

NEWS RELEASE

乳製品(ヨーグルト)

2019年3月25日

たんぱく質をヨーグルトで！

「明治 THE GREEK YOGURT」シリーズを刷新します！

株式会社 明治(代表取締役社長:松田 克也)は、栄養とおいしさが凝縮されたヨーグルト「明治 THE GREEK YOGURT」シリーズから、「明治 THE GREEK YOGURT ストロベリー」「同 ブルーベリー」「同 レモン&ハニー」を2019年4月2日から全国で発売するとともに、3月22日から順次「同プレーン」「同 低糖」をリニューアル発売いたします。

高たんぱくで脂肪 0 ギリシャヨーグルトでたんぱく習慣！！



「明治 THE GREEK YOGURT ストロベリー/低糖/プレーン/ブルーベリー/レモン&ハニー」
希望小売価格:各 145 円(税別)/157 円(税込)

近年、3 大栄養素のひとつであるたんぱく質は、運動をする方のカラダづくりを目的として注目を集めています。一方、高齢化や、女性のやせ型傾向が進む中、健康な生活を送るためにも、たんぱく質は重要な栄養素となっています。たんぱく質は、毎食バランスよく取る必要がありますが、忙しい朝などは、気づかないうちに不足していることがあります。

今回、そのようなシーンにオススメの、高たんぱく、脂肪 0 のヨーグルト「明治 THE GREEK YOGURT」シリーズを刷新します。本シリーズは、栄養とおいしさが凝縮された“ギリシャヨーグルト”で、手軽にたんぱく質が補給できます。「明治 THE GREEK YOGURT ストロベリー」「同 ブルーベリー」「同 レモン&ハニー」は、コクのある濃いあじわいのヨーグルトに、フルーツの上乗せソースを組み合わせました。健康を意識している方に嬉しい脂肪 0 でありながら、こだわりの製法と、独自の乳酸菌を使用することで、濃密でなめらかな口どけを実現しています。

“ヨーグルトでたんぱく質を取る”、という新習慣を提案することで、市場の活性化と、お客さまのおいしく健康的な食生活への貢献に取り組んでまいります。

■商品概要

商品名	明治 THE GREEK YOGURT ストロベリー	明治 THE GREEK YOGURT ブルーベリー	明治 THE GREEK YOGURT レモン&ハニー
希望小売価格	各 145 円(税別)/157 円(税込)		
成分組成	無脂乳固形分:12.2%、乳脂肪分:0.3%		
発売日/発売地区	2019 年 4 月 2 日/全国		
特 長	<ul style="list-style-type: none"> ● 栄養とおいしさが凝縮された“ギリシャヨーグルト”で、手軽にたんぱく質が補給できます。 ● コクのある濃いあじわいのヨーグルトに、フルーツの上乗せソースを組み合わせました。 ● 健康を意識している方に嬉しい脂肪 0 でありながら、こだわりの製法と、独自の乳酸菌を使用することで、濃密でなめらかな口どけを実現しています。 		
栄養成分表示 <1 個(100g) 当たり>	エネルギー 64kcal、 たんぱく質 7.7g、 脂質 0g、 炭水化物 8.2g、 食塩相当量 0.16g、 カルシウム 111mg	エネルギー 66kcal、 たんぱく質 7.6g、 脂質 0g、 炭水化物 8.9g、 食塩相当量 0.14g、 カルシウム 108mg	エネルギー 70kcal、 たんぱく質 7.6g、 脂質 0g、 炭水化物 10.0g、 食塩相当量 0.24g、 カルシウム 111 mg

商品名	明治 THE GREEK YOGURT プレーン	明治 THE GREEK YOGURT 低糖
希望小売価格	各 145 円(税別)/157 円(税込)*	
成分組成	無脂乳固形分:16.1%、乳脂肪分:0.3%	無脂乳固形分:14.3%、乳脂肪分:0.3%
発売日/発売地区	2019 年 3 月 22 日から順次/全国	
特 長	<ul style="list-style-type: none"> ● 栄養とおいしさが凝縮された“ギリシャヨーグルト”で、手軽にたんぱく質が補給できます。 ● 健康を意識している方に嬉しい脂肪 0 でありながら、こだわりの製法と、独自の乳酸菌を使用することで、濃密でなめらかな口どけを実現しています。 ● 商品特長である“高たんぱく”を前面に配し、わかりやすいデザインとしています。 	
栄養成分表示 <1 個(100g) 当たり>	エネルギー 59kcal、 たんぱく質 10.0g、脂質 0g、 炭水化物 4.8g、食塩相当量 0.13g、 カルシウム 139mg	エネルギー 54kcal、 たんぱく質 8.9g、脂質 0g、 炭水化物 6.2g、糖類 3.0g、 食塩相当量 0.12g、 カルシウム 125mg

内容量	各 100g
種類別	発酵乳
ターゲット	20~60 代女性を中心に

*「明治 THE GREEK YOGURT プレーン」「同 低糖」は価格改定対象商品。

3 月 22 日~3 月 31 日出荷分まで

希望小売価格：各 140 円（税別）/151 円（税込）

■たんぱく質って…？

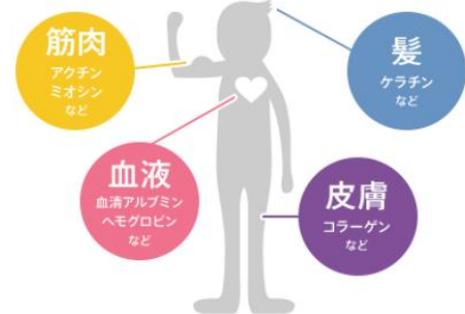
たんぱく質は、3 大栄養素の一つです。多数のアミノ酸が連結したもので、体内に取り入れられるとアミノ酸に分解されて多彩な働きをし、筋肉や皮膚、毛髪、爪、臓器などの材料になったり、ホルモンや免疫に関係する物質になったりします。肉や魚介類、卵、乳製品などの動物性たんぱく質と、穀類や豆類などの植物性たんぱく質があります。

私たちの体のうち、全重量の約 1/6 がたんぱく質でできていて、男性では 16～18%、女性では 14～16%を占めています。体はいろいろな種類のたんぱく質からできていて、それぞれが大事な役割を担っています。

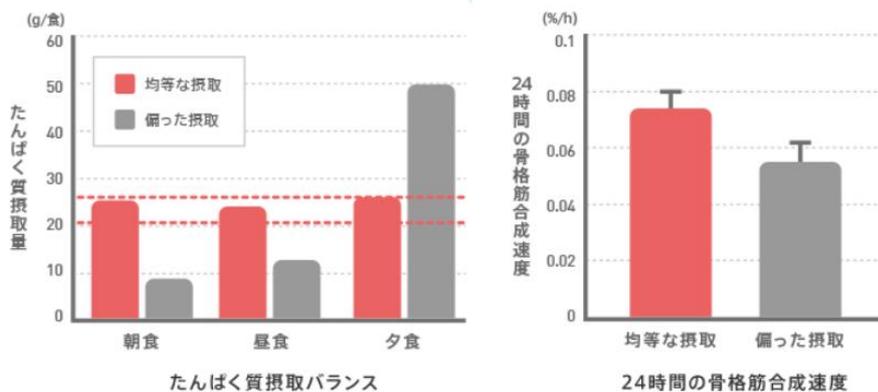
また、たんぱく質を取る場合には、その種類だけでなくその取り方も重要なことがわかっています。一日のたんぱく質摂取量が同じでも、夕食に偏っている場合と 3 食で均等に摂取した場合とでは、筋肉合成に与える作用が異なります。3 食均等にたんぱく質を取った場合と比較して、夕食に偏った摂取では 1 日の筋肉合成が約 25%も低下することが明らかになっています。筋肉合成を活性化するためにはたんぱく質摂取量には上限があり、1 食の中でその上限を超えて摂取しても、筋肉合成はそれ以上活性化されません。たんぱく質は、筋肉合成を活性化する十分量を、3 食バランスよく摂取すること大切です。

カラダの約1/6はたんぱく質

さまざまなたんぱく質がカラダをつくる



3食均等に摂取した場合と比較して
夕食に偏った摂取では1日の筋肉合成が約25%も低下



※ 体重60kgの場合、質の良いたんぱく質を1食あたり20g～25g摂取することが筋たんぱく質合成を最大にするための量として推奨されています。また、25g以上を一度に過剰摂取しても追加効果は得られないことがわかっています。

出典 Mamerow MM et al., J. Nutr., 144: 876-880, 2014、下方浩史/安藤富士子, 2011, サルコペニアの基礎と臨床, 監修: 鈴木隆雄、編集: 島田裕之、出版: 真興交易(株)医書出版部, p72-80.)

【この件に関するお問い合わせ先】 株式会社 明治 広報部
〒104-8306 東京都中央区京橋 2-2-1 TEL:03-3273-0700 FAX:03-3273-0900
メールアドレス:meiji.kouhou@meiji.com

※製品写真をご希望の際は、お手数ですが上記宛先にご連絡ください。

【紙面掲載用のお問い合わせ先】 明治 お客様相談センター TEL:0120-598-369