

食べて歩いて、健康になろう！

あの街“おいしい”ウォーキング

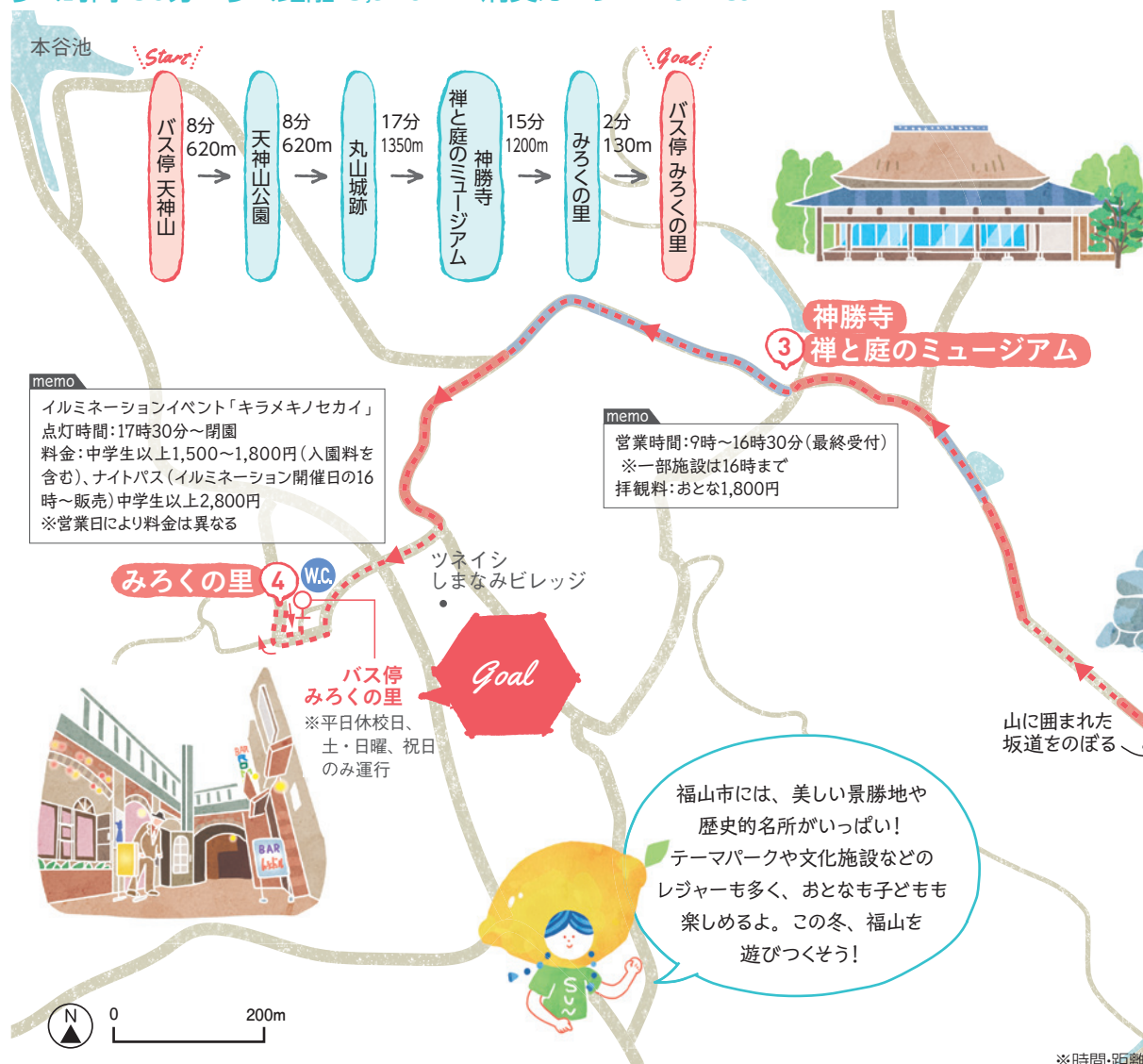
お出かけにぴったりの『福山市』
情緒あふれる町

冬のきらめきを見つける

アミューズメントウォーキング

バス停天神山から北東に進み、まずは天神山公園でのんびり散策。次は丸山城跡へ向かおう。かつての城の姿に思いを馳せたら、北上して神勝寺 禅と庭のミュージアムへ。禅宗美術と名庭を堪能しよう。その後は西に向かって歩き、みろくの里へ。広島県内随一の規模を誇る遊園地では、1月12日までイルミネーションイベントも開催中だ。

歩く時間:50分 歩く距離:3,920m 消費カロリー:184kcal



広島グルメ「SUNジュ～SEA」

太陽の恵み・SUN! 鉄板グルメ・ジュ～!
 海の幸・SEA! おいしいものをこよなく愛するウォーキングナビゲーター。

1 天神山公園

天神山のふもとに広がる自然豊かな公園。沼隈町民憩いの場所で、園内には歴史深い延広神社が立つ。

☎084-928-1095 (福山市公園緑地課)
 ♡福山市沼隈町上山南192



2 丸山城跡

桑田備前守信房が築城した丸山城の跡地。現在は石碑が立っており、当時の姿を偲ぶことができる。

☎084-928-1117 (福山市文化振興課)
 ♡福山市沼隈町



3 神勝寺 禅と庭のミュージアム

神勝寺の境内に、白隠禅師の作品が並び展示館や、滋賀県 永源寺から移築再建された「含空院」が立つ。

☎084-988-1111
 ♡福山市沼隈町大字上山南91



4 みろくの里

自然に囲まれた広大な遊園地。昭和の街並みを再現した「いつか来た道」の他20種類以上のアトラクションが揃う。

☎084-988-0001
 ♡福山市藤江町638-1



福山銘菓 ばら一輪

福山で30年以上愛されているお菓子。福山市の花「ばら」をかたどった生地で、しっとりとした栗入りの黄身餡を包み込んでいる。独自の製法でまろやかな味わいと上品な風味に仕上げられており、全国菓子博覧会にて内閣総理大臣賞を受賞した逸品。ばらのまち・福山を代表する、贈り物や旅のお土産にふさわしい銘菓だ。

福山市の おいしいもの



1個あたり
134kcal

今回のウォーキングで ばら一輪
184kcal消費 = 約1.4個分

※時間・距離は目安です ※消費カロリーは体重60kgの人が分速80mで平地を歩いた場合の総計距離で算出しています