

7月行事カレンダー



日	曜日	一般行事	青森	市場	日	曜日	一般行事	青森	市場
1	木	山・海開き プール開き 釜飯の日 ナビの日 国民安全の日 井村屋あずきバーの日 童謡の日 さしみこんにゃくの日 じゅんさいの日			16	金	盆送り火 駅弁記念の日 虹の日 からしの日		
2	金	半夏生 一年折り返しの日 うどんの日 たわしの日			17	土	世界絵文字デー 漫画の日 東京の日 理学療法の日	第56回十和田湖 湖水まつり(十和 田市～7/19迄)	
3	土	ソフトクリームの日 波の日 七味の日 涙の日 通天閣の日 オロナミンCの日 渚の日	ブルーベリー掴み取 り体験 2021(十和田 市鯉ヶ郷～8/1迄)		18	日	ネルソン・マンデラ国際デー 防犯の日 光科学スモッグの日 カナデルチカラの日		市場休
4	日	梨の日 シーザーサラダの日 和服・洋服直しの日 滝修行の日 アメリカ独立記念日 恩納もずくの日		市場休	19	月	夏の土用入り やまなし桃の日 知育菓子の日		
5	月	ビキニの日 アナゴの日 江戸切子の日			20	火	ハンバーガーの日 月面着陸の日 Tシャツの日 夏割りの日 マードレーヌの日	恐山大祭 (むつ市～7/24迄)	
6	火	ナンの日 サラダ記念日 ピアノの日 ワクチンの日			21	水	自然公園の日 日本三景の日 烏骨鶏の日		
7	水	七夕 小暑 ゆかたの日 ポニーテールの日 カルピスの日 冷やし中華の日竹の日/たけのこの日 乾麺デー高菜の日 赤しその日 ギフトの日		市場休	22	木	大暑 海の日 ナッツの日 下駄の日 ディスコの日 著作権制度の日 夏ふーふースープカレーの日		市場休
8	木	質屋の日 なはの日 中国茶の日 チキン南蛮 七転八倒の日 ガンダムの日 菌労感謝の日 生パスタの日 防犯カメラの日 ナイスパディーの日			23	金	東京オリンピック(開会式～8/8迄) スポーツの日 てんぶらの日 文月ふみの日 カシスの日	みさわ七夕まつり (三沢市～7/25迄)	
9	金	ジェットコースターの日 泣くの日 鷗外忌			24	土	劇画の日 テレワークデー 地藏盆		
10	土	納豆の日 ウルトラマンの日 潤滑油の日 指笛の日			25	日	かき氷の日 知覚過敏の日 うま味調味料の日		市場休
11	日	セブンイレブンの日 真珠記念日 世界人口デー ラーメンの日 ロコモコ開きの日 UDFの日		市場休	26	月	幽霊の日 プルーンの日 夏風呂の日 日光の日 うな次郎の日		
12	月	人間ドックの日 洋食器の日 デコレーションケーキの日			27	火	スイカの日 ニキビケアの日 政治を考える日		
13	火	盆迎え火 もつ焼きの日 ナイスの日			28	水	土用の丑の日 世界肝炎デー 菜っ葉の日		市場休
14	水	ゼリーの日 ひまわりの日 検疫記念日 内視鏡の日		市場休	29	木	白だしの日 七福神の日 福神漬の日		
15	木	盆・中元 マンゴーの日 ファミコンの日 ホッピーの日			30	金	梅干しの日 プロレス記念日 生サーモンの日		
					31	土	蓄音機の日 バラグライダー記念日 ビーチの日		

7 月販促

《7 月キーワード》

7/2(金)半夏生 

7/28(水)土用の丑の日 

7/23(金)～東京オリンピック開催

宵宮

お盆商戦仕掛け月

バーベキュー商材 

スタミナ 

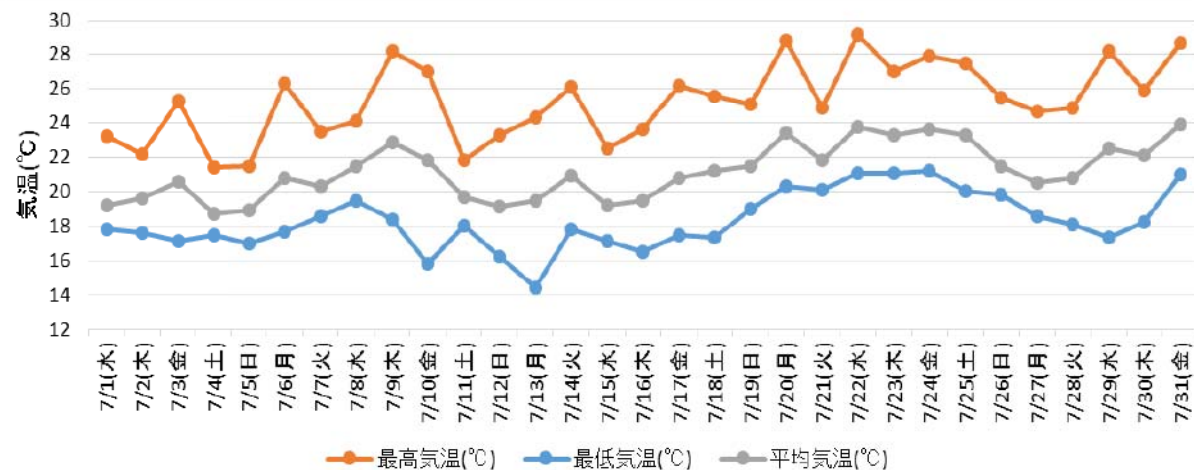
簡便商品

塩物・涼味

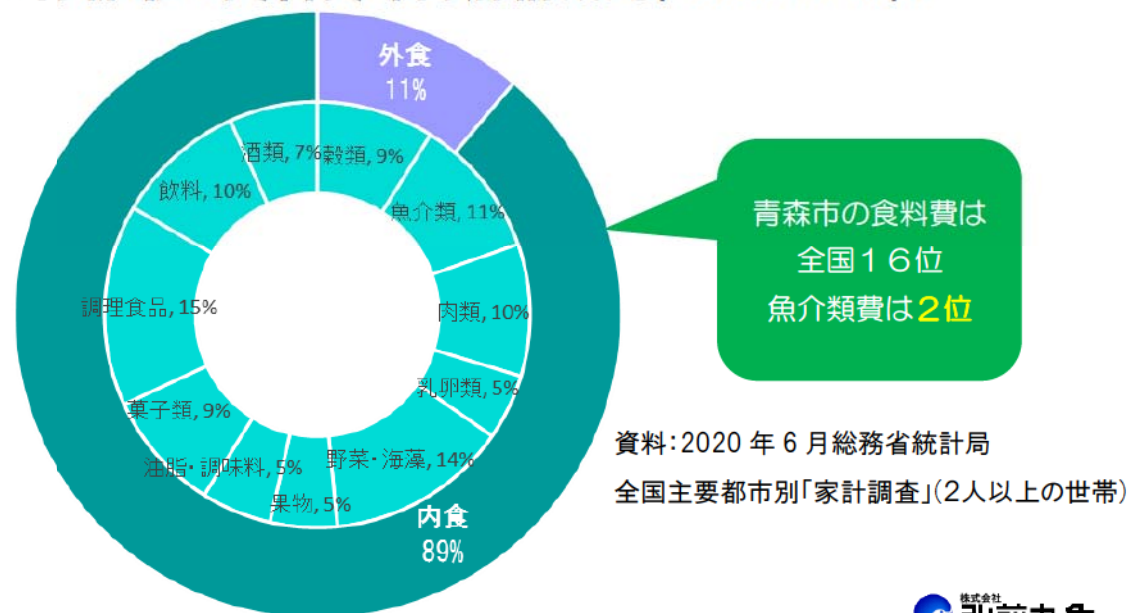
《内食費と外食費の比較(2人以上の世帯)》



《青森市の7月の気温》



《青森市の食料費部門別構成比(2人以上の世帯)》



6月おすすめ商品

7/2(金)は半夏生

煮たこ

《半夏生とは》

雑節の一つで夏至から11日目を指し、この日は農作業を休んで、稲の穂がたこの足のように根付くことを祈る日として、たこを食べる習慣が広まったとされています。

時期を同じくして「ハンゲショウ」の葉が雪が積もったように白くなり、花を咲かせることから「半化粧」「半夏生」と呼ばれるようになったとされています。

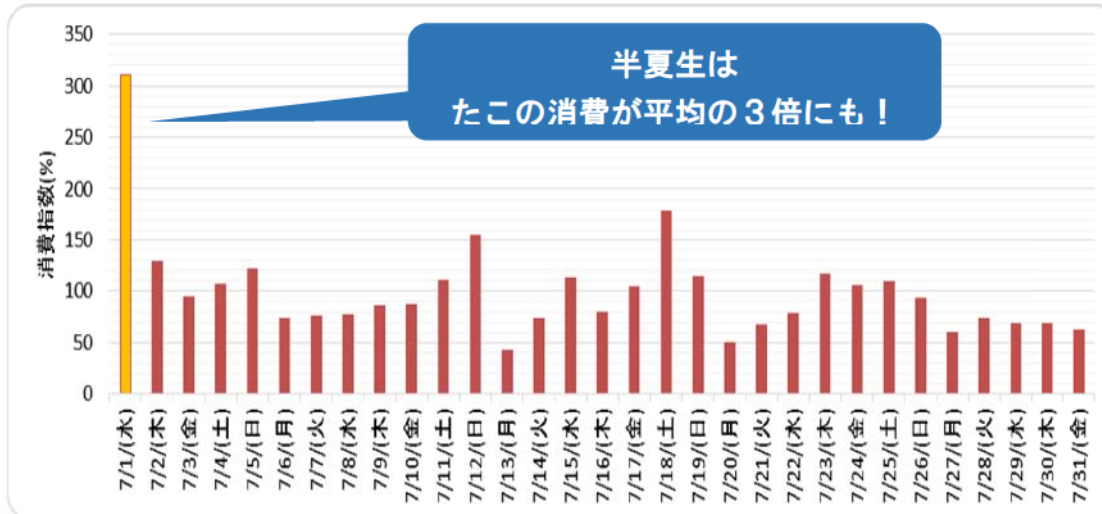


《今年の生産見込みと相場予想》

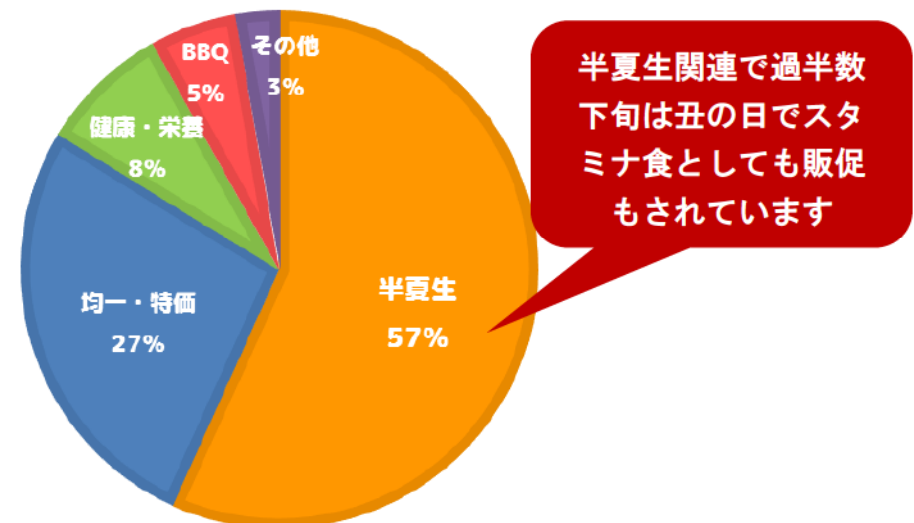
北海道産・・・各浜在庫もほぼ無い状況の中、春漁から夏漁が壊滅的で過去5年間で最低の水揚げ量になっています。特に日本海側が思わしくなく、製品価格もバルク品で4ケタ頭に入り、IQF品で4ケタといった状況です。数量もまとまったアソートでの出荷が厳しい状況です。

輸入産・・・メキシコ産の春漁の水揚げが増え、モーリタニア原料をもつ加工メーカーも先行きの不安もあり、製品価格を下げてくるメーカーも増えてきており、サイズ別に価格も違いますが、製品価格で昨年よりK300～500円安となっています。

《2020年7月のたこの日別消費指数(2人以上の世帯)》



《昨年の7月のたこの販促 ※テーマ別》



北海道釧路産 **活締め水たこ** マルサ笹谷商店ブランド

《商品特徴》

- ① **冬場**の活タコのみ使用、入札後すぐ活絞めしボイルしている身も肥え、鮮度も良い
- ② 1本凍結IQF品のため使い易く、小型量販店でもロスが出ない
- ③ 水タコは冬場のみの水揚げであり柔らかさや、ジューシーさは水タコの特徴

《相場予想》

品名	規格	入り数
水たこ	10Kダンボール	4/6本
真たこ	10Kダンボール	6/10本

モーリタニア産

釜ゆで蒸したこ (有)清水商店ブランド 茨城県

《商品特徴》

- ① 釜で蒸しているの旨み流れずジューシー
- ② 受注生産にて出荷の為鮮度抜群
- ③ 原料厳選でキズ、ゼリーミートが無い

《相場予想》

品名	規格	入り数
釜蒸し蛸	5K	12/15尾



《販促 POP 例》



7/28(水)土用の丑の日



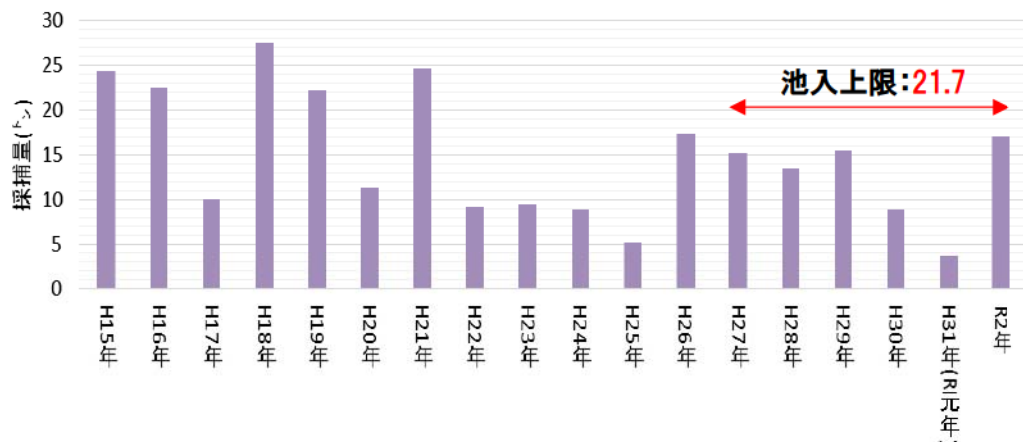
6月おすすめ商品

《シラス漁獲状況》

昨年の漁期は記録的な不漁になった日本ウナギの稚魚(シラス)が今年は豊漁になっている状況です。昨年11月から1月末までの国内採捕量は8.9トン、前年0.1トンと大きく上回りました。国産うなぎの蒲焼き価格は近年高等の一途をたどってきましたが、今年の土用の丑は値下がりの可能性もでていて小売り、家計には朗報となりそうです。中国や台湾でも採捕は順調で池入れも進んでいる状況です。

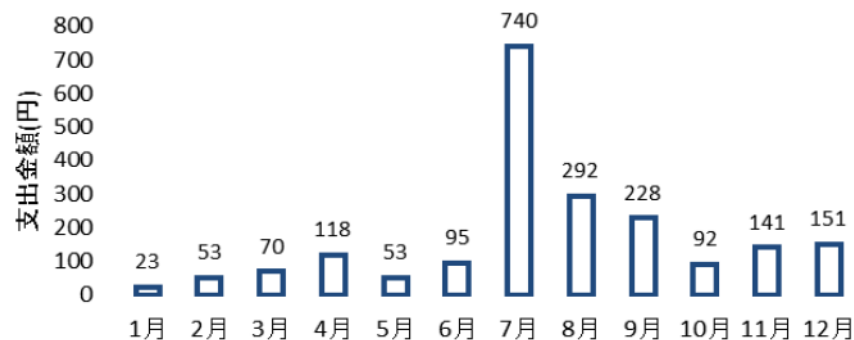
うなぎ蒲焼

《ニホンウナギ稚魚の池入れ数量》



《青森市のうなぎ蒲焼き消費金額》

うなぎの蒲焼き消費金額(2人以上の世帯)



鹿児島産鹿児島加工 うなぎ蒲焼 薩摩川内ブランド

《商品特徴》

- 養殖場から直接原料を買い付けることでトレーサが明確になった。
- 6養殖場で年間2000トンの鰻生産で、日本最大級の規模。
- すべて新調したコンピューター管理
- HACCP**を取得している。
- 白焼きラインでは備長炭を使用。

商品名	規格	入り数
長蒲焼き	2K×5合	50尾
長蒲焼き	2K×5合	70尾

中国 涼水ブランドうなぎ蒲焼

《商品特徴》

同じアメリカ種のシラスでもアフリカ沖でなく、
アメリカ沖のシラスのみ(脂質が高い)を使用。
タレも甘すぎを抑えた無添加の醤油ベースで飽きのこない仕上げです。

商品名	規格	入り数
長蒲焼	10kg(5kg×2合)	45尾
		60尾
串蒲焼	90g串100本	9K
串蒲焼	130g串100本	13K



《うなぎに含まれる成分と効用》 うなぎはビタミンの宝庫！！

	ビタミンA (1500μg)		ビタミンB1 (0.75mg)		ビタミンB2 (0.74mg)	
1位	うなぎ	1500μg	豚肉	0.85mg	うなぎ	0.74mg
2位	にんじん	720μg	うなぎ	0.75mg	豚肉	0.23mg
3位	チーズ(プロセス)	260μg	ほうれん草	0.13mg	ほうれん草	0.23mg
4位	たまご	160μg	牛乳	0.06mg		
効用	免疫力を高め、粘膜の生成に必要で、ニキビや肌荒れを防ぐ。不足すると風邪をひきやすくなる。		糖質をエネルギーに分解する。疲労物質である乳酸を除去するなどの役割があり、不足すると倦怠感、眠気、消化不良や、筋肉痛になりやすいなどの症状があらわれる。		脂質を分解してエネルギーを生み出し、皮膚・粘膜を保護する。不足すると、口角炎や皮膚炎になる。	
ビタミンD (19μg)		骨粗しょう症、イライラ、虫歯の防止に役立つ				
ビタミンE (4.9mg)		細胞の老化防止。身体の防衛力低下、動脈硬化防止に役立つ				

《販促 POP 例》



6月おすすめ商品

7/28(水)土用の丑の日

青森産土用しじみ



《生活背景と与件》

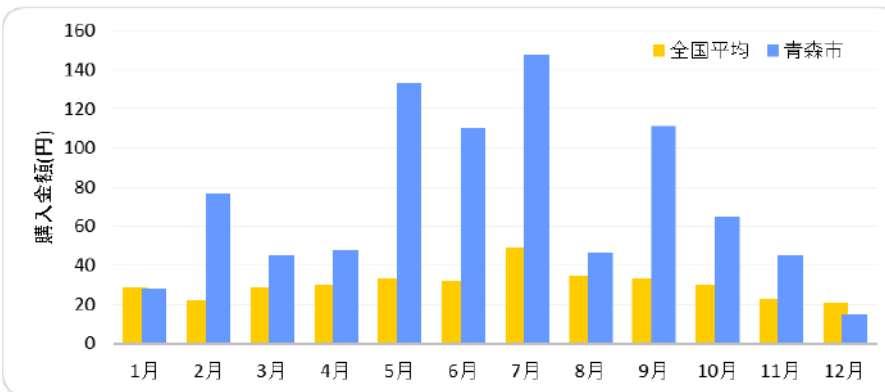
7月はなんといっても「うなぎとしじみ」の販売がとて大切になってきます。今年の『土用の丑』は7月28日(水)！週末にかけて盛り上がり期待できます。

《各地の状況予想》7月は岩木川の禁漁区の大粒しじみが一番おいしい時期！

十三湖・・・水温も上昇し、水揚げ量も順調になってくる時期です。この時期のしじみは夏に向かっての『土用しじみ』の一カ月前ということで身の入りも良くなり、栄養分・旨味含有量も一年でも非常に良好な時期になってきます。相場的には落ち着いてくる時期なので、販促チラシ頻度を多くし、翌月の『土用の丑』に備え、拡販していきましょう。

小川原湖・・・昨年並みの相場で推移する予想です。また島根宍道湖の漁獲量の減少もあるため、相場は昨年よりも高値ではないかと予想されます。身の入りや旨みについては6～7月は最良期のため十三湖同様に拡販期です。

《去年のしじみ消費指数(2人以上の世帯)》



青森十三湖産 砂抜き処理

活シジミ貝 小 5kg

《提案理由》

身の入りもよくなり、栄養分・旨味含有量も一年でも非常に良好な時期です。特に土用の丑の日は、うなぎと一緒にしじみの販促も活発になります。当日すぐに食べられる砂抜きしじみの需要も高まると思われるため利便性の高い砂抜き活しじみを併せてご提案します。

《商品特徴》

- ①特殊量子水(νG7)で砂抜き処理をしているため、砂抜き前と砂抜き後のしじみの活や日持ちが変わらない。
- ②うま味成分も砂抜き前に比べてアミノ酸が増加している。
- ③購入したその日に調理が出来る。



《商品案内》

主産地	品名	サイズ	入数
青森十三湖	活しじみ	大	3kg・5kg
〃	〃	中	5kg
〃	〃	小	5kg・10kg

おすすめレシピ

うなぎと夏野菜のそうめん



【材料と分量(4人分)】

- そうめん…300g
 - 熱湯…3ℓ(麺の7~10倍)
 - うなぎ(かば焼き)…1串
 - ナス…2本
 - トマト…1個
 - かぼちゃ…100g
- <麺つゆ>
- 濃口醤油…100ml
 - 本みりん…100ml
 - 混合煮出し汁…700ml
 - 砂糖…大さじ1

【作り方】

- ① トマトは角切り、ナスは一口大に切り、切込みを入れて電子レンジで2~3分加熱して冷ます。かぼちゃは薄切りにして一口大に切り、電子レンジで2~3分加熱して冷ます。うなぎは短冊切りにして、フライパンで加熱をし、タレを絡めて照焼きにする。
- ② 麺つゆの材料を鍋に入れ、ひと煮立ちさせる。あら熱をとって冷蔵庫に入れて冷やし、麺つゆを作る。
- ③ トマト・ナス・かぼちゃをガラスボウルに入れて、塩を加えてオリーブオイルを入れて混ぜ、冷蔵庫で冷やす。
- ④ そうめんは表示通りに茹であげて、氷水で洗ってザルに上げ、よく水を切る。
- ⑤ 皿にそうめんを入れて、冷やしておいたトマト・ナス・かぼちゃを上盛りに盛り付け、シソの葉やみょうが、とうもろこしなどのトッピングをお好みで飾り、その上にうなぎを乗せる。そこへ麺つゆをかけて、好みでごま油やラー油、一味唐辛子などをかけて召し上がれ♪

夏のしじみ汁



【材料と分量(4人分)】

- しじみ…200g
- 水…600ml
- 昆布…5g
- 日本酒…大さじ1
- 白みそ…大さじ1
- おろし生姜…大さじ1
- 大葉…2枚
- みょうが…1/2個

【作り方】

- ① しじみは0.5%の薄い塩水につけ、冷暗所で3~4時間砂抜きをしてから優しく洗う。
- ② しょうがはすりおろし、大葉とみょうがは千切りにする。
- ③ 鍋にしじみと昆布、日本酒を入れて30分程したら火にかけ、アクを取りながらしじみの口を開かせ、火を止める。
- ④ みそを溶き入れて味を調え、器によそい、大葉・みょうがを彩りよく乗せたら完成！

おすすめレシピ

タコのサラダ



【材料と分量(4人分)】

- タコ(足)…120g
- きゅうり…1本
- ミニトマト…8個
- 大葉…2枚
- 塩…1g
- ＜ドレッシング用調味料＞
- みりん…6g
- 醤油…6g
- 酢…5g
- サラダ油…4g
- 白ごま…少々

【作り方】

- ① タコは沸騰したお湯に塩を入れて2～3分茹で、氷水でしめて一口大に切る。
- ② きゅうりは乱切り、ミニトマトは半分、大葉は千切りにする。
- ③ ボウルにタコ、きゅうり、ミニトマト、大葉、またドレッシングを入れて混ぜ合わせる。
- ④ 器に盛り付けて白ごまを散らしたら完成！

アジとナスの重ね焼き



【材料と分量(4人分)】

- アジ…2尾
- 酒…大さじ1
- ナス…中1本
- 大葉…8枚
- 赤パプリカ…1/2 個
- 片栗粉…大さじ2
- サラダ油…大さじ2
- 酒…大さじ2
- 果汁(かぼすやレモン汁)…小さじ2

【作り方】

- ① アジを三枚おろしにし、4切れになるように切って酒をふってしばらく置き、水分をキッチンペーパーでふき取る。
- ② ナスを8枚になるように5mm厚さくらいの斜め切りにして縦半分に切り、16枚にする。大葉は洗って茎を取って縦半分に、赤パプリカは16等分になるよう5mm幅の縦に切る。
- ③ ナスの表面を上にしてアジを乗せ、パプリカを添えて大葉で巻き、片栗粉をまぶす。
- ④ フライパンにサラダ油を入れて、ナス面を下にして中火で焼く。
- ⑤ 裏返して、弱火にし酒を入れてふたをして蒸し焼きにする。水分がなくなったら、火を止めて果汁をかけ、お皿に盛り付けて完成！

【材料と分量(4人分)】

- ぶり…1梱
- 卵…1個
- サラダ油…t1
- 青しそ…4枚
- 焼き海苔…1枚
- 米…2合
- ＜ごまみそだれ＞
- 砂糖…大さじ1
- みそ…大さじ2
- 醤油…大さじ 1/2
- 一味唐辛子…1振
- すりごま…大さじ 1
- ごま油…大さじ 1
- 煮だし汁…大さじ 1

ぶりのごまみそ漬け丼



【作り方】

- ① ぶりは小さめの一口大に切り、ごまみそだれの材料を合せておく。
- ② 合わせたごまみそだれにぶりを漬け込んでおく。
- ③ 薄焼き卵を焼いて、錦糸卵にする。
- ④ 青しそは千切り、海苔ははさみで細かく刻んでおく。
- ⑤ どんぶりにご飯を盛り、錦糸卵、のり、ぶりの順に盛り付け、青しそをのせて完成！