

◇キャッチセールス◇

路上で声をかけ、お店へ連れていく。「雑誌のアンケートなんだけど協力してくれない」
世間話のあと商品を勧められる。「これはいいわよ私もアトピー全然出なくなったもの」
結局、高額な化粧品と健康食品をセットで買わされる。

◆相手は販売目的を隠して近づいてきます。つかまったら最後、契約書しないと帰れない雰囲気にもっていきます。

声をかけられても絶対に立ち止まらないこと

◇マルチ商法◇

友人・知人から誘われて

「親戚や友達を誘って商品を売ればマージンがもらえるんだ」

購入した商品を売ろうとしたが誰も買ってくれない。強引に勧めたら友達にも嫌われてしまった。

◆この商法は、商品を販売するだけでなく販売員の組織づくりが特徴。新たな販売員を勧誘しなければ儲からないので、破たんするのは明らかです。

友人関係にひびが入ったり、トラブルに巻き込むことになりかねません。

気まずい思いをしても キッパリと断る勇気を持つこと

◇アポイントセールス◇

電話をかけて誘い出す

「限定といってもいい会員権を紹介しているの。プレゼントもあるから」

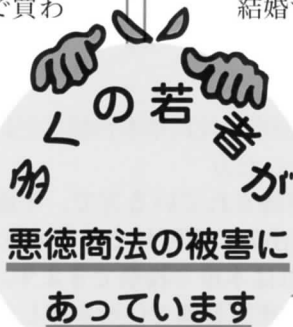
「旅行のチケットや家具が安くなるし、一生使えるから結婚するときも役に立つわよ・・・」

結局、名目上といわれ高額なCD-ROMを買わされたが、会員権にもメリットがない。

◆事務所へ呼び出すために、販売目的を隠しておいしい話で誘います。

出かけたら最後、夜遅くなくても契約するまで帰してはくれません。

電話を受けても絶対に出かけないこと



◇インターネット◇

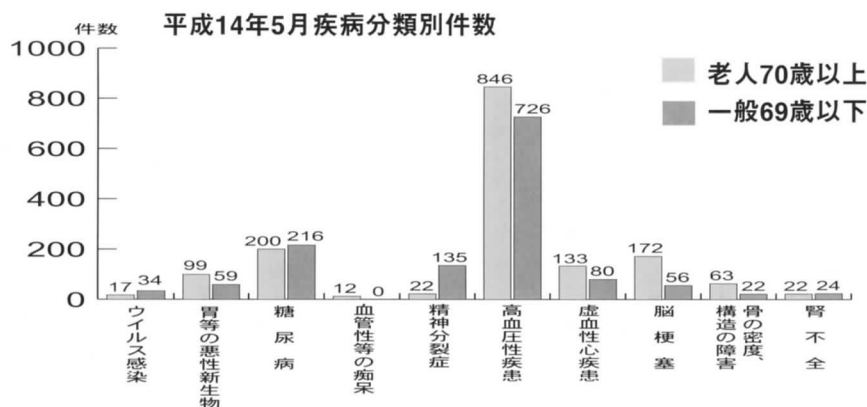
ネットショッピングで利用料金を振り込むが、いつまでたっても商品が届かない。

催促しようと検索したらサイトが消えている。

◆購入する前のチェックポイント

- 契約相手の名前・住所 ○電話がきちんと通じる
- クレジットカードで決済する場合のセキュリティシステム。よく解らない時は契約(送信)しない
- 契約内容はプリントアウトした? 中身をよく確認してから契約しよう

都留市ではどんな病気が多いのかな?



このグラフは平成14年5月国保加入者が病院にかかった時の疾病分類別件数です。

都留市では年齢に関係なく高血圧が一番多いのがわかります。その他糖尿病や心臓病など、おもに不規則な生活習慣の積み重ねが原因で起こる「生活習慣病」が上位を占めています。

高血圧をはじめ生活習慣病って予防できるの?

高血圧は動脈硬化を進め、脳卒中や心臓病の引き金となるので注意が必要です。また、糖尿病は放置しておくとも脳卒中、腎臓病、視力障害などの恐ろしい病気や障害を併発します。これらの生活習慣病の予防は、まず生活習慣を改善していくことが大切です。

生活習慣病予防のポイント

- 塩分、動物性脂肪、糖質を控えた食事をする
- お酒、タバコは控えめに
- ストレスをためない
- 適度に運動をする
- とり過ぎないようにする

栄養をバランスよくとり、ウォーキングをしましょう!



問合先 市民生活課 国保医療担当