

1 山形市 ウォーキングマップ

●距離：3,350m ●時間：50分 ●カロリー：150kcal ●歩数：4,780歩



悠創の丘から古刹への散歩道

1 悠創館 開館9:00 閉館17:00
 駐車場、トイレあります。
 館内にはいろいろなウォーキングコース情報もあります。
【休館日】
 各月の第1月曜日
 (国民の休日にあたるときは、その直後の休日でない日)
 年末年始(12/29~1/3)
【お問い合わせ】
 023-635-6031

2 悠創の丘 開館5:00 閉館22:00
 左に朝日連峰、中央に月山、右に葉山(村山)の絶景を背にしながらすすみます。
 (毎日開園)



3 神尾古道
 山岳信仰(瀧山)の名残りの石積みがあり、山伏も通ったと伝えられています。




悠創の丘より拓かれた山路を進み、天台宗の高僧行基により開創された石行寺に向かいます。夏は小鳥のさえずりを聴きながら、秋は紅葉が美しく、また栗、柿、胡桃の発見を楽しみながら散策できます。

4 分岐点の案内板
 わかりやすく表示されています。



5 三桜田堰
 水の争いをなくすため造成され、それ以来、上・中・下桜田三村の田畑を潤す大切な堰になっています。



6 石行寺
 後年慈覚大師によって観音堂を設立。岩波観音と称され、最上三十三観音の第7番札所に指定。庭園には滝が流れ、四季折々の景観を楽しめます。特に樹齢350年の紅葉は圧巻です。



8 姥神
 竜山川を三途の川に見立てた奪衣婆(だつえぼ)の像です。



7 山吹ロード
 4~5月には山吹が鮮やかに咲き乱れ、側にせせらぎを見ながらの散策は心を癒してくれます。山吹の花言葉は「気品」「金運」です。



※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング10分=30kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重(60kg)を基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用ください。

●距離：5,040m ●時間：76分 ●カロリー：230kcal ●歩数：7,200歩

癒しのあじさい参道



良向寺 ゴール

1 良向寺

山形県出身の江口文四郎、新関岳雄の文学碑、斉藤吉雄の顕彰碑があります。



2 あじさい参道

初夏には、40種3,000株のあじさいが500mの参道に咲き誇り、あじさい寺とも呼ばれています。



夫婦杉

3 出塩文殊堂

出塩文殊堂の本尊は学問の神様で、高畠の亀岡文殊と同じ木から造られています。



豊かな田園風景を歩いて、心に爽やかな風が吹いた後は、アジサイの群生に包まれる、心が癒されるコースです。良向寺(出塩文殊堂)の参道、約500メートルは約3,000株のあじさいが咲き誇り、毎年、6月末～7月初にかけて「あじさい祭り」が開催されます。途中に登り道があるので、運動効果も期待できるコースです。



みのりが丘

参道は階段になっており、雨の日、冬場などは滑りやすいため、足元に注意してください。



4 弘法の池

およそ、1200年前弘法大師が塩の不足を助けようと、塩水の湧き出る池を掘られました。出塩という地名の起りでもあります。



5 3つの石碑

廣福寺へ向かう目印。草が生い茂り見逃しやすいので注意してください。



6 廣福寺

竜宮城を思わせる荘厳な佇まいは圧巻です。また、寺を背にして見下ろす、四季折々の花々も楽しめます。



10 阿部堅田養鯉場

見学可能。散策時気軽にお立ち寄りください。



9 常明寺公民館

8 常明寺金魚錦鯉発祥の里

明治後期に常明寺の池に赤い魚を見つけ金魚と名付け商売として始めました。昭和に入り金魚錦鯉の生産団地が作られ、金魚錦鯉の里として栄えました。



7 若木公民館

※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング10分=30kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重(60kg)を基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用ください。

●距離：4,830m ●時間：73分 ●カロリー：220kcal ●歩数：6,900歩

大郷歴史めぐり



公式HP

大郷コミュニティセンター ゴール

1 大郷コミュニティセンター



2 中野城趾

山形城主第9代最上義定の子中野満基が築いた城跡です。



3 船町渡船場 榊形跡

舟運時代、山形の表玄関河港の荷揚げ場として栄えたところです。



4 市神様

市場の神様。中野七日市場街道から船町大日堂境内へ移転された石碑があります。



5 船町貴船大明神

京都鞍馬から分霊された神社。その敷地にある櫓のほら穴に順徳天皇が一週間隠れて滞在したと伝えられる神社です。



6 七日市場

中野城時代、毎月七のつく日に商人が市場を開いた所です。



7 中野城南大手門跡

城に向かう武士達が、大手門前にある石橋を渡って登場したといわれる所です。



9 雲祥院

山形城主第9代最上義定公の墓がある寺です。



8 中野神社

中野山王尊日枝神社と元村社中野八幡神社が合祀されている神社です。



須川流域の「船町」は、庄内と山形を結ぶ河港として、山形城下に最も近い船着き場として栄えました。さらに、出羽三山参りの交通の要衝として、水路・陸路両面で繁栄した歴史があり、室町期には最上家が築城した「中野城」があったとされています。



※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング10分=30kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重(60kg)を基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用ください。

●距離：5,130m ●時間：77分 ●カロリー：230kcal ●歩数：7,330歩

「遺跡と泉の里」楯山 十文字 地区を歩こう



1 楯山コミュニティセンター たてやまなかま館 (かん)



2 延命地蔵(延命水神)

高瀬から山寺街道を通り、二口峠に至る分かれ道で、水が沸き出でる所に祀られました。近年、隣に水車小屋が設置されています。



3 大原地蔵尊

地蔵尊の建つ大原路は、出羽三山参りや船荷の運搬などの新幹道路だったため、旅の安全や縁結びに子宝、安産や夜泣きなど利益があるとて、厚い信仰を受けています。



4 天満神社 奥の院

天満神社の東方にあり、杉木立にかこまれています。



5 天満神社

学問の神様である菅原道真公を御祭神とし、大鳥居は1746年で境内で古く、本殿は1825年鐘楼は1845年作(昭和45年4月再建造)本殿は宮造りで彫刻は巧みな施しです。



6 薬師堂

悪疫の流行を祓うために、当地に薬師堂が建てられたと伝えられています。このお堂は天満神社の前の本殿改築のときに当地に移したもので、地区最古の建築物です。



9 十文字川原田児童遊園

春は村山高瀬川の流れの中に満開の桜が眺められ、心が洗われる風景です。



8 古峯神社(こぶはらさま)

7 阿弥陀寺

開山以来700有余年を経た歴史のある寺院です。7月上旬～8月下旬にかけて咲き誇る蓮池が、訪れた人の目を楽しませてくれます。



古く懐かしい風景を見ながら、楽しく歩ける地区です。古くからの泉や果実畑など、自然や歴史の中に四季の移り変わりを感じながら歩きましょう。



山形城史跡を巡る



山形城は、安土桃山時代の文禄年間(1593年～)のはじめ、当時の山形の領主最上義光によって、全国有数の平城として整備されました。現在、二ノ丸区場内(霞城公園)及び三ノ丸の一部が史跡となっているほかは、山形城三ノ丸の面影を残す箇所はわずかとなっています。史跡を巡り、山形城に思いを馳せます。



やまがたじょうきたもん
1 山形城北門

こうえん
2 みつばち公園
やまがたじょうざん まるほり
山形城三ノ丸堀
山形城の三ノ丸堀の跡に造られた公園。公園内には堀の名残の段差が見られます。



れきし みち
3 歴史の道
山形城三ノ丸外堀沿いの古道です。



さいべい ならだいまうじん
4 財部稲荷大明神
山形城郭外十一口の三ノ丸の要地小田口土堤の内側西方に鎮座していた社です。火の神を祀り、聖火の下、食住の平安を守護する靈験顯著な社です。



きゅうちようめいひょうじ ちゅう
7 旧町名標示柱
きゅうかすみちようあざろくじゅうりごえ
(旧香澄町字六十里越)

山形城三ノ丸内南方で、出羽三山の参詣者などが通る六十里越街道の起点となったところです。



ことほいなり じんじゃ
6 壽稲荷神社
最上義光公時代に城外の稲荷塚にあったが、城主鳥居忠政公が山形城の鎮護の神として城内稲荷口の現在の地に移したものです。



やまがたじょうざん まるいごうあと
5 山形城三ノ丸壘壕跡
(稲荷口付近)
昭和48年までは水を湛えた壕が残っていました。この由緒ある旧跡を遺すため、その形状を生かした公園として整備したものです。



れいせき いし ひ
8 霊石よなき石(碑)
この地に言い伝えられていた石塔を「霊石よなき石」として祀っています。



じょうなん ばしこうえん
9 城南橋公園
高架下に、健康器具が2種類あります。



きゅうちようめいひょうじ ちゅう
10 旧町名標示柱
きゅうかすみちようあざみなみおつてまえ
(旧香澄町字南追手前)
旧香澄町字南追手前は、山形城三ノ丸南追手門(のちに南大手といわれた)の前に当たっていたところです。



山形城北門 ゴール

※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング10分=30kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重(60kg)を基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用ください。

●距離：4,780m ●時間：72分 ●カロリー：220kcal ●歩数：6,830歩

小白川町の歴史と自然の再発見



① 馬見ヶ崎プールジャバ

ちょっと立ち止まり耳をすまして、馬見ヶ崎川のせせらぎを聞いてみましょう。



② 桜並木

春になると河川沿いの200本の桜が市民を癒してくれます。



③ 松原緑地(親水広場)

身近に水に親しんでもらえる場所として整備されました。



400年の歴史ある山形五堰をたどりながら、春は満開の桜、夏には新緑の林道となり、河原の芋煮会は秋の訪れを感じさせてくれる自然散策コースです。



馬見ヶ崎プールジャバ ゴール

⑨ 小白川第一分水工

ここは「御殿堰」と「八ヶ郷堰(はつかごうぜき)」が分かれるところです。水の分配をつかさどる「天之水分神(あめのみくまりのかみ)」が祀られています。



⑧ 勝軍地蔵尊 (頭加智地蔵尊)

愛宕神社参道入口に鎮座する市内最大級のお地藏様です。勝負事に勝つ、街道を守る道饗の守り、また安産・子育てのお地藏様として信仰を集めています。古く義光祭では小白川のシンボルとして山車のモデルになりました。愛宕神社の本殿は、ジャバ前の広場から山側へ入った鳥居の奥、盃山の中腹にあります。



⑤ 松原配水場

⑦ 十二柳公園

公園の一角に地下水の人工涵養(かんよう)池があります。貴重な資源である地下水の保全と地盤沈下の予防を目的として整備されました。



④ 松原浄水場

山形市で使用する水道水の約4割を供給している施設です。

⑥ おおはぐる公園

公園の裏手には笹堰が流れています。

※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング10分=30kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重(60kg)を基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用ください。

7 山形市 ウォーキングマップ

●距離：S 3,460m / L 4,620m ●時間：S 52分 / L 69分 ●カロリー：S 160kcal / L 210kcal ●歩数：S 4,940歩 / L 6,600歩

街なかウォーキングコース 【ショートコース(S)・ロングコース(L)】



霞城公園 ゴール

1 霞城公園

2 歌懸稲荷神社

歌を詠まなければ渡ることが許されない橋があり、お参りの際に歌を奉納する習慣があったことが「歌懸」の由来といわれています。また、境内の北西には、市内最大の三ノ丸跡もみられます。



3 山形まるごと館紅の蔵

紅花商人であった長谷川家の旧家、蔵屋敷を活用し「山形の歴史、文化を活かした新たな魅力とにぎわいの創造」をコンセプトに、山形の魅力ある食の提供、地域特産品の販売、伝統野菜をはじめとする安心・安全・新鮮な農産物の直売、各種イベントの開催、観光情報の提供などを行っています。



山形市の中心市街地を巡るコースです。

山形の夏を彩る花笠まつりの舞台でもあるメインストリートです。

4 ほっとなる広場

ちょっと休憩しましょう。

5 水の町屋七日町御殿堰

山形市は、蔵王山系より流れる豊富な水によってできた扇状地。「奥羽の驍将（ぎょうしょう）」と呼ばれた最上義光の城下町です。その城下町の中心、七日町にあるのが「水の町屋七日町御殿堰」。老舗とモダンが混在し、山形の歴史と伝統、そして山形発の最先端の情報が凝縮した癒しの空間です。市民の憩いの場として親しまれています。



7 山形県郷土館「文翔館」

「文翔館」(山形県旧県庁舎及び県会議事堂)は、大正5年に建てられた英国近世復興様式のレンガ造りの建物です。昭和59年に国の重要文化財に指定されました。様々な文化活動の場として広く一般に開放され、親しまれています。



6 gura (グラ)

四季と生産者を「つなぐレストラン」、山形の素材と技術を「活かすクラフトストア」、文化とコミュニティを「愉しむラウンジホール」、みんなとゆったり「集える広場」で構成されています。山形の「食」「デザイン」「人」が集まる「まちなかの居場所」。3つの蔵と開放的な広場があり、新しいヒト、モノ、コトに出会える空間です。



※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング10分=30kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重(60kg)を基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用ください。

⑧ 山形市 ウォーキングマップ

成沢城跡公園 散策



● 距離 / 約 1,500m ● 時間 / 約 50 分 ● カロリー / 約 80kcal ● 歩数 / 約 3,000 歩

① ほりきり堀切

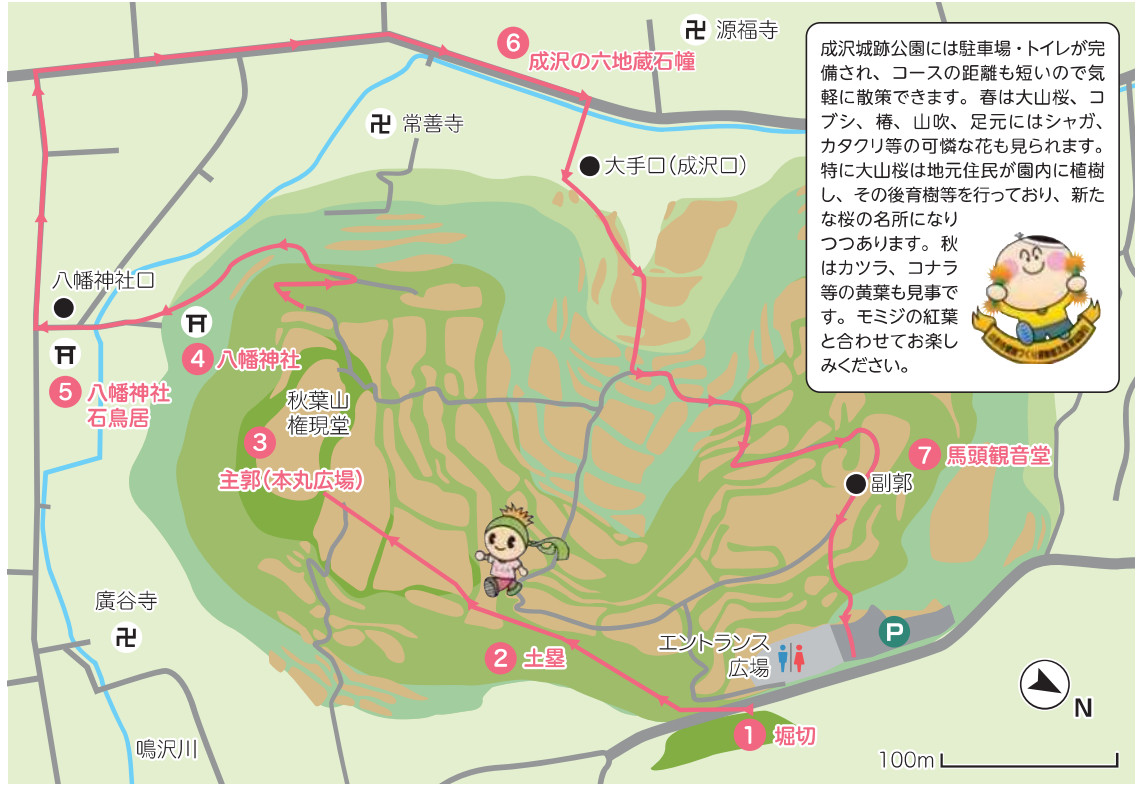
敵の襲来を避けるために山の尾根筋に造られた堀のことです。

② どるい土塁

主郭か副郭のどちらかが敵の手に落ちても残りの曲輪に敵が侵入するのを防ぐ目的で造られたと考えられます。

③ しゅかく主郭

成沢城の拠点となる曲輪。本来山頂であったところを削って平らにしたと考えられます。南の麓にある八幡神社は元はここに鎮座し、成沢城築城に際し現在地に移転したと伝えられ信仰と密接に関わっていました。



④ はちまんじんじゃ 八幡神社

天喜5年(1057年)陸奥守源頼義が男山八幡を分遷し戦捷を祈願したと伝えられます。平成11年成沢城跡公園整備を記念して成沢城本丸跡に奥宮を建立し成沢総守護神社として崇拝されています。

⑤ はちまんじんじゃいしとりい 八幡神社石鳥居

凝灰岩製高さ436cm、柱は95.5cm直立柱でその上に一石よりなる島木と笠木をのせています。平安時代末期の造立と推定され、龍山仏教文化の繁栄した時代、鳴澤口参道入口の象徴として石鳥居が建立されたと伝えられ、昭和27年最古の鳥居として国の重要文化財に指定されています。

⑦ ばとうかんのんどろ 馬頭観音堂

副郭は主に北方面に対しての防御を担っていました。北や西の尾根筋に麓から続く小規模な曲輪が設けられ、これらと連動して敵の侵攻を防いだと考えられます。今は馬頭観音堂があります。

⑥ なりさわ ろくじぞうせきどう 成沢の六地藏石幢

城の東に望む瀧山は昔から信仰の山として、多くの登山者を集めました。このため城内や周辺集落に信仰の痕跡を残す石造文化財等が多く点在しています。

成沢城跡公園には駐車場・トイレが完備され、コースの距離も短いので気軽に散策できます。春は大山桜、コブシ、椿、山吹、足元にはシャガ、カタクリ等の可憐な花も見られます。特に大山桜は地元住民が園内に植樹し、その後育樹等を行っており、新たな桜の名所になりつつあります。秋はカツラ、コナラ等の黄葉も見事です。モミジの紅葉と合わせてお楽しみください。

※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング10分=30kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重(60kg)を基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用下さい。

9 山形市 ウォーキングマップ

長谷堂城跡公園周辺散策



●距離/約 1,800m ●時間/約 60分 ●カロリー/約 180kcal ●歩数/約 3,000歩

① はちまんぐち
八幡口

右前方に菅沢山(本陣)左前方に富神山(見張り台)を見ていざ出発。




② どるい
土塁

敵の攻撃や侵入を防ぐ土手になります。

③ くるわ
曲輪

案内板が沢山あり、先人の巧みな戦略を知ることができます。




長谷堂城は標高約 230m、ふもとの高さ約 85m、南北約 670m、東西約 400m の小規模な独立丘陵に造られています。豊かな自然に恵まれた城山で、シダレザクラ、アジサイ、シャガ、フジ、ヒガンバナ、アズマシヤクナゲなど、季節に応じて様々な植物を楽しむことができます。


はせどうじょうあとこうえん
長谷堂城跡公園

観音坂から少し歩いてコースを振り返ると別名亀山城はその姿を現します。亀の姿を形どった長谷堂城跡はなんとも感慨深く、先人たちの足音やざわめきさえも聞こえてきそうな気がします。



④ ちょうじょう
頂上(市街地風景)

西方面から山形市街地のパノラマが見事です。八幡崎口から25分ほどで到着します。




ウバユリ (7~8月)




ヒガンバナ(9月)

はちまんぐち
八幡口 ゴール

ちくりん
竹林

籠城戦で矢が不足したとき、この竹で矢を作ったとのいわれがあります。



※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング 10分=30kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重(60kg)を基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用下さい。

10

山形市 ウォーキングマップ

吉祥院と健康の森公園




公式HP

●距離/約 5,600m ●時間/約 100分 ●カロリー/約 266kcal ●歩数/約 8,000歩


① まみがさきかせんこうえん
馬見ヶ崎河川公園
(天神町地区)

公園にはベンチがあり、桜並木は綺麗です。




② きちじょういん
吉祥院(千手観音)

創建から1280有余年の歴史を刻む天台宗のお寺・守國山吉祥院は、この地域では千手観音とも呼ばれ、最上三十三観音の第三番札所となっています。ここでは四季折々の花々や木々を楽しむことができます。




③ ななうらじどうゆうえん
七浦児童遊園

背伸ばしベンチ、脇伸ばし、ぶら下がり、腰ひねりの健康器具が設置されています。健康器具を使って運動してみましょう。




④ けんこう もりこうえん
健康の森公園

4つの高低差のある広い芝生、憩いのゾーン、出会いのゾーン、安らぎのゾーン、語らいのゾーンがあり散策が楽しめます。子供向けの遊具やサッカー場もあります。



⑤ つつみさくら ゆうほうどう
堤桜と遊歩道


昭和27年川沿いに100本の桜を植えたそうですが、今は右京橋の近くに5本の堤桜があります。



まみがさきかせんこうえん
馬見ヶ崎河川公園(天神町地区)
ゴール


⑦ みさきじょうすいじょう
見崎浄水場

山形市内の上水道配水区域の約40%の区域を受け持つ施設となっています。日量は60,000m³の処理能力を有します。見学は事前予約が必要です。



⑥ うきょうばし
右京橋

もとはつり橋でしたが平成3年にかき替えられたものです。数年前には秋にサケの遡上も見られました。



11 山形市 ウォーキングマップ

馬見ヶ崎川原と沼の辺周辺散策

●距離/約 4,500m ●時間/約 90分 ●カロリー/約 270kcal ●歩数/約 8,400歩



まみがさきかせんじきちゅうしやじょう
馬見ヶ崎河川敷駐車場
ゴール

8 あみだどう いし 阿弥陀堂とへそ石

阿弥陀堂は室町時代中期の阿弥陀如来像を祀り、双月村の鎮守様。境内に出べそのように露出した石があり、古代石信仰として病魔消除を祈願したと考えられます。



7 にちがつじんしゃ 日月神社

神仏分離令までは日月燈明佛を祀り、現在の祭神は天照大神と月詠命です。



6 すずかわこうえん 鈴川公園

広々とした公園は市民の憩いの場となっています。



鈴川地区(鈴川村)の地名の由来は、かつて村内を流れていた馬見ヶ崎川を伊勢神宮の五十鈴川になぞらえてつけられたと伝えられています。川音を聞きながら、春は桜、夏は深緑、秋は紅葉と、四季折々の風景の中での散策は、心身ともに癒されます。



1 まみがさきかせんじき 馬見ヶ崎河川敷 駐車場

双月橋の北側右岸(鈴川側)にあります。



2 さくらなみき(ていぼう) 桜並木(堤防)

春には桜のトンネル、秋には紅葉と、散歩を楽しめます。



3 にわたりじんしゃ (にわたりごんげん) 荷渡神社(庭多利権現)

交通安全・荷物の無事を祈った神社であり、双月町の鎮守様。双月和紙に関わる植物(コウゾ・ミツマタ等)が植えられています。



4 にちがつさん みょうこうじ 日月山 明光寺

大正12年荒川重威によって日蓮宗東北根本道場として開山しました。



5 ぬまべ 沼の辺

鈴川村の頃、毎年干ばつが続いていたそうです。沼の辺に貯水池を造ることになり、昭和18年から着工して23年に竣工しました。その当時はボートや屋形船なども浮かべていたそうです。今は釣りを楽しむ人で賑わっています。



※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング 10分=30kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重(60kg)を基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用下さい。

12

山形市 ウォーキングマップ

旧跡名勝国分寺薬師堂周辺の歴史

● 距離 / 約 2,500m ● 時間 / 約 60分 ● カロリー / 約 120kcal ● 歩数 / 約 3,100 歩



やまがたけんこくじんじゃ
山形県護国神社 ゴール

1 やまがたけんこくじんじゃ
山形県護国神社

初詣の参拝客が県内で一番多い神社です。明治維新から第二次世界大戦までの戦没者4万人が合祀されています。

2 こくぶんじやくしどう
国分寺薬師堂
やくしこうえん
薬師公園

薬師祭りが行われる5月8日～10日は日本三大植木市の一つである「薬師祭植木市」が行われます。薬師堂本堂の裏手には、庭園などがある薬師公園があります。

3 はか
オットセイの墓

柏山寺の墓地の一角に明治44年の山形北大火の際に死んだサーカスのオットセイ(プロニー)の墓があります。



4 くまのじんじゃ
熊野神社

もともとは行蔵院という寺で、最上家始祖の斯波兼頼が山形城内に築造し、山形藩3代目藩主最上義俊の時代に山形城の鬼門にあたる現在地に移し鎮座したと伝わっています。

5 あずきじぞうそん
小豆地藏尊

極楽寺に通称小豆六地藏尊という地藏様があります。地藏様の前に餅屋があり、参詣する人たちが小豆餅を買って供えたのでいつの頃から小豆地藏というようになったとのこと。

6 さとのみや ゆどのさんじんじゃ
里之宮 湯殿山神社

明治9年山形県初代県令三島通庸により県庁舎の守護神として創建されたものです。6月には「茅の輪くぐり」が行われています。

8 やくしどうまえ みやまちぜき
薬師堂前の宮町堰

国分寺薬師堂前の県道を挟んだ南側に「宮町堰」(みやまちぜき)があります。江戸時代初期の山形藩主鳥居忠政の時代、当時の馬見ヶ崎川は薬師町から山形城北高校前を流れていましたが、河川の流路を変更する工事を行ったとされ、その後設けられた堰になります。

7 はっかごうぜき
八ヶ郷堰

文翔館の北側には山形五堰の一つである八ヶ郷堰(はっかごうぜき)が流れています。

※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング 10分=30kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重(60kg)を基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用下さい。

13 山形市 ウォーキングマップ

橋Bridgeから眺めるふるさとの山々



● 距離 / 約 2,000m ● 時間 / 約 40分 ● カロリー / 約 100kcal ● 歩数 / 約 3,000歩

1 そうつきばし 双月橋

東南の方には、千歳山、盃山、西蔵王、竜山 北には、河川敷 その先に葉山が見えます。残念ながら水量が少ないため、川面に映るわが身と天空の模様は見れませんが、ぜひ立ち止まってみてください。



2 にほんいち いもになべ 日本一の芋煮鍋



直径6.6メートル、重さ約4トン、鍋の蓋には金山杉が使われています。平成30年(2018年)に多くの市民、団体、企業の寄付により作成されました。この巨大なべで、秋の「日本一の芋煮会フェスティバル」で3万食の芋煮を作ります。ちなみに、引退した平成元年(1989年)作成の初代なべは、唐松観音駐車場に、平成4年(1992年)作成の2代目は、現在山寺に展示されています。

緑町4丁目～小白川町3丁目周辺をゆっくり歩くコースです。

- ☆みどころ☆
1. 日本一の芋煮鍋 近くで見るとやはり大きい!
 2. 両側に堰が流れている道 「御殿堰」と「八ヶ郷堰」
 3. まみがさき歩道橋 橋の中央まで行き、川上の遠くを見ると雁戸山、川下の方を見ると月山が見えます
…そして川原沿いの桜並木 春はピンク、初夏は新緑、夏は緑の葉陰で、秋は紅葉の黄色や赤を楽しめます。



5 ほんとうきょう まみがさき歩道橋

橋のたもとを見ましたら、昭和48年(1973年)竣工とありますが、最近でたばかりのように色鮮やかにきれいに手入れされています。橋の真ん中から東を見てください。のこぎりの歯のように切り立った雁戸山が見えます。振り返って西を見てください。霊峰月山です。



3 ごてんげき はっかごうげき 御殿堰と八ヶ郷堰

山形市街を流れる歴史的遺産 山形五堰(やまがたごせき)。国道13号バイパスの山形大橋東側にある「山形五堰小白川第1分水工」から分かれた2つの堰が市道の両側(北側:八ヶ郷堰、南側:御殿堰)を流れています。



4 こじらかわてんまんじんじゃ 小白川天満神社

祀られている2柱の御歌も拝殿に掲げられています。
「こち吹かば 匂いおこせよ 梅の花
あるじなしとて 春な忘れそ」
「美しや 紅の色なる梅の花
あこが顔にも つけたくぞある」
菅原道真 作
「倭(やまと)は 国のまほろば たたなづく
青垣 山こもれる 倭しうるわし」日本武尊 作
神社内には、昭和54年市指定の保存樹 櫻の大木、苦学勉勵の祖二宮金次郎の像もあります。



① ぱっぶや霞城セントラル店



・肉野菜炒め定食 950円(税込)ほか
 提供日時: 11:00 ~ 21:00
 住 所: 山形市城南町 1-1-1
 霞城セントラル 1F
 定休日: 無休
 電 話: 023-616-3131



② 中国料理 紅花樓



・五目つゆそば 990円(税込)ほか
 提供日時: 11:00 ~ 14:30/17:00 ~ 21:00
 提供はお店にお問い合わせ下さい
 住 所: 山形市城南町 1-1-1
 霞城セントラル 24F
 定休日: 月
 電 話: 023-647-6311



③ 旬彩四季 ひろぜん



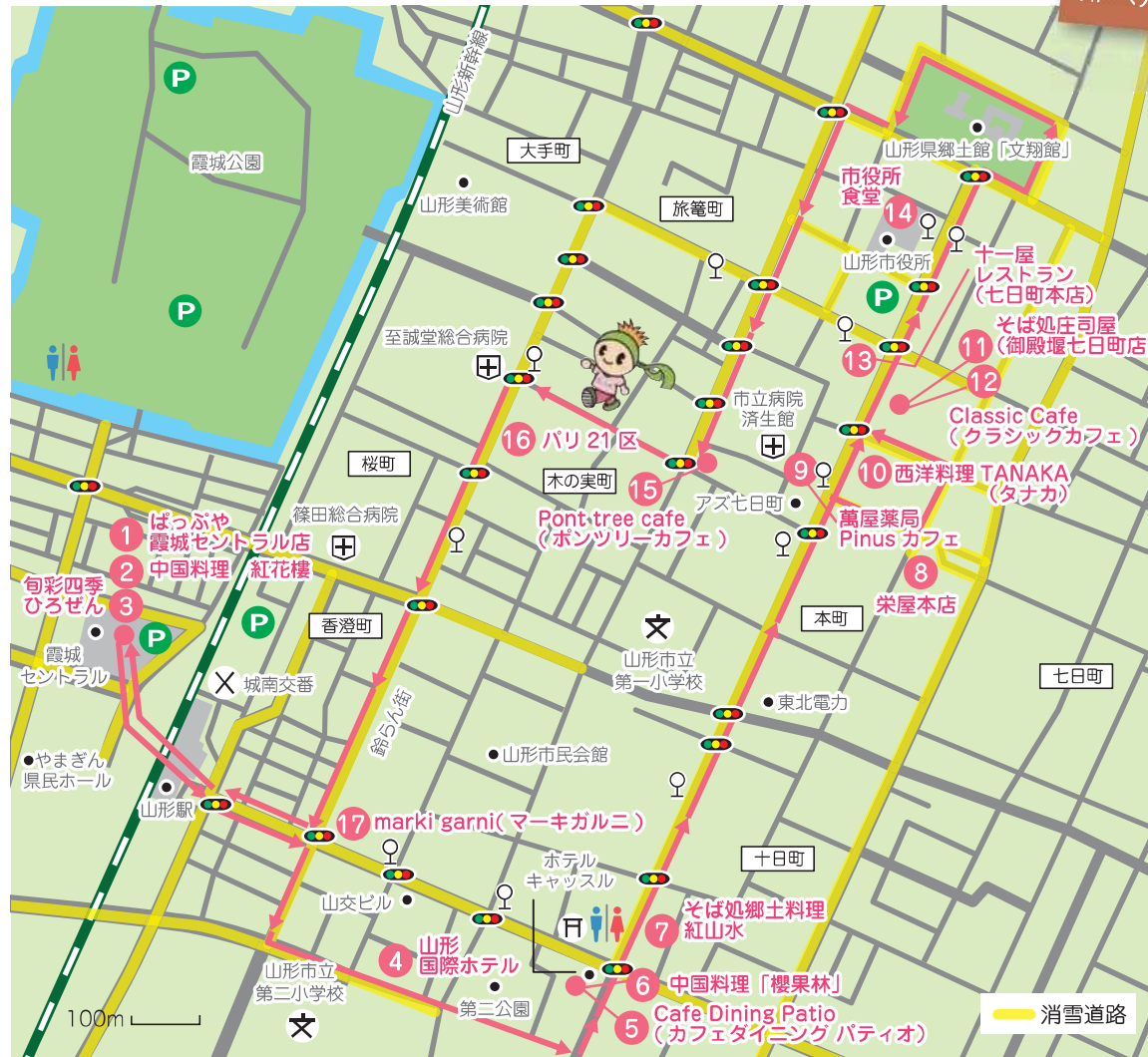
・健康ランチ 1,650円(税込)
 提供日時: 11:30 ~ 14:00(土日祝)
 住 所: 山形市城南町 1-1-1
 霞城セントラル 24F
 電 話: 023-685-8760



14 山形市 ウォーキングマップ

中心市街地 SUKSKメニュー 提供店マップ

SUKSKメニュー提供店を巡る、中心市街地のウォーキングマップです。消雪道路上にコースを設定していますので、冬期間のウォーキングにもぴったりのコースです。



●距離/約 5,400m ●時間/約 102分 ●カロリー/約 250kcal ●歩数/約 6,800歩

SUKSKメニューとは **SUKSK**

減塩・野菜たっぷり・栄養バランスなど、市が定めた基準を満たした健康メニューです。賛同を得た中心市街地の飲食店で提供しています。最新の情報はHPへアクセス!!



④ 山形国際ホテル



・バイキング 1,500円(税込)
 (小学生以上)
 提供日時: ホテルHPで
 ご確認ください
 住 所: 山形市香澄町 3-4-5
 電 話: 023-633-1313



⑤ Cafe Dining Patio (カフェダイニング パティオ)



・野菜たっぷりフロッコナーゼ
 単品 1,200円(税込)
 セット 1,600円(税込)
 提供日時: 11:30 ~ 14:30
 住 所: 山形市十日町 4-2-7
 ホテルキャッスル 1F
 定休日: 無休
 電 話: 023-631-3311



※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング 10分=30kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重(60kg)を基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用下さい。

15 山形市 ウォーキングマップ

コース 距離：4,600m 時間：69分 カロリー：207kcal 歩数：6,600歩

東沢蔵王大権現・唐松観音とせせらぎ



公式HP

1 釈迦堂河畔公園



しゃかどうかはんこうえん
 駐車場：開門 5:00
 閉門 20:00
 12/1～3/31終日閉門
 遊具やあずまや・水道・トイレが整備されています。

2 馬見ヶ崎川合口頭首工



まみがさがわごうぐちとうしゅこう
 山形五堰の水は全てはここから取水され、その後各々の堰に分水されています。

3 せせらぎ水路

人工の浅瀬で水遊びができます。水藻が生えて滑りやすいので注意してください。



4 法来寺釈迦如来立像

白馬山法来寺境内に平安末期に京都から来られた釈迦如来立像(有形文化財)があります。正月1日～3日に公開しています。



5 佛足石

法来寺釈迦如来立像と同じ法来寺境内にあります。江戸末期のもので「仏がここにいる」として礼拝されるものです。



6 蔵王大権現

御祭神・御本尊として、水神・除災招福・五穀豊穡の神仏とされる蔵王権現(金剛蔵王権現)を祀り日本の山岳信仰である修験道の本尊になります。その歴史は古く、天武天皇の頃、吉野金峰山の蔵王権現を分祀したことが始まりと伝えられています。



8 唐松観音



最上三十三観音五番札所。ムカサリ絵馬や天井画も見どころです。

7 唐松観音多目的広場



バス停(待機場) 駐車場。日本一の芋煮会の初代鍋太郎が展示されています。朱い橋を渡って唐松観音へ。
 ※東沢観光案内板があります



釈迦堂河畔公園には、駐車場、水道、トイレが完備され、誰でも、楽しくウォーキングができます。木々の芽生える季節には、緑の濃淡が美しく、秋はグラデーションに紅葉した葉が目に入ります。せせらぎ水路には、子どもでも遊べる浅い水路があり、その前に並べられた腰かけ石には、童謡が刻まれています。

○について
 横断する際は十分に注意して渡ってください。



16 山形市 ウォーキングマップ

コース 距離：3,350m 時間：50分 カロリー：150kcal 歩数：4,800歩



公式HP

飯塚町史跡を巡るウォーキング

1 飯塚コミュニティセンター

いづか

2 山形市立宮浦小学校

やまがたけんしりつみやうらしょうがっこう



山形市立第十小学校の児童数が1800人に達した1981(昭和56年)4月1日に分離しました。引っ越しの時は児童が自分のイスを農道を歩いて運びました。

3 めしつか稲荷

いなり



この社の祭神は「飯塚」の地名発祥のもととなったと言われています。

4 楊柳寺

ようりゅうじ

本尊は十一面観音(秘仏)室町以前の作とみられる古い仏像です。明治以降は村の文化・福祉の中心でした。



5 石碑群

せきひぐん

県道の整備に伴い、神仏の石塔も一カ所に集められました。東から、大神宮、蔵王山、湯殿山、戦役記念碑、開道記念碑の順に神仏と記念碑で区切られています。



6 飯塚小学校跡

いづかしょうがっこうあと

飯塚小学校は明治6(1873)年楊柳寺を借り受けて創設。県女子師範付属、村立、市立となった校舎跡です。



7 切支丹道

きりしたんどう

ここに残っている小道は中山町から上山のほうまで通じていて切支丹信者やバテレン(宣教師)達が人目を避けて往来していたと言われています。



山形市の西方に位置し、東西に延びる飯塚町。飯塚街道沿いの道を史跡を巡りながら歩きます。



9 鶴塚(恵みの竹藪)

いづか りごーる

お疲れ様でした。クールダウンを忘れずにネ!

8 庭園

つるづか めぐ たけやぶ

親孝行娘のタケと庄屋様の温情と矢負の鶴の昔話。変わった結末なので案内板をお楽しみに!



庭園

ていえん



池と池の間に水路が流れていて、初夏は睡蓮、レースホワイトなどが咲き乱れ、秋はコスモスやコキアの紅等が見事です。道路から観賞できます。

※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング10分=30kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重60kgを基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用ください。

17 山形市ウォーキングマップ

1 千歳コミュニティセンター

2 三栄山稱念寺

稱念寺は浄土宗で総本山は京都知恩院である。1376年足利將軍家臣渡辺左近将監朝俊の三男が東通りに小庵をつくり稱念と称した。



3 やんめ地蔵

やんめとは「脂目」(やにめ)がなまったもの。1767年長町の名主が施主となり眼病治癒を祈願し建立された。



4 長岡但馬守屋敷跡

最上義光時代、街道を屋敷の西側に通し間口12間、奥行25間の家臣団の屋敷を配して街並みを作った。長い屋敷町から長町と称した。



5 よだれ地蔵

旧13号線長町表通り脇にあり、1786年に建立された。口許が濡れたように黒く変色して、よだれのように見える。



長町の由来を巡る

コース
距離 2,840m
時間 43分
カロリー 129kcal
歩数 4,000歩



公式HP

ちとせ 千歳コミュニティセンター

10 荷渡り権現

青柳や北河原方面に行くにはここから渡し船が出ていた。



9 奉再奠大乗妙奠供養塔



東南西北100間の長町館があった。1714年2月15日に館解体の際建立された。

8 熊野神社と桐の巨木

1357年頃、山形の祖斯波兼頼が山形城北郊の鎮護として勧請したと伝えられている。桐は樹齢500年で幹回りは2m83cm、樹高は約20mあり保存樹になっている。



7 熊野三社大権現碑

1791年に建てた石碑で、三社とは熊野本宮大社、速玉大社、那智大社のことである。当時神社参道を作るのに関係した人々が建立したと言われている。



6 馬頭観世音碑

1846年に五穀豊穡天下泰平を祈願し建立したと伝えられる。



※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング10分=80kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重60kgを基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用ください。

18 山形市 ウォーキングマップ

コース 距離：6,020m 時間：90分 カロリー：270kcal 歩数：8,600歩

自然豊かな高瀬地区



公式HP

1 高瀬紅花ふれあいセンター



2 慈覚大師の休石



二口峠を越えて出羽の国(山形)に来た慈覚大師(円仁)が、腰掛けて休んだ石(腰掛け石)。休石という地名の由来となった。

3 村社神明神社

高瀬地区には各所に神社があり、その一つ古来よりの石塔に刻み込まれた年号や遺跡が多い。



空の青さと緑が目眩しく、町の中を静かに流れる小川のせせらぎに心癒されるコースです。高瀬地区は、古来陸前前(仙台方面)と出羽の国(山形方面)を結ぶ重要な街道で、慈覚大師(円仁)や一向上人も通った道でもあります。このコースは、全体として距離が長いので、歩く人の体力やその時の状況に合わせて、風立寺のある北の地域、または桜のみごとな見瀧寺のある南の地域に分けて散策してもいいと思います。



横断する際は十分に注意して渡ってください。



ショートコース

1. ①→②→⑥→⑦→⑧→①
2. ①→②→③→④→⑤→⑥→①

8 風立寺



856年高僧円仁(慈覚大師)により開創された寺。本尊である阿彌陀如来は「三宝岡生き如来」として「安樂往生」(コロリ観音)信仰として靈驗あらたかな阿彌陀如来です。

7 萬徳寺



門前のお地藏様もにっこりと迎えてくれます。

4 圓通山見瀧寺

春には見事な桜が咲き、市の天然記念物になっている。



5 石塔碑群

羽州出羽の国(山形)と奥州仙台を結ぶ最短の陸路の主要道として行き交う人馬の往来をしのばせる見事な景観の石塔碑群である。



6 休石八幡神社

本社の創立は天皇第21代白河天皇、永承年中陸奥の守、鎮守府將軍源義家が、奥州征伐の時、一時退去してきてこの地に滞在中作戦を立て直した。その時義家は守り本尊の八幡大菩薩を鎮座し祭祀を行い、戦捷を祈願し、再び奥州征伐に出て、勝利を得たのでこの地に村民が休石八幡神社を建立したと言い伝える。



※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング10分=80kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重60kgを基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用ください。

19 山形市ウォーキングマップ

1 鳥海月山両所宮

宮町の地名の起こりとなり、国家泰平、武門吉事の宮で、古くから「お宮さま」とよばれ、北の総鎮守として敬われてきました。境内には、「藤太の休石」「金井水」といった言い伝えが残されています。



2 鳥海月山両所宮 境内の弁天池

後三年の役の時、ある武将が右目を射られながらも戦い、「お宮さま」まで来て、矢を抜いて池で洗い癒した。それからこの池の鯉はかわりに片目になったという宮町の七不思議の一つの「片目の鯉」伝説があります。



3 史蹟「七ツ石」

ある秋、田圃に大きな石が七ツ見つかかり石を掘り出し一ヶ所に片づけて置いたが翌日には元の場所に戻っていた。このようなことが繰り返され、天狗の仕業と諦めた。これが「天狗の七ツ石」という宮町の七不思議の一つとして残されています。



4 北山形駅前の小便小僧

小便小僧は、昭和31年(1956)10月北山形駅改築の完成記念に地元企業が寄贈したものです。昭和32年から小便小僧の衣替えが始まりました。地元のボランティア団体が時と季節の話題にあわせた衣装を提供し、話題を呼んでいます。



宮町・銅町の歴史伝説を訪ねて



公式HP

コース

距離：3,190m 時間：48分
 カロリー：144kcal 歩数：4,500歩



宮町は「鳥海月山両所宮」がシンボルになっている町で、その周辺には不思議な伝説が多く残っています。また銅町は山形鑄物の発祥地で、その由来を知ることができます。



8 迎接寺の宝篋印塔と山門の飾り金具

境内にある鑄物の宝篋印塔は明治30年(1897年)に建立された鑄物師名工小野田才助等の作です。山門は安政6年(1859)鑄物師名工佐藤金十郎が寄進したもので飾り金具に梅、蝉、朝顔の鑄物が施されています。



7 銅町のモニュメント「鉄瓶」「櫓」



県道山形天童線の道路両側に、山形鑄物を象徴する「鉄瓶」と鑄物工場のやぐらと鑄物師の姿、情景を表した「櫓(やぐら)」のモニュメントがあります。

6 圓應寺

延文元年(1356)山形に入部した斯波兼頼の創建と伝えられ、入部した翌年にあたる延文二年(1357)の銘がある板碑があります。また境内には梵鐘、善光寺如来などの歴史あるものが多くあります。



5 慈光寺の扉無し門

最初は扉をつけて山門を作ったが、一夜のうちに扉がとり払われ、幾度取り付けも無くなるので、これは天狗の仕業と噂され、扉をつけないままになってしまった。これが「慈光寺の扉無し門」という、宮町の七不思議の一つとして残されています。



※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング10分=30kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重60kgを基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用ください。

山形市 ウォーキングマップ

コース 距離：2,240m 時間：50分 カロリー：150kcal 歩数：3,000歩

盃山ウォーキング



公式HP

やまがたしまみがさき ①山形市馬見ヶ崎プールジャバ



波の出るプール、温水プールがあり年中水泳教室・健康づくりの教室なども行われています。

まみがさき ひろば ②馬見ヶ崎パークゴルフ広場



山形市に申し込むと誰でも無料で利用できます。さわやかな風に吹かれて、雁戸山を眺めながら楽しめます。

あたごじんじゃ ③愛宕神社



鳥居をくぐって、杉林に囲まれた歴史のある石段を登ります。小白川街道にある「頭加地地蔵」からつづく愛宕神社への参道です。苔むした石段、杉の巨木、いにしえの世界へのいざないです。

こうどうさんとうほくべつじん ④孝道山東北別院



1960年（昭和35年）に開山。山形市内を一望できる盃山の山腹にあり、本堂は伝統的な木造の寺院建築で、孝道山本仏殿（横浜市）の旧本堂を1979年（昭和54年）に移築しました。市民対象の「早朝座禅の会」を隔月で開いています。旧制山形高校（現山形大学）に学んだ文学者亀井勝一郎の文学碑もあります。



かいどう ⑤あじさい街道

少し勾配があるたくさんの人で踏み固められた道のわきに、あじさいが植えられています。



さかずきやまさんちよう じんじゃ ⑥盃山山頂 古峰神社

標高279メートル古峯神社のある所は、素晴らしい展望が開けています。月山から朝日連峰、飯豊連峰、白鷹山・村山盆地が一望できます。千歳山に負けず劣らず多くの市民に親しまれている山です。盃山古峯神社の脇には、由来の案内板があります。



愛宕神社、孝道山東北別院を経て、盃山山頂の古峰神社を目指します。盃山の山頂からは市内を一望できます。



ちゅうおうひろば ⑧中央広場

毎朝6時30分、ラジオ体操のラジオが流れます。盃山に登ったあと、ラジオに合わせてにこやかに体操している方がたくさんいます。

べついでんぼうだい てんくう えん ⑦別院展望台 天空の苑



孝道山東北別院の脇に展望台への道が通じています。千歳山方面の市街が一望できます。



※所要時間は時速4km、消費カロリーはウォーキング10分=80kcal、歩数は1歩=70cmで算出しています。※成人男女の平均体重60kgを基準に算出。歩数は歩く人の歩幅によって変動しますので、目安としてご利用ください。

山形市 ウォーキングマップ

コース 距離：5,580m 時間：84分 カロリー：252kcal 歩数：8,000歩



公式HP

氷河期から現代へ 歴史を辿る 水田ウォーク

1 コパル



コパルは障がいの有無や国籍、家庭環境の違いに関わらず、すべての子どもたちに開かれた遊び場として設計されました。周囲の山々に呼応した建物のデザインなど細部にまでこだわりぬかれた施設になっています。

2 一本杉



羽州街道が整備される元和8年前には出羽大道が通っており、それに沿った片谷地の村は、それぞれの丘陵に祭神が祀られ、寺屋敷といわれる地域に一本スギがあった。その後、片谷地は現街道に移ったが、樹齢約600年と推定される一本スギはそのまま残った。



コパル「ゴール」

7 甲箭神社



当社は源頼義等が勅命により、陸奥の豪族安倍頼時・貞任等を征伐する時この地に露営した。平定後、康平6年神恩に報ずる為、柏の木の下に祠を建て速神文明神とした。

6 下谷柏児童遊園



健康遊具も設置された児童遊園です。下谷柏公民館の敷地内にあります。

3 片谷地公民館

敷地内には健康遊具のある片谷地児童遊園もあります。



4 円龍寺

圓龍寺の宗派は浄土宗大谷派で、御本山は京都東本願寺です。羽州街道を行き来する人々が夏は涼しい木陰で憩い冷たい井戸水で喉を潤したところ。石垣の中に突き出ているお神楽石があります。探してみましょう。



5 氷河期の埋没林

地質調査や花粉分析などから、約27,000年前の氷河期時代の化石であることが明らかにされた。南山形一帯の地下数mには広く「化石の森」が埋もれていると推定されており昔の自然環境を知る貴重な自然遺産です。



山形市 ウォーキングマップ

コース 距離：約3,800m 時間：約80分 カロリー：約182kcal 歩数：約6,000歩

嶋遺跡文化とニュータウンをめぐる



スタート

1 嶋遺跡公園・東屋



古墳時代の遺跡である国指定史跡嶋遺跡を整備した遺跡公園。遺跡広場、歴史の出会いひろば、遊具広場、健康広場がある。

2 遺跡広場



遺跡発掘の様子や出土品（東屋内）、復元された住居跡を見ることができる。

3 遺跡公園内運動広場



8種類の運動器具が並ぶ。内側は一周400mのトラックがある。ウォーキングやジョギングコースとしても最適。

急速な発展を遂げた街並みと、古代の遺跡が点在する嶋地区とその周辺地区。嶋地区には国指定史跡の嶋遺跡を含む公園と、嶋堰を活用した親水空間により水と緑と歴史を実感できる活力ある街がつけられました。晴れた日には遠景に山形市を取り囲む山々を眺めながら古代に思いを馳せつつ新旧の街並みを巡ってみましょう。



※駐車場①～③は12月1日から3月31日まで閉鎖

4 嶋堰せせらぎ緑道

宮町堰下流にあたる嶋堰の地下に雨水排水幹線を設置し、上部にせせらぎを残した。



5 今塚月山神社

最上義光家臣丹野与惣右工門が武運長久のため万年堂を築いたのが始まりとされる。ご神木は樹齢400年を超える大ケヤキ。



6 今塚遺跡跡

古墳時代前期～平安時代初期の住居。古墳時代の土器・瓶、平安時代の須恵器・硯・管玉・紡織機・木簡などが出土。



8 べにっこひろば



赤ちゃんから児童・保護者まで無料で利用できる児童遊具施設。広場の丘から一望できる蔵王連峰、月山、朝日連峰などの周囲の山々は絶景。

7 コンフォートヤマガタグラウンド・ゴルフ場



山形市初の日本グラウンド・ゴルフ協会認定コースが3コースある。全4コースで32ホール。

23 山形市 ウォーキングマップ

コース 距離：約3,700m 時間：約70分 カロリー：約180kcal 歩数：約4,700歩

黒沢温泉周辺の歴史を歩く



1 山形市老人福祉センター「黒沢いこい荘」



駐車場、トイレあります。休：月曜日（第3日曜の翌日を除く）、第3日曜、年末年始、祝日
開荘：午前9時
閉荘：午後6時半

2 南山形地区多目的運動広場



3 南山形コミュニティセンター



駐車場、トイレあります。



黒沢いこい荘を出発し、市指定天然記念物エドヒガンザクラのある愛染神社を目指します。須川の河川敷を歩きながら水の流れる音に癒されましょう。黒沢いこい荘のそばにある「南山形地区多目的運動広場」は自由に利用することができます。



4 長秀寺

寛永5年武州久米川（東京都東村山市）の曹洞宗梅岩寺二世雲谷円籠和尚が当地に下り開山し、松原山長秀寺と称した。主たる檀家は黒沢、松原。境内には上山範医学留野春庵の墓と、夜あきの門及び西国三十三観音があります。



5 愛染神社

村の入り口に悪霊や災いが入り込まないように塞神（サイノカミ）を祀り祈願した場所です。市指定天然記念物エドヒガンザクラ（樹齢650年以上）の古木があります。



7 黒沢温泉湯あみ観音



湯あみ観音の隣に飲泉があります。黒沢温泉は便秘、糖尿病、痛風に効くと言われています。

6 羽州街道松原番所跡



上山から山形城下へ入る関所として置かれていました。街道を通る紅花や青芋、蠟、漆などの荷改めや荷口銭の徴収、通行する人々の通判改めなどの取り締まりが行われていました。

青芋（あおそ）：イラクサ科の多年草。江戸時代には最上川舟運で運ばれ、高級織物の糸として使われていた。