



2026年7月23日
株式会社MDホールディングス

国産のうるち米といりこ粉末を使用！ノンフライで低脂質のお菓子

『いわしぼんせん』が新発売

～国産素材を活かした、カルシウムたっぷりのおやつ～

株式会社MDホールディングス（本社：大阪府東大阪市）は、国産のうるち米といりこ粉末を生地に使用したノンフライのお菓子『いわしぼんせん』を、2026年9月1日（火）より、全国で発売いたします。



■ 開発背景

本商品は、国産のうるち米といりこ粉末を練りこんだ生地を、さくっと軽い食感に焼き上げた、不足しがちな栄養素をおいしく摂取できるお菓子です。

近年、20歳以上の男女共に、カルシウムの摂取量が不足していると言われています。カルシウムは骨の健康維持に重要な栄養素でありながら、カルシウムの推奨摂取量に対して男性では約4割、女性では約3割不足しているという結果が公表されており、カルシウム摂取に課題がうかがえます。

参照：厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2025年版)」

厚生労働省「令和5 年国民健康・栄養調査結果の概要」

そのような背景から、本商品は日々の生活の中で手軽においしくカルシウムを摂取していただけるよう、生地にいりこ粉末を練りこむことで、魚由来のカルシウムが摂取できる商品に仕上げました。さらに、脂質を気にせず毎日食べていただける商品を目指し、ノンフライ製法にもこだわり開発しました。

いりこの風味を感じられる生地と、ノンフライで低脂質が特長の本商品は、そのまま食べていただく以外にも、おつまみや軽食などのアレンジの素材として楽しんでいただけます。

■ 商品特長

- ・ 国産うるち米を使用した生地に国産いりこ粉末を練りこみ、軽い食感に焼き上げたノンフライのお菓子
- ・ さくっと軽い食感で、魚の風味を感じられるやさしい味わい

- 製品1袋(33g)当り、脂質は0.3mgと、低脂質で罪悪感が少ないヘルシーな設計
- 魚由来のカルシウムを豊富に含有
(製品100g当り：カルシウム470mg)
- ぽんせん1枚のサイズは、標準で直径40mm×厚み10mm
- 料理のトッピングや軽食の素材など、アレンジの素材としても楽しんでいただける商品
- 食べたい分だけ取り出せて、おいしさをキープできるチャック付き袋を採用



そのままでも、アレンジしても食べやすいサイズ感



ノンフライ製法で仕上げた、ふわっと軽い食感のお菓子

■どんな食材にも合わせやすい『いわしぽんせん』！

開発担当者おすすめのアレンジレシピ

近年、自分好みにアレンジして楽しむ商品が人気を博しており、食品においても、ひと手間加えることでカスタマイズできる商品が増加しつつあります。そのような傾向を受け、自分好みにアレンジを加えたり、個々のスタイルに合わせておいしく食べていただけるお菓子として、アレンジレシピを提案いたします。



サーモンとアボカドのカナッペ

◆材料(3~4人前)

いわしぽんせん…… 1袋
サーモン(刺身用)……200g
アボカド……1個
レモン……1個

◆作り方

- ①サーモンを2cmほどの角切りにカットする。
- ②アボカドとレモンをいちょう切りにカットする
- ③『いわしぽんせん』にカットしたアボカドとサーモンを乗せ、最後にレモンを乗せる。

★醤油漬けにしたサーモンを使用すると、よりいっそうおいしくお召し上がりいただけます。

梅とクリームチーズのカナッペ

◆材料(3~4人前)

いわしぽんせん…… 1袋
クリームチーズ……150g
大葉……7枚
梅肉ペースト……適量
ごま……適量

◆作り方

- ①『いわしぽんせん』にクリームチーズを乗せる。
- ②半分にカットした大葉と、お好みの量の梅肉ペーストをクリームチーズの上に乗せ、最後にごまを散らす。

■ 商品概要

商品名 : いわしぼんせん
参考価格 : 378円（税込） ※消費税8%
内容量 : 33g
発売日 : 2026年 9月 1日（火）
販売エリア : 全国のスーパー、ドラッグストア
MDホールディングス 公式オンラインショップ (<https://store.md-holdings.com/>)

■ 公式SNS

公式SNSでは、動画や写真など、皆さまにお楽しみいただけるコンテンツを発信しております。是非ご覧ください。

公式X	@mdhdg2215 (https://x.com/mdhdg2215)
公式Instagram	@mdhdg2215 (https://www.instagram.com/mdhdg2215)
公式TikTok	@mdholdings (https://www.tiktok.com/@mdholdings)
公式Facebook	(https://www.facebook.com/MD-107165911796000)

MDホールディングスは、「Make Daily Happiness O K A S H Iを通して日々の生活に笑顔の時間を創造する」をパーパスに掲げ、事業を通じて持続可能な社会の実現のため、SDGsの目標の達成に向けて取り組んで参ります。

■ 会社概要

社名 : 株式会社MDホールディングス
代表者 : 執行役員CEO 廣田 光浩
所在地 : 大阪府東大阪市新庄4丁目11-20
設立 : 1968年（昭和43年）6月3日
事業内容 : 菓子の販売および卸売業
URL : <https://md-holdings.com/>

【本プレスリリースに関するお問い合わせ先】

株式会社MDホールディングス PR事務局
担当：栢井（ますい）
Tel：072-960-2215
E-mail：marketing@mdhdg.com