

LINEを活用した「消費生活相談@長野県」について

商品やサービスに関する契約トラブルなどの相談を
LINEチャットで受付・対応します

相談受付

【受付時間】24 時間（年中無休）

ただし、センターの開所時間（土日祝日、年末年始を除く
午前8時 30 分から午後5時まで）外にお寄せいただいたご相談等には、
翌開所時間内を目途に返信いたします。

利用方法

1. LINE アプリをお手持ちのスマートフォン等にインストール
2. 次のいずれかの方法で友だち登録画面へ
 - ①LINE のホーム画面から起動したカメラで、
右の QR コードに画面を合わせて読み込む
 - ②LINE の「友だち追加」から「検索」を選択し、
ID「@shohi-nagano」と入力する
3. 「追加」を押して友だち登録

長野県にお住まいの
消費者の方が対象です。



県消費生活センターのオンライン相談窓口について

（令和7年4月1日から）

オンライン相談窓口の利用を希望される際は、長野県消費生活センターへお電話でご予約
の上、案内された県合同庁舎会場へご来所ください。

相談会場

- | | |
|-------------------------------|---------------------------------|
| ● 佐久合同庁舎
（佐久市跡部 65-1） | ● 木曽合同庁舎
（木曽郡木曽町福島 2757-1） |
| ● 上田合同庁舎
（上田市材木町 1-2-6） | ● 北アルプス合同庁舎
（大町市大町 1058-2） |
| ● 諏訪合同庁舎
（諏訪市上川 1-1644-10） | ● 長野合同庁舎
（長野市大字南長野南県町 686-1） |
| ● 上伊那合同庁舎
（伊那市荒井 3497） | ● 北信合同庁舎
（中野市大字壁田 955） |
| ● 南信州合同庁舎
（飯田市追手町 2-678） | ・・・の会議室等 |

※相談受付時間は祝祭日を除く月曜から金曜の 8:30 ～ 17:00 です。
※予約状況等によりご希望の日時がお取りできない場合がございます。

利用できる方

長野県内に在住の消費者の方

利用の流れ

- ①お電話でお申込みください。
長野県消費生活センター
☎0263-40-3660
- ②お電話でご予約した日時に、
案内された県合同庁舎会場へ
お越しください。
- ③職員がサポートして、
長野県消費生活センターと
オンライン接続します。

編集・発行
（令和7年 3月発行）

長野県県民文化部 くらし安全・消費生活課

〒380-8570 長野市大字南長野字幅下 692-2

長野県庁西庁舎 2 階

TEL 026-232-0111（代表）

E-mail: kurashi-shohi@pref.nagano.lg.jp



SDGs
REGISTERED PARTNER
NAGANO PREFECTURAL
GOVERNMENT



しあわせ信州

回覧 ながのけん

内容

- 県の消費生活センターが
1つになります
- 新生活を迎える方へ
気をつけたい消費者トラブル
- 香害で困っている方が
います
- 令和6年中の
特殊詐欺被害状況
- LINE 相談窓口 /
オンライン相談窓口について

暮らし得情報

令和7年4月から長野県の消費生活センターが 1つになります

複雑化・多様化する消費生活相談の課題に対応するため、
県内4か所にある県の消費生活センターを1つにまとめ、機能を強化します。

集約前 令和7年3月31日まで
県内4か所に消費生活センターを設置



集約後 令和7年4月1日から
県内1か所（松本市）に集約して機能強化



※開所時間 平日 8:30～17:00（相談受付日時に変更はありません。）

point SNS（LINE）での相談や身近な県合同庁舎のオンライン相談窓口等により、
時間と場所にとらわれず相談いただけます。（裏面をご覧ください。）

詳しくは 消費生活情報（長野県公式ホームページ）をご覧ください。⇒



消費者トラブルで
お困りのときは、消費生活センターにご相談ください！

北信、南信、東信へのお電話は、令和7年3月3日から
中信消費生活センター（松本）へ転送されます。

北信消費生活センター
長野市大字南長野字幅下 692 の 2（長野県庁西庁舎 2 階）

中信消費生活センター ☎0263-40-3660
松本市大字島立 1020（県松本合同庁舎 4 階）

南信消費生活センター
飯田市追手町 2-641-47（飯田市美術館隣）

東信消費生活センター
上田市材木町 1-2-6（県上田合同庁舎 6 階）

令和7年4月1日からは相談窓口が下記に変更になります。

長野県消費生活センター ☎0263-40-3660

松本市大字島立 1020（県松本合同庁舎 4 階）

消費者ホットライン **188**（局番なし）でもご相談いただけます

継続のご相談など、決まった窓口へのご相談は直通の番号へ電話してください。
相談は無料ですが、相談窓口につながった時点から、通話料金が発生します。



はインターネットでも御覧いただけます。
長野県消費生活情報サイト <https://www.nagano-shohi.net/>

新生活を迎える方へ 気をつけたい消費者トラブル

春は進学、就職、引っ越しなど新しい生活がスタートする季節です。
この時期は、さまざまな消費者トラブルに巻き込まれるリスクが高まります。

賃貸契約に関するトラブル

賃貸住宅から退去するときの原状回復費用の負担に関するトラブルが起きています。

相談事例

退去時の立会いで、管理業者から壁や襖などのキズについて指摘された。入居前から付いていたと言ったが、業者が最近付いたキズだと強い口調で言うので怖くなり反論できなかった。

入居前にキズが付いていたことを証明できる写真は無いが、修繕費用を負担する必要があるか。

住み始める時から「いつか出ていく時」に備えることが大事です。



契約前

契約書類の記載内容をよく確認しましょう。

入居時

賃貸物件の現状をよく確認し、写真などで記録をとりましょう。

入居中

トラブルが起きたら、すぐに貸主側に相談しましょう。

退去時

精算内容をよく確認し、納得できない点は貸主側に説明を求めましょう。

男性も増加！脱毛エステに関するトラブル

SNSの広告等を見て、店舗に行ったところ、高額な美容関連のコースを勧誘される等のトラブルが多くみられます。

相談事例

SNSで「10万円で全身脱毛」という広告を見て、サロンでカウンセリングを受けたところ、「広告にある金額の施術では効果が低い」などといわれ、60万円で3年間通い放題のコースを勧められ、断り切れず契約した。

1年後、効果が感じられないため途中解約しようとしたが、「有償分は最初の1年だけで2年目以降はサービス」と言われ、返金を断られた。

◎SNSやウェブの広告には、安さや気軽さを強調したものが多くあります。

広告をうのみにせず、契約書面で有償の期間・回数と単価をよく確認しましょう。

◎契約期間が1か月を超え、金額が5万円を超えるエステの契約は、契約書面を受け取ってから8日間は無条件でクーリングオフが可能です。

2022年4月から成年年齢が18歳になりました。親の同意がなく契約ができるようになった18歳・19歳の方は特に、契約に際しては慎重に検討しましょう。

香害で困っている方がいます

近年、県内でも香害（こうがい）に苦しんでいる人からの相談が寄せられています。

香害とは、柔軟剤や化粧品、芳香剤等に含まれる合成香料（化学物質）が原因で、不快感や健康への影響が生じることをいいます。

香りの強さの感じ方には個人差があります。

香り付き製品の使用に当たっては、周囲の方にもご配慮ください。



《私たちにできること》

- ・公共の場や多くの人が集まる場所では、洗剤、柔軟剤、香水などの香りが過度にならないように注意しましょう。
- ・使用量の目安を参考に、過度な使用を避けましょう。
- ・商品によっては、香りの強さの目安が表示されているものがあります。商品を選ぶときは、こうした表示も参考にしましょう。



令和6年中の特殊詐欺被害状況

令和6年中「電話でお金詐欺（特殊詐欺）」被害状況（暫定値）

◇認知件数 224件（前年比－3件）

◇被害額 9億4,828万円（前年比－3,320万円）

＊犯人からの接触方法は、固定電話約4割、携帯電話約2割、SNSやWebサイト約3割

令和6年中「SNS型投資・ロマンス詐欺」被害状況（暫定値）

◇認知件数 141件（前年比＋89件）

◇被害額 17億5,522万円（前年比＋11億8,887万円）

＊65歳未満の被害者が106人（75.2％）と、中・若年層が被害の多くを占めています。

◎特殊詐欺対策サービスや防犯機能付電話機等を設置、国際電話不取扱の申込み等、電話対策をしましょう。

◎電話を受けたら、1人で判断せず、家族や警察等に相談しましょう。