

消費生活相談室

アダルトサイト等にご注意ください

パソコンや携帯電話からアダルトサイトや出会い系サイトへ接続してしまい、思わぬ高額の利用料を請求されたという相談が多数寄せられています。

インターネットを通じた契約では、操作の誤りなどで思わぬ契約をしてしまわないように、最終的な申込み操作の前に契約内容の確認画面を表示しなければならないという決まりがあります。誰が見ても一目で金額や購入物がわかり、間違いがあれば訂正できるような確認画面がはっきりと表示され、それに同意して初めて有効な契約と言えるのです。

ですから、申込む意思もないまま一方的に契約が成立するということはありませんし、無料だという広告を見て行った契約や、重要な事がわからない状態での申込みは、後で料金を請求されても錯誤（勘違い）による契約であり無効だと主張ができます。

納得出来ない不当な請求をされた場合は安易に支払いをしないこと、相手方と直接交渉をしないこと、また自分や家族の個人情報や伝えないように注意することが大切です。お困りの場合は速やかに相談室へご相談ください。

小郡市消費生活相談室

窓口開設日時

毎週月・火・木・金
曜日／午前9時～
正午、午後1時～4
時

問い合わせ先

小郡市消費生活相
談室 ☎72-2111 内
線144



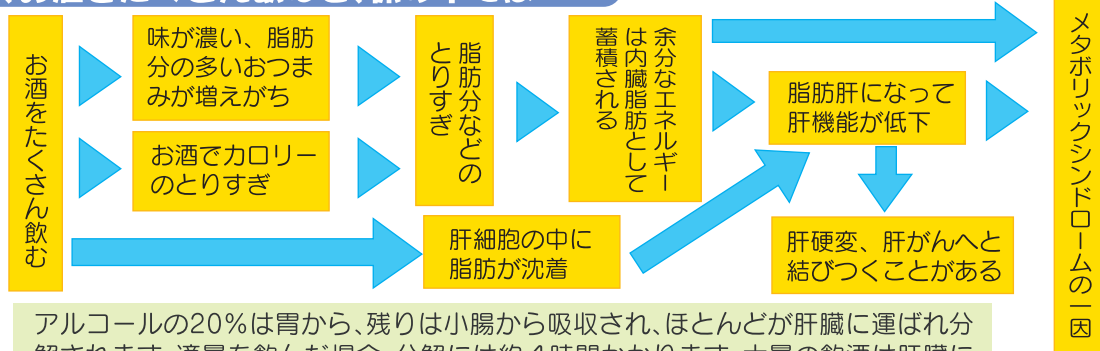
保健師だより

アルコールといいお付き合いをしよう!

12月に入り、忘年会シーズンとなりました。この時期は、普段あまりお酒を飲まない人も、飲む機会の多い月だと思います。飲みすぎは体に負担をかけてしまいます。今月は飲み方について、ポイントをお伝えしたいと思います。



1、お酒をたくさん飲むと、体の中では・・・



アルコールの20%は胃から、残りは小腸から吸収され、ほとんどが肝臓に運ばれ分解されます。適量を飲んだ場合、分解には約4時間かかります。大量の飲酒は肝臓に負担を与えているのです。「適量」を守ることが、大切です。

2、お酒の適量の目安

※一日の摂取量の目安は、下の図のうちの一つだけです。



ビール中瓶1本
(500ml)
500kcal



日本酒 1 合
(180ml)
200kcal



ワイングラス2杯弱
(200ml)
146kcal



ウイスキーダブル
(60ml)
142kcal



焼酎100ml
(25度)
146kcal

3、お酒と上手に付き合うには

1. 自分のペースでゆっくり飲む
イッキ飲みは、急性アルコール中毒の原因に。
2. 夜12時以降は飲まない
翌日にお酒を残さず、睡眠時間も確保すること。
3. 家族らと楽しく飲む
一人で飲むのは深酒になりがちなので注意。

4. たばこ・薬と一緒に飲まない

たばこは、発がんの危険性を高めます。薬と一緒に飲むと、薬の作用がきかなかったり、ききすぎたりと、悪影響を及ぼすことも。

5. 飲めない人に無理にすすめない

お酒を無理して飲むと、急性アルコール中毒になる危険性あり。

●問い合わせ先 健康課健康推進係 ☎72-6666