

オススメウォーキングマップのご紹介 正しい歩き方講座



甲賀市の魅力を感じられるウォーキングコースを地域のみなさんの健康のリーダーである「健康推進員」がご紹介します！
季節ごとに変わる自然や気温を楽しみながら、歩いてみましょう!!

信楽 窯元散策路コース

往復4.8kmコース 所要時間:75分

連続テレビ小説「スカーレット」でおなじみのロケ地です。

1 新宮神社

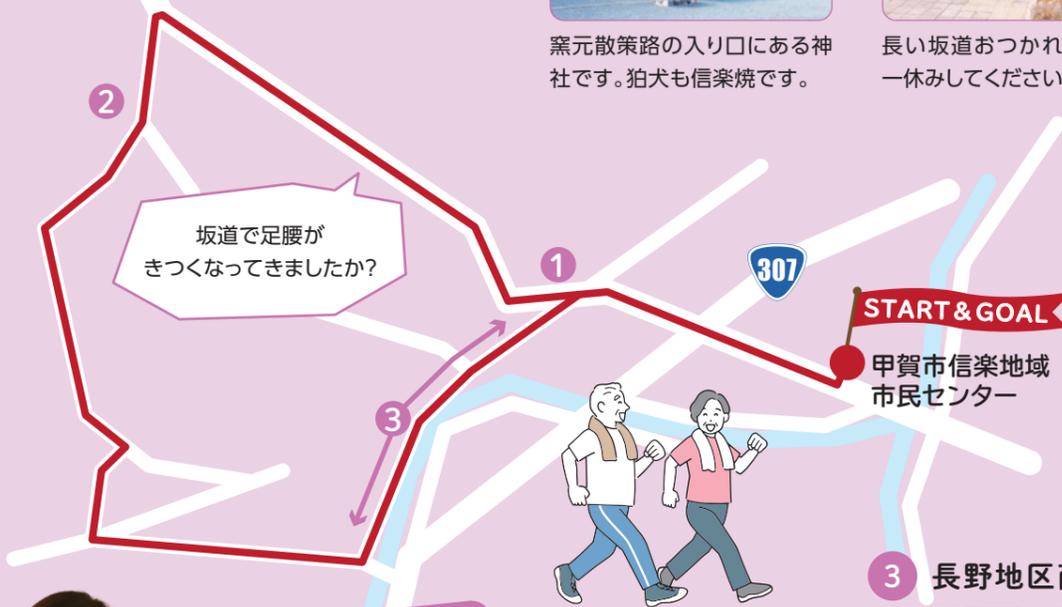


窯元散策路の入り口にある神社です。狛犬も信楽焼です。

2 ポケットパーク



長い坂道おつかれさまです。一休みしてください。



坂道で足腰がきつくなってきませんか?

START & GOAL

甲賀市信楽地域市民センター

3 長野地区商店街



おもしろいたぬき像が点在しています。

オススメポイント!

坂道が多く足腰が鍛えられる「上級者コース」です。コース沿道でたくさんたぬきたちがお出迎えていますよ。焼き物のまち信楽を堪能しながら歩いてみてください。

甲賀市健康推進連絡協議会 信楽支部 石野 貴美子さん



土山 東海道コース

往復5.8kmコース 所要時間:90分

1 土山宿本陣跡



国の登録有形文化財(建造物)に登録されています。

2 東海道伝馬館



土山宿を紹介する施設です。旅姿の衣装で記念撮影もできます。

3 民芸・茶房 うかい屋



東海道の歴史を感じながらちょっと一休みにいかがですか?



オススメポイント!

比較的平坦な道で誰でも挑戦しやすい「初心者コース」です。お茶屋さんで休憩しつつ東海道五十三次49番目の宿場「土山宿」の街並みを楽しみながら歩いてみましょう!

甲賀市健康推進連絡協議会 土山支部 木田 豊子さん

4 扇屋伝承文化館



館内には、地元工芸品の展示や土山宿特産品の販売をしています。

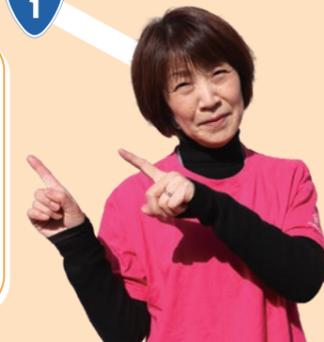
5 道の駅「あいの土山」

令和7年の春には新しい道の駅がオープン!

田村神社



折り返し



ウォーキングイベント開催!

春のミニウォーキング教室

甲賀市ウォーキングリーダーが正しい歩き方を
お教えします! みんなで楽しく歩いて健康になりましょう!

- 日 時: 5月8日(水)、6月12日(水) 9時30分~11時30分
- 場 所: 水口スポーツの森 ※小雨決行
- 参加費: 500円/1回(保険代を含む)
- 申込み: 当日現地受付(陸上競技場 玄関前集合)
- 問合せ: (一財)甲賀市スポーツ協会 ☎ 86-2343 ☎ 86-2443



▲ウォーキングイベントの様子

歩いてスタンプ! 集めて商品ゲット!

健康推進アプリ



スタンプラリーや健康診断の受診など、健康に関する目標を達成するとポイントがたまるアプリです。

たまったポイントで年に一度、賞品の抽選に応募できます。

詳しくは
こちら



気軽に運動を続けたい方へ

アクティブ ライフガイド



市内の主なスポーツ施設・運動ができる公園を紹介しているほか、各施設で実施している運動教室(プログラム)の情報を紹介しています。冊子は市内の主な公共施設に設置しています。

詳しくは
こちら

