

1

年輪ピック

ビリでも価値ある

参加賞



ペンネーム
四つの目を持つ
ミズスマシ

- ・ 参加する事が大切

2

目標は

立てた目標

忘れぬこと



ペンネーム
八十路の青春

- ・ 分かるわ～
- ・ 年をかさねると忘れっぽくなるためわかりやすいいい句だと思います。
- ・ なるほど納得、選んだ自分に納得
- ・ 思わずクスッと笑っちゃいました！！
- ・ まさに同感という感じを抱きました。
- ・ その通り！目標を忘れる人は、自分だけでは、ないのですね。

3

鏡見て

不安から自信

青太再び



ペンネーム
ハウス2025

- ・ 見た目が変わるのが一番嬉しいですね。

4

なんだけ
今年の目標：
脳トレだ!!



ペンネーム
ふうてん侯

- 脳トレも必要だと思う
- 決めたこともすぐ忘れてしまいます。
だからこそ脳トレを。

5

夢描く
達成するぞ
へびの年



ペンネーム
いっちゃん

- 目標がはっきりしている
- 目標達成のため、ジムや水泳、レッスンに
励みながら努力するのが夢であり、へびの
年でまとめているのは見事である。

6

凹こめたい
お腹は今も
ビール樽



ペンネーム
オールドボーイ

- フィオーレで運動されてご自分のご褒美！
わかります。
- 同感です。
- ジムに通い続けてもなかなかスマートにならないメタボ腹、同感です

7

今年こそ

我が身も部屋も
ダイエット

ペンネーム

夢子

- ・毎日、部屋を、家の中を、終活したいと思いながら、我が身のダイエットも出来ない、気持ち同感です
- ・ダイエットポイントが同じだった
- ・実感が湧きます！！
- ・同感です！毎年目標です・・・
- ・いずれも皆さん同じ気持ちですネ
- ・そろそろ断捨離しようと思いながら、先きのばしの現実
- ・毎年季節の変わり目に思いながら実行不可
- ・どちらも達成が難しいけど頑張りたい。
- ・共感です
- ・がんばれ！！
- ・同感です。“今年こそ”といつも誓います
- ・私もそう思ってるかも
- ・自身の永（長）年の悲願。身につまされ共感！！
- ・まさに共感。夢見る夢子さん。

8

怖いけど

体重計に
毎日乗る

ペンネーム

のどあめさん

- ・偉い！私は無理！

9

無理せずに

体型維持を
目標に

ペンネーム

ずっきーに

- ・私も同じ気持ちで来ています
- ・なかなか体型維持が出来ない
- ・継続は力なり。続けて健康維持が目標です。
- ・無理せずに心にささりますね。すごくいい

10

目標は
書いて満足
次の年



ペンネーム
まさみ

- ・私も全く同じです！
- ・目標を考えても実行することを忘れてしまう
- ・私も毎年そうです。
- ・同感、同感。目標はいつも夢で終わります
- ・私と相通ずるものがあり、投票させていただきました。

11

今年こそ
今年こそはと
ダイエット



ペンネーム
りよこ

- ・なかなか達成できないのが目標ですね。
- ・大半の皆さんが同じだと思います。今年こそ一緒に頑張りましょう！
- ・目標達成はむずかしい
- ・同じ気持ちでした。
- ・私も毎年同じ目標を立てています。

12

お風呂？運動？
今日の気分で
決めちゃだめ!!



ペンネーム
三日坊主

- ・私はお風呂？サウナ？です・・・

13

目標は

ジムで鍛えて
青太走る



ペンネーム

しょうへい

- ・ 私にはできませんが完走がんばって！
- ・ 完走めざして毎日が大切

14

特になし

皆元気で

いれ
ばいい



ペンネーム

いおりんじい

- ・ 特になし、皆元気でいれればいい 同感ですね。
- ・ まずはそこからですね
- ・ 気持ちがわかります。
- ・ 生きることが目標です。
- ・ フィオーレらしさが良く出ています。
- ・ 贅沢は言いません。元気で健康。その為には運動かな！！

15

風呂代を

うかせるだけじゃ

も
つ
た
い
な
い



ペンネーム

ヒロちゃん

- ・ 運動後の風呂を楽しみに、共に頑張りましょう！

16

目標は高く！「正常血圧」
高いのは何度計測しても
収縮期のそれ

ペンネーム

今がシュン

- ・ フィオーレあるある！皆さんも同じで安心する自分（笑）

17

歩行マシン
これなら越へれる
八十路坂
(やさしさか)

ペンネーム

プリンス

- ・ 人生長生き、百才向けての一里塚
- ・ 上手いと思いました。

18

ピラティスで
腰の浮き輪の
空気抜く

ペンネーム

宇宙人

- ・ 呼吸と共に浮き輪が縮みますように～
- ・ 「腰の浮き輪」→「空気を抜く」表現が絶妙で笑えました。切実さが伝わってくる作品でした。
- ・ 私も、空気(?)抜きたい！
- ・ 思わずピラティスでボールにしがみついている姿が目に浮かびました。
- ・ まったく同感「すぐ空気が入ってしまう」です。
- ・ 栓を抜くのが先決ですね。
- ・ ホントに・・・抜けたらいいですよ～
- ・ ぜひ達したい。私も。

19

カレンダー
フィオーレ行った日
花まるシール

ペンネーム
トッチャン

- 花まるいっぱいのカレンダー、できたらうれしいね。がんばれそうだ。
- 日常生活の目標はフィオーレで達成する。
- カレンダーが花まるいっぱいになると嬉しいですね
- 私も真似したいです。きっと来る日も増えるはずですよ
- かわいいです。
- 分かるわあ～

20

ジムにいる
おしらせメール
いいねくる

ペンネーム
杉の子

- ジムにいる おしらせメール いいねくる

21

ジム活で
持続可能な
健康体

ペンネーム
せっこ

- 今時のテーマで良い！！
- 何よりも大切なSDGsですね。
- SDGsを入れこんだところがgood！
- ジム活という言葉がおもしろいし、最近のSDGsにかけて持続可能もうまい
- SDGsの実践ですね。
- 私もそうありたいです。

22

筋トレの
成果を肴に
美酒を飲む



ペンネーム
ひむかの國の
三日坊主

- それが楽しみで通ってます！

23

行くからには
ふろにとどめん
百八十分



ペンネーム
ねこぱんち

- わかってはいるんですけどね！

24

ツイレッスン
毎日の目標
チャレンジ
シニア！



ペンネーム
カコちゃん

- ちょっと、平凡かな？でも「継続は力なり」
- がんばろうという意欲が伝わってきます。
- 出席した日は2レッスンは受けたいなという気持ちに共感する。
- 自分の目標をもたないとなかなかできない

25

元取れない・・・
月5会員
あきらめない！



ペンネーム

フィガロ

- ・ 共感、いい感じですよ。
- ・ 働いているとなかなか自分も月5がやっとなので同じ元取れないので
- ・ 同じ気持ちなので・・・

26

痛たたたっ
心の悲鳴
笑顔で忘^{こた}え(たい・・・)



ペンネーム

ごまごま

- ・ 筋肉痛かストレッチかな？

27

目標値
だんだんあがる
我が体^{メカタ}重



ペンネーム

ロンちゃん

- ・ 我が身に置きかえて笑える

28

火よう日が
来なけりやいと
ジム通い



ペンネーム

丸ちゃん

- ・ 自分もそう思う毎日
- ・ フィオーレは水曜日が月曜日なのです。火曜の日曜が残念、みんなの想ひ！！
- ・ ジム通いが苦にならななのでしょう。体が（火）来ないでと
言ってます。
- ・ 毎日来たい！！ところが良い
- ・ そう！！1日休むとエアロバイクのこぐ足が重く感じる。
毎日コツコツが大切！！

29

やれるだけ
先が見えなく
どうしよう



ペンネーム

日向ぼけ

- ・ 目標達成は難しい！でも頑張ります！

30

今年また
年輪かさね
あの舞台



ペンネーム

ヒーちゃん

- ・ もうすぐねんりんピックですね！

31

超大谷

80
|
80
年齢と恋



ペンネーム

四句八苦

- ・ 80才で80回の恋だって？勝手にどうぞ！
こちとら81-81ぞ。病院通いは誰にも負けん

32

フィットネス

スタッフさんに

推しがいる



ペンネーム

田のかんさあ

- ・ もう人（ひと）つの目標だあー
- ・ 推し活をして、健康を維持できるのは一石二鳥ですね♡
- ・ 知りたい！！
- ・ 笑顔のすてきなスタッフの皆さんのおかげで、毎日ジムに通うことができます
- ・ はい、私もいま～す。

33

残り9ヶ月、
月一kg減
キツキツ水着を
年内に



ペンネーム

いるいるじい

- ・ 毎年同じこと考えてます。

34

軸を持ち
身も心も
解き放つ



ペンネーム
jam

- ・ 力強いけど、イヤされる

35

筋トレは
己の貯筋
励むべし



ペンネーム
良寛

- ・ 年齢 = 老いにならないための体作り！！
頑張る！！
- ・ 私の想いと同様です。
- ・ なるほどその通りだな...と私もがんばります。
- ・ 貯筋の筋肉とかけ合わせているところが、
なるほどと思った。

36

聞ひたこと
初のよふに
聞くまいぞ



ペンネーム
みーちゃん

- ・ 何度聴いても覚えきれない（自分）がいて、
他人ごとでなく身にしみます！

37

目標は

続けてこそ

「現状維持」



ペンネーム

ねこまった

- ・ 納得
- ・ 現状維持を確保するために私も通っています。
- ・ 本当にそうです
- ・ 最低目標は現状維持です。

38

筋トレを

なかまとたえて

いざランチ



ペンネーム

シクラメンの香

- ・ 筋トレの時間以上に話し込む。

39

今年こそ

割ってみせるぞ

こんにやく腹



ペンネーム

赤鉛筆

- ・ 同感っていうか共感！！

40

ヨガ瞑想

ドジな自分を

変えたいな



ペンネーム

マロくん

- ・通ってる時点で変わってる！

41

古希(こき)の秋

初孫のため

スクワット



ペンネーム

鶴ひろ

- ・ほほえましいですね！
- ・スクワット何回から始めたのでしょうか！今じゃ〇〇回ですよ！なのかな
- ・孫ちゃんをだっこするため、毎日スクワットをがんばっておられる気持ちがとても、ほのぼのします。

42

今年こそ

退職前の

体型に



ペンネーム

かえるのけるた

- ・作者と同じ体験

43

テゲバジャーロ

一点めざし

頑張れ



ペンネーム

かっちゃん

- ・ J1優勝！

44

飲み会と

ゴルフ除いて

無欠席



(昨年は157日利用)

ペンネーム

千代松

- ・ ジムに通う楽しさが伝わった。

45

よだきさと

甘い誘惑

突破する？



ペンネーム

もこもこちゃん

- ・ 突破する？から、女子力高目の方を連想する

46

今年こそ

立派な目標

すぐ忘れ



ペンネーム
趣味爆食い

- ・私も同じです。（立派すぎて）
- ・まさにそのとおり
- ・私も毎年繰り返しています
- ・最近では目標を立てることすら忘れてる。

47

目標

そら天国への

準備だ



ペンネーム
おんじょ河童

- ・まだまだ準備に時間がかかります。

48

目標？

シーとアレよアレ

フレイル防止



ペンネーム
常世のみよちゃん

- ・目標を考えているだけで幸せ！
- ・とにかくおもしろい・・・現実です。フレイル？かも
- ・もう立派な頭のフレイルかも
- ・シーとアレよアレ毎日実感しています。

49

欲しいなあ
思い通りに
動く足



ペンネーム
チルちゃん

- ・足を鍛えて頑張って。
- ・自分の目標であるがなかなか達成できない
- ・年々、体力が衰える気持ちが共感できます

50

二年前
買った水着
今年こそ！



ペンネーム
ちょっば

- ・自分と同じと思った。
- ・作者の姿が目に見える様でヨカッタ！！

51

貯筋する！
未来のために
コツコツと



ペンネーム
てりたま

- ・目標達成出来たかな！！
- ・貯筋を「ちょきん」とかけているところがツボでした。ステキな目標だと思いました。私も同じく・・・。
- ・筋トレ大事です。私も少しずつですが貯筋してます。
- ・老後は貯金より貯筋の方が大事ですね。
- ・うん、うんと納得感

52

思いだせ

十分前の

Aステップ



ペンネーム
ふらり

- 一緒です。
- 簡潔 お見事！！
- 同感です。記憶保持できる時間が短くなってきています。
- エア口は脳トレ
- 同感です
- 私の事です？いつもバタバタしてますよ。でも楽しいね
- エア口は脳トレ。同感です
- 思い出すのもトレーニング
- 皆んなある！ある！何だっけ？
- わかる～！！

53

ずる休み

体重増えて

悔む日々



ペンネーム
タムジイ

- たまのずる休みも大事ですわ。

54

人生も

泳ぎに似たり

力ぬくく。



ペンネーム
元気おばちゃん

- 私も力抜いて人生を送りたいです
- 力ぬく...なかなかむずかしいです。
- 人生もあと少しになり、今まで頑張ってきたゆえに、残りは、力を抜いて、ゆっくりと生きましょう
- 私もスイムをするので力ぬくっていう気持ち・感覚よくわかります。
- ゆったりと～。！！
- 人生において力をぬくってほんとに大事。
- 仕事もジムも色々な事をのんびり力をぬいてがんばりたいものですね・・・。
- 泳ぐ時に「力をぬく」事気にしています。これがなかなか難しい。日々何事にも力を抜いてしなやかに過ごしたいですね。
- 気楽に続けたいです。
- 人生の先輩の句ですわ

55

ピンコロリ

足腰鍛え

光る汗



ペンネーム
ワレモコウ

- 同じ気持ちです。
- 今はダルイ、休みたいけど、ピンコロリに

56

登り降り

四九階段

負けないぞ



ペンネーム
Mちゃん

- 階段が利用できること有難いです。
- 私と同じです。がんばりましょうね。体調によってちがいますよね。

57

老いてなを

ジムに通ってて

幸せよ！



ペンネーム
ひでじーい

- 身体健康、体力健康でうらやましい。
- 体感の喜び、「健康な証」
- 続けられることが幸せです
- 泰然自若で人生は自然体だよね、水泳も力を抜いて...

58

今日も行く
続ける私を
ほめてやる



ペンネーム
NK

- ・ほめることで、くじけず続けられるかな。自分をほめようと。
- ・だれもほめるものでもなく自分のためにするものだけど、モチベーション維持をするのはとてもむずかしいから、自分だけでもほめないとつづかない気持ちがわかるから
- ・とにかく、行く。からだをひきずってでもいく。
- ・毎日は続けられないが、体調不良でない限りジムに通ってる。自分をほめてくれる人もいないので自分でほめてる事で続けられているのかなと思っている。
- ・一番の理解者は、自分自身です。だれも、ほめてくれませんよね。

59

ジム通い
健康維持の
方程式



ペンネーム
まるちゃん

- ・そう思いますよ！！
- ・私にもあてはまるな～
- ・方程式が解けたらまる。ペンネームまるちゃんもいいですね。