

東急スポーツオアシスと大戸屋が業務提携  
食とトレーニングの総合ボディメイクプログラムを提供開始

2021年3月29日(月)、株式会社東急スポーツオアシス(代表取締役社長：栗辻稔泰、以下「オアシス」)と株式会社大戸屋(代表取締役社長：蔵人賢樹、以下「大戸屋」)は共同事業の推進を目的に業務提携契約を締結いたしました。4月27日(火)より、共同開発した定食メニューの販売、およびフィットネスクラブ「東急スポーツオアシス」会員向けボディメイクプログラムの提供を通して、ボディメイクへの関心が高いユーザーを強力にバックアップいたします。



コラボレーション事業概要		(特設サイト <a href="https://www.sportsoasis.co.jp/lp/otoya_oasisteishoku">https://www.sportsoasis.co.jp/lp/otoya_oasisteishoku</a> )		
1	ボディメイク定食 「マッスル定食」 「ダイエット定食」の販売	2021年4月27日～ 7月31日	東急スポーツオアシス近隣の 大戸屋店舗にて、すべて のお客様を対象に提供	東急スポーツオアシスの 管理栄養士が監修し栄養計算され たボディメイク定食 全10品を販売
2	食べる BODY MAKE プログラムの提供	2021年4月27日～ 7月31日	全国の東急スポーツ オアシス会員	大戸屋のボディメイク定食を取り 入れた、栄養指導と トレーニングメニューを 組み合わせたプログラム
3	東急スポーツオアシス 会員限定クーポン	2021年4月27日～ 2022年3月31日	全国の東急スポーツ オアシス会員	対象の大戸屋の店内飲食で 利用できる 10%オフクーポンを配布

## コラボレーションの背景

オアシスは、フィットネスクラブの運営を通じ、健康的な生活スタイルを提供・提案し続けてきました。一方、大戸屋は「ちゃんと、すこやか」をブランドメッセージに、創業以来、食を通じて健康な毎日を応援しています。両社はそれぞれ、時代にフィットした健やかなライフスタイルを社会に発信してきたという共通点があります。近年、ボディメイクの主流は「食べないダイエット」から「しっかり食べてしっかり体を動かすダイエット」へと大きく変化しています。このコラボレーション事業では、いつきの身体づくりではなく、持続的で健康かつ美しい身体づくりを提案いたします。

## ボディメイク定食は「マッスル定食」と「ダイエット定食」の2種類

たんぱく質量にこだわった

### マッスル定食

たんぱく質 30グラム以上

低カロリー

较りながら筋肉をつけたい、からだを大きくしながら筋肉をつけたい方向けにたんぱく質量にこだわった「マッスル定食」をご用意しました。



美味しく食べて痩せたい

### ダイエット定食

基本 500kcal以下

低糖質 低脂質

運動をする方にもしない方にも、美味しく食べて痩せたい「ダイエット定食」をご用意しました。



## マッスル定食



やさしいトロトロ煮 1,130 円(税込)

828kcal たんぱく質 47.9g

鍋で柔らかく煮た鶏肉で胃に優しく。生姜で代謝を上げて、豆腐、鶏肉、卵、納豆からバランスよくたんぱく質を摂取できます。

※ご飯は「五穀ご飯 普通盛り」です



高たんぱく & 低脂質定食 1,210 円(税込)

652kcal たんぱく質 55.5g

トレーニングを頑張った日に！加えてとろろに含まれるカリウムはむくみ解消効果があるとされています。

※ご飯は「五穀ご飯 少なめ」です



旨辛 豚キムチ鍋 卵追加 910 円(税込)

761kcal たんぱく質 32.2g

卵と豚肉のビタミン B 群で疲労回復を。「完全栄養食品」といわれる卵を 2 個使用。

※ご飯は「五穀ご飯 普通盛り」です



さばの味醂漬け定食 1,060 円(税込)

732kcal たんぱく質 33.5g

さばには良質なたんぱく質と脂質が含まれています。ビタミン B12 やビタミン D でカルシウム吸収の促進も。

※ご飯は「五穀ご飯 少なめ」です



ご褒美がっつり定食 1,020 円(税込)

891kcal たんぱく質 49.0g

鶏肉を中心に十分なたんぱく質を。

キャベツや海藻の食物繊維が脂質の吸収を抑えます。

※ご飯は「五穀ご飯 普通盛り」です

## ダイエット定食



体にやさしく腸活丼 1,130 円(税込)

405kcal 脂質 9.7g

この1食で1日に必要な食物繊維の半分を確保。  
しゃきとした金平ごぼうは咀嚼回数を増やし  
満腹感もアップ!

※ご飯は「五穀ご飯 少なめ」です



お腹いっぱいダイエットボウル 1,000 円(税込)

490kcal 脂質 29.4g

お肉を食べたいけど糖質が気になるという方に。  
炭水化物もバランスよく摂りたい方は「五穀ご飯」  
を組み合わせてください!

※ご飯はつきません



和食小鉢定食 1,250 円(税込)

471kcal 脂質 14.7g

肉厚なほっけの炭火焼きを中心にサラダや小鉢を  
組み合わせた和定食。タンパク質はなんと 30.5g!

※ご飯は「五穀ご飯 少なめ」です



健康小鉢定食 1,160 円(税込)

483kcal 脂質 13.4g

合計 500kcal 以下!

品目、食材数が多く栄養バランス◎の定食です。

※ご飯は「五穀ご飯 少なめ」です



ご褒美ハンバーグ定食 840 円(税込)

595kcal 脂質 26.0g

大根おろしや金平は食物繊維を多く含み、整腸作用や  
血糖値の上昇を穏やかにする効果が見込めます。

※ご飯は「五穀ご飯 少なめ」です

### 「食べる BODY MAKE プログラム」



オアシスの特別トレーニングプログラムである

「シェイプナビ」と「マッスルナビ」のオプションとして、  
大戸屋での「ボディメイク定食」の食事を組み合わせた  
プログラムを作成。

それぞれの専門家が考え抜いたプログラムで、

忙しい方でも効率的に「なりたい自分」を目指します。

## ◆ 東急スポーツオアシス ◆

首都圏、近畿圏、広島などで総合フィットネスクラブの運営をはじめ、キッズクラブ・シニア事業、オンラインショップ（ホームフィットネス商品）、運動動画コンテンツの配信など様々な接点で健康をサポートしていきます。

○東急スポーツオアシスホームページ

<https://www.sportsoasis.co.jp/>

○Facebook

<https://www.facebook.com/Sportsoasis/>

○Instagram

<https://www.instagram.com/tokyusportsoasis/>

○Twitter

<https://twitter.com/sportsoasis>

### 【企業概要】

株式会社東急スポーツオアシス

代表取締役社長 栗辻稔泰

本社：〒150-0045 東京都渋谷区道玄坂 1-10-8 渋谷道玄坂東急ビル

設立：1985年10月

事業内容：会員制総合フィットネスクラブの経営・企画・運営、ホームフィットネス商品開発、スマホ App 開発・運営



東急スポーツオアシスへの問い合わせ

株式会社東急スポーツオアシス ブランドデザイン部 広報 担当：小畑・望月

TEL：03-6427-0721 E-mail：press@sportsoasis.jp

## ◆ 大戸屋 ごはん処 ◆

これまでも、そしてこれからも。  
私たちがずっと大切にしていくこと。  
それは、人の健康を第一に考えること。

食材は無添加のものにこだわり、  
ほっとする美味しさをつくるのはもちろん、  
毎日、毎食、食べてもいよう栄養に気を配る。  
日本の台所で育まれてきた知恵と工夫で、  
世界中のお客様の心と体を満たしたい。

想いをつなぎ、食を届け、人生を良くしていく。

ちゃんと、すこやか。  
これは、私たち大戸屋の約束です。

### 【企業概要】

株式会社大戸屋

代表取締役社長 蔵人賢樹

本社：〒220-0004 神奈川県横浜市西区北幸 1-1-8 エキニア横浜 4F

創業：1958年1月

事業内容：大戸屋ごはん処を中心とした飲食店チェーンの国内外での運営



○大戸屋ホームページ

<https://www.ootoya.com/>

○Facebook

<https://www.facebook.com/ootoya/>

○Instagram

<https://www.instagram.com/ootoya.jp/>

○Twitter

[https://twitter.com/Ootoya\\_Gohan](https://twitter.com/Ootoya_Gohan)

大戸屋への問い合わせ

株式会社大戸屋 マーケティング部 担当：笹川

TEL:080-4909-7566 E-mail：n-sasagawa@ootoya.co.jp