

無料相談

■市民総合相談課（市役所本庁舎2階）【予約不要】

《暮らし110番相談 28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

《消費生活センター 29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

※土日祝日（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。

下記相談の問い合わせは市民総合相談課（本庁舎2階）

☎ 0857-30-8181 ☎ 0857-20-3919 まで

■法律相談【電話予約制】※ご利用は年度内1回

内容：法律全般（弁護士対応）

とき：4/5（火）・12（火）・19（火）・26（火）
13:00～15:30（定員各5人・1人30分以内）

ところ：本庁舎2階 28番窓口

予約：3/25（金）8:30～
（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：4/13（水）13:00～15:30（定員5人）

ところ：本庁舎2階 28番窓口

予約：4/6（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：4/21（木）13:00～15:45（定員3人）

ところ：本庁舎2階 28番窓口

予約：4/14（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。

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

とき：4月20日（水）13:30～15:00 ※要予約

ところ：県庁議会棟第13・14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

土地・建物の価格や賃料等に関する相談

不動産鑑定士による無料相談 ※当日受付

とき：4月8日（金）13:00～16:00

ところ：本庁舎2階28番窓口

☎ 本庁舎市民総合相談課

☎ 0857-30-8181 ☎ 0857-20-3919

人権・生活相談

とき：3月15・29日（火）15:00～17:00

ところ：人権交流プラザ（幸町151）

内容：人権に関すること、生活上の悩みなど

定員：各回2人（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。

行政への困りごと相談

内容：国などの仕事や手続き、サービスなど（行政相談委員対応）

とき：3月9日（水）・15日（火）・22日（火）
4月7日（木）13:30～15:00

ところ：3月9日＝輝なんせ鳥取

3月15日＝さざんか会館

3月22日＝トスク本店インフォメーションルーム

4月7日＝麒麟 Square 情報スペース

※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：3月10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

行政書士相談

■行政書士会無料相談

・3月12日（土）10:00～15:00

中央図書館2階多目的ホール ※要予約（1人30分程度）

・4月3日（日）10:00～15:00

気高図書館2階会議室 ※当日受付、先着順

内容：相続・遺言、成年後見、農地転用、契約など

■外国人無料相談会

とき：3月9日（水）10:00～12:00 ※要予約

ところ：鳥取県立図書館2階

内容：在留資格、仕事、国際結婚、その他

※日本人の相談も可、英語・中国語対応可

☎ 鳥取県行政書士会事務局 ☎ 0857-24-2744

市民伝言板 市民のみなさんの自主的な活動をご紹介します。

ユネスコ世界寺子屋運動 書きそんじハガキ・キャンペーン

内容：書きそんじハガキなどを集めて換金し、アフガニスタン・カンボジア・ネパール・ミャンマーのアジア4カ国の教育支援に活用します。／募：書きそんじハガキ（書き間違えなどにより投函しなかった年賀状・切手付郵便ハガキ）、未使用切手、収入印紙、未使用のテレホンカードやQUOカードや図書カードなどの未使用プリペイドカード、各種金券（ビール券、おこめ券、旅行券、株主優待券、その他商品券）／連：鳥取ユネスコ協会 ☎ 0857-24-5009（月・木13:00～16:00）

映画「ちむぐりさ 菜の花の沖縄日記」上映会

時：3月27日（日）10:30～、14:00～／所：鳥取県立博物館講堂／容：石川県から沖縄のフリースクールに通うためにやって来た15歳の少女の目を通し、沖縄の現実を捉えたドキュメンタリー／料：前売1000円（当日1300円）、小中高生前売500円（当日800円）／連：鳥取コミュニティシネマ 清水 ☎ 080-8907-9293 ✉ masuo@jt4.so-net.ne.jp

※5月号に掲載を希望される人は、必要事項を記入し、3月15日（火）までに、ハガキ、ファクシミリ（☎ 0857-20-3040）または電子メール（✉ shihou@city.tottori.lg.jp）で秘書課広報室まで

紙面の都合により掲載できない場合があります。あらかじめご了承ください。

簡単にできる料理を紹介します。
鳥取市食育推進委員会 青谷支部
適塩編 Vol.4

☆白菜と鶏肉の黒こしょう煮☆



材料（4人分）

白菜	200g	鶏もも肉	300g
しょうが	1/2 かけ	塩	小さじ1/4
にんじん	20g	水	200ml
ブロッコリー	120g	A	しょうゆ 大さじ1
粒黒こしょう	20粒		みりん 大さじ1

- ① 白菜は2センチ長さに切り、幅を2～3等分に切る。しょうがは千切りにし、にんじんは3センチ長さの短冊切りにする。粒黒こしょうはスプーンの背などで粗くつぶす。
- ② ブロッコリーは小房に切り分けてゆでておく。
- ③ 鶏もも肉は1口大に切り、塩をふってもみこむ。
- ④ 鍋にAと③を入れて強火にかけ、煮立ったらアクをとり、弱火で5～6分煮る。
- ⑤ ①を加えてさらに2～3分煮てから、最後に②を加えて、さらにひと煮立ちさせる。

1人分	エネルギー	108kcal	脂質	3.9g
	タンパク質	16.3g	食塩相当量	1.0g

ガード博士からの ワンポイント!

退去時のトラブルを防ぐためにも、説明をよく聞くのじゃー



ガード博士

賃貸物件を契約する際、業者は借主に対して、物件についての「重要事項説明」を実施するよう法律で定められています。以前は対面での説明に限定されていましたが、平成29年10月から「IT重説」と呼ばれるオンライン形式が可能となりました。詳しい手順は業者に尋ねましょう。事例のように、物件を直接確認せずに契約すると、トラブルが発生する可能性が高くなると考えられます。契約後に解約すると、入居前であっても違約金などが発生します。やむを得ず、内見せずに契約する場合は、より慎重に説明を聞き、納得したうえで契約するようにしましょう。

【アドバイス】

質賃物件を契約する際、業者は借主に対して、物件についての「重要事項説明」を実施するよう法律で定められています。以前は対面での説明に限定されていましたが、平成29年10月から「IT重説」と呼ばれるオンライン形式が可能となりました。詳しい手順は業者に尋ねましょう。事例のように、物件を直接確認せずに契約すると、トラブルが発生する可能性が高くなると考えられます。契約後に解約すると、入居前であっても違約金などが発生します。やむを得ず、内見せずに契約する場合は、より慎重に説明を聞き、納得したうえで契約するようにしましょう。

賃貸アパートは オンラインで契約できる?!



メーブル助手

☎ 本庁舎鳥取市消費生活センター
0857-20-3863

No.108 ガード博士とメーブル助手の 消費者トラブル講座