2026年12月号　仙台消費生活情報誌 210号



ゆたかなくらし

シマエナガ

～消費者川柳入賞作品をご紹介します!～

わたしの選択、かしこくやさしい消費者になろう

今年も、消費者トラブルや特殊詐欺防止、「消費者市民社会」の実現を目指し、消費者川柳を募集しました。応募作品数1,650句（応募人数1,021人）と、大変多くの方々にご応募いただきました。いずれも趣向を凝らした作品ばかりでした。

今年の入賞作品に選ばれた作品をご紹介します。

仙台市長賞

生きてる地球
つなぐ未来へ
水と緑
聖ドミニコ学院小学校　三年　平間　善

ずるくない
なかみがへったよ
かねがへる
袋原中学校　二年　髙橋　龍央

知らぬ間に
マルチ商法
加害者に
仙台工業高等学校　二年　小野　柊馬

元ポリス
待っているぜと
特殊詐欺
菅原　博　七十六歳

みやぎ生協賞

地産地消
みんな喜ぶ
選択肢
聖ドミニコ学院小学校　五年　氏家　良宗

転バイヤー
子どものゆめも
うばってる
袋原中学校　一年　佐藤　稜介

マイボトル
使い続けて
ごみ削減
仙台工業高等学校　二年　長谷川　希歩

見切り品
気兼ねいらずの
セルフレジ
深谷　隆志　七十九歳

仙台市教育長賞

量り売り
環境負荷も
軽量化
聖ドミニコ学院小学校　六年　菊田　知

よく読んで
トラブル防ぐ
第一歩
袋原中学校　一年　佐々木　倖杏

手前から
順番に取る
エコ心
聖ウルスラ学院英智高等学校　二年　阿部　晃大

非通知だ
詐欺かも知れぬ
一呼吸
末永　均

アイリスオーヤマ賞

おかわりは
たべれるりょうに
しておこう
南小泉小学校　一年　小黒　湊翔

温暖化
お米が悲鳴
上げている
袋原中学校　二年　佐々木　勇斗

ゴミ捨てて
リユース先で
こんにちわ
東北高等学校　二年　関　大輝

エコ料理
上達中の
物価高
エコママ　七十七歳



【消費者川柳講評】　選考委員長　　川柳宮城野社　主幹　雫石 隆子

令和８年、１２回を重ねた消費者川柳選考会が開催されました。
今年から中高生の部を中学生の部と高校生の部に分け、お若い方々の消費生活への思いを広く求めました。消費者として物価高や企業側への要望もあり、中学生の観察眼に驚かされました。
お米問題、セルフレジ、特殊詐欺警戒等々、今年は消費生活のごく身近な問題をモチーフにした作品が多く、市民の皆様に秀句の数々を玩味頂きたく存じます。

ローリングストック法のススメ

近年、地震や豪雨などの自然災害が全国各地で発生しています。いざという時に備え、日頃から、3日分（できれば7日分）の飲料水と食料を備蓄しておきましょう。また、飲料水とは別に生活用水の確保も大切です。水道水を入れたポリタンクを用意する、お風呂の水をためておくなどの備えをしておきましょう。

ローリングストック法とは？



普段の食品を少し多めに買い置きし、賞味期限の近いものから消費して、使った分を買い足すことで常に一定量を備蓄する方法だよ。
日常生活の中で無理なく取り組めるから、この機会に家庭の備えを見直してみてね!



ポイント!

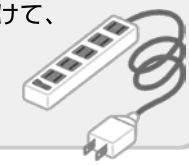
1. 古いものから食べる!
2. 食べたら補充する!

⚠冬に増える電気製品の事故にご注意ください!

－ ふだんの何気ない使い方が思わぬ事故につながることも －

【冬に増える配線器具の事故】

電源プラグやコードなどの配線器具による事故は、電気暖房機器の使用頻度が増加する12月～2月にかけて、特に多く発生しています。電気ストーブやこたつなど消費電力の大きい製品を使用する機会が増えるため、コードやプラグへの負荷も大きくなります。身近な事故事例と、事故を防ぐためのチェックポイントをご紹介します。



＜事例＞

- こたつの電源コードが家具の下敷きになって半断線し、発熱して出火した。
- 電気ストーブの電源プラグを傷つけたため、接触不良となり、出火した。
- 軒下で延長コードを2本つなげて使用していたところ、雨水やホコリの影響でコードの接続部分から出火した。

＜チェックポイント＞

- 電源コードが家具等の下敷きになっていないか確認しましょう。
- 電源プラグに無理な力を加えると内部で断線する恐れがあります。プラグをコンセントから抜くときは、プラグ本体を持って抜きましょう。
- 電源コードやプラグに水分やホコリが付着しないようにこまめに掃除をしましょう。
- 電源コードやプラグに記載されている定格消費電力を超えるたこ足配線は避けましょう。

サービスを利用していないのに!

「サブスクリプション」の請求トラブルにご注意ください!



サブスクリプション（サブスク）とは、定められた料金を定期的に支払うことで、一定期間商品やサービスを利用できるサービスです。動画・音楽配信、学習教材、専門家相談、外食など、多岐にわたっています。

＜事例＞

▶「○ヵ月無料体験」などの広告をきっかけに申込み、いつの間にか有料サービスに移行し料金を請求された。
▶無料の動画配信サービスを登録。利用しようとしたがうまくいかず、アプリを削除したのに料金が引き落とされていることに気づいた。解約の方法が分からない。

＜チェックポイント＞

▶サブスクは、トライアル（体験）期間内に解約しなければ、多くの場合自動的に定額サービスに移行されます。サービスによっては、トライアル期間終了のお知らせがない場合もあります。
▶スマートフォンアプリの場合には、アプリをアンインストールしただけでは解約できません。申込む前に、トライアル期間や自動更新時期などの契約条件や解約の方法などを必ず確認しましょう。
▶サービスを利用していなくても、契約期間内は料金の支払いが発生します。請求にすぐ気づけるように、スマートフォンのキャリア決済やクレジットカードの明細は、毎月確認するようにしましょう。



悪質な客引きに注意! 年末年始の飲食店トラブルを防ぎましょう

仙台市では、「仙台市客引き行為等の禁止に関する条例」を制定し、市内中心部の禁止区域において客引き行為やスカウト行為を禁止しています。悪質な客引きをなくすため、客引きを利用しないなど、ご理解とご協力をお願いします。



禁止となる客引き行為等

(1) 客引き行為等禁止区域内で行われる行為

① 客引き行為
相手方を特定して、客となるように誘う行為

② 客待ち行為
客引き行為をする目的で、相手方となるべき者を待つ行為

③ 勧誘行為
相手方を特定して、役務に従事するように勧誘する行為

④ 勧誘待ち行為
勧誘行為をする目的で、相手方となるべき者を待つ行為

(2) 事業者等が、禁止区域で客引き行為をした者等から紹介を受けて、当該客引き行為を受けた者を客として当該事業者等の店舗に立ち入らせること

飲食店利用時のチェックポイント

- □ 客引きにはついて行かない
- □ 利用前に料金やサービス内容を確認する
- □ 「今だけ」「特別価格」などの言葉をうのみにしない
- □ 少しでも不安を感じたら利用を断る



国分町やアーケード内の客引き等はすべて違反行為だよ!

仙台市客引き行為等の禁止に関する条例について
詳しくは
仙台市市民生活課ＨＰへ▶

サステナブルファッションを始めてみませんか?

私たちは普段、何気なく服を購入し、着なくなったら処分しています。しかし、ファッション産業は大量の資源やエネルギーを使用しており、世界的に環境への負荷が大きい産業の一つとされています。

こうした課題を踏まえ、環境や社会に配慮しながら衣服を大切に利用する考え方が「サステナブルファッション」です。特別なことをする必要はありません。私たち一人ひとりが日常の中で少し意識するだけでも、環境負荷の軽減につながります。

★ポイント★

本当に必要な服か考えてから購入する
衝動的な買い物はせず、クローゼットを見直して、必要なものだけ買うようにしましょう。

長く着られるものを選ぶ
品質を確認し、価格に見合う価値のある商品を購入しましょう。

お手入れや修繕をして大切に着る
素材に合ったケアや洗濯を行うなど、丁寧に着るようにしましょう。

リユースショップやフリマアプリを活用する
自分が着なくなっても リユース品として他の人に選んでもらう、またはリユース品を購入する方法も考えましょう。

着なくなった服は回収ボックスやリサイクルに出す
古着回収を行っている店舗に持ち込む、市の資源回収を活用するなど、リサイクルの取組みに協力しましょう。

次に服を買うときは、「長く着られるかな?」「手放すときはどうしよう?」と少しだけ考えてみませんか。その小さな行動が、持続可能な未来への第一歩になります。



出典：「サステナブルファッション」（環境省）https://www.env.go.jp/policy/sustainable_fashion/

仙台市消費生活基本計画・消費者教育推進計画の取り組みを紹介します

施策の柱 Ⅲ 持続可能な社会づくりのためのライフスタイルの推進

環境に配慮したライフスタイル・ビジネススタイルを推進する取り組みを進め、持続可能な社会を目指します。



具体的な施策

- 市民がエシカル消費について知り、意識を高めるための啓発や情報提供を行います。
- 環境に配慮した事業活動を支援し、消費者志向経営を推進します。
- 環境や食をテーマとした講座の開催やイベントへの出展により、環境について学ぶ機会を提供します。
- 市民や事業者、学校等、多様な主体と連携し、環境配慮行動の輪を広げます。

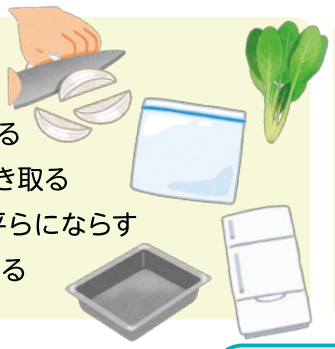


野菜をムダなくおいしく！冷凍保存のすすめ

野菜には食物繊維やビタミンなど多くの栄養素が含まれています。
しかし、「使い切れず傷ませてしまった」という経験がある方も多いのではないでしょうか。
ムダなくおいしく食べ切るための、野菜の冷凍保存方法をご紹介します。

食育せんだい

野菜の冷凍保存方法



1. 野菜を洗い、使いやすい大きさに切る
2. キッチンペーパーで余分な水分をふき取る
3. 冷凍用保存袋に入れ空気を抜いて平らにならす
4. 金属製のトレーなどにのせて冷凍する

冷凍した野菜は凍ったまま料理に

調理の際は、解凍せず、凍ったまま料理に使うことができます。
冷凍すると野菜の細胞が破壊される特徴を生かして、味のしみた煮物やシチューなどを作ってみましょう。



野菜の冷凍保存で食品ロス削減！

使い切れずに捨ててしまう前に冷凍保存を活用することで、食品ロスの削減にもつながります。
食べられる分だけ解凍しておいしく食べましょう。

熱が伝わりやすい金属製のトレーなどを使用して、短い時間で凍らせると味や食感、おいしさを維持できるよ。
冷凍した野菜は3週間を目安に使い切ってね。



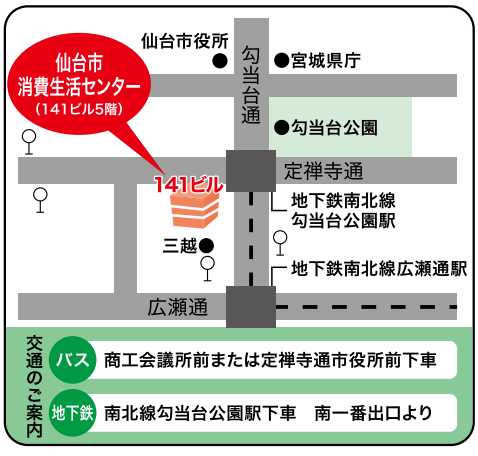
契約トラブルなどで迷ったときや困ったときは１人で悩まず早めにご相談ください。

仙台市消費生活相談ダイヤル
022-268-7867（なやむな）
相談時間　月曜から金曜　9:00～17:00（受付16:30まで）
　　土曜　9:00～16:00（受付16:00まで）
　　※休館日　日曜・祝日・年末年始

消費者ホットライン
188（いやや）（局番不要）

インターネット消費生活相談
仙台市オンライン申請システムからご利用いただけます。
詳しくはホームページをご覧ください。

ご相談は仙台市在住または通勤・通学の方が対象です。



仙台市消費生活センター
〒980-8555 仙台市青葉区一番町四丁目11番1号
141ビル（三越定禅寺通り館）5階
TEL 022-268-7040　FAX 022-268-8309
E-mail sim004140@city.sendai.jp

仙台市消費生活センター ホームページ
「ゆたかなくらし」はホームページでもご覧いただけます。

仙台市消費生活情報誌ゆたかなくらし210号（2026年12月号）　次号／3月発行予定　編集・発行　仙台市消費生活センター