

電子レンジで飲みものを温めるときは“突沸”に注意

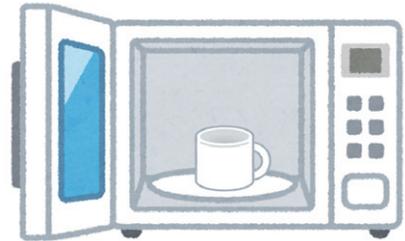
冬の寒い日、外出から帰ったら、暖かい飲みものでホッとしたいですよね。

そんなとき、一人分の飲みものを温めるのに電子レンジはとても重宝します。でも、気をつけないと思わぬ事故にあってしまうことがあります。例えば・・・。

『マグカップに豆乳を入れて電子レンジの“あたためボタン”で温めた。取り出してスプーンでかき混ぜたところ、突然激しく沸騰。熱い豆乳が吹き上がって顔にかかり、顔をやけどしてしまった』

この事故の原因は電子レンジで加熱された豆乳の“^{とつ}突沸”にあります。突沸とは、読んで字のごとく、加熱された液体が、突然激しく沸騰する現象です。

通常、液体を温めると、熱源に近いところの液温が沸点（水であれば100℃）に達し、水蒸気でブクブクと泡立ち始め、やがて液体全体が激しく泡立つようになります。しかし、まれに、液温が沸点に達してもブクブクと泡が出ないことがあります。この状態を過加熱状態といいます。この過加熱状態はとても不安定なので、何らかの



刺激が加わると、突然、爆発したように沸騰し、一気に液が吹き上がります。この現象が突沸です。

突沸はどんな液体でも起きる可能性がありますが、常に起こる訳ではなく、加熱される液体（牛乳、豆乳、コーヒー、またスープ・カレーなどのとろみのある食品で起きやすい）や容器、過熱方法など、いろいろな条件が重なった場合に発生します。

電子レンジの場合、液全体が均等かつ急速に加熱されるため、コンロなどでの直火の加熱に比べ、過加熱状態になりやすく、突沸を起こしやすいといわれています。

庫内で加熱中に突沸を起こす場合もありますが、過加熱状態の飲みものを取り出す際の振動、スプーンなどでの攪拌、砂糖などの固形物の投入がきっかけとなっ

て、後から突沸が発生することもあり、大変に危険です。思わぬ事故にあわないため、下記の2つの注意点を心に留めておきましょう。

◆温めすぎに注意！（沸点以上に温めなければ突沸は起きません）

自動の温め加熱（「あたためボタン」など）を使うと温めすぎてしまうことがあります。専用の温め機能（「飲みものボタン」など）を使うようにしましょう。手動で温める場合、加熱時間は控えめに、電子レンジの取り扱い説明書に従って温めましょう。

◆温めすぎた、と思ったらすぐに取り出さず、そのまま1～2分冷ます！（過加熱状態のときは刺激を与えない）

過加熱状態になっていると、取り出した際の振動や攪拌、砂糖などを入れることによる刺激で突沸することがあります。液温が沸点以下になるまで冷ましてみましょう。沸点以下であれば突沸が起こることはありません。

飲み物だけでなく、スープやみそ汁など

の液ものを温めるときも突沸は起きることがあります。何かと便利に使っている電子レンジ、ちょっとしたことを知っているだけで、未然に事故を防ぐことができます。

