

電子レンジによる事故を防止しましょう

国民生活センターが、誤使用による電子レンジの事故が多発しているとして、事故を防止するため、加熱のしくみや注意事項を理解して正しく使用するよう注意喚起しています。

電子レンジは一般家庭で広く普及しており、冷凍食品の解凍や温め、時短調理の用途から本格的な調理まで、さまざまな場面で使用されています。火を使わない調理器ですが、庫内の汚れや加熱のし過ぎ、誤った使用などが原因で発煙、発火といった事故につながる場合があります。

全国の消費生活センターには、2020年4月から2025年12月までに521件の相談が寄せられています。これらの中には加熱のし過ぎだけではなく、明らかな誤使用による事故事例も多数見られました。

～加熱しすぎで突沸や発火 容器は使用可能か確認を～

【事例1】 電子レンジで牛乳を温めた後、取り出したときに突沸して、ミルクが飛び散って顔にやけどをした。1杯目のマグカップでは、ちょうどよい温度に温まったが、突沸した2杯目は、少し小さめのマグカップでミルクの量も少し少なかった。

【事例2】 電子レンジで焼き芋を作っていた際、芋が発火して電子レンジ内が黒焦げになってしまった。このレンジでは同様の方法で何度も焼き芋を作っているが、これまで発火するようなことはなかった。今回はさつま芋のサイズが小さかった。

【事例3】 カップ麺の容器に水を入れて、カップ麺容器のまま電子レンジで加熱したら、容器の一部が燃え出してしまった。カップ麺の容器に「電子レンジ調理不可」と書かれていたことに、あとで気が付いた。

電子レンジは、食品中に含む水分子をマイクロ波で振動させることで食品全体を加熱します。事例1のように、飲み物を加熱しすぎると突然、爆発的に吹き出したり、沸騰が落ち着いたように見えても、外部からの刺激がきっかけとなり再び大きく泡立つ「突沸現象」が見られました。

事例2の場合は、食品を加熱しすぎたことにより食品が発煙、発火し、危険な状態となりました。電子レンジによる調理では、パッケージやレシピに記載された加熱時間の目安を参考に、食品の加熱のし過ぎに注意しましょう。

また、電子レンジには使用できる容器とできない容器があります。事例3ではカップ麺容器のふたの裏側がアルミになっており、そこから火花が出たと考えられます。電子レンジの取扱説明書や、容器の注意書きをよく確認し、使用するようにしましょう。

その他、国民生活センターで行われたテストでは、マイクロ波の出口カバーに汚れ（食品カス等）が付着したまま加熱すると、その部分にマイクロ波が集中し、発煙、発火することがありました。電子レンジの使用にあたっては、こまめに庫内の手入れを行い、庫内は清潔な状態を保ちましょう。

万一、庫内で発煙・発火したときは、動作を終了させて電源プラグを抜き、扉を開けずに煙や火が収まるのを待ちましょう。