

北海道消費生活モニターを募集します！

業務内容

- 生活関連商品の価格動向及び出回り状況の月例調査（店頭に行き50品目程度を調査する）
- 商品及びサービスの表示等についての調査（年4回程度）
- アンケートへの回答（年1～2回程度）
- 必要に応じた意見等の提出



対象：●市内在住の満18歳以上で、日常的に食料品などを継続して購入している方
※経験者可、高校生は除く

●原則として令和7年4月初旬のモニター研修会に出席できる方

任期：令和7年4月1日～令和8年3月31日（1年間）

定員：募集人数 5名 ※応募者多数の場合は選考あり

謝礼金：月額 1,600円（令和6年度実績）

申込み：ハガキ又はFAX、Eメール、応募フォームに

下記の項目を記入し、**令和7年2月12日（水）までに必着**

- ①郵便番号 ②住所 ③氏名（漢字） ④氏名（ふりがな） ⑤生年月日 ⑥年齢
⑦電話番号 ⑧家族構成（続柄） ⑨申込者の職業 ⑩各種モニター経験の有無 ⑪応募理由
⑫利用している食料品店 ⑬自家用車運転の可否

結果：令和7年3月上旬に胆振総合振興局から通知します

★申込フォームは
こちら ↓



問合せ・申込先

〒053-0021

苫小牧市若草町3丁目3番8号 市民活動センター3階

苫小牧市市民生活部市民生活課消費生活担当 TEL：0144-32-6306 FAX：0144-36-3606

Mail：siminseikatu@city.tomakomai.hokkaido.jp

児童センターで学ぶ「お買い物講座」を開催しました

令和6年12月12日（木）苫小牧市住吉児童センターにおいて、小学校低学年を対象とした「ゲームで楽しく！お買い物講座」を開催しました。令和5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5か所目の開催となりました。

北海道消費者協会から講師を招き、疑似通貨や食品サンプル等を使って、買い物から容器の廃棄までをゲーム形式で体験するという内容でした。

参加した児童は、自分たちで考えて商品を購入する体験を通して、ごみの廃棄に費用が伴うことや環境にやさしい消費について、興味を持って楽しく学ぶことができました。



くらしのニュース2月号

NO. 524 令和7年1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）



インフルエンザが流行しています！



インフルエンザが猛威を振るっています。苫小牧保健所管内では、令和6年12月19日にインフルエンザ警報が発令されましたが、令和7年1月12日現在も継続中で、一定点医療機関当たりの患者数が37.86人となっており、全国の35.02人、全道の26.89人を上回っています。

例年インフルエンザの流行のピークは1月下旬から2月上旬とされており、今後も油断できない状況が続きます。インフルエンザにかかると、1週間程度自宅で安静にしなければなりませんし、自分の周囲にうつしてしまうと大変です。インフルエンザに「かからない」「うつさない」ためにできる対策を実践してみましょう。

どうやって感染するの？

【飛沫感染】

感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫と一緒にウイルスが放出⇒別の人がそのウイルスを口や鼻から吸い込み感染

【接触感染】

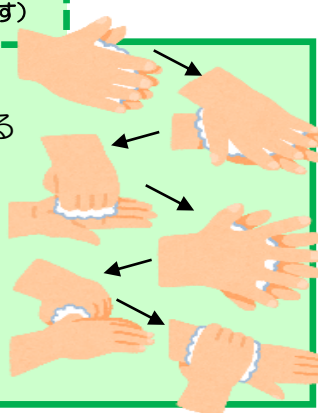
感染者がくしゃみや咳を手で押さえる⇒その手で周りの物に触れてウイルスが付く⇒別の人がその物に触ってウイルスが手に付く⇒その手で口や鼻を触って粘膜から感染

インフルエンザから身を守るためには？

（政府広報オンラインより引用）

正しい手洗い（手についたウイルスを落とす）

- ①流水でよく手を濡らした後、石けんをつけ手のひらをよくこする
- ②手の甲に伸ばすようにこする
- ③指先・爪の間に念入りにこする
- ④指の間を洗う
- ⑤親指と手のひらをねじり洗う
- ⑥手首も忘れずに洗う



そのほかに

- ◆十分な休養とバランスのとれた栄養摂取⇒体の抵抗力を高める
- ◆加湿器などで適度な湿度を保つ⇒のど粘膜の防御機能の低下を防ぐ
- ◆人混みや繁華街への外出を控える⇒感染のリスクを避ける
- ◆室内ではこまめに換気をする
- ◆流行前にワクチンを接種する

インフルエンザかな？と思ったら

- ◆睡眠を十分とるなど**安静にする**
- ◆脱水症状予防のため**水分補給する**
- ◆高熱が続く、呼吸が苦しい、意識状態がおかしいなど具合が悪ければ**早めに医療機関を受診する**

※幼児や高齢者、持病のある人、妊娠中の女性は、肺炎や脳症による合併症で重症化するおそれがあります。

ほかの人にうつさないためには？

くしゃみや咳が出るときは**咳エチケット**を心がけましょう。

- ◆しっかりと鼻と口を覆うように**マスクをする** マスクしよう
- ◆くしゃみや咳をするときは、**ティッシュなどで口と鼻を覆う**
- ◆口と鼻を覆ったティッシュは**すぐにゴミ箱に捨てる**
- ◆飛沫がほかの人にかからないよう、**顔をそらす**
- ◆くしゃみや咳を手で押さえたら、**こまめに手洗いする**

「生ごみ分解処理容器」を活用して ごみの減量に挑戦してみよう！

苫小牧市では、ごみの減量を推進するため、生ごみ分解処理容器『キエーロ』及び『トラッシュファミリー』の購入助成事業を行っています。

「キエーロ」及び「トラッシュファミリー」 は、生ごみを分解して土にかえします。

キエーロ

処理容器の中に黒土を入れ、穴を掘って生ごみを投入し、分解させます。



キエーロ

トラッシュファミリー

土中に処理容器を埋めて生ごみを投入し、分解させます。2基以上のローテーションで使用します。



トラッシュファミリー

【負担金】 ※事業所等による申請も可能です

処理容器の種類	個人負担金 (1個当たり)	助成対象
キエーロ（黒土110ℓ付）	5,000円	1世帯2個まで
キエーロ本体のみ	3,000円	
トラッシュファミリー	750円	1世帯4個まで

「ごみ」に関する出前講座を実施しています！

苫小牧市では、ごみの減量や分別、リサイクル、生ごみの堆肥化などをテーマに出前講座を実施しています。

町内会や団体・グループ、学校等で、この講座を活用してごみや環境について学んでみませんか。

出前講座の様子



★詳しくはHPで



購入助成手順

購入希望者

①申込書

②通知書

③負担金納入

④引渡し

苫小牧市

この記事の連絡先

苫小牧市環境衛生部ゼロごみ推進課

TEL：0144-55-4266

Mail：zerogomi@city.tomakomai.hokkaido.jp

苫小牧市生活必需品価格動向表（令和7年1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	前月価格	備考	銘柄・規格	単位
1	はくさい		32.1	31.0	ほぼ道外産でした		100g
2	きゃべつ	↑	77.8	49.9	全て道外産でした		100g
3	大根		26.2	23.5			100g
4	きゅうり		107.6	102.8			100g
5	レタス	↑	126.6	118.6			100g
6	ほうれん草	↑	151.0	107.8			100g
7	トマト		118.4	121.4			100g
8	じゃがいも		39.2	38.4	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		30.7	30.1			100g
10	にんじん		46.9	49.4	ほぼ道外産でした		100g
11	リンゴ		90.0	92.0	全て青森産でした	ふじまたはサンふじ	100g
12	まがれい	↑	150.8	109.7		中型	100g
13	ほっけ	↓	145.7	156.8		開きほっけ、有頭	100g
14	紅さけ	↑	253.1	246.4		切身	100g
15	いか	↓	270.7	276.0		するめいか（真いか）	100g
16	えび		300.3	299.0		甘えび・有頭・冷・解凍	100g
17	まぐろ	↑	377.1	333.0		ｽﾏﾙﾄﾞﾏｸﾞﾛ・刺身用・ﾌﾞﾛｯｸ	100g
18	すじこ	↑	775.6	715.9		塩漬け	100g
19	牛肉	↓	252.8	287.8		外国産・切り落とし	100g
20	ソーセージ		169.3	172.6	3か月連続の値下がり	ウィンナー	100g
21	生そば	↓	96.9	102.6	3か月連続の値下がり	ゆでていないもの	100g
22	みそ		320.4	318.1		750g・カップ入り	1カップ
23	しょうゆ	↓	347.5	360.6		濃口・1ℓ・ポリ容器入り	1本
24	小麦粉		315.8	315.8		1kg・薄力粉	1袋
25	サラダ油	↑	388.8	369.9		1000g程度・ポリ容器入り	1本
26	鶏卵	↓	296.6	305.7		M玉又は無記載・10個入り	1ケース
27	牛乳		252.4	248.0		1000ml・紙容器入り	1本
28	シャンプー	↓	367.3	372.6		詰め替え用・340ml程度	1袋
29	トイレットペーパー	↑	438.6	429.7		シングル・50m・12ロール入り	1組
30	家庭用灯油		124.08	119.39		ホームタンク用配達料込	1ℓ
31	ガソリン		174.57	175.14		フルサービス	1ℓ
32	ガソリン		171.29	174.29		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。（値上がりが9品目・値下がりが7品目）

◇苫小牧市消費経済調査員からの情報・感想◇

- キャベツがとても高く、前年同月と比べて倍近い価格だった。
- 全体的に価格が上がっている印象だった。
- お正月が終わるとガラッと商品も変わり、恵方巻の放送が流れていた。

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。

<https://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/kurashi/shohiseikatsu/bukka-antei.html>

