

## 教えて！国民年金

### ～国民年金保険料のご案内は 民間事業者に委託しています～

国民年金保険料の納め忘れの人に対して、電話連絡や文書発送、戸別訪問による納付の案内や免除などの申請手続きの案内を民間事業者に委託しています。

#### 【委託事業者】株式会社 バックスグループ

●専用フリーダイヤル ☎0800-808-7000

\*民間委託についての詳細は、日本年金機構のホームページをご覧ください。

<https://www.nenkin.go.jp/>

☎日本年金機構 早期年金事務所 ☎0957-25-1662

#### ご注意

- ・訪問員は必ず日本年金機構の納付督促員証明書を携帯しています。
- ・訪問員が現金を預かることはありません。
- ・手数料の要求、金融機関やコンビニでのATM操作のお願い、年金手帳・年金証書・通帳・キャッシュカードなどの預かりを行うことはありません。

## 環境課だより エコライフのすすめ ごみのお話⑤

ごみの処理には莫大なお金がかかっています。市民一人ひとりのひと手間とところがけで、大きな手間（お金、時間、労力）を減らすことができます。

### ●食品ロスについて

「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられた食べ物のことで、日本全体では年間600万トン以上の食品ロスが発生しています。食べ物を無駄なく消費することは、環境だけでなく家計にもプラスとなりますので「もったいない」を意識して、家庭でできることから取り組みを始めましょう。

#### ①買いすぎない

買い物の前には食品の在庫を確認し、必要なものだけを買きましょう。

#### ②作りすぎない

料理は食べられる量だけ作るようにし、残ったものは冷凍保存やほかの料理にアレンジして食べできるようにしましょう。

#### ③期限の違いを知る

「消費期限」（食べても安全な期限）と「賞味期限」（おいしく食べられる期限）の違いを理解しましょう。



### ●生ごみを減量しよう！

#### ①「水きり」で生ごみを減量しよう。

水分を含む生ごみを「ギュッとひと絞る」だけで生ごみの減量につながります。



#### ②残った生ごみはリサイクル

残った生ごみはたい肥にするなどリサイクルしましょう。市では、生ごみ処理機器を購入する世帯に購入費の一部を補助しています。

#### ●電気式生ごみ処理機

- ・購入額の2分の1(100円未満切捨て)
- ・限度額…20,000円
- ・1世帯につき1台まで

#### ●生ごみ処理容器(コンポスト・EMバケツ)

- ・購入額の2分の1(100円未満切捨て)
- ・限度額…3,000円
- ・1世帯につき2個まで

※そのほか、補助要件などはお問い合わせください。



## こんにちは！消費生活センターです

☎南島原市消費生活センター  
☎82-3010

### 電話勧誘でカニを注文！ 生ものってクーリング・オフできるの？ ～クーリング・オフできます！～



#### ●相談事例

一昨日カニを販売している事業者から電話があった。「旬のカニを買わないか」と始まり、勧誘が延々と続いた。「2杯で3万円」と言われ「高いからいらぬ」と断ったが、「海産物セットをサービスする。送料も無料にする」とねばられ、つい承諾してしまった。

昨日事業者から再び電話があり「代引きで冷凍したカニを送る。変更はないか」と確認された。正月に家族で食べようと思い、「変更はない」と答えた。

娘に話すと「信用できない」と反対され、やっぱりキャンセルしようと思いきや事業者に電話したがつながらなかった。

断りたいが、確認の電話でも「変更はない」と答えてしまったし、生ものでもあるため、届いたら受け取るしかないのだろうか。(60代女性)

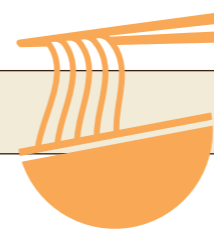
#### ●消費生活センターからの助言

電話勧誘販売をきっかけにした契約は、契約書面を受け取った日から8日以内であれば、無条件で解除すること(クーリング・オフ)ができます。これは、事例のように、確認の電話で「変更はない」と答えていても変わりません。また、商品がカニなどの生のものであっても、クーリング・オフすることができます。なお、届いたカニをすでに食べてしまったときは、カニの代金を支払うことになります。

電話勧誘販売の場合、多くは、契約書面が商品に同封されていますが、事業者によっては商品より先に契約書面を送付してくることがあります。クーリング・オフの起算日は、商品が届いた日ではなく、契約書面が届いた日になりますので、郵便物には注意しておきましょう。

もしも電話が繋がらず、契約書面も届かなかったときは、商品が届いたときに送り状の「事業者名・所在地・商品名・金額・担当者」を控えて(メモを取る、または携帯電話で写真を撮る)、商品を受取拒否してください。その後すみやかに、控えた内容をもとにクーリング・オフの書面を作成して、表裏のコピーをとり、簡易書留で発送しましょう。

困ったことがあれば、消費生活センターにご相談ください。



## 島原手延そうめんを活用 簡単お手軽レシピ

### カニカマクリームそうめん

「島原手延そうめん」を活用した、誰でもできる簡単お手軽レシピをご紹介します。寒さを感じるこの時期にピッタリの温かいそうめんレシピです。ぜひお試しください。

#### 材 料(2人分)

- 島原手延そうめん ……2～3束
- 生クリーム ……200cc
- 白だし ……大さじ1.5杯
- おろしニンニク ……小さじ1/2杯
- カニカマ ……8本(60g)
- コーン ……大さじ4杯
- ブラックペッパー ……適量
- フライドオニオン ……適量
- スプラウト ……適量

#### 作り方

- 鍋にAの材料を入れ一煮立ちさせた後、茹でたそうめんを加え混ぜます。  
※カニカマは鍋に入れる前に裂いておきます。
- 器にそうめんと具材を盛り付け、フライドオニオン、ブラックペッパーを適量振りかけた後、スプラウトを盛り付けて完成です。

※スプラウトがない場合はパセリでも代用できます。



## 南島原市の公式SNSをご紹介します



Facebook(フェイスブック)ページ  
南島原市口之津歴史民俗資料館

2020年5月にオープンした口之津歴史民俗資料館や分館についての情報を発信していきます。ぜひ、フォローをお願いします。



ぜひ、フォロー  
お願いします。



これ知ってる!? ふるさと応援寄附にご協力をお願いします

☎地域づくり課 ☎73-6631