

比々多地区

5 鈴川リバーサイドを歩く SC (4.0km 60分 約180kcal 6,000歩) 難易度

- ①鈴川公園【トイレ】▶②アクアクリーンセンター(1.0km 10分)▶③串橋中世石塔群〔伝〕善波太郎の墓(2.0km 25分)▶
④雷電神社(2.5km 30分)▶⑤宮ノ根(みやのね)遺跡【トイレ】▶①鈴川公園【トイレ】

ウォーキングを楽しむコツ♪

- ・一緒に歩く仲間をつくる
- ・体重の測定値や歩いた日時を記録する
- ・旬の花や野菜を探す
- ・史跡など歴史のある場所を探す
- ・写真を撮る
- ・近所の人やすれ違う人とあいさつをする
- ・いざというときのために災害時の避難場所まで行ってみる

