

みんなで防ごう  
高齢者の事故!!

## こんな事故が起きています!! 交通事故よりも多い3大事故!!

### 窒息



### 転倒



### 溺水



### お餅による窒息事故!!

加齢による変化を再確認!!

- ・歯の機能が低下(奥歯がなくなる、入れ歯など)
- ・噛む力、飲み込む力が弱くなる
- ・唾液の量が減っている
- ・咳などで押し返す力が弱くなる

**注意** 事故を防ぐためにすぐできることは!?

調理の段階で小さく切っておく

先に汁物を飲んでおく

よく噛んでから飲み込む



### 転倒・転落事故!!

スリップ・つまづき・よろめきが大げさに!!

転倒・転落は、骨折や頭部外傷等が原因で介護が必要な状態になることもあります。

**注意** 事故を防ぐためにすぐできることは!?

動線上に電源コードを引かない

カーペットの端は留めておく

床に新聞紙やチラシを置かない



### 入浴中の溺水事故!!

寒い冬は、特に注意!!

急な血圧の変動が、溺水事故につながります。

**注意** 事故を防ぐためにすぐできることは!?

食後・飲酒後は入浴禁止

脱衣所は暖めておく

浴槽からはゆっくり立ち上がる

高齢者の入浴中は注意しておく



消費者庁「みんなで防ごう高齢者の事故」より

### 奈良県消費生活センター

〒630-8122

奈良市三条本町8-1

シルキア奈良2F

☎0742-36-0931



## 消費者 ホットライン ☎188

### 奈良県消費生活センター

#### 中南和相談所

〒635-0085

大和高田市片塩町12-5

大和高田市市民交流センター3F

☎0745-22-0931



# 消費者の目



奈良県消費生活センターでは「消費者の目」として毎月第1火曜日の奈良新聞(朝刊)に消費者に気を付けてほしい消費者トラブルや役に立つ情報を掲載しています。

## 一旅行やホテルの予約サイトでの契約トラブル

### 事例

予約サイトから1年後のホテルの予約をしたが、希望のホテルとは違うホテルで予約してしまった。予約サイトに電話でキャンセルを申し出たが95パーセントのキャンセル料が必要だと言われた。納得できない。(50歳代 男性)

### 回答

相談者が予約したサイトでは、通常よりも安い宿泊料金で利用できるため、その分キャンセル料が高額に設定されていることがわかりました。予約確定前の画面に、一人分であることや、キャンセル料を表示しているので、キャンセル料なしの解約には応じられないという予約サイト側の回答でした。



## インターネットで旅行予約する際のポイント

インターネットでの旅行手配は便利ですが、キャンセル料が100%かかる、などの条件がついていたり、日本語表示のサイトでも海外事業者が運営している場合があります。

### 申込完了前

#### キャンセル条件等

- キャンセルの可否、キャンセル無料期間
- 日程やプラン内容、氏名などに誤りがないか
- 旅行の総額費用

**申込内容が確認できる画面をスクリーンショットするなど保管しておく!!**

### 申込後

#### 予約内容

- 予約確認メールや、マイページの上の記載内容に誤りがないか
- 誤りがある際は、すぐに事業者に連絡
- 旅行の資料は、旅行が終わるまで保管

**事業者とのやりとりは、送信日時がわかる形で保管しておく!!**

### サイト利用時

#### 事業者の情報

- 日本の事業者か海外の事業者なのか
- 旅行業法上の登録があるか
- カスタマー対応窓口への連絡手段(電話、メール、チャットなど)

**海外事業者の場合、英語対応となる可能性があるので注意する!!**

### いつでも

#### いやや 不安な時は☎188に相談

海外事業者とのトラブルについてこちらでも受け付けています

#### 越境消費者センター(CCJ)

こちらからアクセス



# 重要! 地震、豪雨・・・準備しておく防災グッズのリスト!!

災害はいつどこで起こるか分かりません。  
外出時は一晩を過ごせる程度の**防災グッズ**をポーチ等にまとめて持ち歩きましょう。



避難などに備え、防災ポーチの他に**非常持ち出し品**を用意し、リュックなどに入れて寝室や玄関などに置きましょう。

- 飲食物・・・水、携帯食
- 装備品・・・ホイッスル・ライトなど
- 情報関連・・・モバイルバッテリー、現金など
- 救急・衛生用品・・・持病薬、携帯トイレ、マスクなど
- 防寒用品・・・使い捨てカイロ、アルミ製保温シート
- 汎用品・・・てぬぐい、ポリ袋など



- 飲食物・・・水、携帯食
- 装備品・・・ヘルメット、軍手、運動靴など
- 情報関連・・・家族の写真、筆記用具、現金など
- 救急・衛生用品・・・持病薬、救急箱、携帯セット、歯磨きセット、携帯トイレ、マスクなど
- 汎用品・・・タオル、布製ガムテープ、ラップなど
- その他・・・てぬぐい、ポリ袋など



上記は目安です。各家庭に合った量や備品を準備しましょう。自宅で避難生活を送る場合に備え、**一人当たり最低3日分**、できれば**1週間分の備蓄**をしましょう。

普段使用している食品は多めに買い置き、消費したら買い足す**ローリングストック(日常備蓄)**の流れを作るとよいでしょう。

国民生活センター 見守り新鮮情報 第498号 より

## 消費者カクイズ

Q1.衣類の流通について述べた文のうち、正しいものを1つ選びましょう。

- A:日本で販売される衣類のおよそ半分が輸入に頼っている。
- B:毎年100トンにも及ぶ着用可能な服が捨てられている。
- C:衣類については、リサイクルなど3Rの実践はできない。

3R(スリーアール)とは?  
リデュース(Reduce)、リユース(Reuse)、リサイクル(Recycle)の3つのR(アール)の総称です。

Q2.子ども用衣料の安全性について、未然に事故を防止するため、経済産業省から「子供用衣料」のJIS規格が制定公布されました。次のうち、安全基準の主な内容で、特に装着や装飾等について規制されたものを1つ選びましょう。

- A:ひも
- B:ぼたん
- C:ファスナー
- D:マジックテープ



困ったな、どうしたらいいのかなと思ったら  
消費者ホットライン ☎188 まで



# スマートフォン・タブレットなどインターネットを安全に利用するために トラブル対策講座③よく使う機能やサービスの落とし穴

## SNSでのトラブル回避策①

SNSは公的な情報もありますが個人の意見や情報なども多数発信されています。

**Q** 閲覧するときに気をつけたいことは？

**A** ①閲覧した情報が、実は悪質な広告だったりする可能性もあります。悪意を悟られないように巧みに仕組まれた誘導に注意が必要です。  
②他人の情報を広める(再投稿する)ときは、あなた自身にもその内容に責任が生じる可能性があることを意識したうえで行いましょう。



フェイク情報や悪質な投稿に惑わされないよう、信憑性を判断しましょう。

▶自分のコメントではないものを誰かに教えた場合であっても、それが根拠のない悪質な虚偽投稿で何らかの被害が生じた場合、大元の発信者同様の責任に問われることもあります。

総務省「トラブル対策ブック アクティブシニア対象」より



## 消費者カクイズ答え



Q1 解答:B

解説:日本繊維輸入組合がまとめた「2022年の衣類と輸出入の推移」によると浸透率は98.5%でほとんどが輸入品に頼っています。その一方で、毎年100万トンにもおよぶ着用可能な服が処分されており、衣類の再利用や再資源化を図る必要があります。

Q2 解答:A

解説:子ども用衣料のJIS規格では、7歳未満の服には、「引きひも、装着ひも及び装飾ひもがついた医療をデザイン、製造及び供給してはならない」、13歳未満の服には、「引きひもは自由端があってはならない」、「衣料の開口部を最小に絞った場合のループの円周は、150mmを超えてはならない」などとなっています。

## 発行:奈良県消費生活センター

〒630-8122 奈良市三条本町8番1号 シルキア奈良2階  
Tel 0742-32-0621/Fax0742-32-2686

ならこじかつうしん 2月号(2025年1月15日発行)

ホームページ <https://www3.pref.nara.jp/syouseiseikatsucenter/>

奈良県消費生活センターは、  
毎月第3水曜日  
11:45~11:59  
ならどっとFM「ひるなら784」に  
出演しています!!  
※放送予定日:1月15日(水)  
2月19日(水)



奈良県消費生活センター ホームページ  
マスコット しっかりくん