

年末年始も再配達削減にご協力ください

私たちの生活に不可欠な社会インフラである「物流」、その物流を支えるトラックドライバーの方々の働き方改革が今年から進められています。

その一方で、何も対策を講じなければ、今のように荷物を運べなくなり、物流が停滞しかねなくなるという、いわゆる「物流の2024年問題」に直面しています。

こうした中、再配達はドライバー不足の深刻化や環境面の負荷増などの社会問題を引き起こす要因の一つになっています。

この状況を改善するため、物流の繁忙期である年末年始においては、特に再配達の削減に向けて、「宅配便を利用するときのアクション」を参考にした取組への皆様のご理解とご協力をお願いします。

宅配便を利用するときのアクション	自分が1回で受け取れる日時・場所を指定しよう	配達状況の通知アプリを活用しよう	まとめ買いで配達回数を減らそう	急ぎ便は状況に応じて使い分けよう
相手が1回で受け取れる日時・場所を指定しよう	送り先の住所は正しく記載しよう	宅配ボックス・置き場を活用しよう	コンビニ受取りを活用しよう	街なかにある宅配ロッカーを活用しよう



(出典：国土交通省ウェブサイト (https://www.mlit.go.jp/seisakutokatsu/freight/re_delivery_reduce_pr.html))

消費者トラブルでお困りのときは、消費生活センターにご相談ください！

北信消費生活センター ☎026-217-0009 長野市大字南長野字幅下692の2 (長野県庁西庁舎2階)	南信消費生活センター ☎0265-24-8058 飯田市追手町2-641-47 (飯田市美術博物館隣)
中信消費生活センター ☎0263-40-3660 松本市大字島立1020 (県松本合同庁舎4階)	東信消費生活センター ☎0268-27-8517 上田市材木町1-2-6 (県上田合同庁舎6階)



消費者ホットライン 188 (局番なし) でもご相談いただけます

継続のご相談など、決まった窓口へのご相談は直通の番号へ電話してください。相談は無料ですが、相談窓口につながった時点から、通話料金が発生します。

編集・発行 長野県県民文化部 暮らし安全・消費生活課
(令和6年12月発行) 〒380-8570 長野市大字南長野字幅下692-2
長野県庁西庁舎2階
TEL 026-232-0111 (代表)
E-mail: kurashi-shohi@pref.nagano.lg.jp



SDGs REGISTERED PARTNER NAGANO PREFECTURAL GOVERNMENT



はインターネットでも御覧いただけます。
長野県消費生活情報サイト <https://www.nagano-shohi.net/>

しあわせ信州

暮らし得情報

内容

- 暗号資産の儲け話に注意しましょう
- 人生100年時代へ向けて将来を見通した資産形成を!
- 知っておきたい 保険のキホン
- 年末年始も再配達削減にご協力ください

暗号資産の儲け話に注意しましょう

- 暗号資産(仮想通貨)は、日本円やドルなどのように国がその価値を保証している「法定通貨」ではありません。インターネット上でやりとりされる電子データです。
- 暗号資産は、相場で価値が変動します。株式や債券と比べて値動きが激しく、短期間に価値が急落し、損をする可能性もあります。
- 暗号資産に不慣れな人を狙った投資詐欺が発生しています。

詐欺的な投資話の事例

マッチングアプリで知り合った相手に暗号資産を勧められ、口座を開設。暗号資産の取引サイトやアプリ上では利益が出ているように見え、大金を振り込んでしまう



利益を出金しようとする高額の税金や手数料等を請求され、出金できないまま相手と連絡が取れなくなる



point 登録業者か確認を

暗号資産交換業者*は、金融庁・財務局への登録が必要です。勧められた取引所・交換所が金融庁に登録されている業者かを金融庁のウェブサイトを確認し、登録がない場合は絶対に誘いを断りましょう。

* 暗号資産と法定通貨の交換や、暗号資産同士の交換を行うサービスを提供する事業者、暗号資産の管理を行う事業者など

point 儲け話はまず疑う

面識のない相手はもちろん、友人・知人であっても、暗号資産の投資を勧められた際は、まずは投資詐欺を疑ってください。

point 冷静な判断を

取引内容やリスクが十分に理解できなければ契約しないようにしましょう。



金融庁ホームページ

https://www.fsa.go.jp/policy/virtual_currency02/

<困ったときの相談窓口>

「暗号資産を含む金融サービスに関するご相談はこちら」

金融庁 金融サービス利用者相談室
0570-016811

「不審な電話などを受けたらこちら」

消費者ホットライン 188 (局番なし)
警察相談専用電話 #9110
又は最寄りの警察署まで

人生100年時代へ向けて ～将来を見通した資産形成を！～

資産形成には「貯蓄」と「投資」の2つの方法がありますが、そのときの資産状況や今後のライフプランなどに適した形で使い分けすることが大切です。

貯蓄



お金を貯めて蓄えること
銀行預金などが
これにあたります

投資



利益を見込んでお金を出すこと
株式や投資信託の購入が
これにあたります

- ◎ 投資にはリスクがつきものですが、リスクの低減のためには「長期運用」、「分散投資」、「積立投資」が鉄則です！
- ◎ 投資は自分の収入や資産状況を考え、余裕資金でコツコツ続けましょう。

長期の資産形成に適した制度「NISA」と「iDeCo」

NISAとは

- ◆「NISA（ニーサ）」は、家計の資産形成を支援するために開始された少額投資非課税制度です。
- ◆通常、株式や投資信託の売却益や配当で得た利益には20.315%の税金が課せられますが、NISA口座で株式や投資信託などを購入すると、一定の投資枠に対する利益が非課税となります。

	新NISA（18歳以上）	
	つみたて投資枠	成長投資枠
年間投資枠	120万円	240万円
非課税保有限度枠（総枠）	1,800万円	
	1,200万円（内数）	
口座開設期間	恒久化	
非課税保有期間	無期限化	
税の優遇	運用益が非課税	

iDeCoとは

- ◆「iDeCo（イデコ）」とは、個人型確定拠出年金制度の愛称で、公的年金を補完して老後に備える私的年金です。
- ◆掛金は65歳になるまで拠出可能であり、60歳以降に老齢給付金を受け取ることができます。掛金が全額所得控除されるほか、運用益が非課税であり、給付を受け取るときにも、税制優遇措置が受けられます。

iDeCo（原則20歳以上65歳未満）	
年間拠出限度額	14.4万円～81.6万円
投資対象商品	投資信託、保険商品、定期預金等
払出制限	原則60歳以降
税の優遇	運用益が非課税 毎年の所得税や住民税、 受取時に支払う税が少なくなる

《知っておきたい》保険のキホン

保険は、万一の場合に自分や家族を経済的に守ってくれる、頼もしい手段です。保険は「生命保険」と「損害保険」に大別でき、それぞれ備える対象が異なります。

生命保険		
死亡保険 ・終身保険 ・定期保険 ・収入保障保険	医療保険 ・医療保険 ・がん保険 ・就業不能保険	老後向け保険 ・個人年金保険 ・介護保険 ・認知症保険

生命保険は、死亡や病気、ケガなどによって自分や家族が経済的に困らないよう備える保険です。



損害保険		
火災保険 地震保険	自動車保険 ・自賠責保険 ・任意保険	個人賠償責任保険 傷害保険

損害保険は、事故や災害などによって被った損害や、他人に与えてしまった損害への賠償に備える保険です。



消費生活センターには、勧誘の際の説明不足や、契約時の告知に起因するトラブル、解約返戻金の額についてのトラブルなどの保険に関する相談が寄せられています。

- 例 ▶外貨建て保険を契約した際に、積み立て式なので「預金しているつもりで」という説明を受けたが、実際は手数料などが引かれ積立額が目減りしていた。
▶元本保証を約束されドル建ての保険を契約したが、元本保証ではなかった。

「外貨建て保険」とは？

外貨建て保険とは、養老保険、終身保険、年金保険などの保険料をアメリカドルやオーストラリアドルなどの外貨で支払い、保険金や年金、解約返戻金を外貨で受け取る保険です。

メリット 円建てに比べて保険料が安い 為替差益を得られる可能性がある など

デメリット 為替リスクがある 為替手数料がかかる 仕組みがわかりにくい など

→保険金や年金を外貨で受け取るときの為替相場によって、得をすることもあれば損をすることもあります。

point

- ◎「よく分からないけれど、入っていないと不安だから…」と安易に契約すると、必要性が低い保険に掛金を支払うことになる可能性があります。
- ◎本当に必要な保険を見極めるとともに、家計に無理のない範囲で保険料を設定することや、ライフステージの変化などに応じて見直しをすることが大切です。