

暮らしナビ&健康だより

消費生活相談Q&A

【詳細】消費生活センター ☎ 381-1026

勝手に送り付けられた商品は
直ちに処分ができます！



契約していないのに、業者が一方的に商品を送り付け、その後請求書を送り付ける商法を「ネガティブオプション(送り付け商法)」といいます。疑わしい場合は、次のように対応しましょう。

例①

自分も家族も注文した覚えのないマスクが宅配便で届いた。請求書が送られてくるのではないかと心配…。



契約していない商品が送り付けられた場合、直ちに処分できます(令和3年7月6日に法律が改正)。金銭を請求されても支払いは不要。注文したかどうかを必ずよく確認！！



例②

玄関先に宅配便の荷物が置かれていた。箱には大手通信販売の会社名が書かれているが、送り主の名前が無い。どうしたらよいか。



近年、玄関先への置き配を指定して発送する事が増えています。また、注文の際に「送り主の名前を入れる」にチェックを入れないと送り主が記載されない販売会社もあります。心当たりの無い荷物は、受け取り拒否にして宅配業者に取りに来てもらったり、不安な時は消費生活センターへ相談しましょう。

ワンポイントアドバイス

最近、身に覚えの無い商品が届いた後、クレジットにも身に覚えの無い請求が上がっていたとの相談もありますので、明細の確認も必要です。また、詐欺的な送り付けに多いのは、商品を代引きで送ってくる事です。プレゼントを代引きで送る人はあまりいません。頼んだ覚えがない代引き商品をよく確認せずに受け取るのは危険です。

えべつ市民健康づくりプラン 21 事前申込制！

健康づくり教室

【申込・詳細】保健センター ☎ 385-5252



◆参加の際のお願い

当日は必ず体温を計測し、受付でお知らせください。
発熱や喉の痛み、風邪症状がある場合は参加を見合わせてください。
新型コロナウイルス感染拡大状況により、中止になる場合があります。

イスを使った筋トレ・ストレッチと E-リズム “イス編体験会”

座って行う筋トレ・ストレッチとリズムエクササイズを体験できます。

11/26(金)

10:00 ~ 11:30
野幌公民館

持ち物 汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服装
料金 無料
定員 先着 30 名
申込方法 11/10(水)~16(火)に電話で申し込み
※えべつ市民カレッジ対象講座

筋トレ・ストレッチと E-リズム簡単バージョンを楽しもう

初心者向け体験講習。リズムに乗って体を動かすことで、気軽に有酸素運動が行えます。

11/30(火)

10:00 ~ 11:40
大麻体育館

持ち物 上靴(必須)、タオル、ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、動きやすい服装
料金 100 円(傷害保険料含む)
定員 先着 30 名
申込方法 11/15(月)~22(月)に電話か直接申し込み
※大麻地区地域健康づくり推進委員会

E-リズム “基本編” エンジョイコース

“基本編” 経験者向けコースです。基本編を復習しながら楽しめます。

12/1(水)

10:00 ~ 11:30
野幌公民館

持ち物 汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服装
料金 無料
定員 先着 30 名
申込方法 11/18(木)~26(金)に電話で申し込み
※えべつ市民カレッジ対象講座

江別の不動産の事なら



創業
33
年

売買仲介・買取・賃貸・管理・
価格査定・その他 相談無料
株式会社 **三信不動産**
TEL 011-382-8111
江別市野幌松並町14-7

国道12号線沿い 時計台と大きな鳩のマークが目印です

お宅の屋根は大丈夫?プロの技で邸宅長持ち!

すがもり・雨もり・隣家への落雪、
屋根の葺き替え等

お気軽に
ご相談を!

外壁サイディング工事・リフォーム全般

屋根工事
のことなら

信頼と実績の店
株式会社

堀江板金工業

江別市上江別東町10-10 ☎ 382-3534



健康だより

認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者として、できる範囲で活動していただく認知症サポーターを養成する講座です。

江別市内に在住、通勤、通学されている方が対象です。

11/27(土)

10:00～11:30
大 麻 公 民 館

持ち物 筆記用具、マスク

料金 無料

定員 先着 50 名

申込方法 11/4 (木) から電話か窓口で申し込み

(申込・詳細) 野幌第一地域包括支援センター

☎ 381-2940

介護予防サポーター講座

身近な地域の中で、元気に長生きを目指す取り組みを行う介護予防サポーターになるための講座です。

介護予防教室“シニアの元気アップ講座”の受講経験があり、介護予防の普及に興味がある市民で、過去に受講歴がなく、2日間受講できる方が対象です。

12/3・10(金)

14:00～16:00
市 民 会 館

持ち物 筆記用具、マスク、飲み物、動きやすい服装

料金 無料

定員 先着 40 名

申込方法 11/8 (月) から電話か窓口で申し込み

(申込・詳細) 介護保険課 ☎ 381-1067

11月

12月



休日・祝日当番病・医院(救急・急病)



【診療時間】内科・小児科 9:00～17:00/ 外科系 9:00～翌朝 9:00 (■印の医療機関は診療時間が異なります)

江別医師会 HP

日 程	内 科・小 児 科	外 科 系
11/3(水・祝)	□江別循環器(内科のみ) 中央町 1-1 ☎ 389-0810 □おおあさ鈴木ファミリークリニック 大麻扇町 3-4 ☎ 386-5303	□江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
7(日)	□高橋内科医院(内科のみ) 大麻扇町 3-7 ☎ 386-5222 □あずま子ども家庭クリニック(小児科のみ) 野幌住吉町 25-10 ☎ 385-2500	□溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
14(日)	□友愛記念病院(内科のみ) 新栄台 46-1 ☎ 383-4124 □松尾こどもクリニック(小児科のみ) 高砂町 25-11 江別メディカル 3 階 ☎ 384-8819	□江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
21(日)	■江別市立病院(内科・小児科) 若草町 6 ☎ 382-5151 (診療時間 8:30～17:00)	■江別市立病院 若草町 6 ☎ 382-5151 (診療時間 8:30～翌朝 8:30)
23(火・祝)	□みはらしクリニック 元江別 890-15 ☎ 384-3184	□溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
28(日)	□はまもと内科クリニック 上江別東町 4-27 ☎ 788-7636	□江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
12/5(日)	□溪和会江別病院(内科のみ) 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111 □ウルトラ内科小児科クリニック(小児科のみ) 大麻栄町 11-9 ☎ 688-8801	□溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111

※都合により変更される場合があります。詳しくは北海道救急医療情報案内センター(☎ 0120-20-8699、携帯電話からは 011-221-8699)、江別市消防本部(☎ 382-5453)までお問い合わせいただくか、新聞紙上または江別医師会のホームページでご確認ください。



電話相談

●北海道産婦人科救急電話相談 <さんぶきゅうきゅう>

☎ 290-3299 (年間全日対応 19:00～翌朝 9:00)

●北海道小児救急電話相談 <お子さんの急な病気やけが>

☎ 232-1599 または # 8000 (年間全日対応 19:00～翌朝 8:00)

江別市夜間急病センター<内科・小児科>

(年中無休)

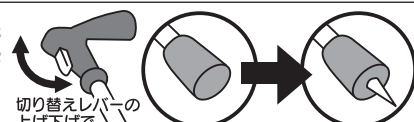
診療時間 19:00～翌朝 7:00 (受付 18:30～翌朝 6:30)

錦町 14-5 ☎ 391-0022

※発熱感冒症状のある方は、来院前にお電話でご連絡ください。

冬の杖

軽いワンタッチで滑り止め用
爪を出し入れできます



羽毛ふとんの
リフォーム

(200gの足し羽毛・ふとんの丸洗い)

無料サービス

完全
鞆 ぶとん丸洗い ご自宅まで集配に
お伺いします

岸本ふとん店

大麻東町13-9(13丁目バス停前)
TEL 386-8322

認定補聴器専門店・全国補聴器販売店協会会員

新さっぽろ 札幌 江別 帯広

さくら補聴器センター江別店

江別市幸町33-6須藤ビル1階

☎ 011-383-4133

営業時間/9:30～17:30(土曜日は15:00まで)

定休日/日曜・祝日

http://www.sakura-hochouki.com

