

# 睦沢町 健幸ウォーキング コース

Map



- バス停
- 駐車場
- トイレ
- 幹線コース

0 200 400 600 800 1000m



長南町

睦沢町

長南町

茂原市

長生村

一宮町

いすみ市

大多喜町

### ② 上之郷マラソンコース

全長約 4.5km

所要時間 約70分  
平均歩数 約8,500歩  
消費カロリー 約210kcal

マラソンコース  
たまには  
足をのばして  
歩いてみよう!

歩道がないので  
気をつけて歩こう!

原集会所  
上之郷  
区民センター  
総合運動公園  
諏訪神社  
下村集会所  
鴨谷集落  
センター  
東谷集会所  
山田谷集会所  
山田谷集会所  
大園寺

道の駅  
むつざわつどの郷

女ヶ堰

健幸むつざわロードレース

### ④ 北山田田園ぶらりコース

全長約 2.2km

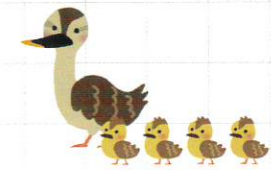
所要時間 約35分  
平均歩数 約4,000歩  
消費カロリー 約105kcal

田園風景を  
楽しみながら  
歩けます!

谷集会所  
北山田  
青年館  
北長栄寺

0 200 400m

田園風景



### ③ 瑞沢川せせらぎコース

A全長約 3.4km B全長約 2.0km

所要時間 A約55分 B約30分  
平均歩数 A約6,000歩 B約3,200歩  
消費カロリー A約165kcal B約90kcal

四季折々の  
野に咲く花が  
楽しめます!

町役場  
総合運動公園  
原集会所  
上之郷  
区民センター  
睦沢  
公民館  
睦沢  
こども園  
諏訪神社  
農村改善  
センター  
弘行寺  
下宿集会所  
上宿集会所  
睦沢  
小学校  
八幡神社  
下根方会館

道の駅  
むつざわつどの郷

女ヶ堰

長楽寺川  
長楽寺  
長生川  
三ツ池  
三ツ池  
三ツ池

北山田  
青年館  
駐車場  
川島区民センター

0 200 400 600m

睦沢こども園

### ⑤ 一宮川ぶらりコース

全長約 2.7km

所要時間 約45分  
平均歩数 約5,400歩  
消費カロリー 約135kcal

田園風景が広がり  
川の展望も  
楽しめる  
コースです!

川の展望が  
Good!

川瀬から夕景

八幡神社  
川島農事集会所  
川島区民センター

0 200 400m

土手の上も  
気持ちいい!

川瀬から夕景



### ① 大上田園ぶらりコース

全長約 2.9km

所要時間 約45分  
平均歩数 約5,800歩  
消費カロリー 約135kcal

川の展望が  
楽しめるコース  
写真を撮るのも  
オススメです!

杉山公民館  
普門寺  
部田集会所  
須賀神社  
原鍵水公民館  
熊野神社  
大上区民  
センター  
房谷集会所

川の展望が  
Good!

0 200 400m



大上の菜の花と桜



大上の普門寺

### ③ 瑞沢川せせらぎコース

A全長約 3.4km B全長約 2.0km

所要時間 A約55分 B約30分  
平均歩数 A約6,000歩 B約3,200歩  
消費カロリー A約165kcal B約90kcal

四季折々の  
野に咲く花が  
楽しめます!

町役場  
総合運動公園  
原集会所  
上之郷  
区民センター  
睦沢  
公民館  
睦沢  
こども園  
諏訪神社  
農村改善  
センター  
弘行寺  
下宿集会所  
上宿集会所  
睦沢  
小学校  
八幡神社  
下根方会館

道の駅  
むつざわつどの郷

女ヶ堰

長楽寺川  
長楽寺  
長生川  
三ツ池  
三ツ池  
三ツ池

北山田  
青年館  
駐車場  
川島区民センター

0 200 400 600m

睦沢こども園



町役場近くの川のほとり

消費カロリーは、体重60kgの方が4km/時(約67m/分)のスピードで歩いた場合の値を記しています。