

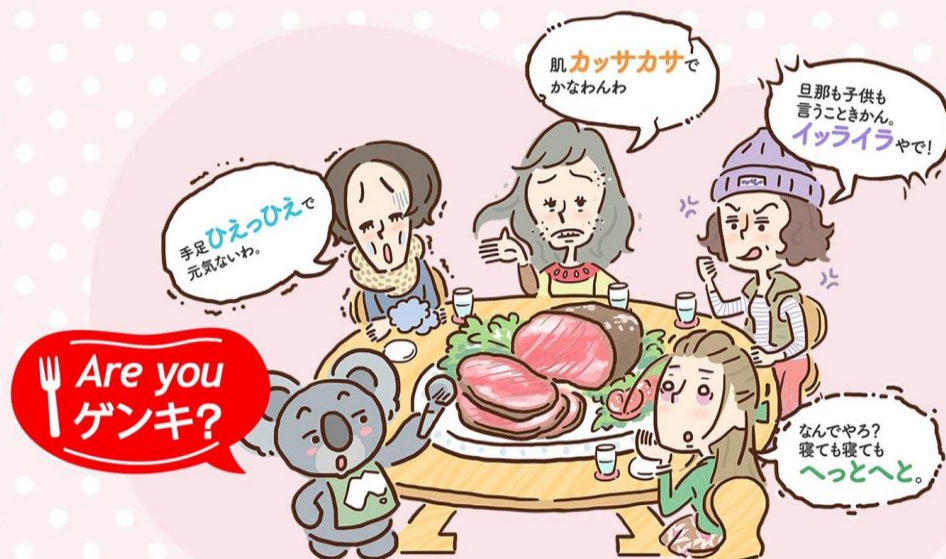
女性のおよそ2人に1人が「冬に不調を感じている」って知っていますか？
その不調、鉄不足が原因かも？

冬の元気に鉄！「Are You ゲンキ？」キャンペーン実施！

～これからは、身近なオージー・ビーフが鉄摂取の選択肢に！～



こんなあなたは鉄不足？
テツイート
オージー・ビーフで鉄EAT!



MLA 豪州食肉家畜生産者事業団(本社:オーストラリア、シドニー)は、「女性の元気と関係が深いと思われる栄養素“鉄”について」の意識調査を全国の女性(20代から40代)に実施。女性は冬に不調を感じやすく、元気が欲しいと感じていることが分かりました。

女性のおよそ **2人に1人**が「冬に不調を感じる」と回答

約 **90%**が「疲れている」と回答

特に20代、30代女性の **5人のうち4人 (82%)**が「元気が欲しい」と回答

「鉄を、日常の食生活で摂取できている」女性は、わずか **10.5%**

鉄を含む食材で赤身牛肉を想起したのは **30%**

冬の不調や疲れは忙しいから、歳を重ねたから、などと片づけてしまいがちですが、もしかしたら、その疲れやだるさは鉄不足と関係しているかもしれません。

女子栄養大学・栄養生理学教授、上西一弘先生によると、「鉄は、体のすみずみまで酸素を運搬する役割を担っている赤血球の成分であるヘモグロビンを構成する重要なミネラルです。鉄が不足すると全身に十分に行きわたらなくなり、体のあちこちに不調の症状が現れます。立ちくらみ、疲労感だけでなく、冬は特に手足の冷え、肌荒れ、爪が薄く割れやすくなる、枝毛・抜け毛が増えるなど、女性には気になるさまざまな症状を起こしやすくなります。」

疲れがとれないのは、気合い、忍耐、頑張りが足りないのではなく、「鉄が足りない」ことが要因のひとつかもしれません。頭では分かっているけど鉄摂取できていない“もったいない矛盾を抱えている女性”に向け、MLA では、吸収率のよい鉄が豊富な赤身牛肉オージー・ビーフが“鉄補給”の選択肢のひとつになることを訴求し、「鉄 EAT！」をキーワードに、女性が体調を崩しやすい冬に向け、さまざまな形のプロモーションを積極的に実施いたします。

「Are you ゲンキ？」キャンペーン実施 ～合計204名様に豪華賞品が当たる～

2017年12月8日から2018年1月31日の約2か月間、「Are You ゲンキ？」と題した、鉄で元気キャンペーンを実施致します。キャンペーンサイトでは、「こんなあなたは鉄不足？オージー・ビーフで鉄 EAT！」と題し、冬に感じる不調として、「疲れ」「冷え」「肌荒れ」「PMS（*1）」を取り上げ、鉄不足の女性たちに向けた「鉄」の情報を配信いたします。また、鉄は食べ貯めができないため、いつも安定した量を保つことが大事になります。そこで、週2～3食簡単に牛赤身肉が取り入れられる元気な「朝」のレシピをご紹介します。牛赤身肉はローストビーフやステーキなど、「夜のごちそう」というイメージが強いかもしれませんが、実は朝食にもぴったりなのです。キャンペーンでは、スライスしたローストビーフをひと口に握ったご飯に巻いて頂く朝の新定番、ローストビーフボール「鉄ポップ」をご紹介します。（*1）月経前症候群の略

しっかり鉄補給をし、この冬を暖かくゲンキに過ごせる情報が満載のキャンペーンサイトでは、すぐに役立つ情報が満載です。さらに2018年1月からは第二弾キャンペーンを予定、大阪にてポップアップイベントも開催予定。ぜひ楽しみに、お見逃しなく!!

第一弾キャンペーン:「鉄EAT(テツイート)キャンペーン」

12月8日から12月25日までの約一か月間、「冬の鉄レス女子」をツイートすると、抽選で102名様に豪華賞品が当たります。

●鉄分たっぷりのオージー・ビーフを食べてゲンキ！あなたはどのタイプ？鉄レス女子冬のあるあるタイプをツイートして参加しよう！



<p>ひえっひえの鉄レス女子</p> <p>厚着して着ぶくれてるのに、体の芯は冷えてんねん。 風呂に入っても、いざ寝る頃にはまた手足つめたーなっで、寝られへ〜ん!</p>	<p>カッサカサの鉄レス女子</p> <p>クリーム塗ってもきらないねん。干し手みたいな乾燥肌、誰か、どうにかしてよ〜！ 手も乾燥してて、スーパーの袋開けるのにめっちゃ時間かかるし。</p>
<p>へっどへっどの鉄レス女子</p> <p>寝ても寝ても、疲れてんのはなんでもやろ。飲みに行っちゃったら1週間ぐらい使もんならん。</p>	<p>イッライラの鉄レス女子</p> <p>旦那の何気ない一言、子供の突拍子もない行動。 月経前のイライラモードのときに限ってトラブル発生。勘弁してーな。</p>

■期間:2017年12月8日(金)10:00～2017年12月25日(月)23:59
 ■賞品: オージー・ビーフのローストビーフ500gなど豪華賞品をセットで102名様
 ■応募方法:
 公式 Twitter (@aussiebeef.jp) をフォローし、4種類の鉄レス女子の中から最も共感する症状を、「#鉄EAT」を付けてツイートしていただくと応募完了となります。
 ※Twitterのダイレクトメールにて、当選通知を送らせていただきます。

女性の元気と鉄に関する調査

調査者 : MLA 豪州食肉家畜生産者事業団

調査実施日 : 2016年8月27日～28日

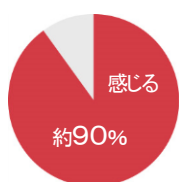
調査機関&調査方法: 楽天リサーチによるインターネット

調査対象者 : 日本全国20代～40代の女性。各世代200票ずつ計600票(有効サンプル数)

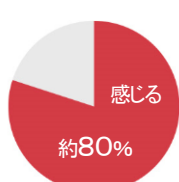
※本調査の詳細はオージー・ビーフ公式サイト www.aussiebeef.jp をご覧ください。

調査結果概要

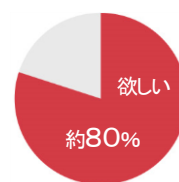
【疲れに対する自己評価】
日頃の“疲れやすさ”



【疲れに対する自己評価】
日中“疲労感が抜けない”

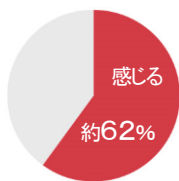


【元気さへの欲求】
“元気が欲しい?”



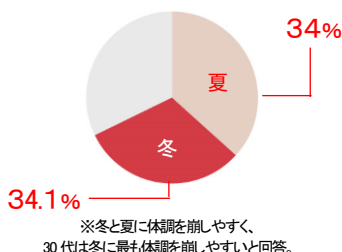
※特に20代、30代ほど「欲しい」値が高い。

【手足の冷え】



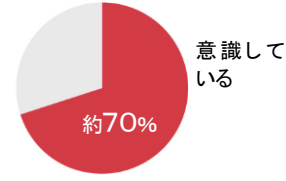
※特に20代、30代は、他の年代より「感じる」値が高い。

【体調を崩しやすい季節】



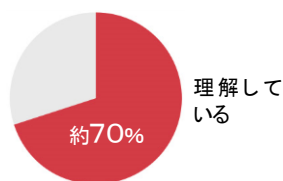
※冬と夏に体調を崩しやすく、30代は冬に最も体調を崩しやすいと回答。

【鉄の重要性の認識】



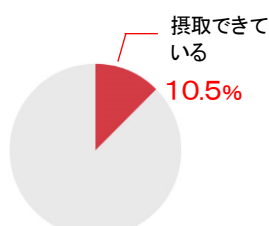
※若い層ほど重要と捉え、特に30代は高い数値。

【鉄不足による体への影響の理解度】



※若い世代の理解度が高め。30代は約80%と高い値。

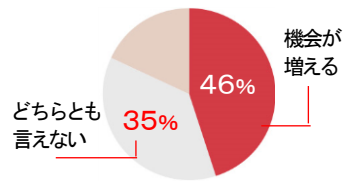
【鉄分摂取の自己評価】



※40代から20代に向けて摂取意識は下降線。若い層ほど「摂取が十分ではない」と感じている。

【赤身牛肉による鉄分補給の意向】

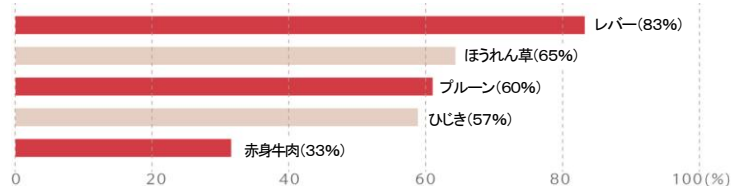
赤身牛肉には、吸収のよい鉄(ヘム鉄)が多く含まれていると知ったら、食べる機会が増える



※特に、20代、30代では鉄補給のために赤身牛肉を食べる機会が増える値が高い。

【鉄を多く含むと思う食材】

※複数回答



本リリースのお問合せ先:

MLA豪州食肉家畜生産者事業団 広報担当 伊藤 / 花見

TEL: 03-4589-0070/0076 FAX: 03-4589-0086 Email: sito@mla.com.au / mhanami@mla.com.au