



News Release

2020年12月1日

\*\*\*\*\*

**女優 賀来千香子が美しく生きる秘訣は、  
誰でもできるシンプルなおの習慣だった！  
12月6日（日曜日）スタート、  
メ〜テレ新番組「Vital Life」で大いに語る！**

\*\*\*\*\*

メ〜テレ（名古屋テレビ放送）は、12月6日（日）午後8時56分から、新番組「Vital Life」を放送します。

この番組は、視聴者の健康的・美的好奇心に触れ、健康で健やかな生活を送るための新たな気付きや明日から始まる1週間に活力を与える番組です。

いきいきとした人生を

# Vital Life

タイトルの、Vital(バイタル)とは「重要な」「生命維持に必要な」「活力に満ちた」などの意味があります。また、医学用語の Vital Sign(バイタルサイン)とは脈拍、呼吸、血圧、体温の4つの重要なデータを指します。

月替わりで迎えるゲストが実践している「人生を健やかに元気に送るために欠かせない4つの事柄」を「美しく生きる」・「健康の維持」・「心の整え方」・「夢を叶える力」と定義し、放送していきます。

初回のゲストは、女優、賀来千香子さんです。



賀来千香子さん

**賀来：**心が豊かであること。当たり前で感謝ができたり、美しいものにビビットに感動できたり、挨拶はもちろんですけど、ちゃんと反省してやっぱり素直な心って大事だと思うんです。

若いころから変わらない美しさを保っている賀来さん。  
その秘訣は、誰でも参考にできる、シンプルな習慣だと語ります。

**賀来：**女性にとって肌の状態が良いと心も変わってくる。今は乾燥していますが、スキンケアには時間をかけます。美容液だったりクリームだったりというのを割とたっぷり、その時の肌の状態で。私は手でやります。肌の感触を確かめながら。



賀来千香子さんをゲストに迎えての放送は、初回から4回シリーズ。  
今後も輝くゲストからのメッセージと、「人生を美しく健やかに生きるヒント」をお見逃しなく！

### <メ〜テレ新番組「Vital Life」概要>

- タイトル「Vital Life」
- 番組提供：株式会社 MTG
- 放送期間：2020年12月6日(日) 午後8時56分～午後9時 全24回 予定
- 制作スタッフ：プロデューサー：大池雅光（メ〜テレ）・東海伸治（ワンズワン）  
ディレクター：澤本文明（ワンズワン）
- 番組HP <https://www.nagoyatv.com/vitallife/>