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

毛利一族ゆかりの史跡が数多く残る町 『安芸高田市』

市のシンボル・郡山城周辺へ再訪！ 戦国時代に思いを馳せるウォーキング

今回は入城500年を記念し、登山道が整備された郡山城周辺に再び焦点を当てる。バス停 安芸高田市役所前に着いたら、まずは清神社と桜が見頃の郡山公園へ。そのまま登山道を進み、郡山城跡をめざす。途中にある眺望ポイントも要チェックだ。その後百万一心碑に立ち寄り、最後は安芸高田市歴史民俗博物館で毛利一族の歴史を学ぶ。山道を通るウォーキングになるので、休憩しながら歩こう。

歩く時間：57分　歩く距離：3,945m
消費カロリー：269kcal

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 清神社

正中2年(1325年) から残る棟札があり創建はそれ以前と伝わる。サンフレッチェ広島の選手が毎年参拝することでも有名。
☎0826-42-0123
🏠安芸高田市吉田町吉田

② 郡山公園

毛利元就の居城があった郡山にある公園。春は桜、秋は紅葉の名所で、遊歩道や展望台が整備されている。
☎0826-47-4024（安芸高田市産業部商工観光課）🏠安芸高田市吉田町吉田

③ 郡山城跡

南北朝時代に毛利一族が本拠とした山城。毛利元就が台頭した頃には郡山全山が城郭化したといわれている。
☎0826-47-4024（安芸高田市産業部商工観光課）🏠安芸高田市吉田町吉田

④ 百万一心碑

毛利元就が郡山城築城の際に、人柱に代えて一日一力一心の大石を鎮めたという石の拓本を基にした碑。
☎0826-47-4024(安芸高田市産業部商工観光課)　🏠安芸高田市吉田町吉田山部257

⑤ 安芸高田市歴史民俗博物館

毛利一族と郡山城跡を中心に市の歴史と文化財を紹介する博物館。毛利元就コーナーのほか古文書などを展示。
☎0826-42-0070
🏠安芸高田市吉田町吉田278-1

凡例
- おすすめ立ち寄りスポット
- 県道
- トイレ
- 主要道
- 一般道
- 登り坂
- 下り坂
- 山道

あきたかた焼き　安芸高田市のおいしいもの

広島のお好み焼きをベースに、鶏肉や神楽にちなんだ5色の食材（青のり、紅しょうが、卵、餅、ソース）を使用した安芸高田市の新たな名物。食べる度に異なる食感や風味を楽しむことができるその味は、子どもからおとなまで世代を超えて親しみやすい。毎月3日は毛利元就の「三矢の訓」の逸話にちなみ、「あきたかた焼きの日」に制定されている。

あきたかた焼き1枚あたり 810kcal

今回のウォーキングで 269kcal消費 ＝ あきたかた焼き 約0.3枚分

※一般的な広島風お好み焼き1枚(約490g)で算出

※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