



や さい 8月31日「野菜の日」※1を、「カラダを想う日」に

カラダ想いの上手な野菜の摂り方を提案！ 8月16日から8月31日まで

株式会社ロック・フィールド（本社：神戸市）が展開するRF1（アール・エフ・ワン）は、8月31日「野菜の日」を、野菜を食べるだけでなく、より健康を意識するきっかけとなる「カラダを想う日」と捉え、8月16日（木）から8月31日（金）までの16日間、店頭とWEBを通して、上手な野菜の摂取方法を伝えるプロモーションを実施いたします。「The Mirai Salad Company」を標榜する当社は、サラダをとおして、生活習慣病や心身のストレス、メタボ（メタボリックシンドローム）など様々な問題を食生活から改善したいとの思いで、野菜の栄養や健康的な食べ方、調理法を伝えていきます。

※1 「野菜の日」は、1983年に全国青果物商業協同組合連合会など9団体が、「もっと野菜のことを知ってほしい」「野菜をたくさん食べてほしい」という思いで、「8（や）3（さ）1（い）」の語呂合わせから制定した記念日です。



上手な野菜の摂取方法とは？

●生野菜をそのままいかす、「フレッシュ野菜」

- ①熱に弱いビタミン（ビタミンCとB群）やミネラルがそのまま摂れる
- ②よく噛むことで満腹中枢が刺激され、満腹感を感じやすくなる
- ③生でこそその繊細な香りやほのかな味わい、シャキシャキ感やジューシーな食感がそのまま味わえる



北海道産素材入り 緑の30品目サラダ（9/26まで）
100g ¥411（税込）



丈夫な毎日に 海藻とじゃこの香味サラダ
100g ¥346（税込）

●蒸す、焼く、揚げる、煮る、「加熱野菜」

- ①加熱で嵩が減り、量が多く摂れるため、野菜1日350g※2を達成しやすい
- ②硬い野菜が軟らかくなるため、咀嚼力が不安な方でも食べやすい
- ③栄養の吸収を妨げる細胞壁が加熱すると壊れるため、体内への栄養吸収率が高くなると言われる

※2 野菜1日分の摂取目標量は350g。「健康日本21」参照



まるごと揚げ小なすのガーリック風味 (9/12 まで)
100g ¥411 (税込)



ゴールドラッシュ使用 グリルコーンとアボカドのサラダ (9/5 まで)
100g ¥411 (税込)

「カラダを想う日」プロモーションの概要

- 【期間】 8月16日(木)～8月31日(金)
【対象ブランド】 RF1 全店
【訴求方法】 下図参照

【店頭 POP (吊りビラ)】



【リーフレット】



【バッジ (販売員着用)】



【Web サイト】

<http://www.rf-one.com/column/saladfirstvol3.html> (8/16 午前 10 時公開予定)

【お客様からのお問い合わせ先】 株式会社ロック・フィールド お客様相談室
フリーダイヤル 0120-878732 受付時間/10:00～20:00

【報道機関からのお問い合わせ先】 株式会社ロック・フィールド 秘書室広報グループ
(神戸) 078-435-2802 正戸・弓野 (東京) 03-5843-6199 辻