

健康カプセル!

# ゲンキの時間

<番組内容>

この番組は、人と家族のゲンキを応援する健康情報番組。  
知っているようで知らなかった正しい健康知識を  
実験、ときにカラダを張ってゲンキリサーチャーが自ら検証!  
身近な健康問題とその改善法を、様々なテーマで紹介します。  
役立つ知識がたくさん詰まった健康カプセルで  
ニッポンに「ゲンキの時間」をお届けします。

■ 番組名	健康カプセル! ゲンキの期間 (TBS系全国ネット・CBC発) *興和ー社提供番組
■ テーマ	#368「登山健康法」
■ MC	笥利夫 西尾由佳理
■ 放送予定日	2019年8月11日(日) 午前7:00~(予定)

《企画概要》 テーマ「登山健康法」

8月11日は「山の日」。涼しい山の上に上る「登山」はシーズン真っ只中!  
年々登山者も増え、登山ブーム!?  
そんな登山には生活習慣病予防、筋力強化、森林浴など  
健康効果が盛りだくさん!  
そこで山登りがもたらす健康効果を徹底リサーチ!  
山の魅力と共に健康効果をご紹介します!

株式会社ジャンプコーポレーション

東京都港区六本木3-5-27 六本木山田ビル7F

TEL:03-5561-7810 / FAX:03-5561-7811

吉崎貴久 [t-yoshizaki@jump.co.jp](mailto:t-yoshizaki@jump.co.jp) 【080-3585-0341】

兼松剛 [g-kanematsu@jump.co.jp](mailto:g-kanematsu@jump.co.jp) 【090-9705-5156】