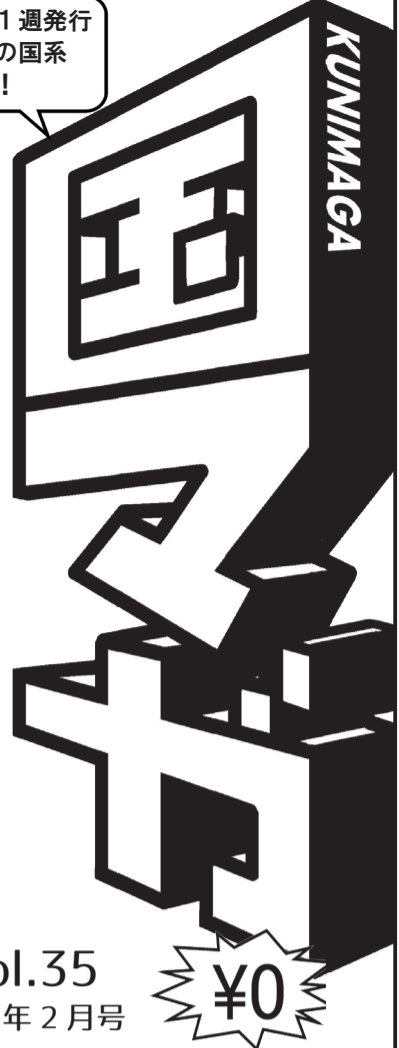


特集「この町のダイエットプランを探る！」

毎月第1週発行
こどもの国系
情報誌!



君もこどもの国でクニザップを始めよう

●今年も目標は...



二〇一六年もはやひと月が過ぎました。みなさん、年始に立てた目標のクリアに向かって、順調に進んでいますか？挫折する目標としてまず思いつくのは、ダイエット。「今年こそやせるぞー!」の、達成できない感じは様式美と言ってよいかもしれません。

とはいえ、ダイエットに向けて奮闘すること国民たちの手助けになればと、本誌もこどもの国でダイエットをするプランを考えてみました。名づけて「クニザップ」です。何を隠そう、国マガ編集部のアラサー男たちも、そろそろお腹が気になるお年頃。この機会に、自分達もこどもの国でダイエットするための準備も兼ねながら、

●ジムに通ってみよう
散々煽ったあげく、まず提案したいのは凄く普通の話。ダイエットしたいやつはジムに行け! というわけです。本誌裏面ではこどもの国にある女性専用のフィットネスクラブ「ビーライン」を紹介しているので、まずはそちらをチェック。青葉台には「あすウェル」「コナミスポーツクラブ」「アトリオドウェー」などの大きなところが目白押しですね。また、最近流行りのボクシングジムという手もあり。青葉台駅から国道246号との交差点点に向かって環状4号線を歩くと、左手に見えてくるのが「T'S KICKBOXING GYM」。本格的に体を絞り込みながら鍛えたい男性はもちろん、女性専門のクラスもあるので、老若男女誰でも気軽に参加できそうなお店です。



●「クニザップ」...
なんだか青葉台情報ばかりになってしまいました。忘れちゃいけないのが「この町の国」。実はマラソンの聖地らしいですね。周辺の中学校や高校に通っていたならば、こどもの国のアップダウンが激しい外周4.1キロのコースの厳しさはご存知の通り。マラソンイベントも頻繁に行われていて、2月27日(土)には「第3回よこはまマラソン」が開催予定。興味のある人は予約して参加してみたいかが? マラソン大会はダイエットのための目標にするのにぴったりですからね。それでは、みなさん、この町で良いクニザップをお楽しみください!

フリーペーパー的ダイエット考
先日ラジオを聞いていたら、「有給休暇国際比較調査」が行われ日本人の有給消化率が国際的にみてかなり低いことがわかった、というニュースが流れてきた。
おお、やつば、オレら働きすぎじゃね、と大きくうなずいた。そして、こんな感心な話は世間に知らしめるべきだと、すぐにネット検索をした。「有給休暇国際比較調査」というカタい調査名から、政府か、どっかの大学によるデータだと勝手に思っていたが、どうやら、この調査をしたのは民間の旅行会社であり、調査サイトではデータが示された後に「満喫アジアンビーチリゾート」といった広告が掲載されていた。
この調査は調査であるようだが、この調査目的自体が「もっと休みをとって旅行してね」というキャンペーンだったわけだ。ま、まんとオレはパタヤビーチに行きたくなっちゃったではないか。
このことは忘れられがちだが、メディアで流れる情報というのは、誰かが発信したいと思ったから、われわれのもとに届けられる。当然、その情報には何らかの「ねらい」がある。ずっとメディアア



コラム
育ち引込線
サリール志村
テラシーとか口うるさくされてきたのに、どういうわけか、テレビとかネットの情報には、なんだかその気にさせる「情報のなかで、最もその気になってしまふのがダイエットに関するものだ。」
思い出してほしい。
一体いくつの「〇〇ダイエット」が私たちの前を通り過ぎていったのだろうか。「〇〇」には、これなら食べても痩せられる! という食品が入り、これまでリンゴダイエット、バナナダイエット、納豆ダイエットなどがブームになっては消えていった。
私もいくつかトライしたが、こういったダイエット情報は「午後は〇〇おもいっきりテレビ」とかで紹介され、みんなコロッとその気になって、スーパーでは「〇〇」に入る食品が品切れになった。思い返せば、日本人は一時期、みのもんだの言いなりになっていたのだな。
いや、ここで、バナナダイエットはバナナを買わせるためのキャンペーンだった! とか言いたいわけではない。仮にそうだとすると、バナナが一時的に売切れ状態になるだけなら、ミンダナオ島の人達が大喜びするくらいで、日本人が食べ過ぎてても体に良いから問題はない。これがトリユフダイエットとか、マンガリツア豚の豚バラダイエットなんて出てきたら、さすがにムリあるだろ、と思うだろうが。
しかし、やっぱり矛盾しているなあと思うのは、「太る」ということは食べ過ぎな状態なのであって、痩せるためには単純に今までの食事のスケールを縮小すれば良いはずであるが、そうはならず、代わりに「食べても痩せるもの」を探し、それがダイエット情報になってしまっていることだ。ま、そりゃ、スポンサーである広告主の「ねらい」は、「〇〇」を買ってもらうことだからそうなるよね。
うん、今回は何だかややこしいことを書いてしまったな。
よし、最後にスポンサーが一切ついてないフリーペーパーならではのオススメダイエット情報を紹介しちゃおう。
腹八分目、以上。

