

2024

早春

信州・旬の味／ご案内

- すや亀のご案内・究極をめざすみそ..... ①②
- 門前みそ・寿翔..... ③④
- 春の旬 戸隠たくあん・バレンタイン企画・人気の門前甘酒... ⑤⑥
- 信州漬物・よもやま話..... ⑦⑧
- 調理みそ おかず味噌..... ⑨⑩
- 糀のちから・手づくりみそ・ずくいらず..... ⑪⑫
- 冷凍食品 春のお得キャンペーン..... ⑬⑭
- みそ菓子・プチギフト・老舗の逸品..... ⑮⑯
- 亀のよもやま話 健康長寿の秘訣 発酵食セット... ⑰⑱



版画：宮沢千賀【ヒトリシズカ】 【宇都宮貞子/著 宮沢千賀/挿画(合羽摺)】【四季の花】より

送料

北海道・四国・九州へ
1,320円
1ヶ所に17,280円以上の商品をお届けする場合は**送料無料**

本州
東北・関東・中部・近畿・中国へ
880円
1ヶ所に12,960円以上の商品をお届けする場合は**送料無料**

長野市内へ **550円**
1ヶ所に4,320円以上の商品をお届けする場合は**送料無料**

沖縄への送料は
運送業者(クロネコヤマト)の
規定の運賃をいただきます。

クール便の場合は金額にかかわらず
別途220円いただきます。

- 代金引換の場合は、税込10,800円未満(送料は除く)のご注文の場合手数料330円加算されます。
- ご注文が多い場合は、西濃運輸の路線便になります。
- 沖縄及び離島への期日指定とクール便は、お受け出来ない場合がございます。
- 商品価格8%、及び運賃10%は、消費税が含まれております。

交通のご案内



- 北陸新幹線をご利用の場合
●東京から長野駅まで最短で約1時間半
●長野駅から本店へは歩いて15分(約1km)、善光寺店へは、さらに歩いて10分です。
- 長野駅1番乗り場までバスに乗りセントラルスクエアまで下車。市内循環バス「ぐるりん号」もご利用いただけます。
- 上信越自動車道をご利用の場合
東京から長野市まで約3時間、上信越自動車道・須坂長野東IC、または長野ICより善光寺さんを目標にお越し下さい。

営業のご案内 本店小売部・善光寺店は年中無休

- 通販部 定休日/日曜日、祝祭日
- 本店/小売部 定休日/無休(元旦、1/2は除く)
営業時間/9:00~18:00(日曜日、祝祭日は9:30~17:30)
- 本店/食味処 定休日/日曜日、祝祭日
営業時間/10:00~17:00(お食事は11:30~14:00)
●4/28(日)、29(月)、5/3(金)~5(日)は営業いたします。
- 善光寺店 定休日/無休
営業時間/冬季9:00~17:00

【個人情報の取扱いについて】
当店では、お客様の情報は適切に管理し、商品の配送・ご連絡・季節のパンフレット送付に用いております。

「香味だより189号」の有効期限2024年5月31日

ご注文方法

お電話で 0120-フリーダイヤル 0120-113014
●月曜~土曜/9:00~18:00 ●日曜・祝日は、お休みです。

ファクシミリで 0120-フリーダイヤル 0120-883014
24時間受付 今すぐどうぞ!

インターネットで <https://www.suyakame.com>
オンラインショップ

郵便で 当社注文用紙、ハガキ、又はお手紙でどうぞ

お支払い方法

- コンビニ、郵便局、銀行でお振込できます。
- 請求書はご本人にお届けの場合は商品と一緒に、他へ発送された場合は郵送にてお届けいたします。到着後2週間以内にお振込みください。
 - コンビニ、郵便局でお振込の場合は、同封の振込用紙をご利用いただけます。
 - 銀行振込の場合は、同封の振込用紙はご利用いただけません。
 - 新規のお客様の場合、初回は代金引換でのお届けとなります。
 - オンラインショップのみ、クレジットカードがご利用いただけます。

商品には万全を期しておりますが、万一不良品・運搬中の破損などございましたら商品到着後1週間以内に当社までご連絡をお願い致します。良品と交換させていただきます。尚、お客様のご都合による返品はお受けいたしかねますのでご了承ください。

レジ袋および
紙製手提げ袋は
別途代金を
頂戴いたします。



〒380-0845 長野市西後町625
本 店 TEL (026) 235-4022 (代)
営業部 総務部

〒380-0851 長野市元善町仁王門北
善光寺店 TEL (026) 237-2239

〒380-0935 長野市中御所1-20-1
中御所蔵

<https://www.suyakame.co.jp>

第15回 全国優良食品コンクール
農林水産大臣賞受賞

品質マネジメントシステム
ISO 9001:2015 認証取得

飲食部門は除く



発酵食で、未来を創る。

真味是淡

しん み これ たん

四年にわたるコロナ禍も、ようやく終焉を迎えつつあるようである。おかげさまで昨春には恒例の「蔵開き」も規模を縮小しながら再開でき、久しぶりに多くのお客様にお越しいただくことができました。コロナ禍の影響で店の運営が厳しい時期もありましたが、一昨年の善光寺ご開帳や、テレビ番組などで店舗や商品を紹介いただいたおかげもあり、店にぎわいが戻ってきた感じがございます。感謝に堪えません。

さて、当店では「不易流行」とともに「真味是淡」を社是に掲げております。中国・明時代の古典「菜根譚」から引用したものです。

醸肥辛甘非真味

醸肥辛甘は真味にあらず

真味只是淡

真味はただこれ淡なり

神奇卓異非至人

神奇卓異は至人にあらず

至人只是常

至人はただ是れ常なり

― 解釈 ―
味の濃い酒、辛い、甘い、脂っこいものは本物の味ではない。本物の味とは、ただ淡泊の（あつさり）と飽きの来ないもの。神がかりのような並外れたさびやかな人は、道を極めた人ではない。道を極めた人とは、ただ平凡に普通のことを行う人である。

歴史を大きく変える新製品や、世の中をあつと言わせるようなヒット商品を生み出せたら幸いです。そのために日常の当たり前を怠るのには本意ではありません。古くから私たちの貴重な栄養源で、日本人の食を支えてきた発酵食である「みそ」の文化を守り、かつ現代のライフスタイルや嗜好に合った「みそ」の可能性を探求し続けることが、私たちの使命だと考えております。

これからの淡々と、皆さまに受け入れていただけたら「みそ」の味を求め、そして未来に向けて「発酵食」の魅力を発信し続けてまいります。本年も、どうぞよろしくお願いたします。

店主 青木 茂人



「味噌づくり」一筋
人生を捧げる 高橋まゆみ 作



早得!

3月末までに
ご予約いただくと
商品1割引
でお届けします

2025年1月蔵出し “原材料”を極めた「門前みそ」です



第27回

究極めざすみそ

「古き良き」を活かし
オンラインワンに挑戦する
創業97年目に生まれた
「究極めざすみそ」

厳選した材料を、
昔ながらの製法で発
酵・熟成させます。
杉桶で仕込んだまろ
みのある濃色の味
噌は、味噌本来の
うまみ・香り・コクが
持ち味です。



500gカップ入

テレビ東京
「アド街ック天国」で
紹介されました

予約開始

ご予約価格

送料880円～

商品番号 13002	2kg (500g×4個)	5,200円
13003	3kg (500g×6個)	7,800円

長くお楽しみいただけるための
3回お届けコース
1月・3月・5月にお届けします。

定期購入は 毎回送料サービス

商品番号 13006	2kg×3回お届け(計6kg)	15,600円
13009	3kg×3回お届け(計9kg)	23,400円

2025年度お届けより
定期お届けコースは3回のみになりました。

大豆 除草機による無農薬特別栽培米コシヒカリ（佐久市白田）
伊豆大島産の自然栽培大豆（北海道十勝北星農場）
仕込み 昔ながらの杉桶に仕込み熟成させます。

ふっくら蒸し上がった
黄金色の大豆

創業来の
百年桶が並ぶ天然蔵

※単品の注文、または頒布会のいずれも最初のお届けの際に、合計金額でご請求書を同梱させていただきます。
※定期購入期間中にご解約される場合は、各月の10日までにお申し出いただければ停止しご返金も可能です。



昨今の原料費、光熱費、包材料から物流費における高騰により、
誠に不本意ではございますが価格を改定させていただきました。

◆善光寺◆ 善光寺御公許
門前みそ

「門前みそ」は、
厳選した
大豆・米・塩を使い、
みそ職人の
「匠の技」で仕込んだ
昔ながらの
「うま味」のある味噌です。

長野県産米と主に東北地方の大豆を使った、旨味たっぷりのこがね色の甘口みそ。香りも豊かで、あきのこない味は、当店で一番人気の味噌です。お味噌汁がうれしいほどに美味しいと評判です。

みそ部門
No.1
こがね粒
塩分 約11%



こがね 袋入 粒		
商品番号	112	1kgガゼット入 1,188円
化粧箱入(箱代含む)		
11202	11102	2kg(1kg×2袋) 2,590円
11203	11103	3kg(1kg×3袋) 3,780円
11204	11104	4kg(1kg×4袋) 4,970円
11210	11110	10kg(1kg×10袋) 11,880円

カップみそ こがね 粒		
商品番号	1123	300gカップ入 527円
商品番号	11208	500gカップ入 689円
商品番号	11268	500g×6ヶ入 4,134円

「門前みそ」お求めのご案内
●ご自宅用で化粧箱が不要の場合は、箱代をお引き致しますのでお申し付けください。●化粧箱入は、1kg袋入の詰め合わせとなります。●お申し出いただければ、量り売りも承ります。



賞味期限
みそ食品
6ヶ月

「製法」を極めた「門前みそ」です

限定品
特別醸造みそ
寿翔
「じゅしょう」
塩分 約11.5%



縁起の良い
紅白のみそ
ご贈答に
おすすめです。



国産大豆
国産米
使用

「みそ品評会」出品の自信作

「寿翔みそ」は、品質・技術向上のために開催される味噌品評会に、仕込み製法にこだわり抜いた味噌です。大豆はお米のように14%脱皮し、さらに麹を増やした上、糖化により鮮やかで滑らかな味噌をめざしています。今年も、赤みそが「粒」、白みそが「こ」蔵人が全身全霊を込めた風味豊かな味わいをぜひお楽しみください。縁起の良い名称、お間違い物としても人気の逸品です。

2ヶ詰合せ	
商品番号	1292
●赤みそ 300g×1ヶ	
●白みそ 300g×1ヶ	
	1,400円
4ヶ詰合せ	
商品番号	1294
2ヶ入×2箱	
	2,800円

●内容の変更はご相談ください。



長野県産米と厳選した大豆を使い、昔ながらの旨味と香りが自慢の少し赤めの中甘みそ。どこか懐かしいふんわりさを感じ出す田舎タイプの米糴みそです。

米こうじ 粒
塩分 約11.5%

米こうじ 袋入 粒		
商品番号	114	1kgガゼット入 820円
化粧箱入(箱代含む)		
11402	2kg(1kg×2袋)	1,860円
11403	3kg(1kg×3袋)	2,675円
11404	4kg(1kg×4袋)	3,500円
11410	10kg(1kg×10袋)	8,200円

カップみそ 米こうじ 粒		
商品番号	11408	500gカップ入 523円
商品番号	11468	500g×6ヶ入 3,138円

一般のみそより塩分3割ひかえめ！減塩されている方におすすめです。

塩を減らした味噌 粒		
商品番号	115	500gガゼット入 475円
商品番号	1156	500g×6ヶ入 2,850円



米は長野県産のコシヒカリ、大豆は松本市の「かまくら」さんのナカセンナリ、塩は沖縄塩(シマミース)を使い、手間隙、愛情をかけた木桶の中でじっくり熟成させました。十二割こうじのまろやかでコクのある贅沢な美味しさです。

コシヒカリ 粒
塩分 約12%



コシヒカリ 袋入 粒		
商品番号	110	1kgガゼット入 1,663円
化粧箱入(箱代含む)		
11002	2kg(1kg×2袋)	3,540円
11003	3kg(1kg×3袋)	5,200円
11004	4kg(1kg×4袋)	6,870円
11010	10kg(1kg×10袋)	16,630円

カップみそ コシヒカリ 粒		
商品番号	1103	300gカップ入 660円
商品番号	11008	500gカップ入 927円
商品番号	11068	500g×6ヶ入 5,562円



発酵のチカラで免疫力アップ

「門前みそ」は、もともと防腐剤、漂白剤等を使用していませんが、「カップみそ」は、酒精(発酵防止用のアルコール)も使用せず、熱処理も加えない「生」みそです。使いやすい冷蔵庫にもしましやすいサイズです。



●コシヒカリ500g ●こがね500g/各4ヶ箱サイズ/縦26.5×横26.5×高15.5cm	8ヶ入詰合せ (C-8)	13748	6,670円
---	--------------	-------	--------



●コシヒカリ500g ●こがね500g/各3ヶ箱サイズ/縦40×横28×高9.5cm	6ヶ入詰合せ (C-6)	13738	5,000円
--	--------------	-------	--------



●コシヒカリ500g ●こがね500g/各2ヶ箱サイズ/縦14×横26.5×高15cm	4ヶ入詰合せ (C-4)	13728	3,380円
---	--------------	-------	--------



●コシヒカリ300g ●こがね300g/各1ヶ箱サイズ/縦19×横12.5×高8cm	2ヶ入詰合せ (C-2P)	137	1,300円
--	---------------	-----	--------

カップみそ
詰合せ

門前みそのパッケージが新しくなりました!

ただしSDGs に配慮し、旧デザイン品は廃棄せず、徐々に新パッケージへ移行してまいります。ご了承ください。

バレンタインラッピング



みそパウダーの
つぶつぶ食感が
くせになる美味しさ



フリーズドライの
みそパウダーを練り込んだ
ユニークなチョコレート
甘みの中にも塩気がある
男性にも人気のチョコです。

みそチョココレート

新作のためなくなり次第、
今期のたくあんは終了いたします。
お電話かFAXで早めにお申込み下さい。

みそチョココレートラッピング付

商品番号	6751	1袋70g入	550円
まとめ買いでお得!!			
商品番号	67513	3袋入	通常1,650円↓ 1,560円

2/14水まで

バレンタイン
限定
ラッピング付

賞味期限
9ヶ月

賞味期限
3週間

早春の味

春の旬 戸隠たくあん

長野市内で契約栽培いただいている「青くび支那大根」は、漬物のための大根品種。心地よい歯ごたえ、独特の香ばしさ、ほどよい身の締まりが特徴で、たくあんになった時に、それが最大限生きるように収穫のタイミングや天日干しに気を配ります。ニガリの入った自然塩と米ぬかの中で一冬。一緒に漬け込まれる市田柿の皮や乾燥したナスの葉、昆布のうま味をその身に蓄えた風味豊かな「戸隠たくあん」が漬けあげります。



小袋入
250g小袋入(2~3本)
商品番号 441 648円

箱入(大袋入)
1kg箱入(8~12本)
商品番号 44110 2,592円

限定300個
限定100個

賞味期限
3週間
2ヶ月

出荷開始 **2月上旬予定**

クール便 220円加算

お一人様1kg入は1箱、小袋入は3袋までと限定させていただきます。

いつでも、どこでも手軽につるんと食べられるゼリータイプの甘酒です!

仕事やアウトドア、ジョギングなどの栄養補給にどうぞ

小袋でお試ください!

商品番号	66610	1袋 150g(15g×10包)	680円
------	-------	------------------	------

スティックゼリー

すや亀の糍

厳選した長野県産米を蒸し上げ最適な温度管理により良質な米糍をつくり甘酒の原料にしています。

賞味期限
製造日より18ヶ月

1箱30包入
450g入(15g×30包)

箱サイズ/縦14.5×横10.5×高6cm

商品番号	666	1箱 450g(15g×30包)	1,980円
商品番号	6663	3箱 (15g×30包×3箱)	5,940円

飲む点滴 善光寺 門前甘酒

「善光寺/門前甘酒」は善光寺七名物のひとつ。甘酒は古来より作物の収穫や子供の成長のお祝いに縁起物として愛飲されてきました。栄養成分が豊富で甘酒は別名「飲む点滴」といわれており、体力回復や食欲不振の時などにもおすすめです。お味噌に使う糍と同じ米糍で作られる甘酒にはアルコールはありません。お子様も安心して飲みいただけます。

栄養補給と免疫力アップに おすすめ!

一ヶ所へ 3ケース以上お届けで 全国どこでも送料サービス

沖縄は除く

濃縮タイプ 360g入

商品番号	665	1袋	324円
66506	6袋入	1,944円	
66512	1ケース(12袋入)	3,888円	

箱サイズ/縦21×横20×高18cm/4.7kg

ストレートタイプ 350ml入

商品番号	663	1本	391円
66308	1ケース(8本入)	3,128円	

箱サイズ/縦21×横20×高18cm/4.7kg

箱入でプチギフトにおすすめ!

濃縮タイプ 3袋入	商品番号 66503	1,120円
ストレートタイプ 4本箱入	商品番号 66304	1,780円

ご贈答も承ります。
のし・名入れ等承ります。お求めの際お申し出ください。

砂糖を加えず
米と米糍で仕込んだ
昔ながらの
コクのある甘酒です。

1袋で約4杯

同量の水で薄めてください。
冷たい甘酒がお好みでしたら
お水とお水を入れてそのままどうぞ。
温かい甘酒は、お鍋やレンジ
で温めてください。

濃縮タイプ 360g入

賞味期限
6ヶ月

ストレートタイプ 350ml

賞味期限
8ヶ月

冷やしてよし、温めてもよし、薄めずにそのままお飲みいただけます。お仕事やレジャーのお供には、いつでも簡単に飲みたいただけるストレートタイプがおすすめです。

温める場合は、容器に移してから温めてください。

よもやま話 しなの風味

信州漬物、定番の合わせ

- おむすび梅/85g入
- 甘露梅/85g入
- 黒豆っ子/200g入
- きざみ味噌漬/100g入
- 野沢菜炒り菜/100g入



5種各1袋入
商品番号 490 2,250円
箱サイズ/ 縦15.5×横22×高5cm

よもやま話 恵(めぐみ)

旬の信州漬物にみそと甘酒入り

- 野沢菜漬/300g入
- 門前みそ漬/170g入
- 白うり粕漬/1枚入
- 甘露梅/85g入
- 米こうじみそ/500g入
- 門前甘酒(濃縮タイプ)/360g入



6種各1ケ入
商品番号 4906 3,301円
箱サイズ/ 縦17×横26×高11.5cm

よもやま話 蔵(くら)

旬の信州漬物で四方山話に花が咲きます。

- 野沢菜漬/300g入×2袋
- 門前みそ漬/170g入
- 白うり粕漬/1枚入
- きざみ味噌漬/100g入
- 野沢菜炒り菜/100g入
- 甘露梅/85g入
- 黒豆っ子/200g入
- 各1袋入(野沢菜漬は2袋)



7種8袋入
商品番号 4908 4,276円
箱サイズ/ 縦17×横26×高11.5cm

ふるさと信州の魅力をお届け、よもやま話に花が咲きます。

しつかり漬かった冬の白うり、風味が増して美味。



1袋1枚入



1kg箱入 (イメージ写真)

商品番号	内容	価格
451	1袋1枚入	756円
45125	0.25kg箱入 2~3枚	1,500円
45105	0.5kg箱入 4~5枚	2,700円
45110	1kg箱入 8~10枚	5,400円

白うり粕漬

賞味期限 2ヶ月

長野市郊外の契約農家が丹精込めて育てたふくらみ張りのある白うりを当店伝統の塩加減で漬け込みました。そして風味を決める酒粕は、佐久市の地酒蔵元・橘倉酒造をはじめ県内の地酒蔵元のものを使用。新うりの歯ごたえと粕漬の芳醇な風味をお楽しみください。



ふるさと信州発 野沢菜漬

本場の野沢菜漬けをお届けします。

信州の冬の食卓を彩る野沢菜漬。各家庭さまざまな漬け方がありますが、当店ではシンプルに塩漬けた野沢菜を白正油とかつおだし、昆布だしで味を調えました。



300g袋入

商品番号	価格
431	300g袋入 500円

クール便 220円加算

味噌は三度漬け替え、野菜は国内産の贅沢さ。

国産野菜を甘口こうじ味噌で三度漬け直し、上漬けには新しい味噌に漬け替える贅沢さ。合成調味料や保存料・着色料を使わず、味噌本来の味と素材をお楽しみください。



漬物部門 No.1

門前みそ漬

門前みそ漬(小袋入)

商品番号	内容	価格
421	170g入	594円
4215	5袋入	2,970円

それぞれ単品の袋入りもございます
お好みでどうぞ

商品番号	内容	価格
422	大根みそ漬 130g入	432円
424	きゅうりみそ漬 100g入	432円
426	里ごぼうみそ漬 80g入	432円



1.1kg箱入(大袋入)
箱サイズ/ 縦16.5×横25.5×高8cm

門前みそ漬 箱入(大袋入)

商品番号	内容	価格
4213	0.35kg箱入	1,188円
4217	0.7kg箱入	2,376円
42111	1.1kg箱入	3,564円
42118	1.8kg箱入	5,940円

ふるさと信州の家庭の味シリーズ「しなの風味」



商品番号	内容	価格
510	100g袋入	432円
5105	5袋入	2,160円



商品番号	内容	価格
457	100g袋入	432円
4575	5袋入	2,160円



商品番号	内容	価格
411	200g袋入	410円
4115	5袋入	2,050円



商品番号	内容	価格
411	200g袋入	410円
4115	5袋入	2,050円

国産の梅を使用! 鮮やかな赤はシソの葉100%

梅のクエン酸は、胃や肝臓のはたらきを活発にし血液の循環をよくしてくれるので疲労や食欲不振の回復にオススメです。



商品番号	内容	価格
454	6粒入1袋	432円
4545	5袋入	2,160円



商品番号	内容	価格
504	85g袋入	432円
5045	5袋入	2,160円



商品番号	内容	価格
463	85g袋入	432円
4635	5袋入	2,160円



商品番号	内容	価格
463	85g袋入	432円
4635	5袋入	2,160円

0120-113014
受付時間/月曜~土曜 9:00~18:00
日曜・祝日は、お休みです。

0120-883014
メール・同封のハガキでも承ります。
このパンフレットの裏表紙をご覧ください。

クール便は、220円加算となります。
クール便の場合は金額にかかわらず別途いただきます。

すや亀の『今』を投稿中

ホームページはこちら



Facebookはこちら



商品価格は税込です



ほかほかご飯や、ふき大根に……
ちよっぴりにがいの大人の味。

ふき味噌

商品番号	140g入	756円
506	6本入	4,586円

賞味期限 12ヶ月



たつぷりそばの美と
ゴボウの食感のハーモニー。
お酒のおつまみ
にどうぞ。

そば味噌

商品番号	150g入	648円
508	6本入	3,888円

賞味期限 12ヶ月



善光寺しょうゆ豆

商品番号	140g入	540円
511	6本入	3,240円

賞味期限 6ヶ月

ひとつひとつが個性的、素材を引き立てます。



味噌マヨ

商品番号	130g入	486円
532	6本入	2,916円

賞味期限 6ヶ月



くるみ味噌

商品番号	150g入	648円
501	6本入	3,888円

賞味期限 12ヶ月

味噌がかくし味、自慢のカレーみそ



ごはんの友
老舗みそ屋の
カレーみそ
フジテレビの
「Kinki Kidsの
フナフナ」で
紹介されました



商品番号	140g入	594円
505	6本入	3,564円

賞味期限 6ヶ月



カレーみそ



商品番号	120g入	464円
533	5袋入	2,320円

賞味期限 6ヶ月



酢みそ

商品番号	120g入	378円
536	5袋入	1,890円

賞味期限 6ヶ月



やさい大好き

生野菜にもそのままどうぞ。
サンチにつけて焼肉を
巻くもよし。ハチミツで
まろやかな甘み。

商品番号	120g入	378円
530	5袋入	1,890円

賞味期限 6ヶ月



おにぎり大好き

みりんなどで味を調えた
料理用の味噌。おにぎり
やご飯にそのままのせて
どうぞ。酢みそや辛子味
増も手軽に作れます。

商品番号	120g入	378円
538	5袋入	1,890円

賞味期限 6ヶ月



七味辛みそ

八幡屋儀五郎の七味唐からし入
TBSテレビ
「バナナマンの
せつかくグルメ」
で紹介されました

商品番号	120g入	378円
534	5袋入	1,890円

賞味期限 6ヶ月



ごま味噌

栄養たっぷり黒ごま使用
ごま和えだんごにつけたり、
うす焼きせんべいにつけたり、
そばつゆに加えても美味。

商品番号	120g入	378円
502	5袋入	1,890円

賞味期限 6ヶ月



田楽みそ

白ごまとくるみ入り
コンニャクや豆腐の田楽に、
また和え物、焼き魚にもどうぞ。

商品番号	120g入	378円
503	5袋入	1,890円

賞味期限 6ヶ月



柚子みそ

柑橘のさっぱり感と豊かな香り。
フロッキー大根や田楽、クッキー
やケーキに使っても美味。

商品番号	120g入	486円
535	5袋入	2,430円

賞味期限 6ヶ月



山椒みそ

国産山椒のピリツとした風味。
魚田楽や豆腐、コンニャクの
田楽におすすすめ。

商品番号	120g入	432円
537	5袋入	2,160円

賞味期限 6ヶ月

おかず味噌



くるみ味噌

商品番号	120g入	540円
5011	5袋入	2,700円

賞味期限 6ヶ月

●写真は調理した盛り付け例です。

春に仕込んで、4~5ヶ月後に食べごろ
大豆を煮てありますので、簡単に仕込めます。



「発酵食品」
としての味噌

みその原料である大豆は、
良質のたんぱく質を豊富
に含む食品で、畑の肉とい
われています。発酵によっ
て多量のアミノ酸やビタミ
ンが生成され栄養的にさ
らにすぐれた食品に変わ
ります。生命維持に不可欠
な必須アミノ酸8種の他に
カリウム、繊維質なども含
み、まさに味の素・命の素・
美の素といえます。

A セット 手づくりみそセット 仕込ブラタ付
商品番号 205
5,370円

- すりつぶした煮大豆(国産丸大豆)+塩 1.25kg×2
- 乾燥こうじ(国産丸米) 0.8kg×2
- 沖繩の塩 100g
- アルコール 40cc
- 手袋 1双
- 仕込ブラタ付(フタ、中フタ付)

B セット 手づくりみそセット 徳用仕込ブラタなし
商品番号 2052
4,160円

※仕込ブラタ(フタ、中フタ)は入っておりません。

「ずくいらず」詰合せ

お試し用4ヶ入(各1ヶ入)

商品番号 609	720円
8ヶ箱入(4種各2ヶ入)	商品番号 60908 1,440円
12ヶ箱入(4種各3ヶ入)	商品番号 60912 2,160円
20ヶ箱入(4種各5ヶ入)	商品番号 60920 通常3,600円! 5%引 3,420円
32ヶ箱入(4種各8ヶ入)	商品番号 60932 通常5,760円! 10%引 5,184円

賞味期限 8ヶ月

お好みの具を、お好みの量で 組み合わせ自由

	8個入	12個入	20個入
きのこ	60208	60212	60220
とき玉	60308	60312	60320
甘えび	60108	60112	60120
とうふ	60408	60412	60420
	1,440円	2,160円	通常3,600円! 5%引 3,420円

1 セットの材料を混ぜるだけ。

煮大豆は乾燥し、塩をふりかけ、混ぜておきます。

2 タルに入れます。お好みの塩加減で仕込めます。

3 中フタをしきりを敷き、後は熟成を待つだけ。

1月~3月の寒の時期がおすすめです。

春の仕込みは、雑穀の発酵も抑えられご家庭でも安心の味に深みがあります。

出来上りは約5kg

厳選された国産の原料を使った、十四朝こうじのまろやかで質沢な味噌です。

手づくりみそセット

当店自慢のお味噌と
信州りんごを
ブレンドした
こだわりの焼肉のタレです。

2022.11/24
バナナマンの早起き
せいかくグルメ
で紹介されました

信州りんご入
みそ屋の焼肉のタレ

商品番号 209	170g入	585円
2093	3本入	1,755円

賞味期限 6ヶ月

信州りんご入
みそ屋の焼肉のタレ



糀のちから

元気な生活を送るために... 糀を使った品いろいろ

乾燥米糀

お湯に浸し戻して使う乾燥タイプの米糀。
手作りがおいしい。

調理の例
●味噌
●甘酒
●なすの辛子漬
●しょうゆ豆など

商品番号 206	350g入	648円
----------	-------	------

賞味期限 3ヶ月

生しよゆ糀

米と大豆の相乗効果が旨味倍増。かけ醤油やドレッシングとしてそのまま食べてもおいしい味付けです。

商品番号 208	200g入	432円
20803	3袋入	1,296円

賞味期限 6ヶ月

生塩糀

まろやかな旨味を生み出す塩糀は、魚を漬けたり、肉料理の下味に使えます。野菜と和えても美味しい。

商品番号 207	200g入	381円
20703	3袋入	1,143円

賞味期限 6ヶ月

醤油糀

国産にんにく使用
しょうゆ糀に、国産のニンニクをすりおろして入れました。生野菜、炒め物、焼肉のタレにそのままどうぞ。

商品番号 565	200g入1本	495円
5653	3本入	1,485円

賞味期限 4ヶ月

味噌糀

香ばしいごま入
生野菜はもろろん、温野菜にかけてゴマやえんどう、冷やこなどに、「門前みそ」が隠し味。

商品番号 564	190g入1本	495円
5643	3本入	1,485円

賞味期限 3ヶ月

梅塩糀

梅肉はちみつ入
ほのかな甘酸っぱさで爽やか。塩糀、梅肉はちみつのノンオイルドレッシングです。

商品番号 563	200g入1本	495円
5633	3本入	1,485円

賞味期限 3ヶ月

「冷凍食品」シリーズ9種のうち、お好みの味をお選びください。6袋以上のご注文で1割引となります。組み合わせは自由です。

レンジやお鍋で温めるだけで手早くおかず

- 調理方法**
- 凍ったままなら約10分、自然解凍した場合は約5分、袋のまま熱湯に入れて温めてください。
 - 温めすぎると袋に穴があく場合がございますのでご注意ください。
 - 電子レンジをご使用の場合は容器に移して加熱してください。



煮っごりシリーズ

煮っごりシリーズ No.2

みそ屋の豚の角煮

秘伝のみそダレを使い、ほんのりしょうが風味、まろやかな旨味とお口の中であつたところ、ける柔らかさまでご飯がすすみます。

商品番号 639 1袋230g入 **780円**

賞味期限 冷凍12ヶ月

煮っごりシリーズ No.1

みそ屋の煮込みハンバーグ

お豆腐も入ったヘルシーハンバーグを「門前みそ」が隠し味のデミグラスソースで味付けしました。

商品番号 638 1袋200g入(一人前) **580円**

賞味期限 冷凍12ヶ月

みそ屋のみそ焼売

温めるだけで美味しい焼売が召し上がれます。国産豚肉と国産鶏肉を絶妙なバランスで配合、玉ねぎのほのか味のアクセントとして長ネギを加えました。

商品番号 642 1袋10ヶ入 **900円**

賞味期限 冷凍12ヶ月

レンジで温めてください。蒸してもOKです。

みそ屋の鯖のみそ煮

味噌料理の中でも鯖は、家庭でも大人気。しょうがでくさみを少なく仕上げました。

商品番号 641 2切入 **650円**

賞味期限 冷凍12ヶ月

こんがり・煮っごり 詰合せ

- 豚ロースみそ漬/1袋
- みそ餃子/1袋
- 銀だらみそ漬/1切入×2袋
- 鯖のみそ煮/1袋(2切入)
- 煮込みハンバーグ/200g入×2袋

冷凍食品 5種7袋入

商品番号 6307 **4,750円**

箱サイズ/縦18.5×横28.5×高12cm

こんがりセット

焼くだけ!

- 豚ロースみそ漬/1袋
- みそ餃子/1袋
- 銀だらみそ漬/1切入×2袋
- 豚ヒレ生しょうゆ焼漬/約150g入

冷凍食品 4種5袋入

商品番号 6305 **3,820円**

箱サイズ/縦17×横26×高11.5cm

フライパンで焼くだけ簡単におかず一品

- 調理方法**
- 味噌は焦げやすいので軽く取り除き、サラダ油を薄くひいたフライパン等で、弱火でゆっくり焼いてお召し上がりください。
(みそ餃子は袋の裏面にご覧の上調理してください)

こんがりシリーズ No.2

みそ餃子

化学調味料を使わず具の素材が生きた旨味たっぷりの餃子。ニンニクを使っているため、朝食やお弁当に最適です。

商品番号 633 1袋270g(15ヶ入) **720円**

賞味期限 冷凍12ヶ月

こんがりシリーズ No.1

豚ロースみそ漬

焼けばすぐ食べられる。みそ味の国産豚ロース肉。一枚一枚「門前みそ」で包んで、程よい味噌味がついていて、まろやかな旨味。ちよと辛い味付け、食欲も倍増。大人からお子様までびつたりのおかずです。

商品番号 632 1袋約240g(5枚入) **680円**

賞味期限 冷凍9ヶ月

銀だらみそ漬

身の柔らかく、脂ののった北米産の美味し銀だらを味噌で煮つけて、ジューシーで旨味たっぷりです。

商品番号 631 1袋約100g(1切入) **660円**

賞味期限 冷凍6ヶ月

とり肉の塩焼漬

鶏肉は、脂肪が少なく低カロリー。高タンパクで、やわしりな希少部位。当店の「塩」につけ、柔らかく旨味たっぷり。焼きやすく、食べやすい小口に切っておりやす。

商品番号 634 1袋290g入 **850円**

賞味期限 冷凍10ヶ月

豚ヒレ生しょうゆ焼漬

信州ポークのヒレ肉を当店自慢の「生しょうゆ焼漬」と生味噌で味付けしました。焼く時の働きで、柔らかなヒレ肉です。

商品番号 628 1袋約150g入(6切入) **880円**

賞味期限 冷凍6ヶ月

冷凍食品は **通常送料** + **クール便(冷凍タイプ)220円別途** で発送します。

●北海道・四国・九州地区へ…… 1,320円+クール便220円 ●東北・関東・中部・近畿・中国地区へ…… 880円+クール便220円
●沖縄へ…… ヤマトの規定運賃+クール便220円 ●長野市内へ…… 550円+クール便220円

※沖縄及び離島への期日指定とクール便は、お受け出来ない場合がございます。
※キャンペーン等で送料無料または送料割引の場合でも、クール便220円は別途いただきます。ご容赦願います。

●お申し出いただければ、クール便・冷蔵タイプ(220円加算)で他商品と同梱包でお送りいたします。この場合は、冷凍食品が解凍されますので発送日より6日以内にお召し上がりください。風味が損なわれるので再凍結はお避け下さい。

冷凍便で同梱可能 門前みそ(袋入・カップ入)・みそ菓子・ずくいらす・食卓の友・生塩麹・生しょうゆ焼・ドレッシング

同梱できません 素朴な味・信州漬物・しなの風味・門前甘酒・手づくりみそセット・しょうゆなどのビン類・味噌マヨ・みそ汁 ●常温便・クール便 各々の送料を頂戴いたします。

商品価格は税込です

フチキフト ちょっとした手みやげなどに最適

●きざみ味噌酒/100g/1袋
●門前甘酒ストレートタイプ/350ml/1本
●みそかりんとろ/140g/1袋

●コシヒカリ/300g入/1ヶ
●こがね/300g入/1ヶ

箱サイズ: 縦16.5×横25.5×高8cm 箱サイズ: 縦19×横12.5×高8cm

商品番号	5181	1,250円	商品番号	137	1,300円
------	------	--------	------	-----	--------

個性豊かな3種の味です

味噌あられ 味噌あられ 味噌あられ

商品番号	682	カレーみそ	50g入	480円
商品番号	683	ザラメ味噌	50g入	480円
商品番号	684	ゆずみそ	50g入	480円

味噌あられ 3種結合せ

商品番号	681	●カレーみそ/50g入 ●ザラメ味噌/50g入 ●ゆずみそ/50g入	各1袋	1,550円
------	-----	--	-----	--------

味噌あられ 3種結合せ

みそチョコレート

商品番号

675	1袋70g入	450円
6755	5袋入	2,250円

2/14限定ラッピング
まで

6ページをご覧ください。

みそ菓子 No.1

五穀みそおこげ

お茶うけやおもてなしに: ほんのかな味噌の風味が人気。

商品番号

671	1袋100g入	540円
6716	6袋入	3,240円
67112	12袋入	6,480円

※割れやすい商品ですのでご注意ください。

しぼりたてのおいしさ 無調整・果汁100%

信州ふじりんごジュース

商品番号

614	1本箱入	950円
6143	3本箱入	2,800円
6146	6本箱入	5,400円

信州・鬼無里の「ふじりんご」のみを搾ったりんごジュースです。無香料、無加糖、酸化防止剤不使用でりんごそのものの濃厚な甘みと香りをお楽しみいただけます。

門前みそ 使用

冷凍食品

信州・鬼無里のおやき専門店「いろは堂」のおやきです。四季の野菜や山菜を、小麦粉とそば粉で作った皮で包み、当店の門前みそを使い焼きあげました。素朴な北信濃の伝統食です。

いろは堂の長野工場

「OYAKI FARM」より直送

いろは堂より直送いたしますので「すや亀」の商品との同送はできません。

お届けまでに少し日数をいただきます。

送料は別途いただきますのでご容赦願います

※沖縄・離島は配送不可

冷凍便 2ヶ月

信州・鬼無里 いろは堂 炉ばたのおやき

8ヶ入

商品番号 65508

●野菜ミックス ●切干大根 ●かぼちゃ ●粒あん ●ぶなしめじ ●ねぎみそ 各1個

2,320円

14ヶ入

商品番号 65514

●野菜ミックス ●切干大根 ●かぼちゃ ●粒あん ●ぶなしめじ ●ねぎみそ 各2個

3,950円

21ヶ入

商品番号 65521

●野菜ミックス ●切干大根 ●かぼちゃ ●粒あん ●ぶなしめじ ●ねぎみそ ●野沢菜 各3個

5,800円

※季節により内容が変わる場合がございます。

信州の食卓や食事に最適な名物お好みみそ汁など

八幡味噌 七味噌からし

商品番号 688

14g入	450円
------	------

商品番号 616

160g入	580円
-------	------

創業明治38年 松本市の老舗「大久保醸造店」のこだわりしょうゆ

純粋なすだち果汁100%の自然でさわやかな風味。

すだちポン酢

商品番号 350

250ml 1本	720円
----------	------

商品番号 340

360ml 1本箱入	670円
------------	------

商品番号 360

360ml 1本箱入	580円
------------	------

みそ菓子セット

家族みんなで楽しめます。

みそ菓子6種結合せ

商品番号 674

2,750円

●五穀みそおこげ ●門前みそ餡 ●みそせんべい ●門前甘酒 ●みそかりんとろ ●(濃縮タイプ) ●みそチョコレート 各1袋入

箱サイズ: 縦24×横28.5×高12cm

門前みそ餡

「門前みそ」を練り込んだ手づくり餡。甘さひかえめ、サクサクかんて、サラツとける不思議な餡。

商品番号 678

100g入	280円
-------	------

商品番号 6785

5袋入	1,400円
-----	--------



長
ちようじゆ
寿

亀
きっこう
甲

健
けんこう
康

発
はっこう
酵



健康長寿の秘訣は、

発酵食

にあった!

100歳の母が
身をもつて証明。



令和5(2023)年11月、青木晴子100歳お祝いの会の記念写真(子ども4人、孫9人、曾孫13人)



店主の母・青木晴子は昨年11月に満百歳を迎えました。足が多少不自由で、耳が遠いことを除けばたいへん健康です。認知症にもならず、携帯電話(ガラケー)を使いこなし、ケアハウスで毎日元気に過ごしております。週2回は外出しデイケアサビースを楽しみ、きちんとバランスのとれたお食事を毎日3食いただいていることが健康な生活を送る秘訣のようです。

また商売柄、若いときから味噌、甘酒、漬物等の発酵食に接し、塩分をとりすぎないように注意して日常的に食べていたことも大きな要因に違いなく、健やかな笑顔をみるにつけ思わずにはいられません。

健康で元気であるからこそ子供、孫、曾孫、そしてそれぞれの連れ合いが集まり、このような祝う会を開くことができました。記念写真も撮ることもでき、一族皆で喜んでおります。

店主 青木 茂人

糀のパワーをさまざまな味わいで楽しめる
今注目の「発酵食セット」を
送料半額でご提供します。

健康長寿の秘訣
「発酵食セット」

期間限定
1/29(月)
3/9(土)

今だけ
送料半額!

- 米こうじみそ/500g袋入
- 黒豆/200g入
- くるみ味噌/120g入
- 梅塩麹ドレッシング/200g入
- 生塩麹/200g入
- 生しょうゆ麹/200g入
- 門前甘酒/ストレートタイプ350ml入
- 門前甘酒/濃縮タイプ360g入

*長野市内は275円
*本州は440円
*本州以外は660円

各1ヶ入

発酵食品で
健康長寿!



箱サイズ/縦17×横26×高11.5cm

発酵食セット 8種入

商品番号
5188

3,650円



各商品の調理例

工夫しだいで
料理のパリエーションが
ぐんと広がります!

