

今月の野菜

すいかのあれこれ

カットや小玉、みんなが手に取りや「すいか」で熱中症予防

調査情報部

主要産地



大玉すいか



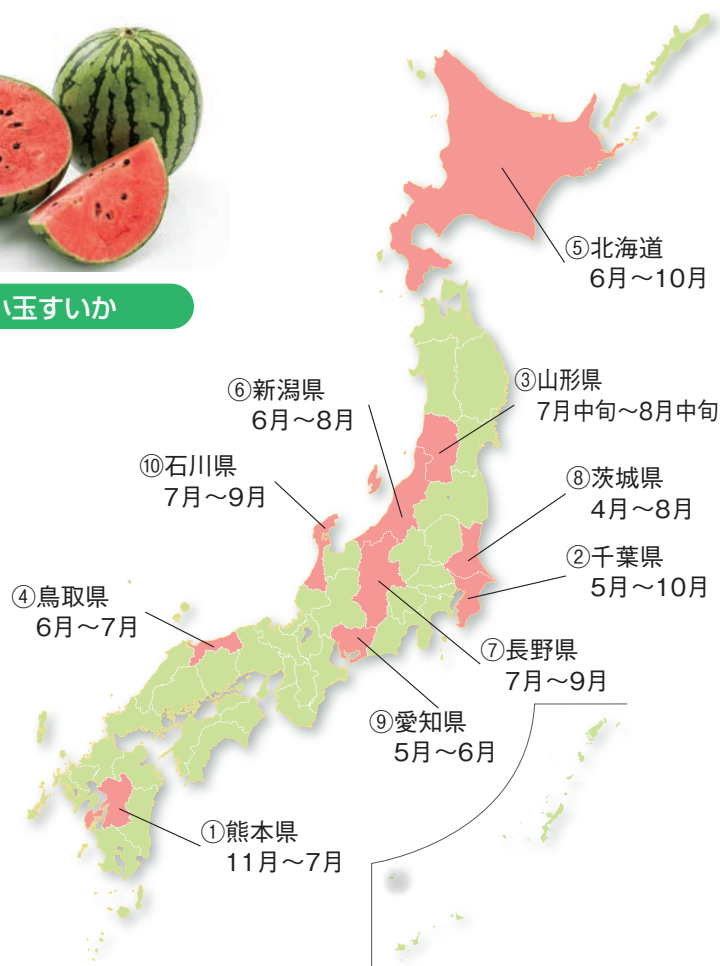
小玉すいか



黒皮すいか



ジャンボすいか



資料：農林水産省「令和6年産野菜生産出荷統計」

注：図中の番号は収穫量の多い順番、期間は主な出荷期間を表している。

すいかはウリ科の植物で、原産地はアフリカ中部の砂漠地帯や南部のカラハリ砂漠と考えられている。栽培の歴史はとても古く、リビアでは5000年前の遺跡から種子が出土し、古代エジプトでは4000年前の壁画にすいかが描かれている。中近東や中央アジアなどの砂漠地帯では、水代わりの飲料として珍重され、古代ローマでは強力な解熱効果のある食品としてすいかが紹介されている。その後、日本へは中国から17世紀に渡来したといわれてい

る。江戸時代には「水瓜」とも書かれていたが、中国で「西域から伝わった瓜」という意味から当て字された「西瓜」という字が日本でも使われるようになった。明治初期以降に甘い品種が米国から導入され、生産が増えていった。1970年代までは、生産量は果菜類の中で第1位であった。その後、世帯人数の減少や食の多様化により、生産量も消費量も減少傾向にはあるものの、1玉ではなくカット売りなど販売形状を変えた流通が増えている。

作付面積・出荷量・単収の推移

令和6年の作付面積は、8600ヘクタール（前年比99.0%）と、前年よりわずかに減少した。

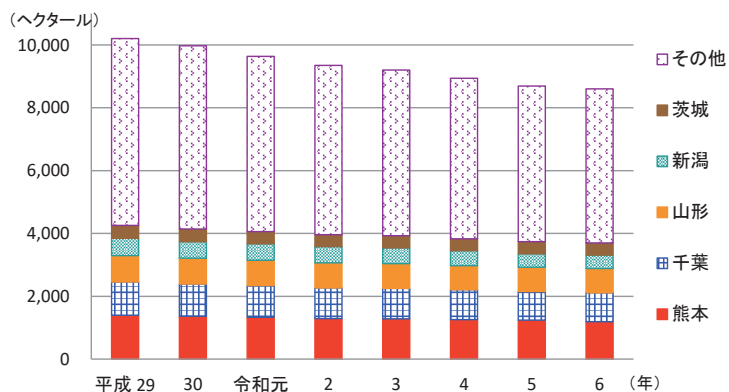
上位5県では、

- ・熊本県 1190ヘクタール（同 96.0%）
- ・千葉県 921ヘクタール（同 100.5%）
- ・山形県 770ヘクタール（同 100.7%）
- ・新潟県 430ヘクタール（同 99.5%）
- ・茨城県 383ヘクタール（同 100.0%）

となっている。

熊本と千葉の上位2県で全国の4分の1を占めている。

作付面積の推移



資料：農林水産省「令和6年産野菜生産出荷統計」

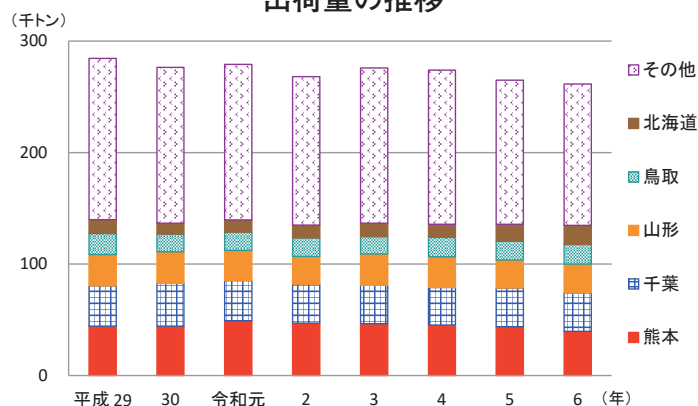
令和6年の出荷量は、26万1400トン（前年比98.6%）と、前年よりわずかに減少した。

上位5道県では、

- ・熊本県 3万9700トン（同 90.6%）
- ・千葉県 3万4300トン（同 98.8%）
- ・山形県 2万6100トン（同 103.6%）
- ・鳥取県 1万7400トン（同 103.0%）
- ・北海道 1万7100トン（同 114.0%）

となっている。

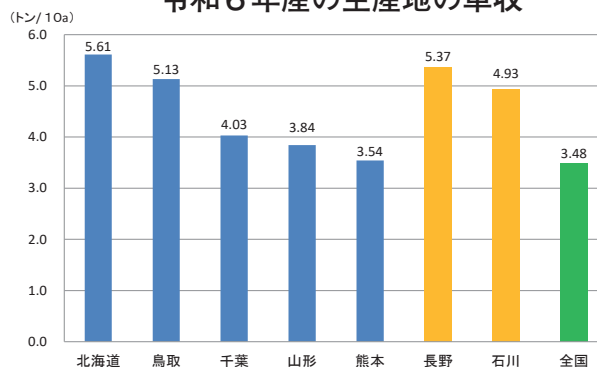
出荷量の推移



資料：農林水産省「令和6年産野菜生産出荷統計」

出荷量上位5道県について、10アール当たりの収量を見ると、北海道の5.61トンが最も多く、次いで鳥取県の5.13トン、千葉県の4.03トンと続いている。その他の県で多いのは、長野県の5.37トン、石川県の4.93トンであり、全国平均は3.48トンとなっている。

令和6年産の主産地の単収



資料：農林水産省「令和6年産野菜生産出荷統計」

注：黄色は、出荷量上位5県以外で単収が多い2県および全国平均。

作付けされている主な品種等

すいかの品種は、形や大きさ、果肉の色（赤、黄、オレンジ）、果皮の色（緑色に黒縞や、黒皮、黄色皮）に加え、作型によっても異なり、バリエーションが豊富である。全国的には、種苗会社により育成された品種が栽培されている。そ

の他、富山県の特産品として出回る「入善ジャンボ西瓜」、真っ黒な皮が特徴の北海道当麻町の「でんすけすいか」、黄色の皮が特徴の熊本県の「金色羅皇」や福井県の「金福すいか」など、地域ブランド化されている品種もある。

都道府県名	主な品種
熊 本 県	(大玉) 春のだんらん RV、春のだんらん、春のだんらん SP、祭りばやし (小玉) ひとりじめ 7-EX、ひとりじめ BonBon リッチ
千 葉 県	(大玉) 祭りばやし 777、紅大、味きらら、 (小玉) 姫甘泉、マダーボール、姫まくら
山 形 県	(大玉) 祭りばやし 777α、祭りばやし UT、煌夏、羅皇 ザ・スウィート (小玉) ピノ・ガール、姫甘泉、ひとりじめ系
新 潟 県	(大玉) 祭りばやし系、富士光 TR、羅皇系 (小玉) Niigata ルビームーン、スウィートキッズ、ひとりじめ系
秋 田 県	(大玉) あきた夏丸、縞無双系 (小玉) あきた夏丸チツェ

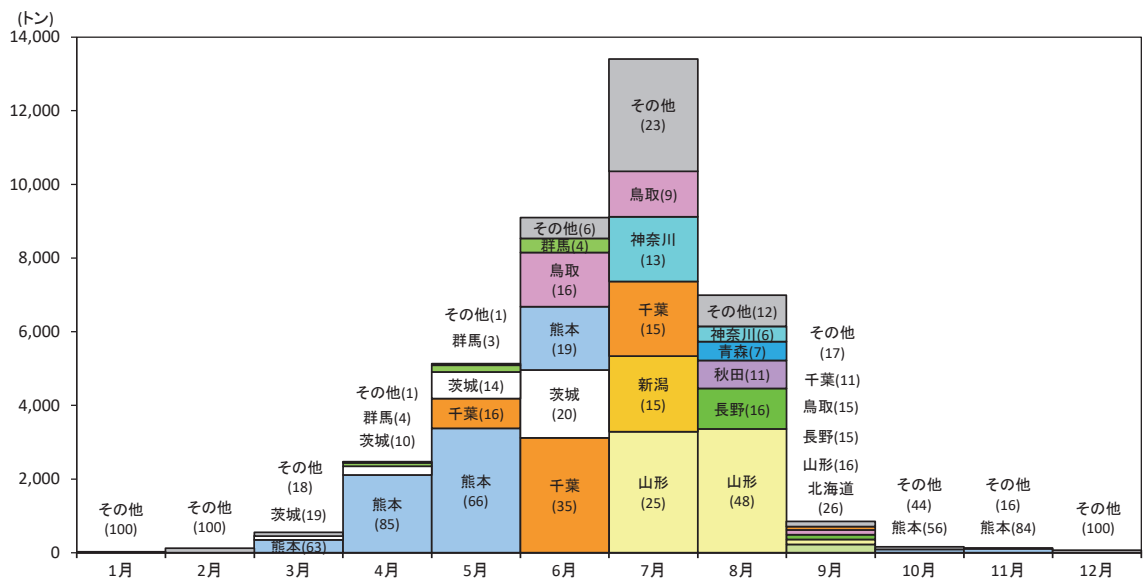
資料：関係者聞き取りにより農畜産業振興機構作成

東京都・大阪中央卸売市場における月別県別入荷実績

東京都中央卸売市場の月別入荷実績（令和6年）を見ると、熊本産が3月から入荷し始め、5月がピークとなっている。5月頃から千葉産や茨城産などの東京近郊からの入荷が始まる。また、6～7月にかけては、鳥取産の入荷もある。年間を通しての入荷のピーク

は7月で、山形産、新潟産、神奈川産なども入荷する。8月には、山形産に加え、長野産、秋田産、青森産など東日本の産地から入荷し、9月以降入荷量は急減する。
なお、直近8年間の入荷量を見ると、約8割が大玉すいかで、約2割が小玉すいかとなっている。

令和6年 すいかの月別入荷実績
（東京都中央卸売市場計）

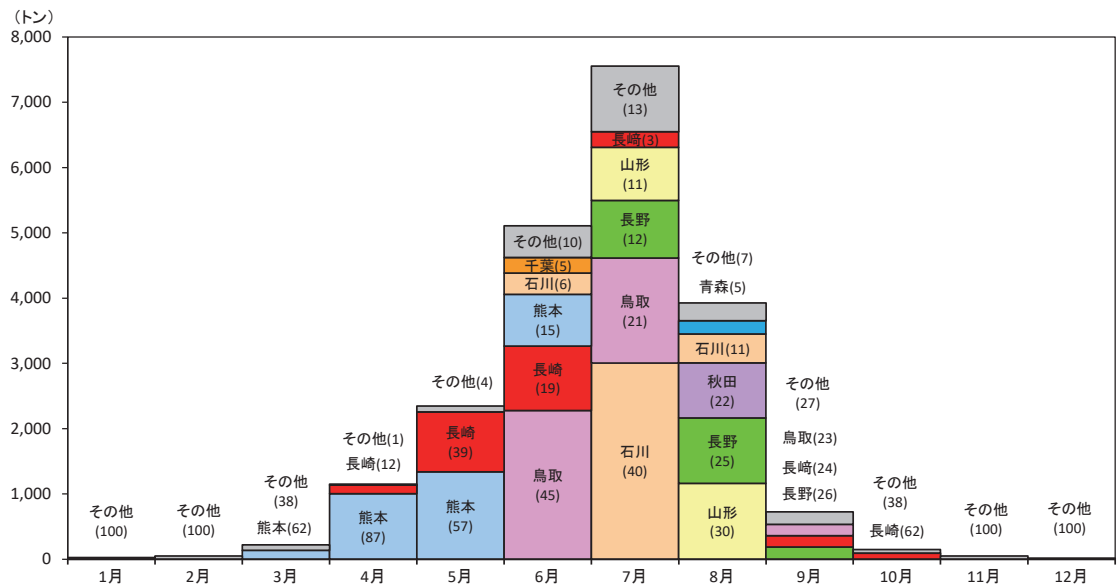


資料：農畜産業振興機構「ベジ探」（原資料：令和6年東京都中央卸売市場年報）
注：（ ）内の数値は、月別入荷量全体に占める割合（％）である。

大阪中央卸売市場の月別入荷実績（令和6年）を見ると、4～5月にかけて熊本産、長崎産が入荷し、6月にはこれらに加え、鳥取産、石川産、千葉産が入荷する。入荷がピー

クとなる7月は、石川産が最も多く、鳥取産、長野産、山形産などが続く。8月には、山形産、長野産、秋田産など東日本の産地からの入荷が見られ、9月以降入荷は急減する。

令和6年 すいかの月別入荷実績
(大阪中央卸売市場計)



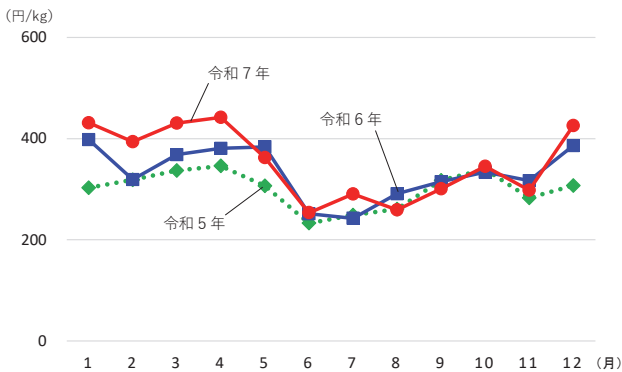
資料：農畜産業振興機構「ベジ探」（原資料：令和6年大阪市・大阪府中央卸売市場年報）
注：（ ）内の数値は、月別入荷量全体に占める割合（％）である。

東京都中央卸売市場における価格の推移

東京都中央卸売市場における国内産すいかの価格（令和7年）は、1キログラム当たり254～442円（年平均295円）の幅で推移している。入荷量が増えてくる5月から下降基調となり、ピークを迎える6～7月は同250円程度で推移する。

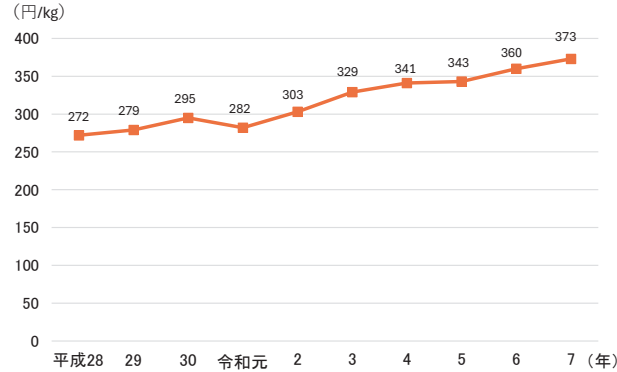
また、小玉すいかは、手軽なサイズで持ち帰りやすいことや、冷蔵庫で丸ごと冷やせることなどのニーズを反映し、卸売市場価格は上昇傾向で、令和7年は、10年前の平成28年と比較して4割高い同373円となった。

大玉すいか（国内産）の卸売価格の月別推移



資料：農畜産業振興機構「ベジ探」（原資料：東京都中央卸売市場「市場月報」）

小玉すいか（国内産）の卸売市場価格の年別推移

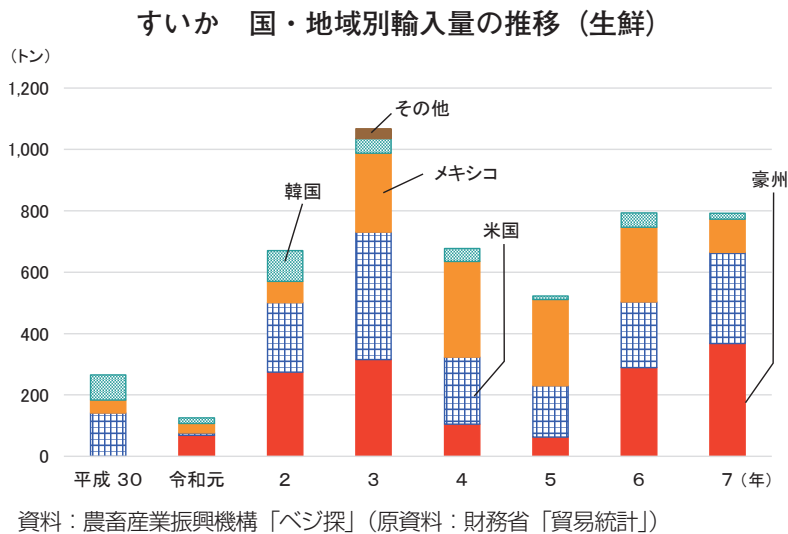


資料：農畜産業振興機構「ベジ探」（原資料：東京都中央卸売市場「市場月報」）

輸入量の推移

すいか（生鮮）の輸入量は、平成30年から令和元年にかけ、300トンを下回って推移したが、令和2年以降は、500トンを上

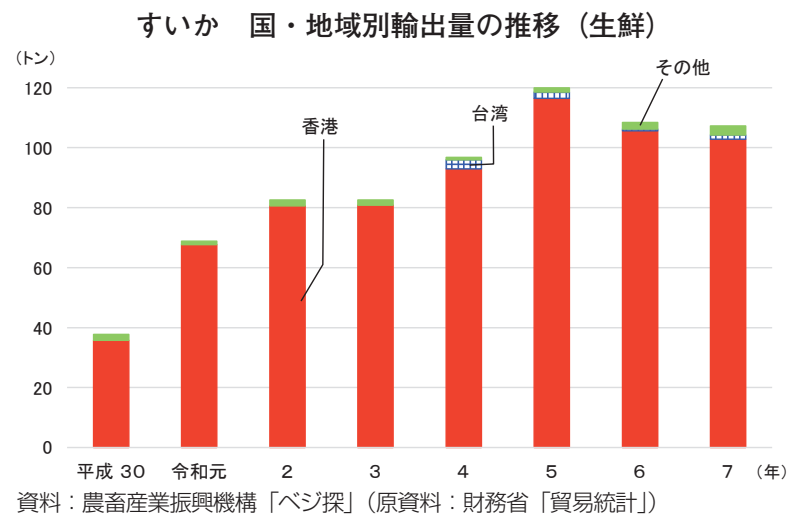
回って推移し、直近の2年は800トン程度で推移している。輸入先の内訳は、米国、豪州、メキシコ、韓国などである。



輸出量の推移

すいか（生鮮）の輸出量は、年々増加傾向で推移し、令和元年以降は60トンを超えて

いる。輸出先は、ほとんどが香港であり、わずかに台湾などがある。



消費の動向など

すいかの野菜品目別の産出額（令和6年）は、16位の666億円となっている。直近7年の1人当たり年間購入数量を見ると、近年は1000グラム前後で推移している。一方、1人当たりの年間支出金額は、上昇傾向で推

移し、令和7年は平成30年より89円高い543円となった。

これらの背景として、世帯人数の減少や少子高齢化などから、従来の重量のある大玉すいか1玉の購入から、近年はカットされた形

状で購入する消費者が増加したことによる玉単価の上昇がうかがえる。半玉や4分の1、8分の1カットの形状に加え、持ち帰りに便利、かつ皮部分などのごみを減らしたいというニーズに応え、可食部のみを一口サイズで入れたパック販売も増えている。カット売りが主流になり、中身を確認できるようになったと同時に、糖度を表示して出荷する産地も増えているため、購入の際は、参考にしたい。

すいかは、ウォーターメロンの英名の通り、9割が水分であるため体を冷やす作用があり、夏場の熱中症予防に効果がある。また、含まれる機能性成分として、赤肉のすいかには、抗酸化作用を持つカロテノイドであるリコペンが、トマトと同程度またはそれ以上含まれている。また、アミノ酸の一種であるシトルリンは、1930年にすいかから発見され、スイカ属を意味するラテン語のCitrullusにちなんで名付けられたが、この成分は、血管

拡張による血流改善や運動パフォーマンスの向上などの働きも期待されている。

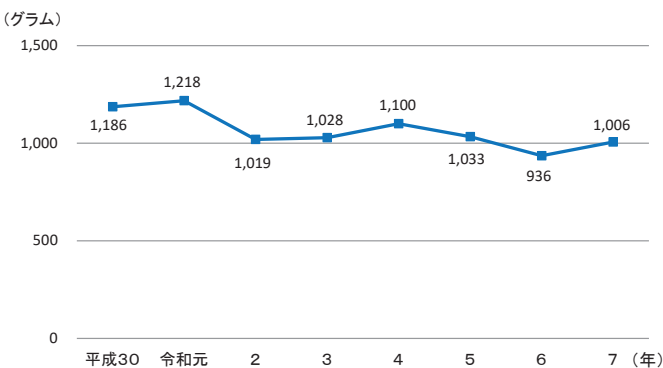
すいかを使ったレシピを以下に紹介する。

野菜品目別産出額トップ20（令和6年）

（億円）		
位	品目	産出額
1	トマト	2,442
2	いちご	2,144
3	ねぎ	1,641
4	きゅうり	1,598
5	キャベツ	1,478
6	ばれいしょ	1,311
7	たまねぎ	1,269
8	かんしょ	1,107
9	レタス	988
10	だいこん	931
11	なす	880
12	ほうれんそう	842
13	メロン	707
14	はくさい	679
15	ピーマン	668
16	すいか	666
17	ブロッコリー	633
18	にんじん	626
19	やまのいも	469
20	えだまめ（未成熟）	419

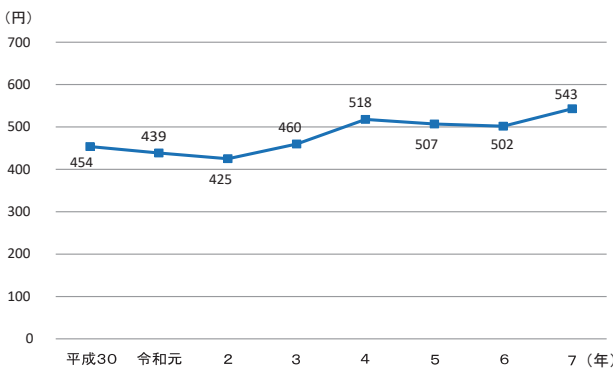
資料：農林水産省「令和6年生産農業所得統計」

1人当たり年間購入数量の推移



資料：農畜産業振興機構「ベジ探」（原資料：総務省「家計調査年報」）

1人当たりの年間支出金額（すいか）の推移



資料：農畜産業振興機構「ベジ探」（原資料：総務省「家計調査年報」）

〇すいかのおすすめレシピ〇

すいかのサルサ



おうちで簡単に本格メキシカン！

すいかは糖度が高く、水分も多いため、一般のサルサとはひと味違った仕上がりになります。目先が変わって夏らしい一品です。

すいかのサルサに添えるとうもろこしの粉（コーンミール）で作る薄焼きパン「トルティーヤ」の作り方もご紹介します。