

# 家族で歩こう！ 健康かまくらマップ

## 海と丘と緑のコース

Vol.4 腰越地区

令和6年9月鎌倉市市民健康課発行

### マップの使い方

パパやママ世代の運動不足解消を目的としています。  
休日にお子さんと楽しく歩いてみませんか？  
スタートとゴールはありませんので、体力に合わせて調整してくださいね。

鎌倉市  
健康づくりキャラクター  
ささりん

湘南海岸公園  
目白山下  
湘南モノレール  
湘南江の島  
江ノ島

路面を走る  
江ノ電が見られるよ

漁師町を歩こうコース

川でカモと魚に  
会えるかも！

目印は  
カープミラーと  
お寺の看板

細道注意！

車に気をつけて西側を歩こう！

坂道がんばれ！

江ノ島が見えるよ

西鎌倉  
津村  
新鎌倉山入口  
白山橋  
案内看板あり

腰越山王下公園  
ベンチあり

腰越中学校  
腰越中学校入口

腰越かつお公園  
日坂はぎ公園

鎌倉高等学校  
腰越ラッコ公園  
鎌倉高校駅前

腰越海岸  
腰越橋  
小動

腰越駅前  
腰越駅前

腰越駅前  
腰越駅前

腰越駅前  
腰越駅前

腰越駅前  
腰越駅前

腰越駅前  
腰越駅前

- 1 聖福寺跡石碑 … 昔はお寺があったんだって。
- 2 正福寺公園 … 春は桜がきれいだよ。健康器具があるよ。
- 3 緑のプロムナード … 季節ごとのお花、初夏の新緑がきれい。
- 4 鎌倉海浜公園稲村ガ崎地区 … 澄んだ空気の日には、富士山が見えるよ。
- 5 七里ガ浜東二丁目公園 … 芝生でゴロゴロして遊べるよ。
- 6 鎌倉広町緑地 … 夏にはホテルが見えるよ。イベントも要チェック！
- 7 龍口明神社 … 鎌倉市にある神社で一番古いんだって。
- 8 腰越行政センター … 建物の裏のベンチで小川を見ながらひと休み。
- 9 腰越漁港 … 朝市をやっている日もあるよ！「朝どれフライ」が人気。
- 10 満福寺 … 源義経ゆかりのお寺だよ。

神奈川県では未病（健康と病気の間のこと）の改善を進めているよ。  
週に1回は汗をかくくらいしっかり歩いて、いつまでも健康に過ごそう！

※ 住んでいる人の迷惑にならないように歩きましょう。

食事をするときは  
トンビに注意！！

階段あり

バス停の  
向かい側の  
道だよ

景色を見ながら  
坂道コース

写真スポット！

江ノ電が見られるよ

細道注意！

地下道でも渡れるよ



…トイレあり  
トイレの詳細はホームページ  
でご覧いただけます。

| コース名             | 距離    | 所要時間の目安 | トイレマークについて                            |
|------------------|-------|---------|---------------------------------------|
| --- 景色を見ながら坂道コース | 3.4Km | 約65分    | …トイレあり<br>トイレの詳細はホームページ<br>でご覧いただけます。 |
| --- 広町緑地コース      | 4.2Km | 約80分    |                                       |
| --- 漁師町を歩こうコース   | 3.8Km | 約75分    |                                       |