



# 迷惑メール 対策で詐欺を 未然防止！



## 迷惑メールの例

「〇〇カードをご利用いただきありがとうございます。お客様の〇〇カードに対して一時的な利用制限が適用されました。制限解除のためには、下記リンクをクリックしていただくか、カスタマーサポートまでご連絡ください。」

## 様々なメール

迷惑メールには有名企業などになりすまして偽サイトに誘導し個人情報を読み取るフィッシングメールや、脅迫文のようなメールを送りお金を振り込ませるようなものなど、様々なものがあります。最近は本物か偽物かを見分けることが難しくなっています。送られてくるメールは詐欺かもしれない、と日頃から意識的に注意をしておきましょう。

## 迷惑メール対策！

1. 英数字などを組み合わせて、推測されにくいメールアドレスを使う。
2. 迷惑メールフィルタやセキュリティソフトを活用する。
3. URLをクリックしない。返信をしない。問い合わせ先へ連絡しない。
4. 料金の請求や契約の変更など、心当たりのある内容で気になる場合は、自分で調べたり、契約業者宛に電話やメールで確認する。
5. 既に大量の迷惑メールが送られている場合は、メールアドレスの変更も検討する。

## 迷惑メール相談センター（一般財団法人 日本データ通信協会）

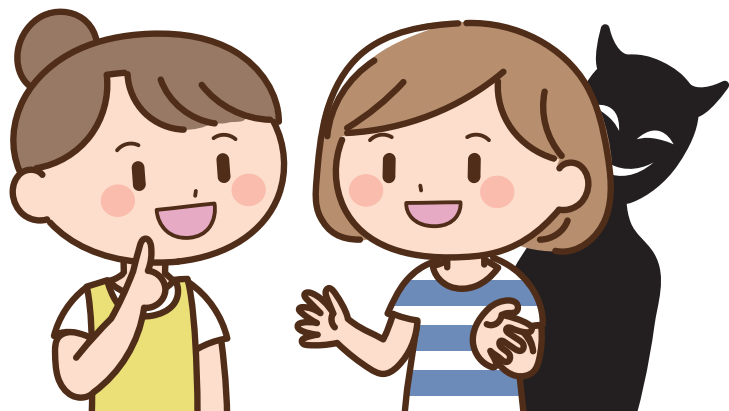
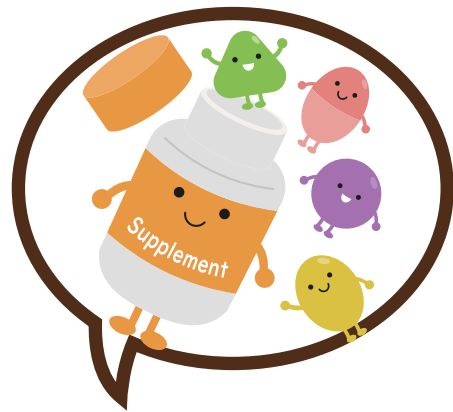
迷惑メール相談センターでは迷惑メールの対策方法、詐欺メール等の事例や相談窓口の紹介などを行っています。また、不特定多数へ同意を得ずに送られる広告宣伝目的の迷惑メールに関する相談を電話にて受け付けています。

電話：03-5974-0068  
受付時間：10:00～12:00、13:00～17:00  
(土日祝・年末年始を除く)

迷惑メール相談  
センターのHPは  
こちら



# 友人からの 誘いでも 安易に契約 しない！



## 事例

友人から招待を受け自宅へ行くと、酢を利用したサプリの説明や実際に効果を試す様子を見せられ、その場で契約をしてしまった。

## ■ その場で決めない

どのような契約でもその場で決めず、一旦時間を置いて（頭を冷やして）から考えることが大切です。

しかし、説明されている場所が友人の自宅である場合、その場の雰囲気にもまれ、断りづらくなってしまいます。親しい友人からの誘いは断りにくいかもしれませんが、中には親しさを悪用した悪質なマルチ商法もあるため注意しましょう。

## ■ マルチ商法とは

「会員になると利益が得られる」や「紹介料で儲かる」といった言葉で誘い、商品やサービスの販売をする会員になり、加入した会員が新たな会員を増やしていくことでピラミッド型に拡大していく商法（「ネットワークビジネス」とも呼ばれています）。

ホームパーティーなどでマルチ商法だと説明されずに契約させられたり、先に商品を大量に購入させられた結果、売り切れずに在庫を抱えてしまったという事例もあります。

## ■ 安易に契約しない！

- 親しい友人からの誘いでも、契約をしたくなければきっぱりと断りましょう。
- マルチ商法自体は違法ではありませんが、クーリング・オフの対象ですので、トラブルに巻き込まれる前に、早めに消費生活センターへご相談ください。

# 通信販売で購入した 商品はルールに 従って返品 しましょう



## 事例

「お試し500円」というサプリメントを注文した。1回限りの購入のつもりが、2回目の商品と共に請求書が届き、定期購入を申し込んでいたことが分かった。後で確認すると小さな文字で定期購入が条件だと書いてあったが、返品したくて配達伝票にあった住所宛に商品を返送した。

## ■ 勝手に返品しない！

事業者の承諾を得ずに返品してしまうと、商品が行方不明になって責任を問われたり、受け取りを拒否されて往復分の送料の請求と共に商品が戻ってきたりするケースがあります。返品する際は事業者の定めるルールに従い、正しい手順で行いましょう。

## ■ 連絡や代金の請求を無視しない！

契約自体が解除されていないと、たとえ事業者からの連絡や請求書を無視していても請求は当然止まりません。契約は一方の都合だけでやめることはできないため、契約が成立している場合は解約が可能かなど、事業者と話し合しましょう。

一定の理由がある場合には契約の取り消しや解約ができる可能性があります。困ったときは一人で悩まず、早めに消費生活センターへ相談しましょう。

## ■ トラブル防止のために！

- 契約内容（支払総額や定期購入の適用の有無等）をよく確認する。
- 返品、交換、解約の条件やその方法をよく確認する。

# SNSなどを通じた

# “もうけ話”を

# 鵜呑みにしない



## ■ 簡単に稼げる副業

「1日10分の簡単作業」や「準備はスマホだけ」などの“簡単に稼げる副業”について、実際には高額なマニュアル代やサポート費用などを要求され、結果的に借金だけが残ってしまったという事例があります。

## ■ 「誰でも簡単に」や「～するだけ」といった甘い言葉を鵜呑みにしない

SNSや動画広告、検索で表示されたランキングなどで、「放置したままで報酬を受け取れます」「スタンプを送るだけで稼げる」といった気軽さ、メリットだけが強調された文言が用いられている場合があります。こうした文言を鵜呑みにしないように気を付けましょう。

## ■ 安易に契約しない！

「すぐに元を取ることができる」などの事業者の説明は鵜呑みにせず、少しでも分からない、理解できないことがあれば契約しないようにしましょう。また、免許証の写真やカード番号など、個人情報の取り扱いには特に気を付ける必要があります。

## 悪質商法や契約トラブルなど、消費生活に関する相談は神戸市消費生活センターへ

### 電話相談

消費者  
ホットライン **い や や**  
188

平日：9:00～17:00（平日は078-371-1221でもつながります）  
土日祝：10:00～16:00（（独）国民生活センターにつながります。12/29～1/3除く）

### オンライン相談

神戸市消費生活センターホームページの相談入力フォームより。初回のみ受付。引き続き相談をご希望の場合は、電話で伺います。

来訪相談は事前予約制。まずは電話にて相談を伺いますので、来訪日時を相談員と決定してください。  
神戸市中央区橋通3-4-1 神戸市立総合福祉センター5階  
平日：9:00～16:30（12/29～1/3除く）

消費生活センター  
ホームページ



よくある相談事例  
やトラブル情報は  
こちらをチェック

オンライン相談



ホームページから  
オンラインで相談