消費者質問箱

▶最終回◀
相談は役場商工観光課
（☎82 4111・内線131）
か県消費生活センター
（☎0252 67 4196）へ。

相談

〈ケース①〉 ダイエット食品一年分を購入し、食べたところ、吐き気がして気持ちが悪くなった。

〈ケース②〉 新聞広告をみて、〝バストが大きくなる〟という健康食品を購入し、説明書どおり飲んだが、全く効果がない。

〈ケース③〉 リュウマチで入院し、リハビリテーションを受けていた時、知人によく効くと勧められ健康食品をもらって飲んだところ、痛みがなくなった。しかし、湿しんなどの副作用がひどく、体調を崩した。

回答

食品に関する相談で最も多いのが、いわゆる健康食品についてのものです。ここ数年、〝健康食品〟ブームともいえる時代で、いろいろな種類の商品が市場にはんらんしています。名称も「健康食品」と謳ったもののほか「栄養補助食品」「栄養補強食品」「保健食品」「自然食品」「アルカリ性食品」など実にさまざまです。通常の食品と比較して、その食品としての性質を特徴的に表す表示とみられますが、その基準が不明確なまま、いわゆる健康食品としてひとり歩きをしているといえます。それらのなかには、通常の食品と同様の食品、あるいは成分的にはむしろ医薬品といえる食品や、説明書にある効果など期待できない欺瞞的な食品もみられます。

■健康食品■

基準が不明確なまま ひとり歩き

効果がなかったり 体調を崩す場合も

消費者相談の内容では、ケース①、②にみられるように、「体調を崩した」「効果がない」のほか「湿しんができた」「下痢をした」など〈健康〉やその〈表示〉への期待に反したことへの不信や効能・効果への疑問が多くみられます。

違反するものでした。

そのほかでは、訪問販売等に多くみられる。「強引・強迫的な販売」や必要以上に勧める「過量販売」、「体質の改善ができる」、「体調を崩しても「飲用を続けることが大切」と指示され、かえって症状が悪化したという例もあります。

ケース③のほかにも、医薬品に使われる成分が含まれ、薬事法違反で摘発されたり〝効く〟健康食品には副作用をもつものもあります。

また、多量に、あるいは身体の調子の悪いときに飲用すると、湿しんや下痢などを起こすもの、全く効果のないとみられるものもあります。

ケース③は、医薬品の成分に指定されている副じん皮質ホルモンが含まれていて、薬事法に

「健康食品にたよるより バランスの良い食事を」

健康は、バランスのよい食事をするという日ごろの心がけによって得られるものです。健康への漠然とした不安感から、安易に健康食品にたよることは、かえって栄養のアンバランス、過剰摂取を招いて、体調や病気を悪化させることにもなりかねません。

樋曽集落開発センター 間もなく完成

8月から樋曽公会堂跡に建設が進められていた樋曽集落開発センターが間もなく完成します。

木造平屋建て 182平方㍍の建物は、15畳と18畳の研修室に事務室、調理室などがあります。建設費は約 1,200万円で、うち県から 450万円の補助がでています。

言葉の履歴書㊶

つるべ落とし

秋の夕暮れはアッという間に暗くなります。その暮れやすいさまを「つるべ落としの秋の日」と形容するのは、井戸の中に釣瓶をおろす時のように、秋の夕日が垂直に速く落ちていくからです。釣瓶は「吊る瓶」の意。瓶は飲食物を入れる瓶のことで、縄や竿の先の桶を、手でおろすのは「振り釣瓶」。柱の上に横木をわたし、一方の端につけた石の重みを利用して、他の端につけた釣瓶をはね上げて水をくむテコ応用の方式は、「撥ね釣瓶」と呼ばれています。

滑車に縄をかけ、その両端に二つ桶をつけて、代わる代わる水をくみ上げるのは「車井戸」で、これがもっとも能率的です。しかし以上の三種類とも、釣瓶を垂直に速くおろす点に違いはありません。

「つるべ打ち」は鉄砲を順次に休みなく打つさまをいいますが、これは連続する意味の動詞「連ぶ」からきた続け打ちのこと。語源上、釣瓶と直接の関係はないようです。

今月の納税

固定資産税 3期

（納期限は10月31日 お忘れなく）

作業停電（10月）

問い合わせは東北電力巻営業所（☎72 2161）へ

▶29日(火)午前9時～正午＝夏井全域と西中の大部分の地域

おめでた おくやみ

60年9月20日まで

おめでた

（敬称略）

氏名	前住所	新住所
棚橋 孝	石瀬	石瀬
（笠井）明美	味方村	石瀬
本田 記代志	和 12	和 12
（渡邊）しづ子	岩室	和 12

うぶごえ

氏名	誕生月日	保護者	住所
仲村 寛之	8. 9	照夫	金池
仲村 隆之	8. 9	照夫	金池
岡島 竜也	8.12	道夫	高畑
本多 奏美	8.16	芳昭	津雲田
加藤 美希	8.18	義一	和 12
樋浦 亮	8.19	正芳	和 7
組野 祐太	8.27	秀英	橋本
尾崎 絵里	8.30	昭雄	和 12
相沢 千尋	8.30	光男	和 8
阿部 美沙子	9.10	修司	高畑

おくやみ

氏名	年齢	死亡月日	世帯主	住所
海津 富治	77	8.20	幸一	和 3
團原 孫一	73	9. 2	可苗	西長島
三富 タツ	83	9. 2	義明	樋曽

暮らしの健康

新・シリーズ(7)

文責／保健婦

健康づくり

子宮ガン検診について

結果

猛暑の八月二十三日、保健センターで「子宮ガン検診」が行われました。

村全体の受診者数は、二百八十三人で昨年の受診者数は、百六十七人でしたから大幅に受診者が増えています。

受診者数が増えた原因としては、各地区の**保健委員**のみなさんが対象者のいる家庭に一軒一軒、検診の必要性を呼びかけて回った成果と思います。また、昨年受診者の少なかった三地区（金池・樋曽・栄）では、保健委員の配慮で地区の公会堂を利用させていただき、〝子宮ガン検診をぜひ受けよう〟という私たち保健婦に話をさせていただく機会を得たおかげで、三地区とも昨年を上回る高受診率でした。各地区の保健委員のみなさんの積極的なご協力に厚くお礼申し上げます。

図―1の受診者の中で特に異常のある人はいませんでした。今年受診された人は、今後も最低年一回は検診を受け、ご自分の健康確認を行ってください。また乳ガンの〈自己検診法〉をご紹介しますので、ぜひ実行してみてください。

図―1

乳ガン 自己検診法

◆できれば三十歳を過ぎた人は、毎月生理が終わった四、五日後に、また閉経後の方は日をきめて、定期自己検診の習慣をつけましょう。

❶両腕を下げ、立ったまま、左右の乳房を鏡に映し、自分の乳房のふだんの形や乳首の姿などをよく覚えておき、両腕をあげて正面、側面、斜めを映し、乳房のどこかに、くぼみやひきつれ、乳首のへこみ、湿疹のようなただれがないか調べる。

❷つぎに、あおむけにねて乳房を調べるときは、肩の下に座布団か枕を敷き、乳房が胸の上に平均に広がるようにし、左右とも指のハラで静かに軽く圧迫しながら触れてみる。

❸外側半分を調べるには、腕を自然の位置に下げ、指のハラで乳首の内から上へ触れて、最後にわきの下にもふれてグリグリがないか調べる。

❹最後に乳首を軽くつまみ、乳をしぼり出すようにして、血のような異常な液か調べる。