

広報 おばま



ー常高寺の花ショウブ園ー

「白露」「王昭君」「初紫」など40種類、約2,000株の花ショウブが咲き誇る常高寺(小浜浅間)。今年初めて一般公開され、多くの市民らが訪れました。(6月14日)

今月の主な内容

御食国若狭おばまを歩く P 2
若狭マリンピア2006、小浜祇園祭 P 6
村上市長所信表明 P 8
情報ボックス P12
フォトニュース P14
くらしの情報 P16
みんなのページ P20

自然と歴史に囲まれた 御食国若狭おばまを歩く



第1回歴史街道ウォーキング（平成15年11月）

ウォーキングが人気

ウォーキングは、ゆっくり時間をかけながら体内に酸素を取り入れる「有酸素運動」として、子どもからお年寄りまで幅広い年齢層に親しまれています。

「ストレス解消、食欲増進、気分転換」などの短期効果、「体力向上、心肺機能向上」などの長期効果、さらに生理学的効果として「太りにくい体質になる、血圧が安定する、動脈硬化や心筋梗塞を予防する」など、ウォーキングは体にいいことがいっぱいです。

歴史街道ウォーキング

小浜市には百三十余りの寺院や古い町並み、美しい

帽子 つばの大きいもの

手袋 吸汗性のよいもの。冷え、むくみを防ぎます

上着 厚手と薄手の2種類を用意し、まめに体温調節をしましょう

下着 吸汗性、通気性のよいもの

ズボン ニッカー、トレパンなど動きやすいもの。ジーンズは濡れると重くなるので不向き



靴 新しい靴は早め買って履きならしえておきましょう

自然、食文化などが残っています。小浜商工会議所では、市内を散策することで小浜市の自然、歴史遺産などを再発見していただくとうとう「第4回歴史街道ウォーキング」を十月二十一日、二十二日に開催します。小浜の魅力を探しに、また健康づくりのために、歴史街道ウォーキングにぜひご参加ください。

【歴史街道ウォーキング開催要項】

- と き 10月21日④、22日⑤
- と ころ 食文化館～
- コ ー ス 8コース（下記掲載）
- スタート 20km以上…9時、10km以下…10時
※それぞれ15分前に出発式を行います
- ゴール 12時～17時の間
- 参加費 一般…1,000円（市外の方は1,500円）、高校生以下…500円
- ※1日、2日参加とも同額。傷害保険料を含みます
- 持ち物 参加受付証、健康保険証、弁当、水筒、雨具など
- 記念品 オリジナルタオルと記念年号入りバッジを差し上げます。完歩者には、全員に完歩証をお渡しします
- 申し込み、問い合わせ
9月24日⑤までに、小浜商工会議所内
同ウォーキング事務局 ☎52・1040へ

【御食国交流会】

- と き 10月21日④ 18時～
- と ころ 食文化館特設会場
- 会 費 3,000円
- 定 員 200人
- 内 容 若狭の食材を使った手づくり料理でおもてなし
- ※ウォーキングとあわせて申し込んでください

—10月22日⑤—

「塩の道を歩く」

- 常高院コース(5km) 食文化館～マーメイドテラス～翼のテラス～三丁町～（常高寺）～八百比丘尼入定洞～いづみ町商店街～食文化館
- 八百姫コース(10km) 食文化館～マーメイドテラス～市民の森あおい～三丁町～八百比丘尼入定洞～食文化館
（※4～5ページを参照）



三丁町



市民の森あおい



妙楽寺本堂



岡津製塩遺跡

—10月21日④—

「鯖街道を歩く」

- 雲城水コース(5km) 食文化館～雲城水～山川登美子生家～竹原橋～小浜神社～交流ターミナルセンター～聖ルカ教会～食文化館
- 綱女コース(10km) 食文化館～雲城水～（綱女の碑）～北前船主の屋敷～松福寺～県立大学小浜キャンパス～丸山橋～食文化館
- 勾玉コース(20km) 食文化館～北川堤防道路～若狭の里公園～国分寺～明通寺～神宮寺～若狭姫神社～発心寺～食文化館
- 鯖街道コース(40km) 食文化館～北川堤防道路～若狭の里公園～国分寺～一言神社～瓜割の滝～明通寺～（以下、勾玉コースと同じ）



雲城水



北前船主の屋敷



明通寺三重塔



瓜割の滝

おすすめ

—長寿伝説、八百姫ゆかりの町並みと潮の香りに包まれる道—

八百姫コース

10^{キロ}

(スタート) 食文化館～マーメイドテラス～翼のテラス～小浜大飯高浜自転車道～市民の森あおい～三丁町～八百比丘尼入定洞～いづみ町商店街～食文化館 (ゴール)



【大パノラマ】

小浜西部地区から市街地、遠くは西津、国富地区まで雄大な景色が広がります



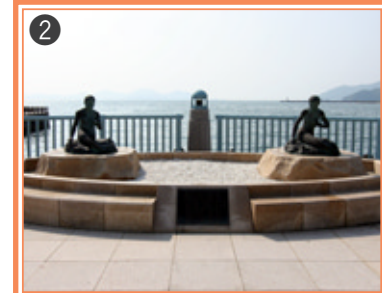
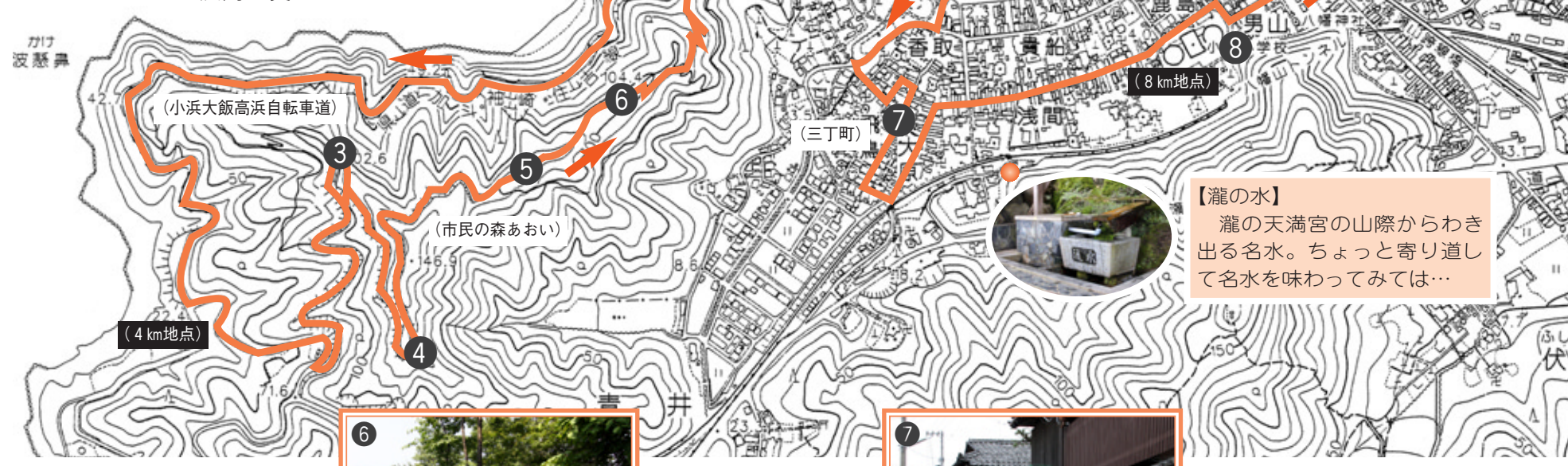
【久須夜ヶ岳と小浜湾】

市民の森あおい、管理車道の途中。久須夜ヶ岳、小浜湾が美しい



【第二休憩所】

市民の森あおい、遊歩道の途中。小浜湾を眺めながら休憩してください



【マーメイドテラス】

海岸沿いを1.1^{キロ}歩くとマーメイドテラスに到着。人魚の像が出迎えます

(2 km地点)

(6 km地点)

(8 km地点)

(4 km地点)



【木々のトンネル】

木々のトンネルを歩きます。時折、左手に小浜湾が見えます



【三丁町】

千本格子の町並みに三味線の音が流れる情緒豊かな通り



【食文化館】

すべてのコースのスタート、ゴール地点。受け付けもここでいきます。さあ、元気よく出発しましょう！



【いづみ町商店街】

鯖街道の起点。魚の小売り商店が並びます。ゴールまでもう一息



【八百比丘尼入定洞】

人魚の肉を食べて800歳まで生き続けた八百比丘尼が入定したといわれる洞穴