



いきいき健康 ウォーキングマップができました

FUKUTSU WALKING MAP

ウォーキングは、生活習慣病予防のために、最適といわれています。市では、安心して楽しくウォーキングができるマップを作りました。マップには、コースごとの距離・消費カロリーの表示や、靴の選び方、ストレッチ体操のほか、歴史的街並み、豊かな自然や「福津の極み」認定店などを紹介しています。いきいき健康課および市役所福間庁舎・津屋崎庁舎で配布していますので、ぜひご活用ください。

今回、全17コースの中から、4コースをピックアップして紹介します。

問い合わせ

市いきいき健康課
(ふくとぴあ)
☎34・3351

津屋崎千軒

潮風に吹かれて、
福津の魅力溢れる
歴史散策コース

消費
カロリー | 102kcal 納豆
約1パック

コース距離／約2.2km

所要時間／約28分

歩数／約3,060歩



夕陽館までのアクセス

- 西鉄バス「JR福間駅前」▶「津屋崎浜」下車徒歩3分
- 国道495号線天神町交差点から1分
- ※無料送迎バスあり(詳しくは夕陽館へお問い合わせ下さい)

地下海水を汲み上げて温めた「潮湯風呂」は、ミネラル成分が含まれ、温泉のような効果が得られます

宮地嶽神社

由緒ある神社を巡る
歴史散策コース

消費
カロリー | 116kcal 食パン
8枚切 約1枚

コース距離／約2.5km

所要時間／約31分

歩数／約3,470歩



《宮地嶽～在自山山頂～金刀比羅神社山歩きコース》
200mごとに距離を表す標識があります。途中展望所があり、玄界灘や大峰山一帯を一望でき、天気の良い日はとても気持ちがいいです。
コース距離／約2.4km 所要時間／約1時間半～2時間

階段上からは海へと続く真っすぐな道を眺めることができます

沢山のお土産屋やお食事処が並んでいます。福津の極み商品に認定されている松ヶ枝餅やマルティグラスも購入することができます

宮地嶽神社までのアクセス

- 西鉄バス「JR福間駅前」▶「宮地嶽神社前」下車すぐ
- ふくつミニバス(勝浦・津屋崎線)「JR福間駅前」▶「宮地嶽宮前」下車すぐ
- 県道97号線太郎丸交差点から勝浦方面へ約3分

いきいき健康

コースG

福間地区

消費
カロリー | ●コース 126kcal おにぎり(鮭)
約2/3個
●コース 168kcal おにぎり(鮭)
約1個

コース距離／約2.7km

所要時間／約34分

歩数／約3,750歩

コース距離／約3.6km

所要時間／約45分

歩数／約5,000歩



いきいき健康

コースD

福間南地区

消費
カロリー | ●コース 79kcal りんご約2/3個
●コース 98kcal りんご約1個

コース距離／約1.7km

所要時間／約21分

歩数／約2,360歩

コース距離／約2.1km

所要時間／約26分

歩数／約2,920歩

