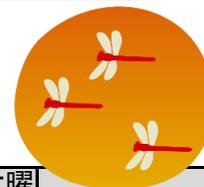


# 青果販促カレンダー

今月のおすすめ食材

れんこん

おすすめ食材を使ったレシピ  
を紹介しています



November

霜月

2024年11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	金	仏滅	犬の日	すしの日 紅茶の日
2	土	大安	タイツの日	書道の日
3	日	赤口	文化の日	ハンカチーフの日
4	月	先勝		
5	火	友引	縁結びの日	
6	水	先負	アパート記念日	
7	木	仏滅	霜降	ココアの日 知恵の日
8	金	大安	いい歯の日	
9	土	赤口	119番の日	
10	日	先勝	ハンドクリームの日	
11	月	友引	きりたんぼの日	ポッキー&プリッツの日
12	火	先負	かりんとうの日	
13	水	仏滅	あいさつの日	休市
14	木	大安	いい石の日	
15	金	赤口	七五三	きもの日
16	土	先勝	いいいろの日	
17	日	友引	れんこんの日	家族の日
18	月	先負	森とふるさとの日	
19	火	仏滅	農協記念日	
20	水	大安	ピザの日	休市
21	木	赤口	ボジョレー・ヌーヴォー解禁日	
22	金	先勝	小雪	いい夫婦の日 THANKS PETS DAY
23	土	友引	勤労感謝の日	小葱の日
24	日	先負	オペラ記念日	かつお節の日
25	月	仏滅	OLの日	ハイビジョンの日
26	火	大安	いい風呂の日	
27	水	赤口	ノーベル賞制定記念日	休市
28	木	先勝	太平洋記念日	
29	金	友引	いい肉の日	いい服の日
30	土	先負	シルバーラブの日	本みりんの日

# 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11月	①	玉ねぎ	(北海道)	⑥	トマト	(宮城・熊本)	①	みかん	(長崎・熊本)	⑥	平核無柿	(新潟・奈良)
	②	人参	(千葉・青森)	⑦	大根	(千葉・神奈川)	②	りんご	(青森・岩手)	⑦	キウイフルーツ	(ニュージーランド)
	③	胡瓜	(宮城)	⑧	白菜	(茨城・宮城)	③	バナナ	(フィリピン)	⑧	アールスメロン	(熊本・高知)
	④	長葱	(宮城)	⑨	馬鈴薯	(北海道)	④	いちご	(宮城・栃木)	⑨	パインアップル	(フィリピン)
	⑤	キャベツ	(千葉・宮城)	⑩	法蓮草	(宮城)	⑤	富有柿	(奈良)	⑩	レモン	(チリ)

旬の食材	大根 白菜 長葱 れんこん ごぼう さつま芋 里芋	早生みかん りんご ラ・フランス 富有柿
------	---------------------------	----------------------

今月のピックアップ食材	れんこん	里芋	ラ・フランス	富有柿
	<p>11月17日は【れんこんの日】。これは蓮根栽培者が集まり「蓮根サミット」が行われた日が由来。れんこんが11月頃から12月にかけて入荷が多くなる。晩秋のれんこんは田んぼの中で寝かせているので、でんぷん質が糖にに変化するため粘りと甘味が強い。シャキシャキ感やホクホク感が魅力。</p>	<p>秋の芋煮会には欠かせない食材の「里芋」。宮城の【豚・味噌】と山形の【牛・醤油】というように芋煮の中身を対決するほど、芋煮はマスト料理。秋から冬にかけてが旬の時期で12月頃が特に流通が多くなる。独特のぬめりとホクホクした食感が魅力。芋の中では低カロリーな食材。</p>	<p>西洋梨の代表品種「ラ・フランス」はその名の通りフランスが原産の11月が旬の果物で山形県が生産量国内第1位。「果物の女王」とよばれ、とろけるような食感とまろやかな口当たり、そして甘く瑞々しい果肉が魅力。ラ・フランスは追熟が必要な果物で、収穫後に予冷保管してから出荷される。</p>	<p>「富有柿」は甘柿の代表的な品種で、重さ230~280gくらいの丸みのある形で甘味が強くて柔らかく食感はサクサクとしているのが特徴。11月から12月上旬に出回る。ビタミン・ミネラル・食物繊維が多く含まれており、美容効果や健康効果の高いスーパーフルーツ。</p>

イベント ◎晩秋の味覚 ◎鍋メニュー ◎ホットメニュー ◎七五三 ◎ボジョレ・ヌーボー解禁 ◎勤労感謝の日 ◎冬支度

販促のポイント	<p><b>円祝！七五三円</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 家族そろってお祝い</li> <li>◎ お祝いの食卓</li> </ul>	<p><b>🍷ボジョレー解禁🍷</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◎ ワインに合う料理</li> <li>◎ ワインに合うスイーツ</li> </ul>	<p><b>🧤冬が始まるよ🧤</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◎ あったかメニュー</li> <li>◎ 鍋始めました</li> </ul>

11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。気温は平年並みまたは高い確率ともに40%。降水量は東北太平洋側で平年並みまたは少ない確率ともに30%です。

# 仙台市11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

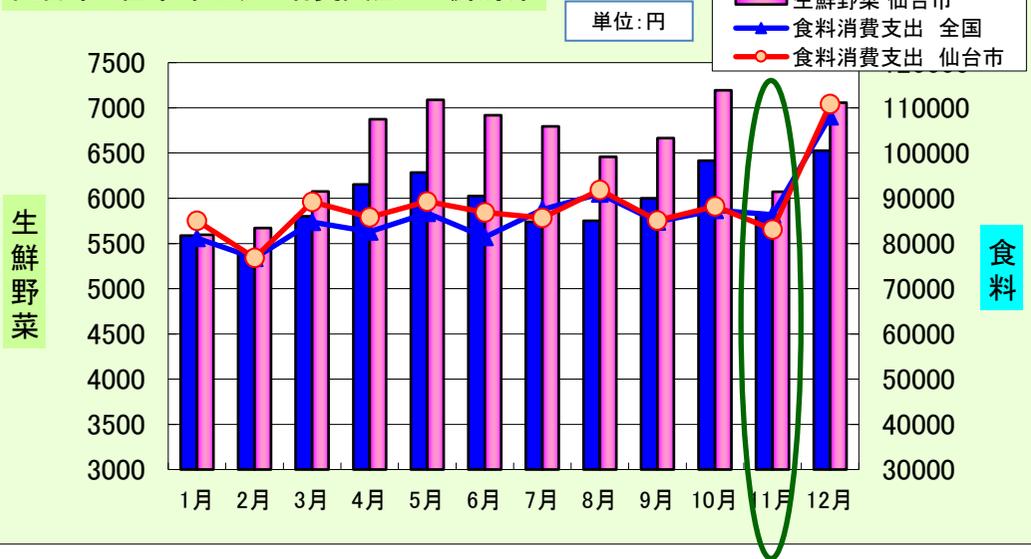


年	月	食料消費支出			生鮮野菜			生鮮果実		
		全国	仙台市	全国比	全国	仙台市	全国比	全国	仙台市	全国比
2023	1月	81,152	85,003	104.7%	5,587	5,596	100.2%	2,694	2,413	89.6%
2023	2月	76,771	76,830	100.1%	5,404	5,671	104.9%	2,622	2,409	91.9%
2023	3月	84,743	89,202	105.3%	5,801	6,075	104.7%	2,878	3,381	117.5%
2023	4月	82,565	85,794	103.9%	6,152	6,874	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)		
	全国	仙台市	全国比
1月	67,196	70,948	105.6%
2月	64,772	66,691	103.0%
3月	69,987	76,611	109.5%
4月	68,864	74,251	107.8%
5月	71,431	76,781	107.5%
6月	68,467	73,643	107.6%
7月	72,871	72,953	100.1%
8月	74,254	76,375	102.9%
9月	71,110	74,426	104.7%
10月	72,682	72,360	99.6%
11月	71,429	70,274	98.4%
12月	91,952	92,701	100.8%

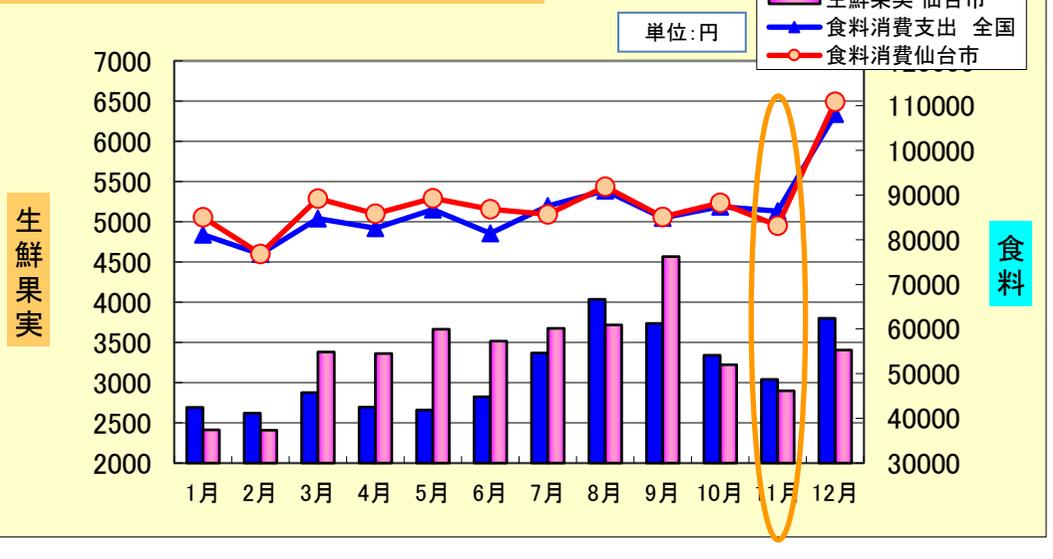
2022年外食前年比	
全国	仙台
121%	121%
147%	119%
132%	141%
120%	127%
114%	98%
108%	116%
114%	115%
121%	108%
115%	98%
107%	115%
113%	102%
113%	137%

仙台市1世帯あたりの消費支出 生鮮野菜



2023年11月の仙台市の生鮮野菜消費支出は年間で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やや上回っている。

仙台市1世帯あたりの消費支出 生鮮果実



2023年11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非常に上回っている。

# 東北6県11月の消費動向比較

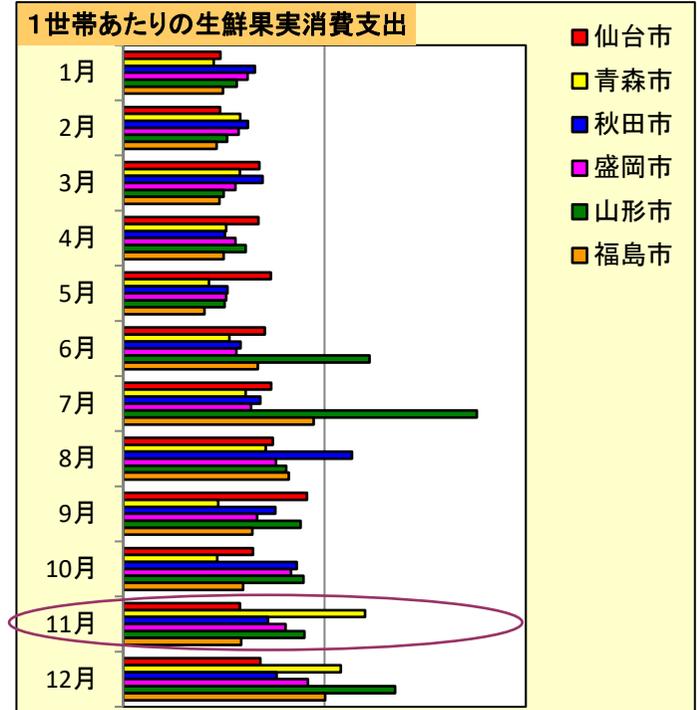
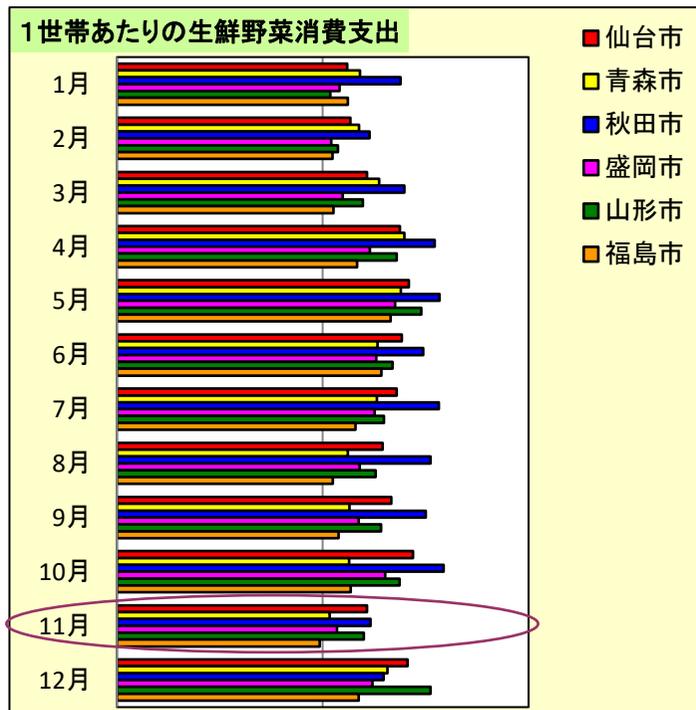
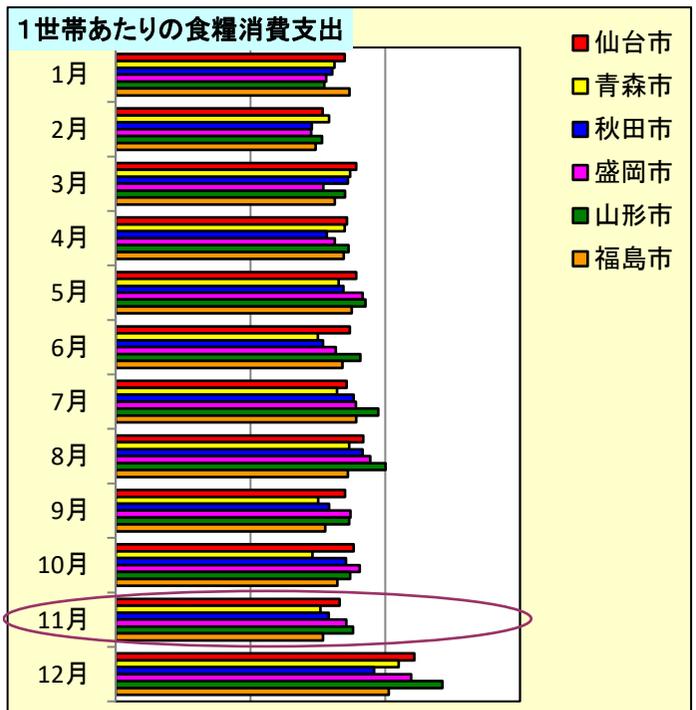
総務省統計局『家計調査年報(二人以上の世帯)』より  
※2023年データ



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11月生鮮野菜消費支出は、東北6県で比較すると、仙台市の11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。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。生鮮果実消費支出が一番多い地域はダントツで青森市となって

# 仙台市支出金額(10~12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11月を100としてあらわしたもの



品目分類	仙台市			全国		
	10月	11月	12月	10月	11月	12月
消費支出	162	100	137	105	100	115
食料	106	100	133	101	100	125
穀類	94	100	140	108	100	123
米	103	100	211	136	100	114
パン	96	100	111	101	100	103
麺類	102	100	125	99	100	127
生鮮魚介	111	100	147	103	100	177
鮮魚	118	100	148	106	100	178
貝類	65	100	140	76	100	170
肉類	99	100	140	99	100	130
牛肉	84	100	203	95	100	176
豚肉	107	100	109	100	100	107
鶏肉	99	100	119	101	100	124
卵	98	100	100	103	100	104
生鮮野菜	118	100	116	110	100	112
葉茎菜	122	100	117	105	100	107
キャベツ	143	100	106	112	100	90
ほうれんそう	66	100	99	84	100	97
はくさい	110	100	88	105	100	90
ねぎ	126	100	113	103	100	119
レタス	132	100	110	126	100	98
ブロッコリー	104	100	95	82	100	95
もやし	137	100	115	111	100	95
他の葉茎菜	149	100	162	117	100	130
根菜	111	100	125	108	100	126
さつまいも	140	100	102	120	100	117
じゃがいも	76	100	120	106	100	110
さといも	125	100	92	120	100	174
だいこん	165	100	105	125	100	92
にんじん	119	100	105	109	100	102
ごぼう	83	100	115	114	100	156
たまねぎ	98	100	140	96	100	126
れんこん	79	100	138	119	100	162
たけのこ	107	100	307	103	100	374
他の根菜	113	100	148	95	100	122
他の野菜	121	100	109	115	100	106
さやまめ	347	100	331	141	100	138
かぼちゃ	124	100	96	130	100	122

品目分類	仙台市			全国		
	10月	11月	12月	10月	11月	12月
きゅうり	136	100	111	129	100	94
なす	129	100	68	151	100	74
トマト	134	100	123	110	100	106
ピーマン	142	100	111	114	100	91
生しいたけ	129	100	118	97	100	137
しめじ	104	100	110	98	100	103
えのきたけ	86	100	152	91	100	119
他のきのこ	81	100	92	117	100	97
生鮮果物	111	100	117	110	100	125
りんご	59	100	112	81	100	109
みかん	70	100	192	66	100	161
オレンジ	33	100	73	156	100	69
他の柑きつ類	44	100	110	69	100	285
梨	123	100	9	249	100	55
ぶどう	283	100	61	343	100	47
柿	160	100	50	102	100	50
桃	-	100	-	-	100	-
すいか	-	100	-	200	100	67
メロン	33	100	0	200	100	231
いちご	0	100	1927	9	100	1169
バナナ	119	100	108	108	100	97
キウイフルーツ	257	100	67	142	100	89
他の果物	153	100	98	149	100	128
果物加工品	69	100	105	95	100	157
酒類	112	100	166	96	100	142
一般外食	125	100	157	97	100	109
和食	129	100	122	99	100	102
飲酒代	135	100	258	87	100	144

12月に向けて伸びている  
商材(仙台市)

- ねぎ
- じゃがいも
- たまねぎ
- れんこん
- えのき
- りんご
- みかん
- いちご

11月の指数が高い商材  
(仙台市)

- はくさい
- さといも
- かぼちゃ
- なす
- ぶどう
- 柿
- キウイフルーツ

**12月にかけて伸びている商材は、11月は売り込みのチャンス！早めの仕掛けを。**

**たまねぎ・れんこん・いちごはマスト商品！！**

**11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・柿・キウイフルーツは要チェック！！**

## れんこんの甘酢炒め

### <材料>

れんこん 200g  
片栗粉 大さじ1と1/2

### 【A】

しょうゆ 大さじ1  
酢 大さじ1  
砂糖 大さじ1  
ごま油 大さじ1と1/2  
白いりごま 適量



### <オススメポイント>

片栗粉をまぶすことで味の  
なじみがよくなる★  
コクのある味があとひく♪

### <作り方>

- ①れんこんは皮を剥き5mm幅の輪切りにする。
- ②ボウルに①と片栗粉を入れて全体にまぶす。
- ③フライパンにごま油をひき、②を両面焼く。
- ④焼き色がついたら混ぜ合わせた【A】を加え、  
中火で全体に味を絡めながら2分程炒める、
- ⑤皿に盛りつけ、白いりごまをかける。

## れんこんもち

### <材料>

れんこん 300g  
塩 少々  
片栗粉 大さじ2  
サラダ油 大さじ1/2

### 【A】

酒・みりん・砂糖・しょうゆ・水  
・・・各大さじ1  
白ごま 適量



### <オススメポイント>

れんこんをすりおろして作る  
モチモチ食感がたまらない♪  
甘辛だれ

### <作り方>

- ①れんこんは綺麗に洗い、皮ごとすりおろす。
- ②①を水気をきり、塩と片栗粉を加え混ぜ合わせ、  
6等分して平らな円形に形を整える。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、②を両面に  
焼き色が付くまで焼く。
- ④【A】器でよく混ぜ合わせ、③に加えて  
煮汁がなくなるまで煮絡める。
- ⑤器に盛り、白ごまを振る。