

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。

【CAD/NC加工技術科】
【電気設備技術科(職場体験付き)】

募集期間	2月15日(金)～3月14日(木)	
訓練期間	4月2日(火)～9月30日(月)(6か月)	
受講料	無料 ※テキスト代(約1万円)は自己負担です	
定員	CAD/NC加工技術	15人
	電気設備技術科(職場体験付き)	15人
応募方法	受講申込書をハローワークへ提出してください。	
選考日	3月20日(水)	

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

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。



絵本とおもちゃの修理

時: 2月10日(日) 9:30～13:00 / 所: 中電ふれあいホール2階 / 容: 毎月1回、中電ふれあいホールで、やぶれた絵本・こわれたおもちゃの修理をします。※予約不要 / 料: 無料 / 連: 岩田 ☎ 090-3637-0879

鳥取おやこ劇場 おやこバザー

時: 2月16日(土) 11:00～14:30 / 所: とりぎん文化会館展示室・フリースペース / 容: 日用品や古着のリサイクルバザー、手作り品、工作・ゲームコーナー、カフェコーナー、こどもふろしき市、ミニステーションなど / 連: 鳥取おやこ劇場事務局 ☎ 0857-24-6680

鳥取市むつみカレッジ生徒募集 平成31年度(4月1日～翌年3月31日)

容: 生徒募集 ※学習概要ガイダンスは、「輝なんせ鳥取」(福祉文化会館3階)カウンターに設置しています。 / 受付: 2月16日(土) 10:00～12:00 福祉文化会館4階ロビー / 連: 鳥取むつみカレッジ事務局 ☎ 090-8710-0340 (小林) お気軽にお越しください。

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。

※4月号に掲載を希望される人は、必要事項を記入し、2月15日(金)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。

平成31年度 趣味の教室参加者募集

と き 4月1日～翌年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、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(金)～3月1日(金) ※消印有効
※応募者多数の場合は抽選。1人1教室とし、複数応募はできません。定員に満たない教室は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	①午前20人 ②午後25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 鳥取総合福祉センター
☎ 0857-27-3338 ☎ 0857-37-0112

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	気高町焼き物工房	第2・4木・金	9:00～
木工	鹿野町老人福祉センター	火～木	9:00～
木工	鹿野町老人福祉センター	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

鳥取市ボランティア・市民活動センターの案内

ボランティア・市民活動に対する支援や相談、さまざまな情報提供を行っています。お気軽にセンターへお越しください。
※詳しくはセンターへお問い合わせください。

■今月の講座・相談会

はじめてみませんか?ボランティア入門講座 ※要予約	
と き	2月 1日(金) 10:30～11:45 2月 9日(土) 10:30～11:45 2月21日(木) 14:00～15:15
市民活動のための助成金相談会 ※要予約	
と き	2月21日(木) 10:00～11:30 2月27日(水) 18:30～20:00
NPOなんでも相談会 ※要予約	
と き	2月13日(水) 10:00～11:30

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
問 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/

学校給食レシピ vol.25 とっとりっ子の「いただきます!」

2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、干向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。

問 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 親がにのスープ



給食メニュー	1人分栄養価
・ご飯 ★親がにのスープ ・ほうれんそうのアーモンド炒め	エネルギー 34kcal タンパク質 4.4g
・牛乳 ・若鶏肉のから揚げ	脂質 0.5g 食塩 0.9g

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(駅南庁舎地階)の開設期間
2月18日(月)～3月15日(金)
受付時間: 8:30～16:00
相談時間: 9:00～17:00
※混雑状況によって16:00以前に相談受付を終了する場合があります。
※土日を除く。ただし、2月24日(日)、3月3日(日)は開場。
※2月17日(日)以前は、申告会場は開設していません。

■e-TAX(イータックス)の利用手続きがより便利になります
①マイナンバーカード方式で送信する。
②ID・パスワード方式で送信する。
※IDとパスワードは、税務署で職員と対面による本人確認を行った後に発行されます。発行を希望される方は、本人確認書類をお持ちのうえ、お近くの税務署にお越しください。
※ID・パスワード方式は暫定的な対応です。お早めにマイナンバーカードの取得をお願いします。

☆スマホ×確定申告
スマート申告が始まります

問 鳥取税務署 ☎ 0857-22-2141

鳥取港で水揚げされた親がにのスープを紹介します。



●材 料(4人分)●			
親がに	80g	干しいたけ(スライス)	2.4g
白ねぎ	40g	水	800ml
にんじん	40g	コンソメ顆粒	4g
チンゲンサイ	40g	うすくちしょうゆ	20g
もやし	120g	こしょう	少々
しょうが	1.6g		

- ① 白ねぎは小口、にんじんは短冊、チンゲンサイは1.5センチ、もやしは食べやすい大きさに切り、しょうがはすりおろし、干しいたけは戻しておきます。
- ② 親がにには洗って、食べやすい大きさに切ります。
- ③ 鍋に親がにを水から入れて火にかけ、沸騰したらあくをとり、にんじん、干しいたけ、もやし、しょうがを入れて煮ます。
- ④ やわらかくなったら、チンゲンサイと白ねぎを入れ、Aを入れて調味します。

【栄養士-口コミ】かにはタウリンが含まれているので肝臓の機能を強化します。野菜などの食物繊維と一緒にとると相乗効果が高まります。