

昨年、鳥取

県を訪れた韓

国・大韓ウオ

ーキング連盟

の李康玉理事

海潮音

2015.5.6

長から「1日

1万歩歩けば、寿命は

2倍に伸びる」と聞き、

歩数を測ってみた。1

万歩どころか鳥取県の

成人男性の平均（66

27歩）をも大きく下

回っているのに驚いた

◆鳥取県民は日本一歩

かない、と言われた反

動か、県内でも多くの

ウォーキング大会が開

かれるようになった。

中にはおみやげや振る

舞い目当てという人も

いるが、どの大会も参

加者でにぎわう◆県内

でも歴史のある大会と

して、毎年県中部で開

かれる「SUN-IN

未来ウォーク」がある。

ことしは15回の節目

で、参加者5千人を目

標に関係者が奔走して

いる◆大会は6月6、

7の両日開かれ、3キ

の歩育コースから40キ

のコースまでが用意さ

れる。自然やまち並み

を楽しみながら地元の

人のおもてなしを受け

たり、地元産品を味わ

いながら歩くことがで

きるのが魅力だ◆李理

事長は「県中部のウォ

ーキングコースは世界

絶賛し、「県中部にウ

ォーキング大学を」と

呼び掛ける。大学の是

非はともかく、地域を

ウォーキングで盛り上

げたいもの。今日は立

夏。季節もウォーキン

グ向きだ。なまった体

を動かしてみようか。