



● **今週のカレンダー**

※気象データは2017年分

「い(1)に(2)い(1)い(1)」の語呂合わせから、12月11日は「胃腸の日」に制定されています。胃腸を労わろうという日でもあります。ところで胃腸薬の正しい使い方は知っていますか？

胃腸薬と言っても、①胃痛・胸焼け・もたれ・むかつきを強く抑える ②胃痛・胸焼け・飲み過ぎ ③空腹時の胃痛 ④ストレスや疲れ等による胃痛 ⑤食べ過ぎ飲み過ぎによる消化不良 ⑥総合胃腸薬…と分かれているため、自分の症状にあった胃腸薬を選ぶのが大切になります。

年末年始は、特に胃腸に負担をかける時期！「胃腸の日」をきっかけに、胃腸をぜひ労わってあげてください！

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(圖)
12/10	月	友引	世界人権デー ノーベル賞授賞式	8.8	1.9	
12/11	火	先負	胃腸の日 100円玉記念日	13.9	0.3	
12/12	水	仏滅	休市 漢字の日	1.8	0.2	
12/13	木	大安	ビタミンの日 正月事始め	4.2	-0.1	
12/14	金	赤口	南極の日 赤穂浪士討ち入りの日	7.6	-1.1	
12/15	土	先勝	年賀郵便特別扱い開始 観光バス記念日	8.1	0.4	
12/16	日	友引	紙の記念日 電話の日	7.9	2.1	



仙都魚類は、「食料王国みやぎ」を応援しています。

● **今週のおすすめ情報**

寒い日には、やっぱり鍋が食べたい…！！

仙台の冬の風物詩“光のページェント”が12月14日から開催されます。いよいよ、クリスマスや年末が近づいてきたと実感される方も多いのでは？

市場への入荷もほぼ例年並みで、少しずつ安定してきました。なめたがれいも順調に入荷中です。ぶりは大きいサイズがやや少なめとなっています。

冷え込みが強くなってきたため、やはり鍋商材が人気！旬の牡蠣は、土手鍋やキムチ鍋などの他、どんな鍋にもぴったり！

変わった鍋として牡蠣・白子・あん肝が入った“痛風鍋”も…！濃厚な美味しさが味わえる鍋なので、一度試してみませんか？



オススメ！ 旬の美味しさ！
牡蠣鍋！

12月にオススメ…！

冬の食卓にはコレッ♪

- 塩数の子 <アメリカ産 500g>…k4,000円～
- 塩数の子パック <ロシア産 220g/6本>…p640円～
- 塩数の子パック <ロシア産 250g/折>…p650円～
今年のイチオシ！魚卵製品でのオススメは数の子です！
- たら切身 <渡會 25g/切>…@40円～ 鍋具材として、フライ商材として！使いやすいサイズです。
- オーシャンキングかにごこち <極洋 1k/約65個>…k900円～ 鍋用のひとくちカニカマです。
- 赤魚フィーレ <ヒットエスフーズ 約150g>…@130円～ センターカットなので、煮ても焼いても身が崩れにくいのがポイント！
- 新巻鮭 <北海道産 約3k/1尾(メス)>…k600円～
- 秋鮭姿切 <北海道産 姿切身>…@4,500円～

● **今週の見通し**

(12月10日～12月16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				
尾長まぐろフィーレ	和歌山県	7～9k	k1,300～1,100円	➡
助白子パック	北海道	500g/20入	p500～400円	➡
わらさ	千葉県沖他	約9k/2～3尾	k650～450円	➡
きんめ	東京都沖他	約8k/3～5尾	k2,400～2,000円	➡
■特種課 ☎022-237-8325				
加熱用かき	広島県	500g	k1,800円～	➡
活あわび	宮城県沖	100～130g/個	k10,000円～	➡
養殖あわび	韓国	100～110g/個	k6,500円～	➡
ホンビノス	千葉県沖	5k	k400円～	➡
ほたて貝柱	北海道	500g	p2,500円～	➡
■鮮魚課 ☎022-237-8323				
たらフィーレ	北海道他	5k	k850円～	➡
あんこう	宮城県沖	6k/1尾	k1,500円～	➡
ぼっけ	宮城県沖	5k	k600円～	➡
どんこ	青森県沖他	6k/10尾	k600円～	➡
■鮮まぐろ課 ☎022-237-8324				
めばちまぐろ	塩竈・千葉県沖	————	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。

● **遠海課**

子持ちなめたがれい

<北海道沖産 1～3入>

…k1,800～1,200円

なめたがれい(オス)

<北海道沖産 3k/4～10枚>

…k1,200～900円 年越しの煮魚に、早めに準備をして冷凍しておくのもオススメです。

● **特種課**

生食用かき

<宮城県産 500g>…k2,000円～

鍋・フライ・グラタン・シチュー…！

熱々のメニューで旬の美味しさを味わって下さい！

● **鮮魚課**

真白子

<北海道産他 3特>…k5,000円～

あんこう肝

<中国産 1k>…k900円～

濃厚な美味しさの白子とあん肝を一緒にした贅沢鍋はいかがですか？醤油ベースの出汁で、×は雑炊に！

● **鮮まぐろ課**

天然 本まぐろ

<青森県・北海道沖産> 良品入荷中！