

「宅配便の代引き配達」

にご注意を！

第27回

養父市消費生活センターに
寄せられた「相談事例」

ある日、自宅に宅配業者が荷物の配達にやってきました。荷物は代金引換でしたが、支払える料金であり、自分宛の荷物だったので言われるまま代金を支払い、印鑑を押して荷物を受け取りました。荷物を開封してみると、自分が注文した品物ではありませんでした。

急いで、宅配に来た業者に連絡したところ、宅配業者が、すぐに荷物の引き取りに来てくれましたが、一度支払った代金は、すぐに返金してもらえませんでした。

しばらくして、荷物を発送した業者から連絡があり、荷物の代金は、口座振込みで返金されることになったという相談事例がありました。宅配便の代引き配達について次の

ことに注意してください。

☆代金引換サービス

代金引換サービスは、国土交通省の認可事業です。一般貨物自動車運送業に付帯する業務として、国土交通省から認可を受けて行う輸送サービスであり、貨物（商品）の引き渡しと引き換えに品代金（商品代金）を受け取る、配達サービスと一体の業務です。

消費者（荷受人）に対する代金引換サービスの実務は、お届けする前に消費者に了解を得てから配達する事になっています。また、配達に際しては、余程特別な事情がない限り、必ず商品代金と引換の配達となっています。

☆宅配便を受け取る時の注意点！

荷物が送られてきたらまず

最初に送り主の確認をしましょう。

家族名義の荷物の場合、本人に確認してから改めて、荷物の再配達を依頼しましょう。（送り付け商法といつて、頼んでいない荷物を送つてきて、代金を受け取るなど、詐欺的な手法で消費者を騙す業者がいます）

【お知らせ】会社更生法の適用を受けた武富士について

「武富士と取引のあった方」、「取引中の方」は取引履歴の請求はお済みですか？法定利息で計算され、過払い金が発生していたら、返金を求めるための申請が必要です。

申請の受け付け期限は、2月28日（月）です。まだお済でない方は、養父市消費生活センターにご相談ください！

お問い合わせ先

養父市消費生活センター
(☎662-3170)

まちの文化財 ㊦

県指定の天然記念物 シラカシ大木が倒木



年末からの大雪の影響で倒木した「シラカシ大木」

ました。幹は直径1・4メートルありましたが内部は腐って空洞になっていました。木材部は幹の周囲に厚さ20センチあるだけで、空洞の直径は1メートルもありました。大木になると幹に水が入り腐って空洞ができ易くなります。大きな空洞のある幹が雪の積もった枝を支えられませんでした。

上森神社の境内は、集落から約20メートル高い高台にあります。幹の上部は枝がついた状態で、13メートル東側の集落側に吹き飛ばされて落下して参道を塞ぎました。しかし近接する住宅までは転落しませんでした。

シラカシは常緑カシ類の一種で、但馬地方では内陸部の低山地に生育します。植林で失われた大屋地域本来の森林が神社の森として残ったものです。付近では宮垣の「男坂神社のシラカシ林」が兵庫県指定の天然記念物になっています。

蔵垣区長の上垣武士さんは「予想もしない災害となりました。ご神木であつただけに大変残念です。せめて根元から新しい芽が出てほしいものです。上手に倒れて住宅への被害がなかったことが幸いです」と話していました。

(教育委員会社会教育課)

大屋町蔵垣にある上森神社の境内に、兵庫県指定の天然記念物「上森神社のシラカシ大木」があります。昭和61年3月25日、兵庫県指定文化財になりました。シラカシ大木は樹高19メートル、根周り6・4メートル、幹周りは4・3メートル、推定樹齢は450年です。神社の境内は約60本のシラカシが生育する林で、その中でも最大の巨木です。

シラカシ大木は、1月11日の午前5時頃、地上から4・7メートルの位置で折れて倒壊しました。樹勢が旺盛で枝張りがよくつただけに、枝に多くの雪が積もり

「健康」 ワンポイント アドバイス



師 健 師 紀
小 畑 美 由 紀

笑いの効用

「笑う門に福来り」

笑いは、健康にも心にもよい効果を与えるとされています。その笑いの効果についてお伝えします。

①免疫力が高まる

一日約五千個発生するがん細胞を退治しているのがナチュラルキラー（NK）細胞です。そのNK細胞を活性化させ、免疫力を高めます。

②脳の働きが活性化

新しいことを学習するとき

に働く脳の海馬は、笑うと容量が増えて記憶力がアップします。また、脳波のアルファ波や大脳新皮質の血流量が増え脳の働きが活性化します。

笑うときは交感神経が優位ですが、笑うと副交感神経が優位になり、両神経の切り替わりが活発になることで自律神経のバランスが整います。

③血行促進

思いっきり笑うと、体内に酸素がたくさん取り込まれ、血のめぐりがよくなり新陳代謝が活発になります。

④自律神経のバランスが整う

自律神経には、体を緊張させる交感神経とリラックスさせる副交感神経があり、起き

ているときは交感神経が優位ですが、笑うと副交感神経が優位になり、両神経の切り替わりが活発になることで自律神経のバランスが整います。

⑤筋力アップ

笑っているときはお腹や頬の筋肉がよく動き「内臓の体操」の状態、多少ながら筋力を鍛えることになります。

⑥幸福感と鎮静作用

笑うと脳内ホルモンのエンドルフィンが分泌されます。この物質は幸福感をもたらすほか、痛みを軽減します。

「笑い」は神様から人間への最高の贈り物です。「笑い」を意識的に生活に取り入れ、自分も周りも元気にしましょう。

【お問い合わせ先】

市役所健康課

☎662-13167



「家族介護慰労金支給事業」の

お知らせ

した場合を除く。

○申請及び決定

養父市では、高齢者の在宅生活の支援や介護家族への負担軽減を図るため、さまざまな支援をしています。今回は家族介護慰労金支給事業について紹介します。

申請する介護者は「家族介護慰労金支給申請書」により申請して下さい。要介護度、サービス利用状況、家庭状況を審査し、決定します。

◎家族介護慰労金支給事業

高齢者を介護している家族に対して、介護慰労金を支給することにより、経済的負担の軽減を図り、高齢者の在宅生活の継続及び向上を図ることを目的としています。

○慰労金の額

在宅高齢者1人につき年額10万円とします。

○支給期日

養父市に住所を有し、次に掲げる要件を備えている高齢者を現に介護している家族とします。

介護保険のサービスを受けなかつた月から連続して、12ヶ月経過した翌々月に支給します。

※支給対象者に該当される方は介護保険課までお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

介護保険課介護保険グループ
☎662-17603