

元日本バレーボール代表狩野舞子さんが「美ボディと健康の秘訣」を伝授!?

公式アンバサダーを務める三菱食品の健康ブランド

「食べるをかえる からだシフト」イベントに登場

当日の様子はレポートムービーにて公開中!

三菱食品株式会社(東京都文京区)は、2022年7月より、健康ブランド「食べるをかえる からだシフト」の公式アンバサダーに、元バレーボール日本代表の狩野舞子さんを起用。これを記念して、8月8日(月)、東急スポーツオアシス恵比寿店にて、狩野さんが参加者と共にフィットネスや「からだシフト」試食を体験するイベントを実施しました。イベントでは「Activity」「Food」「Talk」の3つの体験を行いました。



【Activity 体を動かす体験】

「朝の15分でカラダとココロは変わる!美ボディと健康を手に入れるトレーニング」を狩野さんと体験!

「朝一で運動すると気持ち的にも明るくなる」と狩野さんもお気に入りに!

朝10時、東急スポーツオアシスに集まった参加者と狩野さんは、宅トレインストラクター古川杏梨さんの指導の下、1日の始まりにおすすめの、朝から自分の体をつくるフィットネスを体験。体を簡単に回す運動から、普段使わない骨盤の内側の筋肉を動かす運動、ちょっとハードなプランク運動などしっかり体を動かしました。

フィットネスプログラムを体験後、「今日体験したのは初級編ですよ?それでも結構体使ったな、動かしたなって感じでした。朝一で運動してあげると気持ち的にも明るくなって、

しっかりと関節を開いたからか体が軽くなったなって感じがします」と、狩野さん。「朝一で体を動かして自分の体の状態をチェックすることって改めてすごく大事だなって思いました。」と好評でした。また参加者からは「狩野さんと古川さんと体を動かして楽しい時間でした」「自宅でもチャレンジしたい」などの声をいただきました。



★当日の様子はレポートムービーにて公開中★

URL: <https://youtu.be/rFLyorWn3M8>



【Food 食べる体験】

運動の後は「からだシフト PROTEIN PLUS ホエイプロテイン ストロベリーミルク味」を試飲！ **「飲み口がなめらかで美味しい」と大好評！**

30分ほどのフィットネス体験の後は、「からだシフト PROTEIN PLUS ホエイプロテイン ストロベリーミルク味」試飲タイムに。狩野さんも「美味しいです！プロテインって結構ものによっては粉っぽさとかがあったりするんですけど、これはなくて、飲み口がなめらかで美味しいです。」と好評。古川さんからも「結構こってりしているものが多かったり、粉っぽかったり、逆にのどが渇いてしまうようなものもあるんですけど、そういう感じはまったくなくて、さらっとして飲みやすかったです」と大変気に入った模様でした。



【Talk 考える体験】

試食後は狩野さんと古川さんのトークショーを開催

「たんぱく質を摂ることを意識したら体が変わった」「おいしく継続的にたんぱく質を摂取することが大事」 **など美ボディづくりに欠かせないプロテインの魅力をご披露！**

「からだシフト PROTEIN PLUS ホエイプロテイン ストロベリーミルク味」を美味しくいただいた後は、狩野さんと古川さんのトークショーを開催。

狩野さんが、たんぱく質を意識することについて「現役の時にポジションチェンジがあってその時に合った体に変えるようにしていたんですけど、摂るもので体って変わるんだなってその時すごくわかりました」「継続すればするほど変わる」と語ると、古川さんからも「体ってほとんどたんぱく質でできているので毎日必要なものなんですよ」「からだシフトさんの商品って栄養素もそうなんですけど、脂質が抑えられていたり、カロリーもしっかり調節されていたり、バランスを考えなくても摂れるっていうのはすごくいい」とからだシフトの魅力についても言及。からだづくりにたんぱく質が手軽に摂れるプロテインは欠かせないことで意見が一致し、「現役選手の時にこういう商品があったらよかった！」など会場をわかせる場面も！

イベント最後に、狩野さんからは、「もっともっとたくさんの層の方からからだシフトの商品のことを知ってもらえるよう、これからも SNS やイベントでたくさん広めていきたい」と意気込みをいただきました。



【三菱食品「食べるをかえる からだシフト」公式アンバサダー狩野舞子さん プロフィール】



ロンドン五輪メダリストとして活躍。

2018年に現役を引退後は、これまでの経験を活かしスポーツ番組などTV番組に出演する一方で、SNSにて多彩な情報を発信。Instagramは15万人以上のフォロワーを持つインフルエンサーとしても活動。

アスリートフードマイスターの資格を取得。

【イベント実施概要】

開催日:2022年8月8日(月)10:00~11:30/会場:東急スポーツオアシス恵比寿店

参加者:事前に申し込み抽選を行った20名

内容:10:00~【Activity 体を動かす体験】

狩野舞子さんと宅トレインストラクター 古川杏梨さんによる朝から自分の体をつくるフィットネスを体験

10:30~【Food 食べる体験】「からだシフト PROTEIN PLUS ホエイプロテイン ストロベリーミルク味」を試飲

10:50~【Talk 考える体験】狩野さんと古川さんによるトークショー

<「からだシフト」について>



国が食事改善による健康寿命の延伸を提唱している中、生活習慣病に対しては“治療”から“予防”へシフトし、健康は自身で管理する時代に変わりつつあります。そこで、当社は食を通じた社会貢献を念頭に、健康をテーマとしたマスターブランド「からだシフト」を2017年9月に立ち上げました。

“おいしさ”、“バラエティ感”、“簡便性”、“継続性”を主軸に考え、心もからだもよろこぶバランスの良い食生活支援をブランドコンセプトとしています。

「健康食品」=「おいしくない」というイメージを払拭し、「おいしさ」=「続けられる」を前提に、現代人に必要とされる健康テーマでシリーズ化を図り、当社がもつフルカテゴリーの機能を活かし、“カテゴリー”や“温度帯”の枠を超えたバラエティ豊かな商品を取り揃えてまいります。そして、この幅広い商品ラインナップで生活者が抱える個々の健康課題に対応できればと考えており、エリアや小売業態を問わず、いつでも・どこでもお買い求めいただける健康ブランドを目指してまいります。

<“PROTEIN PLUS”シリーズについて>

本ブランドのシリーズ第2弾のテーマが、“たんぱく質”です。急激なたんぱく質の市場の広がりによって、「プロテイン＝健康的なからだづくりに必要なもの」のイメージが浸透してきました。「PROTEIN PLUS シリーズ」は、より本格的に美容・健康・からだづくりを意識した方に向け、ライフスタイルにあわせてプロテインを手軽にプラスし、1日を通してバランス良く摂取することで、健やかなからだ作りをサポートします。

普段の食事でも健康を気遣う生活者が増加する中でたんぱく質への関心が高まっており、当社調べにおいて、約2割の方^{※1}が普段の食事でもたんぱく質を気にすることがわかっています。当社は立命館大学スポーツ健康科学部藤田聡教授の学説に基づき、1食あたりのたんぱく質量を20~30gとして、3食バランスよく摂取することで、健やかな食生活をサポート出来るような商品の開発を行っております。



【出典】※1 当社調べ 2021年11月 N=3,273 (全国、夕食自宅喫食 頻度 月2回以上の20~60代男女)

<ご掲載・ご取材に関するお問い合わせ先>からだシフト PR 事務局(株式会社ユース・プランニング センター内)

TEL:03-6821-8699 FAX:03-6821-8869

成富 TEL:080-2111-1352 mail:k-naritomi@ypcpr.com

尾形 TEL:080-7828-7593 mail:h-ogata@ypcpr.com