

「食育推進チーム」だより

☎ 住民福祉課 保健予防係
☎ 62-9134
(担当) 富士見中学校 栄養教諭



かしこく選んで、おいしく食べよう!

高校生は『手づくり』より、『コンビニ』『お店』の味が好き!? ～手づくりバターの実践～

高校の「家庭総合」の授業では、生徒が「食生活の自立」の第一歩を踏み出すことを目標としています。『食事バランスガイド』の自己診断で、朝食欠食や食べたメニューを覚えていない、小食、単品やおかずのない食事、乳製品や果物を口にしない実態もあることがわかりました。生活習慣を見直して、食事を楽しむ時間や運動とのバランスを考えた健康意識の改善が課題です。

今回は教室で行う「フレッシュバターづくり」の実践を紹介します。



瓶に生クリームを入れ、一人20回ずつ瓶を振って隣の人に渡します。生クリームは、脂肪部分（バター）と水分（バターミルク）に分離します。できあがったバターはクラッカーにつけて試食します。味が無い・乳臭い・やわらかい・おいしいなどの感想が出ました。

この実践では加工品と原料、表示、素材そのものの風味、食感、調理の科学等、学べる要素が多く含まれています。既製品の味に慣れ、好む高校生も多いですが、手づくりのおいしさや風味、素材感を知り、少しでも印象に残る教材を探して、高校生の味覚と身体の成長に役立ちたいと思っています。

—消費者見守り情報 No.83—

～固定電話の設備切替に便乗した悪質販売行為に注意!!～

☎ 住民福祉課 住民係 ☎ 62-9112 茅野市消費生活センター ☎ 72-2101 (内線 256)
長野県中信消費生活センター ☎ 0263-40-3660

NTT東日本では、現在の固定電話設備が2025年頃に中継・信号交換機の維持限界を迎えることから、2024年1月よりIP網を用いる方式に切り替えることが本年10月に報道発表されました。

IP網に切替後も、現在のまま基本的な音声サービスは維持され、各戸の宅内工事は不要で電話機等もそのまま利用できます。

*** IP網とは一般的に言われているインターネットを利用したネットワーク回線のことです。** 今回のような変更が行われる時には、必ずと言っていいほど便乗した悪質な販売行為が行われますので、特にご注意ください。

NTTからの情報を提供しますので確認をしてください。

～加入電話等の固定電話を利用されている皆さんへ～

「手続き」不要! 「回線工事」不要! 「機器の変更」不要! です。

- ・2024年1月以降、電話を提供するNTT東日本の局内設備が新しくなります。
- ・設備切替後も、手続き不要で「固定電話（通話）」および利用中の電話機などを、そのまま利用することができます。
- ・設備切替以降も、基本料は変更されない予定です。通話料は距離により差が出なくなるため、全国一律の通話料となる予定です。現在の契約は設備切替後も引き継がれます。

*** 「固定電話の設備切替」等に便乗した虚偽情報に基づく悪質な販売行為にご注意ください。**

次のようなセールストークにはご注意ください。

- ・古い回線を新しい回線に交換する工事が必要なので工事をを行います。
- ・アナログ電話が使えなくなるので、デジタル電話への切替工事が必要になります。
- ・このあたり一帯で回線の切替工事があり、今までの電話機が使えなくなります。
- ・料金の変更があり、今のままでは通話料が高くなってしまいますので、お得なプランへの変更のご案内です。
(今ならキャンペーン中で特別に安い料金プランがあるので、乗り換えませんか。) などなど



現在提供されているサービスの中には2024年1月以降提供されなくなるものもあります。NTT東日本からのお知らせにおいて確認してください。

●NTT東日本の問い合わせ先

TEL 0120-815-511 (問い合わせセンタ) 受付 午前9時～午後5時

専用WEBサイト <http://web116.jp/2024ikou>