



麒麟のまち
Kirinomachi

麒麟のまち インフォメーション

第25回 岩美町

第38回浦富海岸健康マラソン大会開催!

2023年も浦富海岸健康マラソン大会の開催が決定しました! みなさんのご参加をお待ちしております。

と き 5月14日(日) ※雨天決行

と ころ 岩美北小学校発着

コ ー ス 10kmの部・5kmの部・3kmの部

定 員 800人(先着)

参加資格 健康な人(年齢不問)

参加申込 2月上旬から、インターネットでのみ参加受付。事務局への郵送または直接申し込みは受付けませんので、ご了承ください。

▶申込先 URL <http://runnet.jp/>

参加料 一般: 2000円
高校生以下: 1500円



▲ 前回大会の様子

【問合せ先】

岩美町教育委員会内
浦富海岸健康マラソン大会事務局
☎ 0857-73-1302 ☎ 0857-73-1533

次回、八頭町へ!



鳥取市公式 Instagram 今月の1枚



@maka_camera11 さん「砂丘で語り明かす夜」

#それ鳥取市
をつけて投稿してください。



フォローも
お願いします!



市役所オススメ動画情報

▶鳥取市が本気でワーケーションの
ミュージックビデオ作ってみた

鳥取市企業
立地・支援課
公式チャンネル



(YouTube)



簡単にできる料理を紹介します

鳥取市食育推進委員会 国府支部
ごはんを食べよう! 編 Vol.3

☆ごはん DE サンド☆



材 料 (4人分)

米	2合	卵	4個
キャベツ	400g	塩	少々
マヨネーズ	大さじ1	サラダ油	小さじ4
ハム	4枚	焼きのり(全型)	4枚

- ① キャベツを粗めのせん切りにしてゆでた後、水気をしぼり、マヨネーズで和えておく。
- ② 卵に塩を入れ、目玉焼きまたは、うす焼き卵にする。※塩の目安: 卵1個につき親指と人指し指で1回つまんだ量
- ③ ラップの上に焼きのり、ごはん(1人分の半分)の量を置き、具をのせて残りのごはんをのせ、焼きのりをたたみ、四角形に形を整えてラップで包む。

一口メモ...

焼肉やハンバーグ、野菜のナムルやレタスなど、具材を変えて楽しみましょう。

1人分

エネルギー	432kcal
たんぱく質	16.1g
脂質	15.1g
食塩相当量	0.9g

ケーブルテレビ【デジタル12ch】
いなばぴよんぴよんネット
<http://www.inabapyonpyon.net>
※番組の放送時間は、ホームページで紹介しています。

鳥取市広報番組

とっとり知らせたい!

市民と行政がつながるTV「とっとり知らせたい!」。さまざまな情報をお送りしています。みなさんの知らせたい!情報も待っています。

【放送】毎週金・土 6:00~24:00まで毎時00分放送
※12:30、19:30も放送あり

「元気です」は、まちなわの木のみなさん、「知ってなっ得スタジオトーク」は確定申告についてお伝えします。



「とっとり知らせ隊」も見てね!

静止画文字情報「鳥取市からのお知らせ」
(番組の間に毎日放送しています)

鳥取市議会 2月定例会

市議会定例会の一般質問の模様を終了まで生中継、当日の午後6時から122ch(第2放送)で再放送します。

鳥取市広報番組のご案内

FM TOTTORI RADIO BIRD 82.5fm コミュニティFM FM鳥取 RADIO BIRD
<http://www.radiobird.net/>

コミュニティFM「FM鳥取」(周波数82.5MHz)で鳥取市のさまざまな情報をお送りしています。

■来ました!鳥取の元気人!!

★毎週月・水曜日 12:15頃~(30分間)

【再放送】毎週火・木曜日 16:00頃~

■深掘り!! シティインフォメーション・トーク!!

★毎週金曜日 12:15頃~(20分間)

【再放送】毎週土曜日 10:20頃~

■鳥取シティインフォメーション

★毎日朝・夕放送(5分間)

■鳥取おでかけナビ

★毎週土曜日の9:15頃~(15分間)

■インターネットで聞く方法

- ・「インターネットサイマルラジオ配信」で聞く。
- ・スマートフォンアプリ「TuneIn Radio」で聞く。

■ケーブルテレビで聞く方法

- ・ケーブルテレビ「いなばぴよんぴよんネット」の「コミュニティデータ放送画面」から、「FM鳥取」ボタンを押して聞く。



インターネット
サイマルラジオ



鳥取市
SDGs未来都市

エネルギーの地産地消を進めています



(株)とっとり市民電力は、鳥取ガスと本市の官民共同出資にて設立された会社で、エネルギーの地産地消100%を目指した取り組みを進めています。具体的には、エネルギーの地産地消に繋がる電源の調達、電源の開発、電力の小売事業などを行っています。また、市内の小中学生を対象に、エネルギーについて考える出前授業なども開催しています。本市は環境に恵まれた土地ですが、消費するエネルギーの大部分を他地域に依存しています。これを地元で作って地元で消費する「地産地消」を推進することで、地域からお金が流出する仕組みを、地域でお金が循環する仕組みに変え、地域内経済循環の活性化に繋がっていくことを考えています。

