

## 電気の契約切り替え トラブル

### 事例

訪問してきた事業者に「今契約している大手電力会社より電気代が安くなる」と言われた。資料だけを請求したつもりだったが、後日契約書が送られてきて、訪問してきた事業者へすでに切り替わっていた。

2016年に電気の小売全面自由化が始まり、電気小売事業者を自由に選べるようになりました。さまざまな事業者が新たに参入することで、多様な料金プランが登場し、消費者の選択肢が増えた一方、事例のように、訪問販売や電話で勧誘され、契約したつもりはないのに、電力会社がいっしょにか切り替わっていたなどのトラブルが発生しています。



### アドバイス

◆電力小売事業者から契約切り替えの勧誘をされた場合、口頭での意思表示でも契約は成立します。契約するつもりがない場合は、あいまいな受

け答えはせず、契約しない意思を示し、きっぱり断りましょう。

◆「検針票を見せて欲しい」と訪問する事業者にもご注意ください。現在の契約先が発行している検針票には、契約切り替えに必要な情報が記載されています。中には、検針票の情報を手に入れた事業者が、勝手に切り替えを行っていたという悪質な事例もありますので、簡単に情報を伝えないようにしましょう。

◆訪問販売や電話勧誘販売で契約した場合は、クーリング・オフの対象となります。法定の契約書面を受け取った日から8日以内であれば、原則としてクーリング・オフができますので、思いがけず契約が行われていた場合も慌てずに、事業者へ申し出をしましょう。

### 太宰府市消費生活センター

毎週月～金曜日（年末年始、祝日を除く）

午前9時30分～午後4時  
（正午～午後1時は昼休み）  
※予約申し込み不要・無料  
※電話での相談も受け付けています  
（☎内線348まで）  
場所 市役所2階消費生活相談室

### 弁護士による多重債務 無料法律相談

毎週第3木曜日

午後1～4時（一人30分程度）  
※予約申し込みが必要です。  
（問い合わせ・相談予約申し込み）  
産業振興課 商工・農政係  
（☎内線440）

## 暑い夏を乗り切る「食」

## 地球にやさしいエコライフ 165

暑い日は、そうめんやざるうどんなど、さっぱりした冷たい麺が食べたくなりますよね。しかし、それだけでは栄養成分が少なく、エネルギーを作り出せず、どんどん疲れがたまってしまいう可能性があります。

「食」から効率的にエネルギーを補給して、過度な冷房に頼らず、元気に夏を過ごしましょう！

### 消化酵素の材料となる タンパク質を取ろう

食べたものを消化し体のエネルギーに変えるために必要な消化酵素。消化酵素の働くカギとなるのが、肉や魚、卵、大豆製品などタンパク質です。

例えば、炭水化物が主成分のそうめんを食べるときに、つゆに卵の黄身を混ぜたり、糖質をエネルギーに変える手助けをするビタミンやミネラルが含まれる豚しゃぶなどの肉類や野菜類をトッピングしてみてください。



### 食べるだけでOK！ 体を冷やす食べ物

キュウリ、トマト、ゴーヤなどの夏野菜は、水分やカリウムなどが豊富に含まれ体を冷やす働きがあります。また、夏野菜には、強い紫外線や暑さによるストレスから体を守る抗酸化作用があります。夏野菜の栄養分は皮付近に多く含まれるので、有機野菜など皮ごと食べられるものを選びましょう。

#### キュウリ

水分や利尿作用のあるカリウムを多く含んでおり、むくみやだるさの解消、高血圧の防止にも効果的です。



#### ゴーヤ

カリウム、ビタミンCが多く含まれ、夏バテ解消に最適。食欲増進、肝機能を高め、血糖値を下げる効果あり。



#### トマト

抗酸化作用のあるビタミンAとCがたっぷり。ビタミンEが豊富なオリーブオイルを使って調理すると、強力な抗酸化作用が期待できます。



問い合わせ 環境課（☎内線308）  
出典:ワールビズ | COOL BIZ（環境省ホームページ）