

2009年(平成21年)7月1日 水曜日

広 域

心地よい汗流し東郷池一周



温泉に卵を漬ける参加者

歩くほどこに薬草知る

説明受けながらコース散策

自然の中を歩いて山野草の効能を学ぶ「薬草ウォーキング」(とっとり薬膳ネット主催)が6月27日、東郷池を一周するコースで行われた。30人が参加し、心地よい汗を流しながら薬草への知識を深めた。

薬草への知識を深めながら体を動かし、健康づくりに取り組むことなどが狙いで、中部広域観光振興委員会が作製した「薬草マップ」の東郷池一周コース(約12km)に沿って繰り広げられた。

参加者は、市の緑を守り育てる審議会の森本満喜夫会長から説明を受け、身近な薬草を学びながら歩を進めた。コース内では、NPO未来のウォーキング指導員がノルディック

クウォークを指導。希望者は、ノルディックポールを持って快適に歩いた。

また、ウォーキングの協力団体「ゆアシス東郷 龍鳳閣」が卵を提供し、参加者は卵をコース内にある温泉に漬け、出来上がった温泉卵を味わった。