

毎月24日は、「フィッシュプロテインの日」

～ 運動後のフィッシュプロテイン摂取の重要性を訴求 ～
田中律子さんによるフィッシュプロテイン体操が動画配信



一般社団法人日本かまぼこ協会（東京都千代田区神田佐久間町3-37）は、今年8月24日（火）より、毎月24日を「フィッシュプロテインの日」と設定。良質なタンパク質に加えて低脂質が特徴のフィッシュプロテイン（＝魚肉たんぱく質）をキーワードに、かまぼこなど魚肉練り製品の健康機能と有用性をアピールしていきます。コロナ禍で運動不足による健康志向が高まる中、軽い運動をした後のフィッシュプロテイン摂取の重要性と共に、かまぼこ、ちくわなどの魚肉練り製品の販売促進につなげていきます。

現在量販店の店頭では、「フィッシュプロテインマーク」の入った魚肉練り製品を各メーカーより展開していますが、今年の施策として、タレントの田中律子さんを起用し、フィッシュプロテイン体操を収録した動画を配信します。タレント活動以外に、ヨガやサップヨガなどを推奨している田中さんの健康的でほがらかなイメージと共に、「軽い運動をしてフィッシュプロテインを食べよう」をテーマに、フィッシュプロテインの日と敬老の日に向けて、キャンペーンを行っていく予定です。

●毎月24日は、フィッシュプロテインの日



毎月24日は、「フ（＝2）ィッシ（＝4）ュプロテイン」として、ひと目でわかりやすいロゴと共に、ポップなどを作成し、量販店でのコーナー設置などを行いながら、購買喚起に繋げていきます。このロゴは、製品中に含まれる魚肉タンパク質含有量が、日本かまぼこ協会の定める基準（8.1g/100g以上または4.1g/100kcal以上）をクリアした商品に限定して、表記をしています。

フィッシュプロテイン特設サイト：

<https://www.nikkama.jp/fishprotein/>

●フィッシュプロテイン体操とは

「体力が落ちてきた」「筋力を維持したい」という方に、日本かまぼこ協会が推奨している、簡単に2ステップでできる体操です。

Step 1 からだを動かす

筋肉を維持するには、無理のない筋トレや運動を続けることが大切です。

Step 2 かまぼこ（魚肉練り製品）を食べる

筋肉をつかった後は、かまぼこでタンパク質を補給。消化しやすいフィッシュプロテインなら胃に負担をかけません。

●田中律子さんによる「お家で簡単フィッシュプロテイン体操」



タレントの田中律子さんによる、ヨガをベースとした「お家で簡単フィッシュプロテイン体操」をYouTube動画にて8月20日より配信していきます。動画では、子供からお年寄りまで、家族で楽しめる簡単なストレッチやヨガをベースとした体操を紹介しながら、軽い運動後のフィッシュプロテイン摂取の大切さを伝えます。今年の敬老の日に向けてのキャンペーンと共に、毎月24日に設定されたフィッシュプロテインの日の認知拡大とかまぼこ製品（魚肉練り製品）の販売促進に繋げていく予定です。(動画URL：<https://www.youtube.com/user/zenkamaren>)



田中律子（たなか・りつこ）

12歳で芸能界デビュー。モデルからスタートし、女優・タレント活動を行ない今年で芸能活動37年。自分の身体と心に向き合うためにヨガを始め、芸能活動をしながら、沖縄をはじめ全国でヨガやSUP（スタンドアップパドルボード）ヨガのレッスンを行なう。また、沖縄にて、珊瑚礁保護移植活動を行う『NPO法人アクアプラネット』理事長も務める。

かまぼこ製品（魚肉練り製品）の優位性

1. 手軽にパッと栄養補給

フィッシュプロテインとは、「魚由来のタンパク質」のこと。タンパク質は、糖質や、脂質と合わせて三大栄養のひとつです。良質のタンパク質が豊富で、消化もしやすいかまぼこ製品（魚肉練り製品）なら、下ごしらえもなくパッと使えて、パッと栄養が取れるのが、うれしいところ。低脂質だから、健康志向の方の味方です。

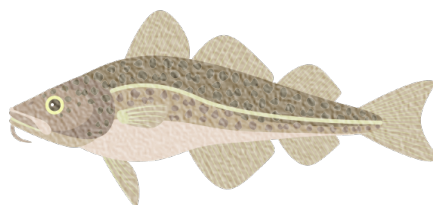
2. アミノ酸の黄金バランス

かまぼこ製品（魚肉練り製品）には、人の体内で合成できない9種類の必須アミノ酸がバランス良く含まれています。いつもの食事にかまぼこ製品を取り入れるだけで、タンパク質の有効性を高めることができます。

3. 消化によく、体内吸収されやすい

かまぼこ製品（魚肉練り製品）は、魚肉をペースト状にしているため、筋肉繊維がしっかりとつぶされていて、消化に良いとされています。脂質も少ないので、間食や夜食にもおすすめ。スポーツをしている方やご年配の方にも安心して毎日お召し上がりいただけます。

さまざまなかまぼこ製品(魚肉練り製品)に フィッシュプロテイン



タラ目たら科に属する魚類など



日本かまぼこ協会について

かまぼこ、ちくわなどの製造業者による業界唯一の全国組織として1940年12月9日に設立。その後、「全国水産練製品協会」を経て、2019年4月3日に「一般社団法人 日本かまぼこ協会（日かま協）」が設立。会員企業数は約600社（うち賛助会員は約50社）。「フィッシュプロテイン」（魚肉タンパク質）、「骨なしシーフード」をキーワードに、品質（おいしさ）、安心安全、健康を消費者に届ける業界の発展が目標です。

■主な事業内容のご紹介

1. 多種多様なかまぼこ製品（魚肉練り製品）の消費拡大
2. 「ニッポンの味・技」かまぼこの海外市場の拡大
3. 全国蒲鉾品評会の開催（農林水産省後援）
4. 蒲鉾大学、各種研修会の開催（次世代の人材育成）

名称： 一般社団法人 日本かまぼこ協会（略称:日かま協）
代表者： 会長 下村全宏（しもむら・まさひろ）
設立： 2019年4月3日
本部所在地： 〒101-0025 東京都千代田区神田佐久間町3-37
電話： 03-3851-1371
URL： <https://www.nikkama.jp/>

このリリースについてのお問い合わせ

一般社団法人 日本かまぼこ協会
専務理事 奥野勝 TEL 03-3851-1371

PR代行事務局： 株式会社オフィスK2M (村上)
TEL: 03-5738-2261 E-mail: info@officek2m.com