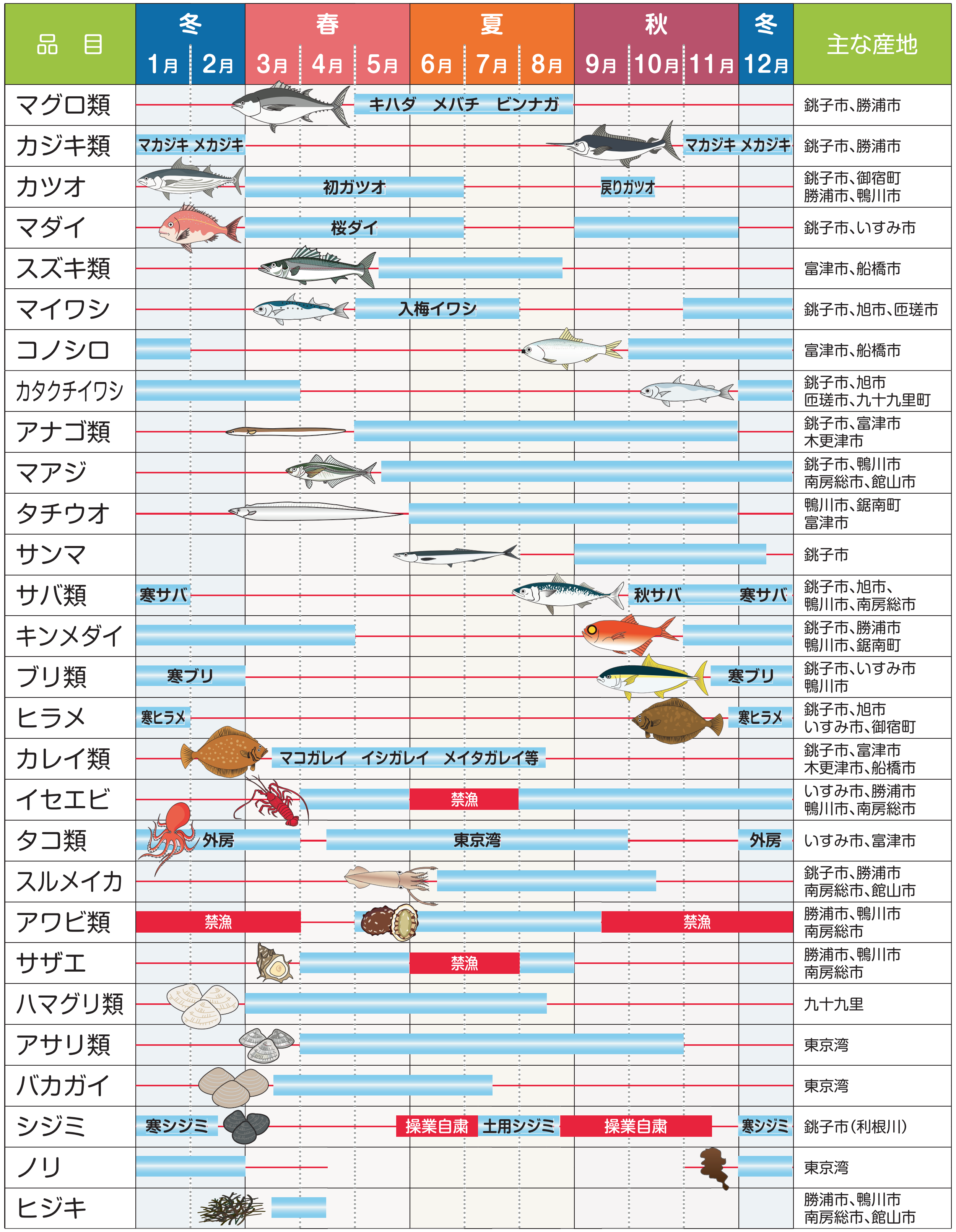
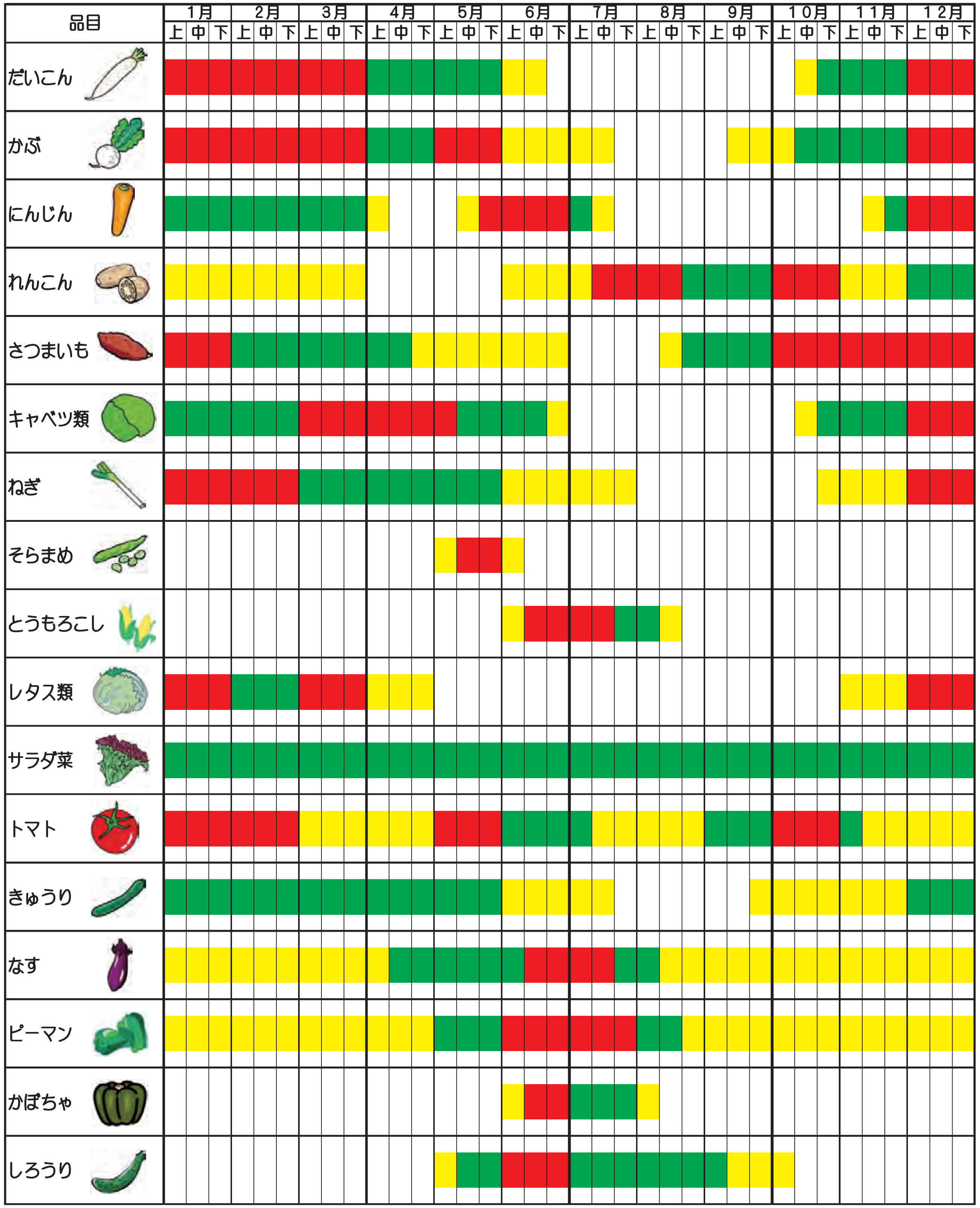
旬のさかなカレンダー



品　目	冬		春			夏			秋			冬	主な産地
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	
マグロ類	─	─	─	─	▬ キハダ　メバチ　ビンナガ	▬	▬	▬	─	─	─	─	銚子市、勝浦市
カジキ類	▬ マカジキ メカジキ	▬	─	─	─	─	─	─	─	─	▬ マカジキ メカジキ	▬	銚子市、勝浦市
カツオ	─	─	▬ 初ガツオ	▬	▬	▬	─	─	▬ 戻りガツオ	─	─	─	銚子市、御宿町 勝浦市、鴨川市
マダイ	─	─	▬ 桜ダイ	▬	▬	▬	─	─	▬	▬	▬	─	銚子市、いすみ市
スズキ類	─	─	─	─	▬	▬	▬	▬	─	─	─	─	富津市、船橋市
マイワシ	─	─	─	─	▬ 入梅イワシ	▬	▬	─	─	─	▬	▬	銚子市、旭市、匝瑳市
コノシロ	▬	─	─	─	─	─	─	─	─	▬	▬	▬	富津市、船橋市
カタクチイワシ	▬	▬	▬	─	─	─	─	─	─	─	─	▬	銚子市、旭市 匝瑳市、九十九里町
アナゴ類	─	─	─	─	▬	▬	▬	▬	▬	▬	▬	─	銚子市、富津市 木更津市
マアジ	─	─	─	─	▬	▬	▬	▬	▬	▬	▬	▬	銚子市、鴨川市 南房総市、館山市
タチウオ	─	─	─	─	─	▬	▬	▬	▬	▬	▬	─	鴨川市、鋸南町 富津市
サンマ								─	▬	▬	▬	─	銚子市
サバ類	▬ 寒サバ	─	─	─	─	─	─	─	─	▬ 秋サバ	▬	▬ 寒サバ	銚子市、旭市、 鴨川市、南房総市
キンメダイ	▬	▬	▬	▬	─	─	─	─	─	─	▬	▬	銚子市、勝浦市 鴨川市、鋸南町
ブリ類	▬ 寒ブリ	▬	─	─	─	─	─	─	─	─	▬	▬ 寒ブリ	銚子市、いすみ市 鴨川市
ヒラメ	▬ 寒ヒラメ	─	─	─	─	─	─	─	─	─	─	▬ 寒ヒラメ	銚子市、旭市 いすみ市、御宿町
カレイ類	─	─	▬ マコガレイ　イシガレイ　メイタガレイ等	▬	▬	▬	▬	─	─	─	─	─	銚子市、富津市 木更津市、船橋市
イセエビ	─	─	─	▬	▬	禁漁	禁漁	▬	▬	▬	▬	▬	いすみ市、勝浦市 鴨川市、南房総市
タコ類	▬ 外房	▬	▬	▬ 東京湾	▬	▬	▬	▬	▬	─	─	▬ 外房	いすみ市、富津市
スルメイカ	─	─	─	─	─	▬	▬	▬	▬	─	─	─	銚子市、勝浦市 南房総市、館山市
アワビ類	禁漁	禁漁	禁漁	─	▬	▬	▬	▬	禁漁	禁漁	禁漁	禁漁	勝浦市、鴨川市 南房総市
サザエ	─	─	─	▬	▬	禁漁	禁漁	▬	─	─	─	─	勝浦市、鴨川市 南房総市
ハマグリ類	─	─	▬	▬	▬	▬	▬	─	─	─	─	─	九十九里
アサリ類	─	─	─	▬	▬	▬	▬	▬	▬	▬	─	─	東京湾
バカガイ	─	─	▬	▬	▬	▬	▬	─	─	─	─	─	東京湾
シジミ	▬ 寒シジミ	▬	─	─	─	操業自粛	▬ 土用シジミ	▬	操業自粛	操業自粛	─	▬ 寒シジミ	銚子市（利根川）
ノリ	▬	▬	─	─							─	▬	東京湾
ヒジキ			▬	▬									勝浦市、鴨川市 南房総市、館山市

▬ 旬　─ シーズン

旬のやさいカレンダー



品目	1月			2月			3月			4月			5月			6月			7月			8月			9月			10月			11月			12月		
	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下
だいこん	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟨	🟨												🟨	🟩	🟩	🟩	🟩	🟥	🟥	🟥
かぶ	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟩	🟩	🟩	🟥	🟥	🟥	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨						🟨	🟨	🟨	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟥	🟥	🟥
にんじん	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟨				🟨	🟥	🟥	🟥	🟥	🟩	🟨												🟨	🟩	🟥	🟥	🟥
れんこん	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨							🟨	🟨	🟨	🟨	🟥	🟥	🟥	🟥	🟩	🟩	🟩	🟩	🟥	🟥	🟥	🟨	🟨	🟨	🟩	🟩	🟩
さつまいも	🟥	🟥	🟥	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨					🟨	🟩	🟩	🟩	🟩	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥
キャベツ類	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟩	🟩	🟩	🟩	🟨											🟨	🟩	🟩	🟩	🟩	🟥	🟥	🟥
ねぎ	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨									🟨	🟨	🟨	🟨	🟥	🟥	🟥
そらまめ													🟨	🟥	🟥	🟨																				
とうもろこし																🟨	🟥	🟥	🟥	🟥	🟩	🟩	🟨													
レタス類	🟥	🟥	🟥	🟩	🟩	🟩	🟥	🟥	🟥	🟨	🟨	🟨																			🟨	🟨	🟨	🟥	🟥	🟥
サラダ菜	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩
トマト	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟥	🟥	🟥	🟩	🟩	🟩	🟩	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟩	🟩	🟩	🟥	🟥	🟥	🟩	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨
きゅうり	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨							🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟩	🟩	🟩
なす	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟥	🟥	🟥	🟥	🟩	🟩	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨
ピーマン	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟩	🟩	🟩	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟥	🟩	🟩	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨	🟨
かぼちゃ																🟨	🟥	🟥	🟩	🟩	🟩	🟨														
しろうり													🟨	🟩	🟩	🟥	🟥	🟥	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟩	🟨	🟨	🟨								

🟨 出始め　🟩 シーズン　🟥 旬（特に美味）