

# 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。

下記の予約・問い合わせは 市民総合相談課（市役所本庁舎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：2/4（火）・10（月）・18（火）・25（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：1/24（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：2/12（水）13:00～15:30（定員5人）

ところ：本庁舎2階 28番窓口

予約：2/5（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：2/20（木）13:00～15:45（定員3人）

ところ：本庁舎2階 28番窓口

予約：2/13（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。

とき：2月19日（水）13:30～15:00 ※要予約

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：1月7日（火）・14日（火）・21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：人権に関すること、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：1/8（水）・21（火）・28（火）・2/6（木）  
13:30～15:00

ところ：1/8＝輝なんせ鳥取、1/21＝さざんか会館、  
1/28＝トスク本店インフォメーションルーム、  
2/6＝鳥取市民交流センター1階情報スペース

※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：1月9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：1月11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：2月2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21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

## リファレンしなば

### リサイクルファクトリー 1月スケジュール



内容	日時	定員	費用
マイバック（肩掛けバッグ四角型）	10日（金）10:00～15:00	5人	無料
PPバンドで籠作り（斜め編み）	16日（木）10:00～12:00	5人	無料
ミニバラ作り（樹脂粘土）	21日（火）10:00～12:00	5人	100円
健康布ぞうり	31日（金）10:00～15:00	10人	100円

参加申込 当月4日より受付（先着順）

※持ち物など、詳しくは電話でお問い合わせください。  
※上記以外の体験講座や外部出張も行います。お気軽にご相談ください。

☎ リファレンしなば（伏野2220）

☎ 0857-59-6026 開館時間：10:00～16:00

休館日：月曜日（ただし月曜日が祝日の場合は翌平日）  
1月1日（水・祝）～3日（金）

公益財団法人 渡辺美術館  
おもしろグッズ今昔展  
とき 1月29日（水）～3月2日（月）  
休館日：毎週火曜日（祝日の場合開館翌日休館）  
開館時間：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

簡単にできる料理を紹介します。  
鳥取市食育推進委員会 河原支部  
魚編 Vol.5



## ☆さけの春巻き☆



### 材料（4人分）

春巻きの皮	4枚	甘塩さけ	大1切(70g)
スライスチーズ	2枚	トマト	大1/2個
アボカド	1/2個	パン粉	適量
玉ねぎ	中1/2個	水溶き片栗粉	小さじ2
塩	少々	油	適量

- ① チーズは半分切る。アボカドは皮をむいて拍子切りにする。玉ねぎは薄切りにし、塩を振ってしんなりさせておく。
- ② トマトは種を取って拍子切りにし、パン粉をまぶして水気をとる。鮭は縦長に4つに切っておく。
- ③ 春巻きの皮の真ん中に①と②を並べて巻き、巻き終わりに水溶き片栗粉を付けて閉じる。
- ④ フライパンに多めの油を熱し、160℃になったら③を入れてゆっくり揚げる。

一口メモ…アボカドやトマトの代わりに、大葉やアスパラをいれるといったアレンジでもおいしいです。とても簡単に作れて、お弁当のおかずにもぴったりの一品です。

1人分	エネルギー	220kcal	脂質	15.1g
	タンパク質	8.2g	塩分	0.7g

## ガード博士からのワンポイント!

その場で契約せず、家族や身近な人に相談するのじやよ!



「無料で点検する」と言ってお誘いし、点検後、「このままでは大変なことになる」と不安をあおり、契約をさせる「点検商法」は、高齢者の被害が目立ちます。一度契約をすると、「他にも不具合が見つかった」と、次々と別の契約をさせる「次々販売」につながるケースが多く発生しています。安易に点検を依頼しないようにしましょう。

事例は、訪問販売に該当し、契約書面を受け取った日を含め8日以内なら「クーリング・オフ」が可能です。期間内に通知をした場合、既に工事が終わっていても、代金を支払う必要はありません。不安に思ったら消費生活センターに相談してください。

※クーリング・オフ：訪問販売など特定の取引について、一定期間内であれば無条件で契約を解除できる制度。

## 【アドバイス】

「無料で点検する」と言ってお誘いし、点検後、「このままでは大変なことになる」と不安をあおり、契約をさせる「点検商法」は、高齢者の被害が目立ちます。一度契約をすると、「他にも不具合が見つかった」と、次々と別の契約をさせる「次々販売」につながるケースが多く発生しています。安易に点検を依頼しないようにしましょう。

2日前、「この地区で床下の無料点検をしている」と業者が訪問してきた。無料なら思い見てもらったところ、「湿気がひどく、すくに対処しないと家が大変なことになる」と言われ、床下防湿工事を勧められた。70万円と高額だったので迷っている、「今なら安くする」と言われて、50万円で契約をしたが、不安になったので解約したい。



No.082

ガード博士とメーブル助手の消費者トラブル講座

☎ 本庁舎鳥取市消費生活センター  
0857-20-3863