

2016年3月30日  
イオンリテール株式会社

**3月31日より野菜をたくさん食べるための記念日「31日は菜の日」がスタート！  
より健康なカラダとくらしを応援！「イオン」全店、月末の野菜・果物売場のご提案を強化！**

イオンリテール株式会社は、お客さまの健康で活力あるからだとくらしを応援するべく、3月31日より毎月末を「月末はカラダ決算日、31日は菜（さい）の日」として、本州・四国の「イオン」「イオンスタイル」全店で野菜や果物の摂取を通じた健康的な食のご提案を強化します。本取り組みは、一般社団法人ファイブ・ア・デイ協会が進める野菜摂取推進プロジェクト「月末は“カラダ決算日”」に賛同し実施するものです。

**月末はカラダ決算日 31日は菜の日**

厚生労働省は、1日あたりの野菜摂取量を350gと目標に掲げています。しかし、ファイブ・ア・デイ協会の調査によると、目標の350gを摂取している人は調査全体の7%と、日本人の慢性的な野菜摂取不足を明らかにしています。

ファイブ・ア・デイ協会は、こうした現状を打破すべく本年3月より毎月31日を「菜の日」として記念日制定するとともに、「月末は“カラダ決算日”」として小売・食品メーカー各社とともに定期的かつ継続的な健康喚起の機会創出に取り組んでいます。

※一般社団法人ファイブ・ア・デイ協会：

「1日5皿分(350g)以上の野菜と、200gの果物を食べましょう」をスローガンに、消費者や食に携わる企業、生産者、行政と連携し、野菜・果物の摂取が健康増進に重要であることを啓発し、1日の摂取量を増加させることによって、国民の健康増進に寄与貢献していく5 A DAY運動を行うことを目的に活動しています。



**【実施概要】**

- 実施日：毎月30日、31日（31日がない月は30日のみ）  
 実施店舗：本州・四国の「イオン」「イオンスタイル」全377店  
 主な取り組み：
  - ・地域の旬野菜の提案強化
  - ・野菜を使用した総菜・加工品の売場強化
  - ・「31日は菜の日」販促物の設置

<3月31日イオン品川シーサイド店の商品例>

**※イオン品川シーサイド店の一例です。地域・店舗によって実施内容が異なります。**

■春キャベツ 1個198円(税込213円)

3月から4月にかけて旬の春キャベツは、水分が多く柔らかいため生食向きです。この時期ならではのサラダや浅漬けなどでおいしくお召し上がりいただけます。キャベツにはキャベジンと呼ばれるビタミンUが含まれています。ビタミンUは抗潰瘍作用があるといわれています。

■新たまねぎ 1袋248円(税込267円)

今回は春がいち早く訪れる九州地方から新たまねぎをお届けします。新たまねぎは、みずみずしく辛味が少ないのが特長です。サラダなどの生食に向いています。たまねぎには硫化アリルが含まれています。硫化アリルは血液をサラサラにする働きに役立つといわれています。

■カゴメ 高リコピントマト 1箱398円(税込429円)

これから夏にかけて出荷されるトマトは、ますますおいしくなります。トマトの赤い色素には「リコピン」が含まれています。リコピンは抗酸化作用が強く、美容や生活習慣病の予防などで注目を集めています。油に溶けやすく熱にも強いので、オリーブオイルと一緒に炒めたメニューがおすすです。