



● **今週のカレンダー**

※気象データは2019年分

石川県金沢市に日本で唯一の香辛料の神様を祭っている波自加弥(はじかみ)神社があります。"はじかみ"とは生姜の古名。そこで毎年行われるお祭りの日に因み、6月15日は「生姜の日」に制定されました。

生姜と言えば体を温めると言われる食べ物…。これから夏になるのに生姜?と思われるかもしれませんが、エアコンをかけた、冷たい飲み物やアイスに夏野菜を食べたり、夏は体を冷やしがちです。そんな時には、やっぱり生姜!

生姜に含まれるショウガオールという成分は、加熱すると体を温めてくれる効果があります。生姜を佃煮にしたり、すりおろした生姜と牛乳と一緒に温めたりなどの食べ方がオススメ!女性の冷え性対策にも、ぜひ生姜を取り入れてみましょう!

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(国)
6/15	月	先負	生姜の日	17.4	16.6	☔
6/16	火	仏滅	和菓子の日 麦とろの日	21.1	15.7	☔
6/17	水	大安	休市 おまわりさんの日	21.9	17.2	☁
6/18	木	赤口	考古学出発の日 海外移住の日	22.5	13.3	☁
6/19	金	先勝	朗読の日 ベースボール記念日	22.5	17.3	☔
6/20	土	友引	ペパーミント・デー	25.2	16.7	☀
6/21	日	大安	夏至 父の日	21.4	17.1	☁



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**

旬の魚の刺身盛り合わせはいかがですか…!?

今年6月21日が「父の日」になりますが、そんな記念日にはぜひ良品の刺身などを食べてもらいましょう!

刺身商材としては、本まぐろ・生かつお・真だい・すずきなどが安定して入荷しています。旬のいわしやあゆも、見逃せません。くじらは刺身はもちろん、焼いて食べてもオススメの食材です。今年はこの相場が下がっていますので、そちらも狙い目!オススメ商材が盛りだくさんの今、ぜひ父の日を盛り上げていきましょう!



**オススメ!** フライパンで焼ける!  
あゆの塩焼き!

また、酒の肴にぴったりの塩干惣菜品を各種取り揃えています。冷えたビールやお酒と一緒に、おすすめしてみませんか?

お父さんをおもてなし!

父の日の食卓にはコレッ!

- 塩うに <チリ・カナダ産 450g>…@850円~
- 鯨南蛮 <北西太平洋産 240g>…@300円~  
ピリ辛味がついているので、玉ねぎと一緒に炒めたり、竜田揚げにしたり、アレンジも出来ます!
- トラウトフィレ <チリ産>  
(トリム-C)…k1,400円~ (トリム-E)…k1,600円~  
刺身用に!相場はやや上がり気味です。
- 紅鮭ハラス <アラスカ産 500g/10×2>  
…k1,300円~ 大根おろしと一緒に!
- うにいか <道南冷蔵 1k>…k3,000円~  
うにの濃厚なコクと新鮮な真いかの組み合わせ!
- つぶわさび <三豊 1k>…k1,500円~
- あじたたき <ジャパニーズーフーズ 60g>  
…@250円~ 長崎産の天然あじを加工しています!

● **今週の見通し**

(6月15日~6月21日)

商品名	産地	規格	予想価格	相場
■遠海課 ☎022-237-8320				
いわし	千葉県沖他	4k/約36尾	箱1,600~1,400円	➡
真さば	千葉県沖他	5~10尾	箱1,800~1,200円	➡
するめいか	石川県沖他	バラ・20尾~	箱4,500~3,000円	➡
生かつお	千葉県沖他	3~7k/1尾	k1,000~600円	➡
いささ	長崎県沖他	3k/約5尾	k1,000~900円	➡
■特殊近海1課 ☎022-237-8325				
真だい	宮城県沖他	2~3k台/1~2尾	k1,000円~	➡
すずき	宮城県沖他	各2~4k台/1尾	k1,200円~	➡
ミンククジラ	青森県沖他	胸肉	k2,500円~	➡
あなご	宮城県沖他	250~500g/1尾	k1,500円~	➡
■特殊近海2課 ☎022-237-8323				
あわび	宮城県沖	3k	k10,000円~	➡
養殖 あわび	韓国	3k	k6,000円~	➡
あさり	北海道沖	5k	k800円~	➡
塩水うに	ロシア	100g	枚1,500円~	➡
赤貝	ロシア	10k	k500円~	➡
■まぐろ課 ☎022-237-8324				
インドまぐろ	ニュージーランド沖他	————	お問い合わせ下さい	➡
めばちまぐろ	沖縄県沖他	————	お問い合わせ下さい	➡

● **お買得情報**

※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**

養殖 銀さけフィレ  
<宮城県産 5k/約8枚>  
…k1,000~900円 刺身・フライ・ホイル焼きなど、アッサリからボリュームのある食べ方まで色々な味が楽しめます!

● **特近1**

養殖 あゆ  
<静岡県産他 1k/10~11尾>  
…k1,500円~ 塩焼き・天ぷら・炊き込みご飯…、サイズによって食べ方を選ぶのがオススメです。

● **特近2**

生うに  
<宮城県産 150g×5枚>  
…枚3,000円~ 例年に比べて相場が下がっている今が狙い目!ほんの少しの塩で食べると旨さが際立ちます!

● **まぐろ**

天然本まぐろ(旋網)  
<塩釜・境港沖産他> 各産地から、旋網の本まぐろの入荷が続きそうです。