

【報道関係者各位】

2026年1月8日

## 【Oisix】正月明けの身体をおいしく思いやる 食物繊維が30g※1摂れる鍋メニュー 腸内環境ごはんKit 「まろ旨！豚とたっぷり野菜の豆乳味噌鍋」販売開始 (1/8~) 腸内環境のスペシャリスト・メタジエン監修メニュー シリーズ累計14万食を超える人気

食品のサブスクリプションサービスを提供するオイシックス・ラ・大地株式会社（本社：東京都品川区、代表取締役社長：高島 宏平）が展開する「Oisix」は、2026年1月8日（木）より人気商品のミールキット「Kit Oisix」の新シリーズ「腸内環境ごはんKit」から、「まろ旨！豚とたっぷり野菜の豆乳味噌鍋」を販売開始します。同メニューは腸内環境研究のリーディングカンパニーである株式会社メタジエン（本社：山形県鶴岡市、代表取締役社長CEO：福田 真嗣）が監修し、料理を食べる人にもお腹の腸内細菌にとってもおいしい食習慣が、多様な種類の食材を使用するミールキットで手軽に叶います。※1: 2人前に含まれる量

URL : <https://www.oisix.com/sc/chonaikanryo>



▲[腸内環境ごはんKit]まろ旨！豚とたっぷり野菜の豆乳味噌鍋

腸内環境のスペシャリスト監修！  
**腸内環境ごはんKit**

### ■もともと食物繊維が足りていない日本人 年末年始の食事で食物繊維がさらに不足しがち

「日本人の食事摂取基準（2025年版）※2」では、WHOのガイドラインなどで成人では25g/日以上の食物繊維摂取が推奨されていることを踏まえ、食物繊維の目標量が改定されています。食物繊維摂取量と生活習慣病予防に対する科学的根拠が増加してきていることが一因です。実際の摂取量が目標に満たない現状を鑑み、各年齢層で具体的な目標値（例：30～64歳男性で22g/日、18歳～74歳女性で18g/日）が設定され、食物繊維の重要性がより強調されています。目標達成のためには、食事内容を見直し、食物繊維が豊富な食品（雑穀、野菜、きのこ、海藻、豆類など）を意識的に摂ることが重要です。

※2: 出典「日本人の食事摂取基準（2025年版）」（厚生労働省）（[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_44138.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_44138.html)）

年末年始は食生活の変化により、この不足傾向がさらに強まる可能性があります。ごちそうメニューは肉や魚などの動物性食品中心の食事になりがちで、食物繊維を多く含む食品の摂取量が減る傾向にあります。また、外食や中食の利用が増えること多く、これらも野菜が少ないメニューになりがちです。さらに休み期間中は生活リズムが乱れやすく、食事時間や回数が不規則になることで、バランスの取れた食事をとることが難しくなります。

### ■メタジエンが監修 ふだんのごはんで腸内細菌が喜ぶ「腸内環境ごはんKit」シリーズ

「腸内環境ごはんKit」は、最先端科学で腸内環境を制御することで健康を目指す「腸内デザイン®」をコンセプトに、新たなヘルスケアの創出に取り組む腸内環境研究のリーディングカンパニー「メタジエン」が全メニューを監修しています。2025年10月9日のシリーズ本格販売開始から累計14万食を超え、「おいしく体を思いやれる」とお客様より大変ご好評をいただいているます。

「腸内環境ごはんKit」は、5種類以上の野菜、1食1人前あたり10g以上・8種類以上の食物繊維やオリゴ糖を含むなど腸内細菌に考慮した食材選定により、毎週お届けするミールキットのメニューを召し上がることで腸内環境を整えることに役立ちます。和洋中様々な普段の献立で、家族みんなで毎回違ったメニューと一緒に食べられることにより、おいしく無理のない食習慣として継続しやすくなります。

本リリースに関するお問い合わせ

オイシックス・ラ・大地株式会社 広報：丸尾

TEL : 050-5305-0549 (直通) E-mail : [publicity@oisixradaichi.co.jp](mailto:publicity@oisixradaichi.co.jp)

(上記内容は断りなく変更される場合があります/最新情報は上記お問合せ先までご連絡ください)

«商品概要» ※価格は税込 原料調達の都合により価格が変更になる場合があります

**商品名：[腸内環境ごはんKit]まろ旨！豚とたっぷり野菜の豆乳味噌鍋**

**販売価格：2人前 3,131円**

**概要：**食物繊維が30g入った鍋メニューが新登場。さつまいもやきのこ類など食物繊維が入った野菜をたっぷり楽しんだあとのは、腸内環境ごはんKitオリジナルの中華麺で味噌ラーメン風に。中華麺には高食物繊維小麦粉「アミュリア」を使用しています。

**販売期間：**2026年1月8日（木）10:00～1月15日（木）10:00

**URL：**<https://www.oisix.com/sc/chonaikankyo>



## ■高食物繊維小麦粉「アミュリア」使用、日清製粉がOisixへ開発協力し高食物繊維のオリジナル麺が誕生！

「アミュリア」は、日清製粉が開発した日本初の高食物繊維小麦粉です。原料には、オーストラリア・ARISTA社が20年以上かけて自然交配で育種した特別な小麦を100%使用。小麦粉100gあたり約17gの食物繊維を含み、一般的な小麦粉の約5倍です。そのうち約80%※3は腸内細菌のエサとなり、腸内細菌の増殖をサポートする「発酵性食物繊維※4」。おいしく日々の献立に取り入れやすい、高食物繊維のオリジナルうどん・パスタ・中華麺が誕生しました。食物繊維不足が指摘される現代の食生活において、日常の食事で手軽に食物繊維を摂取できる新しい選択肢です。※3：パンからの換算値 ※4：腸内細菌によって発酵しやすい食物繊維

### 株式会社メタジエンについて

「腸内環境に合ったヘルスケアをあたりまえにする」ことをミッションとし、腸内デザイン®をコンセプトにしたアプローチによりグループ全体で「病気ゼロ」を目指す。腸内環境の機能を包括的に理解するための独自の腸内環境評価技術「メタボロゲノミクス®」を駆使した研究開発支援プラットフォームを活用した「研究付加価値探索事業」「商品開発支援事業」、そして科学的根拠を基盤に社会への啓発活動を行う「サイエンスPR事業」を推進。試験計画から解析データの解釈・考察、その先の事業化提案まで、腸内環境研究とその社会実装を一気通貫でサポートしている。「腸内デザイン市場」の共創を目指す企業連携コミュニティ「腸内デザイン共創プロジェクト」を運営し、2025年10月現在40社以上が参画。腸内環境の正しい知識を社会に伝え、自分のヘルスケアの軸を見つけてもらうためのオウンドメディア「onakademy」も運営。



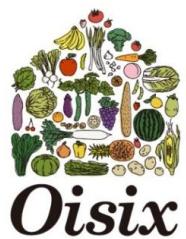
### 「Kit Oisix」について

必要量の食材とレシピがセットになった、主菜と副菜の2品が20分で作れるミールキット。2013年7月より販売を開始し、これまでに誕生したメニュー数は2,500以上。調理時間を削減できるだけでなく、毎週20以上の和洋中のメニューを展開しているので、メニューのマンネリ化も防ぐことができます。また、有機野菜や特別栽培の野菜など安心・安全に配慮した野菜を5種類以上使用しています。シリーズ累計出荷数は2億食（2024年8月時点）を突破しています。

**URL：**[https://www.oisix.com/sc/kitoisix\\_intro](https://www.oisix.com/sc/kitoisix_intro)

### 食品宅配サービス「Oisix」について

2000年に設立。「つくった人が自分の子どもに食べさせられる食材のみを食卓へ」をコンセプトとした、有機野菜や特別栽培野菜など、できる限り添加物を使用せずに作った加工食品などの食品を取り扱うEC食品宅配サービスです。現在、会員数は360,887人（2025年9月末時点）で日本全国の方にご利用いただいています。2013年7月に販売を開始した、必要量の食材とレシピがセットになり主菜と副菜の2品が20分で完成するミールキット『Kit Oisix』は、シリーズ累計出荷数が2億食（2024年8月時点）を突破しています。



本リリースに関するお問い合わせ

オイシックス・ラ・大地株式会社 広報：丸尾

TEL：050-5305-0549（直通） E-mail：[publicity@oisixradaichi.co.jp](mailto:publicity@oisixradaichi.co.jp)

（上記内容は断りなく変更される場合があります/最新情報は上記お問合せ先までご連絡ください）

## オイシックス・ラ・大地株式会社について

オイシックス・ラ・大地株式会社は、「Oisix」「らでいっしゅぼーや」「大地を守る会」の国内主要ブランドを通じ、安心・安全に配慮した農産物、ミールキットなどの定期宅配サービスを提供しています。子会社に、事業所、学校などで給食事業を展開する「シダックスコントラクトフードサービス」、病院、高齢者施設、保育園、幼稚園などで給食事業を展開する「シダックスフードサービス」、買い物困難者向け移動スーパー「とくし丸」、米国でプラントベース食材のミールキットを展開する「Purple Carrot」などがあり、食の社会課題を解決するサービスを広げています。また、「サステナブルリテール」（持続可能型小売業）としてSDGsに取り組み、サブスクリプションモデルによる受注予測や、ふぞろい品の積極活用、家庭での食品廃棄が削減できるミールキットなどを通じ、畑から食卓まで、サプライチェーン全体でフードロスゼロを目指しています。

本リリースに関するお問い合わせ

オイシックス・ラ・大地株式会社 広報：丸尾

TEL：050-5305-0549（直通） E-mail：publicity@oisixradaichi.co.jp

（上記内容は断りなく変更される場合があります/最新情報は上記お問合せ先までご連絡ください）