

環境教育「まず、今できることから」

歴史に学ぶ

発行所：地域環境活性化協議会
 編集者：代表幹事 高橋賢一
 連絡先：市民活動支援センター
 尾張旭市渋川町三丁目5番地7
 (渋川福祉センター内)
 TEL 0561-51-2878



東京都心の皇居外周は、市民ランナーたちで賑わっている。日ごろ運動不足の我々はたまに走るが膝や脛がすぐに痛くなってしまふ。箱根駅伝のメンバー入りを逃す。そして治療家としてランナーのけがの悩みを聞てきた。試しに裸足で走ってみた。結局体のあちこちに無数の力が入っていたことに気づいた。裸足だとフォームが変になるとすぐに痛みが出る。人間本来の自然な走りが身につきます。

裸足でマラソンをした時間45分39秒で完走した。テレビドラマの「陸王」は「マラソン足袋」を作る。零細企業が大手メーカー会社としての力を削る物語だ。地井戸廻るの原作小説のモリスは長谷川裕見子。裸足感覚で走る足袋を提案している。高岡さんである。足が凍える冬場には欠かせない。



赤坂御宿大橋屋
 北海道御油の松並木

