

学校給食 いきいき **こめっこレシピ**

No.57 鶏肉のヨネギーズソースかけ



材料（4人分）

- | | |
|--------------------|--------------------------|
| 鶏もも肉
…50g × 4切 | おろし生姜…小さじ 1/2 |
| 酒…大さじ 1/2 | 米酢…大さじ 1 弱 |
| しょうゆ
…大さじ 1/2 ★ | 砂糖…大さじ 1 と 小さじ 1 |
| 小麦粉…大さじ 3 | みりん…大さじ 1 弱 |
| 片栗粉…大さじ 3 | しょうゆ…大さじ 1 |
| 揚げ油…適量 | ごま油…小さじ 1 弱 |
| 白ねぎ…60g | 一味唐辛子…少々 |
| | ※一味唐辛子はお好みで
調節してください。 |
| | 水…少々 |

作り方（所要時間約30分）

- ①鶏もも肉に酒、しょうゆをふってしばらくおく。
- ②小麦粉と片栗粉を混ぜ合わせておき、①の鶏もも肉にまぶし、油で揚げる。
- ③★の調味料をあわせて、ひと煮立ちさせ、小口に切った白ねぎを入れてソースをつくる。
- ④揚げたての鶏もも肉に③のソースをかける。

今月のひとくち食育

米子市の特産「白ねぎ」をソースにたっぷり使ったメニューです。もともとは栄養士が考案したものだったのですが、児童生徒から募集した「こめっこ献立」の大山鶏、白ねぎ、中華料理の「油淋鶏」とを掛け合わせたメニューが好評だったため、そのアイデアを生かしてリニューアルしました。甘酸っぱいソースが食欲をそそり、完食間違いなしの米子市の学校給食自慢のメニューです。時間がたてば、さらにおいしくなるので、お弁当や給食にぴったりの料理です。
 岡学校給食課（☎ 33-4751 FAX 33-4757）

米子市営住宅入居者募集

■所在地、規格、家賃など

住宅名（所在地）	部屋番号	間取り	家賃月額
上福原住宅 （皆生温泉）	56R2-301 子育て世帯等優先	3DK	16,100円 ～31,600円
錦海町住宅 （錦海町）	5R1-101	1LDK	14,500円 ～28,600円
安倍彦名住宅 （彦名町）	1R2-103	2DK	15,100円 ～29,600円
万能町住宅 （万能町）	403	3K	10,800円 ～12,400円

※子育て世帯等優先枠は、母子生活支援施設から退所する世帯を優先的に選考します。

■受付期間 3月1日（水）～7日（火）

■受付場所 住宅政策課（市役所本庁舎2階）
 淀江支所地域生活課（淀江支所1階）

■必要書類

マイナンバーを確認できるものと本人確認書類
 ※申込理由により添付書類が必要な場合があります。

■入居可能予定日 4月1日（土）

※入居手続きには、保証能力のある連帯保証人1人と敷金として家賃3か月分が必要です。

岡住宅政策課（☎ 23-5263 FAX 23-5396）

プラネタリウムでチョコちゃんに叱られる！

米子市児童文化センターでは、3月4日（土）からNHK番組「チョコちゃんに叱られる！」のプラネタリウム番組を投影します。大人から子どもまで楽しめる内容です。（投影スケジュールは25ページに掲載）

■番組名 プラネタリウムでチョコちゃんに叱られる！
 チコとキョエの宇宙大冒険！無知との遭遇

■あらすじ

永遠の5歳児・チョコちゃんが全天周のドームスクリーンいっぱいに大活躍！「ボーっと生きてんじゃねーよ！」と、おなじみの決め台詞も大迫力で飛び出します。宇宙に関する素朴な疑問を、目からウロコの解説で解き明かしていきます。
 岡米子市児童文化センター（☎ 34-5455）



「チョコちゃんに叱られる！」©NHK



マイナンバーカードの

受け取りはお早めに

●平日のマイナンバーカード予約
交付「フイック窓口」設置

予約によるカード交付窓口を平日
(午前8時30分～午後5時)に設
置しています。待たずにカードを
受け取ることができます。

●3月中にマイナンバーカードを
申請された方へ

2000円分のクオカードをお渡
しします。ぜひ申請してください。
■マイナンバーカード特設ブ
ース (☎21-8574)

4月16日(日)は

春の一斉清掃です

◇道路や公園、公共用排水路など、
みんなで使う身近な環境をきれい
にし、快適で住みよいまちにしま
しょう。

◇実施日は地区によって異なる場
合があります。くわしくは各地区
の「環境をよくする会」か、自治
会までお問い合わせください。

■クリーン推進課 (☎23-525
9、FAX 30-0271)

住宅火災から

いのちを守るために

3月1日から7日は、「春の全国
火災予防運動」期間です。春は空
気が乾燥し、火災が発生しやす
くなります。

●住宅火災を防ぐために

▼寝たばこはしない、させない

▼ストーブの周りに燃えやすいも
のを置かない

▼コンロを使うときは火のそばを
離れない

▼コンセントのほこりを清掃し、
不必要なプラグを抜く

▼安全装置のついた暖房器具およ
び調理器具を使用する

▼住宅用火災警報器を定期的に点
検し、10年を目安に交換する

▼消火器などを設置し、使い方を
確認しておく

▼カーテンやふとんなどに防災製
品を使用する

●消防団召集サイレンにご理解を
火災の発生などで消防団を召集す
る必要がある場合、各地域ごとに
防災行政無線のサイレンを鳴らし
ています。火災の早期鎮圧のため、
ご理解ください。

■防災安全課 (☎23-5338、
FAX 23-5387)

お引越しの前には

水道局へご連絡を！

引越しの3～4日前までに、水
道の使用の開始・中止を電話でご
連絡ください。領収書などに記載
されているお客さま番号をお知ら
せいただくと、お待たせしません。

■西米子市水道局 (☎32-9917、
FAX 22-0656)

高速道路沿線に竹木などを 所有されている方へ

◇台風などによる強風により、沿
線から高速道路区域内に竹や樹木
が倒れ込み、走行中の車に衝突す
る事故が発生しています。

◇高速道路沿線で竹林や森林を所
有されている方は、木などが高速
道路内に倒れる危険がないように
伐採などの対策をお願いします。

◇高速道路上に木などが倒れ込む
危険がある場合、または、実際に
倒れ込んだ場合は、西日本高速道
路株式会社で伐採することがあり
ます。倒木・倒竹による事故が発
生した場合、所有者責任が問われ
ることがあります。高速道路の安
全確保にご協力ください。

■西日本高速道路(株) (☎27-
2181)

有料
広告



催し

防災研修会

市内の自主防災組織や自治会、消防団を対象として防災研修会を実施します。

●とき 3月19日(日) 午前9時30分～午後0時30分

●ところ 米子コンベンションセンター 国際会議室

●内容 ①市内自主防災組織の事例発表 ②基調講演(講師 山口大学大学院 瀧本浩一さん) ③グループワーク(演習)

●参加費 無料

※要事前申込み。くわしくは市ホームページをご確認ください。

●問い合わせ 圏地域振興課(☎21-7471、FAX23-5568)

申ナリ国際交流員による

韓国料理講座

韓国ののり巻き「キンパ」を一緒に作りましょう。野菜、かにマヨ、さつま揚げ入りの3種類を作り、持ち帰っていただきます。

●とき 3月24日(金)・25日(土) いずれも午前10時～正午

幻想的な遺跡をご堪能あれ

ライトアップむきばんだ

普段は閉園している夜のむきばんだ史跡公園をこの日だけ華麗にライトアップ。いつもと違うナイト・フィールドミュージアムを見に行こう!



▶とき 3月24日(金)・25日(土) (小雨決行) いずれも午後5時30分～午後8時30分

▶ところ 鳥取県立むきばんだ史跡公園

▶入場料 無料

▶事前申込 不要

▶関連ワークショップ(要申込・くわしくはWebから)

▷竹ランタンづくり

3月21日(火・祝)

▷ハスランタンづくり

3月24日(金)・25日(土)

問合せ 木暮田遺跡活用実行委員会事務局

(☎37-4000 FAX37-4001)



働く女性の

ヘルスケア講演会

女性がいきいきと生活し、働ける社会をめざすため、女性特有の健康課題や周囲のフォロー体制について講演します。

●とき 3月26日(日) 午後2時30分～3時45分

●ところ 米子市立図書館2階 多目的研修室

●講師 鳥取大学医学部 産婦人科学分野 教授 谷口文紀さん



※両日とも内容は同じです。

●ところ 明道公民館 調理室

●対象 米子市内に在住、在勤、在学の方

●定員 16人(各日)

●参加費 500円

●申込方法 電話・WEB

●申込締切 3月10日(金)

※申込多数の場合は抽選。結果は郵送で連絡。

●問い合わせ 圏まちづくり企画課(☎23-5272、FAX23-5568)

2023

春の人権ギャラリー

今回のテーマは「アンコンシャスバイアス?」わたしの中の『無意識の偏見』。見て、考えて、気づく展示イベントです。

●とき 3月24日(金)～4月11日(火)

※休館日を除く

●問い合わせ 圏人権政策課(☎37-3183、FAX37-3184)

全国膠原病友の会

春の交流会

膠原病患者と家族が集まり、楽しくおしゃべりをして、親睦を深めます。

※参加費無料、申込不要、マスク着用

●とき 3月5日(日) 午後1時30分～3時30分

●ところ 米子コンベンションセンター 1会議室

●問い合わせ 圏全国膠原病友の会 鳥取県支部 (☎27-0203) (三嶋)



認知症の人を介護する

家族のつどい

●とき 3月14日(火)、4月11日(火)
いずれも午前10時～正午

●ところ 米子市立図書館

※参加無料、申込不要

※65歳未満の認知症に関する電話相談や男性介護者のつどい、認知症予防プログラムも実施しています。

團 認知症の人と家族の会 鳥取県支部 (☎37-6611、FAX30-2980)

FPPフォーラム

inよなご 2023

●とき 3月18日(土) 午後1時～

●ところ 米子コンベンションセンター 第5・6会議室

●金銭教育「おこづかいゲーム」
ゲームを通して、楽しみながらおこづかい帳のつけ方が学べます。

▽時間 午後1時～2時30分

▽定員 10組(小学校3・4年生とその兄弟姉妹、保護者同伴)

●講演「家計見直しのヒント・ポイント 基本の「キ」」

▽時間 午後3時～3時50分

▽講師 石井 宏美さん

●講演「自分の持ち味を強みに変

化させる家計改善策」

▽時間 午後4時～4時50分

▽講師 松中 靖さん

●FPによる相談会

FP(ファイナンシャルプランナー)が資産運用などお金に関する身近な相談をお受けします。

▽時間 ①午後3時～3時50分

②4時～4時50分

▽定員 4組(各回2組)

※いずれも参加無料、要予約(3月13日(月)まで)、先着順

團 NPO法人日本ファイナンシャル・プランナーズ協会 鳥取支部

(☎0120-874-009、✉tottori_b@jafp.or.jp)

山陰まんなかの残したい環境フォトコンテスト展示

中海・宍道湖・大山圏域市長会主催の「山陰まんなかの残したい環境フォトコンテスト」の受賞作品を展示します。環境への思いが込められた写真をご鑑賞ください。

●とき 3月9日(木) 午後1時～

19日(日) 午後3時

●ところ 米子市立図書館2階展示ギャラリー

●鑑賞料 無料

●環境政策課 (☎23-5256、FAX23-5258)



募集

原子力発電所環境安全対策協議会委員を推薦する団体

鳥根原発の周辺環境に及ぼす影響や安全対策を把握し、市民の安全や健康の確保に資するための「米子市原子力発電所環境安全対策協議会」について、委員を推薦いただく団体を募集します。

●応募資格 次の要件をすべて満たす団体

①米子市内に事務所を有する団体で、営利を目的とする団体や政治団体、暴力団でないこと

②団体の役員が暴力団員でなく、暴力団や暴力団員と密接な関係がないこと

●募集団体数 3団体

●応募方法 次の必要事項を応募用紙に記入し、防災安全課へ持参、郵送、またはEメールで提出

①所在地、代表者の職・氏名、電話番号

②所属する団体の概要(設立の趣旨、構成員数、活動内容など)

③応募動機

※提出書類は返却しません。応募用紙は、防災安全課または市ホームページにて入手してください。

●募集期間 3月6日(月)～24日(金)

●選考結果 選考委員会によって選考し、4月中旬頃に通知

●委員の推薦 公募団体が選定後、推薦(1団体1人)

●委員の要件 市内に住所を有する満18歳以上であり、平日の日中に開催される会議に出席できること。ただし、本市職員、高等学校(全日制)に在学する者でないこと

●委員任期 委嘱の日から令和7年3月31日まで

●委員報酬 1会議あたり7200円(源泉所得税含む)

●防災安全課 (☎23-5328、FAX23-5387)

ポリテクセンター米子

4月入所生(離職者対象)

●訓練科 ビジネススキル講習付CAD・NC加工技術科(7か月訓練) 定員5人

●訓練期間 4月4日(火)～10月30日(月)

●募集期限 3月20日(月)

●受講料 無料(テキスト代などは実費)

●申込先 最寄りのハローワーク

團 ポリテクセンター米子 (☎27-5115、FAX27-0980)

市民農園の利用者

野菜、花などを栽培できます。

●募集区画(1区画30㎡)

▼日原農園 10区画

▼夜見農園 6区画

●貸付期間 貸付決定日～令和6

年2月末

●利用料 年間2600円

●募集期間 3月3日(金)～10日(金)

※申込多数の場合は抽選。

※空区画ができれば再募集する場

米子市少年スポーツ教室の新入生募集

■剣道・柔道

▶対象 剣道/満6歳～中学生

柔道/満5歳～中学生

▶場所 米子市営武道館

▶指導日(随時見学可)

剣道 火・木曜日 午後5時50分～6時50分

土曜日 午後3時～4時20分

柔道 火・木曜日 午後5時30分～7時15分

土曜日 午後4時～6時30分

■少年ラグビー教室

▶対象 小学生～中学生(園児も参加可)

▶場所 ぞらドラパーク米子球技場ほか

▶指導日 日曜日 午前9時30分～11時30分

■ハンドボール教室

▶対象 小学生～中学生

▶場所 ぞらドラパーク米子市民体育館ほか

▶指導日

低学年 金曜日 午後6時～8時

高学年・中学生 月・火・金曜日 午後6時～8時

圃スポーツ振興課(☎23-5426 FAX23-5414)

合があります。

●申込方法 申込書を農林課に出

圃農林課(☎23-5221、FAX23-5228)

米子市農地利用最適化

推進委員

●職務内容 農地の権利移動や転用申請の現地確認、総会での意見陳述、各専門部会やブロック別検討会への出席、農地の利用状況調査、遊休農地の解消や違反転用の

是正指導、農地に関する相談対応、地域計画の策定に向けた活動など

●任期 農業委員会の委嘱日(7月20日以降)～令和8年7月19日

●募集人数 22人

●募集期間 3月1日(水)～31日(金)

※自薦または他薦。くわしくは応募要領を確認してください。

圃農業委員会(☎23-5277)

各種自衛官

●一般曹候補生

▼受験資格 18歳～32歳

▼募集期間 3月1日(水)～5月9日(火)

▼試験日 5月19日(金)～28日(日)の

いずれか1日

●予備自衛官補(一般)

▼受験資格 18歳～33歳

▼募集期間 4月6日(木)

▼試験日 4月8日(土)～23日(日)の

いずれか1日

●予備自衛官補(技能)

▼受験資格 18歳以上で国家免許

等を有する方

▼募集期間 4月6日(木)

▼試験日 4月8日(土)～23日(日)の

いずれか1日

圃自衛隊米子地域事務所(☎33

2440)

有料広告

期日前投票所の投票立会人

鳥取県知事選挙および鳥取県議会議員一般選挙における期日前投票所の投票立会人を募集します。

●職務内容 期日前投票所の投票事務が公正に行われているかの立会い

●応募資格 米子市に住所を有し、選挙権のある方(特定の候補者の選挙運動員や政治活動などを行っている方、候補者の親族の方は応募をご遠慮ください)

●立会場所 次の3か所のうち、希望する投票所

①第一期日前投票所(米子市役所本庁舎) ②第二期日前投票所(米子市淀江支所) ③第三期日前投票所(イオン米子駅前店)

●立会日・募集人数

①第一期日前投票所

▼立会日 3月24日～4月8日

▼募集人数 32人

②第二期日前投票所

▼立会日 4月1日～8日

▼募集人数 16人

③第三期日前投票所

▼立会日 4月5日～8日

▼募集人数 8人

●従事時間・報酬

①第一期日前投票所・②第二期日前投票所

▼従事時間 午前8時15分～午後8時30分

▼報酬 9600円(1日)

③第三期日前投票所

▼従事時間 午前9時30分～午後6時30分

▼報酬 7100円(1日)

●応募方法 申込書に必要事項を記入のうえ、持参、郵送、FAX、Eメールのいずれかで提出。申込書は選挙管理委員会事務局または市ホームページから。



●応募期限 3月8日(水)

選挙管理委員会事務局(☎23-5346、FAX23-5349)

指定ごみ袋の有料広告

●広告の場所 市指定の家庭用ごみ袋(全7種類)の外袋1種類につき1枠ずつ

●掲載するごみ袋

8月～令和6年1月製造分

●募集期間 3月1日(水)～31日(金)

※くわしくは市ホームページをご確認ください。

圏クリーン推進課(☎23-5330、FAX30-0271)

シルバー人材センター会員

退職後も働いて新たな生きがいを見つけたら、60歳以上の会員を募集しています。屋外作業(せん定・除草)希望者歓迎。

●入会説明会(予約不要)

毎月1日・15日 午後1時30分～ ※土日祝の場合はその翌日。

圏米子広域シルバー人材センター(☎32-2633、FAX32-5823)

米子市地域公共交通計画(素案)に対する意見

公共交通機関を活用したまちづくりの推進と持続可能な公共交通体系の構築をめざし、「米子市地域公共交通計画」の策定を進めています。このたび、作成した素案に対する意見を募集します。

●募集期限 3月8日(水)

●資料設置場所 交通政策課、地域生活課、市内各公民館、市ホームページなど

●提出方法 交通政策課へ持参、郵便、FAX、Eメール、電子申請のいずれか

圏交通政策課(☎23-5271、FAX23-5392)