

## 不在通知メールに注意！

最近、スマホに宅配業者をかたる偽のメールが送られてくるトラブルが横行しています。

**相談** 「突然スマホに『お荷物をお届けにあがりましたが、不在のため持ち帰りました。下記よりご確認ください』というメールが届いた。書かれていたURLにアクセスすると、宅配業者のHPにつながった。荷物の追跡サービスのアプリを記載された手順に従ってインストールすると、届いた文面と同じメッセージが、自分のスマホから勝手にいろいろな人に送られてしまった」

これは宅配業者をかたり、不在通知を装ったメールを送りつけ、本物そっくりの偽サイトに誘導するフィッシング詐欺の巧妙な手口です。不審なアプリをインストールしたことで、電話帳が盗み取られて、不正操作され、自身の端末から同様の偽メールが多数送信されたと思われる。クレジットカードやキャリア決済の情報など、端末内のさまざまな個人情報を取られている可能性もあります。情報を不正使用され、身に

覚えのない請求を受けるなどの被害も出ています。最近では、宅配業者に会員登録してサービスを利用している人も多く、本物の通知と間違えてアクセスしてしまうケースもあるようです。確認したいときは、宅配業者の公式サイトから行いましょう。

事例のほかに、偽サイトの画面で、直接、IDやパスワード、クレジットカード情報などを入力させて情報を取るケースもあるので注意しましょう。被害にあわないためには、一方的に送られてきたメールのURLをすぐにタップしたり、提供元不明のアプリをインストールしないことです。パスワード、認証コードなど、重要な情報は安易に入力してはいけません。被害にあった場合は、不審なアプリのアンインストールやパスワード等の変更が必要です。フィッシング詐欺の詳しい情報は(独)情報処理推進機構「IPA」のHPに記載されていますので参考にしてください。

消費生活センター(ステーションビル3階) ☎753・5555

健康相談

Q&A

池田市歯科医師会  
<http://www.ikedashi.jp/>

**Q** どうして歯ぎしりが起こるのですか？

**A** 「歯ぎしり」とは睡眠時などに歯を強くこすり合わせ、きりきりと音をたてることです。歯ぎしりが起こる原因はいろいろありますが、成長期に起こる歯ぎしりのように、かみ合わせを調整するための生理的な反応もあります。

しかしかみ合わせに全く問題が無くても、強い歯ぎしりを日常的に行っ



ている人もおり、歯ぎしりがどのようなメカニズムで起こるのかは未だ明確になっていません。日々のストレスが歯ぎしりに影響を与えるという報告もあり、これは現代人にとっては避け難いことかもしれません。「歯ぎしり」は顎関節症の原因として、また高齢化社会を迎えて増加傾向を示す歯の破折や、修復物の脱落の原因となると考えられています。また、歯ぎしりの習慣が継続的だと歯の痛みや肩凝りなどさまざまな不快症状が出る場合があります。さらに、「歯ぎしり」による強い力は、重度歯周病の進行につながるかと考えられています。

池田市歯科医師会