

好きな時に好きな場所でできるオンラインファスティングプログラム 「Remo-Fas(リモファス)」

9月7日(木)より公式WEBサイトで申し込み開始



株式会社ポーラ・オルビスホールディングス(本社:東京都中央区、社長:横手喜一)の社内ベンチャープログラム Glow*1から誕生したオンラインファスティングプログラム「Remo-Fas(リモファス)」は、9月7日(木)より、公式WEBサイトでサービスを開始します。

※1 参考リリース:「社内ベンチャープログラム(Glow)を開始」(2022年7月27日) [20220727_POHD_venture_program.pdf\(po-holdings.co.jp\)](#)

「Remo-Fas」は、ダイエットや健康管理などの目的に合わせて好きな時*2に好きな場所でできるオンラインファスティングプログラムです。準備食、ファスティング食、復食がセットとなっており、LINE公式アカウントから送られる説明に沿って食べることで、簡単にファスティングを体験できます。

ミシュラン星付きレストラン出身の料理人監修による準備食・復食と、果物や野菜を贅沢に使ったコールドプレスジュース(ファスティング食)で美味しさにもこだわりました。

※2 開始時間帯 5:00~21:59 であれば、朝食・昼食・夕食お好きなタイミングで開始可能



STEP1 準備食



STEP2 ファスティング食



STEP3 復食

LINE のナビに従ってファスティングを開始します。プラントベースの食事からからだを整えます。

からだを休めるため固形物を絶ち、コールドプレスジュースで必要な栄養素を体内に取り入れます。

スッキリダイコンで総仕上げ。その後、プラントベースの食事では消化器官に負担をかけずに少しずつ食事量を増やしていきます。

■商品・サービスの特長

- ・LINE オートナビ付
最適な食事のタイミングや食べ方、体調に変化が出た時のアドバイスが届くから安心
- ・準備食、ファスティング食、復食がセット
届いたものを順番に食べるだけだから簡単
- ・ミシュラン星付きレストラン出身の料理人による準備食・復食と、果物や野菜を贅沢に使ったコールドプレスジュースで美味しさを追求

■プログラムラインナップ

- ① 1DAY プログラム 準備食 1食、ファスティング食 4個(24時間)、復食 1食 / 税込¥10,800
 - ② 3DAYS プログラム 準備食 1食、ファスティング食 9個(48時間)、復食 2食 / 税込¥21,600
 - ③ 5DAYS プログラム 準備食 2食、ファスティング食 14個(72時間)、復食 3食 / 税込¥32,400
- ファスティング初心者から本格的にファスティングしたい方まで対応できるプログラムラインナップです。

Remo-Fas 公式 WEB サイト ※2023年9月7日(木)よりサイトオープン

> <https://remo-fas.com>



【報道関係者の皆様からのお問合せ先】(株)ポーラ・オルビスホールディングス コーポレートコミュニケーション室
広報担当 Tel 03-3563-5540 / Mail webmaster@po-holdings.co.jp

※在宅勤務を推奨しておりますので、お電話が繋がらない場合はメールにてお問い合わせください。

【補足資料 1】 ファスティングとは

ファスティングとは、一定期間、固形物を食べずに必要な栄養素を液体でとりながら、からだを休ませ、コンディションを整えるというメソッドです。

現代人の健康と美容につながる魅力的なメンテナンス方法のひとつとして、近年国内外で注目を集めています。

【補足資料 2】 セット内容について ※プログラムによってお送りする内容が異なります

■スープ



1食 (140g) あたり
推定値
エネルギー 87kcal
糖質 10.8g
食物繊維 3.9g
タンパク質 3.6g



1食 (140g) あたり
推定値
エネルギー 99kcal
糖質 11.9g
食物繊維 3.0g
タンパク質 5.3g

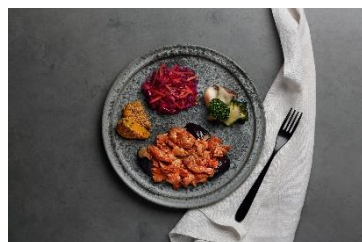
プラントベース スープ<洋>

大ぶりにカットした野菜を、野菜だしと塩だけでスープに。野菜本来の味わいを楽しめ、食べ応えあり。

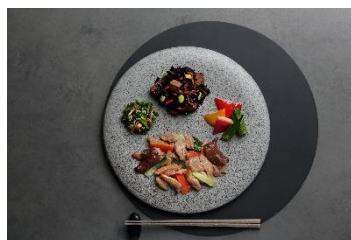
プラントベース スープ<和>

6種の野菜の旨みとコクが楽しめる具沢山スープ。低GIの和素材と多数のお野菜で腹持ち良く。

■ミール



1食 (250g) あたり
推定値
エネルギー 259kcal
糖質 19.4g
食物繊維 10.2g
タンパク質 17.8g



1食 (280g) あたり
推定値
エネルギー 233kcal
糖質 19.8g
食物繊維 11.7g
タンパク質 17.2g

プラントベース ミール<洋>

4種の味が愉しめるお食事。ニンジンと紫キャベツのラペ、ブロッコリーとエリンギのグリル、カボチャのゴマ焼き、湯葉の大豆ミートボロネーゼ

プラントベース ミール<和>

4種の味が愉しめるお食事。ひじきと高野豆腐の煮物、パプリカとオクラの生姜煮、シメジとホウレンソウのゴマきな粉和え、大豆ミートと野菜の五目あんかけ

■コールドプレスジュース



チアフルオレンジ

すっきりサポート。ほんのりトマトの風味に生姜のアクセントが心地よいフレーバー
材料: ニンジン、オレンジ、トマト、リンゴ、生姜



デイライトフルピンク

美容サポート。リンゴの甘みと野菜のさわやかなハーモニー
材料: リンゴ、レッドキャベツ、キャベツ、レモン、セロリ



ピースフルグリーン

健康サポート。意外性のあるフルーティーでまろやかなフレーバー
材料: リンゴ、ケール、パイナップル、小松菜、パセリ、スイスチャード



ルミナスイエロー

元気サポート。柑橘の酸味がはじけるフレッシュなフレーバー
材料: オレンジ、グレープフルーツ、黄色パプリカ、パイナップル、キャベツ、レモン



バーニングレッド

いきいきサポート。ビーツの甘みと柑橘の酸味がさわやかにマリアージュ
材料: グレープフルーツ、リンゴ、パイナップル、ビーツ、赤パプリカ、トマト、レモン



ラクシングカーキ

リフレッシュサポート。果物をふんだんに使った甘みと豊かなコクが特徴
材料: オレンジ、キウイ、リンゴ、セロリ、スイスチャード、レモン