

無料相談

市民総合相談 予約は ☎ 0857-20-3862 まで

■市民総合相談センター（市役所南庁舎1階41番窓口）【予約不要】 《くらし110番相談窓口》

内容：日常生活の中での疑問、困りごとなど（専門相談員対応）
とき：平日8:30～17:15（面談・電話相談）☎ 0857-20-4894
平日17:15～22:00（電話相談）☎ 090-8715-9280
土日祝日8:30～22:00（電話相談）☎ 090-8715-9280

※本庁舎でも毎週月・金曜日（13:00～17:00）に面談相談を行います。

《消費生活相談窓口》

内容：訪問販売・通信販売・インターネットトラブル、借金問題など、消費生活に関すること（専門相談員対応）
とき：平日8:30～17:00（面談・電話相談）☎ 0857-20-3863

■法律相談【電話予約制】

内容：法律全般（弁護士対応）
とき：12/1（火）・8（火）・15（火）・22（火）
13:00～16:00（定員各5人ずつ）

ところ：駅南庁舎
予約：11/25（水）8:30～（先着順、定員になり次第終了）

■公正証書作成（遺言・養育費支払契約など）など相談【電話予約制】

内容：遺言や任意後見、不動産賃貸借、金銭貸借、離婚にともなう養育費・慰謝料の支払等契約などの公正証書作成および私署証書の認証などに関すること（公証人対応）
とき：12/24（木）13:00～16:00（定員5人）

ところ：本庁舎
予約：12/21（月）17:15まで（先着順、定員になり次第終了）

■年金制度・労働・社会保険に関する相談【電話予約制】

内容：採用から退職までの労働および社会保険、老後の年金を含む生活設計などに関すること（社会保険労務士対応）
とき：12/9（水）13:00～16:00（定員5人）

ところ：駅南庁舎
予約：12/2（水）17:15まで（先着順、定員になり次第終了）

■土地境界に関する相談【電話予約制】

内容：土地境界などに関すること（土地家屋調査士対応）
とき：12/17（木）13:00～16:00（定員3人）

ところ：駅南庁舎
予約：12/10（木）17:15まで（先着順、定員になり次第終了）

※上記相談以外にも、市役所各担当課で、人権、福祉、税、健康などの各種相談業務を随時行っています。お気軽にご相談ください。

☎ 駅南庁舎市民総合相談センター ☎ 0857-20-3862

多重債務・ヤミ金融など相談会（無料）

弁護士などの専門家による無料相談会です。 ※要予約
とき：11月18日（水）13:30～16:00

ところ：県庁 会議室
☎ 県消費生活センター（県庁第二庁舎2階東部消費生活相談室）☎ 0857-26-7605 ☎ 0857-26-8144

行政への困りごと相談（無料）

内容：国の仕事や手続き、サービスなど（行政相談委員対応）
とき：12/3（木）

ところ：市役所 駅南庁舎
※翌月7日までの情報を掲載しています。当月分は前月号をご覧ください。

☎ 鳥取行政評価事務所 ☎ 0857-24-5542

特設人権相談

とき：11月20日（金）13:00～16:00
ところ：さざんか会館（富安二丁目）
内容：人権問題全般（人権擁護委員対応）について、人権侵害が認められる相談については調査救済（法務局対応）を行うことができます。

☎ 鳥取地方法務局人権擁護課 ☎ 0857-22-2289
※法務局においても平日（8:30～17:15）は毎日相談に応じています。
専用ダイヤル ☎ 0570-003-110

人権・生活相談（無料）

とき：11月5日（木）・10（火）・12日（木）・17日（火）・19日（木）・24日（火）、26日（木）
15:00～17:00（定員各2人ずつ）

ところ：人権交流プラザ（幸町151）
内容：人権に関わること、生活上の悩みなど（カウンセラー対応）

☎ 中央人権福祉センター ☎ 0857-24-8241 ☎ 0857-24-8067
※相談日以外（月曜日～金曜日9:00～16:00）でも、人権福祉員が対応しています。

行政書士無料相談

とき：11月14日（土）10:00～15:00 ※当日受付、先着順
ところ：県立図書館2階 小研修室

内容：相続・遺言、成年後見、帰化・在留許可などの手続きなど（行政書士対応）

とき：12月6日（日）10:00～15:00 ※当日受付、先着順
ところ：気高図書館2階 会議室

内容：相続・遺言、成年後見、農地転用、許認可申請、契約など（行政書士対応）

☎ 鳥取県行政書士会事務局 ☎ 0857-24-2744

司法書士無料相談会

とき：11月19日（木）16:00～18:00 ※予約不要
ところ：県立図書館2階 小研修室

内容：相続、不動産登記、会社・法人登記、成年後見、多重債務など

☎ 鳥取県司法書士会 ☎ 0857-24-7024

空き家・空地有効活用のための無料相談会

とき：11月23日（月・祝）10:00～16:00
ところ：白兔会館

内容：無料相談、空き家等有効活用セミナー

☎ 公益社団法人鳥取県宅地建物取引業協会
☎ 公益社団法人全国宅地建物取引業保証協会鳥取本部 ☎ 0857-27-1844

農家相談

相談希望者は、事前に農業委員会事務局、JA 鳥取いなば各支店（鳥取地域）、各総合支所産業建設課にお申し込みください。

とき 11月4日（水）～26日（木）13:30～16:00 ※下表参照
内容 農地の売買、貸借、転用、農業者年金など

とき(11月)	ところ	とき(11月)	ところ
4日（水）	JA鳥取いなば邑美支店	16日（月）	福部町総合支所
5日（木）	JA鳥取いなばせんたい支店	17日（火）	河原町中央公民館
6日（金）	JA鳥取いなば高草支店	18日（水）	佐治町総合支所
9日（月）	JA鳥取いなば湖南支店	19日（木）	用瀬町総合支所
10日（火）	JA鳥取いなば湖東支店	24日（火）	気高町総合支所
11日（水）	JA鳥取いなば鳥取支店	25日（水）	鹿野町総合支所
12日（木）	国府町総合支所	26日（木）	青谷町総合支所

☎ 第二庁舎農業委員会事務局 ☎ 0857-20-3392 ☎ 0857-20-3043

図書館だより

■中央図書館 ☎ 0857-27-5182 ☎ 0857-27-5192
開館時間 9:00～19:00（土・日曜は17:00まで）
■気高図書館 ☎ 0857-37-6036 開館時間 10:00～18:00
■用瀬図書館 ☎ 0858-87-2702 開館時間 10:00～18:00
※休館日は、毎週火曜日、毎月最終の木曜日

第3回 家庭での読み聞かせ講座

とき 11月18日（水）10:30～12:00
講師 尾野三千代さん（和光大学非常勤講師）
内容 家庭でできる「絵本から物語への橋渡し」について
定員 50人 ※要申込み

第1回 ステップアップ講座

とき 11月18日（水）14:00～16:00
講師 尾野三千代さん（和光大学非常勤講師）
内容 中・高学年向けの本の選書と物語の読み聞かせについて
対象 地域で読み聞かせボランティアをしている人
定員 50人 ※要申込み

親子でいっしょに楽しむ講座

第7回 ふたご座流星群のおはなしとかんたん工作

とき 11月22日（日）14:00～15:30
講師 さしアストロパーク職員
定員 20組（5歳以上） ※要申込み

※いずれも ところ 中央図書館 多目的ホール
申込み・問い合わせ 中央図書館

鳥取ものづくり指導者養成講座

とき 11月14日（土）9:00～16:00（選択講座）
15日（日）9:00～16:00（必修講座）
21日（土）9:00～12:00（選択講座）
ところ 14日：鳥取大学地域学部保育調理室・教育共通実習室1
15・21日：鳥取市文化センター

定員 各講座10人 対象 大人
募集期間 11月2日（月）～10日（火） 受講料 無料
※詳しくはホームページをご覧ください。

☎ ものづくり道場事務局（鳥取大学社会貢献課内）☎ 0857-31-6777 ☎ 0857-31-6708
☎ monodukuri@cjrd.tottori-u.ac.jp
☎ http://www.cjrd.tottori-u.ac.jp/monodukuri/

簡単にできる海の幸料理を紹介します。
鳥取市食育推進委員会 気高支部
海の幸編 Vol.1

食

☆アサリごはんとかわめスープ☆

材料（4人分）

アサリごはん		わかめスープ	
米	2合	わかめ（乾燥）	5g
アサリ	2パック （280～300g）	玉ねぎ	100g
		卵	2個
酒	1/2カップ	鶏がらスープの素	小さじ1・1/2
こしょう	少々	水	5カップ
塩	ひとつまみ	しょうゆ	小さじ1
細ねぎ	20g	こしょう	少々

アサリごはん

- ① 米は軽くとき、ザルに上げる。
- ② アサリは砂出しをし、きれいに洗う。
- ③ 細ねぎは小口切りにする。
- ④ フライパンを熱し、②のアサリと酒、こしょうを入れて蓋をする。アサリが開いてきたら③の細ねぎの1/2量を加え、火を止め蓋をして蒸らす。粗熱が取れたら、貝からアサリの身を外す。
- ⑤ 炊飯釜に米と④のアサリの蒸し汁、規定量の水を加えてひと混ぜし、炊飯器で炊く。
- ⑥ 炊き上がったら、アサリの身と残りの細ねぎ、塩を加えて混ぜ、器に盛り付ける。



わかめスープ

- ① 玉ねぎはくし形に薄切りにする。
- ② 鍋に水と①の玉ねぎを入れて火にかける。
- ③ 玉ねぎに火が通ったら、鶏がらスープの素・わかめ・しょうゆ・こしょうを加える。
- ④ 溶き卵を加え、ひと煮立ちしたら火を止め、器に盛り付ける。

1人分

アサリごはん	エネルギー	303kcal	脂質	0.8g
	タンパク質	6.5g	塩分	0.9g
わかめスープ	エネルギー	53kcal	脂質	3.6g
	タンパク質	3.9g	塩分	1.2g

No.032

ガード博士とメール助手の
消費者トラブル講座

ガード博士からの
ワンポイント！

支払い義務があるかどうか判断できない場合や心配なときはセンターに相談するのじゃ！

ガード博士

携帯電話に「以前あなたの携帯端末から登録された総合情報サイト、特典付きメルマガ、懸賞付きサイトなどの脱会手続きがすすんでいないため、運営会社から依頼を受けて連絡している。これが最終通告であり、放置すれば法的手続きを取る」というメールが届いた。どうしたらいいか。

【アドバイス】
これは架空請求です。「このまま放置すれば法的手続きを取る」などと書かれています。請求の根拠などは記載されていません。利用した覚えのない請求が来ても、相手に連絡をしないけません。お金を払わずに無視してください。

ただし、裁判所から通知が来た場合には、すぐに当センターや弁護士などの専門家に相談ください。

☎ 駅南庁舎市民総合相談センター
0857-20-3862

メール助手