

# 食べタイヨー! 知りタイヨー?

Fresh, Discounting Everyday.  
**タイヨー BigHouse**

まごころを食卓へお届けする情報誌

第 53 号 53\_82202202

<http://www.super-taiyo.com> ◀バックナンバーもこちらからご覧になれます



**FREE PAPER**  
ご自由にお持ちください



特集

タイヨー看板キャラ「ねころっけ」連覇なるか!?

タイヨー  
キャラクター **人気投票結果発表!**

だし、チーズ、コーヒー、  
毎日の食生活にかかせない  
身近な商品のあれこれ



食べタイヨー!  
知りタイヨー? **2021年度アンケート集計ご報告!**

- 「ネスレ ミロ」で不足しがちな栄養をお助け!
- チーズを知ろう! チーズとフルーツのマリアージュ!?
- だしを使いこなす! 化学調味料不使用の「素材力だし」

プレゼント  
理研ビタミン

3点セット 100名様

プレゼント  
ネスレ

3点セット 100名様





## だしを使いこなす!

「素材力だし」はだし本来の風味を大切に、化学調味料を使用していません。だしの香りや旨みが引き立ち、料理が美味しく仕上がります。また、「素材力だし」に含まれる塩分はかつお節や昆布等の原材料に由来するもので、食塩は一切加えておりません。普段の和風だしの素を「素材力だし」へ換えるだけで、美味しさはそのまま、気づかずに摂っていた塩分を控えることができます。

## || 素材力だし® ||

- ポイント① 減塩だから素材の味が活きる!**  
化学調味料・食塩が無添加  
(素材本来の味を楽しむことにこだわっただし)
- ポイント② かつお風味をしっかりと感じられる!**  
一般的のだしの素と比べて風味原料を※の約3倍使用  
※当社和風だしの素かつおちゃんと比較香りにこだわった製法
- ポイント③ 味付け失敗しても、修正できる!**  
味付けしたあとも塩味を気にせずだし感を足せる!  
市販の調味料にも足せる!!

## 鰹節



- 1 鰹節は世界一硬い食材としても話題になる食品です。**  
水晶と同じ位と言われる程の硬さと言われています。
- 2 だしは約400年前の江戸時代から、限られた食材の中でだしをとって、美味しく食べる文化ができました。**

### 3 鰹節の主な産地は?

- 1 枕崎 (鹿児島県) 約48%**
- 2 指宿 (鹿児島県) 約26%**
- 3 焼津産 (静岡県) 約26%**



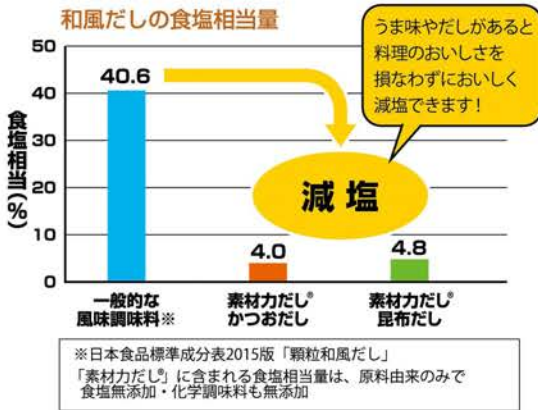
※出典元：令和元年水産加工統計調査



### STEP 1 食生活を変えてみませんか?

ご存じですか? だしの素の食塩量

一般的のだしの素には、食塩相当量が40%含まれています!!



### STEP 2 うま味を知ろう! お店レベルの味へ

うま味って、なあに?



うま味は5つの基本味の1つです。  
①うま味 ②甘味 ③酸味 ④塩味 ⑤苦み  
うま味の成分は? どんな食材に入っているの?  
代表的なうま味は3つです

<b>イノシン酸 (核酸系) ... 魚・肉類等、動く系に。</b>
<b>グアニル酸 (核酸系) ... キノコ類に!</b>
<b>グルタミン酸 (アミノ酸系) ... 昆布・野菜に!</b>

### STEP 3 だしは日本食の原点! うま味の相乗効果を知ろう!

うま味の相乗効果で、抜群のおいしさに!

<b>核酸系</b> かつお、しいたけなど	× =	<b>うま味がUP!!</b>
<b>アミノ酸系</b> こんぶ、トマトなど		

うま味の組み合わせは「1+1=2以上のおいしさ」になります。

### 若竹煮



**材料【4人分】**  
ふえるわかめちゃん 4g / 素材力だし本かつおだし 1/2本  
素材力だしこんぶだし 1/2本 / たけのこ(水煮) 300g  
木の芽 4枚 / 水 400ml / みりん 大さじ1  
砂糖 小さじ1 / 薄口しょうゆ 大さじ1 / 塩 小さじ1/2

- 【作り方】**
- 1 たけのこ水煮を食べやすい大きさに切る。
  - 2 『ふえるわかめちゃん』は水洗いし、よく水気をきっておく。
  - 3 鍋に水を沸かし、『素材力だし本かつおだし』・『素材力だしこんぶだし』・みりん・砂糖・薄口しょうゆ・塩・たけのこを入れ、約20分煮る。
  - 4 たけのこに味が染みたら、わかめを入れてひと煮立ちさせる。
  - 5 器に煮汁ごと盛り、手のひらにはさんで軽くたたいた木の芽をのせたら出来上がり。

▼レシピQR

わかめ...グルタミン酸  
たけのこ...グルタミン酸  
素材力だし本かつおだし...イノシン酸  
素材力だし昆布だし...グルタミン酸



### 新じゃがと新玉ねぎの簡単レンジスープ



**材料【1人分】**  
新じゃがいも 1個 / 新玉ねぎ 1/8個 / ハム 1枚  
水 150ml / 素材力だしこんぶだし 1/4本  
塩 小さじ1/4 / こしょう 少々

- 【作り方】**
- 1 じゃがいもは5mm厚のいちよう切りにする。玉ねぎは太めの千切りにする。ハムは1cm幅に切る。
  - 2 耐熱容器にじゃがいも・玉ねぎ・ハム・水・『素材力だしこんぶだし』を入れ塩・こしょうをする。
  - 3 両端を少しかえてラップをかけ、電子レンジで加熱(600wで3~4分)したら出来上がり。

▼レシピQR

新じゃがいも...グルタミン酸  
新玉ねぎ...グルタミン酸  
ハム...イノシン酸  
素材力だし昆布だし...グルタミン酸



### れんこんとにんじんのきんぴら(減塩)



**材料【2人分】**  
れんこん 80g / にんじん 50g / ごま油 大さじ2/3  
赤唐辛子(輪切り) 12個  
素材力だし本かつおだし 1/2本  
こいくちしょうゆ 小さじ1 / 砂糖 小さじ2  
酒 大さじ1 / ிரிごま 小さじ1

- 【作り方】**
- 1 れんこんは皮をむき、3mm幅のいちよう切りにする。
  - 2 にんじんは3mm幅の半月切りにする。
  - 3 フライパンにごま油・唐辛子を入れ中火にかけ、れんこん・にんじんを入れて炒める。
  - 4 れんこんが透き通ってきたら『素材力だし本かつおだし』しょうゆ・砂糖・酒を入れしっかりと炒め絡め、炒りごまを混ぜて、器に盛り付けたら出来上がり。

▼レシピQR

レンコン...グルタミン酸  
にんじん...グルタミン酸  
素材力だし本かつおだし...イノシン酸



### 理研商品 3点セット 100名様



# チーズを知ろう! cheese・cheese・cheese・cheese・cheese

## チーズの起源

チーズづくりの起源は山羊や羊などのミルクが、自然界に存在する乳酸菌の働きにより固まり、その塊から水分が分離することを発見したときとなります。人類は紀元前6000年頃に家畜からミルクをしぼり、それを乳製品として食べていました。その後、おおよそ2000年経った紀元前4000年頃に、チーズはメソポタミア地域(チグリス川、ユーフラテス川流域)で生まれ、そこを起源として東西に広がっていったといわれています。そして、それぞれの地域で気候風土・生活様式に根ざした独特のチーズが世界中で生み出されてきたのです。



## アラビアの民話が教えるもの



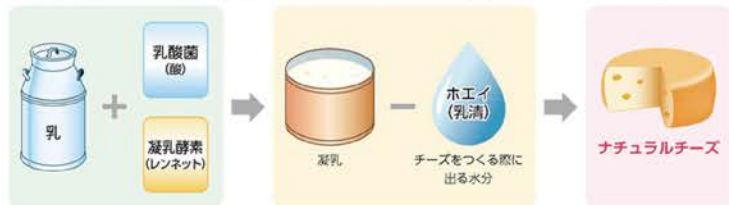
古いアラビアの民話に、チーズ誕生にまつわる、こんな話があります。遠い昔、アラビアの商人が、羊の胃袋で作った水筒に乳を入れラクダの背にくくりつけて旅に出ました。暑い砂漠の中を歩き続け、さて、水筒の乳で喉を潤そうとしたところ、驚いたことに、乳は一滴もなく、黄色っぽい水と白い塊が出てきました。恐る恐る食べるみると、非常においしかった。これがチーズ発見の物語です。この物語は様々な事を教えてくれますが、その中でも重要なことは、羊の胃袋に含まれていた、酵素により乳が固められ、振動と砂漠の高温によってホエイが滲み出たということです。このように仔牛や仔羊の胃袋には、牛乳を凝固させる酵素があることが、メソポタミアを中心とする西アジアで偶然発見され、世界中にチーズの製法が広がっていったものと考えられています。

※諸説あります。

## ナチュラルチーズとプロセスチーズの違いってなあに?

### ナチュラルチーズ

牛や山羊や羊等の乳に、乳酸菌や凝乳酵素(レンネット)を加えて、乳成分(たんぱく質)を凝固させて凝乳をつくり、そこからホエイ(乳清)の一部を取り除き、乳酸菌やカビ等の微生物で発酵・熟成させたものです。(一部熟成させないものもあります。)



### プロセスチーズ

ナチュラルチーズを砕き、たんぱく質を溶かす働きのある乳化剤を加えて、加熱・溶融・乳化し、再び成形し冷却したものです。加熱により、熟成に関する微生物や酵素の働きを止めていますので、保存性に優れ、品質が安定しています。



## チーズとフルーツのマリアージュ

チーズのコクと香り、フルーツのジューシーな甘さは思いのほか相性が良いです。フランスやイタリアでは日常的にこのコンビネーションを楽しんでいます。フレッシュフルーツに限らずドライフルーツに合う果実ジャムと合わせてもとても合います。デザート感覚で楽しんでみてください。

## チーズとフルーツの基本的組み合わせ

フレッシュタイプ	×	リンゴ、バナナ、キウイ、ジャム各種	ウォッシュタイプ	×	ブドウ、キウイ
白カビタイプ	×	リンゴ、ブドウ、マンゴー	シェーブルタイプ	×	ジャム、ママレード、くるみ
青カビタイプ	×	ぶどう、レーズン、ドライフルーツ	セミハード、ハードタイプ	×	ブドウ、レーズン

## 世界各国の1人あたりチーズ年間消費量(2019年度)

1位 デンマーク 29.3kg	2位 フランス 26.8kg	3位 キプロス 26.3kg
4位 アイスランド 26.0kg	5位 フィンランド 25.6kg	6位 オランダ 25.5kg
7位 ドイツ 25.0kg	8位 ルクセンブルグ 24.6kg	9位 エストニア 24.4kg
10位 イタリア 23.2kg	≈ 日本 2.87kg	

資料: JDF世界酪農事情2020より。日本の消費量は、農林水産省「チーズ需給表」2020年チーズ消費量+総務省統計局2021.2月現在人口

## チーズのトリビア

### チーズの栄養はどのようなものがあるの?

チーズは乳から水分をのぞいて栄養成分を固めたもの、つまり栄養の固まりです。チーズ100gを作るのには、およそ1000mlの牛乳が使われます。カルシウム量は牛乳の約6倍で、ビタミンA、ビタミンB2なども多い。また、たんぱく質は熟成中に乳酸菌の働きで消化吸収されやすくなっていますので、乳糖が少ないので牛乳を飲むとお腹がゴロゴロする人にもおすすめです。

### 開封後の期限が書かれていないのは、なぜ?

カビが生えるかどうかは、カビの種類や、湿度の具合、温度などによって違います。そのため、開封後の期限を具体的に書くことは難しいため、記載していないのです。

### チーズを長持ちさせる方法は?

- 1.温度は10℃以下で。理想は5℃前後です。
- 2.ラップしてカビと乾燥を防止しましょう。空気を入れないように包んでください。
- 3.湿気や水濡れに注意してください。水分がつくとカビが生えやすくなります。



## ナチュラルチーズの分類

タイプ	熟成方	特徴	代表例
フレッシュ	非熟成	乳に酸や酵素を加えて凝固させ水分を抜いたもので、熟成させないチーズ。ソフトで軽い酸味があり、さわやかな風味が特長。	カッテージ、モッツアレラ、クワルク、クリーム
白カビ	カビ熟成	白カビを表面に繁殖させ熟成。たんぱく質分解力の強い白カビが、表面から中心部に向かって熟成させる。	カマンベール、ブリー、バラカ
ウォッシュ	表面洗浄、細菌熟成	表皮を塩水や土地の酒(ワイン・ビール)で洗いながら熟成。チーズの表皮についている特殊な菌で熟成。臭いが強烈なものが多い。	ボン・レヴェック、マンステール、リヴァロ
シェーブル	カビ熟成、細菌熟成	山羊乳で作るチーズの総称。山羊乳特有の風味。フレッシュからハードタイプまであり、熟成が進むと香りも味も濃くなる。	パノン、ヴァランセ、サント・モール
青カビ	カビ熟成	青カビをカドに混ぜ、中から熟成させる。独特の青カビの風味がある。よく熟成したものは強烈な風味があり、味も濃厚になる。	ロックフォール、ゴルゴンゾーラ、スティルトン
セミハード	細菌熟成	比較的硬く、チーズの中でも保存のきくタイプ。熟成期間や大きさ、脂肪量等もさまざまでもっとも種類が多い。味はマイルド。	ゴーダ、マリボー、コンテー、ラクレット
ハード	細菌熟成	かなり強く圧搾して水分を抜き、熟成期間も長く、長期保存が可能。また、1年〜2年以上じっくり熟成させて作る硬いチーズもある。	エメンタール、エダム、パルミジャーノ・レッジャーノ

日本の朝食シーンに  
欠かせないコーヒー!

その歩みとともにネスカフェは進化を続けています。  
これからも皆様の元気でさわやかな朝を美味しく応援していきます。

### コーヒーの起源は2つの説が!?

コーヒーの起源説にはエチオピアとアラビア説が有力視されています。他にも諸説ありますが、いずれの説も鳥やヤギなど動物が赤い実を食べて興奮するのを見て試したことで、「活力を得られる秘薬」として飲まれ始めました。



エチオピア起源説  
ヤギ使いの少年カルディ



アラビア起源説  
イエメンの僧オマール



赤いコーヒーの実



花はジャスミンのように白い

日本への伝来は鎖国中の17世紀初め、長崎出島にオランダから「薬」として伝わりました。



美味しいコーヒーの  
最大の敵は  
「酸化」なんです。



コーヒー豆は挽いた瞬間から酸化が進み、時間の経過とともに品質が劣化してしまいます。作り置きしたコーヒーも徐々に香りが逃げ、美味しさが失われてしまいます。コーヒー豆と空気の接触を避けるため、コーヒーメーカーはパッケージや製法を日夜研究しています。

### ネスカフェエクセラ その美味しさの秘密は?



タイヨーコーヒーキャラ  
ドリブ

「ネスカフェエクセラ」は挽き立つ香りと豊かな味わいをお楽しみいただけるコーヒー、1960年の発売以来累計飲用杯数は2500億杯を突破!!一日の始まりにピッタリです。

#### 1.こまやか焙煎



豆をブレンドしてまとめて焙煎するのではなく、ブレンドごとに最適な焙煎をしてから、再びブレンド。挽き立つ香りと深いコクが楽しめます。

#### 2.挽き豆包み製法



焙煎した豆を細かく粉碎し、独自の抽出液で大切に包み込むことで、酸化の原因となる空気との接触を抑えます。これにより、カップに注いだ瞬間に淹れたての香りとコーヒー本来の味わいが楽しめます。

#### 3.こだわりの厳選豆



「ネスカフェエクセラ」は、ネスレの厳しい品質検査によって、厳選されたコーヒー豆だけを使用しています。

### コーヒーあんバタートースト



「ネスカフェ エクセラ」で風味付けたコーヒーあんは、コクが増してほっと甘い甘さに仕上がります。コーヒーあんとバターの塩気が食パンと相性ピッタリ!

- 【材料】1人分  
ゆであずき 70g  
ネスカフェエクセラ 小さじ2杯  
食パン (5枚切り) 1枚  
バター 5g

- 【作り方】  
① ゆであずきにネスカフェエクセラを加えてよく混ぜます。  
② 食パンをオーブントースターで約2-3分焼いて器に盛り、その上に①、バターを盛り付けたら出来上がり。

家にいながら、喫茶店の  
モーニングサービスクラフが  
味わえるんだブー



### ミートソーススパゲティ



フライパン一つでできる時短メニューです。隠し味に「ネスカフェエクセラ」を加えることでコクと深みが出て味の決め手になります。

- 【材料】2人分  
サラダ油 小さじ1/2杯  
おろしにんにく 小さじ1/4杯  
玉ねぎ (みじん切り) 1/2個  
合挽肉 100g  
水 300ml  
A ホールトマト缶 1/2缶  
塩 小さじ 1/3杯  
パスタ (早茹でタイプ) 160g  
B トマトケチャップ 大さじ1杯  
ウスターソース 小さじ1杯強  
ネスカフェエクセラ 小さじ1杯  
粉チーズ 適宜  
パセリ 適宜

- 【作り方】  
① フライパンを熱してサラダ油をなじませ、おろしにんにく、玉ねぎ、合挽肉の順に炒めます。  
② ①へAを加えて煮立て、パスタを入れてパッケージの表示時間にしたがって時々混ぜながら煮ます。  
③ パスタに火が通ったらBを加え1分ほど煮立てて、お皿に盛り付けたら出来上がり。

Point \*パスタが長い場合は半分に折ると煮やすくなります。  
\*お好みで粉チーズやパセリをふっても良いでしょう。

### 3点セット 100名様



ネスカフェ  
エクセラ詰め替え用袋 120g



ネスレ  
ミロオリジナル 240g



ネスレ  
キットカットミニ 14枚

## 毎日の元気をサポート!



一日のスタートに欠かせない朝食! 活動エネルギーだけでなく、不足しがちな栄養も取りたいところ!? ミロがお手伝いします!

### 「ミロ」はお子様の元気で成長に必要な栄養素がしっかり

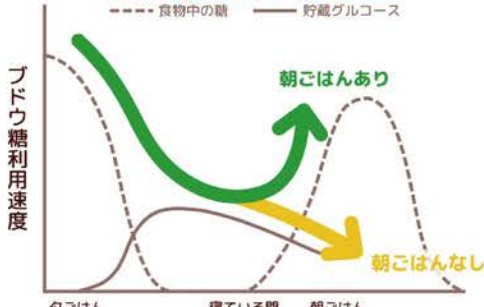
成長期の子どもには、2つの栄養が必要です。一つは、1日を元気に活動するための栄養、もう一つは、成長のための栄養です。  
「ミロ」は1杯で大切な栄養素をしっかりサポートする麦芽飲料。お父さん・お母さんの愛情料理と、1杯の「ミロ」で子どもの元気な1日とすこやかな成長をサポート!!

### 一日を元気に活動するための栄養

#### 朝のカラダはエネルギーがからっぽ

前日の食事で摂取した糖は寝ている間にもどんどん消費され、朝起きたころには空っぽになってしまいます。朝から元気に一日をスタートするには、それを補うエネルギーを摂取することが大切です。

#### 食後の時間と体内での糖供給



※香川靖雄「科学が証明する新朝食のすすめ」をもとに作成

### エネルギーの源、ブドウ糖!

朝から元気に  
瞬発力

朝のカラダに必要なブドウ糖はエネルギーの源。カラダの中ですぐ活動するパワーになります。

昼まで続く  
学ぶ力

ブドウ糖は考える力の源。体を目覚めさせ、学ぶ力をサポートします。

ココロとカラダの  
活動力

バランスのよい栄養が元気にやる気に活を入れます。

### 「ミロ」で簡単エネルギーチャージ!



「ミロ」の麦芽エキスはエネルギーの源であるブドウ糖が様々な長さにつながったものが主成分。  
「ミロ」を朝食と合わせて飲むことで、簡単かつおいしくエネルギーをチャージすることができます。

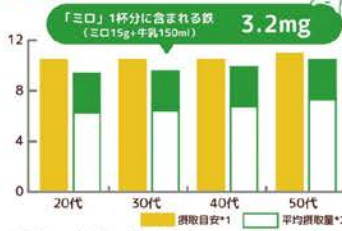
### 子どもだけでなく大人も「ミロ」で健康習慣

親子で楽しむ方が増えている「ミロ」。成長期の子どものみだけでなく、大人にとっても必要な栄養素がしっかり含まれています。「ミロ」は大人のバランスのとれた食生活や健康のサポートにも役立ちます。

### 「ミロ」は女性に不足しがちな鉄を補うのにぴったり!

鉄は、特に女性にとって不足しがちな栄養素で、意識して摂取したいところ。  
「ミロ」15gを牛乳150mlに溶かして飲んだ場合、摂取できる鉄は3.2mg。「ミロ」は鉄をおいしく、手軽に摂取していただけます。

#### 女性1日当たりの鉄の摂取目安と平均摂取量



\*1 「日本人の食事摂取基準(2020年版)」  
推奨量18~29歳、30~49歳、50~64歳(月経あり)  
\*2 令和元年国民健康・栄養調査の平均摂取量  
(20~29歳、30~39歳、40~49歳、50~59歳)

### 「ミロ」1杯分に含まれる栄養素

現代の食生活ではなかなか摂取が難しい栄養素がしっかり!

現代の食生活でなかなか摂取が難しいカルシウムや鉄が「ミロ」にはたくさん含まれています。カルシウムの吸収を助ける効果のあるビタミンDも豊富に含まれています。

#### 「ミロ」には、カルシウム、鉄、ビタミンDの1日の摂取目安の

58%の  
カルシウム

47%の  
鉄

47%の  
ビタミンD

が含まれています!

ミロ1杯分(15g+150ml普通牛乳)当たり

\*日本食品標準成分表2015年版(七訂)普通牛乳。  
%は「栄養素等表示基準値(2015)」に対する数値

### 「ミロ」のトリビア

#### なんで「ミロ」っていう名前なの?

今から2600年前前に、ローマのクロトナという所にミロンという大変力持ちの運動選手がいました。彼は古代オリンピックのレスリング競技で、6回も優勝したといわれています。「ネスレ ミロ」はそんなミロンにあやかり、「強い子に育てて欲しい」という願いを込めて名付けられました。

#### 「ミロ」は何歳から飲めるの?

離乳が完了する1歳半前後からお召し上がりいただけます。個人差がありますので、飲み始めは牛乳150mlに対して、スプーン1杯~1.5杯の「ミロ」を加えて薄めに作り、お子様の様子を見ながら飲ませてあげてください。

#### 「ミロ」はどこで生まれたの?

「ミロ」は1934年オーストラリアで生まれました。日本では『強い子のミロ』をキャッチフレーズに、1973年に発売され、今では世界30か国以上に販売されている人気の飲料です。

### 朝食と「ミロ」でもっと栄養チャージ!

朝食と一緒に「ミロ」を飲むことで、朝食+野菜ジュースや朝食+牛乳よりも、もっと効率よく栄養を摂取することが可能です。毎日の食卓や、忙しい朝でもしっかり栄養をチャージしよう!

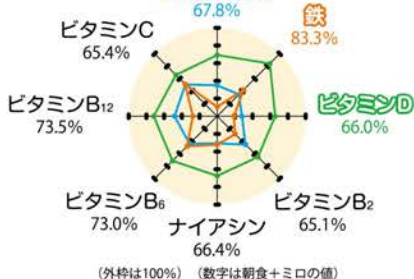
#### 1日の摂取目安(日本人の平均)に占める割合※

※ご家族での摂取も考慮し、日本人(18歳以上)が1日に必要とする栄養素の平均的な値とされる栄養素等表示基準値(2015)を参考に作成

- 朝食<sup>※1</sup> (飲み物なし)
- 朝食<sup>※1</sup> + ミロ<sup>※2</sup>
- 朝食<sup>※1</sup> + 牛乳<sup>※3</sup>
- 朝食<sup>※1</sup> + 野菜ジュース<sup>※4</sup>

※1 食パン、卵とウィンナーのサラダ、果物(ネスレ日本調べ)  
※2 「ミロオトナの甘さ」15g+普通牛乳150ml(ネスレ日本調べ)  
※3 普通牛乳150ml(日本食品標準成分表2015年版(七訂)より)  
※4 トマト、ミックスジュース150g(日本食品標準成分表2015年版(七訂)より)

#### カルシウム



(外枠は100%) (数字は朝食+ミロの値)

### 「ミロ」とじゃがいものクッキー



小麦粉の代わりにポテマで作るミロ味のクッキー。お子さまでも簡単に作れる気軽なおやつです。レーズンマキュートにアレンジして出来あがり。

【材料】15-16コ分・4人分

牛乳 230ml/「ネスレ ミロ」 20g/マッシュポテの素 50g  
小麦粉 5g/バター(溶かしバター) 30g/砂糖 10g/レーズン 20g

【作り方】

- 1 オープンを180℃に温めておきます。
- 2 80℃位に温めた牛乳を入れて「ネスレ ミロ」を溶かし、マッシュポテの素を振り入れてフォークで混ぜてマッシュポテを作ります。
- 3 ②が熱いうちに、小麦粉、溶かしバター、砂糖を加えて混ぜ合わせます。
- 4 ③を2~3cmのボールに丸めて少し押しさえ、クッキングシートを敷いた天板に並べ、レーズンを上にのせ、180℃のオープンで20分焼いてお皿に盛り付けたら出来上がり。

### フレンチトースト「ミロ」風味



いつものフレンチトーストに「ネスレ ミロ」を入れるだけで、おしゃやパンに大変身! お子様から大人まで、朝食やデザートにも食べたくなるカルシウムたっぷりのパン レシピ。

【材料】2人分

★牛乳 100ml/★「ネスレ ミロ」 15g/★砂糖 大きじ3杯  
食パン(5枚切り、4等分に切る) 2枚/バター 15g  
オレンジマーレード 適宜/生クリーム 適宜/ネスレミロ 適宜

【作り方】

- 1 ボールに★を入れ、パンを入れてよく浸み込ませ、バターを熱したフライパンで焼き色が付くまで焼きます。
- 2 ①を皿に盛り付け、お好みでオレンジマーレード、生クリームを添え、「ネスレ ミロ」をふりかけたら出来上がり。

# タイヨーキャラクター人気投票

## 結果発表!

本誌の読者やお客様からご要望の多かった「タイヨーキャラクター人気投票」を  
 食べタイヨー!知りタイヨー?50号のアンケート内で実施しました。  
 貴重なご意見ご感想とともに、たくさんの投票ありがとうございました!

毎日毎日  
野菜売り場で  
待ってるよ



2位

もやし

これからも  
よろしくお願  
いしますニャ〜



1位

ねころっけ

タイヨーの  
お弁当は  
まかせて!



3位

タコメちゃん



アマビエタコメちゃん



ガーラちゃん

4



りんご

6



ハム★スター

7



たまごっぴ

8



9



10



11



12



13



14



おむすび坊や



なとみん



プリプリン



15



ドレシーちゃん



16



こうどんちゃん



えだまめ〜んず



18



トリオ・ザ・い〜もん

さつもん

やきもん

ほしもん



スイカキング



20



じゃがインコペビー

21



22



あつガリ



みんな食べたガリ



さむガリ



23



24



あんドーナチュー



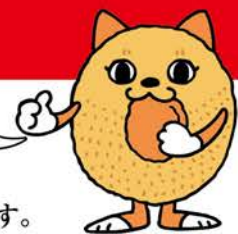
ウォーたん



こにやっく&ここにやっく

25

お気に入りのキャラクターは  
 ランクインしていたかな?  
 まだまだ楽しい仲間が増える  
 タイヨーキャラクターたちを  
 これからもよろしくお願ひします。



いつもスーパーマーケットタイヨ-、ビッグハウス、ベストリカー、いきいき生鮮市場をご利用いただき、また「食ベタイヨ-! 知りタイヨ-?」のご愛読ありがとうございます。

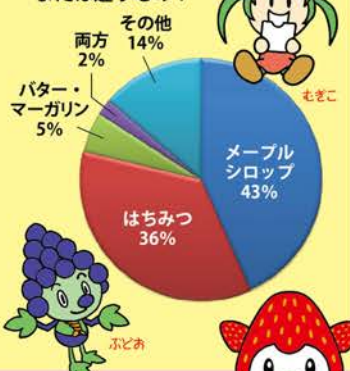
たくさんのご意見  
ありがとうございます!

皆様からお寄せいただいたアンケートやご意見をスタッフ一同ありがたく拝読させていただいております。アンケートの結果を楽しみにされている読者の方に、今回は2021年に発刊された46号から51号までのご報告です。

## 46号

応募総数  
1,813枚

**Q**  
ホットケーキには  
メープルシロップ?  
それともはちみつ?  
または違うもの?



### その他のご意見

- ・ジャム
- ・生クリーム
- ・チョコレートソース
- ・アイスクリーム

## 47号

応募総数  
2,004枚

**Q**  
お茶を飲む時は  
冷たいお茶、温かいお茶  
どちらが好き(多い)  
ですか?



### その他のご意見

- ・夏は冷/冬は温
- ・朝夜は温/日中は冷
- ・家では温/外出時は冷
- ・寒い時温/暑い時冷
- ・夏だけ冷/それ以外温

## 48号

応募総数  
2,215枚

**Q**  
皆さんは自宅に常に  
防災用品を準備  
されていますか?

### はいの人

- ・少し用意している
- ・用意しているが、ローリングストック目安に足りない

### いいえの人

- ・これから準備する

**Q**  
準備している物は?

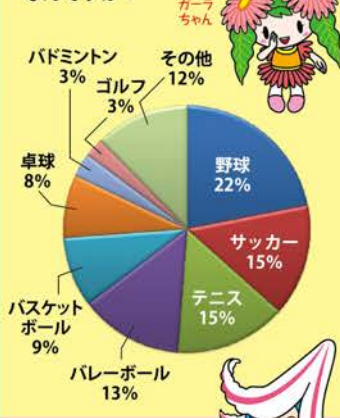
### その他のご意見

- ・ラタン/ろうそく
- ・消化器/カセットコンロ/ガスボンベ
- ・ティッシュ/トイレトペーパー
- ・キャンプ用品

## 49号

応募総数  
1,851枚

**Q**  
好きな球技は  
なんですか?



### その他のご意見

- ・ラグビー
- ・ソフトボール
- ・ハンドボール
- ・ボウリング
- ・ドッジボール
- ・陸上
- ・水泳



「食ベタイヨ-! 知りタイヨ-?」  
ご意見・感想やキャラクター似顔絵を大募集!

タイヨ-のキャラクターの似顔絵や本誌に対するご感想を書いてハガキまたは封書に郵便番号、住所氏名、電話番号、ご利用店名を記入の上、左記宛先までお送り下さい。

応募方法  
〒314-0144 茨城県神栖市大野原3-2-27  
(株)タイヨ-ナレッジチーム 食ベタイヨ-編集部

★お送りいただいた方にはオリジナルグッズをプレゼントします。

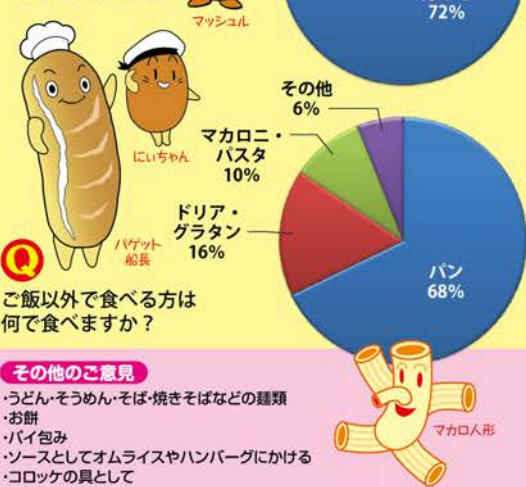
## 50号

応募総数  
3,698枚

**Q**  
シチューはかける派?  
分ける派?

### かける派の人

- ・ビーフシチューはかける



### その他のご意見

- ・うどん・そうめん・そば・焼きそばなどの麺類
- ・お餅
- ・パイ包み
- ・ソースとしてオムライスやハンバーグにかける
- ・コロッケの具として

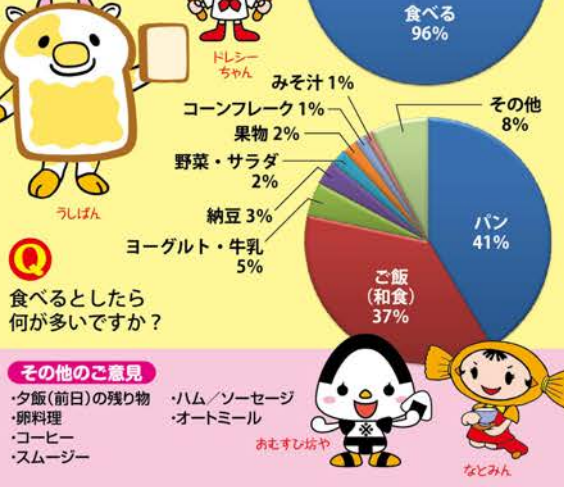
## 51号

応募総数  
1,872枚

**Q**  
朝食は食べますか?  
食べませんか?

### 食べる人

- ・朝食は食べます



### その他のご意見

- ・夕飯(前日)の残り物
- ・卵料理
- ・コーヒー
- ・スムージー
- ・ハム/ソーセージ
- ・オートミール

### 食ベタイヨ-応募数推移



みなさんのご意見は少数派?多数派?どちらだったでしょう。50号では応募総数4,000通を目指していましたが、惜しくも3,698通でした。それでも過去最多数を記録し、多くのご意見ご感想に感謝、感謝です!今後も多くの方に興味を持っていただける内容をお届けいたします。

いつもアンケートにお答えいただきありがとうございます!





# タイヨー 東庄店

## リニューアル OPEN

8:00 ▶ 20:30

☎ 0478-86-3811



### 豆知識情報

#### バーコード?の豆知識

#### 商品の管理に便利!!

消しゴムやお菓子の箱など、お店で売っている商品のほとんどにバーコードがついています。黒い線の太さによって数値や文字があらわれ、スキャナーという機械で読み取ると、その商品が「どこで」「だれによってつくられた」「なんという商品」かを知ることができます。

バーコードは商品を管理する時に便利なのでレジで使われています。

国によって違うんだね



国名コードは  
日本▶「45」または「49」  
中国▶「690～695」  
フランス▶「30～37」  
ドイツ▶「40～44」  
韓国▶「880」  
で示されます。



ほとんどの商品にはJANコードがついています。改めてよくみるとそれだけでもどの国で作られたものかわかるので面白いですね。みなさんも探してみてください。

### 編集後記

ご愛読ありがとうございます

#### チーズ、コーヒーのあれこれ&人気投票の結果はいかがでしたか?

皆さんこんにちは!! 53号はいかがでしたか?  
昨年から今年にかけての冬は特に寒かったですね!東北・北陸地方の雪の量が凄かったですね。春になり、草木も芽吹いてくる時期になりました。新しい生活を始める人も多くいると思います。大事なしっかりと「食生活」、今回ご紹介している「素材力だし」シリーズは特におすすめです。素材の旨みを引き立てるだしとなっています。  
また、食塩も無添加なので減塩にもしっかりと取り組みます。早速初めてみませんか?  
子供から大人まで一度は飲んだことがある「ミロ」も特集しました。子供の頃は単純に味が美味しいという理由で飲んでいましたが改めて調べてみるとこんなに栄養があるものだと知ってびっくりしました。近年、SNSで取り上げられて一時は売り切れてしまっどのお店からも無くなってしまったことがありますが、今は店頭に並んでいますので安心して下さい。忙しい朝ではありますが、せめて一杯だけでも飲んで仕事や学校に行ってもらえればと思います。  
少し前から「発酵食品」が注目をされています。みそ、キムチ、納豆等々ありますが「チーズ」も多くの方が手軽に食べられる「発酵食品」です。今回は起源などのお話を含め栄養の塊の内容となっています。上手に少しづつ取り入れていただけたらと思います。  
しっかりと「免疫」を高めることが大切です!バランスのとれた食生活をして元気に過ごしましょう!! これからもタイヨー、ビッグハウス、ベストリカー、情報誌「食ベタイヨー!知りタイヨー?」をよろしくお願致します。

『食ベタイヨー!知りタイヨー?』編集部

### 食ベタイヨー!知りタイヨー? 第53号 プレゼント応募用紙

コピー可

#### 応募方法

この応募用紙を切り取って、必要事項をご記入の上各店サービスカウンターにある応募箱にご投函下さい。  
※応募箱以外での受付はいたしておりません。

★お願い★ 各商品お一人様、一回のみのご応募とさせていただきます。重複でのご応募は無効となります。

① どちらのプレゼント企画がご希望ですか? □に1つだけチェックをご記入下さい。		② 好きなラーメンの味はなんですか?(しょうゆ/とんこつ/塩/みそ...など)	
<input type="checkbox"/> 理研ビタミン3点セット	<input type="checkbox"/> ネスレ3点セット	<input type="checkbox"/> タイヨーキャラクターハンカチ <small>※色は選べません</small>	
③ タイヨー、またはビッグハウスのご利用頻度 □に1つだけチェックをご記入下さい。			
<input type="checkbox"/> 月1~2回未満 <input type="checkbox"/> 週1回 <input type="checkbox"/> 週2~3回 <input type="checkbox"/> 週4回以上			
④ 53号の食ベタイヨー!知りタイヨー?で良かったと思う内容はどれですか?			
<input type="checkbox"/> 表紙	<input type="checkbox"/> 理研ビタミン	<input type="checkbox"/> チーズ	<input type="checkbox"/> ネスレコーヒー
<input type="checkbox"/> タイヨー	<input type="checkbox"/> 人気投票結果発表	<input type="checkbox"/> 豆知識	<input type="checkbox"/> 編集後記
⑤ 53号の食ベタイヨー!知りタイヨー?で良かったところはどこですか?			
ふりがな	年齢	性別	
氏名	歳	男・女	
住所	〒 -		
電話	ご利用店舗名	店	
応募期間	令和4年3月1日~令和4年4月30日まで		
当選発表	ご当選者の方には当選ハガキの発送をもってかえさせていただきます。オリジナルキャラクターグッズ(各種)の当選は各店10名様となります。		

### タイヨーの店舗紹介 10



タイヨー第10号店  
タイヨー石岡店  
1987年1月 OPEN  
営業時間/9:00~21:00  
住所/茨城県石岡市府中  
2-8-10  
☎/0299-24-3302

#### 店長から一言

石岡は歴史ある町でたくさん  
の名所があります。観光や近  
くにお寄りの際はぜひお立ち  
寄り下さい。ご来店お待ちしております。

#### 店長の好きな惣菜は?

じゃがいもコロッケです。  
安くてボリューム満点。  
お弁当にプラスして毎日の  
様に食べています。  
野菜コロッケやカボチャコロ  
ッケも美味しいですよ。

※ご応募いただいたお客様に関する住所、氏名、電話番号などの個人情報については今回のプレゼント対応のためにのみ使用し、その他の件には一切使用いたしません。