

無料相談

市民総合相談 予約は ☎ 0857-20-3862まで

■市民総合相談課(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。

《消費生活センター》

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

■法律相談【電話予約制】

内 容：法律全般(弁護士対応)

と き：6/7(火)・14(火)・21(火)・28(火)
13:00～16:00(定員各5人ずつ)

ところ：駅南庁舎

予 約：5/25(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：6/22(水)13:00～16:00(定員5人)

ところ：本庁舎

予 約：6/20(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：6/8(水)13:00～16:00(定員5人)

ところ：駅南庁舎

予 約：6/1(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：6/16(木)13:00～16:00(定員3人)

ところ：駅南庁舎

予 約：6/9(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課 ☎ 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：5月18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：5/11(水)・17(火)・24(火)・6/2(木)
13:30～15:00

ところ：5/11＝輝なんせ鳥取、5/17＝さざんか会館、
5/24＝トスク本店インフォメーションルーム、
6/2＝市役所駅南庁舎

※翌月7日までの情報を掲載しています。

☎ 鳥取行政評価事務所 ☎ 0857-24-5542

特設人権相談

と き：5月12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

行政書士無料相談

と き：5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：6月5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：5月18日(水)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

鳥取県弁護士会による無料法律相談

と き：5月13日(金)10:00～15:00

ところ：鳥取地方・家庭裁判所

定 員：30人程度(当日受付順)

☎ 鳥取県弁護士会 ☎ 0857-22-3912

鳥取地方・家庭裁判所 ☎ 0857-22-2171(当日のみ)

連合・女性のための全国一斉労働相談ダイヤル ～STOP！セクハラ・パワハラ・マタハラ～

と き：5月19日(木)・20日(金)10:00～19:00

内 容：働くみなさんのトラブルや心配事の解決に向け、相談員が秘密厳守でおこたえます。お気軽にご相談ください。

フリーダイヤル 0120-154-052

※携帯電話からもOK

※相談日以外でもフリーダイヤルで相談を受け付けています。

☎ 連合鳥取(天神町30-5 鳥取県労働会館内)

☎ 0857-26-6605

鳥取市雇用創造協議会 市内一般求職者向け人材育成研修 の受講生募集

【接客力UP人材育成コース】

内 容 一度のチャンスを逃さない接客技術を学び、「また来たい・また会いたい」と思ってもらえることができるスキルを習得できます

研修期間 5月30日(月)～6月3日(金) ※5日間

【6次産業化人材育成コース(食)】

内 容 食の6次産業化をテーマに地域食材、マーケティング、ビジネスプラン作成などを学べます

研修期間 6月6日(月)～10日(金) ※5日間

所 鳥取市文化センター(吉方温泉三丁目)

※1日あたり最大3530円の受講奨励金支給制度があります(一定の条件あり)。

※申込受付は、概ね開講1か月前から開始します。

☎ 鳥取市雇用創造協議会(第二庁舎経済・雇用戦略課内) ☎ 0857-20-3134 または 090-1680-3924

☎ 0857-20-3046

公益財団法人 渡辺美術館

やまもとがぞお 山本一夫遺作展

と き 5月29日(日)まで

こどもの日イベント こどものみ入館料無料

よろいを着て写真を写そう・兜をかぶって写真を写そう

と き 5月5日(木・祝) ※着付料無料

※火曜日休館(祝日の場合開館翌日休館)
10:00～17:00(月・水・木・金は15:00まで)

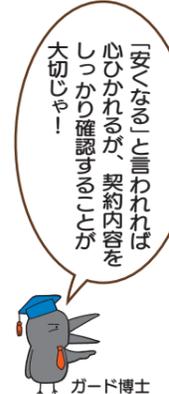
入館料(上記期間中)

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



ガード博士からのワンポイント!



「安くなら」と言われれば心ひかれるが、契約内容をしっかりと確認することが大切じゃ!

なお、事例のケースでは、勧誘時の説明の問題点を元に事業者と解約について話し合うことになりました。

「安くなら」と言われても、他のサービスとのセット契約が必要だったり、現在契約しているサービスの解約料金が発生したりする場合があります。電話勧誘によるインターネットサービスの変更は慎重に行いましょう。

大手電話会社が光回線サービスの卸売を開始し、多くの事業者が光回線サービス事業に参入しています。勧誘を受けた場合は、必ず契約先の事業者名、サービス名などの契約内容を確認しましょう。

「アドバイザー」大手電話会社が光回線サービスの卸売を開始し、多くの事業者が光回線サービス事業に参入しています。勧誘を受けた場合は、必ず契約先の事業者名、サービス名などの契約内容を確認しましょう。

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 青谷支部
海の幸編 Vol.4



☆さけと野菜のさっと煮☆



材料(2人分)

鮭	4切れ(1切れ60～70g)	タイム	4本
小麦粉	大さじ2	ワイン(白)	大さじ4
キャベツ	240g	コンソメ	1個
にんじん	40g	水	400ml
じゃがいも	200g	塩・こしょう	少々
にんにく	1かけ	レモン汁	大さじ1強
オリーブオイル	大さじ2		

- ① キャベツはざく切り、にんじんとじゃがいもは3mm厚さの半月切りにする。
- ② 鮭は塩、こしょうで下味をつけ、小麦粉を薄くまぶす。
- ③ フライパンに薄切りにしたにんにくとオリーブオイルを入れて火にかけ、香りが立ってきたら鮭を入れて焼く。
- ④ 鮭の両面に色よく焼き色が付いたら、①の野菜、タイム、白ワイン、コンソメ、水を加えて蓋をし、中火で10分ほど蒸し煮にする。
- ⑤ 塩・こしょうで味を調え、レモン汁を加えて器に盛り付ける。

一口メモ…手に入りやすい鮭を使い、ハーブ(タイム)でアクセントをつけました。簡単に作ることができて、野菜もたくさん食べられる1品です。

1人分	エネルギー	189kcal	脂質	8.8g
	タンパク質	15.0g	塩分	1.0g

No.038

ガード博士とメール助手の消費者トラブル講座

☎ 駅南庁舎鳥取市消費生活センター
0857-20-38603



メール助手