

※取組の分野 □ 野菜摂取促進 ■ 生活習慣病予防 □ その他

取組のテーマ	カロリーコントロール（同時に推定血管年齢チェックを実施）
事業所名	アスモ株式会社 本社内食堂
委託先会社名	(株)魚国総本社
給食形態	定食 ・ 麺 ・ カレー ・ 丼 ・ <b>カフェテリア</b>
取組の目的	食事のカロリーコントロールの第一歩を踏み出していただけるよう啓発すること
取組対象者 (参加人数)	給食利用者（2400人）
開催時期等	10/6（月）～10/17（金）
会場	アスモ本社食堂
従事者・連携先	(株)魚国総本社

#### 【取組内容・方法】

##### ◆ コンセプト

メニューは「素材」「調理」「食感」に着目し、同時にお客様参加型ヘルスケアキャンペーン（推定血管年齢チェック）を実施することでお客様に健康意識を高めていただく。

##### ◆ カロリーコントロールレシピ（素材編・調理編・食感編）

###### ～素材編～

お肉の食感をもつ新しいヘルシー食材“クルミコンにく”を使ったいつもよりカロリーダウンメニューを提供致しました。

クルミコンにくとは、コンニャクをベースにくるみ、おから、プルーンを加えて作られた肉のような食感をもつ新しいヘルシー食材です。

お肉と比べて低カロリーだけでなく、お腹のなかで膨らんで満足感も得られ、お肉には含まれない食物繊維も豊富であることから、カロリーコントロールの面で注目されています！

###### ～調理編～

いつもは揚げているフライを「揚げずに焼く」ことでボリューム感のあるヘルシーなノンフライディッシュに早変わり！！オーブンで焼くことで油っこくなく手軽にカロリーコントロールができます。調理の面からカロリーダウンしたメニューを提供いたしました。

###### ～食感編～

ゆっくりしっかり噛んで食べることにより、脳内にある「満腹中枢」が刺激され満腹感が得られます。つまり、満腹感が得られる分、食事量も減らせます。

食材がもつ食感を大切にしっかり噛むメニューを提供いたしました。

<カロリーコントロール掲示ポスター>

自分のからだのことだから、**カロリーコントロール** 自分できちんとコントロール!

**魚国総本社がお届けする  
カロリーコントロールメニュー!**

**C・C (カロリーコントロール) メニュー**

**3つのこだわりポイント**

- 揚げない調理でカロリーカット!**  
揚げ物料理は美味しいけど、カロリーが気になる...でも食べたい! そんな時は、ノンフライディッシュ!ヘルシーにフライ料理を食べられます。
- 畑のお肉を使っています!**  
大豆たんぱくやおからこんちゃんなど、お肉にかわって健康をサポートします。お肉に比べカロリーが低く、食物繊維が豊富なのがポイントです。
- 食べて「おいCー!うれCー!」**  
我慢せず、無理せず、カロリーコントロールができるように、定番の人気メニューをヘルシーに変身させました。

魚国総本社、お客様の健康を考えたヘルスマップ活動を展開していきます! **Uokuni Sohonssha**

はじめましょ! **本社食堂1F**

自分のからだのことだから、**カロリーコントロール** 自分できちんとコントロール!

**10/6 (月) ノンフライ! かにクリームコロッケ 250円**  
ノンフライディッシュメニュー **加18% OFF**

**10/7 (火) ミートソース風 CCスパゲティ 200円**  
クルミコンニクメニュー **加13% OFF** 7.0g

**10/8 (水) ノンフライ! カリッとからあげ なすと水菜のおろしポン酢 200円**  
ノンフライディッシュメニュー **加9% OFF**

**10/9 (木) 辛うま! 台湾風CC丼 210円**  
クルミコンニクメニュー **加19% OFF** 5.1g

**10/10 (金) こんがり焼き鰯の南蛮漬 200円**  
ノンフライディッシュメニュー **加4% OFF**

**Uokuni Sohonssha**

はじめましょ! **カロリーコントロール**

自分のからだのことだから、自分できちんとコントロール! 魚国総本社、お客様の健康を考えたヘルスマップ活動を展開していきます!

**クルミコンニクメニュー**

クルミコンニクは、こんにゃくをベースにくるみ・おから・プルーンを加えて作られたお肉のような食感をもち新しいヘルシーフードです。お肉と比べてエネルギーが低いだけでなく、食物繊維が豊富です!

**10月14日(火)**

**香り豊かな CCキーマカレー 210円**  
クルミコンニク **加12% OFF** 7.1g

ピリッと辛い香り豊かなキーマカレー。カロリーの高いカレーもクルミコンニクを使うことで美味しく上手にカロリーコントロール!

**Uokuni Sohonssha**

はじめましょ! **カロリーコントロール**

自分のからだのことだから、自分できちんとコントロール! 魚国総本社、お客様の健康を考えたヘルスマップ活動を展開していきます!

**ヘルシーなオーブン調理レシピ**

**Non Dish**

**ノンフライディッシュ**

**10月17日(金)**

**揚げずにチキン南蛮 200円**  
ノンフライディッシュ **加9% OFF**

こってりメニューのチキン南蛮を揚げずに仕上げたヘルシーかつ満足感のある一品に、タルタルはピュアセレクトを使ったことでカロリーダウン!

**Uokuni Sohonssha**

〈カロリーコントロール販売状況〉

実施期間	平成26年10月6日(月)～10月17日(金)				
イベント名	カロリーコントロール				
メニュー名	ノンフライ かにクリーム コロッケ	オートミース風 CCスパゲティ	ノンフライリッツから揚げ お好み焼き風	辛うま1台海風CC丼	こんがり焼き肉の南蛮漬
メニュー					
販売価格	250円	200円	200円	210円	200円
実施日	10月6日	10月7日	10月8日	10月9日	10月10日
来客数	905名	1188名	1158名	1108名	1121名
設定数	120食	120食	120食	100食	80食
販売数	113食	116食	114食	75食	55食
販売指数	12.5%	9.8%	9.8%	6.8%	4.9%
メニュー名	香り豊かなCCホーマカレー	梅菜とツナのペペロンチーノ 全粒粉パスタ	甘辛に絡まる三色CC丼	揚げずにチキン南蛮	
メニュー					
販売価格	210円	200円	210円	200円	
実施日	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日	
来客数	1126名	1126名	1135名	1080名	
設定数	70食	80食	100食	60食	
販売数	28食	44食	53食	56食	
販売指数	2.5%	3.9%	4.7%	5.2%	

〈推定血管年齢チェック掲示ポスター〉

Healthy U project



ヘルスケアキャンペーン

# 推定 血管年齢チェック

**10月6日（月） 本社1F食堂**  
 【昼食】 12:00～13:15  
 【夜勤食】 21:10～ 2:00

**10月7日（火） 本社2F食堂**  
 【昼食】 12:00～13:15

**10月8日（水） 豊橋工場食堂**  
 【昼食】 12:00～13:15  
 【夜勤食】 21:10～ 1:00

センサーに指を入れ、血液の流れを測定するだけで、あなたの血管年齢を推測します。結果に応じて、血管の老化を防ぐアドバイスをいたします。



参加して頂いた方に**野菜ジュース**をプレゼント♪  
是非、ご参加下さい!!

食事や運動・休養などの生活習慣をチェックしてみましょう！  
**Uokuni Sohonsha**

〈推定血管年齢チェック測定状況〉

事業所名	アスモ本社		
実施期間	平成26年10月6日(月)～10月10日(金)		
イベント名	ヘルスケアキャンペーン (推定血管年齢チェック)		
実施日	10月6日	10月7日	10月10日
事業所名	本社夜勤	本社昼2F	本社昼1F
食堂利用者数	428名	1429名	1121名
実施人数	50名	103名	30名
利用率	11.7%	7.2%	2.7%

## 【取組の効果・感想・課題等】

毎年アスモ本社食堂で実施しているヘルスケアキャンペーン（推定血管年齢チェック）実施時に、今年はさらに一步踏み込んで、カロリーコントロールのイベントを同時に実施し、健康への第一歩を踏み出していただけるよう取り組みました。

カロリーコントロールのメニューは、揚げずに調理した「ノンフライディッシュ」、こんにゃくをベースにくるみ・おから・プルーンを加えて作られたお肉のような食感をもつクルミコンニクを使用した「クルミコンニクメニュー」、食材がもつ食感を大切にしっかりとかむメニュー「カミカミメニュー」の3つのテーマのメニューを実施致しました。ノンフライのメニューがボリュームがあり、特に人気がありカロリーコントロールと言っても抵抗なく食べていただけたのではないかと思います。

ヘルスケアキャンペーンでは、今回は、多くの方に参加して頂けるよう、参加して頂いた方に野菜ジュースのプレゼントを用意致しました。参加していただいた方は、「去年より良くなって嬉しい！」「もう少し健康に気をつけなきゃな・・・」など結果に一喜一憂しておられました。

健康について考えるきっかけ作りや、情報発信を今後も力を入れていきたいと思っております。