



## 「ラタトゥイユでおいしく夏野菜をとろう」

### 8月31日、野菜の日に合わせてABCのレッスンを通じて野菜摂取を推進

日本及びアジア、東南アジアに料理教室を展開する株式会社 ABC Cooking Studio（本社：東京都千代田区丸の内、代表取締役社長 兼 CEO：志村なるみ、以下 ABC）は、カゴメ株式会社（本社：愛知県名古屋市、代表取締役社長：山口 聡、以下：カゴメ）と8月31日、野菜の日に合わせて「ラタトゥイユでおいしく夏野菜をとれる」方法を発信し、野菜をとることの大切さや野菜の魅力を広めてまいります。

今回の取り組みは、カゴメが2020年1月から始めた野菜摂取推進活動「野菜をとろうキャンペーン」の重要施策『企業・団体との野菜摂取推進プロジェクト』の一環です。レッスンの中で野菜がおいしいメニューを調理体験し、試食時には1日の野菜摂取量の目安を学べるランチョンマットを使用することで楽しみながら野菜をとることの大切さを学ぶ機会をつくります。また、ABC クッキング丸の内スタジオでカゴメが提供する野菜摂取量推定機「ベジチェック®」を導入し、自身の推定野菜摂取量を知るきっかけ作りを行います。

厚生労働省の令和1年「国民健康・栄養調査」によると20歳以上の野菜摂取量の平均値は280.5gであり、厚生労働省が提唱する健康づくりの指標「健康日本21」の目標値である350gには過去10年間において達していない現状があります。今回のレッスンで登場するラタトゥイユとは、フランス南部名物の野菜の煮込み料理で、トマト・なす・ピーマンなどの夏野菜をオイルとんにんにくで炒め煮込んだ料理です。煮込むことで野菜のうま味も凝縮しカサが減るため野菜を効率良く摂取できます。また、パスタやカレーなどにアレンジができるため、作りおきしておけば手軽に野菜がとれる一品を作ることができます。旬のものを手作りにして食べることで、健康的な生活につながります。コロナ禍を通じ健康意識と共に野菜摂取の意識が高まっている今、両社の強みを生かしさらなる野菜摂取推進に取り組んでまいります。

出典：令和1年 厚生労働省「国民健康・栄養調査」

#### ■8月：料理コースバリエーションクラスAメニュー



ラタトゥイユに使用する  
カゴメ「基本のトマトソース」



■メニュー：4種野菜のラタトゥイユパスタ&アクアパッツァ

- ・ラタトゥイユパスタ〜グリーンツナサラダ添え〜
- ・鮭のアクアパッツァ
- ・レモンチーズケーキ

■開催期間：2022年8月1日(月)〜2022年8月15日(月)

■開催場所：全国のABCクッキングスタジオ

■予約方法：7月1日(金)よりABCクッキングスタジオメンバーズサイト、会員アプリで予約開始

■試食時に使用するランチョンマット

1日の野菜摂取目標量を学べるクイズやラタトゥイユに使う夏野菜の情報などを盛り込んだランチョンマットを取り入れ、10万部を全国スタジオに展開し8月1か月間を通して広く野菜摂取の目的を発信してまいります。



■ベジチェック体験会

ABCクッキング丸の内スタジオにて8月の1か月間、ベジチェック体験会を実施します。センサーに手のひらを当てるだけで野菜摂取量を推定できる「ベジチェック®」を使用し、過去2〜3週間分の推定野菜摂取量を可視化し、スタジオへの来店者に自身の食生活を振り返り、見直しに活かしていただく機会を設けます。



■「ベジチェック®」について

「ベジチェック®」は、LEDを搭載したセンサーに手のひらを当てるだけで野菜摂取量を推定できる機器です。皮膚

のカロテノイド量を測定することで、野菜摂取レベル・推定野菜摂取量を表示します。通常はカゴメが企業・自治体向けにレンタル・リース販売しています。

※ベジチェックについて：[https://www.kagome.co.jp/library/company/news/2019/img/190625\\_0700902.pdf](https://www.kagome.co.jp/library/company/news/2019/img/190625_0700902.pdf)

※ベジチェックは医療機器ではありません。表示値はあくまでも目安となります。



### ■野菜をとろうキャンペーン「企業・団体との野菜摂取推進プロジェクト」



カゴメは、野菜摂取の推進を目的として、2020年1月から「野菜をとろうキャンペーン」を展開しております。厚生労働省が推進する「健康日本21」では、1日当たり野菜350g以上の摂取が推奨されていますが、平成22年～令和元年の「国民健康・栄養調査」（厚生労働省）では平均約60g不足しております。

この活動では「野菜をとろうあと60g」をスローガンとして、一人でも多くの方に、従来の摂取方法にはとられない、前向きで楽しい野菜摂取方法を提案してまいります。本活動の一環である「企業・団体との野菜摂取推進プロジェクト」では、キャンペーンの趣旨にご賛同いただいた19の企業・団体との協働により、野菜をとることの大切さや魅力を伝えてまいります。

### ■株式会社 ABC Cooking Studio

<https://www.abc-cooking.co.jp/>

ABC クッキングスタジオは、国内に約100スタジオ、海外に36スタジオを展開し、国内・海外会員約158万人を誇る世界最大級の料理教室（2022年1月1日時点）。世界フリー通学を目指して、2010年12月より中国・香港・台湾・シンガポール・タイ・韓国・マレーシア・インドネシアの海外8ヶ国・地域に36店舗を展開し、東南アジア圏を中心にサービスを拡大中。「世界中に笑顔のあふれる食卓を」を企業理念に、「手作りの食」の大切さと楽しさを提案している。料理・パン・ケーキを学べる「ABC Cooking Studio」のほか、4歳からのクッキングスタジオ「abc kids」、食を通して健康的なライフスタイルをサポートする「HEALTH LABO」など、幅広いブランドを展開中。

### ■カゴメ株式会社

<https://www.kagome.co.jp/>

カゴメは1899年の創業以来、自然の恵みである野菜や果物のおいしさや栄養を活かしたものづくりを大切にしています。「トマトの会社から、野菜の会社に」というビジョンを掲げ、さまざまな野菜の価値を活かした幅広く革新的な商品を次々とお届けし、人々の健康に貢献していきたいと考えております。

## 本リリースに関する問い合わせ先

株式会社 ABC Cooking Studio 広報：金井

〒100-0005 東京都千代田区丸の内三丁目1番1号

Email : koho@abc-cooking.co.jp TEL : 03-5220-2566 FAX : 03-5220-2414

カゴメ株式会社 経営企画室広報グループ：北川、榎木

TEL : 03-5623-8503