

特集
かき揚げ



青果にまつわる情報誌

Kanemasa Magazine

2024. 10-11

発行月 2024年7月

10月2024年																																									
日付	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31										
曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木										
六曜	赤口	先勝	先負	仏滅	大安	赤口	先勝	友引	先負	仏滅	大安	赤口	先勝	友引	先負	仏滅	大安	赤口	先勝	友引	先負	仏滅	大安	赤口	先勝	友引	先負	仏滅	大安	赤口	先勝										
十千十二支	戊戌	己亥	庚子	辛丑	壬寅	癸卯	甲辰	乙巳	丙午	丁未	戊申	己酉	庚戌	辛亥	壬子	癸丑	甲寅	乙卯	丙辰	丁巳	戊午	己未	庚申	辛酉	壬戌	癸亥	甲子	乙丑	丙寅	丁卯	戊辰										
七十二候	四十八候 水始めて渦る						四十九候 雁来る						五十候 菊花開く						五十一候 キリギリス戸に在り						五十二候 霜始めて降る						五十三候 小雨時々降る										
雑節																				秋土用(～11/6)																					
二十四節気								寒露															霜降																		
暦・記念日	都民の日（東京都） オープンレンジの日 国際高齢者デー 福祉用具の日 全国労働衛生週間（ゝ七日）	都民の日（東京都） 和の日の日 蠶油の日 日本酒の日 コーヒーの日 法の日週間（ゝ七日）	国際音楽の日 浄化槽の日 印章の日 確定拠出年金の日 香水的の日 ネクタイの日	土地の日 デザインの日 メガネの日	直売所（ファーマーズマーケット）の日 杜仲の日 美術を楽しむ日	洗浄の日 ドイツパンの日	都市景観の日 いわしの日 古書の日 陶器の日 日本刀の日 世界宇宙週間（ゝ十日）	カナダ・メープルの日	国際協力の日 とくしまNAKKAドローンの日 登録の日 登録販売者の日 シャツの日	盗難防止の日 マナーインストラクターの日 世界ハピタット・デー 大人のダイエットの日	はらこめしの日 入れ歯感謝デー（歯科技工の日） 運動器の健康・骨と関節の日 糖をはかる日	木材利用促進の日（木の日の日） ドライバーバイロットの日	塾の日 熟睡の日 トラランクルームの日 道具の日 世界郵便の日 仙台牛の日	トラックの日 金券の日	はらこめしの日 入れ歯感謝デー（歯科技工の日） 運動器の健康・骨と関節の日 糖をはかる日	岡山東産桃太郎トマトの日 世界メンタルヘルス・デー オオヒシクイの日（トットの日の日） 鯛の日 ふとんの日	青森のお米「青天の霹靂」の日 LPGガスの日 LPG車の日 おもちの日 転倒予防の日	旧重陽の節句 安全安心なまちづくりの日 国際ガールズ・デー	豆乳の日	国際防災の日 ベットの健康診断の日 豆の日 古紙リサイクル週間（ゝ十九日）	スポーツの日 鉄道の日	十三夜 世界手洗いの日 新聞週間（ゝ二十一日） 化石の日 きのこの日 九州あご文化の日	人と色の日・自分色記念日 ありがとう湯沢の日 国消国産の日 グリーンリボンデー	ボスデー 世界食料デー ありがとう湯沢の日 グリーンリボンデー	薬と健康の週間（ゝ二十三日） 貯蓄の日 貧困撲滅のための国際デー	沖縄そばの日 カラオケ文化の日 統計の日 木造住宅の日 Z E N R I N G D A Y / 世界ウエイブストレッチャリングの日	冷凍食品の日 冷凍生活の日 統計の日 木造住宅の日 Z E N R I N G D A Y / 世界ウエイブストレッチャリングの日	愛知のいちじくの日 住育の日 ほめ育の日 中性脂肪の日 T O E I C の日	おかやま米の新米記念日	あかりの日 禅寺丸柿の日 行政相談週間（ゝ二十七日）	キャットトリボン（猫のピンクリボン）の日 図鑑の日 アニメの日	ぶどうの日 家族写真の日	国連デー 世界開発情報の日 マーガリンの日	新潟米の日	弾性ストッキングの日 東北文化の日（ゝ二十七日）	青森のお米「つがるロマン」の日 デニムの日 きしめんの日 柿の日	文字・活字文化の日 読書週間（ゝ十一月九日）	秋の土用の丑 群馬県民の日	国産とり肉の日	食品ロス削減の日 たまごかけごはんの日 マナーの日	ハロウィン 出雲ぜんざいの日 ガスの記念日 菜の日
※2023年5月調べ。日程は変更になる場合があります																																									
※暦・記念日について、公共機関が制定した週間の期間などの日付は漢数字を使用しています																																									
・年金支給日																																									
トイバントクス・																																									

[illegible]

10月

11月

Vegetables & fruits

かぼちゃ



さつまいも



春菊



長葱



ごぼう



人参



蓮根



小松菜



柿



ぶどう



Hallo Autumn
今月のおすすめ

秋冬野菜のかき揚げ

- ・パリパリ！かき揚げサラダ
- ・かき揚げバリエーション
- ・ピーラーで作るかき揚げ



八百屋の逸品

- ・かぶと生ハムのマリネ



旬果物：柿

- ・柿スムージー
- ・丸ごと柿シャーベット

素材のおいしさを味わう

旬野菜をかき揚げ で楽しもう

秋冬野菜が旬を迎え、
根菜類が多く登場してきます。
この時期から気温が下がり、
生野菜に手が出にくくなるので、
揚げ物でお野菜を摂るのはいかが？
揚げることでうまみが閉じ込められ、
かさが減るので、たくさん野菜を
摂ることができます。
野菜の甘さやホクホクとした食感も
ぜひ楽しんで！



パリパリ麺と旬野菜かき揚げのボリュームサラダ

かき揚げを崩してトッピングするとボリューム感抜群のサラダに！

秋冬野菜のかき揚げバリエーション

春菊（菊菜）

緑色が映え、見た目もよく仕上がります。揚げると独特の風味と苦みが和らぎ、食べやすくなることもポイントです！



れんこんと 紅ショウガ

関西ではおなじみの紅ショウガ天風アレンジ！れんこんのシャキシャキ食感と紅ショウガの風味が病みつきに！



ごぼうと蓮根

ごぼうはあえて大きく斜め切りにして食感や風味を楽しんで！食物繊維もたっぷり摂れます。



さつまいも

ホクホク甘いさつまいもがアクセントに！皮ごと使うと色合いも引き締まります。



麺にのっけて！ピーラーで作る大判かき揚げ

麺メニューと相性抜群のかき揚げをトレンドの麺メニューにのっけてみました！

ラーメンにも！

大判かき揚げTKM



TKMって・・・？

卵かけ麺の略称。シンプル
すぎるのにSNSで大人気！

うどんにも！

大判ごぼう天うどん



安い！早い！うまい！

八百屋の逸品

安くて早くて、それでいて野菜たっぷりでうまい！

そんなトレンドの外食メニューを八百屋ならではの目線でご紹介。

包丁レスや3つのステップで作れ、誰でも簡単に作れるメニュー案です。



今月の逸品

かぶと生ハムのマリネ

材料(2～3人分)

かぶ	2個
シャインマスカット	10粒
塩	適量
生ハム	2～3枚
[A]	
デイル	2枝(葉の部分)
白ワインビネガー	小さじ2
オリーブオイル	大さじ1
ピンクペッパー	10粒程度

作り方

1. シャインマスカットは半分にカット。
かぶはくし切りにし、塩揉みして水気を切る。
2. 1のシャインマスカットとカブをボウルに合わせ、[A]を加えてさっとあえ、生ハムと一緒に盛り付ける。

Happy Halloween!!

今月の旬果実

柿

秋を代表する果実の一つで、美しいオレンジ色が目を引く柿。

最近ではこの「色」に注目して、ハロウィンフードとしても人気が高いのをご存じですか？デザートはもちろん、サラダに入れてもおいしく、栄養価も高いので是非メニューに取り入れてみてください！



柿の丸ごとシャーベット・柿のスムージー

ビタミンが豊富で美容にも良い柿は、実は韓国でも人気のフルーツ。韓国では熟した渋柿（＝ホンシ）を昔から凍らせて食べる習慣があるそうです。柿は意外にも冷凍に向いているので、ぜひ試してみてください！



出回り最盛期
9月15日
～10月末
※11月より
種あり

“kaki”は世界でも通じる名称！

柿

ビタミンC

ビタミンCが豊富で、みかんやオレンジよりも多く含まれています。皮膚や粘膜の健康を保つ働きがあり、ストレスや風邪への抵抗力を高める効果が期待できます。また、抗酸化作用もあるのでがんや動脈硬化予防、老化防止の効果も期待されています。

「和歌山県のたねなし柿」は ジャパニーズスーパーフード！

夏を越えて秋を迎えるころに旬を迎えることから、暑さにバテた体にタイミングよく栄養を補給できる果実として昔から認識されてきました。2020年7月に一般社団法人日本スーパーフード協会より認定を受け、その栄養価の高さがますます評価されている注目のフルーツです！



黒い斑点は果肉に含まれるタンニンが
変化したもので、甘い証拠！

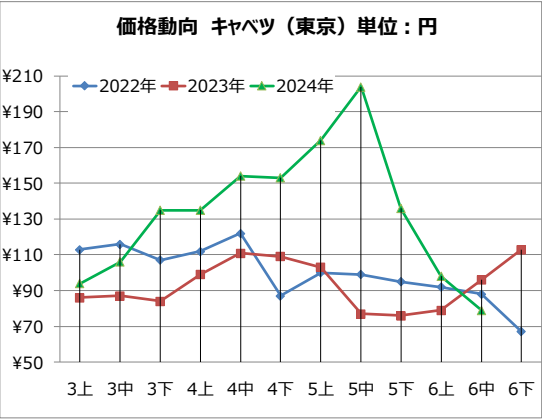
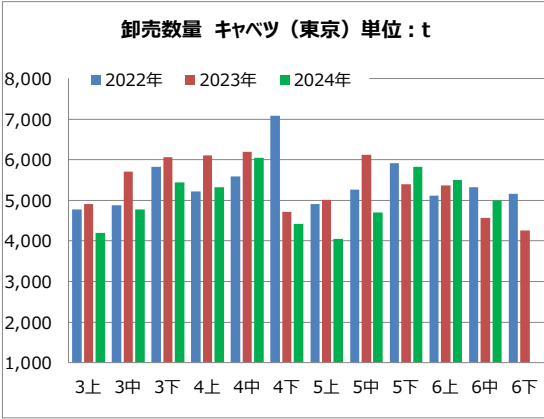
柿を食べよう！

10月26日は「柿の日」

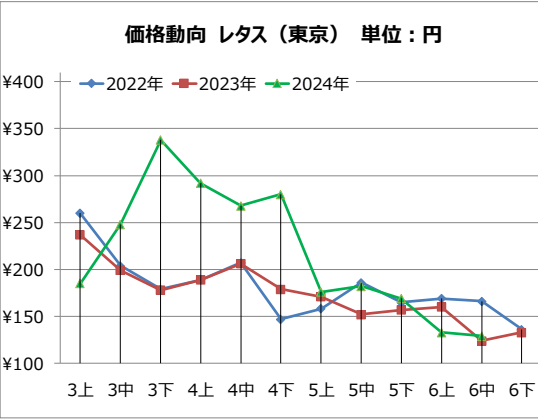
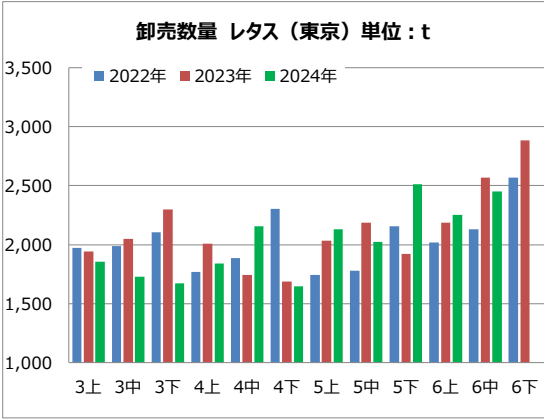
歌人の正岡子規が1895年10月26日に奈良へと旅立ち、その旅先で「柿くへば鐘が鳴るなり法隆寺」を詠んだと言われています。この俳句にちなみ、10月26日は「柿の日」と定められました。

卸売数量の変化と価格動向[東京]

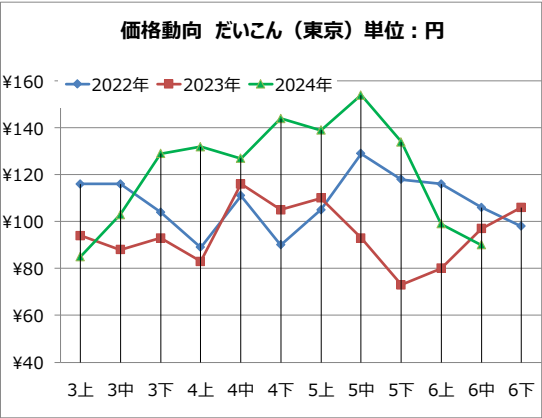
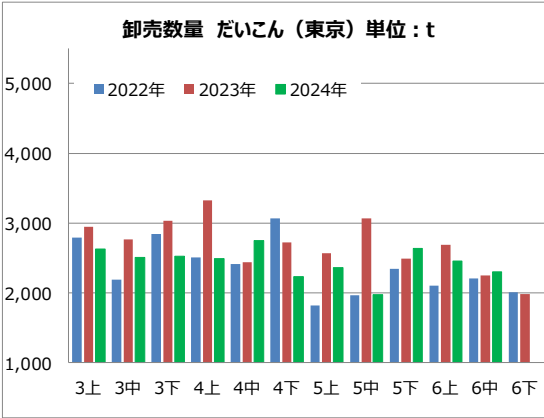
東京	時期	3上	3中	3下	4上	4中	4下	5上	5中	5下	6上	6中	6下
数量	2022年	4,771	4,875	5,828	5,227	5,593	7,084	4,914	5,268	5,912	5,119	5,320	5,159
	2023年	4,905	5,711	6,057	6,112	6,192	4,715	5,008	6,126	5,394	5,372	4,566	4,252
	2024年	4,199	4,782	5,448	5,329	6,053	4,427	4,058	4,695	5,824	5,500	4,996	
卸値	2022年	¥113	¥116	¥107	¥112	¥122	¥87	¥100	¥99	¥95	¥92	¥88	¥67
	2023年	¥86	¥87	¥84	¥99	¥111	¥109	¥103	¥77	¥76	¥79	¥96	¥113
	2024年	¥94	¥106	¥135	¥135	¥154	¥153	¥174	¥204	¥136	¥98	¥79	



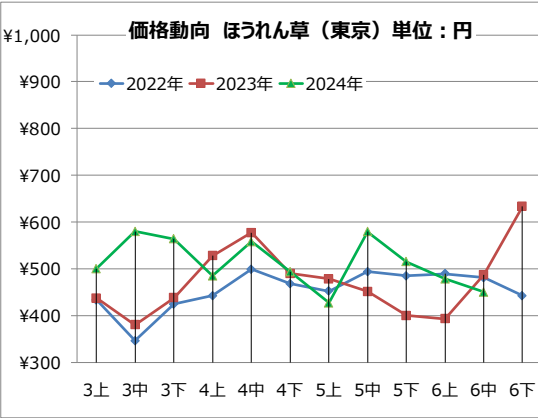
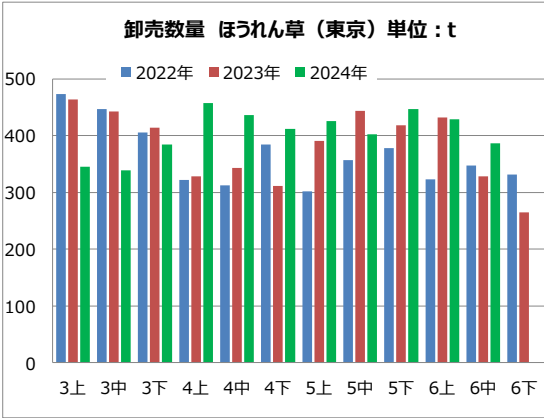
東京	時期	3上	3中	3下	4上	4中	4下	5上	5中	5下	6上	6中	6下
数量	2022年	1,975	1,988	2,104	1,769	1,887	2,306	1,742	1,778	2,158	2,020	2,131	2,568
	2023年	1,944	2,048	2,299	2,010	1,744	1,687	2,035	2,186	1,923	2,188	2,569	2,885
	2024年	¥1,855	¥1,728	¥1,673	¥1,840	¥2,155	¥1,645	¥2,130	¥2,026	¥2,513	¥2,252	¥2,449	
卸値	2022年	¥260	¥204	¥179	¥189	¥207	¥147	¥158	¥186	¥165	¥169	¥166	¥136
	2023年	¥237	¥199	¥178	¥189	¥206	¥179	¥171	¥152	¥157	¥160	¥124	¥133
	2024年	¥185	¥248	¥338	¥292	¥268	¥280	¥176	¥182	¥169	¥133	¥129	



東京	時期	3上	3中	3下	4上	4中	4下	5上	5中	5下	6上	6中	6下
数量	2022年	2,797	2,192	2,847	2,509	2,414	3,070	1,820	1,970	2,350	2,105	2,206	2,012
	2023年	2,949	2,767	3,035	3,324	2,441	2,728	2,566	3,072	2,493	2,688	2,251	1,984
	2024年	¥2,627	¥2,506	¥2,527	¥2,495	¥2,747	¥2,238	¥2,363	¥1,978	¥2,637	¥2,456	¥2,299	
卸値	2022年	¥116	¥116	¥104	¥89	¥111	¥90	¥105	¥129	¥118	¥116	¥106	¥98
	2023年	¥94	¥88	¥93	¥83	¥116	¥105	¥110	¥93	¥73	¥80	¥97	¥106
	2024年	¥85	¥103	¥129	¥132	¥127	¥144	¥139	¥154	¥134	¥99	¥90	

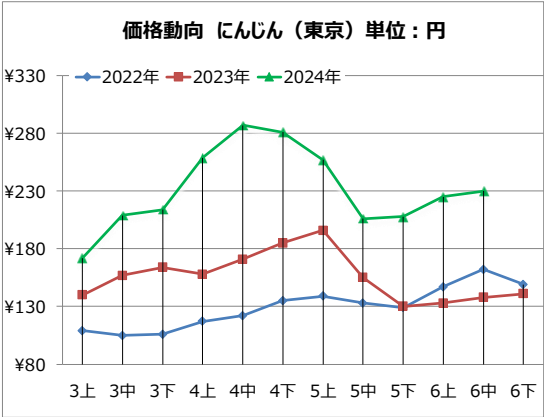
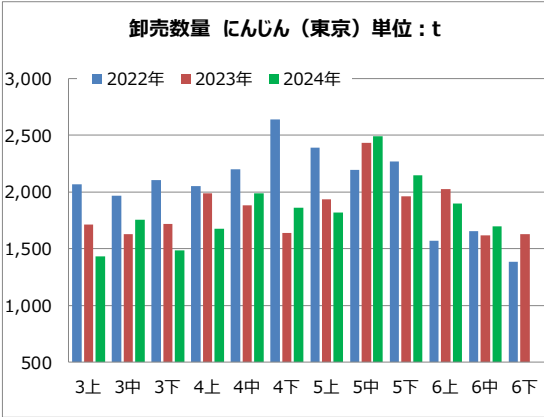


東京	時期	3上	3中	3下	4上	4中	4下	5上	5中	5下	6上	6中	6下
数量	2022年	473	447	406	322	312	384	302	357	378	323	347	332
	2023年	464	442	414	328	343	311	391	444	418	432	328	265
	2024年	¥345	¥339	¥384	¥457	¥436	¥412	¥426	¥402	¥447	¥429	¥387	
卸値	2022年	¥433	¥346	¥424	¥442	¥499	¥468	¥452	¥494	¥485	¥489	¥481	¥442
	2023年	¥437	¥380	¥438	¥528	¥577	¥490	¥478	¥451	¥400	¥393	¥487	¥633
	2024年	¥500	¥580	¥564	¥485	¥558	¥494	¥427	¥579	¥515	¥478	¥450	

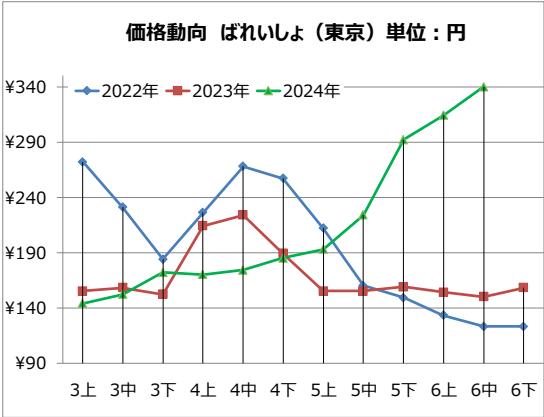
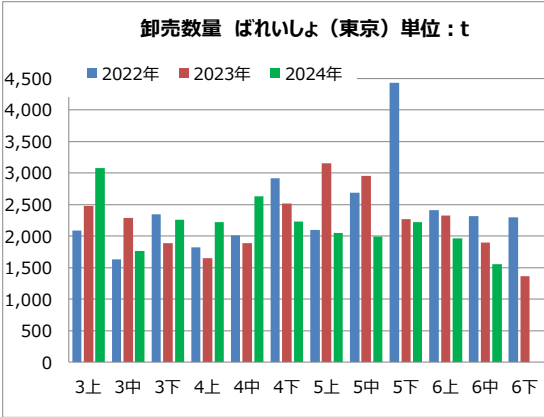


卸売数量の変化と価格動向[東京]

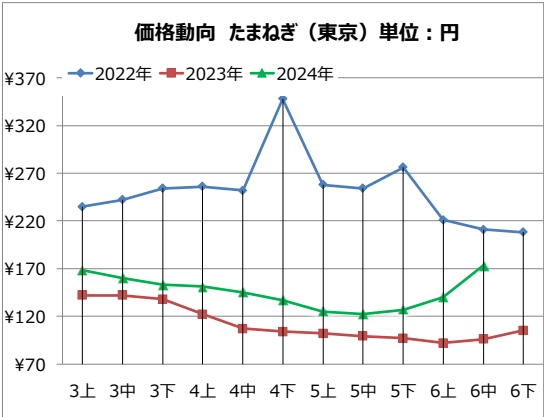
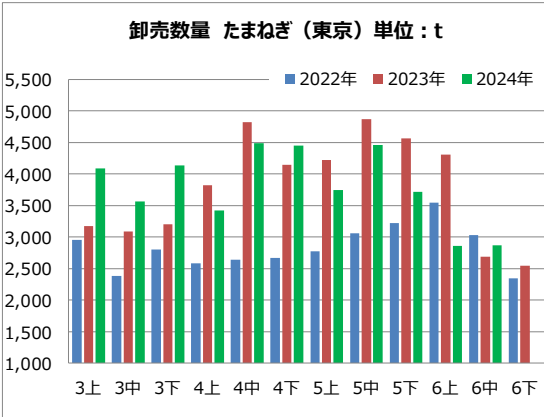
東京	時期	3上	3中	3下	4上	4中	4下	5上	5中	5下	6上	6中	6下
数量	2022年	2,069	1,969	2,107	2,050	2,198	2,637	2,390	2,197	2,266	1,573	1,657	1,384
	2023年	1,713	1,627	1,718	1,988	1,882	1,637	1,938	2,435	1,963	2,026	1,620	1,629
	2024年	¥1,433	¥1,753	¥1,486	¥1,675	¥1,990	¥1,861	¥1,817	¥2,491	¥2,148	¥1,896	¥1,697	
卸値	2022年	¥109	¥105	¥106	¥117	¥122	¥135	¥139	¥133	¥129	¥147	¥162	¥149
	2023年	¥140	¥157	¥164	¥158	¥171	¥185	¥196	¥155	¥130	¥133	¥138	¥141
	2024年	¥172	¥209	¥214	¥259	¥287	¥281	¥257	¥206	¥208	¥225	¥230	



東京	時期	3上	3中	3下	4上	4中	4下	5上	5中	5下	6上	6中	6下
数量	2022年	2,089	1,629	2,344	1,826	2,010	2,912	2,098	2,693	4,426	2,416	2,320	2,300
	2023年	2,476	2,290	1,893	1,650	1,890	2,514	3,154	2,957	2,271	2,322	1,902	1,363
	2024年	¥3,077	¥1,768	¥2,257	¥2,226	¥2,631	¥2,236	¥2,051	¥1,997	¥2,220	¥1,968	¥1,554	
卸値	2022年	¥272	¥231	¥184	¥226	¥268	¥257	¥212	¥160	¥149	¥133	¥123	¥123
	2023年	¥155	¥158	¥152	¥214	¥224	¥189	¥155	¥155	¥159	¥154	¥150	¥158
	2024年	¥144	¥152	¥172	¥170	¥174	¥185	¥193	¥224	¥292	¥314	¥340	

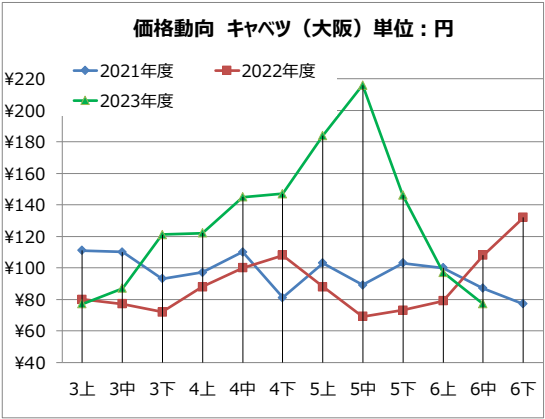
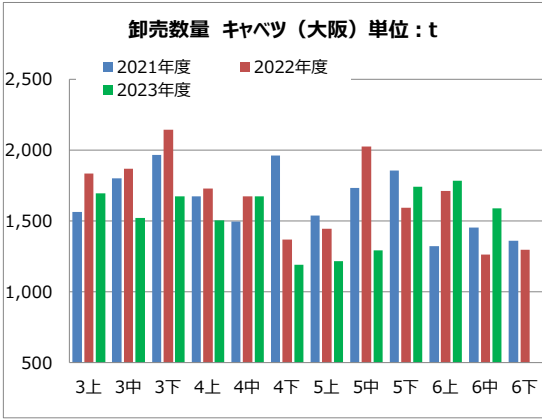


東京	時期	3上	3中	3下	4上	4中	4下	5上	5中	5下	6上	6中	6下
数量	2022年	2,954	2,384	2,806	2,580	2,639	2,674	2,774	3,062	3,222	3,546	3,035	2,348
	2023年	3,173	3,087	3,203	3,825	4,823	4,149	4,225	4,870	4,560	4,307	2,688	2,543
	2024年	¥4,087	¥3,568	¥4,133	¥3,425	¥4,486	¥4,445	¥3,747	¥4,463	¥3,717	¥2,857	¥2,874	
卸値	2022年	¥235	¥242	¥254	¥256	¥252	¥348	¥258	¥254	¥276	¥221	¥211	¥208
	2023年	¥142	¥142	¥138	¥122	¥107	¥104	¥102	¥99	¥97	¥92	¥96	¥105
	2024年	¥168	¥160	¥153	¥151	¥145	¥137	¥125	¥122	¥127	¥140	¥173	

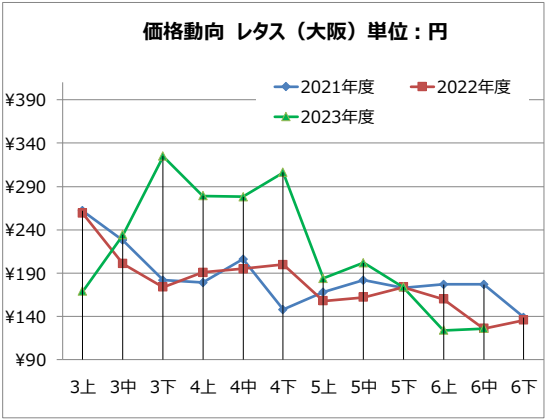
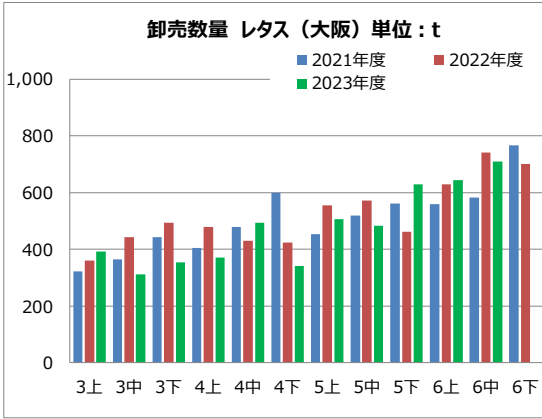


卸売数量の変化と価格動向[大阪]

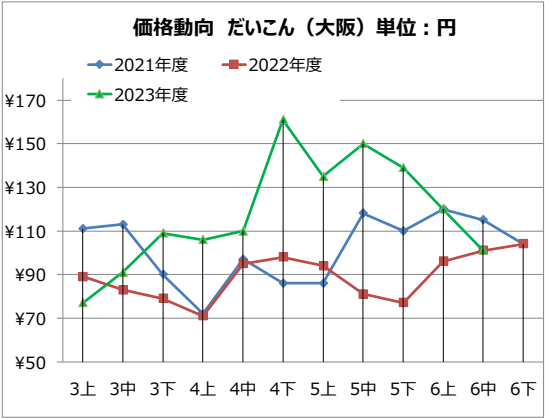
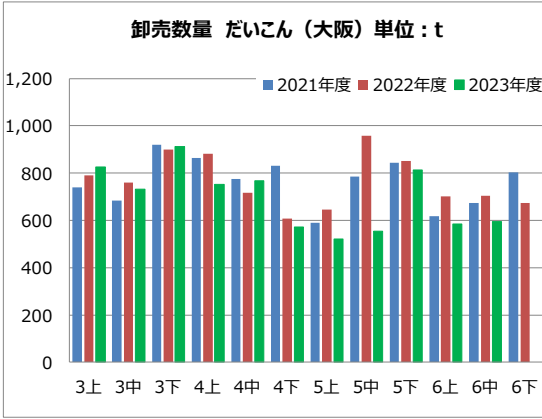
大阪	時期	3上	3中	3下	4上	4中	4下	5上	5中	5下	6上	6中	6下
数量	2021年度	1,562	1,800	1,964	1,673	1,495	1,963	1,538	1,731	1,857	1,322	1,455	1,361
	2022年度	1,835	1,870	2,142	1,728	1,674	1,371	1,445	2,024	1,593	1,711	1,263	1,297
	2023年度	1,696	1,523	1,674	1,503	1,674	1,193	¥1,218	¥1,293	¥1,741	¥1,783	¥1,588	
卸 値	2021年度	¥111	¥110	¥93	¥97	¥110	¥81	¥103	¥89	¥103	¥100	¥87	¥77
	2022年度	¥80	¥77	¥72	¥88	¥100	¥108	¥88	¥69	¥73	¥79	¥108	¥132
	2023年度	¥77	¥87	¥121	¥122	¥145	¥147	¥184	¥216	¥146	¥97	¥77	



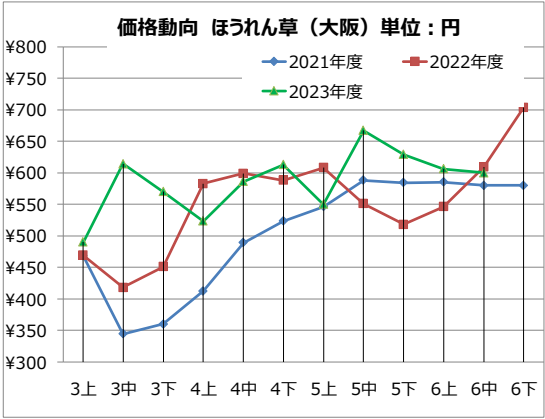
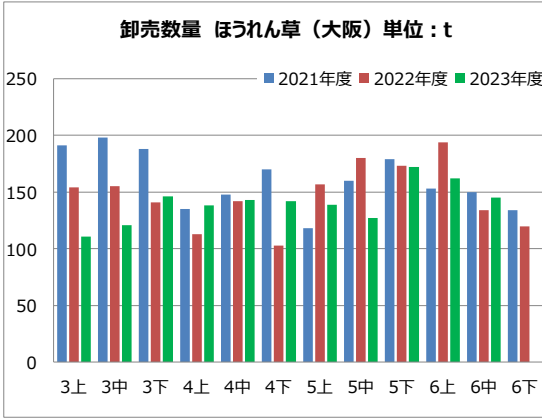
大阪	時期	3上	3中	3下	4上	4中	4下	5上	5中	5下	6上	6中	6下
数量	2021年度	322	364	442	404	479	600	453	519	562	560	583	766
	2022年度	361	444	494	480	430	425	555	573	463	629	742	701
	2023年度	392	311	354	372	493	342	¥506	¥484	¥630	¥644	¥709	
卸 値	2021年度	¥262	¥228	¥182	¥179	¥206	¥148	¥168	¥182	¥173	¥177	¥177	¥139
	2022年度	¥259	¥201	¥174	¥191	¥195	¥200	¥158	¥162	¥174	¥160	¥126	¥136
	2023年度	¥169	¥234	¥325	¥279	¥278	¥306	¥184	¥202	¥174	¥124	¥126	



大阪	時期	3上	3中	3下	4上	4中	4下	5上	5中	5下	6上	6中	6下
数量	2021年度	739	683	921	864	775	832	589	786	843	617	673	802
	2022年度	791	760	900	883	718	609	645	957	851	702	703	675
	2023年度	826	731	913	752	768	571	¥522	¥554	¥814	¥585	¥595	
卸 値	2021年度	¥111	¥113	¥90	¥72	¥97	¥86	¥86	¥118	¥110	¥120	¥115	¥104
	2022年度	¥89	¥83	¥79	¥71	¥95	¥98	¥94	¥81	¥77	¥96	¥101	¥104
	2023年度	¥77	¥91	¥109	¥106	¥110	¥161	¥135	¥150	¥139	¥120	¥101	

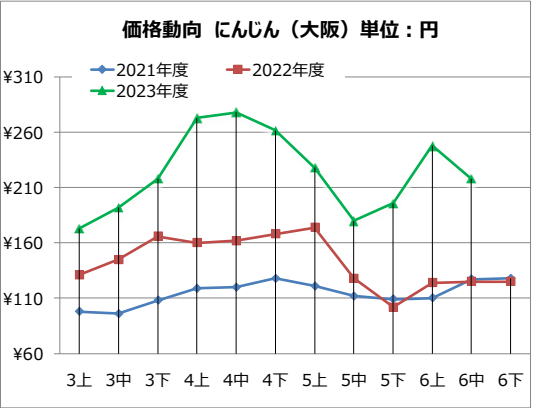
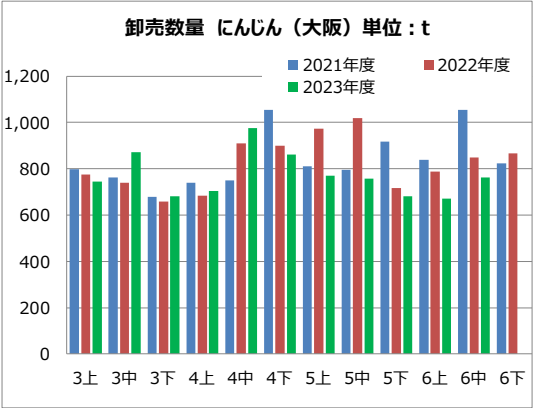


大阪	時期	3上	3中	3下	4上	4中	4下	5上	5中	5下	6上	6中	6下
数量	2021年度	191	198	188	135	148	170	118	160	179	153	150	134
	2022年度	154	155	141	113	142	103	157	180	173	194	134	120
	2023年度	111	121	146	138	143	142	139	127	172	162	145	
卸 値	2021年度	¥468	¥344	¥360	¥412	¥489	¥523	¥546	¥588	¥584	¥585	¥580	¥580
	2022年度	¥469	¥418	¥451	¥583	¥599	¥588	¥608	¥551	¥518	¥546	¥609	¥704
	2023年度	¥490	¥614	¥570	¥523	¥586	¥613	¥550	¥667	¥629	¥606	¥600	

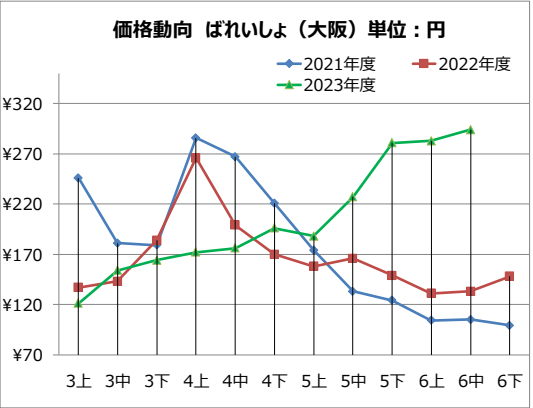
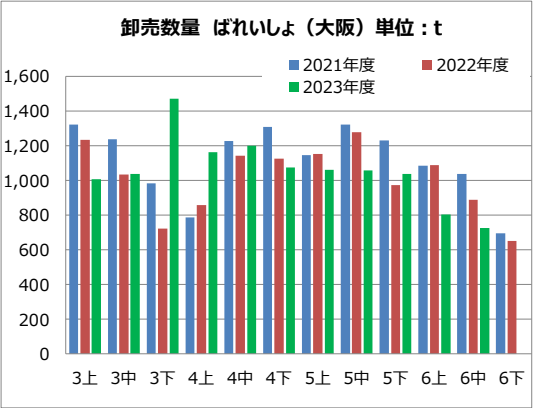


卸売数量の変化と価格動向[大阪]

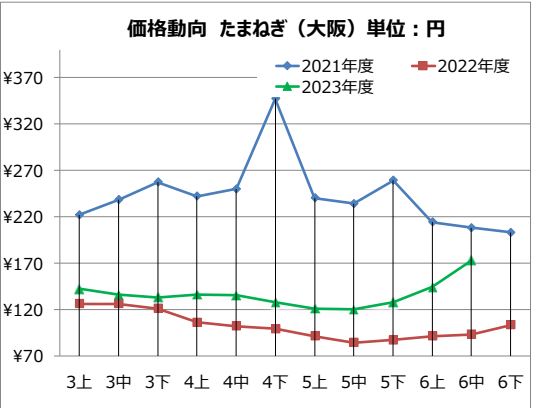
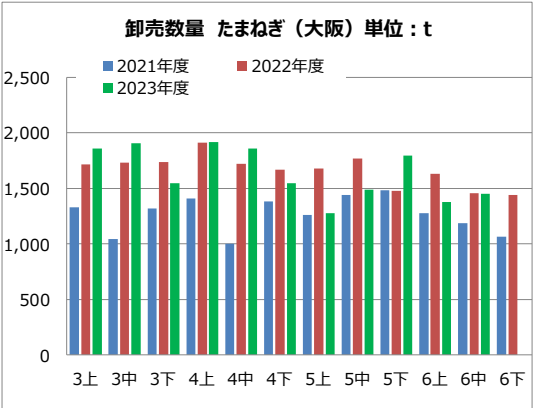
大阪	時期	3上	3中	3下	4上	4中	4下	5上	5中	5下	6上	6中	6下
数量	2021年度	799	763	679	739	750	1,055	810	795	917	838	1,055	823
	2022年度	775	739	658	684	911	900	973	1,019	716	788	850	866
	2023年度	746	872	681	704	977	862	¥769	¥757	¥682	¥672	¥763	
卸値	2021年度	¥98	¥96	¥108	¥119	¥120	¥128	¥121	¥112	¥109	¥110	¥127	¥128
	2022年度	¥131	¥145	¥166	¥160	¥162	¥168	¥174	¥128	¥102	¥124	¥125	¥125
	2023年度	¥173	¥192	¥218	¥273	¥278	¥262	¥228	¥180	¥196	¥248	¥218	



大阪	時期	3上	3中	3下	4上	4中	4下	5上	5中	5下	6上	6中	6下
数量	2021年度	1,322	1,237	983	786	1,225	1,307	1,146	1,320	1,230	1,085	1,037	694
	2022年度	1,234	1,035	722	858	1,141	1,125	1,151	1,278	973	1,088	887	650
	2023年度	1,008	1,036	1,471	1,161	1,201	1,074	¥1,062	¥1,056	¥1,036	¥803	¥725	
卸値	2021年度	¥246	¥181	¥179	¥286	¥267	¥221	¥174	¥133	¥124	¥104	¥105	¥99
	2022年度	¥137	¥143	¥184	¥266	¥199	¥170	¥158	¥166	¥149	¥131	¥133	¥148
	2023年度	¥121	¥154	¥164	¥172	¥176	¥196	¥188	¥227	¥281	¥283	¥294	



大阪	時期	3上	3中	3下	4上	4中	4下	5上	5中	5下	6上	6中	6下
数量	2021年度	1,328	1,043	1,319	1,410	1,000	1,382	1,259	1,441	1,481	1,276	1,189	1,064
	2022年度	1,716	1,734	1,736	1,909	1,721	1,669	1,676	1,770	1,477	1,633	1,459	1,443
	2023年度	1,860	1,907	1,548	1,916	1,857	1,548	¥1,278	¥1,487	¥1,794	¥1,378	¥1,450	
卸値	2021年度	¥222	¥238	¥257	¥242	¥250	¥347	¥240	¥234	¥259	¥214	¥208	¥203
	2022年度	¥126	¥126	¥121	¥106	¥102	¥99	¥91	¥84	¥87	¥91	¥93	¥103
	2023年度	¥142	¥136	¥133	¥136	¥135	¥128	¥121	¥120	¥128	¥144	¥173	



読者の皆さまにお知らせ

初めまして！

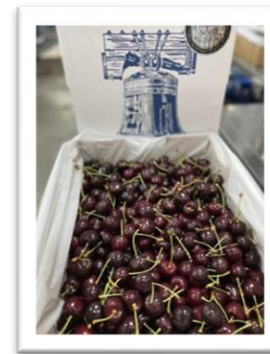


と申します。

メールマガジン・ラインご登録者様に、TOKKA! -トッカ- と題しまして
季節やトレンドにマッチした商品情報をお届けして参ります。

是非！この機会にご登録ください！

- ✓ 得意先に特化！
- ✓ こだわりに特化！
- ✓ 機能に特化！
- ✓ おいしさに特化！



カネマサ流通グループメルマガ
登録はこちらから



ラインお友達登録

登録はこちらから

