

冬の対策(タイヤ交換)はお早めに

1. いつ冬用(スタッドレス)タイヤに交換すればいいの？

- ・余裕をもって、**初雪の1ヶ月前が目安**
- ・降雪に関わらず気温が7℃を下回る前

新品のタイヤに履き替えた場合は、パフォーマンスを100%発揮できるように慣らし運転をするのがベスト。

※なお、雪道を夏用タイヤで走行することは、道路交通法施行細則等で禁じられています。

2. スタッドレスタイヤの寿命は？

3年～5年と言われているが、「プラットホーム」が露出したら交換がおすすめ。

※プラットホーム：50%摩耗の目安を知らせるタイヤブロックの間にあるギザギザの突起

結論！スタッドレスタイヤの交換は「冬は早め」「春は遅め」で問題なし

ドキドキ・ソワソワするよりも、冬は余裕を、春はゆったり気分交換時期を決める。

	冬用タイヤ	夏用タイヤ
強み	凍結した路面や雪道でのグリップ量に優れる	熱に強く、濡れた路面の排水機能に優れる
弱み	燃費性能に劣り、雨の日や濡れた路面で滑りやすい	積雪した道や凍結路面では性能を発揮できない

第2回 ガーデンスタッフの推し

冬の定番 おすすめのお鍋

◆もつ鍋◆

豊富なコラーゲン、アミノ酸などが含まれており、美白やシミ予防、過剰な皮脂分泌抑制の効果があるビタミンC、ニキビの悪化を防ぐビタミンA、皮膚の健康を助ける亜鉛、肌のくすみを防ぐ鉄など嬉しい栄養素がたっぷり！

◆ぶたしゃぶ◆

豚肉にはビタミンB群が豊富です。ほうれん草と合わせると鉄分の吸収が良くなります。肌のくすみ予防・美肌効果もあります。白菜と豚肉でミルフィーユ鍋も簡単でよく作ります。合わせるのはやっぱり「ゆずぼん」です。

◆カニすき鍋◆

「蟹取県」としては蟹がお薦め。具は白菜だけのシンプル鍋もいいが、色々入れて食べるのも好し。でも注意しないと、カニすき鍋は無口注意報が出ます。鍋は勿論絶品ですが、個人的にはメの雑炊だけでイイかも？(蟹さんごめんさい)



◆今年も開催されます◆

鳥取砂丘イリュージョン

- ・日時：12月9日(土)～24日(日)
18:00～21:00
- ・場所：鳥取砂丘駐車場周辺
※入場・駐車場無料

3年ぶりに開催された去年に続き、今年も鳥取砂丘で光の祭典が開催されます。今年のテーマは『スペースファンタジー』で、イルミネーションと共に楽しめるイベントも企画されているとのこと。昼間とは一味違う光の世界をお楽しみ下さい。



◆年末年始休館のお知らせ◆

勝手ながら、下記の通り年末年始を休館とさせていただきます。ご迷惑をお掛けしますが、よろしくお願い申し上げます。

2023年12月29日(金)～2024年1月3日(水) ※1月4日(木)より、通常開館いたします。

イベント情報【12月・1月】

ガーデン交流会のお申込み・詳細は右記QRコードからご確認下さい。

●ガーデン移住者交流会 <要予約:先着10名様>

12月16日(土) 13:30～15:00

「皆で楽しむ星の講座」

今どきの星空の見どころを解説し、レンズ実験を行います。

1月27日(土) 13:30～15:30

「ひょうたんライトを作ろう」

世界に一つのひょうたんライトを楽しみましょう。



鳥取市移住・交流情報ガーデン

鳥取市永楽温泉町109【鳥取駅北口徒歩5分】
TEL:0857-30-6631 開館10-18時(水曜定休)



ホームページ



Instagram



@tottori_iju.g

お車で越しの方はエイラク駐車場(鳥取市永楽温泉町211)をご利用下さい。無料処理を行いますので駐車券をご持参下さい。

『ガーデン移住者交流会レポート』

先月号より直近の移住者交流会レポートを掲載しています。交流会ではこんなことをしていますので、交流会への参加に迷われている方もお気軽にお立ち寄り下さい。皆様のご参加をお待ちしています。

◆2023年9月30日(土)「健腸教室」～健康の要“腸”～



9月のガーデン移住者交流会のテーマは「健腸教室」です。講師に鳥取ヤクルト販売株式会社のご担当者をお招きし、出前健康教室を開催しました。ホームページや市報を見て申込みをされた方、当日たまたま来所され、飛び込み参加された方、合わせて7名の参加

がありました。講師の方からは、乳酸菌に関する知識や健康な生活習慣を目指すための腸内環境のチェックと改善について、クイズを交えて分かり易くご説明して頂きました。会の後半では、座ったままでも出来る「腸トレ体操」を教えて頂き、皆さんスッキリ気持ち良さそうです。途中の休憩で配られたヤクルトも飲み干し、翌日の朝が楽しみな人も・・・

10月のテーマは、『鳥取城跡と仁風閣を巡る見学ツアー』です。専門のガイドさんに説明をお願いし、話を聞きながら見学をする、初めてのアウトドア交流会でした。時折小雨の降るあいにくの空模様でしたが、大きな天気の影響もなく予定のコースを回ることが出来ました。鳥取城跡の石垣や仁風閣について今まで知らなかった初耳情報も多く、知り合いにプチ自慢できそうです。仁風閣は12月から大改修が始まるため、改修前に一度見学されることをお勧めします。最後に皆で記念撮影です。お疲れ様でした。はい、ポーズ！



◆2023年10月21日(土)「鳥取城跡と仁風閣を巡る見学ツアー」

鳥取ふるさとUI(友愛)会 からのお知らせ

鳥取県東部の移住者コミュニティ、鳥取ふるさとUI(友愛)会(略称: UI会)です。



【イベント実施報告】

10月八頭町の山奥にあるキャンプ場、八東ふるさとの森で、きのこ観察会を行いました。親子連れの方も多く参加され、初秋の素敵な森の中で、きのこの不思議な世界に大人も子供も引き込まれました。参加者からは、「ぜひ来年も」「違う季節の違うきのこも見たい」との声が上がりました。

【今後のイベント予定】

○会員交流会: 近況報告や困りごと、とっておき情報等ワイワイお話する気楽な会です。

- ・12月10日(日) 15:00~16:30 会場: 鳥取市移住・交流情報ガーデン
会員以外の方も参加できます! お問合せ: 下記、ご連絡窓口まで。

※UI会の会期末が12月のため、1月以降は新役員メンバーでイベントを計画して参ります。

あなたもUI会の会員になり、新しい居場所をつくりませんか? 常時募集しています!

ご連絡窓口: 事務局 松原憲行(携帯090-5537-3688、ショートメール可)