

無料相談

■市民総合相談課（市役所駅南庁舎1階）【予約不要】

《くらし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

下記の予約・問い合わせは ☎ 0857-20-3862 まで

■法律相談【電話予約制】

内容：法律全般（弁護士対応）
 と き：2/7（火）・14（火）・21（火）・28（火）
 13:00～15:30（定員各5人ずつ）

ところ：駅南庁舎
 予 約：1/25（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：2/22（水）13:00～15:30（定員5人）

ところ：本庁舎
 予 約：2/20（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：2/8（水）13:00～15:30（定員5人）

ところ：駅南庁舎
 予 約：2/1（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：2/16（木）13:00～16:00（定員3人）
 ところ：駅南庁舎
 予 約：2/9（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。

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：1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：1/11（水）・17（火）・24（火）・2/2（木）
 13:30～15:00、
 ところ：1/11＝輝なんせ鳥取、1/17＝さざんか会館、
 1/24＝トスク本店インフォメーションルーム、
 2/2＝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：1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

人権・生活相談（無料）

と き：1月5日（木）・10日（火）・12日（木）・17日（火）・
 19日（木）・24日（火）・26日（木）・31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9:00～16:45は人権福祉員が対応しています。

行政書士無料相談

と き：1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：2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：1月17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

鳥取市勤労青少年ホーム

Good job ナビゲーション ～仕事とキャリアアップのよろず相談～

内容 相談員が、仕事の悩みやキャリアアップおよび転職などの就労に関するあらゆる相談にのり、どうすれば現状の悩みを解決できるか一緒に考えていきます。
 ※1日につき5人程度を定員とし、1人あたりの相談時間は50分を目安とします。
 と き 2月の土曜日（13:00～20:00）
 日曜日（10:00～16:00）
 ところ 鳥取市勤労青少年ホーム1階音楽室もしくは2階音楽室
 相談料 無料（秘密厳守）
 相談員 杉宏司（キャリアコンサルタント）
 対象 市内に居住または勤務の35歳までの勤労青少年
 申し込み 1月4日（水）～20日（金）17:00まで
 ※定員に満たない場合は21日（土）～25日（水）17:00まで延長
 ※プライバシー保護のため完全予約制。
 ☎ 鳥取市勤労青少年ホーム（吉成三丁目1-3）
 ☎ 0857-24-1702

公益財団法人 渡辺美術館 **プレゼントあり!**
お正月七福神巡りスタンプラリー
 と き 1月4日（水）～11日（水）
 ※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（覺寺堤下1-55-1）
 ☎ 0857-24-1152

簡単にできる料理を紹介します。
 鳥取市食育推進委員会 気高支部
 乾物編 Vol.1



☆湯葉出汁豆腐☆



材料（4人分）

湯葉（乾燥）	3枚（20g）	水	4カップ
豆腐（絹ごし）	1丁（400g）	かつお節	6g
長ねぎ	2本（300g）	しょうゆ（うす口）	小さじ2
にんじん	40g	水溶き片栗粉	適量
しょうが	10g		

- ① 長ねぎは斜め切りにし、にんじんはせん切りにする。しょうがはすりおろす。
- ② 鍋に長ねぎ、にんじん、水を入れて蓋をし、中火にかける。
- ③ 沸騰したら、湯葉を適当な大きさに割り、入れる。豆腐は一口大に手でちぎり入れる。
- ④ 再び沸騰したら、かつお節、しょうが、しょうゆを加えてひと混ぜする。
- ⑤ 水溶き片栗粉を加え、とろみが付いたら火を止め器に盛り付ける。

一口メモ…湯葉を戻さず、お鍋一つで簡単にできます。いろいろな野菜とも相性抜群です。

1人分	エネルギー	124kcal	脂質	4.7g
	タンパク質	9.9g	塩分	0.5g

No.046
ガード博士とメープ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！
 ポイントなどのメリットばかりに注目せず、支払い方法をよく確認するのがポイント！

ポイントがお得でも……
 店頭で、よりお得にポイントが貯まると勧められ、クレジットカードの付いたポイントカードを申し込んだ。買い物時に手数料のわからない翌月一括払いを指定して利用したのに、リボ払いで請求書がきた。カード会社に問い合わせると、このカードはリボ払い専用カードと言われた。店頭で説明はなく、知っていたら作らなかつた。
アドバイス
 リボ払い専用カードと気づかず申し込んだ後、請求書を見て初めて気づいたという相談が寄せられています。申し込み時に、支払方法をしっかり確認することが大切です。カードが届いた時も、同封されている利用案内書や規約をよく読み、不明な点があったら、カード会社に確認しましょう。
 リボ払い専用カードや自動リボ払いに登録している場合、店頭で一括払いを指定しても、リボ払いでの請求となります。リボ払いは、毎月の支払額を一定の額に抑えられる分、新たな買い物をすれば、支払総額と支払回数が増え、手数料がかさんで予期せぬ返済額に膨れ上がっていることがあります。利用する場合は、利用するカードの仕組みや手数料、支払期間などをきちんと理解した上で、計画的に利用しましょう。

メープル助手