

消費者 さっぽろ

編集発行



公益社団法人

札幌消費者協会

TEL: 011-728-8300 FAX: 011-728-8301
〒060-0808 札幌市北区北8条西3丁目札幌エルプラザ2F
<https://www.sapporo-shohisha.or.jp/>



12/10 あそびバ! エコプラザ
ごみの分別体験
環境研究会 於:札幌エルプラザ1階



12/6 地区活動部講座 おうち女子会 part9
おうちご飯で海外旅行気分〜!
於:厚別区民センター

新年おめでとうございます

会長 高田 安春



本年は「兎」年、上向きに跳ね
縁起の良い年とされているよう
です。

昨年、イスラエルの企業が水
を「水素」と「酸素」に電気分解する際の革新的
技術開発を進め、水素が約1/10のコストで製
造できる可能性があり、将来のエネルギー源と
して、国連の会議「COP27」で注目を浴びた
との報道がありました。

二酸化炭素排出量の増加により、世界中が揺れ
ている中、一方ではこのような研究も進んでおり
SDGsの観点からも大いに期待が高まります。

今年こそコロナが収束し、皆様が健康で幸せな
一年となりますよう、心より祈念しご挨拶といたし
ます。



11/21 牛乳・乳製品セミナー
ドイツ流乳製品の楽しみ方
共催:よつ葉乳業 株式会社 於:札幌エルプラザ



11/10 地区活動部講座
魚料理講習会 於:西区民センター
共催:札幌市中央卸売市場水産協議会



10/28 地産地消応援講座
道産砂糖の新たな試み
〜砂糖のスキングア効果について〜
於:札幌エルプラザ



11/30 Men's倶楽部社会時事研究
NHK新放送会館見学会
於:NHK札幌放送会館

再エネは本当にエコ？ 省エネ・節電すぐできること

ロシアによるウクライナ侵攻の影響で、輸入エネルギーへの依存を下げ、国内のエネルギー生産を高める、いわゆる「エネルギー安全保障」の重要性が世界各国で再認識されている。同時に脱炭素を進めるため、太陽光発電を含めた再生可能エネルギーへの投資を拡大し、クリーンなエネルギーでの自立が求められている。

経済産業省 資源エネルギー庁の発表('22年11月)

日本の最終エネルギー消費は前年度比2.0%増。うち石炭は同12.1%増、都市ガスは同4.5%増、電力は同2.0%増、石油は同0.4%減であった。総発電電力量は前年比3.2%増加。電源構成は火力が72.9%、再生可能エネルギーが初めて20%を超え20.3%、原子力が6.9%となった。

再生可能エネルギー(再エネ)

日本の再エネは20%を超えたものの、40%を超える欧州主要国、30%近い中国に比べるとまだ低い水準。再エネの内訳は増加した太陽光の8.3%、風力0.9%、水力は微減の7.5%。しかし、これからの脱炭素対策を担いつつある太陽光パネルの世界シェアは中国が8割を超えている(IEA)。中国はパネルの生産はもちろん、日本を含む世界中のメガソーラーの設置、発電、電力の販売も拡大している。

IEAは'22年7月、特別報告書「太陽光発電のグローバルサプライチェーン」を発表。「中国は太陽光パネルの主要要素(多結晶シリコン、パネル等)の世界生産の8割超を占めている。多結晶シリコンについては、中国・新疆ウイグル自治区が世界全体の4割を生産している。生産の地理的な集中は、各国が対応すべき今後の課題だ。クリーンエネルギーへの急激な移行は、需要を増加させ、サプライチェーンにさらなる負荷をかけることになる」と、太陽光関連の生産機能の分散化を求めた。

このまま消費者がライフスタイルの見直し、行動の変容がないのであれば、脱炭素社会のために向

けて、様々な課題のある再エネによる発電量を増加させていく必要がある。

家庭やメガソーラーの太陽光パネル設置



パネルを設置した家庭は、電気料金が減るが、その減少分はパネルを導入しない、あるいは(アパート、賃貸住宅などに居住するため)できない家庭までが負担することになる。所得が高い世帯の負担が

減り、低い世帯の負担が増えるので、格差を拡大させるとも言える。家庭の太陽光パネルやメガソーラー設置のための補助金やFIT金の原資は多くの国民の税金や再エネ賦課金である。設置予定のない多くの国民にとっては不公平感が生じるかもしれない。

家庭での省エネ・節電

消費者が今すぐできることは無駄なエネルギーを削減し家計の節約をすること。

- ・アンペアの変更をすることで料金を毎月削減できる。世帯人数が少なくなった家庭は、契約会社に相談してみても、ほくでんのHPでアンペアチェックができる。
- ・冷蔵庫は1年中使うもの。開閉の回数は減らし、素早く。庫内設定を強→中、中→弱へ。
- ・照明のつけっぱなしはもったいない。古くなった蛍光灯は長寿命で省エネのLEDへ交換。
- ・TVや洗濯機など、省エネモードがあるものは利用する。TVの見ない時などのOFF機能を利用する。
- ・しっかり重ね着し、靴下や膝掛けを利用すると体感温度が上がり、暖房の設定温度を1~2℃下げることができる。(奥谷)

(公社)札幌消費者協会賛助会員



お家の塗り替えは
安心信頼の札幌塗装工業協同組合

札幌塗装工業協同組合
TEL:011-822-4116

〒003-0005 札幌市白石区東札幌5条1丁目 札幌の塗装協賛センター
業務代行依頼や工事の安心基準はホームページで公開中！
札幌塗装工業協同組合
www.sapporo-painting.com
FAX:011-822-4117(受付/9:00-17:00 月-金曜日)



2023年度に約98%のコメ農家が廃業の危機に！

2023年度に5ヘクタール以下で経営しているコメ農家が赤字になる。これは日本農業新聞が農中総研試算数値を取り上げたものであるが、不都合なことにコメ農家の98%が5ヘクタール以下なのである。つまり**2023年に日本のコメ農家の約98%は廃業に追い込まれる可能性がある**と言うことだ。

これに対する政府が所得補償をしない限り、日本の食糧安全保障は終わる可能性がある

最近のガソリンや軽油の値上がりと米栽培に必要な肥料の値上がりが昨年の農家の収益を圧迫した結果、今年米を作るための肥料や苗床、耕運機などの機材、燃料の調達が難しくなり、廃業が相次ぐのではないかと。

最も深刻なのは肥料不足だ。肥料が入手出来なければ生きるための食料そのものが消えてしまうわけだ。農業にとって肥料は生命線であり、肥料がなければ農家は成り立たない。肥料の主な要素には窒素、リン、カリウムの3つがある。全国農業協同組合連合会によると、窒素を豊富に含む肥料である尿素的の国際相場は過去2年で4倍に上昇した。リンを多く含むリン酸アンモニウムは同じ時期に3倍になり、カリウムを含む塩化カリは2~3倍になった。

【表】米価下落、肥料価格高騰による水田作経営(個人経営体)の農業所得の変化(推計)(規模別)

推計 (万円)

	2020年	2021年	2022年	2023年
平均	12.6	▲5.5	▲9.1	▲26.6
0.5ha未満	▲35.7	▲38.5	▲39.3	▲43.2
0.5-1.0	▲21.0	▲27.0	▲28.4	▲34.8
1.0-3.0	▲4.6	▲23.2	▲26.8	▲41.4
3.0-5.0	53.7	14.8	8	▲23.1
5.0-10.0	159.7	86.4	73.3	13.5
10.0-15.0	385.7	268.5	246	142.6
15.0-20.0	666.9	509	481	352.2
20.0-30.0	876.8	681.3	641.2	456.7
30.0-50.0	1226.5	970.6	908.9	625.2
50.0ha以上	1881.1	1442.9	1347.4	908.0

資料 農水省「営農実態別経営統計」「米穀の取引に関する報告」

中国は尿素やリン酸アンモニウムの世界最大の輸出国であるが、中国税関総署が令和4年10月15日、化学肥料を輸出する際に行う品質検査をこの日から強化すると発表。それ以降化学肥料の輸出はほぼストップした。日本は化学肥料のほぼすべてを輸入に頼っており、とくにリン酸アンモニウムの9割近く、尿素的の4割弱を中国から輸入している。

中家徹JA全国農業協同組合中央会会長は「お金があれば食料が買える時代は終わりつつあるのではないかと指摘。輸入食品などは値上げが続いている一方、国産農産物価格は米価下落など厳しい。再生産が可能となる価格形成ができなければ農業経営の持続性は失われ、食料の安定供給はもはや確保できない。

廃業に追い込まれているのはコメ農家だけではない。飼料や燃料などの資材高騰で畜産農家がかつてない危機に直面しているにもかかわらず政府が機能していないとして、「農民運動全国連合会」(農民連)と「国民の食糧と健康を守る運動全国連絡会」(全国食健連)は令和4年11月30日、東京・霞が関の農林水産省前で、生産者とともに畜産農家が経営を継続できる緊急対策の実施を訴えとともに緊急要望書を同省に提出した。

必要なのは食料政策の全体構想だ。政府はいま農政の基本方針を定めた基本法の見直しを進めているが、長期的な視点で新たな食料政策を構築すべきだ。政府は金が無いからとやるべき喫緊の対策を打たなければ、取り返しがつかない結果を招くことになる。積極財政に転換し必要な対策は即刻対応すべきだ。(本間)



国民の生活・生命・平和を守る

国民生活産業・消費者団体連合会

生団連は「国民の生活・生命を守る」ことを使命とし、産業界と消費者団体、NPOが一体となった団体です。〈国家財政の見える化〉、〈生活者としての外国人の受け入れ〉、〈エネルギー・原発問題〉、〈生団連災害支援スキームの構築〉など、「生活者視点」に立ち、様々な国民的課題に取り組んでいます。

生団連

検索

HP <https://www.seidanren.jp>
☎ 03-6833-0493
✉ jimu@seidanren.jp

本年度は「新型コロナウイルス感染拡大防止と医療提供体制の改善」を最重点課題として位置づけ、コロナ禍における国の政策に対し具体的な提言活動を行ってまいります。

電子レンジ「食品や容器・包装に合った加熱を！」

事例1

サツマイモを容器に入れて電子レンジで加熱した。サツマイモがまだ固かったので、再度自動ボタンを押して加熱し、その場を離れた。戻って来たら部屋中が煙だらけになっていた。(70歳代 男性)

事例2

レトルトカレーを食べようと思い、外箱ごと温めたら発火し、外箱が燃えてしまった。いつも電子レンジ対応のレトルトカレーを食べていたので同様にしたが、当該商品の包装は電子レンジ対応ではなかった。(70歳代 男性)



写真提供:東京消防庁広報課

ひとこと助言

食品が少量の場合や、根菜類など水分が少なめの食品では、急速に加熱が進み、煙が出たり発火した

りすることがあります。手動で加熱時間を控えめに設定し、その場を離れず様子を見ながら加熱しましょう。

容器に入れて加熱する際は、電子レンジ対応の容器であるかを確認して使用することが大切です。レトルト食品や冷凍食品は、アルミ包装など電子レンジに対応していない包装の場合もあります。使用の際は「アルミ製の包装は入れられません」、「袋ごと入れないで下さい」、「袋ごと入れて調理できます」など商品ごとに調理方法が異なるので、調理方法の表示をよく読んで電子レンジ対応包装であるかなど、表示を必ず確認しましょう。

食品カスや汚れは、発煙・発火の原因になりますのでこまめに掃除しましょう。

発煙・発火した際は、すぐに動作を停止させ、電源プラグを抜き、扉を開けずに収まるのを待ちましょう。国民生活センター2022年10月発行「見守り新鮮情報」より（千葉）

サステナブルファッション ～消費者としてどう行動するか～

令和4年11月9日、長田華子助教授による講座をズームで受講した。長田氏は茨城大学人文社会学部でアジア経済論の教鞭を執る傍ら2005年より、バングラデシュやインドの縫製産業で働く女性を対象として研究している。

講座では、ファッション業界が持続可能に向けた取り組みのため国連アライアンスを立ち上げ、これらに従事する労働者の作業や報酬などの社会問題、産業廃棄物の削減や水質汚染の改善など環境問題に取り組むはじめたとの報告があった。ファッション業界は、世界第2位の汚染産業と指摘されている。

その主な内容は

- ・毎年、500万人の生存を可能にする多量の水を使用している
- ・全世界の排水の20%をしめている



- ・衣料品と履物製造には、全世界の温室効果ガス排出量の8%をしめている
 - ・毎秒、ゴミ収集車1台分に相当する繊維が埋め立て、焼却されている
 - ・2000年から2014年にかけて衣料品の生産量が倍増している
 - ・Tシャツ1枚に150グラム相当の農薬が使用され、コットン1キログラムの栽培に2万リットル以上の水を使用している
- 合成繊維においても然り、生態系への影響も懸念される。

これらは全て作る側の責任とは言い難い。少なからず購入というかたちで加担しているのだ。私たち消費者は使う側の責任として、トレンドに心揺るがすことなく1枚の服を丁寧に使用することが、サステナブルな社会を担うことになるのではと考え、未来を見据えた意識改革が課題と感じた講座であった。(横山)



代理店を選ぶという考え方

私たちは「損害保険」のプロ集団です。事故や災害で困る方を少しでも救済するために様々な保険の普及活動に日々取り組んでいます。

一般社団法人 北海道損害保険代理業協会 札幌支部

〒064-0807 札幌市中央区南7条西2丁目1番1号5208 TEL: 011-518-1195 FAX: 011-518-1196

北海道代理

で検索

話題あれこれ

免疫力とは病原体(ウイルス・細菌・カビ等)から身体を守り、病気の発症や重症化を防ぐ防御機能のこと。生まれつき備わっている自然免疫と体内に侵入した病原体の特徴を覚えて抗体を作り、次の侵入時には攻撃して退治する獲得免疫がある。予防接種はこの仕組みを応用したもの。

血液細胞の白血球は免疫力を担っているが、免疫細胞が活発に化学反応を起こすには熱が必要。理想の体温は36.5度〜37.2度で、体温が1度上がると免疫力は最大5〜6倍アップし、1度下がると免疫力は30%下がると言われている。コロナ禍でも感染しているのに無症状の不顕性感染が話題になった。高い免疫力を持っていけば、発熱しても免疫力を活性化しなくても対処出来たからだ。

昔から「冷えは万病のもと」という。先ずは身体を温めることから始めよう。40度の湯船に10分、肩まで浸かる全身浴が効果的。サ

免疫力を上げよう ～カラダ温め作戦～

ウナに週2回入ると、熱の刺激で損傷を受けた細胞の修復にヒートショックプロテインが増えて免疫細胞が活性化されると言われている。ただし血圧に問題のある人は注意が必要です。

筋肉も又、体温の40%を生み出す重要な存在。1日30回のスクワットは体温を上げるスピードが速まり、つま先立ちや下半身の筋肉に負荷がかかりインナーマッスルが鍛えられる。

その他、免疫力を上げるには腸内環境を整える・よく笑う・栄養バランスのとれた食事を摂る等も重要。喉が腫れる・便秘・下痢・吹き出物が出る・不規則な生活が続く・疲れが抜けない等の症状があったら、それは免疫力が低下している証拠。



日々、健康管理を忘れずに厳しい冬を乗り切りましょう！

(情報元) 自然免疫応用技研(株) ホームページ「免疫を知ろう」

(射水)

組織課情報

皆さんは札幌市消費者センターが毎月15日に発行する「みまもり通信」を活用されたことはありますか？印象的で親しみのあるイラストと解説文がセットの紙面になっています。



この通信は、消費者センターに寄せられた60歳以上の方の相談から①相談が増加中②過去に類似がないか等を考慮してテーマを選定し、イメージする絵をプロの方に依頼します。解説文は難解な専門用語を使わず分かりやすい文面になるよう工夫しています。

13年前の創刊当時、既に国民生活センターが「見守り新鮮情報」の名称で高齢者や障がいのある方への警戒情報を発信していました。そこで、札幌市では視点を改めて今起きている事例と解決策を見える化した形の地方版として「みまもり通信」を発行する事にしました。

第1号は「健康食品を定期購入すると年金のような配当金」というマルチ商法を取り上げています。当初はイラストの比重が大きかったのですが、近年は複雑化する事例の解説文が長くなる傾向があり「分かりやすさ」を求めて試行錯誤しています。マンネリ化せず、インパクトのある紙面にするにはどうすればよいか頭を悩ませています。

「みまもり通信」は地域包括支援センター、介護予防センター、市民への配信と、当協会では毎月のお便りで、「みまもり通信」「みまもり新鮮情報」を隔月で、教育部情報の形で皆様に送付しております。身近な方の見守りのため「みまもり通信」を役立ててほしいです。

組織課 大森

「みまもり通信」をご活用ください



沼田町特別栽培米生産者の会

ななつほし(精米・玄米) 10kg・5kgほか

代表 田坂 雅明

事務局 山岡 090-2072-3405

「気候変動と私たちの暮らし」 3回シリーズを終えて

連続時事講座チーフ 星野武治

ここ数年、世界的に異常気象は頻発している。我が国においても、「数十年に一度の集中豪雨」や「特別警報」の発令が常態化している。

そんな中、今年度の連続時事講座のテーマは「気候変動」に焦点をあて、その実態と私たちの暮らしへの影響を3回シリーズで探ることとした。

第1回目の気象予報士の菅井貴子氏は、道内においても大雨・暴風・大雪などの異常気象が増加。札幌は10年前の函館の気候になっているのではないかと



紹介。今後、巨大台風や爆弾低気圧が猛威を振るうのではないかと指摘。今後、自然災害から身を守る防災対策の重要性についても触れた。

第2回目の「気候変動で私たちの食生活はどうなる？」では、東海大学山口幹人教授と畑地農場の畑地誉氏は、水産業や農業においても確実に気候

消費者クイズ

問題:セルフメディケーション税制(特定の医薬品購入額の所得控除制度)の対象となる医薬品の説明で正しいのは何番でしょうか?

- ①ドラッグストアなどで市販されている医薬品すべてが対象となる。
- ②ドラッグストアなどで市販されているセルフメディケーション税制の対象となる医薬品には、パッケージ又はレシートに表示されている。



変動の影響はあらわれており、現場において懸命に努力はしているが、温暖化の緩和は急務と強調。

第3回目の「私たちの生活に変革を！家庭のできる取り組みとは」では、北海道消費者協会専務理事の武野伸二氏と北海道地球温暖化防止活動推進員の奥谷直子氏は、温暖化の緩和において家庭部門の対策が急務。冬はもっと重ね着に努めて体感温度を上げる行動を呼びかけた。また、消費電力の多い照明や冷蔵庫・テレビの節電や、食品ロスを減らすため無駄な買物をなくし、料理での有効活用を提案した。

最後に、的確な現状分析と今後の取り組みにあたり有意義な示唆をいただいた各講師に対しあらためてお礼申し上げます。

*** 編集後記 ***

今回より編集に参加させていただくことになりました。みなさまに役立つ情報をお届けしていきますのでよろしくお願いいたします。さて、新しい年に実践したいのは、余った食材で具たくさんのお味噌汁を作り、お漬物を添える「一汁一菜」。発酵食品に加え、具は季節の野菜や肉など何でもOKで栄養も満点。家庭の食品ロスが減って節約にもなり、おまけに毎日の食事作りの心の負担も吹き飛ばしてくれる。ぜひ続けてみたい。(佐藤朋子)

消費者クイズの解答 - ②

解説:申告するには、申告を行う対象となる年に12,000円以上、予防接種や定期健康診断などの受診、などの要件があります。

従来の医療控除と、セルフメディケーションによる所得控除を併用することはできません。

詳しくは、「厚生労働省セルフ

メディケーション」で 検索

(飯田)



札幌市中央卸売市場

青果部運営協議会 <https://seikabu.com>

札幌市民の台所、『札幌市中央卸売市場』から皆様へ安心・安全の野菜・果物、そして美味しい旬の情報をお届けします。

札幌市中央区北12条西20丁目2番2号
札幌みらい中央青果(管理部内)

☎011-641-5440

食卓が豊かになる魔法
それは、牛乳。



毎日の食卓に、セイコーマート。
その1杯を、北海道の大地から。



Seicomart

株式会社 セコマ 〒064-0620 札幌市中央区南9条西5丁目1-50ビル

※写真はイメージです。© Seicomart 北海道牛乳、北海道産牛乳は100%国産です。