

&lt;報道関係者各位&gt;

**続く巣ごもり生活…気になる“脂肪”の悩みは川柳で笑い飛ばそう！**  
**第13回『サヨナラ脂肪川柳』入賞作品発表**  
**北海道から沖縄まで、11,587作品から選ばれた傑作 全64作品**

女性だけの30分健康体操教室「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、脂肪にまつわる喜怒哀楽を五・七・五の十七文字に込めた『サヨナラ脂肪川柳』の都道府県賞47作品と特別賞(流行編、ご当地編、家族編)17作品を、応募総数11,587作品の中から社内選考委員による厳正なる審査の上決定いたしました。

今年で13回目となる『サヨナラ脂肪川柳』は“脂肪”をテーマに2021年6月1日から8月15日の2カ月半の間、全国から公募したものです。2021年は昨年から続く在宅勤務や外出を自粛する日々の中で、運動不足や体重の増減に悩まされている様子が伺えるような作品や、巣ごもり生活と“脂肪”を絡めた作品など、**11,587件**もの応募をいただきました。今回、各都道府県から1名ずつ選ばれた都道府県賞(計47名)と特別賞17名には、健康や美容に関連する賞品を贈ります。

なお、都道府県賞よりさらに選出されたエリア賞(計8作品)と特別賞(17作品)の合計25作品の中から、全国のカーブス会員の投票により、**大賞として1作品を10月中に決定**します。大賞については改めてご案内いたします。

「サヨナラ脂肪川柳」とは？-----

例年薄着になり露出が増える季節に実施。誰もが気になる身体の“脂肪”をテーマに、日常の出来事や喜怒哀楽を込めた川柳を全国の皆様から募集するもので、過去12回の開催では累計22万8千件のご応募をいただきました。これまでの入賞者の年齢は7歳~94歳と幅広い世代から支持されており、流行や時代背景を絡めた句も数多く寄せられています。「サヨナラ脂肪川柳」をきっかけに、明るく積極的に脂肪減に取り組む方々が増えることを願っています。

2021年 受賞作一覧

■都道府県賞47作品(※ ★…エリア賞)

都道府県	応募数	作品	ペンネーム	年齢
北海道	308	お腹のね 段が三密 これ秘密	みきちゆ	31歳
青森県	146	リンゴ買い こうはならぬと ガブジャクリ	みっちー	42歳
秋田県	57	★ 試着室 腕が抜けずに 全集中	秋田おぼこ	59歳
山形県	65	ジムに行く 夫見送り 菓子を出す	菅原宏一	65歳
岩手県	70	食べ放題 元とり体型 元もなく	小太りジイサン	74歳
宮城県	110	ありがとう 別れたハズが すぐ腹縁	H.K	38歳
福島県	256	地震かな? いやいや違う 宅トレだ	豆乳プリン	30歳
埼玉県	534	歳ですね 脂肪を美貌と 聞き違え	椿さん	79歳
千葉県	391	★ 自粛の夏 着れぬ水着に 安堵する	一昌	34歳
東京都	1212	抜けなくて そのまま買った この指輪	ハルル	66歳
神奈川県	868	やせたねと 言えば夕はん 豪華なり	電動一輪車	16歳
群馬県	152	仇になる 残さず食べる 行儀良さ	小太り婆さん	63歳
栃木県	177	顔よりも まず体形で 覚えられ	山宗雲水	42歳
茨城県	292	下腹と 昭和の歌は すぐに出る	かた こりこ	67歳
新潟県	86	家の中 やたらぶつかる 腹回り	のんちゃん	63歳

都道府県	応募数	作品	ペンネーム	年齢
山梨県	42	笑ってた 母の体重 もう超えた	小雨小寿々	53 歳
長野県	96	盆正月 帰省規制で スリム維持	こすみさ	33 歳
静岡県	220	「フリー」サイズ なんて嘘だと 知った夏	万年ダイエット	46 歳
富山県	42	★ 健診で 2 度計られた 腹回り	なつゆうママ	38 歳
石川県	119	無くなればと つまんだ腹肉 辞典級	むーみん	58 歳
福井県	1284	なりたいな 夕方の影 シルエット	麦畑にて	69 歳
岐阜県	225	★ 『何カロリー？』 聞だけきいて いただきます。	まり	41 歳
愛知県	570	ちょっと待て その一口が 不要不急	モト	48 歳
三重県	299	伸びる生地 伸びるお腹に 追いつかず	だんべいぱぱ	68 歳
滋賀県	116	二の腕の 揺れを見つめる うちのネコ	クマ太郎	55 歳
京都府	293	いつからか 目標変更 現状維持	高田はつえ	63 歳
大阪府	745	★ 母が言う「太るは恥だが キャラが立つ」	荒流戯亭卵白	31 歳
奈良県	137	譲られた 席の幅見て ちゅうちよする	のこちゃん	85 歳
和歌山県	83	きっかけは 同窓会で 君の名は？	おんじ	65 歳
兵庫県	418	食べ放題 はちきれ的笑顔 シャツのボタン	やすよ	38 歳
鳥取県	199	猛ダッシュ 脂肪が揺れて リズム出る	こあらっこ	36 歳
島根県	128	食べる前 ホックを外す 癖がつき	島根のぼん太	53 歳
岡山県	87	歩かずに 暑さ言い訳で バスに乗る	潤々	16 歳
広島県	297	ダイエット 持続可能は 無理と知る	竹内照美	65 歳
山口県	79	★ 育休で 育つ息子と パパの腹	家族で食べると美味しいね	34 歳
徳島県	60	お母さん 私も立派に なりました。	ふうた	38 歳
香川県	107	その昔 私の辞書にも "夏痩せ"が	木守り	67 歳
愛媛県	188	★ クラクション 押した犯人 腹の肉	ちびこ	38 歳
高知県	60	痩せたねと いわれてみたい もう一度	まちなこ	55 歳
福岡県	267	疾走感 夢見るカラダ 失速感	ひとしずく	46 歳
佐賀県	198	★ ラーメンに 浮かぶ脂肪に 我が身見る	月見風	59 歳
長崎県	87	萌ゆる恋 燃えぬ脂に 消えた夢	そめい	72 歳
熊本県	92	風呂上り 痩せると誓う ひとりごと	RIMI	58 歳
大分県	124	着る服も ピザ頼むのも L サイズ	コースケ	33 歳
宮崎県	94	妻だけが うぐいす張りとなる廊下	田原公彦	63 歳
鹿児島県	49	見回せば 三段腹の 仲間達	大久保初美	64 歳
沖縄県	50	明日こそは 腹筋百回 誓い寝る	かえる	36 歳

■特別賞 17 作品(流行編 5 作品、ご当地編 6 作品、家族編 6 作品)

編	都道府県	作品	ペンネーム	年齢
流行編	宮城県	メダリスト 観ながらせんべい かじってた	のぶ	52 歳
	千葉県	大谷似 菓子と酒好き 二糖流	湯快爺上田	79 歳
	滋賀県	ワクチンの 針は届くか？ 脂肪厚	きょん	64 歳

編	都道府県	作品	ペンネーム	年齢
流行編	岡山県	別腹よ 似たよなお腹で マリトツツオ	スヌピ	61 歳
	宮崎県	ゴン攻めで S に挑むも 破れ去る	にじのいろ	44 歳
ご当地編	青森県	ハネてみた ねぶたがにらむ ゆれる脂肪	ミスハネト	54 歳
	岩手県	わんこそば 百杯目には そつと出し	りいくん	66 歳
	神奈川県	中華街 帰路は三キロ 増えていた	みちこ	70 歳
	富山県	富山でも 痩せる薬は 置いてない	セリ太郎	31 歳
	岡山県	桃太郎 お腰につけた 肉だんご	まありもん	29 歳
	香川県	引田ブリ 脂ののりは 俺の勝ち	まるいひと	34 歳
家族編	北海道	まん防を 肥満防止と 言う亭主	かばくのかば	69 歳
	埼玉県	家族写真 年功序列の 腹回り	かつこちゃん	65 歳
	大阪府	「ママ痩せた！」 子が折り紙の 金メダル	ちゅんすけ	48 歳
	奈良県	たるんでる 子は私生活 母お腹	たおやめ	57 歳
	徳島県	夫より 小さな皿に てんご盛り	ベーちゃん	50 歳
	大分県	口だけは いつも運動 してる母	ねこママ	60 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)カープ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。

### 審査員総括

脂肪川柳は今年で 13 回目となり、今回も全国各地から多くのご応募をいただきました。入賞された方のご年齢は 16 歳から 85 歳まで幅広く、脂肪にまつわる喜怒哀楽を詠み込んでくださっています。

2021 年はコロナ禍により思うように外出ができない日々が続く、運動不足や体重の増減に悩まされている様子が伺える中でも、家族や友人たちとの微笑ましい会話や、笑えるシーンが垣間見える、ユーモアたっぷりの作品が集まりました。

### ■「カープス サヨナラ脂肪川柳」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
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

## ■ 「カーブス」とは

女性だけの 30 分健康体操教室「カーブス」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をつくることを目的に、全国に約 2,000 店舗を展開し、40 歳代～70 歳代を中心に約 69 万人<sup>※1</sup>(2020 年 11 月末日現在)の会員をサポートしています。カーブス独自のトレーニングは、**30 秒の「筋力トレーニング」と 30 秒の「有酸素運動」を交互に実施し、1 回 30 分で女性にとって必要なすべてのトレーニングが終了**します。また、カーブスのマシンは、女性や高齢者が無理なく使用できるよう開発され、体力や筋力に合わせて動かす速さで負荷が変わる油圧式のため、病院のリハビリテーション等にも使用されており、体力に自信がない方、高齢の方でも安心して筋力トレーニングいただけます。

※1 約 83 万人(2020 年 2 月末日時点)の会員が、新型コロナウイルス感染症の影響により約 69 万人(2020 年 11 月末日現在)となっております

### 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-----

独立行政法人国立健康・栄養研究所との共同研究により、「30 分間サーキットトレーニング」を週 3 回行うことが、ダイエットや健康改善などメタボ解消と転倒防止に必要な脚力のパワーアップによる介護予防対策に効果的なことなど様々なエビデンスが実証されています。また、4 週間のサーキットトレーニングで高齢者の記憶などの広範囲な認知機能を改善できることが実証され(東北大学加齢医学研究所との共同研究において)、認知症予防や認知機能リハビリへの応用も期待されています。



#### 【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

従業員数 : 248 名(2020 年 8 月末日現在)

事業概要 : 「女性だけの 30 分健康体操教室 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