

家族で歩こう！ 健康かまくらマップ

自然いっぱい探検コース

Vol.3 深沢地区

平成30年12月鎌倉市市民健康課発行

マップの説明

パパやママ世代の運動不足解消を目的としています。休日にお子さんと一緒に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。

- 1** 鎌倉中央公園 … 樹々や池、水田を見ながらお散歩しよう！
- 2** 畑のある風景 … のびのびとした畑の風景を見ながらお散歩できるよ。
- 3** 深沢多目的スポーツ広場 … 球技などの団体利用は要予約（登録が必要）。予約が少なければ個人利用もできるよ！
- 4** 笹田公園 … 公園の中にもウォーキングルートがあるよ！富士山も見えるよ！
- 5** 野村総研跡地 … 奥まで行くと広場もあるよ！一日冒険遊び場も定期的開催！
- 6** 梶原すずらん公園 … 健康器具があるよ！
- 7** 梶原すずむし公園 … 健康器具があるよ！
- 8** 夫婦池公園 … 大きな池と散歩道があるよ。
- 9** 常盤かわせみ公園 … 健康器具があるよ！

ルートの途中でバスに乗ることもできるように、一部のバス停を掲載しています。乗り場は若干ずれがある場合がございます。詳細はバス会社ホームページ等でご確認ください。

コース名	距離	所要時間の目安	トイレマークについて
鎌倉中央公園コース	2.7Km	約50分	…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。
笹田公園コース	1.8Km	約35分	
夫婦池公園コース	3.5Km	約70分	

※ 住んでいる人の迷惑にならないように歩きましょう。



運動は、
毎日こまめに
時々しっかり！

鎌倉市
健康づくり
キャラクター
さざりん

