

# 無料相談

## ■市民総合相談課（市役所新本庁舎2階）【予約不要】

### 《くらし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。

下記の予約・問い合わせは 市民総合相談課（市役所新本庁舎2階）☎0857-30-8181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：12/3（火）・10（火）・17（火）・24（火）13:00～15:30（定員各5人・1人30分以内）  
ところ：新本庁舎2階 28番窓口  
予約：11/25（月）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：12/11（水）13:00～15:30（定員5人）  
ところ：新本庁舎2階 28番窓口  
予約：12/4（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：12/19（木）13:00～15:45（定員3人）  
ところ：新本庁舎2階 28番窓口  
予約：12/12（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：12月14日（土）13:30～15:00  
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

## 人権・生活相談（無料）

とき：11月5日（火）・12日（火）・19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。

## 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：11/13（水）・19（火）・26（火）・12/5（木）13:30～15:00  
ところ：11/13＝輝なんせ鳥取、11/19＝さざんか会館、11/26＝トスク本店インフォメーションルーム、12/5＝市役所新本庁舎  
※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14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

## 「行テラス®」行政書士無料相談

とき：11月9日（土）10:00～15:00 ※当日受付、先着順  
ところ：鳥取市立図書館2階 多目的ホール  
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1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19日（火）16:00～18:00 ※要予約  
ところ：とりぎん文化会館 第5・6会議室  
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

## 境界問題合同無料相談会

- 土地の境界トラブルでお困りではありませんか -

とき：11月28日（木）10:00～16:00 ※要予約  
ところ：鳥取地方法務局3階共用会議室  
相談員：法務局職員、「境界問題相談センターとっとり」土地家屋調査士 ※秘密厳守  
内容：土地の境界をめぐる紛争・トラブルに関する相談  
☎鳥取県土地家屋調査士会（境界問題相談センターとっとり）☎0857-22-7038

毎月22日は「にこにこデー」です  
あいさつであつたか  
ふれあいまちづくり

あいさつは積極的に自分から行っていくことが大事！  
☎さざんか会館中央保健センター ☎0857-20-3194



今月のにっこりさん 山田 亨さん

## 図書館だより

■中央図書館 ☎0857-27-5182 ☎0857-27-5192  
開館時間 9:00～19:00（土・日曜は17:00まで）  
■気高図書館 ☎0857-37-6036 開館時間 10:00～18:00  
■用瀬図書館 ☎0858-87-2702 開館時間 10:00～18:00  
※休館日は、毎週火曜日、毎月最終の木曜日

## 本のリサイクル市 in 駅前バード・ハット

とき 11月3日（日・祝）10:30～14:00

## 家庭での読み聞かせ講座

第2回「おひざでだっこの講演会」  
とき 11月11日（月）10:30～11:15  
内容 0歳からの絵本選び  
講師 山田節子さん（児童書を楽しむ会つくしんぼ代表）  
対象 0～2歳の乳幼児とその保護者  
定員 20人 ※要申込・先着順

## 親子でいっしょに楽しむ講座

### 第12回「ストーリーテリングのおはなし会」

とき 11月24日（日）10:00～11:00  
講師 おはなしろうそくの会  
対象 5歳以上の子どもとその保護者  
定員 20組 ※要申込・先着順

※講座はいずれも ところ 中央図書館多目的ホール

## 中電ふれあいホール 11月ギャラリーの案内

- 1日（金）～3日（日祝） ◆秋の盆栽展
- 9日（土）～13日（水） ◆全国公募書道展「放哉を書く」
- 15日（金）～20日（水） ◆写友会カプリシャス写真展
- 22日（金）～27日（水） ◆ガラスアートコンクール入賞作品&インストラクター作品展
- 29日（金）～12月4日（水） ◆「いこいの森」作品展 ◆「愛瓢会」作品展

☎中電ふれあいホール（片原一丁目201）☎0857-22-0354 開館時間：9:30～17:30  
休館日：毎週月曜日・年末年始 ※入館無料

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  
魚編 Vol.4



## ☆あじのムニエル梅ソースかけ☆



### 材料（4人分）

あじ	中4尾	A	しょうゆ	小さじ2
小麦粉	大さじ2		みりん	大さじ2
こしょう	少々		酒	大さじ1
オリーブ油	大さじ1		酢	大さじ1
レタス	適量		白いりごま	大さじ1
さつまいも	100g		ねぎ（みじん切り）	1/2本
バター	5g		梅干し	3個
ミニトマト	8個		（はちみつ漬け8%）	
パセリ	少々			

- あじは3枚におろし、水気をふきとってからこしょうをして、小麦粉を薄くまぶす。
- フライパンにオリーブ油をしき、①を皮目から入れて、片面をしっかりと焼いてから、裏返して両面を焼く。
- 梅干しは種を除き、包丁でたたく。
- ボウルに③、Aを加え、混ぜ合わせて梅ソースを作る。
- さつまいもをよく洗い、水気を残したままラップに包み、レンジで約3分加熱する。へたを切り落とし、皮付きのまま1㎝幅の輪切りにする。フライパンでバターを入れてさっと焼く。
- 器にレタスを敷き、②のムニエルを盛り、④の梅ソースをかけて、⑤、ミニトマト、パセリを付け合わせる。

1人分	エネルギー	217kcal	脂質	8.0g
	タンパク質	13.6g	塩分	1.3g

No.080

### ガード博士とメール助手の消費者トラブル講座

☎ 新本庁舎鳥取市消費生活センター ☎0857-20-3863

#### 個人情報削除してあげるって本当?!

公的機関を名乗る人から、「あなたの個人情報が漏れているので削除してあげる」と電話があった。削除を依頼すると、「削除するには代理人を立てる必要がある」と言われ、その人から代理人になってくれる団体名と個人登録番号を聞いた。後日、その団体の人から電話があり、個人登録番号を伝えた。今度は弁護士を名乗る人から電話があり、「個人登録番号を他人に教えるのは違法。裁判になるので保証金がある。後で全額返金されるので、一旦払って」と言われた。

【アドバイス】  
公的機関が「個人情報削除してあげる」などと電話をかけることはありません。相手にせず、すぐに電話を切りましょう。事例の手口は、複数の登場人物が役回りを分担し、不安をあおりながら、言葉巧みにお金を騙し取るうとする「劇場型詐欺」の典型例です。

一度電話に出ると、切りにくくなったり、以降も電話がかかってくる可能性があります。留守番電話機能を利用して、怪しい電話には出ないようにしましょう。

お金を支払ってしまったと、取り戻すことは極めて困難です。お金を支払う前に、消費生活センターにご相談ください。

ガード博士からワンポイント！  
公的機関をかたる不審な電話に注意するのじやよ！

ガード博士

メール助手