



まじめにおいしい

平成21年10月20日号

マルシマ **ニュース**

カレンダー

11月
3日 文化の日
7日 立冬
22日 小雪
23日 勤労感謝の日

※赤字はお休みとさせていただきます。

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

株式会社**純正食品マルシマ**

〒722-0051 広島県尾道市東尾道9番地2

TEL 0848(20)2506 FAX 0848(20)2363

URL: <http://www.junmaru.co.jp>E-mail: marusima@bbbn.jp

◎価格は税込価格（カッコ内は本体価格）の表示です。

**新発売!**My
Ginger辛みが
マイルド

マイ
しょうが
佃煮
金ごま入

ごはん推進委員会シールズ



☆国内産の生姜を細かくみじん切りにし、枕崎産のかつお節と、香ばしい金ごまを一緒においしく炊いた佃煮です。

☆混ぜごはんや冷奴、サラダ等のトッピングとしてお使い易くなっています。

☆コンパクトサイズなのでお弁当の友としてお手軽にご利用いただけます。

原材料／生姜、醤油（大豆、小麦を含む）、粗糖、水飴、みりん、鰹節、ごま、醸造酢、食塩、酵母エキス

商品コード	商品名・JANコード	内容量	入数	価格	賞味期間
4120	マイしょうが佃煮 4906657 412004	40g	10	399円 (380円)	1年

★新規取扱商品のご案内です！

★九州の最北西端に位置し、自然豊かで国境の島でもある対馬では、昔から原木椎茸栽培が盛んに行われてきました。なによりも豊かな自然環境に恵まれた反面、椎茸栽培の最盛期である11月から翌年3月までの間は季節風が吹き荒れる、冷え込みの厳しい気象条件です。この環境は椎茸の栽培を行う上で最も適しています。もちろん、原木になる樹木(クヌギ・コナラ・アベマキ)にとっても欠かせない栄養素を十分に蓄え、じっくりと成長するために必要です。豊かな自然と厳しい気象環境こそが、身がひき締まって肉厚でしっかりとした歯ごたえのある椎茸を育てるのです。

★対馬の原木栽培の椎茸。対馬産の特徴である丸く締まった椎茸「どんこ」。旬の生椎茸は比類のない最高級の味わいですが、干し椎茸も引けを取らない歯ごたえと香りを楽しんで頂けます。厚みの有る椎茸は時間をかけてもどして下さい。

原材料／しいたけ(原木)



とにかく美味、
味、香り
抜群です!!



メーカー名	商品コード	商品名	内容量	入数	価格	賞味期限
翔 榮	2433	対馬原木栽培乾し椎茸 華茸 JANコード 4562260 010220	どんこ 40g	80	893円 (850円)	360日

★ミルキーQueenは、農林水産省のスーパーライス計画の中で誕生した新種のお米で低アミロース米として開発されました。アミロースという成分が少ないと粘りが強くなり、食べるとモチモチして、餅米に似た食感があります。また、冷めても硬くなり難く、炊いてから時間が経ってもおいしく食べられるという性質があるので、おむすびやお弁当のご飯に適しています。他のお米と混ぜることで、より一層、双方のお米の味を引き出すこともできます。5割(半々)が目安です。

原材料／有機米

メーカー直送 混載可
ケース単位
(19kg~20kg)
(北海道・沖縄・離島をのぞく)



安心して食べられる
美味しいお米をお届けします。



メーカー名	商品コード	商品名	内容量	入数	価格
土 生	2604	有機玄米ミルキーQueen JANコード 4908611 400287	5kg	4	4,410円 (4,200円)
土 生	2605	有機玄米ミルキーQueen JANコード 4908611 400287	2kg	10	1,838円 (1,750円)

★佐賀産もち米にアミノ酸豊富な料理酒、北海道産黒豆、あら塩を合わせて杵つきし、焼き上げました。杵つきしたお餅を3日間ねかせ1枚1枚薄く削り、その後生地に無理をかけ無いため自然乾燥を行っています。

原材料／もち米(佐賀県産)、食塩、清酒(蔵の素)、黒豆(北海道産)

メーカー名	商品コード	商品名	内容量	入数	価格	賞味期限
ネイチャーズ・ファイネスト	6780	京あられ くろまめ JANコード 4542886 000188	70g	10	399円 (380円)	6ヶ月



◎仕様変更

メーカー名	商 品 名	内容量	変 更 内 容	実施時期・備考
マルシマ	徳用出し昆布	200g	ラベルデザイン、ラベル仕様変更。 封入台紙 ➡ 貼り付けラベル	在庫消化後
	根昆布入りとろろ	30g	ケースサイズ変更。(単位mm) 幅410×高さ170×奥行310 ➡ 幅345×高さ165×奥行305	在庫消化後
	本枯れ和風だし	200g 8g×24袋	表示変更。枕崎産本枯れ節 ➡ 国内産本枯れ節	在庫消化後
	本かつお	90g	ラベルデザイン変更。	在庫消化後
	いわし削りぶし	45g	ラベルデザイン変更。	在庫消化後
	利尻こんぶ	40g	産地表示変更。北海道ー利尻産 ➡ 北海道ー道北産	在庫消化後
ツルシマ	里芋粉	200g	一括表示欄・名称名変更。 里芋粉 ➡ 里芋加工食品 ※一部記載事項変更。	在庫消化後
	鯉こく	280g	一括表示欄・原材料名一部変更。 生姜、ゴマ油、醤油(遺伝子組換え原料を使用しない) ➡ 醤油(遺伝子組換えでない)、ゴマ油、生姜	在庫消化後
イトク 食品	生姜でPO	60g	ITFコード変更 0104970107 118722 ➡ 14970107 118720 ボールJANコード 4970107 118730 と単品 JANを削除 ➡ ボール ITFコード記載 24970107 118727	平成21年 10月1日より
ミキ・ セフティー	缶詰製品全般		販売者変更 ➡ 株式会社コアコーポレーション ※ JANコード、その他の変更はありません。	在庫消化後

◎取扱・製造中止商品のご案内

メーカー名	商品名・内容量	実施時期	メーカー名	商品名・内容量	実施時期
マルシマ	有機白ごま (120g)	在庫消化後	菱 和 園	有機粉末緑茶 (30g)	実施済
	有機黒ごま (120g)		マルサンアイ	ミネラル豆ジャン (180ml)	在庫消化後

シリーズ 森羅万象の旅

(株)地湧社の書籍
さねしげ 重実 著「森羅万象の旅」よりその一部を転載しています。

7.③ 境界線上のアリア

終末消化酵素は糖やタンパク質の分子を小さく切り離して、微絨毛が吸収することのできる大きさにする。微絨毛が吸収する直前のところで、このように最終的な処理がなされるのには理由がある。栄養分の分子を欲しているのは栄養吸収細胞ばかりではない。腸内に棲む微生物たちというライバルがいる。早い段階で栄養の分子を細分化すると、微絨毛が吸収する前に微生物たちに奪われてしまう。これを防ぐために、吸収する直前のところで分子を小さく切断するのである。

すなわち、小腸では、微生物たちと栄養吸収細胞とが、栄養分の奪い合いを演じているのだ。
このような役割を持つ栄養吸収細胞は、強い吸収力を保つために、いつも新鮮な若い細胞でなければならない。栄養吸収細胞は、絨毛の付け根で誕生し、先端まで来て役割を果たし、そして死ぬ。この一生の期間は、わずか24時間だ。一日に死ぬ細胞は150gに当たり、その一部はタンパク質として、再び小腸に吸収される。

このように消化管もまた、外界との固定した境目などではない。外界から物質を絶えず取り込みながら、自らも外界へと剥がれ落ちて行く過程の中にある。物質やエネルギーの流れという眼で見れば、外界と身体とは、連続したものといえるのである。



「食養の道」

○×▲コラム

先日、日本総合医学界の講演会で現職のお医者さんや医学博士などが「食べないことで健康になる」という趣旨のことを話されていた。断食で病気を克服し、青汁だけで何年も健康に生きている人がいる。マウスによる研究データでは脂肪を控えた「半断食グループ」が「普通食グループ」と比べて、3倍も長生きし、免疫も2倍有るという結果がでている。食べ物の成分が生体内でどのように働き、影響を与えているか？その研究はまだ発展途上であるが「飽食の国」日本には特に重要な研究ではないかと思う。

私自身は最近少しずつ減食をしている。朝はコーヒーか味噌汁ぐらい。昼はお茶かみそ汁程度。夜は普通に食べ、飲む。最初の1カ月で体重が5kg程落ちたがそこから落ちない。身長からするとあと5kgは落としたいのだが残るは夜の食事の量と聖域としている「お酒」をどうするかであるが……あ～やはり食養は「食養道」なのだ！

(ともぞー)

『安部 司 先生』講演会 in おのみち

食の本当の豊かさとは



1951 年福岡県福岡市生まれ
山口大学文理学部化学科卒業
1975 年総合商社食品課に勤務。
食品および食品添加物に関わる仕事に携わる。
退職後、海外（中国、アメリカ、東南アジア地域）に
おいて食品の開発・輸入に携わる。
食品添加物の現状、食生活の危機を訴えた
「食品の裏側」は 60 万部を突破するベストセラーと
なり、新聞・雑誌・テレビにも取り上げられるなど
大きな反響を呼んでいる。

60 万部を突破する超ベストセラーの「食品の裏側」著者の
安部 司 先生をお迎えして「食の本当の豊かさとは」と題して
9月30日18:30より尾道産業会館にて、ご講演をいただき
ました。尾道での安部先生の講演は3年ぶりになります。

当日は雨天にも関わらず230名とたくさんの方にご来場
いただきました。

先生はいつも講演に出かけられる時は 30 kgの重たいカバンを
持参、今回もその大きなカバンから、たくさんの添加物を出して
実演しながらお話をして下さいました。



「この添加物の中から5つぐらい食べてみませんか」と質問
すると、ほとんどの人が「嫌です。」と答えます。でも、
実際皆さんは好きなんですね。皆さん添加物が身体にあまり
よくないことや、不自然なものであることは薄々知っている
けど、便利さや手軽さに誘われて、知らずに知らず添加物を
口にしている。と言いながら、会場近くのコンビニで買って
来られた“おむすび”“サンドイッチ”“ポテトサラダ”の表示を
スクリーンに映し、この表示には、添加物はグループごとに
まとめて書いてあるけど全部別々に書くとこのシールの大きさ
では書ききれないと話されました。

現代の食生活で添加物ゼロにするのは難しい、添加物を持つメリットとデメリットを知った上で
どちらを選ぶかは消費者しだい。添加物を使うとどんな食品になるか（メリット）として5つ挙げ
られました。①安い ②簡単 ③便利 ④美しい ⑤味が濃い（おいしい）。そして、ずらりと並べた
粉や液、油を使って、ジュースやコーヒーのポーションミルク、漬物を一度漂泊して、たくあん（黄色）
や福神漬（赤）に色づけする実演をして下さいました。

一番喚声が上がったのは石油から作ったタール系色素で漬物がキレイに黄色と赤色に染まった時で
した。見慣れた漬物の色がこんな色の粉で付けられていたなんて・・・衝撃でした。

また、砂糖・油・塩についてもお話され、栄養表示から計算すると一般的にジュースには砂糖が
500mlで50g、油はインスタントラーメンに40～50g、
塩も10g入っています。これらを単体で一度に摂ることは難しいで
しょう。油を50g飲むことができますか？添加物で飲みやすく、
食べやすいように加工してあるから一日分以上の量を一度で摂って
しまう。本当に恐ろしい事で一億総病人になるはずだと思いました。

いま世界中の有名人なども和食（玄米や根菜類を積極的に摂る）を
食べるように目指しているそうです。日本の若い世代にも口ハス、
スローライフ、ダウンシフター等、生活を見直す流れが出てきて
いますが、私たちは和食を実践し易い日本に育ち、そして暮らして
います。和食を手作りし、「食の本当の豊かさ」を実践してみませんか？



左（皿の上）は、きれいに色づけされた漬物。
右は、無着色の漬物。