

栄養バランスのツジツマをあわせる新たな方法
「まあいっか」を合言葉に、しあわせな食生活を提案

「“楽しく栄養バランス” 普及プロジェクト」に参画



エスビー食品株式会社は、7月19日から全国展開する「“楽しく栄養バランス” 普及プロジェクト」に参画します。栄養バランスのよい食生活を実践する新しい手法「ツジツマシアワセ®」の提言と普及啓発を行い、お客さまの幸せや“Well-being”の向上を目指すプロジェクトに参加することで、一人でも多くの方がおいしく、健やかな毎日を過ごしていただけるよう取り組んでまいります。

■「“楽しく栄養バランス” 普及プロジェクト」について

人生100年時代と言われるなかで、健康寿命をいかに長く保つかが社会的な課題となっています。健康的な生活には、毎日の食事で栄養素をバランスよく摂取することが重要である一方で、栄養バランスを考えて食べること自体が、お客さまの中で日々の重荷となっている側面もあります。

本プロジェクトでは、「その時食べたいものを楽しく食べる」を肯定することで Well-being をもたらし、「栄養バランスの偏った食事による罪悪感」は、その前後の食事でツジツマをあわせることで払拭する、という考え方を提言します。

具体的には、栄養バランスを1食1食で整えるのではなく、例えば、野菜の摂取量が少ないと感じた時には、一定の期間内に野菜が多い献立・メニューを食べてツジツマをあわせるという考え方です。好きな時に好きなものを食べながら、無理なく生活習慣病などの予防にも取り組めるライフスタイルを推奨します。



・「ツジツマシアワセ®」マークの表示

栄養素（たんぱく質、塩分、飽和脂肪酸）と野菜を適切摂取できるメニューであることを示す目印として、「ツジツマシアワセ」マークを表示します。これにより、栄養素について詳しく知らなくても、生活に取り入れやすいかたちで栄養バランスのツジツマあわせを実践できます。（マークは、「日本食品標準成分表（八訂）」食材の栄養素情報を使って判定されます。）

また、当社公式ホームページに掲載されているレシピについても、対象となるレシピには、「ツジツマシアワセ」マークを順次表示していく予定です。

・エスビー食品「レシピサイト」：<https://www.sbfoods.co.jp/recipe/>

・「ツジツマシアワセ」マークについて

▼総合バランス型：JANPS®※の総合点が高く、栄養バランスが良いもの



※JANPS®（Japan Nutrient Profiling System）：栄養バランスの良い食生活を実践する新しい手法として開発された、日本の食文化に適した栄養素プロファイリングシステム。健康寿命延伸に関連する4つの栄養素・食材に着目し、食品中に含まれる栄養成分（Nutrient）の量を科学的な根拠に基づいて評価することで、献立・メニューの栄養素評価指標としています。

▼特定栄養素訴求型：野菜、たんぱく質、塩分、飽和脂肪酸の栄養素目標値を25%上回る／下回るもの



・「ツジツマシアワセ」マークの詳細はこちら：<https://tsujitsumashiawase.net/marks>

・ポータルサイトのリニューアル

全国展開に合わせて、「“楽しく栄養バランス”普及プロジェクト」が運営する「ツジツマシアワセ」ポータルサイトがリニューアルされました。このサイトでは、最近の食生活で気になる点や使用したい食材に応じて、プロジェクト参加企業各社の「ツジツマシアワセ」メニューを検索することができ、家庭で手軽にツジツマあわせを実践できます。

▼「ツジツマシアワセ」ポータルサイト：

<https://tsujitsumashiawase.net>



<ポータルサイト TOP ページ>

本プロジェクトを通じて、お客さまに無理なく、楽しく、
栄養バランスの良い食生活を送っていただくことで、
「おいしく、健やかで、明るい未来」をカタチにします。