

News Release

2020年4月27日  
株式会社ジェイコムウエスト

外出自粛中の高齢者の健康維持・フレイル予防に  
自宅で楽しく体操習慣を！  
地域オリジナルの健康体操を「J:COM チャンネル」で順次放送



大阪市番組イメージ



豊中市番組イメージ

株式会社ジェイコムウエスト(J:COM、本社：大阪府中央区、代表取締役社長：原 清)は、新型コロナウイルス感染症拡大による外出自粛が続く中、高齢者の方々への健康支援として、地元行政と協力し、地域オリジナルの健康体操コンテンツを4月29日(水)から順次、J:COMのコミュニティチャンネル「J:COM チャンネル(地デジ 11ch)」で放送開始します。

緊急事態宣言の発令を受け、介護予防教室など地域の方々相互交流し運動する機会が激減する中で、高齢者のフレイル(虚弱状態)、筋力や認知力の低下が課題となっています。J:COMでは、地域の方々の健康維持と、フレイル予防を支援したいという想いから、地元行政と協力し、この度の取り組みが実現しました。

大阪市内で放送する「J:COM チャンネル」では、楽しみながら運動していただけるよう、吉本新喜劇の人気芸人も出演する3種類の『吉本新喜劇×大阪市 百歳体操』を4月29日(水)より放送。また、豊中市内で放送する「J:COM チャンネル」は、市の理学療法士が考案した、転倒予防効果等が期待できる介護予防体操『とよなかパワーアップ体操』を5月1日(金)より放送します。現在、これらの動画は、各行政機関を通じてインターネット上で公開されていますが、最もご覧いただきたい高齢者の方々を対象に、より身近なテレビを通じて、土曜、日曜を含む毎日同じ時間に放送することで、運動の習慣化と、楽しみながら健康作りにお役立ていただけることを目的としています。

さらに今後は、2市以外の行政とも連携し、放送エリアを拡充する予定です。

J:COMでは番組を通じて、外出自粛が続く中でも、ご家庭の中で楽しく健康的な生活を過ごしていただけるよう支援していくとともに、これからも、地域の皆さまに必要な情報の発信・取り組みを進めてまいります。

<大阪市エリア 放送概要> ※内容・スケジュールは変更になる場合がございます。

番組タイトル	『吉本新喜劇×大阪市 百歳体操』
放送チャンネル	「J:COM チャンネル」(地上デジタル 11ch)
放送期間	4月29日(水)～5月13日(水) ※「いきいき百歳体操」、「しゃきしゃき百歳体操」、「かみかみ百歳体操」の3種類を日替わりで放送します。
放送時間	午前 8 時 00 分 ～8 時 23 分 (23 分)
視聴可能エリア	ジェイコムウエスト大阪局・大阪セントラル局のサービスエリア (大阪市阿倍野区、住吉区、天王寺区、東住吉区、平野区、生野区、都島区、城東区、東成区、鶴見区、旭区、東淀川区、淀川区、中央区、北区) ※「J:COM」の有料サービスの加入・未加入を問わず、「J:COM」のネットワークが接続されている建物にお住まいであれば、無料でご視聴いただけます。 ※サービスエリア内でも一部ご利用いただけない地域があります。

<豊中市エリア 放送概要> ※内容・スケジュールは変更になる場合がございます。

番組タイトル	『とよなかパワーアップ体操』
放送チャンネル	「J:COM チャンネル」(地上デジタル 11ch)
放送期間	5月1日(金)～5月15日(金)
放送時間	1日2回(各23分) 午前 8 時 00 分 ～8 時 23 分 午後 12 時 30 分～12 時 53 分
視聴可能エリア	ジェイコムウエスト豊中局のサービスエリア(豊中市のみ) ※「J:COM」の有料サービスの加入・未加入を問わず、「J:COM」のネットワークが接続されている建物にお住まいであれば、無料でご視聴いただけます。 ※サービスエリア内でも一部ご利用いただけない地域があります。

<新型コロナウイルス関連情報(関西)> [https://c.myjcom.jp/jch/kansai/info/kansai\\_areainfo.html](https://c.myjcom.jp/jch/kansai/info/kansai_areainfo.html)

◆「J:COM チャンネル」について

「J:COM チャンネル」は、地域のイベントや行政情報、安全・安心に役立つ防災情報など地域に根差したコンテンツ満載のオリジナルチャンネルです。地域のニュース番組『デイリーニュース』を通じて行政の動きや街の出来事を取り上げ、地域の今を伝えます。また台風や地震などの災害時には地域に必要な情報を即座に発信します。その他、地域で活躍する人にスポットを当てた『ご当地人図鑑』や、地域イベント・スポーツ大会の生中継など徹底的に地域にこだわったチャンネルです。(チャンネル番号: 全て地上デジタル 札幌・仙台・関東・関西・福岡エリア: 11ch、下関エリア: 12ch、熊本エリア: 10ch)

株式会社ジェイコムウエストについて [www.jcom.co.jp/](http://www.jcom.co.jp/)

株式会社ジェイコムウエスト(本社: 大阪市中央区、代表取締役社長: 原 清)は、京都府、大阪府、兵庫県、和歌山県の関西地区2府2県で、ケーブルテレビ、高速インターネット接続、固定電話、電力、ガス、モバイル等を提供しているケーブルテレビ運営会社です。株式会社ジュピターテレコム(J:COM)のグループ会社として、先進性のある、高品質な情報・エンターテインメントの提供を通じ、地域社会の発展に寄与することを目指しています。