

食費・美容・日用品が浮く 優待株15社

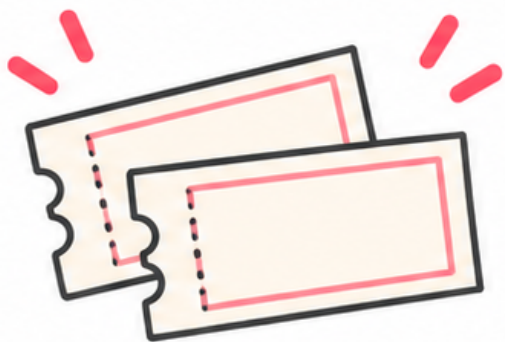
ぶっち夫婦 | @bucchi_money



※2026年9月時点の情報です。株主優待は各社の判断で変更・廃止されることがあります。
※特定の銘柄の売買を推奨するものではありません。

この資料の歩き方

01 優待のきほん



もらう条件は3つだけ

02 銘柄の見方



表の読み方をひとつ例で

03 ジャンル別15社



食費・美容・日用品・金券

04 優待株の注意点



優待だけでは選ばない

／ この資料を見て、優待ライフを楽しんでみよう🍀 ／

優待のきほん

株を100株買くと、その会社から年に1~2回、商品やお買物券が届くよ!これが株主優待🎁



もらう条件は3つ

① 100株買う



100株買うと優待の対象になることが多いよ!
ただ会社によっては100株より少なくてもらえたり、
300株からだったりするから、
気になる銘柄の条件はかならず確認してね

(1株500円の会社なら、100株で5万円!
これが優待をもらうのに必要なお金だよ)

② 「権利付最終日」までに買う



優待をもらう権利が決まる日を **権利確定日**
といって、多くは決算月の月末だよ
その **2営業日前** が **権利付最終日** で、
この日までに買っておく必要があるよ 📅

③ 会社が決めた期間、持ちつづける



「半年以上」「1年以上」など、
持ちつづけることが条件の会社もあるよ!
短い会社で数か月、長い会社だと2年
というところもあるよ

※もらえる株数・権利確定月・保有期間は会社ごとに違います。購入前に各社のIRページでかならずご確認ください。

※特定の銘柄の売買を推奨するものではありません。

銘柄の見方

次のページから15社を紹介するよ！ | ぜんぶこの形で書いてあるからね

① スギホールディングス (7649)

全国のドラッグストアで、食品も買えるよ



もらえるもの

買物優待券1,000円分

1株1,264円 / 100株から = 約126,400円

権利確定月：2月 / 保有期間の条件なし

売上も利益も伸びてるよ (1Q 営業利益10.9%増)

番号・会社名・証券コード

どんな会社か

ここがいちばん大事

買うのに必要なお金

いつ持っていればいいか

会社の調子



「権利確定月：2月」は、2月の終わりに株を持っていればもらえる、という意味だよ
買うのはその2営業日前まで、だったね 😊

※株価は2026年9月11日時点のものです。

食費が浮く優待株

① スギホールディングス (7649)

全国のドラッグストアで、食品も買えるよ



もらえるもの

買物優待券1,000円分 or
スギポイント2,000ポイント

1株1,264円／100株から／権利確定月2月
／保有期間の条件なし

売上も利益もしっかり伸びてるよ 
(1Q 営業利益10.9%増)

② ヤマザワ (9993)

山形・宮城が地盤のスーパー



もらえるもの

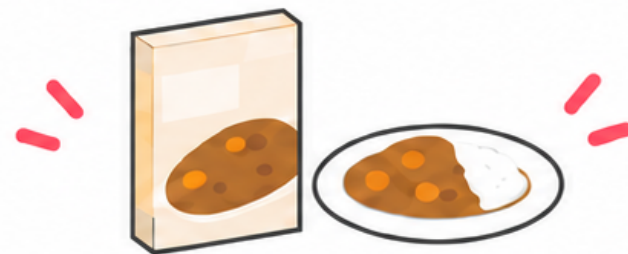
買物優待券2,000円分(2月)／
山形の新米(8月)

1株1,151円／100株から／権利確定月2月・8月
／半年以上つづけて保有

赤字から黒字に戻ったところ！ただ来期は
34.9%の減益予想なんだ 

③ マルイチ産商 (8228)

長野が拠点の総合食品卸で、お肉やお魚を扱う会社



もらえるもの

自社の加工品2,000円相当
(レトルトカレーなど)

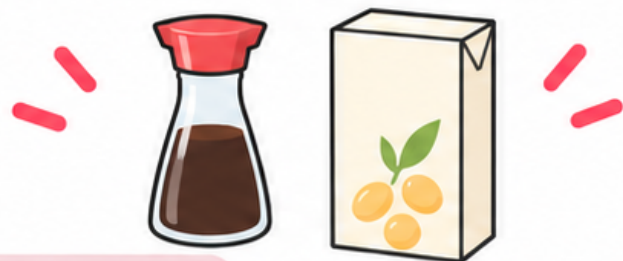
1株1,064円／100株から／権利確定月3月・9月
／半年以上つづけて保有

来期は営業利益3.6%減の予想！配当金は
出していないから覚えておいてね 

食費が浮く優待株

④ キッコーマン (2801)

しょうゆの国内シェア約3割で、
豆乳やデルモンテも有名だよ



もらえるもの

自社グループ商品1,000円相当
が年2回

1株1,671円／100株から／権利確定月3月・9月
／半年以上つづけて保有

売上も利益も伸びてる安定型だよ🌻
(営業利益3.0%増)

⑤ ピickルスホールディングス (2935)

「ご飯がススムキムチ」の漬物メーカー



もらえるもの

自社グループ商品の詰め合わせ
1,500円相当

1株1,192円／100株から／権利確定月2月
／保有期間の条件なし

利益は伸びてるけど、来期は13.4%の
減益予想なんだって😞

⑥ フジッコ (2908)

「カスピ海ヨーグルト」「おまめさん」の食品メーカー



もらえるもの

自社グループ製品の詰め合わせ
1,000円相当

1株1,617円／100株から／権利確定月3月
／半年以上つづけて保有

直近は営業利益55.3%増！かなり調子いいよ✨

美容がもらえる優待株

割引券より、現物が届くほうが美容代はしっかり浮くよ🔔

⑦ コタ (4923)

美容室向けのシャンプー・トリートメントのメーカー



もらえるもの

自社のヘアケア製品5,000円相当～

1株1,203円／100株から／権利確定月3月／保有期間の条件なし

増収増益で、借金が少なくて堅実な会社（自己資本比率77.4%）

⑧ ビューティガレージ (3180)

美容室・サロン向けの商材を売っている会社



もらえるもの

プロ向け美容商材から4,000円相当を選べる

1株1,530円／100株から／権利確定月4月／1年以上つづけて保有（実質1年半）

19期連続で売上が伸びてる会社！来期は46.1%の増益予想🌱

どっちもサロン向けの商品だから、市販品とは値段の桁が違うものが届くよ

日用品が安くなる優待株

洗剤もおむつもティッシュも、毎月かならず買うものだよ🛒

⑨ ツルハホールディングス (3391)

ウエルシアと統合した、国内最大級のドラッグストア



もらえるもの

株主ギフト券5,000円分

1株2,245円／100株から／権利確定月2月／
保有期間の条件なし

1Qは営業利益94.3%増と絶好調だよ👏

⑩ ファーマライズホールディングス (2796)

全国に調剤薬局を展開する会社



もらえるもの

**商品券2,500円分／
薬用ハミガキ粉／長期保存食から1つ**

1株507円／100株から／権利確定月11月／
1年以上つづけて保有

赤字から黒字に転換して、営業利益は
233.5%増と大きく回復したよ

⑪ ベルーナ (9997)

女性向けのカatalog通販の会社



もらえるもの

**通販優待1,000円相当が年2回
(食品・ワインからも選べる)**

1株1,034円／100株から／権利確定月3月・9月
／保有期間の条件なし

営業利益38.6%増！来期も増益の予想だよ🍷

ドラッグストアは「家から近いか」で選ぶのが一番大事！遠いお店の券って、結局つかわないまま終わっちゃうから

※特定の銘柄の売買を推奨するものではありません。

金券・カタログの優待株

使い道を選べるから、食費にも日用品にも回せるよ👛

⑫ インターネットインフィニティー (6545)

介護のITサービスとデイサービスの会社

もらえるもの

QUOカード2,000円分



1株800円／100株から／権利確定月3月／保有期間の条件なし
増収増益で、直近も好調が続いてるよ

⑬ アイ・ケイ・ケイホールディングス (2198)

地方都市でゲストハウスウェディングを展開する会社

もらえるもの

特選お菓子2,200円相当



1株772円／100株から／権利確定月4月／1年以上つづけて保有
減益の予想だったのが一転して増益に！営業利益60.1%増🍪

⑭ タカラトミー (7867)

トミカ・リカちゃんのおもちゃメーカー

もらえるもの

オリジナルトミカ2台
(200株を1年以上でカタログギフト)



1株3,639円／100株から／権利確定月3月・9月／保有期間の条件なし
売上は過去最高！ただ利益は減っていて、営業2.5%減・純利益28.6%減なんだ

⑮ ヒューリック (3003)

東京の駅前ビルをたくさん持っている不動産会社

もらえるもの

**グルメカタログギフト3,000円相当
or ホテル利用券**



1株1,738円／**300株から**／権利確定月12月／2年以上つづけて保有
上期の純利益は14年連続で過去最高🏆

優待株の注意点

優待だけでは選ばない

優待利回り

配当利回り

合計

$$9.7\% + 4.3\% = 14\%$$



優待の中身がよくても、株価が下がりつづけている会社だと、もらえる優待より値下がりのほうが大きくなっちゃうことがあるよ

利回りが高すぎるときは、いちど立ち止まってね

たとえば、優待利回り9.7%＋配当利回り4.3%で合計14%という銘柄があったよ！

数字だけ見たら、すごくお得に見えるよね

でも決算を見たら、直近の四半期は営業赤字！最終損益も2.66億円の赤字だったんだ

利回りが高かったのは優待が手厚いからじゃなくて、株価が下がっていたからなんだ😞

買う前に、この2つはチェックしよう

① 優待がいまも続いているか



会社のIRページの「株主優待」で確認できるよ

② 直近の決算が赤字や大幅減益になっていないか



証券会社のアプリでも、会社のIRページでも、無料で見られるよ

慣れないうちは、この2つを見るだけでも安心材料になるよ👉

※本資料は公開情報をもとに整理したものです。株価・業績は2026年9月時点で確認した内容です。

※特定の銘柄や商品の売買を推奨するものではありません。最終的な投資判断は、ご自身の責任で行って頂きますようお願いいたします。

最後に

優待株のいちばんの醍醐味は、**商品が届くこと** 
箱を開ける日が来るって、それだけでテンション上がるよね！

食費や美容代の節約にもつながるし、
なにより、届くのを待つ時間が単純に楽しいよ

**自分の暮らしに合う1社から、
楽しい優待生活を始めてみよう** 



感想を聞かせてもらえたら嬉しいです

気になった銘柄があったらDMで教えてね！次に作る資料の参考にするよ

ぶっち夫婦 | @bucchi_money

出典：各社IR・株主優待.com（株価は2026年9月11日時点）

※本資料は2026年9月時点の情報に基づいて作成しています。株主優待は各社の判断で変更・廃止されることがあります。

※特定の銘柄や商品の売買を推奨するものではありません。最終的な投資判断は、ご自身の責任で行って頂きますようお願いいたします。