

法律をもっと身近に

ほうてらす

VOL.
47
2019.12



特集
P2-5

健康と法律

Interview P6-7

秋元 才加さん

Photo: Banja Keiki

法律相談の総合案内所
日本司法支援センター



P8-9

特定援助対象者法律相談援助

P10

スタ弁がゆく

P11

法テラスストーリー

P12

切って貼って法テラス

私は法に守られている。

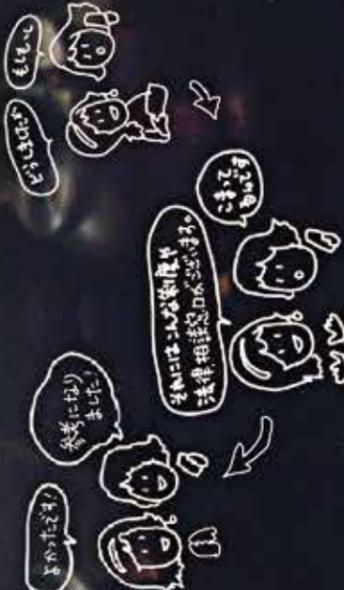
……【切って貼って法テラス】このページを切り取り、お住まいのところに貼ってください。困ったとき思い出してご利用ください。



法律相談の
総合案内所

**0570
078374**

平日9時～21時 土曜10時～17時
日祝休



みんなの人と司法も
むすぶが橋、
法テラスがあるから。
もしあなたが、悩まれたり、
いざなもなされたら、とがこ
で悩んでいたら、がまん
しないですぐに電話して
ください。解決に役立つ法律の
制度や相談の窓口も、ぜひ
おしらせ。

©photo by Ikuo Suzuki

健康と法律

元気で長生きしたいと願うのは、人の世の常。人が健康に十分気遣えるように、様々な法律も作られてきました。ほんの一部ですが、ご紹介いたします。健康に過ごす参考にしてください。



Q1 — ウチの母は、健康のためとトクホを飲んでいますが、トクホって何ですか。

健康を意識して、口にされている方も多い「トクホ」。正式名称は「特定保健用食品」といいます。生理学的機能などに影響を与える保健機能成分を含む食品で、消費者庁長官の許可を得て特定の保健の用途に適する旨を表示できる食品を指します。簡単に言うと、事業者が有効性、安全性などの科学的根拠を示して、国の審査と許可を受けた食品です。

平成3年に法律ができ、今ではなんと1000品目を超えています。でも実際どのような効果があるのかよくわからない方も多いのではないのでしょうか。



Q2 — 喫煙のルールが大きく変わると聞きました。どのように変わるのでか。

平成30年、国は健康増進法を改正し、望まない受動喫煙を防止するための取り組みは、マナーからルールへと変わりました。その内容は、主に次の3点です。

- ①「望まない受動喫煙」をなくす
- ②受動喫煙による健康影響が大きい子どもや患者に特に配慮する
- ③施設の類型や場所ごとに対策を実施する

さらに選択肢を増やすため、国は平成27年に「機能性表示食品」という制度を始めました。トクホと異なり、国が審査や許可をするのではない、届出制。あくまでも事業者の責任で、文献や論文など科学的根拠に基づく機能を表示した食品です。

トクホや機能性表示食品は医薬品ではなく、あくまで健康をサポートする食品です。また、過剰な摂取などはかえって健康を害してしまうこともあります。買う前にパッケージの表示やホームページをよく読んで、自分に合ったものを選び、目安量を守って摂取しましょう。

この法律により、令和元年7月から、学校・病院・行政機関が一定の条件を満たした場合に屋外に喫煙所を設けることができるほかは、「敷地内禁煙」となりました。さらに令和2年4月には法律が全面施行となり、飲食店やオフィス、事業所、交通機関など、すべての施設が「原則屋内禁煙」になります。



ク等は現在の喫煙ルールを継続することができません。

国が定めたルール以外にも、東京都や千葉県など一部の自治体では独自の条例を定めたり、全国の全店舗を禁煙にするという外食チェーンなど、さらなる取り組みを進める民間企業もあります。

今回、ルールができたことで、施設やお店に入る前に喫煙できる場所があるか無いか「標識」でわかるようになります。たばこを吸う人も吸わない人も、お互いにより過ごしやすい社会に変わっていきといいですね。

Q3

予防接種って、受けなくてはいけないの？

インフルエンザの時期になってきましたね。予防接種を受けている方も多いかと思えます。でも、注射は痛い。病院に行くと、予防接種が嫌で泣いているお子さんをよく見かけます。

予防接種は、予防接種法という法律に基づき、市区町村が主体となって実施する「定期接種」と、希望者が各自で受ける「任意接種」があります。

「定期接種」は、個人の感染予防や重症化防止、集団での感染症のまん延の防止が目的で、水痘瘡や結核予防のBCGなどが対象となっていてます。定期接種は、病気に定められた接種期間があり、その期間内に受けると原則公費負担、つまり無料ですので、期間内に忘れず接種しましょう。一方、「任意接種」は「定期接種」以外の予防接種のことを指し、インフルエンザ（65歳以上の方などは定期接種）やおたふくかぜなどはその対象です。任意接種の多くは有料ですが、市区町村によって

は公費助成がある場合もあるのですが、受ける前に確認するとよいでしょう。

まれにワクチンの接種で、重症の副反応が起きることがあります。そのときは、救済給付の制度があるので「定期接種」での重症副反応はお住まいの市区町村へ、「任意接種」での重症副反応は、独立行政法人医薬品医療機器総合機構の窓口へ、相談しましょう。



Q4

薬をネットで買ったなら、空箱が送られてきました。

風邪をひき、体調が悪くて薬を買いに行くのもつらい。そこで、インターネットで薬を買ったら、なんと空箱が送られてきた。電話をしてもつながらない。代金は支払ったのに、どうなるの！

平成25年の薬事法の改正により、一般的に市販薬や大衆薬と呼ばれている第1類、第2類、第3類すべての「一般用医薬品」は、インターネット

トや電話などで販売できるようになりました（一定の条件があります）。ただし、医療用医薬品から一般用医薬品に移行して間もないものや使用に特に注意が必要な一部の医薬品（要指導医薬品）は、薬剤師が対面で情報提供や指導を行うことが必要のため、インターネット販売は禁止されています。

残念ながら、便利になると、トラブルも起こりやすくなるもの。違法サイトや偽サイト、正規品ではない薬を販売しているサイトも存在します。結果的に代金だけを



だまし取られたり、安易に服薬するとかえって健康を害する場合も。

オンライン販売ができる薬局は、実際の店舗を有する、薬局や店舗販売業の許可を持った販売業者に限られます。厚生労働省のホームページでは、その一覧を公開していますので、調べてから購入すると、安心ですね。

もし、代金をだまし取られたり、正規品ではないものを購入させられたりした場合は、弁護士などの法律の専門家に相談しましょう。

Q5

ガンにかかり、高額な治療法を進められました。もし、どうしたらよいか分からず不安です。

病気にかかれば誰しも、必死の思いで治りたいと手を尽くすものです。

そんな人の心につけ込み、説明も不十分なまま承認の高額な治療が行われ、トラブルになるケースが起きています。例えば、保険の効かない自由診療で、最先端の治療を受けたものの、説明そのものが虚偽であったり、効果や安全性が確認されていない用法用量のために、副作用などの被害にあっ

ている方もいらっしゃいます。

そこで国は対策の一つとして、平成30年にガイドラインで、未承認医薬品を用いた治療の広告を行う場合は、未承認医薬品であることや入手経路などを明示することを実施の条件にしました。医療は専門性が高く、広告をきっかけとして来院し、医師を信頼し言われるがまま治療を受けている方もいらっしゃるかと思えます。ごく一部の心ない医師によって、適切な治療を受ける機会を損なわれることのないよう、不安に感じることがあれば、判断する前に複数の医療機関にかかりセカンドオピニオンを受けるなどしましょう。

もし、説明が虚偽であったり、正しい用量でない治療で被害を受けた場合には、治療費の返還や慰謝料などの損害賠償の請求も考えられます。一人で悩まず、医療に詳しい弁護士などの専門家に相談しましょう。



コラム

面白い。新しい。波及していく、健康にまつわるホウリツ『健康増進法』

今から17年前の平成15年『健康増進法』ができました。みんなが健康であるため、現代病を予防するため、というのがその目的です。

メタボを予防したり、受動喫煙を防止したり、トクホ商品を表示できるようにしたり、毎年話題を提供してくれています。この法律ができたおかげで、人々の健康意識も上がりました。地方自治体も健康づくりを推進するために、楽しく健康でいられるためのアプリを作ったり、ウォーキングするとポイントが貯まり景品がもらえるなど、多種多様で面白い取り組みをしています。皆さんもお住いの自治体をぜひ調べてみてください。



まずは、食。

（健康オタクといわれるほどの秋元才加さん。特に気をつけていることはなんですか。）

まずは、食べ物ですね。素材本来の味付けで食べるようにしています。和食が多く、自炊もしています。お魚焼いてお味噌汁作って、お出汁から作ることも。また、無農薬の梅干しを取り寄せたりもしています。ちょっと高いけど国産のものを、自分への投資だと思って買っています。仕事柄なかなか規則正しく摂れないんですけど、夜遅く外食したら次の日の午前中で調整したり、食べ過ぎたなど思ったら運動したりしています。昔は結構ハードなトレーニングもしていたんですが、最近は筋肉をほぐす自分でできるセルフマッサージやストレッチですね。例えば、インナーマッスルのトレーニングや、テニスボールみたいなボールを自分でいろんなところに置いて、筋膜リリースもやっています。大先輩と一緒に仕事すると緊張体がガチガチになるので、体も気持ちもほぐして、寝ています。

健康に良いことは人によって違う（体にいいこと。そのきっかけは自分の病気。）

じでした。弁護士に依頼するのも費用が高そうだし、お金持ちの人しかきつと裁判起こせないだろうな、というイメージでした。

でも、これからは、何かを知ってる知らないでものすごく差がつく時代だと思います。自分の権利とかに責任を持つためにも、法律がもっと身近になって、私たちの意識も変わっていかないといいいな、と思います。

（自分がトラブルに巻き込まれたことは）

トラブルではないですが、祖母が2、3年前に亡くなった時、持ち家だったので財産の分配に関して考えました。最初、祖母から家を頼むと言われ、代表して動こうとしたら、孫であることから出来ないことがいっぱいあって。弁護士さんに相談しましたが、初めて話す年配の親族から警戒され、あー弁護士さんも大変だなあと、思いました。それによって守られていることもたくさんあるのだからうけど、出来ないことがたくさん。やっぱり法律を知らないってこういうことなんだなあ、と。すごく勉強になりました。いろいろ知るって、大事ですね。

（法テラスへの期待）

何か問題が起きて相談する時って、大半の人が最終的に「ちもさっちも行かなくなるタイミングが多いと思います。だから、もっと皆さんが法律についてカジュ

22〜23歳の時に腎臓結石になりました。痛くはなかったけど常にむくんでいる状態で、むくむと太って見え、がんばっているのに痩せないなあ、と思っていました。自分は健康だと思いついてたけれど、若くてもかかる病気がいろいろあるんですね。そこからしっかり自分の健康に向き合おうと思い、食事を見直ししました。母親が外国人というのもあって、和食を作れる人がい wasn't でしたが、祖母の家に行くとき和食が食べられて、その時間がすごく好きでした。

日しっかりと自分の体に問いかけながら、今日はここまで行けるかなとか考えて走っていると、すごく楽しかったです。マラソンのおかげで、性格もちょっと変わったような気がします。今日は調子いいからもう5キロ走ってみようかなー、今日はちょっと疲れているからここでやめよう、とか。そういうのを自分のなかで決められるよう、管理と判断ができるようになりました。自分の体なだけで、もう一人いて、ずーっと会話している感じです。そうやって、健康のため「体の素直な声を聞こう」と心がけています。出汁の味がわかるようになったのも、健康で味覚が鍛えられたからかもしれません。結局口に入れるものがカラダを作るんですね。

（自分のカラダに向き合う時間。体の素直な声を聞こう。）

カラダのことを勉強するのが好きです。自分の体と向き合うと食に向き合えるし、運動や健康にも気が向きます。マラソンの番組をやっていたのですが、マラソンって精神的にも肉体的にも自分と向き合わないと続けられない競技だと思っています。子どもの頃は、短距離の方が得意で、性格的にも長距離は苦手でした。でも、毎

（正直、法律って。）

内閣府が提供のラジオ番組を担当しているの、私は知る機会にめぐまれましたが、普通に生活していたら、法テラスってなに、法律ってなに、って、なっていると思います。正直、法律って、毎日普通に過ごしていたら関わることがなさそうな事で、何か問題が降りかかってきたらその時に考えればいいかな、という感

アルに思ってもらえたらいいと思います。困ったら法テラスに相談しようと思ってもらえる、そこまで知名度が上がったら、もっと救いの手になれるから、素敵ですよ。制度はいっぱいあるのに、調べる手段がわからない、無駄と思っちゃう人が多い。私はすぐ調べる性格だけど、利用する側の理解度も変わっていかないといいないだろうな、と思います。



Photo: Banja Keiki

プロフィール

秋元才加（あきもとさやか）
1988年7月26日生まれ。千葉県出身。AKB48第2期生として2006年デビュー。2013年同グループを卒業。現在は女優として映画、ドラマ、舞台に出演する他、スポーツ番組のMCを務めるなど幅広く活躍中。TOKYO FM『秋元才加とJOYのWeekly Japan!!』パーソナリティ、フジテレビ『痛快TVスカッとジャパン』、テレビ朝日開局60周年記念作品『やすらぎの刻〜道』など出演多数。

とく てい えん じょ たい しょう しゃ ほう りつ そう だん えん じょ
 認知機能が弱っていても法律は守ってくれる **特定援助 対象者 法律相談 援助**



認知機能が充分でなく、法的トラブルが起きていること自体よくわかっていなくても、ご本人を支援する福祉機関の支援者の方が申し込めば、法律相談が受けられる制度が、できました。

督促状が家にたまっている(多重債務の疑い)、布団や食品など同じものが大量に家にある(消費者詐欺の疑い)など、法的トラブルが起きているかもしれないのにそのままになっている、そんな方を守る法律相談の制度です。

申し込めるのは、福祉事務所、社会福祉協議会、地域包括支援センターなどの職員の方です。

ご自宅や福祉施設まで弁護士や司法書士が出張します。法テラスの資力基準を超えない方は相談料無料、超える方は5千5百円をご負担いただけます。

ご本人やご家族が法律相談を希望される場合は、通常の法テラスの法律相談制度など他に利用いただける制度がないか確認させていただきます。詳しくはお近くの法テラスにお問い合わせください。

法テラス函館の取り組み



法テラス函館。ここでは職員が「特定援助対象者法律相談援助」の始まる前から、多くの弁護士と協力し、地域包括支援センターや社会福祉士会との合同研修会や医療ソーシャルワーカーとの合同相談会を積極的に開催してきました。特に地域包括支援センターとは「設立が同時期であるセンターつながり」で、職員同士互いに顔の見える関係ができています。

この制度で、支援機関の方から財産管理や相続の相談が多く寄せられ、それがきっかけでご本人の債務や成年後見の必要性がわかることも多く、弁護士と支援機関が協力しご本人の生活を立て直しています。

制度が導入され1年以上経ちます。最近では導入当初に制度を説明していなかった支援機関からお申し込みをいただくことも多く、社会的ニーズを強く感じています。法テラス函館は、この制度が必要とされる方すべてに活用され、一層社会の役に立てるよう、今まで以上に周知活動を続けていきます。

全国各地の法テラスの法律事務所働くスタッフ弁護士

スタ弁がゆく

— 法テラス奈良法律事務所 —



いにしへの都、奈良で

神社仏閣、重要文化財があふれる街、奈良。至るところに鹿が行き交う街、奈良。法テラス奈良法律事務所は、そんな奈良の市街地にあります。

当事務所では、司法の助けが十分届かなかった分野に、司法の手を差し伸べる活動に力を入れてきました。

その一つに、高齢者や障がい者の方々に対する支援があります。

市役所や福祉施設の職員、または本人の家族から、本人が生活に困っているとの連絡を受けます。その後、本人の自宅や施設などにお邪魔して、法律相談を行います。本人のお金の管理が難しかったり、親族にお金を横領されている問題が発覚することもあります。そのような場合に、裁判所に対し、本人に成年後見人等を選任してもらえようように申立てをします。そうすることで、成年後見人等がお金の管理を引き受け、親族からお金を横領されないようにすることが出来ます。こういった支援の流れは、当事務所のスタッフ弁護士が、長年市役所や福祉施設、地域の皆様方と良好な関係を築くことにより、作り上げてきました。

また、罪を犯してしまった人の更生に資する

支援も行ってきました。

「クレプトミア」（窃盗症）という、お金があるにも関わらず窃盗を繰り返してしまう病気があります。最近ではSNSでも取り上げられ、社会的にも注目されています。窃盗症からの回復のための一つの手段が「KA（クレプトミアクス・アノマス）」と呼ばれる自助グループです。窃盗症の当事者が集まり、テーマを設け、自分の思いの丈を話します。自分の気持ちを整理したり、他人の話を聞いて共感することが、回復につながります。

当時奈良に「KA」はなかったのですが、私や他の弁護士が中心となって、当事者、保護観察官、保護司会などへご協力をお願いし、場所、ノウハウ、そして人を集結させました。そして、2015年12月「KAなら」は立ち上がりました。現在も、私は家族会への月1回の出席、チラシ作り、講演等、支援を続けています。これからもグループの自主性を尊重しながら、当事者、その家族が助けを求められる場を支え続けられたいと思います。

当事務所 法テラスでは、これからも司法の手を差し伸べる活動を続けていきます。気兼ねなくご相談ください。



松井 大輔 弁護士
2010年弁護士登録。香川、群馬を渡り歩き、地元奈良に赴任。映える写真撮影、マスコットキャラクター作りがライフワーク。

法律をもっと身近に。法テラスの5つのしごと。

2006年、法テラス(日本司法支援センター)は設立されました。

それまでの日本では、全国の相談窓口がひとつになっていないことから必要な情報にたどり着けない人がいたり弁護士がいない地域もありました。

お金がない弁護士を頼めないという人もいました。そこで、公平な裁判を受ける権利を保障するため日本国憲法の理念をより一層実現するため最高裁判所や法務省、日本弁護士連合会や日本司法書士会連合会などの官民が力を合わせいつでもどこでも法的なトラブルの解決に必要な情報やサービスの提供を受けられる社会にしようとして「総合法律支援法」を定め、できたのが「法テラス」です。

自分の抱える悩みが法的な問題かどうか分からない。どのように解決していいのかわからない。そんなときは、まず「ご連絡ください。」すべての都道府県に法テラスがあります。こんな、問題解決のお手伝いをしています。

情報提供

生活上の法的なトラブルに対し、解決に役立つ情報を、電話やメールで無料でご案内いたします。ごなくても、何回でもご利用いただけます。

法テラスサポートダイヤル
0570・078374
平日 9:00~21:00
土曜 9:00~17:00
(祝日・年始年末を除く)

民事法律扶助

● 経済的に余裕のない方に「無料法律相談」と「弁護士・司法書士費用の立替え」をしています。● 認知機能が十分でない方に、出張で「法律相談」をしています。● 政令で指定する大規模災害の被災者に「無料法律相談」をご紹介します。

司法過疎対策

弁護士が少ない地域(司法過疎地域)に法律事務所をつくっていただきます。スタッフ弁護士(法テラスの常勤弁護士、スタ弁)が常駐し、法律相談、民事裁判などの代理、刑事弁護などの法律サービスを行います。

国選弁護等関連

● 国選弁護人等になるうとする弁護士との間で、国選弁護人契約等の締結業務をしています。● 刑事事件で、裁判所からの依頼を受けて、国選弁護人候補者の指名・通知業務をしています。● 国選弁護人等へ報酬・費用の算定・支払業務をしています。

犯罪被害者支援

● 犯罪の被害に遭われた方やご家族の方に、相談窓口のご案内、利用できる法制度などの情報を無料で提供し、個々の状況に応じて、犯罪被害者支援の経験や理解のある弁護士の紹介をしています。● DV、ストーカー、児童虐待の被害を受けている方に法律相談をしています。● 被害者参加人のための国選弁護制度や被害者参加旅費等支給制度の事務もしています。

