



●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

つみさくら ゆうほどう
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。



馬見ヶ崎河川公園を出発し、吉祥院で四季折々の庭を楽しみ、健康の森公園に向かう田圃からは朝日連峰、月山、葉山が一望出来ます。健康の森公園をゆっくりと周り、出羽のせせらぎの遊歩道を歩くコースです。特に桜の季節がお薦めです。

距離が長いのでトイレ休憩を十分に取時間に余裕をもって、ウォーキングを行うことをお薦めします。

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年にかけて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。





3ブロック



山形市健康づくり運動普及推進協議会とは、健康づくりのための運動を普及啓発する健康づくりボランティア（運動普及推進員）で組織する団体のことです。

・主な活動について

現在3地区（金井、大郷、千歳）で「楽しく体操教室」を開催しています。明治、出羽地区の方、一緒に活動に参加しませんか!!
会員募集中です!

毎月軽体操教室を開催しています。

- ★金井地区嶋南体操教室では、和気あいあいと楽しく、リズム体操を中心にパックカール(床の上でできるカーリング)などのゲームも取り入れて行っています。
- ★大郷コミセン体操教室では、百歳体操を組み込んで、楽しくしっかりと体操をしています。
- ★千歳コミセン体操教室では、リズム体操やゲーム、頭の体操など、毎月内容を変えて行っています。

その他、会員同士の研修や交流を兼ねて、ウォーキングや、グラウンドゴルフの野外活動を楽しんでいます。



3ブロックは、山形市内の北部地域（金井・大郷・明治・出羽・千歳地区）を拠点に14名の会員で活動しています。

金井地区は、古くからの集落と新興住宅街が混在する地区で、大型店舗やグラウンドゴルフ場などがあります。大郷地区は、最上川の水利に恵まれた古くから開けていたところです。明治地区は、三本の美しい川（馬見ヶ崎川（白川）、須川、立谷川）の下流に位置する市内でも有数のフルーツ王国です。出羽地区は、羽州街道沿いに発展した地域です。千歳地区は、総合スポーツセンターや国際交流プラザ、県立保健医療大学、県立中央病院などの大型施設があります。

・ウォーキングコースについて



令和3年4月、ウォーキングマップ作りのためのウォーキングをしました。吉祥院から健康の森公園へ、桜が満開の中楽しい時間を過ごすことができましたので、桜の季節に歩くことを特にお勧めしたいコースです!



他のマップはこちら →

