

ヘルスツーリズム

「湯河原ロカボ」プロジェクト説明会 セミナー付き

昨年度より、湯河原町の宿泊施設・飲食店の皆様とともに、新たなツーリズムの形として「血糖値の上がりにくい美食の旅」の取り組みを開始いたしました。近年、生活習慣病予防の観点からも注目されている血糖値コントロール。一般社団法人「食・楽・健康協会」では、これまで多くの食品企業様と連携し、「ロカボ」※商品の開発を通じて、その普及に取り組んでまいりました。また当協会では、2021年よりレストランに血糖値コントロールの視点を取り入れる「レキベアカデミア」を推進しております。現在、美食観光に力を入れる自治体は増えておりますが、血糖値コントロールとの両立を付加価値として打ち出す取り組みは、全国でも先進的な試みです。本年度は2年目を迎え、さらなる発展を目指してまいります。つきましては、飲食店・宿泊施設・食品飲料製造に携わる皆様を対象に、事業説明会と「ロカボ」セミナーを開催いたします。ぜひご参加賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

※「ロカボ」：食・楽・健康協会は、1食で摂取する糖質量を20～40gにする適正糖質を推奨。
極端な糖質制限を含むローカーボと区別して「ロカボ」と呼んでいます。



日時	令和8年7月29日(水)	《受付開始14:00～》
場所	防災コミュニティセンター 2階会議室 (湯河原町中央二丁目21番地1)	
時間	セミナー：山田悟 講師	14:30～15:15
	事務局より事業説明及びスケジュール	15:15～15:45
	昨年参加事業者から取組事例紹介	
	セミナー登壇者：荒井隆宏シェフ (ペルー料理・荒井商店) / 大金巨人シェフ (洋菓子・らんぶる)	
	質疑応答	15:45～16:00

申込先 湯河原町観光課 (担当：仁科／杉本)

お申し込みは、お電話・FAX・メール・InstagramのDMにて承っております。

お申し込みの際は、氏名・電話番号・メールアドレス・事業者の場合は事業所名をご記載ください。

Tel: 0465-63-2111 / Fax: 0465-64-0300

Mail: kanko@town.yugawara.kanagawa.jp

@Instagram: @yugawara_locabo

セミナー講師のご紹介

やまださとる

山田 悟

北里大学北里研究所病院 院長補佐 糖尿病センター長 医学博士

一般社団法人「食・楽・健康協会」を設立し代表理事を務める。ゆるやかな糖質制限食「ロカボ」を提唱している。さらに、2021年には「おいしさで社会を健康に」を目的に、料理人と医師が知識や交流を通じて「医食同源」に取り組む「レキベアカデミア」をスタート。日本糖尿病学会が「糖尿病診療ガイドライン 2024」に糖質制限食を採用する科学的根拠となる論文を発表している。

主な著書 「糖質制限の真実 (日本人を救う革命的食事法ロカボのすべて)」 (幻冬社新書) ※12万部突破のベストセラー、「糖質疲労」 (サンマーク出版) ※14万部突破のベストセラーなど多数。

出演番組 (2024年) TV朝日「羽鳥慎一のモーニングショー」、NHKラジオ「まんまる」など

