

Let's walk.

歩いてみましょう！

■ はじめに

福津市健康ウォーキングマップの発刊にあたり、一言ごあいさつ申し上げます。

福津市は、海や山などの自然環境に恵まれ、また、宮地嶽神社、津屋崎千軒、津屋崎古墳群などの観光名所にも恵まれています。近年はお隣の宗像市と共同歩調をとり、沖ノ島と津屋崎古墳群の世界遺産登録に向けて、取り組んでいるところです。このようなまちをぜひマップを片手にウォーキングしてみませんか。

このマップでは、市内でも安全で歩きやすいコースを紹介しています。歩いてみたいコースを選び、空気がきれいな自然の中を楽しく歩いていただければ、リフレッシュにつながると考えています。

最後に、このマップが市民の皆さまの健康づくりに役立ってくれることを願って、ごあいさついたします。

平成23年3月

福津市長 小山 達 生

小学校の校別に設定した毎日続けられる「いきいき健康コース」と、福津市の観光スポットをまわる「歴史散策コース」「自然散策コース」をご紹介します。

「いきいき健康コース」は、無理なく歩ける**ショートコース**と、しっかり歩ける**ロングコース**の2コースを設定していますので、自分の体調に合わせて好きなコースのウォーキングを楽しんでみてください。

マップの見方

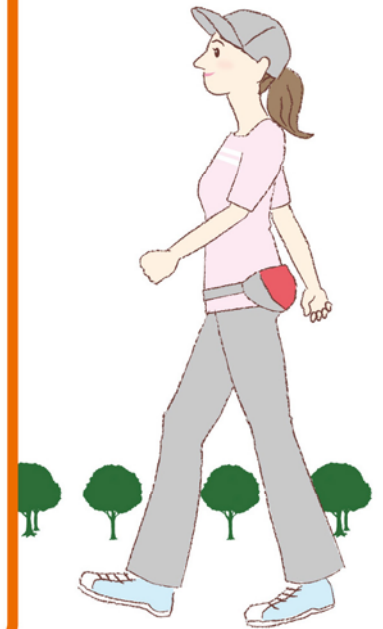
所要時間・歩数・歩幅・カロリーは、身長160cm・体重56kg・40歳の女性を目安に算出しています。歩幅は身長45%から算出。所要時間については分速80m、傾斜の強い所では分速55mで算出しています。体力のある方は分速95mで計算してみてください。

● 地図上の記号

- | | |
|--|--|
|  お昼にオススメのコースです |  |
|  夜も安心して歩けるコースです |  |
|  トイレ |  駐車場 |
|  ベンチ |  ガソリンスタンド |
|  バス停 (●ふくつミニバス ●西鉄バス ●JRバス) |  学校 |
|  郵便局 |  食事処 |
|  コンビニ |  警察署 |
|  福津市役所 |  消防署 |
|  漁港 |  神社 |
|  坂道 |  お花見ポイント |
|  史跡 |  豆知識コーナー |
|  観光名所 |  福津の極み認定店 |
|  福津三十六景 | |

福津らしいところ、未来に残したいところなど、風景ブランドともいえる景色景観です。

モノのブランドともいえる「福津の極み」。生鮮品や加工品、工芸品などがあります。



※イラストマップはコースの概要を示すものであり、縮尺などは実際とは多少異なります。