



多重債務につながる副業や、投資、融資の勧誘にご注意！

2025. 11

編集・発行

浜松市くらしのセンター

〒432-8032

浜松市中央区海老塚町51-1

【電話相談】

市民相談 457-2025

交通事故相談 457-2233

消費生活相談 457-2205

SNSでみた「副業や投資の勧誘」で複数の貸金業者へ借入を誘導され返済に困っているという相談が増えています。

今月号は多重債務の事例についてご紹介します。

多重債務とは？

複数の金融機関や消費者金融、カード会社などからお金を借りていて、返済が困難な状態に陥っていることを言います。

【主な原因】収入の減少や失業、病気や教育費、冠婚葬祭などの急な出費、クレジットカードの使い過ぎや計画性のない借入れ、ギャンブルや浪費などがあります。



◆ 事例

動画サイトの広告を見て、副業サイトにアクセスし登録した。情報教材が必要と言われ約2,000円で購入した。

その後「もっと儲かるサポート教材がある」と約200万円の教材プランを紹介された。

「お金がない」と断ると、遠隔操作アプリを使った借金の方法を案内され、貸金業者2社から100万円借金し、指定された個人名義の口座に振り込んだ。残りの100万円は別の貸金業者で借金するように」と言われたが、借金の返済が苦しいので返金して欲しい。



◆ アドバイス

- SNSなどで見知らぬ相手から借入れをするのはやめましょう。
- 「簡単に稼げる」「もうかる」ことを強調する広告をうのみにしないようにしましょう。
- 「借金」してまで契約しないようにしましょう。
- 断る際は、「お金がない」ではなく、「いりません」とはっきり伝えましょう。

いりません！



多重債務に陥るのは特別な人ばかりではありません！！

※ 困ったとき、不安に思ったとき、トラブルにあったときは、浜松市くらしのセンター等に相談しましょう。

専門的知識を持った消費生活相談員がお話を伺い、助言等を行います。

(浜松市くらしのセンター：457-2205、消費者ホットライン188)

【引用・参考】 独立行政法人 国民生活センター（2019年6月、2024年6月 公表）



エシカルコラム Vol.105 食品ロス



SDGs、12番目の目標は「つくる責任 つかう責任」です。私たち消費者が「つかう責任」のエシカル消費を進めていくことでSDGsの目標達成へとつながります。

今回は、「食品ロス」を考えてみましょう。

「食品ロス」は本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。

現在 日本の食品ロスは、年間 464万トン。(令和7年6月27日 消費者庁公表)

日本中の人々が、1年間、毎日おにぎりを1個ずつ捨てているのと同じ量なのです。

少しずつ食品ロスは減少していますが、事業系（飲食店・レストラン等）の食品ロスよりも、家庭系の食品ロス（食べ残し・食べずに捨てる・むき過ぎ）の方が多いのが現状です。



食品ロスを減らすために私たちができること

①食材を使い切り、食べ切りましょう。

→残りの野菜は、茹でたりカットしたりして冷凍し次回に使用しましょう。

②無駄なく必要な分だけ食べ物を買きましょう。

→「買いすぎない」ことが大切です。買い物前に在庫チェックをしましょう。

③適切に保存しましょう。

→できるだけ食品を長持ちさせるよう、食品表示をみて正しく保存しましょう。

④消費期限・賞味期限について理解しましょう。

→「賞味期限」・・・おいしく食べられる期限

「消費期限」・・・安全に食べられる期限

食品を購入したら早めに期日の表示を確認し、期限内に食べきるようにしましょう。

⑤手前どりをしましょう。

→賞味期限・消費期限の近いものが、手前に陳列されています。

すぐに食べるときは手前のものを購入すると、店舗で廃棄する商品が減ります。

⑥訳あり商品の購入も検討しましょう。

→形や見た目の劣る野菜、パッケージに傷がある加工食品を購入すると、捨てられる食品が減り、食品ロスにつながります。

⑦3010運動を心掛けましょう。

→宴会時のルール：「乾杯後30分間」は席を立たずに料理を楽しみましょう。

「お開き10分前」になったら自分の席に戻って、再び料理を楽しみましょう。



☆あなたの行動で食品ロスが減り、エシカル消費につながります！

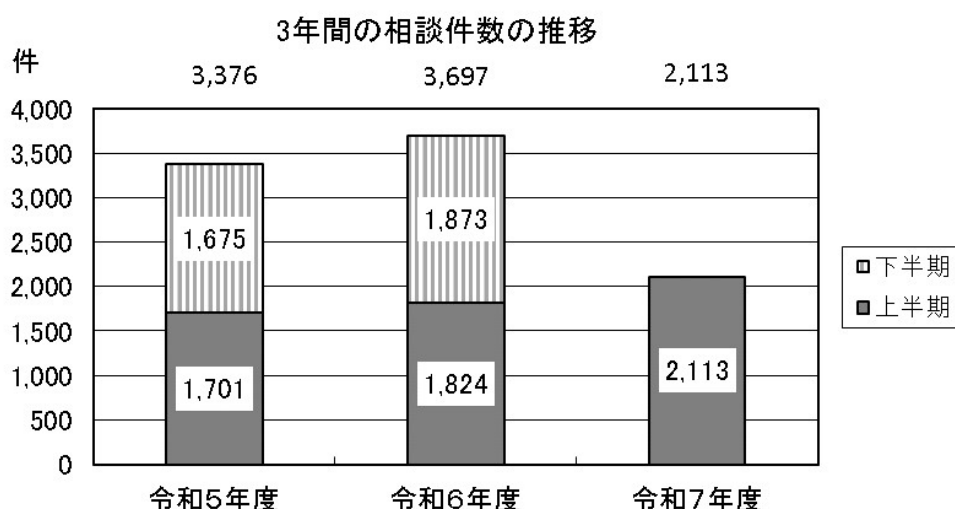
主要生活物資価格調査結果は、総務省統計局が実施している「小売物価統計調査」をご覧ください。
(<https://www.stat.go.jp/data/kouri/doukou/index.htm>)

消費者庁イラスト集より



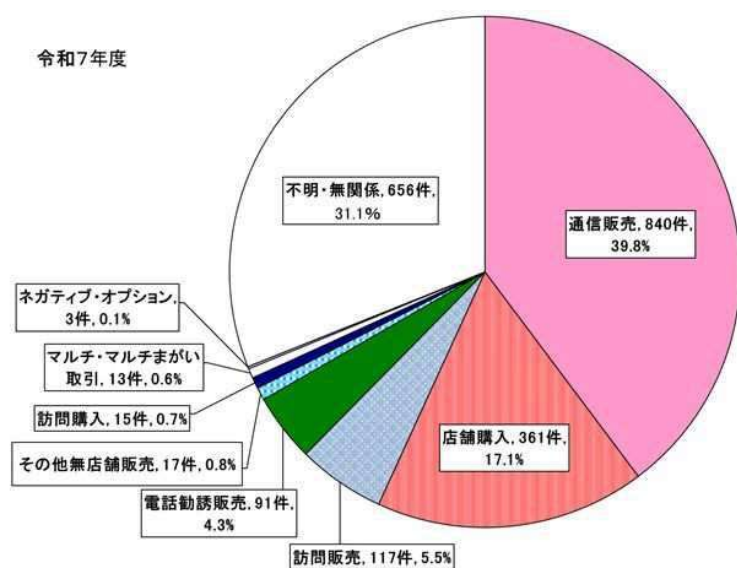
令和7年度上半期 浜松市くらしのセンター消費生活相談の概要

浜松市くらしのセンターで令和7年度上半期（4月～9月）に受け付けた相談件数は2,113件でした。前年度同時期（1,824件）よりも289件（+15.8%）増加しました。直近5年間で相談件数が最も多く、急増しています。SNSやインターネット広告をきっかけに購入したら定期購入だったというトラブルや副業、投資などの勧誘等の相談が多く寄せられています。また「電話が使えなくなります」といった不審電話の相談も、前年同様多く寄せられています。



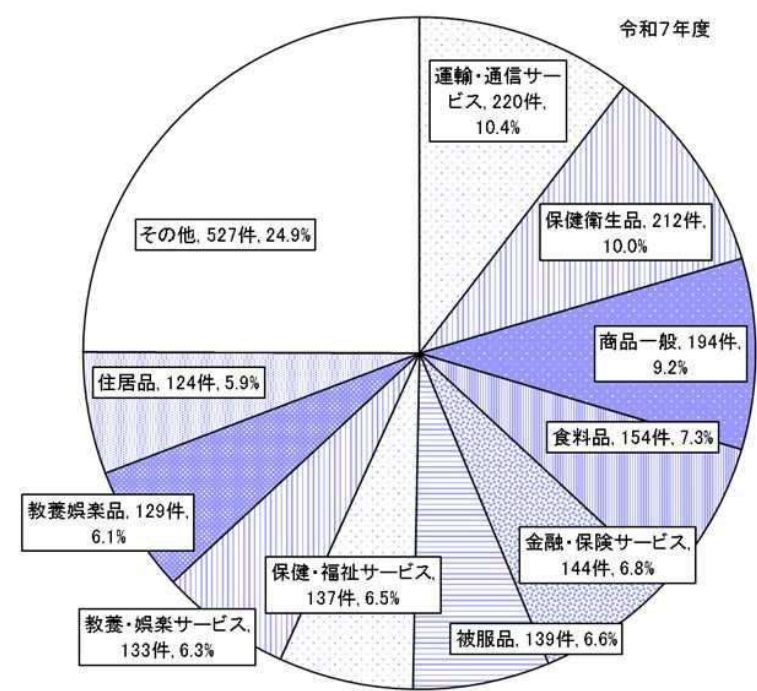
＜販売形態別相談件数＞

販売形態として、通信販売（インターネット、テレビなどの利用によるもの）が840件、次いで、店舗購入（携帯電話、車、美容エステなど）が361件、訪問販売（光回線の勧誘、屋根修理など）が117件、電話勧誘販売（副業、海産物、光回線など）が91件となっています。不明・無関係は656件で、身に覚えのない請求や不審な電話、メールが含まれています。



- * **通信販売** カタログ・テレビ・インターネットなどで商品などを契約した場合（840件）
- * **店舗購入** 店舗で契約した場合（361件）
- * **訪問販売** 販売員が訪ねてきて商品などを契約した場合（117件）
- * **電話勧誘販売** 販売業者が電話をかけて勧誘し、郵便などで契約を結んだ場合（91件）
- * **その他無店舗** 行商・露天商・屋台店などで契約した場合（17件）
- * **訪問購入** 店舗以外の場所で物品を買い取ってもらう契約をした場合（15件）
- * **マルチ・マルチまがい取引** 販売組織に加入した人が次々に友人や知人を勧誘し、会員を増やし商品などを販売する商法（13件）
- * **ネガティブ・オプション** 消費者が申し込みをしていないのに、一方的に送り付けてきた場合（3件）
- * **不明・無関係** 上記に当てはまらない場合（656件）

商品等分類別相談件数



商品等分類別では、運輸・通信サービス（固定電話・光回線など）が220件と最も多く、次に保健衛生品（化粧品等の定期購入）が212件、商品一般（不審な電話・請求、身に覚えのない商品など）が194件、食料品（サプリメントなど）が154件、金融・保険サービス（FX・暗号資産等の投資詐欺など）が144件です。

被服品（洋服・靴等）が139件と昨年度より急増しています。ネットで洋服等を購入し、販売業者から「欠品のため、コード決済アプリを使って返金する」と言われ、返金手続きを誘導されているうちに、「返金」してもらはずがいつの間にか「送金」してしまったというトラブルが増えているためと思われます。

契約者年代別相談件数

70歳以上が最も多く、次いで50・60歳代が多くなっています。50歳代以上が全体（その他・不明を除く）の約3分の2を占め、通常価格より低価格で購入できる一方で、定期購入が条件であることを認識せずに購入した化粧品や健康食品等の解約の相談が多く寄せられています。20歳未満では前年同様ゲーム課金の相談が多く寄せられています。

令和7年度 年代別にみた商品等分類別相談件数上位3位

表の()内は各年代別に多い具体的な相談内容です。 令和7年9月30日

年 代	1 位	2 位	3 位
20歳未満 (56件)	教養・娯楽サービス (オンラインゲーム等) 18件	※同率2位 教養・娯楽品 (本、CD、DVD等) 8件	保健・福祉サービス (脱毛エステ等) 8件
20歳代 (183件)	保健・福祉サービス (脱毛エステ、美容整形等) 42件	教養・娯楽サービス (オンラインゲーム、出会い系サイト 等) 23件	他の役務 (不用品回収サービス、副業サポー ト等) 17件
30歳代 (150件)	教養・娯楽品 (本、CD、ゲーム等) 19件	※同率2位 運輸・通信サービス (光回線、携帯電話等) 13件	保健・福祉サービス (脱毛エステ等) 13件
40歳代 (210件)	被服品 (洋服、靴等) 18件	保健・福祉サービス (脱毛エステ、美容院等) 17件	※同率3位 運輸・通信サービス 教養・娯楽サービス 各15件
50歳代 (313件)	保健衛生品 (化粧品、育毛剤等) 54件	金融・保険サービス (暗号資産、クレジットカード等) 26件	※同率3位 食料品 被服品 各25件
60歳代 (313件)	保健衛生品 (化粧品、育毛剤等) 42件	食料品 (サプリメント、米等) 35件	商品一般 (身に覚えのない請求、不審な電話 等) 30件
70歳以上 (548件)	運輸・通信サービス (光回線、固定電話、携帯電話等) 99件	保健衛生品 (化粧品、医薬品等) 61件	商品一般 (身に覚えのない請求、不審な電話 等) 56件
その他・不明 (340件)	商品一般 (身に覚えのない請求、不審な電話 等) 48件	金融・保険サービス (クレジットカード、投資等) 30件	運輸・通信サービス (光回線、固定電話等) 29件