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・男女共同参画課（☎23－5415 FAX37－3184）

昭和52年10月21日午後八時ごろ、米子市和田町に住む松本京子さんは、「編み物教室に行く」と自宅を出たまま行方不明となり、49年の月日が経ちました。

政府に拉致被害者として認定された松本さんのほか、米子市では古都瑞子さん、矢倉富康さんについても、北朝鮮当局による拉致の可能性が排除できないと指摘されています。

拉致は、「安全に生きる権利」や「自由に生きる権利」などの基本的人権を著しく侵害する重大な人権問題です。

あなたの大切な人が、ある日突然連れ去られ、自由を奪われたら…。

拉致問題の早期解決をめざして

拉致被害者とご家族の苦しみや悲しみは今も続いています。拉致問題は決して過去の出来事ではないのです。

問題解決への具体的な進展がない中、被害者もご家族も高齢となり、もはや時間の猶予はありません。

ここ米子市でも、拉致という重大な人権侵害が起き、いまだ解決していないことを知ってください。私たち一人ひとりが、この問題を自分事として受け止め、関心を持つことが、解決への大きな力となります。

一刻も早い拉致被害者の帰国と、ご家族との再会を願い、声を上げ続けていきましょう。

―すべての拉致被害者の一刻も早い帰国実現をめざして―

我が娘が拉致されたらと思うと、とても心が痛みます。一刻も早く再会を果たされ、抱き合い、喜び合える日が来ることを祈ってやみません。

YONAGO フレイルをスマイルに

問 フレイル対策推進課
（☎23－5458）

フレイル予防実践教室の申込みはお早めに

フレイル予防のことを学び、実践する、３か月間の教室です。
申込締切は12月末までとなっていますので、お早めにお申し込みください。

◆対　象
65歳以上でフレイル度チェックをされた方
※要支援・要介護認定者は除く

◆参加期間・回数
週１回×３か月間（12回）

◆効　果
▶身体活動（歩行、立ち上がりなど）のアップにつながる
▶活動意欲のアップにつながる
▶生活リズムが整うなど

◆会場・利用料
フレイル予防実践教室一覧をご覧ください。各事業所でさまざまな内容を実施しています。

◆利用方法
①フレイル度チェックに回答
②希望する教室に申し込む
　▷アプリでチェックした方
　アプリ上で、希望する教室を申込み
　▷アプリ以外でチェックした方
　各教室へ直接電話等で申込み
③教室の担当者と開始日時等の調整をする
④利用を開始する



保定から愛をこめて

米子市の友好都市・中国保定市から来た国際交流員の董禕菲（ドン・イヒ）さんが、保定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）



壺に向かって矢を投げ入れる中国の宴会遊戯「投壺（とうこ）」の体験ブース

国際交流フェスティバルで中国文化体験

9月22日、毎年恒例の「よなご国際交流フェスティバル」が開催され、地域の皆さんに支えられ、中国文化が大いに盛り上がりました！

飲食ブースでは、米子在住の中国人の方々が市民の皆さんと一緒に、中秋節の定番お菓子「月餅（げっぺい）」を手作りして販売しました。私も初挑戦しましたが、黄金色に焼き上がった月餅はとてもおいしそうでした！

ステージでは、以前の中国語講座の受講生有志による「広場ダンス」グループが参加しました。



広場ダンスの披露

私もサポートしながら練習に励み、当日はお揃いの衣装で優雅なダンスを披露しました。

体験ブースでは、中国の伝統的な遊び「投壺（とうこ）」を用意し、多くの方に楽しんでいただきました。

講座から生まれたつながりが自主的な活動へと発展し、皆さんと舞台を作り上げられたことをうれしく、誇らしく思います。体験ブースでの笑顔にも触れ、草の根交流の大切さを実感しました。これからも皆さんと手を取り合い、温かい交流の輪を広げていきたいです。



焼きたての月餅

学校給食 いきいき こめっこレシピ



No.102　牛骨肉じゃが

米子市に伝わる「牛骨ラーメン」のだし（牛骨スープ）を使った「肉じゃが」です。牛骨スープの甘みとうま味が加わり、いつもの料理をワンランク上の味わいに引き上げてくれます。煮物などいろいろな料理に活用できますので、ぜひ、お試しください。

問 学校給食課（☎ 33－4751）

材料（4人分）

牛肉スライス…40g
突き出しこんにゃく…70g
じゃがいも…中2個
玉ねぎ…中 2/3 個
にんじん…中 1/2 個
冷凍さやいんげん…2本
牛骨スープ…20g
しょうゆ…大さじ1と1/2
砂糖…大さじ1
酒…小さじ1
だし汁…300g
サラダ油…適量

作り方（所要時間 約30分）

① 牛肉は 2cm 幅に切る。じゃがいもは2㎝のいちょう切り、玉ねぎは半分に切ってくし切り、にんじんは6㎜のいちょう切り、冷凍さやいんげんは1㎝幅に切る。突き出しこんにゃくは下茹でする。
② 鍋にサラダ油を引き、牛肉に火が通るまで炒める。
③ ②に下茹でしたこんにゃく、たまねぎ、にんじん、じゃがいもの順に入れ、炒める。
④ 牛骨スープと具材がひたひたになるくらいのだし汁とお湯を入れ、あくを取りながら一煮立ちさせたら、砂糖を加えて煮る。
⑤ じゃがいもに八分通り火が通ったら、しょうゆ、酒を加えて、煮崩れないように弱火で煮込む。
⑥ さやいんげんを入れて煮含めて仕上げる。



米子市学校給食キャラクター
こめ太・こめ子