

# ちょっと健脚 エヒメアヤメコース

■距離:約4,441m ■歩数:約10,500歩 ■所要時間:約120分

■消費カロリーの目安:体重60kgの人/440kcal 体重50kgの人/360kcal

## コースの見どころ

- 笠岡市指定天然記念物のエヒメアヤメの自生地である箱田山神社、7世紀後半笠岡市内で初めて建立された本格的寺院の関戸廃寺跡(県指定史跡)を巡るコースです。箱田山神社では、開花時期(4月後半)に鑑賞会「エヒメアヤメまつり」が開催されます。
- 高称寺からの見晴らしは良好です。

## 健康づくりのための… コースおススメポイント

- 石段が多くゆるやかな坂道があるため、筋力アップしたい方におすすめ!
- 体力に自信のある方はコースをプラス(八幡神社を経由)するとさらに強度アップ!
- その日の体調や体力によってルートを追加したり短縮できるコースです。

## チェックポイントごとの距離

スタート 吉田公民館	(スタートからの距離)
①箱田山神社	918m
②天満屋ハッピーマート付近	1,721m
③高称寺	2,351m
④関戸廃寺跡	3,590m
ゴール 吉田公民館	4,441m



**いい景色!**  
高称寺  
35段の階段。  
見晴らしが素晴らしい。  
休憩可。



消防機庫がある交差点を右へ



**スタート & ゴール**  
吉田公民館



**いい景色!**  
きれいな田園風景です



**見とろ!**  
箱田山神社  
93段の石段を登ってもみじいちょう、桜、エヒメアヤメなどを鑑賞しましょう。休憩可

