



個包装1袋で約26kcal！健康志向の高まりに応えるお菓子  
『からだプラン えびアーモンド』が新発売  
～香料・甘味料不使用&カルシウム・鉄がたっぷりの嬉しい設計～

株式会社MDホールディングス（本社：大阪府東大阪市）は、手軽に美味しく栄養を補える、罪悪感のないお菓子『からだプラン』ブランドより、自然由来のカルシウム・鉄をたっぷり含有した素材菓子『からだプラン えびアーモンド』を2025年9月1日（月）より、全国で発売いたします。



## ■ 開発背景

本商品は、当社の『からだプラン』から、新たなラインアップとして開発したお菓子です。2016年の発売以来、美味しさと豊富な栄養素を両立させ、健康を意識しながら間食を楽しめる商品として、多くのお客様にご支持いただいております。

近年、健康志向が高まる中でも、特に日本の女性ではカルシウムと鉄の摂取不足が問題となっております。厚生労働省の調査によると、成人女性のカルシウム摂取量は推奨量に対して約3割不足し、鉄は20～40代女性の約8割が不足傾向にあるとされており、健康ニーズが高まる一方で、日常の食事だけで十分に栄養を摂取することが難しいのが現状です。

参照：厚生労働省「令和4年 国民健康・栄養調査結果の概要(2022年版)」

そこで当社は、“自然素材から栄養を摂取できるお菓子”をコンセプトにした『からだプラン』の『海鮮ミックス』シリーズから、初めて“鉄”を摂取できる商品として、『からだプラン えびアーモンド』を開発いたしました。

サクッと香ばしい小えび、まろやかな味わいを引き立てるカリッとしたアーモンド、あまじょっぱい味わいがやみつきのポリポリ食感のごまいりこを組み合わせ、栄養だけでなくおいしさも楽しめるお菓子に仕上げています。

さらに、カルシウム・鉄が豊富で、特に女性にうれしい栄養設計に加え、個包装1袋当たり約26kcalと罪悪感が少ないカロリー設計で、日々の間食にも取り入れやすい点も特長です。

## ■ 商品特長

- ・ 当社の『からだプラン』ブランド『海鮮ミックス』シリーズの新商品
- ・ 小えび・アーモンド・ごまいりこが入った、素材菓子
- ・ 自然由来のカルシウム・鉄がたっぷり含まれている
- ・ 不足しがちな栄養素のDHA・EPAなどを含み、健康維持に役立つ成分を手軽に摂取することが可能
- ・ 個包装1袋（6.0g）当り、タンパク質は2.3g、カルシウムは105mg、鉄は0.4mg、DHAは18mg、EPAは41mgを含有
- ・ 個包装1袋（6.0g）当り、約26kcalと罪悪感が少ないヘルシーなカロリー設計
- ・ 個包装タイプのため、オフィスや外出先での間食、食べすぎ防止に最適
- ・ 素材の旨みを楽しめる味わいは、お酒のおつまみにもピッタリ



『からだプラン えびアーモンド』



ピンクを基調にしたポップな個包装デザイン

## ■ 『からだプラン』ブランド

『からだプラン』は、“手軽に美味しく栄養を補える、罪悪感のないお菓子”をコンセプトに展開している当社のお菓子です。『海鮮ミックス』『セサミン』の2種類のシリーズで構成されています。

『海鮮ミックス』シリーズは、ナッツをベースに異なる海鮮の素材を組み合わせた、各素材に由来する栄養素を手軽に摂取できる素材菓子として『さばチップアーモンド』『わかめアーモンド』『しじみアーモンド』、そして今回新たに加わる『えびアーモンド』の全4種類のラインアップとなっております。

『セサミン』シリーズは、白ごま・金ごまをベースに相性の良い素材を固めたひとくちサイズのごま菓子として、全3種類のフレーバーごとにグルコサミン、カルシウム、鉄を含んだラインアップを展開しております。



(上) 『海鮮ミックス』シリーズ

(下) 『セサミン』シリーズ

## ■ 商品概要

商品名 : からだプラン えびアーモンド  
参考価格 : 486円 (税込) ※消費税8%  
内容量 : 8袋  
発売日 : 2025年 9月 1日 (月)  
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、キャンペーン企画のほか、クリエイターの方とコラボした投稿企画など、フォロワーの皆様にお楽しみいただける企画を多数実施しております。是非ご確認ください。

|                       |   |
|-----------------------|---|
| 公式X                   | @mdhdg2215 ( <a href="https://x.com/mdhdg2215">https://x.com/mdhdg2215</a> )                              |
| 公式Instagram           | @mdhdg2215 ( <a href="https://www.instagram.com/mdhdg2215">https://www.instagram.com/mdhdg2215</a> )      |
| 公式Instagram (中の人ver.) | @md_column ( <a href="https://www.instagram.com/md_column">https://www.instagram.com/md_column</a> )      |
| 公式TikTok              | @mdholdings ( <a href="https://www.tiktok.com/@mdholdings">https://www.tiktok.com/@mdholdings</a> )       |
| 公式Facebook            | ( <a href="https://www.facebook.com/MD-107165911796000">https://www.facebook.com/MD-107165911796000</a> ) |
| 公式Threads             | ( <a href="https://www.threads.net/@mdhdg2215">https://www.threads.net/@mdhdg2215</a> )                   |

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 : 常岡 (つねおか)  
Tel : 072-960-2215  
E-mail : [marketing@mdhdg.com](mailto:marketing@mdhdg.com)