

まるしま通信

2021年
6月号

6							7						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4 5					1	2	3
6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10
13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17
20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24
27	28	29	30	31			25	26	27	28	29	30	31

● 新月 6月10日(木)

● 満月 6月25日(金)

You are what you eat.

—食はあなたをつくる—

蒸し暑くなるこの時期、さっぱりとした「刺身こんにゃく」はいかがですか。



季節商品〈4月～7月〉

有機栽培の
生芋こんにゃくを100%使用

有機生芋刺身こんにゃく 100g 173円 (160円)

収穫まで3年かかる在来種の生芋を使用し、昔ながらの「缶蒸し製法」で造っていますので、食味が非常によく、味のしみ、歯切れに優れた刺身こんにゃくです。

表面を波状にスライスカットすることでタレが絡みやすく、独特の歯触りが楽しめます。



おすすめレシピ

刺身こんにゃくときゅうりの
ピリ辛炒め

炒めても美味しい!



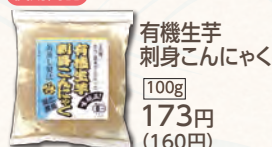
【材料 (4人分)】

- 刺身こんにゃく ...1袋
- きゅうり2本
- ☆ベジ辛醬1袋 (40g)
- ☆めんつゆ大匙1
- ☆水大匙1
- ごま油大匙1

【作り方】

- ①刺身こんにゃくを水洗いして水気を切る
- ②きゅうりを4cmの長さ、縦4等分に切る
- ③強火で熱したフライパンにごま油を敷き刺身こんにゃくを1分ほど炒める
- ④きゅうりと☆を入れ、タレにとろみがついたら出来上がり!

使用商品



新規取扱商品のご案内

小麦粉、乳製品、化学調味料、香料不使用

オイル&コーンシチュー

ラードや牛脂、動物性のブイヨン・エキスなど動物性原料を一切使用せず、植物性のみで仕上げました。植物油脂には有機パーム油、カメリナ油、ジロロモー二有機オリーブ油を使用しています。コーンの甘みとまるやかなコクがおいしい、便利なフレークタイプのシチュールウです。白ワインは長野県産ぶどうを使用し、酸化防止剤(亜硫酸塩等)を使用していません。



原材料:米粉(米(新潟県))、植物油(有機パーム油、カメリナ油、有機オリーブ油)、粉末野菜(とうもろこし粉末、玉ねぎ粉末、にんじん粉末)、食塩、大豆粉末、砂糖、酵母エキス、白ワイン、昆布粉末、香辛料

メーカー名	商品コード	商品名・JANコード	内容量	入数	価格(本体価格)	賞味期間
創健社	4383	オイル&コーンシチュー JANコード 4901735024322	110g	40	594円(550円)	240日

鰹100%のヘルシーな焼きかつおです

サラダかつお

鰹を焼き上げただけです。鰹の旨味と脂を閉じ込めており、手でほぐれる程のやわらかさです。味をつけていないので、お料理の幅が広がります。



原材料:かつお(国産)

メーカー名	商品コード	商品名・JANコード	内容量	入数	価格(本体価格)	賞味期間
浜吉ヤ	9415	サラダかつお JANコード 4957526500315	1節	20	594円(550円)	90日

砂糖と塩のみのシンプルな味付け

SABADAY 焼き鯖

脂質の高いノルウェー産のサバを焼き上げ、骨までそのまま食べられるほどやわらかく仕上げました。お箸で簡単にほぐれる程やわらかい食感に仕上げ、サバ本来の旨味を活かすべく味付けには砂糖と塩以外の調味料は使用しておらず、お子様でも安心してお召し上がりいただけます。



原材料:サバ(ノルウェー産)、砂糖、食塩

メーカー名	商品コード	商品名・JANコード	内容量	入数	価格(本体価格)	賞味期間
浜吉ヤ	9416	SABADAY 焼き鯖 JANコード 4957526038320	1枚	20	378円(350円)	120日

化学調味料不使用

SABADAY 鯖燻製

脂質の高いノルウェー産のサバを燻製し、そのまま食べられるほどやわらかく仕上げました。お箸で簡単にほぐれる程やわらかい食感に仕上げ、サバ本来の旨味を活かすべく味付けには砂糖と塩以外の調味料は使用しておらず、お子様でも安心してお召し上がりいただけます。



原材料:サバ(ノルウェー産)、砂糖、食塩

メーカー名	商品コード	商品名・JANコード	内容量	入数	価格(本体価格)	賞味期間
浜吉ヤ	9417	SABADAY 鯖燻製 JANコード 4957526038313	1枚	20	378円(350円)	120日

◎仕様変更

メーカー名	商品名	内容量	変更内容	実施時期
マルシマ	寒ひじき	30g	●内容量変更 (旧)30g⇒(新)24g	在庫消化後 2021年7月頃出荷分より
	国産生姜粉末	20g	●表示変更 原料原産地表示制度に伴う変更、パッケージ文言等一部変更	在庫消化後
	割烹ぼん酢 ゆずの香	400ml	●表示変更 原料原産地表示制度に伴う変更、パッケージ文言等一部変更	在庫消化後
	仙人梅	800g	●規格変更 裏ラベル2枚貼りから1枚貼りに変更	在庫消化後
丸島醤油	純正醤油(濃口)	900ml	●ラベル変更 原料原産地表示・遺伝子組み換え表示改正に伴う変更	在庫消化後
	減塩醤油	900ml		
桜井食品	純正ラーメン	5食入	●パッケージ変更 パッケージ文言、デザイン等一部変更	在庫消化後
三育フーズ	グラノーラ	400g	●価格変更 (旧)918円(850円)⇒(新)1,026円(950円)	2021年6月1日 出荷分より
	グラノーラ(小)	160g	●価格変更 (旧)448円(415円)⇒(新)491円(455円)	
	玄米グラノーラ	130g	●価格変更 (旧)448円(415円)⇒(新)491円(455円)	
まるしげフーズ	玄米黒酢	500ml	●栄養成分値変更	在庫消化後
平田産業	純正菜種油一番搾り	1250g	●価格変更 (旧)1296円(1200円)⇒(新)1,458円(1,350円)	2021年6月1日 出荷分より
	純正なたね油(焙煎)	1360g	●価格変更 (旧)1458円(1350円)⇒(新)1,598円(1,480円)	
	純正なたね油(焙煎)業務用	16.5kg	●価格変更 (旧)16,281円(15,075円)⇒(新)17,399円(16,110円)	
伯方塩業	伯方の塩	1kg	●パッケージ変更 期間限定でパッケージデザイン変更	2021年5月~12月頃出荷分
しなもんや	町田シナモン(濃縮タイプ)	720ml	●価格変更 (旧)1,080円(1,000円)⇒(新)1,166円(1,080円)	2021年7月1日 出荷分より
	町田シナモン(ストレート)	350ml	●価格変更 (旧)378円(350円)⇒(新)408円(378円)	
NDH	NDHアサバ MFへちま水S	120ml	●容器変更 NDHロゴ削除、キャップ外観変更	在庫消化後

◎取扱再開のご案内

メーカー名	商品コード	商品名	備考	実施時期
マルシマ	6518	ソルバーユ液状特製(無香料) 55ml	弊社都合により取扱再開	実施済

◎取扱中止のご案内

メーカー名	商品コード	商品名	備考	実施時期
あさつ	9925	玄米コロッケ	弊社都合により取扱中止	在庫消化後
	9926	玄米コロッケ トマト&バジル		
	9927	玄米コロッケ 黒米		

お詫びと訂正

2021年5月号のまるしま通信に掲載した内容に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。
 2面 リニューアル商品のご案内 マルシマ「国産有機全粒きな粉」商品コード (誤)2570⇒(正)2509
 2021年3月号のまるしま通信に掲載した内容に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。
 2面 新規取扱商品のご案内 健康フーズ「カレーうどん」内容量 (誤)110g⇒(正)109g
 2面 新規取扱商品のご案内 健康フーズ「チキンガラスープ(顆粒)」賞味期間 (誤)1年⇒(正)1年3ヶ月

シリーズ 森羅万象の旅

(株)地湧社の書籍

さねしげ しげさね 実重 重実 著「森羅万象の旅」よりその一部を転載しています。

第5章 さまざまな存在のかたち

7 環境と生物のかたち⑤

このような樹木でも重力の制約を受けないわけではない。上に伸びていくためには、一定の幹の太さが必要だ。また、どんなに太い幹の樹でも、毛管現象によって水が上がっていくことのできる高さを超えては、伸びていけないのである。したがって上方への樹木の伸びは、おおむね100メートルのところでストップする。

一方で、横に巨大化することについては比較的自由だ。

熱帯にあるイチジクの一種バンヤン樹は、枝からたくさんの根を降ろしてそれが幹となって育つ。このため、一本の樹木が林ようになる。あるものなどは、65メートル四方に広がり、中心の幹が周辺13.4メートル、周囲の幹が246本に及び、7000人の軍隊がその木陰で休息できたという。さて、このような重力の制約は、海の中となると話は別だ。水の浮力によって重力の制約はなくなってくる。

2021年新物 仙人梅 ご予約受付開始

7月31日締切
(お届けは9月下旬頃予定)

新物ならではの梅の香りをお届けします。



1kg 3,510円
(3,250円)



3kg 9,828円
(9,100円)



5kg 14,580円
(13,500円)



生産者：宇戸平正敏さん



仙人梅 通年販売商品



200g 842円(780円)



800g 3,078円(2,850円)

お徳用

- 化学合成農薬や化学肥料不使用の紀州産完熟梅使用
- 沖縄の塩「シママース」使用
- 不老長寿の食べ物といわれる「女松の新芽」使用
- 伝統製法を守り、三日三晩の「土用干し」
- 液糖類、醸造酢、酸味料、化学調味料など不使用

食にまつわるお話 ～土用の丑の日～



夏になると、スーパーマーケットの店頭で「土用の丑の日」のキャッチコピーと共にウナギが並びます。東京だけでもウナギ料理店が600軒ほどもあるくらい、日本人はウナギが大好きです。でも、そもそも土用の丑の日とは何の日でしょうか。なぜウナギを勧められるのでしょうか。今回は土用の丑の日について紹介したいと思います。

まず、「土用」は立夏・立秋・立冬・立春直前の約18日間の「期間」を示す言葉です。

そして、昔の暦では日にちを十二支(子・丑・寅・卯…)で数えています。つまり「土用の丑の日」とは、土用の期間におどずれる丑の日の事を指しているのです。土用は毎年違いますが、土用の丑の日も毎年変わります。さらに、土用の丑の日といえば夏のイメージが強いかもしれませんが、年に何回かやってきます。立夏・立秋・立冬・立春それぞれに土用があります。いずれにしても、土用の丑の日は「季節の変わり目」といえます。ちなみに、土用の丑の日と土曜日は関係がありません。2019年は夏に土用の丑の日が1回だけで、7月27日(土)が「一の丑」でした。そして、2020年は夏に土用の丑の日が2回ありました。この場合は7月21日を「一の丑」、8月2日を「二の丑」と呼びます。

7世紀から8世紀に編纂された「万葉集」には、ウナギを詠んだ歌があります。

「石麻呂に吾れもの申す夏痩せに よしといふものむなぎどり召せ」
「夏痩せにはむなぎ(ウナギ)を食べると良い」と、石麻呂という人に勧めている歌です。

昔から体調を崩しやすい夏にはウナギを食べて栄養をたっぷり摂ろうという考えがあったのですね。いま土用の丑の日にウナギを食べるのも、土用の丑の日は季節の変わり目にあたる為に体調を崩しやすいので、合理的と言えます。実際、ウナギにはビタミンAやビタミンB群など、疲労回復や食欲増進に良いとされる成分が多く含まれています。夏バテ防止にはピッタリの食材と言えるでしょう。

ウナギを食べる習慣が一般にも広まったのは1700年代後半、江戸時代でした。一説によれば「夏に売り上げが落ちる」とウナギ屋から相談を受けた蘭学者の平賀源内が、店先に「本日丑の日」土用の丑の日うなぎの日食すれば夏負けすることなしという看板を立てたら大繁盛したことで、ほかのウナギ屋もマネするようになったとか。

この「本日丑の日」は日本初のコピーライティングともいわれています。今回は土用の丑の日についてご紹介しました。いまや定番となったイベントも、由来などを知ると面白いですね。お店で食べる以外にも、今では自宅に取り寄せて本格ウナギを楽しむ事が出来るので、良い時代になりました。今年の夏もウナギを食べて乗り切りましょう!

まるしまレガシー ～未来の子どもたちへ～

マルシマが守りたいこと、後世に伝えたいことをご紹介します。

第4回「生命ある食材をいただく」

今回はマクロビオティックの3つの基本理念の1つ「一物全体(いちぶつぜんたい)」についてお話しします。これは、食物はその全体(生命のある状態)でバランスがとれていて、その一部分だけを食べても身体のバランスも崩れるという考えです。

マルシマでもその考えを大切に、できるだけ自然な姿の原材料を使用しています。例えばマルシマのしょうが湯の「生姜」も、きな粉の「大豆」も皮ごと丸ごと使用しています。食材をできる限り余すことなく使用することで製造における食品ロスが減り、環境にやさしい考えとも言えます。



Event Calendar

●満月 吸収の機能MAX ●下弦 毒素を排出していく ●新月 排出の機能MAX ●上弦 吸収の機能が高まっていく ●満月 吸収の機能MAX

2021	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	30	
6	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	
	釜飯の日	甘露煮の日	みたらしだんごの日	カレーの日	芒種	梅の日	生ハスタの日	信州地酒で乾杯の日	岩牡蠣の日	とろろてんの日	麺の日	豆腐の日	一汁二菜の日	手羽先記念日	生姜の日	麦とろの日	国産なす消費拡大の日	ホタテの日	手巻き寿司の日	発芽野菜の日	夏至	天ぷらの日	木	削り節の日	プリンの日	プールの日				佃煮の日	味噌の日
	●新月 10日(木)	●満月 25日(金)																													
2021	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	30	31
7	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
	さしきごんちやくの日	うどんの日	みたらしだんごの日	みかんの日	チーズケーキの日		小暑	夏野菜を食せよの日	クワソウの日	イカの日	スパイスの日	豆腐の日	もつ鍋の日		マンゴーの日		手巻き寿司の日	鮎の日	いじりゅうの日	発芽野菜の日	漬物の日	海の日・大暑	スロースポーツの日	削り節の日	かき氷の日	プールの日		菜っ葉の日	福神漬の日	味噌の日	そばの日
	●新月 10日(土)	●満月 24日(土)																													

二十四節気 小暑(7月7日)…梅雨が終わる七夕の頃。夏に向けてどんどん気温が上がり、蝉が鳴き始める。
大暑(7月22日)…本格的な暑さが到来するとされる夏土用の頃。夏バテ予防にうなぎなどが多く食べられる頃。

株式会社純正食品マルシマ

マルシマ 検索

〒722-0051 広島県尾道市東尾道9番地2 TEL 0848-20-2506 FAX 0848-20-2363 E-mail: marusima@junmaru.co.jp

◎掲載の価格は税込価格(カッコ内は本体価格)です。 ◎ホームページでバックナンバーをご覧いただけます。