

政府からのお知らせを取りまとめた冊子です。

点字・大活字広報誌

# ふれあい らしんばん

Vol. 86

.....

令和4年  
7月発行

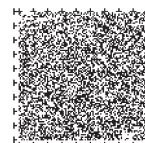


より多くの方に読んでいただくために、  
回覧用、貸し出し用としてぜひご活用ください。



政府広報

あしたの暮らしをわかりやすく  
内閣府政府広報室



# 目次

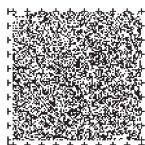
エアコンや扇風機による火災事故を予防しよう  
～安全快適に夏を過ごしましょう～……1と37

「やっぱりごはんでしょ！」  
お米と健康……………9と46

7月は愛の血液助け合い運動月間  
～献血へのご理解とご協力をお願いします～  
……………18と54

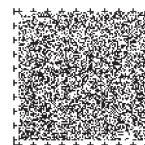
少年法が変わりました！……………27と63

「ふれあいらしんばん第86号」は、  
1～36ページまでを点字、37～71ページまでを  
大活字にて表示しています。



# エアコンや扇風機による 火災事故を予防しよう ～安全快適に夏を過ごしましょう～

毎日暑い日が続きます。皆様のご家庭でもエアコンや扇風機が大活躍しているのではないのでしょうか。そんななかご注意いただきたいのが、古い扇風機やエアコンなどによる火災事故です。実は、古い扇風機やエアコンなど、夏物家電が原因の火災事故が毎年発生しています。今、使っている扇風機、変な音がしたり、焦げ臭いにおいがしたりしていませんか？エアコンのメンテナンスは正しくできていますか？危険を避け、快適に夏を過ごすために、気を付けたい製品の見分け方やよく起きている事故など、注意すべきポイントをご紹介します。



.....

**Q. 扇風機による火災は、  
どのようなことが原因で起こっているのですか？**

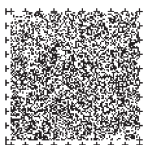
**A. 原因の多くが「経年劣化」によるものです。製造から長い期間経過すると、部品が劣化し、そのことが要因で発熱や発火等の事故につながります。**

.....

**Q. どのようなことに気を付ければ、  
火災を避けられますか？**

**A. 例えば、スイッチを入れても羽根が動かない場合や、羽根が動いても遅かったり、不規則な回転をしたりする場合。変な音がしたり、振動があるときも危険のサインです。また、モーター部分の異常な発熱や異音、電源コードの折れ曲がりなども注意が必要です。**

.....

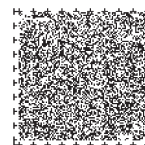


.....

**Q. おかしいな？と感じたときは、  
どうすればいいですか？**

**A. 電源プラグを抜いて使用を中止しましょう。「スイッチを入れても動かなかったので、そのままにしておいた」という扇風機から火災が発生した例もあります。必ず電源プラグを抜いて、販売店やメーカーに相談するか、古い扇風機は買い替えを検討することをお勧めします。**

.....

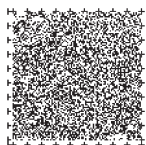


.....

**Q. 買い替えを検討する時期や、安全に使える期間の目安などがありますか？**

A. 扇風機の火災事故は製造から10年以上経っている製品で多く発生しています。2009年4月1日以降に製造または輸入された扇風機やエアコンなどには、「製造年」及び「設計上の標準使用期間」が表示されていますので、これを目安にすることもできます。

.....



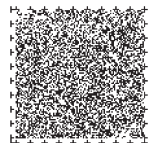
.....

**Q. エアコンによる火災は、  
どのようなことが原因で起きているのですか？**

**A. エアコンによる火災の原因は主に3つです。**

- 電源コードの改造や修理、延長コードとの接続などによる発火
- 小動物や虫の侵入による室外機からの発火
- エアコンの洗浄が原因で、機械内部に不具合が起きたことによる発火

.....

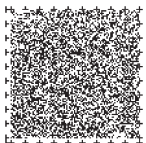


.....

**Q. どのような対策をとればいいですか？**

**A.** エアコンのプラグは延長コードにつながずに、専用のコンセントに直接つなぎましょう。エアコンは消費電力が大きいいため、延長コードにつなぐと、発熱・発火のおそれがあります。エアコンのプラグは、定期的にほこりを掃除しましょう。また、室外機のまわりは、ダンボールやごみ、植木鉢などを置かずに、きれいにしておくことで危険を減らせます。

.....



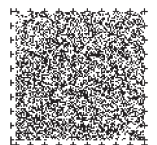


.....

**Q. エアコンの洗淨については、  
どのようなことに気を付ければいいですか？**

**A. 製造時期が古いエアコンは、購入者による洗淨が想定されていない構造の製品もあり、自分で洗淨することで火災の原因になってしまいうことがあります。エアコンの内部洗淨をする際は、正しい知識を持った業者に依頼することが望ましいです。自分で洗淨する場合は、取扱説明書をよく読み、注意事項を守って行いましょう。**

.....



.....  
**Q. 他に気を付けるべき点がありますか？**

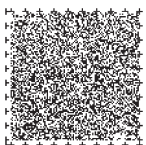
**A. 次のような症状があるときは注意が必要です。**

- ブレーカーが頻繁に落ちる
- 室外機から水漏れがしている
- 異音がしたり、焦げ臭いにおいがする
- 電源コードやプラグが熱くなる、変色している

このような症状は異常の疑いがありますので、すぐに使用を中止し、販売店などに相談しましょう。リコールが行われた機種もありますので、利用している古いエアコンが大丈夫か心配な方は、ウェブサイトを確認してみてください。

「消費者庁 リコール情報サイト」または  
「経済産業省 リコール情報」で検索

.....



.....

**Q. 扇風機やエアコン以外の夏物家電で  
気を付けるものなどがありますか？**

**A.** 近年では携帯用の小型扇風機が原因の火災も起きています。手軽で便利な小型扇風機ですが、廃棄や保管の不手際が原因で、バッテリーから発火するなどの危険があります。使用しなくなった製品の処分は、十分に注意して、自治体の指示を確認して行いましょう。

.....

暑い夏を乗り切るには必需品の夏物家電ですが、誤った使い方をしたり、メンテナンスを怠ったり、また、古い製品を無理に使い続けると火災事故につながる可能性があります。おかしいな？と感じたらすぐに使用を控え、専門家に相談しましょう。夏物家電を正しく安全に使い、快適な夏をお過ごしください。



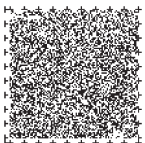
「やっぱりごはんでしょ！」

## お米と健康

.....

古くから日本人に愛されてきたお米。お米は、主食として食卓に並び、お菓子やお酒などの原料としても用いられ、広く親しまれてきました。

しかし、年々、日本人はお米を食べなくなっているといわれています。日本人にとって大切なお米。今、もう一度、お米の魅力について考えてみませんか。



.....

**Q. 日本人はお米を食べなくなってきているのですか？**

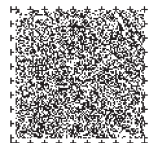
**A. 日本人1人が1年間に消費するお米は、1962年の118.3kgをピークに年々減り続け、2020年には50.7kgとなり、ピーク時の半分以下まで落ち込んでいます。**

.....

**Q. なぜ日本人はお米を食べなくなってきているのですか？**

**A. 単身世帯や共働き世帯の増加など世帯構造の変化や、食の多様化などが背景にあるようです。**

農林水産省が過去に行った調査では、パンなどのお米以外の食事を選択する理由として、「お米のごはんは準備や片付けに時間がかかる」、

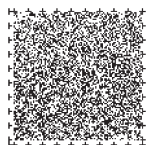


「パンなどの方が短時間で食べられる」といった意見が多くありました。1人で簡単にすませたい方や忙しくて時間が無い方は、お米を敬遠しがちかもしれませんが、しかし、最近ではパックごはんや、冷凍チャーハン、冷凍おにぎりなど様々な商品がスーパーに並び、手軽に「お米」を楽しめるようになってきています。お米を中心とした食事は栄養バランスが整いやすいので、そうした商品を利用してみるのもお勧めです。

.....

**Q. お米にはどのような栄養素が含まれているのですか？**

**A.** 白いごはん100gには、炭水化物が37g、タンパク質2.5g、脂質が0.3g含まれています。主な栄養素となる炭水化物は、食べると体の中でブドウ糖に分解されます。ブドウ糖は私たち



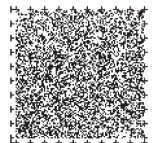
の脳を働かせる唯一のエネルギー源です。しっかり炭水化物を摂ることで、脳にエネルギーが行きわたり、集中して仕事や勉強ができるようになります。

また、主食になる食品として、低脂質なのも良いところですよ。白いごはん100gに含まれる脂質が0.3gなのに対し、食パンには4.4g、ロールパンには9g、クロワッサンなら26.8gの脂質が含まれています。

.....

**Q. お米のごはんを中心とした食事は、なぜ栄養バランスがとりやすいのですか？**

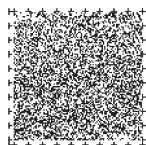
**A. 食事の栄養バランスをとる際に考えたいのが、私たちの体のエネルギー源となる三大栄養素「タンパク質、脂質、炭水化物」のバランスで**



す。年齢などにより若干の違いはありますが、概ねタンパク質を13～20%、脂質を20～30%、炭水化物を50～65%の割合となるようにすると、生活習慣病の発生や重症化を防ぐことにつながります。

このような組み合わせを考える際に、炭水化物が主成分で低脂質のお米は、様々なおかずと相性が良く、バランスの良い組み合わせが作りやすいのです。2013年12月に「和食」が世界無形文化遺産に登録されましたが、「お米」と一汁一菜を基本とする日本の食事スタイルは、理想的な栄養バランスといわれています。

.....



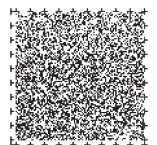


.....

**Q. 最近注目を集めている「玄米」について教えてください。**

**A.** 玄米には、食物繊維やビタミンB群、ビタミンEが豊富に含まれています。また、発芽玄米とって、発芽させた玄米には血圧改善やストレス緩和などの機能が謳われるGABAなどの成分も含まれていることから、近年、注目されています。

お米を食べる頻度についての最近の調査では、年代別にみると、20代はほとんど毎食お米を食べているのに、中高齢世代ではお米を食べる頻度が低い傾向にあると分かりました。年齢が高くなると健康面が気になるかと思しますので、こういった方へも玄米はお勧めです。



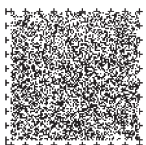
.....

**Q. 玄米は食べづらくないですか？**

**A.** 最近では炊飯技術の進歩などにより、味も良くなりつつあります。表面を加工して食べやすくした玄米や、発芽玄米のように、通常の玄米よりも機能性成分を豊富に含ませた玄米など、様々な商品が開発されています。

また、玄米米粉という玄米を粉にしたものや調理に適したミックス粉も開発され、美味しいパンやお菓子なども作れるようになりました。技術の向上により玄米も利用しやすくなっているので、ぜひ試してみてください。

.....



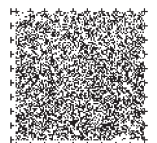
お米は私たちの食生活以外にも重要な役割を果たしています。

お米を作る水田は、稲を育てるだけではなく、人や様々な生き物、環境に対してとても役に立つ働きをしています。水田を維持していくことは非常に重要なことです。また、多くの食料を海外からの輸入に頼っている日本ですが、お米は国内で唯一自給可能な穀物です。

このように、お米を多く消費するスタイルは、色々な機能を持つ水田の維持や、皆さんの食料安全保障にもつながる大切なことです。

お米のごはんをいっぱい食べて元気に過ごせる食生活に見直してみませんか？

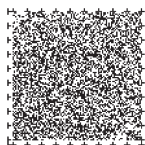
農林水産省のウェブサイトでは、もっとお米を身近に感じられるような情報を発信しています。「やっぱりごはんでしょ」で検索してみてください。



# 7月は愛の血液助け合い運動月間 ～献血へのご理解とご協力を お願いします～

.....

皆さんの身近な人の中にも、大きなケガや病気を患ったけれど、治療を受けて元気になった！という方がいませんか？もしその人が治療に血液製剤を使っていたのなら、それは献血によって誰かが提供してくれた血液からつくられた薬です。あなたの献血が誰かの命を救う助けになります。より一層の献血へのご理解とご協力をお願いします。



.....

**Q. どうして献血が必要なのですか？**

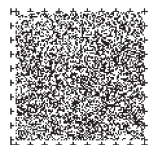
**A.** ケガや病気の治療に用いられる血液製剤は、血液からつくられています。血液は人工的にはつくることができません。血液製剤をつくるために多くの方からの献血が必要です。

.....

**Q. いつも献血を呼びかけているのはなぜですか？**

**A.** 献血は毎日1万4000人程度の量が継続的に必要とされています。血液は長期保存ができないので、患者さんに安定して提供するためには継続的に献血をしてもらう必要があるのです。また、ひとりが一年間に献血できる回数や量にも限りがあるため、広く多くの方に呼びかけています。

.....



.....

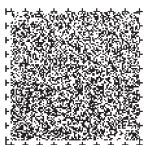
**Q. 血液が足りなくなることはあるのですか？**

**A.** 血液在庫量は季節の影響を受けやすく、特に夏場は不足しがちです。献血バスが派遣される企業や大学が休暇になることなどが理由です。他にも、少子化の影響で献血が可能な人数が減っていることや、若者の世代に献血者が減少していることも不足の原因になっています。将来的にはさらなる不足が危惧されています。

.....

**Q. 血液が不足しないよう  
何か対策は取られているのですか？**

**A.** 血液が不足する時期に備えて、7月は「愛の血液助け合い運動」月間として、多くの皆様に献血を呼びかけています。また、より献血しやすいように「ラブラッド」というウェブサービス

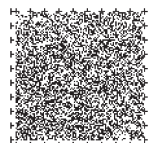


も整えられました。献血にご協力いただいた方や献血カードをお持ちの方がラブラッド会員に登録いただくことで、ウェブから次回献血の予約ができたり、次回の献血へ案内があったり、ポイントを貯めて記念品が貰えるなど、複数回の献血へも協力しやすくなりました。他にも企業や団体に「献血サポーター」としての参加を呼びかけ、献血にご協力いただくという取り組みも行われています。

.....

**Q. 献血は、いつでも誰にでもできるのですか？**

**A.** 献血は16～69歳の方にご協力をお願いしています。ご本人の健康や、輸血者の安全性を確保するための基準が設けられており、該当しない場合はご遠慮いただくことがあります。例えば、特定の薬を服薬中だったり、三日以内に出



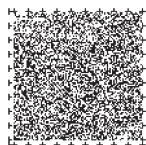
血を伴う歯科治療を受けていたり、などがあります。詳しくは問診医に相談できます。

.....

**Q. 補助犬を同伴している場合は  
どのようにしたらよいでしょうか？**

**A.** 献血会場への補助犬受け入れを実施しています。混雑状況によりお待ちいただく場合や、他の献血会場へご案内をする場合もありますので、補助犬の同伴をご希望される場合は、あらかじめご来場予定の会場へご確認ください。

.....





.....

**Q. 献血はどこでできますか？**

**A.** 全国各地にある常設の献血ルームや毎日稼働している献血バスでできます。日本赤十字社のホームページで、お住まいの地域の献血ルームや献血バス運行予定を確認できますので「日本赤十字社 献血」で検索してみてください。

.....

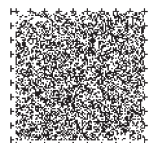
**Q. 献血するときは、どのような手順で行われますか？**

**A.** 以下の手順で行われます。

## 1. 受付

---

ご本人確認後、献血の副作用や血液の利用目的などについて同意した上で、申し込みをします。



## 2. 健康状態を確認する質問

---

健康状態に関する質問をタブレットで回答します。事情がある場合は職員が代行してくれます。

## 3. 健康診断

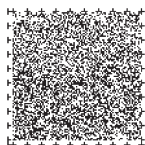
---

問診、血圧・体温測定、ヘモグロビン濃度検査、血液型事前検査の後、医師の判断を得て採血を行います。

## 4. 採血

---

採血にかかる時間は、血液中の全ての成分を採血する全血献血で10～15分、特定の成分だけを採血する成分献血で40～90分程度となります。



## 5. 休憩

---

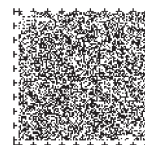
採血後、水分補給をして、10分以上休憩をとり、「献血カード」と「献血後のお願い」を受け取れば終了となります。

.....

**Q. 新型コロナウイルスへの感染対策はどうなっていますか？**

**A.** 献血ルームではアルコール消毒や換気など感染対策も徹底されていますので、安心して献血できます。また、会場の密を避けるために予約による献血もお勧めしています。

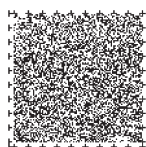
.....



献血は誰にでもできる命をつなぐボランティアです。しかし、この10年で、10代から30代までの献血者は約35%も減っています。将来にわたって安定的に血液を確保するためにも、若い世代を始め皆さん一人ひとりが、身近な問題のひとつとして関心を持っていただけるようご理解、ご協力をお願いします。

7月は「愛の血液助け合い運動」月間です。この機会にぜひ、近くの献血会場へ、未来のために踏み出してみませんか？

興味のある方は「愛の血液助け合い運動」で検索してみてください。

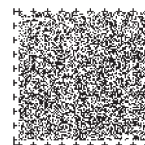


# 少年法が変わりました！

---

2022年4月1日に、少年法等の一部を改正する法律が施行されました。また、この日から、選挙権年齢や民法の成年年齢が20歳から18歳に引き下げられ、18歳・19歳の方は、社会において、責任ある主体として積極的な役割を果たすことが期待される立場になりました。

今回の少年法改正は、18歳・19歳の少年が罪を犯した場合には、その立場に応じた取扱いとするため、「特定少年」として、17歳以下の少年とは異なる特例を定めています。

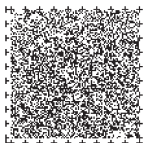


.....

**Q. 少年法は、どのような法律ですか？**

**A.** 少年法は、少年の健全な育成を図るため、非行少年に対する処分やその手続などについて定める法律です。少年法による手続・処分の特色として、少年事件については、検察官が処分を決めるのではなく、全ての事件が家庭裁判所に送られ、家庭裁判所が処分を決定することや、家庭裁判所は、少年に対し、原則として、懲役や罰金などの「刑罰」ではなく、少年院送致などの「保護処分」を課すことなどが挙げられます。

.....

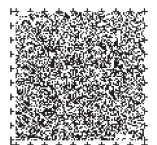


.....

**Q. 罪を犯した少年は、どのような手続で、  
どのような処分を受けるのですか？**

**A.** 少年事件は、罪を犯した疑いがある限り、全ての事件が警察や検察などの捜査機関から家庭裁判所に送られます。そして、家庭裁判所では、犯罪に関する事実のほか、少年の生い立ち、性格、家庭環境などについても調査をした上で、少年に対する処分を決定します。家庭裁判所の決定には、検察官送致（逆送）、少年院送致、保護観察などがあります。

.....

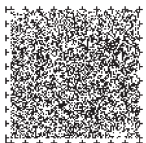


.....

**Q. 「保護処分」は「刑罰」とは違うのですか？**

**A.** 保護処分である少年院送致や保護観察は、少年の更生を目的として家庭裁判所が課す特別な処分で、刑事裁判所が科す懲役、罰金などの刑罰とは異なるものです。少年院送致では、対象者を少年院に収容し、その特性に応じた矯正教育などを行うのに対し、懲役では、対象者を刑務所に収容し、所定の作業を行わせることとされています。また、保護観察では、対象者を施設に収容せず、社会内に置いたまま、保護観察所が指導監督、補導援護を行います。

.....



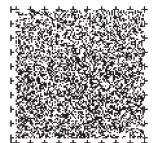


.....

**Q. 「逆送」とは、どのような手続ですか？**

**A.** 逆送は、家庭裁判所が、保護処分ではなく、懲役、罰金などの刑罰を科すべきと判断した場合に、事件を検察官に送るものです。逆送された事件は、検察官によって刑事裁判所に起訴され、刑事裁判で有罪となれば刑罰が科されます。また、家庭裁判所が原則として逆送しなければならないとされている事件を「原則逆送対象事件」といいます。改正前の少年法では、16歳以上の少年のときに犯した故意の犯罪行為により被害者を死亡させた罪、例えば、殺人罪や傷害致死罪などの事件がこれに当たることとされてきました。今回の改正で、特定少年、すなわち18歳・19歳の少年については、原則逆送対象事件が拡大されました。

.....

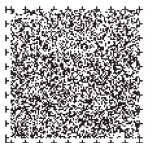


.....

**Q. 特定少年の「原則逆送対象事件」は、  
どのようなものですか？**

**A.** 今回の改正により、特定少年については、原則逆送対象事件に、これまでの、16歳以上の少年のときに犯した故意の犯罪行為により被害者を死亡させた罪の事件に加えて、18歳・19歳の少年のときに犯した死刑、無期又は法定刑の下限である短期1年以上の懲役・禁錮に当たる罪の事件が追加されました。これにより、特定少年については、例えば、現住建造物等放火罪、強制性交等罪、強盗罪、組織的詐欺罪などが新たに原則逆送対象事件となりました。

.....

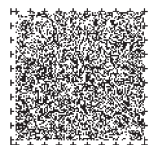


.....

**Q. 他には、どのような改正がありましたか？**

**A.** 少年法第61条によって、少年のときに犯した罪については、少年の更生に資するため、氏名、年齢、職業、住居、容ぼうなどによって犯人が誰であるかが分かるような記事・写真等の報道、いわゆる推知報道が禁止されています。今回の改正により、18歳・19歳の少年のときに犯した罪については、推知報道は原則として禁止されるものの、逆送されて起訴された場合には、その段階から、推知報道の禁止が解除されることとなりました。ただし、非公開の書面審理で罰金等を科す略式手続により起訴される場合、引き続き推知報道は原則として禁止されています。

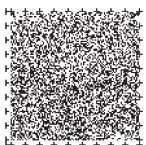
.....



.....

**Q. 選挙権年齢や民法の成年年齢は18歳に  
引き下げられたのに、なぜ18歳・19歳の  
少年に少年法を適用するのですか？**

**A.** 18歳・19歳の少年は、成長の途上にあり、  
罪を犯した場合にも適切な教育や処遇による更  
生が期待できます。そのため、今回の改正では、  
18歳・19歳の少年も「特定少年」として引き  
続き少年法の適用対象とし、全ての事件を家庭  
裁判所に送って、原則として、更生のための保  
護処分を行うという少年法の基本的な枠組みを  
維持しています。他方で、18歳・19歳の方は、  
選挙権年齢や民法の成年年齢の引下げにより、  
重要な権利・自由を認められ、責任ある主体と  
して社会に参加することが期待される立場とな  
りました。そこで、18歳・19歳の少年につ  
いては、少年法においても、その立場に応じた

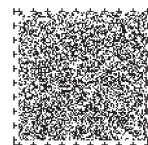


取扱いをするため、原則逆送対象事件を拡大し、推知報道を一部解禁するなど、17歳以下の少年とは異なる特例を定めることとなりました。

.....

少年法については、法務省ホームページにおいても解説しています。「法務省 少年法」と検索してみてください。

また、法務省提供の「大人への道しるべ」というウェブコンテンツにおいても、漫画やクイズ形式により、改正少年法について紹介しています。「大人への道しるべ 少年法」と検索してみてください。



この広報誌は、「政府広報オンライン」でも  
お知らせしています。

また、音声によるご案内もしています。

● 政府広報オンライン ●

点字・大活字広報誌「ふれあいらしんばん」

ふれあいらしんばん

検索

音声広報CD「明日への声」

明日への声

検索

点字・大活字広報誌

# ふれあいらしんばん Vol.86

令和4年7月発行

発行 ● 内閣府政府広報室

制作 ● 高速録音株式会社

