

☆迷惑メールに注意しよう☆

迷惑メールの中でもっとも流通しているのが、広告宣伝メールです。出会い系・アダルト系サイト、サービスや商品販売などに関するものです。なかには友達を装って返信させようとしたり、サイトへアクセスさせようとしたりするものもあります。不審なメールや身に覚えのない内容、知らないアドレスからのメールには気をつけましょう。

<あやしいURLには要注意！>

多くの出会い系・アダルト系サイトのメールには、URLやリンクが記載されています。そのURLへアクセスしてしまうと、後日、大量の迷惑メールが届いたり、身に覚えのない料金が請求されたりするなどのトラブルがよくあります（そのURLやリンクには識別情報が含まれているためです）。

○迷惑メールがくるきっかけ

- ・ 予測されやすいメールアドレスを使っている
- ・ 迷惑メールに書かれていた返信先アドレスに配信停止メールを送った
- ・ 迷惑メールに書かれているURLにアクセスした
- ・ 出会い系サイトやネットの掲示板にアドレスの登録や書き込みをした
- ・ 自分のブログやSNSにアドレスを掲載した
- ・ 懸賞やモニター、無料ダウンロードサイトに応募や登録をした
- ・ あやしいネットショッピングサイトで買い物をし、メールマガジンに登録した

□アドバイス

- ・ 迷惑メールは開かない、アクセスしない、連絡しない
- ・ 迷惑メールフィルターの設定をする

気をつけていても、暮らしの中で「迷惑メールが届くきっかけ」を作ってしまうのは避けられません。そこで、迷惑メールを受けとってしまった時は被害を最小限にとどめ、そこから発展するトラブルにあわないために、メールは開かないようにしましょう。また、問い合わせや返信は厳禁です。

○不安に思ったりトラブルにあったりした場合は、消費生活センター等に相談しましょう。

【問い合わせ】

- 茨城県消費生活センター ☎029-225-6445
 - 常陸大宮市消費生活センター ☎52-2185(直通) (本庁商工観光課内)
- ※月・水・金曜日は消費生活相談員が対応します。



VOL.16

職員のつぶやき ~職員リレートーク~

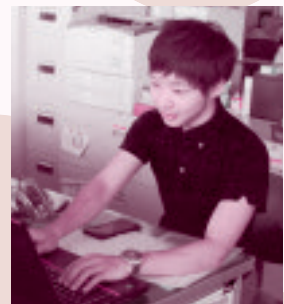
介護高齢課に配属になりました、川野隆満です。

夜が長くなり、虫の鳴き声も相まって、より一層秋の深まりを感じるようになりました。

秋といえば食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋と、何かと活動的になる季節です。趣味で行っているランニングも、気候的に穏やかなためか、以前よりもペースや走る距離を伸ばすことが出来ました。市でもクロスカントリーやマラソン大会が開催されているので、いつか参加してみたいと思っています。

所属している介護高齢課では、介護保険の認定申請の業務に携わっています。介護が必要な高齢者の方々が、安心できる暮らしを支援するこの業務に、日々やりがいを感じています。

まだまだ不慣れで分からないことも多いですが、上司や先輩の指導のもと、早く一人前の職員として活躍できるよう努めていきます。



介護高齢課 川野隆満