

ウォーキングの種

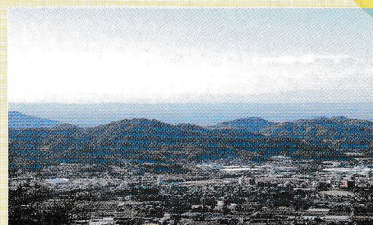
幸田町 こうた健康の道 (短縮版)

距離:約4.5km 時間:1時間30分 歩数:約10,943歩
消費カロリー:451kcal
※実際に歩いたデータです

※コース図は略図であり、実際とは異なる場合があります。



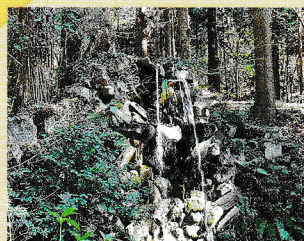
貴嶺宮
山陰神道の本宮であり、“古儀と古伝”を守り、神秘の法をもって国体鎮護の祈禱を伝承してきたとのこと。
歩きながら、玉砂利を踏みしめる音を聞くと背筋が伸びます。



展望台
幸田町役場健康課職員の方から、教えていただきました。
見晴らしの良い展望台からは、四季折々の表情豊かな幸田町を見渡せます。



おぎのさと親水公園
池には遊んでいる鳥たちがいました。鳥たちを眺めながら、ゆったりとした時間を楽しむことができました。



不動ヶ滝
水が流れ落ちる音とマイナスイオンに癒されます。近くにはキャンプ場もあり、夏になると涼を求める人たちが賑やかになるのでしょうか。



ウォーキングを終えて...

幸田町には、さまざまなウォーキングコースがありますが、今回は不動ヶ滝のあるコースに挑戦しました。

山中を森林浴しながら、鳥のさえずりや木々が揺れる音に触れられ、清々しい気持ちでウォーキングができました。特に不動ヶ滝園地、おぎのさと親水公園は疲れた心と体を癒すのに最適な場所でした。

(本来はもう少し長いコースになっており、峠を越えて大井池まで行くことができます。体力がある方はぜひ挑戦してくださいね。幸田町HP“健康ウォーキングマップ”で検索してください)