

# Press Release

報道関係者各位



2026年6月11日

株式会社 AIVICK

## セルフコントロール食「#100ミール」、単品パーツ5個セットプランを新発売！

～食事は自分で設計する時代。完全栄養食の次にくる、足す栄養という「整えパーツ」～

株式会社 AIVICK（アイヴィック、本社：京都府京都市、代表取締役：矢津田 智子、以下、AIVICK）は、6月11日より、[#100ミール](#)の新しいラインナップとして、単品で活用できる「5個セットシリーズ」を発売します。これまで、[#100ミール](#)は、「主食・主菜・ソース・スープ・スチームベジタブル」をまとめた1食の完全栄養食プランでしたが、日頃の食事への、「整えパーツ」としてアレンジしました。「足す」ことで栄養を補強し、体を「整える」設計へと食生活を進化させます。



セットは5種類で、「7品目のスチームベジタブル5個セット

「食べる彩りスープセット5個セット」「食べる具たくさんソース5個セット」「素材を味わう主菜5個セット」「栄養プラスご飯5個セット」です。また、一品あたり100kcalなので、カロリー計算が単純で、食生活の管理やセルフコントロールがとても簡単です。アイヴィックは、新しいラインナップも加えた[#100ミール](#)を通じて、「世界一優しく人に寄り添うフードテクノロジーで食事の力を意識せず味方にできる世界」というビジョンの実現を目指します。

### ■背景

お客さまから、外食やジャンクフード中心の食事においても、「栄養価の高いスチームベジタブルなどを手軽に追加できれば、栄養バランスへの不安が軽減される」といったご要望をいただいていた。こうしたニーズを受け、[#100ミール](#)を“食事の一部として組み合わせられるパーツ”として提供することで、日常の食事に無理なく栄養を補完できる「足して整える食事スタイル」を提案し、お客さまの健康的な食生活をサポートすることを目的に、本サービスの展開に至りました。

### ■こんな方におすすめです。

- ・野菜不足が気になる方：外食中心・主菜に偏りがち・サラダが苦手な方の野菜補給に最適。
- ・栄養バランスを整えたい方：特に女性に不足しがちな葉酸・Ca・鉄、ビタミンA,ビタミンCが摂れる栄養設計

### ■本件に関するお問い合わせ先

株式会社 AIVICK 広報担当 メールアドレス：[corporate\\_relations@aivick.co.jp](mailto:corporate_relations@aivick.co.jp)

## ■ 5 個セットシリーズ ラインナップのご紹介 (※写真はイメージです/価格はすべて税込表記です)

野菜が主役「7 品目のスチームベジタブル 5 個セット」 初回価格：2,690 円 通常：4,093 円



約 230g とボリュームたっぷりの野菜を蒸し、栄養価をとじています。定番メニューのスチームベジタブルは、水溶性ビタミンの流出を抑え、栄養価を高い水準で保持できるのが特徴です。ビーツをはじめ根菜やキノコ類と栄養価の高い野菜を使用しています。「高密度栄養設計」を支える科学的な裏付けにより、1 食の栄養密度を最大限に高めています。

飲む食事「食べる彩りスープ 5 個セット」 初回価格：1,069 円 通常：1,933 円



#100 ミールのスープは、野菜・たんぱく質・微量栄養素を備えた“食事の一部”として設計。

野菜をたっぷり使用したポタージュ中心の食事としての満足度も高い一品です。朝ごはんにおすすめです。

アレンジは無限大「食べる具だくさんソース 5 個セット」 初回価格：1,069 円 通常：1,933 円



主食、主菜やスチームベジタブルにかけてお召し上がりください。具だくさんなので、そのまま食べても食べ応えがあります。パスタにのせたり、ご家庭にある食材とあわせてアレンジをお楽しみいただけます。

食べ方をデザイン「素材を味わう主菜 5 個セット」 初回価格：1,609 円 通常：2,365 円



当社の「食べる具沢山ソース」と一緒でも、ご自身の好きなソースをかけたり、そのまま食べたり、お好きな食べ方でお楽しみください。

### ■ 本件に関するお問い合わせ先

株式会社 AIVICK 広報担当 メールアドレス：[corporate\\_relations@aivick.co.jp](mailto:corporate_relations@aivick.co.jp)

低カロリーの主食「栄養プラスごはん 5 個セット」 初回価格：961 円 通常：1,393 円



カロリーの低いこんにゃく米、もち麦と白米を使用しています。きのこや海藻など低カロリーで食べ応えのある具がたくさんはっていて、ご飯でも栄養がとれます。

### 担当者コメント

「毎日の食事で栄養をしっかり摂りたい」—そう思いながらも、仕事や育児に追われる毎日の中で、カロリーや栄養バランスを考えた自炊を続けることは、決して簡単ではありません。手軽に食事を済ませる日が続くと、「また野菜が足りなかった」「ビタミンやミネラルが摂れていないかも」と、罪悪感やストレスを感じてしまう方も多いのではないのでしょうか。

私たちは、そんなリアルな日常を送るお客さまの声に向き合い続け、「完璧な食事」を目指すのではなく、今の生活に無理なく取り入れられる「もう一歩」を提案したい—その思いから生まれたのが「#100 ミール」の 5 個セットシリーズです。いつもの食事にプラスオンするだけ。100 キロカロリーという分かりやすい単位は、カロリー管理の負担を減らしながら、食事の質を自然にアップさせてくれます。忙しい毎日を送るすべての方に、「これなら続けられる」と感じていただける一品をお届けできると確信しています。

パーソナル商品開発室 ディレクター 坂口 可奈

### ■ サービス紹介：#100 ミールとは

#### 「1 つ 100kcal でデザインする高密度栄養食。健康もおいしさもセルフコントロール」

「カロリーは抑えたいけど、必要な栄養はしっかり補いたい」という忙しい現代人の願いを叶えるためには、同じカロリーでも栄養の質が高い、高密度な栄養素を補給できる食品が必要です。#100 ミールでは、多種多様な栄養価の高い食材を巧みに組み合わせることで、栄養の質を徹底的に高めた「高密度栄養食品」を提供しています。現代人に不足しがちな栄養を充実させ、心と体の満足を両立させます。

### ■ サービスの概要

- ・冷凍食品の定期配送サービス
- ・お届け頻度：毎週、隔週、3 週に一度（スキップ、停止も自由です）
- ・お届けごとに 1%割引、最大 5%割引
- ・送料 990 円（1 万円以上のお買い上げで無料）
- ・URL：<https://meal.100kcal.shop>

### ■ 本件に関するお問い合わせ先

株式会社 AIVICK 広報担当 メールアドレス：[corporate\\_relations@aivick.co.jp](mailto:corporate_relations@aivick.co.jp)

## ■ #100ミールで使用する食材について



・**野菜**：使用野菜はすべて国産。スチームベジタブルで使用する野菜は、化学合成農薬、化学肥料は原則不使用のこだわりの国産素材を一部使用しています。

・**肉・魚**：肉は国産、魚は独自の厳しい安全基準を満たすものだけを使用します。

・**その他加工品**：加工品は国産を中心に独自の厳しい安全基準を満たすものだけを使用します。使用する食材はすべて全食材の規格書・産地証明書を管理し、出所が明らかで確かな品質を徹底しています。

## ■ AIVICK の無添加調理に関するこだわり

食品添加物は不使用の無添加調理を施しています。[#100ミール](#)の無添加基準は、食品を作る上で欠かせないような食品添加物以外は使用しないという基準を設け、無添加調理にこだわり製造しております。

現在使用している「添加物」は以下のとおりです。

- ・豆腐に使われるにがり（塩化マグネシウム）：豆腐の製造に使用される凝固剤。
- ・焼成 Ca(カルシウム)、ビタミン C：こんにゃく米の製造に使用。

## ■ AIVICK 会社概要

AIVICK は、「食×IT」の力で人々の健康とパフォーマンスの最大化を支援するフードテック企業です。管理栄養士が監修する食品添加物不使用の食事提供に加え、データに基づいた「パーソナライズ食」の提案など、最新技術を駆使したウェルネスソリューションを展開しています。企業の健康経営を加速させる福利厚生サービスを通じ、従業員の幸せと組織の持続的な成長に寄与する、新たな食の価値を創造しています。

- ・一流シェフ・管理栄養士監修による家庭料理デリバリーサービス[「シェフの無添づくりおき」](#)
- ・高密度栄養設計されたセルフマネジメント食のデリバリーサービス[「#100style-MEAL」](#)
- ・砂糖・合成甘味料・小麦粉・添加物不使用、1つ100kcalのスイーツ[「#100style-SWEETS」](#)

・所在地：〒601-8471 京都府京都市南区八条町 416 米澤京都八条ビル 6F

・代表者：代表取締役 矢津田 智子

・設立：2005年4月20日

・事業内容：フードソリューション事業、個人最適食エージェント事業

・コーポレートサイト URL：<https://www.aivick.co.jp/>

## ■ 本件に関するお問い合わせ先

株式会社 AIVICK 広報担当 メールアドレス：[corporate\\_relations@aivick.co.jp](mailto:corporate_relations@aivick.co.jp)