



ユーカリ Journal

ユーカリ行政書士事務所 FP・特定行政書士 竹内健一

2017年7月1日 第9号

目次

1. いざという時のクーリングオフ
2. 遺言書を書いた方が良い場合
3. 個人情報保護法が全面適用
4. 就寝前のスマホは睡眠の敵？
5. 無料セミナー・相談のご案内

〒181-0012 三鷹市上連雀8-8-11 ☎ 0422-57-7033 FAX 0422-47-6503 <http://www.yuukari.co>

いざという時の

クーリングオフ

① クーリングオフとは？

クーリングオフ (Cooling-off) は、商品を購入したり、語学教室などの契約をした時など、一定の条件の範囲内であれば、締結した契約を解除できるという制度です。通常は契約は守らなくては行けません、不利な状況のもとでの契約や業者に強引にさせられた契約などは、頭を冷やして良く考え直す期間を消費者に与え、一定の期間内であれば消費者が業者との間で締結した契約を一方的に解除ができます。

その期間というのは、8日間

(種類によっては20日間など)であり、このクーリングオフ制度を利用して、理由を問わず無条件に一方的に契約を解除できるようになっています。

ただし、全ての契約がクーリングオフできるわけではなく、街のお店で商品を購入したり、雑誌やインターネットなどに掲載している広告を見て、自ら申し込んで購入した場合などは、クーリングオフできません。

クーリングオフできない場合でも、契約書にクーリングオフ規定がある場合など、業者が自主的にクーリングオフに応じてくれる場合はクーリングオフできます。



② クーリングオフの効果

クーリングオフした場合、業者は違約金や損害賠償を消費者に請求できません。また、受け取っている金銭があれば、消費者に返還しなければなりません。

クーリングオフは、必ず書面で行います。最も確実な方法としては、郵便局が公的に証明してくれる内容証明郵便があります。

「遺言書」

を書いた方が良い場合

巷では遺言書の話目を良く聞く機会が増えていきます。ひと昔前までは、タブー視された遺言という言葉ですが、今は保険と同様にこれからの人生を有意義に過ごす為の制度として考えられています。では、遺言書を書いた方が良いケースはどのようなものがあるか、今までの事例からご紹介します。

① 子供がいないケース

ご主人と奥様の2人のケースでは、万一の時の法定相続分は、ご両親がいなければ奥様に4分の3、兄弟に4分の1ですので、全財産の一部を兄弟にあげなければ

ならないかもしれません。この場合奥様に全額相続させる旨の遺言書があれば全財産を奥様が受け継ぎます。

② 奥様や長男に多く相続させる

子供がいる場合でも、老後の資金として奥様に全額相続させたい。または、長男に家を継いでもらうので他の子どもより多く相続させたい場合など、法定相続分と異なる分割をする時は、遺言書が有効です。

③ 奥様・子供がいないケース

この場合は、ご両親または兄弟が相続人となります。お世話になった特定の兄弟や義理兄弟に相続させるには、遺言書が必要です。

④ 内縁の妻に相続させる

長年夫婦生活を送っていたとしても、戸籍上夫婦でなければ相続

人にはなれません。何かの理由で籍を入れられない場合は、遺言することで、内縁の妻にも相続することができます。その他に

⑤ 認知したい子がいる

⑥ 相続人以外に相続させたいなどがありますが、遺言はご自分の財産をご自分の意思でご家族に継がせる権利で、争いがなく皆が仲良く暮してもらうために、ご自分でできる制度です。

また、遺言書を書いても10年、20年も経てば、状況や考えも変わってくる場合もあります。その時は、保険と同様、その時の状況に応じて遺言書も見直しが必要になってくる場合もあるでしょう。遺言書は、いつでも、何回でも書き直しができるのです。

5月30日より 個人情報保護法が全面適用

平成29年5月30日より個人情報保護法が改正され、適用免除事項が廃止され全面適用となりました。

個人情報とは、生存する個人に関する情報であって、

- ① 氏名
- ② 生年月日
- ③ 写真など「ある特定の人物」とわかるもの などです。

※個人情報の例

- ・メールアドレス帳
- ・スマホの電話帳
- ・防犯カメラの映像
- ・指紋、静脈データ
- ・旅券、免許証、年金番号
- ・本人が特定できる録音

個人情報保護法では、顧客や従業員の個人情報について、守らなくてはならない次の5つのルールがあります。概略でも覚えておくようにしましょう。

① 取得のルール

個人情報を取得する時には、何に使うのか、使用目的を具体的に決めておかななくてはなりません。使用目的は、本人に伝えるか、あらかじめ店頭表示やホームページに掲載するなど公表しなくてはなりません。

② 利用上のルール

取得した個人情報は、特定した利用目的の範囲内でしか利用できません。

③ 保管のルール

個人情報の保管には安全性を



確保します。例えば、

- ・電子ファイルにパスワードを設定する。
- ・情報漏洩防止の為にウイルスソフトを入れる。
- ・施錠付ロッカーに保管するなどが挙げられます。

④ 第三者への提供ルール

個人情報を第三者（他人）に渡すときは、本人の事前承認が必要です。

⑤ 開示ルール

本人からの請求に応じ、個人情報の開示をしなくてはなりません。

豆知識

就寝前のスマホは、睡眠の敵？

- ① なかなか寝られない
- ② 寝ても疲れがとれない
- ③ ぐっすり眠れない



このようなことはありませんか。もし心当たりがあれば、就寝前の見るスマホやテレビ、パソコンなどに原因があるかもしれません。

人間の習性として、「日光があたる明るいところでは覚醒し、夜の暗いところで

は眠くなる」という生活のリズムが備わっています。これには、体温や脈拍数、血圧などを低下させ、人を休息や睡眠に誘うメラトニンというホルモンが関係しています。メラトニンは、強い光を浴びると分泌量が減り、反対に暗いところにいると分泌量が増えるため、人は夜になると眠くなるのです。

スマホやテレビなど画面から発せられる光を受けることによって、目に入った光の認識を脳が昼間だと勘違いして、メラトニンの分泌を抑制してしま

うのです。

すると、脳が覚醒し、眠りが浅いなどの睡眠障害を引き起こしやすくなります。

「寝る前スマホ」による睡眠障害は最近増加しており、厚生労働省も警鐘を鳴らしています。

※睡眠前は、以下に気を付けましょう

- ① 睡眠前1時間前はできるだけスマホやテレビを見ない。
- ② 画面の明るさを暗めに調整する。
- ③ ブルーカットメガネなどで対応する

お知らせ

セミナー（無料）のご案内

開催日 平成29年7月12日(水)
午後1時30分より
(三鷹産業プラザ 地下1階)
テーマ 相続と遺言について
講師 FP・行政書士 竹内健一
ご予約は、0422-57-7033
「暮らしの相談室」竹内まで

無料相談会のご案内

開催日 7月19日(水)13:00~15:00
7月26日(水)13:00~15:00
(どんなことでもお気軽にご相談ください)
※その他の日時はご相談ください
場所 三鷹産業プラザ2階
受付内容
相続・遺言 その他ご心配なこと
ご予約は、0422-57-7033へ
(初回相談無料)



セミナー風景

ユーカリ行政書士事務所

FP・特定行政書士 竹内健一
東京都三鷹市上連雀 8-8-11
◆相談室（サブオフィス）
東京都三鷹市下連雀 3-38-4
三鷹産業プラザ B1F
☎0422-57-7033