消費生活センターだより

No.618　11月号
2026年　11月1日
発行　町田市
消費生活センター
運営協議会広報部
町田市原町田4-9-8
TEL042-725-8805

まちだくらしフェア2026・町田市消費生活センター運営協議会講演会

エンディングノートを作りませんか？

日本人の平均寿命・健康寿命は年々伸びていますが多くの高齢者が認知症や寝たきりになっている現実もあります。最多死亡年齢男性88歳、女性93歳を考えるとどのような状態で死を迎えるのか、その時に、自分の意思をきちんと伝えられるのか不安を感じます。家族が困らないよう準備しておかねばと思いますが、いざとなると、何をしておけばよいのか迷います。『エンディングノート』の具体的な作り方・書き方をファイナンシャルプランナーで終活アドバイザーの金田和子さんに講演していただきました。



＊　＊　＊　＊

エンディングノートの役割

自身の人生を振り返り、気持ちを整理する機会になります。医療・介護に対する考え、死後の手続きに欠かせない情報や誰に財産を譲りたいかなどを書いておくことで家族は安心します。

エンディングノートは、遺言書とは違い法的効力はなく、自分の思いを書き綴るノートです。大切な人へのメッセージは良いことだけ、嬉しかったことをたくさん書きましょう。

自分の考えも歳とともに変化します。エンディングノートは、何回書き直してもいいのです。毎年見直して「現在はこのように考えている」を書きます。

書いておくべき項目

★私のこと…名前、出生地、本籍、学歴、仕事の経歴
★私の家系図
★財産記録…土地・建物の所在、預貯金、保険、借金
★医療…かかりつけ医、終末医療に関する希望など
★介護…介護の希望
★葬儀などの希望…方法や費用
★亡くなったときに連絡してほしい人
このようなことをまず書きます。遺影（お気に入りの写真）も準備しておきましょう。



その他書いておきたいこと

携帯電話・パソコンの処理は大切です。契約会社・番号・メールアドレス・起動時のパスワードなど他人に分からないことが多くあります。必ず書き残してください。

インターネット・ホームページブログの処理に関しても契約プロバイダー、会員IDなどすべて書いておきましょう。

携帯電話・パソコンは、種々の連絡が入るかもしれないので1年くらいは解約しないよう伝えましょう。

ペットのいる方は、ペットについての情報（名前・性別・年齢）、餌に関すること、かかりつけ獣医の情報も必要です。そして、誰に引き取ってほしいか、これを機に考え、準備しましょう。

相続が争族にならないために

法的効力のある遺言書を書いておくことも検討してください。家族間の争いは、遺産額に関係なく起きています。

＊　＊　＊　＊

具体的に書くべき項目を教えていただき、書き出す気持ちになりました。また　何回も書き直して良いとお聞きして気持ちが楽になりました。「その時」が近い将来か、遠い将来か、分からないからこそいま書いておかなければと思いました。　（文責　広報部）

町田市消費生活センター　相談専用電話 042-722-0001



買取りサービスのトラブルにご注意！！

突然事業者から電話があり、「不用品なら何でも買い取る」と言われて訪問を承諾すると、最終的に貴金属だけを安く買い取られた、というトラブルが以前から多く寄せられています。近頃では、店舗での買取りに関する相談も増加しています。

《事例１》

昨日、古い運動靴を買い取ると言い突然来訪した事業者に金とプラチナのネックレスや指輪を売却した。家族に反対されたので解約したい。　（７０代）

《事例２》

１ヶ月前、アクセサリーやブランドバッグを買取専門店へ持って行った。売るつもりのない物品も勝手に査定され、長時間待たされて低価格で買い取られてしまった。２週間後にキャンセルを申し出たが応じてもらえなかった。　（６０代）

《アドバイス》

事例１は、訪問購入の場合、事前に承諾を得ずに訪問し買取りを勧誘する行為は法律違反となることや、クーリング・オフによる契約の解除ができることを説明しました。事業者にクーリング・オフを申し出て、買い取られた商品は代金引換の配送で返品されることになりました。

事例２は、店舗で契約した場合は、いったん契約して商品を引き渡すと原則としてキャンセルできないことを伝えました。解約は事業者との話し合いになると話しました。

訪問による買取りは、消費者に法定書面を交付する義務や再勧誘の禁止など、法律で規制されている行為があります。そして、条件を満たせば契約書を受け取ってから８日以内に**クーリング・オフが可能**で、消費者はその期間中は物品を手元に置いておくこともできます。

一方、**店舗での買取り**は自ら店舗に出向いていることから、こうした制度の対象外となり、**クーリング・オフはできません**。買取金額や契約内容を十分に確認したうえで慎重に契約することが大切です。査定額は店舗やタイミングにより異なります。査定を受けたからといって、その場で買取りに応じる義務はありません。納得できなければいったん持ち帰り、複数の店舗で査定を受けるなどして比較検討しましょう。困ったことがあれば消費生活センターへご相談ください。

パワーウインドによる事故に注意！

こんな事例が寄せられています

・停車中の自家用車の窓に右手小指を挟み受傷。急に泣いたことで保護者が気付いた。男児が窓を閉めるスイッチを押して誤って挟んだ様子。
（事故発生年月日　2025 年９月、３歳、男児）

消費者へのアドバイス

●乳幼児を同乗させる際は、**チャイルドシートを正しく使用し、チャイルドシートのベルトを確実に装着しましょう**
●**パワーウインドの危険性**や**操作方法**について、**正しく理解**しておきましょう
●子どもが乗車する際は、**パワーウインドのロック機能を活用**し、子どもによる操作を防ぎましょう
●パワーウインドを操作する際は、**安全を確認**してから行いましょう
（国民生活センター　くらしの危険　NO．393）

《消費生活センター　今後のイベント予定》

「自宅も実家もスッキリ！ラクで楽しいモノの持ち方片づけ方」
11/6（金）午後１時～３時　町田市民フォーラム４階 第２学習室

「国産大豆で豆腐を作ろう！～おからも食べよう～」
11/11（水）午前 10 時～正午　町田市民フォーラム３階 調理室

【お問合せ先】町田市消費生活センター　０４２－７２５－８８０５