

7月の達成状況

7月までの総ランニング距離 (地図上での区間)	571.7km (山口県山口市～福井県小浜市犬熊)
7月の総ランニング距離	130.1km
7月のランニング回数	9回
7月の総ランニング時間数	17時間09分16秒
7月の1回あたりの走行距離	14.5km
7月の平均ペース	1kmあたり7分55秒
7月の累積標高	4897m
7月の歩数	153,552歩

7月のシーン



左は7月17日（日）の島根半島室津海岸、右は同じ場所で4月に写した写真です。

最近の夏は地球温暖化のためかわかりませんが、高潮の日が目立ちます。

右のグラフは、日本海南部～東シナ海沿岸領域の海面水位平年差の推移です。これを見ると、1985年頃から現在にかけて海面水位が大きく上昇しているのがわかります。

右は8月2日に西郷港で撮影したガンガゼの写真です。前にはいなかったガンガゼが今はいたる所で見かけられます。

[mm] 北陸沖の日本海～九州地方の東シナ海側沿岸領域の海面水位平年差の推移（気象庁）

