



ハンガリー

10

9

8

7

6

5

4

3

2

1

26コースに
挑戦だ♪



11

12

13

14

15



「みんなでスポーツさかいで」の会員のみなさんが各コースを実際に歩いて選定した特色のあるコースです。

おすすめコース ①～②⑥

()内はおおよその距離です。



最初に～健幸ワンポイントアドバイス～

- ① 田尾坂から街なかを歩く(一周6.2km)
 - ② 一文字堤防から西大浜緑地を歩く(一周5km)
 - ③ 東大浜緑地から東西の運河を歩く(一周7.5km)
 - ④ JR高架側道から坂出壱田の歴史を歩く(一周4km)
 - ⑤ 角山の裾野を歩く…角山の健脚コースあり(一周5.5km)
 - ⑥ のどかな鎌田池を歩く(一周4.8km)
 - ⑦ 金山から笠山の裾野を歩く(一周4.7km)
 - ⑧ 春日神社から黒岩天満宮周辺を歩く(一周7km)
 - ⑨ かわつ貯水池から大東川周辺を歩く(一周6.5km)
 - ⑩ 日本有数のカヌー競技場・府中湖を歩く(一周8km)
 - ⑪ 讃岐国府跡などの府中の史跡を歩く(一周7.7km)
 - ⑫ 東鴨・西鴨神社と加茂古墳群を歩く(一周4.5km)
 - ⑬ 加茂の北部を歩く…岩屋寺をめざす健脚コースあり(一周5.2km)
 - ⑭ 国宝神谷神社と神谷川沿いを歩く(一周6km)
 - ⑮ みかんの丘から青海川を歩く(一周6.5km)
 - ⑯ 巖島神社からミニ八十八カ所を歩く(一周5.5km)
 - ⑰ 交流の里おうごしから乃生を歩く(一周5.5km)
 - ⑱ 交流の里おうごしから木沢を歩く(一周5.2km)
 - ⑲ 林田港と総社神社周辺を歩く(一周7.8km)
 - ⑳ 史跡三十六古戦場と雲井御所周辺を歩く(一周5km)
 - ㉑ 西庄の寺社と醍醐古墳群を歩く(一周6.5km)
 - ㉒ 瀬居のお大師さんの道を歩く(一周3.8km)
 - ㉓ 万葉の史跡を訪ねて沙弥島を歩く(一周3.2km)
 - ㉔ 与島プラザの周遊歩道から与島を歩く(一周5km)
 - ㉕ 黒浜海岸の岩黒島を歩く(一周2km)
 - ㉖ 坂出最北端の榎石島を歩く(一周5km)
- 終わりに～健幸ワンポイントアドバイス～

さかいで 健幸マップ 記録表

各コースの歩いた日を
記録しよう!

この中から5コースまたは
10コース以上を完歩すると
それぞれ先着にて記念品を
プレゼントします!
市けんこう課まで

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

