



● **今週のカレンダー**

※気象データは2016年分

10月10日は「まぐろの日」ですが、これは万葉集に由来した記念日です。726年10月10日に、歌人・山部赤人が聖武天皇のお供として兵庫県明石市を訪れた際、まぐろ漁で活気づいている様子を歌に詠み、これに因んで制定されました。

万葉集には、他にも鮪にまつわる歌がいくつか見られますが、縄文時代の遺跡からもまぐろの骨が出土しています。何千年以上も前から、日本人はまぐろに親しんできました。ところが、昭和の初期になるまでまぐろと言えば赤身を食べるもので、トロの部分は捨てられていたと言います。日本人の食生活の変化により、トロブームがやってきたと言えます。

まぐろの日には、ぜひ美味しいまぐろの刺身を食べましょう！

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(曇)
10/9	月	先負	体育の日 鯛の日	20.6	17.3	☀️
10/10	火	仏滅	まぐろの日 缶詰の日	18.3	11.0	☁️
10/11	水	大安	国際防災デー	17.5	10.1	☀️
10/12	木	赤口	大陸発見記念日	21.3	9.9	☁️
10/13	金	先勝	さつまいもの日 引っ越しの日	17.1	8.2	☀️
10/14	土	友引	鉄道記念日 世界標準の日	19.5	7.9	☀️
10/15	日	先負	きのこの日	21.6	10.9	☁️



仙都魚類は、「食材王国みやぎ」を応援しています。

● **今週のおすすめ情報**

秋の美味しさを味わいましょう…！！

10月に入り、すっかり秋の気配に覆われた気温や天気になってきました。朝晩も冷え込んでくるため、ホットメニューが定番となっています。引き続き、鍋需要に対する準備は整えておきましょう！10月からは生かきも解禁となっています。生食の他、かき鍋やかきフライなど、イチオシメニューとしてオススメです！



また、スポーツの秋に相応しく、あちこちで運動会やスポーツ大会が催される時期でもあります。手軽なおにぎりの具として、鮭フレークや助子・明太子といった定番食材も取り揃えておきましょう！

**オススメ!** サクッと揚げたて！  
めひかりの唐揚げ！

— 運動会のシーズンです！ —

お弁当の食卓にはコレッ♪

- 助子 ●明太子 <アメリカ・ロシア産 並切> …各k1,300円～ おにぎりの具に！
- 紅子 <アメリカ産 1等>…k3,600円～
- 紅鮭ハラス <アメリカ産 500g>…k1,300円～
- 紅鮭ハラミ <アメリカ・ロシア産 12～15枚> …k1,500円～
- 銀鮭ハラミ <チリ産 12～15枚>…k1,500円～ お弁当にもぴったり！たっぷりの大根おろしと合わせれば、酒の肴としてもオススメです！
- えびフライ <エビコー 10尾>…p235円～ お弁当と言えば人気のえびフライ！
- 鱈フレーク <太洋産業 50g>…@75円～ 使い切りサイズ！混ぜご飯にも使い易い！
- いかの天ぷら <ワールドフーズ 1k>…k750円～

● **今週の見通し**

(10月9日～10月15日)

● **お買得情報**

商品名	産地	規格	予想価格	相場
■遠海課 ☎022-237-8320				
いわし	青森県沖他	4k/約35尾	箱1,500～1,000円	➡
するめいか	青森県沖他	20尾	箱5,000～4,000円	➡
ごまさば	宮城県沖他	6～10尾	箱1,800～1,200円	➡
生かつお	宮城県沖他	3k台/1尾	k1,000～500円	➡
秋さけ(オス)	北海道沖他	3～4k/1尾	k800～600円	➡
■特種課 ☎022-237-8325				
むきかき(生食用)	宮城県	500g	k2,500円～	➡
むきかき(加熱用)	宮城県	500g	k2,000円～	➡
貝ほっき	北海道沖	20入	個200円～	➡
ほたて貝柱	北海道	500g	p2,500円～	➡
■鮮魚課 ☎022-237-8323				
あんこう	福島県沖他	3～5k/1尾	k700円～	➡
あいなめ	北海道沖	3k/5～7尾	k1,100円～	➡
秋さけ(オス)	岩手県沖他	4k位/1尾	k900円～	➡
身欠ふぐ	長崎県	約1k/2入	k6,000円～	➡
まきえび	沖縄県沖	1k/40～50入	k8,000円～	➡
■鮮まぐろ課 ☎022-237-8324				
天然 本まぐろ	青森県・北海道沖	—	お問い合わせ下さい	➡

※天候・時化等により、入荷・規格が変更になる場合があります。

● **遠海**

生さんま

<北海道沖産 4k/30～35尾>

…k1,000～500円

塩焼き・竜田揚げ・煮付け…、それぞれにさんまの美味しさが味わえます。

● **特種**

殻付かき

<岩手県沖産 20入>…個150円～

殻付かき

<宮城県沖産 15入>…個200円～

電子レンジで簡単蒸しかき！ふんわり温かく、かきの美味しさもアップ！レモンをたっぷり搾ってお召し上がり下さい。

● **近海**

めひかり

<宮城県沖産 3k>…k800円～

オススメの食べ方は唐揚げ！じっくり揚げれば、骨まで一緒に食べられます！価格も手頃なので、大人数の集まりにもぴったりです！

● **まぐろ**

めばちまぐろ

<塩釜・銚子沖産>

東沖のめばちまぐろ「ひがしもの」も上質なものが入荷しています！