

2014年(平成26年)4月16日 水曜日

ノルディック
出合いに感謝

戸田佳米夫(湯梨浜
町泊、76歳)

近年、足と腰が弱く
なりましたので、2月
から週3回、5^キを歩
いています。このたび、
第1回ノルディック大
会がNPO法人主催

で、とまり朝市を出発
点として開催されまし
た。コースは泊漁港か
らグラウンドゴルフ発
祥の地、石脇海水浴場
国道9号沿いを歩くと、
1時間と1^キのことで、
私も5^キくらいであれ
ば挑戦できると、自信
を持って参加しまし
た。

NPOの方を先頭に
2列でスタート。この
時点ではポールと足の
運びがうまくできませ
んでしたが、隣の方が
「リラックスして歩い
たら、自然にできます
よ」とアドバイスをく
れました。

第1ポイントのグラ
ウンドゴルフ場と風力
発電広場に、ひと汗か
きながら到着。高台か
ら眺める波一つない日
本海、はるか彼方に大
山が雄大に見え、島根
半島も良き光景でし
た。ゴール後、新鮮な
ワカメのみそ汁や干物
をいただきました。
ノルディックとの出
合いに心から感謝しま
す。高齢者になってか
らの体験は一生忘れな
いでしよう。