

2021年10月5日

報道関係者各位

株式会社東急スポーツオアシス

【 大戸屋×東急スポーツオアシス 大好評コラボ第二弾 】

フィットネスクラブの栄養指導をベースに共同開発した

## ダイエット中、筋トレ中の方向け ボディメイクのためのオリジナル定食

全国の大戸屋 312 店舗にて、10月5日から販売開始

「Well-being First!」を企業ミッションに掲げる、株式会社東急スポーツオアシス（本社：東京都渋谷区、代表取締役社長：栗辻稔泰、以下オアシス）は、株式会社大戸屋（代表取締役社長：蔵人賢樹、以下「大戸屋」）と共同開発した定食を、10月5日（火）から、全国の大戸屋 312 店舗で販売いたします。



定食は、オアシスの管理栄養士が監修し、ダイエットや筋トレに励む方に最適な栄養バランスを、美味しく摂っていただけるように開発しました。健康が気になるもののあまり運動はしていない方にも、美味しく続けられる健康習慣としておすすめです。

昨年4～7月にも、オリジナル定食とトレーニングメニューを組み合わせたプログラムなどを共同開発し、オアシス近隣の大戸屋店舗で限定販売したところ、3か月で約12万食を販売するなど、大きな反響がありました。今回はコラボレーション第二弾として、第一弾の好評を受けて新たに改良を加え開発した定食を、大戸屋ごはん処全店舗で販売いたします。

### ■ 背景

オアシスと大戸屋は、食や運動を通して、時代にフィットした健やかなライフスタイルを応援することを目的に、相互のノウハウを活用した連携事業として取り組みを開始いたしました。

第一弾は、オアシスが運営するフィットネスクラブの利用者への食事サポートを目的に、ダイエットや筋トレ中の方に最適な定食を共同開発し、2021年4～7月の3か月間、クラブ近隣の大戸屋で限定販売いたしました。限定販売にも関わらず、3か月で12万食を販売する反響があり、この度第二弾の取り組みを実施することとなりました。

## ■ オリジナル定食

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身体を動かすダイエット」へと大きく変化しています。いっ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するオリジナル定食は、ダイエット中の方に向けた「ダイエット定食」2種と、筋トレ中の方に向けた「マッスル定食」2種の合計4種類をご用意いたしました。

▶メニューやその他詳細はこちら：[https://www.sportsoasis.co.jp/lp/otoya\\_oasisteishoku2/](https://www.sportsoasis.co.jp/lp/otoya_oasisteishoku2/)

### ダイエット定食

ダイエット中や普段からだを動かさない方には…

600kcal  
以下

たんぱく質  
20グラム  
以上

#### サラダなのに満足感◎。しっかり栄養補給

お肉と大豆で動物性と植物性のたんぱく質を。生野菜で不足しがちなビタミンCもしっかり摂取。ダイエット中でも美肌・美髪をキープできる組み合わせ。



**わがままダイエットサラダボウル**

エネルギー	たんぱく質	たんぱく質(%)	脂質	炭水化物	食物繊維
590kcal	5.4g	26.6%	27.7g	58.7g	8.5g

1,060円(税込)

パジルチキンの彩りサラダボウル定食  
【五穀ご飯(少)に変更】 870円(税込)

アレルギー情報：  
小麦、大豆、たまご、鶏肉、豚肉、りんご、こしょう

ひじきの煮物 190円(税込)

アレルギー情報：  
大豆、小麦

#### 食物繊維で、糖質や脂質の吸収をゆるやかに

1日に必要な食物繊維の約半分を摂取！(目標量:男性21g・女性18g) 血糖値や腸内環境が気になる方にオススメ。野菜やねばねば食材の食物繊維が糖質や脂質の吸収を緩やかに。



**ダイエットばくだん丼 1,310円(税込)**

エネルギー	たんぱく質	たんぱく質(%)	脂質	炭水化物	食物繊維
438kcal	9.0g	24.7%	10.2g	63.6g	10.9g

【ほぐる】糖質(ばくだん丼単品) 5穀ご飯(少)に変更 870円(税込)

アレルギー情報：  
小麦、大豆、たまご、りんご、こしょう

金平ごぼう 190円(税込)

アレルギー情報：  
小麦、大豆、こしょう

たっぷり野菜のまみり汁 250円(税込)

アレルギー情報：  
大豆、りんご

### マッスル定食

筋トレ中や引き締まったからだを目指す方には…

たんぱく質  
35グラム  
以上

食物繊維  
9グラム  
以上

#### 疲れた体にはコレ！黒酢あんで食欲UP

ボディメイク中でも揚げ物を食べたい方へ。魚・肉・豆の3種類からバランスよくたんぱく質を摂取！さらに黒酢で疲労回復効果も。



**欲張りWメイン御膳 1,340円(税込)**

エネルギー	たんぱく質	たんぱく質(%)	脂質	炭水化物	食物繊維
882kcal	5.9g	37.8%	24.2g	80.1g	9.3g

ミニ鶏の黒酢あん 350円(税込)

アレルギー情報：  
小麦、大豆、たまご、りんご、こしょう

ミニほっけの炭火焼き 380円(税込)

アレルギー情報：  
小麦、大豆

玉ねぎ(煮) 170円(税込)

アレルギー情報：  
小麦、こしょう

ひじきの煮物 190円(税込)

アレルギー情報：  
大豆、小麦

たっぷり野菜のまみり汁 250円(税込)

アレルギー情報：  
大豆、りんご

#### 血糖値コントロールで、食後をアクティブに

たんぱく質を40g以上摂りつつ、なんと605kcal！カロリーを削ぎながらも食物繊維をたくさん摂ることで血糖値の急上昇を抑え、食後に眠くなりにくいもポイント。



**沖目鯛の高たんぱく質定食 1,430円(税込)**

エネルギー	たんぱく質	たんぱく質(%)	脂質	炭水化物	食物繊維
605kcal	4.6g	41.3%	20.7g	62.5g	10.0g

沖目鯛の醤油麹漬け炭火焼き定食  
【五穀ご飯(少)とたっぷり野菜のまみり汁に変更】 1,140円(税込)

アレルギー情報：  
小麦、大豆、たまご、りんご

大戸屋風ばくだん小鉢 290円(税込)

アレルギー情報：  
小麦、大豆、たまご、りんご

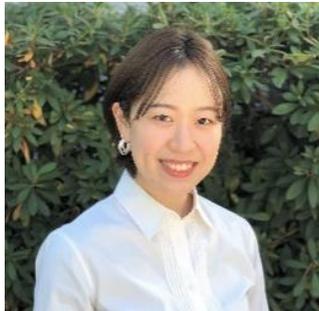
WE ARE GREEN 価値を創造し続ける企業グループへ

東急スポーツオアシスは、東急不動産ホールディングスの一員です。

- 2 -

## ■ 身体づくりのための栄養指導を担当する管理栄養士

オアシスが運営するフィットネスクラブで、ダイエットプログラムや食事カウンセリングなど、日頃からお客様の身体づくりをサポートする管理栄養士が監修。美味しく続けられて、健康を目指す定食を考案いたしました。



### 【福島 恵理】

栄養士として保育園にて給食管理業務に従事。その後、管理栄養士免許を取得。東急スポーツオアシス入社後は、店舗でのマンツーマントレーニング指導を経て、現在はダイエットプログラムのトレーナー育成に携わっている。

<コメント>オアシスはフィットネスクラブを運営していますが、一般的に運動習慣がない方や運動が苦手な方も多いことを理解しています。

そんな方々を想い、運動習慣がない方にも罪悪感なく食べていただけるメニューを考案いたしました。美味しく食べながらボディメイクのお手伝いができるとう幸いです。



### 【内海 眞友子】

大学を卒業後、管理栄養士免許を取得し東急スポーツオアシスに入社。現在はフィットネストレーナーとしての業務と並行してダイエットプログラムの提供や食事カウンセリングを実施している。

<コメント>私自身定食屋さんに行くと、「どれも美味しそう！あれもこれも食べたい！」と思ってしまう。今回はそんな思いから、好きなものを選んで食べられる献立を提案させていただきました。小鉢を少し変えるなど組み合わせを楽しみながらバランスよく栄養を摂取し、食事を楽しんでいただければと思います。

## ■ 大戸屋について

「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する定食チェーン店。全国に 312 店舗を展開しています。

# Well-being First!

私たちオアシスは、一人ひとりの生き方が異なる現代人に寄り添い、その人らしいウェルビーイング、すなわち「毎日人生も、健やかかつごきげんに、動き、生きること」をサポートします。

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、人々の行動が制限され、運動不足やそれに伴う健康二次被害\*5が拡大しています。当社は、このような社会変化を踏まえ、人の健康に寄り添う企業として、運動習慣のない人も含めた、誰もが身体的にも精神的にも健やかな毎日を過ごせる社会を目指し、企業ミッションを「Well-being First!」としました。

既存のフィットネスクラブ運営だけでなく、そのノウハウを活かして、新たな生活様式に沿ったオンラインフィットネス・ホームフィットネス事業の拡大や、BtoB/BtoG 事業の拡充を図り、「Well-being First!」な社会づくりに挑む、「ウェルビーイング総合カンパニー」に成長していきます。

\*5 健康二次被害…外出を控え、運動不足になったり、人との関わりが減ったりすると、思わぬところで体や心の衰えが進んでしまうこと。

## ■ 会社概要

商号：株式会社東急スポーツオアシス

代表者：代表取締役社長 栗辻 稔泰

本社所在地：東京都渋谷区道玄坂 1-10-8 渋谷道玄坂東急ビル

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

### 【 本件に関するお問合せ先 】

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・片岡

TEL 050-3772-3818 E-mail [press@sportsoasis.jp](mailto:press@sportsoasis.jp)