

# くらしき まち歩き さと歩き マップ



倉敷市  
倉敷地区  
西阿知学区

作成：西阿知学区子育て応援会議  
 ・西阿知学区愛育委員会  
 ・すみれ会  
 ・西阿知学区民生委員・児童委員会  
 ・遍照地域子育て支援センター  
 協力：西阿知学区社会福祉協議会  
 発行：倉敷市（平成29年3月）

# 西阿知学区 を歩こう!

中世の西阿知は分流した東西高梁川、海または湿地帯に四方を囲まれ、商業都市・港湾都市として繁栄してきました。現在は、幹線道路とJRが東西南北を通り、西阿知駅を中心に住宅・大型店舗と拡充されてきました。学区の中には、田園地帯・学校や歴史的文化教養施設が充実し便利で住みやすい町です。

## A てくてくお散歩コース① 約500mコース（約15分）



### 歩き方のコツ

頭はまっすぐ安定させる  
視線は10~15m前を見る  
肩の力を抜き背筋を伸ばす  
腰は一定の高さで安定させたまま  
足は後方につま先でけりだし、  
かかとから着地

悪い歩き方だと、疲れ  
やすく、体がゆがむぞ。  
気をつけてな。

基本はリラックス  
して楽しくですよ!!



## B のんびり 高梁川河川敷 お散歩コース 約2kmコース（約30分）



## C てくてくお散歩コース② 約1kmコース（約20分）

## 大人向け 自然満喫コース 約2kmコース（約45分）

# A てくてくお散歩コース①

## 約500mコース（約15分）

- ① 遍照院 → ② 三重塔 → ③ 熊野神社  
 ↓  
 ④ 西阿知公園 → ⑤ 遍照地域子育て支援センター



歩き始めたお子さんも  
無理なく歩けるお散歩コースです。



B

のんびり

高梁川河川敷  
お散歩コース

往復約2km コース(約30分)

高梁川高架下→川沿い

芝生や砂場・動物遊具もあります。



春には満開の桜がきれいな…  
高梁川河川敷をのんびり歩くコースです。

C

てくてく

お散歩コース②

約1km コース(約20分)

①西阿知町新田公民館→②西阿知町新田公園  
 ↓  
 ③中島ハイツ遊園→④大橋郵便局→西阿知町新田公民館



大人向け 自然満喫コース

約2km コース(約45分)

てくてくお散歩コース② + ⑤神楽伝承道場→⑥妙見神社

↓  
 ⑦大橋ふれあい公園→①西阿知町新田公民館

自然豊かなコースの中に公園が3か所あります。