

遙かなる倉吉 八幡神社コース(倉吉市)

距離 約6km 標高差 30m 歩数 約11,000歩 所要時間 約100分

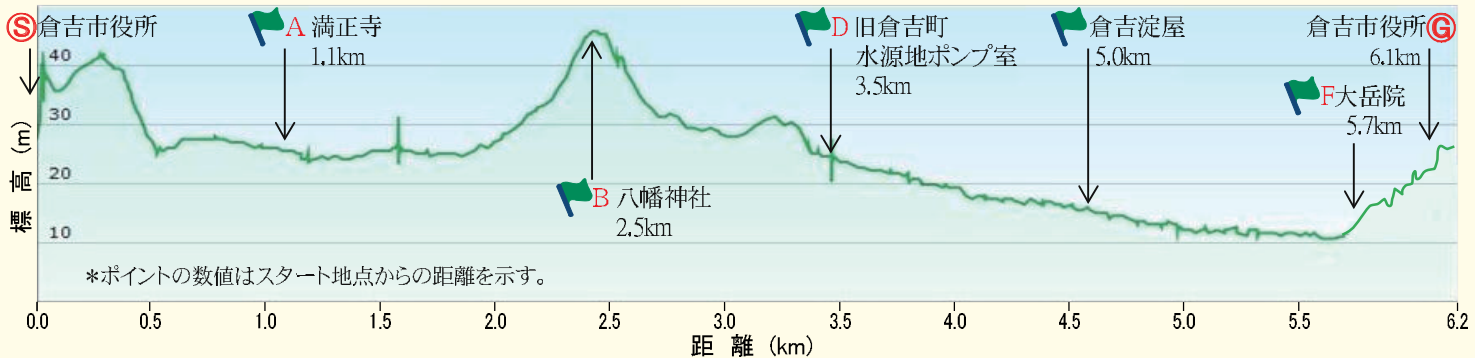
カロリー消費量の目安 (体重60kgの人の場合) ウォーキング:400キロカロリー ノルディックウォーク:420キロカロリー 速歩:480キロカロリー
 ノルディックウォーク速歩:510キロカロリー ジョギング(平坦10km/h 斜面6km/h):840キロカロリー

<コース紹介> レトロな町並とそれを囲む自然の景観が楽しい散策コース 難易度 II ★★★★★
 赤瓦と白壁土蔵群を抜けて、小鴨川の土手にあがると、はるかかなたに大山を望むこともできます。また折り返し点にある八幡神社は、鬱蒼とした木々に囲まれた神秘的な雰囲気を感じさせています。ちょっと足を伸ばして倉吉のまちを散策するのに良いコースです。

📍 スタート地点: 市役所駐車場(鳥取県倉吉市葵町722) マップに関する問い合わせ: 倉吉市保健センター TEL 0858-26-5670

交通アクセス: 倉吉駅バス停で白壁土蔵群・赤瓦方面行きの路線バスに乗り、15分程度で到着。下車停留所は「赤瓦・白壁土蔵群(堺町経由)」、「白壁土蔵群前(市役所経由)」など
 駐車場: 市役所観光駐車場(第1駐車場 60台、第2駐車場 200台)、八幡神社駐車場(100台)

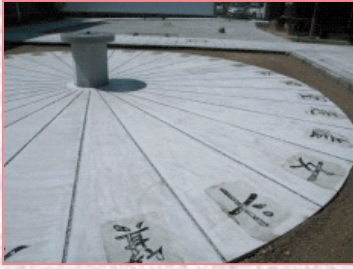
地図の記号 📍: スタート地点 🏠: ゴール地点 🚻: トイレ 🚩: ポイント・見どころ 🚌: バス停



*このマップは、現地踏査したデータを基に作成されています。歩数や所要時間は60歳代女性に合わせての目安です。またイベント開催やコースの見直し等により一部コースが変更されることもあります。

現地調査、データ提供: 加藤敏明(鳥取大学医学部病態運動学)

遙かなる倉吉 八幡神社コース みどころ



A 満正寺(まんしょうじ)

元禄12年(1699年)鳥取池田藩城代家老、荒尾志摩の菩提寺として建立。漫画「遙かな町へ」(谷ロジロー/小学館)では、主人公がタイムスリップする舞台として登場する。古来より満正寺に伝わる星占術を用いた「九曜星占盤」は、直径8メートル巨大星占盤。生年月日から星を算出し、性格・恋愛・相性・対人関係を占う。倉吉のパワースポット。



B 八幡神社(はちまんじんじゃ)

観光情報、宿泊情報の問い合わせ：(エキパル倉吉観光案内所) TEL 0858-24-5370 (倉吉白壁土蔵群・赤瓦観光案内所) TEL 0858-22-1200



C 生田橋付近

天気良ければ遠くに大山が見える。



D 旧倉吉町水源地ポンプ室

このポンプ室は倉吉の水源地として、昭和7年から平成2年3月まで水を汲み続けていました。一見してポンプ室とは思えないほどの洒落たデザインがなされています。



E 八橋往来(やばせおうらい)

八橋往来は、伯耆国の中心であった倉吉と八橋を結ぶ奈良時代からの街道です。その昔、伊能忠敬もこの街道を歩いて測量を行いました。およそ200年前の道筋が今に残るこの街道は、国の夢街道モデル地区にも認定されており、風情ある街道として懐かしさをしのばせています。かつて商都として栄えた倉吉の伝統・文化は、庶民の間に受け継がれ今に生きています。



F 大岳院

1605年に開創された曹洞宗の名刹。境内には、「南総里見八犬伝」のモデルとなった安房国(千葉県)館山城最後の城主、里見安房守忠義と8人の家臣が葬られています。

気候に合った服装をこころがけよう!



暑い日に長時間歩くときの服装

- ① 直射日光を避ける対策
つばのある帽子・首筋の日よけ・手足の防御
- ② 通気性のある衣服
汗が蒸発(気化熱による熱放散)しやすい服装
- ③ 汗を拭く用意
軽くて吸湿性の良いタオルなど
- ④ 水分補給の用意
保冷機能のある軽量水筒など



雨の日や寒いときに歩くときの服装

- ① 防水性のあるレインウエア
長時間の雨に打たれても防水機能が維持されるもの。上下別になっているほうが行動しやすいです。
- ② 通気性がよく軽量なもの
中が蒸れてくると不快です。気候によっては、通気性が重要です。
- ③ 冬季は保温性の高いもの
低温時には、保温性の機能が重要です。血圧の上昇を避けるためには、帽子、手袋、マフラー、スパッツなど露出しやすい部分の手当が大切です。
- ④ 滑りにくく、防水性のある靴
路面が滑りやすくなるので、グリップ性の高い靴裏(ソール)の靴で、防水性のあるものが良いです。

靴選びのポイント

足を入れたときに、かかとが安定しておさまり、まっすぐに立てるか。

かかと部は衝撃を和らげてくれて、適度なクッション性があるか。

靴裏(ソール)の形状は、歩く路面に合っているか。グリップ力が悪く滑ったりしないか。



足の甲の形状が靴と合っているか。紐の最上部は締めすぎない。

つま先は、足の指が自由に動かせるゆとりをもっているか。

足の幅が靴と合っているか。足の屈曲部と靴の屈曲部が合っているか。



靴裏(ソール)のグリップ力が強く、芝生や砂利道でも安定するタイプ。



舗装された道で歩きやすく、通勤でも使えるタイプ。



ジョギングに向けた軽量タイプ。



山道や悪路に向いたくるぶしまで覆ったハイカットタイプ。