ながのけん くらし得情報 秋号 marutoku (2026年)

内容
- ○秋の行楽シーズン ネットの旅行予約に注意
- ○高齢者に多い 消費者トラブル
- ○電話でお金詐欺（特殊詐欺）被害状況
- ○長野県からのお知らせ

秋の行楽シーズン ネットの旅行予約に注意



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」などの条件があり、返金対応が不可能なケースや、日本語表示のサイトでも海外事業者が運営しており、問い合わせが困難なケースなどがあります。
トラブルに遭わないように、次のことを**自分自身でよく確認**しましょう。

①予約前 事業者の情報

□日本の事業者か、海外の事業者か
□旅行業法上の登録があるか
□問い合わせ先、問い合わせ方法（電話、メール、チャットなど）

Point 海外事業者の場合、**英語対応となる可能性**があるので注意しましょう。

②予約時 入力内容・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、プラン内容に誤りがないか
□氏名、人数などの入力に誤りがないか
□旅行の総額費用

Point 申込内容が確認できる画面を**スクリーンショット**するなどして保管しましょう。

③予約後 予約内容

□予約確認メールやマイページの予約内容に誤りがないか
⇒**誤りがある場合は、すぐ事業者へ連絡**
□旅行の資料は、旅行が終わるまで保管

Point 事業者とのやり取りは、**日時が分かる形で**保管しましょう。



不安な時、困った時は**消費生活センター**にご相談ください。

海外事業者とのトラブルは**越境消費者センター（CCJ）**でも受け付けています。

アクセスはこちら▶
https://www.ccj.kokusen.go.jp/home
※CCJは令和8年9月14日(月)まで、相談受付を一時停止しています。

消費者トラブルでお困りのときは、消費生活センターにご相談ください！

長野県消費者被害防止啓発キャラクター
もシカっち



長野県消費生活センター（松本市大字島立1020 松本合同庁舎4階）

☎0263-40-3660

消費生活センターは、消費者が商品の購入や契約に関して不安なことを相談していただく機関です。
専門知識を持つ相談員が、中立的な立場で相談を受け、トラブルを解決するためのお手伝いをしています。



アンケートご協力のお願い
今後の紙面作成の参考のため、アンケートに御回答願います。
くらしまる得情報（令和8年 秋号）読者アンケート▶

高齢者に多い消費者トラブル

点検商法

住宅設備の無料点検を勧める電話があり来てもらったところ、「これは今すぐ交換しないと大変なことになる」と不安をあおられ、その場で交換の契約をしてしまった。

- ◆電話や突然の訪問等で点検を持ち掛けられた場合は、事業者の身元や目的をよく確認し、不要なら断る。
- ◆契約を迫られてもその場で判断しない。
- ◆困った時は一人で判断せずに、周りの人や消費生活センターに相談する。



通信販売

「初回特別価格」「定期縛りなし」とあったので、お試しのつもりで1回分だけ注文したつもりが、「定期購入」の契約になっていた…。

- ◆「お得」「今だけ」などを強調した広告表示をうのみにせず、本当に購入する必要があるかよく検討する。
- ◆注文前に販売条件や解約条件をよく確認する。
- ◆ネットの広告や注文時の「最終確認画面」、注文完了メールなどは必ず保存する。



架空請求

「○○の未納料金があります。」と自動音声の電話があり、その後繋がったオペレーターに「確認のため」と個人情報を聞き出され、料金の支払を要求された。

- ◆非通知や知らない番号には出ない、折り返さない。
- ◆身に覚えのない未納料金を請求されても相手にしない。
- ◆知らない相手に個人情報は伝えない。
- ◆不明な点がある場合は、事業者の連絡先を自分で調べて問い合わせる。



9月は 関東甲信越ブロックの1都9県6政令市及び国民生活センターが共同で、



高齢者悪質商法被害防止キャンペーン月間 を実施しています。

ちょっとした見守りや声掛けだけでも、悪質商法被害の未然防止や、早期発見につながります。
周囲で消費者トラブルにお困りの高齢者の方がいたら、**消費生活センター**へご相談ください。

POINT 見守り・気づきのポイント



<居室・居宅の様子>

- □不審な契約書や請求書、見慣れない商品などはないか
- □同じような商品が大量にないか
- □屋根や外壁、住宅設備などに不審な工事の形跡がないか
- □複数社からの新聞や景品類はないか
- □居室が不自然に散らかっていないか
- □不審な事業者が出入りしている形跡はないか

<本人の言動や態度など>

- □不審な電話やメールのやり取りなどはないか
- □お金に困っている様子はないか
- □預金通帳などに不審な出金の記録はないか
- □何を買ったか覚えていないなど、判断能力に不安はないか
- □元気がないなど困った様子はないか

県内の

令和8年7月末時点

「電話でお金詐欺（特殊詐欺）」被害状況

※長野県警察本部発表暫定値、1万円未満切り捨て（令和8年1月～7月末）

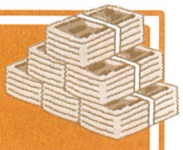
被害件数 297件
（前年同期比 +69件）↗

被害額 24億7,402万円
（前年同期比 +8億381万円）↗

手口別件数・被害額（件数順・4位まで）

1位・2位 被害額増加中

1位 SNS型投資詐欺
71件 9億822万



SNS等で架空の投資話を持ち掛け、「投資金」や「手数料」などの名目で金銭等をだまし取るもの

2位 ニセ警察詐欺
63件 7億6,300万



警察官や検察官等を名乗り、「あなたに犯罪の嫌疑がかかっている」などとして、捜査名目で金銭等をだまし取るもの

3位 SNS型ロマンス詐欺
60件 5億7,332万



SNSやマッチングアプリ等でのやり取りを通じて、恋愛感情や親近感を抱かせ、金銭等をだまし取るもの

4位 架空料金請求詐欺
46件 9,480万



未払いの料金があるなど、架空の事実を口実として金銭等をだまし取るもの

⚠「ニセ警察詐欺」にご注意ください⚠

被害額 前年同期比 +2億8,165万

警察官を名乗る人物からSNSで連絡を受けたら詐欺です



本物の警察官は
SNSやビデオ通話で連絡しません
絶対にお金を要求しません
SNSで逮捕状や警察手帳を見せる
ことは **ありません**



困った時はまずご相談ください

- 消費者ホットライン
  188（局番なし）
- 長野県警察相談専用電話
  #9110

資産形成や家計管理などの講師を無料で派遣します！

金融経済教育推進機構（J-FLEC）や長野財務事務所では、
金融知識に関する講師派遣を無料で行っています。

◎以下のように思ったことはありませんか？

- 出産を機に家計管理を見直したい！
- 今後に備えて資産形成について知りたい！
- NISAやiDeCo って何？
- 金融犯罪の被害に遭いたくない！

※講演内容については、お気軽にご相談ください。



＼ ご相談はこちら ／

金融経済教育推進機構（J-FLEC）
ホームページ
（https://www.j-flec.go.jp/）

（金融犯罪被害や日本の財政についての講師派遣などJ-FLECで対応できない場合）
財務省関東財務局長野財務事務所総務課 TEL.026-234-5123

長野県からのお知らせ

しあわせ信州
山々と育む　すこやかな国

令和8年度 消費者大学を開校します

受講料無料

デジタル化やグローバル化、高齢化、消費者被害の複雑化など、私たちを取り巻く消費の環境が急速に変化する中、安心・安全な暮らしの実現のために「消費者力」を高めてみませんか。

○日程等（予定）

オンライン講座２回	対面講座１回
10/17（土） 11/21（土）	10/31（土） 1日２講座、計6講座

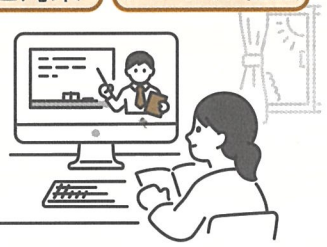
受講者限定でオンデマンド配信（録画配信）も実施

○対象者
18歳以上で長野県内に在住の方
（定員100名になり次第締切）

○講座の内容（予定）

- 消費者問題の基礎知識
- 消費者被害の傾向と対策
- 悪質商法・デジタル社会
- 生涯を見通した資産形成
- 長野県版エシカル消費

など



❖募集方法や詳細については、９月頃に長野県ホームページ（消費生活情報サイト）に掲載します。
https://www.nagano-shohi.net/

多重債務に関する無料相談会を実施します

カードや、ローンの支払いで生活が苦しい…



そんな借金問題で苦しんではいませんか?
弁護士・司法書士による、無料相談会を県内4カ所で実施します!

周囲にお困りの方がいたら、ぜひ本相談会をご案内ください。

日時	11月11日(水) 10:00～17:00	11月12日(木) 10:00～17:00	11月26日(木) 10:00～17:00	12月2日(水) 10:00～17:00
場所	飯田合同庁舎	上田合同庁舎	長野県庁	松本合同庁舎
予約開始	10月1日(木)予定			
申込期限	11月9日(月)	11月10日(火)	11月24日(火)	11月30日(月)



完全予約制

予約は上記申込期限までの
土日祝日を除く8:30～17:00にお願いします。

ご予約は長野県消費生活センターへ
（☎0263-40-3660）
※相談者（契約者）本人からご連絡ください。

編集・発行
（令和8年9月発行）

長野県消費生活センター
〒390-0852　長野県松本市大字島立1020　松本合同庁舎4階
TEL：0263-40-3660　E-mail：c-shohi@pref.nagano.lg.jp

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
［長野県は「SDGs 未来都市」です］

ながのけん くらし得情報
はインターネットでも御覧いただけます。
長野県消費生活情報サイト 広報誌「くらしまる得情報」
https://www.nagano-shohi.net/keihatsu/marutoku