

糖質 3分の1「ロカボ和会席フルコース」を！

“ロカボ”の生みの親・山田医師から学ぶ
セミナー&ディナーをリビエラ青山にて7月15日開催



ウェディングやレストラン事業を運営する株式会社リビエラ(本社：東京都港区、取締役社長：小林 昭雄)は、イベント『ゆるやかな糖質制限“ロカボ”セミナー&ロカボ和会席』を2016年7月15日にリビエラ青山にて開催します。

「ロカボ」の提唱者である北里研究所病院 糖尿病センター長・山田 悟医師を講師に迎えた特別講演(セミナー)です。

当日は、糖質制限が最も難しいとされる和食を使用した、山田医師監修のもとリビエラ青山・伊藤料理長が考案したロカボ和会席のフルコース(全7品)を提供。山田医師の解説を交えながら料理を堪能し、食後には、体重増加の要因である食後血糖値が上がっていないと実感し驚くでしょう。

美容やアンチエイジングなどが気になる女性はもちろん、毎日の飲み会や接待で健康や体型が気になる男性にも。ウェディングシーンでの提供も期待できます。

http://www.riviera-p.jp/a/event_pt/locabo/

※「ロカボ」とは

ゆるやかな糖質制限食のことで、山田 悟医師が提唱し医学的根拠に基づいたガイドラインを定める一方、アルコールもスイーツも楽しむことが可能です。現在、糖質制限は、糖尿病治療の食事法にとどまらず、メタボ予防、美容、健康、アンチエイジングを目的としダイエット法としても、広く浸透してきています。

血糖値が上昇する要因は「糖質」のみで、食後血糖値の上昇を抑えるだけ(糖質を抑えるだけ)で、脂肪を蓄えづらくなり、痩せやすい体質になるとされています。

▼リビエラ青山外観・内観



■背景

リビエラ青山では、ウェディングやレストラン、スポーツクラブ、リゾート事業といった自社で抱える様々なコンテンツを活かし、心も身体も満たされる多様なライフスタイルを提案しています。

レストラン「リビエラダイニング グランブルー青山」では、野菜をふんだんに使用した「Veggie+ベジープラス〜低糖質プレート」をはじめ美味しさと低糖質を迫及した一部メニューが好評で、バリエーションを増やし展開しています。また、レストランと同じ建物内に併設された会員制スポーツクラブ「リビエラスポーツクラブ」では専任のトレーナーが心と身体をトータルでサポートしています。

この度、ライフスタイル提案の延長として、今後さらなるニーズの高まりが予想される「ロカボ」にフォーカスしたイベントを企画しました。

■イベント概要

お寿司やお肉、デザート等を含み“糖質 31.3g(※)”にセーブした和会席のフルコース(全 7 品)を堪能しながら、山田 悟医師のロカボ特別講演に学び、楽しく・美しく・健康なライフスタイルを目指すことができるイベントです。一般的な糖質制限とは少し異なる「ロカボ」の最新情報についての解説の他、「見た目年齢を気にした方がいい本当の理由」についても聞くことができます。

※ < フルコースなのに 1 食あたりの糖質は“3 分の 1” >

一般的な日本人の糖質摂取量は 1 食あたり平均 90~100g とされており、山田悟医師はガイドラインを 20~40g に定めています。実際、白米お茶碗 1 杯は糖質 55.2g にもなり、40g 以下に抑えるのは非常に難しいです。今回のコースは 31.3g なのでガイドライン上限 40g までの残り糖質 8.7g でアルコールも楽しむことができます。

- 開催日時 : 2016年7月15日(金) 19:00~21:30(受付開始 18:30~)
会場 : リビエラ青山(東京都港区南青山 3-3-3)
1階 レストラン「リビエラダイニング グランブルー青山」
詳細地図 <http://www.riviera-p.jp/a/access/>
参加費 : 12,000円 (定員 80名)
参加対象 : 美容や健康にも気を使う幅広い年齢の女性や、ビジネスパーソン
病気を気にしているが、おいしい食事にあきらめたくない方



▽申し込みは7月10日まで(先着順)
TEL : 03-5411-1148
申し込みフォーム : <https://www.riviera-p.jp/a/inquiry/>

«講師プロフィール»

◀ 山田 悟 北里大学北里研究所病院 糖尿病センター長

社団法人 食・楽・健康協会 代表理事

2013年11月「一般社団法人 食・楽・健康協会」を設立。

医学的根拠に基づく楽しくおいしい食事療法の知識・技術の向上と普及、食後高血糖是正による健康増進などを目的に企業の指導や講演などを活発に行っている。書籍多数。

«料理長プロフィール»

伊藤 康裕 リビエラ青山料理長

2010年7月より在ギリシャ日本国大使館にて公邸料理人を務める。帰国後、料理長に就任。功績が評価され、外務大臣より2013年度「優秀公邸料理人」に認定される。

【施設概要】

名称 : リビエラ青山
所在地 : 〒107-0062 東京都港区南青山 3-3-3
アクセス : 銀座線「外苑前駅」1a 出口より徒歩 3 分
銀座線・半蔵門線・千代田線「表参道駅」A3、A4 出口より徒歩 9 分
URL : <http://www.riviera-p.jp/a/>

【会社概要】

商号 : 株式会社リビエラ(<http://www.rivieraholdings.co.jp/>)
代表者 : 取締役社長 小林 昭雄
所在地 : 〒107-0062 東京都港区南青山 3-3-3
事業者 : リビエラ青山(南青山)
リビエラ東京(池袋)
シーサイド リビエラ(逗子)
リビエラ シーボニア(三浦)
リアルエステート・コントラクションマネジメント(南青山)
設立 : 1950 年 1 月
資本金 : 5,000 万円

事業内容 : パーティコーディネート&プロデュース
ウェディング コーディネート&プロデュース
レストラン/カフェ、料理/デザート
各種宴会、会議
衣裳、美粧/着付、エステティック、装花/花、
写真、動画撮影、引出物、印刷事業等
ディベロップメント、
アセットマネジメント&プロパティマネジメント
コンサルティング&サービス
新築工事、テナント工事、リニューアル工事

グループ会社 :

米国・ロサンゼルス「 THE RIVIERA COUNTRY CLUB 」
株式会社リビエラリゾート「リビエラ逗子マリーナ」(逗子)「リビエラシーボニアマリーナ」(三浦)
株式会社リビエラスポーツジャパン「リビエラスポーツクラブ」(南青山)
株式会社リビエラマネージメントサービス/株式会社モーターボートヨコハマス
中国・上海「RIVIERA 松鶴楼」

【本リリースに関するお問い合わせ先】

株式会社リビエラ 広報部 河西・鈴木
TEL : 03-5474-8120
FAX : 03-5474-8121
Mail : kasai@riviera.co.jp

画像一括ダウンロード URL <https://www.atpress.ne.jp/releases/105503/image105503.zip>