

●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、亀山 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。



100m



③

こてんぜき はつかごうぜき
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

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 榎の大木、苦学勉勵の祖二宮金次郎の像もあります。

こじらかわてんまんじんじゃ
小白川天満神社

⑤

ほどうきょう
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、最近でき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。



そうつきばし
双月橋 ゴール



6ブロック



6ブロックは、山形市内の中心部・東部地域(第1・第2・第5・第6・第8小学校地区)を拠点に38名の会員で活動しています。

活動は、中央・東部・南部・西部公民館を中心に行っており、公民館の文化祭に参加するなど運動の普及をしています。また、年に一度中央公民館と協催し、市民の方を募集して街中ウォーキングを実施しています。ガイドをしている会員がいるので神社仏閣や昔ながらの商店や町工場などの解説を聞きながら楽しい企画を立てています。

・ウォーキングコースについて

このコースのキーワードは「橋 Bridge からの眺め」です。「双月橋」と「まみがさき歩道橋」という、しっかり安全対策のとられた歩道橋が2つあります。

橋の欄干によりかかり、どこまでも続く大空と四季豊かな表情を見せてくれる遠くの山並みを眺めるもよし、大きく息を吸い込んで大声上げるもよし、きっと元気をもらえます。そしてもう1ヵ所、約200年前の平安時代(825年)に創建された小白川天満神社です。日本武尊(やまとたけるのみこと)、のちに菅原道真公も祀るようになり、日本三大天神に数えられる由緒ある史跡、神社です。祀られている2柱の御歌も掲げられています。古(いにしえ)の世界にしばし触れてみませんか。

・主な活動について

【自主活動】

4年前から、西部公民館で“リズムに乗って運動しよう”をテーマに毎月一回ストレッチ・リズム体操・脳トレ・腰痛予防体操など会員の研修も兼ねて楽しく行っています。

東部公民館での実施計画がありますが今のところ進んでおらず、令和4年度は新型コロナウイルス感染症の状況により開設したいと思っています。

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。

【要請活動】

1. 年金協会第2支部女性部

平成20年に山形地区年金協会第2支部から当協議会に健康体操指導の依頼があり、支部の女性部月例会で活動を始めました。

女性部月例会は、1月・8月を除く毎月1回、中央公民館4階大会議室を借りて開催しています。女性部月例会では協議会会員(5名程度)指導による健康体操(ストレッチ体操、リズム体操他)や女性部会員同士の手芸教室、最近では輪投げなども行っています。

月例会で健康体操を始めて10年以上経ちますので、ストレッチ体操のみならず、リズム体操のレパートリーも増え、80歳過ぎの方も毎回楽しく元気に運動されています。これも継続的運動習慣の賜物だと思います。



2. 小白川5区町内

8年前、当時の福祉協力員の方から要請があり、毎月第3水曜日に行っています。ストレッチ・リズム体操と主に腰痛予防体操をしています。

他のマップはこちら →

