

食べて歩いて、健康になろう!

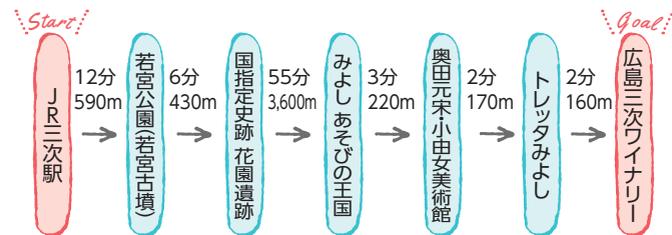
あの街 “おいしい” ウォーキング

豊かな自然とブドウの街 『三次市』

ワインとチーズのマリアージュ!
美術館やワイナリーを巡るファミリー向けウォーキング

コース前半は、小高い丘の上にある若宮公園や国指定史跡・花園遺跡を巡り、アップダウンに富んだ道を行く。巨大な溜池や田畑の穏やかな風景を眺めながら国道を進み、目指すはみよし運動公園。公園内ではさまざまなスポーツを楽しめるが、お子さま連れにはあそびの王国がおすすめ。美術館でアートを鑑賞しながらひと休みしたら、最後はトレッタみよしとワイナリーで、地元産のチーズやワインを楽しもう!

歩く時間:1時間20分 歩く距離:5,170m 消費カロリー:237kcal



- ① 若宮公園 (県指定史跡 若宮古墳)**

丘陵上に長さ約38m、高さ3.5mの前方後円墳があり、街が一望できる。
☎0824-62-6191 (三次市教育委員会文化と学びの課)
📍三次市十日市南4-4
- ② 国指定史跡 花園遺跡**

弥生時代中期～後期の方形台状の墳墓が多数発見された、貴重な遺跡。
☎0824-62-6191 (三次市教育委員会文化と学びの課)
📍三次市西酒屋町十日市南
- ③ みよし あそびの王国**

ワインの製造工程をイメージしたカラフルな遊具で、元気に遊ぼう!
☎0824-62-1994 (みよし運動公園管理事業所)
📍三次市東酒屋町10493
- ④ 奥田元宋・小由女美術館**

奥田元宋・小由女夫妻の日本画などの作品を展示。美しい建物も必見!
☎0824-65-0010
📍三次市東酒屋町10453-6
- ⑤ トレッタみよし**

地元野菜や焼きたてパンなど、お土産はぜひここで! 調理体験工房も人気。
☎0824-65-6311
📍三次市東酒屋町438
- ⑥ 広島三次ワイナリー**

地場食材を使ったカフェレストランや、ワイン貯蔵庫の見学が楽しい!
☎0824-64-0200
📍三次市東酒屋町10445-3



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よく愛するウォーキングナビゲーター。

このコースは休憩ポイントが少ないので、コンビニで水分補給を!

コース周辺は丘陵地帯。比較的短いコースながら、起伏に富んだ道歩くため、予想以上に体力が消耗するかも。涼しい日でもこまめに水分補給をしましょう。

ワイン&チーズ 三次市のおいしいもの

左)広島三次ワイナリーの「TOMOE」
右)三良坂フロマージュの「スカモルツァ・アップミカタ」

チーズ 100gあたり目安 **310kcal***

トレッタみよしで人気の三良坂フロマージュのチーズをぜひお土産に! 発酵食品のチーズは乳酸菌がたっぷり健康効果も抜群。三次ワイナリーのワインと合わせて、三次市の味覚を堪能しよう。

今回のウォーキングで **237kcal消費 = チーズ 約76g分***

*カマンベールチーズで算出

凡例

📍	おすすめ立ち寄りスポット	🚏	バス停	🛣️	国道	🛣️	県府道
🚻	トイレ	🛣️	主要道	🛣️	一般道	🛣️	登り坂
						🛣️	下り坂

※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