

ウォーキングコースの市内マップ

2

ウォーキングのポイント

3

歩く効果とは ～健康な毎日が送れます～

4

①	自然の森・さくらの散歩道コース	約1時間42分	5
②	北部神社・仏閣めぐりコース	約1時間42分	7
③	慈緑庵・ボラリスを訪ねるコース	約1時間18分	9
④	やまと防災パーク&健康遊具周遊コース	約55分	11
⑤	泉の森自然観察コース	約1時間9分	13
⑥	四季の花めぐりコース	約1時間49分	15
⑦	深見歴史の森・境川コース	約1時間55分	17
⑧	境川・緑地コース	約1時間15分	19
⑨	史跡と野鳥さえざる自然の森散策コース	約1時間11分	21
⑩	引地台公園・引地川 川下りコース	約1時間36分	23
⑪	歴史と自然のふれあいコース	約1時間34分	25
⑫	大和ゆとりの森コース	約56分	27

コース名・歩行時間目安

「大和市健康普及員」の活動紹介

29

快適なウォーキングになるように、マナーを守りましょう！

30

※各施設ご利用の際には事前にご確認下さい。

※地図上の建築物や道路状況は現在と異なる場合があるので、あらかじめご了承ください。

ウォーキングコースの市内マップ

