

レシピ 大阪青山大学学生

●材料 4人分

いちじく …………… 3個(うち1個はAに使用)
エリンギ・シメジ・マイタケ …………… 各1/2パック
ニンニク(すりおろす) …………… 1片
オリーブ油 …………… 小さじ1
【A】いちじく(皮むき1/2の角切り)、米酢(大さじ1)、塩(小さじ1/4)、砂糖(小さじ1)、オリーブ油(小さじ2)、コショウ(少々)

熱量(おとな1人分): 66kcal、塩分: 0.4g

●作り方

- ①エリンギは2×3cmの短冊切りにし、シメジは石づきを取り、マイタケはほぐす。
- ②フライパンでオリーブ油とニンニクを熱し、①と塩ひとつまみ(分量外)を加え、中火でしんなりするまで炒める。合わせたAを加え、粗熱を取る。
- ③皮をむいて6～8等分のくし形に切ったいちじくを上飾り、冷蔵庫で冷やす。

消費生活センターだより

消費生活センター
☎ 072(740)1167

パソコンに突然の警告音と警告表示

プリペイド型電子マネーなどで
お金を支払わせる手口に注意しましょう

【事例】 パソコンでインターネット検索をしていたら突然大音量の警告音が鳴り、画面に「パソコンがウイルス感染している」という警告表示が出た。表示された連絡先に電話をかけると「パソコンが汚染されているので早急に対応しないとイケない。5万円で遠隔サポートします。電話は切らずに、コンビニで5万円分のプリペイド型電子マネーのカードを買い、カードに書いている番号を知らせてください」と言われ、指示通りにした。これで安心かと思っていたら、「番号の入力ミスがあった。もう一度5万円分の電子マネーを買って来てください。入力できれば最初の5万円分は返金します」とのことだったので従った。すると、「また入力ミスがあった。今度は7万円分の電子マネーを買って来てください」と言うので「もうお金がない」と電話を切った。今考えれば、パソコンにセキュリティソフトを入れているので、おかしな話だと思う。だまされたのかもしれない。(60歳代 男性)

【回答】 パソコンの使用中に警告音が鳴ったり警告画面が表示されたりして、慌てて連絡先に電話してしまったことによるトラブルが増えています。電話をかけると有料のサービスを勧められ、プリペイド型電子マネーを購入するよう要求されます。警告音や警告表示は、偽の表示である可能性が高いので、連絡しないようにしましょう。プリペイド型電子マネーの番号を相手に伝えるということは、お金を相手に渡してしまうことと同じとなり、取り戻すことは非常に困難です。プリペイド型電子マネーを買うように言われた場合は注意してください。



いちじくサラダ

市特産のいちじくで「初秋」を味わう

【memo】 「不老長寿の果物」と呼ばれるいちじく。高血圧やむくみ予防に効果があるカリウムが豊富に含まれており、生で食べることで効率良く摂取できます。消化を助ける働きもあることから、夏の暑さで胃腸が弱っている時におすすめです。

生きる

人権推進課
☎ 072(740)1150

同調圧力と多様性

同調圧力の危険性を認識し
お互いの考え方を受け入れられる社会へ

最近、メディアなどでも使われることが増えてきた「同調圧力」という言葉をご存知でしょうか。辞書には「集団において、少数意見を持つ人に対して、周囲の多くの人と同じように考え行動するように暗黙の内に強制すること」と書かれています。多数派の人たちから同調圧力をかけられると、少数派の人たちは居心地が悪くなります。

一方、多数派の人からすれば、少数派の人たちは「勝手な考えでわがままなことを言う」という認識になりがちです。その中には、自分の利益を犠牲にしても他者の利益を優先する「利他性」を狭く解釈して、自分の所属する集団の規範のみに同調することが正義と考える人もいます。最近よく耳にする「自粛警察」と言われるものが、それに当たります。「私は、こんなに我慢してみんなのために頑張っているのに、どうして勝手なことをいう人がいるの」などと主張し、さらには少数派の人に罰を与えるべきだと圧をかけます。

このような考え方をする人は、学校や会社、ママ友グループ、SNS上にもいます。そのため、少数派の中には、集団内の暗黙のルールや多数派の主張に同調しないと「仲間外れにされる」とおびえ、疲れている人もいます。暗黙の「同じ」になろうと緊張し、「同じ」になれない自分を責め、不安や息苦しさを訴えて受診する学生や若いお母さんたちが、最近多いように感じます。

「同調圧力」は、他者を排斥するような危険性があると認識し、誰が悪いとかおかしでなく、多数派も少数派も互いの考え方を受け入れられるようになることを願います。

(わたなべメンタルクリニック院長 渡邊純)