冷やして完成。

#### ■創作部門

##### 塩サバの油あげピザ

★池田良恵さん（鳥取市）



#### 材料(4人分)

油あげ	長方形4枚	◎豆腐ソース	
塩サバ	1尾	豆腐	1丁
チーズ	適量	みそ	大さじ2
野菜(ナス、エリンギ、ミニトマト、青じそ(または白ネギ))		砂糖	小さじ2
		ニンニク	適量(チューブタイプふた絞り)
		粗挽きコショウ	

#### 作り方

- 豆腐を水切りして、手で砕き、調味料と混ぜ合わせる。
- 油あげは広げて三角形に切り、それを4等分する。
- オープンシートの上に、カットした油あげを並べる。
- ③に①の豆腐ソース、野菜、塩鯖、チーズの順にのせる。
- ④をオーブントースターで約15分焼く。

### 人権擁護委員が委嘱されました

問 本庁舎人権推進課

☎ 0857-20-3143 0857-20-3052

橋本佐恵子さん（平成27年10月1日発令 新任）鳥取市  
人権擁護委員は、法務大臣が委嘱した民間の人たちです。この制度は、様々な分野の人たちが、地域の中で人権思想を広め、住民の人権が侵害されないように配慮し、人権を擁護していくことが望ましいという考えから設けられたものであり、諸外国にも例を見ないものです。

### 第58回鳥取市民体育祭総合成績

問 第二庁舎生涯学習・スポーツ課

☎ 0857-20-3371 0857-20-3364

第58回鳥取市民体育祭は、全19種目で熱い戦いが繰り広げられました。総合成績上位6位までの結果は次のとおりです。ご参加ありがとうございました。

順位	Aグループ	Bグループ	Cグループ
1位	浜坂校区	津ノ井校区	修立校区
2位	美保南校区	中ノ郷校区	明治校区
3位	末恒校区	宮ノ下校区	倉田校区
4位	城北校区	富桑校区	遷喬校区
5位	醇風校区	大正校区	瑞穂校区
6位	面影校区	明德校区	東郷校区

成績の詳細は、市公式ホームページをご覧ください。

### 知っていますか？お酒の適量

問 中央保健センター 健康づくり係

☎ 0857-20-3194 0857-20-3199

お酒の適量は、純アルコールで**1日平均20g程度**です。  
※純アルコール量=アルコール度数(度数/100)×量(ml)×0.8



※商品によって異なりますので、「栄養成分表示」を確認してください。

#### 飲酒量を減らすコツ

- 飲酒しない曜日を定める
- 空腹に飲まない・食事で満足する
- 飲酒した日・量を意識する
- グラス・缶のサイズを小さくする
- お酒以外でのリラックス・気分転換をみつける



### 市立保育園・幼稚園臨時職員募集

問 駅南庁舎児童家庭課

☎ 0857-20-3462 0857-20-3405

募集職種 臨時職員

- ▷保育園：保育士、看護師、調理員
- ▷幼稚園：教諭
- ▷子育て支援センター 担当者

募集案内 12月1日(火)～平成28年1月22日(金)  
駅南庁舎1階総合窓口、本庁舎1階総合案内所、各総合支所地域振興課で配布

受付期間 12月14日(月)～平成28年1月22日(金)

受付場所 駅南庁舎児童家庭課窓口

\*詳しくは、募集案内または本市公式ホームページをご覧ください

### 鳥取市職員(非常勤・臨時的任用職員)募集

問 本庁舎職員課 ☎ 0857-20-3107 0857-20-3040

募集区分

- ①非常勤職員(任用期間：平成28年4月1日(予定)～平成29年3月31日)
- ②臨時的任用職員(任用期間：平成28年4月1日(予定)～6カ月以内)

受付期間 11月17日(火)～12月15日(火)

試験日 平成28年1月下旬予定

受験案内 市役所本庁舎1階総合案内、駅南庁舎総合窓口、各総合支所など

※詳しくは受験案内をご覧ください。

### 保健所は無料・匿名でエイズの検査をしています

問 鳥取保健所 ☎ 0857-22-5694

検査はかんたんです

【検査日】毎週月曜日(祝日の場合、翌日実施(ただし、祝日の場合を除く))13:30～15:30 ※要予約

【休日夜間検査】※予約不要

12月7日(月)18:00～20:00

12月12日(土)13:30～15:30

【検査内容】

HIV(迅速検査または通常検査)・肝炎ウイルス・風しん抗体価(無料対象者)

ところ 鳥取保健所(江津730)

#### 鳥取市関西情報発信拠点

#### 「ととりのまんま」オープン1周年記念イベント

問 本庁舎広報室 ☎ 0857-20-3159 0857-20-3056

12月12日にオープン1周年を迎えます。この1年、多くのおお客様にご利用いただき、本市の魅力を発信してきました。当施設では、オープン1周年を記念して、商品割引サービスや市特産品が当たる抽選会など、楽しいイベントを開催しますので、是非ご来店ください。

開催期間 12月4日(金)～25日(金)10:00～20:00

ところ 大阪市北区中之島  
中之島フェスティバルタワー(地下1階)

