



## “ずぼら調理”が招く危険

### ～トリセツをよく読んで「調理家電の事故」を防ぎましょう～

食欲の秋が到来です。近年は、時間効率を重視するタイムパフォーマンス（タイパ）志向の高まりを受けて、手軽な調理家電を用いてできるだけ手間をかけない「ずぼら調理」が人気です。しかしながら、その中には取扱説明書及び商品パッケージに記載されている注意事項（以下「注意事項」という。）をよく確認せずに誤った使い方をして事故に至ったケースがあります。独立行政法人製品評価技術基盤機構〔NITE（ナイト）、理事長：長谷川 史彦、本所：東京都渋谷区西原〕は、「調理家電の事故」を防ぐために注意喚起を行います。



再現イメージ（※実際の事故とは関係ありません）

2019年から2023年にNITEに通知のあった製品事故情報<sup>※1</sup>では、調理家電の事故は合計494件ありました。そのうち事故原因が判明した226件の中では、使用者の誤使用・不注意が関係しているものが44%（99件）を占め、最も多くなっています。

『できるだけ手間をかけたくない。』『ちょっと温めるくらいなら大丈夫。』といったずぼらな気持ちから、注意事項を確認せずに誤った使用方法をしてしまうと大きな事故につながるおそれがあります。

調理工程を省いても、安全のための手間だけは省かないようにお願いします。

#### ■事故を防ぐために気を付けるポイント

○調理前に、取扱説明書及び商品パッケージに記載されている注意事項を確認する。

- ・禁止されている容器を加熱しない。
- ・禁止されている食品を加熱しない。
- ・揚げ物調理をする際は、取扱説明書に定められている油の量を守る。

○調理中は、その場を離れない。加熱しすぎない。

○調理後は、こまめに掃除する。

（※1）消費生活用製品安全法に基づき報告された重大製品事故に加え、事故情報収集制度により収集された非重大製品事故やヒヤリハット情報（被害なし）を含みます。

# 1. 事故の発生状況

NITE に通知された製品事故情報のうち、2019 年から 2023 年までの 5 年間に発生した「調理家電の事故」494 件について、事故発生状況を以下に示します。

## 1-1. 年別の事故発生件数

調理家電の事故における「年別の事故発生件数」を図 1 に示します。事故件数の推移は横ばい傾向にあります。

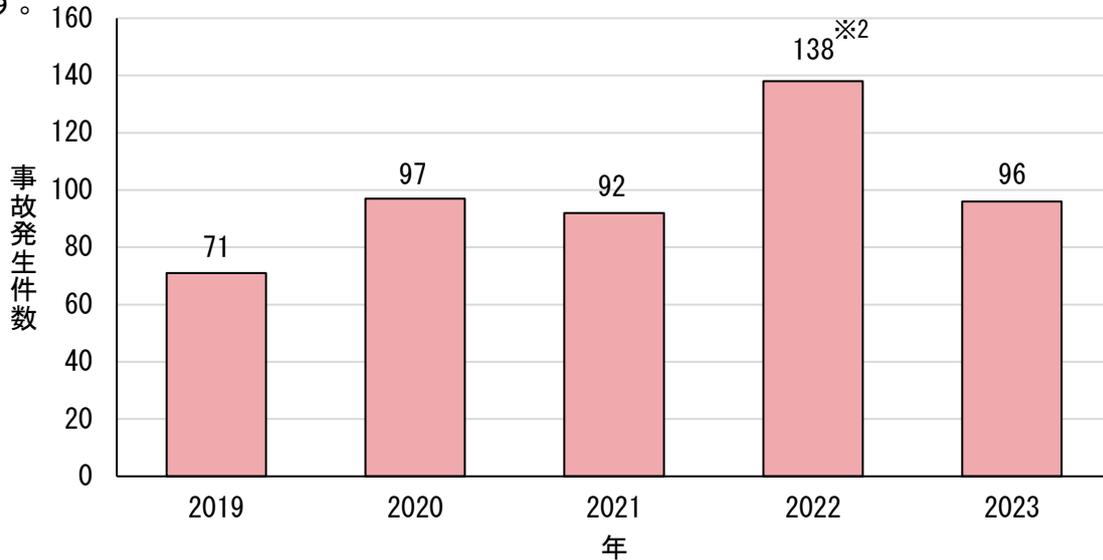


図 1 年別の事故発生件数

(※2) 2022 年の事故件数が多い理由は、同じ型式の「電気ケトル」を使用中に、電気ケトル本体と電源プレートとの接続部から発煙する不具合が生じた事故が 45 件発生しているためです。  
(2023 年 1 月にリコールを実施)

## 1-2. 原因別の事故発生件数

調理家電の事故 494 件のうち、調査中の事故（49 件）及び原因不明の事故（219 件）を除く 226 件についての「原因別の事故発生件数」を図 2 に示します。調理家電の事故は、使用者の誤使用・不注意が関係しているものが最も多く、事故原因の 44%を占めています。

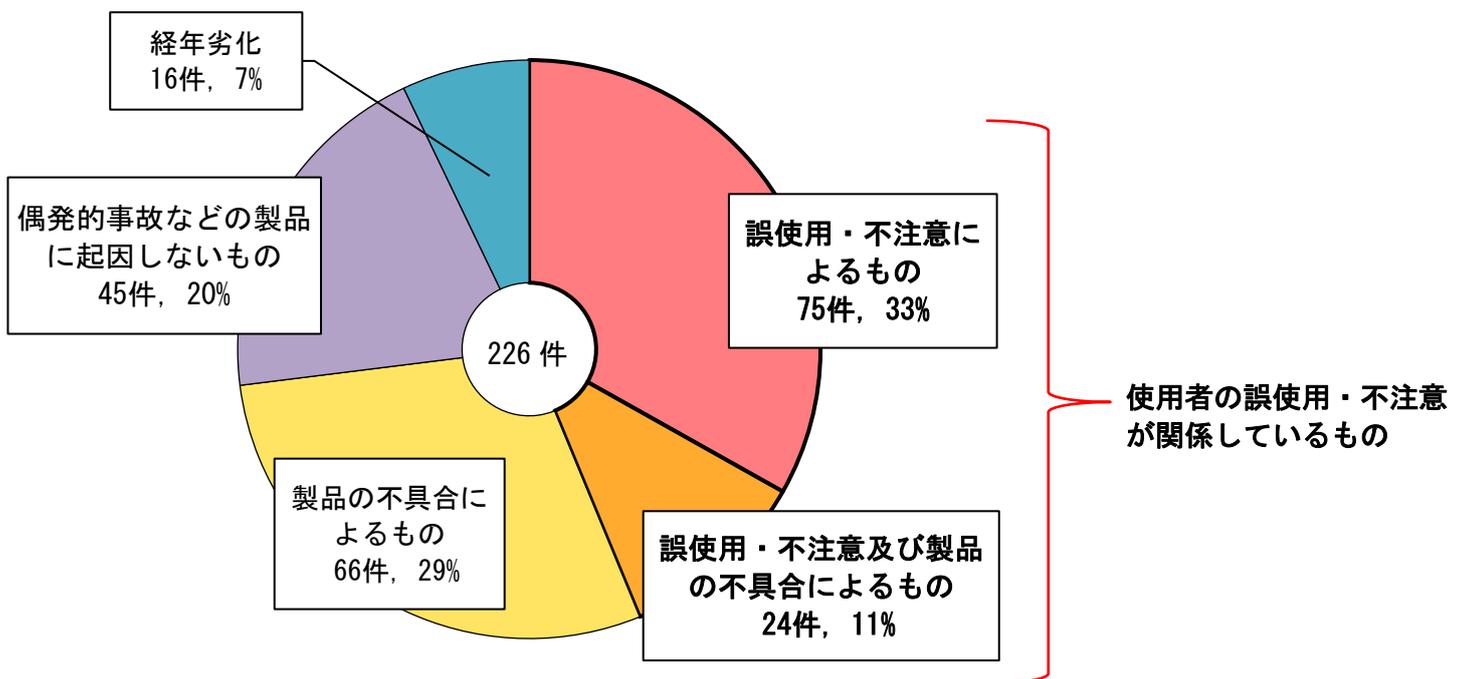


図 2 原因区分別の事故発生件数

### 1-3. 製品別の事故発生件数

調理家電の事故における「製品ごとの事故発生件数」を図3に示します。例年「電子レンジ」、「IHこんろ」の事故が多く発生しています。

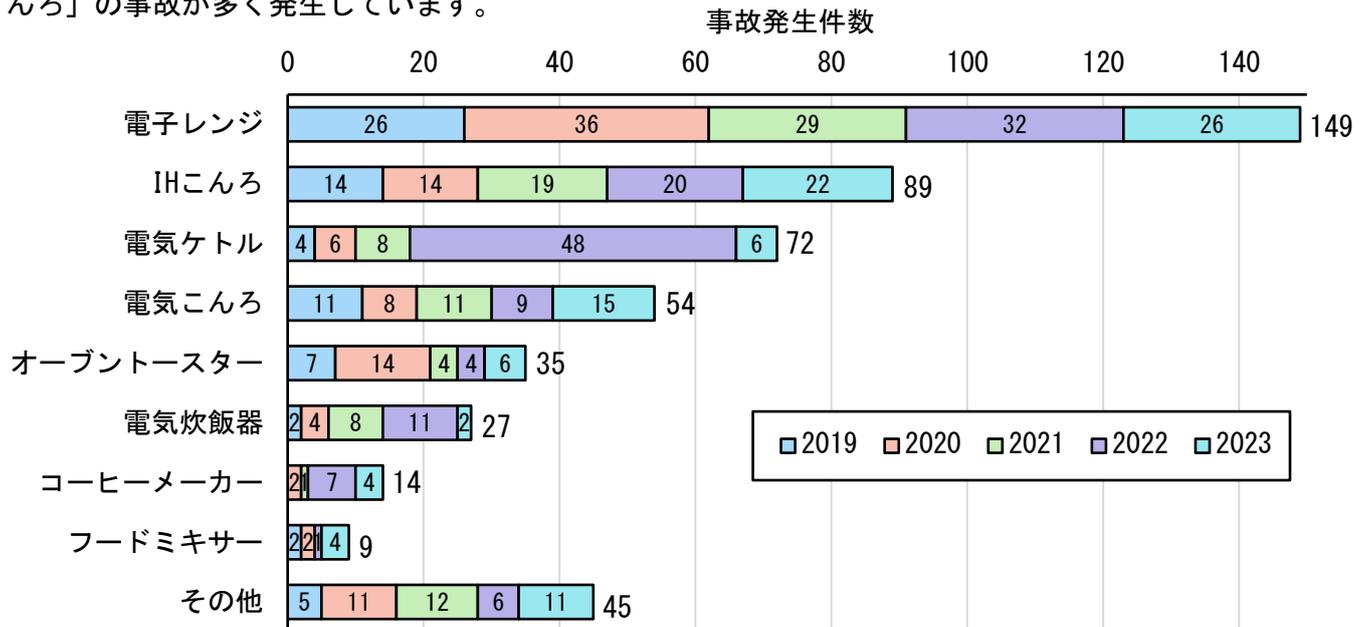


図3 製品別の事故発生件数

## 2. 事故事例

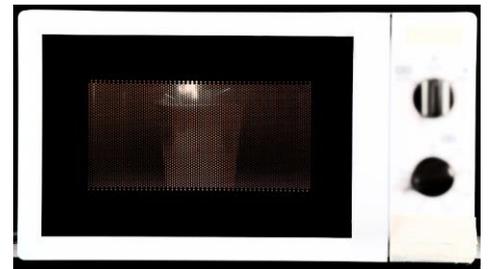
#### ■ 電子レンジ「禁止されている容器を加熱した事故」

事故発生年月 2020年3月（東京都、年齢・性別不明、製品破損）

##### 【事故の内容】

カップ麺を容器ごと電子レンジで加熱したところ、容器が爆発し、電子レンジが破損した。

（引用元：消費者庁事故情報データベース）



カップ麺容器から火花が出ている様子  
（再現実験）

#### ■ 電子レンジ「禁止されている食品を加熱した事故」

事故発生年月 2018年11月（奈良県、70代・女性、製品破損）

##### 【事故の内容】

電子レンジを使用中、庫内で調理物が破裂し、庫内の底面が割れた。

##### 【事故の原因】

取扱説明書で禁止されている「ゆで卵」を含むおでんを加熱したため、ゆで卵が破裂した衝撃により、庫内のガラスプレートが破損したものと推定される。

##### 【NITE SAFE-Lite 検索キーワード例】

電子レンジ、ゆで卵、破裂



電子レンジで加熱したゆで卵の破裂の様子  
（再現実験）

#### ■ IHこんろ「少量の油から発火した事故」

事故発生年月 2019年6月（長崎県、年齢不明・女性、軽傷）

##### 【事故の内容】

IHこんろで調理中の鍋から出火し、火傷を負った。

##### 【事故の原因】

調理中その場を離れ、更に少量の油を入れて、揚げ物モード（油が発火点に達しないように油の温度を一定に保つ機能）を使用しなかったため、発火したと推定される。

##### 【NITE SAFE-Lite 検索キーワード例】

電磁調理器、揚げ物



フライパンの少量の油から発火する様子  
（再現実験）

### 3. 気を付けるポイント

#### 「調理家電の事故」を防ぐためのポイント

○調理前に、取扱説明書及び商品パッケージに記載されている注意事項を確認する。

・禁止されている容器を加熱しない。

調理家電に容器を入れて加熱する際、種類や材質によっては取扱説明書に禁止されているものがあります。例えば、「電子レンジに金属製の容器やアルミホイルを使用してしまうと金属部分から火花が発生して発火するおそれがある」ので、使用が禁止されています。ただし、オーブン機能付き電子レンジの場合、「加熱モードによっては金属製品やアルミホイルの使用が可能になる」など、調理方法に応じて注意事項が変わる場合もあります。また、取扱説明書に記載が無くても商品パッケージに注意事項が記載されている場合もあるので、調理家電側・商品側両方の注意事項をよく確認することが大切です。

容器の種類	金属容器	アルミホイル	耐熱性のあるプラスチック容器	ラップ (耐熱温度140℃以上)
レンジ加熱	✗ 使えません スパークが生じるため使用できません。	✗ 使えません 放電・火花・加熱・やけどの原因になります。	○ 使えます	○ 使えます
ヒーター加熱 (オーブン調理)	○ 使えます	○ 使えます	✗ 使えません 変形したり、焦げたりします。	✗ 使えません 溶けたり、発火したりします。

◀調理家電側の注意事項  
オーブン機能付き電子レンジの取扱説明書の注意事項の例

(参考) 別紙1：電子レンジで使用できない金属製のもの(例)



◀商品側の注意事項  
カップ麺の商品パッケージに記載されている注意事項の例

・禁止されている食品を加熱しない。

電子レンジで卵を加熱すると破裂する事は広く知られていますが、「ゆで卵が入ったおでん」などの煮込み料理でも同様に破裂するおそれがあり、注意が必要です。レンジ加熱はマイクロ波と呼ばれる電磁波で食材内部の水分を温めるしくみです。卵や切り込みを入れていない栗など、膜や殻に覆われている食材を電子レンジで加熱すると、食材内部の水分が膨張して圧力が高まり、破裂しやすくなります。

⊘ 生卵やゆで卵、目玉焼きは加熱しない

⚠ 殻や膜付きの食材は必ず切れ目を入れる

▲電子レンジの取扱説明書に記載されている注意事項の例



▲電子レンジに卵を入れた様子



▲切り込みを入れた栗

・揚げ物調理をする際は、取扱説明書に定められている油の量を守る。

IH こんろは火を使わずに調理できる上に安全機能が充実しているため、火災の心配がないように思われがちですが、取扱説明書に定められている油量よりも少ない油で揚げ物調理をすると、温度が急激に上昇し、温度センサーが正確な温度を測ることができなくなり、発火するおそれがあります。また、揚げ物調理にもかかわらず通常の加熱メニューを選択したり、反りや変形がある鍋を使用したりすることによっても、温度センサーが正しく働かなくなる原因となります。

安全機能を過信せず、取扱説明書に記載されている注意事項をよく確認しましょう。

## ○調理中は、その場を離れない。加熱しすぎない。

食品の様子を見ながら少しずつ加熱することで、事故を防ぐことができます。短い時間でも調理中は機器本体から離れないようにし、やむを得ず離れる場合は調理を中断しましょう。電子レンジの場合、水分が少ない食品（パンや芋など）は水分を多く含む食品よりも比較的早く炭化し、スパーク（火花が発生）して発火します。特に油分を多く含む食品（天ぷら、肉まんなど）は、加熱し過ぎた際に爆発的に燃焼するおそれがあるため、注意が必要です。

## ○調理後は、こまめに掃除する。

調理家電はこまめに掃除を行ってください。特に電子レンジとオーブントースターで汚れによる事故が目立っています。電子レンジは庫内やドアの内側に食品かすなどの汚れが付着した状態で使用すると、炭化してスパーク（火花が発生）し、発火するおそれがあります。オーブントースターは庫内や受け皿に食品かすや油分などの汚れがある状態で使用すると、ヒーターの熱で食品かすや油分などが予期せぬ過加熱となり、発煙や発火のおそれがあります。

## 事故事例・リコール情報を確認

### ○過去に発生した事故情報、リコール情報を確認する。

#### 【NITE SAFE-Lite（ナイト セーフ・ライト）のご紹介】

NITE はホームページで製品事故に特化したウェブ検索ツール「NITE SAFE-Lite（ナイト セーフ・ライト）」のサービスを行っています。製品の利用者が慣れ親しんだ名称で製品名を入力すると、その名称（製品）に関連する事故の情報やリコール情報を検索することができます。

また、事故事例の【SAFE-Lite 検索キーワード例】で例示されたキーワードで検索することで、類似した事故が表示されます。

<https://www.nite.go.jp/jiko/jikojohou/safe-lite.html>



※製品事故情報を収集し、公開して社会的に共有して、事故原因の分析、評価や再発防止に活用していくことは重要です。そうした事故情報が活用されて、従来の基準が見直され、安全性の向上した新基準での製品づくりによって、関連事故の減少につながります。

もし製品事故に遭われたり、そうした情報に接したりした場合には、ぜひメーカー（海外製品であれば輸入事業者等）に情報提供いただくよう、ご協力をお願いします。

#### 【消費者庁のリコール情報検索サイトのご紹介】

「消費者庁リコール情報サイト」では、消費者向け商品のリコール情報を掲載しており、キーワードによりリコール情報を検索することができます。さらに、「リコール情報メールサービス」に登録することで、新規のリコール情報等が提供されます。

<https://www.recall.caa.go.jp/>

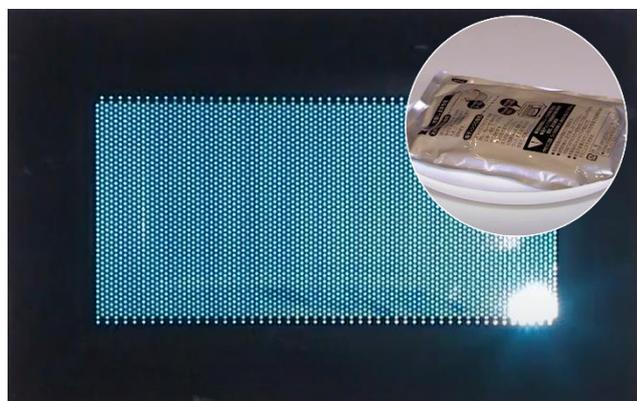


### お問い合わせ先

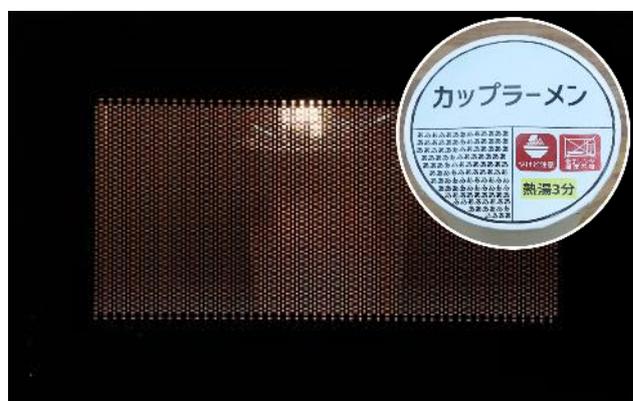
独立行政法人製品評価技術基盤機構 製品安全センター 所長 大下 龍蔵  
担当者 製品安全広報課 宮川 七重、山崎 卓矢、安元 隆博  
Mail : [ps@nite.go.jp](mailto:ps@nite.go.jp) Tel : 06-6612-2066

## 電子レンジで使用できない金属製のもの（例）

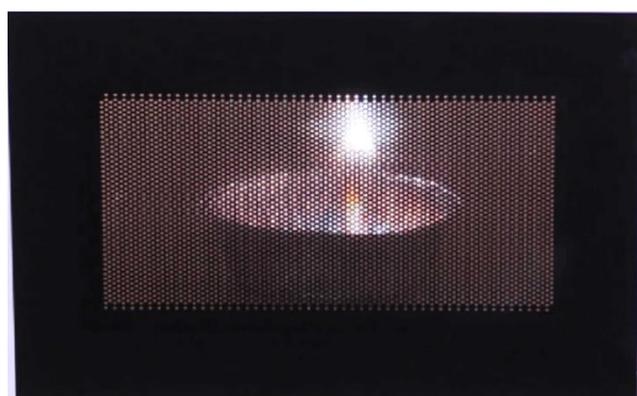
電子レンジに金属製の容器やアルミホイルを使用してしまうと金属部分から火花が発生して発火するおそれがあります。



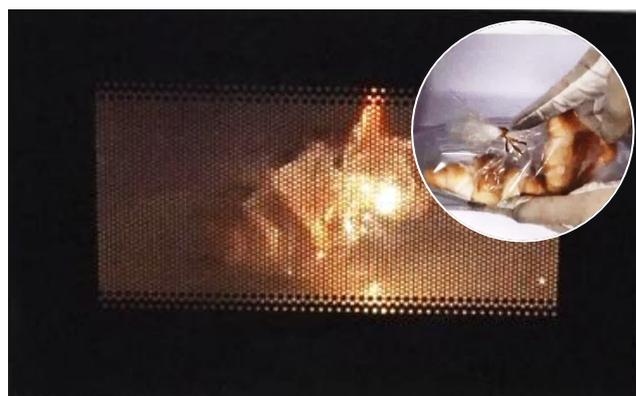
レトルト食品のアルミパウチ



カップ麺容器



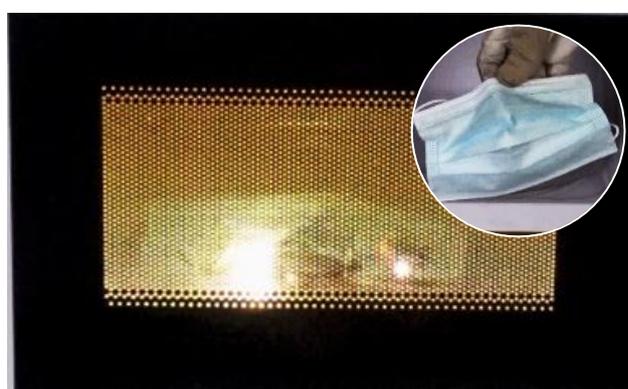
アルミ容器



金属ワイヤー入りビニール袋付きパン袋



アルミ包装ソフトクッキー



金属ワイヤー入りマスク

※上記画像はすべてNITE再現映像から抜粋

## 一般消費者へのアンケート結果

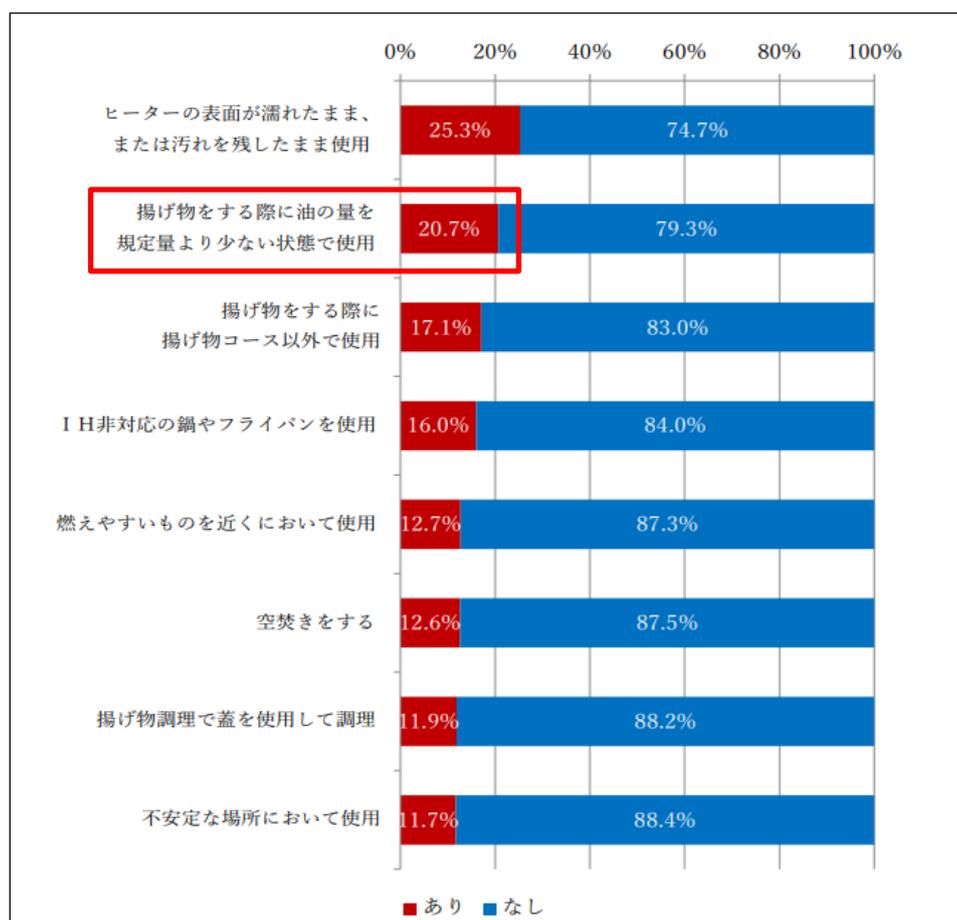
以下に、東京都が都内在住の男女 2,000 人を対象にインターネットでアンケート調査を実施した結果の一部をご紹介します。

使用時に電子レンジから発煙・発火を経験した人	8.0%
そのうち発煙・発火の主な原因は・・・	
<input checked="" type="checkbox"/> 電子レンジで温めてはいけないもの（食器や容器含む）を温めた	58.2%
<input checked="" type="checkbox"/> 温める時間を長く設定してしまった	35.8%
<input checked="" type="checkbox"/> レンジ機能とオープン機能を間違えて使用してしまった	12.7%
<input checked="" type="checkbox"/> 自動運転の設定を間違えてしまった	9.1%

▲「電子レンジ」使用時に発煙・発火を経験した人の割合と原因の内訳

※出典：東京くらし WEB「火災の危険も！電子レンジの事故に注意!!」（令和 5 年 4 月）

[https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.lg.jp/anzen/test/denshirenji\\_press.html](https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.lg.jp/anzen/test/denshirenji_press.html)



▲「IHクッキングヒーター」使用時に危険な調理方法を経験した人の割合

※出典：東京都生活文化スポーツ局「IHクッキングヒーターの安全性に関する調査」18P（令和 5 年 3 月）

<https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.lg.jp/anzen/test/documents/report.pdf>