

苫小牧市生活必需品価格動向表

令和8年4月分

品名	銘柄・規格	単位	平均価格(円)		対前月比(円)	対前月上昇率(%)	価格幅(円)		前年同月平均価格(円)	対前年上昇率(%)
			今月	前月			(高値～安値)			
1	はくさい	100g	22.6	26.3	-3.7	-14.1	36 ~ 18	38.0	-40.5	
2	きゃべつ	100g	19.6	25.0	-5.4	-21.6	29 ~ 14	33.4	-41.3	
3	大根	100g	20.7	21.7	-1.0	-4.6	27 ~ 13	27.6	-25.0	
4	きゅうり	100g	65.6	74.2	-8.6	-11.6	81 ~ 48	69.1	-5.1	
5	長ねぎ	100g	79.7	96.0	-16.3	-17.0	170 ~ 52	90.1	-11.5	
6	レタス	100g	53.0	50.3	2.7	5.4	102 ~ 33	45.4	16.7	
7	ほうれん草	100g	96.6	87.7	8.9	10.1	123 ~ 69	97.6	-1.0	
8	トマト	100g	88.3	77.8	10.5	13.5	137 ~ 53	76.8	15.0	
9	生しいたけ	100g	170.8	173.6	-2.8	-1.6	222 ~ 105	174.5	-2.1	
10	ブロッコリー	100g	65.9	62.7	3.2	5.1	100 ~ 43	83.0	-20.6	
11	じゃがいも	「だんしゃく」または「メークイン」	100g	57.0	57.8	-0.8	-1.4	64 ~ 43	48.7	17.0
12	玉ねぎ		100g	53.0	53.7	-0.7	-1.3	64 ~ 27	42.8	23.8
13	にんじん		100g	67.5	56.0	11.5	20.5	90 ~ 54	62.7	7.7
14	ごぼう	土付き	100g	85.1	79.8	5.3	6.6	103 ~ 74	92.9	-8.4
15	れんこん	量り売りのもの	100g	100.8	133.1	-32.3	-24.3	106 ~ 84	107.9	-6.6
16	リンゴ	「ふじ」または「サンふじ」	100g	83.8	82.9	0.9	1.1	123 ~ 59	90.0	-6.9
17	キウイフルーツ	グリーンキウイ	1個	152.7	162.6	-9.9	-6.1	170 ~ 107	165.9	-8.0
18	まがれい	中型	100g	100.0	96.9	3.1	3.2	203 ~ 59	74.3	34.6
19	さんま	丸、25cm以上	100g	100.0	—	#VALUE!	#VALUE!	107 ~ 93	—	#VALUE!
20	ほっけ	開きほっけ・有頭	100g	182.7	179.9	2.8	1.6	212 ~ 100	174.7	4.6
21	紅さけ	切身	100g	298.6	317.5	-18.9	-6.0	354 ~ 199	252.1	18.4
22	いか	するめいか(真いか)	100g	367.5	305.7	61.8	20.2	429 ~ 306	271.7	35.3
23	たこ	刺身用煮だこ(足)	100g	321.3	381.8	-60.5	-15.8	429 ~ 135	352.3	-8.8
24	えび	甘えび・有頭・冷・解凍	100g	273.7	440.4	-166.7	-37.9	429 ~ 149	298.8	-8.4
25	まぐろ	メバチまぐろ・刺身用・ブロック	100g	440.4	428.9	11.5	2.7	537 ~ 321	644.8	-31.7
26	サーモン	刺身用・ブロック	100g	435.7	459.1	-23.4	-5.1	594 ~ 318	365.7	19.1
27	たらこ	塩すけそうだらの子	100g	395.8	389.6	6.2	1.6	502 ~ 267	367.4	7.7
28	すじこ	塩漬け	100g	722.0	834.2	-112.2	-13.5	993 ~ 518	801.9	-10.0
29	かずのこ	味付	100g	506.3	753.0	-246.7	-32.8	637 ~ 284	623.6	-18.8
30	牛肉	外国産・切り落とし	100g	244.9	264.6	-19.7	-7.4	321 ~ 199	211.7	15.7
31	豚肉	国産・ローススライス	100g	266.1	286.6	-20.5	-7.2	321 ~ 170	290.0	-8.2
32	鶏肉	国産・ブロイラー・もも肉(骨なし)	100g	136.7	143.3	-6.6	-4.6	159 ~ 105	138.9	-1.6
33	加工肉	ハム	100g	233.4	238.1	-4.7	-2.0	290 ~ 171	248.6	-6.1
34	ソーセージ	ウィンナー	100g	169.9	170.4	-0.5	-0.3	229 ~ 128	169.6	0.2
35	こんにやく	板こんにやく・200g～250g程度	1丁	118.3	—	#VALUE!	#VALUE!	192 ~ 48	—	#VALUE!
36	豆腐	もめん・300g程度	1丁	102.9	134.0	-31.1	-23.2	193 ~ 60	131.7	-21.9
37	ちくわ	4本入り	1袋	160.9	187.1	-26.2	-14.0	213 ~ 81	180.5	-10.9
38	納豆	150g程度・3個パック	1個	105.6	116.4	-10.8	-9.3	129 ~ 84	106.2	-0.6
39	生そば	ゆでていないもの	100g	97.6	105.4	-7.8	-7.4	162 ~ 62	102.7	-5.0
40	まぐろ缶詰	きはだまぐろ・70g程度・油漬け・フレックタイプ	1缶	188.5	188.8	-0.3	-0.2	213 ~ 159	180.5	4.4
41	即席ラーメン	80g～100g程度・5袋パック	1個	469.6	466.5	3.1	0.7	539 ~ 300	456.4	2.9
42	もち	切りもち・袋詰め	100g	125.9	123.3	2.6	2.1	151 ~ 105	100.4	25.4
43	みそ	750g・カップ入り	1カップ	430.4	473.4	-43.0	-9.1	570 ~ 289	406.1	6.0
44	しょうゆ	濃口・1ℓ・ポリ容器入り	1本	349.4	351.8	-2.4	-0.7	431 ~ 232	365.1	-4.3
45	上白糖	1kg・袋入り	1袋	302.4	311.9	-9.5	-3.0	372 ~ 257	304.5	-0.7
46	小麦粉	薄力粉・1kg	1袋	336.4	327.6	8.8	2.7	408 ~ 246	331.3	1.5
47	マヨネーズ	350g程度・ポリ容器入り	1本	335.6	323.3	12.3	3.8	419 ~ 301	330.9	1.4
48	サラダ油	1000g程度・ポリ容器入り	1本	401.0	379.1	21.9	5.8	474 ~ 321	381.7	5.1
49	鶏卵	M玉もしくは無記載・10個入り	1ケース	320.4	331.0	-10.6	-3.2	332 ~ 300	281.4	13.9
50	牛乳	1000ml・紙容器入り・低脂肪乳・乳飲料などは除く	1本	299.8	283.2	16.6	5.9	343 ~ 246	267.4	12.1
51	マーガリン	160g程度・ポリ容器入り	1箱	211.1	227.3	-16.2	-7.1	278 ~ 181	241.9	-12.7
52	チーズ	プロセスチーズ(4個入り)	1パック	134.0	141.0	-7.0	-5.0	149 ~ 113	139.1	-3.7
53	お茶	2ℓ・緑茶・ペットボトル	1本	192.1	202.3	-10.2	-5.0	246 ~ 139	198.4	-3.2
54	食パン	角食スライス・6枚入り	1袋	218.3	224.3	-6.0	-2.7	235 ~ 181	212.1	2.9
55	うるち米	道産ななつぼし(無洗米を除く)	5kg	4440.1	4454.0	-13.9	-0.3	4590 ~ 4201	3959.3	12.1
56	ラップ	30cm×20m・ポリ塩化ビニレン製	1箱	212.3	207.4	4.9	2.4	251 ~ 173	214.3	-0.9
57	洗濯用合成洗剤	アタック抗菌EX強力洗浄900g(詰め替え用・液体タイプ)	1袋	430.0	—	#VALUE!	#VALUE!	528 ~ 382	—	#VALUE!
58	台所用合成洗剤	本体・250ml程度・ポリ容器入り	1本	168.7	187.1	-18.4	-9.8	215 ~ 140	179.4	-6.0
59	歯みがき	120g～130g程度・チューブ入り	1本	250.9	265.9	-15.0	-5.6	361 ~ 198	274.0	-8.4
60	シャンプー	詰め替え用・280ml～330ml程度	1袋	388.1	—	#VALUE!	#VALUE!	545 ~ 272	—	#VALUE!
61	ティッシュペーパー	紙箱入り300枚(150組)・5箱	1組	336.4	352.0	-15.6	-4.4	437 ~ 273	338.5	-0.6
62	トイレットペーパー	シングル50～55m・ダブル25～30mいずれか12ロール入り	1組	499.4	—	#VALUE!	#VALUE!	581 ~ 394	—	#VALUE!
63	家庭用灯油	ホームタンク用配達込	1ℓ	146.45	125.66	20.8	16.5	155.00 ~ 142.00	129.98	12.7
64	プロパンガス	体積買い(5.0m³)	5m³	6722.50	6722.20	0.3	0.0	8085.00 ~ 5390.00	6673.80	0.7
65	プロパンガス	体積買い(10.0m³)	10m³	11051.10	11050.70	0.4	0.0	13255.00 ~ 8690.00	10981.50	0.6
66	ガソリン	フル(レギュラー)	1ℓ	167.00	160.00	7.0	4.4	172.00 ~ 166.00	181.00	-7.7
67	ガソリン	セルフ(レギュラー)	1ℓ	163.08	154.62	8.5	5.5	165.00 ~ 161.87	178.98	-8.9

はくさい～キウイフルーツまでは増減20%以上、その他は10%以上を強調表示

食品等(1～62)苫小牧市消費経済調査員 令和8年4月12日調べ(税込)  
 燃料(63～67)苫小牧消費者協会 令和8年4月1日調べ(税込)  
 ※今年度より、さんまの調査規格を「丸、25cm以上」に変更  
 こんにやくの調査規格を「250g」から「200g～250g」に変更  
 洗濯用合成洗剤の調査規格を「1000g」から「アタック抗菌EX強力洗浄900g」に変更  
 シャンプーの調査規格を「330ml～340ml」から「280ml～330ml」に変更  
 トイレットペーパーの調査規格を「シングル50m」から「シングル50～55m、ダブル25～30m」に変更