



消費生活サポーターだより No.86

令和8年5月

長野県消費生活サポーターの皆様、こんにちは。いつもご協力をいただきありがとうございます。

今月は「巧妙化する定期購入のトラブルを防止するには」「ハウスクリーニングのトラブルに注意」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

◎ 巧妙化する定期購入のトラブルを防止するには

全国の消費生活センターには、「定期縛りなし」や「回数縛りなし」という広告をみた消費者が、1回限りのつもりで注文したところ、実は解約しない限り継続的に商品が届く定期購入の契約だった、という相談が寄せられています。

また、申込みの途中で「さらにお得なご案内」や別の商品を提示するなどして、消費者が意図していない定期購入や購入回数縛りのあるプランへ誘導されるケースも見られます。



【トラブル防止のポイント】

◆ 「定期縛りなし」という記載があっても定期購入の契約でないか確認！

「定期縛りなし」とうたわれていても、「最低購入回数の指定がない契約」（いつでも解約できる定期購入）という意味である可能性がありますので、契約内容をよく確認して購入するようにしましょう。

◆ 契約条件等を確認し、納得した状態で商品を購入しましょう

購入する際には、「お得」「今だけ」などに惑わされないよう、広告表示だけでなく、契約条件も細かく確認し、本当にその商品・数量・コースが必要かどうかをしっかりと検討した上で、その契約条件や購入の必要性について十分納得してから購入しましょう。

◆ 注文する前に販売サイトや「最終確認画面」の表示をよく確認しましょう

注文する際に必ず「最終確認画面（契約の申込みが完了することとなる画面）」で、定期購入が条件となっていないか、最低購入回数に指定（縛り）がないか、2回目以降の代金等の販売条件や解約の条件を確認しましょう。

上記の表示がなかったり、不実の表示や消費者を誤認させるような表示をし、そのために誤認して申込みをした場合には、当該申込みの意思表示を取り消せる場合があります。その際、「最終確認画面」のスクリーンショットは証拠になります。

◆ 契約条件に関する記載はスクリーンショットで必ず保存しましょう

「最終確認画面」も含め、契約条件に関する記載は全てスクリーンショットで保存しましょう。また、注文する際にやり取りした事業者からのメール等があれば、それらも保存しておきましょう。

なお、スクリーンショットの方法がわからない場合は、契約している通信事業者や携帯電話ショップ等に問い合わせるか、通信事業者の公式ホームページ等で確認してください。

不安に思った場合や、トラブルが生じた場合は、最寄りの消費生活センター等へ相談しましょう。

※詳しくは、国民生活センターのサイトをご覧ください。

https://www.kokusen.go.jp/news/data/n-20260428_1.html



◎ハウスクリーニングのトラブルに注意

夏が近づくこれからの時期、エアコンの掃除などハウスクリーニングを利用する機会も増えるかと思えます。

ところが、契約内容や料金について十分な検討ができないままクリーニングの契約をしてしまった結果、トラブルにつながってしまっているケースが少なくありません。

- ◆ 事業者によってサービス内容や料金は異なるため、必ず複数社から見積もりを取り、事業者の選定は慎重に行いましょう。また、料金や説明に納得できない場合は、きっぱりと契約を断りましょう。
- ◆ 作業当日に追加の契約を勧誘されてもその場で決めないようにしましょう。作業時はなるべく家族などに同席してもらいましょう。
- ◆ 契約後でもクーリング・オフが適用できる場合があります。

不安に思った場合や、トラブルが生じた場合は、最寄りの消費生活センター等へ相談しましょう。

※詳しくは、国民生活センターのサイトをご覧ください。

https://www.kokusen.go.jp/mimamori/mj_mailmag/mj-shinsen539.html



長野県からのお知らせ

◎消費者月間に合わせてエシカル消費を学ぶ「環境マークでお買い物ビンゴ」を展示中

5月は「消費者月間」。ゼロカーボン社会共創プラットフォーム「くらしふと信州」では、「エシカル消費」にスポットをあて、「環境マーク de お買い物ビンゴ」を開催中です。

この展示は、「やさい・くだもの」「さかな」など7つの売り場からひとつずつ商品を選び、その商品に付いている環境マークを探してビンゴに挑戦し、何ビンゴになるか運試しするゲームです。参加者にはもれなくささやかな景品をプレゼント。ゼロカーボンにつながる「エシカル消費」について楽しみながら学ぶことができます。

- 展示期間：2026年6月3日（水）までの火曜日～土曜日（日・月休）
- 時間：午前10時～午後5時まで
- 会場：くらしふと信州（長野市問御所町1250-1）

◎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

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

リンク先二次元コード



しあわせ信州
山々と育む すこやかな国

長野県消費生活センター 担当：西村・澁谷
電話：0263-87-7270 FAX: 0263-40-3701
Eメール：c-shohi@pref.nagano.lg.jp



長野県消費生活センター
もしかっち

発行 長野県消費生活センター