

青果にまつわる情報誌

Kanemasa Magazine

2021.  10

3 ● — 10月旬の野菜・果実

4 ● — デリ風ハロウィン

ハロウィンカラーの野菜を使った色鮮やかなデリ風メニューのご紹介です。
サラダやロールキャベツなど馴染みのあるメニューも色を変えれば
イベント仕様に！

6 ● — 秋の味覚を堪能！“きのこ”

秋といえばやっぱりきのこ。
きのこの代表的な栄養素には腸内環境を整える食物繊維や
免疫機能を調節する働きのあるビタミンDなどがあります。

8 ● — 東京・大阪 卸売数量の変化と価格動向

10月

vegetables & fruits

さつまいも



チンゲン菜



里芋



カブ



かぼちゃ



きのこ



柿



梨



りんご



洋梨



ハロウィンカラーの
野菜が主役！



10/31
Sun.

ハロウィンカラーで作る。POPなデリ風メニュー

紫ロール
キャベツ



色を変えるだけで
お馴染みメニューも
ハロウィン仕様に！

かぼちゃと
挽肉の
ミルフィーユ



挽肉の旨味を
かぼちゃで
ぎゅっと
閉じ込めました。



マッシュポテト入り
チーズおばけ



マッシュポテトに
チーズをかぶせて
焼くだけ。
簡単フィンガーフード！

ハロウィンカラーの
ハリハリサラダ



オレンジと紫の
鮮やかな色合いが
ハロウィンムードを
盛り上げます。

秋の味覚を堪能！

きのこ

腸活

きのこは食物繊維を多く含み、腸内の善玉菌を増やす働きがあります。近年、食物繊維は5大栄養素に次ぐ第6の栄養素として注目されています。

免疫

きのこに多く含まれるビタミンDは、免疫機能を調節する働きが期待できます。体内にウイルスが侵入してきた際に不要な免疫反応に抵抗し、必要な免疫機能を促す役割があります。



シイタケ 丸ごとアヒージョ



しいたけのカサに材料を全部のせて焼いた丸ごと食べられるアヒージョです。うま味のもと、グアニル酸は、加熱するとうま味と香りがアップします。



エリンギ のバター醤油焼き～柚子胡椒添え～



ヘルシーですが、弾力のある歯ごたえは食べ応えあり！この弾力は、サツマイモよりも多く含まれる食物繊維によるものです。



マッシュルームの生サラダ



世界でも最も消費量の多いきのこです。生でも食べられるため、そのままスライスしてサラダに。糖質、脂質、たんぱく質の三大栄養素の代謝に関わる栄養素を多く含んでいます。



えのき と厚揚げのそぼろあんかけうどん



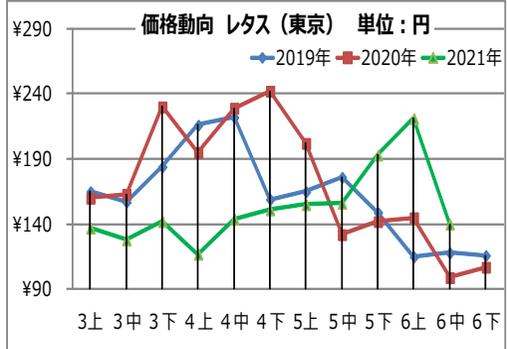
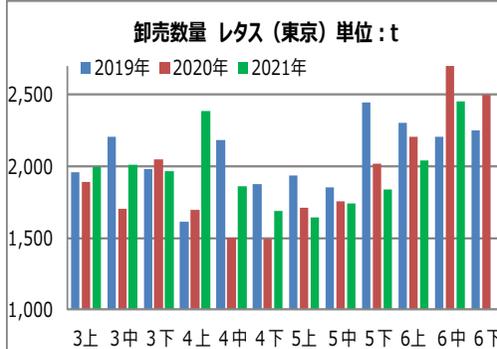
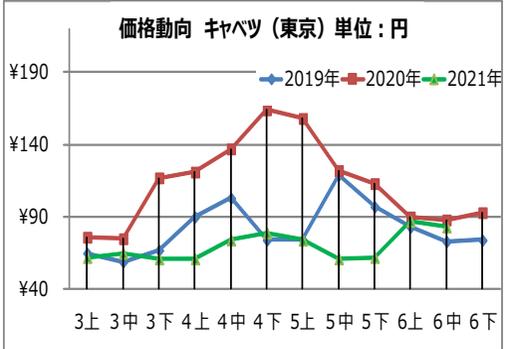
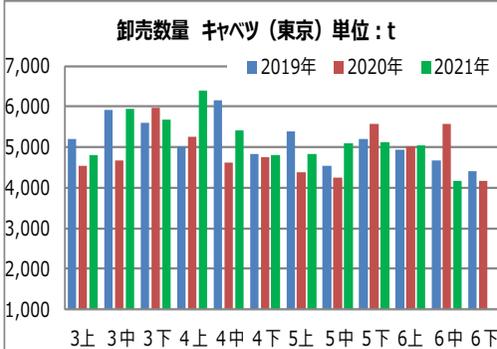
きのこ類の中でビタミンB1の含有量がトップクラスです。疲労回復効果が期待できるため夕食に食べるのもおすすめ。えのきと厚揚げのやさしい味で1日の疲れを癒しましょう。



卸売数量の変化と価格動向[東京]

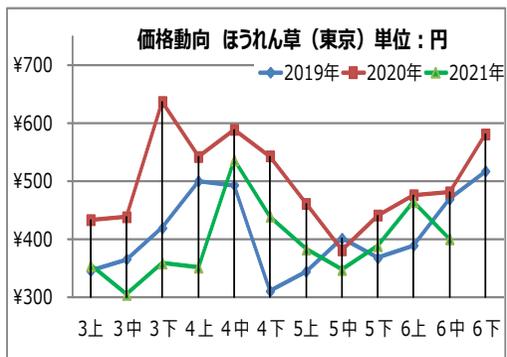
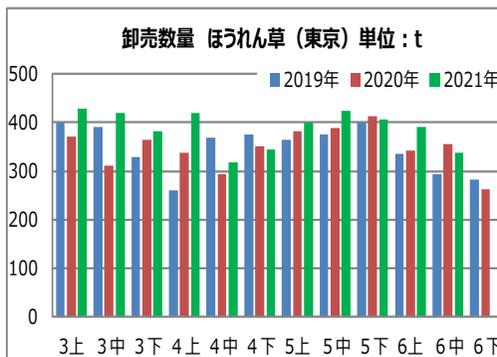
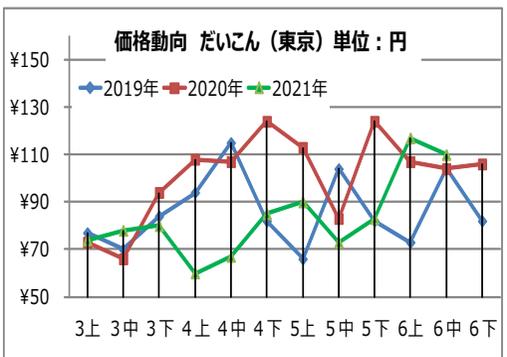
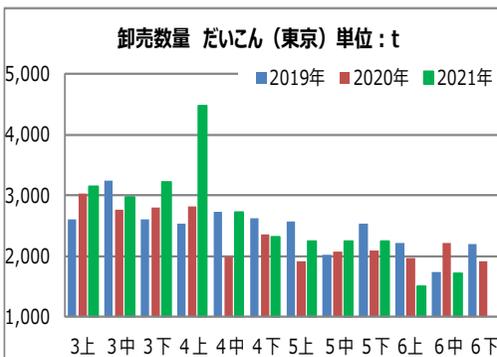
| 東京 | 時期 | 3上 | 3中 | 3下 | 4上 | 4中 | 4下 | 5上 | 5中 | 5下 | 6上 | 6中 | 6下 |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 数量 | 2019年 | 5,197 | 5,918 | 5,596 | 5,019 | 6,143 | 4,838 | 5,399 | 4,549 | 5,198 | 4,934 | 4,676 | 4,411 |
| | 2020年 | 4,551 | 4,660 | 5,982 | 5,256 | 4,628 | 4,749 | 4,384 | 4,245 | 5,564 | 5,018 | 5,580 | 4,161 |
| | 2021年 | 4,795 | 5,942 | 5,681 | 6,395 | 5,415 | 4,808 | 4,833 | 5,087 | 5,132 | 5,037 | 4,160 | |
| 卸値 | 2019年 | ¥ 65 | ¥ 59 | ¥ 67 | ¥ 90 | ¥ 103 | ¥ 74 | ¥ 74 | ¥ 119 | ¥ 97 | ¥ 83 | ¥ 73 | ¥ 74 |
| | 2020年 | ¥ 76 | ¥ 75 | ¥ 117 | ¥ 121 | ¥ 137 | ¥ 164 | ¥ 158 | ¥ 122 | ¥ 113 | ¥ 90 | ¥ 88 | ¥ 93 |
| | 2021年 | ¥ 62 | ¥ 65 | ¥ 61 | ¥ 61 | ¥ 74 | ¥ 79 | ¥ 74 | ¥ 61 | ¥ 62 | ¥ 87 | ¥ 83 | |

| 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 | 2019年 | 1,959 | 2,203 | 1,984 | 1,609 | 2,184 | 1,877 | 1,932 | 1,851 | 2,446 | 2,303 | 2,203 | 2,250 |
| | 2020年 | 1,890 | 1,702 | 2,046 | 1,696 | 1,499 | 1,494 | 1,708 | 1,754 | 2,020 | 2,207 | 2,701 | 2,500 |
| | 2021年 | 1,994 | 2,011 | 1,963 | 2,386 | 1,864 | 1,685 | 1,643 | 1,743 | 1,836 | 2,039 | 2,455 | |
| 卸値 | 2019年 | ¥ 165 | ¥ 157 | ¥ 184 | ¥ 216 | ¥ 222 | ¥ 159 | ¥ 165 | ¥ 176 | ¥ 149 | ¥ 115 | ¥ 118 | ¥ 116 |
| | 2020年 | ¥ 160 | ¥ 163 | ¥ 230 | ¥ 195 | ¥ 229 | ¥ 242 | ¥ 202 | ¥ 132 | ¥ 142 | ¥ 145 | ¥ 99 | ¥ 107 |
| | 2021年 | ¥ 137 | ¥ 128 | ¥ 142 | ¥ 117 | ¥ 144 | ¥ 151 | ¥ 155 | ¥ 156 | ¥ 193 | ¥ 221 | ¥ 140 | |



| 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 | 2019年 | 2,598 | 3,245 | 2,599 | 2,530 | 2,733 | 2,622 | 2,572 | 2,031 | 2,541 | 2,225 | 1,747 | 2,197 |
| | 2020年 | 3,037 | 2,764 | 2,806 | 2,826 | 1,988 | 2,357 | 1,924 | 2,075 | 2,098 | 1,968 | 2,223 | 1,909 |
| | 2021年 | 3,149 | 2,965 | 3,220 | 4,462 | 2,719 | 2,306 | 2,243 | 2,236 | 2,237 | 1,495 | 1,719 | |
| 卸値 | 2019年 | ¥ 77 | ¥ 70 | ¥ 84 | ¥ 94 | ¥ 115 | ¥ 82 | ¥ 66 | ¥ 104 | ¥ 82 | ¥ 73 | ¥ 104 | ¥ 82 |
| | 2020年 | ¥ 73 | ¥ 66 | ¥ 94 | ¥ 108 | ¥ 107 | ¥ 124 | ¥ 113 | ¥ 83 | ¥ 124 | ¥ 107 | ¥ 104 | ¥ 106 |
| | 2021年 | ¥ 74 | ¥ 78 | ¥ 80 | ¥ 60 | ¥ 67 | ¥ 85 | ¥ 90 | ¥ 73 | ¥ 83 | ¥ 117 | ¥ 110 | |

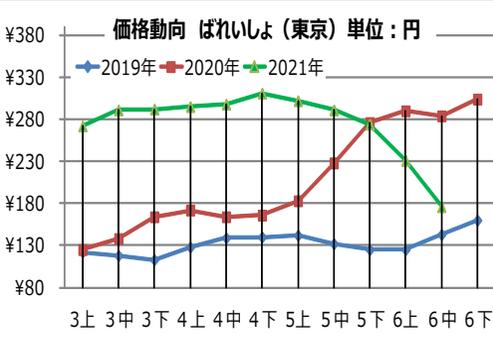
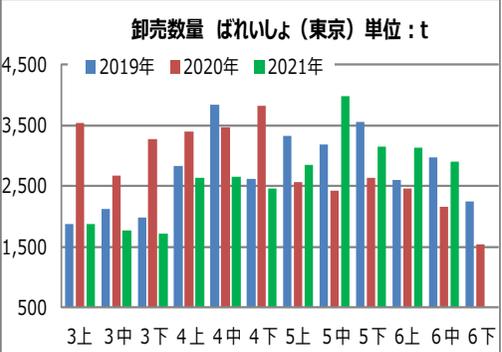
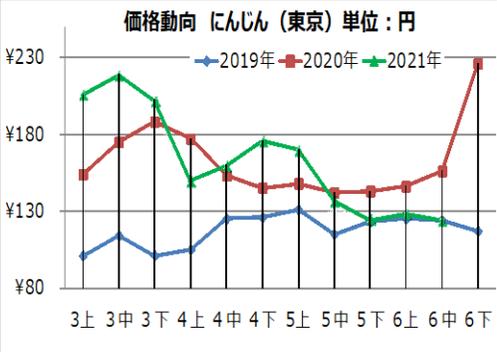
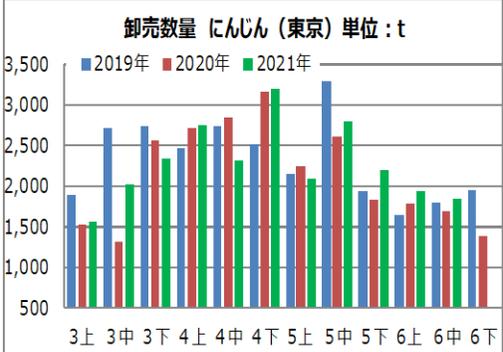
| 東京 | 時期 | 3上 | 3中 | 3下 | 4上 | 4中 | 4下 | 5上 | 5中 | 5下 | 6上 | 6中 | 6下 |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 数量 | 2019年 | 400 | 391 | 329 | 260 | 369 | 375 | 364 | 374 | 400 | 336 | 293 | 283 |
| | 2020年 | 370 | 310 | 363 | 337 | 293 | 350 | 381 | 389 | 412 | 342 | 356 | 263 |
| | 2021年 | 429 | 419 | 381 | 420 | 317 | 344 | 399 | 424 | 407 | 390 | 337 | |
| 卸値 | 2019年 | ¥ 345 | ¥ 365 | ¥ 419 | ¥ 500 | ¥ 493 | ¥ 310 | ¥ 344 | ¥ 401 | ¥ 367 | ¥ 389 | ¥ 469 | ¥ 517 |
| | 2020年 | ¥ 433 | ¥ 438 | ¥ 637 | ¥ 542 | ¥ 589 | ¥ 543 | ¥ 461 | ¥ 381 | ¥ 441 | ¥ 476 | ¥ 481 | ¥ 581 |
| | 2021年 | ¥ 354 | ¥ 304 | ¥ 358 | ¥ 351 | ¥ 536 | ¥ 439 | ¥ 382 | ¥ 347 | ¥ 388 | ¥ 464 | ¥ 400 | |



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 | 2019年 | 1,891 | 2,708 | 2,735 | 2,471 | 2,737 | 2,510 | 2,153 | 3,287 | 1,943 | 1,649 | 1,797 | 1,961 |
| | 2020年 | 1,527 | 1,316 | 2,566 | 2,710 | 2,838 | 3,164 | 2,244 | 2,608 | 1,830 | 1,785 | 1,694 | 1,386 |
| | 2021年 | 1,553 | 2,016 | 2,336 | 2,746 | 2,312 | 3,202 | 2,082 | 2,806 | 2,190 | 1,938 | 1,846 | |
| 卸値 | 2019年 | ¥ 101 | ¥ 114 | ¥ 101 | ¥ 105 | ¥ 125 | ¥ 126 | ¥ 131 | ¥ 115 | ¥ 123 | ¥ 125 | ¥ 124 | ¥ 117 |
| | 2020年 | ¥ 154 | ¥ 175 | ¥ 188 | ¥ 177 | ¥ 153 | ¥ 145 | ¥ 148 | ¥ 142 | ¥ 143 | ¥ 146 | ¥ 156 | ¥ 226 |
| | 2021年 | ¥ 206 | ¥ 219 | ¥ 202 | ¥ 150 | ¥ 160 | ¥ 176 | ¥ 170 | ¥ 137 | ¥ 125 | ¥ 128 | ¥ 124 | |

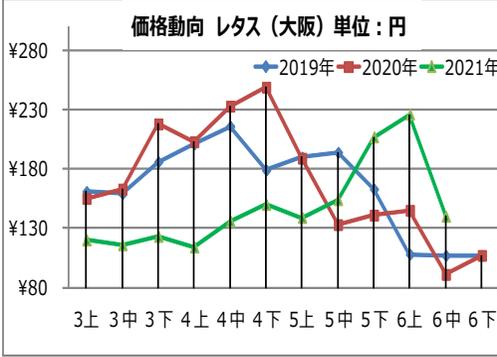
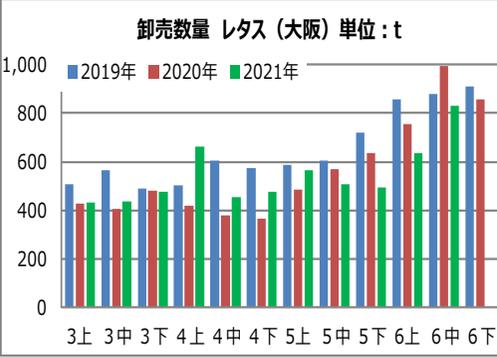
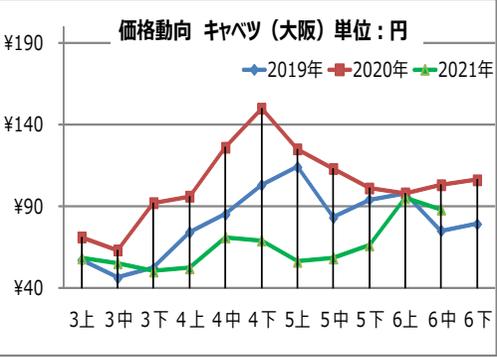
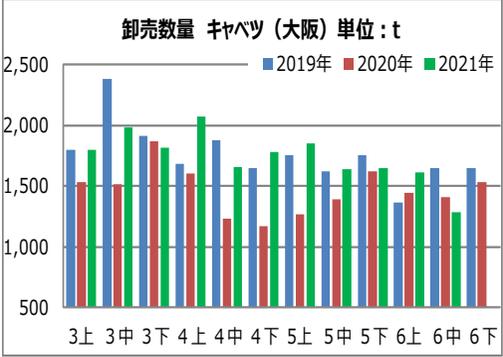
| 東京 | 時期 | 3上 | 3中 | 3下 | 4上 | 4中 | 4下 | 5上 | 5中 | 5下 | 6上 | 6中 | 6下 |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 数量 | 2019年 | 1,878 | 2,130 | 1,983 | 2,828 | 3,833 | 2,618 | 3,317 | 3,191 | 3,550 | 2,598 | 2,971 | 2,248 |
| | 2020年 | 3,532 | 2,675 | 3,276 | 3,400 | 3,471 | 3,823 | 2,570 | 2,415 | 2,642 | 2,450 | 2,157 | 1,547 |
| | 2021年 | 1,873 | 1,774 | 1,723 | 2,631 | 2,649 | 2,451 | 2,841 | 3,976 | 3,142 | 3,124 | 2,901 | |
| 卸値 | 2019年 | ¥ 122 | ¥ 118 | ¥ 113 | ¥ 128 | ¥ 139 | ¥ 140 | ¥ 142 | ¥ 132 | ¥ 125 | ¥ 125 | ¥ 143 | ¥ 160 |
| | 2020年 | ¥ 125 | ¥ 138 | ¥ 164 | ¥ 172 | ¥ 164 | ¥ 166 | ¥ 183 | ¥ 228 | ¥ 276 | ¥ 290 | ¥ 284 | ¥ 304 |
| | 2021年 | ¥ 272 | ¥ 291 | ¥ 292 | ¥ 295 | ¥ 298 | ¥ 311 | ¥ 302 | ¥ 291 | ¥ 274 | ¥ 231 | ¥ 176 | |



卸売数量の変化と価格動向[大阪]

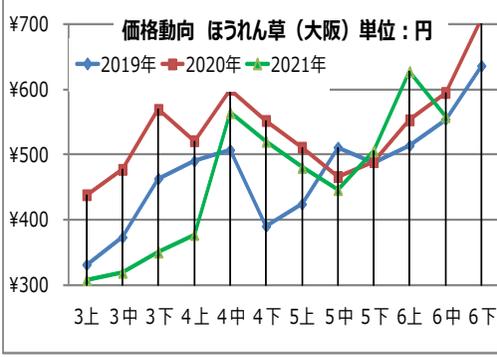
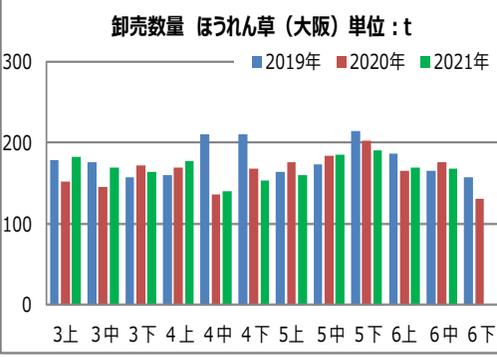
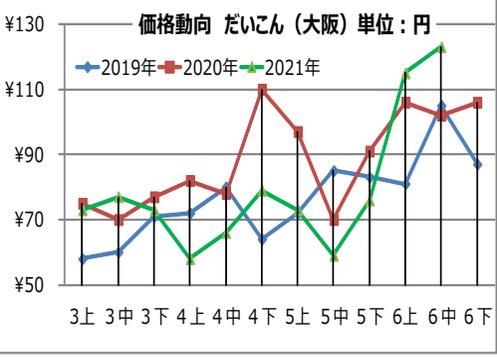
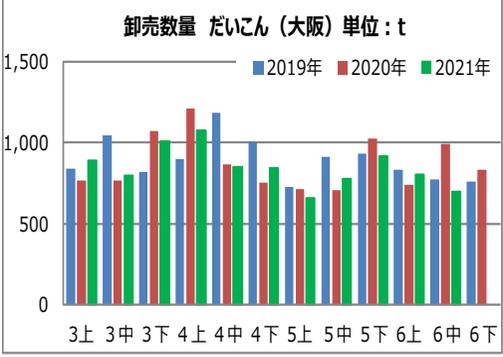
| 大阪 | 時期 | 3上 | 3中 | 3下 | 4上 | 4中 | 4下 | 5上 | 5中 | 5下 | 6上 | 6中 | 6下 |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 数量 | 2019年 | 1,800 | 2,377 | 1,911 | 1,683 | 1,876 | 1,648 | 1,755 | 1,620 | 1,749 | 1,362 | 1,644 | 1,647 |
| | 2020年 | 1,529 | 1,513 | 1,871 | 1,606 | 1,231 | 1,168 | 1,265 | 1,389 | 1,618 | 1,444 | 1,408 | 1,533 |
| | 2021年 | 1,795 | 1,982 | 1,812 | 2,070 | 1,658 | 1,778 | 1,850 | 1,636 | 1,647 | 1,614 | 1,285 | |
| 卸値 | 2019年 | ¥ 57 | ¥ 46 | ¥ 52 | ¥ 74 | ¥ 85 | ¥ 103 | ¥ 114 | ¥ 83 | ¥ 94 | ¥ 98 | ¥ 75 | ¥ 79 |
| | 2020年 | ¥ 71 | ¥ 63 | ¥ 92 | ¥ 96 | ¥ 126 | ¥ 150 | ¥ 125 | ¥ 113 | ¥ 101 | ¥ 98 | ¥ 103 | ¥ 106 |
| | 2021年 | ¥ 58 | ¥ 55 | ¥ 50 | ¥ 52 | ¥ 71 | ¥ 69 | ¥ 56 | ¥ 58 | ¥ 66 | ¥ 95 | ¥ 88 | |

| 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 | 2019年 | 509 | 565 | 490 | 502 | 605 | 573 | 588 | 604 | 721 | 856 | 878 | 908 |
| | 2020年 | 429 | 405 | 480 | 418 | 378 | 364 | 487 | 569 | 637 | 755 | 993 | 855 |
| | 2021年 | 432 | 438 | 477 | 660 | 454 | 478 | 564 | 508 | 492 | 634 | 830 | |
| 卸値 | 2019年 | ¥ 161 | ¥ 159 | ¥ 186 | ¥ 201 | ¥ 216 | ¥ 179 | ¥ 190 | ¥ 194 | ¥ 163 | ¥ 108 | ¥ 107 | ¥ 107 |
| | 2020年 | ¥ 155 | ¥ 163 | ¥ 218 | ¥ 203 | ¥ 233 | ¥ 249 | ¥ 189 | ¥ 133 | ¥ 141 | ¥ 145 | ¥ 91 | ¥ 107 |
| | 2021年 | ¥ 120 | ¥ 116 | ¥ 123 | ¥ 114 | ¥ 136 | ¥ 150 | ¥ 139 | ¥ 154 | ¥ 207 | ¥ 226 | ¥ 140 | |



| 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 | 2019年 | 841 | 1,046 | 821 | 900 | 1,188 | 1,008 | 728 | 911 | 935 | 837 | 777 | 764 |
| | 2020年 | 770 | 770 | 1,073 | 1,212 | 869 | 755 | 713 | 705 | 1,026 | 741 | 993 | 833 |
| | 2021年 | 891 | 796 | 1,010 | 1,074 | 851 | 841 | 658 | 779 | 914 | 802 | 697 | |
| 卸値 | 2019年 | ¥ 58 | ¥ 60 | ¥ 71 | ¥ 72 | ¥ 80 | ¥ 64 | ¥ 72 | ¥ 85 | ¥ 83 | ¥ 81 | ¥ 105 | ¥ 87 |
| | 2020年 | ¥ 75 | ¥ 70 | ¥ 77 | ¥ 82 | ¥ 78 | ¥ 110 | ¥ 97 | ¥ 70 | ¥ 91 | ¥ 106 | ¥ 102 | ¥ 106 |
| | 2021年 | ¥ 73 | ¥ 77 | ¥ 73 | ¥ 58 | ¥ 66 | ¥ 79 | ¥ 73 | ¥ 59 | ¥ 76 | ¥ 115 | ¥ 123 | |

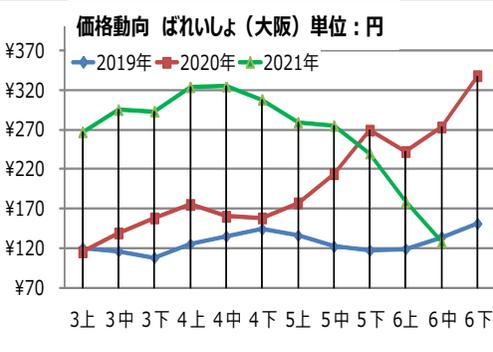
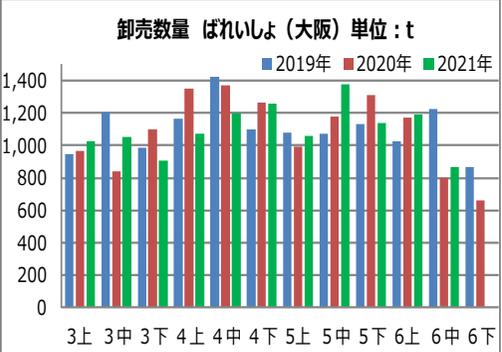
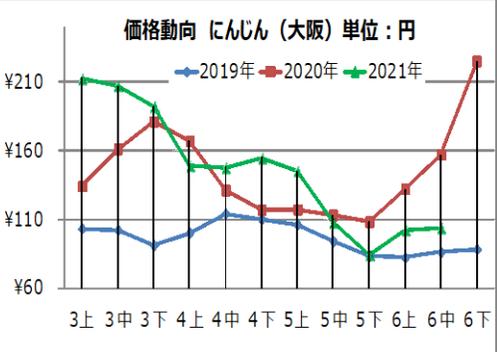
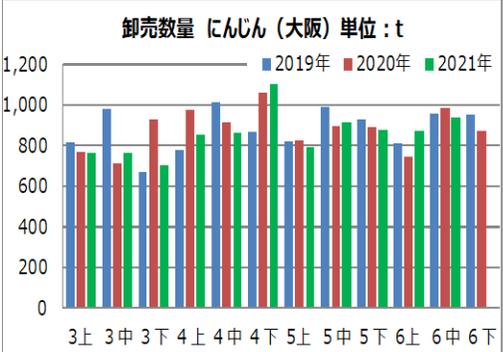
| 大阪 | 時期 | 3上 | 3中 | 3下 | 4上 | 4中 | 4下 | 5上 | 5中 | 5下 | 6上 | 6中 | 6下 |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 数量 | 2019年 | 179 | 176 | 158 | 160 | 211 | 210 | 164 | 173 | 214 | 187 | 165 | 157 |
| | 2020年 | 152 | 145 | 172 | 170 | 136 | 168 | 176 | 184 | 203 | 166 | 176 | 131 |
| | 2021年 | 183 | 169 | 164 | 178 | 140 | 153 | 160 | 185 | 190 | 169 | 168 | |
| 卸値 | 2019年 | ¥ 331 | ¥ 373 | ¥ 463 | ¥ 490 | ¥ 507 | ¥ 390 | ¥ 424 | ¥ 511 | ¥ 488 | ¥ 514 | ¥ 554 | ¥ 636 |
| | 2020年 | ¥ 438 | ¥ 477 | ¥ 569 | ¥ 521 | ¥ 600 | ¥ 552 | ¥ 511 | ¥ 466 | ¥ 489 | ¥ 553 | ¥ 595 | ¥ 708 |
| | 2021年 | ¥ 308 | ¥ 319 | ¥ 350 | ¥ 377 | ¥ 564 | ¥ 520 | ¥ 480 | ¥ 446 | ¥ 505 | ¥ 627 | ¥ 558 | |



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 | 2019年 | 813 | 981 | 671 | 778 | 1,013 | 871 | 823 | 989 | 926 | 809 | 960 | 953 |
| | 2020年 | 768 | 716 | 928 | 975 | 916 | 1,057 | 827 | 893 | 889 | 747 | 987 | 872 |
| | 2021年 | 762 | 763 | 704 | 851 | 865 | 1,105 | 796 | 917 | 879 | 874 | 935 | |
| 卸値 | 2019年 | ¥ 103 | ¥ 102 | ¥ 91 | ¥ 100 | ¥ 114 | ¥ 110 | ¥ 106 | ¥ 94 | ¥ 83 | ¥ 82 | ¥ 86 | ¥ 88 |
| | 2020年 | ¥ 134 | ¥ 161 | ¥ 181 | ¥ 167 | ¥ 131 | ¥ 117 | ¥ 117 | ¥ 113 | ¥ 108 | ¥ 132 | ¥ 157 | ¥ 225 |
| | 2021年 | ¥ 213 | ¥ 207 | ¥ 192 | ¥ 149 | ¥ 148 | ¥ 155 | ¥ 145 | ¥ 108 | ¥ 84 | ¥ 102 | ¥ 104 | |

| 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 | 2019年 | 949 | 1,205 | 983 | 1,164 | 1,425 | 1,097 | 1,077 | 1,072 | 1,132 | 1,029 | 1,222 | 870 |
| | 2020年 | 963 | 843 | 1,101 | 1,351 | 1,367 | 1,266 | 995 | 1,180 | 1,312 | 1,169 | 801 | 663 |
| | 2021年 | 1,026 | 1,055 | 908 | 1,072 | 1,200 | 1,257 | 1,062 | 1,379 | 1,141 | 1,193 | 868 | |
| 卸値 | 2019年 | ¥ 120 | ¥ 116 | ¥ 108 | ¥ 125 | ¥ 135 | ¥ 144 | ¥ 136 | ¥ 122 | ¥ 117 | ¥ 119 | ¥ 134 | ¥ 151 |
| | 2020年 | ¥ 115 | ¥ 139 | ¥ 158 | ¥ 175 | ¥ 160 | ¥ 158 | ¥ 177 | ¥ 214 | ¥ 269 | ¥ 242 | ¥ 273 | ¥ 338 |
| | 2021年 | ¥ 267 | ¥ 295 | ¥ 293 | ¥ 324 | ¥ 325 | ¥ 308 | ¥ 279 | ¥ 275 | ¥ 240 | ¥ 179 | ¥ 128 | |



来月もお楽しみに！

