

プレスリリース
報道関係者各位

2020 年 12 月 18 日

ハレクラニ沖縄 「免疫力を強化するメニュー」提供開始のご案内 ～感染症の予防にも！身体の中から整えて免疫力をアップ～

ハレクラニ沖縄（所在地：沖縄県国頭郡恩納村名嘉真 1967-1、総支配人：吉江 潤）ではこの度、オールデイダイニング「ハウス ウィズアウト ア キー」にて、「免疫力を強化するメニュー」の提供を開始いたしました。新型コロナウイルスやインフルエンザなどの蔓延懸念で“免疫力”が問われる今、長寿の島、沖縄の食材をふんだんに使用し、食の面からウィルスや病気に負けない身体づくりをサポートするメニューです。



ハレクラニ沖縄は、昨年7月の開業以来、沖縄の文化、伝統、生活からひらめきを受けて開発したプログラム「ハレクラニ沖縄エスケープ」などを通して、心身のウェルネスを推奨してきました。この「免疫力を強化するメニュー」もその一環です。ウェルネス研究の第一人者で「ハレクラニ沖縄エスケープ」も督している琉球大学 荒川 雅志 医学博士の監修のもと、沖縄の食と農に深く携わる一般社団法人「食の風」代表 田崎 聡 氏が食材を提案、ハレクラニ沖縄総料理長 高橋 浩史がそれぞれの食材が持つ味のバランス、ハーモニーはもちろんのこと、食べ合わせの相性などにも配慮し、13 の美しいメニューを完成させました。

沖縄の豊かな自然が育んだタンカンやモロヘイヤ、ナーベラー（へちま）やゴーヤーなど、フィトケミカル^(※)を多く含む緑黄色野菜をはじめ、きのこ、海藻、発酵食品など、免疫力を強化し、腸内環境も整える効果が期待される食材を、ラグジュアリーホテルならではの彩り鮮やかで味わい深い極上のお料理へと昇華させています。

メニューの一例は次のとおりです。



アトランティックサーモンのマリネ
黒米のサラダ添え
タンカンのヴィネグレット
2,300 円

- 主な免疫力強化食材 … 黒米、タンカン
- ・ 白米に比べタンパク質やビタミン類、アントシアニンを豊富に含む黒米は、胃腸のサポートや糖尿病の予防などに役立ちます。また、温州ミカンに比べビタミンCを約2倍含むタンカンは、皮膚や粘膜の健康維持をサポートします。

モロヘイヤと大麦のスープ
1,500 円

- 主な免疫力強化食材 … モロヘイヤ、大麦
- ・ モロヘイヤには食物繊維やカルシウムが豊富に含まれ、また、ポリフェノール成分であるケセルチンには、体重増加や肝臓中性脂肪の蓄積を抑制する働きがあり、大麦に含まれるポリフェノールには、運動に伴う酸化ストレス予防や筋力低下予防の作用が期待できます。



沖縄産マーマチのポワレ
ナーベラーのラタトゥイユ
アーサ海苔の潮ソース
3,200 円（本日のお魚料理の中の一品）

- 主な免疫力強化食材 … ナーベラー（へちま）、アーサ
- ・ 食物繊維を豊富に含むナーベラーは、整腸作用や便秘を改善・予防する効果があり、ナーベラーに含まれるサポニンによる抗酸化作用がコレステロールを除去し血流を改善して動脈硬化の予防、免疫力を強化する働きがあるといわれています。また、アーサはナトリウムやカルシウム、βカロチンを多く含み、カルシウムは抗アレルギー作用、βカロチンには身体へのウイルスの侵入を阻止し、免疫力の強化が期待されるといわれています。

塩麴でマリネした牛ハラミのステーキ
もろみ酢とゴーヤーのソース
森のキノコとローストポテト添え（コースのメイン）



- 主な免疫力強化食材 … 塩麴、もろみ酢、ゴーヤー
 - ・麴に含まれる酵素は、一般的に身体を老化させる活性酸素を抑えるといわれる発酵食品です。沖縄の泡盛の副産物であるもろみ酢にはアミノ酸とクエン酸が豊富に含まれ、アミノ酸には活性酸素による疾病を抑える抗酸化作用があるといわれ、近年注目されている健康食品です。シークワサーの約 7 倍のビタミン C を含むゴーヤーは免疫力を強化し血管や皮膚を丈夫にし、同時に食欲増進、血糖値の抑制、肝機能の働きのサポートが期待できます。



ブルーベリーとフロマージュブランのスフレグラス
林檎のコンポート添え
1,500 円

- 主な免疫力強化食材 … リンゴ、ブルーベリー
 - ・リンゴやブルーベリーに含まれるポリフェノールは、老化を促進させるといわれる活性酸素を抑制し、抗酸化作用や生活習慣によって生じる様々な不調のケアに役立つといわれています。また、リンゴに含まれるカリウムには、むくみや血圧に影響する塩分ナトリウムの体外への排出をサポートし、ビタミン C が鉄分の吸収を促し、腸内善玉菌（ビフィズス菌）を増やす効果があるといわれています。

他にも

- ・ マグロと海藻のポキ
 - ・ ラングスティーヌとハンダマのパートブリック包み揚げ 葉にんにくとバジルクーリー
 - ・ ハレクラニコブサラダ オーロラソース フーチバー香るバターミルクランチドレッシング または シークワーサードレッシング
 - ・ からすみと芽キャベツと島らっきょうのペペロンチーノ スパゲッティーニ
 - ・ グルクンの フィッシュ&チップス モリンガヨーグルトソース”OXテールの赤ワインブレゼ 久米島味噌風味の田芋添え
 - ・ やんばる若鶏モモ肉と金美人参のコンフィ 白インゲン豆のラグー
- など、免疫力の強化が期待できるメニューのご用意がございます。

また、これらを使ったディナーコースもご用意しております。

アトランティックサーモンのマリネ
黒米のサラダ添えタンカンのヴィネグレット

モロヘイヤと大麦のスープ
(お日にちにより異なります)

塩麴でマリネした牛ハラミのステーキ
もろみ酢とゴーヤーのソース
森のキノコとローストポテト添え

白ゴマのプリン 黒糖アイスクリーム添え

4,500 円

※ 表示の料金に別途、税金・サービス料を申し受けます。

オールデイダイニング「ハウス ウィズ アウト ア キー」の
すべてのメニューは、下記 URL よりご覧いただけます。

https://www.okinawa.halekulani.com/dining/hwk/images/menu_hwk_dinner_12.pdf

ぜひこの機会に、ハレクラニ沖縄オリジナルの「免疫力を強化するメニュー」をお試し
ください。

※ フィトケミカル

野菜、果物、豆類、いも類、海藻などの植物に含まれる化学成分のことで、植物が紫外線や有害
物質、害虫などの害から身を守るために作り出した色素や香り、アク、辛味などの成分のことを
指します。



荒川 雅志 (あらかわ まさし) プロフィール

国立大学法人 琉球大学大学院観光科学研究科ウェルネス研究分野教授、医学博士。

1972年 福島県生まれ

沖縄100歳長寿者のライススタイル研究、沖縄の美容と健康素材の研究で福岡大学大
学院医学研究科修了(医学博士)。旅の起源、健康と観光を結ぶヘルスツーリズム研
究を日本の大学で初めて開始。ウェルネス研究の第一人者、海洋療法学者。沖縄県食
文化保存普及継承事業委員会委員(座長)、沖縄ブランドWELLNESS OKINAWA
JAPAN認証制度審査員ほか国県各種委員多数。



田崎 聡 (たさき さとし) プロフィール

一般社団法人 食の風 代表理事、一般社団法人 アジア食文化交流協会 会長

1956年 東京都生まれ

「泡盛倉庫」「山猫屋」「黒うさぎ」「島唄楽園」「古酒楽」「山桜」「活」「回」
「ラフォンテ」「ビストロルボンゲー」など、数々の飲食店をプロデュース。
雑誌「うるま」「沖縄スタイル」「沖縄に住む」「沖縄暮らし」などの創刊編集長
を経て、雑誌・出版・編集プロデュース、移住講演、食と農のコンサルティング
などを行い、現在に至る。

ハレクラニ沖縄について

ハワイを代表するホテル「ハレクラニ」の2つ目のホテルであり、ハワイ以外では初のホテルである「ハレクラニ沖縄」は沖縄本島の恩納村に位置するラグジュアリーなビーチリゾートです。周囲の地理的景観を生かして建設されたこのホテルは、沖縄海岸国定公園内の約8万7,000㎡におよぶ敷地面積と豊かな自然に囲まれ、全長約1.7kmの海岸線沿いに面しています。ハレクラニ沖縄には、4つのレストランをはじめ、バーやBBQエリア、スパハレクラニ、フィットネスジム、ラグジュアリーなブティック、約200㎡の広さを持つ会議・コンベンションスペース、5つのプール（屋外4、屋内1）など、多彩な施設を備えています。メインプールの「オーキッドプール」は、ハレクラニのシンボルであるカトレアを約150万個ものモザイクタイルで描いています。ハレクラニ沖縄は世界の中で最も特別でラグジュアリーなホテルだけが加盟できるザ・リーディングホテルズ・オブ・ザ・ワールド（LHW）の、日本で3番目の加盟ホテルです。

＜ハレクラニ沖縄 「免疫力を強化するメニュー」 ご予約・お問い合わせ先＞

ハレクラニ沖縄 レストラン予約

TEL: 098-953-9530 時間 10:00～18:00

＜報道関係者からのお問い合わせ先＞

ハレクラニ沖縄 プレス担当：樺澤、飯塚

TEL: 098-953-8600（ホテル代表）

E-mail: press@halekulaniokinawa.com