

# 高島町ウォーキングセンター

問合せ：(0238) 52-5433



道の駅たかはた  
ウォーキングセンター



ウォーキングセンターでは、  
自然観察の資料やウォーキ  
ング情報を手にすることが  
できます。



## 高島石のまち あるきコース 5.2km



### 石のモニュメント

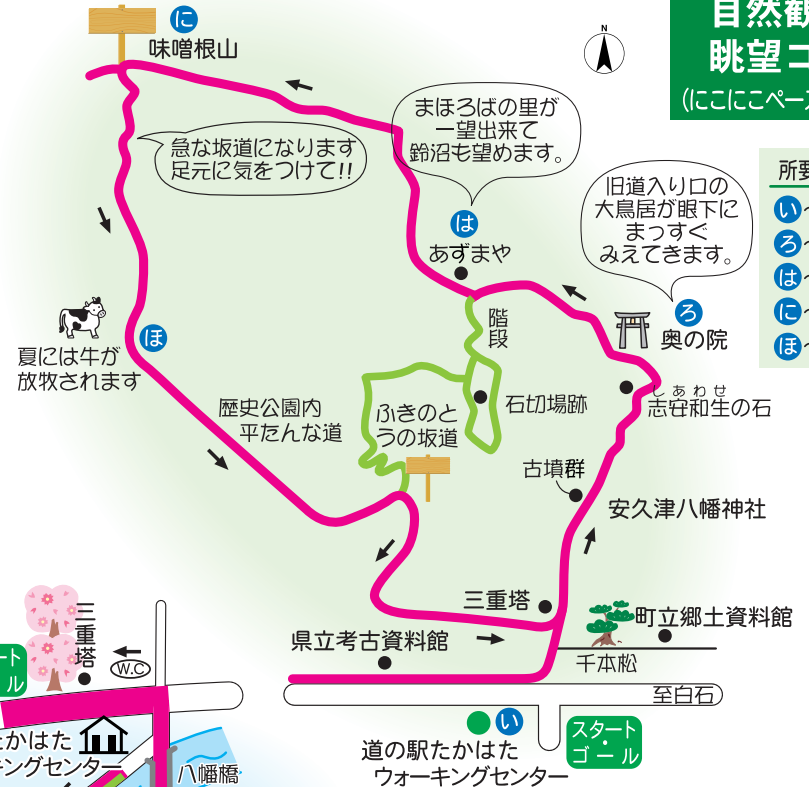
- ① ほほえみのタマちゃん
- ② 出会いのタマちゃん
- ③ 恋心のタマちゃん
- ④ ふれあいのタマちゃん
- ⑤ 初恋のタマちゃん
- ⑥ よろこびのタマちゃん
- ⑦ 語り合いのタマちゃん
- ⑧ 幸福のタマちゃん

### 石のモニュメント

- Ⓐ 龍の目のなみだ
- Ⓑ 泣いたあか鬼
- Ⓒ ある島のきつね
- Ⓓ 石のかえるとひきがえる
- Ⓔ じぞう様とはたおり虫
- Ⓕ 月夜のきつね
- Ⓖ たぬきのちょうちん
- Ⓗ あるくつの話
- ① 石の下のあり
- ② うさぎのきょうだい

## 自然観察と 眺望コース

(ここにペースで1.5時間)



### 所要時間(目安)

い〜ろ	20分
ろ〜は	10分
は〜に	30分
に〜ほ	10分
ほ〜い	20分

## やってみよう! ノルディックウォーク

専用のポールを持って  
歩きます。歩く時に上  
半身の筋肉も活発に使  
うため全身運動につな  
がります。

さらに、ポールで体重  
の一部を支えるので足  
や膝への負担を軽くす  
ることができます。

