

## 2019年11月販促カレンダー

### 《11月のTOPICS》

- ・ 全国すしの日
- ・ お歳暮商戦
- ・ 鍋の日
- ・ 立冬
- ・ 鮭の日
- ・ こんぶの日
- ・ 七五三
- ・ ボジョレー・ヌーヴォー解禁日
- ・ かまぼこの日
- ・ 勤労感謝の日
- ・ カキの日
- ・ 和食の日
- ・ 年末商戦



### 《鮮魚情報》

- ・ 青森県産秋鮭
- ・ ハタハタ最盛期
- ・ ヤリイカスタート
- ・ 近海ぶり最盛期
- ・ 生カキ拡販
- ・ 八戸巻網真鯖



2019年11月度 行事カレンダー(全国)

■ ※臨時開場日 ■ ※青森市場休場日

日	曜日	一般行事・記念日	日	曜日	一般行事・記念日
1	金 友引	● 炉開き ● 計量記念日 ● 灯台記念日 ● 自衛隊記念日 ● 犬の日 ● 紅茶の日 ● 全国すしの日 ● 本格焼酎の日 ● 生命保険の日 ● 点字記念日 ● 玄米茶の日 ● 泡盛の日 ● 川の恵みの日 ● 野沢菜の日 ● 古典の日 ● 教育の日 ● 赤い羽根共同募金運動(～12/31)	16	土 大安	● 幼稚園記念日 ● 国際寛容デー ● いい色塗装の日 ● 自然著の日 ● 録音文化の日 ● 東京都エイズ予防月間(～15日) ● 同窓会の日
2	土 先負	● 阪神タイガース記念日 ● キッチン・バスの日 ● 全国とうふ祭り(～6日) ● レントゲン週間(～8日)	17	日 赤口	● 将棋の日 ● ドラフト記念日 ● 蓮根の日 ● いなりの日 ● 国産なす消費拡大の日 ● 国際学生の日 ● 肺がん撲滅デー ● 島原防災の日
3	日 仏滅	● 文化の日 ● 明治節 ● レコードの日 ● 文具の日 ● 晴れの特異日 ● サンドウィッチの日 ● いいお産の日 ● ゴジラの日 ● まんがの日 ● ハンカチーフの日 ● みかんの日 ● アロマの日 ● ちゃんぽん麺の日 ● 文化放送の日(～4日)	18	月 先勝	● 土木の日 ● ミッキーマウスの誕生日 ● もりふるさとの日 ● 雪見だいふくの日 ● カスピ海ヨーグルトの日 ● 音楽著作権の日
4	月 大安	● ユネスコ憲章記念日	19	火 友引	● 農業共同組合法公布記念日 ● 緑のおばさんの日 ● 鉄道電化の日 ● 世界トイレの日 ● ハイビジョン・ウィーク(～25日)
5	火 赤口	● いいたまごの日 ● 雑誌広告の日 ● 電報の日 ● いいりんごの日 ● 津波防災の日 ● 日本ブラジル修好記念日	20	水 先負	● 世界のこどもの日 ● アフリカ工業化の日 ● 産業教育記念日 ● ピザの日 ● ホテルの日 ● 行政相談委員の日 ● 山梨県民の日 ● 毛皮の日 ● いいかんぶつの日
6	水 先勝	● お見合い記念日 ● アパート記念日 ● 戦争と武力紛争による環境搾取防止のための国際デー ● 年金週間(～12日)	21	木 仏滅	● かきフライの日 ● ボジョレーヌーボー解禁日 ● 世界テレビデー ● 歌舞伎座開業記念日 ● インターネット記念日 ● 早慶戦の日 ● フライドチキンの日 ● 任天堂の日 ● 最低賃金周知旬間(～30日) ● 寄生虫予防運動
7	木 友引	● 知恵の日 ● 鍋の日 ● 紀州山の日 ● 国産品認識週間(～13日)	22	金 大安	● 小雪 ● 長野県りんごの日 ● 和歌山県ふるさと誕生日 ● ボタンの日 ● 大工さんの日 ● いい夫婦の日 ● 回転寿司記念日 ● ペットたちに感謝する日
8	金 先負	● 立冬 ● ボイラーデー ● レントゲンの日 ● いい歯の日 ● ハヶ岳の日 ● いいバックの日 ● 世界都市計画の日 ● 刃物の日	23	土 赤口	● 満月 ● 勤労感謝の日 ● カキの日 ● あんこうの日 ● 新嘗祭 ● Jリーグの日 ● いいふみの日 ● 外食の日 ● 手袋の日 ● ゲームの日 ● いい家族の日 ● ハートケアの日 ● 珍珠の日 ● お赤飯の日 ● いい兄さんの日
9	土 仏滅	● 119番の日 ● 換気の日 ● 太陽暦採用記念日 ● ベルリンの壁崩壊の日 ● 全国秋の火災予防運動(～15日)	24	日 先勝	● 和食の日 ● 鯉節の日 ● オペラ記念日 ● 東京天文台設置記念日 ● 進化の日
10	日 大安	● エレベーターの日 ● 技能の日 ● 肢体不自由児愛護の日 ● トイレの日 ● ハンドクリームの日 ● 断酒宣言の日 ● いい音・オルゴールの日	25	月 友引	● 女性に対する暴力廃絶のための国際デー ● OLの日 ● ハイビジョンの日 ● 金型の日
11	月 赤口	● 鮭の日 ● 土の日 ● ピーナッツの日 ● 靴下の日 ● 西陣の日 ● 電池の日 ● 配線器具の日 ● もやしの日 ● きりたんぼの日 ● 磁気の日 ● おりがみの日 ● ジュエリーデー ● ポッキー & プリッツの日 ● チーズの日 ● サッカーの日 ● 第一次世界大戦停戦記念日 ● 介護の日 ● 公共建築の日 ● 恋人たちの日 ● 長野県きのこの日 ● 税を考える週間(～17日)	26	火 先負	● ペンの日 ● いい風呂の日 ● いいチームの日 ● 松葉ガニの日
12	火 先勝	● 洋服記念日 ● 皮膚の日 ● パンの日	27	水 大安	● 新月 ● ノーベル賞制定記念日 ● 更生保護記念日 ● いい鮎の日
13	水 友引	● うるしの日 ● 茨城県民の日	28	木 赤口	● 太平洋記念日 ● 税関記念日 ● 全国リクリエーション週間(～12/4)
14	木 先負	● ウーマンリブの日 ● 世界糖尿病デー ● パチンコの日 ● いい石の日 ● 盛人の日 ● 埼玉県民の日 ● 大分県民の日	29	金 先勝	● 議会開設記念日 ● パレスチナ人民連帯国際デー ● いい服の日
15	金 仏滅	● 七五三 ● かまぼこの日 ● 一般鳥獣狩猟解禁 ● きもの日 ● 昆布の日 ● 生コンクリートの日	30	土 友引	● シルバーラブの日 ● カメラの日 ● 鏡の日 ● 本みりんの日

2019年11月度 行事カレンダー(青森)

※臨時開場日

青森市場休場日 ●…津軽 ●…南部 ●…下北

日	曜日	一般行事・記念日	日	曜日	一般行事・記念日
1	金	友引 ●いのししまつり(むつ市/～3月) ●新郷村文化祭(新郷村) ●弘前城菊と紅葉まつり(弘前市/～11月11日) ●中野もみじ山ライトアップ(黒石市～4日)	16	土	大安 ●日本一の大イチョウライトアップ「ビッグイエロー2019」(深浦町/中旬)
2	土	先負 ●産業と文化まつり(五戸町/月上旬) ●メイプルタウンフェスタ(六戸町/第1土・日) ●ろっかしよ産業まつり(六ヶ所村/下旬) ●階上町民文化祭(階上町/第1土・日)	17	日	赤口 ●日本一のおいらせ鮭まつり(おいらせ町～18日)
3	日	仏滅 ●文化の日 ●恐山往復駅伝競走大会(むつ市) ●かさまいまつり、麵恋フェスタ(むつ市/月上旬) ●大沢内ため池ウォーキング(中里町/月上旬) ●みんまや秋の物産フェア(外ヶ浜/月上旬)	18	月	先勝 ●西北五民俗芸能フェア(五所川原市/下旬)
4	月	大安 ●第9回津軽海峡交流圏「大農林水産祭」(青森市/要確認) ●生き生き産業文化まつり(東北町/月上旬)	19	火	友引 ●階上どんご祭り(階上町/中旬)
5	火	赤口 ●アップルフェア(大鰐町/月上旬)	20	水	先負
6	水	先勝	21	木	仏滅 ●ボジョレーヌーボー解禁
7	木	友引	22	金	大安 ●アップルフェア(大鰐町/下旬)
8	金	先負	23	土	赤口 ●勤労感謝の日 ●「津軽りんご・怒の扉」チャリティショー(弘前市/下旬) ●地場産品&食育フェスタ(平川市/下旬) ●ふじフェスタ・文化祭(藤崎町/下旬)
9	土	仏滅 ●食と産業まつり(つがる市/中旬)	24	日	先勝 ●町民祭(板柳町/～25日) ●はちのへ菊まつり(八戸市/下旬)
10	日	大安 ●大間町産業祭(大間町～11日) ●黒石りんごまつり(黒石市/中旬)	25	月	友引
11	月	赤口 ●町民文化祭・農産物展、いのちのまつり(鶴田町/中旬)	26	火	先負 ●青森市産りんご大市(青森市/下旬) ●連合婦人会芸能発表会(東通村/下旬)
12	火	先勝 ●収穫感謝祭&シクラメン市(田舎館村/中旬)	27	水	大安 ●ふじさき秋まつり(藤崎町/下旬)
13	水	友引	28	木	赤口 ●しんごうホワイトイルミネーション(新郷村～12月下旬)
14	木	先負	29	金	先勝 ●クリスマスフェスタ(三沢市/下旬～12月下旬) ●ミサワ・パンタシア(三沢市～1月10日) ●りんごの里イルミネーション(板柳町～1月上旬) ●ひらかわイルミネーションプロムナード(平川市～2月上旬)
15	金	仏滅 ●七五三	30	土	友引 ●あおもり鯛自慢(南部町/下旬)

2019年11月販促カレンダー

2019年11月販促カレンダー																														
	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
	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	金	土
生活行動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全国すしの日</li> <li>・紅葉</li> <li>・冬支度</li> </ul>										<ul style="list-style-type: none"> <li>・鮭の日</li> <li>・鍋の日</li> <li>・立冬</li> <li>・受験生応援</li> </ul>										<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボジョレ・ヌーヴォー解禁</li> <li>・七五三</li> <li>・かきフライの日</li> <li>・カキの日・和食の日</li> <li>・あんこうの日・鯉節の日</li> <li>・勤労感謝の日</li> </ul>									
食のテーマ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・寿しの日・・・限定寿し</li> <li>・鍋の日・・・海鮮鍋物、シチュー、スープ他</li> <li>・インフルエンザ・風邪予防・・・鮭・カキ飯</li> </ul>										<ul style="list-style-type: none"> <li>・まぐろの解体即売会</li> <li>・七五三・・・ちらし寿し、手巻寿し、手まり寿し他</li> <li>・鮭の日・・・石狩鍋、鮭シチュー、鮭フライ、ムニエル、ホイル焼き他</li> </ul>										<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボジョレ・ヌーヴォー解禁・・・洋風ホットメニュー</li> <li>・カキの日・・・カキフライ、カキ鍋、カキ飯</li> </ul>									
11月	<魚介・海藻類> マサバ、マグロ、有頭エビ、カキ サーモン、イナダ、ブリ、タコ、秋鮭、 マタラ、イワシ、ハタハタ、すりみ他										<野菜> きのこと類、ナス、レタス、にんじん、 きゅうり、かぼちゃ、かぶ、タマネギ、 パプリカ、ブロッコリー、いも類、 れんこん、菊他										<主力メニュー> シチュー、おでん鍋、スープ、煮物 海鮮丼、焼肉、炊込みご飯、鍋物、 刺身、寿し、サラダ、カルパッチョ、海鮮串 アヒージョ、蒲焼丼、天ぷら、おにぎり他									
	第43週			第44週						第45週						第46週						第47週								
キーワード				週末はあったかお鍋						七五三お祝い						ボジョレ・ヌーヴォー解禁						お歳暮商戦								
売り方				カキ、たら、ハタハタ、すりみ、 ポイルほたてで海鮮鍋を提案。						子どもが好むメニューでお祝 い。家族で楽しめる手巻き寿し など。						選びやすく買いやすいレイアウ トとワインに合うメニュー提案。						名産品、人気商品、ご当地B級品								

2019年11月販促カレンダー

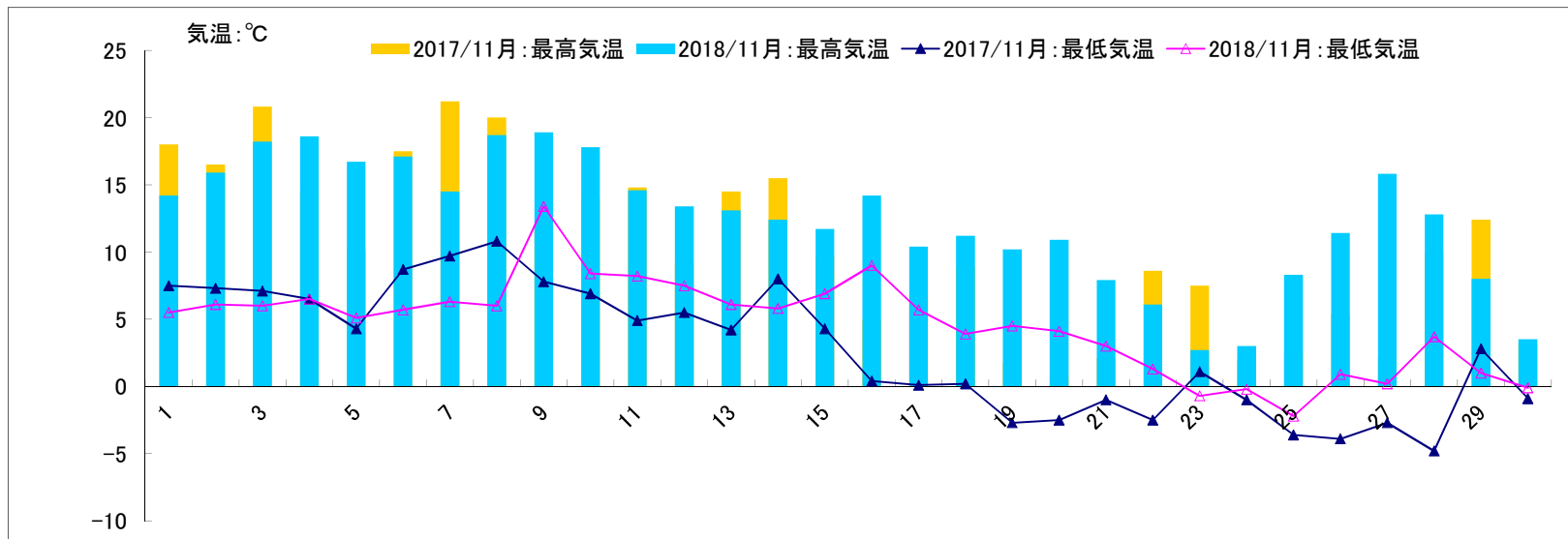
おすすめレシピ		ぶりのクリーミーカレー	潮騒ちらしずし	ヒラメとアボカドのカルパッチョ	中華風カキのグラタン
		材料: ぶり切身、ピーマン、キクラゲ、カレー粉他	材料: ぶり切身、ピーマン、キクラゲ、カレー粉他	材料: ヒラメ、アボカド、プロセスチーズ他	材料: カキ、玉ねぎ、ほうれん草、にんにく
					
		ワンポイント: 小麦粉はあまりつけすぎないこと。	ワンポイント: まぐろや貝類は漬け汁にさっと漬ける事。	ワンポイント: チーズとアボカドは角切りにします。	ワンポイント: カキを塩水で手早く洗い、よく水気をとること。

※各レシピは当社HPに掲載

## 2019年11月販促カレンダー

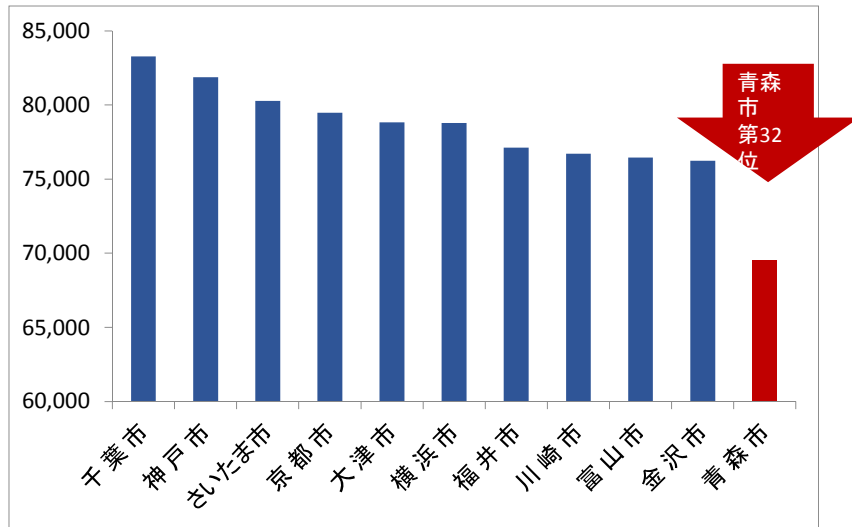
2019年11月販促カレンダー																														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
量販店チラシタイトル	<ul style="list-style-type: none"> <li>・あったか鍋まつり</li> <li>・いちにさんの市</li> <li>・サンデービッグバーゲン</li> <li>・全国寿司の日</li> <li>・大創業祭&amp;月初めの市</li> <li>・鍋祭り! ・生鮮大市</li> <li>・うまい×うまいの新発見! 記念日コロボ</li> <li>・ぽかぽかあたたかメニュー</li> <li>・スーパー朝市</li> <li>・ほっこり団欒祭</li> <li>・メガパック祭</li> <li>・ペニフェス</li> <li>・今夜はお鍋</li> <li>・あおもりうまいもの市</li> <li>・みんなでおいしい食の記念日</li> <li>・記念日がいっぱい!</li> <li>・11月11日は鮭の日</li> <li>・ワインを楽しむ食卓</li> <li>・大感謝祭</li> <li>・ボジョレー・ヌーヴォー解禁! ボジョパ!</li> <li>・家計を応援ツ! 割割祭</li> <li>・魚の驚き市!</li> <li>・コストコフェア</li> <li>・今日はワインで「家族の日」</li> <li>・ボジョレ・ヌーヴォー 11/15本日解禁!</li> <li>・海鮮祭り</li> <li>・誕生記念祭</li> <li>・お魚・お刺身本日のイチオシ</li> <li>・月に一度の肉の祭典! 肉の驚き市</li> <li>・あおもり食DE夫婦団欒</li> <li>・旅する物産展 北海道</li> <li>・師走に備えてお得にストック!</li> <li>・満タン大作戦</li> <li>・冬のうまいもの</li> <li>・スーパーエキサイティング</li> <li>・鍋料理</li> <li>・お客様感謝デー</li> <li>・週末おうちで忘年会! うまいもの特集</li> <li>・11月29日は いい肉の日</li> <li>・大感謝祭</li> <li>・大感謝祭</li> </ul>																													

2017・2018年11月度 青森市気温の推移(気象庁過去データ資料)

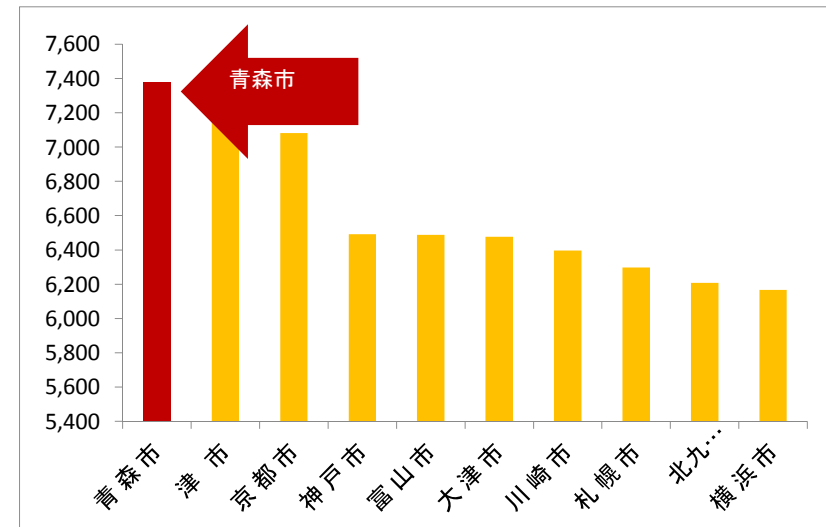


# 2019年11月販促カレンダー

家計調査統計局データ/2018年11月《食料費全般》



《魚介類費全般》



(※三大都市を除く/総務省統計局データ)

## 11月～ヒラメ

### ●おすすめのポイント

昨年度、青森県全体の水揚げ量は約740トン。平均単価約k1000円となり一昨年と比較し、数量で2割減、単価で1割高となりました。

特に11月の水揚げ減少が際立ち、単価急騰の為加工用向けの販売は出来ませんでした。

また、北海道産ヒラメの水揚げ減少も、当市場の販売価格を吊り上げている一つの要因となっています。

今年度は、加工用向け(すしネタ、業務筋)の引き合いが例年になく活発化している為、小型サイズでも安定した相場形成が予想されます。例年通り、むつ湾産の入荷が主力で、漁法は底建網、刺網物が中心となります。



参考レシピ(弊社HP掲載)

### ●商品の産地と動向(参考中水売価)

盛漁期: 通年

産地: 青森県外ヶ浜、西海岸、下北

規格/参考中水売価: 1尾:3.0~1.0...k2,000~1,500

1尾:0.8~0.5...k1,500~1,000

### ●売り方

一尾売り、半身売り、1/4半身(四半身)売り、  
お造り売り、刺身盛合せ、寿しネタ

15日は「七五三」

21日は「ボジョレー・ヌーヴォー解禁」

### ●栄養と効能

高血圧症状や肥満の予防と改善。白身魚で良質のタンパク質を含有し、更に低脂肪というダイエット食に適した食材。ヒラメやカレイのヒレの部分に当たるエンガワには、美容にいいとされるコラーゲンが豊富に含まれている  
その他、ビタミンD、ナイアシン、カリウムなども多く含む。



## 11月～ぶり

### ●2019年動向

夏から秋にかけて県内各地で漁獲されますが、近年は9月に入ってから入荷が多くみられます。八戸で水揚げされたぶりは、八戸ぶりとして知名度が高まっています。また、10月～11月は、身質も良く、数量・価格共に安定することから、訴求しやすい時期です。

今年の傾向として、青森県西海岸産5kアップの水揚げが少ない他、北海道噴火湾産も同様に減少傾向にあります。しかし、日高地区においては例年にないくらいの水揚げが見られ、ぶりの分布図も変わりつつあるようです。



参考レシピ(弊社HP掲載)

### ●商品の産地と参考中水売価

盛漁期: 9月～12月

産地: 北海道(日高、寿都他)、青森県(日本海側・八戸)

規格/参考中水売価: 1入: 3.0k～6.0k: k600～400

### ●売り方

- ・お刺身売り
- ・柵売り
- ・ぶり大根煮物用

### ●栄養と効能

DHA、EPAが豊富で、視力の回復に効果があるタウリン、老化予防に効果のあるビタミンEを多く含んでいる。また、血合いには鉄、ビタミンDが多く、心臓疾患や貧血予防に効果があると言われている。

## 11月～生食用なまこ



参考レシピ(弊社HP掲載)

### 青森むつ湾10月1日解禁

主に加工物を主体として、生食用は11月からが本番となります。

#### ●2019年動向

中国香港の政治情勢や日韓問題による需要の低迷により、安値相場と予想される。

#### ●商品の産地と参考中水売価

盛漁期: 10月～4月末

産地: 青森県むつ湾

規格/参考中水売価: 要確認

#### ●売り方

・グラム売り

#### ●食べ方

・酢の物、マリネ、中華料理

#### ●栄養と効能

なまこは90%以上が水分でできていて、残りにはアミノ酸やビタミン類などが含まれています。栄養素が豊富で高級食材としてまた、中国で漢方として利用されていることは知られています。栄養素のアミノ酸は、脳の疲れが軽減されて記憶力に良い働きをしてくれる効果があるといわれています。