

# 長野県からのお知らせ

しあわせ♥信州  
山々と育む すこやかな国

## 多重債務に関する無料相談会を実施します

**カードや、ローンの支払いで生活が苦しい…**  
そんな借金問題で苦しんでいませんか？  
弁護士・司法書士による、無料相談会を県内4カ所で行います！

| 日時   | 10月29日(水)<br>10:00～17:00 | 10月30日(木)<br>10:00～17:00 | 11月6日(木)<br>10:00～17:00 | 11月18日(火)<br>10:00～17:00 |
|------|--------------------------|--------------------------|-------------------------|--------------------------|
| 場所   | 松本合同庁舎                   | 上田合同庁舎                   | 飯田合同庁舎                  | 長野県庁                     |
| 申込期限 | 10月27日(月)                | 10月28日(火)                | 11月4日(火)                | 11月14日(金)                |



- ❖相談は完全予約制です。予約は上記申込期限までの土日祝日を除く8:30～17:00です。
- ❖長野県消費生活センター（0263-40-3660）に相談者本人が直接電話にてご連絡ください。
- ❖周囲にお困りの方がいたら、ぜひ本相談会をご案内ください。

（消費者庁イラスト集より）

## 令和7年度 消費者大学を開校します

- 実施方法** オンライン講座（オンデマンド配信予定）  
1回は集合対面方式で実施予定
- 対象者** 18歳以上で長野県内に在住の方（定員100名になり次第締切）
- 講座の内容**
  - 消費者問題の基礎知識
  - 最近の消費者被害の傾向と対策
  - 食品表示を活用した買い物のポイント
  - エシカル消費～思いやりの買物～
  - 若年者の消費生活問題
  - 中高年の消費生活問題
  - その他
- 日程等（予定）** 令和7年 10/18(土), 11/1(土), 11/15(土), 11/29(土), 12/13(土) **10講座(1日2講座)**

**受講料 無料**



（消費者庁イラスト集より）

❖募集方法や詳細については、9月上旬以降に長野県ホームページ（消費生活情報サイト）に掲載します。  
<https://www.nagano-shohi.net/>

## ～9月は関東甲信越ブロック共同・高齢者悪質商法被害防止キャンペーン月間です～



9月は関東甲信越地方の都県・政令市が共同で行う高齢者の悪質商法被害防止キャンペーン月間です。ちょっとした見守り、声がけだけでも悪質商法被害の未然防止や早期発見につながります。皆様の御協力をお願いします。

編集・発行 **長野県消費生活センター**  
(令和7年9月発行) 〒390-0852 松本市大字島立1020 松本合同庁舎4階  
TEL : 0263-40-3660 E-mail : [c-shohi@pref.nagano.lg.jp](mailto:c-shohi@pref.nagano.lg.jp)



はインターネットでもご覧いただけます。  
長野県消費生活情報サイト <https://www.nagano-shohi.net/>

今後の紙面作成の参考のため、アンケートに御回答願います。

くらしまる得情報（令和7年秋号）読者アンケート▶



内容

- 県内の18・19歳の消費生活相談の状況
- 若年者が巻き込まれる消費者トラブル
- エスカレーターを安全・快適にご利用するには
- 自転車用ヘルメットの安全性に注意
- 長野県からのお知らせ

## 県内の18・19歳の消費生活相談の状況

令和4年4月1日の成年年齢引き下げから3年経過しました。新制度で成年となった18・19歳の県内消費生活センターに寄せられた相談の状況を取りまとめました。

相談件数は近年では令和3年度をピークに令和4年度以降は減少しています。

令和5・6年度の相談件数では商品・役務等別件数では、多い順に「商品一般」が19件「他の内職・副業（アフィリエイト内職など）」が13件「賃貸アパート」が9件「脱毛エステ」が8件となっています。

販売購入別では、「通信販売」が78件「店舗購入」が40件「電話勧誘販売」が13件「訪問販売」が10件となっています。

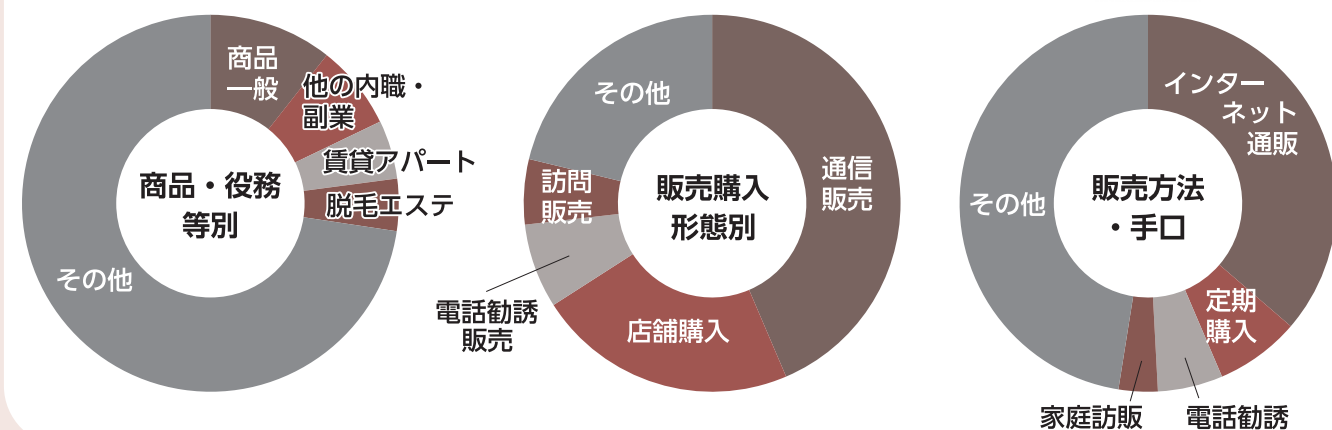
販売方法・手口では、「インターネット通販」が65件「定期購入」が13件「電話勧誘販売」が10件「家庭訪販」が6件となっています。



（消費者庁イラスト集より）



全国の情報は  
国民生活センターの  
HPを御覧ください。



消費者トラブルでお困りのときは、  
**消費生活センターにご相談ください！**

**長野県消費生活センター**（松本市大字島立1020 松本合同庁舎4階）  
**☎0263-40-3660**

**消費者ホットライン188（局番なし）でもご相談いただけます**

継続のご相談など、決まった窓口へのご相談は直通の番号へ電話してください。  
相談は無料ですが、相談窓口につながった時点から、通話料金が発生します。

長野県消費者被害防止啓発キャラクター

**もシカっち**



# 若年者が巻き込まれる 消費者トラブル

18・19歳を含んだ若年者が巻き込まれやすい  
トラブルについて、相談事例とアドバイスを紹介します。



## 事例① 情報商材に注意

### 「在宅ワーク」

などと検索して見つけた事業者から、競馬情報サイトで稼げると勧誘されて電子マニュアルの購入と高額なサポート契約をし、借金をして支払ってしまった。



#### アドバイス

- ◆うまい話はありません！簡単に稼げることを強調する広告や、友人・知人からの誘いでも安易に信じないようにしましょう。
- ◆クレジットカードでの高額決済や学生ローン等の借金を勧められる場合があります。断る際にはきっぱりと断りましょう。
- ◆不安に思ったとき、トラブルにあったときは**すぐに消費生活センターにご相談ください。**

## 事例② 賃貸住宅退去時に注意

### 築17年の賃貸アパート

に入居していたが、先日退去した。退去時に原状回復費用として90万円を請求された。壁紙やフローリングは入居時から汚れていて、管理会社も知っていたはず。納得できない。



#### アドバイス

- ◆入居前に契約内容の説明をよく聞き、契約書の記載内容をよく確認するとともに、賃貸住宅の現状をよく確認し、記録・写真に残しましょう。
- ◆納得できない費用を請求されたときは、国土交通省のガイドラインに示されている基準を参考に、貸主側に費用の明細等の説明を求め、費用負担について話し合いましょう。
- ◆納得できない場合やトラブルになったときは**すぐに消費生活センターにご相談ください。**

## 事例③ セルフエステの契約トラブルに注意

### SNSの広告を見て

セルフエステの無料体験の予約を入れて店舗に向いた。無料体験後にしつこい勧誘を受け、断れずに高額の契約をしてしまった。



#### アドバイス

- ◆自身でエステ機器等を使用するセルフエステは一般的にクーリング・オフは適用されません。
- ◆無料体験のつもりが強引な勧誘を受けて契約してしまうことに注意してください。
- ◆解約を申し出ると違約金を請求されるケースがあります。契約時には契約内容をよく確認しましょう。
- ◆不安に思ったとき、トラブルにあったときは**すぐに消費生活センターにご相談ください。**

## 事例④ 若年者も定期購入トラブルが多数

### ネットで痩せるサプリ

の広告が載っていた。「定期縛りなし」とあったので注文した。商品が届き代金をコンビニ後払いで支払った。翌月も商品が届き、決済業者から代金請求された。



#### アドバイス

- ◆「定期縛りなし」は「1回限り」でなく「いつでも解約できる定期購入」である可能性があります。
- ◆「注文」をクリックする画面（最終確認画面）で定期購入や2回目以降の条件、解約条件の記載を確認しましょう。この画面はスクリーンショットで必ず保存しましょう。
- ◆不安に思ったとき、トラブルにあったときは**すぐに消費生活センターにご相談ください。**

(消費者庁イラスト集より)

## エスカレーターを 安全、快適にご利用するには



安全に、また快適にエスカレーターを利用するため、次のことに気を付けるようにしましょう。  
お子様の無意識の行動が危険に結びつくこともありますので、お子様への御指導もお願いいたします。

1

### ステップの上を歩いたり、走ったりしないようにしましょう

バランスを崩したり、つまずいたりして、転倒するおそれがあります。また、他の利用者に接触して転倒させたりする恐れがあります。

2

### ベビーカー、カート、車いす、台車などは、乗せないようにしましょう

エスカレーターが思わぬ原因で急停止をすると落下や転倒する恐れがあります。

3

### 移動手すりにつかまるようにしましょう

利用中にバランスを崩し、転倒したり他の利用者と接触する恐れがあります。



(出典)  
一般社団法人  
日本エレベーター協会HP



## 他にもこんなことに注意することが必要です！

- ✓ ピンヒールの靴をお履きの方は、ステップの溝に挟まないようにしましょう
- ✓ 傘の先などの細いものをステップの溝に挟まないようにしましょう
- ✓ 乗降口付近では立ち止まらないようにしましょう
- ✓ 歩いたり、走ったりせずに、立ち止まって利用しましょう
- ✓ 追い越しは危険です
- ✓ 幼児を乗せるときは、保護者が支えてください
- ✓ お子様の1人乗りはやめましょう
- ✓ 移動手すりから体を外に乗り出さないようにしましょう
- ✓ 手すりにまたがったり、乗ったりしないようにしましょう
- ✓ はだしでは利用しないようにしましょう  
合成樹脂製やゴム製のはきものも注意



## 自転車用ヘルメットの安全性に注意

令和5年4月1日からすべての自転車利用者にヘルメットの着用が努力義務となっています。  
国内では自転車用ヘルメットの基準は、民間が任意に定めている基準規格がありますが、公的な基準はなく、販売に関する規制もありません。  
国内インターネット通信販売サイトでは、自転車用ヘルメットとして海外の安全基準への適合をうたう商品が複数販売されていますが、基準への適合が疑わしいものもあります。  
自転車用ヘルメットを購入する際には、安全基準への適合マーク表示（SGマーク、JCFマーク、CEマーク（EN1078の表示のあるもの）等）を選ぶようにしましょう。不明点があれば販売元に確認しましょう。

- 購入の際は、なるべく試着して、自分の頭に合ったものを選ぶようにしましょう。
- 着用時、必ずアゴヒモを締めましょう。



(消費者庁イラスト集より)