

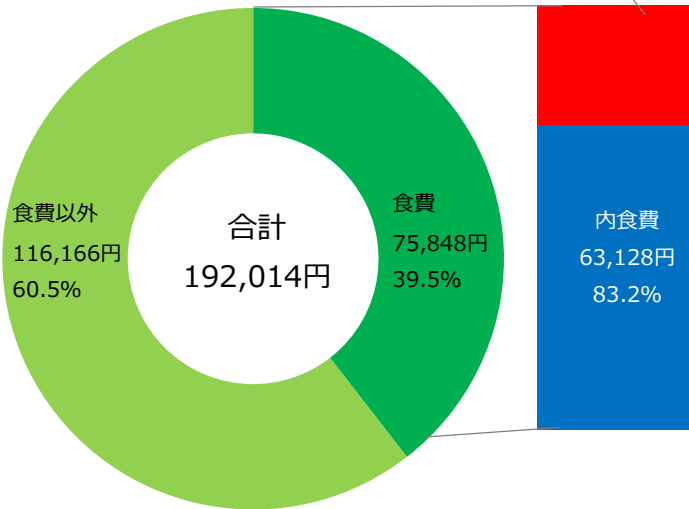
➤ Food Market

# MA**▲**STER PLAN

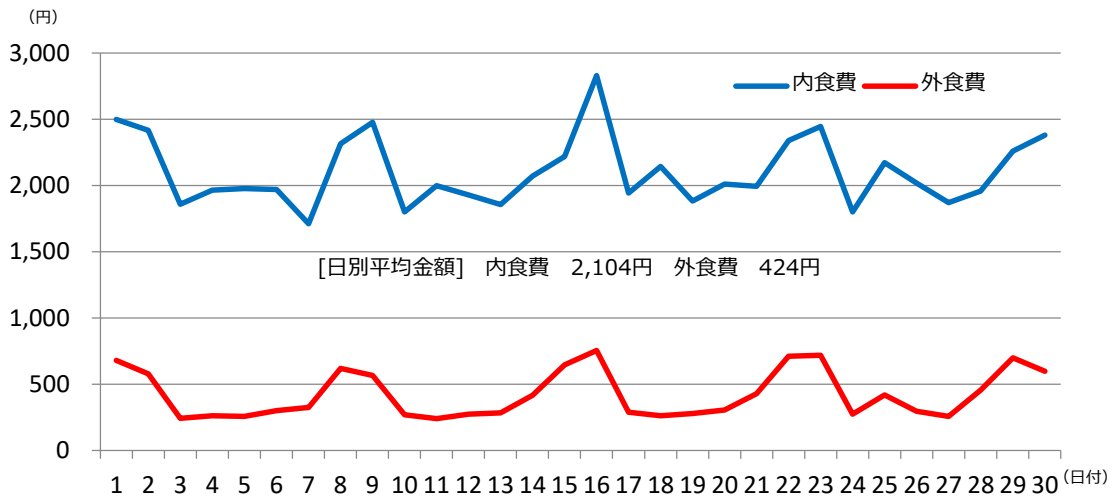
2020  
June

6

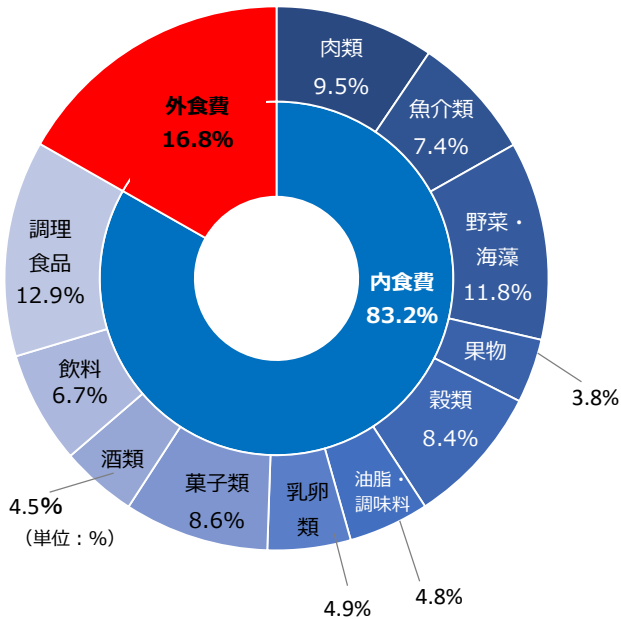
[全体概要]



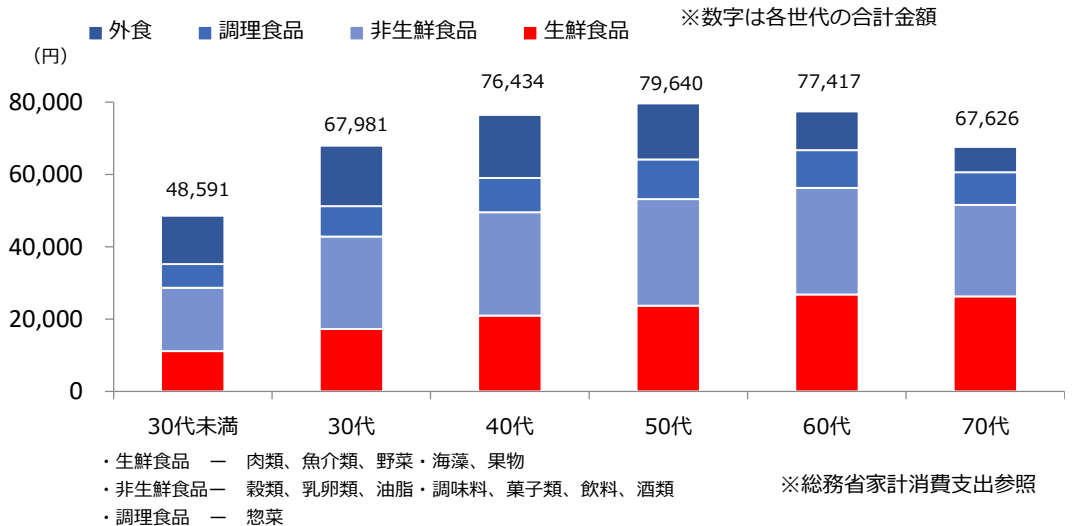
外食費 12,720円 16.8% [内食費と外食費の比較]



[食料費の部門別構成比]



[世代別食料費構成]

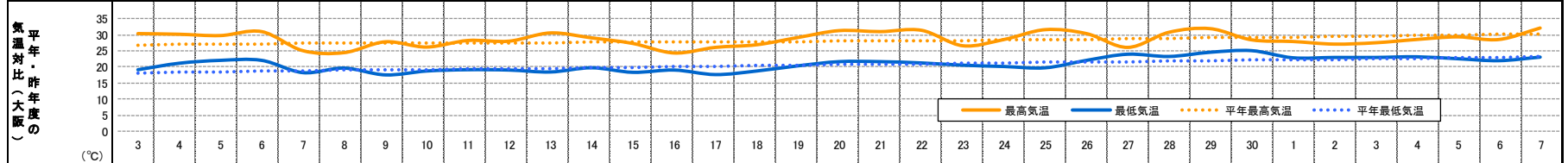
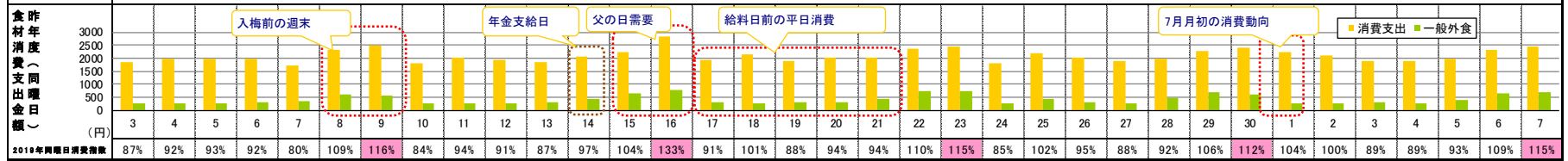


日	6/1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	6/30	7/1	7/2	7/3	7/4	7/5
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
行事	麦の日の日	チヨコデー			世界環境デー	ロートルケーキの日				梅酒の記念日	入梅				新年文相贈り日	和菓子の日					夏至	父の日			端午の節句(旧暦)		日ちらし寿司の日	ハフェの日		大敵	うなぎの日	海・山・川開き		ムソトクリー	

6月の暮らしのテーマ	・防湿剤の入替えなど梅雨の準備 ・食中毒に気をつける	・インテリアグッズを夏物にする	・父の日のごちそうや、ギフトの購入	・暑さと湿気に負けないようスタミナアップ	・夏らしい食生活になる ・夏休みを意識します
------------	-------------------------------	-----------------	-------------------	----------------------	---------------------------

生活者の6月の暮らし※平年の生活動向	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 会社関係の健康診断シーズン。</li> <li>■ 鮎解禁となり、川釣りに行く。</li> <li>■ らっきょう、梅干し、梅酒をつける。</li> <li>■ 衣替えて押入れの整理をする。</li> <li>■ 釣りのシーズン始まる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 梅雨により傘を購入。</li> <li>■ 暑い日はプールに行く</li> <li>■ 梅雨対策・水虫対策。</li> <li>■ カビ・除湿対策をする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 入梅でアウトドアライフが減る。</li> <li>■ 庭木の害虫駆除をする。</li> <li>■ 暑い日はプールに行く</li> <li>■ 夏をひかえてダイエットに関心が高まる。</li> <li>■ 涼味を食卓へ。</li> </ul>	<p>&lt;プライダールシーズン&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 夏のスポーツに関心が高まる。</li> <li>■ 麻・藤等の涼しい素材のインテリアに変える。</li> <li>■ 父の日パーティをする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 素麺等さっぱりメニューが増える。</li> <li>■ 冷房病対策。</li> </ul>
--------------------	--	---	--	--	--

子どもの生活	<運動会・体育祭シーズン>	■ プール開き	<週末テスト>
--------	---------------	---------	---------



天候変化	薄曇一時晴	曇	曇後晴	晴後薄曇	大雨時々曇	曇	晴後曇	曇時々雨	曇後晴	晴	晴	曇後一時雨	曇時々晴一時雨	曇	薄曇後晴	薄曇	薄曇	晴	曇後一時雨	晴後曇一時雨	曇一時晴	晴	晴	曇	雨一時曇	曇	曇	曇時々雨	曇一時雨	曇一時雨	曇後時々雨	曇	曇	曇後時々晴	晴時々曇
------	-------	---	-----	------	-------	---	-----	------	-----	---	---	-------	---------	---	------	----	----	---	-------	--------	------	---	---	---	------	---	---	------	------	------	-------	---	---	-------	------

食卓テーマ	夏の健康・体づくり	ヘルシーな食事	涼味のメニュー/父の日のごちそう	真夏に向けての体づくり	盛夏の涼味料理・スタミナ料理
-------	-----------	---------	------------------	-------------	----------------

初夏から夏のメニューへ(涼味)

父の日

入梅時期のスタミナアップ・食欲アップ料理

夏至/真夏の涼味・スタミナメニュー

7/1 半夏生

真夏へ(海開き・山開き)

果実酒・漬物づくり 家庭で自家製の梅酒や梅干し、ラッキョウ漬けなどの漬物を作って楽しめます。

父の日のフラワー・酒ギフト

国産さくらんぼ(予約や取り寄せやギフトも)

お中元ギフト

6月の暮らしに根付く

**野菜**

なす、きゅうり、とまと、かぼちゃ、春菊、ピーマン、かぶ、キャベツ、さやいんげん、さやえんどう、そら豆、たまねぎ、とうもろこし、らっきょう、あかじそ、新ごぼう、みょうが、新じゃがいも、にら、青じそ、ずいき、セロリ、グリーンカール、アスパラガス、オクラ

**果物**

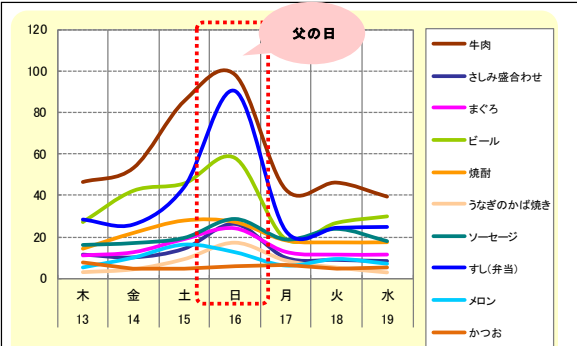
さくらんぼ、びわ、すもも、梅の実

**鮮魚**

はも、かわいい、いしもち、きす、あじ、すずき、かつお、石鯛、黒鯛、いさぎ、こち、穴子、若鮎、いわな、うなぎ、川えび、まだこ、あわび、うに、くらげ、しいら、まごち、真子がけい、血だいたい、舌平目

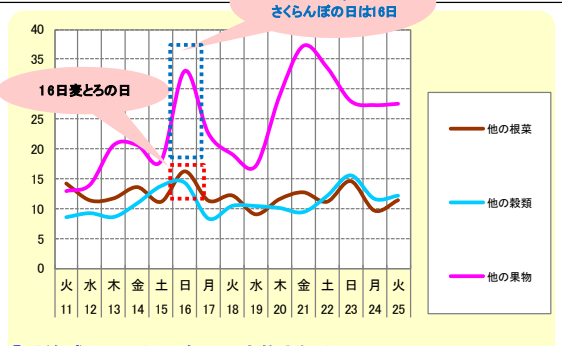
●昨年の消費支出金額の推移より、月度の歳時動向/季節動向の実態を読み込みます。

父の日は例年、定番のごちそうが売れる



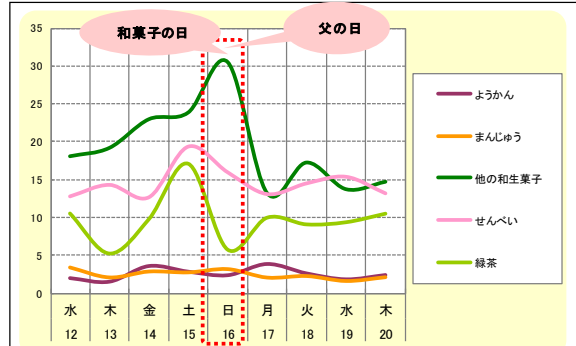
「父の日には、家族で楽しめるごちそうを買う」  
6月で一番食材の支出が高かったのは「父の日」の日曜日(133%)。父の日は「お父さんに感謝」という事で家族のごちそうを購入する理由(いいわけ)が成立しますので、毎年決まってごちそう品目が伸長します。酒類はお父さんへのプレゼントで金曜日頃から伸張しています。日曜日は牛肉や寿司、刺身などのごちそうが伸張します。かつおは、旬ですが父の日に消費があまり上昇しません。

6月の記念日(麦とろの日・さくらんぼの日)の消費動向



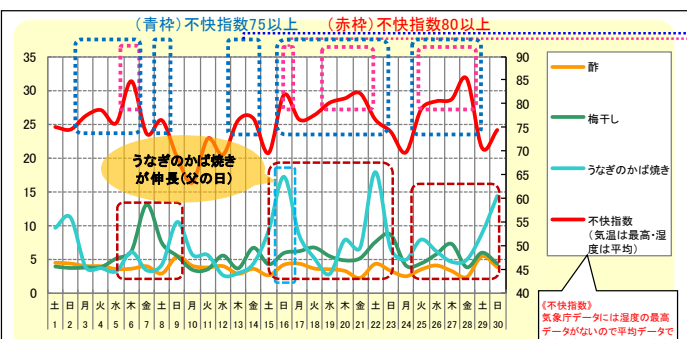
「季節感に沿った記念日は実施される」  
父の日は同時に「さくらんぼの日」です。当日の日曜日に他の果物が伸長しています。同じく6月16日は麦とろの日。長芋や山芋(他の根菜)と麦(他の穀類)が伸長しました。麦とろの日は、元気に夏を乗り切ってもらおうと、料理研究家の枝元ほなみさん主催の「麦ごはんの会」が2001年に制定した記念日。麦に含まれる食物繊維や山芋のムセン等のヘルシーさが認められて、浸透してきたようです。

「嘉祥の儀式」に由来をもつ和菓子の日は?



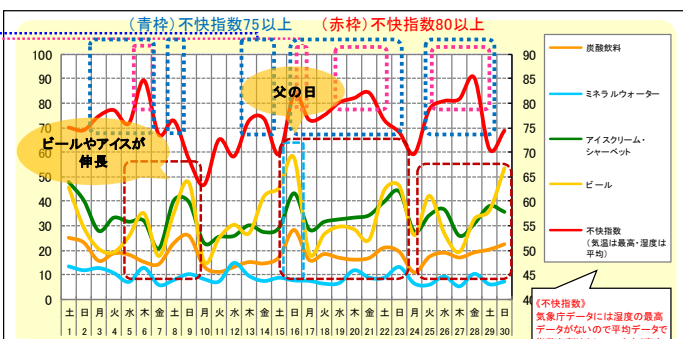
「江戸幕府での嘉祥の儀式には2万個の和菓子」と(とらやHP)  
和菓子の日(6月16日)は1979年(昭和54年)に設定。この日の由来は、平安時代848年頃、仁明天皇が元号を「嘉祥」とあらため6月16日に16の数に因んだ菓子、餅を神に供えて疫病除け、健康招福を祈った古例に始る(和菓子協会)と由緒ある記念日ですが、消費支出の動向では他の和生菓子に伸びが見られますが、大きく伸張している訳ではありません。和食が世界無形文化遺産に登録されましたが、「和菓子」も話題にできそうです。

梅雨入り前後のすっぱいもの、スタミナ食材の動向 不快指数と対比



「不快指数の高まるときには、食欲が出るもの」  
梅雨時期には不快指数が高まり、食欲が出る食べ物の消費が高まります。酢、梅干し、うなぎの蒲焼き品目の動向をグラフ化してみました。酢や梅干しは6月になると急に伸長するピークが出現します。またうなぎ蒲焼きもスタミナメニューとして伸長できます。うなぎ蒲焼きは週末に伸長する特性がありますが、不快指数や気温などの影響で平日にも伸長する日があるようです。(消費データは全国データ・不快指数は東京の気候データなのでグラフ推移は正確には一致しません)

梅雨入り前後の飲料、ビール、アイスの動向 不快指数と対比



「不快指数の高まるときには、のどの渇きを潤すもの」  
飲料やビール、アイスも週末に伸長する特性がありますが、平日にも不快指数や気温の影響で急伸長することがあります。例えば、26(水)の不快指数の山(80.4)に合わせてアイスや炭酸飲料が伸長しました。(消費データは全国データ・不快指数は東京の気候データなのでグラフ推移は正確には一致しません)

不快指数(ふかいしう)とは夏の蒸し暑さを数量的に表した指数。1957年、米国で考案されました。気温をT(°C)、湿度をH(%)とすると

$$\text{不快指数} = 0.81T + 0.01H(0.99T - 14.3) + 46.3$$

日本人の場合、不快指数が77になると不快に感じる人がはじめ、85になると93%の人が暑さによる不快を感じると言われています。

- (不快指数)(体感)
- ～55 寒い
  - 55～60 肌寒い
  - 60～65 何も感じない
  - 65～70 快い
  - 70～75 暑くない
  - 75～80 やや暑い
  - 80～85 暑くて汗が出る
  - 85～ 暑くてたまらない