

## ドクタートラスト×TANPAC 共同プロジェクト始動 ～「高たんぱく×低カロリー」を「働く人の健康」につなげていきます～

企業で働く人の健康管理を専門に受託している株式会社ドクタートラスト（本社：東京都渋谷区、代表取締役：高橋雅彦、以下「ドクタートラスト」）と、高たんぱく低カロリーのグリルダイニング「筋肉食堂」を運営する TANPAC 株式会社（本社：東京都渋谷区、代表取締役：中崎祐史、以下「TANPAC」）は、共同プロジェクトを通じて、食の分野から働く人の健康にアプローチする取り組みを開始します。

### 共同プロジェクト始動の背景

#### 1. きっかけはドクタートラストでの TANPAC「筋肉食堂 Office」導入

ドクタートラストでは、社員食堂がないなかでの福利厚生として、会社が費用を一部負担し、従業員に対して高たんぱく低カロリーで健康的なお弁当を提供する TANPAC「筋肉食堂 Office」を2023年度に導入しました（サービス概要は後述）。結果、管理栄養士や保健師など専門資格を持つ社員が積極的に利用を開始し、さらに「たんぱく質の摂取量を増やしたい」と考えるトレーニング中の社員や、「脂質が多めの食生活を改善したい」と意識する社員のリピートも急増、今では一般の社員も気軽に利用するまでになっています。またこうした経緯から、ドクタートラストと TANPAC の縁が生まれました。



ドクタートラストのオフィス内に設置された「筋肉食堂 Office」専用の冷凍庫

## 2. プロジェクトの狙い

ドクタートラストでは、企業理念「健康で楽しく元気に働く人を増やす」のもと、産業医の紹介やストレスチェック実施サービス、外部相談窓口サービス、健康管理システム「エール+」など、さまざまな面から企業で働く人の健康管理を専門に受託してまいりました。社内には管理栄養士も在籍し、特定保健指導やセミナーを通じて、食へのアプローチも積極的に行っています。

一方のTANPACは、高たんぱく低カロリーの食事メニューを提供するグリルダイニングレストラン「筋肉食堂」を運営、健康志向の高まりを受けて爆発的に人気を伸ばしています。また、2022年には従業員に高たんぱく低カロリーの健康的なお弁当を手軽かつリーズナブルに提供できる置き型の社食サービス「筋肉食堂 for Office」（現在は「筋肉食堂 Office」にリブランディング）をスタート。福利厚生サービスとして導入する企業が増えています。

このようにドクタートラストおよびTANPACでは「働く人」に対する食のアプローチという点で方向性が一致していることから、共同プロジェクトを始動することにいたしました。ドクタートラストとTANPACの知見を掛け合わせ、シナジー効果を生み出すとともに、「高たんぱく×低カロリー」の食を通じて、「働く人の健康」に寄与、ひいては企業の「健康経営」へとつなげてまいります。

## 共同プロジェクトの概要

### 1. 特設コラボサイトをオープン <https://kinniku-dt.com/>

筋肉食堂 × ドクタートラスト

ホーム 筋肉食堂Officeとは アレンジレシピ スタッフブログ お問い合わせ

筋肉食堂 ×  
ドクタートラスト

谷川俊平氏（TANPAC株式会社 マネージャー） ×  
宮野友里加（ドクタートラスト 管理栄養士）

対談記事はこちら

筋肉食堂Officeとは？

会社の福利厚生として今、大注目の「筋肉食堂Office」ってどんなサービス？

ドクタートラストが筋肉食堂Officeを導入した理由

2023年に筋肉食堂Officeを導入。東京本社と大阪支店合わせて100人以上の従業員が利用。その魅力に迫ります。

共同プロジェクトの始動を記念して、特設コラボサイトを立ち上げました。働く人に向けた食の情報サイトとして、以下のコンテンツが楽しみいただけます。

<コンテンツ内容>

- ・ ドクタートラスト管理栄養士と TANPAC 担当者の対談企画
- ・ いつもの食事を「高たんぱく低カロリー」にアレンジ！管理栄養士による魔法のレシピ
- ・ 日々、筋肉と向き合うスタッフによる「成長ブログ」 など

※コンテンツは随時追加してまいります

【特設コラボサイト】<https://kinniku-dt.com/>

## 2. 共同イベントの実施

ドクタートラストと TANPAC 合同セミナーなど、さまざまなイベントを実施してまいります。食の面からはもちろん、トレーニングや運動といった視点も盛り込み、より多面的に「働く人の健康」を後押しいたします。

ドクタートラスト × 筋肉食堂

管理栄養士 & トレーナーが解説！

血糖スパイクを防いで、  
疲労感低減・  
仕事のパフォーマンス向上！

8/8 木 15:00-  
オンライン開催（参加無料）

ドクタートラスト  
管理栄養士  
宮野友里加

TANPAC  
マネージャー  
谷川俊平

### 【8月8日オンライン開催！】ドクタートラスト×筋肉食堂コラボ無料セミナー第1弾

管理栄養士&トレーナーが解説！血糖スパイクを防いで、疲労感低減・仕事のパフォーマンス向上！

<セミナー概要>

社員の疲労感を低減させ、仕事のパフォーマンスを向上させるカギとなる「血糖スパイク」のしくみや、血糖値をコントロールする食事のとりかたなどをドクタートラスト管理栄養士の宮野が解説します。

また後半には、元トップトレーナー、現 TANPAC ブランドマネージャーの谷川氏も登壇いたします！

日時：2024年8月8日（木）15：00～16：00（受付時間：14：45～）

対象：企業の健康管理・支援をご担当されている方、健康経営に力をいれている企業さまなど

登壇：宮野 友里加（ドクタートラスト 管理栄養士）、谷川 俊平（TANPAC ブランドマネージャー（元トップトレーナー））

【詳細】 <https://seminar.doctor-trust.co.jp/?p=6793>

【お申込みフォーム】

[https://us06web.zoom.us/webinar/register/WN\\_EIC9JyctQsO4VBhaN92ZRw](https://us06web.zoom.us/webinar/register/WN_EIC9JyctQsO4VBhaN92ZRw)

このほかにも各種コラボ企画を準備中です！

## 担当者からのコメント

### 宮野 友里加



#### ドクタートラスト 管理栄養士

たんぱく質は、栄養素のなかでも、炭水化物、脂質と並び、体をつくり動かすエネルギー源となる三大栄養素の1つであり、私たちの体に必要不可欠な栄養素です。TANPACさまとの共同により、忙しい日々を過ごす「働く人」の健康を食の視点からこれまで以上に支援いたします。

### 谷川 俊平



#### TANPAC ブランドマネージャー（元トップトレーナー）

今回の共同プロジェクトで、ドクタートラストさまにご協力いただくことで、単に高たんぱく低カロリーの食事を提供するだけでなく、クライアント企業さまやそこで働く方々になぜそのような食事が良いのかといった知識面の提供や社員の皆さまのケアについても提供することが可能になりました。人材不足が叫ばれるなかで一人ひとりのパフォーマンスアップに向けて寄与できるようより一層まい進してまいります。

## ドクタートラスト概要

株式会社ドクタートラスト <https://doctor-trust.co.jp/>

株式会社ドクタートラスト（本社：東京都渋谷区、代表取締役：高橋雅彦）は企業ではたらく人の健康管理を専門に受託している会社です。産業医や保健師などの医療資格者が企業を訪問の上、健康診断結果に基づく健康指導、過重労働者面談を行います。また、210万人超のビッグデータに基づく職場環境改善コンサル「STELLA」や、外部相談窓口サービス「アンリ」、健康管理システム「エール+」もご好評いただいております。その他 ストレスチェック、健康経営セミナー、衛生委員会のアドバイスなど、さまざまな業務を実施します。

## TANPAC 概要

---

**TANPAC 株式会社** <https://tanpac.co.jp/>

TANPAC 株式会社（本社：東京都渋谷区、代表取締役：中崎祐史）は食で世界を元気にする」という経営理念のもと、「美味しい高たんぱく低カロリー低糖質料理」を提供し、人々の健康なカラダ作りに貢献しています。グリルダイニング「筋肉食堂」の運営、冷凍弁当通販サービス「筋肉食堂 DELI」、法人向け社食福利厚生サービス「筋肉食堂 Office」などを手がけ、成長を続けています。