

## 栄養士が糖尿病対策レシピと調理のコツを解説 4品で500kcal以下「糖尿病 ヘルシー料理教室」無料開催

～11月14日は世界糖尿病デー、日本人の30歳以上の約4人に1人が糖尿病～

治験（臨床試験）支援機関のインクロム株式会社（所在地：大阪府吹田市 代表取締役：金田仁二郎）は、糖尿病患者やその家族に向けて「糖尿病 ヘルシー料理教室」を11月22日にトマトクッキングクラブ 本町スタジオ（大阪市中央区）で、12月18日にトマトクッキングクラブ おいしいサロン（大阪市中央区）で初開催します。治験を通して2000人以上の糖尿病患者と関わってきた専門知識を生かし、4品で500Kcal以下のヘルシーメニューを作りながら、糖尿病の人にも安心の食事のコツを楽しく学んでいただきたいと思います。

厚生労働省 2007年度「国民健康・栄養調査」より、糖尿病と強く疑われる人が約890万人、可能性を否定できない人が約1320万人と、約2210万人に上り、30歳以上の24.4%、約4人に1人に糖尿病が疑われるという統計が発表されています。

### ごちそう感のあるヘルシーメニューで楽しく、糖尿病で悩む方々の交流の場に

糖尿病の治療法の中で最も重要な「食事療法」。ヘルシーメニューというと和食をイメージする人が多いですが、今回の料理教室ではごちそう感のある洋食4品で500kcal以下のメニューを用意しました。料理教室の参加対象は糖尿病の方かそのご家族です。楽しみながら、糖尿病で悩む方々の交流の場にもなればと考えています。

### 糖尿病ヘルシー料理教室概要

- 参加費用：無料
- 参加対象：糖尿病でお悩みの方、もしくはそのご家族
- メニュー：4品で500Kcal以下の洋食（※参考資料参照）
- 持ち物：エプロン、ハンドタオル
- 申し込み：インクロム コールセンターへお電話ください。  
[フリーダイヤル]0120-196-189（9：00～18：00 土日祝可）
- 日時・定員・場所：  
【日程A】定員/30名  
日時/11月22日（木）10：30～14：00（受付10：00）  
場所/トマトクッキングクラブ 本町スタジオ  
（大阪市中央区本町3-5-5 カネセビル 8F）  
【日程B】定員/20名  
日時/12月18日（火）10：30～14：00（受付10：00）  
場所/トマトクッキングクラブ おいしいサロン  
（大阪市中央区南本町3-1-3 5F）



メニューイメージ

本件に関するメディアからのお問い合わせ先  
インクロム株式会社 広報部 三野（さんの） 携帯：090-4649-1652  
（大阪事業所）〒565-0853 大阪府吹田市春日4-12-11 千里サンブラザ新館  
TEL：06-6192-0002 e-mail：bridging-jpn@incrom.com  
ホームページ：http://www.incrom.com/

## 参考資料

### ■糖尿病ヘルシー料理教室メニュー

#### 【日程A】11月のメニュー 433kcal

- ・白身魚のバスク風 103 kcal (タラをトマトソースベースで煮込む)
- ・アスパラご飯 185kcal (コンソメで炊き上げたご飯にアスパラを入れて蒸らす)
- ・あさりとキノコのスープ 34kcal (あさりと数種類のきのこのコンソメベースのスープ)
- ・ビーンズサラダ 111kcal (大豆やスナップエンドウなどをハーブドレッシングで和える)

#### 【日程B】12月のメニュー 489kcal

- ・ヘルシーチキンソテー 200kcal (鶏もも肉のソテーにカシスソース添える)
- ・きのこのマリネ 53kcal (シメジ・エリンギなどをバルサミコ酢でマリネに)
- ・セロリのスープ 48kcal (セロリとお米を使ったスープ)
- ・キャロットピラフ 188kcal (にんじんと玉ねぎの入ったピラフ)

### ■糖尿病に役立つ情報サイト「メディマグ.糖尿病 (http://dm.medimag.jp/)」を運営

インクロムは、医薬品開発の一端を担う企業として、糖尿病や合併症を防ぐために糖尿病についての正しい知識をわかりやすく提供する必要があると考え、2009年から糖尿病に関する情報を掲載するサイト「メディマグ.糖尿病」を運営しています。管理栄養士による簡単で低カロリーなレシピの掲載数は現在 217 点です。



### ■会社概要

インクロムは SMO (治験施設支援機関) として医療機関と契約し、煩雑な治験業務のサポートを行っています。治験を担当するスタッフを医療機関に派遣、治験ボランティア募集業務やボランティアパネルの管理など、治験を円滑に進めるためのサポート体制を整えている点が特長です。これまでに当社が関わった試験数は国内だけで約 1600 試験を誇ります。当社が支援する提携医療機関の中核となっているのが医療法人平心会 大阪治験病院です。大阪治験病院は、2005 年 11 月に開設された、日本で初めて生まれた治験に特化した病院です。

社名	インクロム株式会社
所在地	(大阪事業所) 〒565-0853 大阪府吹田市春日 4-12-11 千里サンプラザ新館
資本金	4000 万円
代表者	金田仁二郎
社員数	グループ総数 352 名 (2012 年 7 月 1 日現在)
創業	1975 年
事業内容	治験実施支援
主要提携医療機関	医療法人平心会 (大阪治験病院/OCROMクリニック/TOCROMクリニック)

### ■治験とは

厚生労働省は、新しい薬の使用を許可するとき、その薬の安全性と有効性(薬効)を裏づける、種々の資料の提出を義務付けています。それらの資料には、動物から情報を得るための試験である「非臨床試験」やヒトから情報を得るための試験である「臨床試験」の情報が含まれています。この「治験薬を開発して、厚生労働省の承認を得るために行なう臨床試験」のことを“治験”と呼びます。治験の資料がなくては、どんなに優れた効き目を持つ薬も許可されません。