

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

漁業が盛んな『大竹市 阿多田島』 美しい島

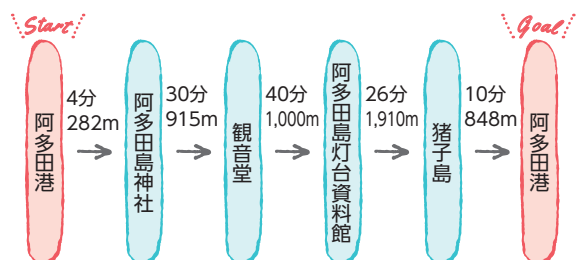
海も山もぜいたくに堪能する

五月晴れのさわやかウォーキング

本州の小方港からフェリーで阿多田港へ。まずは阿多田島神社で参拝し、観音山の頂上にある観音堂へ向かう。登山になるので、休憩しながらゆっくり登ろう。海の家あたりに隣接する阿多田島灯台資料館では、灯台に関する貴重な資料が収蔵されている。島ウォーキングの後半は、防波堤を渡って猪子島へ。漁や水産物の加工が行われており、「漁業の島」らしい感じがうかがえる。潮風をたっぷり感じたら、港へ戻り、島に別れを告げよう。

歩く時間：1時間50分 歩く距離：4,955m

消費カロリー：404kcal



① 阿多田島神社

境内には文化年間につくられたという石灯籠があり、200年以上もの間きれいな状態で残されている。

☎大竹市阿多田236

② 観音堂

観音山の頂に観音像が安置されている。寛永年間の頃、漁師が網にかかった像を持ち帰ったと伝わる。

☎大竹市阿多田389-1

③ 阿多田島灯台資料館

国登録有形文化財。1903年(明治36年)建築の旧安芸白石挂燈立標施設を、資料館として開館している。

※見学には事前予約が必要
☎0827-53-6677 (大竹市教育委員会)
☎大竹市阿多田島ノ浦449

④ 猪子島

阿多田島に隣接する小さな無人島。西側には水産物の加工場があり、漁や釣りが活発に行われている。

☎大竹市阿多田猪子

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。

今回はわたしが案内します!

memo
フェリーは1日5便なので、時間には要注意。

阿多田島漁業協同組合

阿多田島郵便局

Start & Goal

阿多田港

防波堤を渡って猪子島へ

阿多田島神社

阿多田島

阿多田島灯台資料館

海の家あた

④ 猪子島

猪子島

海産物の加工場が並ぶ

阿多田いりこ

阿多田島の
おいしいもの



1尾(1g)あたり
3kcal

阿多田島近海のカタクチイワシを塩のみで味付けした名産品。無添加なので体にやさしいのがうれしい。いりこには現代人の多くが不足しがちといわれているカルシウムが豊富に含まれている。大人はお酒、子どもはごはんのお供に、いりこを食べておいしくカルシウムを摂取しよう。

※商品の購入は有限会社 大井水産(0827-53-7030・0827-53-7733 ※つながりにくい場合あり。)へお問い合わせください。

今回のウォーキングで
312kcal消費 = いりこ 約104尾分

② 観音堂

観音山の頂上は島随一のビュースポット! 瀬戸内海に浮かぶ数々の島を臨むことができます

N 0 50m

凡例

① おすすめ立ち寄りスポット W.C トイレ
— 一般道 — 登り坂 下り坂

※咳や発熱等体調不良がある場合は、来島をお控えください。

※時間・距離は目安です ※消費カロリーは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