

2023年7月6日

江崎グリコ と 無印良品 銀座 による共同での取り組み

「ココロとカラダにちょうどいい『すこやか週間』を開催

～ すこやかな暮らしをサポートする適正糖質メニューの提供やセミナーを実施 ～

開催期間：2023年7月13日（木）～7月23日（日）／ 場所：無印良品 銀座

江崎グリコ株式会社と無印良品の世界旗艦店である「無印良品 銀座」は、7月13日(木)から23日(日)まで、「ココロとカラダにちょうどいい『すこやか週間』」を共同で開催します。期間中は、「無印良品 銀座」地下1階のMUJI Diner 銀座で適正糖質[※]が体験できる特別メニュー「焼き魚定食」の提供をはじめ、セミナー「食生活のコツ」やトークショー「暮らしをつくるひとたちの語らい」など、「わたしにちょうどいい、暮らしのコツ」をテーマに、すこやかな暮らしをサポートする様々なイベントを11日間にわたって開催します。

※一般社団法人「食・楽・健康協会」は1食で摂取する糖質量を20～40g、間食では10g以下にする「適正糖質」を提唱

■江崎グリコと無印良品 銀座で「食」に関する暮らしのコツをお届け

江崎グリコは、パーパスである「すこやかな毎日、ゆたかな人生」のもと、生活者のみなさまのすこやかな毎日への貢献を目指しています。一方、「感じ良い暮らしと社会」の実現を目指す無印良品 銀座では、「人と人」「人と自然」「人と社会」のより良い関係をつくるプラットフォームでありたいとの思いから、様々な活動を積極的に取り組んでいます。今回の取り組みを通じ、両者の特性を活かしながら、暮らしの中の「食」に関し、生活者に役立つ、ココロとカラダにちょうどいい「暮らしのコツ」をお届けします。

■「適正糖質」を知って・試して・実践へ

無印良品 銀座 地下1階のMUJI Diner 銀座では、適正糖質を体験できる特別メニューを、期間限定で提供します。糖質は我慢するのではなく、“ちょうど良い”糖質をとる「適正糖質」の考えのもと、MUJI Diner 銀座の「焼き魚定食」を1食あたりの糖質を40gに抑えました(今回提供する定食は普通の食事でも実践しやすいよう通常メニューを最小限アレンジしています)。また、糖質を抑えた、江崎グリコのSUNAO<バニラ>と一緒にお試しください。この定食と間食を通じ、適正糖質を体験いただき、すこやかな暮らしの一部に取り入れる一助になればと考えています。また、適正糖質を取り入れた生活が更に実践しやすいように、「食生活のコツ」セミナーも開催します。糖質に関する知識や糖質が少ない食材の情報や、SUNAO や無印良品の食品を使った適正糖質のアレンジレシピをご紹介します。



■無印良品 銀座の定期イベントに江崎グリコがコラボし、特別イベントを実施！

期間中に2つの特別イベントを開催します。毎週金曜日に無印良品 銀座 6階にあるサロンで開催される「柳 Bar」において、無印良品と江崎グリコの商品開発担当者によるコラボトークショーを実施し、お互いの商品のモノづくりについて語り合います。また、毎週日曜日に実施している無印良品のYOGA教室でも、適正糖質をはじめとした暮らしのコツをお伝えするプチセミナーを開催します。無印良品 銀座と一緒に、生活者のみなさまに、ココロとカラダにちょうどいい「すこやかな習慣」を、特別イベントを通じお伝えしていきます。

ココロとカラダにちょうどいい「すこやか週間」 イベント概要

■実施概要

企画名	ココロとカラダにちょうどいい「すこやか週間」
所在地	無印良品 銀座 104-0061 東京都中央区銀座3丁目3番5号
会期	2023年7月13日(木)～7月23日(日) 計11日間
営業時間	11:00～21:00 最新の営業時間は「無印良品 銀座」のホームページ (https://shop.muji.com/jp/ginza/) をご参照ください。

■実施内容

①「適正糖質」を知って・試して・実践できるメニュー販売とイベント開催

1) 1食の糖質を40gに抑え、糖質を抑えたSUNAOアイスも付いた「焼き魚定食」を限定販売

無印良品 銀座 地下1階の「MUJI Diner 銀座」では、適正糖質の考え方を伝える特別メニューを提供します。糖質は我慢するのではなく、適正な糖質をとる「適正糖質」の考えのもと、MUJI Dinerの「焼き魚定食」を1食あたりの糖質を40gに抑えました。この定食では、普段の食事からも実践しやすいよう最小限のアレンジをしています。また、糖質を抑えた、SUNAO <バニラ> も一緒に提供します。

・日時：7月13日～23日の11日間 11時から～16時
(ラストオーダー15時45分)のランチ限定で販売 ※数量限定

2) ちょうどいい糖質と食生活のコツのセミナー

糖質から、ココロとカラダにちょうどいい「食生活のコツ」を江崎グリコがお届けするセミナーを実施します。管理栄養士の吉野 愛さんにもご参加いただき、糖質に関する情報や適正糖質の実践方法などを直接聞くことができるセミナーです。適正糖質なアレンジレシピについてもお話いただきます。

・日時：7月13日19時～ / 参加無料 ※事前の参加申し込みが必要です。

3) SUNAOと無印良品の食品を使った、適正糖質なアレンジレシピの紹介

適正糖質をご自宅でも実践しやすいように、アレンジレシピを公開します。SUNAOのパスタソースや無印良品の食品を使った、夏にぴったりのレシピをご自宅でお楽しみください。店舗での配布とwith Glicoのレシピクラブにて公開予定です。(with Glico レシピクラブ：<https://with.glico.com/recipeclub/index.html>)
※イベント開始後、順次レシピを公開する予定です。



(アレンジレシピのイメージ写真)

②無印良品 銀座の定期イベントへ、江崎グリコからすこやかな情報をお届けします。

イベントの期間中、無印良品 銀座で行われている 2 つイベントを共同開催します。

1) 「柳 Bar」特別イベント「無印良品と江崎グリコのコラボトークショー」

すこやかなくらしに役立つ商品を開発するため、それぞれの企業がどのような取り組みを行っているのか語る会を開催します。トークショー中は、デザートとして SUNAO アイスも提供します。

・日時：7月14日 19時～ / 参加費：ワンドリンク制

○柳 Bar について：銀座のシンボルであり、東京都中央区の木でもある「柳」。そんな柳の木への想いを冠した「柳 Bar」を毎週金曜日限定でオープンしています。銀座店のスタッフが「ひと繋ぎ Bar」をテーマに、居合わせたお客様と地域で活躍する方たちと銀座について気軽に語らう場を目指しています。

2) 「無印良品でヨガ教室 + 江崎グリコのプチセミナー」

通常のヨガ教室に江崎グリコのすこやかなくらしのコツをお届けするプチセミナー付きで開催します。

・日時：7月16日 10時～ / 参加費：1,000円 ※事前の参加申し込みが必要です。

○イベント詳細・参加申し込みはこちら ⇒ [店舗詳細画面 | 無印良品 \(muji.com\)](#)

※順次募集開始予定

・本イベントは予告なく変更・中止となる場合がございます。

・本イベントへのご参加に際して、無印良品 銀座のイベント紹介ページにてご案内しておりますので必ずご確認ください。

■江崎グリコは、糖質と上手に付き合う「適正糖質」なくらしをサポートを目指します！

一般社団法人「食・楽・健康協会」は 1 食で摂取する糖質量を 20～40g、間食では 10g 以下にする「適正糖質」を提唱しています。この適正糖質とおいさを両立するブランド「SUNAO (スナオ)」は、からだに気を配りながら、100% 食べることを楽しめる、からだにやさしいおいさを作りたい、そんな思いから生まれました。健康意識の高まりとともに、食事やおやつ選びの際に糖質量を気にかける方が増えている昨今、糖質を我慢するのではなく、糖質と上手に付き合う「適正糖質」を SUNAO ブランドがサポートします。

糖質は人間のエネルギー源でもあるため、ある程度の摂取は必要です。しかし、過剰に摂取した場合、エネルギーとして代謝されず脂肪として蓄えられてしまうため、1 日に摂取する糖質量を適正に調整する「適正糖質」が大切です。この「適正糖質」の考え方をより広く知っていただきたいという思いから、毎日の暮らしの中で取り組みやすい実践方法をお伝えする、「すこやか週間」イベントを企画しました。今回ご提供するコラボメニューや特別セミナーなどを通して、糖質と上手に付き合う「適正糖質」をぜひご体感ください。

・SUNAO ブランドサイト：<http://cp.glico.jp/sunao/>

・ロカボオフィシャルサイト(適正糖質についての説明)：<https://locabo.net/about/>



■無印良品 銀座について〈人と自然、社会をつなぐ世界旗艦店〉

無印良品は、「人と人」「人と自然」「人と社会」のより良い関係をつくるプラットフォームでありたいと考えています。東京・銀座の並木通りに位置する世界旗艦店「無印良品 銀座」は 2023 年 4 月 4 日に開店から 4 周年を迎えました。世界中から 500 万人以上のお客様に来店いただきました。

これまで、これからも銀座の地に世界中から訪れる人や、銀座界隈で、はたらき生活を営む人、そこで販売する商品を生み出す生産者など、この店舗に関わる人たちが、それぞれに想いを馳せたり、実際に出会い、つながりが生まれる場となることを目指します。そのために、生活者の視点で、くらしの基本として本当に必要な商品と本当に必要なサービスを揃え、日本初となる MUJI HOTEL GINZA および MUJI Diner とともに、銀座から世界中に無印良品の考える「感じ良いくらし、感じよい社会」を発信していきます。

無印良品 銀座 公式ウェブサイト URL：<https://shop.muji.com/jp/ginza/>



「Glico すこやかな食生活プロジェクト」がスタート

栄養菓子「グリコ」から始まった当社は、2022年に創立100周年を迎えました。新たな100年への第一歩となる2023年、引き続き「おいさと健康」の提供を通して、さらにみなさまの「すこやかな毎日、ゆたかな人生」の実現に貢献していきたいという思いから、「Glico すこやかな食生活プロジェクト」をスタートしました。

本プロジェクトは、江崎グリコのコミュニティサイト「with Glico」を主たる活動プラットフォームとして、カラダにうれしい素材の魅力や食事法をお伝えするセミナーや、会員参加型の食生活改善プログラムなどの各種企画をさらに拡充することで、「すこやかな毎日を支える食生活」についての理解を深め、仲間と一緒に体感し、分かち合える機会を創出していきます。

<「Glico すこやかな食生活プロジェクト」活動概要>



STEP1：すこやかな食生活について「知る」

江崎グリコの会員サイト「with Glico」では、「ウェルネスキャンパス」と題して、食事や運動、睡眠などのお悩みを解決したい方、パフォーマンスを向上させたい方に向けた、専門家登壇によるオンラインセミナーを2020年より実施し、これまでにのべ1,000名以上の方にご聴講いただいています。

2023年も、引き続き多くの方に楽しみながらご参加いただけるセミナーや勉強会等を実施しています。

STEP2：すこやかな食生活を「実践する」

「食生活を見直したいけれど、一人ではなかなか取り組みにくい…」そんな声にお答えするため、「with Glico」の会員コミュニティを活用して、江崎グリコの管理栄養士やチャレンジャー仲間と一緒に、「アーモンドミルクを生活に取り入れる」「適正糖質を心がける」といったミッションを継続して実践する90日間のプログラムを実施し、多くの方にご参加いただきました。

STEP3：すこやかな食生活を「共有する」

実践者は、実践を通じた変化や気づきをサイトに投稿することができ、プログラムに参加していない多くの方にも「実践のためのヒント」としてお届けしていきます。また、プログラムを通して収集したさまざまなご意見は、Glicoグループの研究や開発にも活かしていくことで、すこやかな食生活をサポートする商品のご提供にも繋げていきます。

<プロジェクト特設ページについて>

江崎グリココーポレートサイト内「Glico NEWS」でプロジェクトへの思いを語るインタビューコンテンツを公開しています。また、各種企画への応募についてもこちらのページでお知らせしていく予定です。

URL：<https://www.glico.com/jp/health/contents/glicosukoyakaproject/>

<参考情報>

「SUNAO」ブランドについて

「おいしくて、カラダにもやさしい。おいしさを楽しむことと、健康を両立することはできないだろうか。」
Glico のブランド「SUNAO」は、そんな願いを叶えたいという思いから生まれました。SUNAO が目指すのは、すべての人が食べることを楽しみ、ココロもカラダもずっと健康でいられる社会です。そこで、着目したのは「適正糖質」。間食は糖質量 10g 以下、食事は糖質量 20～40g に、食物繊維などのこだわり素材で糖質を控えました。2017 年 2 月にアイスシリーズから発売を開始し、現在はビスケットやパスタにも分野を広げて展開しています。これからもおいしい適正糖質のスイーツや食品を通して、健康と食べる喜びを提供していきます。

「SUNAO」商品ラインアップ

SUNAO パスタ・SUNAO ソース

商品名	SUNAO もっちりパスタ
パッケージ	
糖質量	21.1g/1食分(80g)あたり
内容量	80g×3束
販売チャネル	グリコダイレクトショップ (http://sunao.glico.com/303150/)
商品特長	<ul style="list-style-type: none">・糖質を抑えながら奥深い味わいを実現するため、デュラム小麦粉と、もち大麦粉の独自のバランスで配合し、もっちり食感を実現しました。1食(80gあたり)糖質21.1gに抑えています。・日本人に不足しがちな食物繊維をレタス10個分※1配合。糖質60%オフ※2で食物繊維たっぷりの、からだを気遣うパスタです。 <p>※1：SUNAO もっちりパスタ1食(80gあたり)食物繊維35.2g。レタス100gあたりの食物繊維は1.1g (出典：日本食品標準成分表2020年版)レタス1個分の重さを300gとした場合。)</p> <p>※2：日本食品標準成分表2020年版マカロニ・スパゲッティ乾と比較。</p>

【注】こちらの商品は、セットのみでの販売となります。

SUNAO パスタトライアルセット

通常価格 2,252 円のところ、LINE お友達登録をしてお申込みの場合は、初回限定価格 1,620 円（送料無料で）購入でき、気軽にお試いただけます。



【商品名】 SUNAO パスタトライアルセット
【内容】 SUNAO パスタ 1袋 + ソース 3種 1個
(ポロネーゼ・ボモドーロ・きのこ入りチーズクリーム)
【価格】 2,252 円 (送料無料で)
【初回限定※3※4】 1,620 円 (送料無料で)
※3：LINE お友達登録して頂いた方限定価格です。
※4：おひとり様 1 セット限りです。
【購入 URL】 <http://sunao.glico.com/201382/>

○商品はその他の組み合わせもございます。グリコダイレクトショップ (<http://sunao.glico.com/201382/>) をご覧ください。

商品名	SUNAO ＜ポロネーゼ＞	SUNAO ＜きのこ入りチーズクリーム＞	SUNAO ＜ポモドーロ＞
パッケージ			
糖質量	3.4g/1食分(100g)あたり	3.1g/1食分(100g)あたり	4.8g/1食分(100g)あたり
内容量	100g		
販売チャネル	グリコダイレクトショップ (http://sunao.glico.com/303150/)		
商品特長	牛ひき肉をじっくり煮込み、チェダーチーズ※、濃縮赤ワイン、焦がしにんにくを隠し味に、餡色玉ねぎとトマトのほんのりとした甘みを加えた奥深い味わい。 ※チェダーチーズ 60%を使用(チーズに占める割合)	ゴルゴンゾーラ、チェダー、カマンベールの3種のチーズ※をブレンドした香り高いソース。マッシュルームとひらたけで食感をプラス。 ※ゴルゴンゾーラチーズ40%、チェダーチーズ13%、カマンベールチーズ7%を使用(チーズに占める割合)	完熟トマトをとろりと煮込んだベースに鶏肉を入れ、ガーリック、バジル、黒胡椒でアクセントをつけた芳醇な香りのポモドーロソース。

SUNAO アイスシリーズ

商品名	SUNAO ＜チョコ&バニラソフト＞	SUNAO ＜バニラソフト＞	SUNAO ＜チョコモナカ＞
パッケージ			
糖質量	8.9g/1個あたり	9.6g/1個あたり	7.7g/1個あたり
内容量	170ml	170ml	82ml
価格	オープン価格		
商品特長	濃厚なチョコとココのあるバニラのミックスアイスに、さらにほろ苦いチョコレートソースをトッピングしました。	バニラビーンズ入り華やかなバニラが楽しめます。コーン部分は全粒粉入り。	なめらかなアイスクリームと、たっぷり入ったパリパリチョコが満足の組み合わせ。

商品名	SUNAO ＜バニラ＞	SUNAO ＜ストロベリー＆ラズベリー＞	SUNAO ＜マカダミア＆アーモンド＞
パッケージ			
糖質量	5.8g/1個あたり	4.0g/1個あたり	4.3g/1個あたり
内容量	120ml	120ml	120ml
価格	オープン価格		
商品特長	北海道産生クリームを使用したまろやかな味わい。生クリーム増量でさらにコクがアップしました。バニラビーンズシード入りの華やかなバニラが楽しめます。	甘酸っぱいベリーと、クリーミーなアイスの組み合わせ。生クリームが入って、コクがさらにアップしました。コクのあるアイスが、苺とラズベリーのさわやかさを引き立てます。	マカダミアナッツとアーモンドの香ばしい味わい。生クリームが入って、コクがアップしました。発酵バターを使用して、さらに奥深い味わいへ。

商品名	SUNAO マルチパック＜バニラ＞
パッケージ	
糖質量	4.2g/1個 (87mlあたり)
内容量	522ml (87ml×6個)
価格	オープン価格
商品特長	<ul style="list-style-type: none"> ・とうもろこし由来などの食物繊維といったこだわり素材を使用し、糖質 4.2g/個に調整。 ・バニラビーンズシード入りの華やかなバニラの風味と北海道産生クリームのまろやかな味わい。 ・気軽に食べられるサイズのカップアイスが6個入っているので、冷凍庫にストックできて、小腹満たしや食後のデザートに最適。

SUNAO ビスケットシリーズ

商品名	SUNAO 〈発酵バター〉	SUNAO 〈チョコチップ&発酵バター〉	SUNAO クリームサンド 〈レモン&バニラ〉
パッケージ			
糖質量	9.2g/1袋 (31g) あたり	9.2g/1袋 (31g) あたり	4.5g/1枚 (標準 12.5g) あたり
内容量	62g (31g×2袋)	62g (31g×2袋)	6枚
価格	オープン価格		
商品特長	〈からだにやさしいオリゴ糖使用〉発酵バター14%配合。濃厚な香りと味わいを楽しめます。	〈からだにやさしいオリゴ糖使用〉発酵バターを配合した生地、チョコチップを加え、アーモンドを隠し味に。	レモンの風味が爽やかな発酵バター配合のビスケットと相性の良いほんのり酸味のあるバニラクリームをサンド。

商品名	SUNAO 〈発酵バター〉小袋	SUNAO 〈チョコチップ&発酵バター〉小袋	SUNAO クリームサンド 〈アーモンド&バニラ〉
パッケージ			
糖質量	9.2g/1袋 (31g) あたり	9.2g/1袋 (31g) あたり	4.5g/1枚 (標準 12.5g) あたり
内容量	31g	31g	6枚
価格	オープン価格		
商品特長	〈からだにやさしいオリゴ糖使用〉発酵バター14%配合。濃厚な香りと味わいを楽しめます。	〈からだにやさしいオリゴ糖使用〉発酵バターを配合した生地、チョコチップを加え、アーモンドを隠し味に。	アーモンドのパウダーとペーストを合わせた風味豊かなビスケットでバニラクリームをサンド。ビスケット生地には発酵バターも配合。

これからもSUNAOは、すべての人が食べることを楽しみ、ココロもカラダもずっと健康でいられる社会を目指し、生活者のみなさまの「適正糖質な生活」をサポートしていきます。

ブランドサイト : <http://cp.glico.jp/sunao/>
 SUNAO Twitter アカウント : https://twitter.com/sunaochan_glico