

石油製品の価格動向 (1月調査=確定値)

=道内消費者協会調べ=

2023年1月18日

北海道消費者協会

灯油は続落し115円

2カ月連続 120円下回る

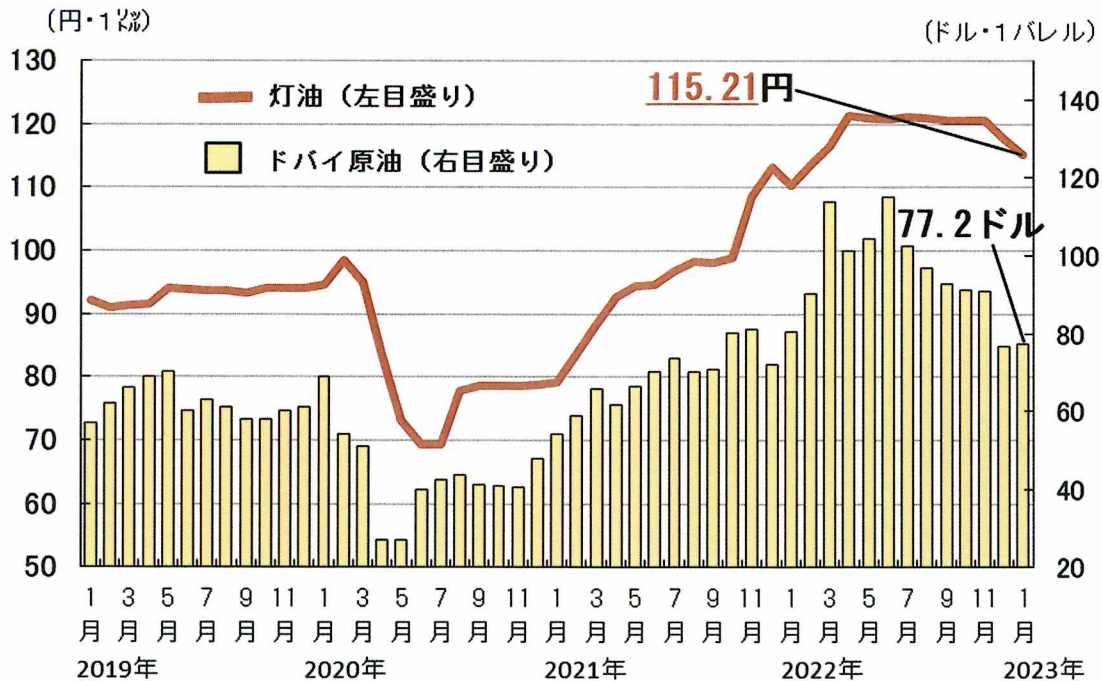
ガソリン164円で横ばい

灯油

・全道平均価格は1リットル115.21円と、前月から2.51円(2.13%)下がった。2カ月連続で120円を下回ったが、前年同月比では、まだ4.81円(4.36%)高く、コロナ禍前の2020年1月(94.74円)とは20円以上の開きがある。

・アジア圏の指標となるドバイ原油価格は、前月に続き1バレル70ドル台を維持し、円安緩和の傾向から輸入原油の今後の下落が期待される。

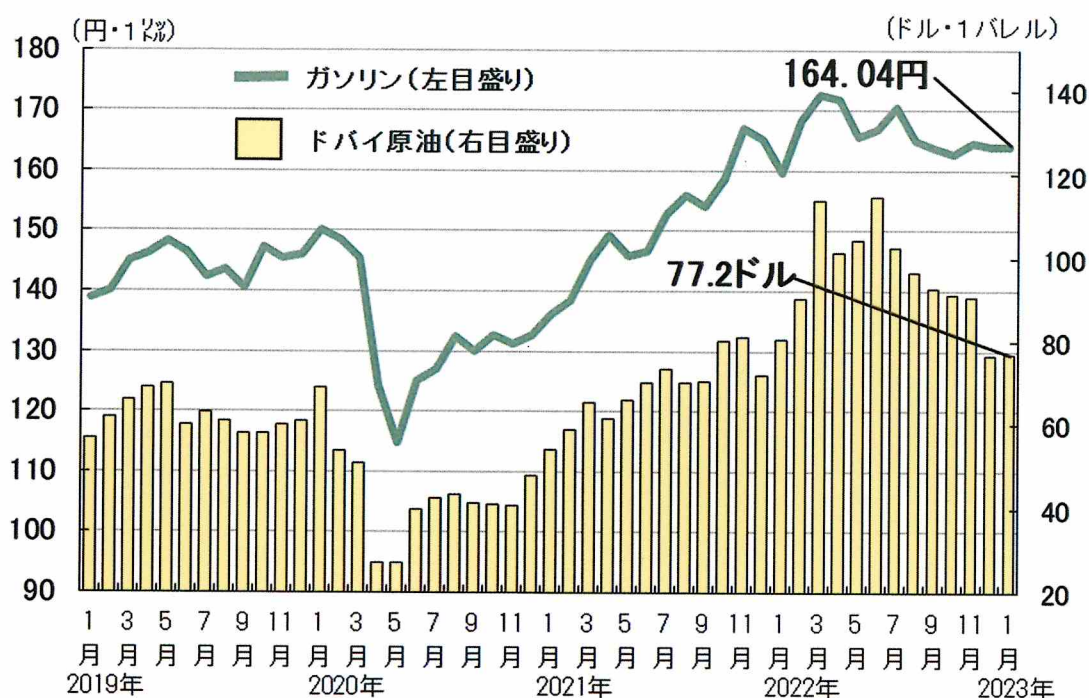
・調査対象581店。最高値131円、最安値96.9円。66地域の平均価格では最高値125.42円(雄武)、最安値103円(幕別)。



ガソリン

・全道平均価格(フルサービスとセルフサービスの合計)は1%164.04円となり、前月比0.02円(0.01%)値上がり。前年同月比は4.3円(2.7%)高い。国の元売り補助が目標とする全国平均価格 168 円は6カ月連続で下回ったが、コロナ禍前の2020年1月(150.27円)と比べると、まだ13円以上高い。

・調査対象445店。最高値179円、最安値150.8円。地域別平均価格の最高値は176.4円(雄武)、最安値は158.23円(大樹)。平均価格が国の目標値 168 円を上回ったのは12地域となった。



LPガス

・5m³の道内平均価格は6,754円で前月比4円(0.07%)安く、前年同月比は235円(3.6%)高い。12月の全国平均は5,456円と前月比で1円上昇した。

・調査対象346店。全66地域のうち平均価格が7,000円を超えるのは16地域(前月16地域)と横ばい。平均価格の最高値8,020円(稚内)と最安値5,236円(帯広)は依然1.5倍の格差がある。

5 m ³	8月	9月	10月	11月	12月	1月
全道平均	6,689円	6,743円	6,752円	6,751円	6,758円	6,754円
全国平均	5,426円	5,445円	5,442円	5,455円	5,456円	未発表

令和5年1月 灯油・ガソリン・LPガス価格調査結果

一般社団法人 北海道消費者協会

1. 調査地域 66地域（道央：22地域、道南：2地域、道北：13地域、道東：29地域）

2. 調査時期 令和5年1月初旬～中旬

3. 価格 消費税込み小売価格

4. 調査結果（赤字箇所訂正）

(1) 灯油【調査店舗数：581店舗、基本的には1ℓあたりの多量買い(100ℓ以上の宅配価格)、一部聞き取り調査含む】

- ・高値は131円、安値96円90銭、平均小売価格は115円21銭で、前月に比べ、2円51銭（2.13%）の値下がり。前年同月に比べ、4円81銭（4.36%）の値上がり。
- ・地域別平均小売価格は前月に比べ、4地域で値上がり（値上げ幅：5銭～7円、平均2円76銭）。57地域で値下がり（値下げ幅：50銭～8円、平均1円97銭）。5地域で横ばい。
- ・生活圏別平均小売価格は114円53銭（道央）～117円21銭（道南）。
前月に比べ、全生活圏で値下がり（値下げ幅：2円9銭～2円71銭）。前年同月に比べ、全生活圏で値上がり（値上げ幅：4円10銭～5円19銭）。
- ・主な価格帯は、113円台が75店舗（12.9%）、115円台が72店舗（12.4%）、114円台が67店舗（11.5%）。

(2) ガソリン【調査店舗数：445店舗（フルサービス店：318店舗、セルフサービス店：127店舗）、レギュラーガソリン、1ℓあたりの現金買い】

①フルサービス店

- ・高値は179円、安値は152円、平均小売価格は165円53銭で、前月に比べ6銭（0.03%）の値上がり。前年同月に比べ、4円28銭（2.7%）の値上がり。
- ・地域別平均小売価格は前月に比べ、17地域で値上がり（値上げ幅：19銭～7円 平均2円27銭）。23地域で値下がり（値下げ幅：3銭～4円。平均1円29銭）。25地域で横ばい。
- ・生活圏別平均小売価格は163円92銭（道央）～168円48銭（道北）で、前月に比べ3生活圏で値上がり（値上げ幅1銭～60銭）。1生活圏で値下がり（下げ幅：15銭）。前年同月に比べ、全生活圏で値上がり（値上げ幅：2円60銭～5円）。
- ・主な価格帯は、166円台が57店舗（17.9%）、164円台が48店舗（15.1%）、169円台が各34店舗（10.7%）。

②セルフサービス店

- ・高値は172円40銭、安値は150円80銭、平均小売価格は160円30銭で、前月に比べ5銭（0.03%）の値下がり。前年同月に比べ4円41銭（2.8%）の値上がり。
- ・地域別平均小売価格は前月に比べ、11地域で値上がり（値上げ幅：45銭～4円、平均2円27銭）。16地域で値下がり（値下げ幅44銭～3円銭、平均1円53銭）。17地域で横ばい。

- 生活圏別平均小売価格は、157円95銭（道南）～162円65銭（道北）前月に比べ2生活圏で値上がり（上げ幅10銭～1円）。2生活圏で値下がり（値下げ幅：17銭～30銭）。前年同月に比べ、全生活圏で値上がり。（値上げ幅3円72銭～5円2銭）
 - 主な価格帯は、163円台が21店舗（16.5%）、159円台と160円台が各20店舗（15.7%）、161円台が15店舗（11.8%）。
- ③全体（フルおよびセルフサービス店）
- 高値は179円、安値は150円80銭、平均小売価格は164円4銭で、前月に比べ2銭（0.01%）の値上がり。前年同月に比べ4円30銭（2.7%）の値上がり。
 - 地域別平均小売価格は前月に比べ、18地域で値上がり（値上げ幅：13銭～7円 平均2円12銭）。26地域で値下がり（値下げ幅：3銭～3円 平均1円19銭）。22地域で横ばい。
 - 生活圏別平均小売価格は、162円43銭（道央）～167円14銭（道北）で前月に比べ2生活圏で値上げ（値上げ幅：22銭～42銭）。2生活圏で値下がり（値下げ：7銭）。前年同月に比べ、全生活圏で値上がり（値上げ幅：2円63銭～4円87銭）。
 - 主な価格帯は、166円台が64店舗（14.4%）、163円台が50店舗（11.2%）、164円台が48店舗（10.8%）。

(3)LPガス【調査店舗数：基本料金331店舗、5m³346店舗、10m³346店舗の料金】

①基本料金

- 高値は2,662円、安値は1,089円、平均小売価格は2,180円。前月と比べ1円（0.05%）の値下がり。前年同月に比べ21円（0.96%）の値上がり。
- 生活圏別平均小売価格は、2,130円（道央）～2,277円（道南）。
- 主な価格帯は、2,200円台が78店舗（23.6%）、2,300円台が70店舗（21.1%）、2,100円台が59店舗（17.8%）。

②5m³

- 高値は8,811円、安値は3,735円、平均小売価格は6,754円。前月に比べ4円（0.07%）の値下がり。前年同月に比べ235円（3.6%）の値上がり。
- 生活圏別平均小売価格は、6,628円（道南）～6,986円（道北）。
- 主な価格帯は、6,700円台が26店舗（7.51%）、6,500円台が24店舗（6.9%）、6,900円台が20店舗（5.8%）。

③10m³

- 高値は14,916円、安値は6,028円、平均小売価格は11,124円、前月に比べ6円（0.05%）の値下がり。前年同月に比べ395円（3.68%）の値上がり。
- 生活圏別平均小売価格は、10,533円（道南）～11,525円（道北）。
- 主な価格帯は、11,300円台が17店舗（4.91%）、10,600円台が16店舗（4.62%）、11,100円台が14店舗（4.05%）。

令和5年1月分 灯油・ガソリン価格調査結果

(地域別)

No.1

生活圏	区分 地域名	灯油 (円)				レギュラーガソリン (円)											
		高値	安値	平均	前月比	フルサービス				セルフサービス				全 体			
						高値	安値	平均	前月比	高値	安値	平均	前月比	高値	安値	平均	前月比
道	札幌	128.00	101.00	112.07	-1.65	166.00	152.00	159.98	0.19	159.00	151.00	157.03	0.45	166.00	151.00	158.41	0.33
	江別	126.00	105.00	114.09	-3.23	166.00	165.00	165.75	-0.25	163.00	163.00	163.00	0.00	166.00	163.00	164.83	-0.17
	千歳	120.70	111.00	113.91	-1.85	165.00	163.00	164.00	-1.50	162.00	161.00	161.25	-1.25	165.00	161.00	162.63	-1.37
	恵庭	117.00	110.00	113.88	-2.13	164.00	163.00	163.20	2.00	160.00	160.00	160.00	2.00	164.00	160.00	161.60	2.00
	北広島	124.00	106.00	113.88	-2.00	166.00	158.00	162.40	3.60	157.00			2.00	166.00	157.00	161.50	3.33
	小樽	128.00	99.00	113.34	-2.56	166.00	158.80	163.07	-2.37	163.00	160.00	161.67	-1.33	166.00	158.80	162.77	-2.14
	倶知安	124.00	115.00	120.20	-0.60	166.00	166.00	166.00	0.00	163.00			0.00	166.00	163.00	165.00	0.00
	岩内	120.00	117.70	119.61	-3.37	171.00	169.40	170.07	0.00					171.00	169.40	170.07	0.00
	岩見沢	119.00	108.90	113.93	-2.96	166.00	159.00	163.89	-1.33					166.00	159.00	163.89	-1.33
	美唄	119.00	108.00	114.75	-3.43	166.00	166.00	166.00	0.00	161.00	156.80	158.90	2.00	166.00	156.80	162.45	1.00
	三笠	119.00	112.20	115.58	-1.63	164.00	164.00	164.00	2.00	161.00			3.00	164.00	161.00	163.25	2.25
	栗山	114.00	111.00	112.22	-2.78	164.00	164.00	164.00	-2.00	161.00	161.00	161.00	-2.00	164.00	161.00	162.50	-2.00
	赤平	119.00	113.00	115.27	-2.64	166.00	166.00	166.00	0.00	163.00			0.00	166.00	163.00	165.63	0.00
	滝川	118.00	112.00	114.20	-3.90	166.00	166.00	166.00	0.00	160.00			0.00	166.00	160.00	165.00	0.00
	砂川	117.00	98.80	112.73	-2.40	166.00	153.80	159.90	-0.03					166.00	153.80	159.90	-0.03
	上砂川	113.30	113.30	113.30	-3.30	166.00			0.00					166.00			0.00
深川	121.00	114.40	117.28	-1.45	165.00	165.00	165.00	0.00	165.00	162.00	163.50	1.50	165.00	162.00	164.50	0.50	
室蘭	121.00	110.00	115.13	-2.22	166.00	163.00	163.75	-2.25	160.00	160.00	160.00	-3.00	166.00	160.00	163.00	-2.40	
登別	128.00	110.00	114.18	-3.46	166.00	163.00	164.50	0.25	163.00	150.80	158.97	-1.03	166.00	150.80	162.13	-0.30	
伊達	130.80	113.00	117.72	-0.93	166.00	155.00	164.56	-0.55					166.00	155.00	164.56	-0.55	
苫小牧	126.00	105.60	113.24	-2.74	171.00	162.00	166.57	0.86	165.00	157.80	162.60	-0.44	171.00	157.80	164.34	0.13	
浦河	117.00	115.00	115.29	-3.85	166.00	166.00	166.00	0.00	163.00			0.00	166.00	163.00	165.00	0.00	
道南	函館	131.00	109.00	118.24	-1.55	177.10	162.00	167.08	-0.07					177.10	162.00	167.08	-0.07
	江差	118.00	96.90	113.70	-3.63	166.00	166.00	166.00	2.00	159.00	156.90	157.95	1.00	166.00	156.90	161.98	1.50
道北	旭川	121.00	108.00	113.89	-2.77	171.00	158.00	167.21	-0.79	168.00	155.00	162.22	-1.89	171.00	155.00	165.26	-1.22
	東神楽	113.00	113.00	113.00	-3.00	171.00	168.00	169.50	2.00	165.00	165.00	165.00	2.00	171.00	165.00	168.00	2.00
	東川	115.00	113.00	113.67	-3.00	166.00	164.00	164.67	0.00					166.00	164.00	164.67	0.00
	士別	120.00	115.00	117.25	-2.75	169.00	169.00	169.00	0.00	166.00			0.00	169.00	166.00	168.25	0.00
	名寄	124.30	115.50	118.23	-1.89	169.00	167.00	168.60	0.00	166.00	166.00	166.00	0.00	169.00	166.00	168.17	0.00

「高値・安値・平均」部分の一括記載は店舗数が1カ所を示す
「-」は前月のデータ無し

道北	下川	118.00	118.00	118.00	-5.00	169.00	169.00	169.00	-3.00					169.00	169.00	169.00	-3.00
	美深	122.00	122.00	122.00	0.00	169.00	169.00	169.00	0.00	166.00	166.00	166.00	0.00	169.00	166.00	168.25	0.00
	富良野	117.00	114.00	115.46	-2.58	166.00	164.00	164.29	4.00	161.00	161.00	161.00	4.00	166.00	161.00	163.30	4.00
	上富良野	117.00	114.80	115.76	-4.64	166.00	164.00	164.67	4.00					166.00	164.00	164.67	4.00
	留萌	118.00	111.00	114.69	-3.70	178.20	164.00	169.73	-0.07					178.20	164.00	169.73	-0.07
	天塩	120.00	118.00	119.60	-0.20	175.00	175.00	175.00	1.75					175.00	175.00	175.00	1.75
	稚内	125.00	118.00	120.61	-2.81	175.00	167.00	172.25	0.00	159.00	159.00	159.00	0.00	175.00	159.00	169.60	0.00
道東	浜頓別	118.00	118.00	118.00	0.00	173.00	173.00	173.00	0.00					173.00	173.00	173.00	0.00
	北見	123.00	114.00	117.17	-2.48	169.00	160.00	165.17	0.75	163.00	158.00	160.33	0.00	169.00	158.00	164.20	0.60
	網走	124.90	110.00	117.84	-1.94	169.00	169.00	169.00	3.29	166.00	162.90	164.97	4.00	169.00	162.90	167.79	3.50
	美幌	130.00	115.50	119.50	-7.26	164.00	159.00	163.17	-1.00	161.00	157.80	159.40	-1.00	164.00	157.80	162.23	-1.00
	斜里	115.00	114.00	114.67	-2.33	166.00	166.00	166.00	3.00	163.00	163.00	163.00	3.00	166.00	163.00	163.75	3.00
	遠軽	120.00	111.00	115.50	-3.75	175.00	164.00	169.44	-1.56					175.00	164.00	169.44	-1.56
	雄武	127.00	119.00	125.42	-0.50	179.00	166.00	176.40	0.00					179.00	166.00	176.40	0.00
	帯広	117.70	109.00	113.70	-0.60	170.00	157.00	161.36	-0.64	160.00	157.00	157.50	-2.00	170.00	157.00	160.00	-1.12
	音更	113.00	100.80	109.73	-4.43	170.00	163.00	164.75	-1.50	160.00	159.80	159.90	-2.00	170.00	159.80	162.33	-1.75
	浦幌	114.00	114.00	114.00	-8.00	160.00			-2.00	160.00			-2.00	160.00			-2.00
	清水	113.00	113.00	113.00	-3.00	164.00	164.00	164.00	0.00	162.00			0.00	164.00	162.00	163.50	0.00
	芽室	114.00	110.00	112.83	-4.00	163.00	161.00	162.00	-0.67	161.00			-1.00	163.00	161.00	161.75	-0.75
	中札内	113.00	113.00	113.00	-5.33	166.00	159.00	162.00	-0.67					166.00	159.00	162.00	-0.67
	大樹	115.00	99.90	110.98	-2.25	158.00	158.00	158.00	-2.00	160.00	156.90	158.45	-2.00	160.00	156.90	158.23	-2.00
	幕別	103.00	103.00	103.00	0.00	162.00	162.00	162.00	0.00	157.00			0.00	162.00	157.00	159.50	0.00
	池田	116.60	105.00	110.60	-4.40	164.00	162.00	163.00	-1.00	160.00			-2.00	164.00	160.00	162.00	-1.33
	本別	116.00	113.00	114.40	-2.40	162.00	160.00	160.80	0.00					162.00	160.00	160.80	0.00
	足寄	115.00			7.00					160.00			-1.00	160.00			-1.00
	釧路	126.00	108.00	119.66	-1.16	176.00	158.00	169.63	0.00	172.40	158.00	165.20	-0.50	176.00	158.00	169.00	-0.07
	釧路町	126.00	106.70	115.23	-4.87	172.00	161.00	166.50	-4.00	156.00	156.00	156.00	0.00	172.00	156.00	163.00	-2.67
厚岸	116.00	111.00	113.50	0.05	171.00	165.00	168.00	0.33					171.00	165.00	168.00	0.33	
浜中	110.00	110.00	110.00	-0.60	165.00	165.00	165.00	0.00					165.00			0.00	
標茶	116.00	116.00	116.00	0.00	169.00	160.00	164.50	1.50	159.00			0.00	169.00	159.00	162.67	1.00	
弟子屈	123.00	123.00	123.00	2.00	165.00	165.00	165.00	0.00					165.00			0.00	
阿寒	116.00	113.00	114.50	-1.50	173.00	163.00	168.00	7.00					173.00	163.00	168.00	7.00	
白糠	121.00	112.00	117.00	0.00	176.00	164.00	168.00	0.00					176.00	164.00	168.00	0.00	
鶴居村	112.00	112.00	112.00	2.00	161.00			0.00					161.00			0.00	
根室	124.19	115.00	116.35	-2.70	165.00	165.00	165.00	0.00	163.00	161.80	162.40	0.00	165.00	161.80	163.84	0.00	
別海	117.00	117.00	117.00	-1.75	162.00			0.00	159.00	159.00	159.00	0.00	162.00	159.00	160.80	0.00	
中標津	117.00	117.00	117.00	-4.17	167.00	162.00	164.17	-0.33	161.00	159.00	160.00	0.00	167.00	159.00	163.13	-0.25	

「高値・安値・平均」部分の一括記載は店舗数が1カ所を示す

「-」は前月のデータ無し

令和5年1月分 LPガス価格調査結果

(地域別)

No.3

生活圏	区分		L P ガ ス (円)								
	地域名	基本料金			5m ³			10m ³			
		高値	安値	平均	高値	安値	平均	高値	安値	平均	
道	札幌	2,200	1,320	1,791	7,717	3,828	5,763	13,398	6,028	9,552	
	江別	2,310	1,650	1,958	8,058	6,325	7,158	14,157	10,670	12,269	
	千歳	2,100	1,650	1,928	7,150	4,508	5,935	11,968	6,875	9,709	
	恵庭	2,310	1,980	2,179	7,370	5,395	6,582	12,595	8,370	10,634	
	北広島	1,980	1,750	1,829	6,666	4,678	5,750	11,341	6,936	9,520	
	小樽	2,310	1,980	2,175	7,810	5,550	6,692	13,255	8,810	10,954	
	倶知安	2,475	2,090	2,237	7,316	6,655	6,887	11,895	11,013	11,321	
	岩内	2,376	1,980	2,169	6,545	5,027	6,008	10,836	6,820	9,389	
	岩見沢	2,420	1,870	2,166	8,558	5,726	7,068	14,817	9,510	11,696	
	美唄	2,420	2,145	2,365	8,723	6,773	7,712	14,828	11,237	12,650	
	三笠	2,200	2,000	2,149	7,438	6,776	6,968	12,732	10,550	11,508	
	栗山	2,420	2,090	2,225	8,223	5,995	6,846	13,938	9,229	11,223	
	赤平	2,310	2,310	2,310	8,668	7,316	7,986	14,806	12,214	13,517	
	滝川	2,310	2,310	2,310	8,610	6,959	7,968	14,650	11,595	13,553	
	砂川	2,420	2,035	2,222	8,435	4,290	6,918	14,451	8,580	11,911	
	上砂川	2,090			6,534			10,978			
	深川	2,475	2,068	2,228	7,881	5,896	6,683	13,453	8,954	10,880	
	室蘭	2,200	1,980	2,145	7,370	5,396	6,745	12,342	7,981	10,989	
	登別	2,484	1,700	2,073	7,733	3,735	5,842	13,563	7,258	9,809	
	伊達	2,310	1,870	2,154	7,205	5,976	6,612	11,888	9,163	10,781	
苫小牧	2,420	1,749	2,128	7,425	5,390	6,540	12,705	8,690	10,841		
浦河	2,420	2,106	2,218	7,425	4,736	6,226	12,430	9,472	11,105		
道南	函館				8,121	5,670	6,859	13,382	8,600	11,208	
	江差	2,322	2,160	2,277	6,318	5,616	6,127	9,126	8,910	9,088	
道北	旭川	2,640	1,900	2,198	8,800	4,941	6,761	14,146	7,771	11,088	
	東神楽	2,090	2,090	2,090	5,280	5,280	5,280	7,810	7,810	7,810	
	東川	2,160			5,670			9,180			
	士別	2,420	2,100	2,285	8,101	6,985	7,734	13,695	11,605	12,941	
	名寄	2,376	2,100	2,214	7,865	6,655	7,196	13,310	10,175	11,800	

「高値・安値・平均」部分の一括記載は店舗数が1カ所を示す
「-」は前月のデータ無し

道北	下川	2,530	2,420	2,504	7,150	6,930	7,069	11,770	11,440	11,607
	美深	2,100	2,100	2,100	6,534	6,534	6,534	10,638	10,638	10,638
	富良野	2,640	1,900	2,201	8,811	5,995	6,809	14,916	9,684	11,229
	上富良野	2,475	1,850	2,102	7,821	6,364	7,047	13,497	10,582	11,730
	留萌	2,475	1,943	2,188	8,470	5,880	7,149	14,416	9,713	11,915
	天塩	2,510	2,200	2,278	6,710	6,200	6,328	10,835	10,050	10,396
	稚内	2,420	1,870	2,200	8,715	6,083	8,020	14,718	11,776	13,541
道東	浜頓別	2,475	2,200	2,328	7,150	7,138	7,146	11,990	11,616	11,763
	北見	2,146	2,100	2,115	7,881	5,944	6,667	13,508	9,829	11,124
	網走	2,410	2,145	2,303	7,315	5,646	6,702	12,155	10,065	11,059
	美幌	2,420	2,310	2,334	7,343	6,100	6,804	12,320	10,637	11,314
	斜里	2,310	1,944	2,164	7,645	6,315	6,854	12,870	9,852	11,172
	遠軽	2,662	2,200	2,413	7,991	4,758	7,104	13,453	7,205	11,673
	雄武	2,310	2,310	2,310	5,250	5,250	5,250	8,085	8,085	8,085
	帯広	1,980	1,089	1,573	5,610	4,897	5,236	9,405	8,195	8,673
	音更	2,200	1,950	2,122	6,985	6,325	6,719	11,473	10,395	11,134
	浦幌	2,145			5,995			9,735		
	清水	2,310	2,200	2,255	6,930	6,730	6,830	11,330	11,056	11,193
	芽室	2,365	2,090	2,235	7,069	6,792	6,901	11,829	10,150	11,095
	中札内	2,200			7,205			12,100		
	大樹	2,068	2,035	2,052	6,742	6,710	6,726	11,279	11,246	11,263
	幕別	2,310	1,995	2,153	6,792	5,618	6,205	10,890	9,420	10,155
	池田	2,145	1,950	2,096	6,710	6,160	6,364	11,165	10,065	10,478
	本別	2,200	2,145	2,167	6,562	6,160	6,303	11,242	9,624	10,310
	足寄	2,145			6,160			10,065		
	釧路	2,420	2,150	2,256	8,214	7,045	7,677	13,870	11,451	12,916
	釧路町	2,150								
	厚岸	2,365	2,200	2,278	6,990	6,534	6,772	11,500	10,811	11,067
	浜中	2,320	2,200	2,255	7,070	5,700	6,406	11,570	8,950	10,455
	標茶	2,311	1,997	2,138	7,082	6,200	6,593	11,419	8,915	10,296
	弟子屈	2,420			7,714			12,922		
	阿寒	1,990	1,990	1,990	6,710	6,710	6,710	10,830	10,830	10,830
	白糠	2,310	2,155	2,233	7,590	6,585	7,088	12,801	10,725	11,763
	鶴居村	1,980			6,270			10,560		
根室	2,310	2,090	2,145	7,230	6,160	6,983	12,210	10,060	11,538	
別海	2,365	2,200	2,283	6,681	5,533	6,107	10,676	8,800	9,738	
中標津	2,420	2,310	2,377	8,206	6,930	7,554	13,706	11,165	12,510	

「高値・安値・平均」部分の一括記載は店舗数が1ヵ所を示す

「-」は前月のデータ無し