



55. 1. 20 市体育館武道場

精鋭30チームが熱戦

市教委主催 恒例の室蘭市子供カルタ大会

今年で12回目を迎えた室蘭市子供カルタ大会が、1月20日市体育館武道場で行われました。

市内10地区(112チーム448人)の予選を勝ち抜いてきた精鋭30チーム 120人の小中学生選手が一堂に会し、応援の父母が取りかこむ中、読み手の声とともに闇髪を入れずに下の句札が乱れ飛び、終日気合のこもった熱戦が繰り広げられました。

この結果、富の沢Aチームが優勝、準優勝に水元A、3位若草B、4位若草Cの順でした。

— 主な内容 —

- 大切に使う身近なエネルギー
= 2月は省エネルギー月間 = 2
- 55年度消費生活モニター募集 3
- 愛の入学プレゼント運動始まる 4
- 子供の火遊び防止につとめましょう 5
- 啓明高校公開講座「鍛刀の心」 6

大切に使おう 身近なエネルギー

エネルギーの節約で家計の一助に



断熱材の使用で暖房費がグンと節約に

灯油やガソリンなど、私たちの暮らしは、エネルギーとはきつてもきれない関係にあります。炊事や掃除・洗たくはもちろんのこと、明かりをつける、テレビを見る……これらすべてが電力やガスというエネルギーに頼っています。

また、日常の生活に欠かせない電車やバス、飛行機などの乗り物も、エネルギーが動力源で

2月は 省エネルギー1月間

私たち一人ひとりが、ちょっとした工夫や知恵で、毎日使っているエネルギーを節約すれば、それがたとえわずかであっても、日本全体では膨大な量となります。

この機会に、毎日の暮らしに欠かせない身近なエネルギーの節約を、今一度見直してみよう。

家庭の省エネルギー 冬の対策10

① 室温は19度に調節を
部屋の温度は十九度以上にしないことを目安に、こまめな調節を行います。暖房温度を一度下

す。
このようにエネルギーは、私たちの生活と直接、間接に結びついています。

しかし、エネルギーには限りがあります。

私たちは、明日を担う世代に貴重なエネルギーを引継ぐためにも、大切に使用していきたいのです。

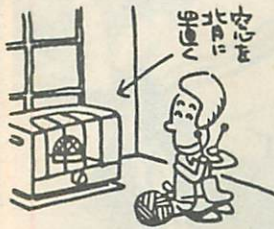
ければ、燃料費は約一〇%節約できます。

② 部屋の保温の心がけを

カーテンを厚手のものにし、天井から床までおろし、できるだけカーペットを敷いたり、窓、壁などに目張りをする一方で、換気にも十分気をつけながら、部屋の保温に心がけましょう。

③ 暖房機器の置き場所に工夫

暖房機器は、たとえば窓側などの冷気の入ってくる位置に窓を背



にして置くと、暖気が冷気を押し上げて、空気の対流が十分に行われて効果的な暖房ができるようになります。

④ 暖房機器の手入れを

石油ストーブは、燃焼部分の手入れに心がけて下さい。空気穴がほこりでつまっていたり、しん先が不ぞろいだと、エネルギー効率が低下するばかりでなく、不完全燃焼のおそれがあります。またガスストーブの場合も、空気取入口をときどき掃除して下さい。

ストーブの中でも反射型ものは、反射板をよく磨いておきましょう。僅かな汚れでも反射効率に影響します。



⑤ 適切な暖房機器の選択を

暖房機器を使う場合には、部屋の用途や大きさ、使う人にあわせてものを選ぶようにしましょう。

例えば、小さな部屋を大部屋用のストーブで暖めれば、温度が上がりすぎて健康にも良くない場合があります。

⑥ 電気こたつの上手な使用を
電気こたつは、こたつ敷きなどの上に置いて使しましょう。

保温効果が上がります。また、こたつがけも、厚手で大きめの綿製のものが効果的ですが、軽いアクリル系のものでも毛布を余分に掛けるとよいでしょう。



⑦ 電気毛布の強弱に注意を

電気毛布を使う場合、おやすみ前にスイッチを「強」に入れて、暖まってから床に入る時には「弱」にして使う方が効率的で、しかも快適な使い方です。



⑧ 太陽の恵みを

冬でも、太陽があたればとても暖かくなります。このような時はカーテンをあけるなどして、太陽

熱を十分に取り入れ、暖房エネルギーを節約しましょう



⑨ 湯沸器の使い方に工夫を

瞬間湯沸器の口火をつけっぱなしにして、時々消すのを忘れていませんか。安全の面からも再確認をお願いします。また、冷たい冬の時期に暖かいお湯は、ほんとうに有難いものですから、つい、たくさん使いがちで、お湯を流し放しにすることはありませんか。必要量を容器に取って使うなどして、ひと工夫しましょう

⑩ 住宅に断熱材の使用を

新しく住宅を建てたり、増改築

昭和55年度

消費生活モニター募集

任期は四月から一年間

市では、「消費生活モニター」を、次のとおり募集します。

▽任務

をする時は、断熱材を入れることをおすすめます。

これによって暖房費は半分程度となります。現在、断熱材を使用していない住宅にお住まいの人も天井裏に断熱材を入れる程度であれば誰でもできますのでさっそく実行してはいかがでしょうか。

ムダづかいより心づかいを

家庭で使うエネルギーのうち、冬季の暖房用のエネルギーは、約四割を占めるといわれており、それだけに冬の省エネルギー対策は



節約は今や美德

非常に重要です。

今月は省エネルギー月間でもあり、各家庭では、以上のような工夫を行うことにより、省エネルギーにご協力をお願いします。

特に灯油は用途として、家庭の暖房用がもっとも多く、全体の七五%を占めています。当然、灯油の需要は冬場に集中します。しかし、原油から灯油ばかりをつくるわけにはいきません。灯油は、原油から約一〇%程度しかとれないという貴重なものです。私たちが冬の間に使う灯油は、需要の少ない六〜十月の間にせつせと蓄えられた貴重な一〇%と云える訳です。

各家庭が、ひと冬に灯油を一缶節約すると、全国で約四十万リットル、二十万トンタンカー二隻分相当が節約されることとなります。私たちが一人ひとりのちょっとした工夫や知恵が、日本全体では膨大な量の省エネルギーとなつて実を結びます。

応募作品入選者決まる

「暮しと米」フェア

米団子入りスーパ

榎本 宏子(港南町二丁目)

イカどんぶり

酒本 邦子(緑町)

ライスグラタン

竹澤 満子(中島本町二丁目)

カレーたきこみごはん

徳永 秀子(中島町四丁目)

ポテトチャーハン

玉村 保子(東町四丁目)

▽入選(五人)

尾山 初恵(西小路町)

関分由利子(舟見町二丁目)

二鹿かよ子(母恋南町一丁目)

小野 富子(日の出町二丁目)

星 倭子(宮の森町四丁目)

▽図画

応募総数七十六点

▽金賞(四人)

阿部 知美(桜が丘小四年生)

地徳智芳子(日新小五年生)

阿部 雅行()

小熊 剛彰(武揚小六年生)

▽銀賞(八人)

古谷 忠典(武揚小四年生)

渡辺 富代()

前田 由美(日新小五年生)

成田 民()

石井 恵(武揚小五年生)

菊地 健司()

阿部由美子(喜門倍小六年生)

三浦 里佳(武揚小六年生)

十歳以上の主婦

▽任期 一年間(四月〜三月)

▽申込み期間 二月四日(月)から

定員になり次第締切ります。

▽その他

交通費、通信費は、市が実費負担

するほかに謝礼金を支給します。

▽申込み、問合せ先

消費生活課調査係(☎211-1

一内線四〇四、四〇五)へ電話

でご連絡下さい。

▽資格 市内に住所を有する二

十歳以上の主婦

▽定員 四十人

▽資格 市内に住所を有する二

共同募金・歳末助け合い運動に

多くの善意が



昨年十月一日から始めた赤い羽

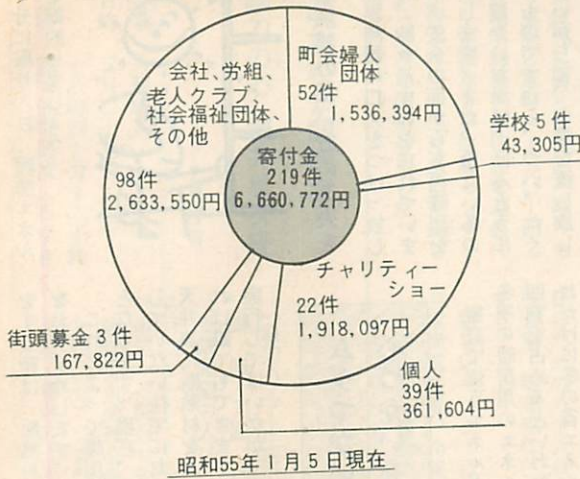
昨年の募金実績

14,186,065円

根共同募金運動は、皆様の暖かいご支援とご協力により、一千四百十八万六千六百五十五円(昭和五十五年一月五日現在)の寄付をいただきました。

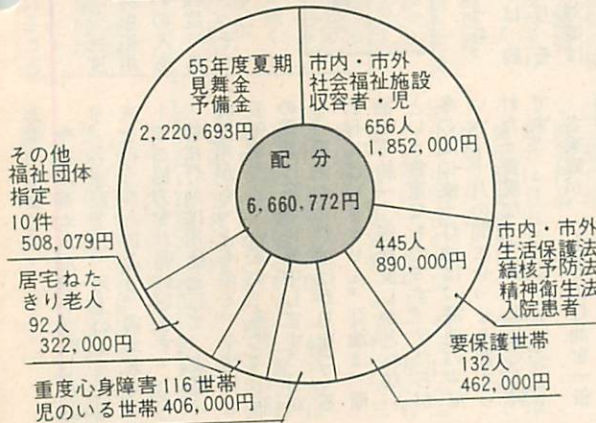
この尊い寄付金は、地域福祉活動発展のために使用させていただきます。また、十二月一日から実施した歳末助け合い運動も、皆様から多くの義援金品をいただきました。この義援金は、昨年十二月二十四日まで別表のとおり配分しました。

昭和54年度歳末助け合い寄付金



昭和55年1月5日現在

昭和54年度歳末見舞金配分



なお、昨年十二月二日文化センターで実施した恒例の歳末助け合い市民演芸大会も、百一十七千九百円の売上金がありました。これら運動にご協力下さいました皆様に対し衷心より厚くお礼申し上げます。

愛の入学プレゼント運動

にご協力下さい

生活困窮家庭から小学校、中学校へ入学される子供達に少しでも新入学の喜びを大きくしてもらおうと、本年も二月一日から二十九日まで「愛の入学プレゼント運動」を実施します。

力をお願いします。

贈呈はお祝金で行っていますので、勝手ながら、現金でのご寄付をお願いいたします。

〈受入窓口〉

・室蘭市社会福祉協議会(文化センター二階)

・市役所社会福祉部

問合せは、社会福祉協議会(☎二一八五八)まで。

償却資産の申告は

お済みですか

市内で事業を営む、法人、個人で、その事業のために資産を所有している場合は、一月三十一日までにその資産の名称、取得価格などの申告が必要です。

まだ申告していない人は、至急申告して下さい。

申告書の提出と問合せは、資産税課債却資産係(☎二一一一内線三三六)まで。

特別土地保有税の

申告納付をお忘れなく

二月二十九日は、特別土地保有税の申告納付期限です。該当者はお忘れなく期限までに申告納付して下さい。

〈今回申告納付しなければならぬ人は〉

昭和五十四年一月一日から昭和五十四年十二月三十一日までの間に土地を取得した人で、その合計

面積が五千平方メートル(二、五二二坪)以上の人です。

申告納付期限は、二月二十九日までです。

〈申告納付先と問合せは〉

申告と納付は、資産税課に備え付けの申告書に必要事項を記入の上、申告納付して下さい。

申告書の書き方、本税についての問合せは、資産税課土地係(☎二一一一内線三三二)まで。

所得税還付申告と

確定申告(☎一〇〇)

は早目に

昭和五十四年分の所得税として源泉徴収された税金や、予定納税した税金が納め過ぎになっている人は、確定申告をするとう還付を受けることができます。期間は二月十六日から三月十五日までです。

この還付についての申告はすでに受付けています。特に次のような人は、税金が納め過ぎになっていないかどうかよく確認して下さい。

・サラリーマンで、雑損控除や医療費控除、住宅取得控除などを受けることができる人や、年中途中で退職し、その後就職しなかったため年末調整を受けなかった人

・予定納税している人で、休廃業で前年より所得が減った人
なお、申告のしかたなどについての問合せは、室蘭税務署(新富町一四一☎二四一五一)まで

家庭で可燃・不燃二種類の入れ物を

子供の火遊び防止に つとめましょう

昨年は火災原因のトップ15件に

火災原因別統計 1月～12月末

種別	52年	53年	54年	計
タバコ関係	3	8	8	19
放火(自殺も含む)	3	7	3	13
子供の火遊び	7	6	15	28
灯油に引火	2	2	1	5
ストーブ・コンロの位置不良	6	1	3	10
ストーブ・コンロの取扱不良	10	7	12	29
原因不明	6	3	3	12
残火の不始末	2	2	2	6
ストーブ等に可燃物の接近	5	2	4	11
電気関係	3	2	3	8
ガス漏れ	1	4	2	7
その他	3	4	7	14
計	51	48	63	162



子供のいたずらから 大きな被害に...

昭和五十四年中の室蘭市内での火災件数は六十三件で、火災原因の内訳は次のとおりです。昨年は子供の火遊びによる火災がとくに多く、例年のたばこによる火災を抜いて一位です。

子供が火遊びをするのは、日頃の精神的なうっぶんをはらすためとも云われています。

友達のいない子、ひっこみじあんな子などには家庭で「笑い」をプレゼントすることも火災を防ぐわれわれ大人の使命です。

正しくかけよう

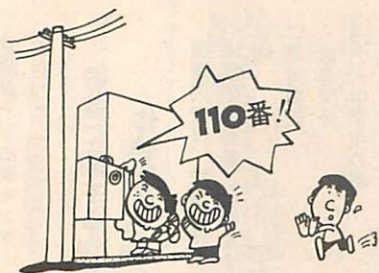
一一〇番

一一〇番は、あなたの声の交番です。事件や事故に「あつたら」「見たら」「聞いたら」すぐダイヤル一一〇番でお知らせ下さい。

一一〇番は、早ければ早いほど効果がありますし、落着いて正しく要領よくかけることが大切です。

▽一一〇番に知らせることがあ

- いつ、どこで、どんなことがあったか
- 被害者はけがをしていないか
- 犯人は誰か、人相は、服装は



110番はあなたの声の交番
いたずら電話はやめましょう

- 犯人の乗っていた車の種別、色型、ナンバーは
- どの方向に逃げたか
- 事件、事故発生場所の目標は
- などについて知っていることを落着いて正しくお知らせ下さい。
- そして、あなたの住所、氏名、おかけの電話番号をお忘れなく。
- ▽いたずら電話はやめましょう
- 一一〇番は、事件や事故などが発生したときに、パトカーや警官が一刻も早く現場に行き、皆さんの安全を守るための電話です。いたずらは、みんなが迷惑しますので、やめましょう。
- また赤電話、ピンク電話からの通報は、受託者に申し出て鍵を借りてから「一一〇」をダイヤルすること

「三三」の持ち出しにシメレオただたて

用意し「三三」の分別を徹底しましょう

〈料理講座〉
▽開講日 二月二十二日から毎週

婦人講座生募集

勤労婦人センター

金曜日 五回
▽時間 十時～十二時
▽材料費 一回 四百円程度
▽定員 四十人
*締切 二月十五日必着
*申込方法
ハガキに、講座名、住所、氏名を記入の上、申込み下さい。
定員をこえた場合は抽選で決め、受講できる人に通知します
▽あて先
☎〇五一 栄町二一〇
勤労婦人センター
問合せは、勤労婦人センター(☎二一〇四三)まで。

今月の市民法律相談

毎月第2、第4土曜日

▽相談日、相談員
九 日 土井勝三郎弁護士
二十三日 芝垣美男弁護士
▽時間 九時～十二時
▽受付 相談日の前日まで
申込み、問合せは、市民課市民相談室(☎一一一内線四一五、四一六)まで。
*相談は無料です。

生鮮食品標準小売価格

2月の表示品目

お買物の際、皆さんの目安となる標準小売価格は、二月中次の十三品目について、表示小売店(市内六十店)に発表していますので

ご利用下さい。

▽鮮魚 ほっけ、さば、そうはちすけそう、よしわら、生わかめ
▽野菜 キャベツ、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、ほうれん草
▽果物 みかん、バナナ

街頭献血に

協力下さい

▽二月九日(土)
室蘭生協御前水ストア前
十三時～十六時
▽二月十四日(木)
長崎屋室蘭店前
十時～十六時
▽二月二十三日(土)
室蘭生協高砂ストア前
十時～十六時

市営住宅使用料

4月から口座振替を利用できます

四月から「市営住宅使用料」の納入に口座振替を実施します。市営住宅入居の皆さんにご利用をおすすめします。

▽受付 住宅課
口座振替の申込書は、地区サービスセンター、住宅課にあります
問合せは、住宅課住宅係(☎一一一内線五八一)まで。

室蘭赤十字血液センター

新庁舎で業務開始



役割の大きなセンターとして、基地血液センターを果す室蘭赤十字血液センターを果す

新庁舎は、鉄筋コンクリート造一部三階建、延一、三五二平方メートルのレンガタイル貼りの落付いた感じの建物です。

建物の一階には採血室、分離室製剤室、冷蔵庫などの主要施設があり、冷蔵庫は六基備え、一本二百ccの血液を、従来の三倍にあたる千二百〜千三百本収容できます。献血者の待合場所となるロビーは明るく、ゆったりとして、くつろぎ易く、また、採血後、気分が悪くなつた人のための休養室も完備しています。

年々増大する輸血需要と輸血療法の高度化に備えるため、昨年七月から室蘭市東町一―二〇―四二（電報電話局裏）に建設を進めていました室蘭赤十字血液センターの新庁舎が昨年十二月末に完成し一月から業務を開始しました。

二階には、各種会議、職員の研修のための六十人収容の会議室、検査室、研究室などの部屋があります。新しいセンターは、空調施設、自家発電装置、冷暖房施設も完備した近代的な建物です。

移転新築した室蘭赤十字血液センターが、名実ともに胆振、日高管内の基幹センターとして、今後の血液供給にいつそう大きな役割を果すために、今後も皆様のご支援、ご協力をお願いします。

室蘭赤十字血液センター（☎49二三四四）

貯蓄に関する作文・

体験記コンクール

郵便局では、貯蓄に関する作文や体験記を募集しています。

▽締切 二月九日（土）まで

▽募集要領

・応募区分

(一)小・中学生の部

(二)高校・大学生の部

(三)一般の部

・応募作品

題名は自由ですが、四百字詰原稿用紙を使用して、次の要領で応募下さい。

(ア)小・中学生の部は、例えば「おこずかい」「お年玉」「私の貯金」などを内容とする作文で三枚以内

(イ)高校・大学生の部、一般の部は例えば「節約と貯金」「私の貯蓄プラン」などを内容とする体験記で五枚以内

(ウ)作品には題名、住所、学校名、学年（大学生は学部も）、氏名（ふりがな）を付記する。小・中・高校生は、できるだけ学校で各学年ごとに取りまとめ、応募者名簿を添えて下さい。

皆さんとNHK

冬のつどい

2月16日、17日

NHK室蘭放送局では、今年も冬の日を楽しく過ごしてもらおうと「冬のつどい」を開催します

▽日時 二月十六日（土）、十七日（日）

十時〜十七時

▽会場 NHK室蘭放送会館（山手町一―三―五〇）

〈主な催し〉

▽十六日（土）

・「北海道の窓」公開録画

・「FMリクエストアワー」公開生放送

▽十七日（日）

・「ズームイン冬のつどい」ライブで当てる町自慢」公開生放送

・「FM夕べのひととき」公開録音

音

・「レッツゴー・ヤング・タレント」サイン会

・「冬を元気にほくらの家族」絵画展

・「おかあさんといっしょ、プリンタイム」人形展

・大河ドラマ「獅子の時代」、朝の連続ドラマ「なつちゃんの写真館」プリンプリン物語」北海道の窓、ズームインまむら」他、番組パネル展

・おかあさん、おねえさん人形劇団公演：他

問合せは、NHK室蘭放送局（☎27二七二一）まで。

啓明高校公開講座

鍛刀の心 堀井胤次氏

2月27日

▽対象 一般成人
▽日時 二月二十七日（水）
十八時四十分〜二十時
▽会場 室蘭啓明高校（みゆき

町二―一六―三九）

〈テーマ〉 「鍛刀の心―伝統を生き抜く」

▽講師 刀匠 堀井胤次氏

▽受講希望の人は、電話で申込み下さい。

▽申込み、問合せ先

教育委員会社会教育課（☎22九四〇七）、または室蘭啓明

高校（☎49五六九二）まで。

道立室蘭高等職業訓練校 高等課程生徒募集

▽高等訓練課程

高校卒（見込み含む）以上対象

・機械一科 三十人

・構造物鉄工科 三十人

▽募集期間

二月十一日〜二月二十日

▽選考方法

(1)学科試験 国語、数学

(2)適性検査

(3)面接

▽選考日時

二月二十二日（金）九時

▽選考場所

道立室蘭高等職業訓練校（東町三―一―二一）

問合せは、同訓練校（☎49〇五八九）まで。

▽会場 NHK室蘭放送会館（山手町一―三―五〇）

〈主な催し〉

▽十六日（土）

・「北海道の窓」公開録画

・「FMリクエストアワー」公開生放送

音

・「レッツゴー・ヤング・タレント」サイン会

・「冬を元気にほくらの家族」絵画展

・「おかあさんといっしょ、プリンタイム」人形展

・大河ドラマ「獅子の時代」、朝の連続ドラマ「なつちゃんの写真館」プリンプリン物語」北海道の窓、ズームインまむら」他、番組パネル展

・おかあさん、おねえさん人形劇団公演：他

問合せは、NHK室蘭放送局（☎27二七二一）まで。



室蘭町誕生 〈一村九町合併〉

躍動の時代へスタート

昨年の七月一日付「市史コーナー」で紹介したように明治三十三年（一九〇〇）七月一日、一級町村制の実施で、絵鞆村・札幌通・西小路・沢町・幕西・常盤・浜町本町・千歳・海岸町の一村九カ町が一つの行政区となり「室蘭町」が発足、いらい独立の道を歩む自

治体として、今から満八十年を迎え文字どおり新しい世代へと一歩を踏み出しました。八十年代は多難の時代といわれますが、「温故知新」のたとえ、ここに八〇年前を写真特集で再現してみました。「八〇年代」への参考になればと……。

ちょうどこの時代は、輪西から鉄道を蘭西に延長するため海岸の埋立工事が進められ、仏坂下に停車場ができ、さらに臨港地帯・現在地へと移動、港頭から石炭が積出されるようになったばかりか、埋立によって海岸町・千歳町（一部）が生まれるなど、今日の都心を形づくる躍動時代だったのですつまり、室蘭の発展は、ここを基盤にして、港は石炭と鉄道（延長）を呼び、石炭は工場を呼んで人を誘い、経済活動が盛んになっていったといえましょう。

写真説明

- ①北海道炭磁汽船の海面埋立できた海岸町（右端の街並み）と石炭貯炭場用の埠頭（中央建物は同社の倉庫で現存）倉庫右上側に石炭の山がみえる。
- ②旧札幌通（旧港町）から東方を望む。埠頭左端建物は北炭の売炭所、税関右に積出用の木材がヤマをなしている。
- ③鉄道延長工事が進められており作業中の人たちの姿がみえる。右中央の建物は仏坂下に新設された室蘭停車場、その左に機関庫がみえる。駅舎右の山は常盤町入口付近、その右の谷合は幕西町、右山頂に八幡神社がある。
- ④臨港地帯に移った室蘭停車場埠頭の木材置場いっぱい木材と沖待ちの汽船の群れは、港の活気を物語っている。
- ⑤仏坂下に室蘭停車場（右上建物）ができたことで旧千歳町は中心街となった。



安眠のための寝具

人生の三分の一は睡眠時間で、適切な寝具で十分な睡眠を得ることが、健康維持に重要なことはよく知られています。最近の子供や大人に、背骨の異常が増加して、頭痛、肩こり、目まい、不眠症、ノイローゼ、腰痛、冷え症などの症状を訴える人が多くなりました。背骨の異常は万病のもとともいわれ、寝具への関心が高まっています。

よい寝具の条件は

保温、吸湿、寝姿勢、クッション性、枕の高さと材質、かけ布団の重さなどが重要で、なかでもクッション性は寝具の生命といわれています。

敷布団

柔らかすぎるとより、むしろかたいものほど安眠状態が得られたという実験結果があります。敷布団は身体に接する面を柔らかく、その下はかたまりかたいほうがよく、横から見て肩と腰が落ち込まない状態が最適です。

かけ布団

重過ぎると圧迫感と寝返りがしにくいことで安眠できません。軽くて保温性に優れていることが条件で、羽根布団、羊毛布団、合繊綿布団などがよく、中でも合繊綿は衛生的で経済的です。かけ布団は薄手のものを何枚も重ねると保温性があります。

国民生活センター発行

「くらしの豆知識」より

室蘭市消費生活モニターによる価格動向調査

(1月15日現在調べ)

品名	価格 (円)			対前月差 (円)	品名	価格 (円)			対前月差 (円)		
	最高	最低	平均			最高	最低	平均			
生鮮食品	ほけ 100g	51	21	39	4	乳豚肉	140	90	114	0	
	そうはちがれい 100g	65	50	56	1	卵鶏肉	130	90	106	1	
	さば 100g	55	24	36	0	肉若鶏正肉	100	80	93	1	
	きゃべつ 100g	51	15	30	22	羊ラム	180	105	141	0	
食料	たまねぎ 100g	13	5	8	1	日用品	ティッシュペーパー 400枚 (200組) 箱入	265	150	200	1
	砂糖 1kg	270	225	250	2	洗濯用合成洗剤 ライオン、花王 1.66kg	680	600	626	12	
	しょう油 1.8ℓ	428	338	383	0	台所用洗剤 ライオン、花王 800ml	300	260	281	△ 1	
	みそ 2kg	480	408	431	△ 1	雑貨	ねり歯みがき ライオン、サンスター 190g	252	225	234	△ 1
	天ぷら油 1,650g	598	480	550	6	クレンザー 花王、ライオン 400g	80	70	77	0	
	サラダ油 1,650g	640	525	576	1	サビス	理髪 大人総合調髪	2,300	1,500	2,016	24
	マヨネーズ キューピー 500g	350	298	316	0	コールドパーマ ショート、カットセットの普通	5,500	2,500	4,286	33	
	ケチャップ カゴメ、デルモンテ 500g	330	260	286	1	クリーニング 白ワイシャツ、店頭渡	130	80	107	0	
	小麦粉 フラワー印、ハート印 1kg	190	152	168	0	衣料	半そで肌着 紳士もの、綿、Mサイズ	900	450	607	8
	食パン 2.4食 7~8枚入	160	108	135	1	ワイシャツ シングル、混紡、白無地	3,000	1,980	2,475	12	
乳卵肉類	即席ラーメン マルちゃん(みそ、塩、しょうゆ)100g	60	50	54	0	文具	鉛筆 三菱HB、9800 1ダース	370	170	282	7
	とうふ 絹ごし 1パック	90	65	78	4	ノート A5 30枚学習帳	90	65	78	1	
	鶏卵 M玉 10個入 1ケース	250	180	222	△ 46	燃料	灯油 1ℓ (配達料込)	68	63	65.4	2.5
	牛乳 180cc 紙容器入	65	40	43	△ 1	灯油 18ℓ (配達料込)	1,260	1,150	1,199	44	
	バター 雪印箱入 225g	380	315	343	0	プロパンガス 4.7m ³	2,590	2,200	2,448	29	
	プレスライス 100g	190	100	141	1						