

特集1 ひとり立ちを応援！消費生活ナビ



1	初めてのクレジットカード	8
2	スマホ決済、便利だけど…	10
3	年金の通知が届いたら	12
4	就職活動でこんなトラブルが	13
5	楽しいはずの海外旅行でまさか！	14
6	一人暮らしで部屋を借りる	16
7	憧れや恋心に付け込まれて	18
8	友人からのもうけ話	20
9	安いどころか高額に!? エステでトラブル	22
10	幸せ絶頂のはずが…結婚式場トラブル	24
11	ちょっと待って！ その契約	26

特集2 災害に備える



1	「自分は大丈夫」は危ない！ 災害時の心理	28
2	地震！ そのときどうする	30
3	水災害！ 危機が迫る前に	32
4	必要な情報を得るには	34
5	被災後の生活	36
6	備えよう（1）住まいの安全	38
7	備えよう（2）普段からの備蓄	40
8	生活再建のための制度	42
9	「もしも」のときのために～災害に備える保険	44
10	ご注意！ 災害発生後の消費者トラブル	46

1章 知らないと怖い！ ネットトラブル

1	SNS に投稿する前に	48
2	SNS アカウントの乗っ取りに注意	50
3	だまされないで！ ネット通販の詐欺的サイト	52
4	フリマサービスでトラブルにあったら	54
5	突然現れる偽のセキュリティ警告画面	56
6	宅配業者をかたる偽のショートメッセージ	58
7	高齢者のスマホトラブル	60

2章 身近にひそむ危険

1	電池の液漏れ、破裂、発熱に注意	62
2	コンタクトレンズによる目のトラブル	64
3	窓やベランダからの子どもの転落事故	66
4	食べ物による窒息に気をつけて	68
5	歯科インプラントで思わぬ被害に	70
6	ネット通販で購入した製品による事故	72

3章 やさしく学ぶ契約

1	契約ってどんなもの？	74
2	契約前のチェックリスト	76
3	契約の流れを見てみよう	78
4	未成年者の契約	80
5	判断力の不十分な人の契約	82
6	契約をやめる（1）無効・取消し・解除	84
7	契約をやめる（2）不当な勧誘の場合	86
8	契約をやめる（3）中途解約	88
9	消滅時効とは	90
10	クーリング・オフってどんな制度？	92
11	クーリング・オフができる取引	94
12	クーリング・オフの確認ポイント	96

4章 契約トラブル注意報

1	ひと目で分かる! こんな手口(1)	98
2	ひと目で分かる! こんな手口(2)	100
3	美容医療サービスを受ける前に	102
4	仮想通貨に関するトラブル	104
5	もうけ話に注意~情報商材のトラブル	106
6	投資用マンションの強引な勧誘	108
7	光回線サービスの勧誘に注意	110
8	スポーツジム等の契約~解約時は要注意	112
9	遺品整理サービスでのトラブル	114
10	「保険金が使える」という住宅修理の勧誘に注意	116

5章 セカンドライフ~公的制度をどう使う

1	まずは老後の年金を知る	118
2	年金額を増やすには	120
3	雇用保険と高年齢雇用継続給付	122
4	定年退職後の健康保険	124
5	離れて暮らす老親の財産管理	126
6	介護保険制度を知る	128
7	介護休業制度と給付金	130
8	施設で介護を受けるなら	132

6章 生活設計と保険

1	教育資金を準備するには	134
2	わが家の老後資金、大丈夫?	136
3	お金を運用するときのポイント	138
4	金融商品を購入する前に	140
5	わが家の保険をチェックしよう	142
6	高額な賠償に備える保険	144
7	保険ショップを利用するときの注意	146

7章 こんな場合はどうする?

1	相続トラブルを防ぐには~相続法改正	148
2	空き家の管理に困ったら	150
3	健康情報のウソ・ホントを見極めるには	152
4	入院時に差額ベッド料を請求されたときは	154
5	水漏れ修理、害虫駆除等のサービスを利用するとき	156
6	休眠預金に気づいたら	158
7	消費生活センターに相談するとき	160

資料編

●	防災に関するマーク	162
●	繊維製品の洗濯表示	163
●	困った! 知りたい! ときの相談・問い合わせ機関	164
●	全国の消費生活センター一覧(都道府県・政令指定都市)	170
●	監修者・執筆者一覧	174