



平成22年4月20日号

★満月＆新月カレンダー

28日 満月 ●

※赤文字はお休みとさせていただきます。

5

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					

6

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			

〒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。

「酢」という漢字はお酒のカメを表す象形文字の「酉」と、すっぱい事を表す窄める(すぼめる=ㇿ)が組み合わさっていてできているように、すっぱい酒であり、お酒を発酵させて作ります。お酢には清涼感があり、夏の暑い時などに酢の物などを食べると食欲が呼びさまされます。

これから夏に向かう季節にピッタリの「お酢」。健康美容・調理・生活の知恵、さまざまな効用が発信されています。

*** 殺菌力が強い * 食欲増進作用 * 減塩効果 * ビタミンC破壊酵素抑制作用**

●●●●● かけるだけでおいしい酢の物酢を使ったレシピ ●●●●●

＊大豆ときざみ昆布のマリネ



材料：作り易い分量

大豆の水煮……………300g
マルシマきざみ昆布 1袋 (30g)
人参……………50g
玉ねぎ……………100g
かけるだけでおいしい酢の物酢
……………200ml

塩、コショウ………… お好みで

(作り方)

- 1 きざみ昆布は水でやわらかくもどす。
- 2 人参と玉ねぎは千切りにする。
- 3 保存用の容器に大豆の水煮と他の全ての材料を入れ軽く混ぜ合わせる。
- 4 この時点で、お好みで塩コショウを足す。
冷蔵庫で30分程置き、味を馴染ませる。(※)

(*) 作り置き出来るので便利です。作りたてより少し時間が経った方が美味です。

＊ 春雨の酢の物

材料：2人分

春雨…………… 25g (乾燥した状態)
きゅうり…………… ½本
さつま揚げ(＊) …… 1本
かけるだけでおいしい酢の物酢…………… 適量

(作り方)

- ① 春雨はお湯で戻し、食べやすい長さに切る。
- ② きゅうりは千切り、さつま揚げは細切りにする。
- ③ ボールに全ての材料を入れ、**かけるだけでおいしい酢の物酢**を加える。

(*) ちくわ、ハム等でも美味しく作れます。
また、色とりどりのお野菜で盛りつけを
楽しんで下さい。



マルシマの こだわり

マルシマでは創業明治17年の伝統ある醸造蔵にて「有機栽培米」だけを原料に、お酒造りから始める伝統製法にて造っています。

「静置発酵」は効率が悪く、手間ひまがかかりますが、芳醇な香りとコク、まろみを持ったおいしいお酎になります。



有機純米酢

(300ml) **378** 円 (360 円)
 (500ml) **525** 円 (500 円)
 (900ml) **840** 円 (800 円)
 (1.8ℓ) **1,428** 円 (1,360 円)



国産
有機マルシマ酢

(300ml) **452** 円 (430 円)
(500ml) **630** 円 (600 円)



まろやか
酢の物 (300ml)
399円(380円)

かけるだけで
おいしい
酢の物酢 (500ml)
662円 (630円)



★新規取扱商品のご案内です！

★国内産生姜（主産地：高知県）を風味よく乾燥し、保存性が良く、使い易い粉末にしました。生姜の辛味・風味がお手軽にお楽しみ頂けます。お料理や飲料に、お好みでご使用下さい。

原材料／生姜（国内産）

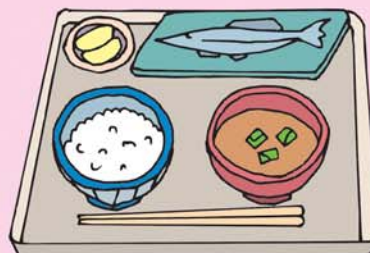


メーカー名	商品コード	商品名	内容量	入数	価格	賞味期間
マルシマ	2631	国産生姜粉末 JANコード 4906657 263101	25g	150	557円 (530円)	1年

ごはん推進委員会シリーズ

◎鳴門わかめをやわらかなソフトふりかけにしました。爽やかなシソの香りが食欲をそそります。

そのままご飯にふりかけて召し上がりください。（1食約5g）食物繊維、カルシウムが豊富なわかめの素材を活かし、国産にこだわったオリジナル商品です。おにぎりや、たまご焼きに混ぜたり、パスタのトッピングに、納豆、豆腐の薬味にも使えます。



★【ちりめんわかめ】

音戸のちりめんをブレンド！ カルシウムたっぷりのちりめんをやわらかく加工しました。原材料／わかめ（鳴門産）、てんさい糖、しらす、食塩、赤しそ

★【しそわかめ】

やわらかなわかめの食感で、ごはんが美味しいソフトふりかけです。原材料／わかめ（鳴門産）、てんさい糖、食塩、赤しそ

メーカー名	商品コード	商品名	内容量	入数	価格	賞味期間
マルシマ	3108	ソフトふりかけ ちりめんわかめ JANコード 4906657 310805	40g	10×10	298円 (284円)	6ヶ月
	3109	ソフトふりかけ しそわかめ JANコード 4906657 310904	40g	10×10	298円 (284円)	6ヶ月



★国産大豆（非遺伝子組換え）と水のみでシンプルに作りました。飲料として、又、様々な料理に、大豆本来の風味と栄養をプラス。原材料／大豆（国産）〈遺伝子組換えでない〉

ケース単位で
ご注文下さい。

メーカー名	商品コード	商品名	内容量	入数	価格	賞味期間
マルサンアイ	9496	国産大豆の無調整豆乳 JANコード 4901033 631314	1000ml	6	336円 (320円)	4ヶ月



★ひとつのお鍋で手軽に作れるマカロニグラタンです。

国内産のマカロニのソフトな食感と、動物性原材料を一切使用していないホワイトソースが美味しいグラタンです。裏面の調理例では豆乳を使用したベジタリアンの方向けの作り方が記載されていますが、QRコードでアクセスして頂くと牛乳を使用したレシピやその他のアレンジメニューをご覧いただけます。

原材料／〔マカロニ〕小麦粉（国内産）

〔ソースミックス〕小麦粉（国内産）、パーム油、メイプルシュガー、食塩、粉末豆乳、醗酵調味料、ピーナッツペースト、野菜エキス、酵母エキス、粉末醤油、ココナッツパウダー、粉末昆布、こしょう

メーカー名	商品コード	商品名	内容量	入数	価格	賞味期間
桜井食品	4852	ベジタリアンのためのマカロニグラタン JANコード 4960813 412529	105g	12	294円 (280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	マイ生姜佃煮	40g	入数変更 10入 ➡ 80入	在庫消化後
	とろろ昆布	40g	ラベルデザイン一部変更。	在庫消化後
	有機トマトケチャップ	300g	ボトルとキャップ形状変更（サイズ変更なし）。	在庫消化後
ユタカ食品	ソフトふりかけ（4種） ・しそひじき ・梅ひじき ・高菜とひじき ・かつおひじき	（各）40g	入り数変更、表示追加。JANコード変更。 10×10（100入） 販売者 ➡ 純正食品マルシマを追加。 しそひじき 4906657 310409 梅ひじき 4906657 310508 高菜とひじき 4906657 310607 かつおひじき 4906657 310706	実施済
桜井食品	片栗粉	200g	昨年の天候不順のため、原料生産地追加。 製品袋の生産地表示削除、コンタミ情報追加。	在庫消化後
ムソー	どんぶり麺 山菜そば	78g	休止案内をいたしました。仕様等変更なく、継続して販売いたします。	自然切り替え
	どんぶり麺 納豆そば	81.5g	仕様を変更して継続して販売します。そば粉の産地：国内産 ➡ 北米産	
梅丹本舗	・梅丹（粒） ・エキストラゴールド詰替（袋入り）	90g・200g 300g	原材料変更。 アラビアガムを使用せずに製造。	平成22年4月 製造分より

◎取扱中止・休止商品、製造中止商品のご案内

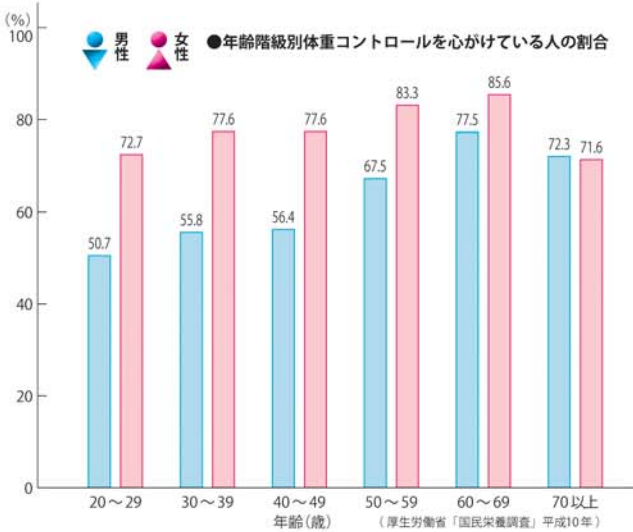
メーカー名	商品名・内容量	実施時期
ツルシマ	生姜末（30g） 製造中止	在庫消化後

メーカー名	商品名・内容量	実施時期
ヒカリ	有機トマトソース（225g）	在庫消化後

〔※リニューアルして再発売します。〕



- 男女とも20代よりも60代へと、年齢が高くなるほど体重コントロールを心けている人の割合が増えます。図のようにその男女差は明らかです。男性では30代～50代で肥満者が30%を超えています。もっと関心をもって、標準体重維持に努力してほしいものです。
- また男性の場合、肥満であるのに体重コントロールを心けていない人がなんと40%を超えています。生活習慣病は、その名の通り、若いころからの生活習慣がだんだん病気を生み出すものです。まだ若いからと油断しないで、健康的な習慣に切り替えていかないと、いずれは糖尿病や虚血性心疾患、脳卒中などへまっしぐら、ということになりかねません。



●肥満になりやすい人って、どんな食事や暮らし方をしているの？

エネルギーのとりすぎと運動不足がおもな原因です。食事の回数や時刻が不規則、夜のまとめ食いも原因に。

●日常生活で運動量を増やすにはどうすればいいの？

手取り早い方法は、歩数を増やすことです。1日1万歩を確実に歩くことが望ましいとされていますが、現在の日本人は平均して7,000～8,000歩しか歩いていません。通勤・買物・子どもの送り迎えなど、外にでるときはできるだけ歩いていく、エレベーターやエスカレーターに乗らず階段を使う、バスや電車に乗るときは、1つか2つ前の停留所や駅で降りて歩くなど、自分にあった運動をして（はりきりすぎるとけがや事故のもとです）、肥満を防いだり解消する努力をしましょう。



売れる商品を売るのではない、その店が売りたいと思っている商品を売るのが自然健康食品専門店である…以前にNPO全健協の会報に愛知県、(株)黒怒の佐野社長が寄稿した言葉である。セルフで店頭で売れてゆく商品は専門店の力を必要としない、その商品を食べる世の中の人に健康な生活を送ってほしいと願っているかどうか、何故その商品が、何故そのかたちで、何故その価格で、何故この売り場にあるのか、この何故に答えるのが専門店の力量であり存在感であろう。そのような専門店と係る流通、製造者が業界といえるのではないか。（ウッドバレイ）

工場視察レポート

ソフトふりかけ 瀬戸内生まれ

今回訪問させて頂いたのは「ひじき」や「わかめ」主体のソフトふりかけを製造・販売している「有限会社ユタカ食品」さんです。

尾道から車を走らせ2時間で到着。作業服姿の社長が出迎えてくださいました。こちらでは社長さんも製造の現場に立って作業を行っていらっしゃるということです。

早速工場見学を開始。入室前の準備では「ローラー掛け→専用の掃除機→ローラー掛け」と毛髪等の異物除去を徹底されていると感心しました。

ここで、ひじきのソフトふりかけについて、製造工程を簡単に説明します。

原料投入 → 選別 → 浸漬 → 洗浄 → 塩水に浸漬 → 脱水 → 一次調味 → 乾燥 → 選別 → 二次調味 → 熟成(冷蔵庫にて) → 計量 → 包装 → 金属検知機 → 出荷

最初の選別の工程では、入荷したひじきを風力・色彩の選別機に通し、更に目視での検品を行い、金属検知機を通過させてから次の工程に入ります。海産物は異物が大量に混入しているので除去する工程が重要となります。更にこちらの工場では、「芽ひじき」のみを使用しているため、長細い枝の部分(長ひじき)も除去していきます。

次にひじきの調味を行う下準備として、まず乾燥したひじきを水に漬け込み、洗浄を行います。その後、ネットに入れて口を縛り、塩分を調整した塩水に漬け込みます。

塩水の漬け込みが終了すると、ネットに入った状態のまま脱水機にて脱水します。脱水されたひじきは固まっているので、ほぐしてから混合機の中に投入し、下味付けを行います。下味付けが終了すると、専用のトレイに移して乾燥します。

乾燥時間はなんと**18時間!!** 今は午前11時だから、乾燥が完了するのは明日午前5時です。



(乾燥させる為に一次調味した「ひじき」を棚に広げています。)

乾燥後、再度風力選別・目視検品を行います。異物を取り除くと次は混合機で2回目の味付けを行います。2回目の味付けが終了した直後のひじきは表面を調味料がコーティングしているような状態ですので、ひじきの内部まで調味液を浸透させるために、専用のコンテナに移して気温6℃の冷蔵庫で熟成させます。熟成時間も乾燥の工程と同じく**18時間もかけているのです!!**

熟成され、しっとりとソフトになったひじきを計量し、袋に詰めて、最終の目視検品と金属検知を行い、製品の完成となります。

後で工場長さんから聞いた話ですが、「会社のトップが現場に立つと、いい加減な仕事をする者はいません」との事です。社員・パートのみなさんの意識はとても高く感じました。

ユタカ食品さんは本当に手間暇かけて製造を行っていらっしゃいました。ひじきは海産物なので、異物の混入を避けるために何度も選別が必要だし、何よりも今回訪ねて一番驚いたのは、最初の工程から製品の完成まで、丸3日かかることです。

原料・製法にこだわり、信念を持って造られた「ソフトふりかけ」。美味しくないと訳がありません。ご飯にふりかけたり、混ぜておにぎりにしたり、卵焼きに混ぜたり、パスタにトッピングしたり、美味しいふりかけをモリモリ食べましょう!!

食べすぎにはご注意ください。

2010年3月25日 (商品部 小野倫史)

(右：工場長の須賀 守さん)



(左：開発室・品質管理室室長の末岡吾道さん)

ごはん推進委員会シリーズ

