

<ABC クッキングスタジオとカゴメの共同企画>

ABC クッキングスタジオの生徒100名を対象に 「野菜一日これ一本」を活用した食生活改善企画を実施し、 食事での野菜摂取意識が高まり、野菜摂取レベルが上昇したことを確認

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)とカゴメ株式会社(本社:愛知県名古屋市、代表取締役社長:山口聡、以下カゴメ)は、2024 年 8 月に、野菜の日(8 月 31 日)を盛り上げる共同企画として、全国の ABC のスタジオで野菜摂取推進につながる取組み(※1)を多角的に実施しました。その中の一つとして、野菜不足を感じている ABC の生徒 100 名のモニターを対象に、野菜飲料「野菜一日これ一本」を活用して、2~4週間、食生活改善にチャレンジする企画を実施しました。

本企画では、ABC の生徒 100 名に、30 品目の野菜を 350g 分使用した(※2)カゴメの野菜飲料「野菜一日これ一本(200 ml)」24 本を食生活に取り入れて頂くとともに、食事写真の撮影による意識向上、推定野菜摂取量を測ることができる「ベジチェック®」の測定、アンケートへの回答を通じて、食生活の変化を調査しました。これらの取組みを通じて、食事での野菜摂取意識が高まり、開始前と比較して「ベジチェック®」による野菜摂取レベル(※3)の平均値が上昇したことを確認できました。

この取組みは、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』の一環であり、ABC はこのキャンペーンに賛同しています。これまでも ABC は料理基礎クラスの全 12 メニューで「1 日に必要な野菜の半分(175g)(※4)が摂れる」というコンセプトを掲げて、野菜を手軽に美味しく摂取できるレシピを推奨してきました。また、2023 年 4 月からは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、ABC 会員を中心に野菜摂取の自覚・理解を高め、食生活を見直すきっかけ作りを行っています。

ABC とカゴメは、今後も引き続き、野菜摂取の重要性の啓発により、野菜摂取の習慣化を目指し、健康的な食生活の普及に努めてまいります。



※5

※1 「8 月 31 日は野菜の日! ABC のレッスンで野菜をもっと身近に~野菜の日を盛り上げる、ABC とカゴメの共同企画~」

<https://www.kagome.co.jp/library/company/news/2024/img/2024073003.pdf>

※2 野菜飲料は、原料野菜の全成分を含むものではありませんが、不足しがちな野菜を補うためにお役立てください。

※3 野菜摂取レベルは、野菜の推定摂取量を 0~12.0 の 120 段階で表示します。目標値は 7~8 です。

※4 厚生労働省推進・健康日本 21 の目標値(1 日 350g)の半分である野菜 175g 分

※5 厚生労働省推進・健康日本 21 の目標値(1 日 350g)

■実施概要

【対 象 者】ABC の生徒 100 名

【実施期間】2024 年 8 月の 2～4 週間

【実施内容】・野菜飲料「野菜一日これ一本」を活用した食生活の改善

(1 人当たり「野菜一日これ一本(200 ml)」24 本を期間中の食生活に取り入れて頂きました。)

・食事写真の撮影、SNS への投稿

・「ベジチェック®」での野菜摂取レベルの測定

■結果報告

①「ベジチェック®」の野菜摂取レベルの改善:

対象者 100 名のスコア(野菜摂取レベル)は、平均 5.68 から 6.88 に改善(1.20 ポイント上昇)。

スコア 7 以上の比率が 19%から 40%に増加し、5 未満の比率が 60%から 24%に減少。

②アンケート結果

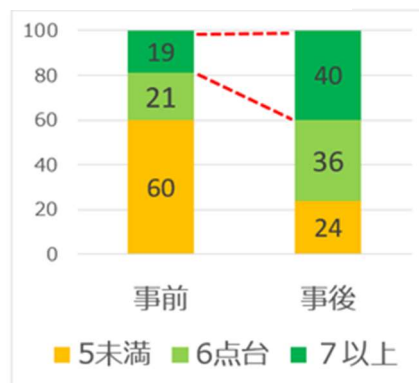
本企画の実施により、対象者 100 名の 72%が「食生活に変化があった」と回答。

「野菜ジュースを活用しながら、食事でも野菜をしっかり取るようになった」や「緑黄色野菜も意識して摂るようになった」などの声が多く寄せられ、食生活改善につながる結果となりました。

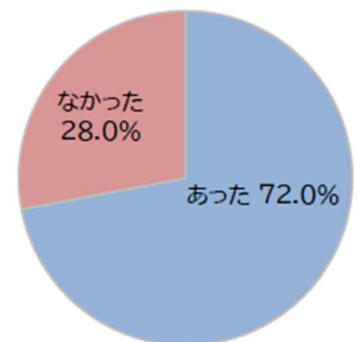
【野菜摂取レベル(平均値)】

事前	事後	伸び幅
5.68	6.88	1.20

【野菜摂取レベル構成比】



【食生活の変化】



【食事写真(抜粋)】

いつもの食事に野菜飲料を追加したり、食事自体への野菜量を増やした様子など、期間中の食事を撮影して頂きました。



野菜をとりようキャンペーンについて



カゴメは、野菜摂取の推進を目的として、2020 年1月から「野菜をとりようキャンペーン」を展開しています。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、「国民健康・栄養調査」(厚生労働省)では不足している状況が続いています。『野菜をとりよう 350g』をスローガンとして、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おります。

<https://www.kagome.co.jp/statement/health/yasaiwotorou/>

ABC クッキングスタジオ

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

ABC クッキングスタジオは、国内・海外会員約 170 万人を抱える世界最大級の料理教室(2024 年 10 月)。2010 年海外に初出店。以降、香港・台湾・シンガポール・タイ・韓国・マレーシア・インドネシアと、日本を含む 8 ヶ国・地域に教室を展開し、アジア圏を中心にサービスを拡大しています。

「世界中に笑顔のあふれる食卓を」の企業理念のもと、料理・パン・ケーキを学べる ABC Cooking Studio、4 歳からのクッキングスタジオ abc kids、1 回きりの料理教室 1 day lesson などのサービスを提供し、生徒さまに「手作りの食」の大切さと楽しさを伝えています。

また、特産品を使ったレシピ開発やコンサルティングによる地方創生事業、商品プロモーションを目的としたメディア事業、企業や自治体に人材支援を行う派遣事業 ABC JOB STUDIO なども展開しています。

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」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。

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@jp.abc-cooking.com

■カゴメ株式会社

コーポレート企画本部 経営企画室 広報グループ:北川、岩元

TEL:03-5623-8503

以上