

暑い夏に心とカラダに元気を届けるスペシャルプログラム！  
山の日ホリスペは、この夏をもっと楽しくする“趣味”のススメ♪

<TOKYO FM ホリデースペシャル>

『菌活 Project 2022 ENERGY for SUMMER+

～きのこは人を、もっと元気にする～supported by HOKTO』

2022年8月11日(木・祝) 11:30～14:55 TOKYO FM/FM 大阪/FM 長野

MC: ユージ、高橋万里恵

TOKYO FMでは、8月11日(木・祝)の山の日11時30分～14時55分に、ユージと高橋万里恵がパーソナリティをつとめる特別番組、TOKYO FM ホリデースペシャル「菌活 Project 2022 ENERGY for SUMMER+ ～きのこは人を、もっと元気にする～ supported by HOKTO」をFM大阪、FM長野との3局ネットでオンエアします。2013年よりTOKYO FMがホクトとともに行なっている「菌100%のきのこを身体に取り入れよう」という“菌活プロジェクト”の一環で、今回は「夏をもっと楽しくする、趣味・アクティビティのススメ」をテーマに、ゲストに俳優の金子貴俊、サバンナの高橋茂雄など、キャンプや登山、サウナなど夏遊びの達人を迎え、この夏をもっと楽しくしてくれる夏遊び情報をたっぷりお届けします。どうぞお楽しみに。



8月11日(木・祝)山の日、ユージと高橋万里恵が、特別番組 TOKYO FM ホリデースペシャル「菌活 Project 2022 ENERGY for SUMMER+ ～きのこは人を、もっと元気にする～ supported by HOKTO」で「夏をもっと楽しくする、趣味・アクティビティのススメ」をお届けしていきます。ゲストには、山好き&キャンプ好きで知られる俳優の金子貴俊、そして、芸能界屈指のサウナ好きで知られるサバンナの高橋茂雄、日本最大級のアウトドアWEBマガジン「CAMP HACK」編集部の近藤巧など、キャンプや登山、サウナ…この夏をもっと楽しくしてくれる趣味の達人に、夏遊び情報をたっぷり教えてもらいます。さらに、それぞれの夏遊びをもっと楽しめるようにエネルギーチャージをしてくれる、きのこで菌活術もご紹介！

また、みなさんから『マイ・サマー・プラン～きのこをそえて』をテーマにメッセージを募集中。海に、山に、川に、今年の夏は色々なアクティビティに挑戦するぞ！など、あなたの夏遊び計画をお送りください。また、あなたのお好きな、あるいはオススメのきのこレシピも添えた菌活メッセージも募集中。メッセージが採用された方には全員に、QUOカードPay 1,000円分をプレゼント。詳しくは特設ホームページ(<https://www.tfm.co.jp/kinkatsu/>)をご参照ください。

CAMP  
HACK

【『菌活 Project 2022 ENERGY for SUMMER+』キャンペーン概要】

◇TOKYO FM ホリデースペシャル『菌活 Project 2022 ENERGY for SUMMER+ ～きのこは人を、もっと元気にする～ supported by HOKTO』

◆放送日時：2022年8月11日(木・祝)11:30～14:55

◆パーソナリティ：ユージ、高橋万里恵

◆ゲスト：金子貴俊、高橋茂雄(サバンナ)、近藤巧(WEB マガジン「CAMP HACK」編集部)

◆提供：ホクト

◆特設サイト：<https://www.tfm.co.jp/kinkatsu/>

◇『菌活 Infomation』

◆放送日時：TOKYO FM 月～木曜 10:50／15:44 金曜 10:50／15:32

FM 長野 月～木曜 12:45／16:40 金曜 12:48

FM 大阪 月～金曜 10:56

◆パーソナリティ：高橋万里恵、綿谷エリナ

◆提供：ホクト

◇RiCE × AuDee コンテンツ『～きのこは私をもっと元気にする～』

◆配信日時：TOKYO FM 音声コンテンツプラットフォーム「AuDee(オーディー)」で配信

◆コンテンツホームページ：(AuDee コンテンツの URL をお願いします)

◆提供：ホクト

今年、菌活プロジェクトとフードカルチャー誌『RiCE』のコラボレーションが実現！

食へのこだわりを持つ様々なジャンルのパーソナリティたちが「きのこ私」をテーマに語るトークコンテンツを AuDee で配信します！さらに、7月には「RiCE」のWEB記事と、8月には最新号「RiCE 9月号」誌面との連動も！

◇その他の“菌活プロジェクト”企画

【特別企画1】「きのこで菌活」オリジナル商品

◆きのこの塩麹粥

◆Manma Kinoko(まんまきのこ)～採れたてきのこを そのままふりかけにしました～

◆Otsunami Eryngii(おつまみエリンギ)～採れたてエリンギを そのままおつまみにしました～

おいしく簡単にきのこで菌活が実践できる、オリジナル商品が勢ぞろい！菌活に薬膳を取り入れ身も心も整うお粥や、きのこのうま味と栄養を凝縮したおかずふりかけ、お酒の時間もヘルシーに楽しめるクセになる食感のおつまみの3商品を、オンラインショップや長野県内一部のSA・PAやお土産店で販売します。

【特別企画2】菌活スペシャルツアー一運行中

身体の内側からキレイに健康になる2つの菌活ツアーをはとバスで！船上ヨガときのこで美しい身体づくりを目指すコースと、森林浴体験ときのこで心も体もデトックスするコース、この夏限定の日帰りツアーでキレイに健康になる一日をお楽しみいただけます。

【特別企画3】きのこメニューフェア「きのこDays」開催(8/5～8/25)

流行の発信地・渋谷の新たなランドマーク施設「渋谷スクランブルスクエア」のショップ&レストランでホクトのプレミアムきのこを贅沢に使った菌活メニューを期間限定販売します！

それぞれの特別企画の詳細は、順次特設サイト(<https://www.tfm.co.jp/kinkatsu/>)でご紹介していきます。

■菌活について

きのこなどの体に良い菌を積極的に食事に取り入れ、体の中から健康やきれいを目指し、もっとイキイキとした毎日を送ろう！という生活習慣のこと。菌は訓読みで「きのこ」。つまりきのこは菌そのものであり、“菌活食材の王様”といわれます。

昨年から続くコロナ禍で「免疫力」や「健康」、「食事で身体の中から強くなること」の大切さが見直される中、「健康の要」とも呼ばれる腸に住む善玉菌を増やし、腸内環境を整え、更に免疫や健康維持に重要な酪酸などの増加にも役立つ「きのこで菌活」はさらに注目が高まっています。

■ホクト株式会社について

ホクトはきのこの研究開発・生産・販売まで携わる日本唯一の「きのこ総合企業グループ」です。全国34のきのこセンターで生産した安心・安全で高品質なきのこをお届けするとともに、健康・美容に嬉しいきのこの魅力を発信し、おいしく健康的な「きのこの食文化」の創造と拡大を目指しています。