

青果販促カレンダー

今月のおすすめ食材

茄子

おすすめ食材を使ったレシピ
を紹介してます

September

長月

2026年9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	仏滅	キウイの日	くいの日
2	水	大安	牛乳の日 靴の日 宝くじの日	休市
3	木	赤口	組合の日 ベッドの日 ホームラン記念日	
4	金	先勝	くしの日 クラシック音楽の日	
5	土	友引	国際チャリティーデー 国民栄誉賞の日	
6	日	先負	妹の日 黒豆日 黒の日	
7	月	仏滅	白露 CMソングの日 クリーナーの日	
8	火	大安	屋根の日 ニューヨークの日	
9	水	赤口	チョコQの日 九九の日 菊の日	休市
10	木	先勝	カラーテレビ放送記念日 牛タンの日	
11	金	友引	公衆電話の日	
12	土	先負	マラソンの日 宇宙の日	
13	日	仏滅	プログラマーの日	
14	月	大安	コスモスの日	
15	火	赤口	マスカットの日 シルバーシートの日	
16	水	先勝	マッチの日 ハイビジョンの日	休市
17	木	友引	イタリア料理の日	
18	金	先負	かいわれ大根の日	
19	土	仏滅	苗字の日 木炭の日	
20	日	大安	彼岸入り	
21	月	赤口	敬老の日	
22	火	友引	国民の休日 地球の日	
23	水	先負	秋分の日 小葱の日	開市
24	木	仏滅	畳の日 清掃の日	
25	金	大安	十五夜	
26	土	赤口	彼岸明け 台風襲来の日	
27	日	先勝	女性ドライバーの日 世界観光の日	
28	月	友引	パソコン記念日	
29	火	先負	ふぐの日 招き猫の日	
30	水	仏滅	奥様の日 くるみの日	休市

仙台市場 主要品目 売上上位	令和7年 9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	胡瓜	(宮城)	⑥	人参	(北海道)	①	豊水梨	(茨城・福島)	⑥	りんご	(青森)
		②	玉葱	(北海道)	⑦	長葱	(宮城・茨城)	②	キウイフルーツ	(ニュージーランド)	⑦	赤梨	(茨城)
		③	キャベツ	(群馬)	⑧	茄子	(栃木・宮城)	③	バナナ	(フィリピン)	⑧	巨峰	(山梨)
	④	大根	(青森・北海道)	⑨	白菜	(長野・北海道)	④	極早生みかん	(熊本)	⑨	いちじく	(福島・新潟)	
	⑤	トマト	(北海道・茨城)	⑩	馬鈴薯	(北海道)	⑤	刀根早生柿	(奈良)	⑩	白桃	(福島)	
旬の食材		茄子 里芋 さつま芋 大根 きのこと類 かぼちゃ						豊水梨 巨峰 ピオーネ シャインマスカット いちじく 栗					
今月の ピックアップ 食材	さつま芋			茄子			豊水梨			シャインマスカット			
	秋の訪れを感じさせてくれるさつま芋。9月になると、収穫されたばかりの新物が出回り始める。近年では昔ながらのホクホクとした食感のものから、スイーツのような甘さとしっとり感やねっとり系のもので沢山の品種があり選ぶ楽しみも広がっている。さつま芋にはお腹の調子を整えてくれる食物繊維がたっぷり。			夏に採れる茄子とは違い、秋に収穫される茄子は「秋なす」といい、この時期になると日差しが和らぐため、皮が柔らかく、昼夜の寒暖差で実がギュッと締まり、旨味も濃厚。なすの紫色の皮には「ナスニン」というポリフェノール的一种が豊富に含まれており、強い抗酸化作用を持つ。			幸水梨との切替わりで出てくる品種が【豊水梨】。糖度が高く、豊かな甘味の中にさわやかな酸味もあり甘味と酸味のバランスがとれた濃厚な味わいが特徴。果肉は果汁をたっぷり含んでいてジューシー。梨特有のシャリシャリをした食感と甘さが楽しめる。			シャインマスカットは2006年に日本で誕生したぶどう。最大の特徴はなんといってもその食べやすさ。種が無い為そのまま丸ごと食べることができ、皮が薄いので皮ごと食べても口に残りにくい。口に入れると芳醇なマスカットの香りが広がり、果肉のパリッとした食感と濃厚な甘味が魅力。			
イベント		◎残暑 ◎秋のお彼岸 ◎敬老の日 ◎シルバーウィーク ◎秋の味覚 ◎秋の気配 ◎収穫の秋 ◎十五夜											
販促の ポイント	🍂秋の気配🍂			❖秋の味覚❖			🌕十五夜🌕						
	◎ 鍋はじめました ◎ ホットメニューはじめます			◎ 秋の果物 ◎ 秋の炊き込みご飯			◎ 芋名月 ◎ お月見だんご						
9月の 天気予報		東北地方は天気は数日の周期で変わり、更に東北太平洋側では平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。 気温は東北地方で平年より確率10%、高い確率60%です。 降水量は東北日本海側で平年並みまたは低い確率ともに30%、東北太平洋側では平年並みまたは低い確率ともに40%。											

仙台市9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

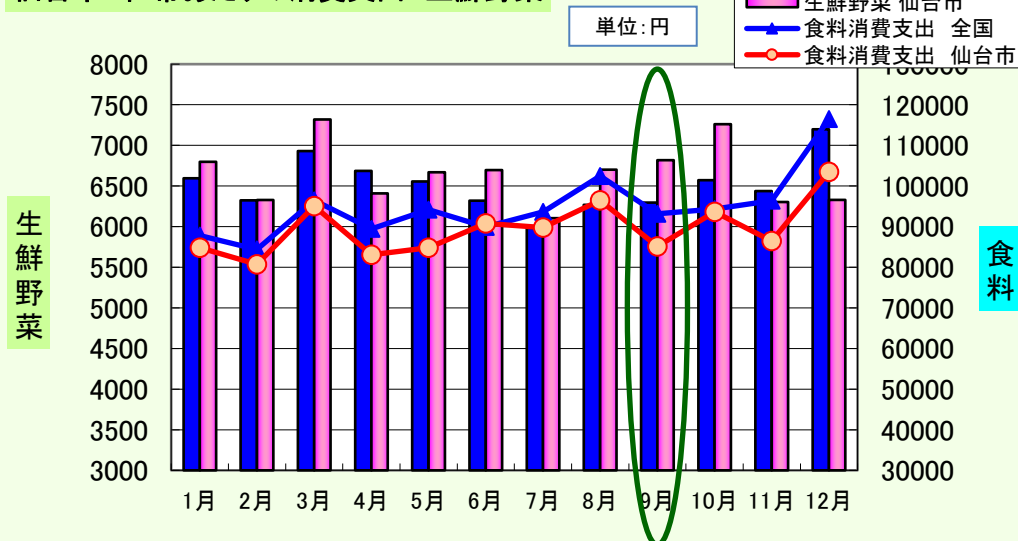
※2025年データ



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%

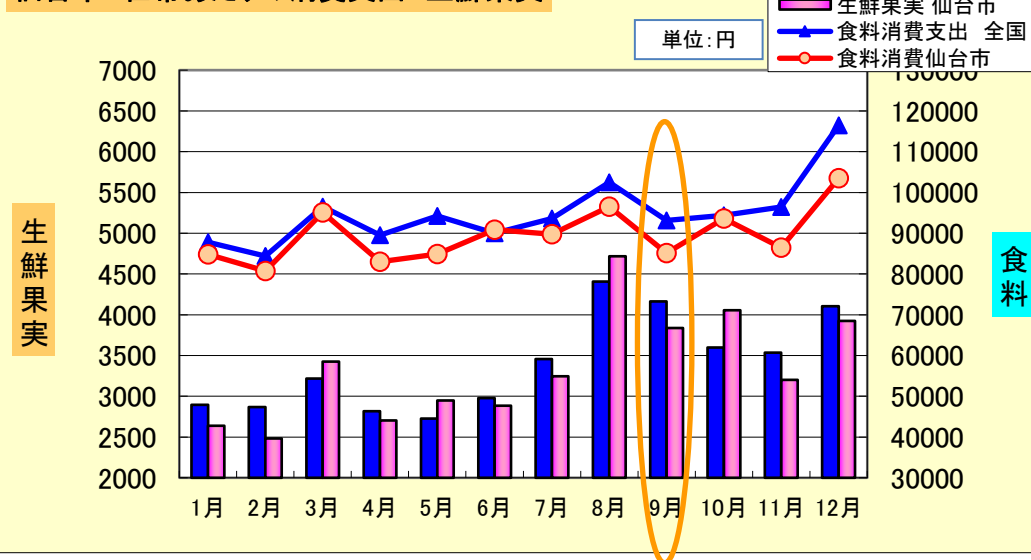
月	食料費(食料消費支出-外食)			2025年外食前年比	
	全国	仙台市	全国比	全国	仙台
1月	71,979	69,818	97.0%	105%	88%
2月	70,451	69,831	99.1%	102%	69%
3月	79,125	79,572	100.6%	106%	86%
4月	74,314	70,097	94.3%	107%	89%
5月	76,730	73,190	95.4%	114%	73%
6月	74,714	78,549	105.1%	104%	91%
7月	77,453	75,696	97.7%	103%	93%
8月	81,734	79,949	97.8%	109%	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9月の仙台市の生鮮野菜消費支出は年間で3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



2025年9月の仙台市の生鮮果実消費支出は年間で3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下回っている。

東北6県9月の消費動向比較

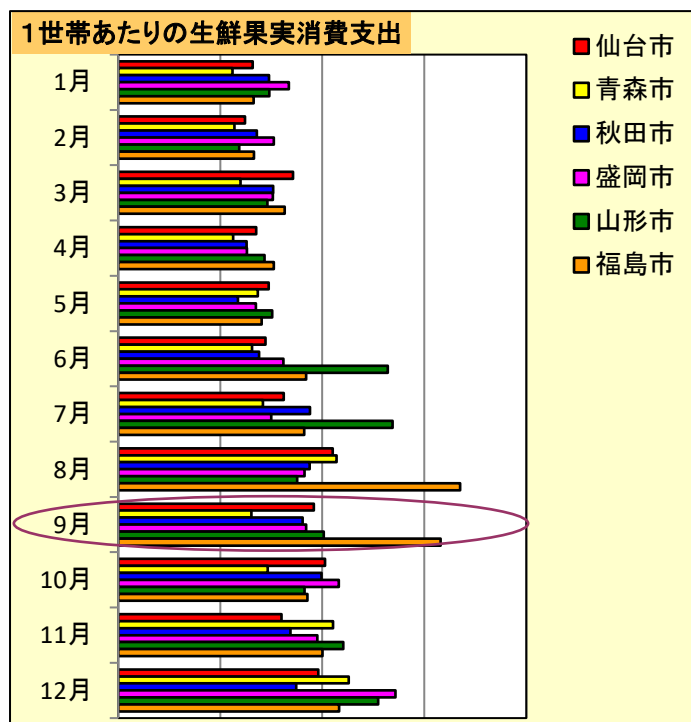
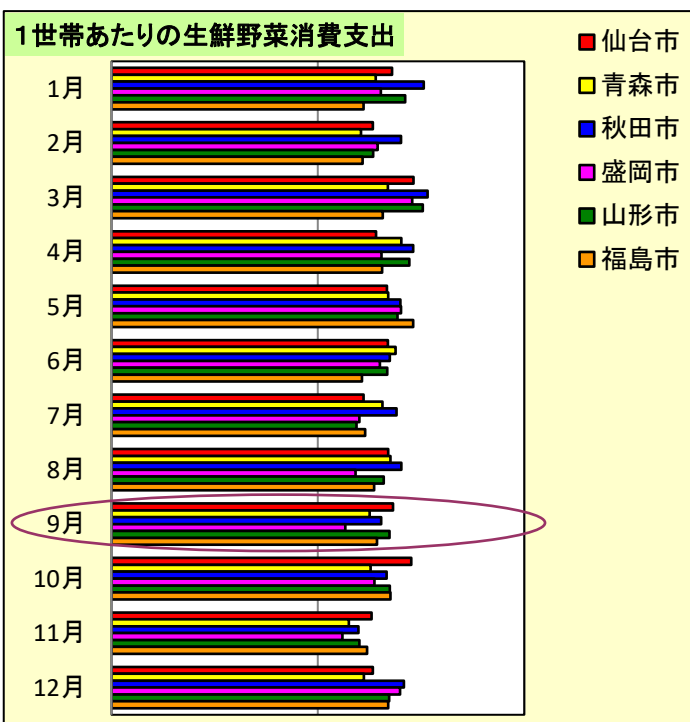
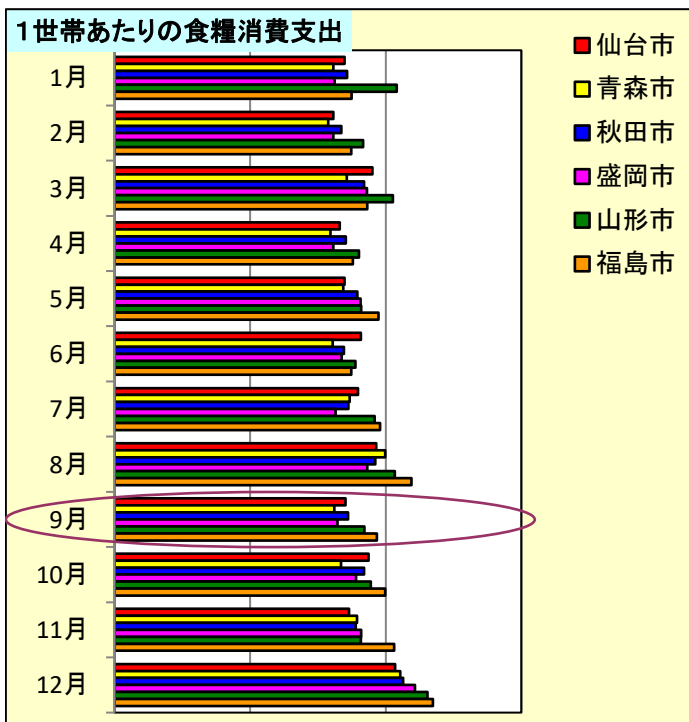
総務省統計局『家計調査年報(二人以上の世帯)』より
※2025年データ



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9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1位。生鮮野菜消費支出が一番多い地域となっている。

仙台市の9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ダントツで福島市。

仙台市支出金額(8～10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9月を100としてあらわしたもの



品目分類	仙 台 市			全 国		
	8月	9月	10月	8月	9月	10月
消費支出	122	100	115	104	100	101
食料	113	100	110	110	100	101
穀類	112	100	149	88	100	105
米	117	100	217	67	100	103
パン	110	100	106	104	100	107
麺類	111	100	104	122	100	104
生鮮魚介	92	100	100	100	100	97
鮮魚	93	100	102	99	100	96
貝類	80	100	57	125	100	121
肉類	110	100	109	108	100	105
牛肉	104	100	119	120	100	104
豚肉	106	100	109	101	100	106
鶏肉	110	100	116	98	100	108
卵	113	100	104	103	100	106
生鮮野菜	98	100	106	100	100	104
葉茎菜	99	100	111	95	100	114
キャベツ	114	100	126	101	100	106
ほうれんそう	67	100	175	87	100	167
はくさい	61	100	218	53	100	218
ねぎ	95	100	129	91	100	119
レタス	102	100	95	94	100	87
ブロッコリー	127	100	115	94	100	128
もやし	85	100	97	94	100	105
他の葉茎菜	99	100	89	103	100	97
根菜	73	100	109	87	100	114
さつまいも	17	100	103	67	100	117
じゃがいも	73	100	80	81	100	113
さといも	30	100	167	46	100	200
だいこん	67	100	133	67	100	129
にんじん	94	100	92	100	100	106
ごぼう	65	100	87	72	100	119
たまねぎ	117	100	129	93	100	112
れんこん	59	100	124	66	100	107
たけのこ	86	100	109	100	100	93
他の根菜	78	100	97	115	100	97
他の野菜	113	100	102	109	100	94
さやまめ	154	100	38	170	100	70
かぼちゃ	98	100	99	104	100	102

品目分類	仙 台 市			全 国		
	8月	9月	10月	8月	9月	10月
きゅうり	106	100	88	102	100	81
なす	125	100	87	123	100	76
トマト	114	100	121	104	100	87
ピーマン	117	100	105	108	100	86
生しいたけ	75	100	128	90	100	141
しめじ	70	100	155	80	100	128
えのきたけ	60	100	185	76	100	147
他のきのこ	66	100	153	76	100	129
生鮮果物	110	100	106	106	100	86
りんご	37	100	242	58	100	155
みかん	64	100	327	60	100	356
オレンジ	178	100	81	116	100	80
他の柑きつ類	94	100	79	98	100	91
梨	53	100	93	72	100	40
ぶどう	64	100	73	80	100	49
柿	5	100	610	1	100	527
桃	156	100	14	309	100	2
すいか	404	100	9	666	100	10
メロン	1339	100	72	405	100	57
いちご	-	100	-	100	100	80
バナナ	114	100	110	98	100	104
キウイフルーツ	70	100	70	102	100	85
他の果物	143	100	93	125	100	90
果物加工品	121	100	86	104	100	99
酒類	130	100	114	112	100	99
一般外食	133	100	112	133	100	100
和食	125	100	111	136	100	103
飲酒代	98	100	77	114	100	101

10月に向けて伸びている
商材(仙台市)

- ほうれんそう
- はくさい
- さといも
- だいこん
- えのきたけ
- りんご
- みかん
- 柿

9月の指数が高い商材(仙台市)

- じゃがいも
- さやまめ
- なす
- オレンジ
- 桃
- すいか

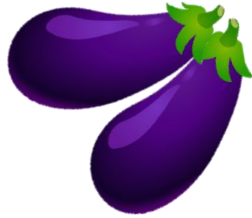
10月にかけて伸びている商材は、9月は売り込みのチャンス！早めの仕掛けを。

はくさい・ほうれんそう・柿はマスト商品！！

9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・ぶどう・桃は要チェック！！

茄子のさっぱり焼き浸し



<材料>

なす 2本
ごま油 大さじ2
【A】
水 100cc
砂糖 小さじ1
ぽん酢しょうゆ 大さじ3

<オススメポイント>

ぽん酢でさっぱりと食べられる★
煮汁が染みてご飯がすすむ♪

<作り方>

- ①なすはヘタを切り落とし、縦半分に切り、皮目に斜め2～2mm幅の切り込みを入れる。
- ②フライパンにごま油を入れ中火で熱し、なすの皮目からさきに両面焼く。
- ③【A】を加えてひと煮たちしたら蓋をして、弱火で味が染み込むまで3分ほど煮る。
- ④器に盛り、お好みでかつお節や小葱をちらす。

茄子のみぞれ煮



<材料>

茄子 4～5本
大根 1/2本
サラダ油 大さじ2
【A】
料理酒 大さじ4
みりん 大さじ4
めんつゆ 大さじ4

<オススメポイント>

とろとろの茄子と大根おろしで食が進む★
冷蔵庫で冷やして常備も可能♪

<作り方>

- ①茄子はヘタを切り落とし乱切りにする。
大根はすりおろす。
- ②フライパンに茄子を入れ上からサラダ油を回しかけ全体に絡め、火をつける。
- ③茄子を皮目から焼きこんがり焼き色が付いたら、【A】を加えてアルコールを飛ばしながら煮る。
- ④大根おろしを加え全体を馴染ませながら煮込む。