

# 「健康づくりのために 運動しよう！」 ザ・川柳かるた

全国生活習慣病予防月間スローガン2014  
応募作品より厳選!

あ  
と10分

歩いて延ばす  
健康寿命

(兵庫県・女性・みんとん)



運  
動で

減らす体重  
増す寿命

(兵庫県・男性・はちまんあおぐ)



よ  
く歩き

脳トレ筋トレ  
脂肪取れ

(神奈川県・女性・山野みどり)



早  
足で

歩いて老いを  
遠ざける

(静岡県・女性・海苔ちゃん)



家  
事だって

立派な運動  
母元気

(茨城県・女性・おおききこ)



運  
動で

体のリズム  
良い調べ

(群馬県・女性・なつママ)



運  
動

「が」が  
健康づくりの  
キーワード

(大阪府・女性・澄華)



よ  
く歩き

ほどよく食べて  
よく笑う

(千葉県・男性・富士笑)



運  
動量

増やして減らす  
体脂肪

(京都府・女性・健康ママ)



コ  
ツコツと

歩いてかせごう  
健康貯金

(鹿児島県・女性・ロク)



生  
き生きと

体動かし  
健康長寿

(長野県・男性・くぼしん)



脱  
メタボ

歩け歩けが  
処方箋

(千葉県・男性・やじろペー)



散  
歩して

腹の輪が減り  
人の輪増える

(愛知県・女性・ダンゴムシ)



健  
康と

長寿の秘訣  
多動から

(北海道・男性・柳月)



運

動で  
寝たきりなくして  
ボケ防止

(島根県・女性・角森玲子)

ス

トレッチ  
生命線も  
腰も伸び

(広島県・女性・てるてるB)

支

え合い  
体動かす  
夫婦仲

(新潟県・男性・夢追い人)

毎

日の  
適度な運動  
長寿の秘訣

(福岡県・女性・おみつ)

健

康は  
歩いてこない  
歩こうよ

(東京都・女性・きゃさりん)

パ

パとポチ  
運動不足で  
医者通い

(千葉県・女性・スマイル)

運

動で  
変える習慣  
変わる未来

(静岡県・女性・とも)

い

つもより  
ひと駅歩き  
カロリーオフ

(福岡県・男性・アルク)

靴

買って  
ウエアもそろえた  
明日こそ

(福岡県・女性・桜色のカリフラワー)

汗

をかき  
めざすは長寿の  
金メダル

(東京都・男性・はるお)

長

生きの  
コツは運動  
骨(コツ)きたえ

(新潟県・女性・こすもす)

や

せたよね  
その一言が  
嬉しくて

(徳島県・女性・いちご)

ア

レ取って  
アゴよりアシの  
健康法

(長崎県・女性・みなはは)

飼

い犬が  
体調管理の  
トレーナー

(神奈川県・女性・べんぞう)

無

理をせず  
自分のペースで  
日々運動

(神奈川県・女性・サツキ)

車

やめ  
徒歩通勤で  
エコヘルス

(神奈川県・男性・八十日目(ヤットカメ))

歩

いたら  
ニコニコピカピカ  
サーラサラ

(鹿児島県・男性・ミントパパ)

落

ちました  
犬と散歩で  
ワンサイズ

(愛知県・男性・ささじょう)

100歳に

「歩け」「動け」と  
教えられ

(北海道・女性・松子)

ウオーキング

五感うるおす  
四季の風

(大阪府・女性・ささゆり)

よ

つこらしよ  
気になりだしたら  
はじめよう

(大阪府・男性・さとし)

徘徊と

言われない程度に  
散歩する

(神奈川県・男性・かめきち)

いつやるの？

動き出すなら  
今でしょう

(東京都・男性・BANちゃん)

ひまだなあ

昼寝もいいけど  
歩こうか

(兵庫県・男性・シロクマモン)

お

前デブ  
その一言で  
俺走る

(東京都・男性・リサガウスキ)

減

らそうか  
プニプニお腹  
もういやだ

(東京都・女性・かものはしペリー)