

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

- 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。



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。
 休目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。

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。



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 トイレの詳細はホームページ 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	

