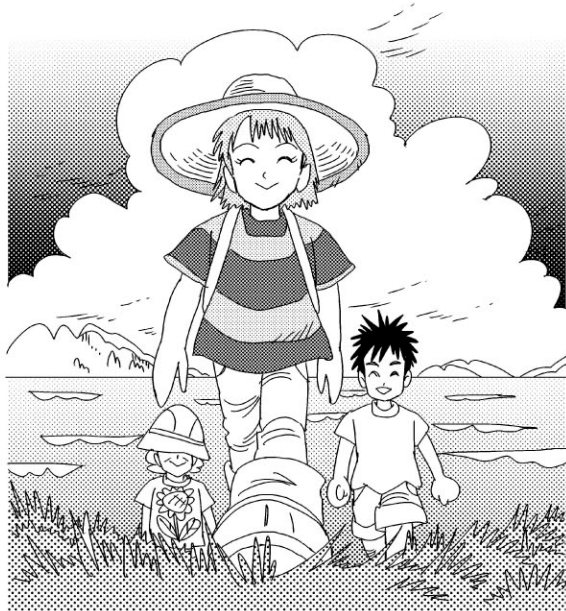


いきいき笠岡21

おすすめ



ウォーキングコース

海あり山ありの自然豊かな笠岡の地を歩いてみませんか。今回は、昨年「てくてく賞」に選ばれた四コースのうち二コースを紹介し、これらのコースは健康づくりのための日常のウォーキングコースです。

三社参り平坦地コース（真鍋島）

真鍋島港→ホルトの樹→天神社→ふれあいパーク→八幡神社→とこのはな公園→資料館→圓福寺→真鍋小・中学校→荒神社→真鍋島港

距離：4.5 km (約7,600歩)

所要時間：約90分（休憩所・トイレあり。出発地点までは住吉港より、三洋汽船の普通船で70分、高速船で44分です。）

特徴：八幡神社と天神社の中間点に港があり、その南のホルトの樹・荒神社・学校・圓福寺を巡るコー

スです。したがって、コースのバリエーションも多く、 HALF コースでも十分楽しめます。各ポイントにトイレ・休憩所があります。昨年完成した「とこのはな公園」のトイレはバリアフリーになっています。瀬戸の島々も美しく、レトロな町並みも見所です。

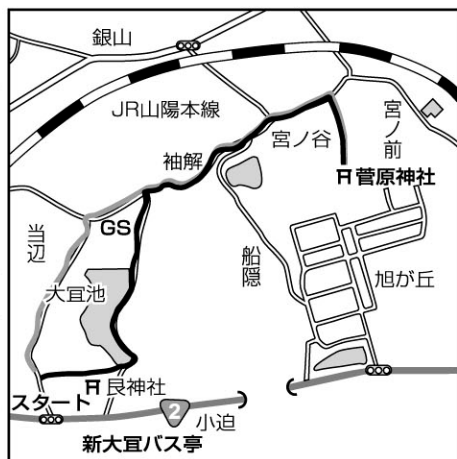


大宜良神社と吉浜菅原神社コース

大宜良神社下公園→大宜良神社→大宜池の周辺→旧国道2号線→吉浜菅原神社参道→菅原神社（眼鏡橋・本殿）→旧国道2号線→大宜博多神社→大宜良神社下公園

距離：3.2 km (約5,000歩)

所要時間：約60分
※出発地まではバス（新大宜バス停下車）または車ですが、駐車場がありません。
特徴：大宜良神社のうつそうとした森の中でマイナスイオンを全身に浴び、大宜池ではカモやシラサギなどに出会えます。菅原神社で有名な眼鏡橋やカキツバタ、藤を鑑賞できます。自分の地域で日常のウォーキングコースを考える参考になるコースです。



※これらのコースは順次、笠岡市のホームページで詳しく紹介していきます。

http://www.city.kasaoka.okayama.jp/001d/002m.html

問合せは

健康づくり課（保健センター）

☎57700まで