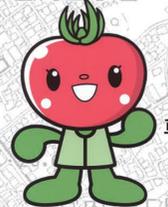


もっと 歩こう もっと 知ろう  
きたもと健康ウォーキングマップ



START・GOAL

東地域学習センター  
保健センター  
(勤労福祉センター)

凡例		
	学校	
	保育所・幼稚園	
	遊具	
	ベンチ 休けいスペース	
	公共施設	
	案内板	
	WC	
	車いす対応WC	

## 2 東地域コース

- 歩行距離 7.4 km
- 時間 約1時間50分
- 消費カロリー※1 約350Kcal
- ※2 ご飯1杯と $\frac{1}{2}$ 杯

※1 体重60kgの人が普通の歩行速度(約67m/分)でコースを回った場合  
※2 ご飯1杯(150g)240Kcalとして計算

- START ○ 東地域学習センター
- ↓ 2.3 km
  - ① 白山神社
  - ↓ 0.3 km
  - ② 朝日さくら並木出入口
  - ↓ 0.7 km
  - ③ 朝日さくら並木出入口
  - ↓ 0.9 km
  - ④ 地藏堂
  - ↓ 0.4 km
  - ⑤ 無量寿院
  - ↓ 0.6 km
  - ⑥ 北本総合公園
  - ↓ 1.3 km
  - ⑦ 長屋門
  - ↓ 0.1 km
  - ⑧ 宮内氷川神社
  - ↓ 0.8 km
- GOAL ○ 東地域学習センター



発行：埼玉県北本市 編集：北本市保健福祉部健康づくり課  
協力団体：北本市レクリエーション協会 発行年月：平成27年3月