

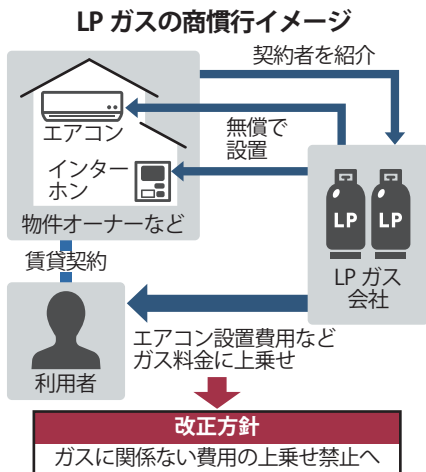
法改正

LPガス代上乗せ徴収禁止へ

経済産業省は、7月24日に開いた作業部会で、賃貸集合住宅のLPガスの料金について、**ガスの供給とは関係がない給湯器などの設備費用の徴収を禁止する方針を示しました。**

LPガスは地方を中心に全国で4割程度にあたる約二千万世帯が利用していますが、LPガス料金をめぐっては、ガス会社が賃貸集合住宅に無償でエアコンや給湯器、インターホンなどを設置し、その費用をガス料金に上乗せして計上する形で入居者から回収する商慣行があります。

これには賃貸住宅のオーナーが投資負担なく設備を充実できる利点がある一方、利用者はガス会社の変更が難しく、都市ガスよりも料金が割高になりやすいことなどが問題視されていました。



今後はガス器具といったガスの利用に関係する費用以外を請求できないようルールを改正し、違反が発覚した場合には基準に適合するよう命令を出す方針で、従わない場合には登録を取り消したり、罰金を科したりすることも盛り込むようです。

早ければ、来年の春までに省令を改正し、罰則規定を設ける方向で、2027年度の施行を目指すという事です。



健康

夏のむくみの原因と おすすめのストレッチ・マッサージ

夏のむくみの原因

むくみは、細胞と細胞の隙間に水分（間質液）が溜まってしまった現象です。冷えて血流が悪くなると体内の水分代謝が滞り、むくみやすくなります。夏は冷房等による冷えが起こりやすいため、エアコンの温度設定と風向きには注意が必要です。

むくみの解消におすすめのストレッチ・マッサージ

●ストレッチ

- 1 顔・手等の上半身のむくみにおすすめ
顔・手等の上半身のむくみにおすすめ
- 2 肩幅程度に足を広げ、立つ
両腕を伸ばした状態で上げる（指先を天井に向ける）
- 3 かかとを床に付けた状態で、指先を天井に付けるイメージで、肩・背中が気持ち良いと感じる程度まで伸びをし、5秒キープする
肘を外側に曲げながらゆっくり両腕を降ろし、左右の肩甲骨を背骨に近付け、5秒キープする
- 4 両肩から両腕を脱力し、両腕を体側に下ろす
同じ動作を5回から10回程度繰り返し返す
- 5
- 6



●マッサージ

- 1 太ももの内側を、膝から太ももの付け根に向かい、手で上げるようにマッサージする（前側・後側の順に、それぞれ10回程度行う）
- 2 膝から下前側を、足首から膝に向かい、手で上げるようにマッサージする（両手で内側・外側を包み込むように、10回程度行う）
- 3 ふくらはぎを、足首から膝裏に向かい、手で上げるようにマッサージする（両手で内側・外側を包み込むように、10回程度行う）
- 4 ふくらはぎ内側から太もも内側までを、足首から太ももの付け根に向かい、手で上げるようにマッサージする（前側・後側の順に、それぞれ10回程度行う）

地域

紙面限定記事