

第53回 みんなの消費生活展 を開催します！

消費者ホットライン188
イメージキャラクター
イヤヤンも来るよ！



昭和48年に第1回を開催して以来、今年で第53回を迎える「みんなの消費生活展」を今年も開催いたします。今回のテーマは「続けよう、地球と家計にやさしい選択～明日へつなぐ暮らし～」で、消費者の皆さまの暮らしに役立つ知識や情報を発信します。ステージイベントに加え、親子で楽しめる工作体験など参加型プログラムもご用意しておりますので、ご家族やご友人とぜひお越しください。皆さまのご来場を心よりお待ちしております。

日時：令和8年10月17日（土）
10:00～14:30
会場：苫小牧市民活動センター
（若草町3-3-8）

※当日は「フードバンクとまこまい」による活動紹介展示とフードドライブを実施します。食品ロス削減を進める大切な取り組みですので、ぜひご協力ください。寄付の対象は、賞味期限が1カ月以上あり、未開封・未使用の食品に限ります。皆さまのご協力が、食品を必要とする方々への支援につながります。よろしくお願いいたします。



令和9年度苫小牧市消費経済調査員を募集します！

●対象者●

- ・市内在住の満18歳以上（高校生は除く）で日常生活のための食料品等を継続して購入している方
- ・原則として、4月初旬の「委嘱状交付式及び説明会」に参加可能な方
- ・消費生活の普及啓発に参加同意できる方

●業務内容●

- ・生活関連商品の小売価格および出回り状況の調査（月1回毎月10日前後実施）
（市が支給したはかりを使って食料品店等で価格や内容量を調査します。）

●調査期間●

令和9年4月1日～令和10年3月31日（1年間）

●謝礼●

月額2,600円



応募フォーム
はこちら
→



くらしのニュース10月号

できることから！



NO. 544 令和8年9月25日発行

発行／苫小牧市市民生活部地域活動支援室 ☎32-6306（直通）

10月は食品ロス削減月間です！

令和元年10月1日に施行された「食品ロスの削減の推進に関する法律」は、10月を「食品ロス削減月間」、10月30日を「食品ロス削減の日」と定めています。



【食品ロスを減らすには】

食品ロスを減らすためには、家庭での対策にとどまらず、販売や飲食の場でも事業者や消費者が意識することが大切です。例えば、店頭では賞味期限を確認して早く消費すべき商品を選ぶ、包装に軽い傷みがあっても中身に問題がなければ購入を検討する、賞味期限の近い値引き商品を積極的に活用する、飲食店では食べきれない分量を注文して食べ残しを出さないなど、ひとりひとりの小さな行動が食品ロスの削減につながります。



【2510（ニコトマ）運動を ご存じですか？】

「2510（ニコとま）運動」とは「ニコっととまチョップ運動」のことで、苫小牧市が実施する食品ロス削減の取組のひとつです。宴会では乾杯後の最初の25分間と終了前の最後の10分間に、自席で料理をゆっくり味わって食べ残しを減らすことを呼びかける啓発運動です。



※詳細はHPへ →



昭和→平成→令和

の消費生活

～くらしはどう変わった？～

時代の変化で変わる消費の形を振り返り、現代に必要なトラブル回避の知恵とくらしのヒントをお届けします。

昭和のごみは

【第4回】ごみと資源のゆくえ

今とは異なった概念でした。野菜の皮や残飯は堆肥として土に返し、紙やボロ布は専門の回収業者が買い取る資源でした。使い古した道具は修理して使い、不用品は極めて少なく、「もったいない」の精神が循環型の生活を支えていたのです。ごみを捨てる行為は、資源を無駄にしないための工夫そのものでした。



平成に入ると



プラスチック製品が溢れ生活は格段に便利になりました。それに伴い使い捨て容器や包装材が日常化し、家庭のごみは激増しました。自治体による分別収集が始まり資源化が進みましたが、それは処分を行政に委ねる時代への転換でもありました。消費者はシステムの中で「分ければ資源になる」という教育を受ける側に回ったのです。

令和のいま

気候変動などの影響を受け、再び「循環型経済」が注目されています。しかしネット通販の過剰包装やフリマアプリなど、消費環境は複雑化しています。中には不用品回収を名目に高額な手数料を請求する悪質業者によるトラブルも報告されており、資源を循環させようとする消費者の善意が、時に悪用される現実もあります。



どんな時代でも、大切なのは「ごみになる前に活かす」という視点です。昭和の「物を慈しむ心」を現代の生活に取り入れましょう。処分を依頼する際は自治体のルールを確認し、自分のごみの行方に責任を持ち、時代に合わせた賢い資源管理を実践しましょう。

◇苫小牧市消費経済調査員からの情報・感想◇

(9月価格動向調査分)

- 桃、柿、ぶどう、りんごが店頭豊富に並んでいた。
- さんまの新物が出ていて秋を感じる。
- 米は値下がりが続き、トイレットペーパー等の紙類は値上がりが目立つ印象。

苫小牧市生活必需品価格動向表

(令和8年9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		29.6	31.6	ほぼ道内産でした		100g
2	きゃべつ		18.2	16.4			100g
3	大根		22.0	21.1			100g
4	きゅうり	↓	70.8	90.3	全て道内産でした		100g
5	レタス		41.7	44.7			100g
6	ほうれん草	↓	141.6	188.8			100g
7	トマト	↑	76.6	67.0	ほぼ道内産でした		100g
8	じゃがいも		54.0	57.4	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		37.6	39.0	ほぼ道内産でした		100g
10	にんじん	↓	49.9	56.9	全て道内産でした		100g
11	リンゴ	↓	94.2	115.4	ほぼ青森産でした	ふじまたはサンふじ	100g
12	まがれい	↓	142.8	151.9		中型	100g
13	ほっけ	↑	211.5	195.2		開きほっけ、有頭	100g
14	紅さけ		296.7	293.5	3か月連続の値上がり	切身	100g
15	いか	↓	244.0	325.9		するめいか(真いか)	100g
16	えび		260.5	260.7		甘えび・有頭・冷・解凍	100g
17	まぐろ	↑	528.6	449.3		ｽﾏﾂﾏｸﾞﾛ・刺身用・ﾌﾞﾛｯｸ	100g
18	すじこ	↑	935.0	915.2		塩漬け	100g
19	牛肉	↑	264.9	254.3		外国産・切り落とし	100g
20	ソーセージ		175.9	177.9		ウィンナー	100g
21	生そば		112.1	115.4		ゆでていないもの	100g
22	みそ		447.0	442.4		750g・カップ入り	1カップ
23	しょうゆ	↑	372.1	318.2		濃口・1ℓ・ポリ容器入り	1本
24	小麦粉	↓	336.1	353.2		1kg・薄力粉	1袋
25	サラダ油	↑	429.4	422.6		1000g程度・ポリ容器入り	1本
26	鶏卵		333.4	334.1		M玉又は無記載・10個入り	1ケース
27	牛乳		285.0	287.4		1000ml・紙容器入り	1本
28	うるち米	↓	3631.4	3937.1	8か月連続の値下がり	道産なつぽし(無洗米を除く)	5kg
29	シャンプー	↑	387.3	376.6		詰め替え用・280～330mℓ程度	1袋
30	トイレットペーパー	↑	608.9	550.3	5か月連続の値上がり	シングル50～55m・ダブル25～30m・12ロール入り	1組
31	家庭用灯油		145.45	146.21		ホームタンク用配達料込	1ℓ
32	ガソリン		168.67	164.17		フルサービス	1ℓ
33	ガソリン		161.49	162.08		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8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>

