

10月の交通規制のお知らせ

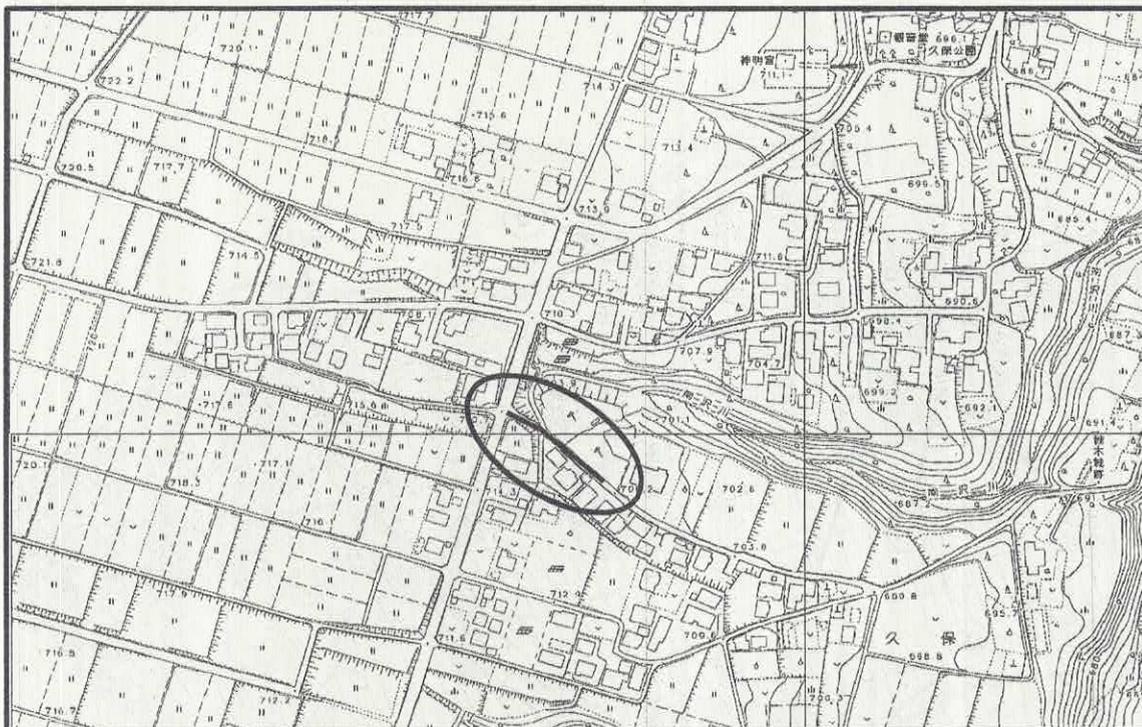
規制中は、ご迷惑をおかけしますが誘導員・看板等の指示に従い、安全に通行していただくと、ご協力をお願いします。



交通規制箇所 位置図

① 久保区 公共ます新設工事 10月上旬から10月下旬まで 全面通行止

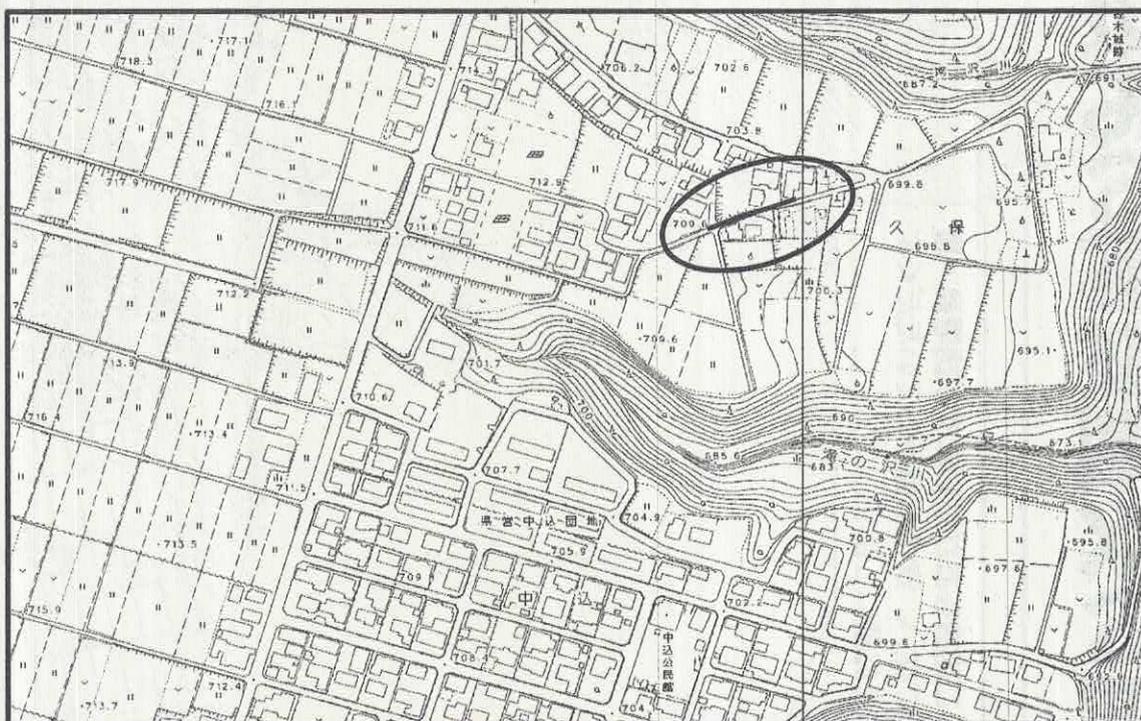
位置図



施工業者 株式会社堀建設 TEL : 0265-73-5777

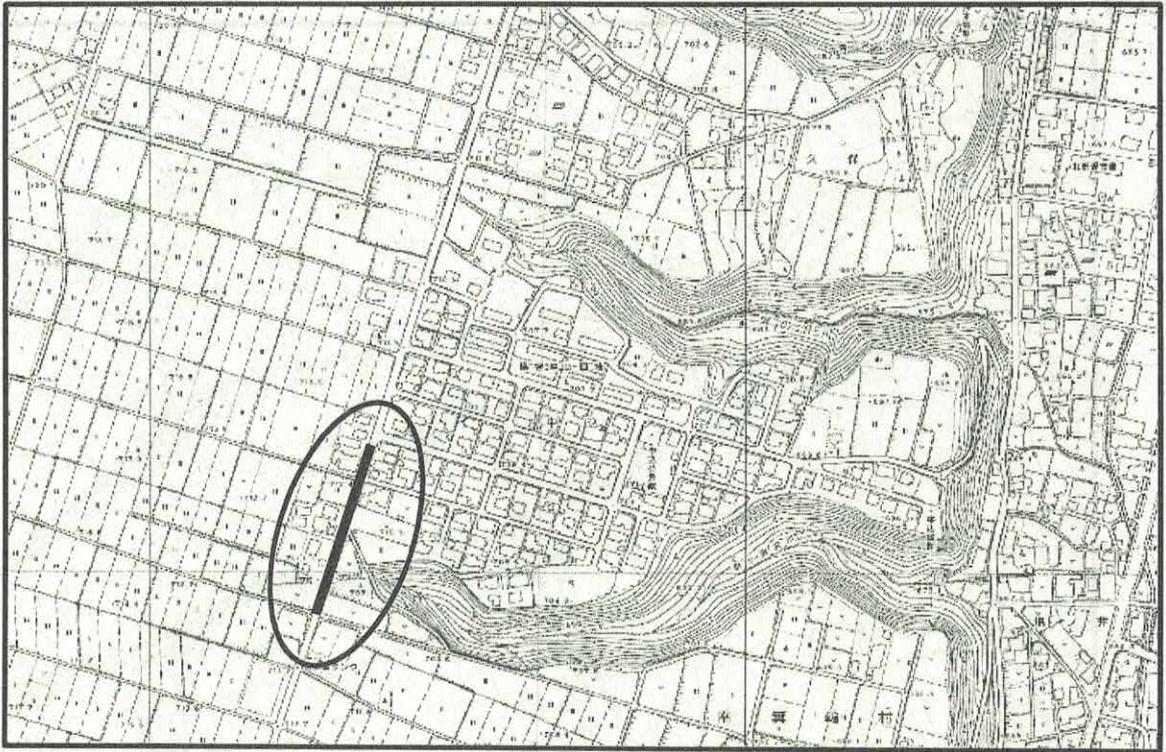
② 久保区 村道1093号線舗装修繕工事 10月上旬~10月下旬 全面通行止

位置図



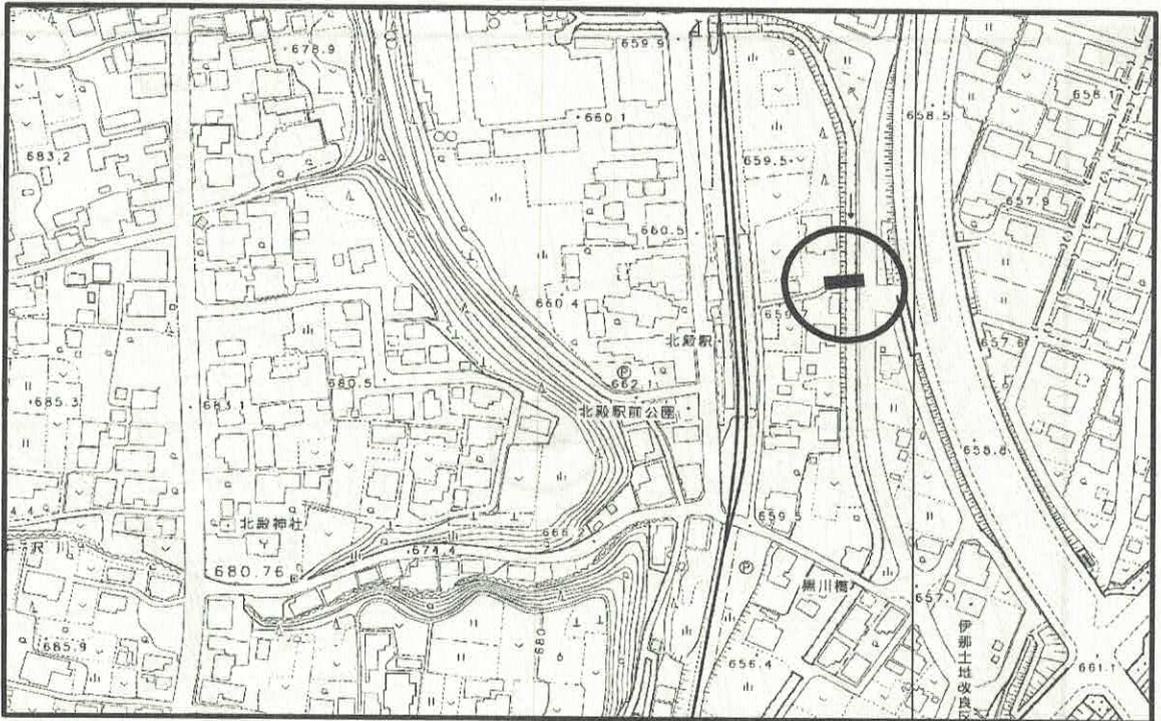
施工業者 株式会社堀建設 TEL : 0265-73-5777

③ 中込区 村道1098号線歩道設置工事 10月中旬から3月中旬まで 片側交互通行
車道舗装時 (2月下旬予定) は全面通行止
位置図



施工業者 株式会社堀建設 TEL : 0265-73-5777

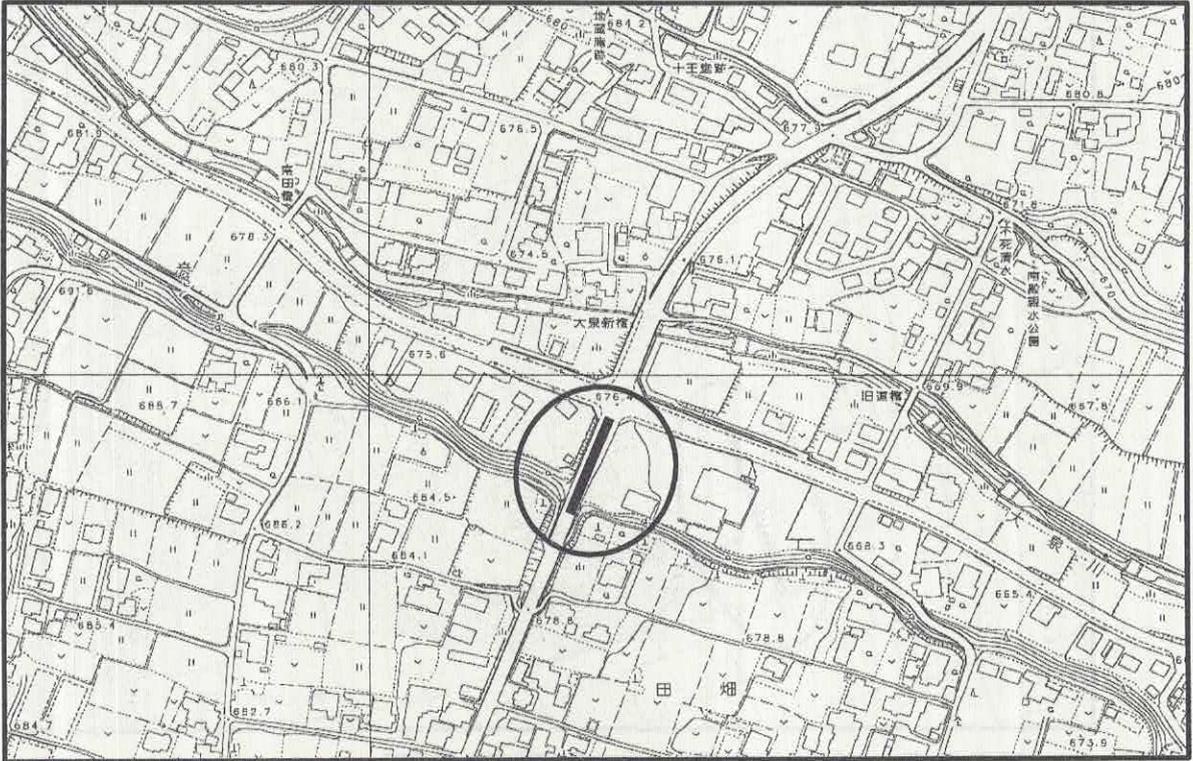
④北殿区 中川原第2号橋補修工事 10月下旬~12月中旬 全面通行止
位置図



施工業者 株式会社堀建設 TEL : 0265-73-5777

⑤ 田畑区 マンホール継手耐震化工事 10月上旬 片側交互通行

位置図



施工業者 原建設株式会社

TEL : 0265-72-1010

⑥ 北原区 公共ます新設工事 10月3日(金)または10月9日(木) 8:00~17:00 全面通行止

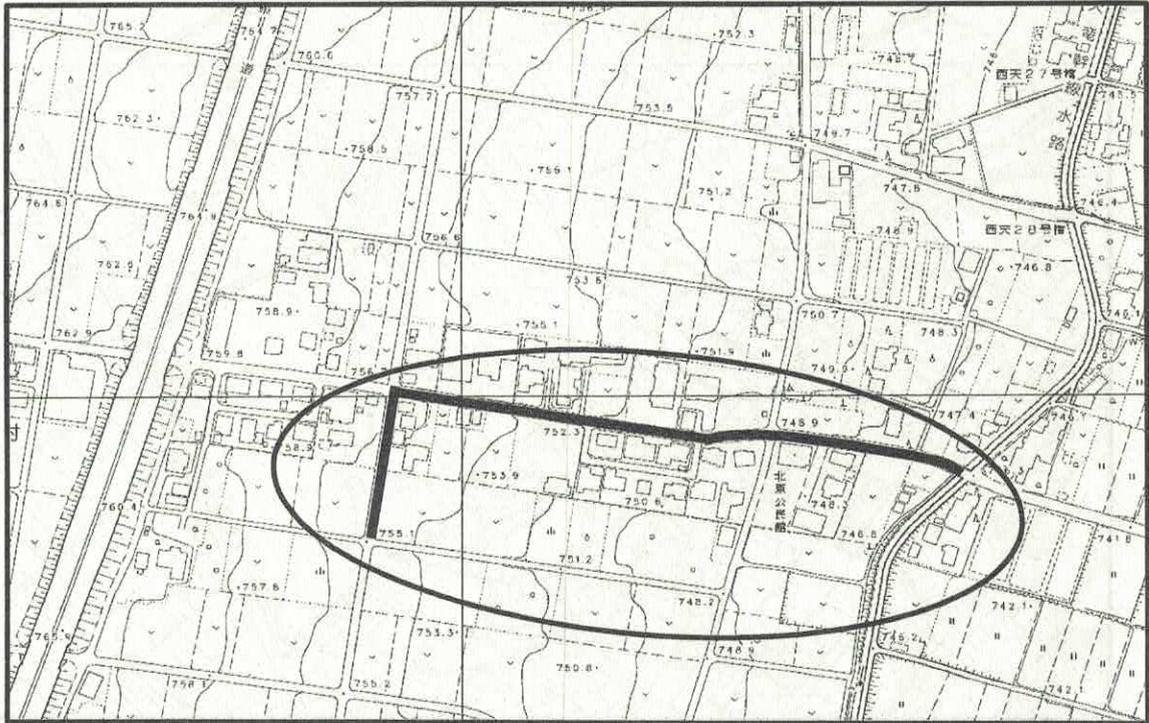
位置図



施工業者 原建設株式会社 TEL : 0265-72-1010

⑦ 北原区 基幹管路耐震化敷設替工事 10月下旬~12月下旬 片側交互通行

位置図



施工業者 株式会社堀建設 TEL: 0265-73-5777

⑧ 大泉区 村道4号線道路改良工事 10月上旬から10月下旬まで 西天竜幹線沿い: 片側交互通行
村道4号線: 片側交互通行

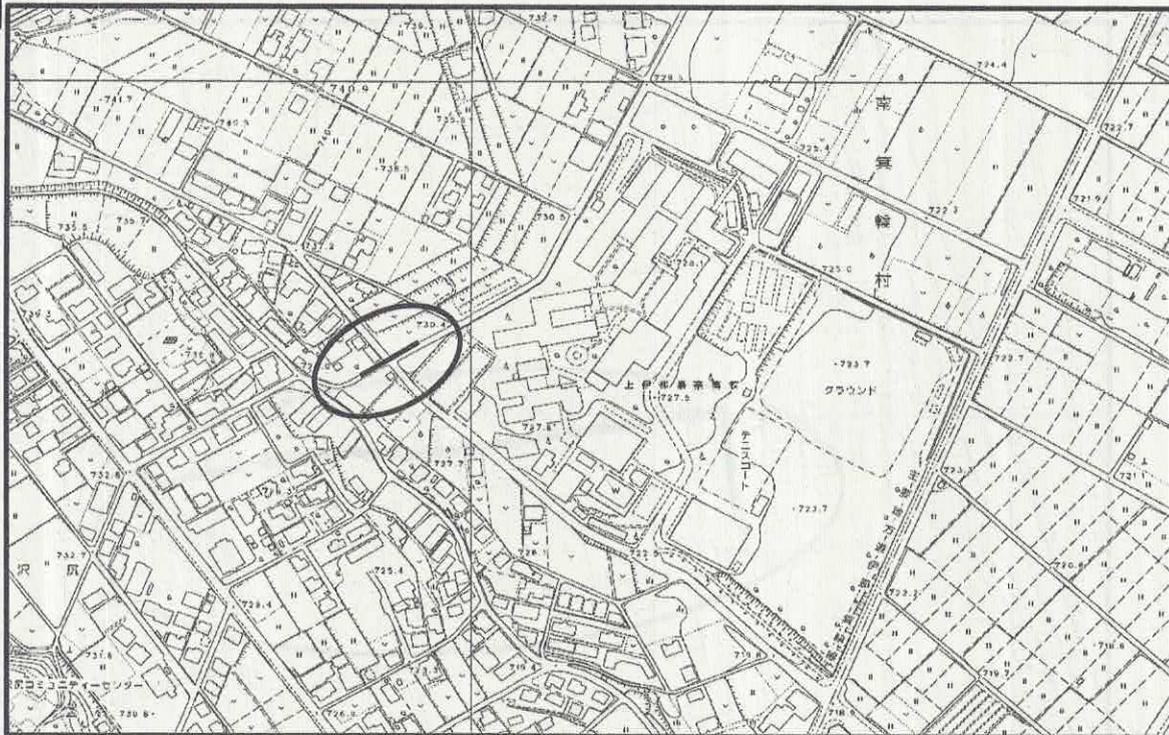
位置図



施工業者 株式会社宮坂組 TEL: 0265-72-7223

⑨ 沢尻区 村道2148号線舗装修繕工事 10月中旬から10月下旬まで 全面通行止

位置図



施工業者 有限会社有賀建設 TEL: 0265-73-2335

道路・水路の管理について

～道路～

村内の道路で「穴」や「破損箇所」を見つけたら、お手数ですが役場建設水道課まで連絡をお願いします。

南箕輪村公式LINEアカウントのメニュー「損傷報告 不法投棄報告」もご利用ください。

草刈りや農作業などにより、草木・土・泥が道路に出ていると交通事故や水路のつまりの原因となる恐れがあります。作業後は道路を汚さないように片づけ等をお願いします。

～水路～

水路内にごみや刈った草等があると通水した際に水路から水があふれる恐れがあります。特に下流の水路には上流から流れてきたごみ等が集まるため、あふれやすくなりますので、ご注意ください。

誰もが安全安心に道水路を利用できるよう、ご協力をお願いします。

建設水道課 建設工事係・建設管理係
(休日・夜間) TEL: 0265-72-2104

TEL: 0265-72-2325
FAX: 0265-73-9799

村文化財展示

～有賀家に残されたお宝～

代々村の重要な地位にあった、南殿の有賀家に残された資料から、今回は有賀家とも縁が深く高遠藩の砲術家として有名な坂本天山、島崎藤村の父で「夜明け前」の主人公のモデルとなった島崎正樹の書などの屏風を展示します。

8月の大芝高原まつりで公開しましたが見逃した方、もう一度見たい方皆様ぜひお越しください。

日時 令和7年 10月11日(土)

午前9時30分から正午(午後0時)まで

場所 大芝荘 大広間

お問い合わせ先：南箕輪村教育委員会事務局社会教育係

電話：0265-76-7007



防災の日に避難訓練を実施しました。



9月1日「防災の日」、関東大震災のような大きな地震とそれに伴う火災、という想定で避難訓練を実施しました。停電により放送が使えないという想定でしたが、児童は落ち着いてスムーズに避難することができました。教室へ戻り、校長が出題した「みなさんならどうしますか」という課題について考えてもらいました。「教室移動中の地震、階段で大けがした友だちがいたら?」「先生が落

下物で大けがをして動けなかったらどう避難する?」「待機が長引いている中、トイレが全て使えなかったら?」などについて、学級で話し合いました。答えはありませんが、子どもたちは自分の知識を使っているいろいろな考えを出すことができました。今後も、防災意識を高めていくと共に、個々の状況判断能力を高めていく活動を大事にしたいと思います。



朝鑑賞で多様な見方・感じ方を楽しもう。

今年度、月に1~2回の10分間のオンライン朝鑑賞(対話型鑑賞)に取り組んでいます。美術には「違い」はたくさんあっても、「間違い」はありません。だから、何を言っても大丈夫。アート作品をじっくりみて、作品そのものから感じ取ったこと、思ったことを自由にしゃべっていきます。今回は、ピカソの「泣く女」を鑑賞しました。「仮面をかぶっている女」「泣いて悲しみを伝えたい」「お金持ちの女の人」「嫉妬している」「自分の顔を描いた」など、様々な考えが出されました。子どもたちの発想は実に自由で楽しいですが、けっこう本質をついているものもあり、感心させられます。たった10分ですが、他者と一緒に鑑賞することで、多様な見方や感じ方に気づけることも魅力です。今後も自分なりの価値をみつけていく鑑賞を、大人も子どもも一緒に楽しみたいと思います。



6年生がタイの小学生と英語で交流。



9月3日、外国語の授業の一環として、6年生がタイの小学生とオンラインで交流をしました。時間割や通学路、学校行事、給食、学校施設などについて、お互いに学校の紹介をスライドで作成し、それを使いながら英語で紹介しました。相手に伝わるように、笑顔も意識しながら、練習した英語でしっかりスピーチをしていました。紹介の後には、教師の通訳でフォローしながらお互いに

質問をし合いました。徐々に緊張がほぐれてきて、アニメや食べ物などの話題で、盛り上がる場面もありました。タイの小学生とリアルタイムで英会話や交流をする中で、「相手に伝わった」「英語が聴き取れた」嬉しさを実感することができる貴重な体験をすることができました。



4年生が長野見学へ行ってきました。

19日に、4年生が長野見学へ行ってきました。まずは、県庁に入りました。県庁では、防災対策室や県議会の議場へ入り、見学をしたり役割などの説明を聞いたりしました。

続いて善光寺へ行きました。経蔵や山門、御開帳などクラスごとに見学をしました。本堂でお参りをしてからお戒壇巡りにも挑戦しました。お昼は、宿坊でおいしい精進料理をいただきました。

最後に城山公園の「ながのこども館ながノビ!」へ行き、自然・動物・科学の不思議や驚きを体験できるいろいろなコーナーで思い切り楽しんできました。帰りの車中から長野駅も見てことができました。見聞を広め、充実した旅の一日を過ごすことができました。



看護実習に6名の学生さんが来てくれました。

24、25日の二日間、長野県看護大学の学生さん6名が、南部小で地域看護実習をしました。各学年1クラスに入って授業参観をしたり、給食や掃除を一緒にしたりしながら、子どもたちと交流しました。また、5年2組の視力検査に合わせて、学生さんが眼の健康について保健指導を行う場面もありました。手作りのわかりやすい資料を使いながら、姿勢のことやスマホ、ゲーム機との付き合い方などを指導してくれました。実習を通して職員や子どもたちの姿から気づいたことや学んだこともたくさん話してくれました。6人ともこれから地域医療を支える大切な担い手として活躍していってくれることと思います。子どもたちにとってもよい出会いとキャリア学習になりました。

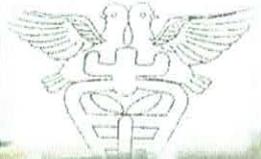


【10月の予定】

1日(水)	□座振替日	2年視力検査	20日(月)	児童会⑦
2日(木)	1年視力検査		21日(火)	朝鑑賞
3日(金)	4～6年歯科検診		22日(水)	6年放課後学習
6日(月)	クラブ⑤		24日(金)	音楽会
7日(火)	音楽会特別時間割開始(～23日)		27日(月)	クラブ⑥ 3年クラブ見学
8日(水)	計画休業(上伊那職員研修)		29日(水)	6年北部音楽会
16日(木)	SC(スクールカンパニイ)		30日(木)	中学保護者説明会
			31日(金)	※完全定時退勤日

【11月8日(土) 30周年記念式典及び記念イベントについて】

- ◆土曜日ですが、8:15登校で12:00下校を予定しております。10日(月)は振替休業です。
- ◆児童のみの参加となります。記念式典は1時間程度で、ライブ配信を予定しております。記念イベントは、2時間程度です。1・2年生は、地元アーティストとのアート活動、3～6年生は、キャリアフェスティバルを予定しています。イベントの様子は、後日、学校だより等でお知らせいたします。
- ◆記念誌を年度内に発行いたします。学校文集「なかのはら」の最終号を兼ねて制作します。



さくらがおか

南箕輪小学校
令和7年9月26日

8月21日(木) 2学期始業式 校長講話より

まんどふり ~大泉地区~



夏休みが終わり、8月21日から2学期がスタートしました。始業式では、学校長から大泉地区の伝統行事である「まんどふり」について話がありました。大泉地区の皆さんが大切にされている夏の行事。地区の子どもたちもたくさん参加し、夏休みの思い出の1つになったことと思います。「各地区に伝わる日本の伝統的なお盆の行事、ご先祖様をお迎えする習わしを大事にしたい。」学校長の思い・願いを共有した時間となりました。



非常事態に備えて

地震の際、もし校内で倒壊場所があり、避難場所までの安全な経路を通ることができなかつたら…。今回の訓練では放送機器が使えず、児童玄関の下駄箱が倒れ、東階段が通ることができない想定で行いました。避難の指示は、職員が手分けをして北校舎・中校舎・南校舎（南南校舎も含みます）・体育館へ行き、大きな声で「校庭へ避難」と伝え、聞いた職員がさらに他の職員に伝えていきました。いつもの避難訓練よりも避難の時間はかかりましたが、一人一人が考えながら安全に校庭へ集まることができました。



災害はいつ起こるかわかりません。休日中については、各ご家庭で避難場所や約束事などをしっかりと話し合っておいてほしいと思います。

よろしくお願ひします



8月21日（木）より本校へお二人の先生が着任しました。

4年1組 担任 竹村 港 先生

ALT ハンターハイガーマン 先生

お二人をお迎えし、2学期も子どもたち一人一人のために職員一同がんばっていきたくと思います。今後ともご支援をよろしくお願ひします。





中国の天津食品との練習ゲーム



富士通川崎レッドスピリッツとの
プレシーズンマッチ

シーズン開幕まで一ヶ月を切りました。
今月号は、練習試合の様子をお届けします。

いつも、トライデントの応援ありがとうございます。
いよいよ開幕まで一ヶ月を切りました。数か月前に長い
シーズンが終わったと思えば、もう新シーズンの開幕です。
また長いシーズンが始まりますが、今シーズンも一緒に
戦っていきましょう。

9月は、6月号でもお知らせした、中国で対戦した天津
食品の皆さんが来日し、練習試合を行いました。国境を超
えてバレーボールが出来るの
は素晴らしいなと思いました。
更に下諏訪町でも、富士通
川崎レッドスピリッツとプレ
シーズンマッチを行いました。
たくさんの方の前でプレーす
ることができてよかったです。
ここからチーム力を上げ
シーズンを迎えていきます。

(筆 難波 宏治)

活動報告！



8月30日(土曜日)に大芝高原の大芝の湯にて
トークショーを開催しました！

たくさんの方に来ていただき、大盛況で終えることができました。
来てくださった皆さん、改めてありがとうございました！

VC長野トークタイム



以前から地域おこし協力隊の仕事として、「選手のバレーボール以外の一面を知ってほしい」と考えていたので、このトークショーを企画しました。同じく協力隊で活動しているふーとつくさんに協力を求め、二人で企画を練り、約一か月間打ち合わせを重ね、遂に開催することができました。当日は、予想の4倍となる100人以上の方が来られ、大盛況でした。ゲストに酒井選手、一条選手を迎え、幼少期の思い出話や、怪談話、ファンから募った質問コーナーで、とても盛り上がり、笑いが絶えない時間となりました。また、大芝高原とのコラボ商品のジェラート&ドリンクセットや、Tシャツのほか、オリジナルのキーホルダーも作って販売しました。全てが盛り上がり、充実したイベントになったと思います。

今後、第二回以降も開催しますので、ぜひ来てください！

(筆 難波 宏治)

10月

南箕輪だより

伊那警察署
南箕輪村駐在所
作成者 高橋 明良



警察官を騙る詐欺の被害多発中!!

警察官騙りのオレオレ詐欺が急増中!!
騙しのキーワードは「犯罪の容疑がある」

「特殊詐欺の犯人を捕まえたら、あなた名義の銀行口座が押収された。」
「口座がマネーロンダリングに悪用されている。」
「あなたに逮捕状が出ている。」などと言われ、SNSのビデオ通話などを使い、逮捕状を見せられたのち、「容疑を晴らすためには、あなたの銀行口座を調べる必要がある。」「犯罪の資金が流入していないか調べるため、一旦、指定する口座に現金を振り込むように。」などと指定した口座に振り込むよう指示される。

警察はLINE(SNS)を使いません!!

通学路の安全対策 「ゾーン30」

歩行者優先・通過交通の抑制を目的とした交通規制です。
この規制は、区域(ゾーン)を指定する「面」による規制です。
区域内は、24時間、制限速度は時速30キロです。



○規制の区域(ゾーン)は?

南箕輪村における「ゾーン30」のゾーンは、南箕輪村立南部小学校周辺の区域になります。



○区域(ゾーン)内走行時の注意事項

区域(ゾーン)内の道路は南部小学校の通学路です。
区域(ゾーン)内を車両で、走行するときは、時速30キロ以下に抑え、安全に注意して走行しましょう。
特に通学、通勤時間帯は、歩行者に細心の注意を払いましょう。

南箕輪村交通事故現状(令和7年9月現在)

人身事故発生件数	20件	増減率5.3%
死者数	0件	
負傷者数	3人	増減率14.3%

夕暮れ時と夜間の交通事故防止

日没が早まるこれからの季節、夕暮れ時から夜間にかけて歩行者が被害に遭う交通事故が増加します。

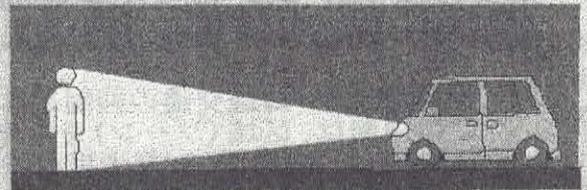
ドライバーの皆さん

早めのライト点灯



暗くなる前にライトを点灯し、早めに車の存在を知らせましょう。

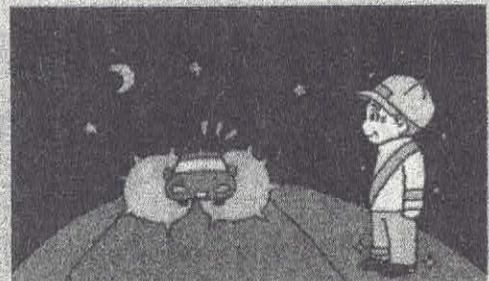
ハイビームの活用



先行車や対向車がないときはハイビームにすると、照射範囲が伸びるので、遠くにいる歩行者をいち早く発見しやすくなります。

歩行者の皆さん

夜光反射材の活用



明るい色の服を着たり、反射材を身につけて、自分の存在をドライバーにアピールしましょう。

～伊那谷とともにつくる～

落葉松祭

2025

10/18 SAT.
9:00 - 21:30

SHOP

約 **30** の飲食店、
鹿の角キーホルダーなど
農学部らしいお店が集結！
美術・演劇・盆栽の展示も
お楽しみいただけます！

焼き鳥 クレープ 甘酒
きのこ汁 手打ちそば
かき氷 etc.

木登りも

STAGE

屋内・外に2つのステージを用意！
総勢10組のパフォーマーたちが
落葉松祭を盛り上げます！！

軽音部 K-kids ジャグリング
和太鼓 阿波踊り etc.

出演時間は
インスタを Check !



伊那谷でご活躍の
農家さんたちから
生野菜や果物、加工品を
お得に get しちゃおう！

葉物野菜、お米、味噌、
りんご、なし、ぶどう、
梅ジュース etc.

※収穫状況により
変動の可能性あり

FARMER

EVENT

おいも堀り体験

みんなで一緒においも堀りをして、
ほっかほかの焼き芋を食べよう！

①11:00-、②14:00-
定員：各10名
参加費：500円/人



エントリーはQRコードから！

第1回 ところてん 一本箸早食い競争

かてんば祭りでも馴染みの
あの早食い競争がなんと農学部でも◎

※伊那食品工業さんご協力

優勝者には
豪華賞品!?!



じゃああるさー

@ 信州大学農学部伊那キャンパス
※駐車場には限りがあります



イベント詳細はインスタを check!!
～HP, X でも発信中～

ACCESS

TAKIBI

焚き火を囲んで、あなたは
お酒？ それともコーヒー？
耳を澄ませばケルト音楽が!?!
最高の締めくくりを談笑で！

17:00 START (仮)

※DLD さんご協力

モルック
あるピヨ

ながのけん **暮らし** **得** **情報** 秋号 marutoku

内容

- 県内の18・19歳の消費生活相談の状況
- 若年者が巻き込まれる消費者トラブル
- エスカレーターを安全・快適にご利用するには
- 自転車用ヘルメットの安全性に注意
- 長野県からのお知らせ

県内の18・19歳の消費生活相談の状況

令和4年4月1日の成年年齢引き下げから3年経過しました。新制度で成年となった18・19歳の県内消費生活センターに寄せられた相談の状況を取りまとめました。

相談件数は近年では令和3年度をピークに令和4年度以降は減少しています。

令和5・6年度の相談件数では商品・役務等別件数では、多い順に「商品一般」が19件「他の内職・副業（アフィリエイト内職など）」が13件「賃貸アパート」が9件「脱毛エステ」が8件となっています。

販売購入別では、「通信販売」が78件「店舗購入」が40件「電話勧誘販売」が13件「訪問販売」が10件となっています。

販売方法・手口では、「インターネット通販」が65件「定期購入」が13件「電話勧誘販売」が10件「家庭訪販」が6件となっています。

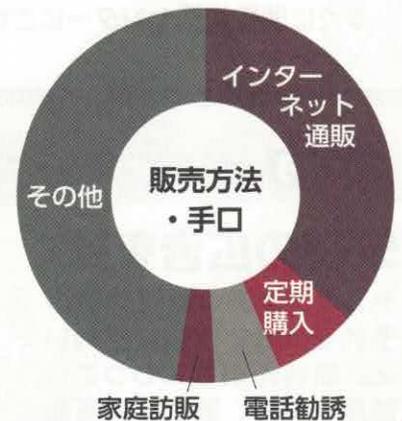
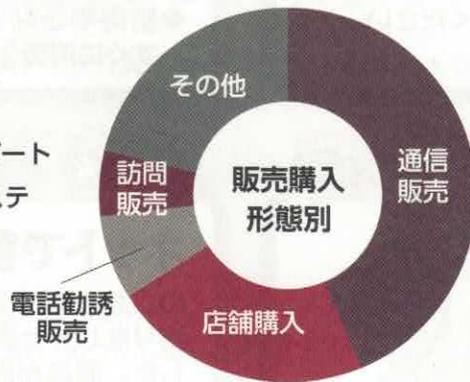
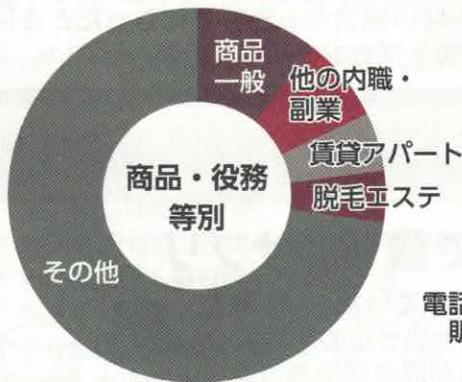


(消費者庁イラスト集より)

契約者が18・19歳の年度別相談件数



全国の情報は
国民生活センターの
HPを御覧ください。



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!

長野県消費生活センター (松本市大字島立1020) (松本合同庁舎4階)

☎0263-40-3660

長野県消費者被害防止啓発キャラクター

もシカっち



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。

若年者が巻き込まれる 消費者トラブル

18・19歳を含んだ若年者が巻き込まれやすい
トラブルについて、相談事例とアドバイスを紹介します。



事例① 情報商材に注意

「在宅ワーク」

などと検索して見つけた事業者から、競馬情報サイトで稼げると勧誘されて電子マニュアルの購入と高額なサポート契約をし、借金をして支払ってしまった。



アドバイス

- ◆うまい話はありません！簡単に稼げることを強調する広告や、友人・知人からの誘いでも安易に信じないようにしましょう。
- ◆クレジットカードでの高額決済や学生ローン等の借金を勧められる場合があります。断る際にはきっぱりと断りましょう。
- ◆不安に思ったとき、トラブルにあったときは**すぐに消費生活センターにご相談ください。**

事例② 賃貸住宅退去時に注意

築17年の賃貸アパート

に入居していたが、先日退去した。退去時に原状回復費用として90万円を請求された。壁紙やフローリングは入居時から汚れていて、管理会社も知っていたはず。納得できない。



アドバイス

- ◆入居前に契約内容の説明をよく聞き、契約書の記載内容をよく確認するとともに、賃貸住宅の現状をよく確認し、記録・写真に残しましょう。
- ◆納得できない費用を請求されたときは、国土交通省のガイドラインに示されている基準を参考に、貸主側に費用の明細等の説明を求め、費用負担について話し合いましょう。
- ◆納得できない場合やトラブルになったときは**すぐに消費生活センターにご相談ください。**

事例③ セルフエステの契約トラブルに注意

SNSの広告を見て

セルフエステの無料体験の予約を入れて店舗に出向いた。無料体験後にしつこい勧誘を受け、断れずに高額の契約をしてしまった。



アドバイス

- ◆自身でエステ機器等を使用するセルフエステは一般的にクーリング・オフは適用されません。
- ◆無料体験のつもりが強引な勧誘を受けて契約してしまうことに注意してください。
- ◆解約を申し出ると違約金を請求されるケースがあります。契約時には契約内容をよく確認しましょう。
- ◆不安に思ったとき、トラブルにあったときは**すぐに消費生活センターにご相談ください。**

事例④ 若年者も定期購入トラブルが多数

ネットで痩せるサプリ

の広告が載っていた。「定期縛りなし」とあったので注文した。商品が届き代金をコンビニ後払いで支払った。翌月も商品が届き、決済業者から代金請求された。



アドバイス

- ◆「定期縛りなし」は「1回限り」でなく「いつでも解約できる定期購入」である可能性があります。
- ◆「注文」をクリックする画面（最終確認画面）で定期購入や2回目以降の条件、解約条件の記載を確認しましょう。この画面はスクリーンショットで必ず保存しましょう。
- ◆不安に思ったとき、トラブルにあったときは**すぐに消費生活センターにご相談ください。**



エスカレーターを 安全、快適にご利用するには

安全に、また快適にエスカレーターを利用するため、
次のことに気を付けるようにしましょう。
お子様の無意識の行動が危険に結びつくこともありますので、
お子様への御指導もお願いいたします。

1

ステップの上を歩いたり、 走ったりしないようにしましょう

バランスを崩したり、つまずいたりして、転倒するおそれがあります。また、他の利用者に接触して転倒させたりする恐れがあります。

2

ベビーカー、カート、車いす、台車などは、 乗せないようにしましょう

エスカレーターが思わぬ原因で急停止をすると落下や転倒する恐れがあります。

3

移動手すりにつかまるようにしましょう

利用中にバランスを崩し、転倒したり他の利用者と接触する恐れがあります。



他にもこんなことに注意することが必要です！

- ✓ ピンヒールの靴をお履きの方は、ステップの溝に挟まないようにしましょう
- ✓ 傘の先などの細いものをステップの溝に挟まないようにしましょう
- ✓ 乗降口付近では立ち止まらないようにしましょう
- ✓ 歩いたり、走ったりせずに、立ち止まって利用しましょう
- ✓ 追い越しは危険です
- ✓ 幼児を乗せるときは、保護者が支えてください
- ✓ お子様の1人乗りはやめましょう
- ✓ 移動手すりから体を外に乗り出さないようにしましょう
- ✓ 手すりにまたがったり、乗ったりしないようにしましょう
- ✓ はだしでは利用しないようにしましょう
合成樹脂製やゴム製のはきものも注意



(出典)
一般社団法人
日本エレベーター協会HP



自転車用ヘルメットの安全性に注意

令和5年4月1日からすべての自転車利用者にヘルメットの着用が努力義務となっています。
国内では自転車用ヘルメットの基準は、民間が任意に定めている基準規格がありますが、公的な基準はなく、販売に関する規制もありません。

国内インターネット通信販売サイトでは、自転車用ヘルメットとして海外の安全基準への適合をうたう商品が複数販売されていますが、基準への適合が疑わしいものもあります。

自転車用ヘルメットを購入する際には、安全基準への適合マーク表示 (SGマーク、JCFマーク、CEマーク (EN1078の表示のあるもの) 等) を選ぶようにしましょう。不明点があれば販売元に確認しましょう。

- 購入の際は、なるべく試着して、自分の頭に合ったものを選ぶようにしましょう。
- 着用時、必ずアゴヒモを締めましょう。



(消費者庁イラスト集より)

長野県からのお知らせ

しあわせ信州
山々と育む すこやかな国

多重債務に関する無料相談会を実施します

カードや、ローンの支払いで生活が苦しい…

そんな借金問題で苦しんでいませんか？

弁護士・司法書士による、無料相談会を県内4カ所で開催します！

日時	10月29日(水) 10:00~17:00	10月30日(木) 10:00~17:00	11月6日(木) 10:00~17:00	11月18日(火) 10:00~17:00
場所	松本合同庁舎	上田合同庁舎	飯田合同庁舎	長野県庁
申込期限	10月27日(月)	10月28日(火)	11月4日(火)	11月14日(金)



- ❖相談は完全予約制です。予約は上記申込期限までの土日祝日を除く8:30~17:00です。
- ❖長野県消費生活センター（0263-40-3660）に相談者本人が直接電話にてご連絡ください。
- ❖周囲にお困りの方がいたら、ぜひ本相談会をご案内ください。

(消費者庁イラスト集より)

令和7年度 消費者大学を開校します

- 実施方法 オンライン講座(オンデマンド配信予定)
1回は集合対面方式で実施予定
- 対象者 18歳以上で長野県内に在住の方(定員100名になり次第締切)
- 講座の内容
 - 消費者問題の基礎知識
 - 最近の消費者被害の傾向と対策
 - 食品表示を活用した買い物のポイント
 - エシカル消費～思いやりの買物～
 - 若年者の消費生活問題
 - 中高年の消費生活問題 など
- 日程等(予定) 令和7年 10/18(土), 11/1(土), 11/15(土), 11/29(土),
12/13(土) 10講座(1日2講座)



(消費者庁イラスト集より)

❖募集方法や詳細については、9月上旬以降に長野県ホームページ(消費生活情報サイト)に掲載します。
<https://www.nagano-shohi.net/>

～9月は関東甲信越ブロック共同・高齢者悪質商法被害防止キャンペーン月間です～



9月は関東甲信越地方の都県・政令市が共同で行う高齢者の悪質商法被害防止キャンペーン月間です。ちょっとした見守り、声かけだけでも悪質商法被害の未然防止や早期発見につながります。皆様の御協力をお願いします。

編集・発行
(令和7年9月発行)

長野県消費生活センター

〒390-0852 松本市大字島立1020 松本合同庁舎4階

TEL: 0263-40-3660 E-mail: c-shohi@pref.nagano.lg.jp



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

[長野県は「SDGs 未来都市」です]



はインターネットでもご覧いただけます。

長野県消費生活情報サイト <https://www.nagano-shohi.net/>

今後の紙面作成の参考のため、アンケートに御回答願います。

くらしまる得情報(令和7年秋号) 読者アンケート▶



関東甲信越ブロック
高齢者悪質商法被害防止
共同キャンペーン

お断りします!!

それ本当に必要?

お断りします!!

点検商法

電話勧誘
トラブル

無料で給湯器を
点検できますよ

海産物が
特別価格で...

みんなで防ごう!

悪質商法に

レッドカード!!!

高齢者の見守りは地域でワンチーム。悪質商法を見逃さない。

お近くの消費生活相談窓口
につながります

消費者ホットライン 188



長野県消費生活センター

0263-40-3660

※通話料は有料です。※長野県消費生活センターは令和7年4月から一箇所に集約しました。<https://www.nagano-shohi.net/>
※消費者ホットライン「188」は郵便番号入力するとお近くの市町村の相談窓口につながります。

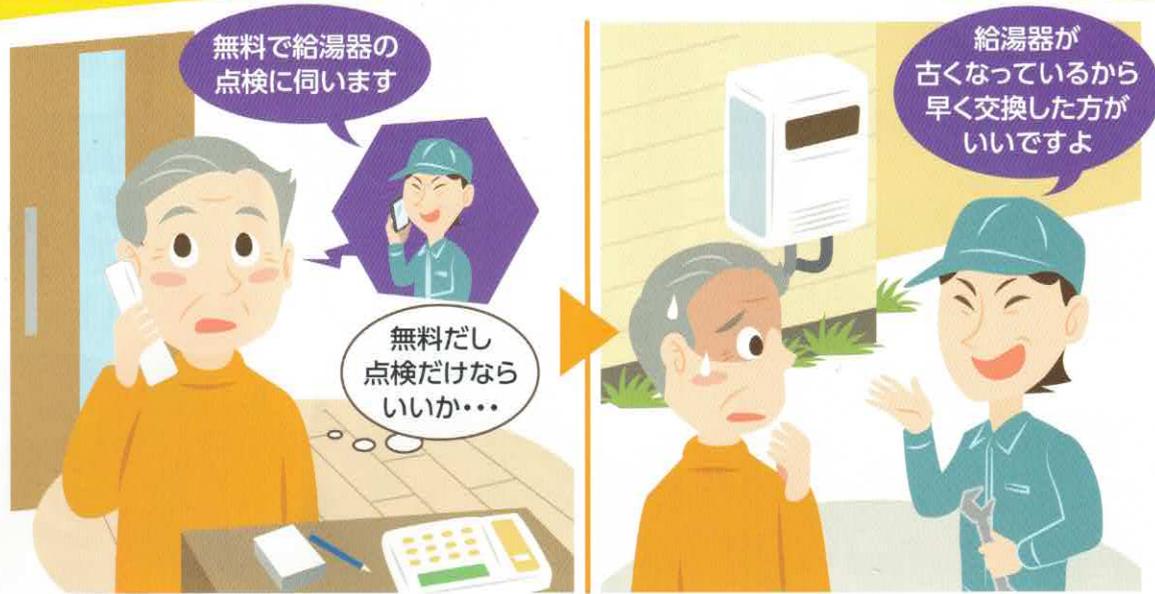
長野県消費生活情報

検索

「おかしいな?」と思ったらすぐ相

「早く交換した方がいい」など不安をあおられ契約を迫られた!

点検商法



ここに注意

分電盤・リフォーム(外壁・床下・屋根)などでも同様のトラブルがあります。

- その場で判断しない。
- 点検と言われても安易に信じない。
- 少しでもおかしいと思ったら、消費生活センターや身近な人に相談する。

見逃さない

- 「本当に必要なの?」など周りからの声掛けで被害に気づくことも。
- 見慣れない契約書・請求書がないか、困った様子がないか気にかける。

身に覚えのない請求がきた!

架空・不当請求



ここに注意

架空・不当請求には、電話のほか、SMS(ショートメッセージサービス)、電子メールを送りつける手口もあります。

- 見覚えのない電話番号にはすぐに出ない。
- 安易に住所、氏名、生年月日など個人情報教えない。
- 金銭を要求されても、絶対に支払わない。

見逃さない

- 防犯機能付電話機の活用を促す。

長野県消費生活センター
0263-40-3660

談！ 悪質商法を見逃さない！！

通信販売トラブル

「お試し価格」で購入したら、「定期購入が条件」だった！



ここに注意

- SNSやネット上の情報を安易に信用しない。
- 安さを強調した広告に注意する。
- 注文確認前に、購入・返品条件をよく確認する。
- ネット通販では、広告や最終確認画面をスクリーンショット※で保存する。

通信販売には、法律上のクーリング・オフ制度はありません。

※パソコンやスマートフォンなどの画面上に表示されている情報を画像として記録する機能のこと。

見逃さない

- 見慣れない商品が増えたり、定期的に同じ商品が届いていないか気にかける。

電話勧誘 トラブル

海産物購入をしつこく勧められた！



- 不要ならきっぱりと断る。
- 一方的に商品が届いても、受け取りを拒否する。
- 代金は絶対に支払わない。

見逃さない

- 見慣れない契約書・請求書がないか、困った様子がないか気にかける。

訪問販売・電話勧誘販売などの契約解除には、

「クーリング・オフ」制度を利用しましょう!

クーリング・オフとは、訪問販売など特定の取引の場合に、一定期間内であれば無条件で契約を解除できる制度です。電子メールや事業者のウェブサイトの専用フォームなどの電子媒体に加え、ハガキなど文書で通知することもできます。

クーリング・オフ手続きについて(メール等の場合)



契約書面を受け取った日を含めて8日以内(例外もあります)に通知します。



送信したメールは大切に保存してください。ウェブサイトの専用フォーム等は、画面のスクリーンショットを大切に保存してください。



支払った代金は、全額返金を要求できます。商品の引き取り費用は事業者負担です。

※ハガキなど文書で通知する場合は、両面をコピーし「特定記録郵便」か「簡易書留」で送ります。コピーは大切に保管してください。

専門の相談員が問題解決の方法を一緒に探します。あきらめないで、まずは相談を!

通知書の例

宛先:xxxx@xxxx.co.jp
件名:クーリング・オフ通知

〇〇株式会社 御中

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 〇〇〇〇
契約金額 〇〇〇〇〇〇円
販売会社 株式会社〇〇〇〇
□□営業所 担当者△△△△

支払った代金〇〇〇〇円を返金し、
商品を引き取ってください。
令和〇年〇月〇日
長野県〇市〇町〇丁目〇番〇号
氏名 〇〇〇〇

※ハガキの場合も、同内容を記載します。

困ったときは、お近くの消費生活センターにご相談ください。

長野市	長野市消費生活センター 026-224-5777 ※信濃町、飯綱町、高山村、小川村を含む	小諸市	小諸市消費生活センター 0267-31-5100	塩尻市	塩尻市消費生活センター 0263-52-0280(内線1129)
松本市	松本市消費生活センター 0263-36-8832	伊那市	伊那市消費生活センター 0265-96-8165 ※辰野町、箕輪町、南箕輪村を含む	佐久市	佐久市消費生活センター 0267-62-7501
上田市	上田市消費生活センター 0268-75-2535	駒ヶ根市	駒ヶ根市消費生活センター 0265-83-2377 ※飯島町、中川村、宮田村を含む	千曲市	千曲市消費生活センター 026-274-0820
岡谷市	岡谷市消費生活センター 0266-23-4811(内線1228)	中野市	中野市消費生活センター 0269-22-2201	東御市	東御市消費生活センター 0268-75-2410
飯田市	飯田市消費生活センター 0265-22-4530 ※下伊那郡内の町村を含む	大町市	大町市消費生活センター 0261-26-3225 ※池田町、松川村、白馬村、小谷村を含む	安曇野市	安曇野市消費生活センター 0263-71-2100
諏訪市	諏訪市消費生活センター 0266-52-8199	飯山市	飯山市消費生活センター 0269-67-0726(市民環境課直通)	下諏訪町	下諏訪町消費生活センター 0266-27-1111(内線146)
須坂市	須坂市消費生活センター・特殊詐欺被害防止センター 026-213-7188	茅野市	茅野市消費生活センター 0266-75-8188 ※富士見町、原村を含む		



詳細につきましては、お近くの市町村にお問い合わせください。 令和7年9月作成

第12回



伊那中央病院
INA CENTRAL HOSPITAL

回覧

がんの

地域公開講座

参加費無料
申込不要

～がん治療の取り組みと今後の課題～

日時

2025年

10月25日 土 14:00-16:00

伊那中央病院 2階 北棟講堂 伊那市小四郎久保1313番地1

第1部

14:00～15:25

「がん治療の進歩と“寄り添う医療”」
～最先端と温かさの調和～

講師：竹内 信道 医師
(腫瘍内科部長・包括的がん治療センター長)



第2部

15:25～15:55

①「がん相談支援センターって何???'」
～ちょっと聞いてみたいその思い・その不安 一緒に考えます～

講師：松島 千明 (がん相談支援センター 担当看護師)

②「がんのリハビリテーション」

講師：酒井 伸子 (リハビリテーション技術科長 作業療法士)

後援：伊那市 箕輪町 南箕輪村 上伊那医師会 上伊那歯科医師会 上伊那薬剤師会

お問い合わせ

第12回 がん地域公開講座事務局 (伊那中央病院 診療情報管理室)
TEL: 0265 - 72 - 3121 (内線2251) Mail: sjoho@inahp.jp