

さば本来のピュアな旨みを凝縮！アレンジ自在なフィレ形状の「さば水煮」が新発売

～パウチならではの手軽さで後片付けも簡単、毎日の食卓をスマートに彩る

タイパ抜群の新定番～

2026年8月17日(月)全国発売

はごろもフーズ株式会社(本社:静岡県静岡市 社長:後藤佐恵子)は、さば・いわし・さんまの調理品「健康パウチ」シリーズから、新製品「さばで健康 水煮(パウチ)」を発売します。

おいさを袋の中にギュッと閉じ込め、パウチならではの手軽さでタイパも抜群、使いやすいフィレ形状で毎日の料理をより手軽に、華やかに彩ります。



開発の背景:さば市場の王道「水煮」のパウチ化で、毎日の料理をもっと手軽に、スマートに！

『健康パウチ』シリーズは、さば・いわし・さんまを手軽においしくお召し上がりいただける調理済みの青魚製品として、多くのお客様にご愛顧いただいております。

近年、健康意識の高まりから「さば」を日常の食事に取り入れたいというニーズは依然として高い水準にあります。しかしその一方で、「生魚は調理や後処理が面倒」という声も多く、日常的な習慣化にはまだハードルがありました。そこで今回は、さば製品市場で構成比の約半分を占める「水煮」に着目しました。味付の手間もなくそのまま食べることができる既存品のラインアップに加え、アレンジ自在な「水煮」をパウチで発売することで、日々の料理に使える“調理素材”としての利便性を追求しました。後片付けも圧倒的にラクなパウチの手軽さはそのままに、40代以降の単身世帯やご夫婦へ、手軽で新しい食スタイルをご提案し、青魚喫食の習慣化をさらに応援します。

製品の特長

① 後片付けが簡単！料理に使いやすい「フィレ(切り身)形状」

食後の後片付けが簡単で、省スペースで保管できるパウチ容器を採用。また、従来の缶詰製品のような筒切りではなく、料理にアレンジしやすい「フィレ形状」にこだわりました。身崩れしにくいいため、そのまま食卓に出すだけでなく、様々な料理の素材として見映えよく仕上がります。

② 旨みを逃さない「生詰(なまづめ)製法」

さばの身を事前に蒸さず、生のままパックして調理する「生詰製法」を採用。さば本来の旨みや栄養分を逃さず、袋の中にギュッと閉じ込めました。



次ページへ続く

調味液には食塩と水のみを使用し、素材本来のおいしさを存分に味わっていただけます。

③ 骨まで柔らか、DHA・EPA含有

中骨までホロホロと柔らかく調理されているため、丸ごと安心してお召し上がりいただけます。
健康維持に嬉しいDHA・EPAを手軽に摂取可能です。

開発担当者のコメント

Q.おすすめの食べ方を教えてください

そのまま食べてもおいしいですが、汁ごと炊き込む「炊き込みご飯」にすれば、さばの旨みを丸ごと無駄なく楽しめますのでおすすめです。

Q.伝えたいこと

そのまま食べられる手軽さはもちろん、アレンジ自在な調理素材としても大活躍します！使いやすいパウチタイプですので、ぜひ日々の食卓に気軽に取り入れて頂きたいです。

開発担当者おすすめレシピ

◆さばの炊き込みご飯



材料(2人分)

- ・さばで健康 水煮(パウチ)(90g) 1袋
- ・米 1合
- ・しめじ 40g
- ・にんじん 20g
- ・A しょうゆ 小さじ1/4
- ・A みりん 小さじ1
- ・A 酒 大さじ1/2
- ・A 塩 少々
- ・小ねぎ(小口切り) 適量

つくり方

- ① 米はといでざるにあげておきます。
- ② しめじは石づきを切り落として小房に分け、にんじんは皮をむいてせん切りにします。
- ③ 炊飯器に①、A、水(分量外)を1合の目盛りまで入れ、その上にさばで健康 水煮(パウチ)、②をのせて通常通り炊き上げます。
- ④ ご飯が炊きあがったら、全体を混ぜ合わせ、器に盛り、小ねぎを散らします。

開発担当のコメント

さばの旨みのご飯に染み込んだ炊き込みご飯です。

製品詳細

製品名	さばで健康 水煮(パウチ)
規格	内容量 90 g
賞味期間	25 ヶ月
参考小売価格(税抜き)	240 円/袋
販売予定数(年間)	1,728 千個
発売時期・地区	2026 年 8 月 17 日(月) 全国発売

※「 さばで健康」は、はごろもフーズ株式会社の登録商標です。

【本件のお問合せ先】

報道関係の皆様： はごろもフーズ(株) 企画部 TEL 054-288-5208 担当 牧田
お 客 様： はごろもフーズ(株) お客様相談室 TEL 0120-123620 (受付時間 平日9:00~17:00)
ホームページ <https://www.hagoromofoods.co.jp/>