## No.6 コース名: 高松の池 散策コース

## 地域のお宝:高松の池 (盛岡市高松)

季節を感じられるコースです。冬には白鳥が飛来、春は桜の名所でもあります。途中にバラ園 や釣り堀もあり、散策しながらすぐに一周出来てしまいます。

■コースとお宝紹介者:株式会社ユートー 岩船 広 (盛岡市)

◇健康づくりぺっこ情報:四季折々の風情を楽しみながらレッツウォーク。

■コースの距離: 1.8 k m ■歩行数: 2,571 歩 ■所要時間: 30 分

■消費エネルギー:男性 85kcal 女性 71kcal



イラスト協力:盛岡大学文学部児童教育学科 / 健康づくりぺっこ情報作成協力:盛岡大学栄養科学部栄養科学科