



# くらしのほっと通信

P1~2 正しく知って感染症対策を  
P3 配線器具が火災の原因に!?  
外出自粛の影響による  
消費者トラブル  
P4 食品表示を見てみよう

新型コロナウイルス感染症  
インフルエンザ

他者へうつさない! うつらない! ひろげない!

## 正しく知って感染症対策をしましょう

安心安全で健康な暮らしのために 一人ひとりに知っていただきたいこと

※ 2020年12月14日時点の内容です

### その1 マスクの種類と特徴

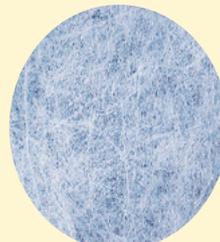
- ◆ マスクには、不織布や布、ポリウレタンなどで作られたものがありますが、いずれの素材で作られていても、手指が口や鼻に触れるのを防ぎ、会話などによる飛沫の拡散を抑えるので、感染拡大を抑える効果があります。
- ◆ 布製やポリウレタン製のマスクは、繰り返し使えて経済的ですが、清潔に保つためのお手入れが必要です。また、一般的にウイルス遮断効果は不織布マスクより劣ります。
- ◆ 不織布製のサージカルマスクはウイルスを含む「微粒子」を遮断する性能が高く、隙間なく装着すると外部からの飛沫をほぼブロックできるといわれています。感染リスクの高い場所では高機能なマスクをお勧めします。  
参考：Science Advances 2020:eabd3083、理化学研究所「富岳」によるシミュレーション結果

#### \* マスクの正しい着け方

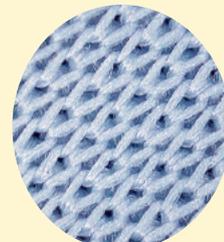
鼻・あご・ほおを  
隙間なくおおう!



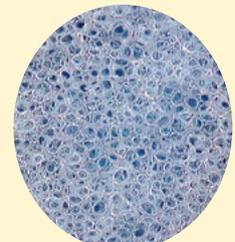
#### \* マイクロスコープで拡大したマスク素材 ※拡大50倍



不織布



ガーゼ

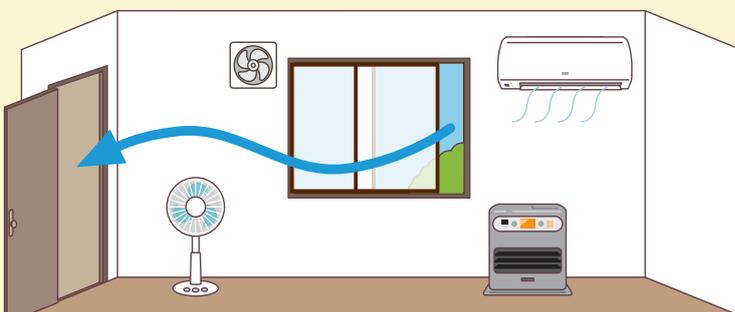


ポリウレタン

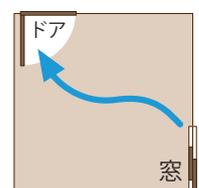
名古屋市消費生活センター 商品テスト室において撮影

### その2 換気のポイントは**空気の流れ!**

冬季は、暖房器具に近い窓を数センチ開けるなど「空気の温度差による換気」を利用すると、ある程度の室温を保ちながら効果的な換気が期待できます。



**風**の入口と出口は  
**対角線に2か所**  
可能であれば  
**高さを変えて**  
作りましょう!



参考：厚生労働省「換気の悪い密閉空間」を改善するための換気の方法

除菌効果が本当にあるかどうかは、**成分の表示を確認**しましょう。

※使い方は各商品に記載された指示に従ってください。

## アルコール類

### ◆消毒用 エタノール

除菌剤に含まれる最も一般的な成分。70%の濃度のものが推奨されていますが、新型コロナウイルスには60%台の濃度であっても効果が期待できます。

### ◆消毒用 イソプロパノール

50~70%の濃度で医薬品の消毒剤として使用されています。エタノールと同等の効果が期待できます。



ここを  
チェック!



燃料用アルコール  
(メタノールが含まれている)は毒性が高いので、**消毒には絶対に使用しないでください**

## 界面活性剤 (第4級アンモニウム塩)

医薬品や医薬部外品の消毒剤の有効成分です

手指の消毒には医薬部外品の場合、0.05%濃度で使用します。住居用洗剤などにも含まれています。新型コロナウイルスに対する有効性が確認された界面活性剤(※1)や、そのままスプレーして使うことができる商品のリスト(※2)が右記ウェブサイトに掲載されています。

### ▶(独法)製品評価技術基盤機構(NITE)ウェブサイト

※1「ご家庭にある洗剤を使って身近な物の消毒をしましょう」



※2「新型コロナウイルスに有効な界面活性剤が含まれている製品リスト」



## 次亜塩素酸ナトリウム

市販の液体塩素系漂白剤の有効成分です

- ・アルカリ性で強力な殺菌作用と漂白作用があります。
- ・吸引すると有害です! 換気をしながら使用しましょう。
- ・手指や空間に噴霧しないでください。
- ・クエン酸や酢など、酸性の液体と混ぜてはいけません。
- ・薄めた液は遮光保存してすぐ使い切りましょう。(徐々に塩素濃度が低下します。)

### 「次亜塩素酸水」

名前には似ていますが  
ベツモノです

加工食品の製造過程で殺菌剤として使われますが、最終製品からは完全に除去され食品に残留してはいけない物質です。また、現時点で「空間噴霧用消毒剤」として承認された次亜塩素酸水はありません。吸入しないように注意しましょう。

参考：NITE「次亜塩素酸水」等の販売実態について(ファクトシート) 2020年5月29日付

# 消毒用アルコール使用時は火災に注意!

アルコール濃度が60%(重量%)以上の製品は危険物に該当します(総務省消防庁)

- ◆高濃度のアルコール類は可燃性です! 火気厳禁です!
- ◆冬季、石油ストーブなど暖房器具の近くで使用しないでください。
- ◆キッチン周りでのスプレー噴霧にも注意しましょう!
- ◆直射日光が当たる場所や車内など高温になる場所では保管しないようにしましょう!



ストーブをつけていませんか?  
コンロで火を使っていませんか?

### 表示例

火気厳禁

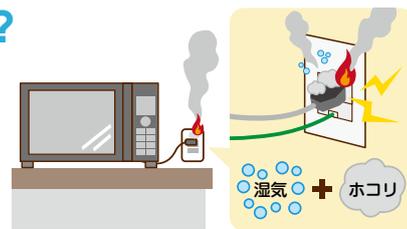


品名：第四類アルコール類  
(化学名:エタノール)  
水溶性 危険等級II

# 「配線器具」は使い方を誤ると、火災の原因になります！

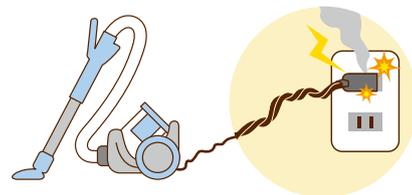
## ●電源プラグの差し込み口にホコリがたまっていますか？

電源プラグの差込口にたまったホコリが、空気中の湿気を吸収することで漏電し、発火することがあります。家電製品は定期的に電源プラグを抜き、乾いた布でホコリを取り除きましょう。



## ●電源コードがねじれた状態で使用していませんか？

電線コードは2本の銅線でできており、その銅線と銅線が直接触れると瞬間的に大きな電流が流れ、ショートして火花が発生します。電源コードがねじれた状態で家電製品を使用しないようにしましょう。



## ●1つのテーブルタップにたくさんの家電製品を接続していませんか？

テーブルタップには、基本的に最大消費電力が表示されています。接続している家電製品の消費電力の合計が最大消費電力を超えると、プラグ内部が異常発熱して出火する場合があります。表示されている最大消費電力をよく確認して使用しましょう。



参考：(独法) 製品評価技術基盤機構 (NITE) 「製品事故から身を守るために」

# 「外出自粛」の影響が消費者トラブルにも！

## 突然の訪問で…

- ▶ 水質検査に来た業者に高額の水質浄水器を買わされた。
- ▶ 不用品買取を頼んだら貴金属を売るはめになった。

## 突然の電話で…

- ▶ お値打ちなカニを送ると言われ、断ったはずが代金引換で届いた。
- ▶ 電気料金の確認だと思って話をしたはずが、別会社と契約していた。

## インターネットで…

- ▶ お試しで頼んだ健康食品が定期購入だった。
- ▶ お金を振り込んだのに商品が届かない。

個人名義の口座には、振り込まないようにしましょう！

消費生活相談員



## ⚠️ 日頃から気を付けましょう！

- ① 「安い」ということばに飛びつかない。
- ② 知らない人が来てもドアを開けない、家に入れない。
- ③ 自宅の電話は留守番電話設定にして、よく分からない相手とは話をしない。
- ④ いらない時にはきっぱり断る。
- ⑤ 契約するときには、細部まで契約内容をよく確認する。
- ⑥ お金の出入りを管理する（クレジット決済、銀行引き落としなど）。
- ⑦ 困ったときには早めに家族や知人、消費生活センターに相談する。

# 商品テスト室より 食品表示をチェックしてみよう!

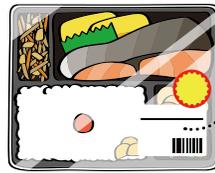


加工食品は新しい表示ルールに従って栄養成分が表示されるようになりました

「おうちご飯」の機会が増え、「加工食品」を利用することも多くなりました。

感染症に負けない身体づくりのために「栄養成分表示」を参考に1日の栄養摂取量に気を配りましょう!

お弁当を選ぶ時、迷ったら栄養成分表示を見てみましょう!



| 栄養成分表示<br>(1食(420g)あたり) |         |
|-------------------------|---------|
| エネルギー                   | 829kcal |
| たんぱく質                   | 20.4g   |
| 脂質                      | 32.2g   |
| 炭水化物                    | 114.5g  |
| 食塩相当量                   | 2.9g    |

カロリー 塩分 脂質

塩分取りすぎかな?  
カロリー高いかも…  
タンパク質少ないかな?

たんぱく質 炭水化物

▶消費者庁ウェブサイト  
「栄養成分表示を活用しよう」



**\*対面販売のお惣菜やレストランの店頭販売(テイクアウト商品)**  
客の注文に応じて作り、その場で容器に詰めた商品は、加工食品品質表示基準に基づく表示は必要とされていません。  
(消費者庁:加工食品品質表示ガイドライン)

## あえる [AEL ネット環境学習スタンプラリー] (2021年2月28日まで)

AELネット(愛知県の環境学習施設ネットワーク)に加盟する施設でスタンプラリーを開催しています。スタンプを3個以上集めると、記念品が当たるプレゼントに応募できます。スタンプはくらしの情報プラザにて押印します(開館時間は下記参照)。詳しくは、ウェブサイト「AEL ネット環境学習スタンプラリー」のページをご覧ください。



## 「借金が返せない」…ひとりで悩まず、ご相談ください

名古屋市消費生活センターでは、多重債務の相談に応じています。債務整理の方法などを説明し、必要に応じて法律相談をご案内します。

当センターでは、弁護士や司法書士による無料面接相談を、平日午後、消費生活相談員が同席して行っています。安心してご相談ください。

消費生活相談

金融商品・若者・高齢者  
悪質商法特別相談

サラ金・多重債務  
特別相談

TEL

**052-222-9671**

くろーない

受付時間

月～土曜日(祝休日・年末年始を除く)午前9時～午後4時15分  
※土曜日は電話相談のみで、来所相談はありません。

対象

市内在住・在勤・在学の方

または  
消費者  
ホットライン



いやや ※年末年始を除く毎日  
お近くの消費生活  
相談窓口につながります。  
局番なしの**188**

## 名古屋市消費生活センター

〒460-0008 名古屋市中区栄一丁目23番13号 伏見ライフプラザ11階

TEL:(052)222-9679 FAX:(052)222-9678

URL: <https://www.seikatsu.city.nagoya.jp/>

※メールでの相談も受け付けています。

詳しくはウェブサイトをご覧ください。

名古屋市消費生活センター

検索



SNSでも情報発信中!



## くらしの情報プラザ

くらしに役立つ幅広い情報を提供しています。

開館時間 月～土曜日 午前9時～午後5時  
(祝休日・年末年始を除く)

TEL **052-222-9677**



●地下鉄「伏見」⑥番出口から南へ350m  
●地下鉄「大須観音」④番出口から北へ450m  
※公共交通機関をご利用ください。

●本誌の内容の無断転載はお断りします。  
●このパンフレットは、古紙パルプを含む再生紙を使用しています。