

# ウォーキング・日本道路の「快適歩走」



日本道路のウォーキング・ジヨギング向け舗装「快適歩走」を公共施設としては初めて採用した熊本市の秋津中央

公園（東区東野）の熊本地震からの復旧工事がこのほど完了し、28日に地元自治会によるイベント「金さんと快適にウォーク＆ラン！」が開かれた。地震から5年の節目を前に、プロランニングコーチの

金哲彦氏の指導を受けながら

リニューアルした公園で地域住民が楽しく体を動かした。

同公園は熊本地震の発災後、一時避難場所や応急仮設住宅の建設地として使われ、地域住民が長期間利用できな

い状態が続いていた。仮設住宅の撤去後、樹々緑化建設

（熊本市南区）が担当した市

## 熊本市秋津中央公園に用 公共施設では初採用

発注の復旧工事で公共工事では初めて快適歩走を採用。グラン、幅1・5m、施工面積512平方㍍のウォーキング・ジヨギングコースを整備し、ラウンドの外周に延長341m、幅1・5m、施工面積512平方㍍のウォーキング・ジヨギングコースを整備した。

イベントには3歳から94歳までの地域住民約100人が

参加。開会に当たり秋津7町内自治会の高崎憲一会長は「歩き方、走り方を身に付けて健康増進に役立てて」と呼

び掛けた。

参加者は和やかな雰囲気でストレッチやウォーキング、ジヨギングを楽しんだ。小・

中学校の陸上部による駅伝形式のリレーも行われ、子どもたちも金氏からのアドバイス

を早速実践し、快適歩走のコスを元気いっぱいに駆け抜けていた。

金氏は自身が開発アドバイザーを務めた快適歩走について「長い距離を走る練習に使ってもらおうと疲れないのが実感できる。競技力向上にも役立てほしい」と話した。

快適歩走は陸上競技場で工行うことで歩行者やランナーの足腰への負担を和らげる。維持管理を含めたコストが抑えられ、豊富なカラーバリエーションも特徴となつてい