

食事と運動によるカロリーコントロールで「なりたい自分」へ！  
人気の宅トレ動画クリエイター竹脇まりなさん出演の  
『マイサイズ』動画コンテンツ公開！  
～摂取カロリーと消費カロリーを分かりやすく見える化～

大塚食品株式会社（本社：大阪府中央区、代表取締役社長：白石耕一）は、『マイサイズ』ブランドにて、宅トレ動画クリエイターとして人気の竹脇まりなさんが出演するオリジナル動画コンテンツを、2022年6月3日（金）から公開します。

『マイサイズ』は、「食事にもサイズがあっていい」というコンセプトのもと開発した、100kcalのレトルト食品を中心としたシリーズです。分かりやすいカロリー表示と、カレーやどんぶりの素など幅広いメニューで食事管理に活用しやすく、2010年の発売以来、多くの方にご支持をいただいています。

毎年実施している食事に関する自社調査では、「食品の栄養表示で重視しているキーワード」をお聞きしていますが、調査を開始した2017年から5年連続で「カロリー」と答える方が最も多い結果となり、「カロリー」への消費者の関心の高さがうかがえます。

このたびの動画コンテンツは、食事や運動から健康を考える動画などで人気を集める竹脇まりなさんが、自宅でトレーニングする“宅トレ”を通じて、カロリーコントロールを楽しく伝える内容となっています。

動画内では、一般的なチキンカレーと、『マイサイズ バターチキンカレー』+『マイサイズ マンナンごはん』のカロリー差を、竹脇さんが運動で消費していくことにチャレンジしながら、摂取カロリーと消費カロリーを分かりやすく見える化しています。さらに、食事管理で「なりたい自分」をかなえる『マイサイズ』の魅力も伝えます。

『マイサイズ』は様々なメニュー展開で、選べる楽しさと、飽きずにおいしく続けられるカロリーコントロールを提案し、「なりたい自分」を応援します。



■竹脇まりなさん プロフィール

1989年、秋田県生まれ。宅トレ動画クリエイター。

“宅トレを当たり前の世界に”をミッションに夫のダーウィンとともに宅トレの魅力を広めるため、YouTubeや宅トレブランドMARINESSの運営をはじめ、様々な活動を行っている。

YouTubeチャンネルでは、自宅で楽しくできるフィットネスやダイエット料理動画を発信しており、チャンネル登録者数は300万人を突破。



■竹脇まりなさんからのコメント

無理なくカロリーコントロールができてレンジ調理できる『マイサイズ』は、本当に私の心の友です！普段撮影などでバタバタして自炊ができないこともあるので、『マイサイズ』は以前からたくさんストックしてありました。手軽にカロリーコントロールでき、「なりたい自分」をかなえる手助けになるので、ぜひみんなにも食べて欲しいです！

【マイサイズ レギュラーシリーズ製品概要】

■製品特長：

健康は、計算できる。おいしく続けられるカロリーコントロール。

1人前当たり100kcal、塩分2g以下。全てレンジで簡単調理。

■販売エリア：全国

■販売チャネル：量販店、コンビニエンスストア、一般小売店、ドラッグストア、調剤薬局等

■製品ラインアップ



■希望小売価格：

レギュラーシリーズ 100kcalソース：150円（税別）、マンナンごはん：160円（税別）