

ピーマンのあれこれ

コロンブスが新大陸から持ち帰り、広がった「ピーマン」

調査情報部

主要産地



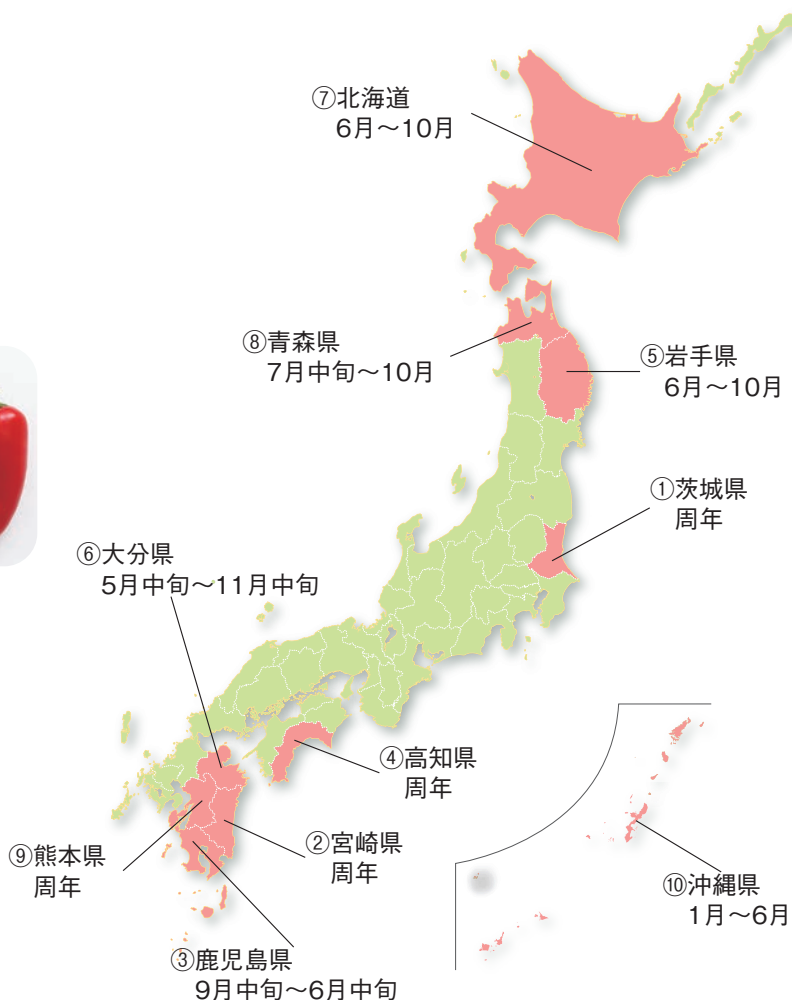
ピーマン



カラーピーマン



パプリカ



資料：農林水産省「令和7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。

ピーマンはとうがらしの一種で、辛みのない大型のとうがらしの仲間である。熱帯アメリカ原産で、大航海時代にコロンブスがコショウと混同してスペインに持ち帰ったとされる。ピーマンと同種のとうがらしは、「香辛料」としてヨーロッパ内でも広がり、その後改良されて辛みのない甘味種がピーマンとなった。日本へは、明治時代に大果のベル型が欧米より導入されたが、一般に普及したのは1950年代以

降で、日本人の嗜好に合わせ、果肉が薄く特有の青臭さを低減させたくせの少ない品種が誕生し、現在の主流となった。

ピーマンは、未熟果（緑）での出回りが多いが、完熟させると赤くなり、これが赤ピーマンである。ピーマンは高温性の作物のため、かつては夏から秋に出荷される野菜であったが、現在では施設栽培により周年で供給されている。

作付面積・出荷量・単収の推移

令和7年の作付面積は、2743ヘクタール（前年比98.6%）と、前年よりわずかに減少した。

上位5県では、

- ・茨城県 538ヘクタール（同 100.9%）
 - ・宮崎県 263ヘクタール（同 100.8%）
 - ・岩手県 197ヘクタール（同 100.5%）
 - ・鹿児島県 120ヘクタール（同 90.9%）
 - ・大分県 109ヘクタール（同 99.1%）
- となっている。

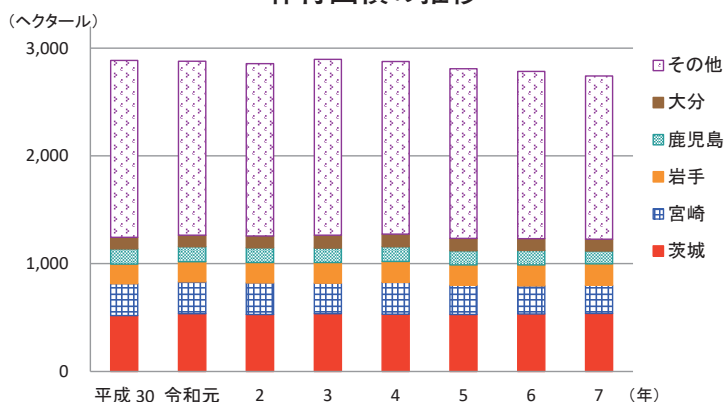
令和7年の出荷量は、11万7030トン（前年比94.0%）と、前年よりかなりの程度減少した。

上位5県では、

- ・茨城県 2万9358トン（同 92.5%）
 - ・宮崎県 2万2195トン（同 97.9%）
 - ・鹿児島県 1万1200トン（同 89.7%）
 - ・高知県 9010トン（同 83.9%）
 - ・岩手県 7160トン（同 95.6%）
- となっている。

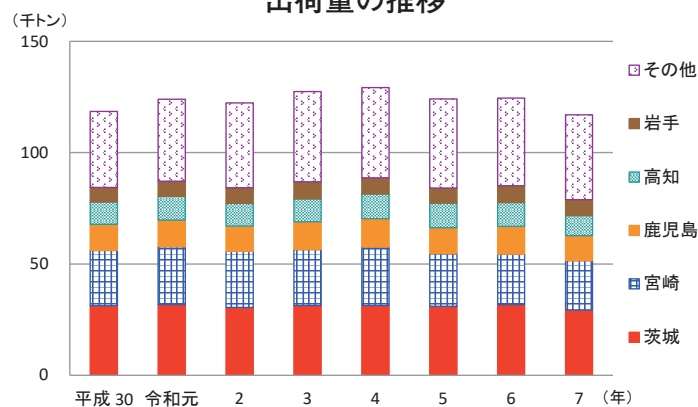
出荷量上位5県について、10アール当たりの収量を見ると、高知県の11.94トンが最も多く、次いで鹿児島県の10.10トン、宮崎県の8.96トンと続いている。その他の道県で多いのは、北海道の7.54トン、沖縄県の6.17トンであり、全国平均は4.75トンとなっている。

作付面積の推移



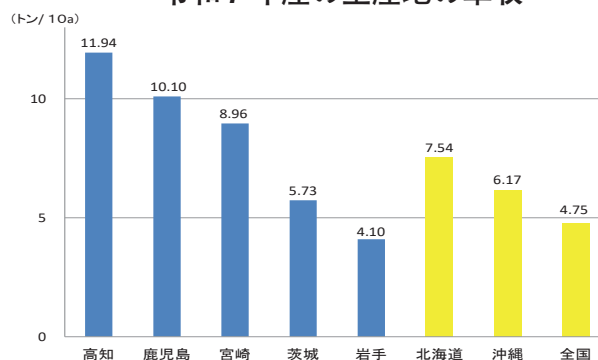
資料：農林水産省「令和7年産野菜生産出荷統計」
注：「ピーマン計」より、「うちししとう」を除く。

出荷量の推移



資料：農林水産省「令和7年産野菜生産出荷統計」
注：「ピーマン計」より、「うちししとう」を除く。

令和7年産の主産地の単収



資料：農林水産省「令和7年産野菜生産出荷統計」
注1：黄色は、上位5県以外で単収が多い2道県および全国平均。
注2：「ピーマン計」より、「うちししとう」を除く。

作付けされている主な品種等

ピーマンは、分類上ナス科トウガラシ属に分類される。とうがらしには、「辛とうがらし」と「甘とうがらし」があるが、「甘とうがらし」のうち、小型のものが「ししとうがらし」、中型のベル系が「ピーマン」、大型で果肉の厚いものが「パプリカ」と呼ばれる。

ピーマンは、大きさや形、色などのほかに、栽培特性や耐病性などの違いによって多くの品種が存在し、各産地では、それぞれの条件

に適した品種を選定し、生産している。比較的多くの産地で栽培されている「薄肉中型種」の主な品種としては「みおぎ」や「京鈴^{きょうすず}」などがある。

最近では、赤や黄色、黒などのカラーピーマンのほかにも、子どもでも食べやすく肉厚で辛みのない「こどもピーマン」や生で食べられる「バナナピーマン」、種なしピーマンなどがある。

都道府県名	主な品種
茨城県	みおぎ
宮崎県	宮崎グリーン、京鈴、京まつり、さらら
鹿児島県	TM鈴波 ^{すずなみ} 、京鈴
高知県	みおぎ、みはた2号、トサミドリ、はばたき、京まつり、京鈴、京ゆたか、さらら
大分県	さらら

資料：関係者聞き取りにより農畜産業振興機構作成



こどもピーマン



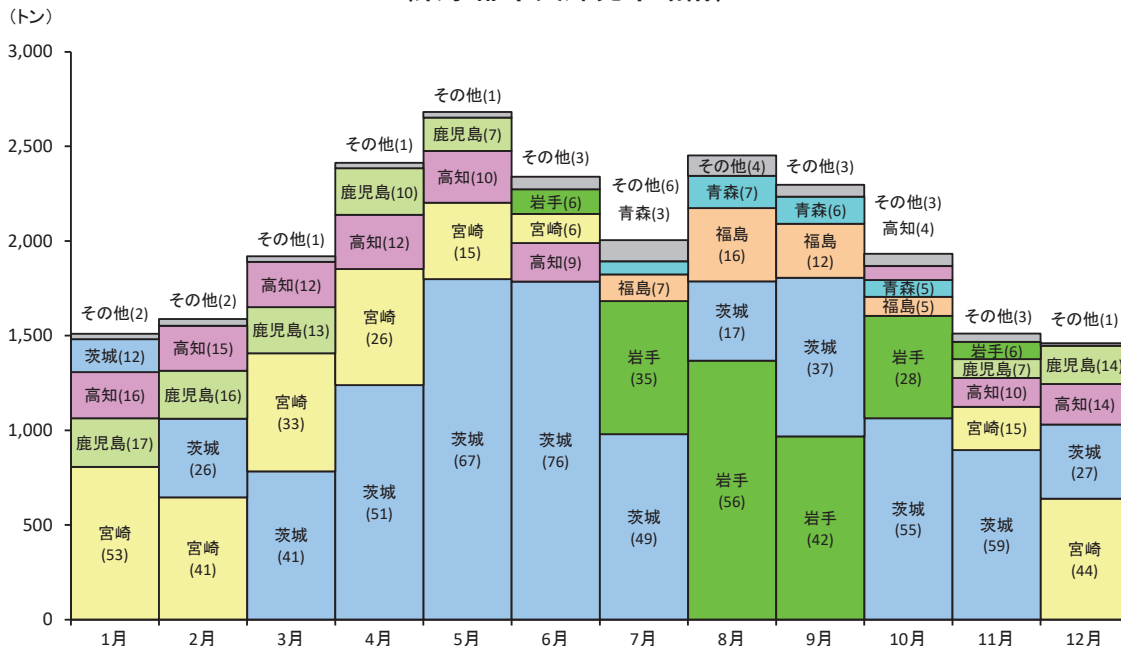
バナナピーマン

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、施設栽培技術の普及によって通年の栽培が可能となり、茨城産は年間を通じて入荷しており、3～7月、10～11月までが中心となっている。7～10月の夏場

から秋にかけては、東北産地の岩手産、福島産、青森産などの入荷もある。また、11月から翌5月にかけては、宮崎産、高知産、鹿児島産などの西南暖地産が入荷している。

令和6年 ピーマンの月別入荷実績 (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）

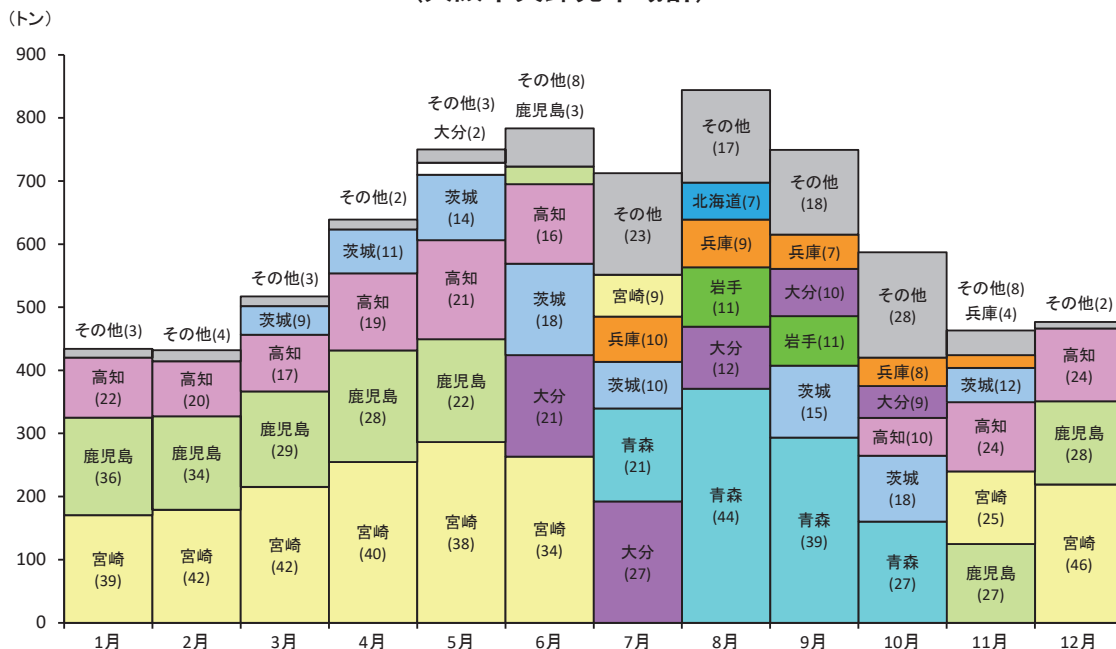
注1：（）内の数値は、月別入荷量全体に占める割合（％）である。

注2：ピーマンとジャンボピーマンの計（ししとう、パプリカを含まない）。

大阪中央卸売市場の月別入荷実績（令和6年）を見ると、12月から翌6月にかけての入荷は、宮崎産、鹿児島産、高知産などの西南暖地産が中心となっている。6～10月に

かけては、大分産、青森産などの入荷が多い。茨城産も3～11月にかけて入荷している。また、兵庫産（7～10月）や岩手産（8～9月）の入荷も見られる。

令和6年 ピーマンの月別入荷実績 (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1：（）内の数値は、月別入荷量全体に占める割合（％）である。

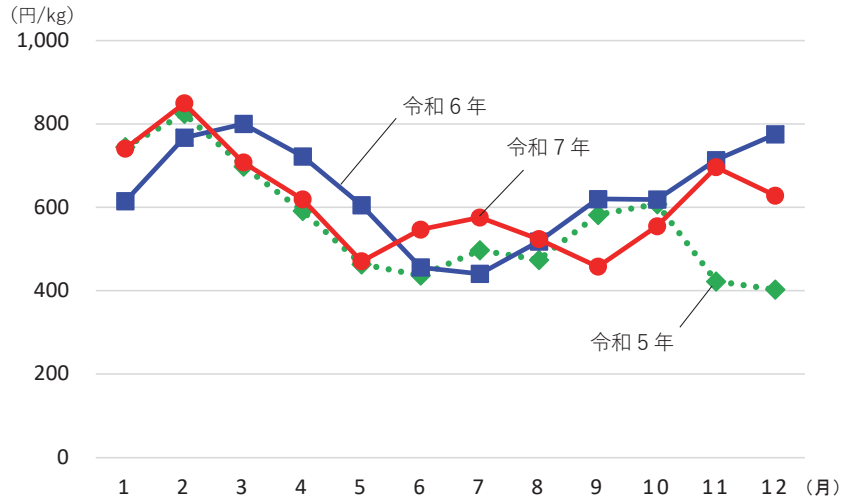
注2：ピーマンとジャンボピーマンの計（ししとう、パプリカを含まない）。

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のピーマンの価格（令和7年）は、1キログラム当たり458～850円（年平均595円）の幅で推移している。総入荷量が増えてくる2月から6月にかけては、価格は下げ基調で推移する。入荷量が安

定している7～10月は、価格も400～600円の範囲で安定して推移し、総入荷量が減少する11月から翌2月の価格は上げ基調に転じる。

ピーマン 卸売価格の月別推移（国内産）



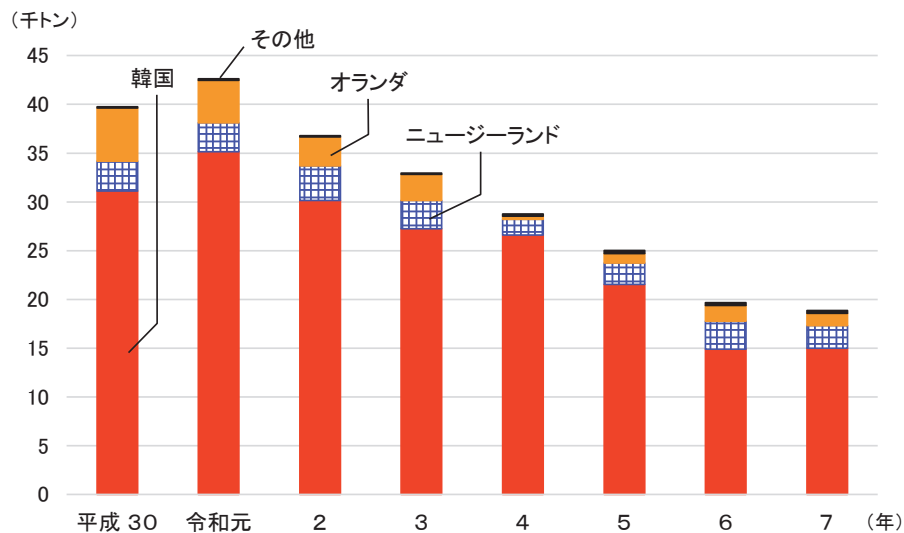
資料：農畜産業振興機構「ベジ探」（原資料：東京都中央卸売市場「市場月報」）

輸入量の推移

輸入される生鮮ピーマンのすべてが、ジャンボピーマン（パプリカ）であった。直近8年では、令和元年が4万2592トンと最も多く、その後は減少傾向で推移し、7年には

1万8853トンと半分以下まで減少した。生鮮ジャンボピーマンの国・地域別輸入量を見ると、韓国が8割近くを占め、次いで、ニュージーランド、オランダとなっている。

ジャンボピーマン 国・地域別輸入量の推移（生鮮）



資料：農畜産業振興機構「ベジ探」（原資料：財務省「貿易統計」）

消費動向など

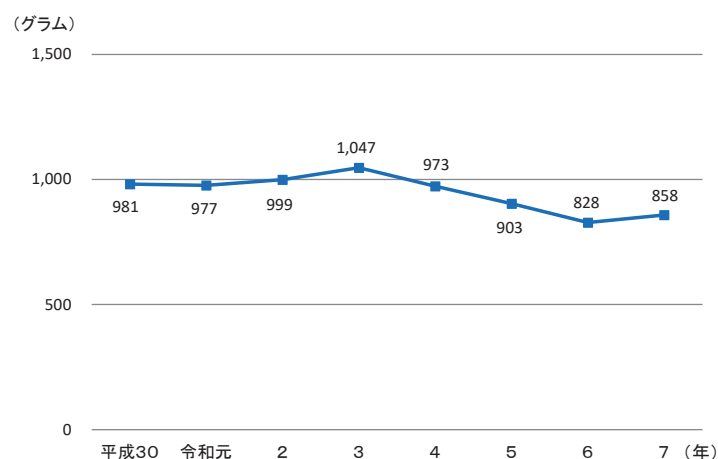
近年、ピーマンの1人当たりの年間購入数量は、828~1047グラムで推移している。また、小売価格は令和4年以降、上昇傾向で推移している。

ピーマンは、栄養豊富な野菜で、緑のピーマンは特にビタミンCが多く、みかんの約2倍、トマトの約5倍も含まれている。完熟果である赤ピーマンや黄ピーマンは、緑ピーマンの約2倍のビタミンCが含まれ、生でも食べやすいことからビタミンCを効果的に摂取

できる。ビタミンCは皮膚や粘膜の健康維持を助けるとともに、抗酸化作用を有することが知られている。さらに、赤ピーマンはビタミンAの前駆体であるβ-カロテンを緑ピーマンの約2.5倍有している。ピーマンの細胞組織はしっかりとしているため、熱を加えてもビタミンが失われにくいのが特徴である。苦味が苦手な場合は、横ではなく縦に切って炒めると食べやすくなる。

ピーマンを使ったレシピを以下に紹介する。

1人当たり年間購入数量の推移



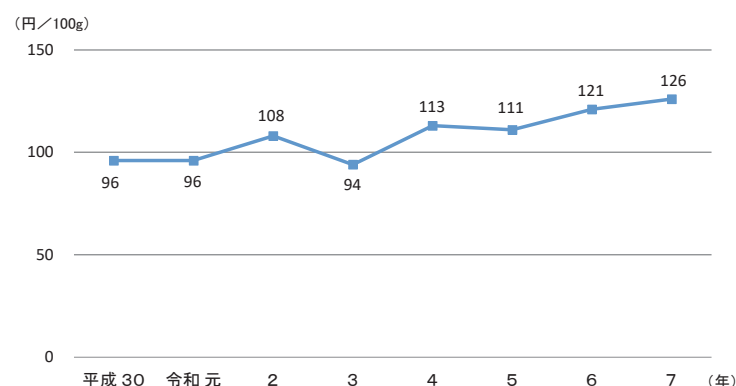
資料：農畜産業振興機構「ベジ探」（原資料：総務省「家計調査年報」）

〇ピーマンのおすすめレシピ〇

ピーマンと砂肝のバターじょうゆ炒め



(参考) 小売価格（東京都区部）の動向



資料：農畜産業振興機構「ベジ探」（原資料：総務省「小売物価統計調査」）