



ふくしま

2026・No.118



くらしの情報 春号

※この情報誌は、ご自由に複写してご利用ください。

編集・発行/福島県生活環境部消費生活課 Tel:024-521-7736

〒960-8043 福島市中町8番2号(福島県自治会館1階)

大家さんからの家賃値上げ通告に対抗するには？

<相談事例>

賃貸アパートの更新時期が近づきましたが、物価高騰の折転居せずに更新しようと考えていたところ、大家さんから「次の更新時に家賃を上げる」と言われました。

今の家賃で住み続けるには、どのように交渉すればよいですか？



<アドバイス>

大家さんは、増税や物価の上昇、周辺物件の家賃相場との比較といった正当な理由があれば、家賃の値上げを請求できます。法的に認められた権利で、契約更新のタイミングで通告されることが多いようです。

家賃の値上げは、貸主借主双方の合意がなければ成立しません。そのため、値上げの通告をされても必ず応じる必要はなく、交渉することが可能です。

○大家との交渉

大家さんに家賃を上げる理由の説明を求め、正当な理由であるかを確認します。

大家さんの主張する理由に正当性が認められない場合は、大家さんに賃料の値上げを撤回してもらうか、または、値上げ幅の引き下げを交渉することになります。

○民事調停等又は訴訟

大家さんとの交渉がうまくいかなかったときは、一般財団法人不動産適正取引推進機構の特定紛争処理事業(不動産ADR)や各地域の弁護士会による紛争解決センター、裁判所による民事調停を利用することが可能です。これらを利用して解決できない場合は、訴訟により裁判所に賃料額を決めてもらうことになります。

○家賃の供託

大家さんとの話し合いがまとまらずに、家賃を払わずに放置しておく、大家さんに債務不履行を理由に契約を解除される可能性がありますので、法務局の供託制度を利用し、値上げ前の家賃を供託しておくという方法があります。

【関連リンク】

「第159回 暮らしの法律Q&A

大家からの家賃値上げ通告に対抗するには？」

(国民生活センターホームページ)



令和7年なりすまし詐欺等被害認知状況等

1 なりすまし詐欺

204件、13億4,942万円

※ 福島県警察本部生活安全企画課発表 (前年比 +84件、+9億4,578万円) (単位：件、万円)

	令和7年		令和6年		比較増減	
	件数	被害金額	件数	被害金額	件数	被害金額
なりすまし詐欺	204	134,942	120	40,364	+84	+94,578
詐欺	192	132,701	112	39,848	+80	+92,853
オシオシ詐欺	110	108,139	30	30,099	+80	+78,040
預貯金詐欺	6	352	12	1,131	-6	-779
架空料金請求詐欺	56	13,410	57	5,930	-1	+7,480
融資保証金詐欺	5	635	4	206	+1	+429
還付金詐欺	11	2,808	5	681	+6	+2,127
金融商品詐欺	1	6,950	0	0	+1	+6,950
ギャンブル詐欺	0	0	1	65	-1	-65
交際あっせん詐欺	2	377	2	1,416	±0	-1,039
その他	1	30	1	320	±0	-290
キャッシュカード詐欺盗	12	2,241	8	516	+4	+1,725

2 SNS型投資・ロマンス詐欺徴

140件、21億91万円

※ 福島県警察本部生活安全企画課発表 (前年比 +30件、+9億2,140万円) (単位：件、万円)

	令和7年		令和6年		比較増減	
	件数	被害金額	件数	被害金額	件数	被害金額
SNS型投資・ロマンス詐欺	140	210,091	110	117,951	+30	+92,410
投資詐欺	71	132,306	49	40,466	+22	+91,840
ロマンス(投資)	58	68,685	49	72,972	+9	-4,287
ロマンス(その他)	11	9,100	12	4,513	-1	+4,587

【関連リンク】

「安全・安心な暮らし 犯罪・防犯、なりすまし詐欺被害防止情報
お知らせ なりすまし詐欺被害状況 SNS型投資・ロマンス詐欺」
(福島県警察本部ホームページ)



消費生活「出前講座」のご案内

県消費生活センターでは、出前講座を**無料**で実施しています。
消費者教育コーディネーターが、日時や内容などをお伺いし調整します。
教員向け講座、保護者向け講座、企業向け講座も実施しています。
PTA行事等で保護者を対象にした出前講座を実施してみたいはいかがでしょうか？
まずは、次へお問い合わせください！



☆出前講座お問い合わせ先
TEL 024-521-7736
FAX 024-521-7982
E-mail syouhi@pref.fukushima.lg.jp



- 【テーマ例】消費生活の基本、消費者を守る法律や制度、インターネット・SNSトラブル、情報モラル、金銭教育、なりすまし詐欺の手口とその対策、エシカル消費、食品関係等
- 【対象】地域のサロン、町内会、福祉関係団体、学校、保護者会、教職員、企業（社員研修）等
- 【講師】消費者教育コーディネーター、消費生活相談員
- 【申込先】県消費生活センター
※最寄り駅までの送迎等をお願いする場合があります。

福島のエシカル消費に関する活動や情報を配信中です！

Instagram

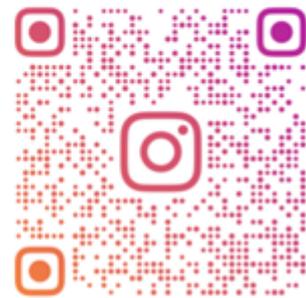
やっています！



福島県 消費生活課
公式インスタグラム



エシカル博士



FUKUSHIMA_ETHICAL

フォローは
上記のQRコードから
お願いします！

福島のエシカル消費に関する
活動や情報を配信中！

消費生活無料法律相談・生活再建等相談

県では、借金・多重債務問題や契約に関するトラブルなど様々な消費生活問題に対応するため、【弁護士・司法書士による法律相談】【ファイナンシャルプランナー（FP）による生活再建等相談】を定期的実施しています。

（相談は無料ですが、**事前予約**が必要です。）

相談の日時や方法など詳しくは、下記までお問い合わせください。

【問い合わせ先（※消費生活無料法律相談・生活再建等相談）】



消費者教育推進大使トラブルくん

県消費生活センター	024-521-0999
県中地方振興局	024-935-1295
県南地方振興局	0248-23-1548
会津地方振興局	0242-29-5295



安心が美味しい！！ふくしま食のディープチャンネル

浜通りの生産者さんの想いや取組を藤原カズヒロさんと鈴木美伸さんが動画で発信しています。ぜひ、ご覧ください！

○水産編「浜の誇りと挑戦」

生産者：相馬双葉漁業協同組合 石橋 正裕さん

○畜産編「福島牛、共に歩む365日」

生産者：草野畜産 草野 純一さん

○ワイン編「ぶどう畑から、まちの再出発」

生産者：とみおかワイナリー 遠藤 秀文さん

○米編「未来を耕す米農家」

生産者：株式会社新妻有機農園 新妻 良平さん

○さつまいも編「地域の希望、櫛葉のさつまいも」

生産者：株式会社福島しろはとファーム 瀧澤 芽衣さん

○キウイ編「あのキウイをもう一度」

生産者：株式会社ReFruits 原口 拓也さん

○醤油編「伝統製法に込めた、福島の誇り」

生産者：若松味噌醤油店 若松 真哉さん



動画はこちら！→



「食品と放射能Q&A」

食品と放射能に関する
情報を動画で発信中！



エシカルワークショップを3地方で開催しました！

会津



中通り



浜通り



9月に会津地方からスタートしたエシカルワークショップは、1月31日に道の駅なみえで開催した回をもって、最終回を迎えました。

全てのワークショップでは、大手家電・IT企業に勤めながら、蕎麦を起点とした持続可能な農業ビジネスに取り組むTsunagi代表の桑岡さん、企業や学校向けに課題発見型ワークショップを設計する下園さんを講師に迎え、ラジオパーソナリティーの藤原カズヒロさんに司会を務めていただきました。

企業版エシカルワークショップでは、各地域が抱える課題に焦点を当て、高校生や大学生を含む異業種の方々が意見交換を行い、新たなつながりを生み出す場となりました。また、浜通りで開催した「親子でエシカルワークショップ」では、磐城高箸さんの間伐材を活用したコースターへの色塗り体験など、新しい取組も実施しました。参加した親子の皆さんは、楽しみながらエシカル消費について学び、それぞれの「エシカル宣言」を発表してくれました。

来年度も、さらにエシカル消費の輪を広げられるようなイベントを企画していきます。ぜひ楽しみにお待ちください。