

令和 8 年 3 月 2 日
経済産業省電力・ガス取引監視等委員会
消費者庁
独立行政法人国民生活センター

電気・ガスの契約トラブルなどに気をつけましょう (令和 8 年 3 月版)

4 月からの新生活に向けて、電気やガスの新規契約・切替えを検討される方が多くなります。電力会社のホームページを見る際に気を付けるべきポイントをお知らせします。

<今回のポイント>

- ✓ 料金シミュレーションを使用する際には、試算条件をよく確認！
- ✓ 新規契約・切替えの際には、電気料金やその他契約条件をよく確認！

契約の検討時に気を付けるポイント

- ・ 料金シミュレーションの内容はよく確認してください！

先般、ホームページでの電気料金シミュレーションや料金説明について、不適切な表示をしている小売電気事業者を確認し、その旨を注意喚起いたしました。

<https://www.egc.meti.go.jp/info/public/pdf/20260218001.pdf>

燃料費調整額(※1)を含まない比較によって自社の料金が有利に見えるように表示していたり、スポット市場の価格を参照して料金単価を変動させる「市場連動型プラン」(※2)に関する説明が不十分であるため、消費者の皆様の誤解を招き、電気代が想定しない形で高くなってしまっておそれがあります。

(※1) 火力発電の燃料価格の変動分を電気料金に反映する仕組みを燃料費調整制度といい、燃料費調整額は毎月変動します。燃料費調整額の算出は各社ごとに設定している場合があります。電気料金の仕組みについては資源エネルギー庁のホームページをご確認ください。

https://www.enecho.meti.go.jp/category/electricity_and_gas/electric/fee/structure/index.html

(※2) 夏季や冬季など電力需要が高まる際は、スポット市場での電力取引価格が高騰する可能性があり、電気代が高騰するおそれがあります。また、市場連動型プランと言ってもその内容は事業者ごとに異なり、スポット市場での30分ごとの電力取引価格に連動させるプランの場合、天候・時間帯によって電気代が大きく変わる可能性があります。

・ 電気契約を検討する際の確認ポイント！

引っ越しなどにより、電気・ガスの契約を検討されることもあるかと思います。以下の3点をご確認いただくとトラブルを未然に防げる可能性が高まります。

①電気料金の内訳をチェックしましょう。

電気代は、基本料金や従量料金（電力の使用量に応じて決まる料金）の他に、プラン等によって請求される項目があります。契約をしようとしているプランと現在のプランの料金を比較してみましょう。

②料金シミュレーション結果を見る際は試算条件を確認しましょう。

先般の注意喚起でご案内のとおり、燃料費調整額の計算方法が比較対象の電力会社と異なっている場合や、どの会社のプランと比較しているか記載されていない場合があります。不明な点があれば事業者にお問い合わせ、疑問点を解消の上契約するようにしてください。

③電気料金以外の契約内容・条件も確認しましょう。

契約する事業者や料金プランによっては、解約時に違約金が発生したり、有料のオプションを付帯される場合があります。契約・切替えをする場合には、契約内容や条件等をしっかり確認し、納得した上で契約をしてください。

本件に関連するQ&A

Q：他の電力会社やガス会社に契約を切り替えたい時はどうすればよいですか。

A：新しく契約を希望される電力会社やガス会社に、電話やインターネットなどで申込みをすることで、契約を切り替えることは可能です。その際、契約中の電力会社やガス会社に、解約の連絡をすることは必須ではありません。なお、以下の①～③の情報をあらかじめご準備いただくと、円滑な手続が可能となる場合が多いと考えられます。

①氏名・住所 ②お客様番号

③供給地点特定番号（電気は22桁、ガスは17桁の番号）

消費者向けQ&A

その他にも、電気・ガスの契約等に関連したQ&Aを電力・ガス取引監視等委員会のHP上に公開しております。あわせて、下記も御参照ください。

<https://www.egc.meti.go.jp/info/faq/index.html>

お問い合わせ先

困ったときは、一人で悩まずに、「消費者ホットライン」(局番なし188(いやや!))に御相談ください。地方公共団体が設置している身近な消費生活センターや消費生活相談窓口を御案内します。

電気・ガスの契約に関する制度などについては、電力・ガス取引監視等委員会の相談窓口（03-3501-5725）にお問い合わせください。また、お気軽にお問い合わせいただけるよう、チャットボットを設置しております。

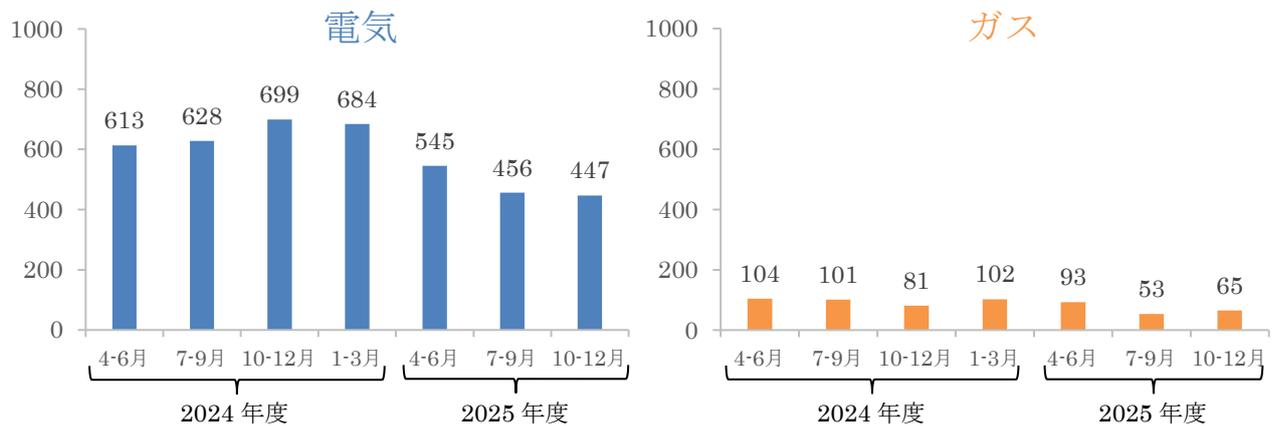
<https://www.egc.meti.go.jp/general/consult.html> (左記ページ右下)

電力・ガス取引監視等委員会のホームページでは、消費者の皆様に対してトラブル防止のための情報発信をしております。詳細は下記をご覧ください。

<https://www.egc.meti.go.jp/info/liberalization/index.html>

【参考】電気・ガスの契約トラブルなどに関する相談件数の推移

図：相談件数の推移（四半期別）



(出典) 経済産業省電力・ガス取引監視等委員会