

# 苫小牧市消費生活審議会委員 を募集します！



苫小牧市では、消費生活の安定及び向上を図るため、消費者行政の施策について審議する市長の諮問機関として「消費生活審議会」を設置しています。  
この度、新たな任期の公募委員を広く市民の中から募集します。

- 対象：●市内在住の満18歳以上の方  
(市内に通勤・通学している方。ただし、市議会議員及び常勤の市職員を除く)  
●消費者行政に対し、関心・意見を持っている方  
●2年間審議会委員を務めることができる方

任期：令和7年6月1日～令和9年5月31日(2年間)

会議：年2、3回

定員：募集人数 2名 ※応募者多数の場合は選考あり

報酬：会議1回につき 6,100円

申込み：申込書に必要事項を記載し持参、郵送又は電子メールのいずれか  
※申込書は市民生活課(HPでダウンロード可)、各コミセン等で配布

市HP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  
Mail: siminseikatu@city.tomakomai.hokkaido.jp

## 1年間の価格動向調査お疲れさまでした！

この3月の調査で、令和6年度苫小牧市消費経済調査員による生活必需品価格動向調査は終了しました。調査員の皆さん、1年間ありがとうございました。

### 【調査を通しての感想】

- 自分が少しでも社会の役に立っている、と前向きな気持ちになりました。
- 毎月の価格動向がわかり、景気の動向やニュースで伝えられていることが身近に感じるようになりました。
- 今まで漠然と見ていた価格や産地を毎月記録したことで、「どれくらい高騰しているか」や「季節の変化」がよくわかりました。



令和7年度の調査員は決定していますが、令和7年10月頃に「令和8年度苫小牧市消費経済調査員」の募集を開始する予定です。興味がある方、やる気がある方の応募をお待ちしています！



# くらしのニュース4月号

NO. 526 令和7年3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)

## 北のスーパーフルーツ「アロニア」を知っていますか！?

アロニアは、北米原産のバラ科の小果樹で、ブルーベリーなどと同じベリーの種類です。1970年代にロシアから北海道に輸入され、収穫量は伊達市大滝区が全国一とされています。アロニアの実は、見た目が北海道でおなじみのナナカマドに似ており、酸味や渋みが強いため、ジャムやジュースなどに加工して食べられてきました。

また、アロニアは『北のスーパーフルーツ』と言われており、抗酸化作用があって眼にも良いと言われるアントシアニン(ポリフェノールの一種)の含有量が極めて多いのが特徴です。また、他の果実類に比べて食物繊維やβカロテン、鉄分なども多く含まれており、健康食品の原料や化粧品の成分などに幅広く使われています。

アロニアが「よいとまけ」に!



菓子製造販売の㈱三星では、アロニアの栄養価の高さなどに注目し、令和7年3月から「生らサブレ」や看板商品の「よいとまけ」に伊達市大滝区産のアロニアを使用した商品を売り出しています。

定番のハスカップとは少し違った甘酸っぱい味わいが魅力で、新しい苫小牧の味になるかもしれません。㈱三星営業本部では「流通量の少ないアロニアの知名度を上げ、地産地消に貢献したい」と意気込んでいます。



## 令和7年度 新米と味噌の契約者を募集しています！

締め切り

4月30日(水)

苫小牧消費者協会では、安全・安心でおいしい地元の食品を味わっていただくため「さくら米(厚真産ななつぼし)」と「おふくろ味噌」の販売を仲介しています。

※詳細 苫小牧消費者協会  
0144-33-9398  
(月・水・金 10:00~14:00)

※販売開始は令和7年11月初めを予定  
※物価変動による価格変更の場合あり

### 【さくら米】

	玄米10kg	白米10kg	白米5kg
宅配	5,810円	7,198円	4,071円
受取 (若草町JAとまこまい)	4,752円	6,026円	3,013円

### 【おふくろ味噌】

	1箱4.5kg
宅配	3,700円
受取 (若草町JAとまこまい)	2,900円

青果市場発!

# 今が旬の食材情報

【おすすめ】 果物～キウイフルーツ、びわ、メロン  
野菜～ウド、わらび、たらこの芽



【概況・PRなど】

果物では、ニュージーランド産のゴールドキウイの取扱量が増加します。黄色い果肉で甘みが強く、子供から大人まで人気の果物です。キウイフルーツは、ビタミンCや食物繊維が豊富で、免疫力向上や便秘改善などの効果が期待できます。固めのものは常温で保存すると追熟しますが、追熟を早めたいときはキウイに軽く衝撃を与えてみてください。キウイが「ハッ」として追熟が進む場合があります。

野菜では、ウドやわらび、たらこの芽など道外もの山菜が登場します。道内の山菜採りシーズンはこれからですが、一足先に春の訪れを感じることができます。

さて、昨年夏から秋にかけての高温などによる生育不良の影響で、キャベツや白菜、レタスなど葉物野菜の価格が高騰していますが、今年1月をピークとして徐々に価格は下がりつつあります（苫小牧市生活必需品等価格調査より）。今後は、本州各産地の出荷増が見込めますし、道内産の出荷も始まるので、落ち着きを取り戻してくるものと思われます。財布に苦しい時期を何とか乗り越えたいですね。

情報提供：丸一苫小牧中央青果(株)

## ◎市民生活課職員の独り言◎

最近、金銭トラブルにより、女性配信者がライブ配信中に襲われるという痛ましい事件が起きました。この事件には、動画配信者を応援するため、オンライン上で課金する「投げ銭」が関係しているといわれています。

投げ銭の金額によって配信者のランキングや認知度が上がるものがあります。同時にリスナーは推しの配信者を「応援したい」「自分の存在を知ってもらいたい」という気持ちから、高額な投げ銭をしてしまいます。

私は以前、動画の視聴時間によって獲得したポイントを使ってアイテムを送るなど、無料でも配信者を応援できるアプリを利用していました。こういったやり方では物足りないかもしれませんが、「応援はお金じゃなくてもできる」「推し活は他人じゃなく自分のためにやる」という気持ちが大切ではないかと思いました。

## 苫小牧市消費者センターからお知らせ

国民生活センターには、「推しへの投げ銭で生活苦になった」「子供がライブ配信サービスで高額な投げ銭をしている」といった相談が多く寄せられています。困ったときは、苫小牧市消費者センター TEL 0144-33-6510 までご連絡ください。

# 苫小牧市生活必需品価格動向表 (令和7年3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	↑	48.4	36.0	全て道外産でした		100g
2 きゃべつ		55.3	50.9	ほぼ道外産でした		100g
3 大根		27.6	23.8	全て道外産でした		100g
4 きゅうり	↓	84.1	94.4			100g
5 レタス		92.0	92.1	ほぼ道外産でした		100g
6 ほうれん草	↓	100.1	105.6	ほぼ道内産でした		100g
7 トマト		83.6	84.1	全て道外産でした		100g
8 じゃがいも		43.2	43.6	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		31.8	29.8			100g
10 にんじん	↑	61.4	55.0	全て道外産でした		100g
11 リンゴ		93.0	96.4	ほぼ青森産でした	ふじまたはサンふじ	100g
12 まがれい	↓	114.1	162.1		中型	100g
13 ほっけ		157.0	157.9		開きほっけ、有頭	100g
14 紅さけ	↓	255.1	261.9		切身	100g
15 いか	↑	307.9	265.5		するめいか(真いか)	100g
16 えび	↓	244.5	297.0		甘えび・有頭・冷・解凍	100g
17 まぐろ	↓	331.0	373.9		かんちまぐろ・刺身用・ブロック	100g
18 すじこ	↑	728.0	703.1		塩漬け	100g
19 牛肉	↑	243.9	237.6		外国産・切り落とし	100g
20 ソーセージ	↑	195.7	178.4		ウィンナー	100g
21 生そば	↑	119.9	96.9		ゆでていないもの	100g
22 みそ		333.8	336.9		750g・カップ入り	1カップ
23 しょうゆ		362.4	358.3		濃口・1ℓ・ポリ容器入り	1本
24 小麦粉	↑	329.6	323.4		1kg・薄力粉	1袋
25 サラダ油	↑	382.4	363.1		1000g程度・ポリ容器入り	1本
26 鶏卵	↑	298.4	291.8		M玉又は無記載・10個入り	1ケース
27 牛乳	↑	251.4	244.4		1000ml・紙容器入り	1本
28 シャンプー		369.8	371.0		詰め替え用・340ml程度	1袋
29 トイレットペーパー	↑	454.8	447.8	4か月連続の値上がり	シングル・50m・12ロール入り	1組
30 家庭用灯油		130.89	130.23	4か月連続の値上がり	ホームタンク用配達料込	1ℓ
31 ガソリン		171.43	170.00		フルサービス	1ℓ
32 ガソリン		170.29	167.29		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12品目・値下がりが6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。

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

