

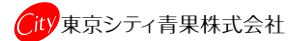
# 野菜の玉手箱 2026年 5月号

## □ 5月の全体の野菜予想 □

南の産地が出荷の終盤。関東を中心の出荷による産地の切り替え時期を迎える。気温が高く、適度な雨があれば青果物の成長が早い可能性がある。

※ 4月末時点での情報です。天候等、自然条件により入荷状況が掲載内容と異なる場合があります。

※ 品目下段は市場入荷時の形態です。



※ 無断転載はご遠慮下さい。

品目	青果の予測	品目	青果の予測
キャベツ	神奈川県：春キャベツは大方終了。中早生または固めの品種中心の出荷に移行するが全体量は減少。 茨城県・千葉県：徐々に増え始め中旬以降は千葉県産がピークに近い数量に到達する見込み。全体的に前進傾向。	トマト	西南暖地、関東近在産地の春作中心の販売。 下旬に向かって終盤作のため徐々に小玉傾向になっていく見込み。
	規格：DB10Kg8玉 産地：千葉県・茨城県・神奈川県・愛知県		規格：DB4KgM 産地：熊本県・群馬県・静岡県・千葉県
大根	千葉県：気温が上昇し適度な降雨もあるため、2L中心の入荷見込み。	ミニトマト	生育順調で、気温上昇に伴い数量は増加していく見込み。 例年並みの増量期になっていく。MS中心の入荷。
	規格：DB10Kg2L-L 産地：千葉県・神奈川県		規格：PK200gM 産地：PK 静岡県・愛知県・千葉県 DB3Kg パラ 熊本県
白菜	茨城県：4月作の品質不良が影響し前進出荷傾向。 群馬県・長野県：高冷地は5月下旬より出荷開始予定。	ほうれん草	前年の5月の気温の上昇に伴いほうれん草から小松菜や他の商材に切り替わる産地が増加傾向。また前進傾向にあるためGW明けの中旬に端境見込み。群馬県・栃木県高冷地は作付け増加しているため大きな影響はない。
	規格：DB10Kg4玉 産地：茨城県・群馬県・長野県		規格：FG200gAM25入 産地：茨城県・群馬県・栃木県
人参	干ばつの影響で小玉傾向。 4月下旬頃から肥大しL中心になる見込み。 千葉県：5月10日頃からの出荷。	ながねぎ	茨城県・千葉県：春葱の出荷もありつつ夏葱中心の出荷。5月下旬に向けて増量。2L級の太目中心。 埼玉県：春葱中心の出荷。5月下旬に向けて減少。最終盤。 夏葱の生育は各地順調。GW明けは夏葱中心の販売へ移行見込み。
	規格：DB10KgL-M 産地：徳島県・千葉県・埼玉県・茨城県		規格：DB5Kg2L-L 産地：茨城県・千葉県・埼玉県
じゃがいも	鹿児島県：離島はほぼ終了。本土は5月上旬～中旬にピークを迎える。2L、L中心の出荷見込み。 長崎県：生育は順調で5月上旬～中旬にかけて数量増加見込み。2L、L中心。	レタス	茨城県：終盤。昨年比較、1週間～10日ほど展開が早い。 長野県：中信地区が出荷のメイン。後半南佐久の出荷が始まる見通し。
	規格：DB10KgL 産地：鹿児島県・長崎県・静岡県		規格：DB約10Kg 2L-L 産地：茨城県・長野県・兵庫県
たまねぎ	佐賀県を中心に5月上旬、中旬増量見込み。2L比率高い。	ブロッコリー	干ばつが続いていた影響で生育が遅れているが、その分5月以降潤沢な出荷が見込まれる予想。 気温の上昇に伴い品質が懸念される。
	規格：DB20Kg2L-L 産地：佐賀県・兵庫県・香川県		規格：HS6KgL 20玉 産地：長崎県・愛知県 DB8KgM 24玉 産地：熊本県・埼玉県
きゅうり	関東産各地最盛期、また下等級の増加も見込まれる。 宮崎県・高知県：月末に向けて終盤となってくる。 福島県・宮城県：中下旬、出始まり。日々増量見込み。	アスパラガス	九州産地は立茎で少ない。 関東、東北は潤沢な入荷が見込まれる。
	規格：DB5KgA50本 産地：宮崎県・高知県・群馬県・埼玉県 茨城県・千葉県・福島県・宮城県		規格：HS100g束 L中心・50入 産地：栃木県・福島県 DB100g束
なす	高知県：終盤期となり品質が低下してくる。 関東産が増量見込み。	ニラ	高知県：FG中心の入荷。2番狩りピークとなる。 山形県：5月下旬より入荷開始。 関東産の露地物が入荷開始見込み。気温上昇に伴い、品質懸念される。
	規格：FG3PAL40入 産地：高知県・群馬県・福岡県 FG5PAM30入 産地：栃木県・長崎県・佐賀県		規格：FG100g A50入 産地：高知県・茨城県・栃木県
ピーマン	茨城県：5月上中旬にかけて増加予想。バラを中心の入荷。 鹿児島県：5月の入荷まで。 宮崎県：終盤 高知県：中旬から下旬にかけて減少見込み。	とうもろこし	生育は順調 例年に比べやや前進済み、今後の天候次第ではあるが5月中下旬に向けて数量は増加していく見込み。
	規格：DB4Kg・8Kg 産地：鹿児島県・高知県 FG150gAM FG130g 産地：宮崎県・茨城県		規格：DB5Kg 宮崎県 2L13本 産地：宮崎県・山梨県 DB5Kg 山梨県 2L12本
さつまいも	各産地共に定植作業が始まる為、入荷量は減少する予想。 徳島県：4月27日販売で終了。 高知県：新物については5月25日販売よりスタート予定。		
	規格：DB5Kg 関東 L13 産地：千葉県・茨城県・徳島県 DB5Kg 西物 L18本		

# 促成コーナー 2026年 5月号

City 東京シティ青果株式会社  
※無断転載はご遠慮下さい。

品目	青果の予測	品目	青果の予測
生椎茸	春夏菌が初期発生となる為、A品中心の入荷、品質も良好の見込み	スナップエンドウ	今後の天候にもよるが、気温上昇と共に最終のピークを迎える見込み。秀品以外の優品の発生も増えていく見込み。
	規格：PK100gA 産地：秋田県・栃木県・山形県		規格：DB1Kg秀L 産地：熊本県
小ねぎ	GWへ向けて十分な作付け。ネギの伸びが良く、AM中心の入荷見込み。	そら豆	高齢化や輸送の関係で各産地数量減の見通し。中旬ごろから近在産地が始めるため入荷は安定してくる。新潟県・宮城県：5月下旬から始まる見通し。
	規格：束100g AM・AS 産地：福岡県・静岡県・山口県 広島県・高知県・佐賀県		規格：DB4Kg AL-AS 産地：千葉県・熊本県・愛媛県・福岡県
大葉	天候の影響があり若干入荷量は減り気味。ゴールデンウィークに向けて少しずつ増える見込み。中下旬は、天候にもよるが作付け面積が昨年より多く、多めの入荷予想。	インゲン	ハウス栽培が1回のピークを5月上旬ごろ迎える見込み。玉流れはLMS中心の出荷。B品等の発生増加予想。
	規格：PK100gLM 20入 FG20g 30入 産地：愛知県・茨城県		規格：DB2KgAM 産地：千葉県
みょうが	6月の数量ピークに向けて週を追うごとに増量中。四万十地区においては最盛期を迎える。増加と共にA品率も上がり、品質良好。	オクラ	鹿児島県・高知県：引き続きハウス作が前進出荷の為、月末のトンネル作が遅れば端境となる可能性あり。沖縄県：露地作の為出荷増の一方で梅雨入りと共に減少。
	規格：HS50gPK AL40入 産地：高知県		規格：ネット80gA 産地：鹿児島県・沖縄県・高知県
新生姜	日々、入荷量は増えていく予定。5月18日（月）売りより量目が4Kgに変更。		
	規格：HS2Kg→4Kg 産地：高知県		

## 豊洲市場の青果物情報

品目	昨年比較				入荷割合イメージ（単位：%）				
	入荷量	上旬	中旬	下旬	品目	昨年比較	上旬	中旬	下旬
キャベツ	並	25	35	40	レタス	並	40	30	30
大根	並	30	35	35	ブロッコリー	並	30	30	40
白菜	並	30	40	30	アスパラガス	増	40	30	30
人参	増	30	30	40	ニラ	増	30	30	40
じゃがいも	並	40	35	25	とうもろこし	並	15	25	50
たまねぎ	増	35	35	30					
きゅうり	並	40	30	30	生椎茸	並	30	35	35
なす	並	40	30	30	小ねぎ	並	40	30	30
ピーマン	増	40	30	30	大葉	増	30	30	40
さつまいも	並	35	30	35	みょうが	並	25	35	40
トマト	並	40	30	30	新生姜	並	35	35	30
ミニトマト	増	30	40	30	スナップエンドウ	減	30	40	30
ほうれん草	並	30	30	40	そら豆	並	30	40	30
ながねぎ	並	35	35	30	インゲン	並	40	30	30
					オクラ	減	40	30	30

昨年比較入荷量：一か月の市場入荷予想を昨年より増加⇒増・昨年並⇒並・昨年より減少⇒減 を記載。

入荷割合イメージ：1か月の間に豊洲市場の入荷する物量予想合計100として上旬・中旬・下旬で割合を記載。

30-40-30 では大幅な増減がない入荷予想。

20-40-40 では中旬以降に多い予想。

## 5月の行事予定

※4月末時点の予定です。天候の影響により、変更する場合がありますのでご了承ください。

日時	イベント内容	場所
5月2日(土) 6:45~7:45	青果のプロによる早朝せり解説	5街区 青果棟 見学者デッキ
5月6日(水) 6:45~7:45	青果のプロによる早朝せり解説	5街区 青果棟 見学者デッキ
5月9日(土) 6:20~	JA高知県 茗荷消費宣伝会	当社フレッシュラボ
5月16日(土) 10:00~15:00	いいものいっぱいばらき 茨城産地フェア!	千客万来 温浴棟1階 お祭り広場
5月16日(土) 13:00~	模擬せり体験	千客万来 食楽棟2階 時の鐘広場

一部イベント詳細は、  
東京都中央卸売市場ナビ



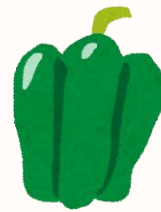
バーベキュー。肉と一緒においしい青果物も！  
丸焼きとちょっとひと手間オススメ野菜。網に乗せてください！

City 東京シティ青果株式会社  
※無断転載はご遠慮下さい。

## バーベキュー オススメ野菜

丸焼きOK◎

～ピーマン～  
焼けた皮が香ばしく、  
そのままかじれば、ジュワっと  
ピーマンの旨味が広がります♪



～そら豆～  
サヤのまま網へ！  
丸焦げ直前が食べごろです。  
塩を少しつけて召し上がれ♡

ちょっと  
ひと手間♪



～アスパラガス～  
焼く前にオリーブオイルと  
塩胡椒をすると格別な美味しさに！  
粉チーズでさらに美味しく↑

～さつまいも～  
アルミホイルを巻いて焼きましょう♪  
出来上がったらアイスやはちみつをかけて、、、  
幸せの味です♡

