

食べタイヨー! 知りタイヨー?



FREE PAPER
ご自由にお持ちください

特集

タイヨーのキャラクターってどれくらいいるの!? タイヨーキャラクター紹介

タイヨー・ビッグハウスの
店内やPB商品に描かれて
いる、タイヨーオリジナル
キャラクターの意味と役割



2023年度応募用紙アンケート結果発表!

- 大塚食品「マイサイズのすすめ」で自分サイズの食事を!
- 東洋水産「パリパリ無限シリーズ」で野菜をたくさん食べよう!
- タイヨーPB「タンサン水」刺激強めで新発売!!

プレゼント!

大塚食品

100名様

プレゼント!

東洋水産

100名様

マイサイズ詰め合わせセット



※マイサイズ商品はイメージです。

セットに何が入っているかは
当たってからの楽しみ!



商品詰め合わせセット



今回は何が
当たるかな?

タイヨーPB
タンサン水を
よろしく!



タイヨー新キャラクター
パルスフラザース
シゲキ&ツヨシ

見た目も刺激の強い
やんちゃな二人。
でも性格はとて優しくマ
スッキリしてるから、毎日
でも会いたくなっちゃう!



シゲキ

大塚食品は、「会社には始まり、食には心にはじまる」をモットーに「美味・安全・安心・健康」を社員全員の“食”の心として事業を行っています。
世界初の市販用レトルト食品「ボンカレー」をはじめ、斬新なアイデアと技術、確かな品質で人々の健康、生活に貢献する新しい食を今後も私たちは提案してまいります。

マイサイズのすすめ 「マイサイズ」ってなあに？

「食事にもサイズがあっいいい」のコンセプトのもと開発したカロリーや塩分など「食事のサイズが見える」製品です。

加工食品売場は？

一部Sサイズはあるが
他は200g~230g

加工食品でもサイズが
必要なのは！

食品売場は？

カロリーが
計算しづらい

100kcalピッタリで
わかりやすい

服や飲み物のサイズ



L M S など

洋服やカフェなどの飲み物には
それぞれ自分に合ったサイズを
選べる。

MY SIZE
マイサイズ
100kcal



マイサイズってどんな製品？ 「食事にもサイズがあっいいい」

100kcal で簡単カロリー計算。豊富なメニューとレンジ調理でストレスなく健康的な食事が続けられます。

1 簡単カロリー計算

食事のサイズがひと目でわかるので、
簡単にカロリー計算できます。



2 塩分※コントロール

1人前、塩分2g以下の適塩設計。
塩分量をわかりやすく表示しています。

※食塩相当量の通称として用いられ、
慣れ親しんだ呼び方であることから
塩分という言葉を使用しています。

3 「濃厚さ、コク」にこだわった味作り

食材選びにこだわり、食材の旨みを重ねて、
よりしっかりとした“おいしさ”を実感して
いただける「濃厚さ、コク」を追求して味作り
をしました。



味作りの工夫

- ✓ 油脂分を抑える
- ✓ 食材の甘み・旨みを生かす（旨みの組み合わせで相乗効果）
- ✓ 乳製品やブイヨンでコクを出す
- ✓ 香味油・ワインなどで香りづけ
- ✓ スパイスをきかせる

4 充実のラインアップ

ラインアップが豊富だから、その日の気分で味を選べます。
カロリーコントロールが、楽しく続けられます。



2024年3月
13日新発売



5 簡単調理

箱ごとレンジで加熱できるので、調理が簡単。
マンナンごはんと一緒に食べると、お皿いらずで片づけも簡単です。

【調理ステップ】

- 01 フタを開けて
- 02 箱ごとレンジで加熱
- 03 「マンナンごはん」のトレーにマイサイズソースをかけるだけ！



ブランドヒストリー

- 2010**
 - ◆マイサイズ発売。（ソース5品+マンナンごはん）
- 2013**
 - ◆マイサイズがレンジ調理対応へ。
 - ◆パッケージデザインリニューアル。（100kcal がわかりやすいデザインへ）
- 2016**
 - ◆マイサイズ全品1人前あたり塩分2g以下設計へ。
 - ◆より健康が気になる方へマイサイズいいね！プラス発売。
- 2017**
 - ◆マイサイズいいね！プラス糖質シリーズ発売。（レトルトカレー初の機能性表示食品）
- 2019**
 - ◆パッケージデザインリニューアル（“おいしくカロリーコントロール”がわかりやすい。アイキャッチ形状を採用）
- 2022**
 - ◆よりおいしい100kcalへ進化。こだわりの食材を前面に押し出したパッケージデザインへ全面リニューアル。
- 2023**
 - ◆ホールケアシリーズ発売。（塩分1g、糖質5g、たんぱく質10gシリーズ）
- 2024**
 - ◆プラスサポートシリーズ発売。健康を支えるおいしい食事を、もっと身近に。
 - ◆レギュラーシリーズパッケージデザインリニューアル（100kcalと塩分量がわかりやすいデザインへ）



自分に
ちょうどいい
食生活

マンナンごはんってどんな製品？



マンナンごはん

ソースと合わせればトレーがそのままお皿代わりに！
富山県産コシヒカリとマンナンヒカリをブレンド。
マンナンヒカリとは、こんにやく生まれの米粒状加工食品。

1食当たり150kcal

1食当たり	カロリー	糖 質	食物繊維
普通のごはん※ かるく1膳：140g	218kcal	49.8g	2.1g
	-75cal	↓	↓
マイサイズ 150kcal マンナンごはん 1食：140g	143kcal	33.4g	4.7g

※日本食品標準成分表2020年版(八訂) 水稲めし/精白米/うるち米

マイサイズアレンジレシピを紹介

毎日の食事にひと工夫。時短でもおいしいアレンジレシピ。
マイサイズを使用することで、レンジ調理で味付けを気にせず
塩分2gのおかずが作れます。

厚揚げのあんかけ



1人前
エネルギー：312kcal
食塩相当量：1.8g
たんぱく質：19.7g

【材料】(1人前)
マイサイズ蟹のあんかけ丼 1個
厚揚げ 150g
にんじん 2g

【作り方】

- 厚揚げは食べやすい大きさに切り、にんじんはせん切りにする。
- ①を耐熱皿に入れ、ラップをかけレンジ加熱(目安：1分30秒、500Wの場合)する。
- マイサイズ蟹のあんかけ丼をレンジ加熱する。
- 器に②を盛り、③をかけて出来上がり。

あえるだけカレーサラダ



1人前
エネルギー：125kcal
食塩相当量：1.7g
たんぱく質 5.6g

【材料】(1人前)
マイサイズキーマカレー 1個
キャベツ 100g
にんじん 20g

【作り方】

- キャベツ、にんじんは皮をむいてせん切りにし、混ぜ合わせて器に盛り付ける。
- マイサイズキーマカレーをレンジ加熱して、①にかけて出来上がり。

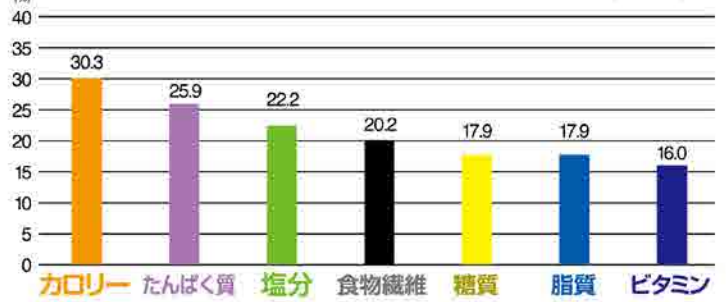
マイサイズ
詰め合わせセット
100名様



栄養情報

生活者が食品の栄養表示で一番気になるのは？

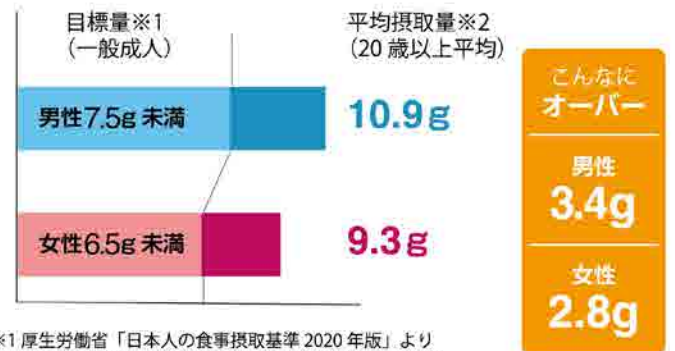
Q. 食品の栄養表示で重要視しているのは？ (n=1,098)



調査時期 (n数)：2023年8月 (n=1,098) 調査方法：インターネットによる調査
調査対象：20～69歳の男女 全国

1日の塩分摂取量って知ってる？

1日の塩分目標量と平均摂取量



※1 厚生労働省「日本人の食事摂取基準 2020年版」より
※2 厚生労働省「令和元年国民健康・栄養調査報告」より

日本人の約3人に1人は塩分のとりすぎ!*

醤油や味噌など塩分をたくさん含む調味料を多用するため、他国に比べても塩分摂取量が多い日本。

塩分平均摂取量※(20歳以上、性・都道府県別、年齢調整値)

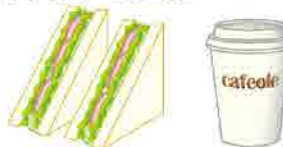
性別	東京都	千葉県	茨城県
男性	11.0g	11.1g	11.2g
女性	9.1g	9.7g	9.4g

※厚生労働省「令和元年国民健康・栄養調査報告」より

◆◆◆ ランチを1食マイサイズに置き換えると ◆◆◆

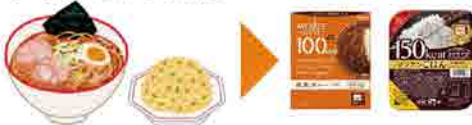
総カロリー：2,334kcal→1,390kcal 総塩分：15.1g→7.3g

サンドイッチ・カフェオレ



1.4g
261kcal

ラーメン・チャーハン定食



9.8g
1,194kcal

2.0g
-7.8g

250kcal

居酒屋(串焼き以外は半分に分けた場合)

焼きとり(正肉・つくね・ねぎま・皮各1本)・漬物・
ポテトサラダ・刺身盛り合わせ(醤油1人小匙1/2含む)
ビール中ジョッキ2杯



3.9g
879kcal

出典：女子栄養大学出版部
「塩分早わかり第5版」/
日本食品標準成分表2020年版(八訂)



 スーパーマーケットタイヨーでは、たくさんのキャラクターがみなさんをお待ちしています。ねころっけたちがおすすめする商品の数々は、特に安心・安全なものをご案内しています。それが小さなお子さまでもわかるように、様々な食材やお花たちが姿を変えてお客様の健康な毎日を応援しています。





まぐ郎 ツナ美



さんま侍 さまんさ



サバダ サバヨ



うなどん うなどんな



キツいなり



かつ夫



しゃけくま



ピティちゃん



ハーブ〜



ソーメン ウィナー ナーウィン チョリソー ベツバー



たころっけ



イカ大将



ハム★スター キング・ハム★スター



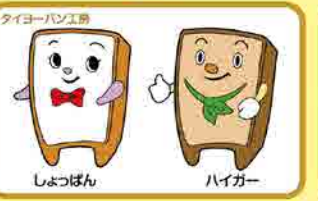
ベートンパン キング・ベートンパン



ろしパン



ゆめパン



しよっぼん ハイガー



ワイン男爵



グーグー チョッキン パーバー



ピザ・ピース



ピザっち



バゲット船長



いっちゃん にいちゃん さんちゃん よっちゃん こーちゃん



ビア〜



ライラ・ライチョ〜 [カレー] ライラ・ライチョ〜 [ソース]



カリカリス



コリャーザトウ



ウシカップ



あずき坊& アイぼ〜



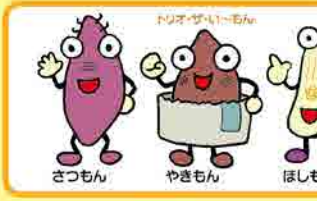
コッコさん& ビョコたん



たまごっぴ



マシアザラシ



ざつもん やさもん ほしもん



ティーチ ターチ



あんドーナチャー



カスもんテラお & ちびカス&ちびテラ



ふわっくま



プリプリン



フキえもん



オカ・シューナッツ



アーモンド・ショウ



ミラ・クルミ



レーズンズン



ラカンカ



グンドリ



オリピア



デヌーツ



アマヒエタコメちゃん



ティー茶ん



ウーロン・チャン



ルイ・ボスティ



ウォーたん



茶つみん



ドリブー



ヒーコーさん



シゲキ&ツヨシ



ガーラちゃん



チースちゃん



リリー



ラーラ



エミー



タミー



マミー



コリャコーリャ



キャラクターはまだまだたふえるよお楽しみに〜

ぷーさん

もーさん



野菜がおいしく、たくさん食べられる！



パリパリ無限シリーズってなあに？

食卓にもう1品欲しいときの副菜として、お酒のおつまみにも。野菜嫌いなお子様にもたくさん食べてもらえる？！ひと口食べたからお箸が止まらない！パリパリがやみつきになる味わいそんな1品です。



開発秘話

無限に食べられるほど美味しいことから名付けられた「無限レシピ」。レシピサイトで検索すれば数多くのレシピがヒットするほか、レシピ本も発売されています。2018年2月に発売した『パリパリ無限』シリーズは、現在は4品の定番フレーバーに期間限定品を加えたラインアップです。当時、揚げ麵の用途拡大を模索していたが、活用方法として考えたのが、**たくさんの野菜と一緒に食べる**ことでした。元々野菜嫌いだった開発者が、他社の同類商品を見たときに、使用する野菜とレシピをわかりやすく提示してくれたらと考え、家庭で余りやすいもの、カットした状態で売られているもの、揚げ麵に絡みやすいものといった観点で選定。味づくりは、「やみつきになる味わい」を目指し、幅広い年代の方が、何度でも食べたくなるものを目指したのが始まりです。

2018年2月発売・・・2018年8月1食入り発売・・・2024年3月現在・・・

ヒストリー



商品紹介

おいしい召しあがり方

〈用意するもの〉

- キャベツ(約150g)
- ビニール袋(1枚)

キャベツ以外の野菜で調理しても、おいしく召しあがりいただけます。



カットキャベツを
使うより簡単！



1 あらかじめキャベツは水洗いし、よく水気を切り、千切りにしておきます。

2 めんを用意しておいたビニール袋に入れ、食べやすい大きさにほくほくします。

3 キャベツとめんを大きめのボールにあげ、まぜ合わせます。

4 添付の特製油と粉末スープをふりかけ、よくまぜ合わせてお召しあがりください。

さらにおいしく！ オススメのトッピング具材



・野菜の量はお好みで調整してください。

おいしい召しあがり方

〈用意するもの〉

- もやし(約200g)
- ビニール袋(1枚)

もやし以外の野菜で調理しても、おいしく召しあがりいただけます。



用意する野菜は
もやしだけ！



1 あらかじめもやしは水洗いし、薄うすたお湯で30秒～1分位ゆで、よくお湯を切っておきます。

2 めんを用意しておいたビニール袋に入れ、食べやすい大きさにほくほくします。

3 もやしとめんを大きめのボールにあげ、まぜ合わせます。

4 添付の特製油と粉末スープをふりかけ、よくまぜ合わせてお召しあがりください。

さらにおいしく！ オススメのトッピング具材



・野菜の量はお好みで調整してください。

きのこを使った温サラダ

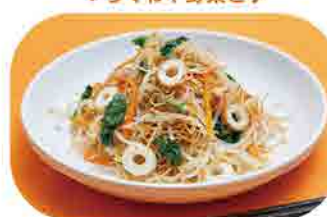
【材料】

- パリパリ無限もやしのもと 1袋
- もやし 150g・ほうれん草 2束
- しめじ 1/2株・エリンギ 1株
- えのき 1/3株・バター 10g

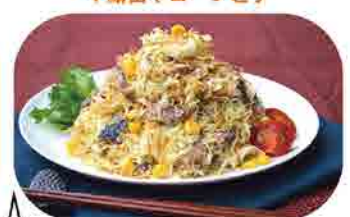
【作り方】

- 1 しめじ・えのきは石づきを取って手でほぐし、エリンギは長さ2等分に切り、スライスする。ほうれん草・もやしは水洗いし、水気を切っておく。ほうれん草は根元を切り落とし、長さ4cm程度に切る。
- 2 フライパンにバターを熱し、中火できのこを入れて炒めた後、ほうれん草ともやしを入れて火が通るまで炒める。
- 3 火を止めて添付の特製油・粉末スープを入れて混ぜ合わせる。
- 4 手でほぐしためんを入れ、よく混ぜ合わせたらできあがり。

▼ちくわや野菜と♪



▼鯖缶やコーンと♪



お好みの食材と合わせてモリモリパリパリサラダに！

商品詰め合わせセット100名様





毎日のお買い物にスーパーマーケットタイヨー、ビッグハウス、ベストリカー、イキイキ生鮮市場、オークビレッジをご利用いただき、また「食ベタイヨー! 知りタイヨー?」をご愛読いただきありがとうございます! 毎号巻末にて実施しているアンケートに皆様からの貴重なご意見を多数賜り、本当に感謝しております。皆様のご意見ご感想は全て読ませていただき、今後もより良いお店作りや商品などに反映できるよう努めてまいります。今回は2023年に発行された58号から63号までのご回答を報告させていただきます。ご自分は何パーセントでしたか?

58号 応募総数 2,338枚

Q 今の時点でチャレンジする事が決まっている? これから決める?

決まっている! 1,697枚

決まっている (72%)	これから決める (23%)	その他 (5%)
ウォーキング・散歩・スポーツ・健康管理 (食事・睡眠・運動) 39%	これから決める 23%	その他 5%
資格取得・検定・勉強 受検・読書・習い事 ボランティア 11%		
断捨離・掃除 片づけ・整理整頓 2%		
旅行・外出 お出かけ 5%		
仕事・子育て 出産・介護 5%		
料理にチャレンジ (お菓子作り含) 家庭菜園 7%		
ダイエット 8%		
その他 23%		

その他のご意見
●貯金・節約などがありました。

59号 応募総数 1,870枚

Q 誕生日は自宅でお祝い? お店で外食?

自宅 (71%)	両方 (6%)	外食 (18%)	その他 (5%)
----------	---------	----------	----------

自宅
●ケーキ・お寿司・お酒などを買ってきてや、誕生日の人の好きなメニューで等

両方
●毎年自宅と外食交互やその時の都合で (平日なら自宅・土日なら外食) 等

外食
●焼肉・回転寿司・ファミレス 等

その他のご意見
●歳なので祝わない・温泉旅行 等

60号 応募総数 2,002枚

Q 魚は焼きさかな派? それとも煮さかな派?

焼きさかな (62%)	煮さかな (28%)	両方 (9%)	その他 (1%)
-------------	------------	---------	----------

焼きさかな派
●魚本来の味が楽しめるバリっとした皮が好き香ばしい簡単調理出来る煮さかなは上手く作れない 等

煮さかな派
●金目煮つけ・鯖の味噌煮等が好きが多数

両方
●魚種や季節によって変える

その他のご意見
●お刺身・蒸しさかな派

61号 応募総数 2,011枚

Q 好きなお肉は、牛肉? 豚肉? 鶏肉?

豚肉 (37.9%)	牛肉 (29.1%)	鶏肉 (27.5%)	全部 (4.5%)	苦手・嫌い食べられない (0.4%)	ラム肉・馬肉 (0.3%)	その他 (0.3%)
------------	------------	------------	-----------	--------------------	---------------	------------

62号 応募総数 2,094枚

Q 行くなら動物園? 水族館? それとも?

水族館 (51%)	動物園 (32%)	両方 (5%)	博物館 (美術館・科学館含む) (2%)	遊園地 (DISNEYRESORT・USJ 他) (3%)	公園・庭園 (1%)	植物園 (1%)	その他 (5%)
-----------	-----------	---------	----------------------	-------------------------------	------------	----------	----------

63号 応募総数 2,111枚

Q コーヒーは無糖派? 加糖派? それとも飲まない?

無糖 (63%)	加糖 (26%)	飲まない (6%)	両方 (5%)
----------	----------	-----------	---------

無糖派
●コーヒー豆本来の味を楽しむ豆乳・牛乳を入れて 等

加糖派
●微糖・低糖で牛乳・豆乳・はちみつなどを入れて 等

両方
●その時の気分 Hotは無糖・Iceは加糖 等

タンサン 強めて新発売!



こだわりの品質

自然に恵まれた、山梨県山梨市で採水した水を使用。独自の天然水と純水の配合で口当たりなめらかで雑味を感じない味わいと、キメ細かな泡による炭酸の刺激をお楽しみいただけます。

徹底したガスボリューム

のど越しがあり、口に入った瞬間に刺激が広がる味わいの秘密は4.5GV以上炭酸ガスを注入しているから。そのままでも、好きな飲み物やお酒の割り材としても。日常生活の様々なシーンでお楽しみいただけます。

自信と信頼の技術力

30年以上にわたりナチュラルミネラルウォーターを製造してきたノウハウを生かし、最新設備で製造しています。



タンサン水の
特徴・飲み方・
レシピ紹介は
こちらから

「食ベタイヨー! 知りタイヨー!」
「ご意見・感想やキャラクタ〜似顔絵を大募集!」
タイヨーのキャラクタ〜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。
〒314-0144 茨城県神栖市大野原3-2-27
(株)タイヨー ナレッジチーム 食ベタイヨー編集部
★お送りいただいた方には抽選でオリジナルグッズをプレゼントします。

豆知識情報

色にまつわる豆知識

赤色は食欲を促進させ、青色は減退させる

赤色は食欲を増進させる定番の色とされています。赤は肉や魚、熟した果物や野菜など、多くの食べ物に自然に存在する色です。このため、赤色は食べ物を連想し、生物学的に食欲を刺激します。この心理を活かして、多くの飲食チェーン店は看板に赤色を用いています。確かに多くありますね!

逆に言うと、青色の食べ物って少ないですよね? また青には興奮を抑える作用があり、イライラやストレスなどによる過食を抑える効果もあるのだそう。こちらもこの効果を応用して、食器やランチョンマットなどを青色にし、ダイエット効果を図る方法もあるみたいです!

トータルコーディネートをすることで自分や家族の食事をコントロールしてみましょう!



編集後記

ご愛読ありがとうございます

マイサイズのすすめやバリバリ無限シリーズ、アンケート結果はいかがでしたか?

皆さんこんにちは!! 65号はいかがでしたか!?
大塚食品の「マイサイズ」は、塩分・カロリー摂取を調整できる商品です。知らずに塩分を多くとっていることがあります。週中でランチをこちらに切り替えてももう少しずつ変化してくると思います。ゆっくりと長く続けられることが一番大事なので、極端に切り替える必要はないです! たまに食べてみて下さい。
東洋水産のバリバリ無限シリーズは、様々な野菜と合わせて美味しくサラダを食べることができます。その時々野菜と合わせて食べてみて下さい。バリバリの乾麺があるので食感としても楽しめるので子供と一緒に調理したり楽しみながら野菜摂取ができると思いますので是非食べてみて下さい! タイヨーのキャラクターもここまで増えてくと覚え切れない部分はありますが…商品に載っていたり売場に隠れていたりで探してもらえればと思います。食べ物や食に関わるキャラになっています。アンケート集計結果も掲載させていただきました。いつも多くのご意見を頂きましてありがとうございます。メーカー様へのご意見・ご感想は全て伝えさせてもらっています。「生の声はとても参考になります」と喜んで頂いています。今後もタイヨー・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?」をよろしくお願ひ致します。

「食ベタイヨー! 知りタイヨー?」編集部

タイヨーの店舗紹介 26



タイヨー第26号店
タイヨー美野里店
2008年2月 OPEN
営業時間/9:00~21:00
住所/茨城県小美玉市
堅倉871-1
☎/0299-36-7878

店長から一言

2024年2月14日バレンタインデーの日に美野里店は16年になります。これからもお客様に必要とされる店づくりを従業員一同頑張らせてまいります。

店長の好きな惣菜は?

季節の天井です。その時々季節を感じられる天ぶらがのっていてとても美味しく楽しみの一品です。

食ベタイヨー! 知りタイヨー? 第65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? <input type="checkbox"/> に1つだけチェックをご記入下さい。		④ 皆さんは猫派? 犬派? それとも?	
<input type="checkbox"/> 大塚食品 マイサイズ 詰め合わせセット	<input type="checkbox"/> 東洋水産 マルちゃん商品 詰め合わせセット		
② タイヨー、ビッグハウスのご利用頻度 <input type="checkbox"/> 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			
③ 65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"/> 大塚食品	<input type="checkbox"/> キャラクター 一覧表	<input type="checkbox"/> 東洋水産
<input type="checkbox"/> タンサン水	<input type="checkbox"/> 豆知識	<input type="checkbox"/> 編集後記	<input type="checkbox"/> その他()
⑤ 本誌に対するご意見・ご感想をご記入下さい。			
⑥ 65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?			
どのところが良かったですか?		ふりがな	年齢
		氏名	性別 男・女
		住所	
		電話	ご利用店舗名 店
応募期間 令和6年3月1日~令和6年4月30日まで			
当選発表 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。			

※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。