



浜田を楽しく 歩こう

健康なカラダを維持するために必要な、適度な運動を、より楽しくより長く継続していただけるように、浜田市内のオススメのウォーキングコースをご紹介します。

●問い合わせ先
浜田市役所 弥栄支所 産業建設課 産業振興係
☎0855-48-2112



walk No.08 『老巨木と里山をめぐる』 ウォーキングコース

距離 約6km

所要時間 約90~120分

今回は、弥栄町長安本郷の浜田市弥栄支所を発着点として、老巨木と里山をめぐるコースをご紹介します。コース内の、2か所の老巨木は次のとおりです。

■長安本郷の八幡宮並木杉 (県指定天然記念物)

鳥居から山頂の社殿への並木杉のうち5本の老巨木が現存し、かつての並木杉の名残で、この辺り一帯がうっそうたる森林であったことが想像されます。
(推定樹齢：600年以上・樹高：32m・株周り：6.4m)

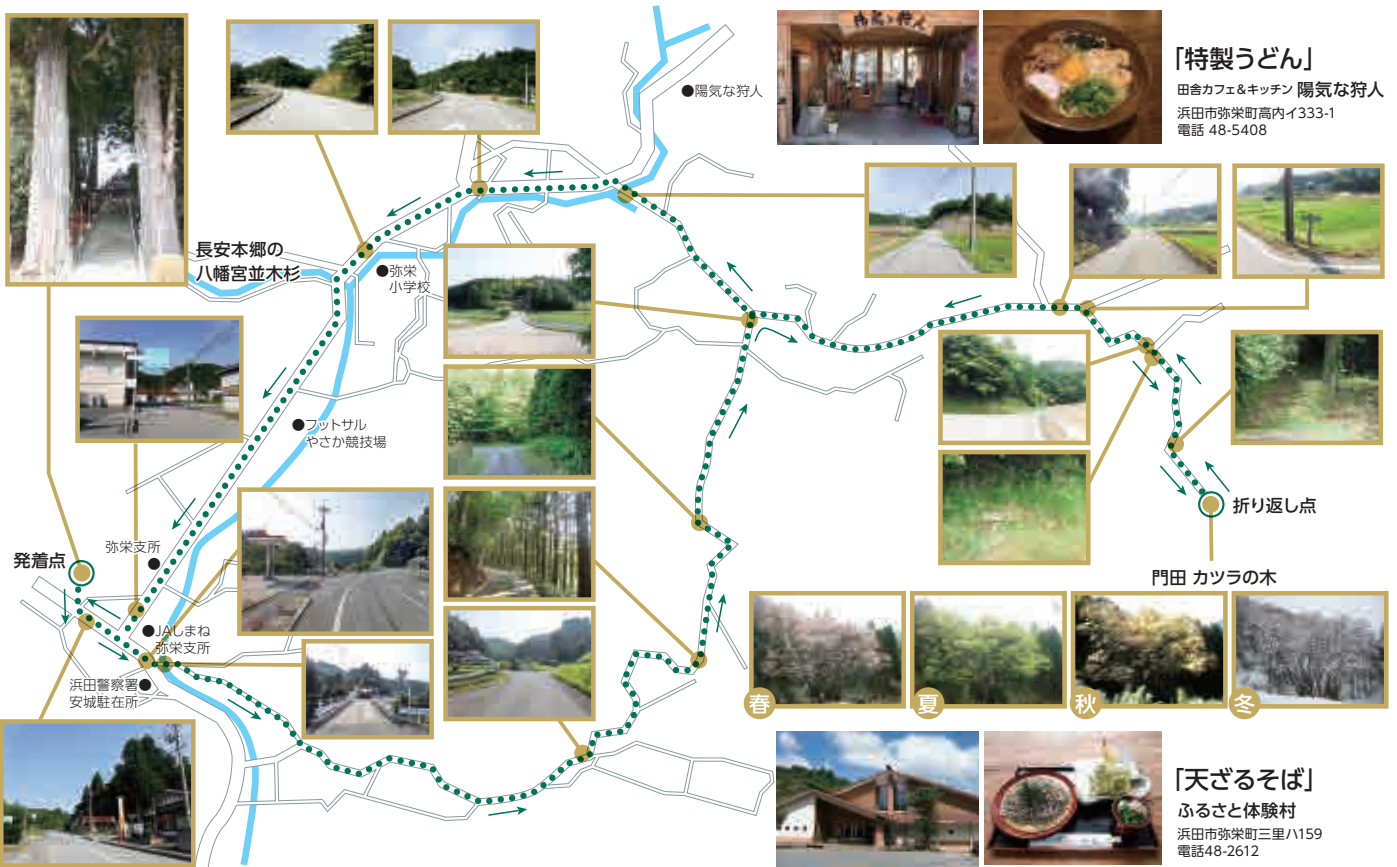
■門田 カツラの木

春の芽吹きは、他の木より一足早く醤油の香りがし、別名「醤油の木」とも言われている。うっそうとそびえるこの木は、50数本もそびえ立ち、所狭しと根を張り、

二つの大株があります。春・夏・秋・冬、それぞれ異なった雄姿を望むことができます。
(推定樹齢：600年以上・樹高：26m・株周り：28m)

里山の魅力は空、山、田んぼ等それぞれの自然を楽しむ所です。この自然が生んだ弥栄の人気商品のどぶろくの話をして。「ふるさと弥栄どぶろく特区」は、平成17年11月に中国地方初のどぶろく特区として認定された町です。現在は3軒のどぶろく特区の事業所が弥栄の自然と特性を活用し、自ら生産した米と豊かなおいしい水を原材料としてどぶろくを製造しています。

最後に、ウォーキング後の楽しみ、おすすめの昼ご飯を紹介します。車での移動が必要ですが、きっと体と心の疲れを癒してくれます。



●運動前には健康チェックを行いましょう ●動きやすい服装で運動しましょう ●自分のペースで無理をせず、交通ルールを守って安全対策に努めましょう