いき生活情報

クーリング・オフを正しく理解しましょう

～57～

知っ得！ 消費生活

■クーリング・オフとは

契約した後、頭を冷やして（Cooling Off）冷静に考え直す時間を消費者に与え、一定期間内であれば無条件に契約を解除できる特別な制度です。

■クーリング・オフ制度ができた訳

「訪問販売」や「電話勧誘販売」のように、商品の購入を考えていない時に突然業者から勧誘されて契約するといった場合があります。

このような不意打ち的な勧誘で、冷静に判断できないまま契約しがちな販売方法に対してクーリング・オフ制度が設けられました。

■クーリング・オフができる取引

「訪問販売」や「電話勧誘販売」以外にも、エステや語学教室などの継続する契約「特定継続的役務提供」、マルチ商法や内職商法などの仕組みが複雑で契約内容を理解することが難しい取引「連鎖販売取引」や「業務提供誘引販売取引」、業者が消費者宅を訪問し、物品を買い取る「訪問購入」にもクーリング・オフが導入されています。

■通信販売には適用されません

写真や画像などを見て、購入するまでに考える時間のあるネット通販、店舗購入にはクーリング・オフ制度はありません。

ネット通販では、返品の可否やその条件についての表示義務があります。表示が無い場合は原則8日間・送料自己負担で返品することができます。

詳しくは、消費生活センターまでお問い合わせください。

問印西市消費生活センター（☎㊷3306）。

◆佳作
◆白鳥の合唱（笠神）
◆樋口貞夫（木下東）

（評）白鳥たちの姿が寂しい冬景色に活気を与えてくれる。厳冬を寄り添い合って乗り越える鳥たちをとらえた作品。

印西市観光協会主催

第24回　ふるさと発見フォトコンテスト

いんざいの原風景

子どもの冬のスキンケア

健康いんざい21 保健センター

― 154 ―

子どもの皮膚は薄く、大人の半分程の厚みしかないので、刺激に弱く、とてもデリケートです。特に冬は寒さと乾燥で、肌の潤いもなくなり、かゆみも生じやすくなります。皮膚を清潔にし、保湿を心掛けることで、トラブルや炎症が起きにくくなります。そのため日常生活でのスキンケアが大切になります。

■体の洗い方

皮膚についたアレルゲン、汗、かゆみを与える刺激物を落とすように洗いましょう。

①泡立てネットなどを使用し、石けんがホイップクリーム状になるまで泡立てます、②できるだけ素手で洗います、③ぬるめのお湯でよくすすぎ、軽く押さえるように拭きます。

洗いすぎず、こすらないで洗うことが大切です。

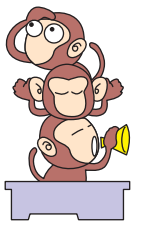
■外用薬や保湿剤などの塗り方

乾燥を防ぐために保湿や不足している油分を補いましょう。

①塗る人の手をきれいに洗います、②入浴後、できるだけ早めに、優しく塗ります、③少し多いと感じる量を塗ります。

軟膏やクリームは、人差し指の先から第一関節まで伸ばした量、ローションタイプは、一円玉大の量が約0・5gです。この量で、およそ手の面積二枚分が塗れます。ティッシュが皮膚に付く、または皮膚がテカる程度も保湿剤の目安になります。皮膚の赤み、かゆみが強くなるなど症状の悪化や改善がみられない場合は、早めに医療機関へ受診や相談をしましょう。

こちら編集室



よく見…よく聞き…正しくお知らせ

広報広聴課広報広聴班

3ページに掲載した岩崎恭子さんの水泳教室に伺いました。指導中、子どもたちに笑顔で接し、水泳の楽しさを全身で教える姿がとても印象的でした。メダリストから直接指導してもらうことは、意識を高く練習する上でもいい経験になったのではないでしょうか。

この日、岩崎さんはバルセロナで獲得した金メダルを見せてくれました。子どもたちは手に取り感触を確かめ、当時14歳で勝ち取ったメダルであることを知ると、世代が近いことに驚き目を輝かせていました。

今年、印西市は市制施行20周年、キャッチフレーズは「世代を超えて未来を創る印西市」。偉大なメダリストが未来にチャレンジする種を子どもたちに残してくれました。Ⓒ

元気な食卓 238

季節の野菜にディップをつけて食べてみましょう。

2月のワンプレート

青菜のおにぎり　ぶりの照り焼き　温野菜の豆腐ディップ
かぶとみかんの酢の物

［温野菜のディップ］ 作り方を1品ご紹介します。

材料（2人分）

ブロッコリー60g、カリフラワー80g、ニンジン80g。
豆腐ディップ：絹ごし豆腐100g、白練りゴマ大さじ1／2、砂糖小さじ1、塩小さじ1／4、しょう油小さじ1／2。

作り方（豆腐ディップ）

①豆腐はキッチンペーパーに包んで水切りする。
②❶をすり鉢ですりおろし、白練りごま、砂糖、塩、しょう油を加える。
③野菜は食べやすく切り、硬めにゆでる。

★1人あたりの栄養価
エネルギー122kcal、たんぱく質7.3g、脂質7.1g、食塩相当量0.6g。

提供…地区健康推進員のみなさん。