



NPO法人未来副理事長  
鳥取県中部医師会副会長

ウォーキングは健康、観光、環境、教育、交流といった五つの分野（5K）で、人と社会に効用をもたらすといわれていますが、その中で最も重要なものは、健康維持・増進効果だと考えられます。

「健康」は「全ての人間の基本的権利のひとつである」（世界保健機関憲章）という考え方からみれば、ウォーキング

松田 隆

は誰でも、いつでも、どこでも、手軽に取り組める健康法で、人間の基本的权利を満たすものではあります

ないかと思います。  
鳥取県は、都会のスピード社会にはない、ゆったりとした時の流れを感じることができます。歩く目線でのスローライフを子どもたちで自ら経験して、かなぐりで感じてもらいたいのです。

もに、環日本海時代としてロシア・韓国と境港を結ぶ貨客船の定期航路開設との連携において、先端で「グローカル」な地域でもできるようになり

を見越した広いつながり ありません。鳥取県には、  
が期待できます。 歴史も文化も海も山もあ  
まちづくりの基本は人 り、数多くの優れたもの  
づくり、人づくりの基本 がそろっています。  
は健康づくりです。歩く 人口が少ない分、子ど  
ことで住民の健康増進を もから大人まですべての

立県とつとり」の実現に  
向けた第一歩を踏み出  
たいと思います。

# ウォーキング立県とつとり

「健康」は「全ての人間の基本的権利のひとつである」（世界保健機関憲章）ということ考え方からみれば、ウォーキング

の中から車社会を見直し、豊かな自然と触れ合うことでも心が癒やされ、地球環境を考えることに結びつけます。さらに、いろいろなものや人との出会い、交流から新しい発見があり、多くのものが見えてきます。地球環境をグローバルに考え、鳥取県から日本に出て、國に情報発信する「ウオーキング立県どっとり」を提唱されています。

大韓ウォーキング連盟（特にWHOの健康都市となっている原州市）は奈良県は地元の人と市町村職員が力を合わせて、県内を歩いて楽しむ仕組みづくりに取り組み、奈良を歩く情報を伝

人が歩くことで健康になることができます。「ウオーキング立県」として鳥取県が日本一の健康県なれば、新たな地域の活力・未来が生み出されていくと思います。

6月5日には、第9回日本海未来ウォーキ記念フォーラム「ウォーキング」開催。2本の足が医者、自然が病院」を提唱する李康玉大韓ウォーキング連盟理事長の基調講演、同氏と平井伸治鳥取県知事、村山友宏日本ウォーキング協会長によるパネルディスカッションが行わられる。

グ立県TOTTORIを