

【DC コミックス原作の海ドラ3 作品、新シーズン日本初放送記念】

インスタフォロワー43万人！女優やモデルにも人気のクロスフィットトレーナー **AYA** が**“自分らしく生きることの大切さ”**と **“美ボディの秘訣”**を語る

J:COM×AXN「今日からあなたも SUPERGIRL」トークショーを開催



株式会社ジュピターテレコム(J:COM、本社:東京都千代田区、代表取締役社長:井村公彦)は、海外ドラマ専門チャンネルAXN(株式会社AXNジャパン、本社:東京都港区、代表取締役社長:滝山正夫)と共同で、DC コミックスをテーマにしたイベント「DC コミックス 海外ドラマ スペシャルウィーク!」を12月8日(土)から14日(金)に、「J:COM Wonder Studio」(東京ソラマチ@内)で開催します。初日である12月8日(土)、人気女優やモデルも指導しているクロスフィットトレーナーAYAさんによるトークショー「今日からあなたも SUPERGIRL」を行い、海外ドラマ3作品をイメージしたトレーニングを披露していただくと、会場は大盛況となりました。

<トーク内容(一部)>

◆スーパーヒーローがトレーニングのモチベーション!!

司会者から海外ドラマについて聞かれた AYA さんは「海外ドラマは大好きでよく見てます。特にスーパーヒーローの作品は好きで、もっと頑張ろうって時に見ます。」と答え、その理由を聞かれると「明日からもっと強くなろうと活力をもらえるのがスーパーヒーロー!」「バットマンのトレーニングを真似することもあります。」と AYA さん自身のトレーニングにも生かしていることを語りました。

◆クロスフィットとの出会い。最初は腕立てもできない普通の女の子だった?!

「クロスフィットに出会うまでは普通のジムトレーナーとモデルを両立していました。その時は周りの影響で“美の条件=細くなること”と思い込んでいて、細くなるために筋肉がついてしまう運動を一切やめたんです。生活の一部だった運動をしなくなってからは、体の半分がなくなった気持ちになり、生きているのに死んでいるような状態になったんですよ。そこで“自分らしく生きることの大切さ”に気付き、日常生活の動きをベースとしたクロスフィットをやり始めました。」と明かしました。

◆ズバリ! 美ボディを作るための秘訣とは?!

「考え方を含めて、ライフスタイルを丸ごと変えることがフィットネス。トレーニングだけでは体はなかなか変わらない。食事とトレーニングが合致してはじめて体が変わります。そして継続が最も大切。ただ携帯と同じでずっと使っていたら充電が切れてしまうので、週末はチートデイとしてトレーニングもせず、好きな食べ物を食べる生活をしています。ちゃんと睡眠取らないと頑張れないので、休むことも大事にしています。」

現在インスタフォロワー43万人、女優やモデルにも人気のクロスフィットトレーナーとしてご活躍中の AYA さんですが、「日本もフィットネスが浸透し始めたけど、まだまだ。海外ではワークアウトは当たり前となっています。日本でも「衣・食・住・運動」という意識を根付かせていきたいです。」と今後の意気込みを語り、笑顔で会場を後にしました。

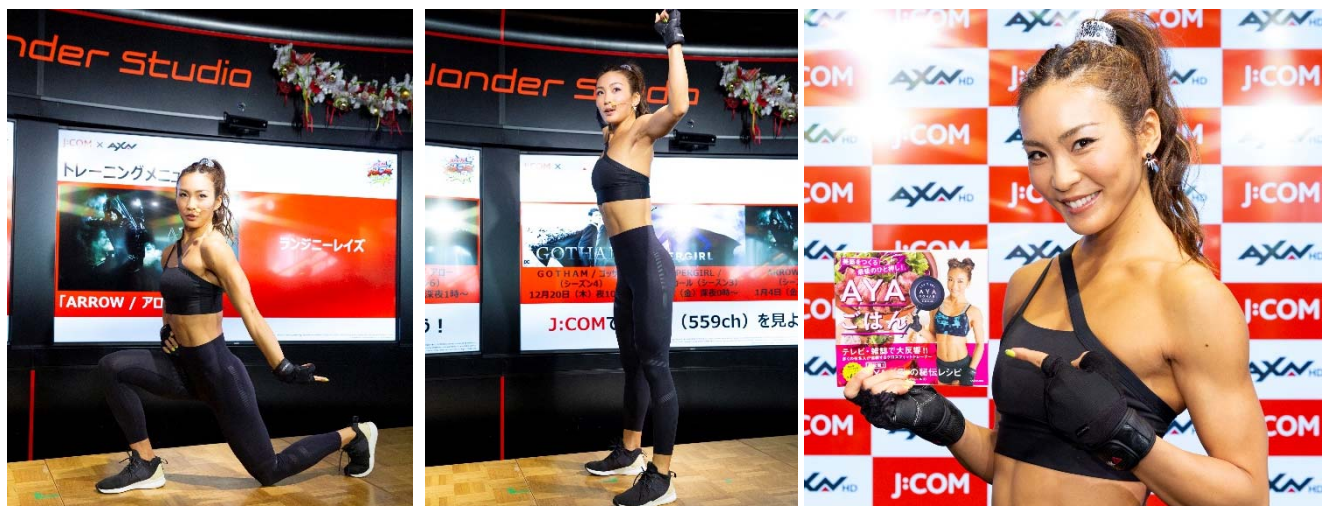
当イベントはAXN(J:COM TV 559 ch)で DC コミックスをベースとした海外ドラマ 3 作品「GOTHAM / ゴッサム」「SUPERGIRL / スーパーガール」「ARROW / アロー」の新シーズン日本初放送することを記念して実施しました。イベント内でこの 3 作品をイメージしたトレーニングを初披露。今後その模様を WEB 動画で掲載予定ですので、AXN の YouTube オフィシャルチャンネルでぜひご確認ください。また、食事と運動が大事と語っていた AYA さんによるレシピ本「AYA ごはん」もぜひ、お手に取ってみてください。

「J:COM Wonder Studio」では、引き続き 12 月 14 日(金)まで「DC コミックス 海外ドラマ スペシャルウィーク！」を開催しています。巨大フィギュアや豪華賞品が当たるクイズコーナーなどを実施しておりますのでぜひ、ご来場ください。「J:COM Wonder Studio」では、これからもお客さまの心に響くさまざまなイベントを行ってまいります。

概要: イベント

イベント名	「DC コミックス 海外ドラマ スペシャルウィーク！」
開催日時	2018 年 12 月 8 日(土)～ 12 月 14 日(金) ★12 月 8 日(土)のみ 13:00～14:00 にトークショーを開催
会場	「J:COM Wonder Studio」(東京ソラマチ® イーストヤード 5 階)
内容	<p><u>(1)クロスフィットトレーナーAYA トークショー「今日からあなたも SUPERGIRL」</u> 【出演】AYA(クロスフィットトレーナー) MC:新井なみ(J:COM Wonder Girls)</p> <p><u>(2)バットマン、スーパーマンの等身大フィギュア展示</u></p> <p><u>(3)グリーンアロー、スーパーガールの Funko 巨大フィギュア展示</u></p> <p><u>(4)スーパーヒーロー気分が味わえるフォトスポット</u></p> <p><u>(5)豪華賞品が当たるクイズコーナー</u></p> <p><u>(6)オリジナルピンバッジがもらえるガチャガチャコーナー</u></p> <p>※(1)は 12 月 8 日(土)のみ開催</p>
入場料	無料
WEB サイト	https://c.myjcom.jp/wonderstudio/201812_02.html
主催	株式会社AXNジャパン、株式会社ジュピターテレコム

※イベント内容は予告なく変更となる可能性があります



概要:DC コミックスがベースとなった海外ドラマ 3 作品の新シーズン日本初放送

放送チャンネル:「AXN HD 海外ドラマ」(J:COM TV 559ch)

 <p>GOTHAM and all related pre-existing characters and elements TM and © DC Comics. Gotham series and all related new characters and elements TM and © Warner Bros. Entertainment Inc. All Rights Reserved.</p>	 <p>SUPERGIRL and all related pre-existing characters and elements TM and © DC Comics. Supergirl series and all related new characters and elements TM and © Warner Bros. Entertainment Inc. All Rights Reserved.</p>	 <p>ARROW and all related pre-existing characters and elements TM and © DC Comics. Arrow series and all related new characters and elements TM and © Warner Bros. Entertainment Inc. All Rights Reserved.</p>
<p>■「GOTHAM / ゴッサム」シーズン 4 【字幕版】 12 月 20 日(木)10:00~ 【二カ国語版】12 月 21 日(金)11:00~</p>	<p>■「SUPERGIRL / スーパーガール」シーズン 3 【二カ国語版】2019 年 1 月 4 日(金)24:00~</p>	<p>■「ARROW / アロー」シーズン 6 【二カ国語版】2019 年 1 月 4 日(金)25 時~</p>

※放送内容は予告なく変更となる可能性があります

AXNについて <http://axn.co.jp/>

ソニー・ピクチャーズ エンタテインメントがお届けする海外ドラマ専門チャンネル。2018 年 6 月に開局 20 周年を迎えた。ハリウッドの超大作を中心に、最新の海外ドラマを 24 時間オンエア！全米視聴率 No.1 のヒューマンドラマ「THIS IS US 36 歳、これから」、アメリカのテレビドラマ界を代表するメガヒットシリーズ「シカゴ・ファイア」「シカゴ P.D.」「シカゴ・メッド」の他、「HAWAII FIVE-0」、「リーサル・ウェポン」、「GOTHAM / ゴッサム」、「ARROW / アロー」、「SUITS / スーツ」など人気作を放送。

ジュピターテレコムについて www.jcom.co.jp/

株式会社ジュピターテレコム(本社:東京都千代田区)は、1995 年に設立された国内最大手のケーブルテレビ事業・番組供給事業統括運営会社です。ケーブルテレビ事業は、札幌、仙台、関東、関西、九州・山口エリアの 26 社 73 局を通じて約 545 万世帯のお客さまにケーブルテレビ、高速インターネット接続、電話、モバイル、電力等のサービスを提供しています。ホームパス世帯(敷設工事が済み、いつでも加入いただける世帯)は約 2,153 万世帯です。番組供給事業においては、17 の専門チャンネルに出資及び運営を行い、ケーブルテレビ、衛星放送、IP マルチキャスト放送等への番組供給を中心としたコンテンツ事業を統括しています。

※上記世帯数は 2018 年 9 月末現在の数字です。

「J:COM Wonder Studio」について www2.myicom.jp/wonderstudio/

J:COM で視聴できる多彩な専門チャンネルや J:COM の最新サービスを、イベントやアトラクションを通して楽しくご紹介しています。また、店舗内に併設しているざっくろぐッズ専門店「ZAQ STORE mini」ではここでしか手に入らない限定商品も販売しています。