



腸内フローラが変わる毎日の“キレイ習慣” 『1食分の野菜オートミール』新発売

旭松食品株式会社（本社：大阪市、本店：長野県飯田市、社長：木下博隆）は、忙しい毎日でも美容と健康を叶えたい方に向けて、野菜とオートミールを一度に摂れる新商品『1食分の野菜オートミール』を2026年3月1日より全国発売いたします。本商品は、熱湯3分で完成する即席カップタイプ。手軽に食物繊維たっぷりの「オートミール」と「1食分の野菜」を同時に摂取できます。美容と健康を応援しつつ、環境にもやさしい“エシカルな食事スタイル”を提案します。

オートミールの特長

- ・水溶性食物繊維（β-グルカン）が豊富で、腸内細菌のエサとなり短鎖脂肪酸を生成、腸内環境を改善します。不溶性食物繊維も含まれ、腸内フローラ（腸内細菌叢）の多様性を高め、腸のバリア機能が強化されると言われています。

乾燥野菜の特長

- ・不溶性食物繊維がしっかりと残り、腸のぜん動運動を促進します。ミネラル、ビタミンが凝縮されており、腸内細菌の活動もサポートします。この商品は「1食分」相当の乾燥野菜が具材に使われています。

脳腸相関と腸内フローラのメカニズム

- ・腸内細菌が作る短鎖脂肪酸やセロトニン前駆体が脳に作用し、ストレスや気分を調整します。ストレスが腸のバリア機能を低下させると、炎症や腸内環境悪化が起こり、肌や免疫にも悪影響を及ぼす可能性があります。
- ・腸内フローラの安定化は、脳のストレス応答を緩和し、良い習慣（睡眠・健康的な食事・運動）のサイクルにも繋がります。



トマト&ガーリックリゾット（左）
洋風コンソメリゾット（右）

“キレイ習慣”的サイクルに貢献

オートミールと野菜の同時摂取は、腸内フローラを整え脳腸関係を健全に保つことに繋がり、「腸が整う→気分が安定→良い習慣が続く→さらに腸が整う」というポジティブなサイクルを生み出します。

商品特長

- ▶野菜1食分+オートミールで美容と健康をサポート
- ▶熱湯3分で完成！防災備蓄やストックにも
- ▶環境にやさしい“エシカルな食事スタイル”

本件に関するお問い合わせ先

- 報道関係者様からのお問い合わせ先 旭松食品(株) 担当：岩瀬 mail:suishin@biz.asahimatsu.co.jp
- お客様からのお問い合わせ先 旭松食品(株) お客様相談室 TEL：0120-306-020
受付時間：9:00～17:00（土・日・祝日・弊社休業日を除く）

1. 開発背景

現代の食生活は、忙しさや多様化により「栄養バランスの乱れ」や「野菜不足」が課題となっています。健康志向やサステナブルな食事への関心が高まる中、簡単に栄養を補える食品のニーズはますます増えています。

特に働く女性をはじめとする忙しい方々にとって、手軽さと美容・健康を両立できる食事は重要なテーマです。こうした背景から、オートミールと1食分の野菜を組み合わせた新しい食事スタイルを提案します。

オートミールは、環境負荷が低く、持続可能な食材とされており、本商品は「私にやさしい、地球にもやさしい」をコンセプトに、腸内フローラ改善をサポートしながらエシカルな食事スタイルを実現します。

2. 商品特長

■野菜1食分+オートミールで美容と健康をサポート

2種類のオートミールと5種の乾燥野菜（キャベツ・にんじん・小松菜・ほうれん草・さやいんげん）が手軽に食べられ、腸内フローラの改善から美容や健康をサポートします。

■熱湯3分で完成！日々の食事に

洗い物なし、オフィスや在宅ランチに最適。朝食の時短や夜食にも！

■サステナブル&エシカル

オートミールは穀物の中でも特に水資源やCO₂排出量が少なく、持続可能な食材として注目されています。

3. 商品概要

商品名	1食分の野菜オートミール トマト&ガーリックリゾット	1食分の野菜オートミール 洋風コンソメリゾット
デザイン		
内容量	35.3 g	34.2 g
JANコード	4901139505373	4901139505366
本体価格	オープン	
賞味期限	8ヶ月	
発売エリア	全国	
発売日	2026年3月1日	