

令和5年度 鶴見区消費生活推進員だより

令和6年2月発行

●消費生活推進員とは？

横浜市では、消費者トラブルを未然に防ぎ、地域における安全で快適な消費生活を推進する方を「消費生活推進員」として委嘱しています。

鶴見区では109名の消費生活推進員が活躍し、「消費者トラブルに遭わない安全な地域づくり」を目指して活動を行っています。

●こんな活動をしています

- ・講師を招いて啓発講座を開催
- ・地域のイベントで啓発物品やパンフレットを配布
- ・年金支給日に合わせて金融機関付近で啓発活動
- ・高齢者等の集まる場で紙芝居を用いて消費者トラブルを紹介
- ・広報紙の発行
- ・「暮らしのヒント展(パネル展示等)」

横浜市鶴見区消費生活推進員の会 年間テーマ

知ってもらおう 時代にあった消費生活

サギのきっかけは電話!!



私たちはどうすれば
詐欺に遭わずにすむの？

オレオレ詐欺

息子や孫などの名前を名乗り、仕事上のミスやバッグの紛失などの嘘の話で金銭をだまし取る。

還付金詐欺

区役所職員などを名乗り、保険金や医療費の過払い金の還付などの嘘の話でATMに誘導し犯人の口座に振り込ませる。

カード詐取詐欺

警察官や銀行協会職員を名乗り、キャッシュカードやクレジットカードの交換手続きが必要などの嘘の話で暗証番号を聞き出しカードをだまし取る。

ショートメール悪用(架空請求詐欺)

宅配業者や郵便局を名乗り「荷物を持ち帰りました。」という嘘の内容や、通信サービス業者を名乗り「ご利用料金の支払いが確認出来ません」という嘘の内容のショートメールを送り付け、内容の確認をしようとする個人情報を流し失わせる。
または実際には利用していない料金をだまし取る。

……とは言え電話は日常に無くてはならないモノ……

- 一番は**電話に出ないこと**。
- 家にも必ず留守電**にしましょう。
- 自分は大丈夫**という自信・過信・思い込みは**NG**。相手は犯罪のプロ！
- 電話でお金**の話は誰(家族・友人)であっても**詐欺**を疑います。
- 詐欺防止の電話機も最寄りの警察署に相談して設置可能。(数に限りがあります)
- 現在、配送会社は必ず“紙の”不在連絡票をポストに入れていきます。
- 身に覚えのない**メールを不用意に開かない**。[こちら](#)と書いてあっても押さない。
- メールに書いてある連絡先には**絶対連絡をしない**。
- 一人で抱え込まない。誰かにすぐに相談する**。身近な人に相談してみると「ちょっとあやしいのでは？」「もう一度考え直したら？」と声をかけてくれて、冷静になれるかもしれません。

★令和5年1月～12月までの被害状況(鶴見警察署管内)

※12月末の暫定値です。

オレオレ詐欺 22人

還付金詐欺 16人

キャッシュカード詐欺盗 1人

預貯金詐欺 18人

架空請求詐欺 5人

不審な電話をとってしまったら警察へ

生活知恵・アイデア

矢向地区

▶電気代トップのエアコンの節約術

温度設定は冷房28℃暖房20℃風速設定は自動／フィルターの掃除をこまめにする／室外機のまわりはきれいにする／扇風機やサーキュレーターを活用する／窓に断熱シートを貼る／エアコンを購入する時は省エネタイプを選ぶ



市場地区・市場第二地区

▶冷蔵庫キルド室の利用で食品長持ち!!

発酵食品(納豆、味噌、チーズ、ヨーグルト等)
野菜(ブロッコリー、カリフラワー、もやし等)
肉や魚(小分けにしてラップで包む)
低温保存で鮮度が保てます。



潮田中央地区・潮田東部地区

▶食品ロスを減らすためにできること

“食品に記載されている保存方法に従って保存する”
誤った方法で食品を保存すると、劣化が早くなる場合があります。”
野菜は冷凍の下処理をしてストック”
小分け保存などをして食材を長持ちさせる工夫をしてみましょう。



潮見橋地区

▶悪質商法・詐欺から大切な財産を守ろう!

年金支給日に合わせ、川崎信用金庫潮見橋支店前で、リーフレットやティッシュを配り啓発活動を行いました。また、連合会・町内会の会合で紙芝居・〇×クイズで騙されない手口を知り、対策を学ぶ講習会を開催しました。



潮田西部地区

▶「続けて」「広がる」フードドライブの和

フードドライブも三年目を迎え、生活の様々な場面で「食品ロス」を減らす取り組みを行ってまいりました。ここでは一人でも多くの方に、町内会の身近な活動を通して「食品ロス」を考え、削減に参加して頂けるように活動致します。



小野町地区

▶パツとついて消し忘れなし! 人感センサー

玄関や廊下など電気を消し忘れることはありませんか? そんな時、人感センサー付きのライトや電球が便利です。人が近づくと反応して自動的に電気がつき、遠ざかると電気が消えるので高齢の方も安心。おためしあれ。



生麦第一地区

▶工夫して生活に活かそう 不用品活用

新聞紙、チラシ(ゴミ処理、鍋敷、スリッパ)
牛乳パック(ペン立て、まな板、工作材料)
保冷剤(消臭剤、植物の保湿、冷湿布)
不要な衣類(雑巾、パッチワーク素材、小物入れ)
風呂敷(携帯バッグ、防災用)



生麦第二地区

▶あの日から百年 災害は忘れた頃にやってくる

関東大震災から百年。首都直下地震、南海トラフ地震、日本海溝・千島海溝周辺海溝型地震などの発生が懸念されています。備えあれば憂い無し。まずは100円ショップで防災グッズを揃えてみませんか。出来ることから楽しく始めるのが長続きのコツですよ♪



豊岡地区

▶家庭でできる身近な節約術

- ・メモをしておき、まとめて買物をする。
- ・在庫確認をした後、メニューを決める。
- ・季節の旬の食材を利用する。
- ・住まいの場所によって、センサー機能電球を利用する。



寺尾地区

▶捨てないで! 「大根おろしの汁」の活用法

栄養素や酵素がたっぷり含まれている大根のしぼり汁。余すことなく活用しましょう! / 肉を漬け込むと柔らかく / 一緒に炊くと甘みあるつややかご飯に / 牡蠣の下処理や煮魚に。生臭さが消えます / 味噌汁に入れると旨みアップ / お試しあれ♪



寺尾第二地区

▶家庭内でもできる身近なSDGs

SDGsとは持続可能な開発目標の事を言います。電気や水の無駄遣いを無くす。食品ロスを無くす。ゴミを減らす・分別の徹底。マイバッグ・マイボトル持参等皆様のちょっとした心がけからSDGsは始められます。



駒岡地区

▶余り野菜で、栄養たっぷり具材沢山スープ

冷蔵庫の余り野菜や、肉、豆などを使って、スープを作ってみてはいかがでしょうか。2日目以降は、トマト缶やカレー粉を加えると味が変わり、飽きずに美味しく食べられます。フードロス削減+免疫力もアップします!



上末吉地区

▶食品ロスをなくすため ムダなものは買わない

皆さんの家の冷蔵庫の中には食材がたくさん入っているとありますが、賞味期限が過ぎてしまうという事があると思います。食材に買った日付をつけて古い順に使うとロスがなくなるのではないのでしょうか。



発行：横浜市鶴見区消費生活推進員の会
事務局：鶴見区役所地域振興課区民活動支援係
電話：045-510-1693 ファックス：045-510-1892