

2019

ロカボ フェスティバル

Low Carb Festival 2019

・ 入場無料 ・

6/22[SAT]・23[SUN]

11:00 — 18:00

in

東京ミッドタウン (六本木)

アトリウム/コートヤード

1

「ロカボ」商品
来場者
プレゼント!

2

「ロカボ」商品
紹介ブースや
ステージイベント

3

無料で
血糖値を測定!

同時開催
イベント

長友佑都のファットアダプト食事法紹介

適正糖質で、おいしく楽しく健康へ。
はじめよう、ロカボライフ!



「おいしく楽しく適正糖質」を取る事を推奨
「ロカボフェスティバル2019
＜長友佑都のファットアダプト食事法イベント＞」
開催決定！

一般社団法人 食・楽・健康協会は、2019年6月22日（土）から23日（日）まで六本木・東京ミッドタウンのアトリウム・コートヤードにて「ロカボフェスティバル2019＜長友佑都のファットアダプト食事法イベント＞」を開催致します。



ロカボライフをはじめませんか？

おいしく楽しく適正糖質を取り、さらに脂質(ファット)をエネルギーとして活用しやすいように身体を最適化(アダプト)する「ファットアダプト」を取り入れることでアスリートパフォーマンス向上につながるとともに、一般健常者の健康増進になることの啓発とそのメソッドの推進を目的としております。

当日は協賛企業のブースで「ロカボ商品」の試食を実施する他、ステージでは一般社団法人 食・楽・健康協会 代表理事・北里研究所病院 糖尿病センター長で緩やかな糖質制限食 = ロカボの考え方を普及させた山田悟先生やサッカー選手でガラタサライ・スポル・クリュビエイ所属の長友佑都選手、長友選手の専属シェフである加藤超也さんによるトークショーも実施致します。

※長友選手の登壇は6月22日(土)のみ

ロカボとは…

「おいしく楽しく適正糖質」それがロカボです。糖質は三大栄養素の「炭水化物」に含まれていて、血糖値を上げる原因になっています。適正な糖質摂取を心がけることで血糖上昇を抑えることができます。

食・楽・健康協会は、1食で摂取する糖質量を20～40gにするという、適正糖質を提唱しています。

＜本リリースに関するお問合せ先＞

ロカボフェスティバル2019実行委員会(株式会社ファースト)
担当/ 槌田(つちだ)、尾崎(おさき)
TEL : 070-6802-5759

