

会員数 600 万人国内最大級 AI 食事管理アプリ あすけん食事ランキング 8 月号 酢・抹茶など古来からの「健康に良い食品」の人気の高まる！ 高いクオリティが話題の【冷凍餃子】もランクイン

株式会社 asken(東京都新宿区、代表取締役社長:中島洋)は、自社が開発・運営を行う国内最大級の AI 食事管理アプリ「あすけん」(以下あすけん)を利用するユーザーの食事記録データを集計し、最新の食事の傾向や人気の食品などについて取りまとめたマンスリーレポート「あすけん食事ランキング」を毎月発表しています。

今回は、「あすけん」に登録された 2021 年の 7 月 22 日～8 月 9 日の食品を集計し、前期間や昨年同期間と比較して急上昇している食品から、栄養士がトピックスを解説します。



【集計期間】2021年7月22日～8月9日(1000件以上登録数がある食品・市販食品も含む)

発酵食品の【酢】や、素材の栄養素をまるごと飲める【抹茶】に再注目！

前年の同期間と比較して登録数が上昇していた食品の中で、特に【酢】や【抹茶】に関連した食品に注目してみました。昔から「健康」に良いとされる食品に脚光が当たっているようです。

【酢】関連の食品では、韓国の果実発酵酢【美酢】シリーズ(CJ JAPAN)が多数上位にランクイン。ビタミンCが豊富なかんきつ類の「カラマンシー」を使った【美酢カラマンシー】が2.9倍、その他のフレーバーも1.9倍以上の登録数となりました。【穀物酢】や【りんご酢】も1.7倍と伸びており、調味料として活躍するシーンが増えている可能性があります。料理のメニューとして【酢玉ねぎ】、【酢キャベツ】、【きゅうりとじゃこの酢の物】、【鶏肉の甘酢あん】、【酢納豆】なども1.3～1.5倍伸びており、酢を活用したメニューの登録数も増加していました。

日本で古くから親しまれてきた抹茶に関連したメニューもランクアップしています。【抹茶ラテ】(207%)、【抹茶】(124%)の他、プロテイン商品の抹茶フレーバー【ホエイダイエットプロテインプレミアム〈抹茶ラテ風味〉(ULTORA)】(268%)や【ザバス ホエイプロテイン 100 抹茶風味(1食分21g)(明治)】(171%)などがランクアップしており、ペットボトル入りの抹茶ラテ飲料が人気を呼び売り切れとなったニュースもあったように、あすけんのランキングでも抹茶の人気の高まっていることを感じられます。

ニュースで話題の【冷凍餃子】も急上昇！

7月22日～8月9日の同日数の前期間と比較して急上昇し、上位2位と3位にランクインしたのが【冷凍餃子】(821%)と【焼き餃子】(721%)でした。餃子が五輪出場選手の SNS 投稿などで話題となったことは記憶に新しいです

ね。餃子は、タネをひき肉の代わりにエビなどを利用したり、野菜の割合を増やしたり、「水餃子」や「蒸し餃子」などの油を使わない調理法にしたりすることでカロリーを抑えることができ、ダイエットや健康が気になる方でもアレンジをして食べやすいメニューです。

コロナ禍の自粛生活で外食を控える方が多いこともあり、冷凍食品のニーズが高まっていると言われます。【冷凍餃子】、【焼き餃子】は手軽に美味しい一品であり、ニュースなどで話題になったこの時期に急上昇ランクの上位となりました。

コラム <酢と抹茶の豆知識>

【酢】は、穀物や果実などを発酵させてつくる調味料の一つで、穀物酢・米酢・りんご酢・ワインビネガーなど様々な種類があります。酢酸菌を加えて発酵させた「醸造酢」と薄めた酢酸とアミノ酸を加えた「合成酢」があり、発酵工程を経ている醸造酢は発酵食品です。酢には疲労回復、消化を助けるなど様々な健康効果が期待されている他にも、調味料として活用すると酸味によって塩分を控えめにしても美味しく食べられることから、減塩効果があることがわかっています。

【抹茶】は「碾茶」と呼ばれる茶葉を乾燥させ、粉末にしたもの。そのため抹茶は、ビタミンACE、カリウム・カルシウム・マグネシウム・亜鉛などのミネラル類や、食物繊維など茶葉そのものに含まれる栄養素をとり入れることができます。(※1) お茶の特長的な成分である「カテキン」や「テアニン」といったポリフェノール類も含まれており、健康効果について研究が進められています。(※1) 日本食品標準成分表 2020 年版(八訂)

あすけんでは、管理栄養士・栄養士監修のもと、ダイエットや筋トレなど健康管理に役立つ食事や栄養情報のコラムを発信しています。(https://column.asken.jp/) asken は、これからも人々が食事の選択力を身につけ、食生活を改善し、健康的な毎日を送るサポートをまいります。

あすけん食事ランキング2021年8月

昨年同期間と比較した食品登録数のランキング【酢・抹茶関連商品】

順位	食品名	今期間の登録数	昨年同期間の登録数	昨年同期間との比較
19	美酢 カラマンシー(1杯45ml)(CJ Japan)	5156	1779	290%
26	ホエイダイエットプロテインプレミアム〈抹茶ラテ風味〉(ULTORA)	11644	4351	268%
51	ピクルス(お好み具材セレクト可能)	6163	2743	225%
66	美酢 パイナップル(1杯50ml)(CJ Japan)	4233	2030	209%
68	美酢 いちご&ジャスミン(1本200ml)(CJ Japan)	3131	1512	207%
70	抹茶ラテ	4933	2387	207%
73	美酢 マスカット(1杯50ml)(CJ Japan)	4506	2206	204%

前同日数期間と比較した食品登録数のランキング

順位	食品名	今期間の登録数	前同日数期間の登録数	前同日数との比較
1	梨(1個)	63230	3692	1713%
2	冷凍餃子(1個)	17446	2124	821%
3	焼き餃子(5個)	94530	13117	721%
4	鯖の刺身	44317	6493	683%
5	木綿豆腐(1/3丁100g)	56031	8922	628%

あすけん調べ：集計期間2021年7月22日～8月9日(1000件以上登録数がある食品・市販食品も含む)

※レポート内容を利用いただく際は、「マンスリーレポート あすけん食事ランキング」とクレジットの記載をお願いいたします。

※あすけん公式ウェブサイト：<https://www.asken.jp>

【本リリースに関するお問い合わせ先】

株式会社 asken 広報・PR 担当：多田 Tel:03-3379-1213 Mobile:080-8195-9041
E-mail：grp_asken_pr@asken.inc

<参考>

AI 食事管理アプリ「あすけん」

「あすけん」は、ダイエットや健康に関心を持つ国内会員数 600 万人*(海外含め 630 万人)を超える国内最大級の AI 食事管理アプリです。豊富なメニューからの食事登録や、写真を撮って画像解析によるメニュー登録をすることが可能で、カロリーだけでなく 14 種類の栄養素バランスも瞬時に表示されます。AI 栄養士からの食事内容や食生活のアドバイスも毎日見ることができ、次の食事で何を食えばよいのかがわかるため、食事の選択力が身につき食生活の改善に役立ちます。「革新的な優れたサービス」への内閣総理大臣表彰制度である第 3 回日本サービス大賞「優秀賞」を受賞しました。*2021 年 8 月現在の国内利用者数



食事管理アプリ No.1*
健康的に痩せると話題!
600万人以上が利用

食事記録がかんたんに続く
写真でカロリー自動計算

痩せない原因が見つかる
見やすい栄養バランス

痩せる習慣が身につく
栄養バランスがバッチリでした!
84点
毎日届く栄養士のアドバイス

株式会社 asken

株式会社 asken は、AI 食事管理アプリ「あすけん」の運営会社です。学校や企業向けフードサービスを提供する株式会社グリーンハウスの 100%子会社で、約 2000 人の管理栄養士・栄養士が在籍する栄養学の知見と AI をかけ合わせ「ひとびとの明日を、今日より健康にする」ことをミッションに 2007 年に創業しました。ウェブサービスに始まり、2013 年にスマートフォンアプリをリリースしたことをきっかけに会員数が急増、またカナダでの先行リリースに続き、2017 年からはアメリカでも事業を展開し、国内外でユーザーの長期的な健康増進をサポートしています。個人向けサービスの他にも企業のヘルスケア事業における協業や健康保険組合向けのソリューションの提案も行っています。

コーポレートサイト: <https://www.asken.inc>

会社概要

社名: 株式会社 asken

設立: 2007 年 10 月 1 日

所在地: 〒163-1408 東京都新宿区西新宿三丁目 20 番 2 号 東京オペラシティタワー8F

サイト URL : <https://www.asken.inc>

株主: 株式会社グリーンハウス(100%出資) <https://www.greenhouse.co.jp>