

消費者月間の啓発活動を実施しました！

市民生活課は、5月の消費者月間に合わせて、市役所1階ロビーにおける啓発パネルの展示のほか、市役所前のPR看板設置など、さまざまな啓発活動を実施しました。
また、5月16日には、苫小牧消費者協会と協力し、イオン苫小牧店、MEGAドン・キホーテ苫小牧店前において、消費者被害防止を訴えるティッシュやチラシなどを配布する街頭啓発を実施しました。



市役所前のPR看板

市役所1階ロビーでの様子



店頭での街頭啓発の様子

みんなの消費生活展 出展団体を募集します！



【日 時】 令和6年10月19日（土）10：00～15：00（予定）
【場 所】 市民活動センター（若草町3丁目3番8号）
【対 象】 暮らしに役立つ知識や情報を提供し、展示・実演などができる団体
【申込期限】 令和6年6月28日（金）まで
【詳 細】 市民生活課消費生活担当
0144-32-6306（直通）

お待ちしております！！

昨年の様子



くらしのニュース6月号

2024年（令和6年） NO. 516 令和6年5月27日発行
発行／苫小牧市市民生活部市民生活課 ☎32-6306（直通）

電気料金が値上がりします！

ロシアによるウクライナ侵攻などの世界情勢を背景とした燃料価格高騰は、エネルギーの9割近くを輸入に頼る日本の電気料金等にも大きく影響を及ぼしています。

電気料金については、2024年6月分（5月使用分）からは政府による激変緩和措置（燃料費等調整額の値引き）の縮小による値上がり、また、7月分（6月使用分）からは同措置による値引きの終了により、順次値上がりする予定です。

これから電気使用量の増える夏を迎えることもあり、家計負担が重くなることが予想されます。電気料金値上げにより想定される家計への影響額は以下のとおりです

家計への影響額について （3か月分比較）

	基本料金 + 電力量料金	燃料費等 調整額	再生可能エ ネルギー発電 促進賦課金	料金合計	影響額 （4月との比較）
2024年5月分	10,030円	-2,075円	802円	8,757円	0円
2024年6月分	10,030円	-1,718円	802円	9,114円	+441円
2024年7月分	10,030円	-1,304円	802円	9,528円	+771円

〔算定モデル〕従量電灯B、30A、230kWh/月

※燃料等調整単価は、5月分は-9円02銭/kWh、6月分は-7円47銭/kWh、7月分は-5円67銭/kWh^注です。

※再生可能エネルギー発電促進賦課金単価は、3円49銭/kWhです。

注：7月分の燃料等調整単価については、6月分の単価（7円47銭/kWh）から激変緩和措置による値引き単価（1円80銭/kWh）を差し引いた額としています。

すぐに役立つ節電・省エネのヒント

出典：経済産業省 資源エネルギー庁 HP

- ・エアコンの設定温度を2℃程度上げる（1.6%～5.4%の節電効果）
- ・人のいない部屋の照明を消す（1.5%～2.3%の節電効果）
- ・洗濯する時は容量の8割以上を目安としてまとめ洗いし、使う回数を減らす（0.4%～1.1%の節電効果）
- ・衣類乾燥機・浴室乾燥機は、部屋干しも取り入れて使用時間を短くする（0.4%～0.7%の節電効果）
- ・冷蔵庫内の設定温度を「強」から「中」にしたり、扉を開ける時間を減らす（1.2%～1.8%の節電効果）
- ・テレビを見る際「省エネモード」に設定し、画面の明るさを下げる（1.8%～3.0%の節電効果）
- ・長時間使用しない機器のプラグを抜いて、待機電力対策を行う（0.5%～0.8%の節電効果）



無理のない範囲
で続けることが
大事！

暑さや寒さは命にも関わる場合があるため、過度な節電・省エネにより体調を崩さないように十分に気を付けながら、ちょっとした対策を積み重ねることで節電・省エネを行きましょう。

卸売市場発！

今が旬の食材情報

●青果物（丸一苫小牧中央青果㈱）



【おすすめ】果物～メロン、カンロ、ハスカップ
野菜～トマト、キュウリ、キャベツ、ズッキーニ、アスパラ

【概況・PRなど】

果物では、6月に入ると地元近郊産のメロンやカンロ、ハスカップが流通します。メロンは、追分アサヒ、タ張キング、ほべつメロンなどで、糖度が高く甘くジューシーな味わいです。カンロは、むかわ町穂別地区のオリジナルブランド「ともりん」が収穫期を迎えます。「ともりん」は青肉メロンと味瓜を掛け合わせており、さっぱりした甘みとすっきりとした香りが特徴です。メロンやカンロに初競りで付けられる価格にも注目です。また、厚真町産が中心のハスカップは、昨年の残暑の影響で収穫量の減少が予想されていますが、品質は例年どおりと見込まれています。流通期間が1か月程度と短いので、この時期にジャムやスイーツに活用しておいしくいただきましょう！

野菜では、道内産が多く店頭に並びます。新鮮な野菜は、生野菜はもちろん漬物で楽しむ方も多いです。定番のキュウリやキャベツのほか、ズッキーニもおすすめです。地物のアスパラもまだまだおいしいですよ。



●水産物（マルトマ苫小牧卸売㈱）

【おすすめ】松川、平目、真ガレイ、宗八カレイ、ニシン、ホッケ、タコつぶ

【概況・PRなど】

苫小牧沿岸では、GW明けから真ガレイの漁獲量が増えています。また、タコつぶ（貝）が4月後半から多く水揚げされています。どちらも煮付けにするとおいしいですが、タコつぶは刺身もおすすめです。これからは本格的にカレイの時期になりますので、松川、平目なども含めて市内食料品店で探してみてください。

マルトマ苫小牧卸売㈱を含む3社同事業として、市内の全小中学校の学校給食に北海道産のほたての貝柱を無償提供しました。5月9日に中央・西部、14日に東部の小中学校において「ホタテチャウダー」として提供され、児童・生徒からは「おいしかった」「また食べたい」と大変好評でした。この事業は、9月にも「ホタテカレー」を実施予定です。

◇苫小牧市消費経済調査員からの情報・感想◇

- 商品の価格が全体的に前月と同じくらいだと感じた。
- 白菜の価格が落ち着いたが、きゃべつやほうれん草の値上がりが気になった。
- 店頭で、スイカやメロンなど、夏の果物が出始めてきた。

苫小牧市生活必需品価格動向表（令和6年5月分）
食料品（毎月10日調査、調査店舗9店舗）

	品 目	対前月	今月価格	先月価格	備考	銘柄・規格	単位
1	はくさい	↓	35.0	55.6	ほぼ道外産でした		100g
2	きゃべつ	↑	40.8	33.7			100g
3	大根		31.9	32.6			100g
4	きゅうり	↓	67.1	75.0			100g
5	レタス	↓	50.1	62.0	全て道内産でした		100g
6	ほうれん草	↑	118.5	94.8	全て道内産でした		100g
7	トマト	↓	79.6	86.4	ほぼ道外産でした		100g
8	じゃがいも		40.5	41.9	全て道内産でした	だんしゃく又はメークイン	100g
9	玉ねぎ		32.1	29.8	ほぼ道内産でした		100g
10	にんじん	↑	69.1	54.0	ほぼ道内産でした		100g
11	リンゴ	↑	89.4	82.2	全て青森産でした	ふじまたはサンふじ	100g
12	まがれい	↑	104.9	76.6	対前月比36%の値上がり	中型	100g
13	ほっけ	↓	130.6	154.0		開きほっけ、有頭	100g
14	紅さけ	↓	217.3	234.6		切身	100g
15	いか	↓	285.4	314.8		するめいか（真いか）	100g
16	えび	↑	348.4	324.2		甘えび・有頭・冷・解凍	100g
17	まぐろ	↑	375.5	332.2		ｽﾏﾂﾏぐろ・刺身用・ﾌﾞﾛｯｸ	100g
18	すじこ	↓	613.2	850.6		塩漬け	100g
19	牛肉	↑	221.4	194.3		外国産・切り落とし	100g
20	ソーセージ		180.4	178.0	3か月連続の値上がり	ウィンナー	100g
21	生そば		76.3	80.7	5か月連続の値下がり	ゆでていないもの	100g
22	みそ	↓	319.3	333.9		750g・カップ入り	1カップ
23	しょうゆ		354.8	355.4	8か月連続の値下がり	濃口・1ℓ・ポリ容器入り	1本
24	小麦粉		305.3	310.0		1kg・薄力粉	1袋
25	サラダ油	↓	404.2	416.2		1000g程度・ポリ容器入り	1本
26	鶏卵		293.6	291.8	4か月連続の値上がり	M玉又は無記載・10個入り	1ケース
27	牛乳	↑	258.3	251.7		1000ml・紙容器入り	1本
28	シャンプー		359.8	363.3	3か月連続の値下がり	詰め替え用・340ml程度	1袋
29	トイレットペーパー	↓	462.0	475.3		シングル・50m・12ロール入り	1組
30	家庭用灯油		118.56	118.48		ホームタンク用配達料込	1ℓ
31	ガソリン	↓	166.14	175.29		フルサービス	1ℓ
32	ガソリン	↓	163.24	171.64		セルフサービス	1ℓ

《価格動向表》

右の価格動向表の↓↑が付いている品目は、対前月平均価格に比べ5円以上の値動きがあった品目となっています。（値上りが9品目・値下がりが13品目）

市のホームページには65品目67銘柄を掲載していますので、ご覧ください。消費生活情報HP
<http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/kurashi/shohiseikatsu/seikatsubusshi/>