

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年度才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)



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、大自然の中でゅ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(左から)栗山義隆氏 菊地雄介氏 開米浩氏

↑講師の皆さんと一緒に

## 第1回牛乳料理教室

# 楽しく 美味しく クッキング!

7月29日(土)10:00~12:30  
於:しゃきっとプラザ3F調理室

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。

参加された皆さんに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。

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。(畠)



↑丁寧に指導される 講師の遠山さん



↑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

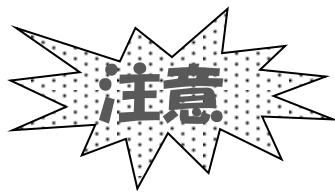
北海道酪農応援!「スキミルク」キャンペーン

そのリュック、  
重くないですか?



防災リュックに

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!

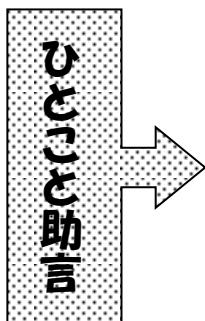
相談室



©Kuroasaki Gen

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回に付き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った。

(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）



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」

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**

【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~

## 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㍑)	LPガス5m <sup>3</sup>	LPガス10m <sup>3</sup>	カリリン(1㍑)
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㍑)	LPガス5m <sup>3</sup>	LPガス10m <sup>3</sup>	カリリン(1㍑)
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

## 美幌町内価格動向調査

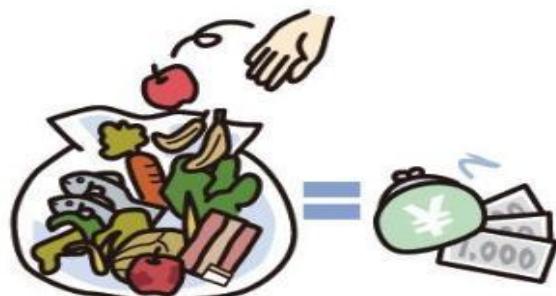
町内価格動向調査 32品目の中(大型3店舗の価格:内訳)の15品目について、7月・8月の平均価格をお知らせします。なお、詳しい内訳は美幌町のホームページ「美幌町消費生活センター」で検索するとご覧になれます。

### 【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(プロイラーもも)	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㍑	252	281
鶏卵M・L	311	307
ティッシュ(5個組)	558	558
サラダ油	463	434



**食品ロスを減らしましょう!**

### あとがき

▶8月の北の暮らしに「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)