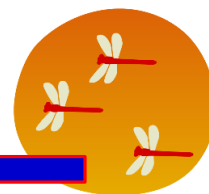


青果販促カレンダー



今月のおすすめ食材

れんこん

おすすめ食材を使ったレシピ
を紹介してます

November

霜月

2023年11月



仙台あおば青果株式会社

〒984-0015

仙台市若林区卸町4丁目3-1

TEL 022-208-8700

Website : <http://www.senaoba.com>



日	曜日	六曜	一般行事	記念日
1	水	友引	寿司の日 ソーセージの日 犬の日	例年可
2	木	先負	キッチンバスの日 書道の日	
3	金	仏滅	文化の日 ハンカチーフの日	例年可
4	土	大安	ユネスコ憲章記念日	
5	日	赤口	いいリンゴの日 縁結びの日	
6	月	先勝	アパート記念日 お見合い記念日	
7	火	友引	ココアの日 知恵の日 鍋の日	
8	水	先負	立冬 いい歯の日 レントゲンの日	例年可
9	木	仏滅	119番の日	
10	金	大安	ハンドクリームの日	
11	土	赤口	きりたんぽの日 ポッキーの日 もやしの日	
12	日	先勝	磁器の日	
13	月	仏滅	あいさつの日	
14	火	大安	アンチエイジングの日 いい石の日	
15	水	赤口	かまぼこの日 こんぶの日	例年可
16	木	先勝	いいいろの日 幼稚園記念日	
17	金	友引	れんこんの日	
18	土	先負	いい家の日 森とふるさとの日	
19	日	仏滅	少年を非行から守る日 緑のおばさんの日	
20	月	大安	ピザの日 ホテルの日 世界子どもの日	
21	火	赤口	インターネット記念日 世界哲学の日	
22	水	先勝	小雪 いい夫婦の日 THANKS PETS DAY	
23	木	友引	勤労感謝の日 小葱の日 いい兄さんの日	
24	金	先負	オペラ記念日 鯉節の日	
25	土	仏滅	OLの日 あゆの日	
26	日	大安	家族の日 いい風呂の日 ペンの日	
27	月	赤口	ノーベル賞制定記念日	
28	火	先勝	太平洋記念日	
29	水	友引	いい肉の日 いい服の日	例年可
30	木	先負	カメラの日 シルバーラブの日 本みりんの日	

仙台市場 主要品目 売上上位	令和4年 11月	野 菜						果 実					
		順位	品目	産地	順位	品目	産地	順位	品目	産地	順位	品目	産地
		①	玉葱	(北海道)	⑥	キャベツ	(千葉・宮城)	①	みかん	(長崎・熊本)	⑥	富有柿	(奈良)
		②	胡瓜	(宮城)	⑦	甘藷	(千葉・茨城)	②	バナナ	(フィリピン)	⑦	平核無柿	(奈良・新潟)
		③	トマト	(宮城・熊本)	⑧	法蓮草	(宮城)	③	いちご	(宮城)	⑧	レモン	(チリ)
		④	人参	(千葉)	⑨	大根	(千葉)	④	りんご	(青森)	⑨	アールスメロン	(高知・熊本)
⑤	長葱	(宮城)	⑩	じゃが芋	(法蓮草)	⑤	キウイフルーツ	(ニュージーランド)	⑩	パイン	(フィリピン)		
旬の 食材	大根 白菜 長葱 れんこん ごぼう さつま芋												
今月の ピック アップ 食材	れんこん			ごぼう			ラ・フランス			富有柿			
	11月17日は「れんこんの日」。1年中出回っているが旬は11月～2月。穴が開いていることから「先を見通す」ということでお正月や祝い事の縁起物としても使われる。切り方や調理方法で様々な食感を楽しめるれんこん。煮物やきんぴら、天ぷら、汁物など色々な料理に活躍。生産量のトップは茨城県。			旬は11月～1月で独特の風味と香りが魅力。昔から煮物やきんぴらなど和食には欠かせない。旬の時期のごぼうは風味と食感がとても良い。土の中でじっくりと栄養価を蓄えたごぼうは根菜ならではの強い味わいになる。食物繊維が豊富に含まれており整腸作用が高いことは有名。生産量のトップは青森県。			西洋梨の代表品種「ラ・フランス」はその名の通りフランスが原産。果肉は緻密で果汁が多くなめらかな下触り。そして上品な甘味とやさしい酸味、心地よい芳香があり、さわやかな風味が楽しめる。山形県が主な産地で全体の85%以上を占める。10月下旬ころから12月頃に出荷され11月は出荷の最盛期。			「富有柿（ふゆうがき）」は甘柿の代表的な品種で丸に近い四角で果皮はすべすべして光沢がある。果肉は緻密でとろけるような柔らかさがある、甘味が強く果汁が多いのが特徴。10月下旬から12月頃まで出回り11月が出荷の最盛期。熟し具合で味や食感が変わる。			
イベント		◎晩秋の味覚 ◎鍋メニュー ◎ホットメニュー ◎七五三 ◎ボジョレ・ヌーボー解禁 ◎勤労感謝の日 ◎冬支度											
販促の ポイント	🎉祝！七五三🎉			🍷ボジョレーで乾杯🍷			🍲あったかお鍋🍲						
	◎ 七五三のお祝いメニュー ◎ 手巻き寿司			◎ ボジョレーにあう料理 ◎ イタリアンメニュー			◎ 今年のトレンド鍋を探そう ◎ 野菜たっぷりおでん						
11月の 天気予報		東北日本海側では、平年と同様に曇りや雨または雪の日が多いでしょう。 東北太平洋側では、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。 気温は平年並みまたは高い確率共に40%。降水量は東北太平洋側は平年並みまたは少ない確率多い確率共に30%。											

仙台市11月の消費動向

総務省統計局『家計調査年報(二人以上の世帯)』より

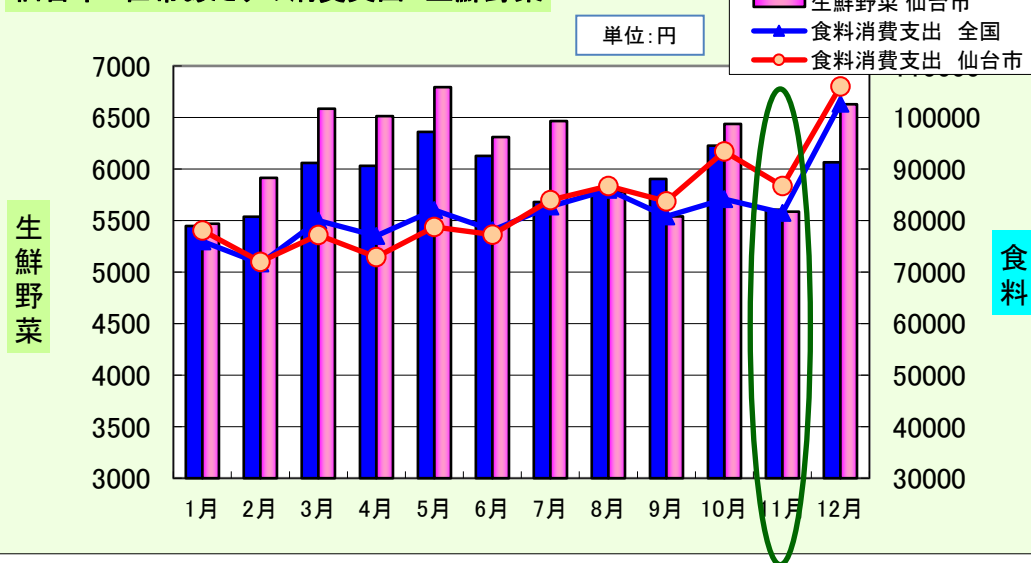
※2022年データ



年	月	食料消費支出			生鮮野菜			生鮮果実		
		全国	仙台市	全国比	全国	仙台市	全国比	全国	仙台市	全国比
2022	1月	75,974	78,078	102.8%	5,448	5,469	100.4%	2,560	2,861	111.8%
2022	2月	71,655	72,012	100.5%	5,537	5,914	106.8%	2,700	3,060	113.3%
2022	3月	79,982	77,175	96.5%	6,060	6,585	108.7%	2,841	2,965	104.4%
2022	4月	77,014	72,939	94.7%	6,031	6,513	108.0%	2,537	2,795	110.2%
2022	5月	82,066	78,776	96.0%	6,359	6,794	106.8%	2,486	2,832	113.9%
2022	6月	78,160	77,242	98.8%	6,127	6,310	103.0%	2,662	3,001	112.7%
2022	7月	82,750	83,961	101.5%	5,679	6,465	113.8%	3,239	2,955	91.2%
2022	8月	85,949	86,725	100.9%	5,800	5,777	99.6%	4,157	3,325	80.0%
2022	9月	80,789	83,711	103.6%	5,903	5,540	93.9%	3,633	4,066	111.9%
2022	10月	84,151	93,390	111.0%	6,227	6,437	103.4%	3,124	3,193	102.2%
2022	11月	81,509	86,688	106.4%	5,605	5,586	99.7%	2,888	3,099	107.3%
2022	12月	102,662	106,048	103.3%	6,066	6,628	109.3%	3,618	3,552	98.2%

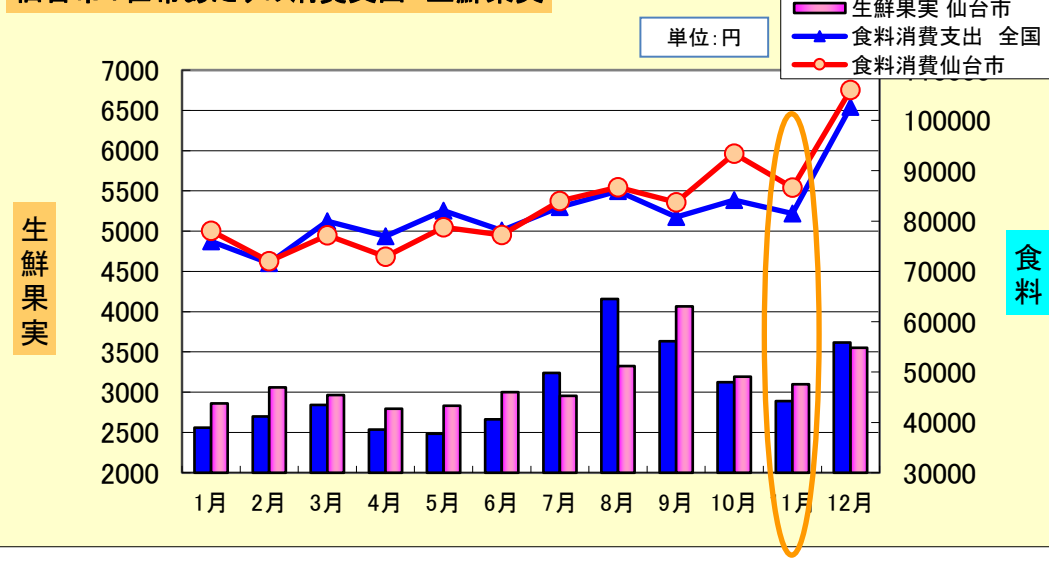
月	食料費(食料消費支出-外食)			2022年外食前年比	
	全国	仙台市	全国比	全国	仙台
1月	64,470	66,446	103.1%	130%	152%
2月	63,484	63,527	100.1%	92%	114%
3月	68,795	68,243	99.2%	100%	112%
4月	65,622	63,857	97.3%	119%	170%
5月	68,574	66,077	96.4%	140%	185%
6月	66,166	65,885	99.6%	132%	126%
7月	69,949	72,954	104.3%	117%	135%
8月	72,135	72,401	100.4%	137%	170%
9月	68,834	72,771	105.7%	133%	131%
10月	70,380	79,599	113.1%	115%	108%
11月	68,250	74,067	108.5%	107%	100%
12月	88,349	92,845	105.1%	103%	107%

仙台市1世帯あたりの消費支出 生鮮野菜



2022年11月の仙台市の生鮮野菜消費支出は年間で10位。
年間でみると消費動向は少ない月。
全国と比較すると消費支出率はやや下回っている。

仙台市1世帯あたりの消費支出 生鮮果実



2022年11月の仙台市の生鮮果実消費支出は年間で5位。
年間でみると消費動向は多い月。
全国と比較すると消費支出率は上回っている。

東北6県10月の消費動向比較

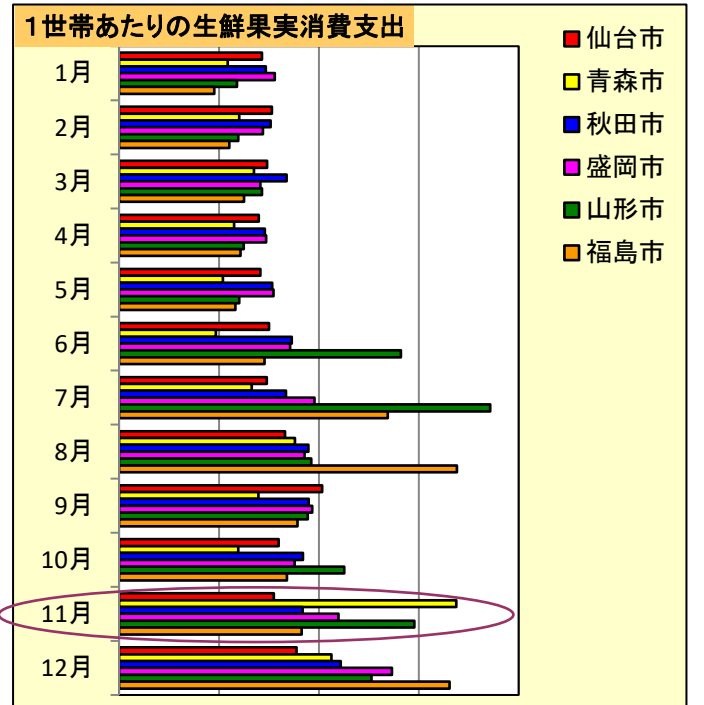
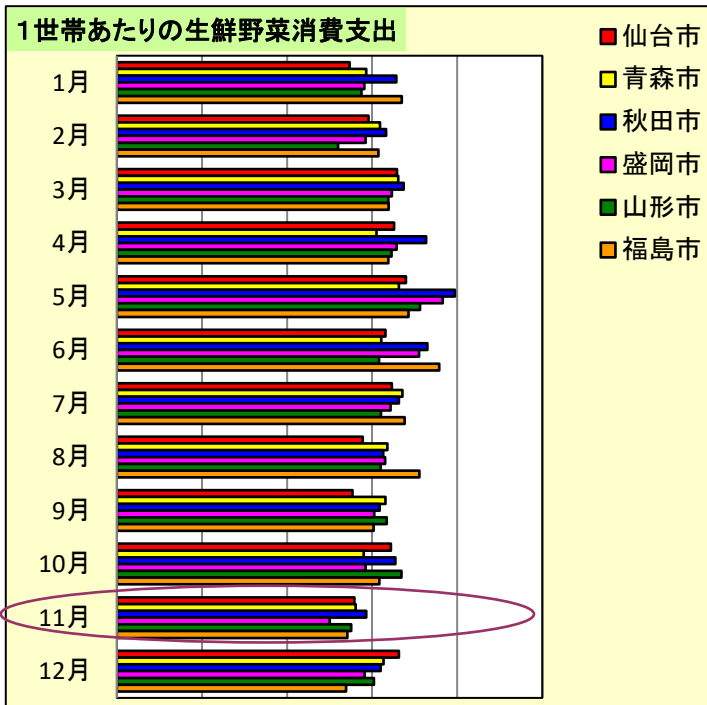
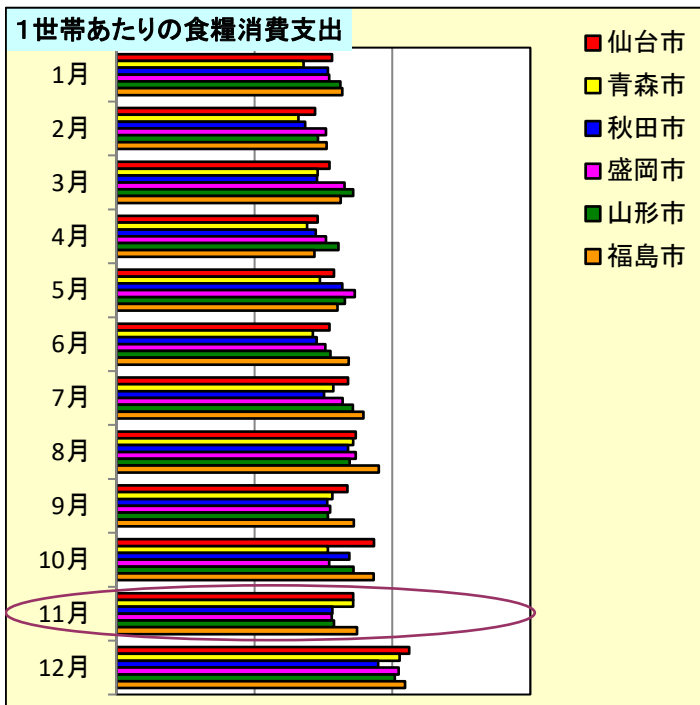
総務省統計局『家計調査年報(二人以上の世帯)』より
※2022年データ



2022年	食料消費支出 (単位:円)					
	仙台市	青森市	秋田市	盛岡市	山形市	福島市
1月	78,078	67,792	76,605	77,043	81,134	81,853
2月	72,012	65,997	68,369	75,874	73,052	76,160
3月	77,175	72,919	72,694	82,704	85,765	81,263
4月	72,939	69,094	72,191	75,875	80,507	71,801
5月	78,776	73,776	81,881	86,398	82,808	80,089
6月	77,242	71,200	72,509	75,720	77,502	84,112
7月	83,961	78,628	75,223	81,915	85,634	89,558
8月	86,725	85,816	83,987	86,680	84,543	95,104
9月	83,711	78,234	76,409	77,483	76,637	85,988
10月	93,390	76,668	84,357	77,109	85,898	93,222
11月	85,754	85,754	78,281	78,020	78,851	87,212
12月	106,048	102,652	94,861	102,233	100,880	104,561

2022年	生鮮野菜 (単位:円)					
	仙台市	青森市	秋田市	盛岡市	山形市	福島市
1月	5,469	5,864	6,570	5,818	5,748	6,694
2月	5,914	6,184	6,326	5,845	5,197	6,147
3月	6,585	6,613	6,738	6,461	6,379	6,388
4月	6,513	6,098	7,266	6,579	6,453	6,378
5月	6,794	6,632	7,946	7,656	7,125	6,852
6月	6,310	6,218	7,299	7,102	6,161	7,578
7月	6,465	6,712	6,625	6,432	6,208	6,767
8月	5,777	6,357	6,262	6,302	6,197	7,107
9月	5,540	6,316	6,175	6,051	6,344	6,037
10月	6,437	5,802	6,543	5,848	6,688	6,171
11月	5,586	5,609	5,862	5,000	5,506	5,414
12月	6,628	6,271	6,202	5,822	6,038	5,384

2022年	生鮮果実 (単位:円)					
	仙台市	青森市	秋田市	盛岡市	山形市	福島市
1月	2,861	2,176	2,937	3,118	2,361	1,904
2月	3,060	2,409	3,034	2,879	2,387	2,207
3月	2,965	2,704	3,354	2,829	2,864	2,505
4月	2,795	2,302	2,918	2,944	2,498	2,430
5月	2,832	2,081	3,063	3,094	2,403	2,332
6月	3,001	1,937	3,456	3,424	5,641	2,913
7月	2,955	2,654	3,340	3,910	7,433	5,378
8月	3,325	3,519	3,791	3,714	3,846	6,763
9月	4,066	2,791	3,798	3,869	3,779	3,571
10月	3,193	2,386	3,681	3,517	4,511	3,364
11月	3,099	6,748	3,678	4,392	5,909	3,653
12月	3,552	4,250	4,436	5,462	5,051	6,614



仙台市の11月生鮮野菜消費支出は、東北6県で比較すると、仙台市の11月の生鮮果実消費支出は、東北6県で比較すると、やや上回っており、仙台市の順位は6県中第3位。大きく下回っており、仙台市の順位は6県中第最下位。生鮮野菜消費支出が1番多い地域は秋田市。生鮮果実消費支出が一番多い地域はダントツで青森市。

仙台市支出金額(10～12月)

総務省統計局『家計調査年報(2022年)』より)
*1世帯当りの支出金額11月を100としてあらわしたもの



品目分類	仙 台 市			全 国		
	10月	11月	12月	11月	11月	12月
消費支出	97	100	105	104	100	115
食料	108	100	122	103	100	126
穀類	124	100	127	114	100	123
米	166	100	136	150	100	109
パン	129	100	102	102	100	101
麺類	95	100	127	102	100	133
生鮮魚介	109	100	139	101	100	175
鮮魚	126	100	164	102	100	176
貝類	50	100	47	82	100	158
肉類	104	100	139	102	100	131
牛肉	97	100	165	103	100	178
豚肉	98	100	105	104	100	110
鶏肉	105	100	144	102	100	123
卵	101	100	118	102	100	109
生鮮野菜	115	100	119	111	100	108
葉茎菜	110	100	116	105	100	102
キャベツ	133	100	88	113	100	86
ほうれんそう	54	100	114	86	100	93
はくさい	104	100	85	107	100	95
ねぎ	107	100	95	110	100	118
レタス	147	100	98	114	100	88
ブロッコリー	115	100	100	91	100	91
もやし	130	100	122	107	100	96
他の葉茎菜	120	100	160	110	100	121
根菜	114	100	137	113	100	122
さつまいも	103	100	190	121	100	126
じゃがいも	93	100	151	113	100	113
さといも	147	100	127	119	100	161
だいこん	152	100	109	130	100	94
にんじん	133	100	122	116	100	102
ごぼう	113	100	168	104	100	160
たまねぎ	100	100	117	116	100	106
れんこん	105	100	118	108	100	154
たけのこ	55	100	424	106	100	338
他の根菜	104	100	117	99	100	115
他の野菜	120	100	110	114	100	104
さやまめ	200	100	163	152	100	127
かぼちゃ	146	100	149	121	100	123

品目分類	仙 台 市			全 国		
	10月	11月	12月	11月	11月	12月
きゅうり	141	100	102	119	100	88
なす	161	100	85	133	100	70
トマト	131	100	131	114	100	100
ピーマン	140	100	95	105	100	91
生しいたけ	110	100	138	94	100	132
しめじ	106	100	130	104	100	103
えのきたけ	84	100	112	99	100	125
他のきのこ	94	100	90	120	100	97
生鮮果物	103	100	115	108	100	125
りんご	82	100	136	82	100	121
みかん	66	100	197	67	100	181
オレンジ	229	100	79	160	100	87
他の柑きつ類	50	100	352	84	100	268
梨	169	100	9	243	100	46
ぶどう	148	100	59	382	100	61
柿	96	100	26	90	100	45
桃	-	100	-	20	100	0
すいか	-	100	-	167	100	33
メロン	100	100	1200	131	100	100
いちご	7	100	347	17	100	873
バナナ	99	100	87	105	100	96
キウイフルーツ	109	100	79	121	100	87
他の果物	144	100	121	131	100	110
果物加工品	92	100	240	94	100	156
酒類	118	100	158	93	100	143
一般外食	107	100	104	104	100	109
和食	95	100	106	108	100	114
飲酒代	244	100	137	106	100	154

12月に向けて伸びている
商材(仙台市)

- ほうれんそう
- さつまいも
- じゃがいも
- ごぼう
- りんご
- みかん
- メロン
- いちご

11月の指数が高い商材
(仙台市)

- キャベツ
- なす
- オレンジ
- ぶどう
- 柿
- バナナ

12月にかけて伸びている商材は、11月は売り込み
のチャンス！早めの仕掛けを。

さつまいも・ごぼう・みかんはマスト商品！！

11月の指数が高い商材は、販売ロスに注意し、
思い切って売り込む！

なす・柿・キウイフルーツは要チェック！！

れんこんの カリカリチーズ焼き



<材料>

れんこん 200g
とろけるスライスチーズ 5枚
塩・こしょう 少々
オリーブオイル 適量

<オススメポイント>

ワインにもよくあうメ
ニュー♪
もちろんおかずやお弁当に
もぴったり♪

<作り方>

- ①れんこんは7～8mm程度に切り水にさらす。
- ②フライパンにオリーブオイルを熱し、
水気を切ったれんこんを塩・こしょう
をしながら、両面こんがりと焼く。
- ③れんこんの上にスライスチーズのせ裏返し、
チーズがカリカリになるまで弱火で焼く。

れんこんの ずい流し汁



<材料>

れんこん 200g
にんじん 30g
しめじ 1パック
水 400ml
だしの素 小さじ1
しょうゆ 大さじ2

<オススメポイント>

いろいろ好みの野菜を入れ
てもOK!
体がほっこり温まるメ
ニュー♪

<作り方>

- ①れんこんは1/3はすりおろし、
残りはいちょう切りにする。
他の野菜も食べやすく切る。
- ②鍋に①のすりおろしたれんこん以外の野菜と、
水とだしの素を入れて、
野菜が柔らかくなるまで煮る。
- ③②にすりおろしたれんこんとしょうゆを加え
とろりとなるまで弱火で3～4分煮る。