

STOP!カスタマーハラスメント



1 どんなことがカスタマーハラスメントなの？

- ・大声でクレームを言う ・長時間拘束する ・バカ、アホなど、暴言を吐く
- ・些細なミスで自宅まで呼びつける ・過度な要求をする ・SNS で悪評をさらす などの行為

2 「消費者が意見を伝える」際の3つのポイント

①ひと呼吸、置こう！

怒りに任せた発言は逆効果。一呼吸おいて冷静に。従業員も同じ人として尊重し合うことが大切です。

②言いたいこと、要求したいことを「明確に」、そして「理由」を丁寧に伝えましょう！

返品したいのか、解約したいのか、またその理由を明確に、丁寧に伝えることが重要です。

③事業者の説明も聞きましょう！

上手なコミュニケーションが解決の糸口に。一方的に主張するだけでなく、事業者の説明も聞きましょう。

(消費者庁 HP 等から引用)

児童センターで学ぶ「お金のはなし講座」を開催しました



令和6年6月12日（水）苫小牧市あさひ児童センターにおいて、小学校低学年を対象とした「お金のはなし講座」を開催しました。昨年12月から各児童センターを回る形式で実施しており、今回が3か所目の開催となりました。

北海道金融広報委員会から講師を招き、カードを使ったお買い物ゲームの形式で行われ、参加した児童は買い物の仕方、預金の仕方など興味を持って楽しそうに学んでいました。



スマホ学習会に参加しませんか？



- 【日 時】 令和6年7月19日（金）
10:30~12:30、13:30~15:30
- 【場 所】 市民活動センター3階 講習室
- 【対 象】 市民または市内で勤務している方
- 【内 容】 スマホの基本操作と、災害時に役立つ機能
- 【講 師】 ソフトバンク スマホアドバイザー

- 【定 員】 各15名（申込み順）
- 【受付期間】 7月1日（月）～7月12日（金）
- 【申込方法】 電話で申込み（33-9398）
- 【主 催】 苫小牧消費者協会



くらしのニュース7月号

2024年（令和6年） NO. 517 令和6年6月25日発行
発行／苫小牧市市民生活部市民生活課 ☎32-6306（直通）

暑さが本格化する時期です！



熱中症は予防が大事！



夏が近づいてくるとともに道内各地で気温が上昇してきています。6月中旬には真夏日が記録された地域もあり、これからさらに暑さが本格化すると予想されます。

「熱中症」は高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく、室内で何もしていない時でも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

熱中症について正しい知識を身に付け、体調の変化に気を付けるとともに、周囲に気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

熱中症予防のために ～暑さを避ける！～

扇風機やエアコンで
温度をこまめに調節



外出時には
日傘や帽子
を着用



天気のよい日は
日陰の利用、
こまめな休憩



遮光カーテン、
すだれ、打ち水を
利用



吸湿性、速乾性の
ある通気性のよい
衣服を着用



保冷剤、氷、
冷たいタオル
などで、体を
冷やす



『熱中症警戒アラート』とは？

『熱中症警戒アラート』は、熱中症による人の健康に係る被害が生ずるおそれがある場合に、気象庁と環境省が共同で発表する情報です。アラートの情報は、環境省熱中症予防情報サイト、LINE の環境省アカウント、メール配信サービス等により発信されます。令和5年度における胆振・日高管内の発表回数は4回です。

『熱中症警戒アラート』発表時の心がけ

- ・不要不急の外出は避け、昼夜問わずエアコンや扇風機などを活用する。
- ・高齢者、子ども、障がい者などに対して周囲の方々から声掛けをする。
- ・のどが渇く前にこまめに水分補給するなど、普段以上の熱中症予防をする。
- ・エアコンが設置されていない屋内外での運動は中止、または延期する。

6月から8月にかけて、北海道の平均気温は平年より高くなると予想されています。ニュースや天気予報等で確認し、適切な熱中症予防行動をとりましょう。

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～スイカ、さくらんぼ、メロン、カンロ
野菜～トマト、ピーマン、きゅうり、とうもろこし、枝豆

【概況・PRなど】

果物では、7月に入ると道内産のスイカやさくらんぼが流通します。スイカは、共和のらいでんスイカ、富良野のマダーボール（楕円形小玉種）や小玉スイカなど、産地により様々な品種が味わえます。さくらんぼは仁木産のものが多く、佐藤錦、紅秀峰、南陽、水門など品種も豊富です。また、6月には公設地方卸売市場でむかわ町穂別産のメロンとカンロの初競りが行われ、メロンは5玉1箱15万円、カンロは12玉1箱1万1千円の最高値を付けました。いずれも今年の出来栄は上々で、甘く爽やかな夏の味を楽しめます。

野菜では、道内産が多く店頭に並びます。平取産のトマト、新冠産のピーマンなど苫小牧近郊の野菜のほか、とうもろこしや枝豆など大人も子供も楽しめる夏らしい野菜が登場してきました。道内産の野菜は夏場が出荷のピークですので、旬を逃さず思い切り味わいましょう！

●水産物（マルトマ苫小牧卸売㈱）

【おすすめ】松川、平目、真ガレイ、宗ハカレイ、ニシン、ホッケ、タコつぶ

【概況・PRなど】

苫小牧沿岸では、4月以降続いていたカレイ漁が6月いっぱいにて終了します。今年の漁獲量は、昨年と比べて27tのマイナスでした。一方で、ニシンは同24tのプラスと好調でした。ニシンは焼き魚のほか、鮮度が良ければ刺身もおすすめです。7月からは休漁期明けのホッキ漁と毛ガニ漁が始まり、生鮮魚の水揚げは少なくなります。

公設地方卸売市場水産物部では、7月27日（土）に『夏休み親子見学会』を行います。水揚げ日本一を誇る苫小牧産ホッキ貝を始め、取れたての魚介類を間近で見ることのできる貴重な機会です。募集など詳細は、マルトマ苫小牧卸売㈱ ☎33-8111まで

◇苫小牧市消費経済調査員からの情報・感想◇

- 北海道産の野菜が増えてきたと感じた。
- 地元の新鮮な野菜が食べられるのは嬉しい。
- きゃべつなどの価格は落ち着いてきたが、例年に比べると高く感じる。

苫小牧市生活必需品価格動向表（令和6年6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		38.7	35.0	全て道内産でした		100g
2	きゃべつ		36.4	40.8			100g
3	大根		31.9	31.9			100g
4	きゅうり		63.6	67.1			100g
5	レタス	↓	38.0	50.1			100g
6	ほうれん草	↓	109.7	118.5			100g
7	トマト	↓	74.6	79.6			100g
8	じゃがいも		44.3	40.5	ほぼ道内産でした	だんしゃく又はメークイン	100g
9	玉ねぎ		36.1	32.1			100g
10	にんじん	↓	59.6	69.1			100g
11	リンゴ	↑	104.8	89.4	全て青森産でした	ふじまたはサンふじ	100g
12	まがれい	↓	93.3	104.9		中型	100g
13	ほっけ		130.3	130.6		開きほっけ、有頭	100g
14	紅さけ	↑	224.9	217.3		切身	100g
15	いか	↓	236.5	285.4		するめいか（真いか）	100g
16	えび	↓	248.4	348.4	対前月比28%の値下がり	甘えび・有頭・冷・解凍	100g
17	まぐろ	↑	381.0	375.5		ｶﾞﾁﾏぐろ・刺身用・ﾌﾞｯｸ	100g
18	すじこ	↑	669.0	613.2		塩漬け	100g
19	牛肉	↓	200.8	221.4		外国産・切り落とし	100g
20	ソーセージ	↑	192.0	180.4	4か月連続の値上がり	ウィンナー	100g
21	生そば		79.6	76.3	6か月振りの値上がり	ゆでていないもの	100g
22	みそ	↑	333.8	319.3		750g・カップ入り	1カップ
23	しょうゆ		355.1	354.8	9か月振りの値上がり	濃口・1ℓ・ポリ容器入り	1本
24	小麦粉	↑	311.3	305.3		1kg・薄力粉	1袋
25	サラダ油	↑	422.8	404.2		1000g程度・ポリ容器入り	1本
26	鶏卵		293.6	293.6		M玉又は無記載・10個入り	1ケース
27	牛乳	↓	248.4	258.3		1000ml・紙容器入り	1本
28	シャンプー		363.3	359.8	4か月振りの値上がり	詰め替え用・340ml程度	1袋
29	トイレットペーパー	↑	511.0	462.0		シングル・50m・12ロール入り	1組
30	家庭用灯油		118.56	118.56		ホームタンク用配達料込	1ℓ
31	ガソリン		169.00	166.14		フルサービス	1ℓ
32	ガソリン		165.84	163.24		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9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/>