

『なかやまきんに君式 世界一ラクなゼロパワーダイエット』  
表記の誤りに関するお詫びとお知らせ

平素より弊社刊行物に格別のご高配を賜り、厚く御礼を申し上げます。

2023年4月1日発売の『なかやまきんに君式 世界一ラクなゼロパワーダイエット』の107～109ページ「なかやまきんに君式ダイエットの経験者の声」へ寄稿いただいたお名前とコメントに誤りがございました。

コメントをお寄せいただいた皆様をはじめ、関係各位にはご迷惑をおかけいたしますことを深くお詫び申し上げます。

なお、該当するページの訂正情報をご用意いたしましたので、次頁以降をご確認ください。

# なかやまきんに君式ダイエットの 経験者の声

「日本中の脂肪を燃やす!!」をコンセプトに自身がインストラクターを務める、  
ザ・オンラインフィットネスの会員様からの声を聞いてみました!

## 杉浦綾子 40代

リバンドを繰り返していたこの私が、きんに君との筋トレのお陰で健康的に痩せた!筋トレ最高!!

## かおる 50代

痩せた?と職場で聞かれて試着も着れる服が増えた。火曜と土曜にきんに君に会えるのが楽しみです

## 玉依 60代

運動経験なし66歳♀、こんな私でも無理なく続いています。楽しくてやみつき。とても体力つきました。

## mio-neo 40代

筋トレに慣れてなくても何故か楽しく継続できるんです。半年で体脂肪率-7%!

## 新井紀子 50代

毎週オンラインフィットネスをする習慣がついたおかげで、体力や筋力がアップしたと思います!

## あいはら 20代

「筋トレ苦手!一ヶ月が限界!」そんな私ですが笑いあひのほんわかした雰囲気ですべてを続けられています!

## ちっちゃいのちゃん 50代

きんに君が教えてくれる筋トレや食事を取り入れてから、悪玉コレステロールが基準値まで改善しました!

## のむら けい 20代

笑いながら運動して、気づいたら10kg減っていました!楽しく続けられたのが1番の成功の秘訣です!

## ダンティス 60代

きんに君の動画を見て運動。2年掛けて体脂肪率18%のスリムボディを手に入れました。

## まきのすけ 20代

筋トレを始めて体型の変化だけではなく性格が明るくなりました!きんに君の笑顔が私の元気の源です!!

## もかじい 30代

筋肉という武器と防具を手に入れ前向きになり自信が持てました。運動で笑って痩せて貯筋もできて最高です!

## ゴン太 40代

筋トレが習慣になりました。今後はボディコンテスト出場を目指しています。パワー!!

## Yuri.I 40代

ダイエット成功は間違いないきんに君との運動のおかげです!感謝しています!大好きです!

## れいちゃんばーば 60代

3歳の孫と一緒に頑張ってます。パワー!!ハッと笑顔で楽しみCMで見かけるたびにきんに君だ〜い好きと。

## DNA 30代

奥さんと一緒に行うフィットネスが夫婦円満の秘訣です。産後体型が元に戻ったと奥さんも大喜びです

## すぎ 40代

自分にはストイックなのに私たちには優しくトレーニングのハードルを下げてくれるきんに君が好きです。

## あっこ 20代

なかやまきんに君のおかげで2022年たくさんの友達できました。本当にありがとう!だいすき!

## もっぶ 20代

人生で継続する運動が一度もできなかった私が、笑いと熱い気持ちを持つきんに君と一緒に続けられました!

## ころりん 50代

寒くなるといつもぎっくり腰に。今年もギグッと来たものの、筋トレ効果が軽症でした!!

## ろびん 50代

オンラインでみんな一緒だと思いと1人だと三日坊主になってしまう運動も楽しく続けられます!

## つなた 40代

出不精でも家が狭くてもトレーニングできる。無理なく体力や筋力がついてきた。

## のむりょう 30代

「筋トレ」×「お笑い」=「脂肪燃焼!」半年でマイナス3キロ!パワー!

## しょう 30代

楽しみながらダイエットに取り組む事が出来ています。

## みずたま 40代

ザオンラインフィットネスに参加して運動する楽しさを知りました。ありがとうございます!なかやまきんに君

さやか 20代

きんに君との運動は笑い強度のバランスが絶妙なので、楽しく続けられます!2年半で27kg痩せました!

ハチワレねこ 30代

きんに君の言葉をノートに書いて励みにしています。「日々の積み重ねを大切に」運動を続けようと思います。

めぐさめんこ 40代

無理なく続けてただけなのに4月に出来なかったトレーニングが、12月には出来るようになってビックリ!

いおり 40代

オンラインフィットネス始めて出来た 休肝日!

ユナイテッドサウト 30代

ドイツの自宅から毎週、オンライントレーニングのアーカイブで筋トレしています。きんに君ダンケ!

みゆ 50代

初回から参加で週2回継続する体力もつき持病の症状も出ずに元気に過ごせました

小塚麻美 30代

目の前で一緒にできるのはやる気が出ます!他の方も一緒に頑張っていることも分かり諦めずにできる!ヤー!

ケニー 40代

きんに君の「自分を責めないで」に何度も救われました。きんに君と仲間達がない生活にはもう戻りません。

Momo 30代

筋トレが私の趣味です。そう胸をハッって言えるのはきんに君のおかげです。毎日筋トレがかかせません。

三代目猫太郎 50代

4年前に大病をし、治療後に宅トレする中できんにくTVに出会いました。きんに君は健康への道標です!

みお 30代

「ママ頑張れ!パワー!!」とこどもに応援してもらいながら8ヶ月で体重-5キロ、ウエスト-7センチ!

ルル 50代

69歳と54歳の夫婦。運動習慣が付き肩上に腕が上がるようになった夫。膝回しも余裕でぐるぐる!

エンリケ 30代

運動嫌いだった私も、笑って楽しく体を動かすことで、今では運動が習慣になりました。パワー!!

ぐーさん 50代

丁寧な掛け声と、何処にどのように効く説明が分かり易く、身体が絞れ体調がいいです。

まつ 20代

こんなにパワー————!!!!!!(ハッ)を貰いながら運動できる機会は他にない!!

いさく 40代

筋トレはキツイ時もありますが、そんな瞬間に笑わせてもらったりしながら乗り切っています。

射即人生(南里) 30代

きんに君の前向きな言葉のおかげで20kgの減量に成功しました!筋肉の扉を開いてから毎日が楽しいです!

Yoko その他

目的は体重減でも筋肉増でもなく、人生をより良くするため!気持ちも体力も上向き、楽しいことが増えた!

yoshmi 30代

きんに君とみんなのおかげで運動が好きになりました!110kg減量して毎日楽しい!感謝の気持ちでいっぱいです

ハガー 30代

テレワーク太りで穿けなくなったズボンがまた穿けるようになりました!これからも続けていきます!

YUKI 40代

結局屈伸、結局膝回しのおかげで、数年前に手術した膝が痛くならず健康を維持できていて嬉しいです♡

tomK 30代

少し痩せたことも嬉しい変化ですが、自分の体を大事にしようって意識が変わりました!ありがとう!

田所 40代

続かないと思い、月払いで参加しました。きんに先生とコマ欄の皆さんがとても楽しく、継続できています。

いぬたん 40代

筋トレはダイエットだけでなく心身共に健康になれる魔法の運動だと感じてます!!続ける自分偉い!!

もえび 20代

きんに君と運動していると、自信がどんどんついていき楽しいです。今、とにかく幸せだと主張しております!

may 30代

コロナ禍前ぶりに会った友人たちから「痩せたね!綺麗になったね」と言われました。きんに君パワーです!

MIDORI 40代

5月から続けてます。お尻が硬くてぶりぶり、自分史上最高の形!

もろQ 50代

51歳何をやっても痩せなかったがザ オンラインフィットネスを始めて1か月で3kg痩せたので続けました!

ふくまる その他

とにかく楽しく、継続できる!始める前と今では身体だけでなく心もとっても前向きに変化して嬉しいです!

ゆっぴさん 40代

運動が楽しいと思えるようになり習慣化したことで少しずつ痩せて自分に自信が持てるようになりました!

すーたん 40代

これまで運動は挫折ばかりでしたが、毎回笑いながら楽しく継続しています。きんに君と仲間のおかげです!

つよボン 30代

仕事が不規則でなかなか運動が継続出来なかったんですがきんに君のおかげで運動習慣ができました!パワー!

いつかやってやるゆー 30代

今がだめでも「いつかやってやるぞ!」という気持ちは切らさない。きんに君のこの言葉で何度でも頑張れる!

るき 30代

長期入院で1kmも歩けなくなりましたが、きんに君と一緒に運動して標高2000m弱の山に登れました!

kazuho 30代

私がどれだけ口酸っぱく言っても運動をしなかった夫がきんに君のおかげ運動習慣が付き早半年。有難いです!

takuya 30代

半年程で体重8kg、腹囲8cm減りました!何より筋トレが楽しくなりました!ありがとうございます!

ほい 50代

4月から週2回続けて来られたのは短時間でキツすぎない、何より楽しい!!これからもずっと続ける!!

なお 40代

きんに君の運動で背筋を意識できるように立ち、猫背だったのになら姿勢が良いと言われた様になりました。

さよ 40代

運動が苦手な私が運動習慣をつけることができ、食事もうるすつけるようになり、停滞期を脱出できました!

はなまる 20代

運動嫌いだけど健康のためにきんに君のフィットネスを開始。長年の息が詰まる肩こりがなくなりました!

anko 20代

4月から楽しくトレーニングをしています。運動習慣が付き、明らかに疲れづらくなり体調不良も減りました。

塩まんじゅう 20代

きんに君が褒めてくれるから、5分の運動でも「よくやった私!!」って思えます。自分に優しくなれました!

めいめい 30代

腹筋を鍛える時の注意点を全て覚えるまで一生ついていきます!パワー!ハッ(笑顔)

korosuke 40代

4月に入会して、はじめはキツイ事もあったけど、寸劇が楽しみで毎回がんばれました。筋肉番付が特に好き

ほっしー☆ 30代

きんに君と一緒に運動することで夫婦円満、健康診断も二人共A評価に!パワー!

ばぶあ 30代

やる気が出ない時でも、始めたら最後まで頑張れます。クスッと笑って楽しく運動できています。

naomin 50代

苦手なスクワットが出来ようになり、毎日40分間の愛犬のお散歩が楽に行けるようになりました。

そばこ 30代

健診の質問「30分以上の運動を週2+1年以上実施」に「はい」と答える未来が見えたのは先生のお陰です!

Y 40代

背中がスッキリしました。筋肉の段々も改善されて、徐々にビッパリしたニットを着られるようになりました!

あやこ 50代

週2回きんに君に会えるそれだけで幸せ。その上自然と筋肉がついてくる。一石二鳥のオンラインフィットネス

さくや 30代

周りから羨ましがられるスマートさを体現できました!

ゆうたろう 40代

きんに君や他の参加者の皆さんと一緒に、気持ちを切らさず、毎回楽しくトレーニングできています!

Jun 40代

肉体の衰えを感じる40代でも筋トレを頑張っているのは、同年でもパワー!!溢れるきんに君のおかげです!

ゆめこ 40代

少しずつでもいい、素晴らしいじゃないですか!と肯定してくれる声掛けが大好きで、心も前向きになれます!

きなこもち 30代

きんに君が先生だからこんなに運動を続けることができています。体も人生も少しずつ変わってる気がします!

岡本 30代

元々大の運動嫌いで駅まで10分歩くのも苦痛だったが、おかげで体を動かすことが大好きになった。

mesosoy 30代

見た目は引き締まったものの体重が減らない中、数字にとらわれなくてもよいという教えに救われています。

にょい 50代

運動が苦手。飽きやすい性格なのに続けられるのは、クセになる笑いと的確な指導と優しい励ましのおかげです

Nino meme 40代

何事も絶対否定せず自分の知識を伝えてくれるきんに君!肝筋の大切さを教えてくれて感謝と尊敬しかない!

まる 30代

私にとって運動は推し活。推しているだけで健康に。きんに君の活躍で、今もどこかで体脂肪が燃えている。

どんちゃん 30代

くびれができて嬉しくて、食事にも気を使うようになりました!運動中に笑わせてくれるのが楽しく続けられる!

にゃんた 30代

毎日、子供と楽しく参加。準備体操だけでも膝や肩の不調が軽減されました。締めはみんなまでパワー!!

はるひ 40代

毎回違うメニューで飽きず、きんに君の励ましとギャグで心も温まります。体力が付き、太もも痩せました。

クロおじ 40代

ご本人はガチ筋肉勢なのにトレーニング内容は初心者向けでとても続けやすいです