

おいしく楽しく適正糖質「ロカボ®」の魅力を伝えるイベント第二弾！

『日本橋ロカボ祭2019』

9月28日(土)～9月29日(日)に「伝統と革新の街」日本橋・福德の森/江戸桜通り地下歩道にて開催

一般社団法人食・楽・健康協会（代表理事 山田 悟）は、ロカボ®を広める取り組みの一つとして、日本橋にて『日本橋ロカボ祭2019』を開催致します。

昨年、好評を博した「日本橋ロカボ祭」を更にグレードアップ、「伝統と革新の街」日本橋にて、【味わう】【知る】【体験する】といった、話題の「ロカボ®」を体感できる2日間です。ロカボ®とは近年提唱された、健康的な人生を送るための食事法です。メタボや生活習慣病の予防、シェイプアップ、アンチエイジングなどへの効果が見込める食事法として注目される緩やかな糖質制限食です。日本橋三四四会の料理人が腕をふるった、オリジナルロカボフード販売や、低糖質アルコール販売をはじめ、ロカボ商品取り扱い企業による商品展示、試食ブースの設置や、ロカボ体操教室、AGEs無料測定、トークイベントなどの体験型イベントも開催致します。初日の**9月28日(土) 11:00～**、オープニングイベントとして、鏡開きを行います(登壇者は調整中)。

『日本橋ロカボ祭2019』実施概要

日時： 9月28日(土)～9月29日(日) 11:00～17:00

場所： 日本橋 福德の森（東京都中央区日本橋室町2-5-10）
江戸桜通り地下歩道（東京都中央区日本橋室3-3-9）



- ①【福德の森】
鏡開きイベント/
オリジナルロカボメニュー販売/
低糖質アルコール販売/
ロカボ自動販売機/
ロカボライブラリ/
ロカボ体操教室/
スタンプラリー景品引換所



【仲通り】
飲食スペース
チラシ配布



- ②【江戸桜通り地下歩道】
協賛企業PRブース/
トークイベント

イベント内容：

9月28日(土)

- 11:00～ 鏡開きイベント開始 @福德の森 ※天候により開催場所が変更となる可能性があります。
- 11:30～ オリジナルロカボメニュー販売開始/協賛企業様ブース開始 @福德の森・江戸桜通り地下歩道
- 12:00～ トークイベント@江戸桜通り地下歩道
- 17:00 イベント終了

9月29日(日)

- 11:00～ オリジナルロカボメニュー販売開始/協賛企業様ブース開始 @福德の森・江戸桜通り地下歩道
- 12:00～ トークイベント@江戸桜通り地下歩道
- 17:00 イベント終了



ロカボライフをはじめませんか？

2019年9月吉日

イベントのご案内



ロカボとは…

糖質量を1日70g~130g(1食20~40g + 間食10g)を目処に摂取し、緩やかな糖質コントロールをする食生活のことです。

糖質は三大栄養素の「炭水化物」に含まれており、血糖値を上げる原因になっています。適正な糖質摂取を心がけることで血糖上昇を抑えることができます。

ロカボライフをはじめませんか？

9月28日（土）イベント詳細

■鏡開き（福德の森）

オープニングイベントとして、鏡開きを実施します。（※天候により開催場所が変更となる可能性があります。）

登壇予定者 ※変更となる可能性があります。

北里研究所病院 糖尿病センター長

一般社団法人食・楽・健康協会 代表理事

日本橋料理飲食業組合

日本橋三四四会

株式会社栄太樓總本舗

株式会社にんべん

他、協賛企業様が登壇予定です。

組合長

会長

代表取締役社長

代表取締役社長

山田 悟 先生

二永 展嘉 様

湧井 浩之 様

細田 眞 様

高津 克幸 様

■オリジナルロカボメニュー販売（福德の森）

協賛企業様のロカボ商品を活用し、日本橋三四四会の料理人達が考案した、ロカボメニューを販売します。

（以下画像参照）

フードメニューは糖質量40g以下、スイーツメニューは糖質量10g以下で構成された料理となっております。

※メニュー名は変更となる場合がございます。



フィッシュ＆チキンフライ
ブランパンサンド



オイルで味わう
漬けサーモンのへるし丼



ロカボ海苔冷麺



ロカボしじみ温麺



ごま香るアーモンドブランマンジュ

リーフレット配布

- ・ 協賛企業様の商品のご紹介や健康への取組みをご紹介します。
- ・ 日本橋にある飲食店にて販売されているロカボメニューをご紹介します。

9月28日（土）/29日（日）共通イベント詳細

■日本橋ロカボ祭協賛企業様一覧表

協賛いただいております企業様のロカボ商品をサンプリングや試食を通して体感ができるPRブースを設営いたします。

<「日本橋ロカボ祭2019」参加企業一覧>

協賛企業名	イチオシ商品	
江崎グリコ株式会社	SUNAO バニラ	糖質50%オフ！華やかなバニラの風味と生クリームのまろやかな味わい。 http://cp.glico.jp/sunao/products/
カルビー株式会社	フルグラ 糖質オフ	グラノーラ生地に豆乳、トッピングにアーモンドを使用することで甘さ控えめながら香ばしく飽きのこない美味しさを実現。 https://www.calbee.co.jp/frugra/product/off.html
株式会社紀文食品	糖質0g 麺 細麺	大きなポイントは“サイリウムハスク”をプラスして、つるつる感をアップ。 https://www.kibun.co.jp/brand/toshitsuzerogmen/about/
キリンビール株式会社	氷結 ZERO SEVEN シチリア産レモンライム 350ml	3つのゼロ（糖類0※、プリン体0*、人工甘味料0）でありながら、すっきり飲みやすく食事の邪魔をしないストロングチューハイ。 https://www.kirin.co.jp/products/list/item/rtd/hyoketsuzeroseven_lemon.html
国分グループ本社株式会社	うまみまるごとチップス しいたけ&昆布&黒大豆	おやつだけでなく、おつまみとしても美味しくお召し上がりいただけます。
サラヤ株式会社	ラカント S 粒状	植物由来の自然派甘味料です。 https://www.lakanto.jp/products/lakanto-s/
JA全農たまご株式会社	とろとろ半熟ゆでたまごかつおだし	ゆでたまごと生卵の“おいしいとこどり”。さらに、独自の技術でかつおだしをプラスして、これまでにない旨味も実現しました。 http://www.jz-tamago.co.jp/c04_1.php
竹本油脂株式会社	太香胡麻油	“ほんのり上品に香る”マルホン独自の焙煎でおだやかな香りと風味。 https://www.gomaabura.jp/item_baisen.html
森永乳業株式会社	おいしい低糖質プリン カスタード	糖質3.5g以下、カラメルソースが入った、食べごたえが楽しめるカスタードプリン。 https://www.morinagamilk.co.jp/products/dessert/oishi_teitoushitsu/3591.html
株式会社モンテール	スイーツプラン 糖質を考えたプチシュークリーム	自家炊きカスタードに北海道産生クリームをブレンドした、なめらかなミルククリームを詰めました。 https://www.monteur.co.jp/sweetsplan/
株式会社ローソン	ブランパン2個入	ふすまの味わいを抑え、しっとり生地に焼き上げた、シンプルに生地だけで仕上げた食卓パンです。 http://www.lawson.co.jp/recommend/original/detail/1312347_1996.html
特別協賛企業	イチオシ商品	
エア・ウォーター・バイオデザイン株式会社	AGEs測定	https://www.awbio.co.jp/
株式会社榮太樓總本舗	からだにえいたろう ポリフェノールあずき茶	小豆の「ポリフェノール」が含まれた「ノンカロリー&ノンカフェイン」の「あずき茶」。 http://www.karadanieitaro.jp/shopdetail/000000000030/
株式会社にんべん	糖質70%オフつゆの素ゴールド	機能性と美味しさを両立した品質設計で、味へのこだわりに応える一品。 https://www.ninben.co.jp/product/tsuyu/tsuyu-moto/-ot838-toushituoff500ml.html

■ロカボ体操（福德の森）

ティップネス日本橋スタイルによる、ロカボ体操が体験できるブースを出展します。

■トークイベント（江戸桜通り地下歩道）

ロカボに関するトークイベントを実施いたします。

登壇予定者 ※変更となる可能性がございます

北里研究所病院 糖尿病センター長
一般社団法人食・楽・健康協会 代表理事
他、協賛企業様が登壇予定です。

山田 悟 先生

■スタンプラリーへご参加可能（福德の森/江戸桜通り地下歩道）

福德の森、江戸桜通り地下歩道にてスタンプラリーを実施いたします。