

センター からの



お便り



2026
秋号

岡山県消費生活センター

〒700-0807 岡山市北区南方2丁目13-1
きらめきプラザ5階
TEL 086 (226) 1019 (2026.9月発行)

Contents

- 消費生活に関するご相談は
- サブスクリプション～アプリの削除だけでは解約にならないことに注意!!～
- 高齢者の消費生活トラブル
- 「見守り」と「気づき」で高齢者の被害を防ごう
- 令和8年度消費者教育フェスタin岡山を開催します
- 消費生活相談事例「副業トラブル」
- 消費生活トピックス
- 消費者啓発セミナーの講師を派遣します
- 令和8年度消費生活講座ご案内

消費生活に関するご相談は

●岡山県消費生活センター相談ダイヤル

岡山 …… **086 (226) 0999**

火曜日～日曜日 9:00～16:30

津山分室 …… **0868 (23) 1247**

月曜日～金曜日 9:00～12:00・13:00～16:30

●消費者ホットライン **局番なし 188** (身近な消費生活相談窓口につながります。^{いやや}「188泣き寝入り」で覚えてください。)

●岡山県消費生活センター ホームページ

<https://www.pref.okayama.jp/site/syohi/>

X (旧Twitter) アカウントID @SyohiOkayamaken



●消費のアドバイス等 山陽新聞・さりお(生活情報紙)・おかやまコープ機関誌 随時掲載

サブスクリプション

～アプリの削除だけでは解約にならないことに注意!!～

相談

お試し1カ月無料のスポーツ動画配信サービス(サブスク)を登録し、観たい動画を視聴したので、2週間後にアプリを削除した。その後、キャリア決済で毎月2,000円、半年以上もサブスクの料金が引き落とされていた。アプリ削除後は一度も視聴していないのに、料金が引き落とされていたことに納得できない。

アドバイス

- ・サブスク(サブスクリプション)契約は、一定期間ごとの料金を支払うことで、その期間内は自由に商品・サービスが利用できる仕組みで、解約しない限り自動的に継続される条件となっている契約です。
- ・サブスクの契約は、アプリのアイコンを削除したり、アンインストールしたりするだけでは解約したことになりません。サービスを提供する事業者の定めた方法で解約の手続きをすることが必要です。
- ・無料のお試し期間が設けられている場合は、お試し期間が終わると自動的に有料のサービスに移行することが多いので注意が必要です。

サブスクを利用する場合の注意点

- ①サブスクを申し込む際には、契約条件をよく確認してから契約する。
- ②申し込む前に、契約の相手方の事業者名、サービス内容、解約方法を確認し、申し込み時の登録情報は解約手続きに必要なので記録しておく。
- ③解約する場合は、事業者の公式ホームページなどで手続き方法を確認する。
- ④利用していないサブスクの料金の支払いがないか、クレジットカードやキャリア決済などの明細は毎月確認する。

サブスクリプションのイメージ



動画配信アプリ
サブスクリプション

1週間トライアル 無料
開始日: 〇月×日 ￥1,200/月

申し込む

無料トライアルの申し込み

クレジットカード番号を入力してください

※無料期間は1カ月
※無料期間を過ぎて解約されない場合には、自動的に有料プラン(￥1,200/月)に移行します

高齢者の消費生活トラブル

①ハウスクリーニングのトラブルに注意

～契約をする前に作業の内容や料金についての説明を十分に聞いて、慎重に検討しましょう～

相談

キッチンの換気扇を5,000円でクリーニングすると電話勧誘があり、依頼した。翌日、業者に換気扇を掃除してもらった際、換気扇フードを風呂場で洗わせてほしいと言われたので風呂場に案内したら、カビ臭いと言われ、風呂場のクリーニングを勧められた。同時に洗面所とトイレのクリーニングも勧められ、相場や作業内容がわからないまま約60万円の契約をしてしまった。

アドバイス

契約内容や料金について十分な検討ができないまま契約してしまった結果、トラブルにつながっているケースがあります。①事業者によってサービス内容や料金は異なるため、必ず複数社から見積もりを取り、事業者の選定は慎重に行う。②料金や説明に納得できない場合は、きっぱりと契約を断る。③作業当日に追加の契約を勧誘されても即決しない。④作業の際は家族などに同席してもらう。⑤クリーニング中に故障や損傷があったときの補償について、契約前にしっかりと確認する。

一定の要件に該当する場合には、クーリング・オフが適用できる場合があります。不安に思った場合やトラブルになったときは、早めに最寄りの消費生活センター等に相談しましょう。



②光回線サービスの電話勧誘トラブルに注意！

～口頭説明だけで契約せず、必ず説明書面を見てから検討しましょう～

相談

自宅に「A社の光回線サービスが終了するためご契約者の方に回線の変更手続と工事の連絡をしている。工事は無料で手続きはこちらで行う」と電話があり、A社の関連会社だと思い承諾した。工事後インターネットが使えなくなり、A社に問い合わせると「当社との契約は解約されており、B社に変更されている。当社の光回線サービスが終了する予定はない」と言われた。B社との契約を解約してA社に戻したい。

アドバイス

突然電話がかかってきた際、契約先事業者からの電話と勘違いして説明を聞き契約してしまうケースがあります。電気通信事業者等が電話で勧誘をする場合は、サービスの名称やサービス提供事業者の名称、勧誘を行う販売代理店などの名称や連絡先、料金など提供条件の概要を説明する義務があります。①電話がかかってきた時は必ず事業者名とサービス名を確認する。②電話がかかってきた日にすぐに契約せず、説明の内容を記載した「説明書面」の送付を求め、書面を見ながら説明してもらう。③説明がよくわからなかった場合は契約しない。④契約をした場合、契約書面が届いたらすぐに内容を確認する。⑤契約を解除したい場合は速やかに契約先事業者に出る。光回線サービスの契約は、契約書面が届いた日を初日とした8日目までの間に契約解除を行う旨の書面を出すことで違約金の負担なしで契約を解除することができます。ただし、利用済サービスの料金、工事費用、事務手数料など一定の負担が生じることがありますので注意が必要です。



「見守り」と「気づき」で高齢者の被害を防ごう

全国の高齢化率は29.4%となり引き続き上昇しています（令和8年版高齢者白書）。また、令和4年認知症の高齢者数は約443万人、軽度認知障害（MCI）の高齢者数は約559万人と推計され、高齢者の約3.6人に1人が認知症又はその予備群といえる状況にあります。こうした状況の中で、判断力や記憶力の低下した高齢者が消費者トラブルに巻き込まれる事例は後を絶ちません。特に認知機能の低下がある高齢者は、契約内容の理解が難しくなったり、勧誘を断りにくくなるなど、被害に遭いやすい状況にあります。

岡山県の高齢化率は、31.2%で全国平均よりも高く、令和7年度岡山県消費生活センターに寄せられた相談件数は7,028件のうち65歳以上の相談件数は2,193件で31.2%を占めています。

特殊詐欺や悪質な訪問販売、定期購入トラブルなど、手口は多様化・巧妙化しており、高齢者が安心して暮らし続けられる地域を実現するためには、本人の自立を尊重しつつ、家族、地域住民などの見守りと気づきが欠かせません。

見守りと気づきのポイント

【居室・居宅の様子】

- ① 不審な契約書や請求書、宅配業者からの不在通知などはないか
- ② 不審な健康食品、魚介類などはないか
- ③ 新品の布団など、同じような商品が大量にないか
- ④ 屋根や外壁などに不審な工事の形跡がみられないか
- ⑤ 不審な業者が出入りしている形跡はないか

【本人の言動や態度など】

- ① しつこい電話を切れなくて困っていないか
- ② お金に困っている様子はないか
- ③ 預金通帳などに不審な出金の記録はないか
- ④ 何を買ったか覚えていないなど、判断能力に不安はないか
- ⑤ 元気がないなど困った様子はないか



認知症とは

様々な病気により脳の神経細胞の働きが徐々に変化し、認知機能（記憶、判断力など）が低下し、日常生活や社会生活に支障をきたすようになった状態をいいます。もっとも多いのは、アルツハイマー型認知症で、半数以上を占めると言われています。

認知症では、物事を覚えられなくなったり、思い出せなくなる「記憶障害」、気が散りやすく集中できなくなる「注意機能障害」、計画や段取りを立てて行動することが難しくなる「実行機能障害」、時間・場所・人との関係がわからなくなる「見当識障害」などの認知機能の障害が現れます。



軽度認知障害（MCI）とは

軽度認知障害（MCI）とは、認知機能が正常な状態と認知症の中間の状態です。もの忘れなどの認知機能の低下がみられますが、日常生活には大きな支障がない場合が多いとされています。放っておくと認知症に進行することがありますが、適切な対応を行うことで認知機能が正常な状態に戻る可能性もあります。

令和8年度消費者教育フェスタin岡山を開催します

消費者トラブルから高齢者を守るアウトリーチ～大学生と医療・福祉関係者との連携を探る～

高齢者が安心して暮らし続けられる地域の実現を目指し、家族、地域住民及び関係機関が連携した見守り・気づき・支え合いの体制づくりの促進を図るため、消費者教育並びに地域福祉に携わる地方公共団体の担当者、消費者教育関係者並びに医療・福祉関係者及び大学等の関係者の参画による消費者教育フェスタを岡山県で開催します。

日時 令和8年10月31日(土)

12:30～16:30 (受付 12:00～)

場所

能楽堂ホールtenjin 9

(岡山市北区天神町9-24)

プログラム

基調講演	演題：高齢者の消費者トラブルと認知症の関係 ～被害防止のために行う地域連携のポイント～ 講師：京都府立医科大学大学院教授 成本 迅 氏
パネルディスカッション	テーマ：「大学生参画のアウトリーチ活動から得られるもの」 コメンテーター：京都府立医科大学大学院教授 成本 迅 氏 コーディネーター：川崎医療福祉大学准教授 田村 久美 氏 パネリスト：民生委員・児童委員、大学生、消費生活相談員
団体・意見交換会	国、自治体、関係団体
ワークショップ	メインファシリテーター：鳴門教育大学教授 坂本 有芳 氏



成本 迅 氏

申込方法 申込フォームからお申込みください。

申込締切 10月15日(木) ※定員になり次第締切 定員 会場：90名 オンライン：250名

問い合わせ先

公益社団法人 全国消費生活相談員協会 TEL 03-5614-0543 (平日10時～16時)



●消費生活相談事例●

副業トラブル～副業サポートの名目で借金させる業者に注意！～

ネット広告の「簡単に儲かる、隙間時間に副業を！」を見て副業に申込みをした。業者に指示されるがまま副業サポート費用として、消費者金融4社から計160万円を借り入れて業者に支払った。その後、業者と連絡が取れなくなり、消費者金融への借金だけが残った。どうしたらよいか。
(20代：男性)



消費者へのアドバイス

「簡単に儲かるからすぐに返済できる」と消費者金融から借入れをして支払ったが、副業で儲けることはできず、消費者金融への返済義務だけが残ってトラブルになった事例が多くあります。

①「簡単に稼げる」「すぐに元が取れる」などの甘い言葉は詐欺の可能性があるのでは？のみにしない。②安易に住所、氏名、銀行口座番号などの個人情報や、免許証の写しを提供したりしない。③「副業の説明のために必要」などと言われても、安易に遠隔操作アプリをインストールしたり、副業を勧誘する業者と画面を共有したりしない。④借金をしてまで契約をしない。⑤不安に思った場合やトラブルが生じた場合には、すぐに最寄りの消費生活センター等に相談しましょう。

●消費生活トピックス●

家庭内転倒事故防止～風呂場等自宅内での転倒事故に注意しましょう！～

風呂場で体勢を崩し、湯舟で背部を強打し肋骨を骨折した（70歳代）、自宅内でスリッパが脱げ、靴下が滑って転倒して前腕を骨折した（70歳代）など高齢者の家庭内事故は「転倒」が最も多く、加齢とともに重症化しやすくなります。

歩行時のすり足や、1～2センチの高さの敷居、じゅうたんの端、室内のコードなどに足を引っかけてしまうといった身体機能の衰えもあります。予防策としては、住環境の改善と身体機能の維持・向上の両方を進めることが重要です。

- 階段や段差に手すりや滑り止めを設置する。
- 室内のコード類をまとめたり、動線上に移動の支障になる物を置かない。
- 滑りにくいスリッパや安定した高さのベッド・椅子を選ぶ。
- 自治体の「転倒予防教室」や「介護予防教室」なども活用し、バランス能力や筋力を養う。



地域や学校、職場での集まりに

消費者啓発セミナーの講師を派遣します

町内会や民生委員、PTA、職場の研修など、いろいろな機会にご活用ください。

派遣対象	県内で開催する町内会、老人会、公民館講座などの会合／学校、職場（企業、福祉関係団体等）の研修会
講座内容	消費者被害の防止を目的とした講話、寸劇、替え歌、紙芝居など
派遣条件	講座時間は30分～1時間30分程度 10人以上の会合（派遣料無料）
講師	ボランティア講師（団体、個人）、消費生活センター相談員等
申込方法	所定の講師派遣申込書に記入のうえ、開催希望日1カ月前までにFAX・メール・郵送のいずれかで申込み



詳しくはこちら

令和8年度 消費生活講座

消費者のみなさんに身近なテーマを取り上げて、日常生活に役立つ情報を提供します。

最近の消費トラブルを「知ること」で自分の大切なもの（お金・時間・家族など）を守りましょう！



回	日 時	テ ー マ	場 所
3	11月12日(木) 13:30～15:00	●終活は誰のため？～今とこれからをよりよく生きるために～ 講師：一般社団法人シニア文化生活研究所 代表理事 小谷 みどり氏	ハイブリッド開催 きらめき プラザ4F 401会議室
4	令和9年2月17日(水) 13:30～15:00	●漢方薬と健康食品の違いや選び方のポイント（仮題） 講師：ふたば漢方薬局 代表取締役 緋田 哲治氏	

【申込方法】 右の二次元コードを読み取っていただくか、岡山県消費生活センターに電話またはFAXでお申込みください。

TEL 086-226-1019 FAX 086-227-3715

※参加費無料。来場には公共交通機関の利用にご協力ください。会場：定員100名 オンライン：300名

