

**50 代からの女性に寄り添うハルメクから、
毎日の食事でたんぱく質を手軽に摂れる新商品**

「ハルメク お魚たんぱくがとれる栄養だし」10 月 5 日より新発売
体内吸収率 97%の「お魚たんぱく」と国産天然素材 5 種で、毎日の食卓においしさと栄養を

販売部数 No.1 (※1) 雑誌「ハルメク」を発行する株式会社ハルメク（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：宮澤 孝夫、株式会社ハルメクホールディングス 100%子会社）は、毎日の食事で手軽にたんぱく質を補える「ハルメク お魚たんぱくがとれる栄養だし」を、2026 年 10 月 5 日より販売開始します。

(※1) 日本 ABC 協会発行社レポート(2025 年 7 月～12 月)

ハルメク 通販サイト：<https://ec.halmek.co.jp/shop/g/g717560000/>



「ハルメク お魚たんぱくがとれる栄養だし」は、消化吸収しやすい「お魚たんぱく（魚肉ペプチド）」と、天然昆布、初鰹、いわし、無臭にんにく、生姜の国産天然素材 5 種を組み合わせた粉末タイプのだしです。

年齢を重ねても元気に過ごすために欠かせないたんぱく質を、毎日の食事の中で無理なく継続して摂ってほしいという思いから開発。使用している「お魚たんぱく」は体内吸収率 97% (※2) で、牛乳・牛肉・大豆由来のたんぱく質と比較して高い吸収率が特長です。

食塩やうまみ調味料を使用せず、天然素材のうまみを凝縮することで、素材本来の味を生かしながら、さまざまな料理を引き立てる味わいに仕上げました。だしとして味噌汁や煮物、うどんなどに使うほか、肉野菜炒めやチャーハン、パスタに振り入れたり、バターやクリームチーズに混ぜてパンに塗ったりと、和洋中を問わず幅広い料理に活用できます。

(※2) 鈴廣かまぼこの研究調査より。正味タンパク利用効率として算出。

開発背景

ハルメクが考える理想の食は、毎日の食事をおいしく楽しみながら、必要な栄養を自然に取り入れ、気づけば元気が続いていること。健康や美容、体づくりに欠かせない日常の栄養素である「たんぱく質」への関心は、年齢を重ねるにつれて高まっています。ハルメク 生きかた上手研究所が2026年6月に実施した「食に関する意識・実態調査2026」では、食事から摂取したい栄養成分の第1位が「たんぱく質」となり、男性は70代、女性は60代からその割合が大きく上昇しました。また、普段の食事で重視することとして最も多かったのは「自分自身の健康」、次いで「おいしさ」となり、健康を意識しながらも、日々の食事のおいしさを大切にする生活者の姿がうかがえます。



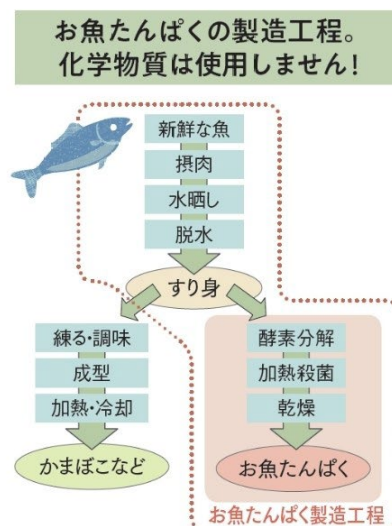
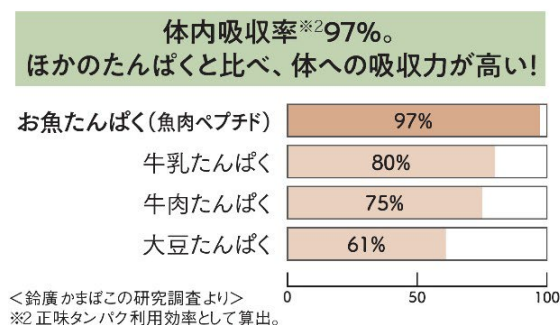
たんぱく質は一度にたくさん摂ればよいというものではありません。特に年齢を重ねると消化吸収力が低下することから、毎日の食事の中で、こまめに摂ることが大切です。そこでハルメクが着目したのが、料理の味の土台となり、おいしさを引き立ててくれる「だし」です。味噌汁や煮物、炒め物など、日々のさまざまな料理に使うだしなら、特別な習慣を増やすことなく、毎日の食事の中でたんぱく質をこまめに取り入れることができます。

「おいしく食べること」と「たんぱく質を上手に摂ること」をひとつに。そんな発想から、いつもの料理のおいしさを底上げしながら、たんぱく質も手軽に補える「ハルメク お魚たんぱくがとれる栄養だし」を開発しました。

「ハルメク お魚たんぱくがとれる栄養だし」商品特長

① 老舗「鈴廣かまぼこ」が開発。体内吸収率97%（※2）の「お魚たんぱく」を配合

創業160年以上の歴史を持つ老舗「鈴廣かまぼこ」が開発した「お魚たんぱく（魚肉ペプチド）」を配合。新鮮な白身魚をすり身にし、酵素で細かく分解して低分子化することで、魚由来のたんぱく質を効率よく体に取り込めるようにしています。鈴廣かまぼこでは、魚肉たんぱくを分解して魚肉ペプチドにすることで、たんぱく質（アミノ酸）を効率よく補給できるとしています。



② 国産天然素材5種のうまみ・栄養をまるごと凝縮。料亭のような奥深い味わいに

天然昆布、初鰹、いわし、無臭にんにく、生姜の国産天然素材5種を使用。それぞれの素材が持つうまみを凝縮し、重ね合わせることで、食塩やうまみ調味料に頼らず、奥行きのある味わいに仕上げました。天然昆布のまろやかなうまみ、初鰹の芳醇な香りとうまみ、いわしの奥行きのある甘さに、無臭にんにくと生姜を加えることで魚のクセを整え、コクと風味を引き立てています。



まろやかなうまみが
上品な味わいに。
北海道産(羅臼・日高・利尻)
天然昆布



芳醇な香りと
ふくやかなうまみ。
鹿児島・高知県産
はつがっお
初鰹



奥行きのある甘さを
引き出す。
山口県産・九州全域
いわし



魚のクセを整え、
コクを引き立てる。
九州全域
無臭にんにく



魚のクセを整え、
だしの風味アップ。
国産
生姜

③ 食塩・保存料・アミノ酸系調味料不使用。和洋中、毎日の料理に手軽に使える

毎日使ってほしいからこそ、食塩・保存料・アミノ酸系調味料は不使用。天然素材のうまみを生かしたやさしい味わいで、さまざまな料理のおいしさを引き立てます。

味噌汁やうどん、煮物などのだしとしてはもちろん、肉野菜炒めやチャーハン、パスタに振り入れたり、バターやクリームチーズに混ぜてパンに塗ったりと、和洋中を問わず幅広く活用できます。粉末タイプで水にもさっと溶けるため、いつもの食事に手軽に取り入れられます。



商品情報

販売名：ハルメク お魚たんぱくがとれる栄養だし
内容量：240g
価格：1袋 4,290円(税込)
形状：粉末タイプ
賞味期限：常温で製造日より2年(未開封)



開発担当者コメント（ハルメク 健康食品事業部 商品開発担当 伊東恭恵）

たんぱく質を摂取できる食品やサプリメントは数多く販売されていますが、「選択肢が多く、何を選べばいいかわからない」「試してみたものの、イメージしていた味と違った」「プロテインドリンクだけでおなかがいっぱいになってしまう」といったお声をよく耳にします。そこで私たちは、いつものおいしい食事を何かに置き換えるのではなく、「毎日の食事をおいしく楽しんでいたから、自然とたんぱく質などの栄養も摂れている」ことを理想に、この商品を開発しました。だしは、料理の味の土台となり、風味やおいしさを底上げしてくれる存在です。



だからこそ、毎日の料理に使うだしであれば、おいしさを楽しみながら、たんぱく質も無理なく摂り入れられると考えました。煮出す必要のない粉末タイプなので、だしとして使うだけでなく、炒め物にさっと振りかけるだけでも簡単に味が整います。お味噌汁や煮物などの和食はもちろん、炒め物やパスタまで、ジャンルを問わずさまざまな料理にお使いいただけます。ぜひ、毎日の食事を楽しみながら、手軽なたんぱく質補給に役立てていただければと思います。

販売部数 No.1 雑誌「ハルメク」をはじめ多角的なサービスを展開するハルメクグループ

50代からの女性が前向きに明るく生きるための価値ある情報をお届けしています。健康、料理、おしゃれ、お金、著名人のインタビューなど、幅広い情報が満載です。また、雑誌「ハルメク」の定期購読者には、本誌とともに提供するカタログを同封し、オリジナル商品を主として販売。カタログの他、自社通販サイトや百貨店を中心とした店舗展開など、幅広いチャネルを展開しています。販売している商材は、ファッション・インナー・コスメ・美容・健康など多岐にわたり、独自のシンクタンクである「ハルメク 生きかた上手研究所」を通じて利用者の声を徹底的に調査、反映した商品開発で、多くの女性から支持を得ています。



雑誌「ハルメク」公式サイト：<https://magazine.halmek.co.jp>

■会社概要

商号：株式会社ハルメク
代表者：代表取締役社長 宮澤 孝夫
本社所在地：〒162-0825 東京都新宿区神楽坂四丁目 1 番 1 号
設立：2012 年 7 月 24 日
事業内容：出版ならびに通信販売業
会社サイト：<https://www.halmek-holdings.co.jp/company/group/halmek/>

【お問い合わせ先】

ハルメク PR 事務局（(株)プラチナム内） 中村・名取・矢部・平野
TEL：03-5572-6072 / E-MAIL：halmek_pr@vectorinc.co.jp
株式会社ハルメクホールディングス 広報・IR 室 武曽・荒木
TEL：03-6272-8222 E-MAIL：pr@halmek.co.jp