

身近な消費者相談が増えています

「商品が届かない…」「返金してもらえない…」などの悪質通販サイトを巡るトラブルにご注意ください！

「銀行振込で代金を支払ったが、その後、商品が届かず、事業者と連絡がとれない」「偽サイトと気づかず商品を購入してしまい、商品が届かず返金もされない」「サイトで商品を購入し、プリペイド型電子マネーで支払ったが商品が届かない」などのトラブルが寄せられている通販サイトがあります。そのようなサイトには、次のような特徴が見られます。

- 市場では希少な物が入手可能となっている。
- ブランド、メーカー品で価格が通常より安くなっている。
- サイト内の説明が不自然な日本語の文章となっている。
- 支払い方法が限定されている。振込先の銀行口座の名義が個人名である。
- キャンセル、返品、返金のルールがどこにも記載されていない。
- サイト上に事業者の名称、住所、電話番号が明確に標記されていない。

**トラブルにあってしまった場合は、すぐに
決済関連事業者に相談してください**

●クレジットカード決済の場合

クレジットカード会社へトラブルにあったことを連絡することで、クレジットカード会社から対応が得られる場合があります。早急に相談しましょう。

●銀行振込の場合

銀行振込で支払ったお金を取り戻すことは非常に困難ですが、早急に振込先銀行に事情を伝え、相談しましょう。併せて、最寄りの警察に被害を届け出るようにしましょう。警察に相談した場合、その旨も振込先銀行の相談窓口伝えましょう。

●プリペイド型電子マネーの場合

お金を取り戻すことは非常に困難ですが、早急にプリペイドカード会社に連絡しましょう。併せて、最寄りの警察に被害を届け出るようにしましょう。

**少しでも不安に思ったらすぐに
消費生活センター等に相談する！**

●消費者ホットライン「188(いやや!)」

最寄りの市町村や都道府県の消費生活センターなどをご案内する全国共通の3桁の電話番号です。

●警察相談専用電話「#9110」

最寄りの警察署の相談窓口につながる全国共通の電話番号です。被害にあってしまった場合は、警察に相談しましょう。

海外通販に関して、越境消費者センターWebサイトでは『悪質通販サイト情報』を掲載しています。購入前に確認して、掲載されているサイトからは購入しないようにしましょう。

問●町住民生活課 環境安全班 ☎0187(84)4903

原則 予約制

マイナンバーカードの出張申請受付をします

マイナンバーカードの臨時申請窓口を、次のとおり開設します。マイナンバーカードを使ってコンビニで住民票などの交付が受けられるようになるなど、便利な使い方が広がっています。ぜひこの機会に申請してみませんか。

会場では、当日顔写真を撮影して申請受付を行います。カードは、1カ月程度で本人限定受取郵便等によりご自宅へ郵送しますので、役場に出向くことなく受け取ることができます。

対象◆

- ・美郷町内に住所がある方
- ・申請日から2カ月以内に転出予定がない方
- ・マイナンバーカードの申請をしていない方
- ・申請者本人が(15歳未満の方は法定代理人と一緒に)会場に来ることができる方
- ・マイナンバーカードが届くまで手元に通知カードがなくても良い方(申請時に返納となります)

日 時◆2月15日(土) 午前9時～午前11時
午後1時30分～午後3時30分

会 場◆美郷町中央ふれあい館

予約期間◆2月6日(休)～2月13日(休)

平日 午前9時～午後5時

予約方法◆下記へ電話で予約ください。

※予約時に時間をお知らせします。

申請書類◆

- ・マイナンバー通知カード(紛失した方は申し出てください)
- ・住民基本台帳カード(お持ちの方)
- ・本人確認書類(下記のA1点またはB2点)

A 顔写真付きの公的身分証明書

運転免許証、運転経歴証明書(平成24年4月1日以降に交付されたもの)、住民基本台帳カード(顔写真付き)、障害者手帳、療育手帳、在留カード など

B 「氏名+生年月日」または「氏名+住所」が記載されている証明書

健康保険証、介護被保険者証、年金手帳、年金証書、各種医療受給者証、学生証 など

書類に不備がある場合や予約なしで申請された方は、後日役場に受け取りに来ていただきます。

問●町住民生活課 戸籍年金班(マイナンバー専用電話) ☎0187(73)6366



冬の健康づくり③ 栄養編

冬の健康づくりシリーズ第3弾です。最終回の今回は栄養編です。普段の食事で簡単に実践できることなので、ぜひ取り組んでみてください。

野菜を食べる

野菜に含まれる食物繊維には、血糖値の上昇を緩やかにする作用や、血液中のコレステロール濃度を下げる働きがあります。お鍋を食べる機会が増えるこの季節、冬野菜やキノコ類をたくさん入れて、野菜の甘みが溶け出したスープと一緒に食べると体も温めることができますよ。目安として、1日の野菜摂取量は350gといわれ、生野菜だと



両手で3杯くらいです。

よく噛むことを意識する



皆さんは普段ひと口何回噛んで食べていますか？ 食事中によく噛むと満腹中枢が刺激され、少ない量でも満腹を感じることができるようになります。噛む回数の目安はひと口30回。まずは普段より5回多く噛むことから始めてみましょう。

これら2つを意識することが健康への第一歩です！

今回で冬の健康づくりシリーズは終了となります。これまでに紹介した運動編・栄養編のどちらも、冬だけでなく一年を通して実践できる内容となっていますので、自身の健康づくりにぜひご活用ください。

問●町福祉保健課 健康対策班 ☎0187(84)4900

国民健康保険からのお知らせ 国民健康保険の加入・喪失の手続きをお忘れなく！

既にマイナンバーカードでの保険証等利用登録が完了している方でも、保険者間の異動は自動で切り替わらないため加入・喪失の届け出は必要です。町福祉保健課医療保険班の窓口へ届け出してください！

■加入手続き

国民健康保険への加入手続きを行う際は、マイナンバーカードの保険証利用登録の有無を確認し、手続きを行います。

手続きに必要なもの

- 社会保険の資格喪失証明書
- マイナンバーカードと4ケタの暗証番号(マイナンバーカードを持っている場合)
※扶養にしていた方も加入する場合はその方の分もお持ちください。
- 来庁者の本人確認書類(運転免許証など)
※マイナンバーカードを持っていない場合。

【マイナンバーカードを保険証としている方】

現在加入している健康保険が国民健康保険である証明として、「資格情報のお知らせ」を交付します。医療機関でマイナ保険証の読み取りができなかった場合に、マイナ保険証と一緒に提示することで受診できます。

【マイナンバーカードを持っていない方】

【マイナンバーカードを持っているが保険証利用登録をしていない方】

保険証の代わりとなる「国民健康保険資格確認書」を交付します。保険証と同じように医療機関窓口にて提示することで受診できます。

■喪失手続き

手続きに必要なもの

- 社会保険に加入した日がわかる証明書等
 - ・社会保険からの「資格情報のお知らせ」や「資格確認書」
 - ・マイナンバーカードと4ケタの暗証番号(マイナ保険証にしている場合)
※マイナポータル資格確認画面が更新されるまで数日かかります。
 - ※扶養にした方もマイナ保険証にしている場合はその方の分もお持ちください。
- ・勤務先からの社会保険資格取得証明書 など
- これまで使用していた国民健康保険の保険証
- 来庁者の本人確認書類(運転免許証など)
※マイナンバーカードを持っていない場合。

加入・喪失の手続き後、保険者間の資格の異動は数日かかりますので、受診される場合は保険者が切り替わった旨を伝え、資格情報のお知らせ等を医療機関等の窓口にて提示してください。

問●町福祉保健課 医療保険班 ☎0187(84)4907

企画財政課

2025年農林業センサスを実施します

農林水産省では、2月1日現在で「2025年農林業センサス」を実施します。農林業センサスは、日本の農林業や農山村地域の実態を明らかにすることを目的とし、全国の農林業

を営む全ての農家、林家および法人を対象に5年ごとに行う調査です。調査をお願いするお宅や法人には、1月中旬ころより統計調査員が調査書類の配布に伺っています。調査の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いします。

回答方法◆・インターネット回答 ・調査員に提出

問 町企画財政課 情報統計班 ☎0187(84)4901