

あなたの身近な人が、 だまされているかも…

◆特徴

被害にあった人の多くは、だまされていることに気がついていません。また「周りに迷惑をかけたくない」「家族に叱られるのが嫌」と考え、気がついてても被害を打ち明けないこともあります。

◆だまされる方は悪くありません

悪質業者は、だましのプロでその手口は巧妙です。だまされる方が悪いというのは大きな間違いです。きつい言葉で問いつめず、共感しながら話を聞きましょう。

◆見守りのポイント

①見慣れない人が出入りしている

訪問販売による勧誘や契約の可能性があります。

②ダンボール箱や新しい商品・契約書がある

まとまった量の健康食品や用具を次々に購入させられている疑いがあります。

③いつもより表情が暗く、元気がない

被害にあった人は、しばしば自分を責めてふさぎこむことがあります。

④急に外出が増えた

急に外出が増えたときは、健康講座商法などの販売会場に出かけている可能性があります。

⑤お金に困っている

高額な商品や投資の契約をしている場合があります。

おかしい?…、 こんなはずじゃ…と思ったら

契約トラブルや消費生活上困ったこと、
知りたいことがあれば、すぐにご連絡ください。

借金

借金返済の
ために借金を
繰り返している



悪徳商法

巧みな言葉に
惑わされ、
商品を買って
しまった



架空請求

身に覚えのない
架空の請求を
でっち上げ、
支払いを
要求してくる



各種トラブル

不動産、相続、
家族、異性、
近隣、保険、
免許証紛失、
その他…



あきらめないで! クーリング・オフ

クーリング・オフ制度とは、訪問販売(催眠商法も含む)などで、契約(申込み)をしても、契約書(申込書)を受け取った日から下記の期間は、無条件で契約の解除(申込みの撤回)ができるという制度です。

クーリング・オフできる期間

- ・訪問販売……………8日間
- ・電話勧誘販売……………8日間
- ・マルチ商法……………20日間
- ・特定継続的役務……………8日間
エステティックサロン、語学教室、家庭教師等
- ・業務提供誘引販売……………20日間
内職・モニター商法



おで書
き契
気約
軽解
に除
す請
相求
談が

相談者の声

「もっと早くればよかった」
「また、話に来てもいいですか」
「話を聴いてもらって自分に気が付きました」

三股町 福祉・消費生活 相談センター

ひとりで悩まないで、ご相談ください

心の相談

眠れない…
家庭や職場での悩み
話し相手がいらない

消費生活の相談

借金で悩んでいる
身に覚えのない請求がきた
不必要なモノを買わされた

相談は無料です。
相談上の秘密は厳守いたします。

【利用時間】 9:00~12:00 13:00~16:00
【休 日】 土・日・祝・年末年始

TEL (0986) 52-0999

〒889-1901 宮崎県北諸県郡三股町樺山3384番地2
(三股町総合福祉センター内)



身体や心の不調に心当たりはありますか？

うつ病の症状は、身体や心の不調にあらわれます。日ごろから、あなた自身と周囲の人の心身の様子に耳をすませてみましょう。

◆自分で感じる症状

悲しい 憂うつ 気分が沈む 元気がない
集中力がない 物事を悪い方へ考える
決断が下せない 自分を責める

◆周りから見えてわかる症状

表情が暗い 元気がない 外出しなくなる
仕事や家事のミスが多くなる 飲酒量が増える

◆身体に出る症状

食欲がない 身体がだるい
疲れやすい 頭痛
動悸 胃の不快感
めまい



ストレスはたまるないうちに対処

受けたストレスをため込まないようにすることが大切です。

毎日の小さなイライラに対して

- ・自分にあったストレス解消をする
- ・休養をとる



自分で解決できない問題に対して

自分でどうにもならないときは、誰かに相談し、ひとりで考えない

うつ病ってどんな病気？

うつ病は、ストレスを受けやすい性格に加えて過度のストレス、疲労などが関係して発症します。環境の変化にうまく適応できないことがきっかけになることも。無理を重ねると誰もがかかる可能性があります。

ストレスを受けやすい性格の例

真面目で几帳面
責任感が強い
ひとりで頑張りすぎる

ストレスのもとになる環境変化の例

転居/退職
職場の酉配置転換
リストラ
結婚/離婚/出産



身体の健康が心を健康に保ちます

疲れを感じたら、こまめな休養を心がけ睡眠を十分にとって身体に疲れを残さないようにしましょう。

心の変化に気が付いたら

早めの対応が早い回復につながります。医師や専門機関に相談しましょう。

- ◆うつ病は治療で回復可能な病気です
- ◆うつ病の早期発見が自殺予防につながります



ひとりで抱え込んでいませんか？

問題はすぐには解決しないかもしれませんが、でも、誰かに話すことで解決の糸口が見つかることもあります。



みまたんまちに暮らす
あなたの力になりたい
誰かに話していいのかわからない
そんなとき
どうぞ、お電話ください

三股町福祉・消費生活相談センター

Tel (0986) 52-0999

【利用時間】 9:00~12:00 13:00~16:00
【休日】 土・日・祝・年末年始

たくさんの方が
相談に来ています。

相談者の声

「もっと早くれば良かった」
「また、話に来てもいいですか」
「話を聞いてもらって自分に気が付きました」