ＪＲ東日本労働組合

NAGANO

2026年10月15日
No614
JR東日本労働組合
長野地方本部
発行者：岡村　和幸

E-mail naga-30-naga@hotmail.co.jp

ホームページはこちら

物価の上昇が止まらない

物価の推移（全国平均　※電気、ガスは長野県平均）

	2020年9月	2026年9月		2020年9月	2026年9月
米（５kg）	2,160円	2,926円	ビッグマック	390円	500円
卵（１パック）	217円	309円	吉野家牛丼（並）	387円	498円
牛乳（１L）	213円	266円	ディズニーランド（1デーパスポート）	8,200円	8,900～10,900円
コンビニおにぎり	141円	203～213円	ＵＳＪ（１デイ・スタジオ・パス）	7,800～8,400円	8,400～11,900円
あんぱん	86円	113円			

	2020年（月間）	2025年（月間）
電気（長野県）	8,223円	10,313円
ガス（長野県）	3,998円	4,741円



相次ぐ値上げで家計は大打撃！

物価の上昇が止まらず、私たちの暮らしや家計への負担は増すばかりです。生活を守り安心して働くためにも、納得できる年末手当が必要です。

組合員一人ひとりの声と力を結集し、年末手当の要求満額を勝ち取りましょう！

私たちは全組合員の取り組みを通じて、
2026年度年末手当の要求実現を目指します！

