



住民保険課 ☎ 34-2087

申し込んでいないのに商品が届く 「送り付け商法」にご注意を！

「以前にお申し込みいただいた健康食品を今から送ります」「いいカニが入りました。産地直送で送ります」などと突然業者から電話があり、断っているのに商品が強引に送られてくる「送り付け商法」の相談が増えています。受け取った以上購入しなければならないと勘違いして支払ってしまう場合もあります。特に判断力や記憶力の衰えた高齢者を狙って勧誘していることが多く、注意が必要です。

送り付け商法の問題点

① 申し込んでいないのに、強引に送ると言われ、断ると暴言を吐かれることがあります。何度断っても、申込を受けた記録があると強硬な態度に出たり、受取拒否をしても、再度購入するようにしつこく迫るケースもあります。

② 会社名を名乗らず、連絡先を尋ねても答えない場合があります。法律では、勧誘に先立って会社名などを消費者に告げることが義務付けられています。

③ トラブルに遭う人の大半が高齢者です。

トラブルに遭わないためには

① 申し込んだ覚えもなく、購入するつもりがなければ「いりません」ときっぱり断りましょう。電話で一度断ったにも関わらず再度勧誘することは、法律によって禁止されています。知らない相手からの電話は出ないようにするのも、自衛策の一つです。

② 商品が届いてしまったら：

断ったにも関わらず送り付けられたら、商品の受取拒否をしてください。代金引換配達で送り付けてくることもありますが、いったん払ってしまうと代金を取り戻すことが非常に難しくなるため注意しましょう。

● 商品を受け取ったとしても、14日間開封せずに保管した後は、自由に処分することができるところがあります。
● 電話で勧誘され承諾してしまったときは、クーリング・オフができます。契約書などの書面を受け取った日から8日間は理由を問わず、生鮮食品であってもクーリング・オフができます。

③ 身近な高齢者がトラブルに遭っていないかどうか見守ってください。認知症などで判断力が低下した高齢者へは、成年後見制度の利用も検討してください。

トラブルに遭ってしまったら

トラブルに遭ったら、すぐに消費生活相談室などに相談してください。お金を振り込んでいたら、すぐに金融機関に事情を伝えてください。

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

午前10時～午後3時

場所 町役場1階103相談室
(☎ 32-2901 内線174)

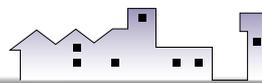
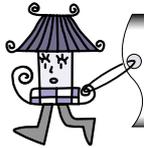
担当 消費生活専門相談員

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。





ロコモチェック

- 2 kg 程度の買い物をして持ち帰るのが困難。
- 家のやや重い仕事（掃除機の使用など）が困難。
- 家の中でつまずいたり滑ったりする。
- 片脚立ちで靴下が履けない。
- 階段を上がるのに手すりが必要。
- 横断歩道を青信号で渡り切れない。
- 15 分続けて歩けない。

介護保険が導入されてから、要介護認定を受ける人は年々増えています。介護が必要となる人、寝たきりとなる人の原因で最も多いのが関節の障害や骨折です。

国保中央病院だより

国保中央病院 ☎ 32-8800

24

健康寿命を延ばすために ロコモチェックを しましょう

整形外科 小野浩史

ロコモーショントレーニング

開眼片脚立

- 床に着かない程度に片脚を上げる。
- 左右 1 分間ずつ、1 日 3 回。
- 転倒しないよう必ず捕まるものがある場所で。

スクワット

- 椅子に腰掛けるよう、ゆっくりお尻を降ろし、座らず途中で立ち上がる。
- 1 回につき 5 ～ 6 回を、1 日 3 回。
- 安全のため、椅子やソファの前で。

ロコモティブシンドローム、略してロコモとは高齢で骨・関節・筋肉が衰えて、立つ・歩く動作が困難になり介護が必要となる状態や、その可能性のある状態をいいます。誰でも加齢とともにロコモのリスクが高まるものなので、早めにロコモを発見し対策を始めることで健康寿命を延ばしましょう。ロコモチェックのうち、一つでも思い当たればロコモの可能性があります。骨粗鬆症などの病気がロコモの原因となることが多く、整形外科での治療が必要です。明らかな病気がないロコモ高齢者の歩行能力改善には、ロコモーショントレーニングが有効です。その他にも、散歩や水泳などの運動も有効です。今の生活より少し運動量を増やして、運動をする習慣を身につけ健康寿命を延ばしましょう。

すこせか

子どもの安全を守るには何が必要

町青少年健全育成推進協議会事務局
(生涯教育課内) ☎ 32-6193

町青少年健全育成推進協議会 家庭教育部研修会が 12 月 4 日(火)に行われ、保護者と助言者 131 人が参加されました。本年度のテーマは「子どもの安全を守るには」でした。昨年は登下校中や下校後の事故が相次いで起こり、安全を守るために親や地域が子どもの安全を守るにはどうすればよいか、また、どこまで関わるのがよいのか話が合われました。

幼稚園分科会、小学校分科会、中学校分科会に分かれ、助言者を交えて、それぞれの校種にふさわしい内容で約 2 時間にわたり熱心な話し合いが行われました。

幼稚園分科会では「知らない人に声を掛けられたらどうするのか」「あいさつはどうするのか」「地域の危険個所や交通安全についてはどのように教えているか」など、日常での事柄が話題となりました。

小学校分科会では登下校中の事故が報道された直後でもあり、「事故に遭わないためにはどうするのか」という内容で話し合いが進みました。中学校分科会では、「ネット犯罪に巻き込まれないためにはどうするのか」が話し合われました。

子どもの年代に応じた内容の話し合いでしたが、安全を守るために共通していたのは、日頃の子どもの声掛けや話し合い、大人が見本となること、地域の目で子どもを守ることが大切だ、ということでした。近年のライフスタイルの多様化による家族関係の希薄化、地域連携の希薄化が子どもの安全まで脅かすことにつながることを、我々、大人は認識し、その改善に向けて取り組む必要があると感じました。

3 月 10 日(日)には、「青少年健全育成の集い」が田原本青垣生涯学習センター弥生の里ホールで開催されます。5 つの自治会が 1 年をかけて進めてこられた「地域のつながりづくり」の実践報告をしていただきます。ぜひ、ご来場していただき、地域教育力の向上に役立てていただければ幸いです。