

**表示はよく見て!!**〜コインパーキングトラブル〜  
 気軽に利用できる時間貸し駐車場ですが、トラブルも寄せられています。

**相談** 「連休初日から『24時間最大1200円』と表記されていたコインパーキングに、8日間駐車していた。料金は9600円だと思っていたのに、出庫精算すると5万1600円と表示された。おかしいと思って連絡先に電話を掛けると『最初の24時間だけが1200円です。その後は通常料金になります』と言われた。だまされたようだ」

コインパーキングの料金体系は、一般的に「○○○円／○○分」「最大○○○円」などと大きく表示されています。最大料金には「入庫から24時間」や「入庫日の24時まで」などの適用時間や適用回数があります。また昼間・夜間で料金が切り替わっていたり、GWや年末年始、イベント開催など特定の日によって料金が異なることもあり注意が必要です。事例のパーキングの看板写真を確認したところ、赤字で料金表示があ

消費生活センター(ステーションビル3階) ☎753・5555

り、その下に黒字で「一回限り」と書かれてありました。入庫から24時間を過ぎると、1時間当たり○○○円という料金が適用されることになりました。

表示に関する苦情が多く寄せられたため、平成26年9月に業界団体が「表示・運用に関するガイドライン」を策定し、分かりやすい表示の指針を作りました。当該看板の表示の大きさはガイドラインに沿った大きさであり、相談者は「一定金額だと思ひ、よく確認していなかった」と納得しました。

コインパーキングを利用するときには、看板に大きく書かれた情報だけでなく、入り口付近や精算機付近の注意書きも読みましょう。最近では、スマートフォンアプリでコインパーキングを検索できるサービスもあります。しかし詳細な料金設定が記載されていないこともあるので注意が必要です。

**健康相談**  
**Q&A**  
 池田市医師会  
<http://www.ikeda-osaka-med.jp/>

**夏バテ対策について**

**Q** 夏バテとはなんでしょう？ また対策を教えてください。

**A** 夏バテとは高温多湿の環境が長く続くことにより、体が対応できなくなり、食欲不振や全身倦怠感などの体調不良が続くことの俗称で、病名ではありません。

原因としては体温や発汗の調節がうまく機能しなくなることによる体温上昇や脱水、寝苦しい夜が続くことによる睡眠不足、冷房の効いた部屋に長時間居ることでの過度の冷えによる自律神経の障害などが考えられます。

症状はさまざまですが全身倦怠感(何となくだるい)や食欲不振、イライラ感、無気力感などがよく見られます。

対策としては、規則正しい生活を送ること、朝食もしっかりと食べ

養バランスのとれた食事をとること、水分摂取を小まめに行うこと、今日の疲労を明日に持ち越さないように早めに就寝しぐつすりとお眠ることなどで予防が可能です。また朝晩の暑くない時間帯にウォーキングなどで軽く体を動かすことも心身ともに良い影響を与えます。

多くは体調不良で医療機関を訪れて検査を受けても何も異常がない場合がほとんどですが、まれに重篤な疾患(例えば貧血や肝障害など)が隠れていることがありますので、あまりにも倦怠感が強い場合などは受診を考慮ください。

また「夏バテ」は真夏のみならず晩夏・初秋にかけて遅れて症状が出てくることもありますので、遅れ夏バテを予防するためにも真夏日・猛暑日が続く時期は、無理をせず休養を十分にとることを意識してください。

池田市医師会

