

## ゼンブ ミツカングループ「ZENB」ブランド 食事管理アプリ「あすけん」をサポート ～健康的なカラダづくりに。「食物繊維で生活改善コース」～

ミツカングループ(愛知県半田市、以下ミツカン)と食事管理アプリ「あすけん」を運営する株式会社 asken(東京都新宿区、代表取締役社長 中島洋、以下 asken)は、食事管理アプリ「あすけん」内に、ミツカンの ZENB ブランドによるアドバイスコース「食物繊維で生活改善コース」を開設いたします。



ZENB ブランドの商品

食物繊維のダイエット効果に着目した  
腸とカラダのすっきりを  
目指すプログラム



「食物繊維で生活改善コース」は、血糖値の急激な上昇を抑える、善玉菌を増やして腸内環境を整えるなど、優れた生理機能をもつ食物繊維に着目したプログラムです。食物繊維がどのくらい摂れているのか、効率よく摂取するための食事の選び方などが分かるので、腸とカラダのすっきりを目指したい方に最適です。

コース説明

### ■食事管理アプリ「あすけん」の「食物繊維で生活改善コース」の特長

ダイエット中で食物繊維が足りていない方や、毎日の食事から食物繊維を適正量摂取することで生活改善を期待する方に向けた、食事管理アプリ「あすけん」(<https://www.asken.jp>)内のコースです。食物繊維の効率の良い摂り方などの食事内容に関するアドバイスや、1日の食事の中で、食物繊維が多かった食品・メニューのランキングなどとともに ZENB の商品・栄養情報を提供することで、無理なく楽しく食生活が改善できます。

### ■ZENB が「食物繊維で生活改善コース」をサポートする背景

ZENB は、食物繊維やポリフェノールなどが豊富に含まれる、植物の皮や芯など普段食べていない部分まで可能な限りまるごとおいしく食べることができれば、人々の健康にも地球の環境にも貢献できるのではないかとそんな想いから生まれたミツカンの新しいブランドです。 ZENB サイト:<https://zenbjp>

現在、日本人の野菜や食物繊維の摂取量は慢性的に不足※1しています。ミツカンは今回のサポートにより、まるごと野菜入りで食物繊維たっぷりの ZENB の商品情報を栄養指導と共に提供していきます。そうすることにより、コースを利用したユーザーが食事の選択力を身につけ、食事の大切さを実感するとともに、体重・体調の変化を感じ、自ら積極的に毎日の食事に関わっていただくことで、健康的な食生活に貢献していきます。

ミツカンと asken は、食生活を改善していけるサービスを、今後も提案強化してまいります。

ミツカンは、ZENB ブランドを通じて、「ミツカン未来ビジョン宣言」で掲げている「人と社会と地球の健康」「新しいおいしさで変えていく社会」の実現に向けて取り組んでまいります。

※1

・野菜の目標摂取量は、1日 350g です。(厚生労働省、健康日本 21(第 2 次)の目標)

野菜には、ビタミン・ミネラル・食物繊維といった「からだの調子を整える」栄養が含まれています。栄養バランスを整えて健康を維持するために、野菜は必要不可欠ですが、野菜を十分に摂取できている人は「男性 30.7% / 女性 27.0%」しかいません。(厚生労働省、平成 30 年度 国民健康・栄養調査)

・20 歳以上の食物繊維の摂取量平均は、「男性 15.3g / 女性 14.7g」であり(厚生労働省、平成 30 年度 国民健康・栄養調査)、目標摂取量の「男性 21g 以上 / 女性 18g 以上」(18-64 歳)(厚生労働省、日本人の食事摂取基準 2020 年版)を満たしていません。

<商品に関する一般の方のお問い合わせ先>  
ZENB お客様センター： 電話 0120-133-309