

総合体育館コース

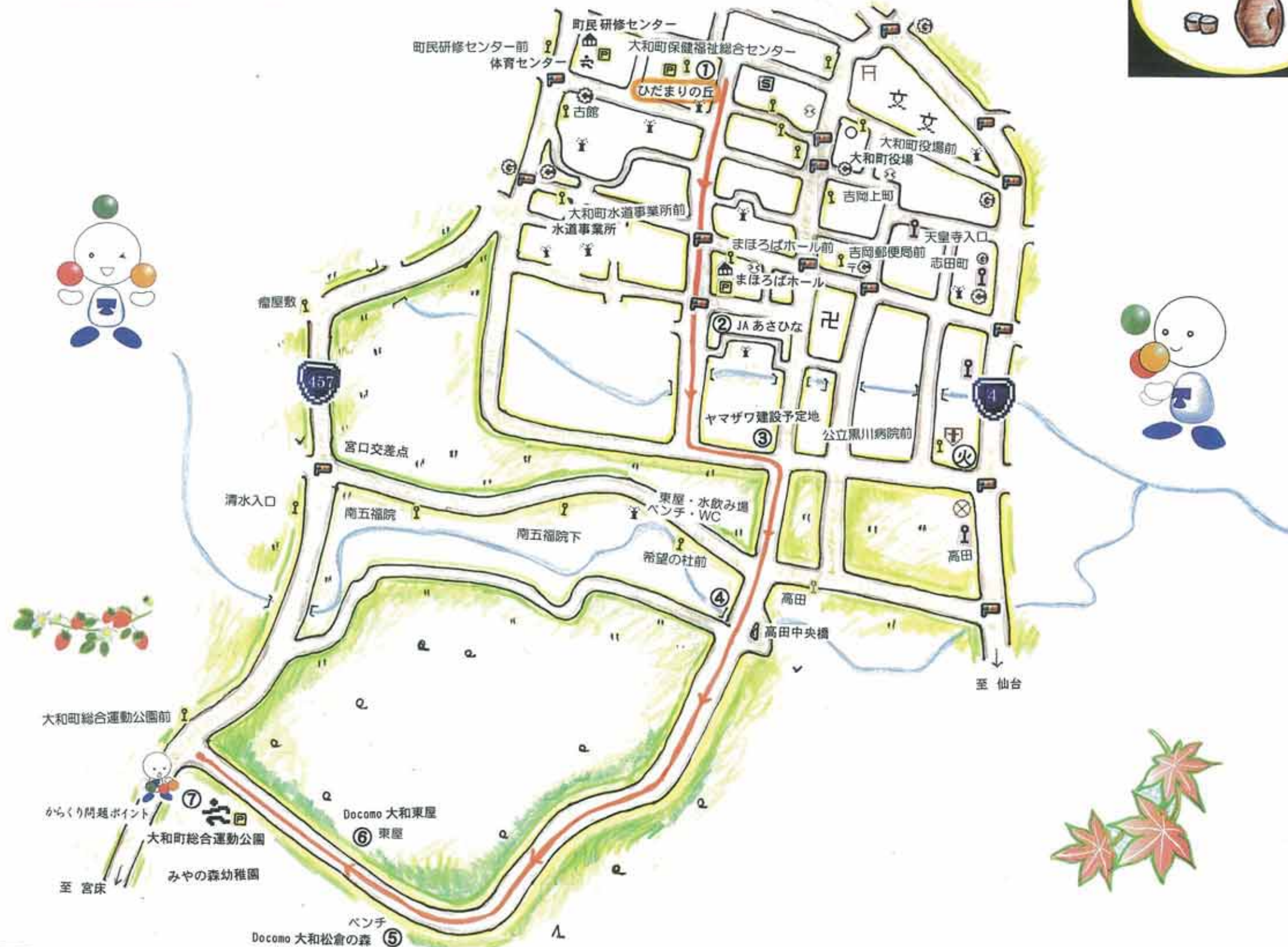
平成 18 年 10 月製作 大和町／健康たいわ吉岡／はつらつ会／健康づくり運動普及推進員

難易度：きつい 距離：4.2 km

時間：50 分 歩数：5,400 歩

消費カロリー：200kcal

(目安：日本酒 1 合程度)



① 保健福祉総合センター

0.7km

② JA あさひな信号

0.8km

③ ヤマザワ建設予定地

0.6km

④ 高田中央橋

1.3km

⑤ ドコモ大和松倉の森

0.2km

⑥ ドコモ大和東屋

0.6km

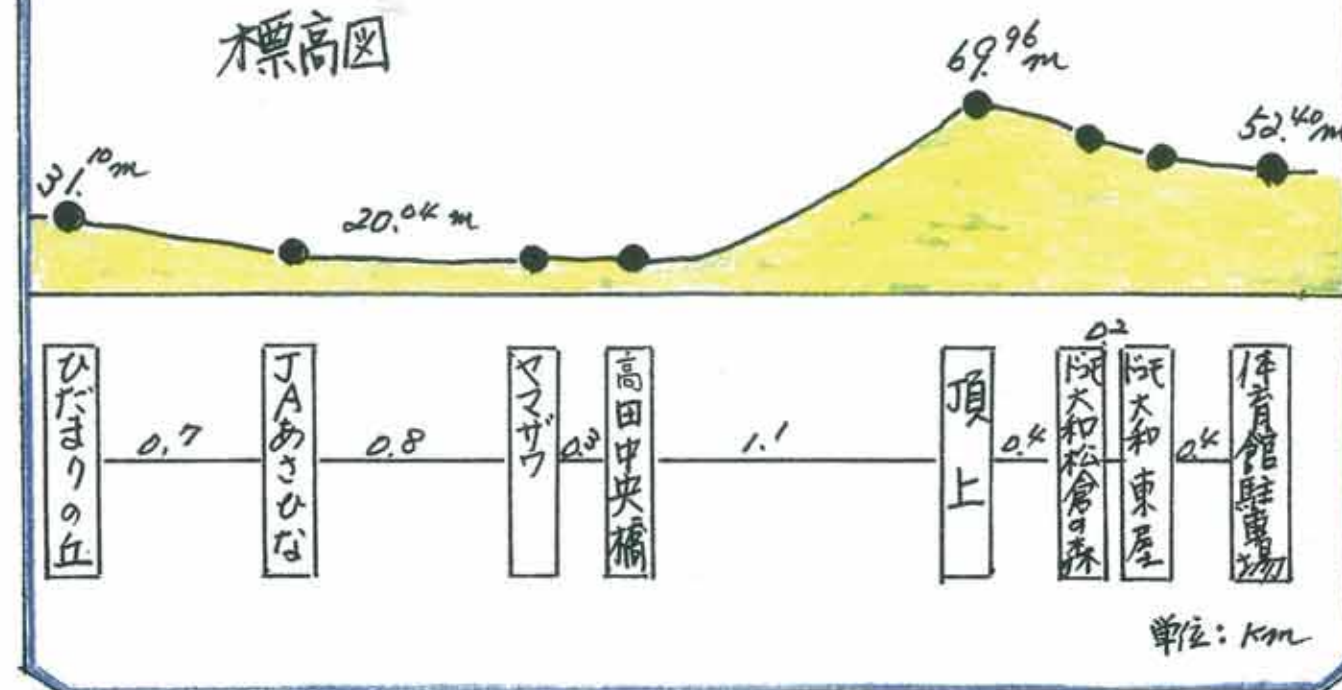
⑦ 総合体育館



標高70mの里山にチャレンジしてみたい方へのコース



標高図



標高差50mの里山を歩いて森林浴もしてみよう!!

歩道は整備されて歩きやすいところです。

小鳥の歌声を聞きながら、木々の中に、桜、つばき、えびの木、

やまぼうし、ほうの木の花、藤の花、山百合、萩の花に

会うことが出来ます。遠くに粟駒山、鳴子の方山、

近くに船形山、泉ヶ岳、目の前に

セツ森が見られるところです。

大きく広がった空には、白く輝く飛行機雲が

見られます。夕映えのときには、ピンク色、オレンジ色

クリーム色や金色に変わります。

注意

夏の暑い日中と
冬の積雪のある時は
歩かないこと!!

