



消費生活サポーターだより No.61

令和6年4月

長野県消費生活サポーターの皆様、こんにちは。春の暖かさを感じられるようになりましたが、皆様いかがお過ごしですか。今月は、「クーリング・オフについて」、「消費生活に関する出前講座・講師派遣事業について」等を掲載しました。皆様の活動の参考にご覧ください。

知っておきたい役立つ情報

◎クーリング・オフについて

契約した後で冷静になって考え直し、契約をやめたいと思ったら、一定の期間であれば無条件で契約の申し込みを撤回したり、契約を解除したりできる制度です。

【特定商取引法におけるクーリング・オフができる取引と期間】

8日間	・訪問販売（キャッチセールス、アポイントメントセールス等を含む） ・電話勧誘販売 ・訪問購入（業者が消費者の自宅等を訪ねて、商品の買い取りを行うもの） ・特定継続的役務提供（エステティック、美容医療、語学教室、家庭教師、学習塾、パソコン教室、結婚相手紹介サービス）
20日間	・連鎖販売取引 ・業務提供誘引販売取引（内職商法、モニター商法等）

※上記販売方法・取引でも条件によってはクーリング・オフできない場合があります。

※通信販売には、クーリング・オフ制度はありません。

【クーリング・オフのポイント】

○ポイント① 事業者が対象となる契約を特定するために必要な情報等（※）やクーリング・オフの通知を発信した日を記載する。

※主な項目の例

- ・契約年月日 ・商品、サービス名 ・契約金額 ・販売会社（担当者）
- ・契約者氏名 ・住所 ・申し込みの撤回または契約の解除の旨

○ポイント② クーリング・オフを行った証拠を保存する。

- ・電子メール⇒送信メールを保存 ・ウェブサイト等の専用フォーム⇒画面のスクリーンショットで保存
- ・はがき⇒はがきの両面をコピーし、「特定記録郵便」、「簡易書留」等の方法で発送

（記載例） 通知書

次の契約を解除します。

契約年月日 令和〇年〇月〇日
 商品名 〇〇〇
 契約金額 〇〇円
 販売会社 株式会社〇〇
 担当者 〇〇

支払った代金〇〇円を返金し、商品を引き取ってください。

令和〇年〇月〇日
 （氏名）
 （住所）

◎機能性表示食品の利用について

紅麹を含む健康食品について、製造者である小林製薬が「紅麹関連製品の使用中止のお願いと自主回収のお知らせ」を発表しています。この製品を購入した方は、直ちに喫食を中止し、身体に異常がある場合には、医療機関を受診するか最寄りの保健所にご相談ください。

※詳しくは、消費者庁ホームページをご覧ください。 <https://www.caa.go.jp/notice/entry/036992/>

【機能性表示食品の利用のポイント】

○まずは、ご自身の食生活をふりかえり、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスをとることが大切です。

○たくさん摂取すれば、より多くの効果が期待できるというものではありません。

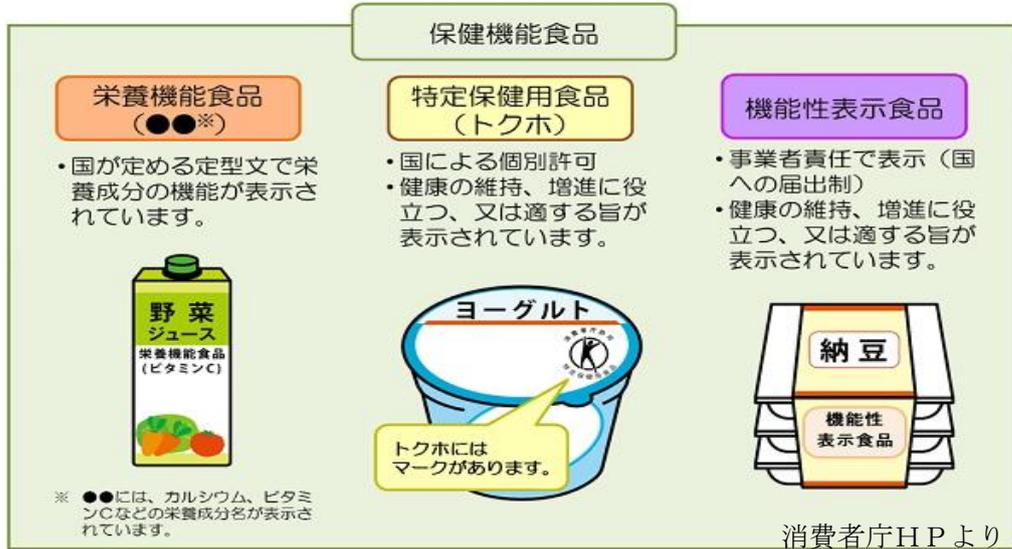
過剰な摂取が健康に害を及ぼす場合もあります。

○体調に異変を感じた際は、速やかに摂取を中止しましょう。

【保健機能食品とは】

保健機能食品は、消費者の皆様が安心して食生活の状況に応じた食品の選択ができるよう、国が定めた安全性や有効性に関する基準に従って食品の機能が表示されている食品です。

保健機能食品には「特定保健用食品」、「栄養機能食品」、「機能性表示食品」の3種類があります。保健機能食品は医薬品ではありません。病気の治療を目的とした薬を飲んでいる方は、医師や薬剤師に相談しましょう。



長野県からのお知らせ

◎消費者月間記念講演会を開催します

無料

日時 令和6年5月21日(火) 13:00～16:00
記念講演 「デジタル時代に求められる消費者力のアップデート
～最新のネットに関する消費者トラブルとその対策～」
参加方法 「ZOOM」もしくは会場でご参加いただけます
※詳しくは、添付されたプレスリリースと長野県ホームページをご覧ください
<https://www.pref.nagano.lg.jp/kurashi-shohi/happyou/20240423press.html>

◎消費生活に関する出前講座・講師派遣事業について

本年度も長野県では、消費生活に関する出前講座・講師派遣事業を実施いたします。地域の方の集まりへ、学校へ、皆さんの職場へ、県職員・外部講師が直接伺います！

無料

【出前講座 (県職員)】

- ▶消費生活講座 ▶訓練型電話でお金詐欺(特殊詐欺)対応講座
- ▶はじめませんかエシカル消費 ▶エシカル消費を買い物で学ぶ(小中学校を対象とした出張授業)

【講師派遣 (外部講師)】

- ▶スマートフォンのマナーと情報モラル ▶金融リテラシー

※ 詳しくは、長野県ホームページをご覧ください。令和6年度の情報につきましては随時更新していきます。

<https://www.pref.nagano.lg.jp/koho/demaekouza.html>

<https://www.nagano-shohi.net/keihatsu/kouza>



長野県 暮らし安全・消費生活課 相談啓発係 担当：宮坂
電話：026-235-7286 FAX:026-235-7374
Eメール：kurashi-shohi@pref.nagano.lg.jp



長野県消費生活部指定キャラクター
もしかっち