

アナログ回線に戻す契約のはずがサポート契約に…



大手通信会社のサポートセンターを名乗る事業者から「電話を光回線からアナログ回線に戻さないか」と電話があった。インターネットを使っていないため、ちょうどいいと思い契約したが、その後、毎月サポート料金として約3千円引き落とされていることが分かった。確認すると1年縛りのサポート契約が判明。解約を申し出ると、今解約するとキャンセル料が発生すると言われた。

【ひとこと助言】

- 大手通信会社とは関係のない事業者が勧誘しているケースがあります。勧誘を受けた事業者名をしっかりと確認しましょう。
- 知らないうちに、必要のないサービスの契約を結んでいるケースもあります。契約書がきたら、事業者名、料金、クーリング・オフや解約内容などについてよく確認しましょう。
- 光回線をアナログ回線に戻す場合は、現在の契約先や回線業者に問い合わせましょう。

☞ 天童市役所1階 天童市消費生活センター ☎654-1111 (内745)
☞ 消費者ホットライン ☎188 (局番なし)



「国民生活センター 見守り新鮮情報」より参考

❄️ 冬こそ注意！！ かくれ脱水チェック ❄️

脱水というと、夏のイメージが強いかもしれませんが、実は冬も脱水を引き起こすリスクがあります。冬は空気の乾燥や暖房器具使用による湿度低下により、自覚がないまま体から水分が失われています。

加えて、のどの渇きを感じにくい・汗をかいている実感が無いといった理由で夏場より飲料摂取が少なくなっており、日常的に脱水のリスクにさらされています。次の症状に該当する時はかくれ脱水に陥っている可能性がありますので、注意が必要です。

【対象：65歳以上の方】

- 皮膚が乾燥し、つやがない。皮膚がポロポロ落ちる。
- 口の中が粘つく。つばが少なく、つばを飲み込めないことがある。
- 便秘になった、あるいは以前よりひどくなっている。
- 皮膚のハリがなくなり、手の甲をつまみ上げて離した後、跡が3秒以上残る。
- 足のすねがむくみ、靴下のゴムの痕が10分以上残る。



予防・改善策

- 喉が渇いていなくてもこまめに水分補給を行う。
- ほうれん草や小松菜など水分と電解質が豊富な緑黄色野菜、リンゴなどの季節の果物を積極的に摂る。
- 湿度を50～60%前後にキープする。
(加湿器・換気・発熱量の少ないLEDに変える)。
- 異変を感じたらすぐに経口補水液を摂取、かかりつけ医を受診する。



「かくれ脱水JOURNAL」より参考

天童市 地域包括支援センターニュース

～地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口です～

43号
令和3年11月

内容

- はじめよう！脳力アップの生活術
- 心の健康に気を配りましょう
- 社会参加で日常生活を活発に
- 消費者被害情報
- 冬こそ注意！かくれ脱水チェック



相談窓口

天童市地域包括支援センター 中央

天童市老野森二丁目6番3号

☎ 023 - 658 - 8190

HP <http://www.tendo-shakyo.or.jp/>

担当地区 [天童中部・天童北部・成生
津山・田麦野・山口

天童市地域包括支援センター めいこうえん

天童市大字矢野目150番地

☎ 023 - 664 - 0600

HP <http://meikouen.or.jp/>

担当地区 [天童南部・蔵増・寺津
高掬・長岡・干布・荒谷

地域にお住まいの高齢者の皆さんやご家族、地域住民の皆さんの保健・福祉・介護について様々な相談をお受けします。秘密は守りますので、お気軽にご相談下さい。相談は無料です。