

2024年5月27日

この時期に気になる“夏の暑さ”も“脂肪の悩み”も笑って吹き飛ばそう！！
第16回『カーブス サヨナラ脂肪川柳』6月1日(土)より募集開始
「五・七・五」に思いを込めて、みんなで楽しく運動を続けて健康になろう！

「女性だけの30分フィットネス カーブス」など運動施設を運営する株式会社カーブスジャパン（本社所在地：東京都港区／代表：増本 岳）は、第16回『カーブス サヨナラ脂肪川柳』の開催にあたり、2024年6月1日（土）から7月15日（月）までの期間、“脂肪”をテーマにした川柳を募集します。

カーブスでは、「楽しんで」運動することが継続につながり、成果を出す一番の秘訣であると考えています。多くの方に「楽しんで運動」することの大切さを知っていただくため、2009年より『サヨナラ脂肪川柳』を実施しています。毎年、脂肪の悩みに世相なども織り交ぜたユニークな川柳が集まり、おかげさまで16回目の実施となり、昨年までの応募総数の累計は257,604点となっています。

今年も猛暑が予想され、気温が上昇し始めるこの時期は、暑さという悩みが増えるとともに、薄着のシーズンにもなることから脂肪に対する意識も高まり、蓄積された脂肪の悩みに関心が集まります。『サヨナラ脂肪川柳』へのご参加をきっかけに、“余分な脂肪”への悩みや思いを、五・七・五の十七文字に込め、夏の暑さも脂肪の悩みも笑い飛ばしつつ楽しみながら、運動に取り組む方が増えることを願っています。

【「第16回 カーブス サヨナラ脂肪川柳」 企画概要】

- 応募内容： “脂肪”に関する喜怒哀楽を詠んだ『サヨナラ脂肪川柳』（五・七・五の十七文字）
 ※「脂肪」という言葉を使わなくても、脂肪に関連していれば構いません
- 応募資格： どなたでも
- 応募期間： 2024年6月1日（土）～7月15日（月）
- 応募方法： ①カーブス公式ホームページ内 脂肪川柳募集ページ <https://www.curves.co.jp/>
 ※はがき、FAX、Eメールでの応募の場合は、応募要項「作品・ペンネーム・郵便番号・住所・氏名・年齢・性別・電話番号」を添えて下さい。
 ②はがきの場合：〒108-0023東京都港区芝浦3-9-1 芝浦M社11F「カーブスジャパン川柳」係まで
 ③FAXの場合：050-3153-7633 「カーブス川柳」係まで
 ④Eメールの場合：メールの件名を「カーブス川柳」とし、senryu@curves.co.jpまで
- 賞品： 【大賞（1作品）】siroca おうちいろり ※土鍋あり（シロカ株式会社）
 【都道府県賞（47作品）】 【特別賞（17作品）】 ※両賞ともに下の2賞品 ※エリア賞（8作品）の賞品はなし
 ミノン全身シャンプー泡タイプ&薬用保湿入浴剤（第一三共ヘルスケア株式会社）
 アタック抗菌EX ラク干しプラス（花王株式会社）
- 審査方法： 【都道府県賞、特別賞、エリア賞】(株)カーブスジャパン川柳大賞実行委員会が審査、選考
 応募作品の中から都道府県賞47作品、特別賞17作品の合計64作品を選出
 ・都道府県賞：都道府県ごとに1作品、合計47作品を選出
 ・エリア賞：都道府県賞から優秀作品8作品をエリア賞として選出
 ・特別賞：「家族編」「ご当地編」「流行編」の3部門から17作品を選出
 「家族編」・・・家族にまつわる作品
 「ご当地編」・・・ご当地ならではのネタをもちこんだ作品
 「流行編」・・・トレンドを取り入れた作品
- 【大賞】 エリア賞、特別賞の中から、全国のカーブス会員による投票により決定
- 結果発表： 都道府県賞・エリア賞・特別賞は8月予定、大賞は10月予定
 いずれもカーブス ホームページ (<https://www.curves.co.jp/>) にて発表
- 一般問合せ先： 株式会社カーブスジャパン フリーダイヤル TEL. 0120-441-029
- 協賛： 第一三共ヘルスケア株式会社、花王株式会社

■これまでの応募総数・大賞受賞作品

実施年	回数	応募総数	大賞作品	ペンネーム	年齢
2023年	第15回	7,923	減らしたい 電気代より 脂肪量	えどもん	57歳
2022年	第14回	9,605	マスクさえ 取って乗りたい 体重計	かがみ餅	60歳
2021年	第13回	11,587	試着室 腕が抜けずに 全集中	秋田おばこ	59歳
2020年	第12回	11,264	わかってる コロナの前から 太ってた	おんじ	64歳
2019年	第11回	18,566	「太ったね」 言えない代わりに 「変わったね」	島根のぼん太	51歳
2018年	第10回	18,477	痩せたでしょ？ 誰か「そだね」と 言ってくれ	ローラー	61歳
2017年	第9回	17,122	あればいい 脂肪削除と いうボタン	ミセスひと押	53歳
2016年	第8回	17,629	アモーレも 今では肉に ウズモーレ	慶子	62歳
2015年	第7回	19,549	憧れの 壁ドンの前に 腹がドン	うっちー	54歳
2014年	第6回	22,510	乗り物で 唯一苦手な 体重計	文屋モモ	36歳
2013年	第5回	22,745	犬に「マテ」 お前も「マテ」だろ そのおやつ	ママゴジラ	45歳
2012年	第4回	27,254	痩せるツボ 脂肪厚くて 効き目なし	喜楽亭 五十路	57歳
2011年	第3回	24,128	同窓会 脂肪とシワの 隠しあい	赤いトマト	63歳
2010年	第2回	18,947	「いかがです？」 聞かれて出られぬ 試着室	キリム	52歳
2009年	第1回	10,298	歳をとり 増える脂肪に へる年金	しょうこちゃん	41歳

※川柳・ペンネームの表記はすべて、応募者の表記どおりです。

※作品の著作権は、すべて(株)カーブスジャパンに帰属しています。無断での転載使用はご遠慮ください。

ご紹介いただける場合は広報担当者までご連絡いただけますようお願いいたします。

■カーブスが『サヨナラ脂肪川柳』に取り組む理由

どんなに優れた運動プログラムでも、継続しなければ成果は出ません。特に女性はストイックに数字ばかり追い続けても継続できずに成果に結びつきづらくなってしまいます。カーブスでは、正しい運動習慣を身につけてもらうために、運動を継続するには、まず楽しむことが重要であると考えています。毎年『サヨナラ脂肪川柳』を実施することで、「楽しく運動すること」の大切さを提唱しています。

実際に会員様からは、「カーブスに通うにつれ顔なじみができ話を聞いてくれる人もできて、楽しみながら運動が出来ている。」「コーチが笑顔で優しく親身になって寄り添ってくれるので、自然と頑張る気力がわいてくる。」「週に3日、ストレス発散のためにカーブスに通うことが日課になっている。」などといった、楽しいからこそ運動を継続できているというお声を多数いただいています。

カーブスはこれからも、楽しく運動することをモットーに、運動を継続してもらうための工夫を重ね、会員様一人おひとりの健康で豊かな生活をお送りいただくために取り組んでまいります。

ご参考

■「女性だけの 30 分フィットネス カーブス」とは

「女性だけの 30 分フィットネス カーブス」では、「病気と介護の不安と孤独のない生きるエネルギーがあふれる社会」の実現を目標に、全国に 1,971 店舗を展開し、40 歳代～70 歳代を中心に約 80.9 万人（2023 年 11 月末日現在）の会員をサポートしています。

カーブスの運動は、女性の健康に必要な 3 つの運動「筋力トレーニング」「有酸素運動」「ストレッチ」を組み合わせ、1 回 30 分間で全身を鍛えられるサーキットトレーニングです。独自に開発した油圧式マシンで、ひとりひとりの体力や筋力に合わせて簡単に強度を調節でき、安全に運動できます。「運動が苦手」「体力が心配」など、さまざまな悩みを抱えた女性が、手軽に運動を続け、無理なく成果を出せるよう、インストラクターが、ひとりひとりに合わせた運動指導とサポートを行っています。

カーブスは、大学・専門研究機関との共同研究により様々なエビデンスを保有し、下記のような運動効果が実証されています。

- ・筋肉量を維持しながらの健康的なダイエット、メタボリックシンドローム対策に有効 ※1
- ・転倒リスクが減り、介護予防に効果的 ※2※3
- ・高齢者の広範な認知機能を改善（認知症予防や認知機能リハビリへの応用が期待）※4

*1 国立健康・栄養研究所 *2 筑波大学大学院人間科学総合科 久野研究室 *3 東京都健康長寿医療センター研究所

*4 東北大学加齢医学研究所 川島隆太研究室



【株式会社カーブスジャパン 会社概要】

設立：2005年2月28日

代表者：増本 岳

資本金：1億円

事業概要：「女性だけの 30 分フィットネス カーブス」など運動施設の運営

所在地：東京都港区芝浦 3-9-1 芝浦ルネサイトタワー 11 階