

かいじ号



No.97

クーリング・オフ制度は消費者の味方

～改正特定商取引法で範囲が広がりました!～

平成21年12月1日改正特定商取引法が施行され、一部適用除外の商品・役務はあるものの、原則としてすべての商品・役務が同法の対象になりました。これによって、それら商品・役務もクーリング・オフ制度の対象となり、不意打ち的に勧誘し、契約させる悪質商法の被害から、消費者が救済される範囲も広がりました。例えば、訪問販売で工事契約をした場合、契約内容を記載した書面を受領してから8日以内であれば、工事が終わっていても、書面によりクーリング・オフができます。また、クーリング・オフの結果、事業者は無償で現状に回復することが求められるのです。

特商法によるクーリング・オフ制度

訪問販売や電話勧誘などの特定の取引においては、突然業者が訪問したり、電話をかけてきて、消費者が内容を十分検討する間もなく、断り切れず契約してしまったことがあります。クーリング・オフ制度とは、このようなときに「一度頭を冷やして考え直す(=cooling-off)」期間が与えられ、その期間内なら消費者が一方向的に申し込みを撤回したり、契約を解除することができる、消費者のための制度です。

クーリング・オフすると

- ◎キャンセル料や違約金を支払うことなく、契約を解除することができます。
- ◎すでに支払った費用は返金されます。
- ◎商品は、送料事業者負担で引き取ってもらいます。
- ◎工事等は、無料で工事前の状態に戻す(現状回復)ことを請求できます。

クーリング・オフできる期間

クーリング・オフできる期間は、右表のとおり、取引の内容に応じて決まっています。期間のカウントは契約書面を受け取った日を含めます。

キャッチ・セールスやアポイントメントセールスは、営業所で契約したとしても、特商法上は訪問販売にあたります。

申し出はハガキ(書面)でおこないます

言った言わないの水かけ論にならないためにも、クーリング・オフは簡易書留などで行い、表・裏コピーなどして証拠は必ず残すようにしましょう。(発信した瞬間に有効となります。)

申し出る文面に必要事項を書き、契約した会社宛に送ります。クレジット契約の場合は、信販会社にも送ります。

(必要事項) 契約年月日、商品名、契約金額、販売会社名
契約者の住所・氏名 契約解除する旨

取引内容	期間	現状回復請求権
訪問販売	8日間	あり
電話勧誘販売	8日間	あり
連鎖販売取引 (マルチ商法)	20日間	なし
特定継続的役務提供 (外国語会話教室、 エステティックサロン、 家庭教師、学習塾、 パソコン教室、 結婚相手紹介サービス)	8日間	なし
業務提供誘引販売取引 (内職商法・モニター商法)	20日間	なし

(記載例)ハガキ裏

契約解除通知書

私は、貴社と以下のような契約をしましたが、これを解除します。

契約年月日 平成〇〇年〇月〇日
商品名 〇〇〇〇
契約金額 〇〇〇〇〇円
販売会社 株式会社〇〇〇
〇〇営業所

なお、支払済みの〇〇〇〇〇円を返金し、商品を引き取ってください。

平成〇〇年〇月〇〇日
山梨県〇〇市〇〇町〇〇〇番地
山梨 太郎

クーリング・オフは万能ではありません

だまされてもクーリング・オフすれば大丈夫と思っははいけません。法律上クーリング・オフから除外されるものがあります(4頁参照)。また、クーリング・オフしても、なかなか返金に応じてくれない業者もいます。お金を払った途端に連絡がとれなくなってしまう業者や、倒産してしまう場合もあります。

契約は慎重に、よく検討して行うことが、トラブル回避の一番の方法です。

また、店舗販売や、通信販売にはクーリング・オフの適用はありませんのでご注意ください。

県民生活センターに相談してください

クーリング・オフの期間が過ぎたからと言って、簡単にあきらめず、県民生活センターに早めにご相談ください。契約書面に不備があったり、クーリング・オフの妨害等があれば、期間計算は始まっていないことになります。

消費生活相談電話 055-235-8455(平日8:30~17:00)

朝食を摂りましょう



朝食の必要性

① 脳を活性化させる

脳はエネルギー消費量が大きく、朝食を食べないと、脳にエネルギー（ブドウ糖）がいきわたらず脳が活発に働くことができなくなります。

② 1日2食にすると太りやすくなる

同じエネルギーを3回で摂ると2回で摂るとでは、2回のほうが太りやすくなります。これは空腹時間が長く続くと、体が飢餓モードになって脂肪を貯めやすいカラダになるからだと言われています。また過剰なインスリン分泌によって糖尿病になる可能性もあります。

朝食の摂取状況 平成18年度生活習慣病実態調査の結果より

夜型の生活スタイルや過度のダイエットブームなどにより、朝食を食べない人が増えています。朝食の摂取状況について、「なにも食べていない」と回答した者の割合（欠食率）は、男女ともに20歳代で最も多く、男性24.3%、女性12.7%であり、年齢が高くなるとともに減少しています。また、女性に比べて男性の欠食率が高く、国民健康・栄養調査の結果と同様の傾向にあります。

しっかり朝ごはん ①

感情のコントロールに関わる神経伝達物質「セロトニン」は、生活のリズムが乱れることなどで不足してしまうと精神的に不安定になります。「セロトニン」は必須アミノ酸であるトリプトファン代謝過程で生成されるものです。食物として体内に取り込まれたトリプトファンは、まず脳内に運ばれてビタミンB6・ナイアシン・マグネシウムとともにセロトニンを合成するのに役立ちます。朝食により心を穏やかにするというわけです。

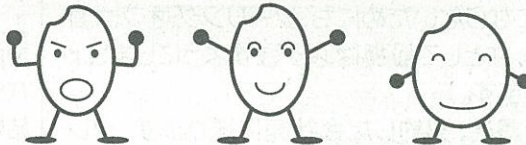
また「セロトニン」は、リズム運動や日光浴で増加しますので、太陽のもとでのウォーキングは、お勧めです。

しっかり朝ごはん ②

朝ごはんを食べることによって

- 寝ている間に下がった体温を上げる。
- 脳を働かせるエネルギー源となる。
- 腸を刺激して、便を出やすくする。

などの効果があります。寝ていた脳と体を起こし、その日1日活動する準備のためにも大切です。



朝ごはんについて

- 一日のエネルギー源となるために必要な穀類（ご飯・パン類・麺類）
- 体温を上げるために必要なたんぱく質（肉・魚・卵・大豆料理）
- 体調を整えるためと排便の習慣づけるために必要な野菜（野菜・いも・きのこ・海藻料理）
- 水分

- (参考) 上で取り上げたトリプトファンは、チーズ・バナナ・種実・大豆製品・柿・卵黄に含まれ、ビタミンB6はレバー・魚・卵・牛乳・バナナに多く含まれています。



朝ごはんを食べることにより、
生活のリズムを整えましょう。

◎問い合わせ先◎

福祉保健部健康増進課健康づくり担当 電話 055-223-1493

米粉の利用が広がっています

米粉とは、文字どおりお米を粉末にしたものです。昔から上新粉やもち粉として、せんべいや和菓子などに使われていましたが、最近では製粉技術の向上により、従来の米粉に比べ、より微細な製粉が可能となり、パンやケーキ、麺類など、小麦粉を原料としていた食品に使われるようになりました。

国産米から作られる米粉の利用は、食料自給率向上にもつながることから需要の拡大が期待されています。



米粉で食料自給率向上!

日本人の食生活を支えている「お米」の消費量は、昭和37年をピークに年々減少し、現在では国内の1年間の需要量は813万トンになっています。

一方、パンや麺の原料である小麦は、そのほとんどを輸入しているため、世界全体の人口増加や食生活の変化による影響を受けて、安定的な確保に不安が生じています。

小麦粉の代替としてパンや麺など様々な食品への利用範囲が広がっている米粉は、食料自給率の向上にうってつけなのです。

米粉食品の特徴

米粉を使った食品には次の特徴があるといわれています。

- ① 良質なタンパク質を小麦粉より多く含んでいます。
 - ② 小麦粉に比べて油を吸収しないので、天ぷらやから揚げのコロモに使うと食感がよりサクサクになります。また、時間がたってもサクサク感が続きます。
 - ③ 小麦粉に比べて水分を多く吸収するので、しっとりなめらかな食感になります。
 - ④ 食物繊維が豊富なため、食べた後の消化がゆっくり行われます。
- (農林水産省資料より)

米粉食品が購入できるお店は、農林水産省山梨農政事務所の「山梨米粉食品マップ」のホームページで検索することができます。お近くに掲載されているお店がありましたら、是非一度新しい食感をお楽しみください。

山梨米粉食品マップはこちら

<http://www.maff.go.jp/kanto/syokuryou/syouhi/sin-komeko/hanbaitenpojouhou/pdf/0901yamanasi.pdf>

平成22年度山梨県食品表示ウォッチャー募集!!

日常の買い物等を通じて、食品表示の状況をモニターしていただき、その状況を県に報告していただく「食品表示ウォッチャー」を募集しています。専門的な知識や資格は一切必要ありませんので、食品の安全性や表示に関心のある方は、お気軽にご応募ください。

- | | |
|-----------|---|
| 活動内容 | 食品表示状況のモニター・報告、研修会(年2回)への参加 |
| 応募資格 | 食品表示に関心のある、県内在住の満20才以上の方 |
| 募集人数 | 50人以内(応募者多数の場合は、地域バランスなどを考慮して選考) |
| 応募方法 | 氏名、性別、生年月日、住所、電話番号、職業、応募理由を明記のうえ、郵送、ファックスまたは電子メールにて応募してください。 |
| 応募締切 | 3月12日(金) |
| 謝礼等 | 年額上限7,000円 |
| 応募・問い合わせ先 | 山梨県消費者安全・食育推進課 〒400-8501 甲府市丸の内1-6-1
TEL055-223-1588 FAX055-223-1587
電子メール:shokuhin-st@pref.yamanashi.lg.jp |

クーリング・オフできないものについて

特定商取引法の適用が除外されるもの(他の法令の規制があるため)

類型	例示
金融取引に関するもの	有価証券の売買、預貯金業務、保険の引受等
通信・放送に関するもの	電話、インターネット接続サービス、ケーブルテレビ、衛星放送等
運輸に関するもの	航空運送事業、鉄道事業、バス・タクシー、フェリー等の運送等
法律に基づく国家資格を得て行う業務に関するもの	公認会計士、土地家屋鑑定士、行政書士、税理士、社会保険労務士等
その他の類型	商品取引、自動車整備業、倉庫業、国民年金、信用購入斡旋、積立式宅地建物販売、海外商品取引、商品投資顧問事業、不動産特定共同事業、裁判外紛争解決手続等

特定商取引法は適用されるが、部分的に除外されるもの(訪問販売、電話勧誘取引)

書面の交付及びクーリング・オフの適用除外

キャッチセールスで行われる飲食店、マッサージ、カラオケボックス、海上タクシーの契約

クーリング・オフの適用除外

- ☑自動車販売、自動車リース
- ☑電気・都市ガス・熱の供給、葬儀
- ☑化粧品等、配置薬(商品を自ら消費・使用したとき)
- ☑3,000円未満の現金取引

詳しい内容は、経済産業省HPで見ることができます。
「消費生活安心ガイド」<http://www.no-trouble.jp>

消費生活相談窓口のご案内

山梨県県民生活センターでは、消費生活のトラブルについて、相談を受け付けています。(平日8:30~17:00)
またセンターの他にも、以下の相談窓口もありますので、ご紹介します。

【週末の消費生活相談窓口】

団体名	電話番号	受付時間
消費者ホットライン(土・日は国民生活センターにつながります)	0570-064-370	10:00~12:00 13:00~16:00
(社)全国消費生活相談員協会	03-3448-1409	10:00~12:00 13:00~16:00
(社)日本消費生活アドバイザー・コンサルタント協会	03-5729-3711	12:00~17:00

【関係団体相談窓口】 月~金曜日 年末年始・祝祭日は除く

団体名	電話番号	受付時間
(社)日本訪問販売協会(訪問販売110番)	03-3357-6019	訪問販売に関する相談、質問等
(社)日本通信販売協会(通販110番)	03-5651-1122	通信販売に関する相談、質問等
(財)日本消費者協会 消費者相談室	03-5282-5319	消費生活に関する相談、質問等
(財)日本産業協会 相談室	03-3256-3344	特定商取引法等の関連相談・同法の申し出制度の案内業務
(社)日本クレジット協会 消費者相談室	03-5645-3361	クレジット全般に関する問い合わせ・相談等
	03-5645-3360	個人情報保護に関する問い合わせ・相談等
(社)日本広告審査機構(JARO)	03-3541-2811	広告・表示に関する苦情・問い合わせ
(財)日本クレジットカウンセリング協会	03-3226-0121	クレジットや消費者ローンの債務返済等相談

平成22年度電気通信サービスモニター募集のお知らせ

総務省関東総合通信局では、電気通信サービスの利用者の方の意見・要望等を電気通信行政に反映させるため、平成22年度電気通信サービスモニターを募集します。

応募資格 電話、インターネット等の電気通信サービスに関心のある20歳以上

活動内容 アンケート調査(年2回・全員)・会議出席(年1回・別途) 謝礼有

委嘱期間 6月1日から10か月間

募集期間 4月2日まで

応募方法 はがき、封書、FAXまたは電子メール

応募・問い合わせ先 総務省関東総合通信局 情報通信部電気通信事業課(〒102-8795 千代田区九段南1-2-1 九段第3合同庁舎23階)
電話番号 03-6238-1676 FAX 03-6238-1698 メール monitor-kanto@soumu.go.jp

編集発行: 山梨県企画部県民生活安全・食育推進課
(旧 県民生活課、食の安全・食育推進室)
山梨県県民生活センター

甲府市丸の内1-6-1 055(223)1352,1588 平成22年3月号

甲府市飯田1-1-20 055(223)1571

(JA会館5階)