

＜カゴメの健康サービス事業＞

**「フレイル」及び「女性の健康」をテーマとした健康セミナーを  
2020年秋より企業・自治体向けに提供開始**

～集合型、ライブ配信型より選択可能～

カゴメ株式会社（代表取締役社長：山口聡 本社：愛知県名古屋市）は、近年関心が高まっている「フレイル（\*1）」及び「女性の健康」をテーマとした健康セミナーを、それぞれ企業・自治体向けに、2020年秋より提供開始いたします。本セミナーは、テーマに沿って食生活改善の方法を楽しく学び、改善に向けた行動変容を促すことを目的としています。また、集合型、ライブ配信型（オンライン）のいずれかより受講形式を選択することが可能です。

当社は、企業や自治体を対象とした健康サービス事業を展開しています（\*2）。企業にとって従業員の健康管理は重要な経営課題として関心が高まっており、本事業のサービスの一つである「健康セミナー」の受講者はのべ15,000名（20年8月時点）を超えました。

健康セミナーの特徴は、①当社の研究結果も盛り込んだ確かな知見に基づいた内容、②行動変容理論に基づいたプログラム設計、③カゴメ「野菜と生活 管理栄養士ラボ<sup>®</sup>」のメンバーによる楽しくわかりやすい解説の3つです。これまでに「食生活改善」「塩分摂取」「メタボ」の3つをテーマとしたプログラムを提供しております。受講者からは「今までは野菜に無頓着だったが、今はまず野菜といった意識が変わった（集合型セミナーの受講者）」、「相互で関わるのができたのでその場にいなくても参加している感覚を得ることができました。（ライブ配信型セミナーの受講者）」と大変ご好評をいただいております。

今回は、近年関心が高まっている「フレイル」及び「女性の健康」をテーマとしたプログラムを新たに開発し、ラインナップへ拡充いたします。本テーマは自治体や企業のご担当者様から以前よりご要望頂いており、この度、集合型及びライブ配信型（オンライン）にて、2020年秋に提供を開始いたします。

**■新たに発売する健康セミナーの概要**

テーマ名： しっかりわかる！ムリなく始める！フレイル対策の第一歩

概要： フレイルに関する基礎知識と、無理なくできるフレイル予防のコツや食生活改善方法について学ぶことで、生活習慣の改善を促します。 ※特に50歳以上の方におすすめの内容です。

テーマ名： 生活習慣からはじめる！女性の健康の基礎作り

概要： ライフステージごとの女性特有の健康課題や、それに対する対策方法（食事・運動・ストレスマネジメントなど）について学ぶことで、ご自身の身体について理解を深め、生活習慣の改善を促します。 ※主な対象は女性ですが、男性のご受講も可能です。

セミナーテーマ	概要
<p>気づく、わかる、すぐ実践できる！ 野菜から始める食生活改善</p> 	<p>野菜の役割、野菜摂取量の簡単な把握方法、無理なくできる食事の摂り方や栄養の知識を学ぶことを通じ、食生活改善を促します。</p>
<p>我慢するだけじゃない！ 塩との上手な付き合い方</p> 	<p>塩の摂取と高血圧の関係や、体の中での塩の役割、減塩のコツを学ぶことを通じ、適切な塩分摂取への意識向上と日々の食事での実践を促します。</p>
<p>毎日の食生活から始めよう！ メタボにならない生活習慣</p> 	<p>メタボリックシンドロームに関する基礎知識や、予防・改善するための方法などを学ぶことにより、自らの状態に即した目標設定のサポートと生活習慣の改善を促します。※特定保健指導対象者やメタボ予備軍の方におすすめてです。</p>
<p>【NEW】 しっかりわかる！ムリなく始める！ フレイル対策の第一歩</p> 	<p>フレイルに関する基礎知識やリスク、対策方法を学ぶことにより、フレイルへの理解促進とご自身の課題の認識、対策の実践を促します。 ※特に50歳以上の方におすすめてです。</p>
<p>【NEW】 生活習慣からはじめる！ 女性の健康の基礎作り</p> 	<p>ライフステージごとの女性特有の健康課題や、それに対する対策方法(食事・運動・ストレスマネジメントなど)について学ぶことで、ご自身の身体について理解を深め、生活習慣の改善を促します。 ※主な対象は女性ですが、男性のご受講も可能です。 ※経済産業省の健康経営優良法人認定制度においても、女性特有の健康課題に対する取組みが求められています。</p>

#### \*1 フレイル

『加齢に伴う予備能力低下のため、ストレスに対する回復力が低下した状態』を表す“frailty”の日本語訳として日本老年医学会が提唱した用語です。フレイルは、要介護状態に至る前段階として位置づけられますが、身体的脆弱性のみならず精神心理的脆弱性や社会的脆弱性などの多面的な問題を抱えやすく、自立障害や死亡を含む健康障害を招きやすいハイリスク状態を意味します。

令和元年に改定された「日本人の食事摂取基準(2020年版)では、新たにフレイル予防も視野に入れ、策定されています。

出典:「フレイル診療ガイド 2018年版」(日本老年医学会/国立長寿研究センター、2018)

厚労省ホームページ [https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_08415.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_08415.html)

#### \*2 カゴメの健康サービス事業 <https://www.kagome.co.jp/products/healthcare.html>

2018年10月に健康事業部を立ち上げ、主に法人や自治体向けに、健康増進をサポートするサービスを開発・販売しています。

食と健康のプロであるカゴメの管理栄養士によるプロジェクトチーム「野菜と生活 管理栄養士ラボ®」には、管理栄養士資格保持者 62



名(2020年8月時点)が在籍し、その一翼を担っています。野菜摂取の重要性、メリット、メソッドを伝えるセミナー、メニューレシピ、料理教室、食育コンサルティング等を通じて、食生活の改善や野菜摂取をサポートします。

<主なサービス> ※記載しているものはサービスの一部です。

① 健康セミナー(集合型/オンライン型)

カゴメ「野菜と生活 管理栄養士ラボ<sup>®</sup>」のメンバーが講師となり、野菜摂取の大切さや食生活改善のコツとワザを楽しくわかりやすく伝授します。



② 「チーム対抗! ベジ選手権<sup>®</sup>4週間チャレンジ」

スマートフォンにアプリを導入し、約1カ月間、食習慣の記録や野菜に関する知識の習得をチーム対抗で競い合い、野菜摂取を促します。

ゲーム感覚で参加することができ、参加者同士のコミュニケーション活性化にも役立ちます。



③ 「ベジチェック<sup>®</sup>」(レンタルまたはリース)

センサーに手のひらを当てて数十秒で、自身の野菜摂取充足度が数値で表示されます。その場で結果を見ることができる簡便さが特徴で、他のサービスと組み合わせることで、より行動変容を促すことが期待できます。



④ eラーニング

講師はユニークなキャラクターを持つ3名から選べ、理解度によって講師の反応が変化するなどの仕掛けで、野菜を摂ることの大切さや食生活改善の方法を楽しみながら学ぶことができます。場所や時間を問わず受講することができます。



【サービスに関するお問い合わせ先】

カゴメ株式会社 健康事業部

TEL:03-5623-8501

E-mail: [kagome.happy-wellness@kagome.co.jp](mailto:kagome.happy-wellness@kagome.co.jp)

【報道機関様むけのお問い合わせ先】

カゴメ株式会社 経営企画室 広報グループ

北川・太田

TEL:03-5623-8503