

記者 Profile
東 奈々
Nana Azuma

東京学芸大学生涯後、
スポーツ専攻卒業後、
NESTA JAPAN に入社。
プロアスリートサー
ビス・カスタマーケア
サポートマネージャーを
兼務。

POINT OF VIEW

新米記者の
Point of view

今回お話を伺ったのは
株式会社シー・エヌ・シー
代表の安藤 敏樹さん。



今回ご紹介するのは、健康と美容のために開発された Gi26 チョコレートを販売する株式会社シー・エヌ・シー。一般的にチョコレートは、太る、虫歯になる、肌が荒れる等のイメージがありボディメイクをする方や健康を気遣う人からは控えられることが多かったスイーツ。このチョコレートの常識を覆すのが今回ご紹介する Gi26 チョコレートです。



「ギルティフリー（罪悪感のない）チョコレート」 新しい概念を届けるウェルネス企業。

株式会社シー・エヌ・シーは、2011年12月に中小企業向けのBPO(ビジネス・プロセス・アウトソーシング)の会社として設立されました。代表取締役の安藤氏は、生命保険会社(アフラック)の資産運用部門に従事し、米国銀行出向、米国滞在中にMBA(経営学修士)を取得し、その後、格付会社S&P社(スタンダード・アンド・プアーズ社)や大規模コールセンター等BPOの会社の経営に携わった後、独立しました。中小企業向けのBPOサービス・コンサルティングをスタートする中でのある出会いが、Gi26(ジーアイニーロク)チョコレート販売のきっかけとなったそうです。



アスリート・プロ選手も効果を実感



健康のために開発された チョコレートとの出会い

米国ビジネススクール時代の先輩がベルギーから輸入していたチョコレートとの出会いが、同社の「ウェルネス事業」立ち上げのきっかけとなったそうです。そのチョコレートは、ベルギー産クーベルチュールチョコレートを100%使用し、砂糖・代用油脂・防腐剤・合成香料を使用しない、カカオバター100%使用の「くちどけのなめらか」なチョコレートでした。さらに、ヨーロッパを代表する世界的に有名なショコラティエやパティシエの多くに原料を供給しているバリエーカレポー社のプレミアムチョコレートでした。実際に、開封した瞬間のカカオの香り、口に入れるとサラッとなめらかに溶ける感覚は感動的で、これまでの

一般的な日本のチョコレートとの違いを強く感じたそうです。

低GIに着目した チョコレート革命

それまでは安藤氏自身、チョコレートを食べることに罪悪感があり食べない方がよいものと考えていたところ、このチョコレートと出会い色々調べていくうちに、チョコレートは本来健康に良いものであることがわかったそうです。古くは紀元前から食されてきたチョコレート。古代のメキシコでは「神様の食べ物」と言われ、時には薬としてあるいは貨幣としてその価値を変えながら利用されてきました。現在の甘く美味しいチョコレートになったのは19世紀ごろになってから。近年では栄養価や健康機能も見直されてきました。Gi26 チョコレートは、健康的な

機能の中でもいち早く「GI値」に着目し、開発されたチョコレートです。ボディメイクからヘルスメイクまで健康をサポートするチョコレートとして「ウェルネス事業」の一環としてチョコレートの販売を開始しました。GI(ジーアイ)値とは、グリセミック・インデックス(Glycemic Index)の略で、食後の血糖値の上昇度合いを示す指数です。食品によって食後の血糖値の上昇度合いは違い、大きく3つに分類されています。
高GI: 70以上
中GI: 56~69
低GI: 55以下
GI値が高い食品を摂取すると血糖値が急上昇し、GI値が低い食品は、ゆっくりと吸収が進むので血糖値もゆるやかに上昇します。GI値の高い食品を食べて急激に血糖値が上昇すると、

<食後の血糖値の上昇度合いを示す>

GI(ジーアイ)値って知ってますか?

GI値が<高い>と GI値が<低い>と

消化吸収が一気に進むため
血糖値が急上昇し、インスリンが分泌されます。インスリンは**肥満の原因**となるだけでなく、**糖尿病のリスク**を大きく高めます。

ゆっくりと消化吸収が進み、
血糖値はゆるやかに上昇し、インスリンは分泌されにくくなります。低GIの食品は、**肥満対策、糖尿病リスク軽減対策**になります。

JAPAN

株式会社シー・エヌ・シーは東京・渋谷に社を構えます。



膵臓からインスリンというホルモンが多く分泌されますが、このインスリンは「血糖値を下げる」という働きの他に、脂肪の燃焼をストップさせ脂肪を蓄える働きをするため、肥満の原因にもなります。一方GI値が低い食品は、血糖値をゆるやかに上昇させるため、身体への負担も少なくなり、インスリンは分泌されにくくなります。

近年、GI値の考え方は世界的にも注目されており、減量期の体重管理や集中力アップを目的としてトップアスリートにも活用されています。トップアスリートは、日々の食事のカロリー（エネルギー）摂取量だけでなく、どのような食事をどんな順番で食べたか、などもしっかりと記録しています。

なぜ血糖値コントロール？

高GI食品を食事の最初に摂取すると血糖値の急激な上昇や下降が起こります。これは身体的な疲労や思考力・集中力の低下をもたらすのでパフォーマンスの低下につながります。「血糖値の乱高下（血糖値スパイク）」による身体への影響は、太る原因になるだけでなく血管への負担も大きくなり生活習慣病の一種になる可能性もあるそうなのです。一方、低GI食品から食事を取ると血糖値はゆるやかに上昇するため



安定した血糖値を維持できます。つまり血糖値をコントロールすることで良いパフォーマンスを発揮することが期待できるということ。Gi26チョコレートはキャベツと同じGI値26で、血糖値コントロールをサポートするヘルシーなチョコレート。外出先などでは野菜がとれない場合も多いですが、Gi26チョコレートがあれば、チョコファーストでゆるやかに血糖値を上げ、GI値の低い食品から順に食べることで血糖値の急上昇を防ぐことができます。

Gi26 チョコの特徴

「本物の美味しさ」と「健康」をコンセプトに、日本で初めて「GI値」を表示したチョコレートです。ヨーロッパを代表する世界的に有名なショコラティエ、パティシエの約80%へ原料を供給している「パリー

カレポー社」の100%プレミアムベルギーチョコレートで、化学肥料不使用の最高級カカオ豆を原料とし、砂糖不使用・高カカオポリフェノール：1袋(20g)460mgは、

カカオ度数70%のチョコレートと同等のカカオポリフェノール量です。苦み、渋みを抑え、カカオバター100%で舌触りも驚くほど滑らか。グルテンフリーなので健康面からも安心してお召上がりいただけるチョコレートです。

健康や美容に敏感な方へ届けたい

今こそチョコレートは健康によいとされていますが、ウェルネス事業として立ち上げた頃は、日本では砂糖や植物油を使ったチョコレート菓子がほとんどでした。まずはGi26チョコレートの美味しさと健康をどう伝えて実感して頂くかを考え、ダイエットや血糖値コントロールを必要とする方、アスリート、医療従事者の方々に試してもらうことから始め、評価や数値をコツコツと集め分析していく中で、フィットネスクラブやプライベートジムとのつながりが増えていきました。この商品は原材料や生産者の思いをきちんと説明して広めていきたいと考えていたそう。それにはコミュニケーション能力が高く、カラダを知り尽くしたトレーナーに、お客様に説明して拡散していくのが良

いと考えました。Gi26チョコレートを扱う販売代理店・トレーナーの方には血糖値コントロールの大切さをご理解頂き、日々の食事や運動・トレーニングにも効果的に取り入れられるようセミナー等も行っています。血糖値の乱高下が体によくないことを多くの方に知っていただき、健康を維持しつつ運動や競技を長く続けて頂きたいとの思いです。

なぜトレーナーの方から支持されるのか

パーソナルトレーナーにとって、トレーニング時間（約60分）以外での食事についても気になることです。せっかくのトレーニングも食事をうまくとらなければトレーニング効果も半減してしまいます。食事についてクライアントの方と話す時に、多くはネガティブな要素（〇〇は食べないでください等）になるのですが、クライアントの多くはチョコレートが好きなので、「Gi26チョコレートならば食べて良いですよ」と言えるのは、「とても嬉しい」と言われるそうです。Gi26チョコレートは、1)積極的に取り入れて血糖値コントロールをサポートするのに使える、2)スイーツ等を控えている方に代用としてご紹介できる、3)トレーナーがお客様にプレゼントとして贈るのに、Gi26チョコレートは「罪悪感のないチョコレート」として紹介しやすいとトレーナーの方も



絶賛しています。

ダイエットプログラムにGi26チョコレートを取り入れ、クライアントからは甘いものを食べられてストレスなくダイエットができたとの声も多数いただいているそうです。プロ選手・アスリートを指導しているトレーナーの方からは、Gi26チョコレートを取り入れることで選手の集中力が上がった、エネルギーが持続した、体調が良くなったなどパフォーマンス向上には欠かせないものとなっているそうです。

LDH martial arts との コラボ商品誕生

現在LDH martial artsが運営する「EXFIGHT」ジムとコラボし40g入りのパッケージを販売しています。Gi26チョコレートの機能や効果をいち早く取り入れ、ジムでの効果的なトレーニングに活用しているそうです。口コミやSNS等で、多くの皆様に評価していただき、「健

康維持に欠かせない」「こんなに美味しいチョコレートを毎日食べられるなんて幸せ」「ダイエット・減量中でも甘いものが罪悪感なく食べられる」「集中力が高まった」等々、嬉しい言葉が毎日届くそう。EXFIGHTジム所属の選手も日々の食生活の中に取り入れて「血糖値コントロール」に活用しています。

Gi26 チョコレートを 日々の食生活に取り入れ 健康な体を作って欲しい

チョコレートは、これまで虫菌になったり太ったりするものだと罪悪感がありましたがGi26チョコレートはチョコレートの常識を覆します。同社は、高齢化社会・医療保険問題等話題になる中で、個人がより健康寿命を長くすることを願ってウェルネス事業を立ち上げました。今後もウェルネス事業においてGi26チョコレートを拡散し、お客様の健康と幸せと笑顔を共有していきたいと願っています。

株式会社シー・エヌ・シー

住所：東京都渋谷区桜丘町30-12
TEL：03-6427-8186
WEB：https://gi26.jp



Giチョコを食べた後の血糖値の変化



出典：パリーカレポー社チョコレート研究所
調査機関：フランスNATURALPHA社
高GI：70以上 中GI：56～69 低GI：55以下