

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

ロマン溢れる『府中市』 白壁の町

白く輝く町並みに魅了されて かつての天領をしのぶウォーキング

上下駅を降りてまずは、白壁の美しい石見銀山街道へ。県の文化百選の1つ上下キリスト教会などが立ち並び、江戸幕府の天領だった頃の面影をたたえている。町出身の作家・岡田美知代の生家を改築した府中市上下歴史文化資料館では、散策に役立つ情報もゲットできる。川を渡って北上すると、中国地方で最古の木造芝居小屋・翁座が姿を現す。翁座は2020年に国の登録有形文化財になったばかりだ。後半は、歴史ある専教寺と善昌寺を参拝。有名な善昌寺の鶯張り廊下は、今も変わらず妙音を響かせている。再び街道を通り、宿場町の趣きに浸りながら駅へと戻る。

歩く時間:37分 歩く距離:2,910m
消費カロリー:135kcal

つちのこフロランタン

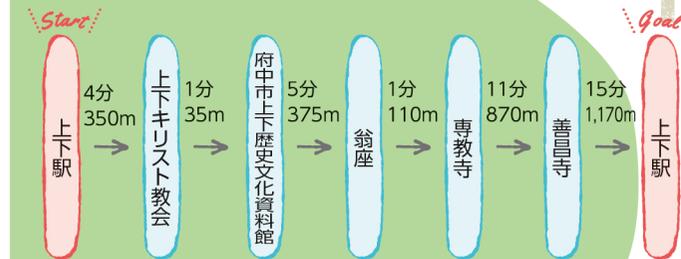
1個あたり **163kcal**



府中のおいしいもの

上下名物といえば、栗と白餡をパイ生地ですんだつちのこ饅頭が有名。その製造元である風月堂が注目の新スイーツ「つちのこフロランタン」を生み出した。つちのこ饅頭の生地の上に、はちみつでコーティングしたアーモンドをのせて焼き上げており、上品な味わいが楽しめる。

今回のウォーキングで
135kcal消費 = つちのこフロランタン
約**0.8**個分



府中市上下歴史文化資料館

上下町生まれの作家・岡田美知代の生涯や町の歴史などを紹介。年4回ほど企画展も開催されている。
☎0847-62-3999 (月曜休館)
📍府中市上下町上下1006

上下キリスト教会

明治期に建てられた旧倉財閥の蔵を利用。町のシンボルとして親しまれ、蔵の上には当時の見晴らし台が残る。
☎0847-54-2652 (府中市観光協会上下支部)
📍府中市上下町上下1057-2

専教寺

浄土真宗本願寺派の寺院で、創建は鎌倉時代。松尾芭蕉などの句碑があり、俳諧が盛んだった町の歴史を物語る。
☎0847-54-2652 (府中市観光協会上下支部)
📍府中市上下町上下2081

善昌寺

鎌倉時代末に創建された曹洞宗の寺院。坐禅堂が創建当時のまま残り、歩くと音が鳴る本堂の鶯張りの廊下が有名。
☎0847-54-2652 (府中市観光協会上下支部)
📍府中市上下町上下341

翁座

大正時代に建てられ、芝居小屋や映画館として活躍した歴史ある建物。土日祝に一般公開されている (200円)。
☎0847-54-2652 (府中市観光協会上下支部)
📍府中市上下町上下2077

善昌寺

明治時代からひな人形を求めて多くの人でにぎわっていた上下町では、毎年2~3月に「天領上下ひなまつり」を開催! たくさんのひな人形と餅花が白壁の町を彩るよ。

「善昌寺参道」と書かれた目印がある

府中市は、石見銀山街道が市内を縦断し、上下町は宿場町として栄えていたよ。今も残る当時の風情を感じながら歩いてみよう。

泊まれる町家 天領上下は、明治初期の旧商家を改装した古民家ホテル。1階ロビーは観光案内所になっている。

JA 庄原上下支店

府中北市民病院

上下川

石見銀山街道

上下駅

Start & Goal

メモ

凡例

- 📍 おすすめ立ち寄りスポット
- 🛣️ 国道
- 🛣️ 県道
- 🚻 WC 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