

青果販促カレンダー



今月のおすすめ食材

たけのこ

おすすめ食材を使ったレシピ
を紹介してます

April

卯月

2026年4月

| 日 | 曜日 | 六曜 | 一般行事 記念日 |
|----|----|----|----------------------------|
| 1 | 水 | 赤口 | エイプリルフール 入学式 新年度 休市 |
| 2 | 木 | 先勝 | 国際子どもの本の日 |
| 3 | 金 | 友引 | いんげん豆の日 シーサーの日 みずの日 |
| 4 | 土 | 先負 | 清明 あんパンの日 ヨーヨーの日 |
| 5 | 日 | 仏滅 | デビューの日 |
| 6 | 月 | 大安 | コンビーフの日 城の日 白の日 北極の日 |
| 7 | 火 | 赤口 | スーチャーパイの日 世界保健デー |
| 8 | 水 | 先勝 | 花祭り忠犬ハチ公の日 休市 |
| 9 | 木 | 友引 | フォークの日 |
| 10 | 金 | 先負 | ヨットの日 駅弁の日 |
| 11 | 土 | 仏滅 | ガッツポーズの日 |
| 12 | 日 | 大安 | 世界宇宙飛行の日 |
| 13 | 月 | 赤口 | 喫茶店の日 |
| 14 | 火 | 先勝 | オレンジデー タイタニック号の日 |
| 15 | 水 | 友引 | よい子の日 ヘリコプターの日 休市 |
| 16 | 木 | 先負 | 女子マラソンの日 大志を抱く日 |
| 17 | 金 | 仏滅 | 土用 よい茄子の日 |
| 18 | 土 | 大安 | お香の日 よい歯の日 |
| 19 | 日 | 赤口 | 地図の日 |
| 20 | 月 | 先勝 | 穀雨 女子大の日 郵政記念日 |
| 21 | 火 | 友引 | 放送広告の日 民放の日 |
| 22 | 水 | 先負 | よい夫婦の日 家庭の日 |
| 23 | 木 | 仏滅 | 小葱の日 サン・ジョルディの日 休市 |
| 24 | 金 | 大安 | 植物の日 日本ダービー記念日 |
| 25 | 土 | 赤口 | 国連記念日 |
| 26 | 日 | 先勝 | よい風呂の日 |
| 27 | 月 | 友引 | 哲学の日 婦人警官の日 |
| 28 | 火 | 仏滅 | シニアの日 缶ジュース発売記念日 |
| 29 | 水 | 大安 | 昭和の日 エメラルドの日 |
| 30 | 木 | 赤口 | |



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>






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7年4月 | ① | 人参 | (徳島) | ⑥ | トマト | (栃木・宮城) | ① | いちご | (宮城) | ⑥ | オレンジ | (アメリカ) |
| | ② | 胡瓜 | (宮城) | ⑦ | 大根 | (千葉) | ② | デコポン | (熊本) | ⑦ | 西瓜 | (熊本) |
| | ③ | 玉ねぎ | (北海道・佐賀) | ⑧ | 茄子 | (高知) | ③ | パナナ | (フィリピン) | ⑧ | パイン | (フィリピン) |
| | ④ | キャベツ | (神奈川・愛知) | ⑨ | 長葱 | (宮城・茨城) | ④ | キウイフルーツ | (ニュージーランド) | ⑨ | 赤肉メロン | (熊本・茨城) |
| | ⑤ | 馬鈴薯 | (鹿児島・北海道) | ⑩ | ブロッコリー | (香川) | ⑤ | りんご | (青森) | ⑩ | レモン | (アメリカ・広島) |

旬の食材: たけのこ 山菜 スナップエンドウ 新玉ねぎ 新じゃがいも 春キャベツ | デコポン いちご 甘夏 オレンジ 河内晩柑 ルビーレッドキウイ

| 今月のピックアップ食材 | たけのこ | 春キャベツ | ルビーレッドキウイ | 河内晩柑 |
|-------------|---|--|--|--|
| | <p>春の訪れを感じさせるたけのこ。その名の通り竹の芽の部分。3月から5月にかけて出回り4月が最盛期。独特の香りと味、そして柔らかい食感が魅力。鮮度が命の食材なので購入したらなるべく早く食べる。たけのこはご飯や煮物や天ぷらなど、さまざまな料理に使える食材で食物繊維やカリウムなどの栄養素が豊富。</p> | <p>春キャベツは冬に種をまき春に収穫されるキャベツで、葉が柔らかく水分が多いため、甘味とみずみずしさが特徴。3月頃から出荷が始まり4月が最盛期となる。柔らかい食感を活かしてサラダや浅漬けなど生食で食べるのがおすすめ。栄養価も高くビタミンCや食物繊維が豊富に含まれる。</p> | <p>ルビーレッドキウイは、生産販売会社ゼスプリが20年以上の歳月をかけて開発した赤肉キウイで、3月下旬から5月下旬の期間限定の商品。宝石のような赤い果肉で、甘味が強くほどよい酸味もありジューシーな果汁が特徴。アントシアニンやビタミンCが多く含まれる。サイズはやや小ぶり。</p> | <p>初夏から夏にかけて旬を迎える河内晩柑。鮮やかな黄色の柑橘類で、見た目はグレープフルーツに似ているが、苦味が少なく、上品な甘さと爽やかな味わいが特徴。ジューシーな食感も魅力のひとつ。その爽やかな風味から「和製グレープフルーツ」とも呼ばれる。</p> |

イベント: ◎入学式・入社式 ◎新生活スタート ◎桜まつり ◎お花見 ◎春の行楽 ◎ゴールデンウィーク前半

| 販促のポイント | <p>◎目覚まし朝ごはん◎</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎ しっかり食べよう朝ごはん ◎ 1日のスタート朝ごはん  | <p>※お花見弁当※</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎ 花よりお弁当 ◎ 好きなものいっぱい詰めた花見弁当  | <p>🚗ゴールデンウィーク🚗</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎ 野外バーベキュー ◎ 野菜を食べようバーベキュー  |
|---------|--|--|---|
|---------|--|--|---|

4月の天気予報: 東北日本海側では、天気は数日の周期で変わってでしょう。東北太平洋側では、天気は数日の周期で変わり、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70%低い確率10%。降水量は東北太平洋側で平年並みまたは少ない確率共に30%でしょう。

仙台市4月の消費動向

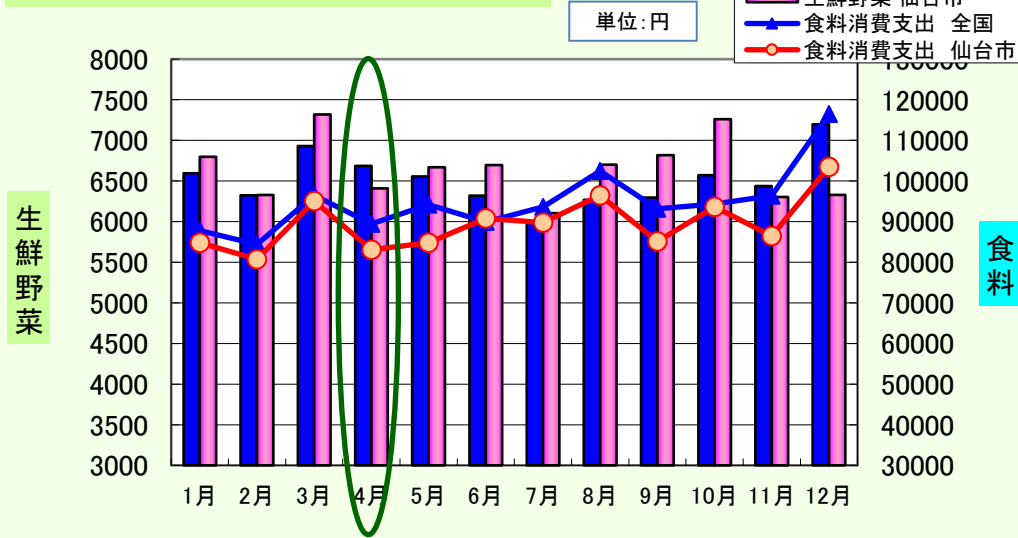
総務省統計局『家計調査年報(二人以上の世帯)』より
 ※2025年データ



| 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 |
| 2025 | 1月 | 87,763 | 84,829 | 96.7% | 6,595 | 6,798 | 103.1% | 2,894 | 2,638 | 91.2% |
| 2025 | 2月 | 84,388 | 80,726 | 95.7% | 6,323 | 6,328 | 100.1% | 2,868 | 2,482 | 86.5% |
| 2025 | 3月 | 96,489 | 95,074 | 98.5% | 6,930 | 7,319 | 105.6% | 3,216 | 3,425 | 106.5% |
| 2025 | 4月 | 89,487 | 83,038 | 92.8% | 6,688 | 6,409 | 95.8% | 2,817 | 2,703 | 96.0% |
| 2025 | 5月 | 94,204 | 84,846 | 90.1% | 6,556 | 6,669 | 101.7% | 2,725 | 2,948 | 108.2% |
| 2025 | 6月 | 89,951 | 90,824 | 101.0% | 6,319 | 6,696 | 106.0% | 2,977 | 2,884 | 96.9% |
| 2025 | 7月 | 93,632 | 89,786 | 95.9% | 5,984 | 6,104 | 102.0% | 3,457 | 3,245 | 93.9% |
| 2025 | 8月 | 102,443 | 96,509 | 94.2% | 6,267 | 6,701 | 106.9% | 4,406 | 4,717 | 107.1% |
| 2025 | 9月 | 93,134 | 85,152 | 91.4% | 6,294 | 6,818 | 108.3% | 4,165 | 3,837 | 92.1% |
| 2025 | 10月 | 94,352 | 93,626 | 99.2% | 6,573 | 7,261 | 110.5% | 3,599 | 4,055 | 112.7% |
| 2025 | 11月 | 96,420 | 86,459 | 89.7% | 6,437 | 6,303 | 97.9% | 3,536 | 3,201 | 90.5% |
| 2025 | 12月 | 116,474 | 103,477 | 88.8% | 7,200 | 6,329 | 87.9% | 4,106 | 3,924 | 95.6% |

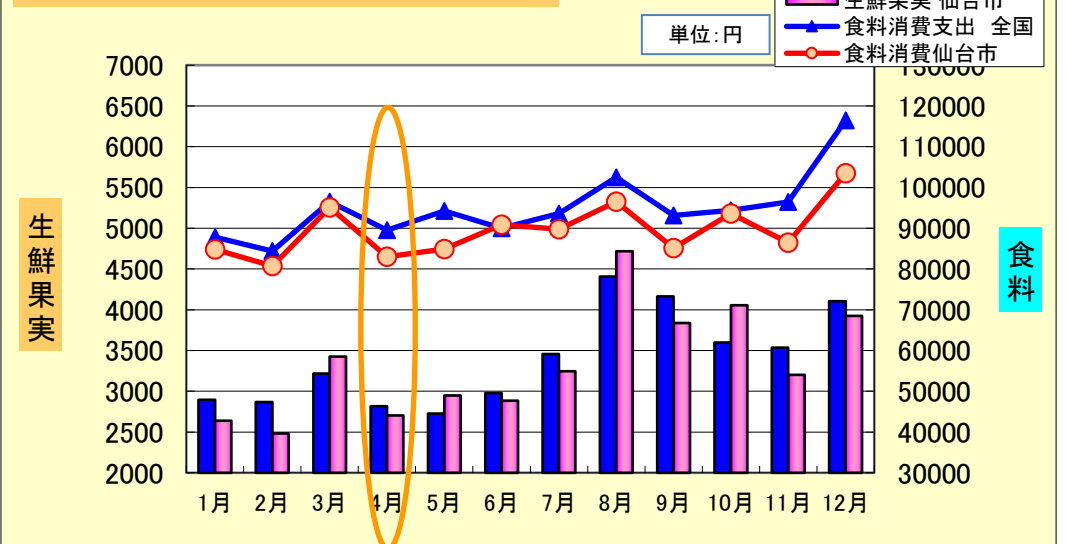
| 月 | 食料費(食料消費支出-外食) | | | 2025年外食前年比 | |
|-----|----------------|--------|--------|------------|------|
| | 全国 | 仙台市 | 全国比 | 全国 | 仙台 |
| 1月 | 71,979 | 69,818 | 97.0% | 105% | 88% |
| 2月 | 70,451 | 69,831 | 99.1% | 102% | 69% |
| 3月 | 79,125 | 79,572 | 100.6% | 106% | 86% |
| 4月 | 74,314 | 70,097 | 94.3% | 107% | 89% |
| 5月 | 76,730 | 73,190 | 95.4% | 114% | 73% |
| 6月 | 74,714 | 78,549 | 105.1% | 104% | 91% |
| 7月 | 77,453 | 75,696 | 97.7% | 103% | 93% |
| 8月 | 81,734 | 79,949 | 97.8% | 109% | 97% |
| 9月 | 77,191 | 72,333 | 93.7% | 103% | 86% |
| 10月 | 78,439 | 78,523 | 100.1% | 105% | 112% |
| 11月 | 79,337 | 72,942 | 91.9% | 105% | 88% |
| 12月 | 98,511 | 85,346 | 86.6% | 106% | 102% |

仙台市1世帯あたりの消費支出 生鮮野菜



2025年4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。
 全国と比較しても消費支出率は大きく下回っている。

仙台市1世帯あたりの消費支出 生鮮果実



2025年4月の仙台市の生鮮果実消費支出は年間で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下回っている。

東北6県4月の消費動向比較

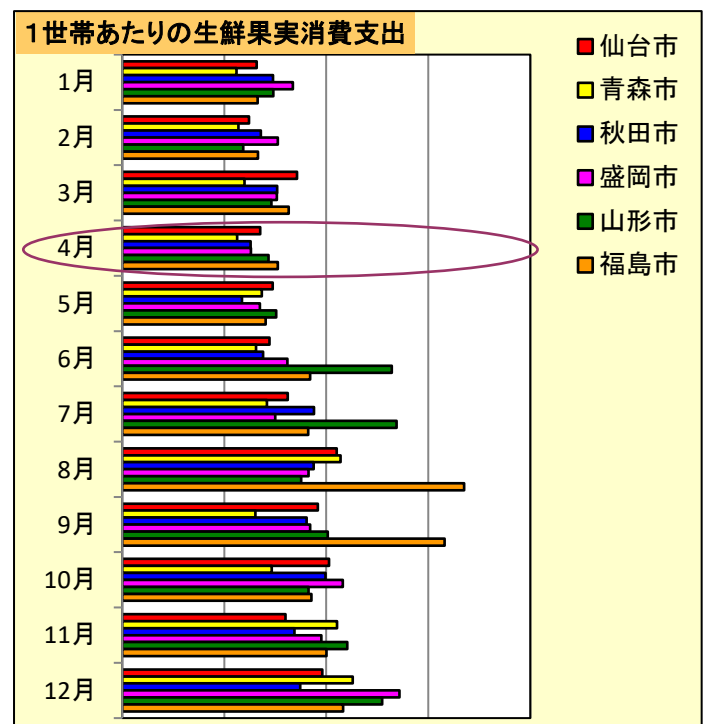
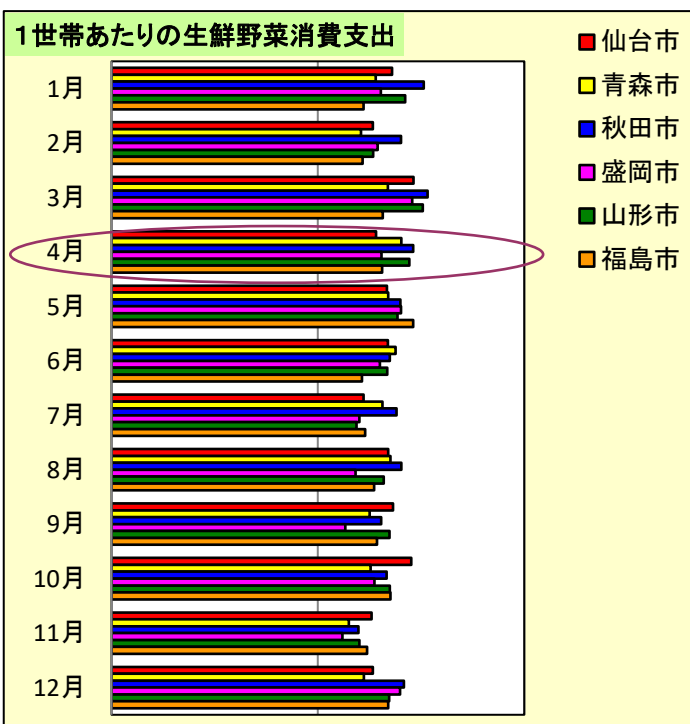
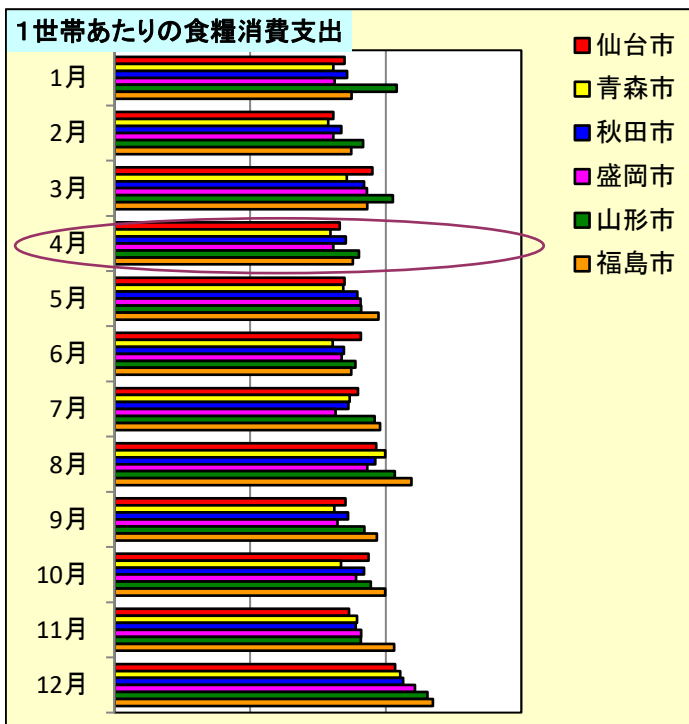
総務省統計局『家計調査年報(二人以上の世帯)』より
※2025年データ



| 2025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 | 84,829 | 80,638 | 85,688 | 81,098 | 104,056 | 87,440 |
| 2月 | 80,726 | 78,756 | 83,644 | 80,691 | 91,604 | 87,317 |
| 3月 | 95,074 | 85,580 | 92,045 | 93,081 | 102,582 | 93,231 |
| 4月 | 83,038 | 79,633 | 85,261 | 80,667 | 90,116 | 87,902 |
| 5月 | 84,846 | 84,331 | 89,511 | 90,737 | 90,996 | 97,267 |
| 6月 | 90,824 | 80,433 | 84,617 | 83,728 | 88,852 | 87,236 |
| 7月 | 89,786 | 86,744 | 86,232 | 81,484 | 95,913 | 97,908 |
| 8月 | 96,509 | 99,798 | 96,089 | 93,129 | 103,313 | 109,433 |
| 9月 | 85,152 | 80,990 | 86,142 | 82,247 | 92,081 | 96,672 |
| 10月 | 93,626 | 83,473 | 91,997 | 89,057 | 94,474 | 99,792 |
| 11月 | 86,459 | 89,347 | 88,886 | 90,948 | 90,842 | 103,133 |
| 12月 | 103,477 | 105,298 | 106,451 | 110,765 | 115,363 | 117,418 |

| 2025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 | 6,798 | 6,399 | 7,561 | 6,522 | 7,113 | 6,105 |
| 2月 | 6,328 | 6,042 | 7,014 | 6,450 | 6,339 | 6,080 |
| 3月 | 7,319 | 6,698 | 7,654 | 7,286 | 7,542 | 6,572 |
| 4月 | 6,409 | 7,025 | 7,309 | 6,541 | 7,212 | 6,554 |
| 5月 | 6,669 | 6,707 | 6,996 | 7,017 | 6,928 | 7,308 |
| 6月 | 6,696 | 6,885 | 6,742 | 6,505 | 6,677 | 6,065 |
| 7月 | 6,104 | 6,562 | 6,908 | 6,006 | 5,936 | 6,146 |
| 8月 | 6,701 | 6,756 | 7,019 | 5,912 | 6,597 | 6,360 |
| 9月 | 6,818 | 6,253 | 6,532 | 5,663 | 6,734 | 6,431 |
| 10月 | 7,261 | 6,280 | 6,667 | 6,370 | 6,742 | 6,755 |
| 11月 | 6,303 | 5,746 | 5,984 | 5,595 | 6,002 | 6,195 |
| 12月 | 6,329 | 6,113 | 7,080 | 6,988 | 6,726 | 6,703 |

| 2025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 | 2,638 | 2,239 | 2,954 | 3,347 | 2,960 | 2,655 |
| 2月 | 2,482 | 2,279 | 2,718 | 3,048 | 2,372 | 2,658 |
| 3月 | 3,425 | 2,398 | 3,039 | 3,032 | 2,922 | 3,262 |
| 4月 | 2,703 | 2,250 | 2,518 | 2,521 | 2,867 | 3,048 |
| 5月 | 2,948 | 2,733 | 2,347 | 2,700 | 3,021 | 2,814 |
| 6月 | 2,884 | 2,625 | 2,760 | 3,241 | 5,284 | 3,685 |
| 7月 | 3,245 | 2,835 | 3,759 | 2,997 | 5,375 | 3,644 |
| 8月 | 4,203 | 4,277 | 3,752 | 3,652 | 3,508 | 6,705 |
| 9月 | 3,837 | 2,612 | 3,612 | 3,685 | 4,029 | 6,321 |
| 10月 | 4,055 | 2,932 | 3,984 | 4,323 | 3,652 | 3,708 |
| 11月 | 3,201 | 4,210 | 3,375 | 3,905 | 4,412 | 4,001 |
| 12月 | 3,924 | 4,521 | 3,489 | 5,432 | 5,096 | 4,332 |



仙台市の4月生鮮野菜消費支出は、東北6県で比較すると、大きく下回っており、仙台市の順位は6県中最下位。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4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。生鮮果実消費支出が一番多い地域は福島市となっている。

仙台市支出金額(3~5月)

(総務省統計局『家計調査年報(2025年)』より)
*1世帯当りの支出金額4月を100としてあらわしたもの



| 品目分類 | 仙台市 | | | 全国 | | |
|--------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | 3月 | 4月 | 5月 | 3月 | 4月 | 5月 |
| 消費支出 | 120 | 100 | 107 | 104 | 100 | 97 |
| 食料 | 114 | 100 | 102 | 108 | 100 | 105 |
| 穀類 | 105 | 100 | 92 | 97 | 100 | 101 |
| 米 | 104 | 100 | 71 | 90 | 100 | 99 |
| パン | 106 | 100 | 102 | 103 | 100 | 101 |
| 麺類 | 99 | 100 | 100 | 99 | 100 | 105 |
| 生鮮魚介 | 113 | 100 | 121 | 106 | 100 | 104 |
| 鮮魚 | 112 | 100 | 119 | 104 | 100 | 104 |
| 貝類 | 131 | 100 | 150 | 147 | 100 | 98 |
| 肉類 | 101 | 100 | 91 | 101 | 100 | 105 |
| 牛肉 | 84 | 100 | 79 | 97 | 100 | 108 |
| 豚肉 | 99 | 100 | 93 | 103 | 100 | 102 |
| 鶏肉 | 120 | 100 | 94 | 105 | 100 | 102 |
| 卵 | 109 | 100 | 104 | 101 | 100 | 104 |
| 生鮮野菜 | 114 | 100 | 104 | 104 | 100 | 98 |
| 葉茎菜 | 132 | 100 | 99 | 120 | 100 | 93 |
| キャベツ | 94 | 100 | 82 | 114 | 100 | 83 |
| ほうれんそう | 157 | 100 | 78 | 130 | 100 | 85 |
| はくさい | 128 | 100 | 65 | 171 | 100 | 80 |
| ねぎ | 131 | 100 | 95 | 127 | 100 | 93 |
| レタス | 134 | 100 | 98 | 110 | 100 | 94 |
| ブロッコリー | 144 | 100 | 154 | 139 | 100 | 111 |
| もやし | 121 | 100 | 67 | 112 | 100 | 99 |
| 他の葉茎菜 | 142 | 100 | 110 | 108 | 100 | 95 |
| 根菜 | 108 | 100 | 108 | 94 | 100 | 91 |
| さつまいも | 178 | 100 | 94 | 131 | 100 | 81 |
| じゃがいも | 112 | 100 | 149 | 94 | 100 | 106 |
| さといも | 206 | 100 | 106 | 134 | 100 | 53 |
| だいこん | 117 | 100 | 86 | 114 | 100 | 86 |
| にんじん | 99 | 100 | 120 | 95 | 100 | 93 |
| ごぼう | 119 | 100 | 80 | 118 | 100 | 97 |
| たまねぎ | 106 | 100 | 104 | 97 | 100 | 89 |
| れんこん | 144 | 100 | 63 | 157 | 100 | 70 |
| たけのこ | 52 | 100 | 80 | 24 | 100 | 39 |
| 他の根菜 | 96 | 100 | 114 | 88 | 100 | 121 |
| 他の野菜 | 106 | 100 | 105 | 98 | 100 | 107 |
| さやまめ | 107 | 100 | 98 | 93 | 100 | 103 |
| かぼちゃ | 113 | 100 | 118 | 96 | 100 | 119 |

| 品目分類 | 仙台市 | | | 全国 | | |
|---------|------|-----|-----|-----|-----|-----|
| | 3月 | 4月 | 5月 | 3月 | 4月 | 5月 |
| きゅうり | 103 | 100 | 119 | 88 | 100 | 111 |
| なす | 72 | 100 | 96 | 78 | 100 | 111 |
| トマト | 114 | 100 | 105 | 89 | 100 | 110 |
| ピーマン | 96 | 100 | 128 | 93 | 100 | 105 |
| 生しいたけ | 122 | 100 | 107 | 126 | 100 | 99 |
| しめじ | 132 | 100 | 80 | 114 | 100 | 92 |
| えのきたけ | 128 | 100 | 59 | 131 | 100 | 91 |
| 他のきのこ | 117 | 100 | 105 | 114 | 100 | 94 |
| 生鮮果物 | 127 | 100 | 109 | 114 | 100 | 97 |
| りんご | 146 | 100 | 61 | 122 | 100 | 83 |
| みかん | 2247 | 100 | 113 | 413 | 100 | 78 |
| オレンジ | 34 | 100 | 134 | 73 | 100 | 100 |
| 他の柑橘類 | 159 | 100 | 71 | 157 | 100 | 64 |
| 梨 | - | 100 | - | - | 100 | - |
| ぶどう | 67 | 100 | 88 | 76 | 100 | 134 |
| 柿 | - | 100 | - | - | 100 | - |
| 桃 | - | 100 | - | - | 100 | - |
| すいか | 5 | 100 | 205 | 9 | 100 | 394 |
| メロン | 0 | 100 | 350 | 43 | 100 | 510 |
| いちご | 152 | 100 | 89 | 134 | 100 | 55 |
| バナナ | 100 | 100 | 129 | 101 | 100 | 104 |
| キウイフルーツ | 11 | 100 | 179 | 38 | 100 | 144 |
| 他の果物 | 93 | 100 | 153 | 88 | 100 | 126 |
| 果物加工品 | 114 | 100 | 86 | 113 | 100 | 102 |
| 酒類 | 181 | 100 | 138 | 133 | 100 | 111 |
| 一般外食 | 118 | 100 | 90 | 114 | 100 | 115 |
| 和食 | 117 | 100 | 91 | 134 | 100 | 124 |
| 飲酒代 | 107 | 100 | 44 | 112 | 100 | 118 |

5め月に向けて伸びている
商材(仙台市)

- ブロッコリー
- じゃがいも
- きゅうり
- ピーマン
- オレンジ
- すいか
- メロン
- バナナ
- キウイフルーツ

4月の指数が高い商材(仙台市)

- ほうれんそう
- はくさい
- れんこん
- たけのこ
- ごぼう

5月にかけて伸びている商材は、4月は売り込みのチャンス！早めの仕掛けを。

ブロッコリー・すいか・メロンはマスト商品！！

4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・えのきたけ・いちごは要チェック！！

たけのことアスパラガスの オイスター炒め

<材料>

たけのこ 200g
アスパラガス 4本
ごま油 適量

【A】

酒 大さじ1
しょうゆ 小さじ1
オイスターソース 大さじ1
塩・こしょう 適量



<オススメポイント>

オイスターソースでこっくりとした味わいに★
ご飯がすすむ1品♪

<作り方>

- ①たけのこはあく抜きをして、スライス。
アスパラガスは5cmくらいに切る。
- ②フライパンにごま油を熱し、①を炒める。
- ③焼き色がついてきたら【A】を加え、炒め合わせる。
- ④塩・こしょうで味を調える。

たけのこの 土佐煮



<材料>

たけのこ 300g

【A】

砂糖 大さじ2
めんつゆ 大さじ2
水 120cc
酒 大さじ2
かつお節 ひとつかみ

<オススメポイント>

一旦冷ますことでしっかり
味が染みる★
作り置きにも重宝♪

<作り方>

- ①たけのこはあく抜きをし、食べやすい大きさにスライスする。
- ②鍋に①と【A】を入れ煮立たせたらかつお節を加え、煮つめる。
- ③一旦冷まして、食べる前に温めなおす。