

報道関係各位

【 ご取材のお願い 】

【猛暑到来！】ビールは飲んでも太りたくない「飲酒ダイエット」必見！

『 呑みながらできるダイエット飯講座 』 開催

— 成功のキーワードは「低GI」と「新スーパーフード えん麦」 —

～Produced by Karada Manager × えんぱく生活 ～

8月7日（金）19時～ @外苑前

▼8月7日（金）『呑みながらできるダイエット飯講座』開催

今年も暑い夏と共に、ビールの美味しい季節が到来しました。それと同時にダイエットへの意識も高まるこの時期、株式会社えんぱく生活（本社：東京都中央区 代表取締役：高 佳子）とネオス株式会社（本社：東京都千代田区 代表取締役社長 池田 昌史）は、『呑みながらできるダイエット飯講座』を8月7日（金）に開催します。この講座は、ネオス株式会社が運営する、スマホユーザー向けのトータルヘルスケアサービス『カラダマネージャー』の会員向け講座で、新スーパーフード穀物との呼び声も高い低GI食品「えん麦のちから」を用いた食事メニュー内容のアドバイスとなります。



▼ダイエット中にお酒を飲む女子の割合は約8割、うち6割がダイエットに成功！

えんぱく生活の調査によると、ダイエット中にお酒を飲む女子の割合は約8割となっており、その内6割がダイエットを成功させているという結果となりました。また、お酒を飲みながらのダイエットで気を付けたことを聞いたところ、「カロリーや糖質、GI値の低いおつまみを食べるようにした」という方が41%となっており、**お酒を飲みながらでも、食事等の意識を高く持つことでダイエットに成功している女子の存在が鮮明となりました。**（2015/6/11「お酒とダイエットの関連性に関する調査」えんぱく生活実施）

▼講座では「ダイエット中の飲み会参加の極意」などを伝授！



当日は、健康意識の高い約30名の女子向けに、現在メディアで人気の管理栄養士、柴田真希さんを迎え、

【1】ダイエット中の飲み会参加の極意

【2】低GI食品としての、スーパー穀物「えん麦」の魅力

について講義形式で語っていただいた後、柴田さん考案のアルコールと一緒に大丈夫なカフェワンプレートレッスンを行っていただきます。そして、最後にお酒を飲みながらダイエット飯を食べていただくという盛りだくさんの内容となっています。【**ダイエットを心がけながらお酒をたしなむ女子たちの姿をご取材いただけます**】

【 呑みながらできるダイエット飯講座 概要】

- 開催日時：2015年8月7日（金）19：00～21：00（受付18：30～）
- 場所：外苑前アイランドスタジオ 〒150-0001 東京都渋谷区神宮前 3-1-25 神宮前 IK ビル 2F
- 定員：30名程度
- 料金：2,000円（税込）ダイエット飯の試食&お酒付き



■内容：

第1部：『低GI食品』えん麦の効果とダイエット中の飲み会の極意について

第2部：管理栄養士柴田真希先生が実演！アルコールと一緒に大丈夫なカフェワンプレートレッスン

<メニュー>

- 豆腐えんバーグ（豆腐とえん麦のハンバーグ）
- ガーリックトースト&シュガートースト
- はちみつ味噌のヨーグルトディップ



第3部：みんなでダイエット飯をお酒を飲みながら試食会♪

イベント取材のお願い

当日は健康・美容に関心の高い**30名**が参加予定です。また、以下の取材にご協力できます。

- ・イベント参加者へのインタビュー
- ・専門家（管理栄養士 柴田真希氏へのインタビュー）
- ・ご試食、商品撮影

2015年7月9日
株式会社えんばく生活

<講師・レシピ考案 : 柴田 真希さんのご紹介>

管理栄養士 (株)エミッシュ代表取締役。Love Table Labo.代表。

1981年、東京生まれ

女子栄養大学短期大学部卒業後、給食管理、栄養カウンセリング、食品の企画・開発・営業などの業務に携わり、独立。

27年間悩み続けた便秘を3日で治した「雑穀」や「米食の素晴らしさ」を広めるべく、雑穀のブランド「美穀小町」を立ち上げる。

現在はお料理コーナーの番組出演をはじめ、各種出版・WEB 媒体にレシピ・コラムを掲載する他、食品メーカーのコンサルティングや飲食店のメニュー開発やプロデュースなどを手がける。「私は「炭水化物」を食べてキレイにやせました。」「ココナッツオイル使いこなし事典」(ともに世界文化社)、「はじめての酵素玄米」(キラジェンヌ)、「やっぱり、塩レモン!魔法の調味料で作る絶品レシピ」(河出書房新社)、しっかりごはんとシンプルおかず「おなかやせ定食」(主婦の友社)、「女子栄養大学の雑穀レシピ」(PHP 出版)、「簡単! 美腸レシピ」(エイムック)などを出版。



「えん麦」とは?



穀物の一種「えん麦」の外皮部分のこと。食物繊維が豊富で栄養価が高いことが特長です。えんばく生活が開発した「えん麦のちから」は、えん麦ふすまを独自技術で粉末状にし、水に溶ける仕様に開発した【低GI】【グルテンフリー】の健康食品です。(30袋入、税込5,000円) 食物繊維の総量が玄米の約9倍に相当し、特に水溶性食物繊維であるβ-グルカン¹を豊富に含むため、便秘やダイエットに悩む方や、血糖値の気になる30~50代の女性から支持されています。朝食代わりに牛乳やヨーグルトに混ぜたり、小麦粉代わりにハンバーグやパンケーキに混ぜ込んで使ったりと、幅広い用途で活用できる点が高く評価され、グリーンスムージーの材料としても重宝されています。

■主催会社・概要

社名 : 株式会社えんばく生活
 代表者 : 代表取締役 高 佳子 (たか よしこ)
 所在地 : 〒104-0032 東京都中央区八丁堀 4-7-1
 設立 : 2014年8月
 事業内容 : 機能性食品、燕麦製品の原料仕入れ・研究・開発・製造・販売
 URL : <http://www.oatlife.co.jp>

■主催会社・概要

社名 : ネオス株式会社

代表者 : 代表取締役社長 池田 昌史

所在地 : 〒101-0041 東京都千代田区神田須田町1丁目23-1 住友不動産神田ビル2号館10F

設立 : 2004年4月

グループ事業内容 : ◆ソリューション事業 : アプリケーション・コンテンツ・ウェブにおける総合的な技術、ノウハウを応用して、顧客ニーズに対応したソリューションの提供を行う事業

◆プロダクト&サービス事業 : 開発したソフトウェア・システム・コンテンツ等のプロパティをライセンス、ASPサービス、コンシューマー・サービス等を通じて展開する事業

URL : <http://www.neoscorp.jp>

■「Karada Manager カラダマネージャー」とは？

「Karada Manager」は、お客様一人ひとりに合わせたトータルヘルスケアサービスを、携帯電話やスマートフォン、PCユーザー向けに提供するものです。体重などの記録内容に応じたアドバイスを表示するレコーディング機能、個人のニーズに合わせた健康情報を配信するコンシェルジュ機能、ダイエットや美容などの目的別プログラムを構築するトレーナー機能、著名人トレーナーが考案した特別プログラムなど、多彩なコンテンツを用意。また、利用するほど貯まるポイントで素敵なプレゼントと交換・応募できるなど、トータルなサービスでお客様の健康&ダイエット生活をサポートします。



URL : <http://karamane.jp>

【この件に関する報道機関からのお問い合わせ】

(株)えんばく生活 広報担当 : 佐藤 須藤

TEL:03-5542-0866 E-mail : press@oatlife.co.jp