

# 高齢者・障害者 見守り通信

## 奈良県消費生活センター

奈良市三条本町8-1 シルクア奈良 2階  
TEL0742-32-0621 FAX0742-32-2686

CELLPHONE



### スマートフォンの契約見直し ～自分に合ったプランを～

スマホの契約を  
見直してみよう...



#### 【相談】

2年前に契約した母親（70代）のスマホの契約を見直したところ、使用状況とかけ離れた料金プランになっていた。母親の知識不足につけ込まれたのではないかと思う。今後のため、スマホを契約するときの注意点を教えてほしい。（41歳・男性）



#### 【チェックポイント】

##### ① スマートフォンの利用状況を確認する!!

携帯電話会社のサイト（マイページ）などから月々の通話料やデータ使用量を確認する。

##### ② 現在の契約プランを確認し、利用実態に合っているか チェックする!!

- ・ 毎月の通話時間が短いのに、かけ放題プランになっていませんか？
- ・ データ通信量が少ないのに大容量プランになっていませんか？
- ・ 利用していないオプション契約がないですか？

確認  
する!!



チェック  
する!!



料金プランやサービス  
内容が消費者の認  
識と違っていたり...  
割引サービスに期間  
や条件の規定がある  
など、複雑な契約内  
容を把握せずに契約  
することによるトラブル  
も多いんだって...

#### ◎例えば・・・料金プランが利用実態と合っていない場合は

別の料金プランに  
変更する



別の携帯電話会社に  
乗り換える



#### 料金プランの変更や他社への乗り換えの際に、注意すべき事項

- ① 契約期間が決まっているプランに加入している場合、それを途中解約することにより違約金が発生することがあります。
- ② 家族割引を受けている場合、ご自身以外の家族のスマートフォンの料金への影響、また、セット割引（光回線、テレビ、電話、電気、ガスなどのセット割引）を受けている場合は、スマートフォンの契約を変更することによりテレビや電話などの料金に影響します。
- ③ 乗り換え先でも、電話番号やメールアドレスをそのまま引き継いで使用できるようになりましたが、そのための手続きや利用料金が必要な場合があります。
- ④ スマートフォン本体を買い換えずに引き続き使用する場合には、SIMロック（端末にかかっている利用制限）の解除が必要になることがあります。
- ⑤ 保証サービスや映像配信サービスなどのオプション契約は、別途、必要に応じて解約手続きが必要になります。
- ⑥ 乗り換え前の携帯電話会社で貯めていたポイントが、乗り換えと同時に失効する可能性があります。

その他にも注意すべき点がないか、現在契約中の携帯電話会社に確認してください。  
特に、スマホを初めて購入するシニアが契約する際は、家族らスマホに慣れている人に同伴してもらいましょう。

不安に思ったりトラブルになった場合は消費者ホットライン  
188(いやや!)にご相談ください!

## だまされやすさ心理チェック!!

- ① 自分のまわりにもあまり悪い人はいないと思う。
- ② 相手に悪いので人の話は一生懸命聞く方だ。
- ③ たまたま運の悪い人がトラブルにあうのだと思う。
- ④ 知人から「効いた」「よかった」と聞くとやってみようと思う。
- ⑤ 有名人や肩書きのある人の言うことはつい信用してしまう。
- ⑥ 人からすすめられると断れない方だ。
- ⑦ 迷惑をかけたくないので家族にもだままっていることがある。
- ⑧ 実際、身近に相談できる人があまりいない。
- ⑨ しっかり者だと思われたい。



## だまされやすさ心理チェック あなたの傾向は？

が多いほど、消費者トラブルにあう危険度が高い傾向にあります。

①②③にをつけた人は…



あなたはトラブルに対して危機意識が薄い傾向があります。

トラブルは他人事で、自分だけは大丈夫だと思っているようです。一度深呼吸をして自分の判断を疑ってみましょう。

④⑤⑥にをつけた人は…



あなたはだまされているのに気がつかない傾向があります。

うまい話には裏があります。良い人かどうかは外見や肩書きだけではわかりません。必要ないものはきっぱりと断る練習をおきましょう。

⑦⑧⑨にをつけた人は…



あなたはだまされたとき一人で抱え込んでしまう傾向があります。

しっかり者でも判断を誤ることはあります。日頃から気兼ねなく相談できる人を見つけておきましょう。

作成：西田 公昭(立正大学教授)

出典：消費者庁(高齢者・障害者の消費者トラブル見守りガイドブック)

## ～お知らせ～

いつも、「高齢者・障害者見守り通信」をご覧いただきありがとうございます。  
新年度より、これまでの「くらしのAN<sup>2</sup>サポーター通信」「高齢者・障害者見守り通信」を刷新し、より密度の濃い情報誌の発行に向け準備中です。  
これからも、引き続き皆様のお役に立つ情報のご提供や内容の充実に努めてまいります。  
今後とも、よろしくお願いいたします。



しっかり君

## 奈良県消費生活センター

〒630-8122 奈良市三条本町8番1号 シルクア奈良2階

TEL:0742-32-0621/FAX:0742-32-2686

発行 令和 4年 4月 1日



きまじめパパ