



学校給食レシピ vol.53

とっとりっ子の「いただきます！」

問 本庁舎学校保健給食課

☎ 0857-30-8417 ☎ 0857-20-3952

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。

●第一学校給食センター トマト肉じゃが



学校給食メニュー

- ・ご飯
- ・牛乳
- ・平つくね
- ★トマト肉じゃが
- ・チンゲンサイのソテー

1人分栄養価

エネルギー	96kcal
タンパク質	3.8g
脂質	1.0g
食塩	1.4g

今月の給食目標：鳥取県の産物を知ろう

●材料(4人分)●

牛肉(もも)	24g	ケチャップ	32g
にんじん	40g	コンソメ	4g
たまねぎ	180g	うすくちしょうゆ	12g
トマト	32g	こいくちしょうゆ	8g
じゃがいも	260g	砂糖	8g
さやいんげん	12g	酒	4g
にんにく	1.6g	水	600ml

- 牛肉は一口大に切る。にんじんはいちょう切りに、にんにくはみじん切りに、さやいんげんは3等分に切り、たまねぎとトマトはさいの目切りにする。じゃがいもはさいの目切りにし、水にさらしておく。
- 鍋を熱し、牛肉を炒める。
- 牛肉の色が変わったら、にんにく、にんじん、水を入れて煮る。
- 具材が煮えたら、たまねぎ、トマト、じゃがいもを入れ、やわらかくなるまで煮る。
- Aで調味し、さやいんげんを入れてさっと煮る。



鳥取市公式Instagram 今月の1枚



「秋の訪れ」

鹿野町のソバの花です。小さくて白いかれんな花に癒やされます。実を収穫し、新そばが食べられるのは11月頃です。

#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!



鳥取市広報番組「とっとり知らせたい!」で市内にある施設を紹介しています。鳥取市公式動画チャンネル(YouTube)でも公開中です。

Q わらべ館

☎ 0857-22-7070 ☎ 0857-22-3030

音と映像を駆使した童謡に関する展示や、おもちゃ作りコーナー、郷土玩具、プリキのおもちゃの展示などがあり、懐かしい空間の中で遊びながら童謡・唱歌とおもちゃの歴史を学ぶことができます。屋外にはシンボルの「からくり時計」が設置され、鳥取県出身の音楽家「田村虎蔵」が作曲した唱歌に登場する、金太郎や大黒さまなどの人形が来館者を演奏でお迎えます。(放送日:4月26・27日)



Q 青谷かみじち史跡公園

☎ 0857-32-8415 ☎ 0857-30-5020

弥生時代の人たちの暮らしを知ることができる施設です。公園内には復元された高床式倉庫が建ち、かつての地形や植物が再現されていて当時の風景を楽しむことができます。ガイダンス棟では「青谷の里めぐり」をテーマに、村の様子や使っていたものをカラフルな展示で紹介しており、重要文化財展示室では、青谷の弥生人が作った工芸品などを鑑賞できます。(放送日:5月24・25日)



市役所オススメ動画情報

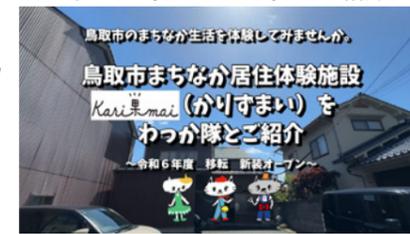
▶鳥取市のまちなか生活を体験してみませんか?

kari mai (かりずまい) をご紹介。

鳥取市公式
動画チャンネル



(YouTube)



ケーブルテレビ【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

「あっち!こっち!リサーチ」では鳥取砂丘ビジターセンターをご紹介します。そのほか情報盛りだくさんです。 「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9月定例会

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

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)



シリーズ

鳥取市消防団の活動紹介



問 本庁舎危機管理課(31番窓口)
☎ 0857-2030-8032
☎ 0857-30042

3 応急手当の普及活動

消防団は火災などの出動だけでなく、応急手当の技術習得に取り組んでいます。応急手当とは、歩道などで倒れた人を発見した時などに、心肺蘇生やAEDを用いて傷病人を救急救命するための技能です。技術習得のため、消防団員は、消防局の指導のもと数日にわたり行われる応急手当の講習を受講し、「応急手当普及員」や「応急手当指導員」の資格を取得するなど、実技の習熟に努めています。

また、消防団は、応急手当の普及にも積極的に取り組んでおり、消防団員が地域や学校などに出かけて応急手当の講習会を行うなど、多くの人の命が助かるよう活動しています。

