

第1回 からだにいいこと TERAKOYA 開催

最新の「おいしい」にあえる! 「糖質オフの選び方」



月刊『からだにいいこと』編集委員
安田美奈子



西崎泰弘院長



『世界一おいしい
ダイエット』著者
藤本なおよ氏



糖質オフバーガー
開発者
今井久氏



管理栄養士・女優
森川有子氏

2018年11月11日(日)
11:00~13:30

コレド室町3
日本橋ライフサイエンスハブ
8F E 会議室

今、社会で話題となっている「健康的なライフスタイル」に関するテーマを掲げ、生活習慣のあり方を考えます。特に、書籍や映像などの著者・企画者自身による、「作品では伝えきれなかったこと」をたっぷりと語っていただくことが、この会の特徴。今回は「ローカーボ(糖質オフ)について」。多様な分野からの登壇者やブース出展社の協力により、「聴く」「食べる」「交流する」を体感します。



日本橋ライフサイエンスハブ8F E会議室 ホワイエ

【開会の辞】

NPO 法人健康長寿研究教育センター理事長 兼 東海大学医学部付属東京病院 西崎泰弘病院長

【講演1】

「著書“世界一おいしいダイエット”で伝えきれなかったこと」藤本なおよ氏

【講演2】

「人生100年時代の健康管理術～健康長寿のコツ教えます」西崎泰弘病院長

【パネルディスカッション】

西崎泰弘病院長 & 藤本なおよ氏

& 今井久氏(ファーストキッチン・ウェンディーズの糖質オフバーガー「ワイルド☆ロック」開発者)

& 森川有子氏(管理栄養士兼女優) & 安田美奈子(月刊『からだにいいこと』編集委員)

【試食会】

「糖質カット炊飯器」(サンコー)

「糖質ゼロ麺」「糖質0.1gめかぶ」(カネリョウ) 他

【ネットワーキング】

ホワイエでの最新製品体験会 & 交流会



【定員】200名

【参加費】

●事前申し込み 無料(～11月10日土曜日23:59まで)

●当日申し込み 1,000円(税込)

※当日アンケートに答えると、もれなく

「糖質オフ製品の詰め合わせ(3000円相当)」をプレゼント!

イベントのお申込みは、Peatix から。

【事前申込 URL】

<https://karadaniikoto-terakoya1.peatix.com>

【TERAKOYA 詳細サイト】

<http://www.karakoto.net/terakoya/>



住所：東京都中央区日本橋室町1-5-5

交通のご案内：東京メトロ半蔵門線・銀座線「三越前」駅直結
JR 総武線快速「新日本橋」駅直結

『からだにいいこと』編集部オススメ

糖質オフ(ローカーボ)を生活に取り入れるために！

糖質オフ(ローカーボ)を生活に取り入れるために、正しい情報や商品を知ることが大事。
そこで『からだにいいこと』編集部からのオススメをご紹介します。おいしさをキープしながらゆるやかな糖質オフができる生活を。
試食は、会場で試食できます。**P**は、アンケートに答えてくださった方に、お帰りの際プレゼント。

P



といたお米に混ぜるだけで
食物繊維が摂れる
「ごはんに寒天」

P



大吟醸の味に匹敵！
“糖質70%オフ”の日本酒
「香り立つ、糖質70%オフ」



試食

糖質ゼロで食物繊維豊富！
腸の掃除にも◎
「ちゆるりん」



試食

スイッチオンでいつものご飯が
33%糖質オフ
「糖質カット炊飯器」

P



人工知能が
あなたのダイエットをサポート
「低糖質でおいしいようかん こし」

P



人工甘味料不使用で
おいしい糖質37%オフ
「低糖質ショコラ ホワイト」

P



お肉のかわりにそのまま使え
食物繊維もたっぷり
「大豆のお肉 ミンチタイプ」

P



小麦粉を使わず糖質60%オフ
大豆粉でおいしい
「ダイズラボ パンケーキミックス」

P



食物繊維が多く、低カロリー
おからとこんにゃくで作った
「糖質0麺」

試食



低糖質・低カロリー
長崎五島灘の塩を使用
「毎朝めかぶ」

P



ミネラルや
ポリフェノールが豊富な
「パームシュガー」

P



糖質オフメニューの
頼れる相棒
「新あさひ豆腐」

■主催：NPO法人 健康長寿研究教育センター

■共済：月刊『からだにいいこと』

■後援：神奈川県（予定）／東海大学／

一般社団法人 ライフサイエンス・イノベーション・ネットワーク・ジャパン (LINK-J)