

くらしupながの

「消費者の5つの責任」

- ・批判的意識をもつ責任
- ・環境への配慮責任
- ・社会的弱者への配慮責任
- ・連帯する責任
- ・主張し行動する責任

編集と発行

かわちながの消費者協会
河内長野市消費生活センター内
TEL 0721-56-2360
FAX 0721-56-0701



食品ロスの今 Part 4

家庭の食品ロス実態調査を実施

日本の食品ロスは約643万トン(平成28年度推計値)で、このうち半分近くが家庭から発生しています。

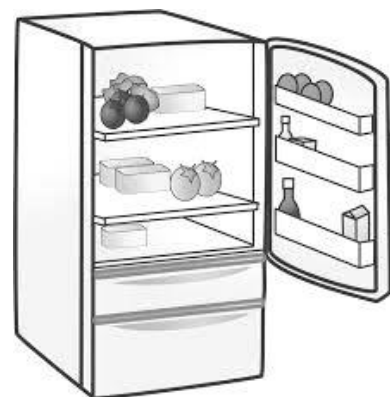
そこで大阪府では、家庭の冷蔵庫の食品を全てチェックする実態調査を行いました。

調査結果

- 4割の家庭で廃棄される食品があり、「調味料」と「生鮮野菜」が多い
- 調査時点における廃棄食品を金額に換算すると187円/世帯、府全体(404万世帯)では、7億5600万円と推計される
- 廃棄率の高いのは、冷蔵庫の整理整頓が少ない世帯

冷蔵庫をすっきり！ 10のワザ

- ① 食材の指定席を決めよう
- ② かごやトレイで整理しよう
- ③ 種類や用途で仲間分けしよう
- ④ 透明容器で中身を見やすくしよう
- ⑤ 野菜は形や大きさを分けよう
- ⑥ 使いかけの野菜はまとめよう
- ⑦ 立てる収納にはペットボトルや牛乳パックを使おう
- ⑧ 期限の近いものは手前に、目線の位置にしよう
- ⑨ 詰めすぎないようにしよう
- ⑩ 定期的に整理して食材を使いきろう



かしこい患者になりましょう！！

★ 病院選び⇒情報は“手がかり”うのみにしない

いろいろな情報は参考になりますが、病院の優劣を示すわけではなく、どのような医療を受けたいのか、自分なりの基準を持つことが大事です。

情報源

大阪府医療機関情報システム

診療科目や医療機能など色々な条件で、病院・診療所を探すことができる

口コミ情報

参考になるが、人の望む医療は異なる

病院ランキング

病院の手術件数などのデータだけできちんと比較するのは難しい

自分の受けたい医療とは

自分の基準（例えば）

- 診療経験が豊富なドクター
- 専門医
- 丁寧な説明で優しいドクターなど

* 予防接種などで数ヵ所の医療機関に行ってみて、実際の対応でどこが良いか決める方法もある

★ 治療に疑問や不安を感じたらセカンドオピニオンも活用する

主治医とは別に、違う病院や先生に「第2の意見」を聞くことができます。

- かかっている先生の話をしっかり聞く。そのうえでかかっている先生に希望を伝えて紹介状や検査などの診療データを出してもらう。（診療報酬が支払われるので遠慮や気兼ねはいりません）
- セカンドオピニオンを求める病院に直接確認、申し込む。多くは保険適用されない自費（料金は30分～1時間で約1万円台から3万円超）になるので、聞きたいポイントをメモして臨む。
- セカンドオピニオンでは検査や治療は実施せず、持ち込まれた診療データをもとに意見を述べるだけ。
- 診察・検査をして意見を聞きたいのなら、セカンドオピニオンではなく、初診として一般外来を受ける。

★ かかりつけ薬局をつくる お薬手帳を1冊にまとめ、上手に薬局を活用しましょう！

処方箋中に疑わしい点がある場合は、発行した医師等に問い合わせて確かめること（照会）ができる	処方された薬の名前、用法・用量、効能・効果、副作用のほか、食事、飲み物を摂るうえでの注意、保管や服用上の注意点を情報提供
飲みきれず大量の「残薬」を抱えてしまった人には、医師に相談して薬を減らしたり、変更したり、対応する	個人の調剤の記録を「薬歴」として管理し、複数の医療機関からの薬の重複投与や、飲み合わせの悪い薬が出されていないか、チェックする

薬剤師の基本的な役割

★ 医者にかかる 10 箇条 ～あなたが“いのちの主人公・体の責任者”～

- ① 伝えたいことはメモして準備
- ② 対話の始まりはあいさつから
- ③ よりよい関係づくりはあなたにも責任が
- ④ 自覚症状と病歴はあなたの伝える大切な情報
- ⑤ これからの見通しを聞きましょう
- ⑥ その後の変化も伝える努力を
- ⑦ 大事なことはメモをとって確認
- ⑧ 納得できないときは何度でも質問を
- ⑨ 医療にも不確実なことや限界がある
- ⑩ 治療方法を決めるのはあなたです

河内長野市消費者月間講演会「賢い患者になりましょう」より

多様化するキャッシュレス決済

日本ではキャッシュレス決済化比率を2025年までに現在の約20%から40%に高めようとしています。

しかし、私たちの生活の多くは既にキャッシュレス化されていて、給料や年金の受け取りは銀行振り込み、公共料金や住宅ローンなどの支払いは銀行引き落としを利用している人が大半です。

今進められている取り組みは、普段お店の買い物で使う支払い手段を現金からキャッシュレス決済に変えようというものです。

主なキャッシュレス決済の特徴

クレジットカード (後払い)

- 発行に際して審査が必要
- カードの管理に注意(家族・同居人の利用は補償の適用外)
- 暗証番号は推測されにくい番号に設定
- キャッシングを利用しない時は限度額を0円に設定



電子マネー(プリペイド型) (前払い)

- 制度上現金の払い戻しはできない
- チャージしたポイントについては利用期間がある(発行会社によって異なる)
- 利用時に利用額・残高表示を確認し、異議があれば、その場で指摘する。

デビットカード (口座から即時払い)

- キャッシュカードと一体になったJ-Debitと国際ブランドデビットがある
- 年齢制限はあるが、銀行口座があれば誰でも持てる

スマホ決済

スマホアプリにクレジットカード情報など利用したい支払い方法を登録し、スマホで支払うサービス

◇タッチ決済

- ICチップが組み込まれたスマホを使った決済サービス

◇QRコード決済—××ペイ(二次元コード決済)

- QRコード決済アプリでバーコードまたは二次元バーコードを読み取って決済
- 代金の支払い方法

①コンビニ等でチャージ

②送金で受け取った残高

③フリマやオークションで得た売上

④登録した国際カード

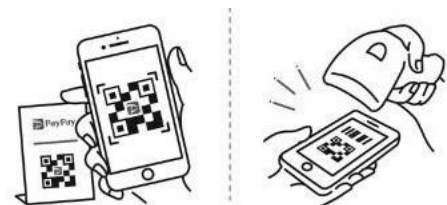
⑤登録した銀行口座の残高

⑥ポイント残高

など

(事業者によって利用対応が異なる)

- スマホに関する十分な知識が必要



キャッシュレス決済利用時の共通の注意点

- 利用しないサービスは申し込まない
- 必要のない場合は速やかに解約する
- 申し込む際に利用規約(特に事業者の免責、解約の方法など)をよく読み理解する

いつの間にか切り替えに 電気の契約切り替えトラブル

最近、電話勧誘による電気の契約切り替えトラブルが急増しています。

<事例>

「今よりも電気料金が安くなる。電気料金の明細を教えてほしい」と電話があり、言われるまま検針票の番号などの情報を伝えた。

数日後書類が届き、先日の電話が電気契約の切り替え申し込みになっていたことがわかった。



<アドバイス>

1. 電力会社等から電話があった場合は、事業者名や内容をよく確認し、必要なければきっぱり断りましょう。
2. 検針票の情報を伝えたところ、勝手に別の会社への切り替え手続きをされていたというケースもあります。
安易に検針票の記載情報は伝えないようにしましょう。
3. 契約先を切り替える際は、契約条件をしっかりと確認しましょう。
4. 電話勧誘で契約した場合、クーリングオフ等ができる場合があります。
5. 困ったときは、すぐに消費生活センター(消費者ホットライン188)もしくは、経済産業省電力・ガス取引監視等委員会の相談窓口(03-3501-5725)に相談しましょう。

これからの当協会事業予定

開催日	事業内容
8月8日 (木)	小学生消費者教室 (対象：市内小学3～6年生 保護者別席見学可) 「みんなミニ気象予報士になろう」 —お話と実験—
9月26日 (木)	くらしのセミナー 講演会「相続法が変わります」 ～改正された相続法のはなし～ 講師：司法書士赤嶺和弘さん
10月9日 (水)	見学会「滝畑ダム見学」 ダム監視室・監査廊など見学 *雨天の場合監査廊見学中止
11月18日 (月)	講演会「マイクロプラスチック 問題の現状と課題」 講師：大阪市立環境科学研究センター職員中尾賢志さん
12月6日 (金)	講演会「よくある消費生活トラブル」 講師：消費生活センター相談員
11月25日 (月)	消費者啓発講演会 「その食べ物、ほんとうに安全？」 —安全に食べるための方法を学びます—

*詳細については市広報をご覧ください

あとがき

新しい天皇が即位され、2019年5月1日から新元号「令和」となりました。平和でよい時代であることを願います。

最近、高齢運転者による事故が相次いで発生しています。高齢者の安全運転を支える技術的対策や、高齢者の移動のための交通システムの整備などが必要ではないでしょうか。