

2022 年 11 月 22 日

MLA 豪州食肉家畜生産者事業団

www.aussiebeef.jp

“君との関係が冷めるほど、冷えっ冷えになってしまう！？”
冬の女性の冷え・乾燥は、**オージー・ビーフ**で鉄分摂取を！
「#それラブ キャンペーン」で女性の元気を応援！
豪華賞品が合計 645 名様に抽選で当たる！

2022 年 11 月 22 日（火）～12 月 31 日（土）



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、「いい夫婦の日」である 2022 年 11 月 22 日(火)から、クリスマス、冬休みを迎える 12/31（土）の 1 カ月半、オージー・ビーフ「#それラブ」キャンペーンを実施します。忙しい女性に向けて、吸収率の高いヘム鉄を豊富に含むオージー・ビーフが身近な鉄分摂取のひとつの選択肢として、女性の冬の元気を応援します。

オージー・ビーフは今年の冬も女性の元気を応援！

女性の皆さま！日頃から、仕事、家事、子育て、介護など休む暇なく忙しく過ごしていらっしゃるかと思います。ご自分へのケア、特にカラダとココロへのラブ活動なさっていますか？特にこれから冬になると、貧血や冷え、疲れ、乾燥などの不調が増え、悩まされる季節となります。家族の健康のために栄養のある食事を考えるけど、自分自身のカラダが必要とする栄養を意識して食事を作っている女性はあまり多くないのではないのでしょうか。

オージー・ビーフは今年の冬も女性の元気を応援する「#それラブ キャンペーン」を実施致します。自分のための食事やケアなど「それってラブじゃん」と思うラブをみんなで共有して、カラダもココロも温かく豊かな冬にしてみませんか？

#それラブで、自分のための食事やケアを！

【例1】オーギー・ビーフの厚切りステーキを焼いて夫婦でいつも食べています。いつもならパートナーにお肉を一切れ多く乗せますが、今日はお野菜多く乗せ、私はお肉多めに。それってラブじゃん！

【例2】ひとりランチは苦手だけど、疲れがひどいので今日は思い切って牛丼屋さんに。肉多め、ガリも多めに注文。カラダがすぐにポカポカに。カラダ労わっている私、何か自信がでてきた。それってラブじゃん！

【例3】毎日の晩酌が欠かせない。ストレスマックス！いつものスーパーで買うおつまみのフライドポテトと唐揚げを、今日はローストビーフサラダにして。しっかり食べてるって感じ。それってラブじゃん！

いつも誰かのために頑張っている女性にこそ、食べて元気になる習慣をオーギー・ビーフは応援します。

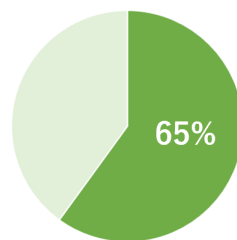
女性の3人に2人がかくれ貧血！

女性特有の悩み「冷え」「体調不良」「PMS」「肌荒れ」などは、日頃の忙しさの積み重ねや、年を重ねたから、などと片付けてしまいがちですが、もしかすると鉄不足と大に関係しているかもしれません。

最新の厚生労働省の調査によると、日本女性の20代から40代のうち、3人に2人はかくれ貧血だということが分かりました（出典：厚生労働省平成21年国民健康・栄養調査より）。鉄分が不足すると、酸素を身体中に送るヘモグロビンが減ってしまい、体内が酸欠状態になることで冷え性、目まい、頭痛、イライラなどの不調が起きてしまいます。

また鉄分は体内で作ることができず、食べ貯めもできないので、意識して毎日の食事から摂ることが大切になります。

20代から40代女性の3人に2人が
かくれ貧血に



女性の家事負担は増え続けている？！

コロナ禍後の調査では、女性の6割以上が家事で以前より疲れを感じる、と回答（出典：パナソニック調べ 家事に関するライフスタイル調査 第4弾）。女性の家事負担、特に調理に関してストレスが増し、さらに体調が悪いと、余裕がなくなり、つい無理をしすぎたりココロも疲弊しかねません。

一方で、鉄分の重要性をわかっているにもかかわらず、日々の忙しさの中、パートナーや子供の好みのメニューが中心になり、中々自分自身の食事にまで手が回らなかったり、どのくらいの量を摂取したり、どのように食べたらよいかわからない、など多くの女性の声を反映して、#それラブ キャンペーンを実施します！

さあ、このいい夫婦の日を機に、パートナーや家族、友人たちとみんなで、自分のための#それラブを見つけてハートウォーミングな冬に変えてみませんか？

女性の元気を応援！6つのレシピを掲載

キャンペーンWEBページ(<https://www.aussiebeef.jp/cp/winter2022/>)では、意外と知られていない「女性の健康と美容に必須の鉄分の重要性について」、ホットプレートで楽しむ「不調よ、さよなら！元気よ、いらっしやい！家族みんなでポッカポッカ！」『それラブ レシピ♡6つ』をご紹介します。しっかり鉄分補給をして、この冬を温かくゲンキに過ごせる情報が満載のキャンペーンページになっています。

レシピは、「ひっくり返すのは1回だけステーキの焼き方」、「3分ゆでるだけローストビーフ」、熱々ホットプレートで楽しむ「ジューシーすき焼き」「ジャンボハンバーグ」「ヘルシー焼きしゃぶ」「肉盛りガーリックライス」を動画でご紹介します。

キャンペーン概要

twitter、Instagram、LINE それぞれで豪華賞品が合計645名様に当たるプレゼントキャンペーンを合計4回実施します。応募チャンスは全部で4回も！鉄分たっぷり極厚ステーキ肉やグラスフェッドのローストビーフ、カレーやシチューのルーを加えるだけですぐ使える柔らかく牛スネ肉のボトフのセットや、お洒落なホットプレート、オリジナルグッズなど、家族を優先して、自分の食事は二の次にしてしまいがちな女性たちに、簡単、楽しい、美味しいオーギー・ビーフを楽しんでもらう「それって LOVE じゃん！」なプライズをご用意しました。



第一弾キャンペーン概要

twitter :

「#それラブ いい夫婦 (11,220) RT」 twitter リツイートキャンペーン 11/22 (火) ~11/29 (火)

応募方法：オージー・ビーフの公式 twitter アカウント (@aussiebeef_jp) をフォローして対象の投稿をリツイート

賞品：極厚ジューシーステーキ肉 500g (29 名)、オリジナルカレンダー (100 名)

リツイートの数が 11,220 (いいふうふ) を超えると、ステーキ肉、カレンダーともに当選者数が 58 名、200 名とそれぞれ倍増します！

その他、12 月 3 日 (土) から始まる、twitter 第二弾および Instagram や LINE のキャンペーンは、キャンペーンページ (<https://www.aussiebeef.jp/cp/winter2022/>) にて、随時お知らせいたします。

【女性の健康と美容に欠かせない、たんぱく質、鉄、亜鉛を含む赤身が特徴のオージー・ビーフで元気に】

MLA 豪州食肉家畜生産者事業団は、2016 年に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、全国的女性 (20 代から 40 代) に実施。8 割強の女性が、元気が欲しいことがわかりました。疲れは忙しいから、歳を重ねたから、などと片付けてしまいがちですが、もしかすると鉄不足が関係しているかもしれません。オージー・ビーフでしっかりとたんぱく質と鉄補給をして、不調を軽減し、ゲンキに毎日を楽しめるよう、キャンペーンや情報を発信します。

【鉄分】含有量

(各100gあたり)

0.3
mg

鶏むね肉
(皮なし)

0.9
mg

豚もも肉
(赤身)

2.6
mg

オージー・ビーフ
(もも肉)



【鉄】

牛赤身肉のオージー・ビーフは不足しがちな“鉄”を多く含み、「疲労回復」「冷え」に効果が期待できます。また、牛赤身肉に含まれる鉄分は、野菜類の鉄分よりも吸収率が高い「ヘム鉄」で、鶏や豚、魚の数倍も豊富。しかも、たんぱく質が鉄分の吸収を高めるので、とても効率的です。

【たんぱく質】

牛赤身肉のオーギー・ビーフは、免疫力の向上や「疲労回復」を助ける役割もある良質なたんぱく質が豊富に含まれます。牛赤身肉は、たんぱく質の栄養価を示す指標「アミノ酸スコア」で満点（100点）と非常に優秀。バランスのいい良質なたんぱく質を効率的に摂ることができます。

◎本件に関するお問い合わせ:

■株式会社エフ 担当: 深川章次 fukagawa@ef-inc.co.jp

TEL: 03-6812-9113 FAX: 03-6812-9114

■MLA 豪州食肉家畜生産者事業団 広報担当 花見美穂

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