暮らしに役立つ情報をお届けする生活情報誌

2022年 (令和4年) No. 236

p.2~3 私が選ぶと未来が変わる~エシカルライフをはじめてみませんか~

p.4 エシカルコラム 世田谷の地場野菜 大蔵大根

新生活準備!「賃貸借契約」を理解して、トラブルを防ごう! p.5

高齢者見守り通信 p.6

冬季に多発する高齢者の事故を防ぐために

開運商法(霊感商法)に気をつけて!





世田谷区消費生活センター 相談窓口のご案内

相談専用電話

高齢者(65歳以上)専用電話

2 03-3410-6522

203-5486-6501

相談日時 ※祝・休日、年末年始を除く

[お願い] まずはお電話でのご相談をご利用くださいますようお願いします。

月曜~金曜(電話・来所)午前9時~午後4時30分

土曜(電話のみ)午前9時~午後3時30分





日曜・祝日は消費者ホットライン

☎188 午前10時~午後4時(国民生活センター) ※年末年始を除く

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

田園都市線 三軒茶屋駅(北口A) 玉川通り(国道246号) 世田谷線「三軒茶屋駅」徒歩3分 田園都市線「三軒茶屋駅| 北□A徒歩1分 バス すべて「三軒茶屋」バス停♀下車

回覧												
----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

ホームページでの情報提供 https://www.city.setagaya.lg.jp/

世田谷区公式HP → 目次から探す → くらし手続き → 消費生活





私が選ぶと未来が変わる ~エシカルライフをはじめてみませんか~

消費生活相談員 消費生活アドバイザー 北崎 裕紀子

学校向け消費生活講師のほか、地域で環境教育や防災教育を兼ねたエシカル消費の講師 と活動のサポートをしている。



●エシカル消費とは

エシカルとは「倫理的」という意味で、モノやサービスを購入するときに、人や社会、環境に配慮したものを選ぶことを「エシカル消費」といいます。エシカル消費は、SDGs12の「つくる責任、つかう責任」に関連しています。というと堅苦しい感じを受けるかもしれません。私は、地域の小学生にエシカル消費ってなに?と聞かれたら、「お買い物で応援することだよ」と答えています。お買い物にマイバックを持つ、外出時にマイ

SUSTAINABLE GOALS

























ボトルを持つ、というのもエシカルです。環境の応援や、住んでいる地域で生産する人の応援、障害者の応援など「これは誰かの応援になるかな?」と考えてモノやサービスを買うことがエシカル消費ですよ、と伝えています。

では、どのようなお買い物をすれば「エシカル=応援消費」になるのでしょうか。 その一つに、エシカル消費に関する認証ラベルの商品を選んで買うことがあります。 以下、ラベル・マークの一例です。



● エシカル消費に関する認証ラベルの商品を買ってみる

国際フェアトレード認証ラベルは、生産者の暮らしの改善や自立の実現、環境保護を目指し適正な価格で取引される商品に付けられるラベルです。つまり、生産地の人々を「応援する」ラベルです。以前は、フェアトレードの製品は、ちょっとお高くてなかなか手が出ないという印象でした。また、ネット通販や専門店などに行かないと販売していないということもありました。ところが、最近では、チェーン展開する輸入販売店でも、プライベートブランドでかつフェアトレード認証ラベルのチョコレートが手に入ります。また大手スーパーのプライベートブランドでかつフェアトレードの認証ラベルの紅茶やコーヒーなども販売されています。ラベルのついていない一般の商品と同等の価格で販売されているのを見る機会も増えてきました。



MSC「海のエコラベル」は水産資源や環境に配慮した漁業で獲られた水産物に付けられるものです。この商品を選ぶことで海の環境を守ることにつながります。

こちらも大手スーパーや宅配食品などでも見かけるようになりました。私は、このラベルの冷凍のカラフトシシャモを買っています。シシャモはいつも冷凍庫の在庫がなくなったら買うようにしているのですが、ある時いつも通り宅配で注文したら、このラベルの商品が届きました。わざわざこのラベルの商品を選んだわけでもなく価格もいつもと同等でした。販売店がラベル付きの商品に切り替えているようです。



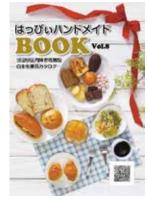


● 障害者施設で作られた商品を買ってみる

この二つの認証ラベル、どちらも地球規模で生産地の人や環境を応援するシステムです。それは、それで良いのですが、何しろ地球規模ですので、私のお買い物が本当に生産地の人や環境に役立っているのかの確認は難しいところもあります。そこで私は、もっと身近な応援のお買い物もお勧めしたいと思います。

それは、障害者施設(※地方自治体によって、施設の呼び方は異なります。)で作られた食品や雑貨(以下、自主生産品)を買うことです。世田谷区には、自主生産品を販売する場所がいたるところにあり、身近にお買い物ができます。私は、自主生産品がこんなにたくさんの場所で販売されている自治体は他になかなかないと思います。そして扱っている製品の種類が多いことも特徴ではないかと思いました。

先日私は、消費生活センターの入っている三軒茶屋分庁舎の1階の喫茶JOYで、黒豆とドリップ式のコーヒーを買いました。黒豆は都会の自主生産品販売で豆類って珍しいなと興味本位で買いましたが、後日煮豆にして食べたらおいしかったです。お値段もお手頃なのでまた買おうと思います。ドリップ式コーヒーのパッケージは、色違いで数種類ありました。私は以前、世田谷区以外の福祉作業所で生産されたドリップ式コーヒーを30個買って、娘の習い事の先生方に差し入れたことがあります。この時のパッケージの絵柄は1種類でした。たくさん贈るときは色とりどりのパッケージで贈ると華やかで喜んでもらえそうです。次に贈り物をするときは、こちらのドリップ式コーヒーにしたいと思います。また、私が、自主生産品を選んで買うと近所の障害者施設の売り上げになり、施設利用者の賃金アップにつながります。そういう気持ちは贈った相手にも伝わります。シンプルで分かりやすいのが良いところだと思います。



「はっぴぃハンドメイドBOOK」は区内の自主生産品を1冊にまとめています。区のHPでもご覧いただけます。 区公式HP→「はっぴぃハンドメイド」 と検索



小豆·黒豆·大正金時(砧工房)



自家焙煎珈琲ドリップパック (まもりやま工房)



「喫茶JOY」店内の様子。「世田谷みや げ」の一部商品の販売もしています。 「世田谷みやげ」の詳細はこちら→



● 農業体験で地産地消を実践してみる

世田谷区では、「大蔵大根」をはじめとする世田谷産農産物をJAや農家の直売所などで購入できるので、「せたがやそだち」(詳細はP4参照)の地産地消もすぐに実践ができます。身近なところで、野菜や果樹の収穫体験もできるし、農家の指導を受けて耕作する農業体験農園事業もあり、そこでは「せたがやそだち」を作ることができます。また、3か月間(週1~2回)農家の指導を受けて農業体験を行う「農作業体験塾」もあります。こうした地産地消だけでなく、農業を実質的に応援する方法もあります。

世田谷区には、さまざまなエシカル、応援消費の方法もあります。
みなさんもエシカルなお買い物をして気軽に人や環境の応援をしてみませんか。

引用·参考文献

エシカル消費の定義について エシカル消費について(世田谷区HP)

https://www.city.setagaya.lg.jp/mokuji/kurashi/009/004/d00188076.html

認証マークの記述について みんなの未来にエシカル消費(消費者庁HP)

https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_education/public_awareness/ethical/material/



農作業体験塾の様子

世田谷の地場野菜 大蔵大根

世田谷区内にある農地では多くの野菜や果樹、花などが生産されており、そのような区内産農産物を「せたがやそだち」と呼び、農家個人の直売所や JA の共同直売所で販売しています。その「せたがやそだち」の中でも人気商品の一つとなっているのが、大蔵大根です。大蔵大根の歴史は古く、江戸時代まで遡ります。現在の杉並区周辺などにあたる豊多摩郡の源内という農民が作り出した「源内つまり大根」が原種といわれており、それが世田谷区の大蔵原に伝わり、改良を重ねて昭和28年に石井康次郎氏が「大蔵大根」として品種登録しました。

昭和40年代までは世田谷の至るところで栽培されていましたが、昭和49年に誕生した病気に強く栽培しやすい青首大根の普及に伴い、大蔵大根は次第に姿を消していきました。しかし、世田谷の古き良き野菜を見直そうと、区内農家の方々が区内農産物のPRを目的として再び栽培をはじめ、平成9年に復活を果たしました。





特徴

色は純白、根の上部から先まで同じ太さの円筒形で、上部はサラダなどの生食、下部は煮物や汁物に適しており、おでんや煮物にすると身が締まって美味しくなります。また、葉にはビタミンCなどの栄養素が多く含まれており、炒め物やおひたしに利用できます。

簡単でおいしいレシピをご紹介します。ぜひお家で作ってみてください。

大蔵大根とスモークサーモンのミルフィーユ

材料(2人分)

大蔵大根 ……………… 2~3mm厚さ輪切り10枚(120~150g)

オリーブオイル ……… 大さじ1と1/2

レモン ……… 1/4個

作り方

- ↑ 大蔵大根は皮ごと2~3 mmの厚さの輪切りにして塩を振り、10分ほど置きペーパータオルで水気を取る(あれば薄切りスライサーを使うと便利です)。
- 2 スモークサーモンスライスは半分の長さに切る。
- 3 大蔵大根葉はさっとゆでて冷水に取り、みじん切りにして水気を絞る。
- 4 3とオリーブオイルを混ぜる。
- 5 1を5枚と2を4枚、順番になじませるように重ねて2セット作り、冷蔵庫で30分ほど冷やす。
- 6 5 を半分に切って器に盛りつけ、4 とカットしたレモンを添える。
 - 簡単に作れて美味しく、おしゃれな一品です。
 - 大根を輪切りにしにくい場合は、半月の薄切りで作ってください。
 - スモークサーモンの代わりに生ハムを重ねてもおいしくできます。
 - 葉がない場合はオリーブオイルのみかけてください。



クリスマスやお節料理にも ぴったりだね。



新生活準備!

「賃貸借契約」を理解して、トラブルを防ごう!

進学や就職等、新たな生活に向け準備を始める時期に入り、 住まいの賃貸借の契約をすることも多くなります。トラブル を回避するために必要な注意事項をご紹介します。

トラブル事例

賃貸マンションの契約をしたが、入居前に 解約を申し出たところ、支払ったお金はほ とんど返金できないと言われた。

賃貸マンションを退去した後、ハウスク リーニング費用などを含む原状回復費用を 請求されたが高額だった。

トラブル防止のポイント

契約書類の記載内容・賃貸物件の現状をよく確認しましょう。

契約時

契約前に契約書類の内容を確認しましょう。特に禁止事項、 修繕に関する事項、退去する際の費用負担に関する事項や、 特約について必ず確認しておきましょう。

入居前に現地に行き、できる限り貸主側と一緒に賃貸物件 の現状を確認しておきましょう。入居前からあったキズや汚 れ等の写真を撮っておくと、退去時のトラブル防止に繋がり ます。



入居中

入居中のトラブルは貸主側にすぐ相談しましょう。

入居中に、雨漏りやトイレの水漏れ等のトラブルが発生した ら、すぐに貸主側に連絡し、どうすればいいか相談しましょう。 また賃貸物件はあくまで借りているものであることを意識し、 日ごろからできるだけきれいに使うことを心がけましょう。



精算内容をよく確認し、

納得できない点は貸主側に説明を求めましょう。

退居時

賃貸物件を退去するとき、納得できない費用を請求された 場合には、国土交通省が定めている「原状回復をめぐるトラ ブルとガイドライン トを参考に、貸主側に説明を求め、費用 負担について話し合いましょう。

また、賃貸物件の退去時は、入居時と同様に、できる限り 貸主側と一緒に賃貸物件の現状を確認しましょう。その際、 確認した内容をメモに残したり、修繕が必要と思われる箇所 の写真を撮ったりして、証拠となる記録を残しておくことが 大切です。



「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン」についてはこちらhttps://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku_house_tk3_000021.html



冬季に多発する高齢者の事故を防ぐために

事故を防止するためには、高齢者の方本人が注意するとともに、家族など周りの方の見守りが必要です。

入浴中の事故に注意!

入浴中の事故は、持病がない場合、前兆がない場合でも突然に発生するおそれがあります。

灣 入浴中の事故を防ぐためのポイント

- ✓ 入浴前に脱衣所や浴室を暖めておきましょう。
- ✓ 湯温は41度以下、湯につかる時間は10分までを目安にしましょう。
- ✓ 浴槽から急に立ちあがらないようにしましょう。
- ✓ 食後すぐの入浴や、医薬品服用後、アルコールが抜けていない状態での入浴は控えましょう。
- ✓ 同居者に一声かけてから入浴するようにしましょう。

着ている衣服に火が燃え移る「着衣着火」に注意!

料理中にガスコンロの向こうに置いた物を取ろうとして、服の袖口に火が燃え移るなど、 身に着けている衣類に直接着火することがあり大変危険です。

湾 着衣着火を防止するポイント

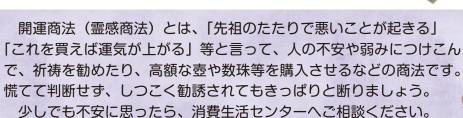
- ✓ ガスコンロの使用時は、鍋などの底から炎がはみださないように適切な火力に調整しましょう。
- ▼ 防炎製品の衣服の着用も検討し、調理中は、防炎製品の腕カバーを使用しましょう。

餅の窒息事故に注意!

餅による高齢者の窒息事故が毎年起きています。特に、お正月は窒息事故が多発するため 注意が必要です。

🎏 餅による窒息事故を防止するポイント

- ▼ 餅はあらかじめ、小さく切って、食べやすい大きさにしておきましょう。
- ✓ 餅を食べる前に、お茶や汁物を飲んで、喉を潤しておきましょう。
- ✓ 少量ずつゆっくりとよく噛んで食べましょう。



h To

開運商法 (霊感商法)に 気をつけて!

発行: 世田谷区経済産業部消費生活課 年4回(3月・6月・9月・12月)発行 聴覚等が不自由な方は、ファクシミリでお問い合わせください。 〒154-0004 世田谷区太子堂2-16-7 区役所三軒茶屋分庁舎3階 電話 03-3410-6521・6523 ファクシミリ 03-3411-6845 『消費生活センターだより』は、区役所、総合支所、出張所、まちづくりセンター、図書館、区民センター、地区会館等で配布しています。 消費生活センターの各事業は、区のホームページからご覧いただけます。

