

前日の天気予報から、どうしようかと迷っていたが予想していた雨にもあわず、今年初めての「完歩」に満足した。3月半ば、早春の「ひえづ ふれあいウォーク」に参加しての雑感だ。「高齢化社会」、日ごろ気にかけているせい、か、さまざまメディアを通して、この言葉を繰り返し見聞きすることが近年特に目立つようになった。

国も地方も行政は、わが世代やそのすぐあとに、ハイスピードで増え続ける次世代を目前にして喫緊の対応を迫られている。誰も避けられない「人生の過程」だ。他に依存するのではなく、自ら開いていくしかない。

「19のまち」を歩こう

あちこちで見かけるゲートボール、グラウンドゴルフやウォーキングなど、今では日常的に見られる風景も、そんなことへの自覚と健康志向の高まりからだと、黙々と歩きながら実感した。

鳥取県が推奨している「ウォーキング立県 19のまちを歩こう」事業は、あらかじめ配布されたパスポートに、参加した大会ごとのポイントシールを貼ってもらう仕組みで、冒頭のウォークが今年の第1回であった。今回で去年から通算九つのポイントがたまった。

私の体験から「歩く」は、そのたびに今まで知らなかった新たな発見がある。県内のまちを歩き終わったと

き、あらためてわが故郷の良さに気付くことだろう。それは車社会では得られない新鮮な発見と感動だ。県民の健康維持という本来の目的以外に、そのような意義をも示唆しているように、実行委員会には本事業の継続をぜひお願いしたい。

「ウォーキング立県の推進」プロジェクトに県民総がかりで参加し、全国に発信してはいかがだろうか。私はポイントシールがあと10で県内全ての「まち」を歩いたことになる。達成できた喜びと元気を多くの皆さんと分かち合いたい。

門脇賢太郎（倉吉市岡、73歳）