

2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	火	琉球王国建国記念の日 テレビ放送記念日 メンマの日 ニオイの日 ガーナチョコレートの日 神戸プリンの日 プリキュアの日 LG21 の日			16	水	寒天の日 似合う色の日 天気図記念日		市場休
2	水	夫婦の日 ストレッチパンツの日 ツインデールの日 カップルの日 網の日 おんぶの日 くちびるの日 麩の日 オーツ麦の日 つぼ濱の日		市場休	17	木	天使の囁きの日 千切り大根の日 電子書籍の日 ガチャの日 中部国際空港開港記念日	八戸えんぶり(八戸市～20日迄)	
3	木	節分 乳酸菌の日 絵手紙の日 不眠の日 大豆の日			18	金	安眠の日 エアメールの日 嫌煙運動の日 冥王星の日		
4	金	立春 北京オリンピック開会式 ビタミンCケアの日 妊娠の日 世界対がんデー 西の日 レディースユニフォームの日			19	土	雨水 万国郵便連合加盟記念日 プロレスの日 チョコミントの日「信州・まつもと鍋」の日		
5	土	日本語検定の日 笑顔の日 ふたごの日 プロ野球の日	・第44回青森冬まつり (青森市～6日迄) ・元祖まける日(三戸町) ・ザ・もつけ祭り& 冬花火(青森市) ・のへじ停車場ワタマ つり(野辺地町) ・南部地方えんぶり(南 部町～6日迄)		20	日	北京オリンピック閉会式 歌舞伎の日 旅券の日 キヌアの日 夫婦円満の日 アレルギーの日	乳穂ヶ滝氷祭 (西目屋村)	市場休
6	日	海苔の日 抹茶の日 C1000 の日 お風呂の日 ブログの日 ディズニーツムツムの日 ちゆる肌の日 プロフェッショナルの日	・マッコ市(黒石市) ・階上早生えんぶり祭り (階上町)	市場休	21	月	食糧管理法公布記念日 国際母語デー 日刊新聞創刊の日		
7	月	オリンピックメモリアルデー フナの日 ニキビに悩まないデー			22	火	猫の日 温泉マウの日 ヘッドホンの日 折箱の日 頭痛の日 乃木坂46の日 忍者の日 スニーカーの日 おでんの日		
8	火	千マークの日 御事始め ニワトリの日 針供養 和ちよこの日 つばきの日 艶の日 スパの日 双葉・二葉の日			23	水	天皇誕生日 富士山の日 工場夜景の日 ふろしきの日 妊婦さんの日 ハローベビー・デー 夫婦で妊活の日		市場休
9	水	肉の日 腹の日 ふくの日 漫画の日 大福の日 風の日 福の日 副業の日 福寿の日			24	木	月光仮面登場の日 クロスカントリーの日		
10	木	初午 ニットの日 ふとんの日 フルトの日 ばい菌ゼロの日 ふきのとうの日 豚丼の日 フットケアの日 バンプスの日 フルーツアートの日 二重の日 レンジフードの日	弘前城雪燈籠まつり (弘前市～13日迄)		25	金	タカ紙の日 ひざ関節の日 とちぎのいちごの日 親に感謝の気持ちを伝える日 エビスの日		
11	金	建国記念の日 千支供養の日 わんこそば記念日	冬の田んぼアート (田舎館村～13日迄)	市場休	26	土	ご飯がススムキムチの日 包むの日 フロリダグレープフルーツの日		
12	土	ペニシリン記念日 ポブスレーの日 レトルトカレーの日	全日本ずり回し選手権 大会(黒石市)	市場休	27	日	女性雑誌の日 冬の恋人の日 国際ホッキョクマの日	八戸げーみんぐフ ェスティバル 2022 (八戸市)	市場休
13	日	苗字制定記念日 世界ラジオデー NISA の日 土佐文旦の日			28	月	ビスケットの日 エッセイ記念日 利休忌		
14	月	バレンタインデー 煮干の日 日本酒女子会の日 ふんどしの日 予防接種記念日 セカンドオピニオンを考える日			※イベントは新型コロナウイルスの影響により中止・延期になる場合もあります。				
15	火	全日本スキー連盟設立の日 春一番名付けの日							

2月販促

《2月キーワード》

2/3(木)節分

立春

2/14(月)バレンタインデー

受験

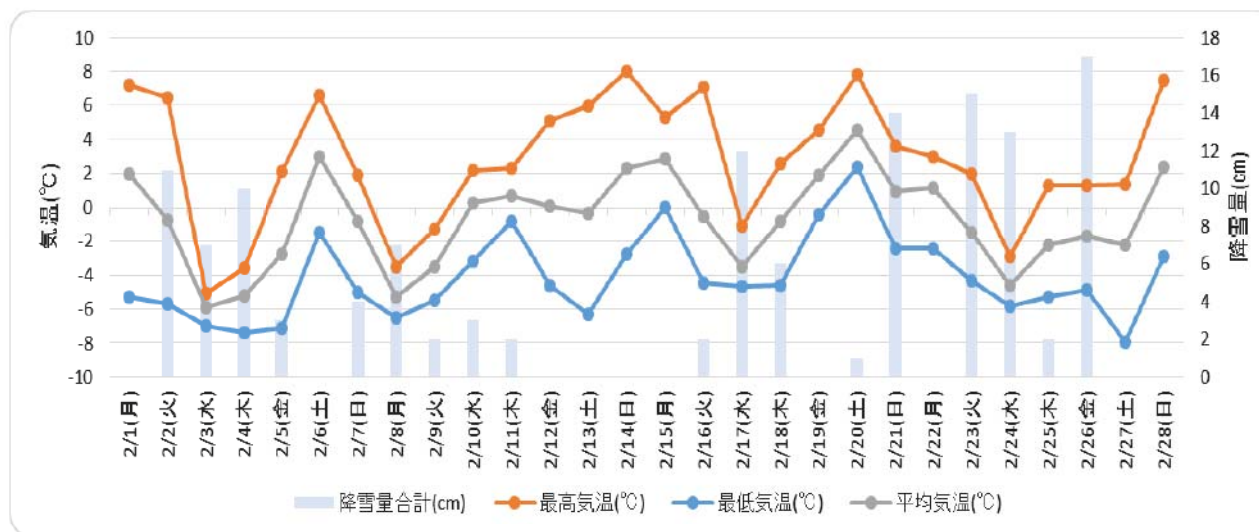
時化対応

ひなまつり仕掛け月

新物海藻

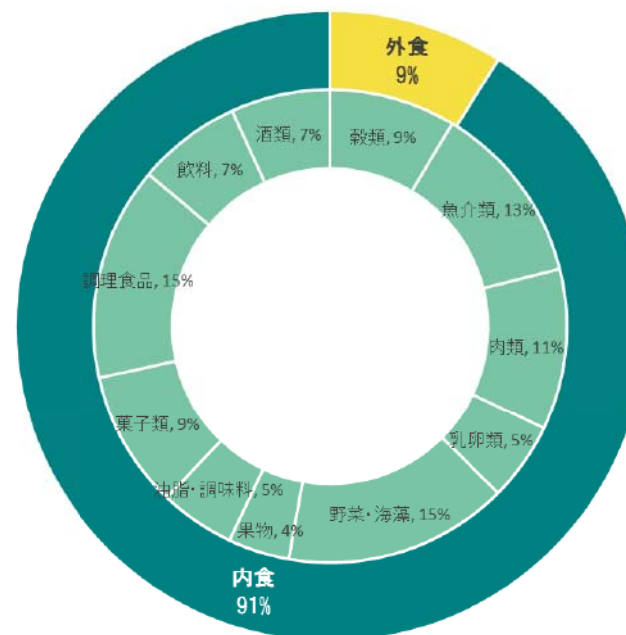
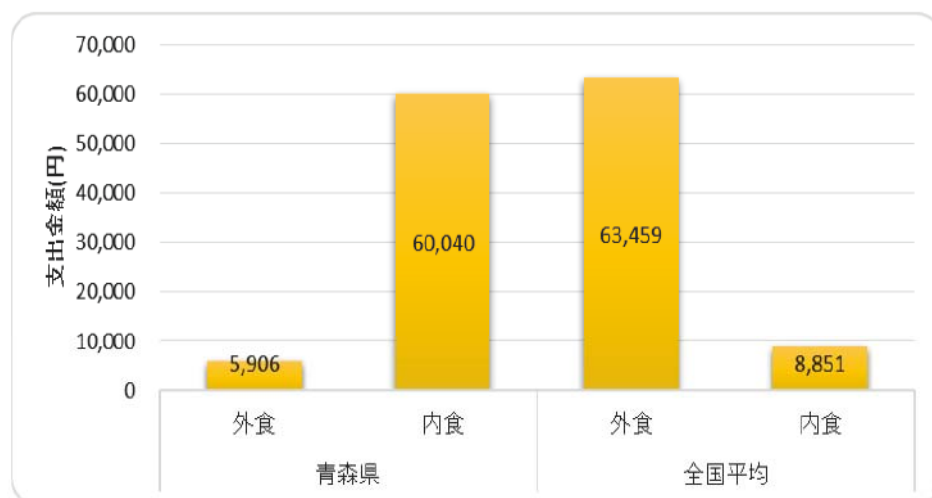
春物準備月

《青森市の2月の気温》



《青森市の食料費部門別構成比(2人以上の世帯)》

《内食費と外食費の比較(2人以上の世帯)》



青森市の食料費は
全国37位
魚介類費は1位

資料:2021年2月総務省統計局
全国主要都市別「家計調査」(2人以上の世帯)

2月おすすめ商品

やりいか

《生活背景と与件》

まだまだ寒い日が続きます。2月のやりいかは子持ちになり、煮付け・焼きと寒い季節にはぴったりの食材です。時化も多く鮮魚の入荷が不安定になりますが、子持ちやレシピなどでアピールしましょう。また、今後の販売へ向けて子持ちの割合の高い小サイズと刺身用の大サイズの凍結を視野に入れて取り組みをしていきましょう。

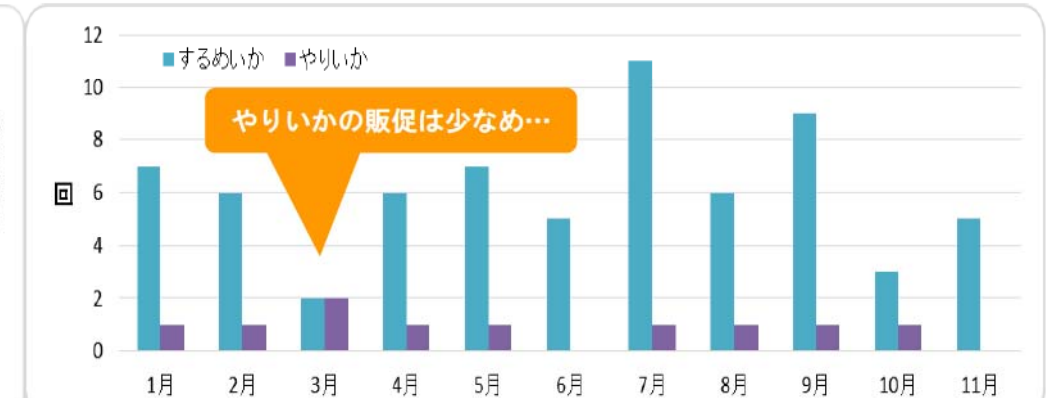
《商品状況》

- 北海道・・・松前から函館にかけて水揚げがあり、主に漁法としては棒受と定置網があります。
鮮度的には定置網の方が鮮度が良いと思います。
- 青森下北・・・佐井・大畑中心の水揚げになると思われます。サイズの的には、大サイズより中サイズメインの水揚げになると予想されます。鮮度的に抜群なのは、泊・白糠の釣り物をお勧めします。
- 青森西海岸・・・今月は県内でも一番の水揚げが予想されます。先月に比べると相場も下がると思われるので、2月の重点商品として販売してください。

《県内の水揚げ状況》



《地元量販店の販促状況》



《商品案内》

産地	品名	サイズ	数量	特徴
下北	活〆やりいか	大 10～13尾	3.5kg	活〆なので鮮度抜群。身も透明色でお造りに最適。
〃	〃	中 25～30尾	3.5kg	〃
鰯ヶ沢	生やりいか	大 12～15尾	3.5kg	お刺身・お造りに最適
〃	〃	中 18～23尾	3.5kg	子持ちなので煮付け・焼きに最適。
〃	〃	小 25～30尾	3.5kg	子持ちなので煮付けに最適。

2月おすすめ商品

いわし



《生活背景と与件》

2月3日は節分です。昔から節分にはいわしが食べられてきました。カルシウムやDHAやEPAなど栄養豊富な食材ですので、受験生には最適です。

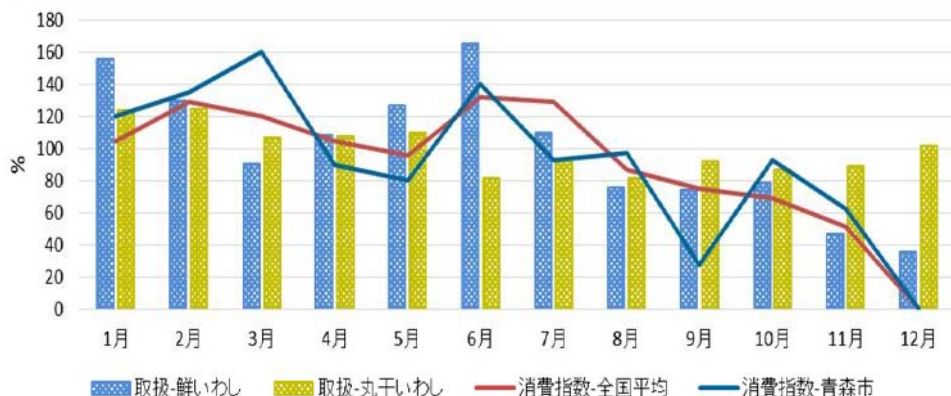
《節分といわし》 2/3 節分

節分といえば“豆まき”ですが、主に西日本でいわしを食べる習慣があります。これは、邪気を払うためにいわしの頭を門口にさした習慣に由来しているといえます。柊の針で鬼の眼を刺し、いわしを焼く激しい煙と臭いで邪気を追い払います。節分の日には豆まきをして、夕食にいわし料理を作ってみてはいかがでしょうか。

《産地状況》

昨年度から少しずつ水揚げは増加していますが、この時期は時化が多く続きます。また、定置網でとれる大型の良品はお刺身向けや寿司ダネとして需要が高まっており、高値で推移しています。不安定な相場予想です。

《県内の水揚げ状況》



《地元量販店の販促状況》

2月は節分いわしの販促が多く、アイテムも豊富！



《商品案内》

産地	品名	規格
青森県産	解凍いわし	4kg 40/45本

《販促 POP 例》



2月おすすめ商品

本ます (桜ます)

《生活背景と与件》

2月に入ると、いよいよ立春を迎え、春が近づいて参ります。
走りの本ますを今から売り込んでいきましょう！

また、マスマス良くなる縁起魚です。

《今年の商品状況予想》

1月に続き、2月はさらに水揚げが増えてきます。北海道の桧山方面での釣物・定置物・刺網と噴火湾の定置・刺網漁が、順調に水揚げになる見込みです。また青森県内では、下北方面で少しずつ見え始め中旬以降、徐々に増えてきます。「桜ます」というだけあって、まだまだ桜の季節には早い時期ですが、今から売り込み強化が必要です。

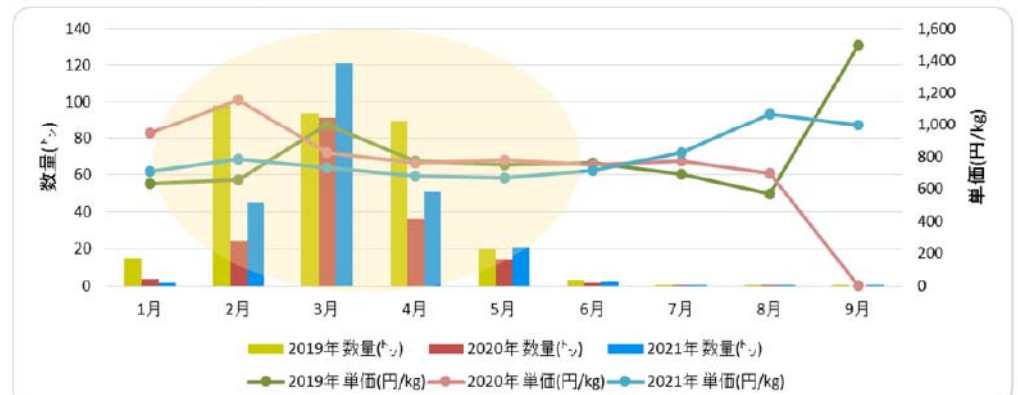
《各産地の水揚げスケジュール》

産地	地区	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月
北海道	日本海	←	←	←	←	←	←	←
	道東						←	←
	噴火湾	←	←	←	←	←	←	←
青森	下北			←	←	←	←	←
	太平洋			←	←	←	←	←
	西海岸			←	←	←	←	←
岩手	久慈・宮古			←	←	←	←	←

《商品案内》

主要産地	地区	品名	規格	入数
北海道	日本海	本マス	2kg～3kg	1/2入
〃	〃	〃	4kg～5kg	3/4入
〃	〃	〃	5kg	5/6入
〃	〃	〃	5kg	7/8入
北海道	噴火湾	本マス	5kg	7/8入
〃	〃	〃	5kg	10/11入

《近年の青森県産さくらますの水揚げ状況》



本ますは漁期が約5ヶ月しかありませんので、是非積極的に販促しましょう！



2月おすすめ商品

わかめ・めかぶ

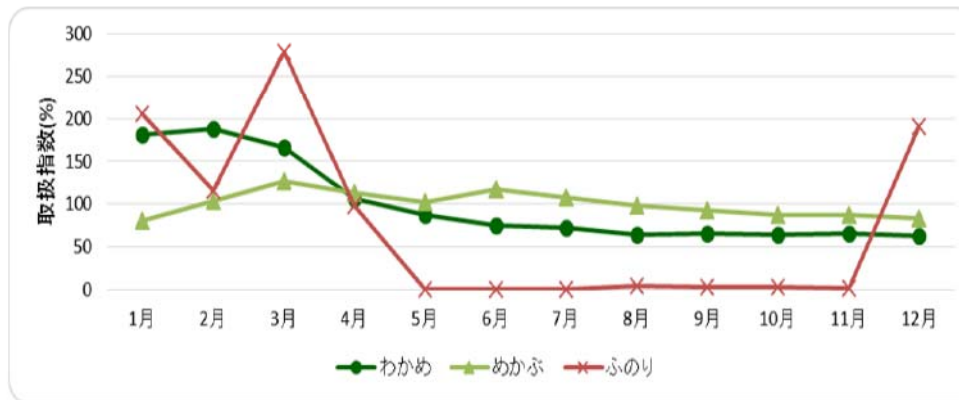
《生活背景と与件》

いよいよめかぶ漁が始まります。布のりは最盛期をむかえます。年々健康志向が高まってきて、栄養面などで注目されています。新物の出回る2月からどんどん販促して海藻類の最盛期にそなえていきましょう！

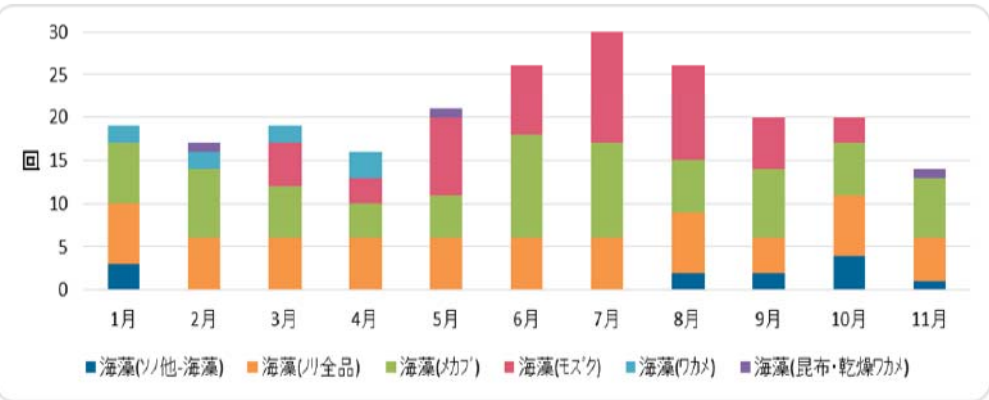
《商品状況》

- わかめ・・・メカブと同様に3月三陸産が最盛期を迎えます。新物国産三陸産をアピールして販売できる時期です。日本のほとんどの沿岸で見られますが、特に生産の盛んな地域はリアス海岸で知られる三陸地方。わかめ生産のうち岩手産が40%、宮城産が16%を占めています。黒潮と親潮がぶつかりあう豊かな海で育ったわかめは、肉厚で弾力があります。相場も昨年並みで推移する見込みです。
- めかぶ・・・いよいよ三陸産の漁が始まります。この時期は“国産”“三陸産”の産地をアピールして販売できる時期です。相場的には昨年並みで推移する予想です。

《当社の取扱状況》



《地元量販店の販促状況》



《商品案内》

産地	商品	規格	商品特徴
宮城	早春わかめ	2kg	芯まで食べる事ができ、丸ごと食べても繊維質が残りません。早採りのため新鮮かつ歯応えがあります。
宮城	生めかぶ	3kg	南三陸産の内海で採れるため、表面上のぬるめきが出にくく、鮮度の良いめかぶです。
青森	布のり	1kg	

わかめに含まれるヨウ素は、油と一緒に摂取すると吸収率が上がるため、味噌汁や酢の物などにするときはごま油を数滴たらすと、風味が増して薬効も増すと言われています。また、酢と組み合わせることによって、血圧やコレステロールを下げる効果も期待でき、食べやすくなります！

おすすめレシピ

凉拌三絲(リャンバンサンスー)



【材料と分量(4人分)】

- 生わかめ…40g
- はるさめ(乾燥)…40g
- にんじん…1/4 本
- ハム…3 枚
- 白ごま…小さじ 1/3
- <タレ>
- 酢…大さじ 2
- 醤油…大さじ 1
- 砂糖…小さじ 2
- ごま油…小さじ 1

【作り方】

- ① 人参は皮をむき4cmの千切りにし、柔らかくなるまで茹でる。ハムは千切りにする。
- ② はるさめを4分茹で、水にさらし水気を切って、食べやすい長さに切る。
- ③ 生わかめをザルに入れて、熱湯をかけ、水に洗って一口大に切る。
- ④ 酢・醤油・砂糖・ごま油を混ぜ合わせて、タレを作る。
- ⑤ 春雨の上に具材を盛り付けて、白ごまをかけて完成！

キリッと昆布シュウマイ

【材料と分量(2人分)】

- 切り昆布…100g
- 豚ひき肉…120g
- 玉ねぎ…40g
- 酒…12g
- ごま油…4g
- こしょう…0.2g
- 醤油…4g
- しょうが…4g
- 塩…0.4g
- 片栗粉…12g
- シュウマイの皮…12 枚



【作り方】

- ① 切り昆布は細かく刻み、玉ねぎはみじん切りにする。
- ② ボウルに豚ひき肉、塩・こしょうを入れ、ある程度混ぜたら、切り昆布と玉ねぎ、調味料全部と片栗粉を入れて粘りが出るまでよく混ぜ合わせる。
- ③ ②を12等分になるように分けて、シュウマイの皮で包んでいく。
- ④ 蒸し器を用意し水が蒸発したら、レタスを敷き、シュウマイを並べて10分蒸して完成。

いわしの飾り押しずし



【材料と分量(4人分)】

- 米…2合分(ご飯 660g)
- いわし…3尾
- <すし酢>
- 酢…大さじ 4
- 砂糖…大さじ 2
- 塩…小さじ 1/4
- <つけ汁>
- 醤油…大さじ 2
- みりん…小さじ 4
- 酒…大さじ 1
- 砂糖…小さじ 1
- 白ごま…大さじ 1
- 甘酢しょうが…20g
- 大葉…4 枚
- 卵(L サイズ)…1 個
- 塩…小さじ 1/12
- サラダ油…小さじ 1
- きゅうり…1/2 本

【作り方】

- ① いわしを開いて袋に入れ、<つけ汁>を加えて空気を抜いて口を閉じ、冷蔵庫で20～30分漬けておく。
- ② 卵をほぐして塩を加え、フライパンに油をひいて細かめの炒り卵を作る。
- ③ きゅうりを斜め切りにする。
- ④ ご飯を炊いてすし酢を回しかけ、切るように混ぜて白ごまを加える。
- ⑤ いわしの汁気を切って、(つけ汁はとっておく)身の方からじっくり焼き、途中1～2回つけ汁をかけて照りを出す。両面焼きあがったら粗熱を取る。
- ⑥ 牛乳パックの一面だけを切り取り、ラップを敷く。
- ⑦ そのいわしを皮面を上にして敷く。
- ⑧ ご飯を半分詰め、上にラップをかけて、しっかり押す。
- ⑨ ラップをとり、ご飯の上に炒り卵ときゅうり、残りのご飯を順にのせ、ラップをかけてさらにしっかりと押す。
- ⑩ 最後にラップをかけて上に重しを乗せ、冷蔵庫で20分ほど冷やしたら8等分にし、器に盛り付けて完成！

おすすめレシピ

桜ますの香草焼き



【材料と分量(2人分)】

- 本マス切身…2切(200g)
- にんにく…1/2かけ
- <A>
- 醤油…大さじ1
- 白ワイン…大さじ1/2
- こしょう…少々
-
- ローズマリー…小さじ1/4
- タイム…小さじ1/4
- オリーブオイル…小さじ1/2
- レモン…1/4個

【作り方】

- ① にんにく…薄切り、レモン…くし型に切って種をのぞく。
- ② 本マスに<A>を絡めて、を振りかけ、オリーブオイルをかけて10分置く。
- ③ ③の汁気をきり、クッキングシートを敷いて230℃のオーブンで12～13分こんがり焼く。
- ④ お皿に盛り付けてレモンを添え、あればイタリアンパセリを飾ったら完成！

ヤリイカとわかめの柚子みそ和え



【材料と分量(4人分)】

- やりいか…200g
- 小ねぎ…5本
- わかめ…20g
- 柚子…1個
- <A>………柚子みそ
- 白みそ…大さじ1.5
- 柚子果汁…大さじ1/2～1
- 砂糖…大さじ1
- みりん…大さじ1

【作り方】

- ① ねぎは4cmに切り、柚子は絞る。
- ② ヤリイカを食べやすい大きさに切り、サッと下茹でてザルに上げておく。
- ③ わかめをサッと茹でてレイスに取り、一口大に切る。
- ④ ねぎをサッと茹でてザルに上げ、冷水にくぐらせて固くしぼる。
- ⑤ <A>の調味料を合せて柚子みそを作る。
- ⑥ ヤリイカとわかめとねぎを加えて良くからませる。
- ⑦ 器に盛り付けて、柚子を飾って完成！