

# 酒田市の暮らしと東京での 暮らしの比較

---

チームG

- ・菅原 翔太
- ・山本 奈々
- ・阿部 太一郎
- ・長堀 亜由

# 目次

---

1.課題

2.1モデルの説明

2.2結果・比較・考察

3.アンケート結果・考察

4.私たちの提案

5.参考文献

(補足説明)生活費の項目別の試算

# 課題

## 【概要】

東京と酒田の生活費を試算し、比較する。

## 〔背景〕

移住者(Uターンを含む。)を増やすために、都会に比べて酒田での暮らしがいかにかにいいものかをアピールする必要がある。

そのため、より比較の信憑性と确实性を確保するために、対象のモデルを設定し、比較する。

## 2.1モデルの説明

## 2.1モデルの説明



### 東京に住むAさん

・23歳

- ・東横インホテルのフロント:21万円
- ・住まいの最寄駅・・・目黒駅
- ・住まい・・・1ルーム
- ・趣味・・・カラオケ

### 酒田に住むBさん

・23歳

- ・ルートインホテルのフロント担当:  
17万5千円
- ・住まい・・・1ルーム
- ・趣味・・・カラオケ



## 2.1モデルの説明

●東京に住むAさん(光熱費を計算するため、8月と設定)

・性別...女性・年齢...23歳(大卒の社会人1年目、正社員)

・仕事先...東横インホテル(株式会社東横イン、最寄り駅:新宿、新宿から徒歩10分)フロント担当(勤務時間:9時~17時)、給料21万円。

・最寄り駅...目黒駅(山手線で5駅くらい乗車、約10km、約13分)

・住まい...1ルーム(駅から徒歩10分)

・趣味...カラオケ・休日...基本家にいる

●酒田に住むBさん(同じく8月設定)

・性別...女性・年齢...23歳(大卒の社会人1年目、正社員)

・仕事先...ルートインホテル(ルートイングループ、住まいから車で10分の距離)フロント担当(勤務時間:9時~17時)、給料17万5千円~

・住まい...酒田市内(勤務地から車で10キロ離れた場所)、1ルーム。

・趣味...カラオケ・休日...基本家にいる

## 2.2生活費の結果・比較・考察

# 1か月あたりの生活費比較

	酒田		東京
家賃	39,000		105,000
食費	14,500		18,500
交通費	2,852		5,270
自動車維持費	8,000		0
娯楽費(カラオケ)	1,650		3,040
光熱費(水道代、電気代、ガス代)	18,055		14,152
スマホ代(ahamo+機種代)	4,790		4,790
合計	<b>88,847円</b>		<b>150,752円</b>



# 1年間の生活費の試算

---

酒田市：88,847円 × 12か月 = **1,066,164円**

東京都：150,752円 × 12か月 = **1,809,024円**

結果的に東京の方が1年間で**742,860円**高くなる。

\* 今回は確実に毎月かかる金額を表示したため、被服費、コスメ代、その他雑費は考慮しないものとする。

# 生活費の考察

---

- ・ 収入面のうち生活費の占める割合は酒田市の方が少ない。

東京 : 150,752円 (生活費) ÷ 210,000円 (収入) = 約72%

酒田市 : 88,847円 (生活費) ÷ 175,000円 (収入) = 約51%

- ・ 家賃を考慮しなかった場合の生活費は酒田市の方が大きい。

東京 : 150,752円 (生活費) - 105,000円 (家賃) = 45,752円

酒田市 : 88,847円 (生活費) - 39,000円 (家賃) = 49,847円

### 3. アンケートの結果・考察

# アンケートの概要

---

## 「酒田と東京の比較」

- ・目的: 酒田市と東京暮らしの金銭的な面とそれ以外の生活的な面を明らかにするためにアンケートを実施した。
- ・回答: 123人
- ・受付期間: 7日間

※内容は別途資料を参照して下さい。

# アンケート結果から読み取れること

---

- ・庄内外から来た人の過半数が満足していると答えている。
  - ・庄内出身者は大多数が酒田での暮らしに満足していて、満足していないと答えた人は0人だった。
  - ・問題点として、交通面への不満が目立った。
  - ・「将来東京で暮らしたい」と答えた人は少ない。
- ↑しかし、酒田市に住み続けたいと答えた人は半数以下であった。

# アンケートの考察

---

酒田の暮らしで満足している理由として「人間関係が充実している」「ストレスが少ない」「治安が良い」などの点が挙げられる。しかし、人口減少がさらに加速していく中で今の満足度を保つためには現在の生活水準を維持していく必要がある。そのためには移住者の力だけでなく、地元にいる若者の力も必要となるため、今回は**若者の定着を促進する**という視点で、酒田市の人口減少対策の提案をすることとした。



**地元学生を留めるための案が最適なのは！！**

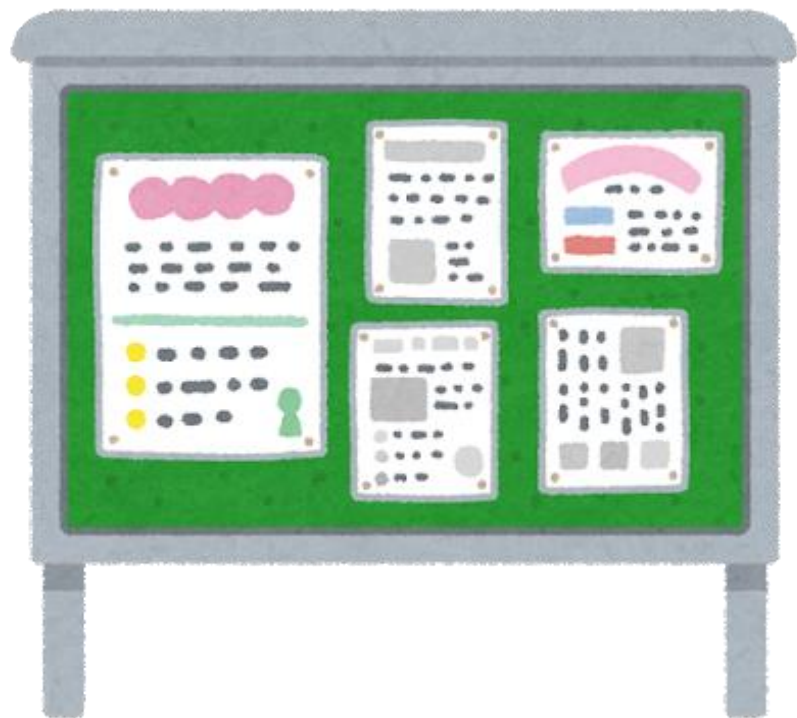
## 4. 私たちの提案

# 学生用支援制度パンフレットの作成、発信

酒田市に学生を支援する制度は既に存在するが、学生の認知度が低いことが課題である。



公益大、酒田市内の高校などに奨学金、企業、支援の内容を紹介するパンフレットを作る。そして講義やガイダンス内で紹介する機会を設けるなどして認知度を上げる。





## 5. 参考文献など

---

- ・企業紹介GUIDEBOOK2022、酒田市雇用創造協議会、発行：2022年1月、参照日：2022年8月9日
- ・いらすとや、「かわいいフリー素材集 いらすとや」、参照日：2022年8月9日  
<https://www.irasutoya.com>
- ・リクルート、【SUUMO】不動産売買・住宅購入・賃貸情報ならリクルートの不動産ポータルサイト、参照日：2022年8月23日  
[https://suumo.jp/?vos=op0031yhsstw099000000zzz\\_01xmsyt111-xe\\_kwd-13516394703:cr-553184393478:sl-:adg-28747651990:dev-c:acc-795008:cam-413073670&gclid=CJDFkpri2\\_kCFU3mvAodVQUC1Q&gclsrc=ds](https://suumo.jp/?vos=op0031yhsstw099000000zzz_01xmsyt111-xe_kwd-13516394703:cr-553184393478:sl-:adg-28747651990:dev-c:acc-795008:cam-413073670&gclid=CJDFkpri2_kCFU3mvAodVQUC1Q&gclsrc=ds)
- ・パナソニック株式会社、パナソニック商品情報|Panasonic、参照日：2022年8月28日  
<https://panasonic.jp>
- ・東京都水道局、水道料金・下水道料金の計算方法(23区)|手続き・料金|東京都水道局、参照日：2022年8月28日  
[https://www.waterworks.metro.tokyo.lg.jp/tetsuduki/ryokin/keisan\\_23.html?area=23ku](https://www.waterworks.metro.tokyo.lg.jp/tetsuduki/ryokin/keisan_23.html?area=23ku)
- ・東京都水道局、水の上手な使い方|くらしと水道|東京都水道局、参照日：2022年8月28日  
<https://www.waterworks.metro.tokyo.lg.jp/kurashi/shiyou/jouzu.html>
- ・酒田市公式ホームページ、「水道料金や下水道料金などを調べたい」、参照日：2022年8月28日  
[https://www.city.sakata.lg.jp/smph/qa/jyogesuido/faqsuido\\_10.html](https://www.city.sakata.lg.jp/smph/qa/jyogesuido/faqsuido_10.html)
- ・東京電力エナジーパートナー株式会社、従量電灯B・C|電気料金プラン|東京電力エナジーパートナー、参照日：2022年8月28日  
<https://www.tepco.co.jp/ep/private/plan/old01.html>

## 5. 参考文献など

---

- ・東北電力、従量電灯B|東北電力、参照日2022年8月28日  
[https://www.tohoku-epco.co.jp/dprivate/menu/menu\\_lightb.html](https://www.tohoku-epco.co.jp/dprivate/menu/menu_lightb.html)
- ・東京ガス株式会社、ガス料金表(家庭用/業務用・工業用 共通)|東京ガス株式会社、参照日2022年8月28日  
<https://e-com.tokyo-gas.co.jp/ryokin/Default.aspx?tik=1>
- ・酒田市天然ガス株式会社、料金表と料金計算方法、参照日2022年8月28日  
<https://www.sakata-n-gas.co.jp/charge022.html>
- ・mobilicomagazine、アクアの年間維持費まとめ【ガソリン代、税金、保険料等】-モビリコマガジン、参照日2022年9月13日、更新日:2022年3月20日  
<https://mobilico.jp/magazine/ac-ijihi/>

ご清聴ありがとうございました。

# (補足説明)生活費の項目別の試算

# 家賃について

## 酒田市条件

- 1K アパート
- 床面積37㎡（11坪）
- 木造二階建て
- 築年18年（平成16年）
- バストイレ別
- エアコン付き
- 敷金礼金：1か月
- ガス

## 東京目黒区条件

- 駅から徒歩10分以内
- 1Kアパート
- 専有面積30㎡～40㎡
- 築年20年以内
- バストイレ別
- 2階以上住戸
- エアコン付き
- 木造
- 都市ガス

←東京のアパートについては、これよりも安いアパートはあるが、暮らしの質を合わせるため、酒田市のアパートの条件に合わせて家賃の比較をする。

家賃：39000円

家賃：最低105000円・最高120000円

グループのメンバーが実際に酒田市に住んでいるアパートとできるだけ近い条件のアパートを調べた。  
東京目黒区の家賃はヒットしたアパートの中で一番低い家賃のアパートを選んだ。

# 食費の比較

## Ex) 焼きそば

### 具材

- 日清 太麺焼きそば(2人前)
- 豚肉(200g)
- にら(2束)
- もやし(250g)



# 食費の比較

---

## 比較対象の概要

今回は、スーパーの小売価格でそれぞれ比較する。東京のスーパーは、Fuji Gardenと肉のハナマサ（豚肉対象）。酒田（山形）のスーパーは、マルホンである。なお、東京のスーパーは、7/1、酒田のスーパーは、7/2の商品価格で比較する。なお、それらの商品のレシートは、個人情報にあたるため、公表は控えさせていただく。

\*なお、今回は東京にいる知人に協力してもらったところFuji Gardenと肉のハナマサで購入していたため、こちらをモデルに採用した。

# 商品価格の比較

日清 太麺焼きそば	東京： ¥198
	酒田： ¥178
豚肉 (100グラム当たり)	東京： ¥78 (肉のハナマサ価格)
	酒田： ¥138
にら (2束)	東京： ¥128
	酒田： ¥98
もやし	東京： ¥29
	酒田： ¥28
<b>合計金額</b>	<b>東京： ¥511 (1人前あたり： ¥255)</b>
	<b>酒田： ¥580 (1人前あたり： ¥290)</b>



# 食費の比較 考察

---

野菜などの価格

→ **酒田**の方が安い

豚肉の価格

→ **東京**の方が安い



# 食費の比較

---

以上より、東京と酒田では食費において、あまり差がでないことが考えられたため、今回は東京も酒田も、グループメンバー1人の1か月分の食費、**13,000円**に固定する。

# 外食費の比較

---

## 酒田

東北公益文科大学の学生を対象にしたアンケートを実施した結果、1回の外食に使うお金は、1,000円台が最も多かった。また、外食の頻度は、「1か月に1, 2回」という回答が最も多かった。

## 東京

1回の外食に使う金額はチェーン店で比較した場合、山形と変わらないと予測できるが、外食の頻度は、家計調査などから、山形よりも多いことから、「1か月に5, 6回」と予測した。

# 食費の比較 まとめ

---

以上より、東京と酒田の食費での比較をする。

**酒田**

13,000円 + 2,000円 (月に2回行った場合) = **14,500円**

**東京**

13,000円 + 6,000円 (月に6回行った場合) = **18,500円**

 **東京の方が、4,000円高くなる！！**

# 交通費の比較

---

## 概要

東京:「電車(定期券)」/目黒駅～新宿駅間,10km/週5,往復

酒田:「乗用車(ガソリン)」/自宅～職場,10km/週5,往復

\* 会社からの手当ては厳密には測定できないため、考慮しないこととする

# 交通費の比較(東京)

---

## 料金

- ・片道170円(往復340円) × 5(日) × 4(週) × 12(月)  
=81,600円
- ・定期券1か月(5270円) × 12(月)  
=63,240円

# 交通費の比較(酒田)

---

車種の設定: アクア(トヨタ)



・燃費: 30.0~35.7km/L

・燃料: 36L = 1080~1285km

一日20km(2/3L)の走行、月400km。普段使いを月100km以内と仮定して、給油はふた月に一回程度

1080(1285)-1000=80(285)→80km=約2,7L 285km=約8L =約28~33L

×180(ガソリン/円:2022年6月参照)×6(回)=30,240~35,640円

# 交通維持費について

---

自動車税: 34,500円 (一年間)

自賠責保険: 約36,000円 (新車のため三年に一度の計算)

車検: 約80,000円 (二年に一回)

オイル交換(3000円)×2 タイヤ交換(2000円)×2で+10000円

$34,500円 \div 12か月 + 36,000円 \div 36か月 + 80,000円 \div 24か月 + 10,000円 \div 12か月 = 約8,000円$



# 娯楽費の比較

---

## 概要

項目「カラオケ」(月2回)

東京: 目黒駅周辺店舗2店「ビッグエコー」「コート・ダジュール」

酒田: 酒田駅周辺店舗2店「童夢」「マイム」

どちらも会員であることを前提とする

# 娯楽費の比較(東京)

---

## ビッグエコー

・フリータイム:1,034円/ドリンク別料金

$$(1,034[\text{円}] + \text{ドリンク}) \times 2[\text{回}] = (2068[\text{円}] + a) \times 12[\text{月}] = \underline{24,816+a\text{円}}$$

## コート・ダジュール

・フリータイム:880(+60)円/ドリンク別料金580円

$$(940[\text{円}] + 580[\text{円}]) \times 2[\text{回}] = 3040[\text{円}] \times 12[\text{月}] = \underline{36,480\text{円}}$$

# 娯楽費の比較(酒田)

---

## 童夢

フリータイム825円/ドリンク込み

$$825[\text{円}] \times 2[\text{回}] = 1650[\text{円}] \times 12[\text{月}] = \underline{19800\text{円}}$$

## マイム

フリータイム850円/ドリンク込み

$$850[\text{円}] \times 2[\text{回}] = 1700[\text{円}] \times 12[\text{月}] = \underline{20,400\text{円}}$$

# 水道光熱費の比較

---

## 概要:

対象を水道代、電気代、ガス代の三つに分けてそれぞれ計算する。灯油は若者の一人暮らしの場合、使用されることが考えにくいいため、今回は灯油については考慮しないこととする。それぞれの利用するのプランや会社は以下の通りである。

### ・水道代

東京:東京都水道局 酒田市:上下水道部

### ・電気代

東京:東京電力エナジーパートナー、従量電灯B 酒田市:東北電力、従量電灯B

### ・ガス代

東京:東京ガス、一般料金 酒田市:酒田天然ガス株式会社、一般料金

# 水道代(水道料金+下水道料金)

水道の使用量は東京都と酒田市で同じものとする。

水道使用量

- ・水洗トイレ:  $13\text{L}(\text{一度の使用量}) \times 4\text{回}(\text{平日の回数}) \times 22\text{日}(\text{平日の日数}) + 13\text{L} \times 6\text{回}(\text{休日の回数}) \times 8\text{日}(\text{休日の日数}) = 1768\text{L}$
  - ・風呂:  $180\text{L}(\text{一度の使用量}) \times 1\text{回}(\text{平日の回数}) \times 11\text{日}(\text{平日の日数}) + 180\text{L} \times 1\text{回}(\text{休日の回数}) \times 4\text{日}(\text{休日の日数}) = 2700\text{L}$
  - ・シャワー:  $60\text{L}(\text{一度の使用量}) \times 1\text{回}(\text{平日の回数}) \times 22\text{日}(\text{平日の日数}) + 60\text{L} \times 1\text{回}(\text{休日の回数}) \times 8\text{日}(\text{休日の日数}) = 1800\text{L}$
  - ・洗濯機:  $38\text{L}(\text{一度の使用量}) \times 1\text{回}(\text{平日の回数}) \times 11\text{日}(\text{平日の日数}) + 38\text{L} \times 1\text{回}(\text{休日の回数}) \times 4\text{日}(\text{休日の日数}) = 570\text{L}$
  - ・調理:  $60\text{L}(\text{一度の使用量}) \times 2\text{回}(\text{平日の回数}) \times 22\text{日}(\text{平日の日数}) + 60\text{L} \times 2\text{回}(\text{休日の回数}) \times 8\text{日}(\text{休日の日数}) = 3600\text{L}$
  - ・手洗い洗面:  $6\text{L}(\text{一度の使用量}) \times 1\text{回}(\text{平日の回数}) \times 22\text{日}(\text{平日の日数}) + 6\text{L} \times 1\text{回}(\text{休日の回数}) \times 8\text{日}(\text{休日の日数}) = 180\text{L}$
  - ・歯磨き:  $6\text{L}(\text{一度の使用量}) \times 2\text{回}(\text{平日の回数}) \times 22\text{日}(\text{平日の日数}) + 6\text{L} \times 3\text{回}(\text{休日の回数}) \times 8\text{日}(\text{休日の日数}) = 408\text{L}$
- 合計:  $11026\text{L} = 11.026\text{m}^3$

# 水道代の比較

---

水道代=水道料金(基本料金+従量料金)+下水道料金

呼び軽:20mm 使用水量:11m<sup>3</sup>

東京都:(1170+22×5+128)×1.1+(560+110×3)×1.1=2527.8≐**2527円**

酒田市:(1730+60×10+160)×1.1+(900+105×10+180)×1.1=**5082円**

# 電気代の比較

電気の使用量を東京都と酒田市で同じものとする。

電気使用量

・冷蔵庫:  $302\text{kWh}(\text{年間消費量}) \div 12\text{か月} \doteq 25.1667\text{kWh}$

・照明器具:  $0.06\text{kWh}(\text{一度の消費量}) \times 6\text{h}(\text{平日の使用時間}) \times 22\text{日}(\text{平日の日数}) + 0.06\text{kWh} \times 7\text{h}(\text{休日の使用時間}) \times 8\text{日}(\text{休日の日数}) = 11.28\text{kWh}$

・エアコン(冷房):  $0.425\text{kWh}(\text{一度の消費量}) \times 6.5\text{h}(\text{平日の使用時間}) \times 22\text{日}(\text{平日の日数}) + 0.425\text{kWh} \times 18\text{h}(\text{休日の使用時間}) \times 8\text{日}(\text{休日の日数}) = 121.975\text{kWh}$

・洗濯機:  $0.065\text{kWh}(\text{一度の消費量}) \times 0.5\text{h}(\text{平日の使用時間}) \times 22\text{日}(\text{平日の日数}) + 0.065\text{kWh} \times 0.5\text{h}(\text{休日の使用時間}) \times 8\text{日}(\text{休日の日数}) = 0.975\text{kWh}$

・電子レンジ:  $1.36\text{kWh}(\text{一度の消費量}) \times 0.1\text{h}(\text{平日の使用時間}) \times 2\text{回}(\text{平日の使用回数}) \times 22\text{日}(\text{平日の日数}) + 1.36\text{kWh} \times 0.1\text{h}(\text{休日の使用時間}) \times 3\text{回}(\text{休日の使用回数}) \times 8\text{日}(\text{休日の日数}) = 9.248\text{kWh}$

・炊飯器(炊飯時):  $0.117\text{kWh}(\text{一度の消費量}) \times 0.8\text{h}(\text{平日の使用時間}) \times 22\text{日}(\text{平日の日数}) + 0.117\text{kWh} \times 0.8\text{h}(\text{休日の使用時間}) \times 8\text{日}(\text{休日の日数}) = 2.808\text{kWh}$

・炊飯器(保温時):  $0.0139\text{kWh}(\text{一度の消費量}) \times 10\text{h}(\text{平日の使用時間}) \times 22\text{日}(\text{平日の日数}) + 0.0139\text{kWh} \times 10\text{h}(\text{休日の使用時間}) \times 8\text{日}(\text{休日の日数}) = 4.17\text{kWh}$

・IHコンロ(中火):  $0.7\text{kWh}(\text{一度の消費量}) \times 0.75\text{h}(\text{平日の使用時間}) \times 2\text{回}(\text{平日の使用回数}) \times 22\text{日}(\text{平日の日数}) + 0.7\text{kWh} \times 1\text{h}(\text{休日の使用時間}) \times 2\text{回}(\text{休日の使用回数}) \times 8\text{日}(\text{休日の日数}) = 34.3\text{kWh}$

# 電気代の比較

---

- ・PC(Windows):  $0.011\text{kWh}(\text{一度の消費量}) \times 3\text{h}(\text{平日の使用時間}) \times 22\text{日}(\text{平日の日数}) + 0.011\text{kWh} \times 4\text{h}(\text{休日の使用時間}) \times 8\text{日}(\text{休日の日数}) = 1.078\text{kWh}$
  - ・スマートフォン(iPhone 13):  $\text{約}0.0119399\text{kWh}(\text{一度の消費量}) \times 22\text{日}(\text{平日の日数}) + \text{約}0.0119399\text{kWh} \times 8\text{日}(\text{休日の日数}) = 0.358197\text{kWh}$
  - ・ドライヤー:  $1.2\text{kWh}(\text{一度の消費量}) \times 0.33333\cdots\text{h}(\text{平日の使用時間}) \times 22\text{日}(\text{平日の日数}) + 1.2\text{kWh} \times 0.33333\cdots\text{h}(\text{休日の使用時間}) \times 8\text{日}(\text{休日の日数}) = 12$
- 合計:  $223.3588637\cdots\text{kWh} \doteq 223\text{kWh}$



# 電気代の比較

---

電気代=基本料金+電力量料金+再生可能エネルギー発電促進賦課金

電気使用量:223kWh、30A

東京都:  $858(30A\text{の基本料金})+(19.88 \times 120+26.48 \times 103+5.10 \times 223(\text{燃料調整費}))+3.45 \times 223$   
(再生可能エネルギー発電促進賦課金)=7877.69  $\doteq$  **7877円**

酒田市:  $990+18.58 \times 120+25.33 \times 103+3.47 \times 223+3.45 \times 223=7371.75 \doteq$  **7371円**

\*なお、燃料調整費は2022年8月分を参照

# ガス代の比較

---

ガスの使用量は東京都と酒田市で同じとする。ガスの使用用途は浴槽の水を温めることとシャワーの水を温めることとする。

東京ガスの発熱量は1m<sup>3</sup>あたり45MJである。45MJ=45000000Jであり、1cal=4.1868Jから45MJ=10748065.35 cal=10748.06535 kcalとなる。

水1gの温度を1°C上げるのに必要な熱量が1calであることから、一度浴槽の180Lの水を16°Cから42°Cまで上昇させるのに必要な熱量は180000g × (42-16)°C ÷ 1000=4680kcalとなる。また同様に、シャワーの水60Lを16°Cから42°Cまで上昇させるのに必要な熱量は60000g × (42-16)°C ÷ 1000=1560kcalとなる。一か月の必要な熱量はそれぞれ次の通りである。

- ・浴槽: 4680kcal × 22日 + 4680kcal × 8日 = 140400kcal
- ・シャワー: 1560kcal × 22日 + 1560kcal × 8日 = 46800kcal
- 合計: 187200kcal = 187200 ÷ 10748.06535 = 17.417088m<sup>3</sup> ≒ 17m<sup>3</sup>

# ガス代の比較

---

ガス代 = 基本料金 + 単位料金 × ガス使用量  
ガス使用量: 17m<sup>3</sup>

東京都:  $759 + 175.87 \times 17 = 3748.79 \div 3748$ 円

酒田市:  $799.7 + 282.513 \times 17 = 5602.421 \div 5602$ 円

\*なお、単位料金は2022年7月を参照

# 光熱費の比較

---

水道代、電気代、ガス代をそれぞれ合計すると以下のようなになる。

東京都:  $2527+7877+3748=14152$ 円

酒田市:  $5082+7371+5602=18055$ 円

結果として光熱費は東京都の方が安いことになる。