

NHK  
G

本当に役立つ“お得ワザ”をお届け

## あしたが変わるトリセツショー

4月7日(木) 総合 午後7時57分スタート!

『あしたが変わるトリセツショー』は、石原さとみさんをエンターテイナー(MC)に迎え、お届けする新・生活科学情報エンタメ番組。健康・食・生活などから選んだテーマを、科学の力で深掘り、目からうろこの“知られざる真実”や本当に役立つ“お得ワザ”に満ちた「〇〇のトリセツ(取扱説明書)」を作り上げ、華やかなショーとして披露します。見た人が思わず試したくなり、その人のあしたが少しでも良い方向に変わる、そんな情報をお届けします。

エンターテイナー役(MC)には、初のMCとなる石原さとみさん、その相棒となるトリッキーの声として、濱田マリさんが出演します。石原さんの華やかなプレゼンテーションに加え、二人の即興の掛け合いも魅力の一つ。これまでにない『生活科学情報エンタメ番組』をお届けいたします。



## &lt;初回放送&gt;4月7日(木)『トマトのトリセツ』

日本で独自進化を遂げたトマトの“真の魅力”を最大限に味わうイタリアンの巨匠直伝ワザや、“トマト大国”トルコに学ぶ、あらゆる料理をあっという間においしくする超時短ワザまで大公開! 甘いトマトの選び方から、まな板が汚れない切り方、トマトの知られざる生存戦略など“袋とじ”情報も満載、トマトの全てがわかる保存版のトリセツをお届けします。



## &lt;第2回&gt;4月14日(木)『血管のトリセツ』

心臓病や脳卒中などさまざまな病気のリスクがなぜか低い、南米ボリビアのある場所に暮らす人々。調べてみると秘密はその血管に。彼らが持つ血管の「ある特徴」は、心臓病や脳卒中を防ぐだけでなく、美肌になる可能性も秘めていた。今回お届けするトリセツでは、家にいながらそんな“最強の血管”を手に入れられる、「血管ケア」のワザを大公開!

## &lt;第3回&gt;4月21日(木)『アブラのトリセツ』

我々の体において、一見、悪者と捉えられがちなアブラだが、近年、科学の世界では「アブラ」の見直しが進んでいる。味覚においてはちょっと足すだけで味を整え、健康においては、ある種の油が、幅広い健康効果をもたらすことがわかってきている。アブラをもっと楽しみながら、健康になれる、そんなトリセツをお届けする。