

2018年9月17日 第44期 No. 6-506

事務局 〒270-1143 我孫子市天王台3-7-1-201 和田三千代方 TEL 04-7183-1434

<http://www.abikoshi-syohisyanokai.net/wp/>

このお知らせを発行する頃はどのような気温になっているのでしょうか？9月になって数日涼しい日があってもまた暑さがぶり返すという日が続いていました。でも秋は秋、季節は進んでいます。お元気でしょうか。

訃 報

天王台にお住まいだった首藤美恵子さんが、8月22日に旅立たれました。

首藤さんは鳥や植物が大好きで、坂巻忠雄さんのご紹介で、松戸市の21世紀の森と広場の指導員を長くなさいました。そこでも来場者からの質問に答えられるよう、猛勉強をしたと話していらっしやっただのを思い出します。

お子さんが小さい時、飼っていた兎が血を吐いて死にました。次の日公園に行ったら、草が枯れていて、市役所へ問い合わせたところ、枯れ葉剤を撒いたことがわかりました。消費者の会では市長に要望書を提出し、以後我孫子市の公園や土手では枯れ葉剤を使っていません。大きな足跡を残してくださった方でした。心からご冥福を祈ります。

10月定例会

日時 10月1日(月) 13:30~16:00

会場 我孫子南近隣センター 8F 調理室

定例勉強会 原発関係の社会の動き

11月定例会予告

日時 11月5日(月) 13:30~16:00

会場 天王台北近隣センター 和室

定例勉強会 未定

場所が変更です。お間違いなく。



市民のチカラまつり

9月22日(土) 23日(日)

両日とも10:00~15:30

けやきプラザふれあいホール他

先月も書きましたが、いよいよ今週です。

主な出し物の時間と場所を記します。

22日(土) 9Fホール

10:00~11:15 世界の弦楽器

11:30~11:50 長寿大生によるマジック

12:00~13:30 筑波大学発 おもしろ実験

14:30~15:30 親子でハッピー・コンサート

2階ホール

11:00~12:00 認知症予防体操コグニサイズ

12:30~14:00 趣味を活かして生きがい作り

14:00~14:30 紙ひこうきコンテスト

15:00~15:30 オレオレ詐欺(ロールプレイング)

23日(日) 9Fホール

10:00~11:00 長寿大生と昔遊び

11:00~12:30 家族で落語体験

12:30~13:30 頭脳マジックを楽しもう

13:30~15:30 子ども座談会

2階ホール

10:00~11:15 ニューススポーツをやってみよう

11:15~12:15 認知症予防体操コグニサイズ

13:00~14:00 太極拳

14:00~14:30 紙ひこうきコンテスト

14:45~15:15 オレオレ詐欺(ロールプレイング)

この中のオレオレ詐欺は、我孫子市消費者の会が、来場者と共に行なうロールプレイングです。その他、7階・8階の研修室や会議室で、様々な講演会等が開かれます。先月配布したチラシにあります。是非おいでください。

「アクリルアミド」って知ってる？

農林水産省の関東農政事務所から声がかかり、千葉県消費者団体連絡協議会として、講義を受けましたので、少々報告します。

～アクリルアミドを減らすために家庭でできること～

食材を過熱すると、できる成分の一つに「アクリルアミド」があり、健康に悪影響（癌の発症が高まる・神経に悪影響）を与える可能性があります。

アクリルアミドは、食材を焼く、揚げるなど120℃以上で過熱するとできやすいことがわかっており、焼いたり、揚げたりした幅広い市販食品、家庭食品に含まれています。蒸したり、ゆでたりした食品にはほとんど含まれていません。

・炒め調理や揚げ調理に使うジャガイモは常温で保存しましょう。ジャガイモを長期間冷蔵すると、還元糖が増えます。還元糖が増えたジャガイモを炒め物や揚げ物に使うとアクリルアミドができやすくなります。

この頃市販のポテトチップスの色が薄くなっているのも、業者が気をつけているためです。

・レンコンは水さらしをしてから炒めましょう。

水さらしをしたレンコンを炒めると、しなかった場合に比べて、アクリルアミドは半分程度になります。

・炒め調理や揚げ調理をするときは、食材を焦がしすぎないようにしましょう。

・炒める時は火力を弱めにしましょう。

・炒める時は食材をよくかき混ぜましょう。

・炒め調理の一部を蒸し煮に置き換えたりして、炒める時間を少なくしましょう。

・トーストの場合も、薄い焼き色がおすすです。

結論として「煮る」「蒸す」「ゆでる」などの、水を利用した加熱調理では、食材の温度が120℃を超えることがないため、アクリルアミドはできにくくなります。調理の仕方を工夫しましょう！

「さようなら原発」あびこ主催

講演会 「原発を即時ゼロにすれば 日本経済は大発展する」の報告

9月15日に行なった、城南信用金庫顧問の吉原毅氏の講演は会場いっぱいの120名の参加者でした。要旨のみ報告します。

原子力とは何か？

アメリカが戦争を終わらせる為と称し開発した大量殺戮の兵器。日本は、広島、長崎で大量の人が死に、ビキニ環礁での水爆実験の被害も受けた国。

平和利用はあり得るか？

本来兵器であり、一旦事故が起これば大変危険なもの。完全に制御できる技術は開発されていない。原発を運転すればプルトニウムが出来る。世界はそれを処理できていない。

地震に対して安全か？

大手の建売住宅は4,000ガルの地震に耐えると宣伝している。原発は400ガルの地震にしか耐えられない。

福島原発は津波で電源が切れたと言われているが、実際は津波の前に電源を失っていて、冷却できず、メルトダウンした。

災害列島日本で大丈夫か？

今年の各種災害を見ると、原発が動いていれば、どんなに心配したか？

民意は原発賛成か？

今、7割から8割の日本人は反対している。賛成の人は原発によって儲かる人と政治家の一部だけ。一番大切なのは一人ひとりの命。

電力の地産地消を

太陽光発電を進めよう！高齢化で農地が使われていない所は太陽光発電に。農地の上に太陽光発電機を作り、その下で作物を作る。家の屋根に！蓄電池を改良し、普及を図ろう！！

日本経済は大発展する

お金がかかり、不安いっぱいの原発を止めて、自然エネルギーに転換すれば、日本経済は大発展する・・・と結ばれました。1時間半、熱のこもった講演でした。