



## 生活消費 二ユ

### 架空請求にだまされしないで

問 住民保険課戸籍住民相談係 ☎ 34・2087

「利用した覚えがない請求が届いたが、どうしたら良いか」という架空請求に関する相談が、全国の消費生活センターに多く寄せられています。請求の名目は、アダルト情報番組の利用料が多く、請求手段は、電子メール・ハガキ・封書などいろいろあります。

利用した覚えがなければ、業者へは連絡しないでそのまま無視してください。また、思い当たることがあれば、すぐに消費生活相談室などにご相談ください。

「運営業者様から債権譲渡を受けた」

「通信会社様から委託を受けた」など債権譲渡を受けたとする架空請求、存在しない法令や公的機関の名称を用いた架空請求、法務大臣の許可を得た債権回収業者の名称を用いた架空請求、「信用情報機関へのブラックリスト登録、さらに給料差し押さえ」という法的措置を取らざるを得ない」「裁判所に申し立てた後、強制執行、近隣調査などをすることになる」など裁判手続をちらつかせる架空請求もあり、請求内容によってさまざまなパターンがあります。

慌てて業者に連絡をすると、代金を支払ってしまったり、個人情報を知られたりすることにもなりますので、対

応には十分な注意が必要です。

#### 最近の事例

● パソコンに「有料コンテンツを利用し延滞金が発生している。放置すると法的手続きを取る」というメールが届いた。全く身に覚えがない。

● 携帯電話に、債権回収業者を名乗り「長期間サイト利用料金が未納。連絡を」というメールが届いた。サイトは利用しておらず、不審だ。

● 大手オンラインショッピングモールを名乗り「テレビの注文を受け付けた」とのメールが届いたが、注文した覚えはない。どうしたら良いか。

● 「民事訴訟裁判通達書」と書かれたハガキが届いた。何かの代金が未払

いになっているようだ。「内容についての問い合わせはご本人よりお願いします」となっていたので、電話してしまった。大丈夫か。

分からないときや心配なときは、町や県の消費生活相談窓口にご相談してください。

#### ▼県消費生活センター

☎ 0742・26・0931

日時 月～金曜日

(祝日、年末年始を除く)

午前9時～午後4時30分

場所 奈良市登大路町10の1

#### 消費生活相談

商品やサービスに関する相談

日時 毎週火・金曜日

(祝日、年末年始を除く)

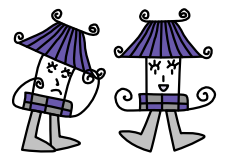
午前10時～午後3時

場所 町役場1階103相談室

☎ 32-2901 (内線174)

担当 消費生活専門相談員

相談方法 面談・電話



## てんいち先生

※「てんいち」とは、てん(英語の10)と、いち(1)を合わせて11(毎月11日は人権を確かめあう日)という意味です。





子どもの成長を願って  
すこやか

## 今、子どもたちは!?

町青少年健全育成推進協議会事務局  
(生涯教育課内) ☎ 32-6193

青少年健全育成推進協議会の事業の中に「400字作文」と「体験作文発表会」があり、町内の小学6年生と中学2・3年生、高校2年生を対象に募集する作文です。これらの作文から、児童・生徒が今どんなことを考え、どのような体験をしているかについて紹介します。

### 400字作文

「今、大切にしていること」という題で、小学6年生と中学3年生を対象に、毎年4月に募集しています。小・中学生の多くが、その中で、つながりや絆の面から「家族」や「友達」の大切さを、また「命」「優しさや思いやり」「時間」「あいさつ」の大切さなどについて書いています。また、小学生の作文では、自分の

思いを素直に表現したものが多く、他に「自分の大切にしている生き物や物」を題材とした作文もあります。中学生の作文では、卒業を意識する中で「部活」や「勉強」を題材とする作文も多くみられます。

共に、自分なりに「大切にしている物やこと」をしっかりと持ち、前に進もうとしていることが感じとれ、心の成長がうかがえます。

※この400字作文の一部は、広報7月号と11月号に掲載しています。

### 体験作文発表会

小学6年生・中学2年生・高校2年生を対象に、日頃の生活での体験から学んだこと、感じたことなどの作文を毎年9月に募集しています。

今年の発表者の作文は「ボランティア活動」「祖父母をはじめとした家族との体験」「自分が所属するクラブ活動での体験」などから、学んだり感じたりしたことが書かれ、読み手(聞き手)の心に響く内容で表現されていました。

2つの事業から、子どもたちは、私たち大人が考えている以上に、物やことを深く見詰め、真剣に考えていることが感じとれます。私たち大人は、その思いや願いをしっかりと受け止め、子どもたちの健やかな成長を見守っていききたいものです。

## すくすく子ども食育プラン

### 簡単! バランス朝ごはん

#### 作り方

- 1 人参は太めの千切りにする。
- 2 たらこは皮を取り除いて、中身を取り出しておく。
- 3 フライパンでサラダ油を熱し、人参を炒め、少ししんなりしたら塩とかつおだしを加えて味付けし、2を加えてほぐしながら炒める。

人参は緑黄色野菜で、特にカロテンを多く含む野菜です。

カロテンは、のどや鼻の粘膜を丈夫にし、細菌に対する免疫力を高めるため、風邪などを予防する効果があります。

また、カロテンは抗酸化物質で、活性酸素(老化を促進し、がんや動脈硬化、糖尿病などの生活習慣病を引き起こす要因となる)を抑制する働きがあります。

生で食べるより油で調理する方が体内での吸収率がアップし、カロテンを効果的に取ることができます。



### 人参のたらこ炒め

1人分エネルギー 59kcal

#### 材料 (4人分)

- ▶人参.....1.5本
- ▶たらこ.....1 / 2腹
- ▶サラダ油.....大さじ1
- ▶塩.....少々
- ▶かつおだし(顆粒).....小さじ1 / 3