

# これを聴けばよく眠れるかも…！？ “神スイング”でお馴染み、稲村亜美が

## TOKYO FM のワイドで睡眠にまつわるトークを展開！

# 「TOKYO FM 秋の睡眠の日 1DAY supported by Yakult1000」 2024年9月3日(火)放送

TOKYO FM では、2024年9月3日(火)、タレントの稲村亜美がアンバサダーとなり、「TOKYO FM 秋の睡眠の日 1DAY supported by Yakult1000」をお届けします。稲村亜美が『ONE MORNING』～『Roomie Roomie!』までの6つのワイド番組に出演し、各パーソナリティとリスナーから寄せられた「睡眠の質を高めるためにやっていることやオススメなこと」と「Yakult1000/Y1000」をご紹介します！番組終了後には、稲村亜美によるショート動画を各ワイド番組の公式 X で配信いたします。どうぞお楽しみに。

Tokyofm  
Life time audio 80.0

9/3  
TUE

秋の睡眠の日  
1DAY supported by Yakult1000

アンバサダー  
稲村亜美

稲村亜美がリスナーから寄せられた睡眠の質を高めるためにやっていることやオススメなことをお届けします！稲村亜美が「Yakult1000」「Y1000」と共にTOKYO FMの6つのワイド番組に登場します。どうぞお楽しみに！

機能性表示食品  
ヤクルト史上最高密度の  
乳酸菌 シロタ株  
ストレス緩和  
睡眠の質向上  
腸内環境改善

機能性表示食品  
Y1000  
ストレス緩和  
睡眠の質向上  
腸内環境改善  
ヤクルト史上最高密度の  
乳酸菌 シロタ株

Yakult 1000 Y1000

9月3日は、“ぐっすり”という語呂合わせから「秋の睡眠の日」とされています。放送当日に向け、リスナーの「睡眠の質を高めるためにやっていることやオススメなこと」をメッセージで募集します。放送で採用された方、特設サイトにメッセージを送っていただいた方、合計30名様に「Yakult1000 7本パック」をプレゼント。メッセージはこちらからお送りください。 <https://www.tfm.co.jp/blog/info/news/85677>

### 【放送概要】

タイトル:「TOKYO FM 秋の睡眠の日 1DAY supported by Yakult1000」

放送日時:2024年9月3日(火)6:00~21:00

『ONE MORNING』(6:00~9:00/ユージ、吉田明世) 8:25~8:30頃

『住吉美紀のBlue Ocean』(9:00~11:00/住吉美紀) 9:30~9:35頃

『ALL-TIME BEST ~LUNCH TIME POWER MUSIC~』(11:30~14:00/LOVE) 12:48~12:53頃

『山崎怜奈の誰かに話しかったこと。』(13:00~14:55/山崎怜奈) 14:20~14:25頃

『Skyrocket Company』(17:00~20:00/マンボウやしろ、浜崎美保) 17:45~17:50頃

『Roomie Roomie!』(20:40~20:45頃/野呂佳代)

特設サイト:<https://www.tfm.co.jp/blog/info/news/85677>