

青果販促カレンダー

今月のおすすめ食材

長葱

おすすめ食材を使ったレシピ
を紹介しています

October

神無月

2024年10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 | 火 | 赤口 | コーヒーの日 デザインの日 ネクタイの日 |
| 2 | 水 | 先勝 | 豆腐の日 望遠鏡の日 休 |
| 3 | 木 | 先負 | 登山の日 飲むオリーブオイルの日 |
| 4 | 金 | 仏滅 | 天使の日 徒歩の日 いわしの日 |
| 5 | 土 | 大安 | レモンの日 音楽芸術の日 |
| 6 | 日 | 赤口 | 国際協力の日 石油の日 |
| 7 | 月 | 先勝 | ミステリー記念日 水道の日 |
| 8 | 火 | 友引 | 寒露 骨と関節の日 足袋の日 ようかんの日 |
| 9 | 水 | 先負 | アメリカドッグの日 トラックの日 休 |
| 10 | 木 | 仏滅 | JUJUの日 TOTOの日 まぐろの日 |
| 11 | 金 | 大安 | ウインクの日 鉄道安全確認の日 |
| 12 | 土 | 赤口 | PRの日 コロンブス・デー たまごデー |
| 13 | 日 | 先勝 | さつま芋の日 豆腐の日 |
| 14 | 月 | 友引 | スポーツの日 PTA結成の日 |
| 15 | 火 | 先負 | きのこの日 十三夜 総菜の日 |
| 16 | 水 | 仏滅 | ボスの日 |
| 17 | 木 | 大安 | カラオケ文化の日 |
| 18 | 金 | 赤口 | フラフープ記念日 麻雀の日 |
| 19 | 土 | 先勝 | バーゲンの日 熟カレーの日 |
| 20 | 日 | 友引 | まごの日 同窓会の日 |
| 21 | 月 | 先負 | あかりの日 家庭の日 |
| 22 | 火 | 仏滅 | アニメの日 インテリアの日 方言の日 |
| 23 | 水 | 大安 | 小葱の日 休 |
| 24 | 木 | 赤口 | 世界開発情報の日 文鳥の日 |
| 25 | 金 | 先勝 | リクエストの日 世界パスタデー |
| 26 | 土 | 友引 | 柿の日 きしめんの日 |
| 27 | 日 | 先負 | ティンバーズ・デー 読書の日 |
| 28 | 月 | 仏滅 | 速記記念日 透明美肌の日 |
| 29 | 火 | 大安 | おしぼりの日 てぶくろの日 |
| 30 | 水 | 赤口 | サッカーの日 たまごかけごはんの日 休 |
| 31 | 木 | 先勝 | ハロウィン 天才の日 |

市場情報とセールスプロモーション

| 仙 台 市 場 主 要 品 目 売 上 位 | 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 |
| 令 和 5 年 10 月 | ① | キャベツ | (群馬・岩手) | ⑥ | 長葱 | (宮城・北海道) | ① | みかん | (熊本・和歌山) | ⑥ | 新高梨 | (宮城・福島) |
| | ② | 玉ねぎ | (北海道) | ⑦ | 白菜 | (長野・北海道) | ② | 刀根早生柿 | (奈良・和歌山) | ⑦ | 豊水梨 | (福島・宮城) |
| | ③ | 人参 | (北海道・青森) | ⑧ | トマト | (熊本・宮城) | ③ | パナナ | (フィリピン) | ⑧ | 平核無柿 | (奈良・和歌山) |
| | ④ | 大根 | (青森・北海道) | ⑨ | レタス | (茨城) | ④ | キウイフルーツ | (ニュージーランド) | ⑨ | パイン | (フィリピン) |
| | ⑤ | 胡瓜 | (宮城・群馬) | ⑩ | 馬鈴薯 | (北海道) | ⑤ | りんご | (青森・山形) | ⑩ | レモン | (メキシコ・チリ) |

| | | |
|----------|-------------------------|-------------------------|
| 旬の 食材 | 里芋 きのこと類 大根 長葱 さつま芋 ごぼう | 新高梨 柿 りんご 極早生みかん いちじく 栗 |
|----------|-------------------------|-------------------------|

| 今 月 の ピ ッ ク ア ッ プ 食 材 | 長葱 | さつま芋 | 新高梨 | 栗 |
|---|--|---|---|---|
| | 1年を通して流通するが、東北地区では秋冬作が10月からでまわり、夏策に比べ柔らかく甘味が強い長葱が味わえる。これからの時期は芋煮鍋やすき焼き等、長葱を使う使う機会が多くなる。長葱特有の香りと辛味は硫化アリルという成分で、体を温めて血行をよくする作用がある。 | さつま芋の収穫時期は8月～11月頃だが、食べ頃は収穫食後ではなく、少し寝かせて熟成させた10月～1月が旬の時期となり美味しいさつま芋になる。薩摩藩から伝わったから「薩摩芋（さつま芋）」と呼ばれるようになった。ホクホク系の「紅あずま」や、しっとり系の「紅はるか」が代表的品種。 | 幸水→豊水の次に出回るのが「新高梨」で芳醇な香りと上品な甘さ、そしてソフトボールほどにもなる大きさが特徴。果肉は白く多重で柔らかく、酸味が少ないのでとても甘く感じる。甘味もしつこさがなく後口もすっきりとしている。1玉が大きいので十分な食べ応えがある。 | 栗はお店に並ぶのは9月後半から10月と短い期間。なんといっても定番は栗ご飯。そしてスイーツ店では栗を使ったスイーツが沢山ショーケースに並ぶ。栗の歴史は古く縄文時代から主食として消費されていた。栄養満点な食材で主成分はでんぷんなのでエネルギー源になり、加えてビタミン類やカリウム等が豊富。 |

イベント ◎十三夜 ◎スポーツの秋 ◎行楽の秋 ◎秋の味覚 ◎秋の収穫祭 ◎鍋メニューいろいろ ◎ハロウィン

| 販 促 の ポ イ ン ト | <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>行楽の秋</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎ 紅葉狩りへ行こう ◎ 芋煮会シーズン </div> <div style="width: 30%; text-align: center;">  </div> <div style="width: 30%;"> <p>収穫の秋</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎ 味覚の秋 ◎ 食欲の秋 </div> <div style="width: 30%; text-align: center;">  </div> <div style="width: 30%;"> <p>ハッピーハロウィン</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎ 南瓜料理アラカルト ◎ パンプキンスイーツ </div> <div style="width: 30%; text-align: center;">  </div> </div> |
|---------------------------------|---|
|---------------------------------|---|

9月の
天気予報 天気は数日の周期で変わるでしょう。
東北地方の気温は平年より高い確率50%、低い確率10%。
降水量は東北太平洋側で平年より多い確率、少ない確率共に30%。

仙台市10月の消費動向

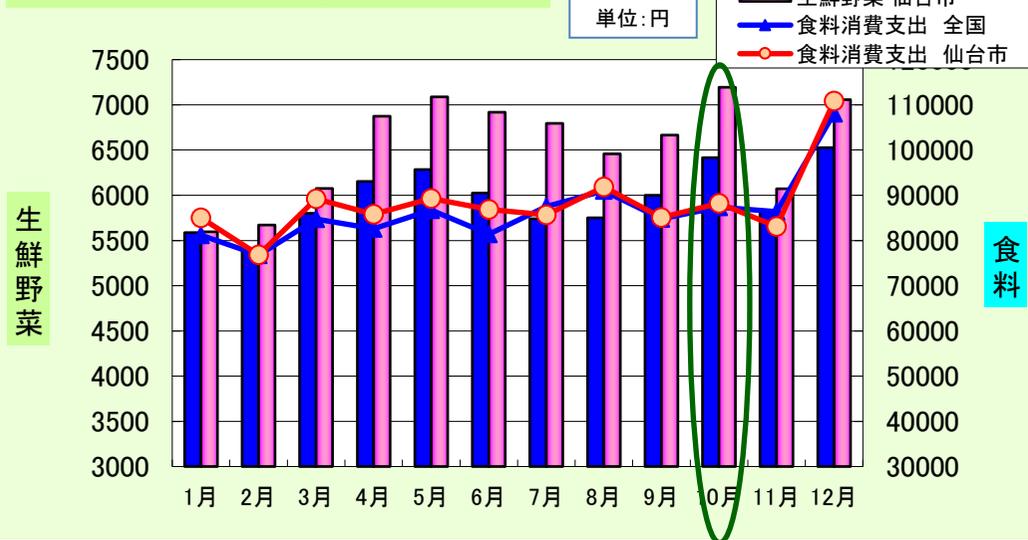
総務省統計局『家計調査年報(二人以上の世帯)』より
※2023年データ



| 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 |
| 2023 | 1月 | 81,152 | 85,003 | 104.7% | 5,587 | 5,596 | 100.2% | 2,694 | 2,413 | 89.6% |
| 2023 | 2月 | 76,771 | 76,830 | 100.1% | 5,404 | 5,671 | 104.9% | 2,622 | 2,409 | 91.9% |
| 2023 | 3月 | 84,743 | 89,202 | 105.3% | 5,801 | 6,075 | 104.7% | 2,878 | 3,381 | 117.5% |
| 2023 | 4月 | 82,565 | 85,794 | 103.9% | 6,152 | 6,874 | 111.7% | 2,695 | 3,362 | 124.7% |
| 2023 | 5月 | 86,750 | 89,267 | 102.9% | 6,283 | 7,088 | 112.8% | 2,662 | 3,664 | 137.6% |
| 2023 | 6月 | 81,412 | 86,840 | 106.7% | 6,024 | 6,918 | 114.8% | 2,823 | 3,516 | 124.5% |
| 2023 | 7月 | 87,528 | 85,639 | 97.8% | 5,740 | 6,795 | 118.4% | 3,367 | 3,675 | 109.1% |
| 2023 | 8月 | 91,014 | 91,868 | 100.9% | 5,752 | 6,458 | 112.3% | 4,035 | 3,717 | 92.1% |
| 2023 | 9月 | 84,837 | 85,117 | 100.3% | 5,999 | 6,665 | 111.1% | 3,736 | 4,567 | 122.2% |
| 2023 | 10月 | 87,387 | 88,242 | 101.0% | 6,415 | 7,194 | 112.1% | 3,341 | 3,223 | 96.5% |
| 2023 | 11月 | 86,395 | 83,122 | 96.2% | 5,835 | 6,072 | 104.1% | 3,040 | 2,899 | 95.4% |
| 2023 | 12月 | 108,101 | 110,844 | 102.5% | 6,526 | 7,057 | 108.1% | 3,802 | 3,405 | 89.6% |

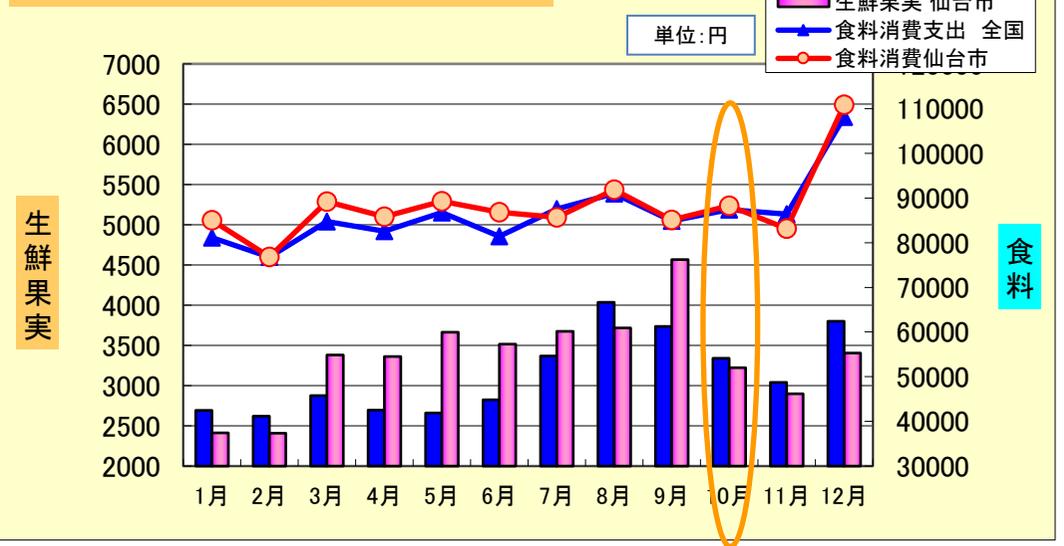
| 月 | 食料費(食料消費支出-外食) | | | 2022年外食前年比 | |
|-----|----------------|--------|--------|------------|------|
| | 全国 | 仙台市 | 全国比 | 全国 | 仙台 |
| 1月 | 67,196 | 70,948 | 105.6% | 121% | 121% |
| 2月 | 64,772 | 66,691 | 103.0% | 147% | 119% |
| 3月 | 69,987 | 76,611 | 109.5% | 132% | 141% |
| 4月 | 68,864 | 74,251 | 107.8% | 120% | 127% |
| 5月 | 71,431 | 76,781 | 107.5% | 114% | 98% |
| 6月 | 68,467 | 73,643 | 107.6% | 108% | 116% |
| 7月 | 72,871 | 72,953 | 100.1% | 114% | 115% |
| 8月 | 74,254 | 76,375 | 102.9% | 121% | 108% |
| 9月 | 71,110 | 74,426 | 104.7% | 115% | 98% |
| 10月 | 72,682 | 72,360 | 99.6% | 107% | 115% |
| 11月 | 71,429 | 70,274 | 98.4% | 113% | 102% |
| 12月 | 91,952 | 92,701 | 100.8% | 113% | 137% |

仙台市1世帯あたりの消費支出 生鮮野菜



2023年10月の仙台市の生鮮野菜消費支出は年間で1位。
年間でみると消費動向は一番多い月。
全国と比較すると消費支出率は大きく上回っている。

仙台市1世帯あたりの消費支出 生鮮果実



2023年10月の仙台市の生鮮果実消費支出は年間で8位。
年間でみると消費動向はだいぶ少ない月。
全国と比較すると消費支出率は非常にやや下回っている。

東北6県10月の消費動向比較

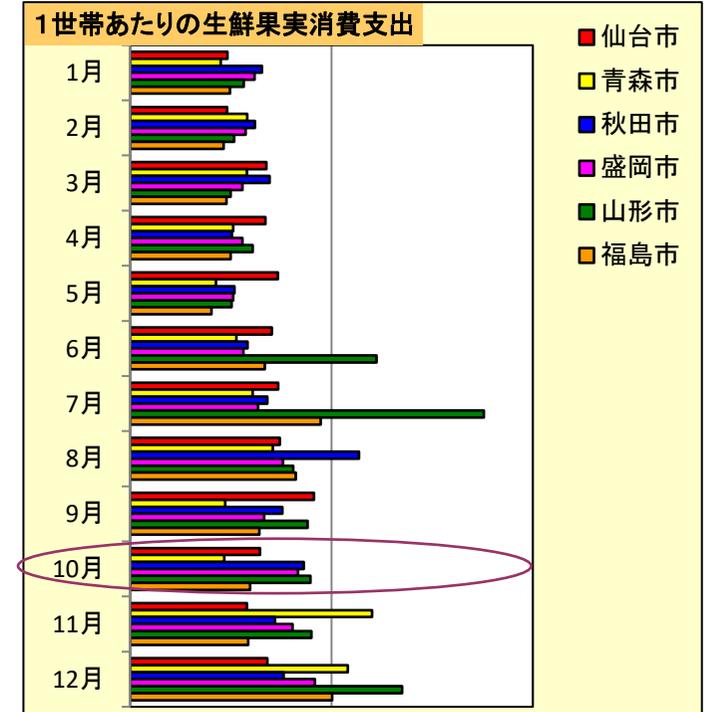
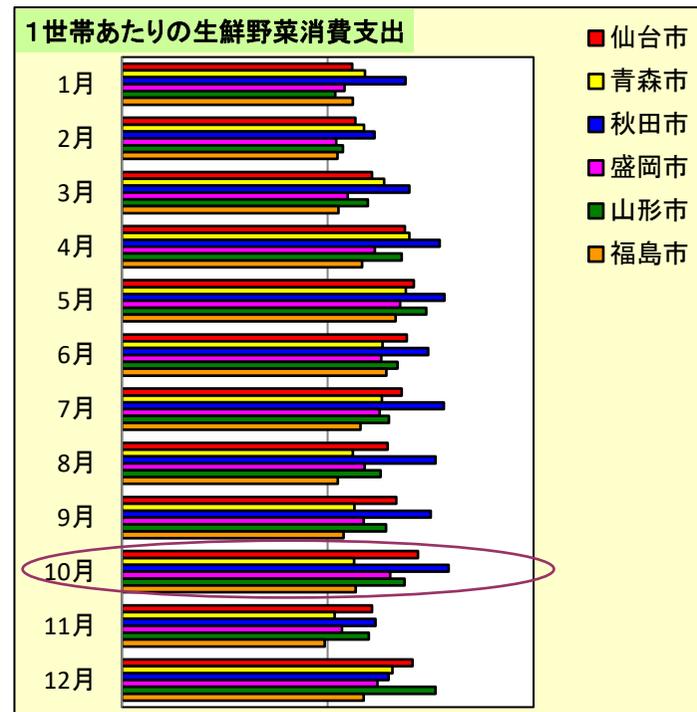
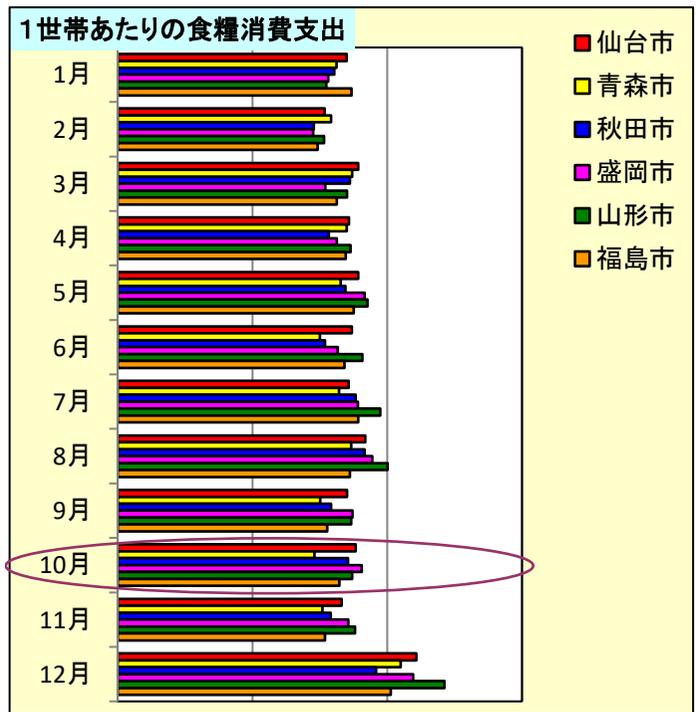
総務省統計局『家計調査年報(二人以上の世帯)』より
※2023年データ



| 2023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 | 85,003 | 81,162 | 80,304 | 78,111 | 77,407 | 86,750 |
| 2月 | 76,830 | 79,186 | 72,766 | 72,506 | 76,546 | 74,209 |
| 3月 | 89,202 | 87,016 | 86,107 | 76,980 | 85,071 | 81,304 |
| 4月 | 85,794 | 84,966 | 78,303 | 81,307 | 86,434 | 84,598 |
| 5月 | 89,267 | 82,709 | 84,508 | 91,638 | 92,682 | 87,636 |
| 6月 | 86,840 | 75,041 | 76,932 | 81,628 | 90,770 | 84,128 |
| 7月 | 85,639 | 82,171 | 88,301 | 89,155 | 97,453 | 89,216 |
| 8月 | 91,868 | 86,623 | 91,579 | 94,409 | 100,099 | 86,121 |
| 9月 | 85,117 | 75,184 | 79,193 | 87,159 | 86,681 | 77,766 |
| 10月 | 88,242 | 72,961 | 85,454 | 90,527 | 87,021 | 82,226 |
| 11月 | 83,122 | 75,998 | 78,998 | 85,610 | 88,076 | 76,967 |
| 12月 | 110,844 | 104,979 | 95,883 | 109,625 | 121,186 | 101,376 |

| 2023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 | 5,596 | 5,906 | 6,891 | 5,405 | 5,187 | 5,607 |
| 2月 | 5,671 | 5,879 | 6,134 | 5,203 | 5,368 | 5,237 |
| 3月 | 6,075 | 6,371 | 6,980 | 5,485 | 5,971 | 5,258 |
| 4月 | 6,874 | 6,980 | 7,716 | 6,145 | 6,796 | 5,838 |
| 5月 | 7,088 | 6,896 | 7,832 | 6,760 | 7,395 | 6,653 |
| 6月 | 6,918 | 6,328 | 7,438 | 6,299 | 6,698 | 6,427 |
| 7月 | 6,795 | 6,314 | 7,817 | 6,262 | 6,489 | 5,794 |
| 8月 | 6,458 | 5,609 | 7,617 | 5,899 | 6,284 | 5,242 |
| 9月 | 6,665 | 5,645 | 7,503 | 5,875 | 6,417 | 5,385 |
| 10月 | 7,194 | 5,639 | 7,938 | 6,520 | 6,864 | 5,678 |
| 11月 | 6,072 | 5,166 | 6,163 | 5,343 | 6,001 | 4,929 |
| 12月 | 7,057 | 6,568 | 6,475 | 6,205 | 7,622 | 5,873 |

| 2023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 | 2,413 | 2,250 | 3,274 | 3,087 | 2,817 | 2,475 |
| 2月 | 2,409 | 2,906 | 3,095 | 2,867 | 2,578 | 2,319 |
| 3月 | 3,381 | 2,896 | 3,463 | 2,787 | 2,493 | 2,389 |
| 4月 | 3,362 | 2,555 | 2,524 | 2,788 | 3,044 | 2,496 |
| 5月 | 3,664 | 2,131 | 2,586 | 2,559 | 2,520 | 2,019 |
| 6月 | 3,516 | 2,637 | 2,914 | 2,809 | 6,115 | 3,341 |
| 7月 | 3,675 | 3,041 | 3,403 | 3,176 | 8,785 | 4,734 |
| 8月 | 3,717 | 3,542 | 5,682 | 3,792 | 4,045 | 4,113 |
| 9月 | 4,567 | 2,356 | 3,779 | 3,329 | 4,409 | 3,207 |
| 10月 | 3,223 | 2,336 | 4,312 | 4,168 | 4,475 | 2,981 |
| 11月 | 2,899 | 6,011 | 3,598 | 4,029 | 4,498 | 2,931 |
| 12月 | 3,405 | 5,406 | 3,811 | 4,586 | 6,751 | 5,017 |



仙台市の10月生鮮野菜消費支出は、東北6県で比較すると、**大きく上回っており、仙台市の順位は6県中第2位。**
 生鮮野菜消費支出が一番多い地域は秋田市となっている。

仙台市の10月生鮮果実消費支出は、東北6県で比較すると、**やや下回っており、仙台市の順位は6県中第4位。**
 生鮮果実消費支出が一番多い地域は山形市となっている。

仙台市支出金額(9~11月)

(総務省統計局『家計調査年報(2023年)』より)

*1世帯当りの支出金額10月を100としてあらわしたもの



| 品目分類 | 仙台市 | | | 全国 | | |
|--------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | 9月 | 10月 | 11月 | 9月 | 10月 | 11月 |
| 消費支出 | 65 | 100 | 62 | 94 | 100 | 95 |
| 食料 | 96 | 100 | 94 | 97 | 100 | 99 |
| 穀類 | 110 | 100 | 107 | 94 | 100 | 92 |
| 米 | 122 | 100 | 97 | 93 | 100 | 73 |
| パン | 107 | 100 | 105 | 94 | 100 | 99 |
| 麺類 | 99 | 100 | 98 | 96 | 100 | 101 |
| 生鮮魚介 | 99 | 100 | 90 | 94 | 100 | 97 |
| 鮮魚 | 100 | 100 | 84 | 95 | 100 | 94 |
| 貝類 | 97 | 100 | 154 | 79 | 100 | 131 |
| 肉類 | 105 | 100 | 101 | 95 | 100 | 101 |
| 牛肉 | 140 | 100 | 119 | 95 | 100 | 106 |
| 豚肉 | 90 | 100 | 94 | 96 | 100 | 100 |
| 鶏肉 | 100 | 100 | 101 | 94 | 100 | 99 |
| 卵 | 99 | 100 | 102 | 96 | 100 | 97 |
| 生鮮野菜 | 93 | 100 | 84 | 94 | 100 | 91 |
| 葉茎菜 | 83 | 100 | 82 | 83 | 100 | 95 |
| キャベツ | 75 | 100 | 70 | 86 | 100 | 89 |
| ほうれんそう | 42 | 100 | 151 | 57 | 100 | 119 |
| はくさい | 46 | 100 | 91 | 46 | 100 | 95 |
| ねぎ | 68 | 100 | 79 | 79 | 100 | 97 |
| レタス | 122 | 100 | 76 | 109 | 100 | 79 |
| ブロッコリー | 87 | 100 | 97 | 70 | 100 | 122 |
| もやし | 84 | 100 | 73 | 90 | 100 | 90 |
| 他の葉茎菜 | 105 | 100 | 67 | 97 | 100 | 86 |
| 根菜 | 82 | 100 | 90 | 84 | 100 | 93 |
| さつまいも | 83 | 100 | 72 | 85 | 100 | 83 |
| じゃがいも | 101 | 100 | 132 | 89 | 100 | 94 |
| さといも | 48 | 100 | 80 | 65 | 100 | 83 |
| だいこん | 63 | 100 | 60 | 58 | 100 | 80 |
| にんじん | 76 | 100 | 84 | 79 | 100 | 92 |
| ごぼう | 89 | 100 | 120 | 77 | 100 | 88 |
| たまねぎ | 80 | 100 | 102 | 94 | 100 | 104 |
| れんこん | 148 | 100 | 127 | 91 | 100 | 84 |
| たけのこ | 140 | 100 | 93 | 100 | 100 | 97 |
| 他の根菜 | 90 | 100 | 89 | 103 | 100 | 105 |
| 他の野菜 | 108 | 100 | 83 | 108 | 100 | 87 |
| さやまめ | 167 | 100 | 29 | 137 | 100 | 71 |
| かぼちゃ | 97 | 100 | 80 | 105 | 100 | 77 |

| 品目分類 | 仙台市 | | | 全国 | | |
|---------|------|-----|-----|------|-----|------|
| | 9月 | 10月 | 11月 | 9月 | 10月 | 11月 |
| きゅうり | 121 | 100 | 73 | 129 | 100 | 78 |
| なす | 120 | 100 | 78 | 130 | 100 | 66 |
| トマト | 119 | 100 | 75 | 123 | 100 | 91 |
| ピーマン | 102 | 100 | 70 | 108 | 100 | 87 |
| 生しいたけ | 56 | 100 | 77 | 68 | 100 | 103 |
| しめじ | 68 | 100 | 158 | 76 | 100 | 102 |
| えのきたけ | 50 | 100 | 187 | 70 | 100 | 109 |
| 他のきのこ | 91 | 100 | 123 | 82 | 100 | 85 |
| 生鮮果物 | 142 | 100 | 90 | 112 | 100 | 91 |
| りんご | 97 | 100 | 168 | 61 | 100 | 123 |
| みかん | 26 | 100 | 143 | 30 | 100 | 153 |
| オレンジ | 420 | 100 | 300 | 168 | 100 | 64 |
| 他の柑きつ類 | 190 | 100 | 228 | 134 | 100 | 144 |
| 梨 | 195 | 100 | 81 | 290 | 100 | 40 |
| ぶどう | 263 | 100 | 35 | 208 | 100 | 29 |
| 柿 | 28 | 100 | 62 | 20 | 100 | 98 |
| 桃 | - | 100 | - | 4800 | 100 | 0 |
| すいか | - | 100 | - | 917 | 100 | 50 |
| メロン | 6800 | 100 | 300 | 135 | 100 | 50 |
| いちご | - | 100 | - | 200 | 100 | 1067 |
| バナナ | 105 | 100 | 84 | 96 | 100 | 93 |
| キウイフルーツ | 123 | 100 | 39 | 114 | 100 | 70 |
| 他の果物 | 135 | 100 | 65 | 122 | 100 | 67 |
| 果物加工品 | 112 | 100 | 145 | 94 | 100 | 105 |
| 酒類 | 103 | 100 | 89 | 118 | 100 | 104 |
| 一般外食 | 73 | 100 | 80 | 95 | 100 | 103 |
| 和食 | 84 | 100 | 78 | 91 | 100 | 101 |
| 飲酒代 | 55 | 100 | 74 | 104 | 100 | 115 |

11月に向けて伸びている
商材(仙台市)

- ほうれんそう
- ごぼう
- れんこん
- しめじ
- えのき
- りんご
- みかん
- オレンジ
- メロン

10月の指数が高い商材
(仙台市)

- キャベツ
- だいこん
- きゅうり
- なす
- トマト
- ぶどう

11月にかけて伸びている商材は、10月は売り込みのチャンス！早めの仕掛けを。

しめじ・えのき・みかんはマスト商品！！

10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！

ねぎ・だいこん・柿は要チェック！！

長葱の甘辛焼き



<材料>

長葱 2本
サラダ油 小さじ1

【A】

酒 大さじ1
みりん 大さじ1
砂糖 小さじ1
しょうゆ 小さじ1と1/2

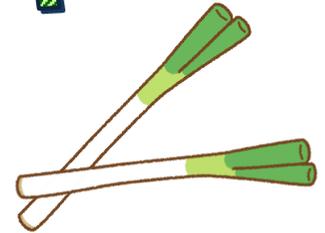
<オススメポイント>

焼き鳥風の味付けでご飯が進むメニュー★
トロリとした食感と長葱の朝さを堪能♪

<作り方>

- ①長葱は4cm幅に切る。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、長葱を並べ、両面に焼き色を付ける。
- ③②に【A】を食え和え弱火にして蓋をする。
- ④照りが出てタレにとろみがついてきたら、全体によく絡める。

無限ネギ



<材料>

長葱 2本
ツナ缶 1缶

【A】

塩 小さじ1/3
めんつゆ(3倍濃縮) 小さじ1
ごま油 大さじ1
塩こんぶ 大さじ1

<オススメポイント>

レンチンで簡単クイック★
ツナ缶を使うので、子供もついつい橋が止まらない♪

<作り方>

- ①長葱は斜め1cm幅に切る。
- ②耐熱容器に、長葱とツナを入れて混ぜ、ラップをして600wで2分30秒加熱。
- ③②に【A】を加え全体をよく混ぜ合わせる。