

無料相談

■市民総合相談課（市役所駅南庁舎1階）【予約不要】

《暮らし110番相談窓口 41番窓口》

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。

《消費生活センター 42番窓口》

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8:30～17:15（面談・電話相談）☎0857-20-3863
※土日祝（年末年始以外）は消費者ホットライン ☎188（局番なし）をご利用ください。

下記の予約・問い合わせは 市民総合相談課（市役所本庁舎1階）☎0857-20-3158まで

■法律相談【電話予約制】※ご利用は年度内1回です。

内 容：法律全般（弁護士対応） ところ：本庁舎
と き：12/4（火）・11（火）・18（火）・25（火）
13:00～15:30（定員各5人・1人30分以内）
予 約：11/22（木）8:30～（先着順、定員になり次第終了）

■公正証書などに関する相談【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：12/26（水）13:00～15:30（定員5人）
ところ：本庁舎
予 約：12/21（金）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：12/12（水）13:00～15:30（定員5人）
ところ：本庁舎
予 約：12/5（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：12/20（木）13:00～15:45（定員3人）
ところ：本庁舎
予 約：12/13（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。

人権・生活相談（無料）

と き：11月6日（火）・13日（火）・20日（火）
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
※相談日以外でも、平日8:30～17:15は人権福祉員が対応しています。

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：12月5日（水）13:30～16:00
ところ：県庁 会議室（東町一丁目）
☎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：11/14（水）・20（火）・27（火）・12/6（木）
13:30～15:00
ところ：11/14＝輝なんせ鳥取、11/20＝さざんか会館、
11/27＝トスク本店インフォメーションルーム、
12/6＝市役所駅南庁舎
※翌月7日までの情報を掲載しています。
☎鳥取行政監視行政相談センター ☎0857-24-5541

特設人権相談

と き：11月8日（木）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

行政書士無料相談

と き：11月10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2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20日（火）16:00～18:00 ※要予約
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



公益財団法人 渡辺美術館
鳥取県魅力ある展示支援事業 KEIKO * 萬桂の世界 ~乱調~
と き 11月3日（土祝）～12月3日（月）
休館日：毎週火曜日（祝日の場合開館翌日休館）
開館時間：10:00～17:00（月・水・木・金は15:00まで）
入館料（上記期間中）
一般 900円 高校生 500円
障がい者 400円 小・中学生 300円
☎渡辺美術館（覚寺55番地）☎0857-24-1152



はり・きゅう・マッサージの療養費支給

医療上必要があると医師が認めた場合に限り、はり・きゅうおよびあんま・マッサージの施術に係る療養費の支給が受けられます。

■療養費の支給対象となる具体的な病名・症状

- はり・きゅうの場合
神経痛、リウマチ、頸腕症候群、五十肩、腰痛症、頸椎捻挫後遺症など
 - あんま・マッサージの場合
筋麻痺、関節拘縮など（筋肉が麻痺している、関節が自由に動かないなどの症状の改善を目的とするもの）
- ※国民健康保険を使って継続して施術を受ける場合は、医師の診察を受けたうえで同意書を交付してもらう必要があります。
※同一疾患で医師の治療を受けている場合や、疲労回復を目的とした施術は、支給対象外となります。
※療養費の申請については施術所へご確認ください。
☎駅南庁舎保険年金課
☎0857-20-3482 ☎0857-20-3407

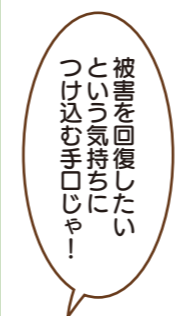
ポリテクセンター鳥取 受講生募集（1月期生）

【CAD / NC加工技術科】・【電気設備技術科】

募集期間	11月16日（金）～12月13日（木）	
訓練期間	平成31年1月4日（金）～6月28日（金） （6か月）	
受講料	無料 ※テキスト代（約1万円）は自己負担	
定員	CAD/NC加工技術科	10人
	電気設備技術科	15人
応募方法	受講申込書をハローワークへ提出してください。	
選考日	12月19日（水）	

☎ポリテクセンター鳥取（若葉台南七丁目）
☎0857-52-8802
☎http://www3.jeed.or.jp/tottori/poly/

ガード博士からのワンポイント!



被害を回復したいという気持ちに「つけ込む手口じゃ!」

※クーリング・オフ：訪問販売など特定の取引について、一定期間内であれば無条件で契約を解除できる制度。

弁護士などの資格がない探偵業者は、返金請求を行うことはできません。調査費用を支払っても被害は回復しないうえに、二次被害に遭うという結果となってしまいます。また、既に廃業している業者から被害金を取り戻すのは非常に困難です。投資詐欺などの被害に遭った人の個人情報、出回っているおそれがあります。その情報をもとに勧誘する業者の話には、決して乗らないようにしましょう。探偵業者と契約した場合でも、クーリング・オフが可能なケースもあります。すぐに消費生活センターに相談してください。

簡単にできる料理を紹介します。
鳥取市食育推進委員会 河原支部
卵編 Vol.5



☆卵のフライ～豆腐ドレッシング添え～☆



材料（4人分）

卵（L）	4個	絹ごし豆腐	1/2丁
パン粉	大さじ8	オリーブ油	大さじ1/2
パセリの	大さじ4	酢	大さじ1/4
みじん切り		レモン汁	大さじ1/4
油	適量	マスタード	小さじ1/2
		砂糖	小さじ1/2
		塩	大さじ1/4
		黒こしょう	少々

【卵のフライ】

- ① パン粉にパセリのみじん切りを混ぜておく。
- ② 小皿に①を大さじ1広げ、その上に卵を割り入れその上に①を大さじ1かける。これを卵の個数分行う。
- ③ フライパンに油を入れ、180℃くらいの温度になったらゆっくりと②を油の中に入れ、両面を焼き、卵がかたくならないうちに引き上げ、油を切る。

【豆腐ドレッシング】

- ① 豆腐はザルに入れて少し水切りをする。
- ② 豆腐とAをフードプロセッサーにかける。
※フードプロセッサーがない場合はなめらかにすりつぶした豆腐に調味料を加えてよく混ぜると出来ます。

一口メモ…短時間で簡単にできます。豆腐ドレッシングはきゅうり、サラダなど色々なものに利用できます。

1人分	エネルギー	228kcal	脂質	16.6g
	タンパク質	10.8g	塩分	1.1g

No.068

ガード博士とメープル助手の消費者トラブル講座

☎ 0857-20-3863
☎ 0857-20-3863

過去の損を取り戻せる?

十数年前、先物取引で多額の損失を出したことがある。最近、探偵業者から電話があり、「先物取引業者の隠し財産が見つかった。調査費用を振り込めば、以前の損を取り戻せる」と言われた。先物取引業者は既に廃業しているが、損を取り戻せるなら依頼したい。信用できるか。

アドバイザー

過去に、先物取引など投資によって損失を被った消費者に、あたかも被害回復ができるかのよう

