

各施設催し物のご案内

お城山展望台 河原城

河原町谷一木 1011 ☎ 0858-85-0046 ☎ 0858-85-1946
 入館料 一般 300円、18歳未満・65歳以上無料
 開館時間 9:30～17:00 ※入館は閉館時刻の30分前まで
 休館日 1・8・15・22・29(月)

戦国イベント第2弾 河原城攻略ゲーム・其の式

戦国謎解きゲーム。受付で申し込み専用アプリをダウンロードして開始。タイムトライアルで優勝者は後日ホームページで発表し賞金・副賞は郵送。

とき 11月28日(日) 10:00～16:00
 ※時間内に自由参加

ところ 河原城・中央公園

定員 なし ※申し込み入館時は入場制限あり

参加料 500円 ※先着100人に記念品進呈

青谷上寺地遺跡展示館

青谷町青谷 4064 ☎ 0857-85-0841 ☎ 0857-85-0844
 入館料 無料 開館時間 9:00～17:00 ※最終入館 16:30
 休館日 1(月)、4(木)、8・15(月)、24(水)、29(月)

つくろう勾玉! かつせき勾玉

滑石という削りやすい石を削り、染料で好きな色に染めてオリジナルの勾玉作り。



とき 12月5日(日)
 9:30～、13:30～

対象 年中以上(小学校3年生以下は保護者同伴)

定員 各回10人 ※要申込み

参加料 一般400円、高校生以下無料

※詳しくはホームページ・チラシをご覧ください

鳥取市民会館

掛出町12 ☎ 0857-24-9411 ☎ 0857-24-9412
 休館日 16(火)

自主事業 続・音楽で楽しむ世界旅行

大阪国際室内楽コンクール優勝者によるコンサート。

とき 11月12日(金) 19:00～21:00

入場料 【全席指定】一般 2000円
 大学生以下 1000円

※当日割増なし、未就学児入場不可

【プレイガイド】鳥取市民会館、鳥取市文化センター、とりぎん文化会館、ローソンチケット

自主事業 映画「ずぶぬれて犬ころ」上映会

とき 11月23日(火祝)
 10:00～11:40、13:30～15:10

入場料 【全席自由】一般 1000円
 小中高生 500円

※当日各300円増、未就学児入場不可

【プレイガイド】鳥取市民会館、鳥取市文化センター、とりぎん文化会館、鳥取県立博物館売店

マスク着用や手指消毒、
 体温測定など、感染症対策に
 ご協力をお願いシマス



★トットリ氏★

★11月13・14日(土・日)は「関西文化の日」協賛として、入館無料になる施設があります。詳しくは各施設にお問い合わせください。

パレットとっとり 市民交流ホール

弥生町 323-1 ☎ 0857-39-2555 ☎ 0857-39-2550
 開館時間 9:00～22:00 (18:00以降は予約時のみ)
 休館日 11月は休館しません

0歳からのマジックと音楽と絵本の親子コンサート

親子で一緒に生の音楽、生の読み聞かせを楽しむコンサート。

とき 11月12日(金) 10:30～11:30

定員 60人 ※要申込み

入場料 大人(18歳以上) 1000円
 子ども(0歳から) 500円

僕らのレコジャケ展

鳥取の音楽を愛する人、レコードを愛する人たちによる選りすぐりのレコードジャケットを展示。持ち込み展示コーナー(持ち込み条件あり)もあり。

とき 11月19日(金)～23日(火祝)
 10:00～18:00(最終日は16:00まで)

入場料 無料

城下町とっとり交流館 高砂屋

元大工町1 ☎ 0857-29-9024 ☎ 0857-29-9039
 入館料 無料 開館時間 9:00～17:00
 休館日 1・8・15・29(月)

鳥取市歴史博物館出張展示

山本静子イラストパネル展

～おばあちゃんの見た大正・昭和のとっとり～

大正から昭和にかけての懐かしいイラストをパネルで展示。

とき 11月20日(土)～
 令和4年1月30日(日)



雨宿り(鳥取市歴史博物館所蔵)

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10回 鳥取まちゼミ テーマは「SDGs」

時:11月1日(月)～30日(火) / 所: 中心市街地商店街のお店 / 容: 各商店が講師となり、予約制で講義・実技体験を53講座開催。「おもてなしまちゼミ」も同時開催 ※詳しくはチラシ・Facebookをご覧ください。 / 料: 無料(材料費実費) / 連: まちづくりレディース鳥取 渡辺(絹の館さーびす) ☎ 0857-22-8315 (定休日: 第2火曜・第1～4水曜)

第33回タイムフェスティバル

時:11月7日(日) 11:00～15:00 / 所: とりぎん文化会館 / 容: 国際交流団体や外国人住民が参加する、みんなが楽しめる「国際交流フェスティバル」。後日ホームページで当日の様子を公開 / 料: 入場無料 / 連: タイムフェスティバル実行委員会 ☎ 0857-51-1165 ☎ kuranagak@torisakyu.or.jp https://timefestival2021.com/

第12回アディクション・フォーラム in TOTTORI 2021

～のりこえよう! ステイホームが引き寄せる様々な依存症～

時:11月27日(土) 10:00～16:30 / 所: 鳥取県立福祉人材研修センター / 容: ▷テーマ「自死と依存症について」▷講演① 山下陽三(渡辺病院副院長)▷講演② 杉山春(ルポライター)▷分科会、体験発表など / 料: 無料 / 員: 130人(先着順) / 連: 鳥取アディクション連絡会事務局 岡田 ☎ 090-9737-6833

おもちゃの修理 (おもちゃDr. 鳥取)

時: 第1・3土曜日9:00～12:00 / 所: さざんか会館3階ボランティア室 ※部屋が取れない場合があるため、事前に電話でご確認ください / 料: 無料 / 連: 西尾 ☎ 090-2807-2465 ※おもちゃの修理に興味のある人も募集中!

※1月号に掲載を希望される人は、必要事項を記入し、11月15日(月)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。

簡単にできる料理を紹介します。
 鳥取市食育推進委員会 用瀬支部
 適塩編 Vol.2



☆スパイスたっぷりチキンカレー☆



材 料 (4人分)

	鶏もも肉	400g
	プレーンヨーグルト	100g
A	塩	小さじ2/3
	カレー粉	小さじ1
	玉ねぎ	300g
	しょうが	2片
	にんにく	2片
	サラダ油	大さじ2
	クミン	大さじ1
	コリアンダー	大さじ1
B	ターメリック	大さじ1/2
	パプリカパウダー	大さじ1/2
	チリペッパー	お好みで
	トマト缶(食塩不使用)	400g
	水	400ml
	ごはん	600g

- ① 鶏肉はひと口大に切り、Aのマリネ液に20～30分つけておく。玉ねぎ、しょうが、にんにくはみじん切りにする。
- ② 鍋に油を熱し、玉ねぎを加えて、色づくまで炒める。
- ③ しょうが、にんにくを加えてさらに炒め、鶏肉をマリネ液ごと加え、肉の色が変わるまで炒める。
- ④ Bのパウダースパイスを全体に混ぜ、トマト缶と水を加えて一度沸騰させてから、ふたをして弱めの中火で30分煮る。途中蓋をあけて混ぜながら、煮つまっているようなら水を少し加え、好みのとろみに調整をする。

一口メモ…スパイスを使うことで、市販のカレールウを使うよりも約1割減塩になります。

1人分

エネルギー	546kcal
タンパク質	22.5g
脂質	20.6g
食塩相当量	1.2g