

消費生活相談Q&A

初心者でも簡単に稼げる？
情報商材の購入・内職に
注意！



【事例1】
半年前、スマホから海外アパレルの写真などをコピーして通販サイトに載せれば、毎月確実に収入が得られるという、サイドビジネスの勧誘メールがSNSで届いた。メールの言葉信じて情報商材50万円をクレジットカードで購入した。業者から提供されたソフトを使って作業を開始したが、2か月後にソフトが動かなくなった。業者に問い合わせたが連絡がない。現在カード会社への支払が続いているが、ソフトが使用できず、収入も得られていないのにこのまま払い続けるしかないのか。

【事例2】
登録料さえ払えば収入を得られると広告しているウェブサイトに、2万円支払って登録したところ、情報商材が送られてきた。広告ではネットサーフィンするだけで口座に入金されるとのことだったが、送付された商材を確認するとフリマサイトで商品を販売して稼ぐという内容だった。広告と違うと業者に苦情を言ったら、さらに10万円払えばもっともわかる情報を教えると言われた。

誰にでも簡単に稼げることを強調して、もうけ方のノウハウが書かれた情報商材を売り

地域包括支援センターからのお知らせ

『元気！いきいき100歳体操』特集～その③～



『元気！いきいき100歳体操』とは？
『筋力づくり』を目的とした、住民同士が運営する体操教室です。主に高齢者を対象としていますが、興味のある住民なら誰でも参加できます。

白石・北阿那志地区での『元気！いきいき100歳体操』3か月間のモデル事業が終了しました。

体操を始める前と3か月間体操を続けた後の、体力測定の結果は次のとおりです。測定結果の数値からも、体操の効果を確認することができました。

また、「身体が軽くなった」「物を持って歩くのに、腕が動かしやすくなった」など効果を実感した参加者もたくさんみられました。

体力測定結果（参加者の平均値）

■白石地区

測定内容	体操開始時	3か月間終了時	
片足立ち（右）	19.21秒	48.09秒	約29秒アップ
片足立ち（左）	24.29秒	44.36秒	約20秒アップ
3m往復歩行	6.88秒	6.31秒	約0.5秒速くなる
立ち上がり	16.93回	19.0回	約2回アップ

■北阿那志地区

測定内容	体操開始時	3か月間終了時	
片足立ち（右）	30.59秒	36.62秒	約6秒アップ
片足立ち（左）	18.82秒	28.07秒	約9秒アップ
3m往復歩行	8.07秒	7.21秒	約0.8秒速くなる
立ち上がり	9.71回	16.31回	約6回アップ



白石地区の100歳体操



北阿那志地区の100歳体操

体力測定の内容

- ◎片足立ちテスト…バランス能力を測るため、片足で何秒間立っているか測定
- ◎3m往復歩行テスト…総合的な移動能力を測るため、椅子から立ち上がり、3m先の目標を回って、戻って座るまでに何秒かかるか測定（走ってはいけません。）
- ◎立ち上がりテスト…下肢筋力を測るため、30秒間で何回椅子から立ち上がれるか測定



片足立ちテスト（北阿那志）



立ち上がりテスト（白石）



椅子にクッション材を巻いて、床の傷や転倒防止（白石）



これからも続けてね！

白石・北阿那志地区ともにモデル事業終了後も週1回、自主的に体操を続けています。

問合せ＝地域包括支援センター ☎76-1325

ついてブログなどへの宣伝書き込みの内職契約を迫ったり、内職のための高価な情報商材を購入させたりするトラブルが発生しています。

情報商材は、PDFファイルのダウンロードやDVDの購入など、さまざまな形態があります。簡単に稼げることや高収入が得られることがうたわれていますが、もうかる仕組みの具体的な内容を確認できません。また、契約後の返金や解約に業者がなかなか応じてくれないケースがほとんどです。

【消費者へのアドバイス】

- ①安易に広告を信じて資料請求したり、情報商材を購入したりしないようにしましょう。
- ②何の作業もなしに高収入が得られるなどという「うまい」話はありません。業者の説明をうのみにせず、第三者の意見も聞きつつ冷静に判断しましょう。
- ③高額な契約は特にリスクが高いので避けましょう。ビジネスの仕組みや仕事の内容について十分な説明がない契約や、自分でもうかる理由が理解できないような契約は、絶対にしないことが大切です。

■困ったときの相談窓口は…

消費者ホットライン

☎188（188泣き寝入り）と覚えてください。

消費生活支援センター熊谷

☎048・524・0999

役場『消費者相談窓口』

☎76・5133（農林商工課内）

ワンポイント
手話講座 179

～飛行機～

3指をのびした右手を右から左上へあげていく



（出典：わたしたちの手話 /（一財）全日本ろうあ連盟発行）

みさと
文芸

俳句と短歌を募集中！毎月5日までに総合政策課へお届けください。

俳句
えびす顔孫の集まるお正月
葱坊主何時まで続く立話
大沢 公子
大野 満子

短歌

小手まりのリング嚙むスジロたち
エサ取り合うも戯れ遊ぶ
原 武久

日溜りに凜と咲きたる寒水仙
寒さに負けじと我に囁く
福島恵美子

三日月に腰かけている夫をみる
ふとさめし夢なみだ一滴
堀内 英子

寒さなど感じないのか風の子は
縦横無尽に駆け巡りたる
原田 淳子

庭先で映えぬ紅葉ながめては
彩り輝け言い聞かせ暮らす
有馬 康博

住み慣れて五年の歳月歩みきて
美里愛わし第二の故郷
有馬 千代

おいしいお米が炊きあがるしあわせ
おいしく食べられるのしあわせ
丸山 好子

立冬すぎ下マトナスをば引き抜いて
来春思い石灰をまきぬ
清水ミヨ子

九十年元気に生きた事思う
まわりの支えに老いたる感謝
須賀 茂子

俳句・短歌の投稿には、住所・氏名・連絡先・ふりがな等を必ず明記してください。

