

# 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 <b>休</b>
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 <b>休</b>
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 <b>休</b>
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 <b>休</b>
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	 <p>◎ 紅葉狩りへ行こう ◎ 芋煮会シーズン</p> 	 <p>◎ 味覚の秋 ◎ 食欲の秋</p> 	 <p>◎ 南瓜料理アラカルト ◎ パンプキンスイーツ</p> 
---------------------------------	---	---	--

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%。

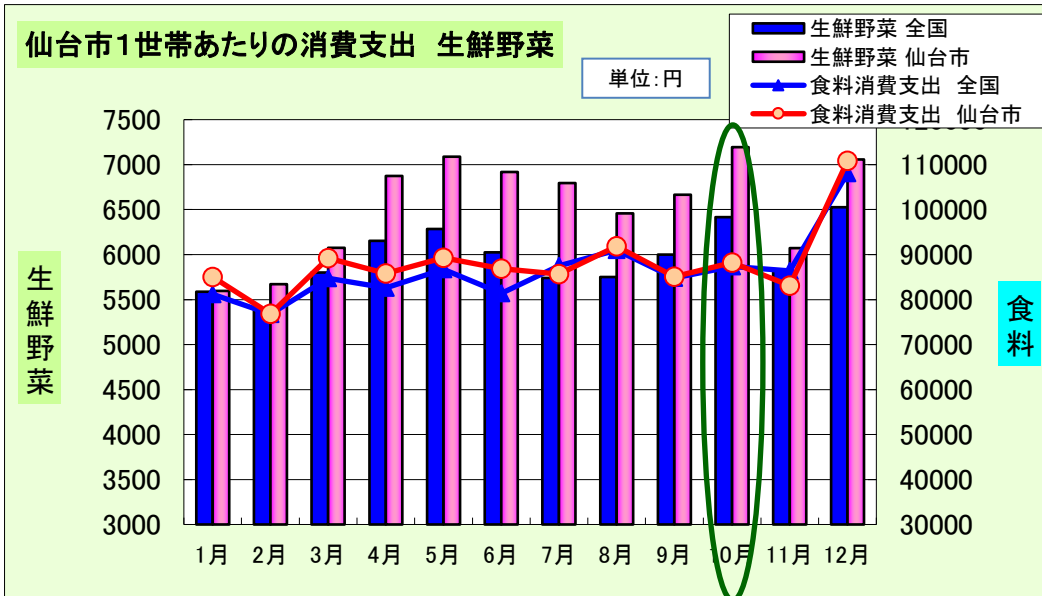
# 仙台市10月の消費動向

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

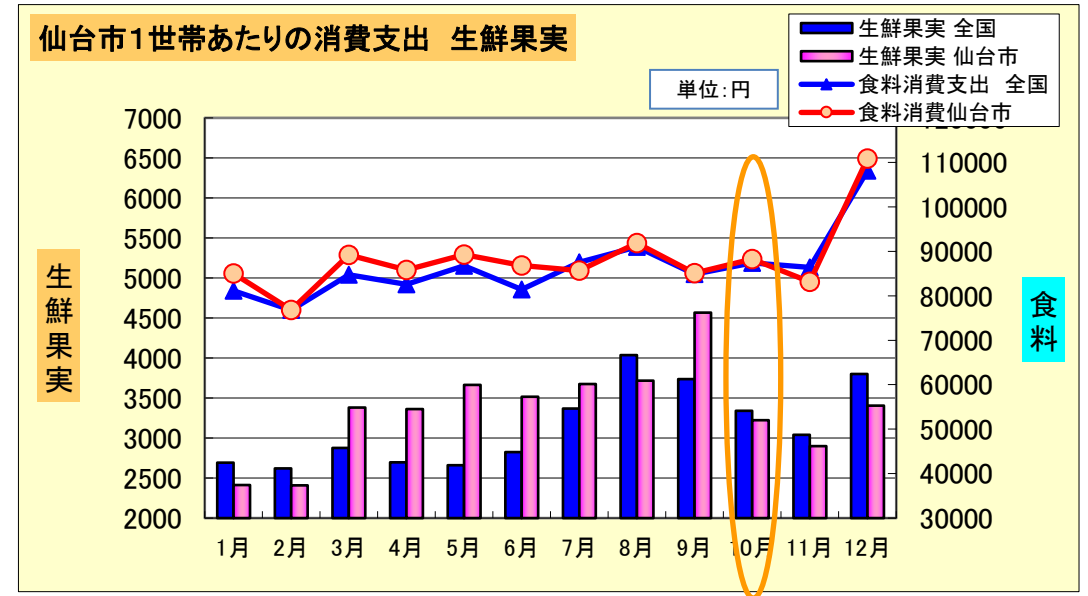


年	月	食料消費支出			生鮮野菜			生鮮果実		
		全国	仙台市	全国比	全国	仙台市	全国比	全国	仙台市	全国比
2023	1月	81,152	85,003	104.7%	5,587	5,596	100.2%	2,694	2,413	89.6%
2023	2月	76,771	76,830	100.1%	5,404	5,671	104.9%	2,622	2,409	91.9%
2023	3月	84,743	89,202	105.3%	5,801	6,075	104.7%	2,878	3,381	117.5%
2023	4月	82,565	85,794	103.9%	6,152	6,874	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%



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。



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

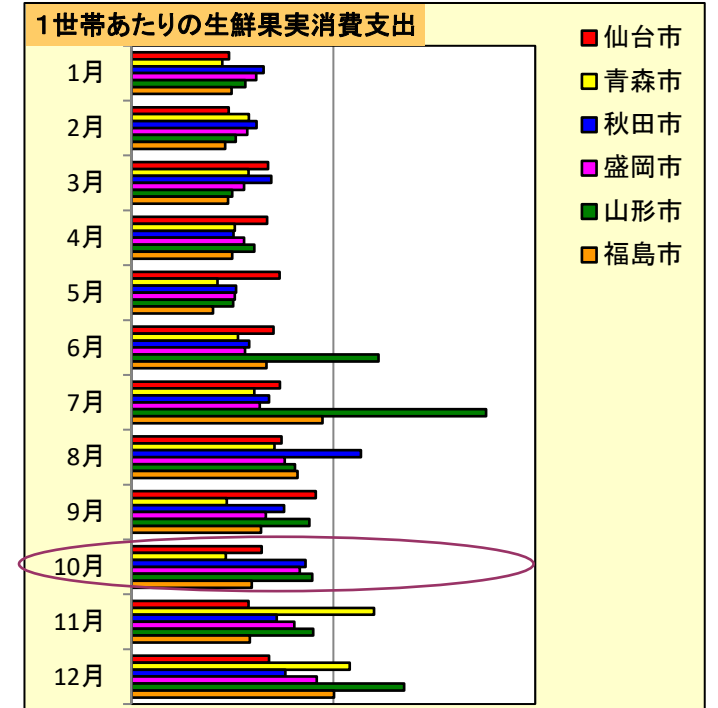
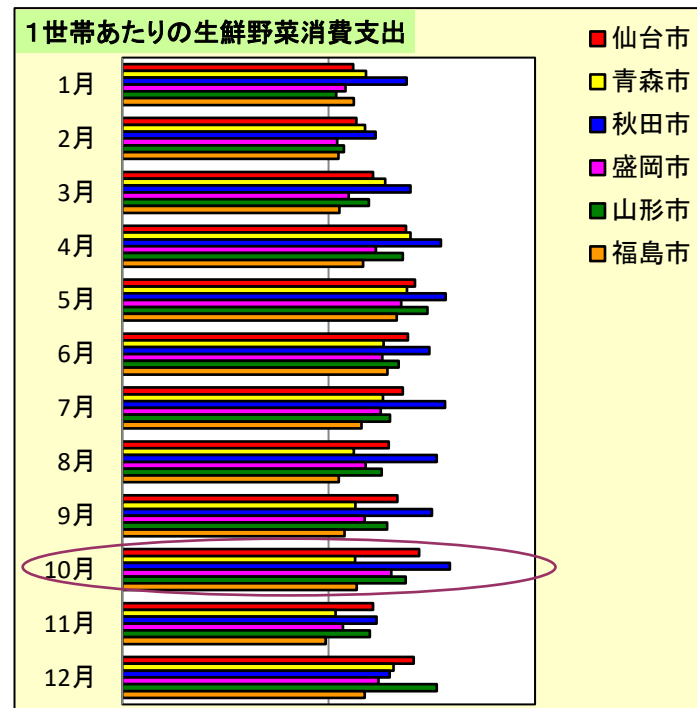
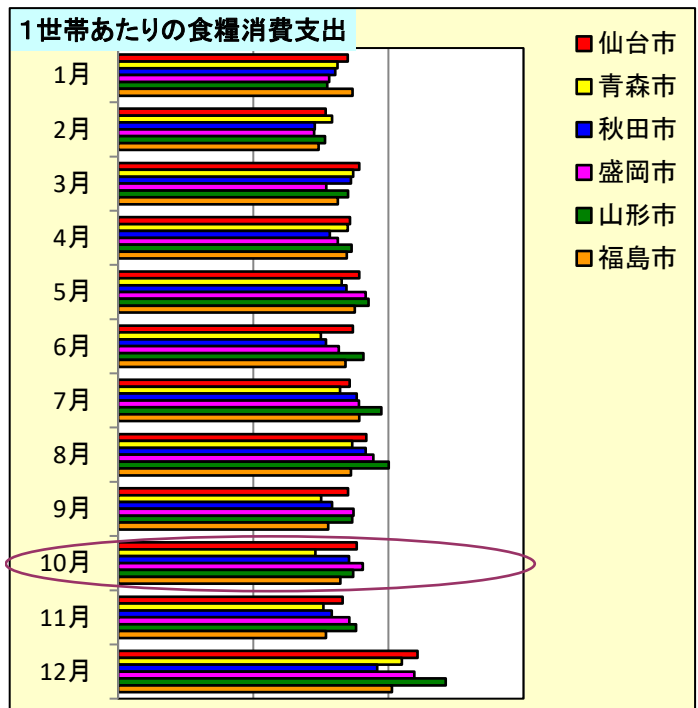
総務省統計局『家計調査年報(二人以上の世帯)』より  
 ※2023年データ



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

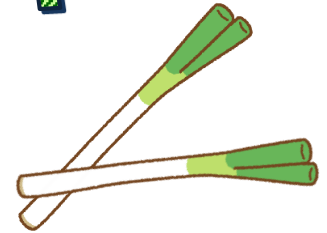
### <オススメポイント>

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。