

あおや

自然を満喫 歴史に親しむ

ふれあい ウォーキング マップ

青谷町5地区より、
楽しく歩けるとっておきコースを
ご紹介します。

ウォーキングコース配置図



3 勝部地区
滝めぐりありがたやコース

4 中郷地区
中郷ピクニックコース

5 青谷地区
古き町並み散歩コース

2 日置谷地区
花咲くふれあいコース

1 日置地区
ようこそようこそ和紙の里コース

6 青谷地区
潮風ゆうゆうコース



この本では青谷町の5つの地区から、地元をよく知る**健康づくり推進員オススメの6つ**のウォーキングコースをご紹介します。どのコースも見どころたっぷり、とっても個性豊か。いろんなコースを歩いて、風景や名所を楽しみながら、**心も体も健康になろう！**

ウォーキングコースご紹介

- 1 日置地区
ようこそようこそ和紙の里コース
- 2 日置谷地区
花咲くふれあいコース
- 3 勝部地区
滝めぐりありがたやコース
- 4 中郷地区
中郷ピクニックコース
- 5 青谷地区
古き町並み散歩コース
- 6 青谷地区
潮風ゆうゆうコース

MAP中の主な記号

- ← 往路 ……コースのルートガイドです。
- トイレ ……公衆トイレや、利用可能な施設のトイレ。
- 駐車場 ……車でコースまで来られた場合は、こちらをご利用ください。
- 休憩所 ……疲れたらひと休み。休憩のおすすめポイントを示しています。

所要時間・消費エネルギー・歩数の数値には、個人差、コース差があります。



あ と が き

青谷町のウォーキングマップが出来上がりました。
各地区の特色をそれぞれ取り入れた
ウォーキングコースです。
このマップは健康づくりの基本である運動すること、
特に楽しく歩くことを目標に作成しました。
このウォーキングマップを
地域住民の皆様の健康づくりの
きっかけにさせていただき、
ウォーキングに親しんでいただければ幸いです。

編 集 委 員

青谷町健康づくり地区推進員会

吉田浩一郎	橋本 一実	岩本 武彦
広富 伸子	見生 和恵	長谷川 公
田中佐和子	中島 重美	蔵光左智恵
小林三津恵	伊藤久美子	

発 行 2007年3月

青谷町総合支所 | 鳥取市青谷町青谷667
TEL(0857)85-0011

中央保健センター | 鳥取市富安2丁目104-2
TEL(0857)20-3191~3196