

美幌消費者協会

事務所

美幌町東3条北2丁目

しゃきとプラザ2F

電話 72-0366

FAX 72-0366

すずらん

第3号 令和7年10月3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)

令和7年度ホクレン牛乳・乳製品消費拡大事業 料理講習会

第1回 牛乳料理教室開催

7月12日(土) 於：しゃきとプラザ3F 調理室

ホクレンの牛乳・乳製品消費拡大事業の支援を受けて開催した料理講習会に17名の方が参加されました。ミルクたっぷりで栄養バランスの摂れた5品の作り方を、講師の美幌町ヘルスリーダーの会 遠山トモ子さんの指導で学びました。どれも手軽に美味しく調理できるメニューで、参加された皆さんに喜んでいただきました。2回目は11月22日に予定していますので、お友達をお誘いして御参加下さい。お待ちしております。

試食後の皆さんの感想をご紹介します！

- ★牛乳は苦手でしたが、レモンラッシーのように作ると、抵抗なく美味しく飲むことができました。私のように牛乳苦手な人にもOKなメニューをたくさん取り入れて欲しいと思いました。
- ★ミルクおこわは、鶏肉、人参を入れ炊きあがってから、コーン、枝豆と混ぜ合わせましたが、混ぜ合わせるたびに彩りがきれに変化して、見て楽しめる工程が更に美味しさを引き出すようでとても良かったです。
- ★チャウダーは、椎茸やシメジなどキノコが沢山入っていて、アサリの缶詰を汁ごと使うことで調味料いらず。だしが良く出てとても美味しかった。ちょいたしのスキムミルクのコクが良い味を出していました。
- ★ヨーグルトはあまり好きじゃないけど、こんなふうにドレッシングとして使うと美味しくて、これならいけると思いました。ズッキーニをスライスして生で食べるのも美味しいことに気づきました。酢だことの相性も良くて美味しかった。ズッキーニはこれから沢山とれるので楽しみです。

(畑)



メニュー

- (1) ミルクおこわ
- (2) スッキーニとたことトマトのヨーグルトマリネ
- (3) きのことアサリのチャウダー
- (4) オートミールピザ
- (5) レモンラッシー

第31回 消費生活展開催のお知らせ

と き 11月8日(土)～9日(日) 10:00～15:00

ところ しゃきとプラザ2F 会議室

内 容 ★消費生活パネル展示 ★4Rで暮らしを変えよう ★バザー
★手作り作品展(リサイクル&リメイク作品(一部販売))

特別企画

まち育出前講座「簡単スマホ教室」8日(土) 13:00～14:30

於：しゃきとプラザ2F 町民活動室

*先着15名 申込み先 美幌消費者協会 ☎72-0366

テーマ

「やさしさのリサイクル
～お福分け～パート3」



消費者協会と消費生活センターとしての一年間の活動を、会員の皆様、町民の皆様にご理解頂けるよう心を込めて準備しております。皆様お誘いあわせてご来場ください。

第62回北海道消費者大会 メインテーマ「次代へつなぐ消費者運動～未来へバトン～」

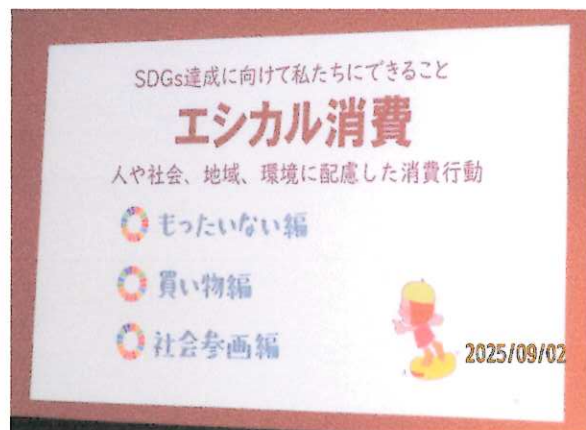
北海道消費者大会に参加して

9月2日、かでの2・7(札幌市)で開催された北海道消費者大会に7名で参加しました。

午前、消費者教育支援センター理事・主席主任研究員の柿野成美氏の基調講演があり、その中でエシカル教育について問いかけられ「エシカル消費を理解して行動できる消費者を育てていくことが必要」と結ばれました。私自身、社会や地域の環境に配慮した商品やサービスを選ぶ消費行動をしてきたかなと考える節もあり更に勉強の必要性を感じました。

午後からのパネルディスカッションには、5名のパネリストが登壇。その中の一人、北大未来開発倶楽部 部長の吉野真由氏は、自分たち学生が食品ロスを経済にできないかと考え、イベント等で大量に出るプラ皿・紙皿を「食べられる皿」にすれば脱酸素も可能。色々なことを考えながら開発していますとの活動発表があり、すごいひらめきだと感心して聞いていました。

また、室蘭消費者協会では全員が高齢化するなか、「スマホ教室」の講師を地元大学生にお願いしたことでスマホ知識の取得だけでなく、高齢者と若い世代との価値ある交流の場にもなったそうです。



消費者問題に関わる自分たちの思いが繋がっていくことが大事。地域でのつながりは、若い世代ともつながって行くことになり、お互いに考えながら行動できる。たとえフルタイムで働いていても大丈夫。消費者協会に関わっていれば何かできることがある。未来の子どもたちに安心・安全な環境を渡すには今の私たちの行動が大事という思いを強くし、励みにもなりました。気軽に声掛けし仲間を増やしたい気持ちになりました。

(大谷典子)

第2回 牛乳料理教室のお知らせ

と き 11月22日(土) 10:00～13:00
受付 9:30～

ところ しゃきっとプラザ3F 調理室

講 師 美幌町ヘルスリーダーの会 遠山トモ子さん

参加費 無料

持ち物 マスク・エプロン・三角巾・持ち帰り用容器(小)

☆先着 20名 参加申し込み…美幌消費者協会まで

Tel/Fax 72-0366 (留守電可)



注意

配線器具 その使い方、 間違っていないですか？ 正しく使って安全に

- ✓配線器具（延長コード、テーブルタップなど）が定める定格消費電力を超えて使っていませんか？
- ✓一つのテーブルタップで炊飯器やオーブンレンジ等消費電力の大きな複数の電気製品を同時に使用するなどしていませんか？
- ✓電源コードをねじ曲げたり、踏みつけたりしていませんか？
- ✓テーブルタップに電源プラグはしっかり差し込まれていますか？
- ✓異臭がする、変色しているところはありませんか？
- ✓配線器具には寿命がある事を知っていますか。



ひとこと助言

- 配線器具には使用可能な消費電力（定格消費電力）が定められており、それを超えて使用すると火災につながる恐れがあります。表示されている定格消費電力を超えないように注意しましょう。
- 炊飯器など消費電力の大きな電気製品の中には、延長コードなどの使用を禁止している製品もあります。接続する電気製品の取扱説明書を必ず確認しましょう。
- 電源コードをねじ曲げる、踏みつけるなど、外部から大きな力が加わる使い方をすると、電源コードが損傷して異常発熱や発火の原因になります。
- 電源プラグを長期間差し込んだままにすると、コンセントとの隙間にホコリや水分が付着して発火する恐れがあります。定期的に掃除しましょう。
- 延長コードやテーブルタップなどの配線器具には寿命があります。異臭や変色がないか定期的に確認し、古くなったら交換をするようにしましょう。



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

協会の動き

8月

- 5(火) 8月分燃料価格聞き取り調査
- 8(金) 3役会 / 相談会議
- 12(火) 第5回理事会 13:30~
- 21(木) 8月分町内価格動向調査まとめ
- 23(土) 第35回ふれあい広場(町民会館)
- 26(火) オホーツク管内消費者問題懇談会 網走市
(金印わさび工場見学)

9月

- 1(月)~2(火) 第62回北海道消費者大会 札幌市
- 4(木) 三役会 / 相談会議
〃 9月分燃料価格聞き取り調査
- 8(月) 第6回理事会 13:30~
- 14(日) みどりの村ふれあいまつり協力参加(荒天で中止)
- 16(火) ボランティア連絡協議会役員会
- 20(土) ボランティア連絡協議会主催
『輪のつどい・笑いヨガ』
- 21(日) 認知症セミナーきたみ『オレンジ ランプ』上映会
- 25(木) 9月分町内価格動向調査まとめ
- 26(金) 斜網地区廃棄物中間処理施設に係る先進地視察
(帯広市)

会員募集中です!

あなたのお友達をお誘いしてくだされませんか。
一緒に活動しましょう!

燃料価格調査報告

令和7年9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	139.0	7,810	12,980	178
底 値	126.0	6,100	10,637	175
平 均	132.1	7,041.1	11,792	174.7
調査店舗	11	6	6	6

前年同月(令和6年9月)

	灯油(1 ㍓)	LPガス5 ㎡	LPガス10 ㎡	ガリン(1 ㍓)
高 値	132.0	7,343	12,320	174
底 値	120.0	6,490	10,637	168
平 均	125.9	6,803.7	11,314	172.3
調査店舗	11	6	6	6

美幌町内価格動向調査

町内価格動向調査 32 品目中(大型3店舗の価格:内訳)の15品目について、8・9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	8月	9月
白 菜	43.2	35.2
キャベツ	19.8	21.2
大根	18.4	21.9
きゅうり	92.3	82.9
トマト	63.8	89.9
ほうれん草	216.6	210.1
たまねぎ	45.6	34.5
開きほっけ	177.0	235.2
まぐろ(赤身刺身用)	378.9	4003.3
豚肉(ローススライス)	282.5	310.4
鶏肉(ブロイラーもも)	138.5	181.1

平均価格(円)

鶏卵 M・L	290	286
うるち米(5kg)	4,266	4,266
サラダ油(1 ㍓)	449	444
ティッシュ(5個組)	583	583



あとがき

▶SDGs(持続可能な開発目標)が国連総会で採択されてから今年の9月で10年。達成期限の2030年まで残り5年…の記事。

▶「消費生活展」や「すずらん」でも取り上げてきましたが、目標テーマが広く難しい課題ばかりです。▶消費者として取り組むべきは「つかう責任」でしょう。30年後、50年後の次世代に平和で安全・安心な地球を残してあげたいものですね。(お)