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
https://www.syouhisya.or.jp/

消費者問題実態調査 …………２～３
消費者問題学習会 ………………… 4
外食各社　環境配慮の素材へ …… 4
第３回消費生活リーダー研修講座 ……………………………………… 5
２０２５年度消費生活スタディ ……………………………………… 5
５月は消費者月間 ………………… 5
いわゆるナッツ類の残留農薬 ……………………………………６～７
消費生活相談（終活サポート高額契約／クレジットカード解約） ………8

特殊詐欺の手口やだまされる心理を学んだ消費生活リーダー研修講座＝２月20日、北海道立消費生活センターくらしの教室

協会ホームページ　協会フェイスブック

「太陽光」がいっぱい

イソップ寓話で､天空のツワモノといえば「北風」と「太陽」。両雄が競った結果はご存じの通り、太陽の勝利でした。

それでは、エネルギーとしてはどうでしょうか。

資源エネルギー庁によると、2023年度の電源構成は火力68.6％、原子力8.5％に対し、再生可能エネルギーは22.9％で、このうち太陽光は9.8％、風力1.1％などとなっています。

これから14年後の2040年度見通しを見ると、再エネの比率が高まります。火力３～４割､原子力２割､再エネは４～５割で、うち太陽光は23～29％、風力は４～８％との見通しを立てています。つまり、国としては、太陽光発電には、風力発電どころか、原発以上の発電割合を期待しているのです。

ところが、その期待とは裏腹に太陽光に対して、厳しい「逆風」が吹いています。釧路市では釧路湿原国立公園周辺などを含め市内に出力１千キロワット以上の大規模太陽光発電所（メガソーラー）が20カ所にもおよび、湿原周辺の環境、希少生物などに影響が懸念されるなどとして「ノーモア　メガソーラー宣言」を公表しました。根室市などでも建設抑制に向けた条例制定の動きがあります。

政府は対策として電気事業法を改正し、安全性を確認する第三者機関を設置、自然環境や生物、景観などへの悪影響を抑えるため事業者の監視を厳格化するなどの方向を打ち出しました。

太陽光発電そのものが悪いのではなく、設置の仕方、手法が問題なのです。事業者にはきちんと地域との共生が図れるかが問われています。太陽光発電は、これからが勝負どころです。

買い物かご

会員募集中！申し込みはお近くの消費者協会へ

協会名

デジタルの波 支援求める高齢者　消費者問題実態調査

北海道消費者協会が、消費者の意識を探り、未来を見つめた活動につなげるため実施している消費者問題実態調査の結果がまとまりました。2025年度のテーマは「デジタル」と「物価高騰」です。物価高騰問題は消費者の意識の変化を探ろうと、４年連続で行いました。デジタルは22年度、23年度以来３度目です。

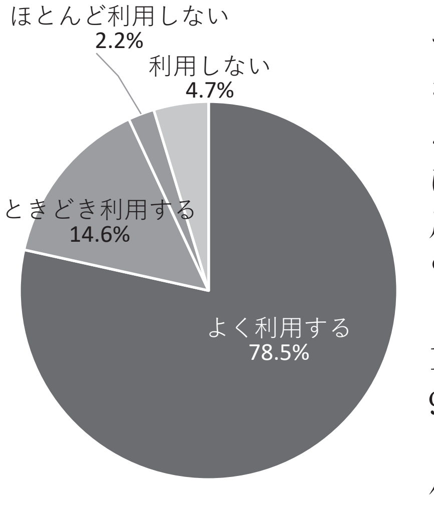
デジタル 浸透度は…

調査は昨年11月から１月にかけて全道60の地域消費者協会の協力で実施。配布枚数は660枚で、回収枚数534枚（うちweb回答152)。協会会員319人、非会員207人、無回答８人。詳細は各協会に配布し、道協会ホームページにも掲載します。

LINE 年代超えて93%が利用

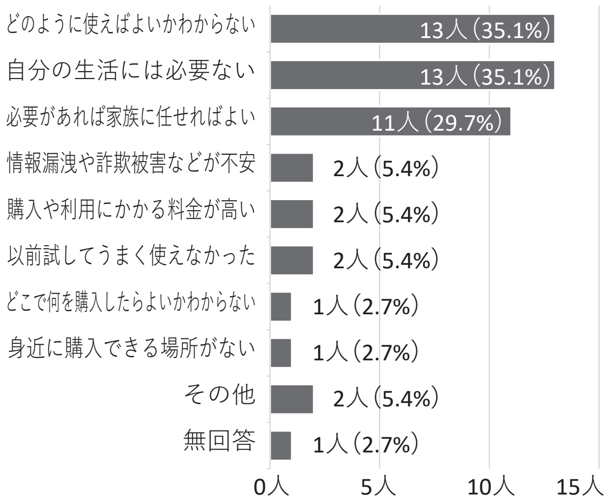
情報通信技術（ICT）の進展の中で、高齢者もスマートフォンを利用するようになるなど、くらしの中でもデジタル技術は身近なものとなってきました。実際にどれだけ浸透し、どのように使われているのかを尋ねました。

●スマートフォンやタブレット端末を利用していますか



スマホやタブレット端末を利用しているかの質問には、「よく利用する」78.5%、「ときどき利用する」14.6%で計93.1%にのぼりました。年代別では10・20代100%、30・40代97.8%、50・60代88.3%、70代63.3%、80・90代28.6%と、年代を超えた利用が見られます。

●利用しない理由は何ですか

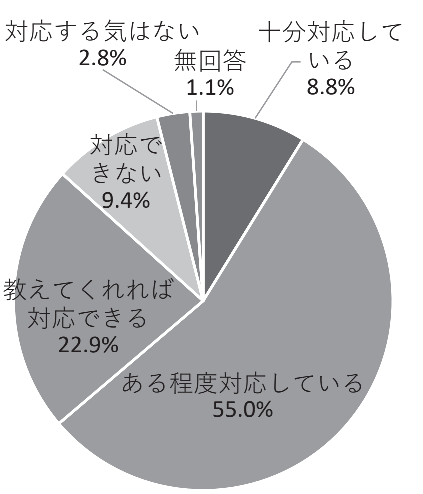


「利用しない」「ほとんど利用しない」という人にその理由を尋ねると、「どのように使えばよいかわからない」「自分の生活には必要ない」がともに35.1%。「必要があれば家族に任せればよい」が29.7%と続きます。

利用するサービスでは、「LINE」93.0%、「電話」81.9%、「カメラ」73.8%、「メール」73.6%の順となり、特にLINEは年代を超えてよく使われている傾向がうかがえました。

●あなたはデジタル社会に対応できていると思いますか

「デジタル社会に対応できているか」を尋ねると、「十分対応している」8.8%、「ある程度対応している」55.0%で二つを合わせると計63.8%になりました。前回調査では「十分適応」6.8%、「ある程度適応」47.2%の計54.0%で、今回は対応できている割合が増えています。



求める支援策については、「わかりやすいシステム」が最も多く47.0％で、次いで「教えてくれる支援者」40.4％、「スマホ講座」36.3％の順となっています。年代別でみると、10～60代は「わかりやすいシステム」が一番ですが、70～90代は「教えてくれる支援者」「スマホ講座」が１、２位を占めました。より初歩的に親身に教えてくれる存在を期待しているようです。

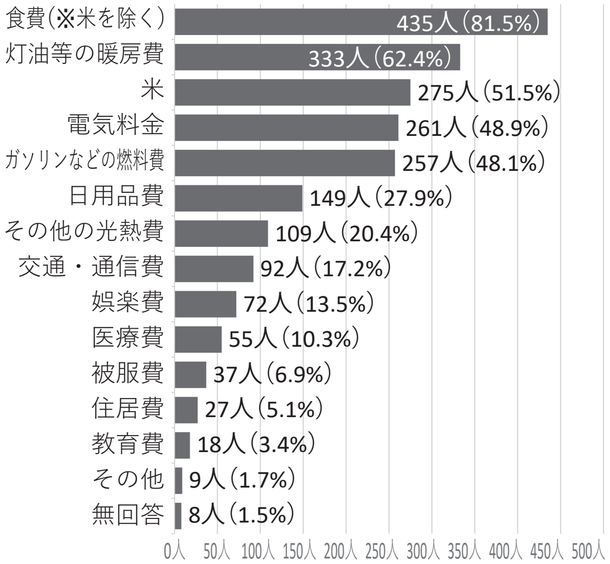
「今後新たに利用したいサービス」については、「確定申告など各種行政手続き」22.5％、「交通機関などのチケット購入」14.5％、「健康管理」14.5％、「スケジュール管理」14.0％、「診療や健康診断」13.5％などが挙げられ、多様な活用への期待がうかがえます。

物価高騰、影響は…

食費、光熱費節約し生活防衛

2025年平均の消費者物価指数は111.2で前年比で3.1％と24年平均の2.5％を上回りました。上昇は４年連続です。なお続く物価高騰をどう受け止めているのか、聞きました。

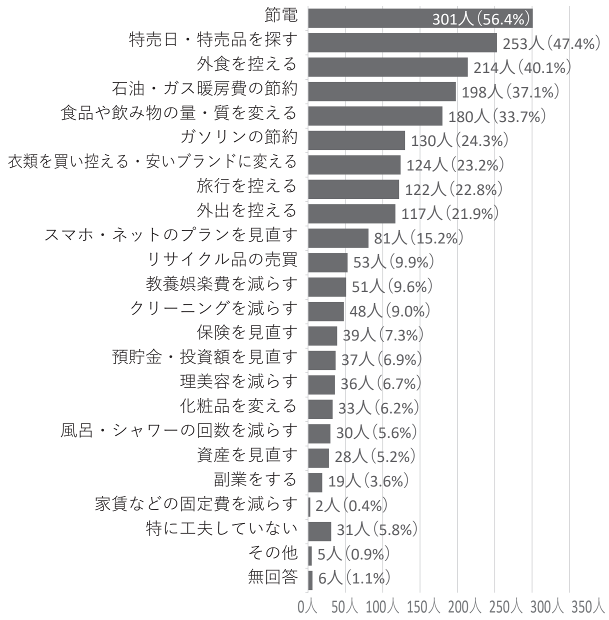
●物価高騰の痛手は、家計の特にどの分野で響いていますか



物価高騰の痛手はどの分野に影響しているかを尋ねると、「食費（米を除く）」が最も多い81.5％。そして「灯油など暖房費」62.4％、「米」51.5％、「電気料金」48.9％と続きます。昨年は５番目だった米が３番目になったことが目を引きます。

家計負担が前年と比べ月額でどのぐらい負担感が増しているかについては、「１万円～２万円未満」が最も多い36.0％でした。次いで「５千円～１万円未満」（23.8％）、「２万円～３万円未満」（21.0％）、「３万円～４万円未満」（6.5％）の順となっています。

●物価高騰からくらしを守るため工夫していることはありますか



物価高からくらしを守るため工夫していることを挙げてもらうと、「節電」（56.4％）がトップ。その後は「特売日・特売品を探す」47.4％、「外食を控える」（40.1％）、「石油・ガス暖房費の節約」（37.1％）、「食品や飲み物の量・質を変える」（33.7％）、「ガソリンの節約」（24.3％）と続きます。

国や道に望むことは何かを尋ねました。一番多かったのは、「食品価格の引き下げ・据え置き」（42.8％）。続いて「年金の引き上げ」（40.4％）、「ガソリン・灯油などへの価格補助」（37.9％）、「消費税の引き下げ」（34.8％）、「賃金の引き上げ」（29.5％）などとなっています。

家計の痛みを表現してもらうと、「やがて限界を超える」が最も多い40％。「限界を超えた」9.6％、「限界を超えようとしている」21.4％を合わせると、苦しい生活に直面している家庭は71％に達することが浮かび上がります。

地域の課題など話し合う

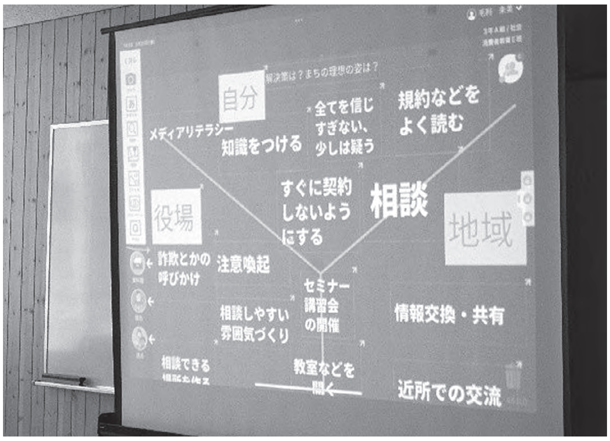
４市町で消費者問題学習会

北海道消費者協会は、消費者問題に関するテーマへの理解を深め、地域消費者協会の現状や課題について意見交換を行う「消費者問題学習会」を、昨年10月から今年１月にかけて本別、下川、深川、苫小牧で開催しました。

各学習会では、冒頭、消費者問題の現状について嵯峨仁朗専務理事より説明があり、その後、道協会の道高真理デジタル推進担当部長を講師に、地域の共通の課題である人口減少や少子高齢化、デジタル化への対応とデジタル消費者教育について学びました。後半は、各地域協会のメンバーと道高部長が懇談会を行いました。

本別では会員の高齢化が課題とされる一方、若手職員から「男の料理教室を開きたい」など、前向きな発言が積極的に出され、同席した道協会の村上早苗副会長（帯広消費者協会会長）も今後の展開に期待を寄せていました。十勝ブロックとしても、今後の連携をさらに深めていく方針です。

また、下川町では２月20日に「デジタル消費者教育」を実施。深川市および苫小牧市の両消費者協会でも、次年度の実施に向けた準備が進められています。苫小牧では「時代に合わせて私たちも変わらなければ」との声も上がり、今後の活動に意欲を見せていました。



（写真上）世代間交流で話し合った内容を表示
（写真左）下川町でのデジタル消費者教育

ドリンク　環境に優しく飲みやすく

外食各社 広がる取り組み

環境に配慮し、大手外食各社と国内大手テーマパークは冷たい飲み物用のストローをプラスチック製から紙製に変更して提供していた時期がありました。しかし、利用客から「唇にくっつく」「ふやけて口当たりが悪い」と不評でした。

そこで、より環境に配慮した植物由来のバイオマスプラスチック製ストローや、飲み口が付いているストロー不要の蓋に代替えしています。

日本マクドナルドでは、リサイクルペット100％製の「ストローレスリッド」＝写真＝で飲み物を提供しています。

各社とも環境配慮型素材を使用することで、二酸化炭素などの温室効果ガスを減らすことが目的です。

タリーズコーヒージャパンでは、2019年に手提げ袋とストローをバイオマスプラスチック配合に変更。ストローは従来品より３cm短くしました。さらに、紙ナプキンは「シルバースキン」と呼ばれる薄いコーヒー豆の種皮を配合しています。

ストローが不要な場合、断ることもできます。少しでも地球に優しい外食をしませんか。

詐欺、サイバー犯罪対策学ぶ

消費生活リーダー研修講座

北海道消費者協会は２月20日、道立消費生活センターで2025年度第３回の消費生活リーダー研修講座を開催し、53人が受講しました。

１講座目は「特殊詐欺及びSNS型投資・ロマンス詐欺の現状と対策」と題し、北海道警察本部生活安全企画課の楠原倫子係長が講演し、「令和７年はニセ警察詐欺が最も多かった」と注意を呼びかけました＝**写真**＝。

次に「サイバー犯罪の実例と被害に遭わないために」をテーマに、道警サイバーセキュリティ対策本部の関俊介主任が講演。「インターネットを見ていると、ウィルスに感染しましたという画面が出てサポートセンターに電話するよう指示される詐欺があるが、その場合、Windowsならキーボードの ESC ボタンを長押しすれば解決できる」と詐欺防止の方法などを助言しました。

最後は、北大大学院文学院心理学講座の河原純一郎氏がオンラインで「なぜ人はだまされるのか―認知心理学の視点から―」をテーマに講演＝**写真**＝。「国際電話から電話がかかってきたら、場合によってはこちらの声が録音されて悪用される場合があるので、無視するのが良い」などと話しました。

消費生活スタディ 22人が修了

道協会は、地域の担い手を育てるために通信講座「消費生活スタディ」を毎年10月から３月まで実施しており、３月６日に道立消費生活センターでスクーリングを行いました。今期は22人が修了し、修了生は延べ3,070人になりました。

スクーリングでは、同センター相談支援グループの斎藤清美主査が最新の相談事例を紹介。「ダークパターンという通信販売の広告で騙されることがある。『今買わないともう買えない』と表示され焦って思わず契約してしまうので注意」と話しました。また、商品テストグループの三田寿江主任技師は商品テストの最新事例を紹介し、「リチウムイオン電池の発火事故が多い。高温になる場所に放置しないように」と強調しました。

午後は、猪野亨弁護士が「くらしと契約」をテーマに講義＝**写真**＝。「契約書に判を押すということは非常に重要な意味がある。あとで一方的にやめたと言えない」などと解説しました。

５月28日に消費者月間イベント

消費者庁は毎年５月を「消費者月間」として消費者問題に関する啓発・教育を行っています。2026年度の消費者月間統一テーマは「見える情報　見えない仕組み～ＡＩ時代　消費者力を高めるために～」です。道協会も啓発活動の一環として、５月28日（木）に札幌駅前通地下広場（チカホ）北３条交差点広場（西）で関連イベントを開催します。

鶴居村協会の山崎会長逝去

鶴居村消費者協会の山崎達生会長（道協会理事）は病気加療中のところ、１月11日に逝去されました。心よりご冥福をお祈りいたします。

いわゆるナッツ類の残留農薬
～18銘柄から農薬は不検出～

商品テスト

　ピーナッツやアーモンド等のいわゆるナッツ類は、栄養価の高さや手軽に購入できることから、よく食べられていますが、害虫やカビによるリスクがあり、栽培段階で農薬が使われることがあります。また、ナッツ類は多くを輸入に依存しており、その安全性評価は重要です。そこで市販のナッツ類を対象に残留農薬を調べ、消費者へ情報提供します。

テストした18銘柄

テスト品

いわゆるナッツ類　18銘柄
- アーモンド　　　　３銘柄（№１～３）
- カシューナッツ　　３銘柄（№４～６）
- くるみ　　　　　　３銘柄（№７～９）
- ピーナッツ（※）　３銘柄（№10～12）
- ピスタチオ　　　　３銘柄（№13～15）
- ミックスナッツ　　３銘柄（№16～18）

※ピーナッツは植物学上、「豆類」に分類されますが、外見や食感から一般的にナッツとして認識されているため、本テストでは、これらを総称して「いわゆるナッツ類」としました。

調べた農薬

- 412種類の農薬

テスト方法

- ガスクロマトグラフ質量分析計で測定。

テスト結果

　412種類の農薬を調べたところ、農薬は検出されませんでした。
　食品衛生法で規定される残留農薬基準では、各ナッツに残留農薬基準値が設定されており、くるみに195種類 、アーモンドに204種類、ピーナッツに214種類、その他のナッツ類（カシューナッツ、ピスタチオ）に198種類の農薬が設定されています。また、残留農薬基準とは別に「ポジティブリスト制度」があります。この制度は、残留農薬基準が設定されていない農薬等の安全管理を目的としており、食品中に農薬等が一律基準（0.01 ppm）を超えて残留してはならないとしています。今回のテストでは一律基準を超えた銘柄はありませんでした。

表示

　食品表示法に規定される義務表示事項が全銘柄で確認されました。
　食物アレルギーは特定の食物を摂取した際に免疫反応が過敏に働き、身体に不利益な症状が生じる現象です。特にピーナッツ、くるみは症例数が多く、食後２時間以内に発症する即時型のアレルギーでは、蕁麻疹（じんましん）や咳などの症状に加え、重篤な症状を引き起こすことがあるため、食品表示法では「特定原材料」に指定され、表示義務があります。
　２銘柄（№５、８）に有機JASマークが

テスト結果

No.	商品名	テストした農薬（412種類）	原料原産地または原産国表示等	販売者等	内容量（g）	購入価格（円）	単位価格（円/g）	購入店
1	COOP 食塩不使用アーモンド	不検出	アメリカ	日本生活協同組合連合会	96	323	3.4	生活協同組合コープさっぽろ 植物園店
2	ディナフト 素焼きアーモンド	不検出	アメリカ	イオン(株)	200	408	2.0	イオン札幌　桑園店
3	富澤商店 生で食べられるアーモンド	不検出	アメリカ	金鶴食品製菓(株)	100	497	5.0	富澤商店 ステラプレイス札幌店
4	COOP 食塩不使用カシューナッツ	不検出	インド	日本生活協同組合連合会	75	323	4.3	生活協同組合コープさっぽろ 植物園店
5	トップバリュ　グリーンアイ オーガニック　素焼きカシューナッツ	不検出	インド	イオン(株)	90	429	4.8	イオン札幌　桑園店
6	ディナフト 素焼きカシューナッツ	不検出	ベトナム	イオン(株)	150	409	2.7	イオン札幌　桑園店
7	トップバリュ 生くるみ	不検出	チリ	イオン(株)	95	321	3.4	イオン札幌　桑園店
8	トップバリュ　グリーンアイ オーガニック　素焼きくるみ	不検出	アメリカ	イオン(株)	90	429	4.8	イオン札幌　桑園店
9	富澤商店　WALNUT SNACK 生で食べられるくるみ チャンドラー種	不検出	アメリカ	(株)旭食品	100	507	5.1	富澤商店 ステラプレイス札幌店
10	北海道はまなす食品(株) 大粒ピーナッツ	不検出	中国	北海道はまなす食品(株)	200	279	1.4	生活協同組合コープさっぽろ 植物園店
11	トップバリュ 素焼きうす皮付きピーナッツ	不検出	中国	イオン(株)	135	235	1.7	イオン札幌　桑園店
12	でん六 FRESH ＆ TASTY　バタピー	不検出	中国	(株)でん六	105	199	1.9	イオン札幌　桑園店
13	ローソン 香ばしピスタチオ	不検出	アメリカ	共立食品(株)	36	278	7.7	ローソン 札幌北6条西十四丁目店
14	トップバリュ ピスタチオ	不検出	アメリカ	イオン(株)	73	343	4.7	イオン札幌　桑園店
15	富澤商店 ピスタチオ　ロースト	不検出	アメリカ	金鶴食品製菓(株)	100	637	6.4	富澤商店 ステラプレイス札幌店
16	トップバリュ　ベストプライス ミックスナッツ	不検出	中国、アメリカ等	イオン(株)	50	108	2.2	イオン札幌　桑園店
17	稲葉 クレイジーソルト塩ナッツ	不検出	アメリカ	稲葉ピーナッツ(株)	126	645	5.1	イオン札幌　桑園店
18	ディナフト ミックスナッツ	不検出	中国、アメリカ等	イオン(株)	245	408	1.7	イオン札幌　桑園店

※価格は税込み

ありました。有機JASマークは、農薬や化学肥料などの化学物質に頼らずに生産された食品に付けられるマークであり農林水産省が定める国家規格です。

有機JASマークの貼付は、有機JAS規格に適合して生産・製造が行われていることを登録認定機関が検査し、認定した事業者のみに認められます。

有機 JAS マーク

消費者へのアドバイス

412種類の農薬を調べた結果、すべての銘柄から農薬は検出されませんでした。

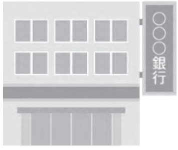
ナッツ類のうちピーナッツ、くるみはアレルギーの症例数の多さから「特定原材料」（8品目）に指定されています。

特定原材料に指定されていないその他のナッツ類についても、アーモンド等については「特定原材料に準ずるもの」（20品目）として扱われていますが、義務表示ではありません。このことから、食物アレルギーを有する人は注意が必要です。よく表示を確認しましょう。

消費生活相談

安心するつもりで終活サポートを契約 高額な契約で支払いにためらいが…

問　高齢の夫婦二人暮らしで子どもがいないことから、終活について検討していた。新聞で終活サポート事業者の広告を見て資料請求をしたところ、事業者が自宅に来ることになった。６日前に来訪があり、夫婦二人で終活のために必要なサポートについて話を聴き、総額380万円で契約し、クーリング・オフについて書かれている契約書面を受け取った。昨日、金融機関に出向き契約額全額を事業者の口座に振り込もうとしたが、高額なため振り込みをためらっていた。金融機関の窓口で振り込む理由を聞かれて迷いがあることを伝えたところ、振り込みはいったん止めて消費生活相談窓口に相談するよう勧められた。やはりクーリング・オフしたい。（80代　男性）



答　この相談では、自宅で終活サポートの契約を締結していることから、特定商取引法の訪問販売に該当すると考えられます。その場合、事業者は同法で定められた内容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た日から８日間以内はクーリング・オフをすることができます。

相談者にはクーリング・オフ通知を送るよう助言して、センターから事業者に連絡を入れたところ、クーリング・オフに応じると返答があり、相談を終了しました。

終活について関心が高まっていますが、家族や親族に代わって高齢者の身元保証、日常生活の支援などを行う「高齢者等終身サポートサービス」は、事業者によって提供されるサービスの内容や料金体系などが異なるため、よく確認しましょう。国は、「高齢者等終身サポート事業者ガイドライン」と、チェックリストを作成していますので、検討する際には参考にしましょう。

クレジットカードを解約したつもりが… ハサミを入れて破棄しただけではダメ？

問　最近使っていなかったクレジットカードにハサミを入れて破棄した。ところが先日、クレジット会社からサービス手数料として1,700円を請求する書面が届いた。クレジット会社に問い合わせるために何度も電話をしたが、混み合っている旨の音声ガイダンスが流れてつながらない。クレジットカードは破棄したため、サービス手数料は支払いたくない。（80代　女性）

答　プラスチックのクレジットカードにハサミを入れて破棄しただけでは、解約手続きを終えたことにはなりません。解約を希望する場合は、クレジット会社に連絡を入れる必要があります。

この事例では、解約の手続きを行っていないため、クレジットカードを所有しているとみなされて、利用していなくても契約約款等に基づき手数料を請求されたと考えられます。

当センターからクレジット会社に連絡を取ったところ、クレジット会社から相談者に電話をするとのことでした。相談者には、クレジット会社からの電話を受けた際には、サービス手数料の詳細を確認し、解約を申し入れるよう伝えて相談を終了しました。

困ったことがあれば、最寄りの消費生活相談窓口に相談しましょう。

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…　**TEL 050-7505-0999**

「消費生活相談」の記事は道立消費生活センターの提供によります。本紙の記事を転載する場合は総務・組織連携グループ011-221-4217までご連絡ください。