

心と体の健康に、
続けよう

あたらしい生活習慣

新しい生活様式の中で学んだ健康的な生活の大切なヒント。それらの中から食に関わる5つの要素をピックアップしてみました。忘れずに続けましょう。「あたらしい生活習慣」

- 1** 自分も家族も健やかな毎日を送るには
どんなことに取り組めるでしょうか？
**毎日の食事による
体調管理を意識していこう。**
手洗いなどの衛生管理や食事による体調管理も大切！
- 2** 外を歩くことがめっきり減って、運動不足の
生活が長く続き、体がなまっていますか？
**運動してたんぱく質を
しっかり摂ろう。**
適度な運動と普段からの健康的な体づくりが大切！
- 3** 長時間、家族そろって家で過ごす生活が続いています。
せっかくなので家族みんなで料理しませんか？
**家族みんなで
クッキングを楽しもう。**
一家そろってクッキングするのは楽しい、おいしい！
- 4** 外出自粛や在宅勤務で毎日のごはんづくりが結構大変。
家事の負担が増えて、頑張りが過ぎていませんか？
**おいしく時短できる
食品も活用しよう。**
改めて、時短レシピやレトルト食品、
冷凍食品の便利さを実感！
- 5** 買い物に行ったら棚がほとんど空っぽ！
結局、災害時の備えが出来ていなかった……
**いざというときのために
食品をストックしておこう。**
改めて、食べ物のストックって大事
なんだなと実感。

今後は宅配サービスをもっとうまく活用して
健やかで楽しく快適な食生活をおくりましょう！

商品のご注文・配達・集金についてのお問合せは

販売店名

■お届けの販売店は、保冷受箱・ご請求明細書でもご確認いただけます。 D2020.10-12

四国明治株式会社

明治の宅配
ホームページ

明治の宅配

検索

<http://www.meiji.co.jp/takuhaimeiji/>

明治の宅配ホームページ



【個人情報の取扱いについて】お客様の個人情報につきましては、商品の配達、集金業務の遂行、各種サービス・イベントのお知らせその他、マーケティング等の目的のために個人を特定しない統計的情報の形で利用させていただきます。

宅配申込書

商 品	税抜価格	税込価格	週当たり	商 品	税抜価格	税込価格	週当たり
1 明治グルコサミン1500&コラーゲン3000			() 本	18 なめらかとうふ			() 個
2 明治ミルクで元気			() 本	19 明治の牛乳屋さんおすすりビーフカレー			() パック
3 明治 TANPACT ロコケア			() 本	20 明治朝のリズムひとくちチーズ			() 袋
4 明治プロビオヨーグルト R-1 ドリンクタイプ			() 本	21 牛乳にあうおいしい青汁			() パック
5 明治プロビオヨーグルト R-1			() 個	22 明治メイバラン コーヒー味			() 本
6 明治プロビオヨーグルト LG21 ドリンクタイプ			() 本	23 明治メイバラン ストロベリー味			() 本
7 明治プロビオヨーグルト LG21			() 個	24 明治メイバラン バナナ味			() 本
8 明治ブルガリアのヨーグルト LB81 きわだつ芳醇			() 本	25 明治アクアサポート			() 本
9 明治おいしい牛乳			() 本	26 まるごと野菜 じっくり煮込んだポトフ			() 袋
10 (無調整) 明治牛乳			() 本	27 まるごと野菜 完熟トマトのミネストローネ			() 袋
11 明治コーヒー			() 本	28 まるごと野菜 6種類の鶏だし白湯スープ			() 袋
12 明治クロレラ乳酸菌			() 本	29 黄金のとうもろこしと生クリームで仕立てたコンスープ			() 袋
13 明治いきいきセサミン			() 本	30 即攻元氣 アミノ酸&ローヤルゼリー			() 袋
14 明治KAGOME 野菜生活 100 1日1本 緑黄色野菜			() 本	31 即攻元氣 11種のビタミン&4種のミネラル			() 袋
15 はちみつ黒酢			() 本	32 明治北海道十勝カマンベールチーズ			() 個
16 プルーンブレンド			() 本	33 明治北海道十勝カマンベールチーズ 切れてるタイプ			() 個
17 まろやか調製豆乳			() 本				

お名前

様 お申込み日 年 月 日

ご住所

配達開始日 月 日 () 曜日から

お電話番号 () -

meiji
明治グループ

月極で、ご自宅までお届けいたします。

明治の宅配サービス

株式会社 明治は
宅配シェア

Nö.1

(※) 総合プランニング調べ(19年4月～20年3月)

明治の宅配商品のご案内

New



グルコサミン&
コラーゲンが
これ1本で！

軽やかな
毎日に
潤いを



強さひきだす
乳酸菌※



※「強さ」とは健やかな生活を送りたいという前向きな想いを表しています。

健康で楽しい生活を送りたい。
そんなお客様の想いにお応えします。



四国明治株式会社

明治 **グルコサミン1500&コラーゲン3000** ●乳飲料/100ml

もつと軽やか。い。

11月 新発売

■栄養成分表示/1本(100ml)当たり

エネルギー	55kcal
たんぱく質	4.8g
脂質	0g
炭水化物	8.9g
食塩相当量	0.075g
ビタミンB6	1.3mg
ビタミンC	100mg
グルコサミン	1500mg
コラーゲンペプチド	3000mg
ヒアルロン酸	5mg

アレルギー物質(特定原材料等)
えび・かに・乳成分・大豆・ゼラチン

グルコサミン & コラーゲンが **これ1本で!**

グルコサミン
軟骨の成分であり、軟骨や靱帯の関節組織、細胞をつなぐ結合組織など、私たちのカラダに広く存在します。さらに、保水力の高いヒアルロン酸の基となる注目のおい成分です。

コラーゲン
軟骨、骨、血管などに多く存在し、細胞と細胞をつなぐカラダの土台ともいえる成分です。さらに、真皮部分の約70%を占める、うるおいに大切な成分です。

コラーゲン
ヒアルロン酸など

どちらの成分も、加齢とともに減少してしまうため、上手に補給することが大切です!

さらにうれしい

ビタミンC
コラーゲンの生成、保持を助けます。

ヒアルロン酸
皮膚や軟骨に多く含まれる保水力の高い成分です。

ビタミンB6
神経や筋力の機能を正常に保ち、皮膚や粘膜の健康維持を助けます。

明治 **ミルクで元気** ●乳飲料/180ml

食生活で守る骨密度
1本で1日分のカルシウムと鉄分

■栄養成分表示/1本(180ml)当たり

エネルギー	106kcal	カルシウム	700mg
たんぱく質	6.5g	鉄	7.5mg
脂質	4.0g	ビタミンD	25.0μg
炭水化物	11.0g	葉酸	72μg
食塩相当量	0.22g		

低脂肪タイプ

TANPACT **ロコケア** ●乳飲料/180ml

いつまでも動けるカラダへ
がしこく、たんぱく質
速攻吸収×体内環境づくり

■栄養成分表示/1本(180ml)当たり

エネルギー	76kcal	カルシウム	166mg
たんぱく質	6.2g	ビタミンB6	1.3mg
脂質	0g	ビタミンC	100mg
炭水化物	12.8g	ビタミンD	20.0μg
食塩相当量	0.10g	ビタミンE	13.0mg
亜鉛	8.8mg	葉酸	240μg

明治 **プロビオ[®]ヨーグルト R-1** ●発酵乳/100ml・100g

強さひきだす乳酸菌

※「強さ」とは健やかな生活を送りたいという前向きな想いを表しています。

■栄養成分表示/1本(100ml)当たり

エネルギー	70kcal
たんぱく質	3.2g
脂質	0.6g
炭水化物	12.9g
食塩相当量	0.11g
カルシウム	112mg

■栄養成分表示/1個(100g)当たり

エネルギー	81kcal
たんぱく質	3.5g
脂質	3.1g
炭水化物	9.8g
食塩相当量	0.11g
カルシウム	123mg

明治 **プロビオ[®]ヨーグルト LG21** ●発酵乳/100ml・85g

胃で働く乳酸菌

※胃で働く乳酸菌とは、“胃で生き残る力が強く、胃での増殖性が高い”という特徴を「働く」と表現しております。

■栄養成分表示/1本(100ml)当たり

エネルギー	70kcal
たんぱく質	3.2g
脂質	0.6g
炭水化物	12.9g
食塩相当量	0.13g
カルシウム	114mg

■栄養成分表示/1個(85g)当たり

エネルギー	68kcal
たんぱく質	2.9g
脂質	2.6g
炭水化物	8.3g
食塩相当量	0.094g
カルシウム	102mg

明治 **ブルガリア** ●牛乳/180ml

きわだつ芳醇

■栄養成分表示/1本(180ml)当たり

エネルギー	148kcal
たんぱく質	5.6g
脂質	4.8g
炭水化物	20.6g
食塩相当量	0.21g
カルシウム	191mg

明治 **おいしい牛乳** ●牛乳/180ml

まるで牧場でしほったような生乳のおいしさをピンと味わう贅沢を体験できます。

■栄養成分表示/1本(180ml)当たり

エネルギー	123kcal
たんぱく質	6.1g
脂質	7.0g
炭水化物	8.9g
食塩相当量	0.19g
カルシウム	204mg

明治 **コーヒー** ●乳飲料/180ml

お風呂がわりに1本! と家族みなさまで楽しめる優しい味。

■栄養成分表示/1本(180ml)当たり

エネルギー	89kcal
たんぱく質	2.0g
脂質	1.4g
炭水化物	17.2g
食塩相当量	0.17g

明治 **クロレラ乳酸菌** ●乳製品乳酸菌飲料/100ml

クロレラと生きた乳酸菌の融合! クロレラエキス25mg配合

■栄養成分表示/1本(100ml)当たり

エネルギー	61kcal
たんぱく質	1.4g
脂質	0.9g
炭水化物	13.9g
食塩相当量	0.12g

明治 **いきいきセサミン** ●清涼飲料水/125ml

※1200粒分のごま実感。

●ゴマの健康成分「セサミン」15mg配合
●ローヤルゼリー100mgを配合
●毎日おいしく飲みやすいごま風味!

■栄養成分表示/1本(125ml)当たり

エネルギー	64kcal
たんぱく質	1.4g
脂質	1.7g
炭水化物	10.7g
食塩相当量	0.12g

明治 **KAGOME 野菜生活100** ●1日1本 緑黄色野菜 ●にんじんミックスジュース/125ml

不足しがちな野菜は1日1本で。1本で野菜と果実30品目、緑黄色野菜160g分の野菜汁を使用。

■栄養成分表示/1本(125ml)当たり

エネルギー	46kcal
たんぱく質	0.9g
脂質	0.1g
炭水化物	11.3g
食塩相当量	0.07g

明治 **はちみつ黒酢** ●10%りんご果汁入り飲料/125ml

国産・純黒酢を8ml使用。しっかり栄養補給できる保健機能食品(栄養機能食品)。

■栄養成分表示/1本(125ml)当たり

エネルギー	65kcal
たんぱく質	0g
脂質	0g
炭水化物	13.8g
食塩相当量	0.24g

明治 **プルーンフレンド** ●果汁ミックス飲料/125ml

欧米で「ミラクルフルーツ」と呼ばれるプルーンの果汁を配合。セサミンと鉄分がたっぷり!

■栄養成分表示/1本(125ml)当たり

エネルギー	75kcal
たんぱく質	0g
脂質	0g
炭水化物	23.0g
食塩相当量	0.03g

明治 **まろやか調製豆乳** ●調製豆乳/200ml

北海道産大豆を使用し、コクとまろやかさにこだわって作った豆乳。

■栄養成分表示/1本(200ml)当たり

エネルギー	126kcal
たんぱく質	7.9g
脂質	8.4g
炭水化物	0mg
食塩相当量	0.50g

手軽に食事サポート

なめらかとうふ ●1個/300g

明治の牛乳屋さんおすすめの **ビーフカレー** ●1パック(5食入り)/1食165g

明治 **朝のリズム ひとくちチーズ** ●1袋/105g

牛乳にあう **おいしい青汁** ●4g×15袋

■栄養成分表示/1袋(4g)当たり

エネルギー	10kcal
たんぱく質	0.3g
脂質	0.1g
炭水化物	3.3g
一糖質	0.7g
食物繊維	2.6g
食塩相当量	0.001g
カルシウム	7.6mg
鉄	0.2mg
ビタミンD	0.0μg
葉酸	7.6μg

1本に6大栄養素を配合

明治 **メイバラス** Miniカップ

コーヒーマ味 ●1本/125ml

ストロベリー味 ●1本/125ml

バナナ味 ●1本/125ml

■栄養成分表示/1本(125ml)当たり

エネルギー	200kcal
たんぱく質	7.5g
脂質	5.6g
炭水化物	31.8g
一糖質	29.3g
食物繊維	2.5g
食塩相当量	0.33g

こだわりの素材でつくった贅沢スープ

まるごと野菜

じっくり煮込んだポトフ ●1袋/200g

完熟トマトのミネストローネ ●1袋/200g

6種類の鶏だし白濁スープ ●1袋/200g

■栄養成分表示/1袋(200g)当たり

エネルギー	50kcal
たんぱく質	1.8g
脂質	1.0g
炭水化物	9.3g
一糖質	7.7g
食物繊維	1.6g
食塩相当量	1.8g

パワーと元気をチャージ

即攻元気

11種のビタミン&4種のミネラル ●1袋/150g

■栄養成分表示/1袋(150g)当たり

エネルギー	100kcal
たんぱく質	1.7g
脂質	0.0g
炭水化物	23.5g
食塩相当量	0.16g

日本人のための究極カマンベール

明治 北海道 **十勝カマンベール**

明治北海道 **十勝カマンベール チーズ** ●1個/90g

■栄養成分表示/1個(90g)当たり

エネルギー	271kcal
たんぱく質	16.4g
脂質	22.2g
炭水化物	1.3g
食塩相当量	1.0g
カルシウム	409mg