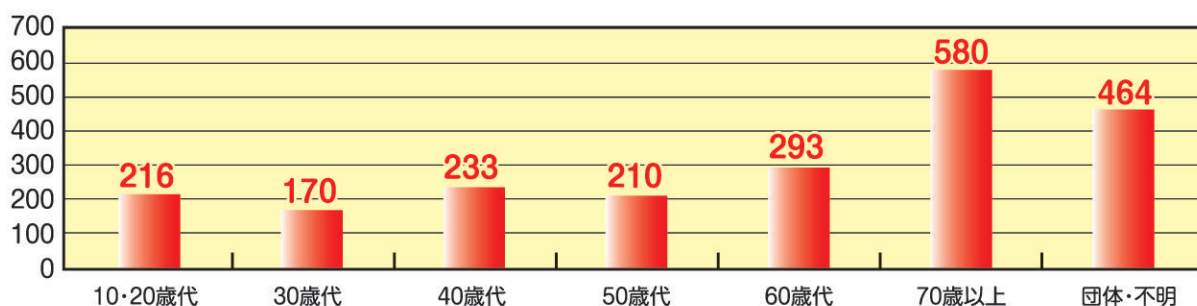


平成25年度の消費生活相談状況

●消費生活相談件数合計は2,166件

平成25年度の消費生活相談状況がまとまりました。相談件数の合計は2,166件と平成24年度に比べて116件の増加となりました。高齢者の方からの相談が多く寄せられています。



(図) 年代別相談件数

●相談に関する特徴

- ・アダルトサイトに関する相談が増加しています。(24年度133件→25年度191件)
- ・契約した覚えがない商品(例:健康食品、カニなどの海産物)の代金を支払わせる悪質な電話勧誘や送りつけ商法(ネガティブ・オプション)に関する相談が増加しています。

●平成25年度の救済金額は1億1,220万円

消費生活センターに相談したことによって「支払わなくて済んだ」「返金があった」といった金額の合計は、平成25年度では1億1,220万円となりました。

みなさんも「強引に商品売りつけられた」「だまされて契約してしまった」などという被害にあった場合、早急に消費生活センターまでご相談ください。

佐世保市消費生活センター

佐世保市平瀬町3番地1

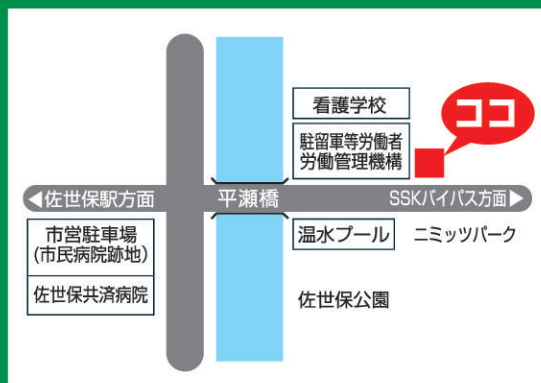
☎22-2591

■相談受付時間: 8:30~17:15

■閉所日: 土・日・祝日、年末年始

【相談をする際の注意点】

1. 相談は原則として佐世保市民の方からのみお受けしております。
2. 事業者の方からの相談はお受けしておりません。



健康食品を正しく理解し、

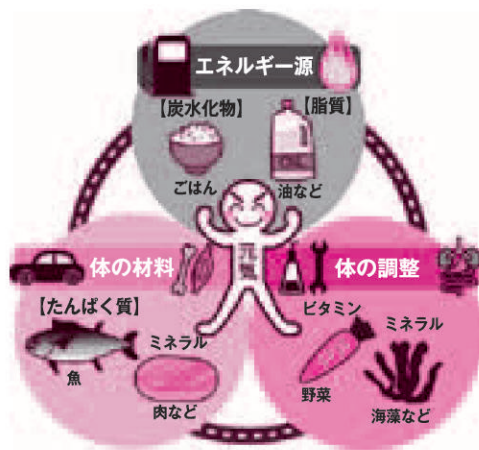
テレビや新聞、インターネットなどで目にする機会が多い健康食品。世の中には様々な健康食品が流通し、情報があふれています。健康食品について正しく理解し、上手につき合うために、どのような点に注意が必要なのか考えてみましょう。

～健康食品とは～

健康を保ち増進させるため、ビタミンなどの栄養成分補給や、カテキンやコラーゲンなど機能成分を補う目的で作られた食品全般が該当しますが、明確な定義はありません。錠剤やカプセル状のものが多く、飲料や粉末、乳製品や食用油、菓子のような形状のものもあります。

～健康食品を買う前に～

バランスの良い通常の食事をとってれば、栄養がそれほど不足することはないでしょう。本当に健康食品が必要かどうか、冷静に考えてみましょう。特定の栄養素不足を気にするより、食事全体のバランスに注意しましょう。厚生労働省、農林水産省が共同で作成した「食事バランスガイド」などを参考にすると良いでしょう。



～健康食品の大まかな分類～

いわゆる健康食品・サプリメント (保健機能食品以外のもの)		
健康食品	「保健機能食品」 (国が特定の機能の表示などを許可したもの)	「特定保健用食品 (通称トクホ)」 (製品ごとに有効性と安全性を国が審査)
		「栄養機能食品」 (12種類のビタミンと5種類のミネラル、いずれかの量の基準を満たしたもの。国による審査はなされない)

健康食品の選択と利用は消費者の自由に任されており、自己責任が問われることとなります。健康食品は、成分を抽出・濃縮して製品化するため、素材によっては不純物が混入し、健康に役立つ成分が含まれていても、濃縮による身体への影響が通常の食事でとる場合と同じとは限りません。成分表示があっても、含有量や純度があいまいな場合もあります。保健機能食品は国が栄養成分の表示を許可、または安全性を評価したものですが、あくまでも保健用途であり、治療に用いるものではありません。

上手につき合いましょう

～薬のような使い方をしない～

病気にかかっている人や、治療のため薬を飲んでいる人は、自己判断だけで健康食品を使わず、必ず医師に相談しましょう。薬との併用で副作用が生じるリスクがあり、適切な治療の機会を失う場合があります。また購入費用で経済的負担が増えてしまいます。健康食品で病気が治ることを明確に示した科学的根拠はありません。使用に際しては記録をつけて、体調や症状の変化を把握し、体調に異変を感じたら使用をやめ、医療機関で診てもらいましょう。

～情報は冷静に受け止める～

- ・「天然」「自然」由来だから安心？
→天然だから安心、安全とは限りません。成分によってはアレルギーの原因になる場合があります。
- ・食品なので副作用はないと思うけど？
→体質や過量摂取、医薬品との併用で副作用が生じることがあります。
- ・加齢に伴って不足する〇〇を補うことができるそうだが？
→特定の成分を健康食品で摂っても、効果的な量が吸収されるとは限りません。中には吸収されにくい成分もあります。
- ・有名な大学の先生が推薦していた。テレビの情報番組でも話題になっていた。
→一人（少数）の専門家の意見だけで科学的根拠とするには不十分です。「特許番号」「受賞歴」など製品の有効性に無関係な情報やテレビや雑誌などからの情報も割り引いて受け止めましょう。
- ・「効果があった」というたくさんの体験談が広告に載っていた。信用できる？
→体験談は科学的検証によるものではありません。メーカーや販売業者は、効果があったという体験談を載せます。また暗示的効果や、医療機関で適切な治療を同時に受けていた可能性が無視されていれば、根拠がはっきりしないものも多く含まれていると考えるべきでしょう。

～健康に過ごすために～

ビタミンやミネラルの重要性が認識され、それらを抽出・濃縮した健康食品が利用されるようになってからの時間は、人類の長い「食」の歴史から見ると、ほんのわずかでしかありません。健康食品の有効性も安全性もまだ分からないことが多いのが現状です。健康を維持するためには「健全な食生活」「適度な運動」「適度な休養」のバランスをとることが重要です。健康食品は、栄養や機能に関する情報を客観的に捉えて、あくまでも補助的に使用しましょう。

平成25年度 主な相談内容

相談が最も多かったものは、アダルト情報サイトに関する相談でした。

順位	商品名・サービス名	件数	主な内容
1	アダルト情報サイト	191	携帯電話やパソコンでアダルトサイトを閲覧したら、不当な請求を受けてしまったといった相談
2	健康食品	156	注文していないにもかかわらず無断で商品を送付し、料金を請求するいわゆる「送りつけ商法」と思われる相談
3	借金	135	多重債務、ヤミ金融等に関する相談
4	インターネット関連	86	携帯電話やパソコンに身に覚えのないサイト利用料の請求を受けたといった相談
5	架空請求	85	「訴訟を起こされているので至急連絡を」といった全く身に覚えのない架空請求のハガキや不審な電話に関する相談
6	賃貸アパート	82	退去する際の敷金返還トラブルに関する相談
7	投資商品・社債	50	投資に関するパンフレットが送りつけられた後、「代わりに購入してくれたら高く買い取る」と複数の業者が投資をさせようとする悪質商法に関する相談。 劇場型詐欺。別名「買え買え詐欺」
8	新聞	45	訪問販売で数年先の契約をし、多重契約になって困っているといった相談
9	出会い系サイト	37	携帯電話やパソコンなどで有料の出会い系サイトへ誘導され、やりとりのたびに多額の利用料を請求されるといった相談
10	修理サービス	36	訪問販売によるふとんの打ち直しの契約、家電製品や自動車等の修理に関する相談

トラブルにあう前・あったら、消費生活センターへご相談ください！