



目には青葉 疲れもなんの

グルメで癒やされ

倉吉市駅経寺町の倉吉パークスクエアを発着点に4日開幕した「第11回SUN-INK未来ウォーク」には、全国からウォーカーが参加。県中部の見どころや食も満喫し、さわやかな汗を流した。

八犬伝・国鉄廃線跡 石田耕太郎倉吉市長が町を抜けて倉吉を目指す「コナン・小泉八雲」のコース(40km)の出走。一県中部全体で大会を盛り上げていきたいと述べ、参加者たちは元気づく出発した。初日は、同コースのほか、琴浦町から北栄地区に指定されている「白壁土蔵群がある」コース(24km)と、国の伝統的建造物群保存地区に指定されている「白壁土蔵群がある」コース(24km)と、国

「10km」と「韓国ド」を完歩した千葉真由子(60)市川市川田友行さん(60)の川田友行さん(60)は「コースは里山の景色や廃線跡など変化に富んでいて楽しめる。スタッフやボランティアの対応、コース案内



五川沿いのレトロな町並みを歩き、ゴールを目指す参加者たち=4日、倉吉市の白壁土蔵群周辺

出発前の準備運動を指導する佐々木さん(左)=4日、倉吉市駅経寺町の倉吉パークスクエア



えるざさんになれるかな?

〇…10%、5%。コースの出走前には、2009年ミス・ワールド日本代表で、「とっとり健康づくり大使」の佐々木えるざさん(22)=鳥取市鹿野町出身=が、ウォーカーたちに「えるざ流」ストレッチ体操を指導した。

オリジナル体操でウォーカーほぐす

参加者たちは、佐々木さんの動きに合わせて一斉に準備運動を開始。「呼吸をゆっくり」「大きく伸ばして」などと佐々木さんの元気な掛け声が響く中、参加者たちは念入りに体をほぐしていた。



夢ではプリンスメロン、チェックポイントの県立農業大学校(同市関金町大鳥居)ではかけそばやスイーツが振る舞われ、参加者たちは疲れた体を癒やしていた。

自然遊びは刺激的

子ども夢中「歩育コース」

〇…未来ウォークでを獲う「歩育コース」は、自然体験とウォーキングで子どもの感性を養う「歩育コース」が設けられ、親子連れら約50人が参加。遊び

の要素を取り入れたネイチャーゲームで自然散策も楽しんだ。子どもたちは、ネイチャーゲーム指導員の日野彰則さん(45)の手ほどきを受け、打吹山周辺の植物、生物を観察。夢中になって花や木、虫などを探していた。

岡山県真庭市から子ども2人と一緒に参加した馬野香苗さん(36)は「自然とふれあい、子どものペースで楽しめたい」と満喫していた。

ネイチャーゲームを楽しむ参加者=4日、倉吉市の打吹山周辺