

# くらしの広場

[広域版]

徳島市 石井町 神山町 佐那河内村の相談窓口

発行 徳島市消費生活センター

令和6年9月号（奇数月発行）No.265

主な  
内容

1P：今日から実践！食品ロス削減

3P：ご存じですか…見守りあんしんシール

2P：「緊急地震速報」

相談窓口から…SNS型投資詐欺に注意しましょう！

いざそのとき、身を守るために！

4P：くらしの危険…子どものボタン電池の誤飲事故に注意



## 今日から実践！食品ロス削減

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられる食品のことです。2022年度の食品ロス発生量は472万トンで、前年度から51万トン(9.8%)減少しました。内訳は、事業系が43万トン(15.4%)、家庭系が8万トン(3.3%)減少し、発生量全体では、2030年度までに2000年度比で半減させる目標(489万トン)が8年前倒しで達成されました。しかし、家庭系は目標を達成できておらず、新型コロナウイルス感染症の影響を受けている年度であることから、中長期的な推移を注視する必要があります。また環境や社会問題の観点からも、今後もさらなる食品ロス削減に一人ひとりが取り組むことが重要です。

### 家庭でできる食品ロス削減のポイント



Point 1

買物

- 事前に、手持ちの食材と期限表示をチェックする
- メモ書きやスマホで撮影した冷蔵庫の画像を買い物時の参考にする
- まとめ買いを避け、必要な分だけ買って、食べきる
- すぐ使う食品は、商品棚の手前から取る(店で発生する食品ロス防止)

Point 2

保存

- 食品に記載された保存方法に従って最適な場所に保存する
- すぐに食べる予定のない場合は、1回に食べる量で小分けにして冷凍
- ローリングストック法:ふだん食べている食品を少し多めに買い置きして、食べたらその分を買い足す

Point 3

調理

- 食品の特徴を知って無駄なく使う(皮ごと、茎、種)
- 体調や健康、家族の予定にも配慮して食べきれぬ量を作る
- 作りすぎて残った料理は、リメイクレシピなどで工夫する

## 「緊急地震速報」いざそのとき、身を守るために！

今年8月に、日向灘を震源とする地震で南海トラフ地震臨時情報(巨大地震注意)が気象庁から出されました。いつ、どこで起こるか分からない地震や津波。その発生をできるだけ早く伝え、身を守る行動がとれるように、気象庁では、地震による強い揺れが来るときには「緊急地震速報」を、津波による災害の発生が予想されるときには「津波警報」を発表しています。これらの情報を見聞きしたときに、落ち着いて対処できるように実際に体を動かす訓練(シェイクアウト訓練)をしておくことも重要です。

### ～緊急地震速報～ その時どう動く？

地震直後は、まず自分の身を守る

3つの安全行動

- ① 身を低くし
  - ② 頭を守り
  - ③ 揺れが収まるまで待つ
- の3つの安全行動をとる。



家庭で屋内にいるとき

- 料理や暖房などで火を使っている場合、その場で火を消せるときは火の始末をする。
- 火元から離れているときは無理に火を消しに行かない。
- 慌てて外に飛びださない。 ● 扉を開けて避難路を確保する。

人が大勢いる施設(大規模店舗などの集客施設)

- 慌てずに施設の係員や従業員などの指示に従う。従業員などから指示がない場合は、その場で頭を保護し、揺れに備えて安全な姿勢をとる。
- 吊り下がっている照明などの下から退避する。 ● 慌てて出口や階段に殺到しない。

屋外にいるとき

- ブロック塀の倒壊や自動販売機の転倒などに注意し、これらの側から離れる。
- ビルの壁、看板や割れた窓ガラスなどの落下に注意して建物から離れる。

#### 自然災害に関連した消費者トラブルに注意

地震や台風、大雨、洪水などの災害が発生すると、災害に便乗した悪質商法のトラブルが多く発生します。義援金詐欺など、被災地から遠く離れた地域でも被害にあうことがあるため注意が必要です。

ご存じ  
ですか

## 見守りあんしんシール

徳島市では、認知症高齢者等が行方不明になった場合の早期発見や事故防止を目的として、QRコードが印刷された「見守りあんしんシール」を配付しています。

### ■ 配付対象者

市内に居住する在宅の高齢者又は初老期における認知症と診断された人で、外出後、行方が分からなくなるおそれがある人

■ 配付枚数 対象者1人あたり40枚

■ 費用 無料(追加交付は有料)

### ■ 利用までの流れ

健康長寿課に申請書類を提出すると、職員が伝言板サイトに、対象者の情報(ニックネームや身体的特徴、保護(発見)時の注意点)、発見通知先のメールアドレスなどを登録する。交付されたシールは、対象者の衣服や持ち物に貼付する。

### ■ 対象者が行方不明になったら

- ①保護者が伝言板サイトに行方不明情報内容を入力し、投稿する。
- ②発見者がQRコードを読み取ると、保護者あてに読み取り通知メールが届く。また、発見者が伝言板サイトに発見情報を入力・送信することで、保護者と伝言板上でやりとりができる。
- ③保護者が対象者を迎えにいくなどで保護。

### 見守りあんしんシール



【問い合わせ先】徳島市健康長寿課 ☎088-621-5574

相談窓口  
から

## SNS型投資詐欺に 注意しましょう!

**Q** 交流サイト(SNS)を通じて、投資家を名乗る男性から「投資でお金を稼ぐのは簡単です」と言われ、話を信じてしまい、複数回にわたって指定された口座に現金を振り込んでしまった。その後、男性とも連絡が取れなくなり、アプリも開かなくなったが、どうしたらよいか。(60歳代 女性)

**A** 交流サイト(SNS)で投資家や著名人を名乗る者から「投資で簡単にお金を稼ぐことができる」などと言われ、指定された銀行口座にお金を振り込んで、だまし取られるSNS型投資詐欺が多発しています。警察庁が集計した2023年における全国のSNS型投資詐欺の認知件数は2,271件、被害額は約277.9億円となっています。

### トラブルにあわないために

- SNS上で知り合った人から投資を勧誘されたら、まず詐欺の可能性を疑いましょう。
- 投資資金の振込先に個人名義の口座を指定された場合、それは詐欺です。振り込まないでください。
- 被害回復が難しいため、安易に投資資金を振り込むことは控えましょう。
- 不審な電話やメール、SNSでの勧誘があったときは、消費生活センターにご相談ください。

### くらしの豆知識

## SAFE-Lite(セーフ・ライト)

NITEは、製品事故に特化したウェブ検索ツール「SAFE-Lite」のサービスを行っています。使用しているスマートフォンやヘアドライヤー、電子レンジなどに異常を感じた時、一般的な製品名を入力すると、関連する事故情報やリコール情報を検索することができます。



独立行政法人 製品評価技術基盤機構 (NITE)



## くらしの危険 子どものボタン電池の誤飲事故に注意

コイン形リチウム電池やボタン形アルカリ電池を誤飲した場合、電池の放電で作られたアルカリによって、食道や胃などの消化管を損傷(化学やけど)する危険性があり、過去には死亡事故も発生しています。

### 事故防止のチェックポイント

- 子どもの手の届かないところに置く
- 使用機器の状態にも気を配る
- 玩具は「STマーク」付きの商品を選ぶ

### 誤飲事故が発生したら

- 誤飲したところを発見しても急には声をかけない
- 口の中のものは速やかに取り除き、飲み込んだものは無理に吐かせない

### 誤飲事故の発生や疑いがある時

- 直ちに医療機関を受診し、できれば、同じ電池、パッケージ、使用していた機器なども持参する

## 相談のご案内



消費生活センターでは、徳島市、石井町、神山町、佐那河内村にお住まいの方を対象に、商品やサービスの契約トラブル、安全性など、消費生活に関する相談を来所・電話で受け付けています。

### 本人からの相談が原則です

家族や近所の方の相談は、一般的なアドバイスの後、改めて本人からの相談をお願いしています。

### 相談員が相談内容を伺います

事実関係をできるだけ正確にお伝えください。事前にメモなどで相談内容を整理しておくこと、相談がスムーズに進みます。

事業者から受け取った契約書などの書類を手元に用意し、電話してください。来所の際は、すべて持参ください。専門の相談員が公平な立場に立って解決のお手伝いをします。

相談は無料、  
秘密厳守です  
安心して  
ご相談ください

## 9月の【くらしの講座】

### テーマ「食品ロス削減のために」

日時 9月30日(月) 13:30~14:30

場所 アミコビル4階 活動室3

講師 食品ロス削減推進サポーター  
片山仁子さん

定員 28人(先着順) ☎625-2326

## 10月の【くらしの講座】

### テーマ「栄養成分表示について」

日時 10月21日(月) 13:30~14:30

場所 アミコビル4階 活動室3

講師 徳島県栄養士会 管理栄養士

定員 28人(先着順) ☎625-2326

上記のテーマで講座を開催します。受講される方は、電話でお申し込みください。受講は無料です。

徳島市 石井町 神山町 佐那河内村にお住まいの方の  
相談窓口 徳島市消費生活センター  
〒770-0834 徳島市元町1丁目24番地  
アミコビル3階

消費生活相談 ☎ 088-625-2326  
FAX 088-625-2365  
開館日 平日(火曜日除く)・土・日曜日  
相談受付時間 午前10時~午後5時  
閉館日 火曜日・祝日・年末年始