

東京くらしねっと

今月の話題

知って防ぐ!カビから食品を守りましょう

安全シグナル

安全な子供の歯みがき習慣を身につけましょう

相談の窓口から

不審な料金請求メールは探偵に依頼すれば 解決する!?

都内にある
歴史的建造物をご紹介
**TOKYO
景観探訪**

国立国会図書館
国際子ども図書館

(台東区)

ストーリーはWEBで ▶



東京都消費生活総合センター
相談窓口のご案内

受付時間 月曜～土曜
9:00～17:00
(祝日・年末年始を除く)

お近くの消費生活相談
窓口につながります

消費者ホットライン
☎局番なし188

☎03-3235-1155

〒162-0823 新宿区神楽河岸1-1 セントラルプラザ16階

●JR・東京メトロ・
都営地下鉄
「飯田橋」駅すぐ

情報
満載

東京の消費生活に関する情報サイト

東京くらしWEB

検索Q

<http://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/>



カビから食品を守りましょう

知って
防ぐ!

東京都健康安全研究センター
微生物部 食品微生物研究科

梅雨になるとカビの発生が気になりますが、実は一年中発生しています。カビには食品加工に用いられる有用なものから、食品を劣化させる有害なものまで様々な種類があります。これらのカビには増えやすい条件がいくつかあります。カビによる食品苦情の実態と実例からカビの性質を学び、カビから食品を守りましょう。



カビとは?

葉緑体を持ち、太陽光と水から自分で栄養分を作って生育する植物と違って、カビは葉緑体を持たず、植物などの栄養分を分解し、生育しています。分類学的には真菌類に分類され、キノコや酵母も同じ仲間に含まれます。

カビは菌糸と胞子から構成されています。菌糸は細胞が糸状につながったものが枝分かれして伸びており、栄養分の吸収及び運搬や、胞子を形成するための細胞に分化します。胞子はカビが仲間を増やすことに関わる細胞で、胞子を飛散させ、生息場所を広げます。胞子の形や色は種類によって特徴があります。



カビの光学顕微鏡写真

食品とカビ

地球上には何万種ものカビが存在しており、私たちの身近な食品にもたくさん利用されています。コウジカビは酒、みそ、しょう油、かつお節など、アオカビはブルーチーズやカマンベールチーズなど、そして酵母はパン、ビール、ワインなどの製造に使われています。

一方、食品を変色させ、異味、異臭を引き起こす有害なカビもあります。また、カビがつくる毒(カビ毒)の中には、人体に慢性毒性(長期間さらされた場合に生ずる毒性)を示すものがあります。

カビ苦情の実態

製造工程で混入した異物や、消費に至る過程で繁殖した微生物などにより、色や味、臭いが異常になった食品は、「苦情品」として保健所に持ち込まれます。これらのうち、東京都で過去8年間にカビを原因とする食品苦情として検査を実施した件数は160件でした。

食品の種類別に見ると、お茶やジュースなどの嗜好飲料、惣菜類な

●食品に生育してしまった例 ～こんなところにもカビは生えます～



アオカビが生えたウーロン茶

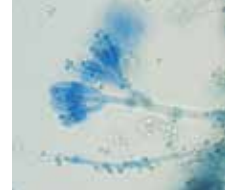


菌糸が球状になった
アオカビ

ペットボトルに入ったウーロン茶にアオカビが生えた事例
お茶にもカビが生えることがあります。ペットボトル開封後は冷蔵庫で保存し、速やかに飲用しましょう。



アオカビが生えたチョコレート



青緑色の胞子を作る
アオカビ

輸入チョコレートにアオカビが生えた事例
輸送の際に結露を生じると、水分が少ない板チョコでも、カビが生えることがあります。



コウジカビが生えた梅干し

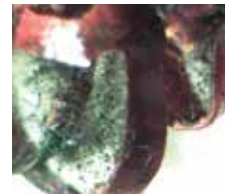


乾燥や熱に強く、どこに
でもいるコウジカビ

減塩の梅干しにコウジカビが生えた事例
減塩の食品は、カビが生えやすくなります。開封後は冷蔵庫で保管しましょう。



ケカビが生えた唐辛子



成長が早く、低温でも
成長しやすいケカビ

唐辛子にケカビが生えた事例
乾燥品であっても、結露を生じるとカビが生えることがあります。湿度が低く、温度変化が少ない場所で保管しましょう。

●カビの増え方

カビの増殖には、生育に十分な温度、水分、酸素、栄養の4つの要素が大きく影響しています。

カビの胞子は、増殖に都合のよい条件がそろくと発芽して菌糸を伸ばし、2～3日で目に見える大きさになります。1週間もたつと新たに多くの胞子を作り、その胞子が風や水、

どの複合調理食品、菓子、穀類の順に多く、この4種類で全体の65%を占めていました。実際の食品では、輸入チョコレートや唐辛子、ペットボトルに入ったウーロン茶や減塩梅干しなどがありました。

苦情品に多く見られるカビの種類は、酵母、アオカビ、クロカビ、コウジカビで、この4種類で全体の70%以上を占めていました。アオカビ、クロカビ、コウジカビは、室内環境でもよく見られる種類です。

こうした苦情は夏場を中心とした6～10月に多く、冬は少ない傾向があります。これは、気温と湿度が高くなる梅雨時から秋にかけては、カビが発生しやすく、逆に冬は気温と湿度が低く、カビの生育には適していないためです。

●カビを防ぐ

あるいは人によって他の場所に運ばれ、再び発芽し、生育します。この繰り返しによって、カビは増えていきます。

カビの胞子はどこでも浮遊しているため、通常は食品にも付着しています。付着したカビの胞子が発芽するのは、生育に適した温度や水分、十分な酸素や栄養源と時間などが必要です。食品の中でカビが増えた場合は、製造・流通・販売・購入後の保管などの段階でこれらの条件がそろってしまった可能性があります。

食品中のカビの発生を防ぐためには、これらカビの生育に必要な要素を少なくしていくことがポイントです。

そこで、カビを生やさない一般的な注意点を紹介します。

①購入した食品の保存方法に気を付けましょう

唐辛子のような乾燥食品は、食品を乾燥させることでカビの増殖を防いでいます。ところが唐辛子や板チョコのように水分が少ない食品でも、包装内で生じた結露によ

り、カビが発生してしまう場合があります。家庭で食品を保存する場合は、湿度が低く、急激な温度変化が起きないような場所で保管しましょう。また、お店で購入した食品は、包装紙に印刷された保存方法をよく確認しましょう。

②調理した食品はなるべく早く消費しましょう

カビが増殖するには、一定の時間が必要です。調理した食品は、なるべく早く消費しましょう。

実は冷蔵庫は結露しやすく、低温を好むカビが繁殖しやすい環境です。冷蔵庫を利用する場合は、食品の詰め込み過ぎや熱いまま冷蔵庫に入れると庫内の温度上昇につながるため、注意しましょう。また、ビン・缶類などは容器の外装を清潔に保ち、冷蔵庫内にカビが繁殖することを防ぎましょう。

③いったんカビが生えた食品は、食べないようにしましょう

保存方法や消費期限・賞味期限に気を付けていても、カビが生えてしまうことがあります。いったんカビが生えた食品は、たとえ目に見える食品の表面を削り取っても、菌糸が食品内部まで伸びている場合があります。

ます。カビが生えた食品は、食べないようにし、胞子が周囲に飛散しないように注意して廃棄しましょう。

■カビの生育条件

条件	
温度	生育に適した温度は、20～30℃付近です。しかし低温で生育可能なカビもいるので、冷蔵庫を過信しすぎないようにする必要があります。
水分	多くのカビは湿度80%以上を好みますが、比較的乾燥した環境でも生育可能な種類もあり、湿度65%で生育するカビもいます。
酸素	カビは酸素が十分にある環境ではよく生育しますが、酸素が不足する環境条件では生育速度が遅くなります。
栄養	カビは自分自身で活動の栄養素となるグルコースなどの糖類を生合成できないので、有機物を栄養源にして生育します。でんぷん、糖分などを好みます。



6月号の今月の話題は「水回りのトラブル」についてです。

東京都消費生活
総合センター
図書資料室
から



『カビから食品を守りましょう』に関連する図書を紹介します。

図書

カビのはなし ミクロな隣人のサイエンス

カビ相談センター 監修／高鳥 浩介ほか 編 [朝倉書店]

私たちが意外に知らないカビの真実の姿。その正しい理解を通じて環境被害、健康被害に正しく対処し、ひいてはカビの利用や共生にまで展望した、カビに関する本格的な1冊です。

図書

菌・カビを知る・防ぐ60の知恵 日本防菌防黴学会 編 [化学同人]

生活の中から完全に除去することはできないカビや細菌。本書は、カビや細菌を科学的に解明し、そのパワーや知られざる秘密を明らかにした上で、カビや細菌とどのように上手に付き合うか、その知恵を紹介しています。

図書

カビの科学 李 憲俊 著 [日刊工業新聞社]

長年カビの研究を続けてきた著者が、多くの人にカビを正しく知ってもらうために書いた本です。カビの実像・活用法、期待されている未来までを科学の視点でわかりやすく解説しています。

読んでみて！
話題の新作図書より

認知症の人との おつきあい

認知症の人と家族の会
東京都支部 編 [三一書房]

65歳以上の方の7人に1人は認知症と推定される現在、支える人が直面する問題への対応と工夫を、「認知症の人と家族の会」に寄せられた数多くの相談事例をもとに紹介。介護する人の気持ちや少しでも和らいで、ほんの少し元気が出るように、との願いが込められています。

図書資料室利用案内

東京都消費生活総合センター(飯田橋)
新宿区神楽河岸1-1 セントラルプラザ15階
☎03-3235-1179

【利用時間】 月～木 9:00～17:00
金 9:00～20:00
土 10:00～17:00

【休 室 日】 日曜・祝日・年末年始・蔵書点検期間

東京都多摩消費生活センター(立川)
立川市柴崎町2-15-19
東京都北多摩北部建設事務所3階
☎042-522-5119

【利用時間】 月～金 9:00～17:00
【休 室 日】 土曜・日曜・祝日・年末年始・蔵書点検期間

●利用方法

閲覧…どなたでも、ご自由に(開架式)
貸出…都内在住・在勤・在学の方対象
(図書5冊、DVDなど3本まで2週間)
身分証明書等の提示により
利用者カードを発行
※閲覧のみの資料もあり

安全な子供の歯みがき習慣を 身につけましょう

幼児期の子供の歯みがきは、日常生活の習慣付けとして大切です。しかし、歯ブラシをくわえたまま転んで喉を突くなどの事故が、毎年多発しています。子供の事故を予防するために保護者の見守りは大切ですが、子供はちょっとしたスキに予期しない行動をするので、見守りだけでは事故を防ぐのは困難です。安全対策を施した歯ブラシを使用することや生活環境を見直して、事故のリスクを低減しましょう。



危害及びヒヤリ・ハット事例

- ❗ 歯ブラシを持ったまま、よたよた歩いていて転んだ。(1歳4ヶ月)
- ❗ ソファから落ちて、くわえていた歯ブラシが喉に刺さりそうになった。(1歳8ヶ月)
- ❗ 歯みがき中によそ見をして、踏み台から滑り落ちた。(2歳11ヶ月)

子供の事故防止のポイント

- 喉に突き刺さりにくい歯ブラシや喉の奥に入りにくい歯ブラシなど、喉突き防止対策を施した歯ブラシを使いましょう。
- 踏み台、ソファなど不安定な場所での歯みがきはさせず、保護者が見守りながら、床に座って歯みがきをさせましょう。
- 保護者が仕上げみがきで使用する歯ブラシは、子供が使う歯ブラシと使い分けましょう。仕上げ用歯ブラシは、子供に持たせたり、子供の手の届く所に置かないようにしましょう。
- 歯ブラシを持ったまま、歩かせないようにしましょう。子供が洗面台に届かない場合は、口をゆすぐ時だけ踏み台を使い、いったん歯ブラシを置いて、踏み台に乗るようにさせましょう。

[参考] ● 東京くらしWEB「乳幼児の歯みがき中の事故に注意！」

http://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/anken/kyougikai/h28/06_toalert.html

問い合わせ 東京都生活文化局 消費生活部 生活安全課 ☎03-5388-3055

情報 PickUp

高齢者を狙った悪質な事業者に注意!

～被害に遭わないために～

防ごう 悪質商法!

共同住宅に住んでいる高齢者宅を事業者が訪問し、過去に自社で浄水器のレンタルをしたことがないにもかかわらず、浄水器の点検等と告げて高齢者宅に上り込み、他の事業者が設置した浄水器を見つけて、「うちでつけた商品ではありませんね。レンタルしていた商品がないなら弁償して下さい。払ってくれないと裁判沙汰になりますよ。」などと嘘をついて、高齢者から現金をだまし取る被害が発生しています。

警視庁は、同様の手口を行っていたとみられる訪問販売事業者らを、平成29年1月に特定商取引法違反、同年2月に詐欺等の疑いで逮捕しています。

- 高齢者の不安（健康、お金、孤独）につけ込み、高齢者をターゲットとし、詐欺的な勧誘をする悪質業者が後を絶ちません。
- 皆さんの高齢者に対する見守りや声かけで、悪質商法の被害から高齢者を守りましょう。
- 事業者が「点検です。」などと訪ねて来ても、すぐに信用せず、安易に家に入れないで下さい。もし、業者が帰らない場合は、110番するなど、助けを求めましょう。
- 同様のトラブルでお困りの方は、1人で悩まず、最寄りの消費生活センターに相談しましょう。

問い合わせ 東京都生活文化局 消費生活部 取引指導課 取引指導担当 ☎03-5388-3073

自転車安全利用 TOKYOキャンペーン

～交通ルール、マナーを守り自転車を安全に利用しましょう～

毎年5月は自転車月間です。東京都は、自転車の安全利用を推進するため、区市町村、警察署及び関係団体と連携して、自転車安全利用TOKYOキャンペーン(5月1日～31日)を実施します。自転車は便利な乗り物として多くの方に利用されていますが、一方で走行中の事故やトラブルが多発しています。自転車は自動車と同じ「車両」です。交通ルール、マナーを守り、安全に利用しましょう。



自転車の安全利用のルール

- | | |
|--------------------|------------------|
| ■ 自転車は車道が原則、歩道は例外 | ■ 車道は左側を通行 |
| ■ 歩道は歩行者優先、車道寄りを徐行 | ■ 信号遵守 |
| ■ 交差点での一時停止と安全確認 | ■ 夜間はライトを点灯 |
| ■ 駐輪場を利用 | ■ こまめに点検整備 |
| ■ 万が一に備えて保険に加入 | ■ 大人も子供もヘルメットを着用 |
| ■ 以下の運転は禁止 | |

- | | |
|-----------------------|--|
| × 並進運転 | × 二人乗り運転 |
| × 運転中の携帯電話・スマートフォンの使用 | × 傘差し運転 |
| × 飲酒運転 | × 運転中のイヤホン・ヘッドホンの使用
(運転上必要な音や声が聞こえない状態での使用) |

東京都の自転車安全利用条例が改正されました!

(平成29年2月1日施行)

改正のポイント

- 自転車小売業者による販売時等の安全利用啓発の義務化
- 自転車貸付業者による啓発の実施
- 事業者による自転車安全利用推進者の選任
- 保護者による児童に対するヘルメット着用等の安全利用対策の実施
- 親族等による高齢者へのヘルメット着用等の安全利用に関する助言の実施

問い合わせ 東京都青少年・治安対策本部 交通安全課 ☎03-5388-3124

東京都消費生活総合センター『出前寄席』のご案内

29年度 新作8本の演目が変わります!

大学の落語研究会や社会人の消費者啓発ボランティアグループが、悪質商法の手口やその対処法など、消費者被害の未然防止に役立つ情報を、落語、漫才及びコントで楽しくわかりやすく伝えます。

- 【時 間】1演目につき15～20分程度です。
- 【費 用】出演者1人1演目当たり6,500円です。
(落語…1人 漫才…2人 コント…3人)
- 【申込方法】希望日の1か月前までに、電話・FAXでお申し込みください。

新 作

- 落 語**
- 我が町のマイナンバー騒動
 - 「お試し」のつもりが 頼んでいないのに!
 - 詐欺の電話にやもう出んわ
 - そうだったのか。詐欺株式会社の内幕
 - 出番ですよ! サギ撲滅の声掛けキャンペーン
- 漫 才**
- 通販トラブル完全攻略コンプリートガイド
 - 狙ってます! あなたの家のタンス預金
 - 甘いケーキと、甘い言葉にだまされない!

利用者

町会・自治会、防犯協会、福祉関係団体、企業、行政機関、大学等

※区民祭り、防犯のつどい、地域の催し、利用者の会、学祭等において好評をいただいております。



問い合わせ 東京都消費生活総合センター 活動推進課 協働連携事業担当 ☎03-3235-4167 FAX 03-3235-1229

講座案内

受講
無料

- 対象は都内在住または在勤、在学（高校生以上）の方
- 応募者多数の場合は抽選 ●当日の参加申込み不可
- 定員に満たない場合は締切日以降も受付



実験実習講座

講座内容	講師	消費生活総合センター(飯田橋)	多摩消費生活センター(立川)
ガス器具を 正しく使っていますか？ ～「ガスコンロ」「カセットコンロ」の 安全な使い方～ ガスの燃焼、最新ガス機器の安全装置のはたらきなど簡単な実験を通じて確認し、正しい使い方を理解します。	一般社団法人 日本ガス石油機器 工業会 専任講師	6月27日(火) 13:30～16:00 定員 32名 申込締切 6月14日(水) 消印有効	6月20日(火) 13:30～16:00 定員 16名 申込締切 6月7日(水) 消印有効

食育講座

講座内容	講師	多摩消費生活センター(立川)のみで開催します
～おいしくムダなく食材使い切り！～ 夏のお酢すめレシピ大公開♪ 暑い時期に向けて、食欲増進、防腐効果も期待できる「お酢」に注目。夏野菜を無駄なく食べ切るヒントを学びます。	料理研究家・ ライター 田内 しょうこ氏	1 7月13日(木) 2 7月14日(金) 10:00～12:30(両日とも同じ内容) 定員 18名 申込締切 6月16日(金) 消印有効

託児あり

※託児(1歳以上就学前の幼児)を希望する場合は、往信面に幼児の名前と年齢を記入してください。

申込方法

< 1 講座につき、ひとり1枚の往復はがきのみ有効 >

往復はがきに必要事項(往信面に①講座名 ②会場 ③開催日 ④郵便番号・住所 ⑤氏名・ふりがな ⑥電話番号・FAX、返信面にはあて先)をご記入のうえ、受講希望会場の申込先へ。

6月1日から、往復はがきが新料金になります。

●5月末までに投函される方…往信 52円、返信 **62円** ●6月以降に投函される方…往信 **62円**、返信 **62円**

飯田橋会場への
申込先・問い合わせ

東京都消費生活総合センター 実験講座担当 ☎03-3235-1157
〒162-0823 新宿区神楽河岸1-1 セントラルプラザ16階

立川会場への
申込先・問い合わせ

東京都多摩消費生活センター 実験講座担当または食育講座担当 ☎042-522-5119
〒190-0023 立川市柴崎町2-15-19 東京都北多摩北部建設事務所3階

高齢者見守り人材向け出前講座をご活用ください

高齢者の消費生活トラブル ～早期発見のために～

東京都消費生活総合センターでは、高齢者の日常生活をサポートするケアマネジャー、ヘルパー、民生委員・児童委員、町会・自治会、老人クラブほか、地域の高齢者見守りネットワークの関係者などを対象として、都内の介護事業者、福祉団体、区市町村等が実施する講座に講師を派遣します。

【時間】 1～2時間程度 曜日・祝日問わず10時～20時

【費用】 無料 【申込条件】 原則10人以上

【申込方法】 希望日の3週間前までに、下記問い合わせ先まで申込書をFAXで送付してください。

申込先・問い合わせ(受託者) (公社) 全国消費生活相談員協会 ☎03-5614-0635 FAX 03-5614-0743



不審な料金請求メールは
探偵に依頼すれば解決する!?

Q 「有料動画閲覧履歴があり、未納料金が発生しております。本日中に電話連絡がなければ法的手続きに移行します」とスマートフォンにSMS（電話番号対応のメッセージメール）が届き、不安になり相談窓口を探すことにしました。インターネットで検索して見つけた「ネット消費者相談窓口」に問い合わせ、無料電話相談をしたところ、「SMSを送ってきた事業者は悪質なので放置してはいけません。当窓口は、公安委員会に届出をしている探偵業者で、依頼料は7万円になるが、任せてもらえれば、調査して解決します」と言われたため、この探偵業者が送信事業者と交渉し、以降請求が来ないように解決を図ってくれるものと思い依頼しました。

その後、探偵業者から契約書類が郵送されてきたので、記入・押印して送り返そうとしていたところ、インターネット上の書き込みにより、依頼した探偵業者の評判が悪いことが分かり不安になりました。このまま、任せても大丈夫でしょうか。



A 最近では、スマートフォンやパソコンで無料の動画サイトを閲覧する機会も多いことから、多くの人は、同様のSMSを受け取ると不安になると思われます。しかし、この手のSMSは、不特定多数の携帯電話番号宛に送信しているだけで、法的手続きをとるなどと不安を煽り、お金を払わせる「架空請求」です。架空請求に対して、探偵業者に解決を依頼する必要はありません。SMSの送信事業者に連絡はせず、一切無視しましょう。

探偵業者は、業務として実地調査を行い、その結果を報告することはできますが、依頼者に代わり事業者と交渉することはできません。被害回復のための法的な権限はなく、探偵業者に架空請求の相談をしても根本的な解決には至らないでしょう。

なお、インターネット検索すると、公的機関を推測させるような名称のサイトが広告として上位に表示されますが、消費生活センターへの相談で料金が発生することはありません。お困りの際は、そうした不審な団体ではなく、お住まいの自治体の消費生活センターにご相談ください。

相談窓口のご案内… ☎03-3235-1155

フレッシュ市場

ワケネギ

ワケネギ
「東京小町」

ワケネギは、緑葉部を主に利用する葉ネギの仲間、ワケギと荷姿は似ていますが、別種のネギです。株元からわき芽が次々と出るため、株分けした苗を植えると収穫時には数十本の株になります。生産は千葉県や埼玉県が多くを占めますが、東京都産も品質の良さが高く評価されています。都内では1930年代に葛飾区で栽培が始まり、その後足立区や府中市に広がりました。



めた



ねぎうどん

葉が柔らかく、辛みが少なく香りがよいため、味噌汁、薬味、めた、炒め物などに幅広く利用できます。

加熱しすぎると風味や食感を損なうので、軽く熱を加える程度の調理がお勧めです。

平成29年2月には、東京都農林総合研究センター育成の新品種『東京小町』が農林水産省に品種登録されました。肉厚で柔らかく食味に優れ、春や秋だけでなく夏や冬でも一年中利用できます。まだ生産量は限られていますが、今後、都内直売所等で販売できるよう、生産を増やしていく予定です。

資料提供：(公財)東京都農林水産振興財団 東京都農林総合研究センター

