

# 東京くらしねっと

今月の話題

## 安心・納得して利用する 家事支援サービス

読者レポート

介護ロボットの進化

安全シグナル

乳幼児の寝ているときの転落・窒息に気をつけて!

相談の窓口から

カラートリートメントでもパッチテストが必要!?

TOKYO

くらしの逸品

江戸から伝わる  
伝統工芸品

### 江戸漆器

漆を塗り重ねることで、木の表情を多彩に表す江戸漆器。その高い技術力は、器としての耐性と美しさ、使いやすさを実現しています。庶民の食卓で発展した江戸漆器は、現代の職人により、ガラス素材での漆器製作など新たな挑戦もされています。



東京都消費生活総合センター  
相談窓口のご案内

☎03-3235-1155

受付  
時間

月曜～土曜 9:00～17:00  
(祝日・年末年始を除く)

〒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

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

東京の消費生活に関する情報サイト

東京くらしWEB

検索

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



# 安心・納得して利用する 家事支援サービス

今月の  
話題



小菅・島藺法律事務所  
弁護士

しま その さ き  
**島藺 佐紀**

共働き世帯や高齢世帯などにとって、家事の負担を減らせる家事支援サービスは、便利でありがたい存在です。でも、頼んでみたら思っていたサービスと違った、家具が傷ついたなどのトラブルが心配という方もいるでしょう。そこで、安心・納得して家事支援サービスを利用できるように、契約時に気をつけるポイントや、トラブルが起きた場合の対処方法などを解説します。

## 家事支援サービスとは

掃除や洗濯など、日常の家事を代行するサービスを「家事支援（代行）サービス」と言いますが、厳密な定義はありません。本稿ではこれを、「事業者のスタッフが利用者宅を訪問し、主に利用者宅において、家事（掃除、洗濯、炊事など）の全部または一部を利用者に代わって行うサービス※」と捉え、安心・納得して利用する方法を解説します。

なお、専門的な技術・機材で、エアコンや換気扇などの清掃を行う「ハウスクリーニング」については、日常的な家事ではないことから、本稿では扱いません。

### 家事支援サービス

日常的な家事を利用者に代わって行う

主なサービス

掃除 アイロンがけ 食器洗い

洗濯 調理 買い物

等

※本稿ではこちらを家事支援サービスと捉え解説します。

### ハウスクリーニング

専門的な技術や機材を活用して、  
エアコンや浴室、換気扇などの清掃を行う

## 事業者をしっかりと選ぶ

家事支援サービスの内容は、様々です。複数の家事を代行する場合と、特定の家事を代行する場合があります。また、スポット（単発）のサービスもあれば、定期サービスもあります。

料金体系も、単価×時間で計算される場合、一回当たりの金額の場合、月額の場合など様々です。

家事支援サービスの形態は、消費者が事業者との間で契約を結び、事業者から派遣されたスタッフが業務を行うことが一般的です。以下では、消費者が事業者との間で契約を結ぶ一般的な形態を中心に解説します。

家事支援サービスを事業者に依頼するに当たっては、複数の事業者を比較・検討し、提供するサービスの内容や価格が希望に沿っているか確認することが重要です。

### ① サービスの内容

事業者の提供するサービスにどのようなサービスがあるのか、どのように利用できるのか（時間、回数）、どの程度の効果が見込まれるのかなどを、ホームページやパンフレット

※経済産業省「平成26年度 女性の活躍推進のための家事支援サービスに関する調査」における定義に基づく。

などを見て、十分に確認しましょう。分らないことがあれば、遠慮なく事業者に質問しましょう。

## ② 価格

見積もりを書面で出してもらい、価格をよく確認しましょう。見積もりは、二社以上から取ることをお勧めします。

## 契約時に注意すること

契約をする際には、契約書をよく読みましょう。そして、契約書に提供を受けるサービスの内容が正しく書かれているか確認しましょう。

また、不適切・不合理な条項がないかなどをチェックしましょう。例えば、キャンセルした場合に高額なキャンセル料を請求するような条項や、トラブルがあった場合に事業者の責任を免責するような条項は、消費者契約法に違反する可能性があります。まず。

## 提供されたサービスが契約内容と違う場合

家事支援サービスの利用者から寄せられる相談の中には、契約書に記載された内容と、提供されたサービス

の内容が違ったというものがあります。そのような場合に、利用者は何が言えるでしょうか。

### ケース1

リビングと台所を2時間で掃除する契約だったが、時間が足りず台所の掃除が不十分だった場合。

時間内に終わらなかった原因が事業者側にある場合（スタッフが1時間遅刻し、1時間しか掃除をしなかったなど）、約束した債務を履行していないとして、完全な債務の履行（遅刻した1時間分の掃除）を請求することが考えられます。場合によっては損害賠償を請求できる場合もあります。

一方で、事業者との間で具体的な掃除内容を明確にしていなかったことで、期待する掃除がされなかったという場合もあります。このようなトラブルを避けるため、どこをどの程度掃除してほしいかなど、希望する掃除内容を、なるべく具体的に業者に伝えておくことが大切です。

### ケース2

浴室の清掃してもらったけれど、汚れが残っていた場合。

家事支援サービスのスタッフとしての注意義務を尽くさず、汚れが

残ってしまったような場合には、汚れを落とすように求めるか、場合によっては、別の業者に依頼する場合の費用などを損害賠償として事業者に請求できる場合もあります。

他方、汚れがごびりついていて、注意義務を尽くして清掃しても残ってしまったような場合には、それ以上の請求はできない場合もあります。

## 不注意で家財を破損した場合

掃除の家事支援サービスを頼んだところ、物を落とすなどして家財を傷つけてしまった場合には、何が言えるでしょうか。

スタッフには、契約に付随する義務として、家財を傷つけないように注意する義務があります。その義務に違反したとして、損害賠償を請求できる可能性があります。破損箇所の写真を撮影するなど、証拠を残しておきましょう。



## シェアリングエコノミーサービスの場合

家事支援サービスは利用者と事業者との間で契約を結ぶ形態が一般的であることは前述のとおりです。一方で、最近では、事業者が提供するウェブサイトで、利用者と家事サービス提供者が出会い、直接契約を結ぶ形態（いわゆるシェアリングエコノミーサービスの一種）もあるようです。この場合、利用者と家事サービス提供者が直接契約を締結するため、トラブルがあった場合には、基本的に家事サービス提供者個人の責任しか追及できないので、注意が必要です。

## クーリング・オフできるケースも

訪問販売や電話勧誘販売で契約したケースなどでは、契約書を受け取ってから8日以内であればクーリング・オフできる場合があります。なお、契約書に不備がある場合には、8日を過ぎてもクーリング・オフできる場合があります。

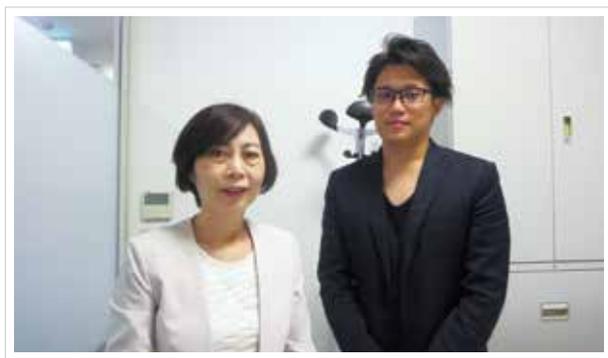
トラブルが起き、対処方法がわからない場合には、あきらめずに消費生活センターなどに相談しましょう。

# 介護ロボットの進化

読者委員 **高橋 絹子**



少子高齢化が進む中、介護の担い手が不足していく反面、被介護者はこれからますます増えていくと思われます。その不足している部分を補うためにも介護ロボットは日々開発されています。今回は介護ロボットとはどのようなものか、介護の現場ではどのように介護ロボットを使用しているのかについて、社会福祉法人善光会理事 宮本隆史さんにお話を伺った後、特別養護老人ホームなどが入る複合福祉施設「サンタフェガーデンヒルズ」内をご案内いただきました。



高橋委員(左)と善光会の宮本氏(右)

### 想像と違った 介護ロボット

私は、介護ロボットという言葉から、2足歩行をしているようなロボットや、介護スタッフの腰などに装着して、介護の負担を軽減させる機器を想像していました。実際には介護スタッフだけではなく利用者の体につけるリハビリ用の機器や、ネットワークシステムなども「介護ロボット」に含まれるということがわかり、想像していたものと全く違っていたので、とても驚きました。

### 介護の現場で 活躍するロボット

実際に介護の各場面で活躍するロボットをご紹介します。

#### ●出勤時 (骨伝導型イヤフォン)

介護スタッフは、朝出勤すると、まず骨伝導型のイヤフォンを装着します。このイヤフォンとスマートフォンを用いることで、同じフロアの介護スタッフ同士がいつでも会話できるようになります。これも介護ロボットの位置づけです。今までは毎朝、スタッフ全員が集合してミー

●リハビリ (自立支援ロボット)  
腕に装着するタイプのリハビリ支援機器です。腕に貼った電極が、体を動かすときに脳から筋肉へ送られる微弱な信号(電位信号)を読み取ることで、機器が反応して筋肉の収縮をサポートします。これにより、自身では動かせなかった腕が曲げられ



ティングをしていたのですが、その必要がないため効率が良いそうです。また、「人手が足りないので誰か手伝って」と伝えると、手が空いているスタッフがすぐに駆けつけてくれるようになりました。全員がいつでもネットワークでつながって上がったそうです。骨伝導型のイヤフォンは耳をふさがらないため、利用者の声を聞き逃す心配もないこのことで、とてもよくできたシステムだと感じました。

るようになりす。また付属のコントローラには筋電図の波形などが表示されます。利用者は、実際に腕が曲がったり、筋電図の波形を見ることによって、「動かせた」という喜びにつながるこのことでした。介護スタッフも、どれくらい筋肉が収縮しているかなどを知ることができます。「利用者様楽しんでリハビリをしてもらいたいのが一番です」という介護スタッフの言葉が印象的でした。



### ●トイレ（排泄予測センサー）

利用者の下腹部に装着したセンサーにより、膀胱の尿の量を把握できる機器です。排尿のタイミングを察知できるため、個人に合わせて必要なときにトイレの声掛けができるようになったそうです。機器も小さいので、利用者の負担にならないように考えられている点が良いと思いました。



### ●レクリエーション（コミュニケーションロボット）

テレビと連動し、写真や歌などを流して利用者に情報を提供するコミュニケーションロボットの実演を見ました。フラフープの写真が写されると、利用者から「昔、やったよ」と声が上がリ、それをきっかけにスタッフと会話が弾んでいました。また、童謡が流れると利用者の皆さんと一緒に口ずさむなど、介護の一端を担っている様子が伺えました。介護スタッフには様々な業務が



あり、一人の利用者と関わる時間も限られています。コミュニケーションロボットのおかげで利用者がレクリエーションを楽しむ間に、他の方のケアにあたることもできるということでした。

### ●睡眠（夜間の見守りシステム）

ベッドの下にセンサーが入っており、利用者の睡眠状態をパソコンの画面上で把握できるシステムです。各利用者の睡眠時間帯や睡眠量が記録されるため、一人一人に合わせたケアをするのに役立ちます。私も寝つきが悪いなど気になることがあるので、客観的に計測できるセンサーが欲しくなりました。



### 取材を終えて

今回訪問したサクタフェガーデン

ヒルズは羽田空港の隣にあり、飛行場と海をのぞむ、広々とした素敵な施設でした。屋上や屋内には野菜や花を育てるスペースがあり、野菜を育てることを楽しみにしている利用者も多く、認知症予防にも役立つとのことでした。

また、介護スタッフが夜間に施設内を移動する際には、電動の立ち乗り二輪車を活用するなど、最新のシステムを揃えていることがよくわかりました。さらに、利用者に関するデータを集約できるようにシステムも開発中とのことでした。

介護ロボットを現場で活用するためには、今までのやり方を変える必要があります。導入当初は介護スタッフから様々な意見もあったようですが、介護ロボットの活用で業務が楽になったと実感し、今では「次は、こんなロボットが入るよ」と前向きになったとのことでした。

「いくらロボットが働いて便利になっても、最終的には人間同士のコミュニケーションです」という介護スタッフの言葉が心に残りまして、介護ロボットを活用することによって、さらなるケアの向上につながってほしいと願います。



# 乳幼児の寝ているときの転落・窒息に気をつけて!

東京都では、乳幼児を持つ保護者を対象にアンケート調査「乳幼児の寝ているときの危険」を実施し、家の中、移動時、外出先等で「けがをした・しそうなった」という危害及びヒヤリ・ハット経験を収集しました。その結果、「転落」に関する事例が最も多く、次いで「窒息」となっており、特に家の中で多く見られました。



## ! こんな事例があります!

- 寝返りを打てない頃、ソファに寝かせていたら、足でけて移動し落ちそうになっていた。(0歳女)
- 少しの時間なら大丈夫だと思い大人用ベッドに寝かせたら、寝返りを打ちベッドから落ちた。(0歳女)
- 枕に巻いていたバスタオルを顔近くにもったまま寝てしまい、首にバスタオルが巻き付いて窒息しそうになった。(2歳男)
- おもひつ交換台を使用中、子供が寝返りを打って転落してしまった。バッグに入っていたおもひつをとろうと目を離した一瞬のことだった。(0歳女)

## ♥ 事故防止の主なポイント

- ソファなど、高いところでは寝かせない。
- 2歳になるまでは、大人用ベッドではなく、可能であればベビーベッドに寝かせる。大人用ベッドで保護者が添い寝をする場合は、寝かしつけた後、できるだけ子供をベビーベッドに移す。ベビーベッドは柵を上げて使用する。
- 寝具は顔にかぶらないようにし、口や鼻を覆ったり、首に巻きついたりするものを置かない。
- おもひつ交換台を使用するときは、寝かせた子供から目を離さない。

●詳細は、東京暮らしWEB [HP](https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/anzen/hiyarihat/) <https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/anzen/hiyarihat/>

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

# お・知・ら・せ・掲・示・板

## 夏期の商品量目立入検査結果 ～野菜類の乾燥による減量目立つ!～

東京都計量検定所では、消費生活に欠かすことができない食料品を中心として、小売店などで販売している商品が正しく量られ表示されているか、立入検査を実施しています。この度、夏期の立入検査を実施しましたので、その結果をお知らせします。

**検査対象事業所と検査内容** 都内のスーパーマーケット、一般小売店（駅ビル含む）、パック食品を製造・出荷する事業所（食品製造所）など 合計209事業所に対し、野菜類や魚介類等、販売している商品の内容量と表記の検査を実施

**実施期間** 平成30年6月1日(金)から7月6日(金)まで

**検査結果** 商品の内容量が、計量法で定められた誤差\*の範囲を超えて、表示量より不足していた不適正商品は、検査を行った全商品数8,735点のうち130点で、全体の1.5%でした。\*例：野菜の場合、表示量が50gを超え100g以下は3g、表示量が100gを超え500g以下は表示量の3%  
**不適正商品の発生理由** ●時間の経過に伴う乾燥による減量 36.9% ●商品の表示量に容器類の重さが含まれていたこと 31.5%  
●商品の表示量にわさびやたれの小袋の重さが含まれていたこと 17.7%

**事業所への対応**  
①再計量の指示と改善指導 不適正商品については、店頭に並んでいた同一名の商品を含めて再計量を指示すると共に改善指導を行いました。  
②改善状況の確認と措置 事業所ごとの検査商品総数に対して、不適正商品率が5%を超えた不適正事業所のうち、不適正商品率が高い事業所に対しては、再度立入検査を実施し、改善されていない場合は計量法に基づき、勧告、事業者名の公表、改善命令等を行います。  
③事業者の本部への指導 都内に多数の事業所をもつ事業者が、複数の事業所で不適正となった場合、事業者の本部に対して、適正な計量管理を確立するための指導を行います。

●詳細は、東京暮らしWEB [HP](https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/keiryowork/kakitaiirikensakekka-180820.html) <https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/keiryowork/kakitaiirikensakekka-180820.html>

問い合わせ 東京都計量検定所 検査課 立入検査担当 ☎03-5617-6628

**応募方法** 下記の項目を記入のうえ、郵送またはメールでご応募ください。

- ①作文『私が「東京暮らしねっと」で取り上げてみたい企画・テーマ』400字程度
- ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤職業 ⑥電話番号 ⑦メールアドレス

**応募締切** 平成30年11月30日(金) 消印・受信有効

**その他** 選考結果は平成31年1月15日(火)までに応募者全員に通知します。

応募書類は返却いたしません。なお、個人情報については選考の目的以外に使用しません。

毎号約8万部発行  
主な読者はミドル～  
高齢者の方です



メールでの  
ご応募大歓迎!

問い合わせ・応募先 東京都消費生活総合センター 活動推進課 「東京暮らしねっと」編集部 ☎03-3235-1157

〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1 セントラルプラザ16階 メールアドレス S0000585@section.metro.tokyo.jp

# 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 ●当日の参加申し込み不可
- 定員に満たない場合は締切日以降も受付

## 持続可能な社会を目指して ～エシカルな消費～

教育機関、事業者、消費者、行政がそれぞれの立場から、エシカルな消費をテーマに様々な取組を紹介し、持続可能な社会の実現に向けた消費行動について考えます。



開催日 平成30年 **11月16日(金)** 13:00～15:45 (開場12:30)

第1部	基調講演	<b>テーマ</b> <b>「持続可能な消費・生産とSDGs」</b> ●講師 慶應義塾大学大学院 政策・メディア研究科教授 <b>蟹江 憲史</b> 氏	講演	<b>テーマ</b> <b>「エシカル消費の普及啓発に向けた東京都の取組」</b> ●講師 東京都生活文化局 消費生活部 部長 <b>吉村 幸子</b>
	事例報告	●公益財団法人消費者教育支援センター 総括主任研究員 ●花王株式会社 ESG部門 副統括 ●株式会社東急百貨店 営業政策部 営業企画部 部長 ●消費から持続可能な社会をつくる市民ネットワーク 共同代表幹事	●柿野 成美 氏 ●柳田 康一 氏 ●大島 光由 氏 ●枚本 育生 氏	質疑応答

事前にいただいた質問に対してお答えいただきます。

会場 東京ウイメンズプラザホール (渋谷区神宮前5-53-67・地下鉄「表参道」駅徒歩7分)

対象 都内在住・在勤・在学の方 **定員 250名**

申込方法 電話・FAX (氏名(ふりがな)・年代・電話・住所・所属団体等 (1.都民 2.消費者団体 3.事業者 4.行政機関)・エシカル消費に関する質問内容)・電子申請

申込締切 平成30年11月12日(月) ただし、定員に満たない場合は締切日以降も受け付けます。

託児あり

※託児(6か月以上・就学前の乳幼児)を希望する場合は、必要事項に加え乳幼児の性別と年齢(月齢)を記入してください。

問い合わせ・応募先 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

電子申請 <https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/manabитай/koza/center/koza181116.html>

スマートフォン



携帯



実験実習講座

講座	講師	会場・日時	
<b>正しく履いて、楽しく歩こう!</b> ～自分の足に本当に合う靴を選ぶために～	一般社団法人 足と靴と健康協議会 事務局長 <b>木村 克敏</b> 氏	消費生活総合センター(飯田橋) 平成31年 <b>1月18日(金)</b> 13:30～16:00 ●申込締切 <b>12月18日(火)</b> (消印有効) ●定員 <b>32名</b> 1/10(木)までに、ハガキにて抽選結果をお知らせします。	多摩消費生活センター(立川) 平成31年 <b>1月29日(火)</b> 13:30～16:00 ●申込締切 <b>12月20日(木)</b> (消印有効) ●定員 <b>16名</b> 1/15(火)までに、ハガキにて抽選結果をお知らせします。

申込方法

はがき・FAX (①講座名 ②開催日 ③会場 ④住所\* ⑤氏名(ふりがな) ⑥年代 ⑦電話番号 (FAX・携帯) ⑧講座への意見・要望を記入) ※④で都外在住の場合、勤務先・在学先の区市町村名を記載 例) 東京都〇〇市在勤 (在学)  
 電子申請 東京都 募集中の講座 検索 <https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/manabитай/koza/info.html>

食育講座

講座	講師	会場・日時
<b>スゴイぞ! 発酵食品 つくるぞ! 手前味噌!!</b> 味噌の仕込み実習、試食あり	冬虫夏草の会 <b>田巻 佑視衣</b> 氏	多摩消費生活センター(立川)のみで開催します ①平成31年 <b>1月23日(水)</b> ② <b>1月24日(木)</b> 10:00～12:30 (両日とも同じ内容) ●申込締切 平成31年 <b>1月4日(金)</b> (消印有効) ●定員 <b>18名</b>

託児あり

※託児(6か月以上・就学前の乳幼児)を希望する場合は、必要事項に加え乳幼児の性別と年齢(月齢)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 (往信面に①講座名 ②開催日 ③住所\* ④氏名(ふりがな) ⑤電話番号、返信面にはあて先) を記入。  
 ※③で都外在住の場合、勤務先・在学先の区市町村名を記載 例) 東京都〇〇市在勤 (在学)

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 〒162-0823 新宿区神楽河岸1-1 セントラルプラザ16階	☎03-3235-1157 FAX 03-3268-1505
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 実験講座または食育講座担当 〒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	☎042-522-5119 FAX 042-527-0764

## 東京くらしねっと 平成31年度 編集企画委員募集

“くらしに役立つ都民のための消費生活情報誌” 東京くらしねっとは、皆様の意見をもとに紙面づくりをしています。テーマの企画提案・読者レポートの執筆をしてみませんか?

職務内容 ①編集企画会議に出席し、「東京くらしねっと」の記事内容について企画・提案する。(年6回)  
 ②読者の立場・視点から、取材に基づき「読者レポート」を執筆する。(年1回)

募集人数 若干名 任期 平成31年2月から1年間 謝礼 会議への出席および取材・執筆について謝礼をお支払いします。

応募資格 ①都内在住または在勤・在学し、平日日中の会議に出席できる方 ②メールでの連絡、原稿受け渡しが可能な方 (原稿等の受け渡しは、電子データで行います。) ※ただし、公務員を除く。



消費生活に興味があるわ!

相談の  
窓口から

# カラートリートメントでも パッチテストが必要!?

～ヘアカラーリング製品は使用上の注意をよく読んで使用しましょう～

Q

長年染毛剤(ヘアカラー)を使用していましたが、最近頭皮がかゆくなるなどの異常が生じ、医師からも使用を止めるように言われました。そこで、ヘアマニキュアを使用しましたが思ったように染まらなかったため、今度はカラートリートメントを使用したところ、この製品でかゆみが出てしまいました。ヘアマニキュアもカラートリートメントも「染毛料」と表示されており、毛髪や頭皮への負担は少ないものと思いましたが、このカラートリートメントの説明書には使用前にパッチテスト(皮膚アレルギー試験)が必要と書いてあります。染毛料なのにパッチテストが必要なのですか?



A

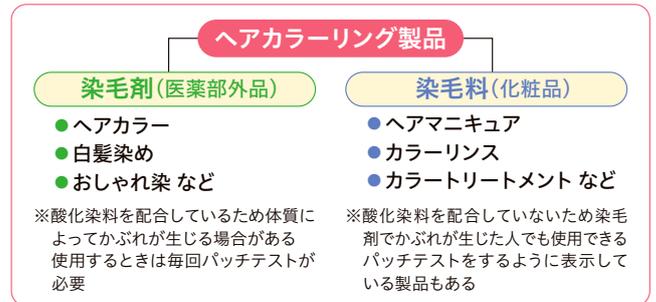
ヘアカラーリング製品は、医薬部外品に該当する「染毛剤(ヘアカラー、白髪染め、おしゃれ染など)」と化粧品に該当する「染毛料(ヘアマニキュア、カラーリンス、カラートリートメントなど)」に大きく分類されます。

染毛剤は、「酸化染料」を有効成分とするものが多く、いったん染まれば1か月から2か月程度色持ちしますが、この「酸化染料」が、体質によってかぶれの原因になることがあります。はじめはかぶれなかった人も長期間使用し続けることで酸化染料によるアレルギー反応が出る場合もあるので、**使用する前には毎回必ず、塗布30分後と48時間後のパッチテストをする必要があります。**

一方**染毛料**には、ヘアマニキュア、カラーリンス、カラートリートメントなど様々な製品があります。「酸化染料」を配合していないため、**染毛剤(ヘアカラー)でアレルギー反応が出た人も使用することができますが、染毛料に配合**

される染料はHC染料、塩基性染料などがあり、製品によって異なります。使用する人の体質や体調などによって異常があらわれる場合もあるため、**安全性に配慮してメーカーが自主的にパッチテストをするよう記載している製品もあります。**ヘアカラーリング製品について詳しくは、日本ヘアカラー工業会のホームページをご覧ください。

<http://www.jhcia.org/>



相談窓口のご案内… ☎03-3235-1155

## フレッシュ市場

### クロマグロ



「イッチーノ」

市場のことをもっと知ってもらうため生まれた「イッチーノ」。市場大好きイッチーノの家族が「東京のいちば」の魅力を伝えていきます!

詳しくは [東京都中央卸売市場](#) [検索](#)

マグロの中でも特に「本マグロ」とも呼ばれるクロマグロは、一年の中でも冬に旬を迎えます。天然物は主にはえ縄や定置網・釣りなどで漁獲されますが、近年は養殖物も増えています。水揚げ後数日置くことでうまみが増すとされ、そのため市場内の仲卸店舗では、仕入れた魚を食べ頃まで冷蔵保存するなどの工夫がされています。

私たちがよく目にするのはスーパーなどでパック詰めされたマグロです。おいしいマグロを選ぶには、①赤身が色鮮やかで黒い斑点がない、②赤い汁があまり出ていない、の2つがポイントです。寿司や刺身で食べるイメージが強いマグロですが、江戸時代までは鍋や汁物で食べるのが中心でした。特に、まぐろとねぎを一緒に煮込んだ「**ねぎ鯖鍋**」が有名です。

マグロと言えば、築地市場の新年の初せりを思い浮かべる方も多いと思います。その築地市場は80年を超える歴史に幕を閉じ、10月11日に豊洲市場が開場しました。今後も豊洲市場は安全・安心な市場として、マグロをはじめ、より品質管理された生鮮品を皆様の食卓へとお届けしてまいります。

資料提供:東京都中央卸売市場 築地市場

東京くらしわーく No.256 平成30年11月1日発行

編集発行:東京都消費生活総合センター  
〒162-0823 新宿区神楽河岸1-1 TEL.03-3235-1157 FAX.03-3268-1505  
デザイン:株式会社トライ 印刷:株式会社アイネット 印刷物規格表第1類 印刷番号(30)32

東京都  
消費生活  
行政



ツイッター



フェイスブック



ぜひフォローしてください。

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

270

古紙/バブル配合率70%再生紙を使用