



▲約8か月にわたるダイエットで健康的にスリム化に成功した各部門入賞者。

健康的にスリム化成功 129人で143キロ減量

ダイエットコンテスト

くダイエットコンテスト最終審査会

各部門の優勝者・優勝チーム



おひとり様・体重部門
立石 光さん

まずコンテストに向けて目標を立てて、食べたい時は我慢せず食べたり、とにかくストレスを溜めずにダイエット出来るように意識しました。



おひとり様・体脂肪部門
久保 由美子さん

健康センターで開催される体操教室やヘルシーランチ試食会などに加して、それを家でも実践するようにしたのが今回の結果につながったと思います。



三人衆・体重部門
「いつやせるの?今でしょ!」チーム

お医者さんに痩せるよう注意された事をきっかけに、同じ職場のメンバーで参加しました。日々、進ちょく状況を確認し合うなど、お互いに意識しながら頑張ってきました。



三人衆・体脂肪部門
「教委ガールズ」チーム

私たちは食生活の改善を中心にダイエットに励んできました。夜7時以降に食べない、和食中心の食生活にするといった、無理をしないダイエットを心掛けてみんなで頑張りました。

昨年6月に開幕した「ダイエットコンテスト」の最終審査会が2月16日、健康センターで行われました。
生活習慣病の増加が深刻な本市の現状を打開しようと、昨年引き続き開催した同コンテスト。3人1組の「三人衆部門」には42組126人が、今年度新設された「おひとり様部門」には54人がエントリーし、体重と体脂肪率の2部門でスリム化を競いました。

最終測定の後、エクササイズで参加者は汗を流し、表彰式では各部門上位3組(人)に賞状と豪華賞品が贈られました。
参加者の声
参加者からは「野菜中心の生活に変えたらウエストが10センチ減った」、「ダイエットなのに美肌教室やプチ農業体験まであるのが魅力的だった」、「他の参加者との交流が楽しかった」といった声が聞かれました。

「来年度も実施」
「ダイエットコンテスト」は来年度も引き続き開催される予定です。
健康的にスリム化したいというあなた、ぜひ参加しませんか。5月頃に募集を開始する予定です。
■問合せ 健康センター TEL 727176

「いぶたま」が枕崎にやってきた



①「玉手箱」を受け取る神園征市長 ②「いぶたま」をバックに記念撮影する人たち ③まくらざき満喫ピュッフェ ④沿線から豆のぼりを振る園児たち ⑤車内から沿線の人たちに手を振る関係者 ⑥「いぶたま」の到着をたくさんの市民が迎える ⑦敬礼で出迎える鹿児島水産高校の生徒

2月4日、JR九州の観光特急「指宿のたまご」が枕崎に到着。ホームと駅舎は、いぶたまを歓迎しようと集まった大勢の人たちで賑わいの渦に包まれていました。
そして、豊留悦男・指宿市長から託された「玉手箱」が神園征市長に手渡されました。
沿線では地域住民が手や旗を振ったりしながら「いぶたま」を歓迎し、今回の初運行を祝い、喜びました。
今回の運行は、指宿市観光協会を中心に、指宿市、南九州市、枕崎市の沿線地域住民らが官民一体となって組織した協議会「夢のたまごプロジェクト」が中心となって実現したもので、昨年11月12日の発足からこの日までに4回の会合を重ね、準備を進めてきました。同プロジェクトは、いぶたまを起爆剤として南薩地域全体の活性化につなげたいとしており、将来的には同区間の定期運行を目指して活動しています。
列車は指宿駅を午前9時44分に出発。乗り込んだ関係者約40名は、列車内で次々と振る舞われる各市の特産品を味わい、車窓から広がる開聞岳や茶畑など豊かなロケーションの中で観光ガイドの声に耳を傾けながら列車の旅を楽しみました。

車は南の始発終着駅・枕崎駅に到着。ホームと駅舎は、いぶたまを歓迎しようと集まった大勢の人たちで賑わいの渦に包まれていました。
そして、豊留悦男・指宿市長から託された「玉手箱」が神園征市長に手渡されました。
沿線では地域住民が手や旗を振ったりしながら「いぶたま」を歓迎し、今回の初運行を祝い、喜びました。
今回の運行は、指宿市観光協会を中心に、指宿市、南九州市、枕崎市の沿線地域住民らが官民一体となって組織した協議会「夢のたまごプロジェクト」が中心となって実現したもので、昨年11月12日の発足からこの日までに4回の会合を重ね、準備を進めてきました。同プロジェクトは、いぶたまを起爆剤として南薩地域全体の活性化につなげたいとしており、将来的には同区間の定期運行を目指して活動しています。
列車は指宿駅を午前9時44分に出発。乗り込んだ関係者約40名は、列車内で次々と振る舞われる各市の特産品を味わい、車窓から広がる開聞岳や茶畑など豊かなロケーションの中で観光ガイドの声に耳を傾けながら列車の旅を楽しみました。

「夢のたまごプロジェクト」と名付けられた今回の臨時列車は、市民のたくさん夢を運び、車内と沿線から心のふれあいをもたらしました。
定期運行の実現を目指して
今回観光ガイドを務めた、観光ボランティアの田中勝代さんは「多くの人たちが沿線から手を振ってくれて本当にうれしかったです。こんなに多くの人たちが関心を持ってきているので、枕崎市、指宿市、南九州市が協力して定期運行が実現するようにこれからも頑張ります」と話していました。
今後は、いぶたまの滞在時間の問題、バス等を活用した観光の在り方など定期運行へ向けた検討が進められていきます。
問合せ 水産商工課観光交流係 TEL 721111(内線462)