



学校給食レシピ vol.55

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。

●湖東学校給食センター 河内さといものカレー煮



学校給食メニュー

- ・ご飯
- ・牛乳
- ・メンチカツ
- ・豆乳みそ汁
- ★河内さといものカレー煮

1人分栄養価

エネルギー	48kcal
タンパク質	2.2g
脂質	1.0g
食塩	0.3g

今月の給食目標：学校給食のことをよく知ろう

●材料(4人分)●

鶏肉	24g	こいくちしょうゆ	8g
さといも	90g	砂糖	4g
たまねぎ	110g	みりん	2g
にんじん	25g	カレー粉	0.2g
グリーンピース	10g	サラダ油	1.2g
		水	100ml

- ① 鶏肉は1.5センチ角、さといもは一口大、たまねぎは薄切り、にんじんはいちょう切りにする。
- ② 熱した鍋にサラダ油をひき、鶏肉を炒める。
- ③ 鶏肉の色が変わったら、水、調味料A、さといも、たまねぎ、にんじんを入れて煮る。
- ④ ③の汁気がなくなってきたらグリーンピースを加え、ひと煮立ちさせて火を止める。

【栄養士一コマメモ】学校給食では、河内地区で収穫されたさといもを多く使っています。地元でとれた食材をたくさん食べてもらえるように、人気のカレー味にしました。カレーのスパイスで体が温まるおすすめの一品です。



相互派遣研修生 ちよんじゅし スヨンさんの清州市紹介

問 本庁舎文化交流課 (34 番窓口) 0857-30-8022 0857-20-3040

ミドンサン (最終回) 米東山樹木園

最終回は、おいしい空気を吸いながら散策ができる、清州市上黨区にある米東山樹木園を紹介します。



山林環境の保存、新品種の開発、絶滅の危機におかれた野生動植物の保護、生態学習などを目的として2001年に開園しました。総面積は94万2千坪であり、1593種31万本の植物が保存、管理されています。いろいろな植物は春夏秋冬でその色を変え、どの季節に行っても素晴らしい景色が楽しめます。

「清州市紹介」を読んでいただきありがとうございました。ぜひ清州市にお越しください！



市役所オススメ動画情報

▶【鳥取すごい！ライド2024】ショートコース走ってみた 係員がスーツで参戦?!

鳥取市役所 特命係



(YouTube)



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。

鳥取砂丘ビジターセンター

0857-22-0021 0857-51-1038

鳥取砂丘の成り立ちや特徴、地形・地質・動植物などの自然について学べる展示や、砂丘の迫力ある映像を見られるドームシアターなどがあり、鳥取砂丘を詳しく知ることができる施設です。個性豊かなガイドスタッフによる館内の案内や、実際に砂丘を歩くガイドツアー（予約制）も行っており、疑問に思ったことを聞くことで、より砂丘の魅力を感じることができます。(放送日：9月6・7日)



鳥取市歴史博物館やまびこ館

0857-23-2140 0857-23-2149

「モノが語る、人が語る博物館」をコンセプトに、縄文時代から現代までの本市の歴史と文化をパネルや映像、模型、これまで収集してきた豊富な資料で詳しく紹介しています。展示室内を歩きながら資料を紹介するギャラリートークでは、学芸員によるさまざまな解説を聞くことができ、展示の新たな見方や楽しみ方を知ることができます。(放送日：9月27・28日)



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」は可燃物処理施設リンピアいなばと因州和紙の魅力発信するあや和紙工房をご紹介。自動運転バス実証事業についてもお届け。

本日もよろしくお願いたします

田中 中村 高田

「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)

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)



今月から5回にわたり、第63回麒麟のまち鳥取市美術展の受賞作品をご紹介します。 ※順不同



洋画 市展賞 麒麟のまち日本遺産賞(観覧者投票) 「16時05分」川戸宏司



日本画 市展賞 「2歳」 江谷玲子



日本画 市展賞 「群青へと」 宮嶋愛子

問 本庁舎文化交流課(34番窓口) 0857-30-8022 0857-20-3040



第63回 麒麟のまち鳥取市美術展