

美幌消費者協会  
事務所  
美幌町東 3 条北 2 丁目  
しゃきっとプラザ 2F  
電話 72-0366  
FAX 72-0366

# すずらん

第 3 号 令和 5 年 9 月 11 日 発行

美幌町消費生活センター  
電話/FAX 72-0366  
・相談日 毎週(月～金)  
・受付時間 10:00～16:00  
・相談日以外でお急ぎの方は  
役場商工観光グループへ  
電話 77-6548(直通)

## 研修報告

令和 5 年度オホーツク管内地域消費者問題懇談会 in 雄武に参加して

8 月 8 日(火)13:30～15:00  
於：道の駅おうむ(雄武町)



講師左から 栗山義隆氏 菊地雄介氏 開米浩氏

雄武町で開催の標記懇談会に、町の多目的バスの利用と担当主事の同行を得て、総勢 17 名で参加しました。雄武町長の歓迎を賜り、その後のセミナーでは「牧草の力自然のおいしさ」とのテーマで 3 人の講師の方からお話しを伺い、「グラス(牧草)フェッド(食物)」「カラービーフ」など初めての言葉に出会いました。

牛は少頭数ですが、大自然の中でゆったりと放牧飼育し、ストレスなく育った様々な品種の牛がいることからカラービーフと呼ばれ、その肉は市販されている他の肉よりも赤身が多く低脂肪な肉質に育ち、さっぱりとした後味で沢山食べても胃がもたれにくいそうです。お話しを伺ったあとご馳走になったグラスフェッドビーフサンドイッチ。なるほどそうか～と思うしっかりとした肉の美味しさは、淡泊で味わい深いものでした。また、雄武町協会の皆さんには、お忙しい中、エコバックに「いくらすじこボールペン」「カフェうしりの焼き菓子詰め合わせ」など入ったおみやげまで用意して頂き、申し訳ないと思いながらもうれしく頂戴しました。ありがとうございます。

私たちの心身の健康を考えて、自然環境に負荷を掛けず「牛」を育てておられる講師の方々の方々のひたむきな努力や、周りでサポートする人の優しさを感じ取ることができ、とても温かい貴重な時間を過ごすことができました。(白石)



講師の皆さんと一緒に

## 第 1 回牛乳料理教室

7 月 29 日(土)10:00~12:30  
於：しゃきっとプラザ3F 調理室

# 楽しく 美味しく クッキング!

ホクレン農業協同組合連合会の支援を受けて「牛乳・乳製品料理講習会」を開きました。美幌町ヘルスリーダーの会の遠山トモ子さんを講師に「折りたたみおにぎり」「アサリと野菜のクリームスープ」「新鮮野菜に粉チーズとヨーグルトのソースかけ」「鮭と根菜のグラタン」「寒天ショコラ」の 5 品目を調理。参加された皆さんはベテラン主婦ですが、折りたたみおにぎりは初めての調理で、一つ目は少々不安な様子で、二つ目は楽しんで作っていました。



↑丁寧に指導される 講師の遠山さん

調理後のアンケートには、

「難しかったけど楽しみながらできました」「どんな具材でも合いそう」「ご飯とおかずが一緒に食べられる」「見た目も良く味も楽しめました」と、好評でした。「鮭と根菜のグラタン」も、自宅で



作りたい人気メニューで、今夏のような猛暑続きにはスタミナ料理としてピッタリでした。次回の牛乳料理教室は 11 月 18 日(土)に予定しています。皆様の参加をお待ちしています。(畑)



↑出来上がった料理を黙食で試食

### 実施します

(一財)日本消費者協会主催  
第 20 回 消費者力検定団体受験

消費生活に対する自分の現状のチェックと、更なる消費者力アップを 目指して、消費者力検定にチャレンジしてみませんか。

日時 令和 5 年 11 月 12 日(日) 受付 9:00~  
会場 しゃきっとプラザ2F 会議室  
試験  
・基礎コース 10:00~10:40  
・応用コース 11:00~12:10  
受験料  
・基礎コース 1,500 円  
・応用コース 2,500 円

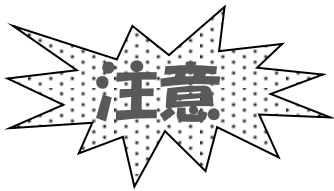
\*受験を希望される方は、10月10日(火)迄に申込みください。詳細については申込みの際にお伝えします。

申込み先 美幌消費者協会 ☎72-0366

北海道酪農応援!「スキムミルク」キャンペーン



農林水産省北海道農政事務所



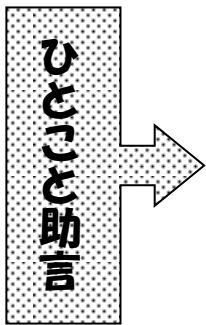
# いつの間にか高額に・・・ 占いサイトに気を付けて!

相談室



スマホのゲーム中に「宝くじに当選するよう導いていく」という広告が出て、アクセスすると占いサイトだった。老後の生活が心配で、かぞくのことも考え、宝くじに当たるならと思った。サイトから来るメールに言葉や数字の羅列が書いてあり、それを一文字ずつ送り返すと運気が上がるという。送信1回につき 1,500 円掛かるが、指示通りに、1文字ずつ何回も送った。足の具合が悪くて友人に会えない寂しさもあり、楽しかった。「もう少しで当たる」や「運気が上がる」という言葉を信じ、コンビニ決済やクレジットカードなどで、約400万円支払ってしまいました。

(70 歳代)



○占いサイトの中には、占い師や鑑定士を名乗る者から「もう少しで宝くじの当選番号を教える」などと言われてやりとりの期間を引き伸ばされたり、「最後まで鑑定を受けないと不幸になる」などと言葉巧みに引き止められたりして、いつの間にか高額な費用となるケースがみられます。相手の言葉をうのみにせず、冷静になりましょう。

○やりとりの内容は、トラブルになったときのための証拠になります。占いサイトを退会すると、今までのメッセージのやりとりを確認出来なくなる可能性がありますので、スクリーンショット等で残しておきましょう。

○困ったときは、美幌町消費生活センター等にご相談ください（消費者ホットライン188）



**一人で悩まず、まずは相談**  
大切なのは、すぐに相談することです  
困ったときは、一人で抱え込まないで「消費者ホットライン「いやや」(局番なしの188)」までお電話を『泣き寝入りは超いやや(188)！』で覚えてね

消費者庁 消費者ホットライン188イメージキャラクター「イヤヤン」

【美幌町消費生活センター ☎ 72-0366】

## 協会の動き

### 7月

- 5(水) 3 役会 / 相談会議
- 6(木) 7 月分燃料価格聞き取り調査
- 10(月) 第 4 回理事会 13:30~
- 20(木) 町内価格動向調査まとめ  
// 出前講座 元町老人クラブ
- 24(月) 初心者スマホ教室(まち育出前講座)
- 24~8/4(金) リーダー養成講座
- 29(土) 第 1 回牛乳料理教室
- 31(月) 新聞スクラップ 7月のまとめ

### 8月

- 2(水) 3 役会 / 相談会議
- 3(木) 8 月分燃料価格聞き取り調査
- 4(金) 第 5 回理事会 13:30~
- 8(火) 管内消費者問題懇談会 in 雄武
- 21(月)~9/1(金) リーダー養成講座
- 22(火) 町内価格動向調査まとめ
- 30(水) 総務省・デジタル活用支援推進事業  
「スマホ教室」10:00~15:00
- 31(木) 新聞スクラップ 8月のまとめ

### 9月

- 7(木) 3 役会 / 相談会議
- 8(金) 総務省・デジタル活用支援推進事業  
「スマホ教室」10:00~15:00
- 11(月) 第 6 回理事会 13:30~

## 美幌町内価格動向調査

町内価格動向調査 32 品目の中(大型 3 店舗の価格:内訳)の 15 品目について、7 月・8 月の平均価格をお知らせします。なお、詳しい内訳は美幌町のホームページ「美幌町消費生活センター」で検索するとご覧になれます。

【大型 3 店舗の平均価格(100g あたり)(円)】

品名	7月	8月
白菜(4分の1)	29.7	36.6
キャベツ 1 個	17.8	15.8
大根 1 本	17.4	15.9
キュウリ	51.5	70.4
トマト	80.8	72.1
ほうれん草	111.1	141.4
サケ切り身(紅鮭除く)	-	-
開きほっけ	149.4	122.0
まぐろ(赤身刺身用)	284.2	451.0
鶏肉(ブロイラーもも)	141.5	148.9
豚肉(ローススライス)	253.2	253.0

平均価格 (円)

牛乳 1 ㍓	252	281
鶏卵 M・L	311	307
ティッシュ (5 個組)	558	558
サラダ油	463	434

## 燃料価格調査報告 令和 5 年 8 月分 (美幌消費者協会調べ)

(セルフ店は別) (税込み価格)

	灯油(1 ㍓)	LP ガス 5 ㎡	LP ガス 10 ㎡	ガリン (1 ㍓)
高 値	128.0	7,343	12,320	179
底 値	115.0	6,100	10,637	169
平 均	119.9	6,803.7	11,314	177.3
調査店舗	11	7	7	6

前年同月 (令和 4 年 8 月)

	灯油(1 ㍓)	LP ガス 5 ㎡	LP ガス 10 ㎡	ガリン (1 ㍓)
高 値	128.0	7,453	12,265	166
底 値	119.0	6,100	10,637	162
平 均	125.9	6,788	11,283	165.3
調査店舗	11	7	7	6



## 食品ロスを減らしましょう!

### あとがき

▶8 月の北のくらしに「ゆでガエル」のたとえ話が掲載されていました。『カエルを水に入れて少しずつ温度を上げると、気づかずにゆであがってしまう。これは、ゆるやかな環境の変化を見逃さないようにという教訓でしょう』とありました。近年は特に世界各地で山火事、集中豪雨、干ばつ等の発生が相継ぎ、更に今夏の猛暑続き…地球環境が大きく変化していることを実感します。(お)