

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（市役所駅南庁舎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、多重債務など、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：4/8（火）・15（火）・22（火）・30（水）
13:00～16:00（定員各5人ずつ）

ところ：駅南庁舎
予約：3/25（火）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：4/23（水）13:00～16:00（定員5人）

ところ：本庁舎
予約：4/21（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：4/9（水）13:00～16:00（定員5人）

ところ：駅南庁舎
予約：4/2（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：4/17（木）13:00～16:00（定員3人）
ところ：駅南庁舎
予約：4/10（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

女性なんでも相談

※平成26年4月から「女性なんでも相談」の法律相談は市民総合相談センターの法律相談に統合されます。相談は毎週火曜日（火曜日が休みの時は翌日）開催です。予約受付は前月の25日（25日が休みの時は前日）から行います。毎月の市報でご確認ください。

行政相談

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：4/3（木）・9（水）・15（火）・28（月）13:30～15:00
ところ：4/3＝市役所駅南庁舎、4/9＝輝なんせ鳥取、4/15＝さざんか会館、4/28＝トスク本店インフォメーションルーム

☎ 鳥取行政評価事務所 ☎ 0857-24-5542

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：3月18日（火）13:30～16:00
ところ：県庁議会議棟 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

特設人権相談

とき：3月20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）
☎ 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

行政書士無料相談

とき：3月8日（土）10:30～15:00 ※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、交通事故後遺障害等級認定、帰化・在留許可などの手続きなど（行政書士対応）

とき：4月6日（日）10:00～15:00 ※当日受付、先着順
ところ：鳥取市立気高図書館 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

合同労働相談会（無料）

解雇、雇止め、賃金未払い、労働時間、有給休暇、パワーハラスメントなど労働問題全般に関する相談会（弁護士、社労士など対応）
とき：3月9日（日）10:00～15:00（事前予約優先）
ところ：鳥取市文化センター（鳥取市吉方温泉三丁目701）
☎ 労使ネットとっとり ☎ 0120-77-6010

童謡唱歌100曲マラソン 出演団体募集

童謡唱歌100曲を歌い継ぐコンサート。唱歌「ふるさと」誕生100年を記念し開催します。参加を希望される団体は、3月14日（金）までに問い合わせ先までご連絡ください。

とき：6月18日（水）13:00～
ところ：とりぎん文化会館 梨花ホール
☎ 本庁舎文化芸術推進課 ☎ 0857-20-3226

ガイナレ鳥取2014 ホームゲームのお知らせ

J2復帰に向け、みなさんの応援でガイナレ鳥取を盛り上げましょう。
各種イベント、スタジアムグルメブース（店舗）は、キックオフ3時間前より開始！

試合日程	キックオフ	対戦相手
3月9日（日）	13:00	グルージャ盛岡
3月23日（日）	13:00	SC相模原
4月6日（日）	13:00	AC長野パルセイロ

※当月（4日以降）分と、翌月（7日まで）分の情報を掲載しています。

☎ 株式会社 SC 鳥取 ☎ 0857-30-3033



第3回 まちなかあまいものスイーツ大集合

日時：3月8日（土）10:00～15:00
場所：まちパル鳥取1階
（末広温泉町160 日交本通りビル1F）
テーマ：「春を告げる“和”のスイーツ」
料金：1,000円（税込・10品＋飲み物）
※1枚で2名様まで使用できます。
チケット販売：まちパル鳥取1Fインフォメーション及び参加店舗
参加店舗：鳥取市HPまたは「まちパル鳥取」へお尋ねください。
☎ 鳥取市ふるさと物産館 ☎ 0857-36-3767
第二庁舎経済・雇用戦略課 ☎ 0857-20-3249

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。

第7回ハーナウの集い

時：3月6日（木）14:00～15:00 / 所：さざんか会館内市民活動センター / 容：「ハーナウの街づくり10年計画」市役所 田中雄一朗さん 市役所本庁舎 姉妹都市コーナーの展示品から紹介 / 連：鳥取ハーナウ友好親善協会 安治 ☎ 0857-24-6891

「書の楽しみ」講演会

時：3月14日（金）18:30～20:00 / 所：鳥取ガスグループショールームサルーテ / 容：「書道の楽しさ」「自作」について 講師 石田雲鶴さん（書道家） / 料：500円 [時：3月12日（水）～16日（日）9:30～17:30 / 容：石田雲鶴作品展] 連：申松浦 ☎ 0857-30-2020

市民公開講座

時：3月15日（土）13:30～15:30 / 所：とりぎん文化会館第1会議室 / 容：「在宅緩和ケアで朗らかに生きよう～おひとり様でも大丈夫～」小笠原文雄さん / 料：入場無料 / 主催：にしまち幸苑 / 連：岸 ☎ 0857-25-6517

※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（土）までに、ハガキ、ファクシミリ（☎ 0857-20-3056）または電子メール（mailto: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。

鳥取の食材を活かそう！

☎ 第二庁舎経済・雇用戦略課 ☎ 0857-20-3294



おいり

材料	
干し飯	500g
あられ	適宜
砂糖	150g
水あめ	200g
生姜のしぼり汁	

※残り飯などを水洗いし、天日干しにした干し飯を作りためておく。

- ① 蓄えておいた干し飯を砂炒りする。
- ② あられも同じように炒しておく。
- ③ 砂糖、水あめ、生姜のしぼり汁をゆっくり煮詰めて、砂炒りした干し飯、あられを加え手早くにぎる。



桜餅

材料	
もち米	4合
水	720cc(米と同量)
湯	230cc
砂糖	120g
桜の葉(塩漬)	50枚
味付けあん	1kg

- ① もち米は洗って圧力釜で炊く（沸騰後弱火で10分、火を止めて10分蒸らす）（炊飯器で炊いてもよい）
- ② 分量の湯で砂糖を溶かしておく。
- ③ 炊きあがったもち米に②のシロップをかけてひと混ぜし、ぬれふきんをかけておく。
- ④ あんは、50個に分けて丸めておく。桜の葉は、束のまま軽く洗い、水気を絞っておく。
- ⑤ ③のもち米であんを包み、形を整えて桜の葉で巻く。

☆ポイント

- ・あんを包むとき手をぬらしながら包むときれいに包みやすい。
- ・紫黒米（古代米）を大きじ1杯まぜて炊くと薄桃色の桜餅になる。

ガード博士からのワンポイント！

電気製品は使う前に、取扱説明書の注意書きをよく確認して、安全に使うのじや！



液体を温めるときは、「オート機能」を避けて、液体用の温め機能を使ったり、設定時間を短くしたりして様子をみながら加熱しましょう。温めすぎでしまったと思うときは、電子レンジの扉を開けずに、少し時間（目安として2分以上）を空けてから取り出しましょう。

液体を温めるときは、「オート機能（あたためボタンなど）」を使ったり、設定時間を長くしたりすると、温めすぎになり、カップをゆすったり調味料を入れるなどの刺激を与えることで突然沸騰として吹きこぼれてしまう「突沸」という現象が起こることがあります。

水をカップに入れて電子レンジで加熱した。取り出したときに、水が噴き上がって手にかかり、ヤケドを負ってしまった。

「アドバイス」

液体を温めるときは、「オート機能（あたためボタンなど）」を使ったり、設定時間を長くしたりすると、温めすぎになり、カップをゆすったり調味料を入れるなどの刺激を与えることで突然沸騰として吹きこぼれてしまう「突沸」という現象が起こることがあります。

電子レンジでヤケド！
突沸に注意！

☎ 駅南庁舎市民総合相談センター
0857-20-3863



No.012
ガード博士とメーブル助手の
消費者トラブル講座