

平成 26. 3. 20

なすしおばら

# 消費者だより

## 第 19 号

●発行 那須塩原市生活課 (☎0287-62-7126) ●編集 那須塩原市消費生活推進連絡会

### 一年を振り返って

那須塩原市消費生活推進連絡会会長 目黒 ケイ子

2月16日(日)に開催を予定していた「第9回消費生活と環境展」は、記録的な大雪により来場者や関係者の安全確保が困難と判断し中止させていただきました。

交通機関に大きな影響が出た上、長時間の停電にも見舞われ、皆さんも雪の対応に苦慮されたことと思います。「消費生活と環境展」を楽しみにしていた方や、企画や準備を重ねてきた参加団体の皆さんには、中止という結

果は誠に残念だったと思いますが、来年度以降の「消費生活と環境展」がより一層充実したイベントになるよう検討を進めてまいりますので、今後ともよろしくお願いいたします。

さて、消費生活推進連絡会は、「学ぶことからはじめよう」自立した消費者を目指してを平成25年度のスローガンに、消費者被害の現状について学んだり、「食や防災」にまつわる消費者講座を開催したりしてまいりました。

「消費生活と環境展」では、「消費者だよりのあゆみ」というテーマで、30年以上の歴史ある本誌のバックナンバーから印象に残った記事をピックアップし、委員のコメントを添えて展示する予定でした。その内容を今回の誌面に紹介させていただきますのでぜひご覧ください。当時を知る人には懐かしく、また、若い人には新鮮に感じられることでしょう。

### 消費者だよりのあゆみ

#### 発行にあたって

消費生活推進連絡会 会長 大関 ヨシ



「消費生活推進連絡会」といっても、特耳の方が多いためではないかと思いがちですが、「消費生活」といえば「あ、あれか」というくらいであると思います。そうであるならば、このように事業を中心にならなければならないものではないかと感じています。

消費生活だより創刊号に目を通してみますと、昭和56年のこと、黒磯市消費生活推進連絡会会長は、今は亡き大関ヨシさんでした。現在でも、昔活躍された話題の多い懐かしい人です。当時は、各団体から選出した37名で運営していました。今年度は、12名でなので、人数の多いことにはびっくりです。日々変化していく自然環境や社会情勢などに関する課題をみんなで勉強し、相談しながら、賢い消費者を目指していこうという目的に沿った活動は、昔も今も変わりません。これからも、知恵を出し合い、役に立つ「消費者だより」の発行や「消費生活と環境展」の開催などの活動を、長く続けていきたいと思えます。

磯 恵美

昭和五十六年十二月十五日号の記事にこんなことが書かれていました。

③「消費者まつり」は消費生活推進連絡会主催ですが、「不用品活用セール」は生活学校主催でした。

のみ

歴史  
た  
って

バックナンバーに掲載された記事の一部分と委員のコメントを紹介します。

町村合併30周年  
消費者まつり  
この催しは、  
里崎市生活学校  
が主催し、毎月第  
三日曜日(11・12月を  
除く)に行なわれて  
いるもので、  
不用品活用セールが行な  
われました。

例年消費者まつりに  
参加していましたが、  
会場などの都合もあり、  
一週間繰り上げて、  
消費者まつり第一弾  
として開催されました。

市内の方々の協力も  
得られ、二日間で(十月三十一日)で  
数百点もの品物が集まり利用者の  
手に渡り有効に活用されています。

春に  
散って  
いらん  
味ぞ  
いらん

2014.2.16 水掛美子



不用品活用セール

S60.12.15 発行



かっぱう着姿が  
素敵だね♡

会堂覚えていますか！

「消費者まつり」の来場者で賑わう  
会堂(いきいきふれあいセンターが  
)の懐かしい風景です。

会、映画会など工夫して何でも

このイベントが消費者まつり。

、美味しいこともありました。

串いもは絶品でした。早乙女 順子



今年も大盛況  
第9回消費者まつり

人・人・人……

楽しく食べて長生しよう

その秘訣？

- ・塩分を控え
- ・野菜をよく食べ
- ・運動をしよう

目黒 ケイ子



(消費者まつりの様子)

脳卒中による死亡率  
栃木県の男性全国第2位  
女性全国第1位

脳卒中は、心臓病に次ぐ日本人の死因。その中でも、脳卒中による死亡率は、男性は全国第2位、女性は全国第1位と、非常に高い。これは、食生活や生活習慣の欧米化による高血圧、糖尿病、脂質異常症の増加が原因とされている。予防には、塩分を控え、野菜を多く食べ、適度な運動をすることが効果的である。

S63.1.15 発行

# 消費者だより あゆ

昭和56年からはじま  
史を、一緒にふりか  
みませんか？

毎日豊かに過ごすには  
お金に振り回されるのではなく  
お金以外に価値を感じる生き方を  
見つけられると良いでしょうか……



平山 ツヤ子

## 今 全自動洗濯機

便利で時間の短縮  
乾燥機と一緒に  
揃える時代が来りました。

### くらしの豆知識

#### 経済性は2槽式洗たく機が一番

##### 電気洗たく機各機種の特徴

全自動	注水・洗たく・すすぎ・脱水まですべて自動だから人によって便利。ただ消費電力は手動二槽式の2倍近い。使用水量も20%くらい多い。脱水性能は劣る。騒音は激しい。価格は二槽式の2倍くらい。
半自動二槽式	すすぎまでが自動でできる。消費電力は手動二槽式と同じくらい。使用水量は70~80%多い。価格は20~30%高い。
手動二槽式	手回りがかる。消費電力・使用水量とも、自動式の節約サイクルを利用するより少ない。洗いがすすぎを、汚れや繊維によって追加できる。

S56.6.15 発行

### “高血圧予防は減塩から”

今から30年前から減塩調理実習を通して学習が始まっていた。塩分の摂取過剰が脳卒中・動脈硬化・心筋梗塞・脳梗塞の原因となるので意識して減塩食を地域ぐるみで推進し平均寿命と健康寿命との差を縮め健康な期間をより長く保てるように願います。

酢・香辛料・旨味・酸味活用をおすすめします  
たくわん～浅漬け～ピクルスなどもおすすめします。

松本 睦子

#### 減塩に食酢を

加川 マス

九月二十八日に、多目的研修センターで開催された健康セミナーに参加し、日頃心がけなければならぬ健康増進について、吉野昭子先生の講話と調理実習でたいへんよい勉強をさせていただきました。

先ず塩分の摂取過剰が脳卒中をおこすだけでなく、栄養のバランスをかなりくずしてしまうということを指摘され、日常習慣になっている食生活の是正が必要であることを感じました。

高血圧の原因は、遺伝、精神的ストレス、食塩のとり過ぎ、過労、寒冷、肥満



S59.12.15 発行

### 黒磯市公

「消費者ま  
黒磯市公会堂  
建つ以前の施設

- \* 公会堂で講演やりました。
- \* 私たちの最大
- \* 楽しいことも
- \* ここで食べる



もう少し待ってね！  
多くの間に合わない寒いコーナー



S58.12.15 発行



東部清野公民館のグリーンカーテン

分すぎる涼しさは  
いらぬはず。必  
ず必要以上の  
電気の使用は  
が見えてくる  
です。以下、  
それぞれ  
の実践の場  
について、  
詳しく  
お話し  
させていただきます。

# ライフスタイルの 見直しを 我が家の節電

東日本を襲った巨大地震による大災害は、私たちの生活にも大きな影響を及ぼした。かつて経験したことのない「計画停電」を強いられた。「本当の豊かさとは」を知ることができた。きちんと自分の暮らしを見つめ直し「本当に必要なものを選びとり、余分すぎる便利さや使いきれないほどのものはらない」ことに気付かされた。

## 私が実践していること

- 緑のカーテンをはじめた
- 雨水を溜め、植物の水やりや打ち水に使う
- 掃除機の利用を減らし、ホウキを併用している
- 白熱電球を「電球型蛍光灯」に替えた
- エアコンと扇風機を併用している

電気を無駄遣いしない、何か手に入れる時、ちょっと立ち止まって考える。そんな小さな心がけから始めたいと思った。

大内 康子

H23.9.20 発行



「あー  
行  
し  
よ  
う  
ど  
も  
も  
て  
る  
も  
は  
な  
う  
」  
1つでも良いので  
皆さ  
実践してみま  
さ  
省エネライフ  
も  
気持ちよく  
過ごそう

- 電気
- 照明、扇風機、換気扇はつけっぱなしにせず、こまめに消す。
- 白熱灯を蛍光灯タイプの電球に変える。
- テレビ、ビデオはリモコンで電源を落とさず、主電源を切る。



消費者と省エネライフ  
地球にやさしい暮らし

地球温暖化、とりわけ二酸化炭素排出量の問題は、皆で考え行動しなくては解決できません。そこで、誰にでもできる省エネ実践の事例をあげてみます。



○電気ポットの使用をやめ、お湯はやかんで沸かし、魔法瓶を使う。

○ご飯を炊飯器で保温しない。まとめて炊いて小分けにして冷凍し、食べる分を電子レンジで温める。



H12.9.16 発行

**編集後記**

◆消費者だよりは歴史があり身近な話題が多く、特に悪質商法等の巧妙な手口に大変驚かされました。

◆人と自然がふれあう、やすらぎのまち那須塩原。より快適な生活をするために消費者だよりを活用しましょう。情報をいち早くお知らせしていますよ。

◆今年度の消費者講座「かんたんなバランス食」では、楽しみながらお料理を作ることを大切さを感じました。

◆我が家では非常時に備えペットボトルの水をためて活用していますが、昨日、蛇口の水を使いやすいと感じました。普段はありがたさを感じませんが、日常生活をスムーズに行えることに感謝して毎日を大切に過ごしたいと思えます。

◆観測史上初めての豪雪は10時間に及ぶ停電を引き起こしました。これを機会に、私たちは一人ひとりが改めて生活を見直し、資源・エネルギーの節約に取り組みむ必要があると痛感しました。

◆消費生活と環境展は多くの方に日々の生活と環境について考えていただける機会だったので、今回の中止は残念でした。雪の影響で長時間の停電もあり、震災時の不便さを思い出された方もいたのではないのでしょうか。

◆消費生活と環境展が中止になったことは残念でしたが、来年、再来年があります、皆で努力し楽しむことができ感謝しています。

◆今回消費者だよりの歴史を振り返り、活動の長さを実感しました。そして課題となるテーマの変化と更に深刻化する消費者問題があることも再認識しました。

