

ステンレス鍋が黒くなった!
 ステンレス鍋を使っている人は多いと思いますが、苦情が寄せられました。

相談 「7年前に購入したステンレス鍋で豆を煮た。鍋が黒く変色し、何回洗っても水が黒くなる。購入した販売店に苦情を言ったが、対応してくれない。また、他店で買ったばかりのステンレスのボウルを洗うと、水が黒くなるのに気づいた。これらのステンレス製品は、使用しても問題はなにか」

ステンレスは鉄とクロムの合金で、さびにくくするために、酸素とクロムが反応してできる「酸化被膜」で表面が覆われています。鍋を洗うと酸化被膜がこすり取られ薄黒く見えます。この膜は、こすり取られても空気中の酸素に触れている間は何度でも再生し、さびから守っています。

また、トマトや梅干しなどの酸やアルカリの強い食材、酢やケチャップソースなどの調味料を使用した場合、「タンニン」が多く含まれるアクの強い食材(れんこん、ごぼう、ホウレン

ソウ、豆など)を使用した場合に鉄と化学反応を起こして、酸化被膜が一度にはがれることがあります。特に、酸化被膜の表面が安定していない新品の鍋の場合や、長時間食材を入れ、放置した場合に発生しやすくなります。黒く変色しても無害ですが、気になる場合はクレンザーなどの研磨剤でこすり洗いしましょう。相談者の場合、購入後あまり使用していなかった鍋で、「タンニン」の含まれている豆料理をしたのが原因でした。

鍋の販売業者には、説明不足ではないかと苦情を申し入れ、相談者に謝罪がありました。また、ホームページにはステンレスの「酸化被膜」について記載がなかったため、記載するよう要望し、後日説明が追加表記されました。

購入時、鍋の取り扱い説明書をよく読み、鍋の特徴を知って上手に使いましょう。

消費生活センター(ステーションビル3階) ☎753・5555



Q 高血圧の基準が変わったと聞きましたが、教えてください。

A 日本高血圧学会(JSH)は5年に一度高血圧の基準を見直しますが、2019年が、その年に当たります。

細かい分類は割愛しますが、簡潔に述べると基準が少し厳しくなりました。高血圧の基準値は140/90mmHg以上で変更はありませんが、75歳未満の合併症のない成人の降圧目標血圧が130/80mmHg未満に強化されました(従来は140/90mmHg未満)。また少し呼び名が変わり、130-139/80-89mmHgを「高値血圧」、120-129/80mmHg未満を「正常高値血圧」、120/80mmHg未満を「正常血圧」と呼称されるようになります。



ポイントには130/80mmHg台はもはや正常ではないと意識し、生活習慣の改善を早めに開始して真の高血圧症にならないようにしましょう。高血圧症により脳・心臓合併症になりますと健康寿命が著しく損なわれ、介護を含めて医療経済的にも大変な負担となります。

ぜひ健康診断などでの結果を参考にし、ご自身の血圧を確認し、場合によっては医療機関を受診してアドバイスを受けてください。

池田市医師会

改訂の背景には高血圧の基準に