

青果にまつわる情報誌

Kanemasa Magazine

2018. 12

3	●	2018年 注目すべきムーブメント
4	●	2018年 12月販促カレンダー
5	●	12月旬の青果・果実
6	●	クリスマス
9	●	年越しそば
11	●	季節の野菜：ねぎ
13	●	東京・大阪 卸売数量の変化と価格動向

7月

- ・7月13日：「ジュラシックワールド 炎の王国」全国公開。
- ・7月15日：FIFAワールドカップロシア大会、決勝戦開催。

8月

- ・8月5日～：甲子園で第100回全国高等学校野球選手権大会開催。

9月

- ・9月：高島屋日本橋店隣接地に大型商業施設「日本橋高島屋SC」が開業予定。
- ・9月：安倍晋三自由民主党総裁の任期が終了し、総裁選挙が実施される予定。
- ・9月16日：歌手 安室奈美恵さんが引退予定。
- ・秋：渋谷駅周辺再開発事業のうち東横線跡地開発「渋谷駅南街区プロジェクト」の「渋谷ストリーム (SHIBUYA STREAM)」が開業予定。

10月

- ・10月1日：日清食品創業者 安藤百福夫妻の半生を描く朝の連続テレビ小説「まんぷく」が放映開始予定。
- ・10月6日：東京都 築地市場が営業終了予定。
- ・10月11日：東京都 築地市場に代わる豊洲市場が営業開始、開場予定。
- ・10月12日：中部国際空港セントレア隣接地に複合商業施設「フライト・オブ・ドリームズ」が開業予定。

11月

- ・11月2日：米ディズニーが実写版「ムーラン(Mulan)」を全米公開予定。
- ・11月16日：映画ハリーポッターのスピノフ「ファンタスティック・ビーストと黒い魔法使いの誕生」が全米公開予定。

12月

- ・12月31日：アメリカが国際連合教育科学文化機関 (UNESCO ユネスコ) を脱退予定。

12月旬の青果・果実

カリフラワー



蓮根



かぶ



ごぼう



ほうれん草



白菜



大根



国産レモン



国産キウイ



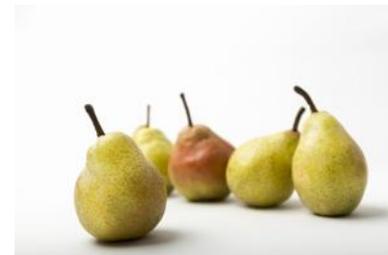
みかん



いちご



洋梨



師走
|

旬

寒さに耐えてこそ
美味しくなる。



DEC. 24 & 25

Merry Christmas

野菜と果物の色で作る
カラフルパーティー

- ▶ 野菜が主役のパーティーメニュー
- ▶ フルーツで作るパーティードリンク



野菜が主役の

Party menu



パプリカやピーマンなど野菜がたっぷり入っています。
外側はマッシュポテトを生クリームに見立てています。

野菜たっぷりミートローフケーキ

チコリポート



チコリをお皿にしてキャロットラペや生ハムポテトサラダを盛り付けました。

ツリーサラダ



きゅうりとサーモンをくるくる巻いて盛付ました。星形パプリカを飾ればクリスマスモードに！

カラフルピンチョス



型抜きしたパプリカとズッキーニの間にポテトサラダを挟みました。

彩り生春巻き



色とりどりの野菜や果物を巻いて華やかに。

フルーツで作る

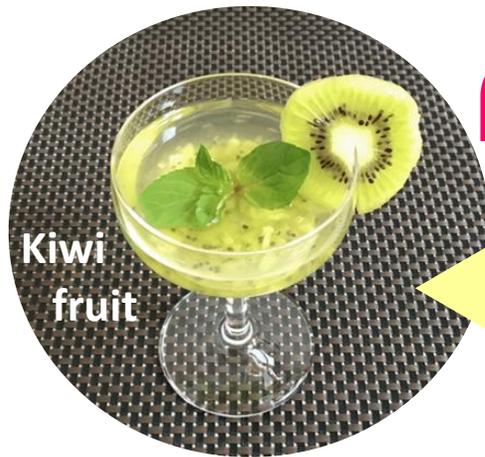
Party drink



キウイの爽やかな甘みがおいしい！

キウイとミントのサングリア

- ①キウイの皮を剥いて大きな塊がなくなるまで潰す。
- ②ハチミツを加え、よく混ぜる。
- ③グラスに入れワインを注ぎ、よく混ぜる。
- ④ミントの葉を飾り、好みにキウイのスライスを浮かべる。



フルーツとシナモンがふんわり香る。

りんごのホットワイン

- ①オレンジは皮ごと、薄いいちょう切りにする。
- ②耐熱ボウルに赤ワイン、りんごジュース、オレンジ、シナモンスティックを入れ、冷蔵庫で1時間ほど置く。
- ③電子レンジ(500W)で約2分温める。
- ④グラスに注いで完成。



ほんのりピンクの甘めなシャンパン。

ストロベリーシャンパン



- ①イチゴはヘタを落とし、縦半分に切る。
- ②グラスにイチゴを入れ、レモン汁とハチミツを加える。
- ③シャンパンを注ぎ、軽く混ぜ合わせる。

年越しそば

年越しそばの由来

※諸説あり

健康長寿

そばのように細く長く生きていけますようにと願いを込めて、食べられるようになったそうです。

金運祈願

昔の金細工職人は仕事納めの時に細工で散らかった金や銀をそば粉で作った団子で集めていたことから金運が上がる縁起物になったと言われています。

無病息災祈願

植物のソバは雨風に晒されても日光を浴びると再び元気になり、力強く成長します。そのため健康の縁起を担ぐのに良いとされました。

一年の災厄を断ち切る

麺類の中でもそばは切れやすいため、今年の苦労や不運をきれいに断ち切って、新しい年を迎えるためと言われています。

東西の違い

年越しそばの具は地域によって異なります。代表的なのが東西の違いですね。また、麺類で地元の名物がある場所では、その土地のものを年越しそばとして食べます。

関東

- 濃い口醤油
- 出汁はかつお節
- 具はえび天が主流
→ 「長寿の象徴」



関西

- 薄口醤油
- 出汁は昆布だし
- 具はニシンが主流
→ 「子孫繁栄」

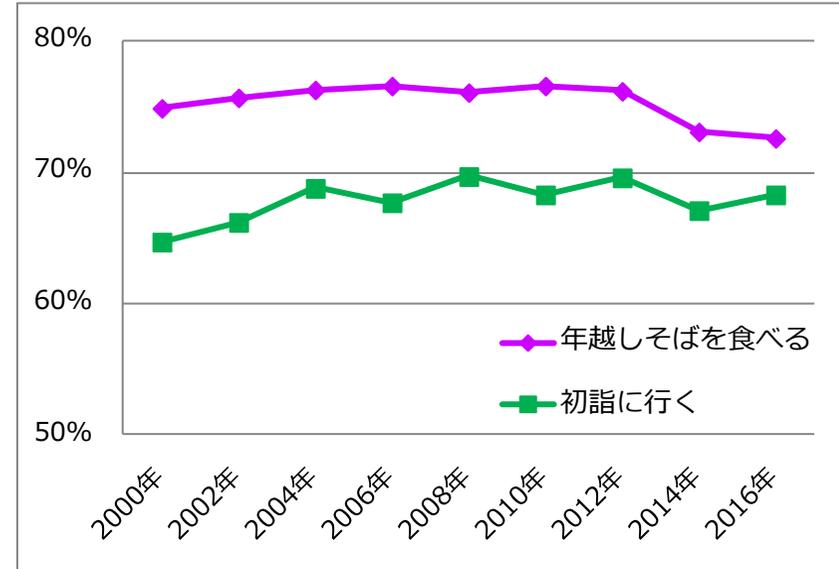


日本の伝統風習

年越しそば

文化として深く定着

出典：生活定点



大晦日に年越しそばを食べるといふ人は2016年時点で、72.6%でした。これは初詣に行くといふ人より常に多く推移しており、日本の文化として深く定着していることがわかります。

茶そばイタリアン



ブロッコリーやトレビス、パプリカの彩りきれいなサラダそばです。レモンとオリーブオイルの風味で夜でもさっぱり食べやすいメニューになっています。

アレンジ年越しそば

一年をめでたく締めくくろう

和風そばピッツァ



蓮根やカリフラワー、ほうれん草など旬の野菜とそばをのせて焼いたお腹満足メニュー。白髪葱をたっぷりトッピングし、わさびをツンと効かせた和風ピザです。

年越しそばには「そば」を食べるという事以外、明確なルールはありませんが大晦日中に食べてしまうのが一般的なようです。今年一年の悪いものを断ち切り、気持ち良く新年を迎えましょう！

意外と知らない！？ 実はすごいネギの効能！

硫化アリルの一種「アリシン」

抗酸化作用

活性酵素を除去する役割があり、発がん性物質をやっつける酵素の働きを活発にしてくれるという研究結果があります。

風邪予防

免疫力UP！血流を良くし、発汗と利尿作用が活発になり、元気な体になると言われています。

疲労回復

ビタミンB1の吸収を助け、疲労回復・食欲増進・胃弱改善の効能があるとされています。

血液をサラサラに！

血小板の凝固を防ぐ作用・血管拡張作用があるとされています。



その他の効果

血糖値を下げる

グルコキニンが含まれ、血糖を下げる働きをされています。

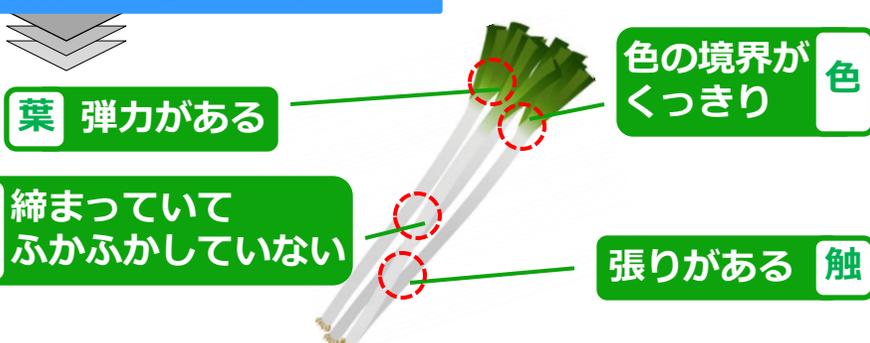
ビタミン・ミネラルの補給

ネギの青い部分にはβ-カロテンやビタミンB2、C、ナイアシン、カルシウム、リン、マンガン、セレンなどが含まれています。

風邪ひきに

ネギ独自のネギオールという成分には、強い殺菌作用があるという研究結果があります。ネギの殺菌作用によって、ウイルスの増殖を抑えたり、殺す働きもあるとされています。

絶品！ねぎの見分け方



上手なネギの保存の仕方

冷暗所

そのまま新聞紙に包んで保存します。

冷蔵庫

使いやすい長さに切り、ラップまたはポリ袋に入れます。

便利！

白ねぎは緑の部分を取り落として冷凍しておく、煮込み料理の肉の臭み消しとして使えます。

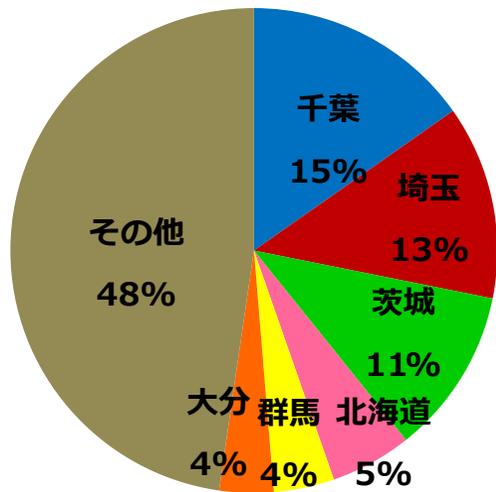
青ねぎ

水で湿らせた新聞紙に包んで冷蔵します。

季節の野菜：ねぎ

主な産地

ネギの収穫量が最も多いのは千葉県で、2位が埼玉県、3位が茨城県になっています。寒さの厳しい初春～仲夏までは、埼玉、千葉、茨城など関東物の秋冬ねぎ・春ねぎが出回ります。暑さの厳しい、晩夏～初冬頃は、北海道や茨城など東北物の夏ねぎや秋冬ねぎが出回ります。



出典：H28農水作状況調査

旬の時期

ねぎは年間を通して流通しています。比較的多く出回るのは12月～3月頃です。もっともネギが甘く美味しく成るのは、寒さから自己防衛をする晩秋から春先になり、その頃が旬の時期と言えるそうです。

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月

珍しい種類



下仁田ねぎ

群馬県の特産の白ねぎで「上州ねぎ」や「殿様ねぎ」ともいわれています。白い部分の直径が5cm前後と太く、肉質がやわらかいのが特徴です。

おすすめ

- ◎ 加熱すると甘味が出る
- ・ 鍋・すき焼き・炒め物



赤ねぎ

葉鞘（ようしょう）部分が赤色のねぎ。外側が赤く染まっていて中は白なのが特徴です。茨城県の「レッドポワロー」や「ひたち紅っこ」、山形県の「平田赤ねぎ」などがあります。

おすすめ

- ◎ 加熱すると甘味が出る
- ◎ 加熱しすぎ⇒色が抜ける
- ・ 和え物・かき揚げ・炒め物

リーキ

「ポロねぎ」とも呼ばれる西洋のねぎ。見た目は太めのずんぐりした白ねぎで、白い部分を食べます。

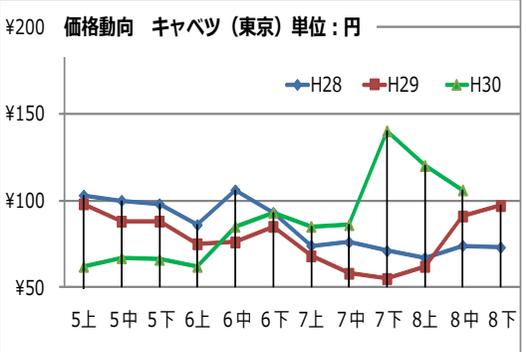
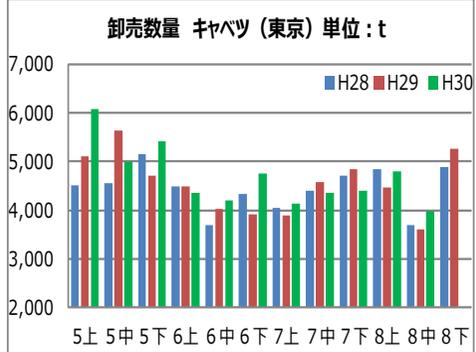


おすすめ

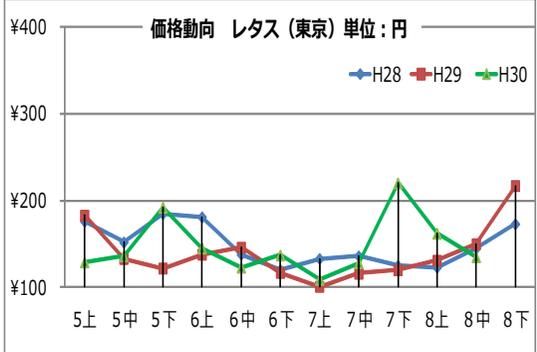
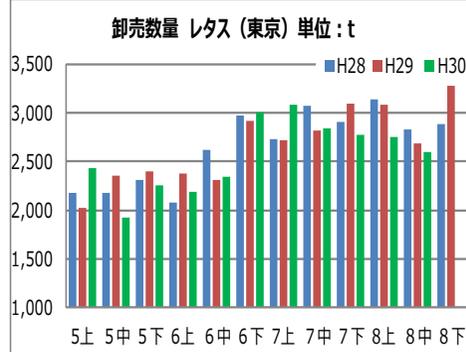
- ◎ 煮崩れしにくい
- ◎ 加熱すると甘味が出てくる
- ・ 煮込み料理・グラタン
- ・ オープン料理

卸売数量の変化と価格動向[東京]

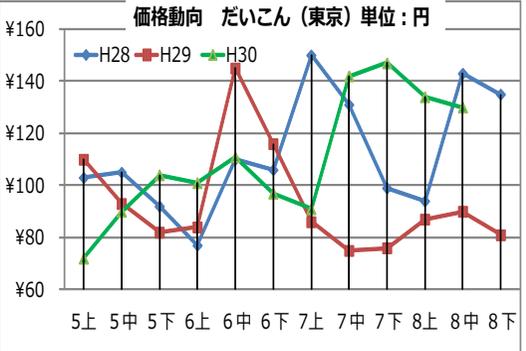
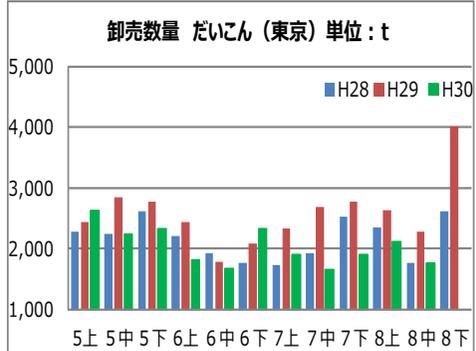
東京	時期	5上	5中	5下	6上	6中	6下	7上	7中	7下	8上	8中	8下
数量	H28	4,500	4,563	5,138	4,494	3,695	4,338	4,043	4,393	4,702	4,832	3,693	4,873
	H29	5,111	5,633	4,718	4,488	4,020	3,918	3,891	4,574	4,849	4,470	3,605	5,260
	H30	6,081	4,993	5,421	4,354	4,190	4,757	4,142	4,346	4,403	4,803	3,979	
卸値	H28	¥ 103	¥ 100	¥ 98	¥ 86	¥ 106	¥ 93	¥ 74	¥ 76	¥ 71	¥ 67	¥ 74	¥ 73
	H29	¥ 98	¥ 88	¥ 88	¥ 75	¥ 76	¥ 85	¥ 68	¥ 58	¥ 55	¥ 62	¥ 91	¥ 97
	H30	¥ 62	¥ 67	¥ 66	¥ 62	¥ 85	¥ 93	¥ 85	¥ 86	¥ 140	¥ 120	¥ 106	



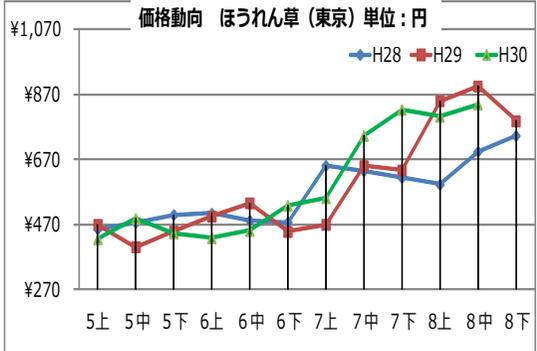
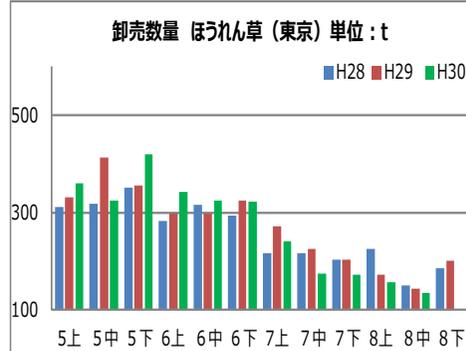
東京	時期	5上	5中	5下	6上	6中	6下	7上	7中	7下	8上	8中	8下
数量	H28	2,179	2,179	2,311	2,075	2,619	2,971	2,724	3,072	2,902	3,134	2,832	2,883
	H29	2,024	2,356	2,393	2,374	2,310	2,913	2,719	2,819	3,092	3,081	2,686	3,281
	H30	2,433	1,920	2,256	2,183	2,337	3,001	3,087	2,839	2,771	2,749	2,595	
卸値	H28	¥ 176	¥ 152	¥ 185	¥ 181	¥ 138	¥ 120	¥ 133	¥ 136	¥ 125	¥ 123	¥ 145	¥ 173
	H29	¥ 183	¥ 133	¥ 122	¥ 138	¥ 146	¥ 117	¥ 101	¥ 116	¥ 120	¥ 131	¥ 150	¥ 217
	H30	¥ 129	¥ 136	¥ 192	¥ 145	¥ 123	¥ 137	¥ 109	¥ 128	¥ 220	¥ 162	¥ 135	



東京	時期	5上	5中	5下	6上	6中	6下	7上	7中	7下	8上	8中	8下
数量	H28	2,282	2,242	2,621	2,205	1,923	1,767	1,731	1,926	2,533	2,349	1,769	2,612
	H29	2,434	2,845	2,770	2,446	1,795	2,086	2,330	2,682	2,783	2,637	2,276	4,016
	H30	2,635	2,245	2,318	1,819	1,670	2,333	1,907	1,653	1,895	2,112	1,756	
卸値	H28	¥ 103	¥ 105	¥ 92	¥ 77	¥ 110	¥ 106	¥ 150	¥ 131	¥ 99	¥ 94	¥ 143	¥ 135
	H29	¥ 110	¥ 93	¥ 82	¥ 84	¥ 145	¥ 116	¥ 86	¥ 75	¥ 76	¥ 87	¥ 90	¥ 81
	H30	¥ 72	¥ 90	¥ 104	¥ 101	¥ 111	¥ 97	¥ 91	¥ 142	¥ 147	¥ 134	¥ 130	



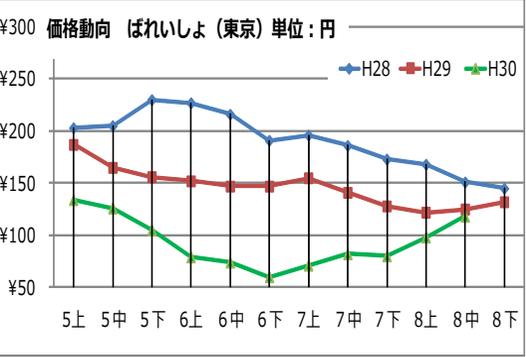
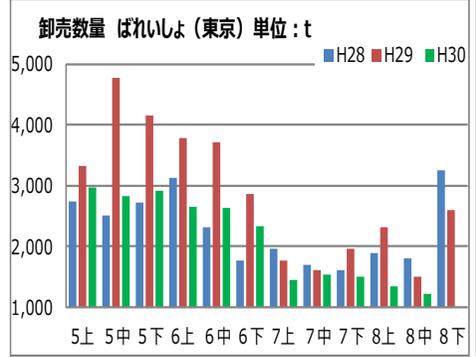
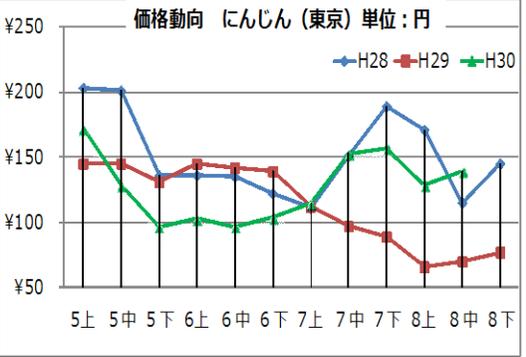
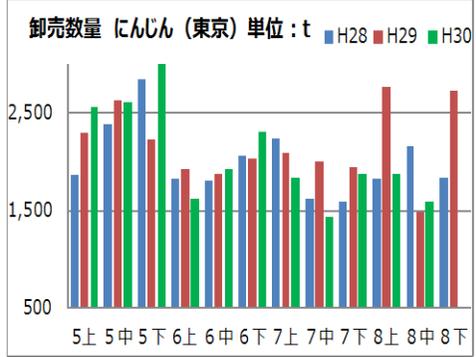
東京	時期	5上	5中	5下	6上	6中	6下	7上	7中	7下	8上	8中	8下
数量	H28	310	317	351	283	315	294	217	217	204	225	151	186
	H29	331	412	355	297	297	324	272	225	204	171	143	200
	H30	360	325	419	342	324	323	241	174	173	157	134	
卸値	H28	¥ 456	¥ 476	¥ 500	¥ 504	¥ 482	¥ 477	¥ 651	¥ 635	¥ 614	¥ 593	¥ 694	¥ 743
	H29	¥ 470	¥ 401	¥ 449	¥ 495	¥ 536	¥ 448	¥ 470	¥ 650	¥ 637	¥ 850	¥ 895	¥ 788
	H30	¥ 426	¥ 488	¥ 443	¥ 429	¥ 451	¥ 528	¥ 552	¥ 743	¥ 823	¥ 802	¥ 840	



卸売数量の変化と価格動向[東京]

東京	時期	5上	5中	5下	6上	6中	6下	7上	7中	7下	8上	8中	8下
数量	H28	1,869	2,381	2,842	1,820	1,811	2,064	2,238	1,625	1,594	1,819	2,161	1,830
	H29	2,299	2,630	2,233	1,918	1,879	2,031	2,085	1,993	1,942	2,770	1,475	2,721
	H30	2,558	2,602	3,052	1,624	1,921	2302	1831	1432	1,875	1,874	1,588	
卸値	H28	¥ 203	¥ 201	¥ 136	¥ 136	¥ 135	¥ 122	¥ 111	¥ 151	¥ 189	¥ 171	¥ 115	¥ 145
	H29	¥ 145	¥ 145	¥ 131	¥ 145	¥ 142	¥ 139	¥ 112	¥ 97	¥ 89	¥ 66	¥ 70	¥ 77
	H30	¥ 172	¥ 129	¥ 97	¥ 103	¥ 97	¥ 104	¥ 115	¥ 153	¥ 157	¥ 129	¥ 139	

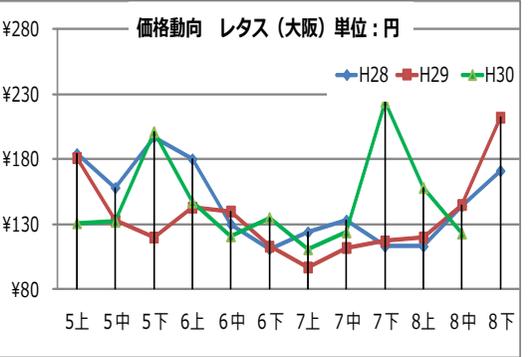
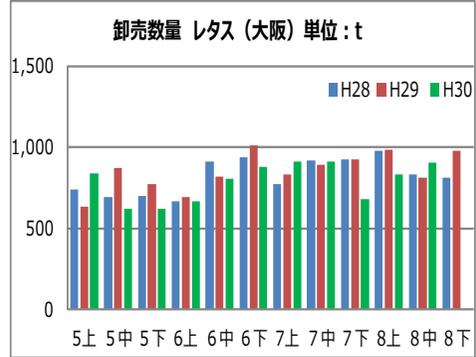
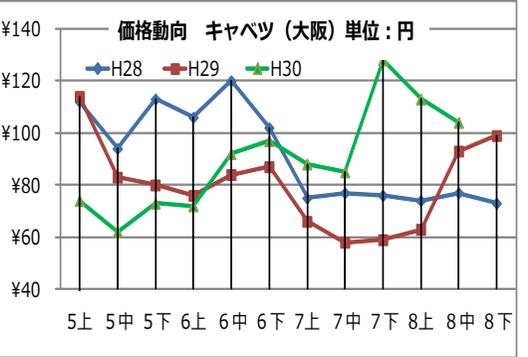
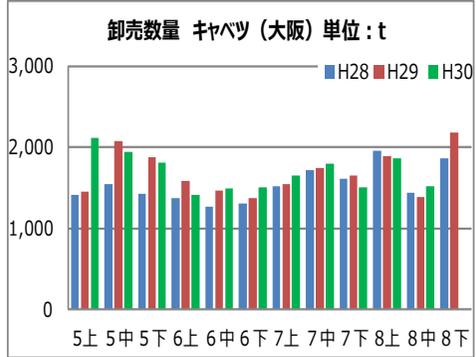
東京	時期	5上	5中	5下	6上	6中	6下	7上	7中	7下	8上	8中	8下
数量	H28	2,734	2,510	2,720	3,122	2,315	1,771	1,959	1,702	1,620	1,891	1,810	3,257
	H29	3,327	4,764	4,153	3,784	3,713	2,862	1,770	1,619	1,971	2,324	1,510	2,596
	H30	2,971	2,835	2,919	2,649	2,631	2,329	1,457	1,538	1,499	1,349	1,223	
卸値	H28	¥ 203	¥ 205	¥ 230	¥ 227	¥ 216	¥ 191	¥ 196	¥ 186	¥ 173	¥ 168	¥ 151	¥ 145
	H29	¥ 187	¥ 165	¥ 156	¥ 152	¥ 147	¥ 147	¥ 155	¥ 141	¥ 128	¥ 122	¥ 125	¥ 132
	H30	¥ 134	¥ 126	¥ 105	¥ 79	¥ 74	¥ 60	¥ 71	¥ 82	¥ 80	¥ 98	¥ 118	



卸売数量の変化と価格動向[大阪]

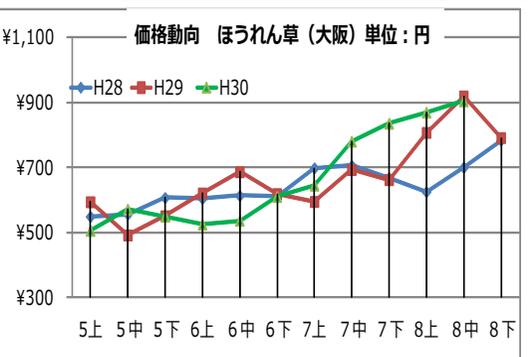
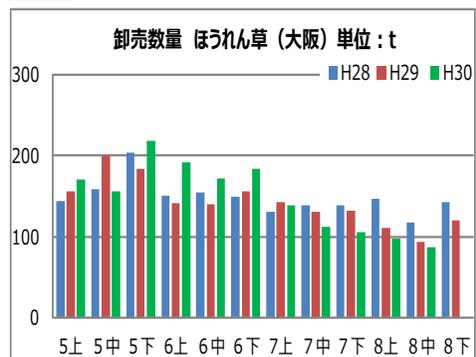
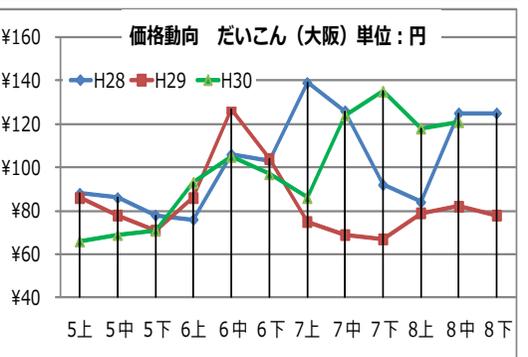
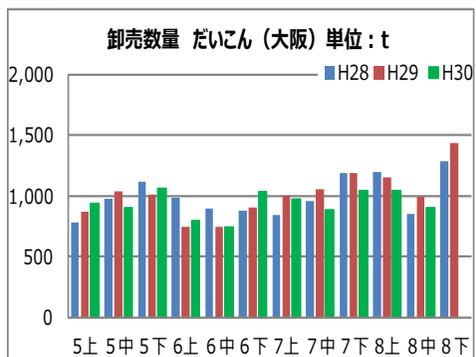
大阪	時期	5上	5中	5下	6上	6中	6下	7上	7中	7下	8上	8中	8下
数量	H28	1,411	1,545	1,428	1,370	1,268	1,305	1,514	1,720	1,613	1,951	1,440	1,864
	H29	1,457	2,072	1,872	1,587	1,470	1,372	1,540	1,749	1,655	1,891	1,390	2,175
	H30	2,112	1,939	1,811	1,413	1,489	1,507	1,647	1,790	1,499	1,861	1,515	
卸値	H28	¥ 112	¥ 94	¥ 113	¥ 106	¥ 120	¥ 102	¥ 75	¥ 77	¥ 76	¥ 74	¥ 77	¥ 73
	H29	¥ 114	¥ 83	¥ 80	¥ 76	¥ 84	¥ 87	¥ 66	¥ 58	¥ 59	¥ 63	¥ 93	¥ 99
	H30	¥ 74	¥ 62	¥ 73	¥ 72	¥ 92	¥ 97	¥ 88	¥ 85	¥ 128	¥ 113	¥ 104	

大阪	時期	5上	5中	5下	6上	6中	6下	7上	7中	7下	8上	8中	8下
数量	H28	742	696	697	666	913	940	775	921	927	979	835	814
	H29	631	872	773	693	818	1,013	829	892	924	984	812	978
	H30	837	617	621	664	807	876	914	909	678	835	902	
卸値	H28	¥ 184	¥ 158	¥ 197	¥ 180	¥ 130	¥ 111	¥ 124	¥ 133	¥ 113	¥ 113	¥ 144	¥ 171
	H29	¥ 181	¥ 133	¥ 120	¥ 143	¥ 140	¥ 113	¥ 97	¥ 112	¥ 117	¥ 120	¥ 145	¥ 212
	H30	¥ 131	¥ 132	¥ 201	¥ 147	¥ 121	¥ 135	¥ 111	¥ 124	¥ 224	¥ 158	¥ 123	



大阪	時期	5上	5中	5下	6上	6中	6下	7上	7中	7下	8上	8中	8下
数量	H28	785	973	1,117	983	899	883	845	963	1,187	1,195	850	1,285
	H29	868	1,038	1,013	750	747	910	1,002	1,059	1,192	1,153	998	1,432
	H30	939	905	1,060	799	744	1,036	974	887	1,042	1,039	904	
卸値	H28	¥ 88	¥ 86	¥ 78	¥ 76	¥ 106	¥ 103	¥ 139	¥ 126	¥ 92	¥ 84	¥ 125	¥ 125
	H29	¥ 86	¥ 78	¥ 71	¥ 86	¥ 127	¥ 104	¥ 75	¥ 69	¥ 67	¥ 79	¥ 82	¥ 78
	H30	¥ 66	¥ 69	¥ 71	¥ 93	¥ 105	¥ 97	¥ 86	¥ 124	¥ 135	¥ 118	¥ 121	

大阪	時期	5上	5中	5下	6上	6中	6下	7上	7中	7下	8上	8中	8下
数量	H28	144	159	203	150	154	149	131	139	138	147	118	142
	H29	156	199	184	141	140	156	143	131	132	111	93	120
	H30	171	156	218	192	172	184	139	112	106	98	87	
卸値	H28	¥ 549	¥ 556	¥ 607	¥ 604	¥ 613	¥ 612	¥ 698	¥ 706	¥ 668	¥ 625	¥ 700	¥ 783
	H29	¥ 594	¥ 492	¥ 551	¥ 621	¥ 686	¥ 619	¥ 595	¥ 693	¥ 662	¥ 807	¥ 919	¥ 791
	H30	¥ 506	¥ 571	¥ 550	¥ 525	¥ 537	¥ 610	¥ 645	¥ 780	¥ 835	¥ 869	¥ 904	



卸売数量の変化と価格動向[大阪]

大阪	時期	5上	5中	5下	6上	6中	6下	7上	7中	7下	8上	8中	8下
数量	H28	833	1,008	895	895	794	1,076	1,001	928	685	997	712	791
	H29	849	1,140	801	818	992	889	772	684	725	857	560	1,028
	H30	844	970	945	789	883	905	682	672	805	773	519	
卸値	H28	¥ 185	¥ 175	¥ 124	¥ 136	¥ 137	¥ 119	¥ 108	¥ 162	¥ 195	¥ 153	¥ 104	¥ 152
	H29	¥ 123	¥ 118	¥ 100	¥ 108	¥ 110	¥ 102	¥ 93	¥ 95	¥ 84	¥ 53	¥ 62	¥ 73
	H30	¥ 154	¥ 110	¥ 73	¥ 72	¥ 73	¥ 80	¥ 116	¥ 167	¥ 166	¥ 126	¥ 131	

大阪	時期	5上	5中	5下	6上	6中	6下	7上	7中	7下	8上	8中	8下
数量	H28	1,285	1,157	1,417	1,303	869	695	816	834	876	993	662	1,067
	H29	1,212	1,243	1,200	1,097	1,155	847	786	636	725	906	770	1,023
	H30	1,304	1,149	1,147	1,181	925	1,071	719	676	612	1,027	589	
卸値	H28	¥ 192	¥ 219	¥ 228	¥ 221	¥ 212	¥ 190	¥ 194	¥ 181	¥ 173	¥ 164	¥ 135	¥ 140
	H29	¥ 149	¥ 155	¥ 152	¥ 135	¥ 136	¥ 149	¥ 150	¥ 129	¥ 108	¥ 101	¥ 108	¥ 113
	H30	¥ 118	¥ 119	¥ 96	¥ 70	¥ 63	¥ 62	¥ 65	¥ 69	¥ 74	¥ 101	¥ 121	

