

青果販促カレンダー

今月のおすすめ食材

スタッフエンドウ

おすすめ食材を使ったレシピ
を紹介しています

March

弥生

2025年3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	土	先負	マーチの日
2	日	仏滅	ミニチュアの日
3	月	大安	ひなまつり 耳の日 サザンの日
4	火	赤口	サッシの日 ミシンの日 三線の日
5	水	先勝	啓蟄 珊瑚の日 休市
6	木	友引	弟の日 スポーツ新聞の日
7	金	先負	サウナの日 花粉症記念日 消防記念日
8	土	仏滅	エスカレーターの日 サバの日 ミツバチの日
9	日	大安	ありがとうの日 ケーキ記念日
10	月	赤口	ミントの日 砂糖の日
11	火	先勝	コラムの日 パンダ発見の日
12	水	友引	財布の日 モスの日 休市
13	木	先負	サンドウィッチデー 青函トンネル開業記念日
14	金	仏滅	ホワイトデー キャンディーの日
15	土	大安	オリーブの日 靴の日 商工会の日
16	日	赤口	国立公園指定記念日
17	月	先勝	彼岸入 同窓会の日
18	火	友引	精霊の日
19	水	先負	カメラ発見記念日 休市
20	木	仏滅	春分の日
21	金	大安	カラー映画の日 ランドセルの日
22	土	赤口	世界水の日 地球の日
23	日	先勝	小葱の日 彼岸明け
24	月	友引	インテリアの日 マネキン記念日
25	火	先負	電気記念日
26	水	仏滅	カチューシャの歌の日 休市
27	木	大安	桜の日 世界劇場の日
28	金	赤口	シルクロードの日 スリーマイル島記念日
29	土	先負	マリモの日
30	日	仏滅	マフィアの日
31	月	大安	エッフェル塔の日 会計年度末 経理の日

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 6 年 3 月	①	玉ねぎ	(北海道・熊本)	⑥	馬鈴薯	(鹿児島・北海道)	①	いちご	(宮城)	⑥	キウイフルーツ	(愛媛)
	②	人参	(徳島・千葉)	⑦	茄子	(高知)	②	デコポン	(熊本・愛媛)	⑦	伊予柑	(愛媛)
	③	胡瓜	(宮城・高知)	⑧	長葱	(茨城・宮城)	③	バナナ	(フィリピン)	⑧	八朔	(和歌山)
	④	大根	(千葉・神奈川)	⑨	ブロッコリー	(香川・愛知)	④	みかん	(静岡・香川)	⑨	パインアップル	(フィリピン)
	⑤	トマト	(栃木・熊本)	⑩	ピーマン	(高知)	⑤	りんご	(青森)	⑩	オレンジ	(アメリカ)

旬の 食材	山菜	スナップエンドウ	新玉ねぎ	新じゃが芋	春キャベツ	せとか	デコポン	いちご	八朔	甘夏	オレンジ
----------	----	----------	------	-------	-------	-----	------	-----	----	----	------

今 月 の ピ ッ ク ア ッ プ 食 材	春キャベツ	スナップエンドウ	せとか	デコポン
	キャベツは通年で販売されているが、季節によって特徴が異なる。春キャベツの特徴は「葉が柔らかい・葉の巻きが緩い・色が鮮やかな黄緑色・水分が多い」。柔らかいので生食にオススメ。「春キャベツ」の産地は千葉県調子、神奈川県三浦が産地。旬の春キャベツはビタミンCやビタミンUなどを多く含んでい	鮮やかな緑色でパリッとしたさやにふっくらした豆が特徴の国産スナップエンドウの旬は3～6月。豆が熟しても硬くならない品種のえんどう豆を大きくなる前に収穫したもので、プリプリシャキシャキの食感と瑞々しさや優しい甘味が魅力。BカロテンやビタミンB群、ビタミンCが豊富な野菜。	1月から4月頃まで出回り3月頃が出荷の最盛期。愛媛県産が全体の約70%を占める。果皮は少し濃い目の橙色で、糖度が高く優しい酸味があり、濃厚で優れた風味を持つ。果肉は柔らかく果汁が豊富。じょうのう膜がとても薄く、袋ごと食べれる。糖度13度の濃厚な甘さと果汁溢れるとろける食感が特徴。	ハウス栽培は12月～2月頃に収穫・出荷されるが路地物は12月～1月に収穫し、貯蔵庫で追熟されたものが2月頃から出回り、5月頃まで出回るが一番おいしいのは完熟の路地物で、3月下旬から4月初旬に収穫される。糖度が13度以上、酸味が1度以下など一定の基準をクリアしたものが「デコポン」として販売。

イベント	◎卒業式 ◎ひな祭り ◎春の訪れ ◎春の山菜 ◎ホワイトデー ◎春休み ◎春彼岸 ◎新生活準備
------	---

販 促 の ポ イ ン ト	 <ul style="list-style-type: none"> ◎ ちらし寿司 ◎ ひな祭りパーティ 	 <ul style="list-style-type: none"> ◎ 山菜を味わおう ◎ 身体目覚める山菜の味覚 	 <ul style="list-style-type: none"> ◎ 食卓で味わう春の味覚 ◎ 春野菜サラダ
	  		

2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。 気温は平年より高い確率50%、低い確率20。降水量は東北太平洋側で平年並みまたは平年より少ない確率ともに30%。
-------------	--

仙台市3月の消費動向

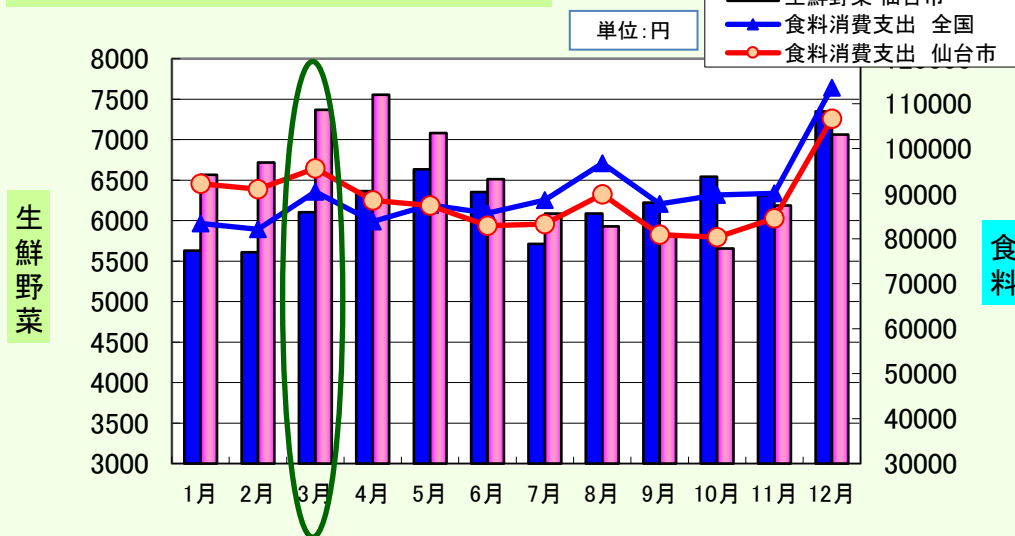
総務省統計局『家計調査年報(二人以上の世帯)』より
 ※2024年データ



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%

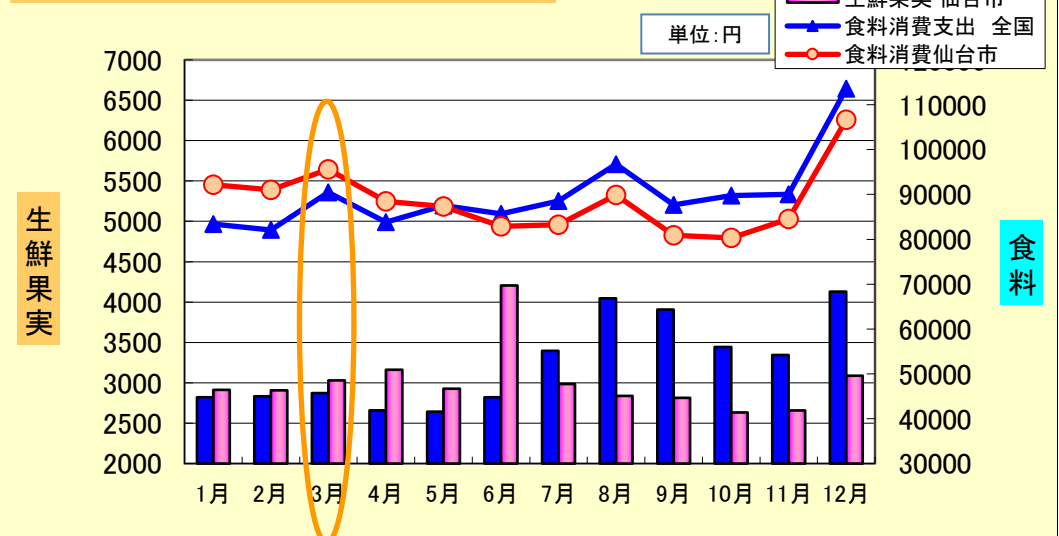
月	食料費(食料消費支出-外食)			2022年外食前年比	
	全国	仙台市	全国比	全国	仙台
1月	67,196	70,948	105.6%	121%	121%
2月	64,772	66,691	103.0%	147%	119%
3月	69,987	76,611	109.5%	132%	141%
4月	68,864	74,251	107.8%	120%	127%
5月	71,431	76,781	107.5%	114%	98%
6月	68,467	73,643	107.6%	108%	116%
7月	72,871	72,953	100.1%	114%	115%
8月	74,254	76,375	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



2024年3月の仙台市の生鮮野菜消費支出は年間で8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上回っている。

仙台市1世帯あたりの消費支出 生鮮果実



2024年3月の仙台市の生鮮果実消費支出は年間で7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大きく上回っている。

東北6県3月の消費動向比較

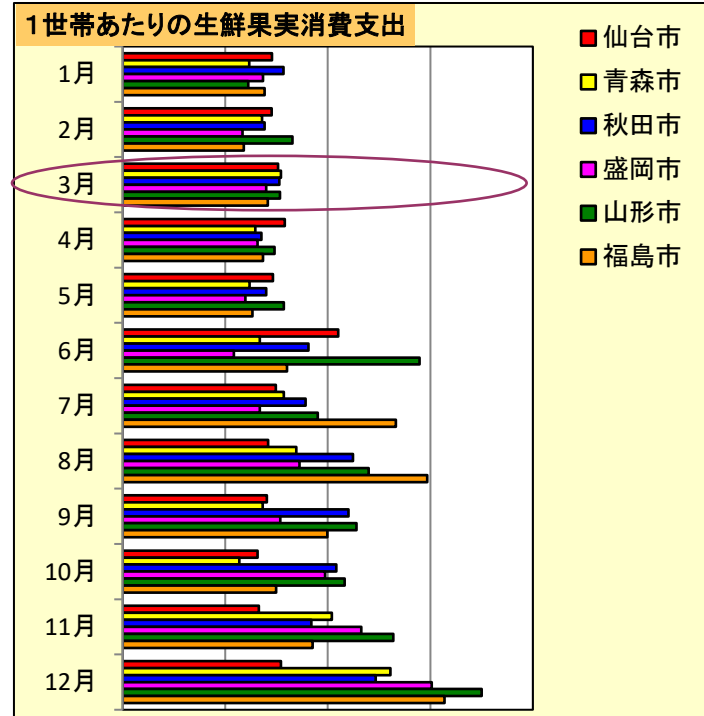
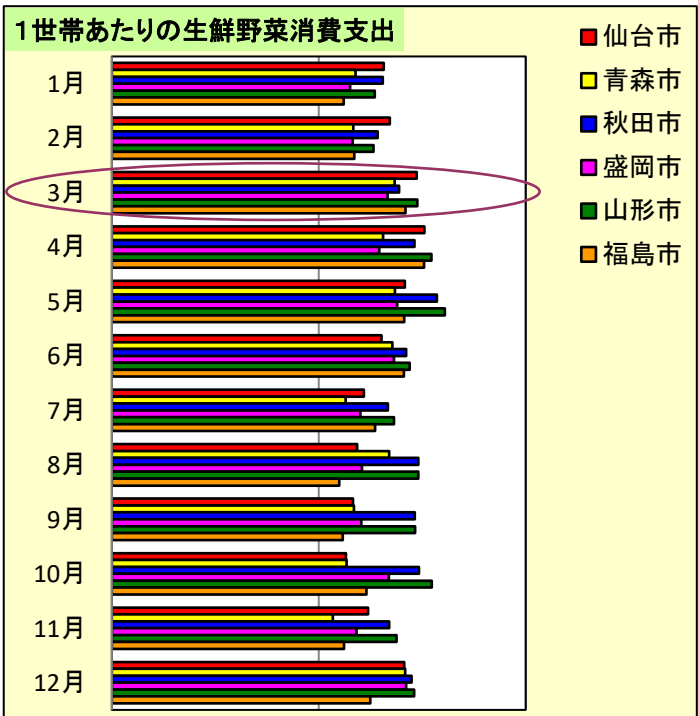
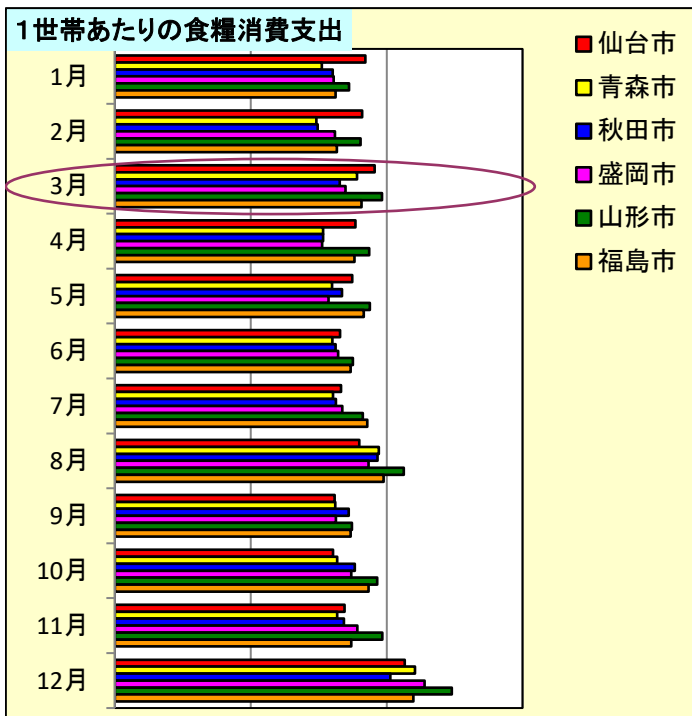
総務省統計局『家計調査年報(二人以上の世帯)』より
※2024年データ



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3月生鮮野菜消費支出は、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。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3月の生鮮果実消費支出は、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。生鮮果実消費支出が一番多い地域は秋田市となっている。

仙台市支出金額(2~4月)

(総務省統計局『家計調査年報(2024年)』より)
*1世帯当りの支出金額3月を100としてあらわしたもの



品目分類	仙台市			全国		
	2月	3月	4月	2月	3月	4月
消費支出	83	100	91	88	100	98
食料	95	100	93	91	100	93
穀類	89	100	94	90	100	96
米	73	100	95	88	100	101
パン	96	100	88	90	100	94
麺類	93	100	100	91	100	96
生鮮魚介	92	100	94	92	100	93
鮮魚	92	100	97	92	100	95
貝類	93	100	73	98	100	70
肉類	100	100	91	94	100	95
牛肉	96	100	71	89	100	94
豚肉	94	100	88	97	100	93
鶏肉	113	100	91	97	100	93
卵	92	100	101	94	100	94
生鮮野菜	91	100	103	92	100	104
葉茎菜	89	100	105	94	100	104
キャベツ	68	100	110	82	100	125
ほうれんそう	101	100	88	108	100	99
はくさい	123	100	87	122	100	74
ねぎ	118	100	92	103	100	85
レタス	68	100	100	88	100	119
ブロッコリー	114	100	106	107	100	100
もやし	91	100	95	90	100	99
他の葉茎菜	81	100	115	84	100	108
根菜	86	100	91	91	100	102
さつまいも	50	100	35	100	100	74
じゃがいも	91	100	108	83	100	103
さといも	135	100	76	124	100	62
だいこん	104	100	110	100	100	100
にんじん	67	100	88	85	100	112
ごぼう	110	100	90	100	100	90
たまねぎ	85	100	82	91	100	89
れんこん	115	100	72	97	100	65
たけのこ	141	100	433	52	100	326
他の根菜	85	100	76	98	100	104
他の野菜	98	100	111	91	100	106
さやまめ	144	100	96	92	100	86
かぼちゃ	103	100	95	87	100	107

品目分類	仙台市			全国		
	2月	3月	4月	2月	3月	4月
きゅうり	90	100	142	81	100	122
なす	116	100	120	67	100	121
トマト	85	100	112	84	100	117
ピーマン	76	100	115	77	100	117
生しいたけ	127	100	89	104	100	85
しめじ	96	100	119	102	100	87
えのきたけ	100	100	106	112	100	75
他のきのこ	111	100	96	105	100	91
生鮮果物	96	100	104	99	100	93
りんご	117	100	98	104	100	83
みかん	289	100	16	243	100	21
オレンジ	24	100	152	41	100	171
他の柑きつ類	80	100	75	91	100	73
梨	-	100	-	-	100	-
ぶどう	55	100	97	74	100	132
柿	-	100	-	1200	100	0
桃	-	100	-	-	100	-
すいか	-	100	-	25	100	1125
メロン	-	100	-	80	100	290
いちご	81	100	106	82	100	86
バナナ	97	100	107	90	100	104
キウイフルーツ	67	100	427	84	100	221
他の果物	74	100	132	79	100	102
果物加工品	58	100	65	94	100	85
酒類	85	100	90	89	100	96
一般外食	82	100	76	81	100	86
和食	54	100	64	78	100	81
飲酒代	115	100	87	80	100	86

4月に向けて伸びている商材(仙台市)

- たけのこ
- きゅうり
- なす
- トマト
- ピーマン
- オレンジ
- バナナ
- キウイフルーツ

3月の指数が高い商材(仙台市)

- はくさい
- さつまいも
- さといも
- れんこん
- みかん
- 他の柑きつ類

4月にかけて伸びている商材は、3月は売り込みのチャンス！早めの仕掛けを。

たけのこ・きゅうり・キウイフルーツはマスト商品！！

3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！

はくさい・さつまいも・みかんは要チェック！！

スナップエンドウの 塩昆布マヨ和え



<材料>

スナップエンドウ 15本くらい
塩昆布 10g
マヨネーズ 大さじ1

<オススメポイント>

茹でて和えるだけのク
イックメニュー★
スナップエンドウ甘さも
堪能できる♪

<作り方>

- ①スナップエンドウは筋を取り除き、
塩ゆでし、水気を絞って斜めに半分に切る。
- ②粗熱が取れたらボウルに入れ、
塩昆布とマヨネーズを加えよく混ぜる。

スナップエンドウの 豚肉オイスター炒め



<材料>

スナップエンドウ 20本くらい
豚こま肉 150g
玉子 2個
ごま油 小さじ2
【A】
オイスターソース 大さじ1
はちみつ 小さじ2
しょうゆ 小さじ1

<オススメポイント>

濃い目の味付けでも食材の美
味しさは生きる一品★
ボリュームもありご飯が進む
♪

<作り方>

- ①スナップエンドウは筋を取り、
フライパンにごま油入て炒める。
- ②全体に油が回ったら豚肉を入れ更に炒める。
- ③豚肉に火が通ったら【A】を加え炒め合わせ、
材料をフライパンの端に寄せ、真ん中に
玉子を割り入れてかき混ぜる。
- ④玉子が半熟になってきたら全体を
ざっくり混ぜ合わせる。