

# 足にぎびつく身体に優しい「健康歩道」

足裏に臓器のツボが集中していることは広く知られるところのようですが、太子町老原に歩いて足裏を刺激する「健康歩道」が私設されて、か月、時間帯によつては歩道がラッシュになるほど沢山の人が詰めかけられています。

「健康歩道」は造園業を営む桑田静昭さん（四六）が、龍野市に完成している歩道をモデルに、従業員らと半年がかりで手作りしたもので、幅二・八メートル、長さ三〇メートルの歩道には白玉石・那智黒石・伊勢ゴロタ石などがブロック別に敷き詰められ、踏み出すごとに路面から突出した石が足裏を刺激するようになっています。



歩道の左右にはバーベナ、サルビアなどの季節の花が。「足の反応帯」を記した看板も。夜間は照明がつく

「健康歩道」は造園業を営む桑田静昭さん（四六）が、龍野市に完成している歩道をモデルに、従業員らと半年がかりで手作りしたもので、幅二・八メートル、長さ三〇メートルの歩道には白玉石・那智黒石・伊勢ゴロタ石などがブロック別に敷き詰められ、踏み出すごとに路面から突出した石が足裏を刺激するようになっています。

新聞で紹介されたことで、一日に十回ほど利用しているという桑田さんは九一年に脳内出血で倒れ、左半身がマヒ。「健康歩道」は自身のリハビリをかねて周辺住民に開放しているもので、桑田さんの機能は「以前に比べると、見違えるほど回復してきた」とうです。開放当初は近所の人にとどまっていた利用者も地元

「それだけ不調を抱えている人が多いということでしょう。不眠や肩凝りが治った、長年の便秘が解消されたなどという話を聞いたこちらも嬉しくなる。(更年期で)止まっていた生理が三年ぶりに復活したという女性

ひ えん げん び ちゃ

## 中国痩身茶【飛燕減肥茶】

“ロコミで火がついた確かな大人気商品”

本気でダイエットを望む方！  
飛燕減肥茶にはその手助けができません。数日で腸内を一掃し宿便を残さない理想的な排便を実現し、脂肪を溜めない太らない体質を目指します。

数回で効果を実感！

1箱(40パック) 定価3,600円  
2箱(3ヶ月分) ¥6,000「税込・送料別」  
※お試しサイズ ¥2,000「税・送料込」  
●漢方の天然成分を配合、体に有害な物質は一切含まれていません。

も気に入っています」自らを「作家として」ともラッキー」と言い切る山口さん。その健康的な精神は若手作家はならではないので、この度、三年ぶりに姫路で個展の開催を、「大阪、岡山、姫路と定期的に開いています。このところ姫路がちよっとご無沙汰だった。現代美術は分かりにくいとおっしゃる方も多いけれど、僕の作品はモチーフが僕だから分かりやすい(笑)。やるからにはひとりでも多くの人に見ていただきたいです。ね」

テニスに興味で週に二、三回はコートに立っているという山口さん。「思い切り身体を動かしたあとで作品を創る。いい状況です」テニスやけた「顔面」は未知数の可能性に溢れています。

■山口譲 展/7月21日(月)〜27日(日)、ギャラリーこいま/☎0792761952

## 97稲川淳二の怪談ナイト

8月17日に姫路で、オリジナルTシャツプレゼント



タレント・稲川淳二によるミステリーナイトツアーが姫路にやってきました。稲川氏の恐怖体験談は、そのリアリティ溢れる情景描写と雰囲気たっぷりの話ぶりで皆者たちを中心に人気を博しています。真夏の一夜、映像と音で再現する。霊界からのメッセージ恐怖実話百選を体感してみませんか。ブ라운管ごしでは味わえない超リアル・ミステリーをどうぞ。

■8月17日(日)18時半、姫路市文化センター小ホール/前売は四七七。(死なない) 円※当日未定/☎06135717500

編集部ではミステリーナイトツアーのオリジナルTシャツを抽選のうえ10名様にプレゼントします。希望者はハガキに〒住所・氏名・年齢・電話番号を記入

性もあり、ホルモンの働きまで良くなるようです」二十四時間開放されていた「健康歩道」ですが、若者の溜り場になりかねないということ、近いうちにフェンスを設け、朝のオープン近所の早起き組に鍵を預け、夜は一時の門限つきになる予定。試しに記者も歩いてみましたが、一往復するだけで全身の神経が緊張し、足裏の刺激が身体にいいことを実感しました。

▼健康歩道は、国道2号線・阿曾信号を南へ約五百メートル 揖保郡太子町老原の「ガーデンクワター」敷地内に設けてあります。

ふれあい  
姫路テニフ市八家)が以紙読者を対象テニス教室参加は無料行われます

▼7月19日(土) 時35分  
▼7月20日(日) 時45分  
▼7月21日(月) 時45分  
▼7月26日(土) 時45分  
▼7月27日(日) 時45分

先着順。無料あり

■申込先/111

## ウッディ 木の店

手づくりの木のテラス  
(ご自分でつくれます)

木の温もりを感じたい

テーブル、イス、机、トリスetc

作品「顔」の傍らで