

「電気代が未納なので2時間後に停電します!？」

その電話、詐欺です!



■ 事例

電話に出たら自動音声ガイダンス（機械の音声）で、「**電気代が未納になっています。2時間後に停電します。支払い状況を確認する場合は『1』を押してください**」というアナウンスが流れてきました。停電しては大変なので『1』を押したらオペレータが出てきて、名前と生年月日を尋ねてきました。おかしいと思って電話を切りましたが、停電しませんでした。

■ それは詐欺です

ハガキやショートメッセージ、メールなどで送り付けられていた架空請求と同じ手口です。電気や電話、インターネットなど、さまざまな料金での事例が報告されています。不安を煽って名前や生年月日、銀行口座やクレジットカードなどの**個人情報**を聞き出したり、**お金を払わせたりするのが狙い**です。ハガキやメールなどの場合と同じく、**無視（電話を切る）**しましょう。



■ 電気や電話など料金の支払い状況が気になったら

電気や電話など料金の支払い状況を確認する場合は、不審な電話の自動音声ガイダンスやオペレータが案内する連絡先ではなく、自分で料金の明細や請求書などから契約している会社の連絡先を調べて問い合わせましょう。

悪質商法や契約トラブルなど、消費生活に関する相談は **神戸市消費生活センター**へ

消費生活センター
ホームページ

電話相談

消費者 **いちゃ** **188** ホットライン
平日：9:00～17:00（平日は078-371-1221でもつながります）
土日祝：10:00～16:00（(独)国民生活センターにつながります。12/29～1/3除く）

よくある相談事例
やトラブル情報は
こちらをチェック

オンライン相談

オンライン相談

神戸市消費生活センターホームページの相談入力フォームより。初回のみ受付。
継続相談は電話または来所をお願いします。

来訪相談は事前予約制。まずは電話にて相談を伺いますので、来訪日時を相談員と決定してください。
神戸市中央区橋通3-4-1 神戸市立総合福祉センター5階 平日：9:00～16:30（12/29～1/3除く）

ホームページから
オンラインで相談

禁止されている寄附の例

 お歳暮やお年賀	 入学祝・卒業祝	 病気見舞い	 秘書等が代理で出席する場合の結婚祝
 秘書等が代理で出席する場合の葬式の香典	 葬式の花輪・供花	 落成式・開店祝の花輪	 町内会の集會や旅行などの催物への寸志や飲食物の差入
 お祭りへの寄附や差入	 地域の運動会やスポーツ大会への飲食物の差入	贈らない! 求めない! 受け取らない!	

明るい選挙を実現しましょう

お金のかからない明るい選挙を実現するために『寄附のない三ない運動』をすすめましょう。

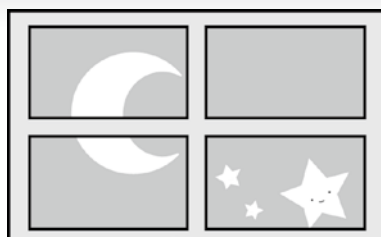
- ・政治家は寄附を贈らない!
- ・有権者は政治家に寄附を求めない!
- ・政治家から寄附を受け取らない!

問 神戸市選挙管理委員会
(078)222-58015

私たちはKOBEシニアクラブの活動をサポートしています

毎日ぐっすり眠れていますか?

みなさん毎日よく眠れていますか？日本人の5人に1人が「睡眠」に関する悩みを抱えているのだそうです。不眠だけでなく、寝言やいびきも「睡眠障害」のシグナル。おかしいなと思ったら、心の声を聞いてストレスのないように過ごしましょう。



枕

枕の役割は、頭と首をバランスよく支えることです。朝起きて肩が凝っていたりしていませんか？合わない枕はそれだけでストレスの元。さまざまなタイプの身体に対応した枕があります。専門店へ行ってみましょう。

お風呂

疲れが溜まっていませんか？1日の終わりに入るお風呂は気持ちがいいものです。忙しいかもしれませんが、たまには38℃ぐらいのぬるめのお湯にゆーっくり浸かって、身体を芯まで温めましょう。

香り

最近ではいろんなタイプの商品が出ています。その中心はお香やアロマオイル。安眠効果を期待するならラベンダーの香りがおすすめ。さまざまな香りがあるので、自分好みの香りを探すのも楽しいかもしれません。