

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。

第27回鳥取工芸の会での体験教室

●陶芸体験/時:8月1日(水)/容:ペンダント作り2個(90分)/員:各12人/料:1500円
●竹工体験/時:8月2日(木)/容:六つ目編小籠(120分)/員:各4人/料:2000円
●織体験/時:8月3日(金)/容:原始機でキーホルダー作り(120分)/員:各6人/料:1000円
●木工体験/時:8月4日(土)/容:薪から作る木のスプーン(180分)/員:5人 ※小学生以下は保護者同伴/料:2000円
所:鳥取ガスグループショールームサルーテ/時:10:00~14:00(木工のみ10:00~1部のみ)
/連:下村 ☎0857-30-2020

明治維新150年記念映画

戊辰の魁 ~鳥取藩十三番隊山国隊~ 完成上映会

時:8月19日(日)13:00~16:00/所:鳥取県立博物館講堂/容:2012年から制作し続けてきた維新の魁~鳥取藩飛翔~最終話、エピソード10「戊辰の魁~鳥取藩十三番隊山国隊~」が完成。戊辰戦争で鳥取藩に属して共に戦い、錦旗を警衛しながら演奏した官軍の軍楽を今に伝えている「京都山国隊」の活躍を描いた映画。/料:無料/連:鳥取歴史振興会 森本 ☎070-5676-0593

「はり・きゅう・マッサージの日」イベント

時:8月26日(日)10:00~15:00/所:とりぎん文化会館/容:公開講演会、無料相談、無料体験など ※はり・マッサージ体験は要事前予約(8日(水)まで)/料:無料/連:(公社)鳥取県鍼灸マッサージ師会事務局 ☎0857-22-7598 ☎0857-30-0115

国際ソロプチミスト鳥取 チャリティーコンサート

時:8月26日(日)14:00~/所:とりぎん文化会館梨花ホール/容:「美しき日本の歌・世界の歌」▷出演:多田羅迪夫・嘉目真木子・市川浩平/料:全席自由3500円/連:国際ソロプチミスト鳥取事務局 ☎0857-26-3466 ※この事業の収益金は全額社会奉仕事業に充当します。

鳥取市アートスタート活動支援事業

0~6才児の親子のためのはじめての音楽会 「はじめてのピアニカコンサート」公演

時:9月2日(日)11:00~11:40/所:とりぎん文化会館小ホール/容:初めて聞くピアニカの音色と鳥取市出身のピアニストによる特別なコンサート/対:0~6才の未就学児とその保護者/員:先着50組/料:1組1000円/連:鳥取おやこ劇場 ☎0857-24-6680・070-5050-0850(水~金10:00~15:00)

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。

※10月号に掲載を希望される人は、必要事項を記入し、8月15日(水)までに、ハガキ、ファクシミリ(☎0857-20-3056)または電子メール(✉shihou@city.tottori.lg.jp)で秘書課広報室まで。

梨のご注文は「とっとり市」へ!

ネットでもファクシミリでも
お手軽にご注文できます



鳥取市公式インターネットショップ「とっとり市」では、今年も二十世紀梨を始め、県外で大人気の新甘泉など、農家自慢の梨を各種取り揃えました。

鳥取の採れたての美味しい梨を買いだ、贈りたいという方は、是非、インターネットショップ「とっとり市」をご利用ください。

また、期間限定で、梨の事前予約をファクシミリで受付します。ファクシミリでの事前予約につきましては、とっとり市カスタマーセンターまでご相談ください。

☎ <http://tottori-ichi.jp/>

とっとり市 検索



☎ 第二庁舎経済・雇用戦略課
☎0857-20-3222 ☎0857-20-3046
☎ とっとり市カスタマーサポートセンター
☎0857-54-1952 ☎0857-29-1000
✉ support@tottori-ichi.jp

鳥取市ボランティア・市民活動センターの案内

はじめてみませんか?ボランティア入門講座

| | |
|----|--|
| とき | 8月2日(木)10:30~11:45 8月25日(土)10:30~11:45 8月27日(月)14:00~15:15 |
| 内容 | ボランティアの基本的知識、募集情報紹介、NPOについてなど ※要予約 |

市民活動のための助成金相談会

| | |
|----|--|
| とき | 8月21日(火)10:00~11:30 8月30日(木)18:30~20:00 |
| 内容 | 助成金の探し方、申請方法、助成金情報の紹介など ※1団体(個人)の相談時間は45分まで・要予約 |

NPOなんでも相談会

| | |
|----|--|
| とき | 8月7日(火)10:00~11:30 |
| 内容 | 団体の立上げ、組織運営、協働事業、その他NPOに関することなど ※1団体(個人)の相談時間は45分まで・要予約 |

所 さざんか会館1階(富安二丁目104-2)
市民活動拠点アクティブとっとり
☎ 鳥取市ボランティア・市民活動センター
☎0857-29-2228
☎ <http://www.tottoricity-syakyo.or.jp/tvc/>

70歳以上で医療費が高額になった場合の自己負担限度額が変わります



70歳以上の自己負担限度額(月額)

| 区分 | 所得要件 | 外来(個人単位) | 外来+入院(世帯単位) |
|-----------|----------|---|----------------------------|
| 平成30年7月まで | 現役並み所得者 | 課税所得145万円以上 57,600円 | 80,100円+(総医療費-267,000円)×1% |
| 平成30年8月から | 現役並み所得者Ⅱ | 課税所得690万円以上 252,600円+(総医療費-842,000円)×1% 【多数回該当140,100円】 | |
| | 現役並み所得者Ⅰ | 課税所得380万円以上690万円未満 167,400円+(総医療費-558,000円)×1% 【多数回該当93,000円】 | |
| | 現役並み所得者Ⅰ | 課税所得145万円以上380万円未満 80,100円+(総医療費-267,000円)×1% 【多数回該当44,400円】 | |
| 平成30年7月まで | 一般所得者 | 住民税課税世帯で課税所得145万円未満 14,000円 ※8~7月累計上限144,000円 | 57,600円 【多数回該当44,400円】 |
| 平成30年8月から | | 18,000円 ※8~7月累計上限144,000円 | |
| 変更なし | 低所得者Ⅱ | 住民税非課税世帯 区分Ⅱ | 8,000円 |
| | 低所得者Ⅰ | 住民税非課税世帯 区分Ⅰ | 8,000円 |

※多数回該当欄は、過去12か月に同じ世帯で高額療養費の支給が4回以上あった場合の4回目以降の限度額。
※現役並み所得者は、一部負担金の割合が3割の人。
※一般所得者は、現役並み所得者、低所得者のいずれにも該当しない人。
※区分Ⅰは、住民税非課税世帯で、その世帯の各所得が必要経費・控除(年金の所得額は控除額を80万円として計算)を差し引いたときに0円となる人。
※区分Ⅱは、住民税非課税世帯で、区分Ⅰ以外の人。

【高齢受給者証の交付について】

国民健康保険(国保)に加入している70歳以上の人(基

準日は8月1日)に自己負担割合などが記載された「高齢受給者証」を7月下旬に世帯主宛に郵送しています。

【現役並み所得者Ⅰ、Ⅱの人】

現役並み所得者の自己負担割合が細分化されたことにより、これまでの低所得者に加え、現役並み所得者Ⅰ、Ⅱの人で1か月の医療費が限度額を超える場合は「高齢受給者証」と併せて「限度額適用認定証」の提示が必要となりますので国保窓口で申請してください。

☎ 駅南庁舎保険年金課国民健康保険係
☎0857-20-3485 ☎0857-20-3407

学校給食レシピ vol.22

とっとりっ子の「いただきます!」

9月19日食育の日★「とっとりふるさと探検」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、児童生徒へ地域の産物のすばらしさや、風土・食文化を伝えています。本市では、じゃがいもやたまねぎ、干両なすなどの計画栽培に取り組み、地域と連携した食育の推進を図っています。

☎ 第二庁舎学校保健給食課 ☎0857-20-3372 ☎0857-29-0824

●第一学校給食センター

マカロニと梨のミートソース炒め



給食メニュー
・大山小麦コッパパン ・牛乳
・チキンカツ ・ベジタブルスープ
★マカロニと梨のミートソース炒め

1人分 栄養価
エネルギー 74kcal 脂質 2.4g
タンパク質 3.6g 食塩 0.4g

佐治町の豊かな自然の中で育った「梨」を使ったレシピを紹介します。



●材料(4人分)●

| | | | |
|------|------|---------|------|
| 牛ひき肉 | 20g | キャノーラ油 | 1.2g |
| 豚ひき肉 | 32g | 梨ピューレ | 8g |
| にんにく | 0.8g | ケチャップ | 24g |
| たまねぎ | 130g | ウスターソース | 8g |
| マカロニ | 24g | タバスコ | 少々 |
| | | 塩 | 0.4g |

- ① にんにくはみじん切り、たまねぎは縦半分にして、薄切りにしておきます。
- ② マカロニは固めにゆでておきます。
- ③ キャノーラ油でにんにく、牛ひき肉、豚ひき肉を炒め、火が通ったら、たまねぎを加えて炒めます。
- ④ ③にAを加えて煮込み、味を調えたら②を加えて炒めて仕上げます。

【栄養士一〇メモ】

梨には、夏バテなどの疲労回復や、咳止めや解熱の効果があります。佐治町産の梨を煮つめて作ったピューレは、給食のカレーシチューや炒めものたれ、ソースとして大活躍です。また、さっぱりとした口当たりの梨シャーベットにも加工されています。