

きよせ
くらしのハンドブック

コロナ
環境

令和2年度
テーマ「コロナと環境」

発行：清瀬市消費生活センター
協力：清瀬市登録消費者団体連絡会

はじめに

1997（平成9）年5月1日、清瀬駅北口徒歩5分の場所に消費生活センターは開館しました。

内部は木のぬくもりがあり、高齢の方や、障がいがある方にも安心してお使いいただけるようにバリアフリー設計となっています。消費生活に関する様々な情報がありますので、気軽にお立ち寄りください。

《目 次》

消費生活センターとは？	1
くらしに潜む消費者トラブル	6
クーリング・オフ制度	10
第41回清瀬市消費生活展 テーマ「コロナと環境」	12
登録団体の紹介	21



消費生活センターとは？

清瀬市消費生活センターは、市民の皆さまの消費生活の安定と向上をはかることを目的としています。消費生活相談・学習・消費者活動の場としてご利用ください。

【消費生活相談】

増加する悪質商法や不当請求をはじめ、商品やサービスのトラブルを専門の資格を持った相談員が一緒になって考え、解決のためのお手伝いをしています。料金はかかりませんので、ひとりで悩まず気軽に相談ください。

対象：清瀬市在住・在勤・在学の個人の方

※事業者の方の事業に関する相談はお受けできません。

方法：電話または来所にて相談

相談員より

「最後まで決してあきらめない」ことを相談員全員が心がけ、悪質な消費者トラブルから被害者を救済するため、相談者へのアドバイスや事業者との交渉を粘り強く行っています。契約などで迷った時も消費生活センターにぜひご相談ください。

【相談電話】 **042-495-6212**

【相談時間】 月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

午前10時～12時、午後1時～4時

全国共通の電話番号 **188**（いやや 消費者ホットライン）



ちえのわ

高齢者を詐欺被害から守るために 人間でも加害者になれる...
「詐欺被害者救済センター」が、高齢者を詐欺被害から守るために、人間でも加害者になれる...
詐欺被害者救済センターは、高齢者を詐欺被害から守るために、人間でも加害者になれる...
詐欺被害者救済センターは、高齢者を詐欺被害から守るために、人間でも加害者になれる...
詐欺被害者救済センターは、高齢者を詐欺被害から守るために、人間でも加害者になれる...

誰もがみんな詐欺被害者守り隊!
詐欺被害者救済センターは、高齢者を詐欺被害から守るために、人間でも加害者になれる...
詐欺被害者救済センターは、高齢者を詐欺被害から守るために、人間でも加害者になれる...
詐欺被害者救済センターは、高齢者を詐欺被害から守るために、人間でも加害者になれる...

詐欺被害に自動通話報告書
詐欺被害者救済センターは、高齢者を詐欺被害から守るために、人間でも加害者になれる...
詐欺被害者救済センターは、高齢者を詐欺被害から守るために、人間でも加害者になれる...
詐欺被害者救済センターは、高齢者を詐欺被害から守るために、人間でも加害者になれる...

【消費生活に役立つ情報の提供】

消費者被害防止や消費生活に役立つ情報の提供、各種講座などを行っています。



- 広報誌「ちえのわ」の発行（年4回）
- 啓発冊子やパンフレット等の発行・配布
- 製品事故情報やリコール情報の発信

【消費生活に関する講座の開催・啓発活動】

- 消費生活講座の開催（センターで実施する講座には保育も付いています）
- 消費生活展の開催
- きよせ出前講座への講師（消費生活相談員）派遣
- 関連図書やDVDの閲覧・貸出



講座の様子

【消費者活動の支援】

- 消費生活センター登録団体の活動や学習・研究の支援
- グループ活動室の貸出
- きよせエコまつり（例年6月）開催支援

【リサイクル情報】（さしあげます・ゆずってください）

- 一般家庭で不用になったまだ使えるものが再利用できるように、市報きよせ（毎月15日号）、清瀬市ホームページ、センターの1階ロビー掲示板にて情報提供しています。（無料譲渡に限ります）

【施設について】

- 2階は駅前乳児保育園のため、ご利用できません。
- 1・3・4階には男女別トイレと多目的トイレがあります。

《1階》事務室・ロビー

入口には使用済小型家電回収ボックスがあります。

奥には図書や啓発チラシ・パンフレット等のコーナー、冷水機、コピー機（10円）があります。



奥には冷水機もあります。

《3階》テスト兼調理室

簡易商品テストや調理などに使用できます。 ※定員 37 名
包丁、鍋などの調理道具や茶わんやコップなどの食器もあります。



《4階》会議室

机を使用した会議、学習会などに使用できます。会議室1と会議室2がありますが、合わせて広く利用することもできます。

※間仕切りを取ると定員41名



会議室1 ※定員 25 名



会議室2 ※定員 10 名

《4階》集会室

畳の部屋（和室）で、座卓や座布団があります。 ※定員18名



施設使用料

時間 室名	9時 ～ 12時	13時 ～ 17時	18時 ～ 22時	9時 ～ 17時	13時 ～ 22時	9時 ～ 22時	定員 (人)	面積 (㎡)
	午前	午後	夜間	午前 ～ 午後	午後 ～ 夜間	全日		
集会室	800	1000	1400	1800	2400	2900	18	31.01
会議室 1	1300	1600	2200	2900	3800	4600	25	48.10
会議室 2	300	500	600	800	1100	1300	10	20.43
会議室 1・2	1600	2100	2800	3700	4900	5900	41	76.84
テスト兼調理室	2100	2800	3800	4900	6600	7800	37	79.22
保育室	上記の施設利用時に併せて利用可能（要予約）							

（■の単位：円）※館内・敷地内は全面禁煙です。

申し込みは希望する日の1ヶ月前の1日から随時受付します。
施設を借る時には「きよせ公共施設利用者カード」が必要です。
詳細は職員にお尋ねください。

— 「悪質な訪問販売お断り！」シールを配布しています—

突然訪問してきて強引に契約をせまる悪質な訪問販売には、「いきりません！」ときっぱり断ることが大切です。しかし断り切れずにトラブルになるケースもあります。意思をあらかじめ表示できるようにお断りシールを配布しています。

屋外用

屋内用



「悪質な訪問販売お断り」シールをご活用ください

くらしに潜む消費者トラブル

トラブル事例 ①

－ 不当請求 －

利用している通販会社アマゾンの名前で『未払い金があります、至急連絡をください。放置すると法的手段をとります』というメールがきた。

消費生活相談員からのアドバイス

⇒ 大手通販会社の名前を騙った不当請求です！

あわてて記載されている電話番号や、URLにアクセスしないこと。「こちらには購入記録の証拠がある」と脅されたり、URLを開けることで個人情報を取られたりします。

《解説》

多くの人々が利用する通販会社の名前で不特定多数に出される詐欺メールです。その他宅配会社や、大手通信会社名を名乗ります。どの会社からもこういった文面での支払い請求が来ることはありません。



トラブル事例 ② —保険金で家の修理—

『火災保険に加入していれば、雨樋や屋根の修理が無料でできますよ、他に一円も費用はかかりません、保険金の申請手続きも全部やります』という電話があった。

消費生活相談員からのアドバイス

事業者に保険金申請をしてもらおうと、工事代金が保険金より大幅に上回っても工事契約を断りにくくなります。また、保険金が工事見積代金より少ないからと工事を断ると、多額なキャンセル料請求をされることもあります。

《解説》

火災保険は台風など自然災害による住宅の損害を補填してくれます。しかし、補償内容、支払い対象は加入の仕方、保険によって違うので工事費用が全額賄えるとは限りません。火災保険による家の修理を検討するなら、顔の見える業者さんを選びましょう。



トラブル事例 ③

－ 原状回復費用は借主負担？－

5年間借りていた2DKのアパートを退去することになった。立合いの時には特別何も言われなかったのに、後から敷金をはるかに超える高額な請求書が送られてきた。内容は壁紙（クロス）、網戸の張り替え、畳替え、フローリングの修理などだった。

それらの費用は全て借主負担なのか疑問に感じて、不動産会社に申し出たら、原状回復費が借主負担であることは契約書に書いてあると言われた。

消費生活相談員からのアドバイス

⇒「賃貸住宅契約書の原状回復」の意味を理解しましょう！

通常に暮らして発生する損傷・汚れの修繕は借主負担ではありません！

《解説》

「原状回復」とは、借主の故意、不注意でできた汚れ・破損などを元に戻すという意味です。例えばタバコの火による畳のコゲや穴、インクをこぼした痕、穴をあけたクロスや網戸などが対象です。

5年の間に生じた自然な損傷や汚れは、次の借り手のために家主負担できれいにすべきです。きちんと申し出ましょう。

トラブル事例 ④

— 定期購入契約だった健康食品 —

インターネットで「今だけ500円！」という健康食品のキャッチフレーズを見て、申し込んだら、次の月にまた同じものが届いた。

事業者にお問い合わせたら、契約ではあと3回商品が届くという。しかも代金は2回目からは7800円だった。

消費生活相談員からのアドバイス

⇒ **安いから得だと飛びつかないこと！**

申込み画面をよく見ましょう！安いのには訳があります。申込みを誘う安い金額にだまされないで！

《解説》

このケースのトラブルは主に化粧品、健康食品購入で起きています。インターネット上では、繰り返し申し込みを誘う体験談や写真がアップされています。法の改正により物品の継続販売について、総額についての分かりやすい表示が必要とされていますが、いまだあいまいな画面表示をしている事業者もいます。

申し込み前に契約条件をよく読みましょう。



ご存じですか？ クーリング・オフ制度

クーリング・オフ制度は、消費者が契約したあとで、冷静になって考え直す時間を与え、一定期間内であれば無条件で一方的に契約を解除できる制度です。「突然の訪問販売で不要な物を買ってしまった」、「エステの格安チケットを使って脱毛エステを受けたが、施術後に高額な契約を勧められ、断り切れずに契約してしまった」このような不意打ち的な取引で契約した場合は解除できます。

契約書を受け取った日を含めて、一定期間内にハガキ（簡易書留）で通知します。消印がクーリング・オフ期間内であれば有効です。

（表）

<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">切手</div> <div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center; justify-content: center;"><p>販売会社名</p><p>代表者</p><p>様</p></div>	<p>販売会社 の住所</p>
--	---------------------

（裏）

<p>契約解除通知</p>
契約年月日
契約金額
販売会社名
担当者
上記契約を解除します。
支払った金額 円を返金し、 商品を引き取ってください。
令和 年 月 日
（契約者住所）
（契約者氏名）

クーリング・オフ



⇒ **必ず確認しておきましょう**

- 購入（契約）した場所はどこですか？
- 購入（契約）した商品・サービスは何ですか？
- 購入（契約）金額はおいくらですか？
- 契約書面はありますか？
- 契約書面を受け取った日から起算して何日目ですか？
- 営業目的の購入（契約）ではないですか？
- 販売会社からクーリング・オフについて嘘を言われたり、妨害行為をされていませんか？

⇒ **クーリング・オフができない取引にご注意ください！**

- ① 自ら店舗（固定的施設で一定期間以上にわたり、商品等を陳列して商品が自由に選択できる場所）に出向いて購入（契約）した場合
- ② 通信販売で購入（契約）した場合
- ③ 自動車購入・リース、飲食店での飲食、代金3千円未満の現金取引、葬式など
- ④ 化粧品、健康食品、配置薬などの政令指定消耗品（8品目）を消費した分
- ⑤ 営利目的の購入（契約）

クーリング・オフ



第41回 清瀬市消費生活展

テーマ「コロナと環境」

日 時：令和2年11月28日（土）10：00～16：00

会 場：清瀬市消費生活センター
3階 グループ活動室（展示）
4階 会議室（講座）

消費生活展は、1年に一度、毎年10月市民まつりと同日に消費生活センターと登録団体が、団体の活動や、消費者問題を広く知っていただくために、活動の展示・健康チェック・ごみの分別相談・リユース食器の回収・販売、おもちゃ修理、吊るし飾り展示と製作体験、消費生活相談などを行っていますが、今年は新型コロナウイルス感染症の影響で、11月28日（土）に延期し、規模も縮小して開催する予定です。

今回は、登録団体の活動の展示と、「コロナと環境とくらし～コロナ危機とシステムチェンジ～」をテーマに国際NGOのFoE Japan（フレンズ・オブ・アース・ジャパン）の満田夏花さんを講師にお招きします。

令和2年度 第41回消費生活展の
テーマは「コロナと環境」です。

今回は「ごみの出し方、減らし方」と「コロナに負けないために」をテーマに、登録団体より情報や課題をお届けします。

～ コロナ禍と暮らし ～ ごみの出し方、減らし方

新型コロナウイルス感染症のパンデミックに伴い、3月2日からの一斉休校、4月7日から5月25日までの緊急事態宣言により、私たちの暮らしは大きな影響を受けました。

マスクの捨て方やごみが増えているのではなどの疑問が沸き、瀬市ではどうなっているのか、ごみ減量推進課でお話を聞いてきました。

使用済みマスクやティッシュは 可燃ごみに

- 使用済みマスクとティッシュは、収集する方の感染予防のため、焼却処分します。
- 容器包装プラスチックや古紙・古布で出さないください。
材質にかかわらず、針金が入っている物もそのまま、可燃ごみで出してください。
- 必ず、透明又は半透明のビニール袋に入れ、しっかり縛って、可燃ごみの袋に入れてください。

※感染症が長引くと、市民が毎日使い捨てマスクを使うことで、ごみが増えます。燃やすごみを減らすために、洗って何度でも使えるマスクを使うのも一つの方法です。

■ステイホームでごみが増えた■

2020年3月から5月に清瀬市民が出したごみの量を前年と比べてみました。

	2020年3～5月	増えた量	対前年比
可燃ごみ	2,591,650kg	170,810kg	107.1%
不燃ごみ	479,490kg	75,880kg	118.8%
粗大ごみ	28,680kg	8,340kg	141.0%
容器包装プラ	270,890kg	16,570kg	106.5%
計	3,370,710kg	271,600kg	108.7%

(清瀬市ごみ減量推進課提供資料より)

●全体的に増えましたが、粗大ごみの増え方が目立ちます。

「ステイホーム」で、家の中の片付けをする人が多かったことによるものでしょう。

- ・ 通常は申し込んで1～2週間後に収集されるのですが、申し込んでから3週間以上待ちになりました。
- ・ また、下宿のごみ減量推進課に直接持ち込む人が増えています。
- ・ まだ使える家具や家電製品、布団などが出されるそうです。
シルバー人材センターは緊急事態宣言時の5月の1か月間、また、リサイクルショップなどが一時期稼働していなかったこともあるようです。

●不燃ごみの増え方も多く、これも片付けの影響のようです。



●容器包装プラスチックも増えました。

3ヶ月で16,570kg。プラスチックは軽
いので容量は膨大で、ごみ収集車約26台
分が増えたことになります。

テイクアウトが増えた影響でしょうか

■ごみを減らすためにできること■

コロナ禍で、感染予防と環境の悪化を阻止するために私たちにで
きることは、ごみを減らすことです。

ごみを減らすくらし方を考えてみました。

1) 食べ切る、使い切る、買い過ぎない

ステイホーム中の片付けで、要らないモノがたくさんあったこ
とに気づかされました。要らないモノは買わない(良いモノを長
く使う)、食品も買い過ぎない、作り過ぎないことが、ごみを減
らす基本です。

2) 生ごみの水切りをしっかりと

生ごみの大半が水分です。水分を良く絞らずにごみに出す
と、税金を使って水を運び、燃やすことになります。

3) びん・缶・容器包装プラスチックなどは、中味を空にして サッと洗い、乾かしてから出す

特に容器包装プラスチックに中味が入っていると、ごみ収集車
のなかで周りのきれいな容器包装プラスチックに汚れがつき、
資源にならなくなってしまい、ごみが増えます。

4) 容器包装プラスチックは小袋にまとめない

中間処理の現場では、すべての容器包装プラを手選別で点検し、不適合物を選び分けています。小袋に入っていると、小袋を破るのが大きな手間になります。

また、不適合物が一定の割合を超えると、全部指定業者に出すことができず、市が独自に処分することになり、多額の費用がかかります。ボールペンなどのプラスチック商品は絶対に入れないでください！

5) 古布は、雨の日には出さない

ぬれると資源に回せず、すべて可燃ごみになってしまいます。

6) 紙おむつは、中味を除いて出す

中味はサッとトイレに流し、透明または半透明の袋に入れ、おむつと書き、出してください。

♥感染の脅威と戦いながら、ごみを収集し、中間処理して下さっている方々への感謝や励ましのコメントが添付されていると、とても元気づけられるそうです。

♥私たちの出したごみが集積場から、多くの人の手で処理され、どこへ行くのか、想像してみてくださいね。

■「これは何ごみ？」■

分別がわからなかったら…

清瀬市ホームページから、ごみ分別アプリをインストールすると便利です。アイウエオ順に記載されたごみ分別辞典、カレンダー付きです。

ホームページの「ごみサク」なら直接見ることができます。



アンドロイド



아이폰

担当 林屋創一・坂巻真砂子

～ コロナ禍とくらし ～ コロナに負けないために



現在、新型コロナウイルスに対するワクチンや特別な治療薬はなく、症状に合わせた対処療法がおこなわれています。そんな中、病気から自身を守るためには自己免疫力を高めることが重要です。ウイルスは粘膜などから体内に入ると、体内の細胞に侵入してその力を借りて増殖します。その過程で体内の免疫細胞（多種多様な白血球の仲間）がウイルスを異物として認識して排除しようとします。免疫細胞が早いうちに^{せんめつ}殲滅できれば軽症、長期化すると重症化します。身体を守る免疫システムは、デリケートでストレスや食生活の乱れ、不規則な生活などで低下されます。毎日の食事を少し工夫することで体内環境の免疫力を上げることができます。

ここでは 免疫力を上げるために必要なポイントと定番食材の効果的な食べ方を紹介します。

毎日食べる食事を工夫して免疫力を上げる



味噌



キムチ

(1) 腸内環境を整える（免疫細胞の7割は腸内に存在）

体内に入った食べ物が運ばれる腸は、異物侵入の危険があり、腸内の粘膜に体内の70%の免疫細胞が存在して異物の侵入に備えています。腸内環境を整えることで善玉菌が住みやすいように便通をよくするなど、食物繊維を多く含む食品、ヨーグルト、キムチ、味噌、ぬか漬、納豆などを摂取する。



納豆

<免疫力を上げる効果的な食べ方>

納豆…納豆に含まれるナットウキナーゼは、血液の凝固を防ぎ、血栓を溶かす作用があり、食物繊維も豊富。朝だけでなく夕方も食べると効果倍増。

ヨーグルト…胃酸によって乳酸菌が死滅せずに生きたまま腸まで届けるため、食後 30 分以内に食べる。1 日の奨励摂取量は無糖で 200ml。
キノコ類…キノコ類は不溶性食物繊維だけでなくビタミン B 群も豊富。免疫機能を活性化する効果もあり、少量ずつでも毎日食べる

(2) 低体温を改善する

体温が 1 度下がると免疫力は 30%ダウン。筋肉が充実していると基礎代謝、体温が高くなる。

<免疫力を上げる効果的な食べ方>

動物性たんぱく質を含む肉や卵をしっかり食べる。卵は高齢者ほど完璧な栄養源として摂取する。

発汗、血行促進作用のあるニンニク、ネギ類、ニラ、トウガラシ、生姜などを食味豊かにする薬味としてとる。

(3) ストレスをためない

緊張・興奮状態にあるときに働く「交感神経」と、リラックス状態にあるときに働く「副交感神経」のバランスを保つ。

<免疫力を上げる効果的な食べ方>

ビタミン C を 2~3 時間おきにとる。ビタミンを多く含む野菜としておすすめはブロッコリーで、茎に有効成分が多く含まれるつぼみと共に摂取する。ビタミンは熱に弱いのでゆですぎに注意。

*野菜は料理をするときに、ふたをして皮ごと煮込むと植物特有の機能性成分を逃がすことなく効率よく摂取できる。

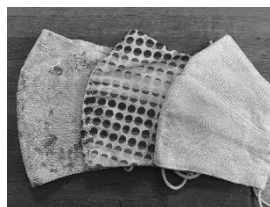
免疫細胞が働きやすい体内環境を作るために、必要なことをすべて行うことは難しいです。せめて毎日の食事でしっかり免疫力をつけていきましょう。

(参考：新型コロナウイルス免疫力を上げる 50 の方法 宝島社)

コロナ感染防止のために

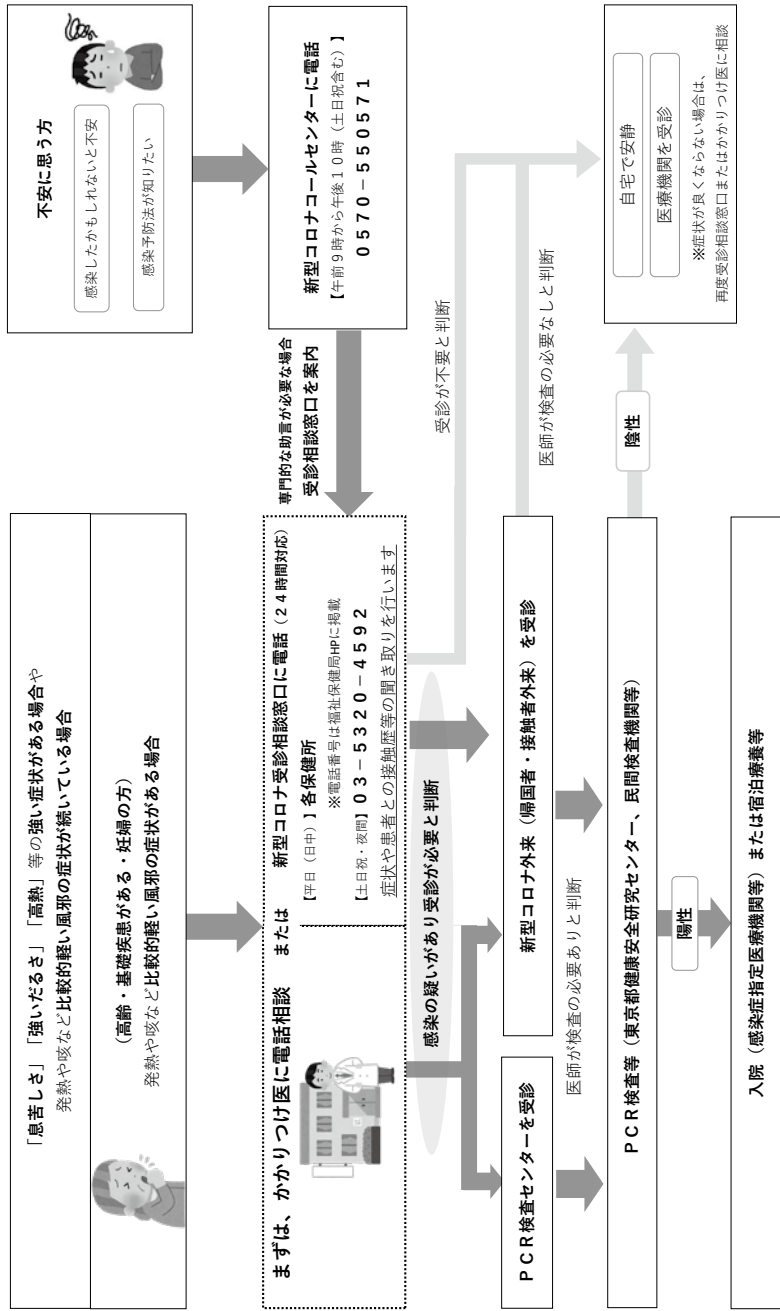
- ① 手を洗う（石鹸で、手指の間も含めてよく洗う）。
- ② マスクをする。
- ③ 換気をする（1時間に2回以上は部屋の空気を入れ替える。エアコンをつけているときも部屋の2方向の窓かドアを常時5～15センチ開ける）。
- ④ 3密は避ける（密閉、密集、密接となる3密は避ける）。冬は要注意。夏は湿気があるため、浮遊する粒子が大きく、ウイルスが鼻やのどで止まっていることが多い。冬は乾燥して粒子が小さくなるため鼻から吸ったウイルスが一気に肺まで到達し、重症化することがある。冬も換気をよくして3密になる場をできるだけ避け、人と話すときはマスクをつけることが大事。

（参考：国立病院機構仙台医療センター臨床研究部ウイルスセンター長
西村秀一さんインタビュー記事より）



担当 土屋初美・目黒かほる

都民の皆さまへ～新型コロナウイルス感染症が心配なとき～



とうろくだんたい

登録団体の紹介

清瀬市消費生活センターには現在14の登録団体があり、「環境・平和・食の安全・医療・介護」など、暮らしに役立つ問題に熱心に取り組み、消費者の暮らしをより良くしていくための活動を行っています。センターに設置された清瀬市登録消費者団体連絡会に登録団体は加入し、毎月の定例会のほか、エコまつり・消費生活講座・学習会・消費生活展・見学会・交流会の企画、運営、開催などに取り組んでいます。

登録団体一覧

- ・パルシステム東京清瀬委員会
- ・西都保健生活協同組合 清瀬支部
- ・新日本婦人の会 清瀬支部
- ・環境・シャボンの会
- ・清瀬ごみともだち
- ・清瀬環境市民協議会
- ・布遊の会
- ・多摩きた生活クラブ生協まち・きよせ
- ・清瀬手づくりハムの会
- ・清瀬北口睦会商店街振興組合
- ・清瀬女性会議
- ・ポケット広場
- ・きよせおもちゃ病院
- ・清瀬食育の会「キッチンプラットホーム」

登録団体の活動に興味のある方は、お気軽に消費生活センターにお問い合わせください。

とうきょう きよせいんかい パルシステム東京・清瀬委員会

パルシステム東京・清瀬委員会では、食の安全・安心、環境、平和、健康、ライフスタイルの向上などを目的として、清瀬市のパルシステム東京の組合員を対象に、講習会、学習会、勉強会を企画・開催しています。また、廃油石けん講座の講師を務めたり、東久留米市の「くらしフェスタくるめ」に参加するなど、地域に根ざした行政と繋がる活動もしています。

(問い合わせ) 松田 042-492-3906



さいとほけんせいかつきょうどうくみあい きよせし ぶ 西都保健生活協同組合・清瀬支部

西都保健生協は医療と介護の事業所を通じて、安心して暮らせるまちづくりを5市で展開しています。清瀬市では西と東の2つの支部があり、日常生活圏の組合員さんで班をつくり、健康チェックや医療・介護の学習会などを行っています。また、自分の健康に関心を持ち、実践できるように保健学校の開催や二酸化窒素の全市調査も20数年続け「地域まるごと健康づくり」の運動をすすめています。

その他、東支部では「サンサン会」や「囲碁将棋サロン」、西支部では「ふらっとサロン」や「健康マーじゃん」そして「パソコン小組」「セラバンド体操」などを開き、組合員の憩いの場になっています。

医療・介護の分野の専門職といっしょに、平和・社会保障を守る運動を他の団体と共同ですすめています。

(問い合わせ) 土屋 042-492-1681
松良 042-492-3004



しんにほんふじん かい きよせし ぶ 新日本婦人の会・清瀬支部

新日本婦人の会は 1962 年、平塚らいてう、野上弥生子、いわさきちひろ、ら各界の女性 32 人の呼びかけで創立。全国の地域や職場に班があり新婦人しんぶんを毎週発行しています。2003 年、国連 NGO に認証され国連の会議に代表を送り、世界の女性たちと交流・連帯を広げています。

また、「原発ゼロ」「核廃絶」「憲法守ろう」「食料は日本の大地から」「安心して住み続けられる」など女性の願いを実現するため活動しています。特に今年は新型コロナウイルス感染症対策について会員の要求をアンケートで聞き取り、市と懇談したり学習会を開きました。

問い合わせ：木幡 042-492-4842

新婦人ブログ：<http://shinnfujinn.sakura.ne.jp/wp/>

メールアドレス Kohata4842@outlook.jp



第 35 回支部大会



絵てがみサークルの作品



平和バザー

かんきょう かい 環境・シャボンの会

空気・水・土・生きものなど、地球環境を考えて学習会、見学会などを企画し、他団体と協力しながら活動しています。

生活の中で広く使われている「合成洗剤や有害化学物質」から少しでも減らし、安全安心な生活を皆さんにお伝えしています。

今年は新型コロナウイルスのため、8月から活動を始めました。



(問い合わせ) 佐藤 042-491-5157

きよせ 清瀬ごみともだち

私たちは1994年、多摩地区のごみの最終処分場（日の出）の問題を取り上げた映画「水からの速達」の上映を契機に、有志が集いスタートしました。小さな市民グループですが、その名の通り、ごみを減らす方法や仕組みを〈市民〉〈事業者〉〈行政〉が同じテーブルに着き、粘り強く話し合い、協力しながら解決していくことを目指しています。

最近の活動では、使わなくなった食器を必要な方にリユースする『お茶わんリサイクル』を、市民まつり等で市の協力を得て行っており、終活の視点からもニーズが高まるとされる“捨てずに、リユース”の流れをアピールしています。

また、プラスチックごみによる海洋汚染が大きな環境問題になっています。『環境・川まつり』の全体企画に参加し、川から海へ流れ出るプラスチックごみの実態を示しながら、分別の必要性や、ごみを減らすための工夫を、小学生をはじめとした市民のみなさんに提案しています。

（いずれの活動も今年はコロナ禍で休止しています）



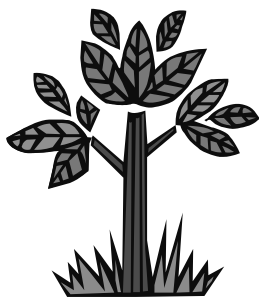
身近で誰もがかわるゴミについて、一緒に考えていきませんか。毎月定例会を開いているので是非ご参加ください。

（問い合わせ）林屋 042-491-4814
<http://gomitomo.web.fc2.com/>

きよ せ かん きょう し みん きょう ぎ かい 清瀬環境市民協議会

(旧名称：清瀬ダイオキシン対策等市民協議会)

樹木(みどり)の働きを調査



温暖化対策として樹木(みどり)の大切さについて言葉で語られることはあっても、実感として伝わらない。樹木の働きを可視化する活動として10数年来、私たちが取り組んできた樹木(みどり)のCO₂吸収量測定調査」についてご紹介します。

私たちは手始めに「みどりの清瀬」を象徴する「けやき通り」(約1,100株)の樹木1本1本の二酸化炭素(CO₂)吸収量を測定。けやき通りの樹木が1年間に吸収するCO₂の量は、約294,297kg。人間が1年間にはき出すCO₂の量に換算すると約817人分の生命維持装置であることが分かりました。こうした調査活動を、当時の星野市長が市報「きよせ」のコラムでとり上げていただいた記憶があります。その後、清瀬市内の雑木林や旭が丘団地のみどりなどを測定してきました。

10年に1度と言われる昨今の豪雨災害などの異常気象は、地球温暖化がその要因だといわれています。最近のけやき通りを眺めると強剪定で無残な姿になっています。調査活動から10余年、温暖化対策の原点に立って「みどりの清瀬、これでいいのでしょうか」という問題提起もあって、今年9月から「けやき通り」の樹木(みどり)のCO₂吸収量測定調査活動を再開しています。ご協力いただける方はぜひ調査活動にご参加ください。

(問い合わせ) 事務局 藤岡 042-493-6601

Email: fujiooka144@jcom.home.ne.jp

ふゆう かい 布遊の会

リサイクル お洒落で楽しいリメイク

リサイクルを心がけ、全員で知恵を出し合い、新しく生まれ変わる作品作りを提案しています。

着られなくなった浴衣、古い布団カバー、シーツ等で布ぞうり、編み残りの糸で人形や小物、着物や浴衣で直線裁ちによるドレスやブラウス等を作っています。特に「布ぞうり」は随時講習会を開き、参加された方々に喜ばれております。

【活動状況】

日時 毎週月曜日 10時から16時まで

場所 消費生活センター3階 グループ活動室

(問い合わせ) □田 042-493-9888



た ま せいかつ せいきょう
多摩きた生活クラブ生協まち・きよせ

生活クラブ生協は国産、無添加、減農薬、こだわりの安心食
材を宅配しています。「生産→流通→消費→廃棄」をトータル
で考え、生産者と共に消費者も食品開発を進めています。オリ
ジナル品は9割を超え、遺伝子組み換え食品や化学農薬、放
射能など厳しく検査しています。
また環境問題にも取り組み、柳瀬川を守るせっけん運動にも参
加しています。

(問い合わせ) 目黒 042 - 491-6336



きよせて かい 清瀬手づくりハムの会

私たちは国内産の豚肉を使い、無添加のハム、ソーセージ、ベーコンを作っています。

ハム作りは、最近は塩分を減らした調味料に豚ロースを10日前後漬け込み、布で巻いて1晩干します。約1時間、桜のウッドでスモークし、3時間低温で煮ます。冷やして1晩干して出来上がり。食べ頃は1週間後からです。手が込んでいるだけ、肉の味を感じるおいしいハムになります。

活動は月1回（7・8月はお休み）程度です。

（問い合わせ） 増村 042-494-2926



きよせきたぐちむつみかいしょうてんがいしんこうくみあい 清瀬北口睦会商店街振興組合

清瀬北口で事業を営む会社・商店の集まりで、つながりを育み地域に根ざした活性化に貢献する親しみのある商店街です。活動として8月のけやきロードフェスティバルでは迫力のあるステージパフォーマンスや清瀬最大の盆踊りが大きなイベントです。毎月行っているまち美化プログラム、けやき通りの清掃、そして一斉清掃。12月にはクリスマスセール大抽選会、年末には駅周辺美しいイルミネーションの設置で皆様に喜んでいただける様尽力しています。今年はコロナ禍の影響で全ての活動が中止になりましたが、各事業所ではコロナに負けない様に、厳しい状況ながらも頑張っています。

(問い合わせ) 河口 042-491-4612



きよせじょせいかいぎ 清瀬女性会議

私たちは「♀女性会議」という全国組織の清瀬支部のメンバーです。(1962年結成された日本婦人会議が2002年♀女性会議に名称変更)

きれいな水といのちを守るための合成洗剤追放運動。所沢市で発覚した富士見産婦人科病院事件被害者支援の取り組みなどを行ってきた団体です。そして今、脱原発=エネルギー対策の転換により10年後、20年後の未来を守る行動に力を入れています。

「姉妹よ、まずかく疑うことを習え」by 山川菊栄、を motto に本当かな? なんてかな? 等々あらゆる方向から疑問をもって運動を続けていきたいと考えてます。

(問い合わせ) 大貫 042-497-8192



ひろば ポケット広場

毎月第4土曜日の10時から（都合により変更の場合もあり）、消費活センターグループ活動室や、会議室において、「つるし飾り講座」を行っています。古布を利用したつるし飾りの作品作りは、受講生にとっても好評です。

「エコまつり」や「消費生活展」では講座参加者の作品の展示を行っています。是非一度ご覧ください。また、講座にはどなたでも参加できますので、下記にお問い合わせください。

（問い合わせ）高橋 誉志子 042-493-0282

つるし飾りとは

「つるし飾り」は、^{ちりめん}縮緬などの着物の布を解いて作った^{さいくもの}細工物を、ひもでつなげて竹等で作った輪につるして飾りにしたものです。その起こりは江戸時代とされており細工物一つ一つに長寿や健康などを願う意味があり、女の子が生まれたお祝いとして届けられ、桃の節句に飾ったといわれています。



びょういん きよせおもちゃ病院

壊れたおもちゃを修理するボランティア団体です。2019年には15年目を迎え、「市民表彰・団体賞」を受賞しました。

定例修理は月に1回、第2土曜日の午後1時半から5時まで、清瀬市児童センター（ころぼっくる）の2階で開院しています。

修理代は無料（部品代は実費）ですが、おもちゃ以外のものや、ピストルのおもちゃ、アンティークのおもちゃについては修理できません。

修理日以外でも清瀬市消費生活センター（平日の午前9時から午後5時まで）、ウィズアイでもお預かりや修理後の受取りも行っています。

（問い合わせ） 松田 042-492-3906
ホームページ <http://kiyosetoy.web.fc2.com>



きよせしょくいく かい 清瀬食育の会「キッチンプラットホーム」

昔から「同じ釜の飯を食った仲」という言葉があるように、食が人と人が繋ぐ場所。一人暮らしの若者や高齢者、共働きの保護者や子どもの食生活や生活の質の向上などを目指す**楽しい参加型地域食堂**。清瀬の農家（地産地消）の旬の食材・国産の材料にこだわり、健康の源である食事の大切さ（情報の提供）を共有したい。

また美味しいものを手作りする共同作業を通じて交流し、お互いに認めあう誰もが自分らしく生き生きと暮らせるための場所にしたい。時にはギター演奏や歌もあり。**一緒に活動する人を募集中！**

〈活動日〉 キッチン プラットホーム 3F調理室

毎月第一火曜日 13時半～ティータイム 参加費 300円

17時～夕食 参加費 500円



現在コロナ対策対応中

（問い合わせ・予約）福本 070-5586-5393

●**フードドライブ**（家庭で余っている食べ物を持ち寄り、地域の福祉団体や施設、フードバンクなどに寄付する活動）を毎月開催し、食材を必要とする市民（清瀬市子ども家庭支援センターを通じて）に提供する活動もしている。

〈活動日〉 フードドライブ 3Fグループ活動室

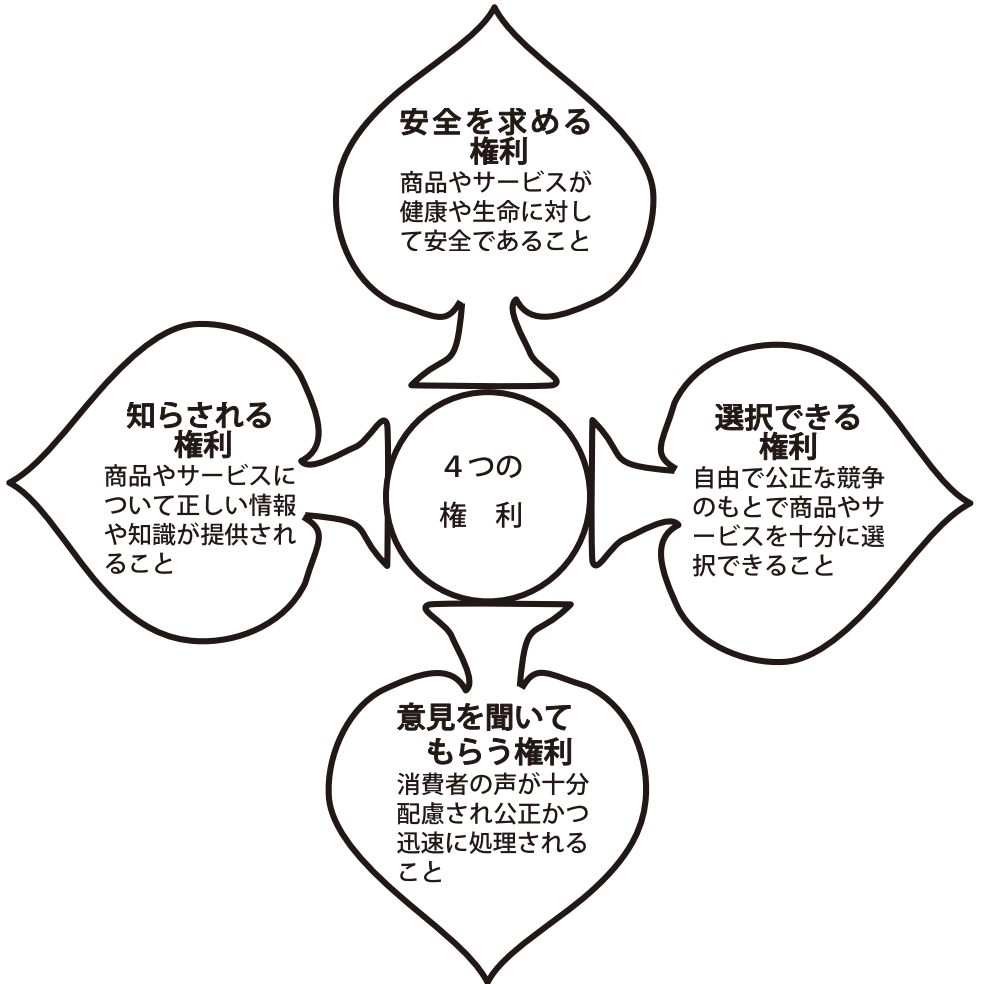
毎月第一月曜日・火曜日 10時～16時 収集場所：3F グループ活動室



ちのえわバックナンバー

- No.1 創刊号 センター内の紹介
- No.2 マスコットの名前が「ヘブちゃん」に決定
- No.3 第19回消費生活展「考えよう未来、見つめよう今」
- No.4 消費生活展の報告
- No.5 「食についてもう一度考えてみませんか？」
- No.6 ゴミの分別ちゃんとしてますか？
- No.7 知って得する「細菌性食中毒」の知識と予防
- No.8 第20回消費生活展「知って得する豆知識編」
- No.9 消費生活センター特集
- No.10 「容器包装リサイクル法」って何？
- No.11 「悪質商法」被害状況
- No.12 第21回消費生活展「21世紀に向かって」
- No.13 ダイオキシンの削減に向けて
- No.14 「健康に暮らすための消費者の知恵」
- No.15 エコまつりと講座の報告
- No.16 狂牛病（BSE）・第22回消費生活展の報告
- No.17 おもちゃ病院の紹介
- No.18 おもちゃドクター養成講座開催
- No.19 食品表示のチェックポイント
- No.20 第23回消費者展「今をみつめて」
- No.21 エコまつり
- No.22 「くらしのモニター」って何するの？
- No.23 「食の番人」食品安全委員会が発足
- No.24 第24回消費生活展の報告
- No.25 私たちはみんな「医療消費者」
- No.26 エコまつり
- No.27 第25回消費生活展「マイバッグで減らそう レジ袋」
- No.28 賃貸住宅をめぐるトラブル防止「東京ルール」施行
- No.29 「食の安全」最新情報
- No.30 相続について知っていますか！
- No.31 成年後見制度
- No.32 レジ袋はこんなにごみになっている！
- No.33 医療制度改革で何がどう変わるの？
- No.34 最近よく聞く「食育」って？？
- No.35 『保険は何のために』今もう一度考えてみませんか！！
- No.36 消費生活展は大好評
- No.37 介護保険制度はどう変わったの？
- No.38 「契約書」ってなあーに？
- No.39 食品の安全・安心 あなたはどうしていますか？
- No.40 クレジットについてもよく知ろう！
- No.41 警報！！振り込め詐欺
- No.42 お気軽に、消費生活センターへ！
- No.43 清瀬産直野菜・果物 収穫カレンダー
- No.44 地デジを見るにはどうしたら良いの？
- No.45 最近の消費生活相談から
- No.46 家電リサイクル法の対象品目と処理方法
- No.47 震災に備える
- No.48 問い合わせの多いエコナ商品について
- No.49 消費者保護のために「特定商取引法」が大幅改正
- No.50 環境フェアで消費生活講座を開催
- No.51 地消地産
- No.52 第31回消費生活展の報告
- No.53 消費者団体連絡会/バス見学
- No.54 東日本大震災—消費者の意識—
- No.55 エコまつり講演会「放射能と食の安全」
- No.56 第32回消費生活展「3.11 後に生きる知恵」
- No.57 水車発電所を通してエコを考える
- No.58 エコまつり
- No.59 暮らしの中の化学物質
- No.60 第33回消費生活展「原発にたよらない暮らし」
- No.61 消費者教育推進法ってなあに？
- No.62 これからの会計と生活設計を考える
- No.63 食の安全について考えよう
- No.64 第34回消費生活展「子どもの未来を考える」
- No.65 悪質商法のターゲットは高齢者です！！
- No.66 消費生活センターってどんなところなの？
- No.67 健康食品・サプリメント・トクホについて
- No.68 第35回消費生活展「子どもに輝くあしたを！」
- No.69 備蓄食料品を使ったアイデア料理
- No.70 生産地見学会を開催
- No.71 暮らしと食の安全を科学する
- No.72 第36回消費生活展「食べるといふこと」
- No.73 電力の小売り全面自由化スタート！
- No.74 お薬手帳を活用しましょう
- No.75 第37回「子どもと食」・洗濯が変わります
- No.76 フードロスからフードドライブへ
- No.77 遺言書の書き方
- No.78 家族が亡くなったときの手続き
- No.79 第38回消費生活展「表示あれこれ」
- No.80 実家の片づけと生前整理
- No.81 高齢者が巻き込まれやすい消費者被害
- No.82 消費生活センターをご利用ください！
- No.83 「空き家」の問題
- No.84 「食」について考えよう！
- No.85 高齢者見守り特集号
- No.86 「終活」とは？
- No.87 気をつけて！ネットトラブル
- No.88 公的年金制度
- No.89 高齢者見守り特集号
- No.90 プラスチックの環境汚染
- No.91 高齢者見守り特集号

4 つ の 権 利



1962年、故ケネディー大統領の「消費者の利益保護に関する特別教書」より

清瀬市消費生活センター

〒204-0021 東京都清瀬市元町1-4-17

【電話】 042(495)6211

【FAX】 042(495)6221

【開館時間】 午前9時～午後10時

祝日・年末年始等を除く月～土曜日

【相談専用電話】 042(495)6212

【相談時間】 午前10時～12時 午後1時～4時

祝日・年末年始等を除く月～金曜日



令和2年11月1日 発行

※掲載されている情報は、令和2年10月時点のものです。

事情により内容が変更になる場合があります。ご了承ください。