Yonago Life Plus

くらしを豊かに

ヒューマンライツ

～みんなが幸せな社会をめざして～

問 人権政策課（☎ 23－5415 FAX 37－3184）

近年、多様性の尊重が求められる中で、ソーシャルインクルージョンの考え方の重要性が高まっています。ソーシャルインクルージョン（社会的包摂）とは、社会の中ですべての人が平等に参加し、尊重されることをめざす考え方です。これは障がいの有無、性別、年齢、性のあり方、人種、民族などにかかわらず、誰ひとり取り残されず共に支え合い尊重し合いながら、社会的、経済的、文化的な活動に参加できる社会にすることを意味します。

地域社会では、例えばコミュニティ活動が促進され、地域のイベントや活動に多様な背景を持つ人々が参加することにより相互理解と協力が深まります。そうして、すべての人々が安心して暮らし、共に成長することができる社会を実現することができます。

ソーシャルインクルージョンとは

このように、ソーシャルインクルージョンの考え方は、社会の多様性を尊重し、差別や排除をされることなく、すべての人が持つ能力を最大限に引き出すことをめざしています。そして、誰もが主体的に地域の中で人々とかかわりながら、安心して暮らせる生活条件が提供され、地域社会の構成員として尊重されるまちづくりを推進することになります。

―すべての拉致被害者の一刻も早い帰国実現をめざして―

＜県民メッセージ抜粋＞

願いは必ず通じます。帰国実現はご家族だけでなく、
私たちみんなの願いです。
その瞬間まで共に願い続けましょう。

YONAGO フレイルをスマイルに

問 フレイル対策推進課
（☎ 23－5458）

フレイル予防講演会を開催

加齢に伴う高齢期のフレイルは、さまざまな要因によって生じます。中でも転倒・骨折がきっかけで介護が必要となる割合が増えています。「健康寿命」を伸ばすために、骨粗しょう症や転倒・骨折、フレイルの予防は早期から取り組むことが重要です。自分自身でできること、そして最新の予防方法についての講演会を開催します。

※先着100人にプレゼントを進呈！

◆講演内容
- ▷山陰労災病院 院長 萩野 浩さん「骨卒中を防ごう！」
- ▷鳥取大学医学部 教授 森田 明美さん「食・栄養からはじめるフレイル予防」
- ▷ BSS 山陰放送アナウンサー・宇田川 修一さんと一緒にトークセッション

◆と　き　9月21日（日）
午後1時30分～3時30分
◆場　所　ふれあいの里1階
◆参加費　無料

骨密度測定も実施します

講演会の会場で、X線による骨密度測定も実施します。要予約です。

◆時　間　午前9時～午後4時30分
1人あたり15分程度
◆対　象　40歳以上の市民
◆参加費　無料
◆予　約　9月5日（金）受付開始
※先着順。予約はフレイル対策推進課に電話（☎ 23－5458）
※そのほかのブースは午後0時20分～。

くわしくはこちら▶

ヘジュセヨ、韓国

米子市の姉妹都市・韓国東草市から来た国際交流員の林慧珠（イムヘジュ）さんが、韓国のことや米子での体験などをお伝えします！
問 国際交流室（☎ 23－5374）

フェスの後は東草の海辺で一休み

アツイ！東草のサマーフェスティバル！

今年の米子は、例年より梅雨が短く、夏の暑さが一気に押し寄せてきたように感じますね。そんな時こそ、海風のような涼しい東草のニュースをお届けします。

米子と同じように海と山に囲まれた東草は、夏になると多くの観光客が訪れる人気の観光都市です。その理由の一つが、毎年話題を呼ぶ「サマーフェスティバル」です！7月には、世界的ヒット曲「江南スタイル」で知られる韓国の歌手PSY（サイ）による『フンポクショー（びしょ濡れショー）』が開催され、大盛況となりました。続く8月には、韓国発祥のイベント『WATERBOMB（ウォーターボム）』が行われ、K-POPやヒップアーティストとともに、音楽と水鉄砲バトルを楽しみました。

涼を求めに行ったはずなのに、盛り上がりすぎて逆にもっと熱くなってしまう、それが東草の夏！米子の皆さんにも、ぜひ体験していただきたいです！

学校給食 いきいき こめっこレシピ

No.87 チキンチキンごぼう

「チキンチキンごぼう」は山口県の学校給食で30年程前に考案されました。子どもから大人まで幅広い世代に愛されており、「県民食」として、山口県の未来の郷土料理候補として農林水産省「うちの郷土料理～次世代に伝えたい大切な味～」にも掲載されています。
問 学校給食課（☎ 33－4751）

材料（4人分）

鶏もも肉…200g

A
- 塩…適量
- こしょう…適量
- すりおろし生姜…少々
- 白ワイン…小さじ1強

ごぼう…40g
片栗粉…大さじ3
揚げ油…適量

B
- しょうゆ…大さじ1強
- 砂糖…15g
- 水…小さじ1強
- みりん…小さじ1/3
- 酒…小さじ1/3

むき枝豆…12g

作り方（所要時間 約20分）

①鶏肉は一口大の角切りにし、Aで下味をつけ、しばらくおく。
②ごぼうはよく洗って皮をむき、斜め切りにする。
③①②に片栗粉をまぶしてそれぞれ170℃の油で揚げる。
④Bの調味料を煮立て、たれを作り、むき枝豆を加え、揚げた鶏肉とごぼうを加えて絡める。

米子市学校給食キャラクター
こめ太・こめ子