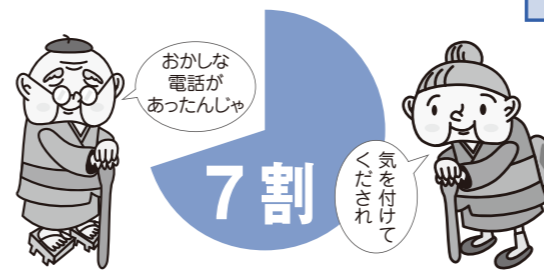


# 暮らしの豆知識

未公開株や社債の勧誘トラブルが急増中！  
高齢者の被害は全体の7割を占めています。  
「自分だけは大丈夫」は禁物です。  
おかしいと思ったら相談をしてください。

## 勧誘トラブル



### ●未公開株・社債の勧誘に気を付けて！

未公開株や社債の勧誘トラブルは、特に高齢者を中心に被害が発生しています。少しでも不審に思った時は取引を中断するなど、くれぐれも慎重に対応してください。もし、トラブルになってしまった場合には、下記消費生活係または消費者ホットラインにご相談ください。

### ●消費者トラブルの状況

各地の消費生活センターなどに寄せられた未公開株や社債の勧誘に関する消費者トラブルは、21年度2月末までに4,349件あり、平成20年度に比べ1,289件増加しています。また、これらのトラブルの内、60歳以上の人が全体の7割を超えています。

### ●勧誘の手口

未公開株を高値で買い取るという別の名前の業者が電話を掛けてくる「劇場型」といわれる手口や、かつて未公開株を購入したことがある消費者に対し、その被害を回復するなどと言って新たに未公開株を購入させる手口など、勧誘が巧妙になっています。不特定多数の人に電話を掛けて未公開株や社債の取引を勧誘することは通常考えにくいものであり、また、金融商品取引法に違反する場合があります。

### 「消費者ホットライン」

ゼロ・ゴー・ナナ・セロ 守ろうよ、みんなを  
**0570-064-370**

## 架空請求

# Q&A

おかしいと思ったら相談を。  
市では穂高総合支所内生活環境課で消費生活相談を行っています。

悪質な「利用した覚えのない請求」が横行しています。

どうして自分に借りた覚えの無い請求が来るのですか？

A これらは、何らかの名簿を入手した悪質業者が、その名簿に基づき、不規則に根拠のない請求書をハガキやメールで大量に送ったものと思われます。

請求を受けたらどうするの？

A 悪質業者は、悪意を持って架空請求を送りつけてくるので、話をしても誤解は解けません。覚えが無ければ無視してください。

こちらから連絡すると巧みに個人情報聞き出され、その情報を使って取り立てや嫌がらせが頻繁になる場合があります。

### 請求書

平素は、有料サイトをご利用いただき、ありがとうございます。貴方様が過去にご利用になった料金が未納となっております。ブラックリスト掲載、データ流出、さらに財産の差し押さえ等の行政処分の手続きを現在申請中です。ただし、お支払い頂ければ延滞リストから削除させていただきますので、お支払いをお願いします。本書到着後、1週間以内に連絡なき場合は、訴訟手続きを開始させていただきます。

ハガキの一例

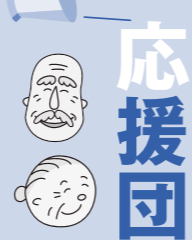


清野昌訓相談員

## 健康づくり



元気ですが



## 応援団

①

健康づくりに活躍している市民の皆さんや市の取り組みを毎月ご紹介いたします。

### 保健センターはどんな仕事をするところ？

保健センターは、乳幼児や妊婦、成人、高齢者など幅広い年齢層を対象として、市民の皆さんの身近な地域保健サービスを担っている市の窓口です。センター内には、保健師・栄養士・歯科衛生士・看護師・健康運動実践指導者などが働いていて、健康づくりに関わっています。

### 保健師の仕事って？

皆さんは保健師をご存知ですか。市の保健師は、市内の各保健センターなどに在籍し、市民の皆さんの生涯にわたる健康増進を目標に、各年代に応じた健康づくりの啓発や疾病予防事業の企画や実施をしています。そのためには、妊婦や乳幼児期のお子さんがいるお母さんの子育て相談や、子育て教室などを実施したり、また、成人健診では生活習慣病予防の保健指導や、健康相談、健康教室、がん検診、心の相談などを実施しています。

各保健センターでは、健康に関する相談を随時受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

### 健康推進課保健予防担当

(TEL) 0711 810703 (FAX) 810703



3月18日に行われた母乳・育児相談 穂高保健センター

## 濃厚！きな粉ミルクプリン♪

### ◎今月の素材：きな粉

きな粉は大豆を炒って、粉に挽いたもので、たんぱく質、ビタミンB群、カルシウム、鉄、食物せんいなどが含まれる栄養価の高い食品です。粉にすることで消化がよくなり、大豆の栄養素を効率的に摂取することができます。

### 材料(6人分)

- きな粉…………… 40g
- ゼラチン(粉末)……… 10g
- 水…………… 大さじ4
- 黒砂糖(粉末)…………… 50g
- 牛乳…………… 500ml
- ゆであずき(缶)……… 小さじ2



### 作り方

- ゼラチンは大さじ4の水でふやかしておきましょう。
- 黒砂糖ときな粉をよく混ぜておきます。
- まず、牛乳200mlを温め、②に少しずつ加えて混ぜます。
- ③が温かいうちに①を加え、よく混ぜて溶かします。
- ④に残りの牛乳300mlを加えてから型に流し入れ、冷やし固めます。
- あずきをプリンの上に飾れば完成です。

### 《ポイント》

あずきの甘さがあるので、黒砂糖の量は調節してください。牛乳は沸騰させないように気を付けてください。

## eQoK 健康はバランスのよい食事から 私のおすすめレシピ①

市食生活改善推進協議会会員の皆さんが開催している料理教室で教えていただいた、おすすめレシピをご紹介します。

ぷりんぷりんな食感がたまらな～い！  
ほら、食べたくなってきちゃしょ！



1人分：エネルギー145kcal