まじめにおいしい マルシマ

まるしま通信

2026年 11月号



マルシマ営業日カレンダー

11						
日	月	火	水	木	金	土
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					

12						
日	月	火	水	木	金	土
		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		

新月 11月9日(月)　満月 11月24日(火)

You are what you eat.
—食はあなたをつくる—

リニューアル商品のご案内

有機純正醤油使用
塩吹昆布(北海道産昆布)

在庫消化後（2027年4月頃）

佃煮の本場、香川県・小豆島にて北海道産の肉厚昆布を細断して、
杉桶仕込みの有機純正醤油で炊き上げ、
乾燥して塩吹昆布にしました。
本来の味と香りをそこなわない職人仕上げの逸品です。
国産原料100%のみりん、
鹿児島県産さとうきび100%使用の含蜜糖を使用。
おにぎりの具、お茶漬け、お茶うけ、お弁当など
幅広くお使いください。



旧



新



原材料：有機醤油(小麦・大豆を含む)(国内製造)、昆布(北海道産)、本みりん、含蜜糖、食塩、昆布粉末(昆布(北海道産))

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
マルシマ	3150	塩吹昆布（北海道産昆布） JANコード 4906657315008	35ｇ	30	572円(530円)	12ヶ月

新規取扱商品のご案内

メイシーちゃんといっしょに楽しいおやつタイム！

メイシーちゃんのとっておき　有機のぽんせん　のりしお味 販売中



メイシーちゃんのとっておきシリーズは有機素材にこだわったオーガニックのお菓子です。
北海道産有機米「ふっくりんこ」を使って、油を使わず作った有機ぽんせんです。国産のり、沖縄の海水塩使用。海苔の風味が豊かに香る、
のりしお味。保存に便利なチャック付き袋入り。

原材料：有機うるち米（北海道）、焼きのり、食塩、あおさのり

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	10469	メイシーちゃんのとっておき　有機のぽんせん　のりしお味 JANコード4901735026067	12ｇ	24	356円（330円）	240日

ゆでた野菜とあえるだけ

有機ごまあえのもと 販売中



野菜をゆでて混ぜるだけで、ごまあえができあがります。有機認証された原料でつくった風味の豊かな粉末の調味料です。
ゆでた野菜とまぜるだけ。揚げ物の衣に加えたり、豆腐とまぜて白和えにもお使いいただけます。

原材料：有機白いりごま（国内製造）、有機砂糖、有機味噌パウダー、食塩、（一部にごま・大豆を含む）

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
和田萬	10471	有機ごまあえのもと JANコード4980717600761	30ｇ	50	378円（350円）	6ヶ月

ゆでた野菜とまぜるだけ

有機ナムルのもと 販売中



野菜をゆでてまぜるだけで、おいしいナムルができあがります。有機認証された風味抜群の金ごまやニンニクなどを使用しています。
ごはんにかけたり、麺類などにも合います。
本品大さじ１にゆでたもやし１袋、ごま油大さじ１が目安です。ほうれん草や人参、大根、白菜、きのこ、などなどいろいろなお野菜でお試しください。

原材料：有機いりごま（国内製造）、食塩、有機砂糖、有機味噌パウダー、有機ニンニクパウダー、有機胡椒、（一部にごま・大豆を含む）

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
和田萬	10472	有機ナムルのもと JANコード4980717600488	30ｇ	50	378円（350円）	6ヶ月

ごま油と粒ごまで香ばしい

有機塩キャベツのもと 販売中



有機認証を受けた厳選素材によるお手軽「塩キャベツのもと」です。
キャベツ適量にごま油と本品大さじ1を混ぜる簡単調味料です。

原材料：有機いりごま（国内製造）、食塩、有機砂糖、有機味噌パウダー、有機ニンニクパウダー、有機醤油、有機胡椒、（一部に小麦・ごま・大豆を含む）

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
和田萬	10473	有機塩キャベツのもと JANコード4980717600570	30ｇ	50	378円（350円）	6ヶ月

国産こしひかり使用

こだわりの玄米ごはん 販売中



栄養たっぷりの玄米をもっと気軽に楽しんでいただけるよう、120gのパックにしました。
国産こしひかりを使用し、もっちりとした粘りと甘みを感じられます。

原材料：玄米（国産）、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
幸南食糧	10100	こだわりの玄米ごはん JANコード4986869008387	120ｇ	12	257円（238円）	1年

ほかほかの良い香りと、ふっくら炊きあがった様子に心が躍る土鍋ごはん

一膳炊き　五目ごはん 販売中



厳選した国産のお米を使用し、鰹節・干椎茸・昆布の旨み出汁に、ほんのり香る生姜を加え、
ひとつひとつ丁寧にふっくら炊き上げた五目ごはんです。

原材料：精米（日本産）、合わせ出汁（鰹節、干椎茸、昆布）、人参、筍、牛蒡、油揚げ、醤油、戻し椎茸、砂糖、食塩、生姜汁、香味調味料、米酢/豆腐用凝固剤、（一部に小麦・大豆を含む）

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
幸南食糧	10101	一膳炊き　五目ごはん JANコード4986869007670	180ｇ	18	322円（298円）	1年

◎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	さつまたくあん（玄米黒酢使用）	1本	● 価格変更　（旧）700円（648円）⇒（新）711円（658円）	2027年1月1日納品分より
	焼あごだし	160g（8g×20袋）	● 価格変更　（旧）1,566円（1,450円）⇒（新）1,642円（1,520円）	2027年2月1日納品分より
創健社	べに花ハイプラスマーガリン	180g	● 商品名変更　（旧）べに花ハイプラスマーガリン⇒（新）創健社のマーガリン　べに花入り ● 内容量変更　（旧）180g⇒（新）150g ● 原材料変更　RSPO認証パーム油から非認証パーム油へ変更 ● 価格変更　（旧）443円（410円）⇒（新）594円（550円） ● パッケージデザイン変更　パッケージデザイン及び文言等一部変更 ● JANコード変更　（旧）4901735020423⇒（新）4901735026135 ● 商品コード変更　（旧）4304⇒（新）10477 ● 商品サイズ変更　（旧）52×138×95(mm)⇒（新）44×138×92(mm) ● ケースサイズ変更　（旧）290×490×111(mm)⇒（新）290×473×95(mm) ● オレイン含有量　（旧）63%（脂肪酸中）⇒（新）57%（脂肪酸中）	在庫消化後

◎仕様変更

ムソー	梅醤エキス	350g	● 価格変更　(旧)2,333円(2,160円)⇒(新)2,430円(2,250円)	2026年12月1日納品分より
	有機梅干番茶スティック	8g×20	● 価格変更　(旧)1,782円(1,650円)⇒(新)1,868円(1,730円)	
和田萬	有機ごまあえのもと	30g	● 価格変更　(旧)378円(350円)⇒(新)394円(365円)	2026年11月1日納品分より
	有機ナムルのもと			
	有機塩キャベツのもと			
小林農園	本造りなめたけ	200g	● 価格変更　(旧)410円(380円)⇒(新)454円(420円)	2026年12月1日納品分より
だいずデイズ	有機ミックスビーンズ	85g	● 価格変更　(旧)302円(280円)⇒(新)320円(296円)	2026年12月1日納品分より
	有機蒸しひよこ豆			
	有機ほの甘あずき	55g	● 価格変更　(旧)270円(250円)⇒(新)287円(266円)	
	蒸し発芽大豆	100g	● 価格変更　(旧)248円(230円)⇒(新)266円(246円)	
	蒸し発芽黒豆	70g		
	国産10種の蒸し雑穀			
	蒸しスーパー大麦	50g		
サンコー	野菜スティック	110g	● 価格変更　(旧)389円(360円)⇒(新)421円(390円)	2026年12月1日納品分より
	ミルクスティック	100g		
	全粒粉クラッカー		● 価格変更　(旧)410円(380円)⇒(新)432円(400円)	
	発芽玄米ブランのサンド	9枚		
	畑のクラッカー	135g	● 価格変更　(旧)367円(340円)⇒(新)389円(360円)	
	ミニ野菜スティック	10.5g×5連	● 価格変更　(旧)378円(350円)⇒(新)421円(390円)	
	包み黒糖飴	95g	● 価格変更　(旧)324円(300円)⇒(新)346円(320円)	2026年12月21日納品分より
健康フーズ	純はるさめ	100g	● 価格変更　(旧)238円(220円)⇒(新)259円(240円)	2026年12月1日納品分より
ニッテン商事	ビートオリゴ	300g	● 価格変更　(旧)648円(600円)⇒(新)729円(675円)	2026年12月1日納品分より
チョーコー	長崎麦みそ	750g	● 価格変更　(旧)491円(455円)⇒(新)518円(480円)	2027年1月1日納品分より
桜井商品	片栗粉	200g	● 価格変更　(旧)281円(260円)⇒(新)346円(320円)	販売再開時より
波動法製造	極楽塩	1kg	● 価格変更　(旧)2,138円(1,980円)⇒(新)2,290円(2,120円)	2026年12月1日納品分より
	酵素塩		● 価格変更　(旧)1,037円(960円)⇒(新)1,166円(1,080円)	
	極楽糖		● 価格変更　(旧)1,058円(980円)⇒(新)1,166円(1,080円)	
	極楽きび糖			
ファイン	カラダにやさしいポタージュ	14g×5袋	● パッケージ表示内容変更　パッケージ文言等一部変更	在庫消化後
	カラダにやさしいかぼちゃポタージュ			
	カラダにやさしいたまねぎスープ	10g×5袋		

◎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
桜井食品	2410	片栗粉　200g	メーカー再開の為	2026年11月2日より

◎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
桜井食品	2292	有機 お菓子をつくるお米の粉　250ｇ	弊社都合により定番取扱中止　特別注文扱いに変更	在庫消化後
三育フーズ	4205	黒ゴマペースト　135ｇ	弊社都合により定番取扱中止　特別注文扱いに変更	在庫消化後

おすすめレシピ

昆布の旨みがジュワッとあふれる

塩吹昆布でホイル焼き



秋の食卓におすすめの一品♪

猛暑が過ぎ、少し秋らしい気候になりました。秋は“食欲の秋”でもあります！
旬の食材や根菜が美味しく食べられる時期になっていきます☆
今回はこだわりの調味料で作った『塩吹昆布』で作るホイル焼きです。

“蒸し”効果で、魚や野菜の旨味や甘味、栄養がぎゅっと詰まってますよ♡
加熱で塩吹昆布が柔らかくなり、あふれる旨味が味を引き締めてくれます!!
お好みで醤油やポン酢をかけたり、ネギをそえるのもおすすめです♪

【材料】4人分

- たら（切り身）※鮭もおすすめ……4切れ
- キャベツ……1/8玉
- 人参……1/4本
- 玉ねぎ……1/4～1/2玉
- きのこ（何の種類でもよい）……1/4株
- 塩吹昆布……20g（5g×4人分目安）
- バター……20g（5g×4人分目安）
- みりん……大さじ4



【作り方】

① たらは洗い、キャベツは5㎜程度の細切り、人参は細切り又は千切りに、玉ねぎは細切りにし、きのこは食べやすい大きさに手で割く。
② ボウルでキャベツ・人参・玉ねぎ・きのこを混ぜ合わせる。
③ まな板の上にアルミホイルを敷き、洗ったたらを乗せ、その上に混ぜた野菜を重ねる。
④ みりんを全体に馴染むようにかけ、塩吹昆布とバターを乗せたらアルミホイルで包んで、オーブンのホイル焼きモードで焼く。（250℃、25分目安）

使用商品



3150 塩吹昆布
35g 572円(530円)

12月8日は「有機農業の日」

マルシマの商品をよろしくお願いします！



国産
有機しょうゆ
1311 300㎖
929円(860円)



有機純正醤油
(濃口)
1251 550㎖
743円(688円)



国産有機生姜の
しょうが湯
2174 20g×10
977円(905円)



有機濃口
生姜湯
5333 8g×5
540円(500円)



国産有機玄米甘酒
濃厚タイプ
5471 170g
572円(530円)



国産有機
全粒きな粉
2570 100g
365円(338円)



薩摩特産
三池高菜の高菜漬
5577 250g
583円(540円)



国産
有機純米酢
1602 1.8L
2,700円(2,500円)



国産
有機純米酢
1600 900㎖
1,512円(1,400円)



国産有機
まろやか純米酢
1623 300㎖
691円(640円)



有機
酢の物じょうず
1665 300㎖
832円(770円)



有機
へべす香汁
1583 100㎖
972円(900円)



有機
トマトケチャップ
1785 300g
486円(450円)



さつま
たくあん
3844 1本
700円(648円)



有機大豆の
発酵テンペ
5594 100g
632円(585円)



国産有機
お福豆
3068 40g
313円(290円)



天日寒干
有機千切大根
2251 38g
410円(380円)



ひねくれ
きなこ
9010 96g
389円(360円)



まっすぐ
きなこ
5902 12本
389円(360円)



黄金
きなこ飴
3298 80g
459円(425円)



黒ごま
きなこ飴
5884 80g
505円(468円)

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くる → 満月 吸収の機能MAX

2026 11

●新月 9日(月)
●満月 24日(火)

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
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	日	月
野沢菜の日		文化の日	かき揚げの日		カレーの日	しゃもの日			和紅茶の日	もやしの日	豆腐の日		タルタルソースの日	かまぼこの日		蓮根の日	おにぎりの日	イクラの日		ゆり根の日		勤労感謝の日	鰹節の日		プルーンの日	ツナの日	松葉ガニの日		そばの日

2026 12

●新月 9日(水)
●満月 24日(木)

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
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	木
下仁田葱の日	デーツの日		みたらしだんごの日		みかんの日	大雪	有機農業の日	クレープの日	コッペパンの日	カレーの日	明太子の日		麺の日	中華の日		いなり寿司の日	ホタテの日		鮎の日		冬至	天ぷらの日	削り節の日	プリンの日		ツナの日	お米の日		味噌の日	そばの日

二十四節気
大雪(12月7日) …本格的な冬の到来。平地にも雪が降る頃。動物たちも冬ごもりを始めます。
冬至(12月22日)…1年で最も夜が長く、昼が短い日。冬至かぼちゃ、冬至がゆ、柚子湯などで、厄払いや無病息災を願う風習がある。

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。