

北のくらし

一般社団法人 北海道消費者協会

札幌市中央区北3条西7丁目 道庁別館西棟 TEL(011)221-4217

<http://www.syouhisya.or.jp/>

消費者が未来を変える

- 道協会の新年度事業計画2
- 5年ぶり消費者月間街頭啓発3
- 脱炭素社会へ「デコ活」3
- 紅麹問題で機能性表示に注目4
- 地域の消費者協会が会員募集4
- 各種講座・セミナーの案内
- 消費生活リーダー養成講座5
- 消費生活リーダー研修講座5
- 通信講座消費生活スタディ5
- くらしのセミナー5
- MCTオイルの脂肪酸組成 ..6~7
- 消費生活相談（終活サポートサービス
／パソコンに警告表示）8



消費者月間の街頭啓発。キャラクターたちも登場＝5月20日、札幌市「チ・カ・ホ」



協会ホームページ



協会フェイスブック

会員募集中！申し込みは
お近くの消費者協会へ

それでも電気は上がる

やはり釈然としません。北海道電力が過去最高の利益を上げたのに、電気料金が上がることです。

自動車に例えましょう。地球にも家計にも優しい未来型の自動車を開発し利益を上げたとしましょう。頑張った社員の賃金を上げ、役員は報酬を受け取り、投資家に配当を行うのは当然でしょう。新型車を買う消費者も「未来」に投資したと胸を張れるでしょう。社員、投資家、消費者というステークホルダー（利害関係者）が、みな満足できるのはよいことです。

しかし、北電の最高益は昨年6月の大幅値上げで達成したものです。売上高が前期比649億円増となり、当期純利益は662億円にもなりました。

モデル世帯（従量電灯B、30A、月230^{キロワット}時）の電気料金を調べました。エネルギー価格の高騰が始まった2021年3月は7,110円でした。これには再生可能エネルギー賦課金や燃料費等調整が含まれます。22年8月に8,862円に達し、政府は激変緩和対策として1^{キロワット}時7円の補助（モデル世帯1,610円）を導入しました。その結果、昨年6月の値上げでは8,299円に抑制されました。しかし、補助は段階的に縮小し、今年6月には補助が1.8円（モデル世帯414円）に減ることで9,114円に跳ね上がります。21年3月に比べ28.2%、年間2万4千円もの負担増になるのです。

一方で北電は、前期無配の配当を復活し、総額では通期で普通株40億円、優先株28億円を支払います。ステークホルダーの中で消費者だけが置き去りにされているように感じます。

実質賃金や年金が伸び悩む中、また電気料金が上がるのは何ともやり切れません。政府も、喉元を過ぎたから値上げの熱さを消費者は忘れたとも思っているのでしょうか。



買い物かご

協会名

消費者が未来を変える 2024年度事業計画

北海道消費者協会の2024年度（令和 6 年度）事業計画が決まりました。重点取組の表題は「消費者が未来を変える」です。

コロナ禍後、エネルギーや食料の自給率の低さが露呈し、物価が高騰しています。くらしを守り、多様な社会的課題に向き合うには、組織基盤を強固にしていかなければなりません。

SDGs の目標12「つくる責任 つかう責任」は、本来の消費者運動であり、私たちは日々の選択を通して未来を変える「投票権」を持っています。徹底した省エネや食品ロス削減、エシカル消費の実践により、行動変容を進めましょう。時代に合わせた法規制の強化も粘り強く求めましょう。

こうした決意を込め、6 項目を重点に活動に取り組みます。

取り組みの重点 6 項目（要旨）

1 くらしを守り、安全で住みよい地域社会をつくる

情報通信技術はくらしに不可欠であり、デジタル弱者の解消をめざすとともにエネルギーの動向や価格を見守り、必要な提言を行う。

2 北海道の豊かな食や自然を生かすとともに、食の安全を求める

食料自給率向上と地産地消の拡大、フードドライブなど食品ロス削減に取り組み、安全な食を求め、生産者とも連携を深める。

3 地球環境を保全し、原発に依存しない社会を目指す

東日本大震災を踏まえ、再エネ拡大を求めるとともに、徹底した省エネや資源が循環する社会をめざす。核のごみ処分場問題も注視する。

4 「消費者力」「見守り力」を高め、被害や

トラブルを防止する

ネット社会の消費者被害を防ぐため、法規制の強化を求め、啓発活動を進める。地域における消費者被害防止ネットワークを拡大する。

5 生活に役立つ商品情報や正しい知識をタイムリーに発信する

商品の安全性や性能、試買テストなどの情報を適時発信し、メーカーや行政機関に問題提起し改善を求める。

6 持続的に活動できる組織の基盤を確立し、消費者運動の輪を広げる

持続的、安定的、効果的に協会活動を続け、幅広い世代に運動の輪を広げる。第61回北海道消費者大会は 9 月 20 日に開催する。

天塩、江差協会が解散

3 月 27 日で天塩消費者協会、4 月 17 日に江差消費者協会が解散しました。ともに会員の減少と高齢化、役員の後継難が理由です。天塩協会は 1974 年、江差協会は 1984 年の設立。地域の消費者運動を担い、ともに歴史を刻んできた協会だけに、たいへん残念です。長年の活動に深く感謝いたします。

消費生活相談員を募集

北海道消費者協会は、道立消費生活センターで勤務する消費生活相談員（非常勤）を募集しています。職務は、消費者からの苦情・相談に対する助言・斡旋と、関連する啓発普及業務など。資格は①消費生活相談員資格（国家資格）②消費生活専門相談員（国民生活センター）③消費生活アドバイザー（日本産業協会）④消費生活コンサルタント（日本消費者協会）のいずれかが必要。詳細は総務・組織連携グループ ☎011-221-4217 へ。

悪質商法・特殊詐欺防ごう

5年ぶり消費者月間で街頭啓発

5月の消費者月間に合わせ、道協会は5月20日（月）、札幌駅前通り「チ・カ・ホ」北3条交差点広場で「悪質商法・特殊詐欺被害防止キャンペーン」を行いました。コロナ禍で自粛していた街頭啓発は5年ぶりでしたが、当日は1,467人に来場いただきました。

久しぶりの「チ・カ・ホ」開催となり、午前10時30分から午後4時まで、プログラムは盛りだくさんでした。ステージ上では4つのイベントが行われ、札幌市の「劇団來楽（ライラック）」は寸劇を披露し＝写真＝、北海道は電話による特殊詐欺被害の体験会を通じ実際の詐欺の手口とはどのようなものか紹介しました。

消費者力アップデート〇×クイズ大会は大いに盛り上がり、優勝者には景品が贈られました。

子どもたちに人気だったのは、北海道警察のミニ制服着用コーナーです。札幌市消費者教育キャラクター「しろくま」も登場し、キャンペーンに一役買いました。各コーナーを回るスタンプラリーでは、先着450人に啓



発グッズをプレゼントしました。

フードドライブも実施し、賞味期限を1カ月以上残す米や乾麺、レトルト食品などを持ち寄っていただき、合わせて4.8キロになりました。食品は、札幌市のフードバンク事業者「FF」を通じて食を必要とする人々に届けていただきました。

脱炭素社会へ「デコ活」

6月は環境月間です

6月5日は環境の日です。環境省は毎年6月を「環境月間」としてさまざまな取り組みを行っています。

中でも、2050年の脱炭素社会の実現に向け、国民・消費者の行動変容、ライフスタイルの変革を後押しするため、新しい国民運動として「デコ活」を展開中です。

「デコ活」は、英語で「脱炭素化」を意味する「デカーボナイズーション」と「エコ」を組み合わせた造語で、運動の愛称として8,200件の応募の中から選ばれました。

脱炭素社会の実現には、2030年段階で家庭66%、マイカーを含む運輸35%など、くらしの中でも大幅なCO2削減が求められます。国民の9割が「脱炭素」の意味を認知している一方で、そのために何をしたらよいか分からないなど、具体的な行動に結びついていない状況です。

そこで、効果的な実施につなげるため、デコ活応援団として、国、自治体、企業、団体、消費者等による官民連携協議会が立ち上がりました。

2024年4月10日時点で、デコ活応援団に登録している道内自治体は、北海道、札幌市、小樽市、旭川市、室蘭市、釧路市、帯広市、苫小牧市、富良野市、登別市、石狩市、秩父別町、美瑛町、洞爺湖町、上士幌町、鹿追町、釧路町の17団体です。

消費者が具体的にできるデコ活は、電気代を抑える断熱・省エネ住宅に住む、LED・省エネ家電などを選ぶ、食品の食べ切り、環境にやさしい次世代自動車を選ぶ、サステナブルファッションに取り組む—などがあります。

デコ活によって、生活がより豊かに、より自分らしく快適・健康になり、2030年の温室効果ガス削減目標も同時に達成できるよう、あなたもくらしの見直しを進めませんか。

機能性表示食品って何？

届け出制、国の審査なし

小林製薬の紅麹（べにこうじ）関連食品により健康被害が多発している問題で「機能性表示食品」が注目されています。健康食品には、トクホや栄養機能食品などもあり、よく分からない人も多いのでは。こうした分類を整理してみました。

消費者庁によると、国が定めた安全性や有効性に関する基準などに従って食品の機能が表示されるものを保健機能食品と呼び、**栄養機能食品、特定保健用食品（トクホ）、機能性表示食品**の3種類があります。このほか国が定めるものには医薬品（医薬部外品を含む）もあります。

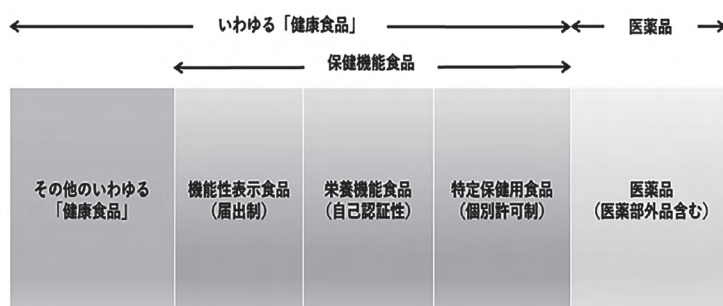
保健機能食品は、「おなかの調子を整える」「脂肪の吸収を穏やかにする」といった機能を表示できますが、一般食品は健康の維持・増進に関する機能を表示できません。

保健機能食品のうちトクホは、食品の有効性や安全性について国の審査を受け、許可を得なければなりません。

栄養機能食品は、1日当たりの摂取目安に含まれるビタミンやミネラルなどの成分量が定められた範囲にあり、摂取する際の注意喚起等も表示する必要があります。

今回、問題となった機能性表示食品は、国の定めるルールに基づき、事業者が食品の安全性と機能性に関する科学的根拠などの必要事項を消費者庁長官に届け出れば、表示できる制度です。しかし、トクホと異なり、国は審査しないので、事業者任せとなる側面があります。

問題を受けて消費者庁が機能性表示食品の届け出がある約1700事業者に調査したところ、小林製薬以外にも11事業者で117件の健康被害がありましたが、詳細についての報告はありませんでした。小林製薬も報告まで2カ月超を要し、同庁は制度の今後の方向性を検討するとしています。



(消費者庁ホームページより)

一緒に活動しませんか

■地域消費者協会

道内には、北海道消費者協会のほか62地域に消費者協会があります。急増するネット通販トラブルや、高齢者を狙った特殊詐欺など消費生活に関する情報を発信するほか、スマホ講座やフードドライブに取り組む協会も増えています。環境問題やSDGs、食品ロスに関心のある方、消費者問題に関わりたい方は年齢を問わず大歓迎です。

会費は、協会によって異なり年間千円から3千円ほど。各地の協会については、二次元コードから参照ください。



■コンサルタントクラブ

北海道消費生活コンサルタントクラブは1963年（昭和38年）に設立されました。北海道消費者協会の消費生活リーダー養成講座（90時間）や通信講座消費生活スタディ（6カ月間）の修了生で構成し、今年度で創立60周年を迎えます。月1回ほど、主に道立消費生活センターくらしの教室で仲間とともに学びを深め、その成果を道民に発信しています。詳しくは当クラブ ☎ 011-271-0442へ。



（会長 棚川伊知郎）

2024年度 各種講座・セミナーのご案内

北海道消費者協会は、豊かな消費生活の担い手を育成するため各種研修講座を2024年度も開催します。遠隔地からも参加しやすいオンライン型や、会場参加を併用したハイブリッド型など幅広く参加できるよう用意しています。

消費生活リーダー養成講座

自立した消費者の育成を目的とした消費生活リーダー養成講座は、今期で第61回を迎え、修了者は通算1,590人を数えます。今年は、集合形式とオンデマンド形式の2通りがあります（定員は計25人）。

集合形式は、7月22日～8月2日（前期）、8月19日～8月30日（後期）の土日を除く全20日間。1日3講座（1講座90分）。前期は国家資格である消費生活相談員の資格取得を目指す人にお勧め。受講料は地域協会員1万5千円、一般2万円。

オンデマンド方式は、集合形式で行う講座の一部をYouTubeで限定配信します。配信期間は、9月17日～10月30日の30日間。1コマ90分。地域協会員2万円、一般2万5千円。詳しくは教育啓発グループ☎011-221-4217へ。

消費生活リーダー研修講座

地域消費者協会の役職員やリーダー養成講座、消費生活スタディの修了者らを対象に時代とともに変化する消費者問題を学びます。昨年度は「食料安全保障の強化に向けた北海道の対応」「水産物の消費拡大に向けた北海道の取り組み」「2024年度問題と消費者～新技術や新制度で変わる物流と消費者の未来～」などをテーマにしました。

本年度は6月21日、11月22日、2月21日の3回、各回午前10時～午後3時の開催です。定員は道立消費生活センターでの会場20人、

オンライン40人。初回は相談支援グループと商品テストグループの職員、北海道消費生活コンサルタントクラブの会員が講師を務めます。

詳しくは、当協会のホームページなどでお知らせします。受講料は1回千円。詳しくは総務・組織連携グループ☎011-211-4217へ。

通信講座消費生活スタディ

日本消費者協会の「消費者力検定テキストやさしく学べる消費生活」を用いて10月～3月に在宅学習で実施します。学んだ成果を測る「効果測定」を提出してもらいます。来年3月にスクーリングを予定。地域協会の会員は所属協会を通じて申し込みください。

定員50人。受講料は会員5千円。一般6千円。期間内に定められた効果測定を提出することで修了証書を授与します。詳しくは道協会ホームページか、総務・組織連携グループ☎011-221-4217へ。

くらしのセミナー

道協会が指定管理を行う道立消費生活センターは、くらしのセミナーを本年度も全7回開催します。

初回の5月22日は「急増するネットトラブルの実態～最近の消費生活相談事例より～」でした。引き続き6月12日、7月3日、9月4日、10月9日、11月6日、12月4日の午後1時～3時まで開催します。テーマは「日本人の主食『米』の魅力」「サーキュラーエコノミーとは」「オーラルケアとは」「北海道の消費から始めるアニマルウェルフェア」「食料安全保障を考える」「サプリメントって何？健康食品とは」などを予定しています。

受講無料。定員は会場参加60人、オンライン100人。詳しくは同センター教育啓発グループ☎011-221-0110へ。

MCTオイルの脂肪酸組成

商品テスト

MCT オイル (Medium Chain Triglyceride: 中鎖脂肪酸油) は、中鎖脂肪酸を豊富に含み、一般的な植物油脂よりも体内における吸収速度が速く、体脂肪として蓄積されにくいなど、健康志向の消費者に注目されています。そこで、市販されている MCT オイルの脂肪酸組成と喫食時における注意点について情報提供します。

テスト品

- ・ MCT オイル 7 銘柄 (No. 1 ~ 7)
- ・ なたね油 1 銘柄 (No. 8)
- ・ ごま油 1 銘柄 (No. 9)
- ・ オリーブ油 1 銘柄 (No. 10)

テストした脂肪酸

- ・ 中鎖脂肪酸 (3 種類)・・・カプリル酸、カプリン酸、ラウリン酸
- ・ 長鎖脂肪酸 (6 種類)・・・ミリスチン酸、パルミチン酸、ステアリン酸、オレイン酸、リノール酸、 α -リノレン酸

テスト品 7 銘柄



※中鎖や長鎖という名称は、結合している炭素の長さによって分類されます。

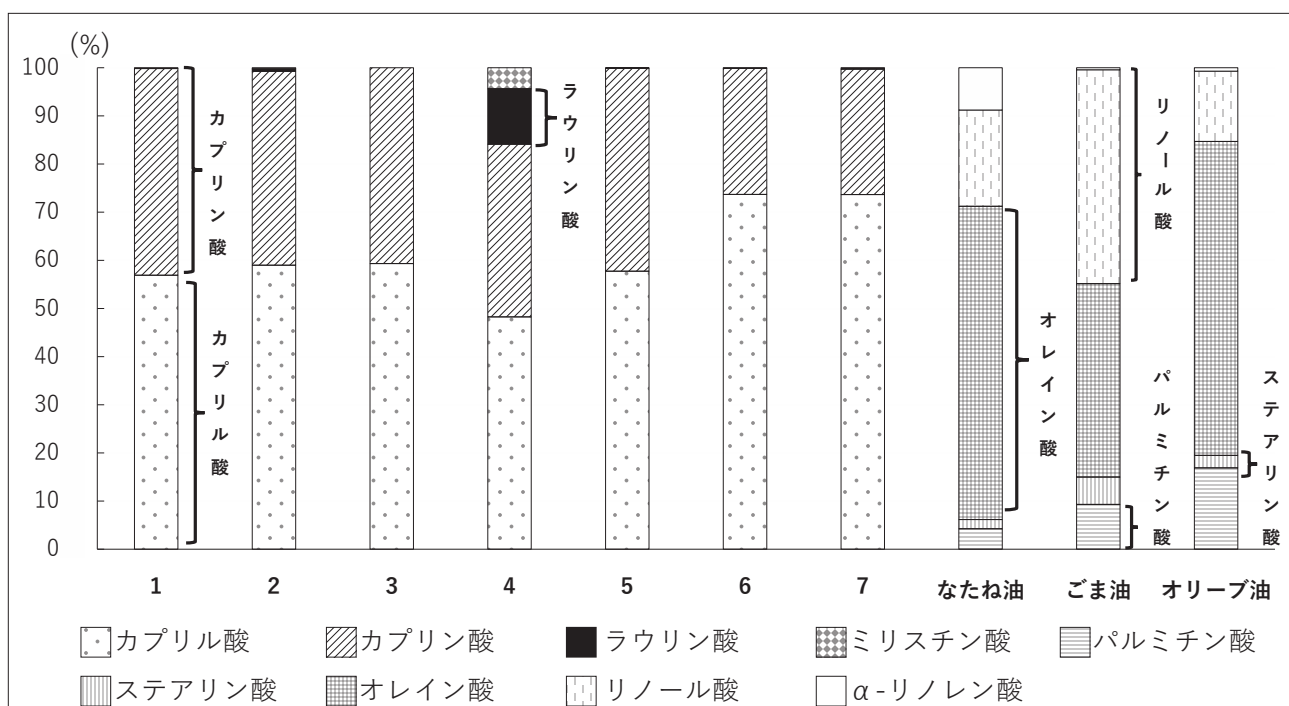
テスト方法

脂肪酸組成：ガスクロマトグラフ (GC / FID) にて測定しました。

テスト結果

表示通りの組成比率

MCT オイルは、ほとんどが中鎖脂肪酸で



テスト結果

No.	商品名 (販売者・製造者・輸入者等)	テストした脂肪酸 (%)									原産国 および 原料 原産地	JAS マーク 等	内容量 (g)	単位 価格 (g/円)	購入 価格 (円)
		カプリル 酸 C8:0	カプリン 酸 C10:0	ラウリン 酸 C12:0	ミリスチ ン酸 C14:0	パルミチ ン酸 C16:0	ステアリ ン酸 C18:0	オレイン 酸 C18:1	リノール 酸 C18:2	α-リノ レン酸 C18:3					
1	仙台勝山館 MCT オイル (勝山ネクステージ株式会社)	56.9	42.9	0.2	-	-	-	-	-	-	インドネシア	無	360	7.1	2,538
2	ORGANIC MCT オイル (紅花食品株式会社)	59.0	40.3	0.3	0.2	0.2	-	-	-	-	スリランカ	有機 JAS	170	8.9	1,512
3	Premium MCT オイル (株式会社プレミアムマーケ ティング)	59.3	40.7	-	-	-	-	-	-	-	マレーシア	無	135	8.6	1,166
4	ORGANIC COCONUT MCT OIL (株式会社ココウェル)	48.2	35.9	11.5	4.4	-	-	-	-	-	フィリピン	有機 JAS	93	15.1	1,404
5	MEDIUM CHAIN TRIGLYCERIDE OIL (株式会社オーバースーズ)	57.7	42.2	0.1	-	-	-	-	-	-	マレーシア	無	236	5.9	1,393
6	日清 MCT オイル 100% (日清オイリオグループ株式会 社)	73.7	26.2	0.1	-	-	-	-	-	-	スペイン製造	機能性 表示食 品	90	9.9	894
7	中鎖脂肪酸油100% MCT オイ ル (イオン株式会社)	73.7	26.1	0.3	-	-	-	-	-	-	スペイン製造	無	145	5.9	861
8	(参考品) 日清 キャノーラ油 (日清オイリオグループ株式会 社)	-	-	-	-	4.2	1.9	65.1	20.0	8.8	国内製造	無	400	0.7	286
9	(参考品) かどやの純正 ごま 油 (かどや製油株式会社)	-	-	-	-	9.3	5.7	40.2	44.4	0.4	国内製造	無	70	3.3	232
10	(参考品) OLIVE OIL EXTRA VIRGIN (株式会社 J-オイルミルズ)	-	-	-	-	16.9	2.6	65.2	14.6	0.7	スペイン製造	無	200	2.9	570

※表中の「-」は不検出を表す。
※原産国表示は、輸入された加工食品において適用され、その製品の原産国の表示が求められる。
※原料原産地表示制度では、国内で製造されたすべての加工食品に対して、原料原産地表示を行うことが義務付けられている。原則として重量割合上位1位の原材料を国別重量順で表示する。また、重量割合1位の原材料が加工食品の場合は、製造地を表示する。

構成され、表示通りの組成比率でした。No.2、4は微量ながら、長鎖脂肪酸であるミリスチン酸、パルミチン酸が検出されました。

参考品として用いた、なたね油 (No.8)、オリーブ油 (No.10) の主たる脂肪酸は長鎖脂肪酸の一つであるオレイン酸であり、ごま油 (No.9) には、他と比べてステアリン酸、リノール酸が多く含まれていました。

表 示

有機 JAS マークのあるものが2銘柄 (No.2、4)、機能性表示食品と表示されているものが1銘柄 (No.6) で確認できました。

価 格

MCT オイルの単位価格は1g 当たり、最小5.9円 (No.5、7) ～最高15.1円 (No.4) で

した。
MCT オイルは参考品の油脂類よりも高いことが分かりました。

消費者へのアドバイス

MCT オイルは一度に大量に摂取するとお腹がゆるくなる場合がありますので、注意しましょう。

また、加熱したときに煙が出始める発煙点が低く、160℃以上に熱すると発火の危険性があるため、炒め物や揚げ物などの加熱調理には使用しないようにしましょう。

MCT オイルは食品容器として用いられる発砲ポリスチレン (PS) 容器等を変質させるため、思わぬ事故を招くことがあります。喫食する際は商品に記載の注意事項をよく読みましょう。

高齢者向けのサポートサービス 利用する際は追加費用が必要！？

問 終活準備のためにインターネット広告を見て、身元保証や葬儀代行、遺品整理サービスなどを行っている事業者から資料請求した。6 日前に喫茶店で会って説明を受けてから、委任契約書を交わし150万円を支払った。契約書をよく読むと、葬儀や病院の送迎を依頼すると追加費用がかかることがわかった。解約したい。

（70代 女性）



答 この事例では、喫茶店に呼び出されて詳しい説明を受けてから契約しているため、特定商取引法の訪問販売に該当すると考えられました。その場合、事業者には法律で定められた事項を記載した書面を交付する義務があり、消費者は書面を受け取ってから8日以内であれば、クーリング・オフができます。

パソコンに警告画面が出た！ ウイルス除去費用を請求されたが…

問 パソコンでアダルトサイトを見た後、ウイルスに感染していると警告画面が表示された。画面に出ていた番号に電話をしたら、外国人のオペレーターからウイルス除去費用4万5千円を電子マネーで支払うようにと言われたが、不審なため、支払っていない。どうしたら良いか。（80代 男性）

答 インターネットを利用中に警告画面や警告音が出て、電話をかけさせてサポート料金などを請求する詐欺的な手口と考えられることを説明し、代金は支払わずに様子を見るよう助言しました。パソコンの電源

消費生活相談

契約書面を確認したところ、クーリング・オフに関する記載があったため、相談者に書面等で申し出るよう助言しました。

高齢者の身元保証や日常生活の支援、死後事務等のためのサポートサービスの契約に関する相談が消費生活センターに寄せられています。思ったようなサービスが受けられず、途中でやめようとしても返金されない条件になっていて、トラブルになるケースもあります。

事業者によって提供されるサービスや料金はさまざまなので、契約内容が自分の希望に合っているか、解約時には返金されるかなどをよく確認する必要があります。

自治体が実施している高齢者支援事業などが利用できる場合もあり、お住まいの地域で提供されているサービスを調べたり、周囲の人に相談したりしましょう。

を入れ直しても警告画面が消えないような場合は、独立行政法人情報処理推進機構（IPA）の「情報セキュリティ安心相談窓口」に相談するよう伝えました。

独立行政法人国民生活センターでもサポート詐欺に関する注意喚起を行っており、最近では大手ソフトウェア会社のマイクロソフト社をかたるケースやインターネットバンキングで送金させる手口もあるようです。

パソコンには、あらかじめ信頼できるセキュリティソフトをインストールしておくなどの対策をしておきましょう。トラブルに遭ったら、速やかに最寄りの消費生活相談窓口にご相談を。



北海道立消費生活センター
相談専用電話

一人で悩むより…

☎ 050-7505-0999