祝吉地区

コース 4

祝吉歴史探訪コース

祝吉地区の歴史や魅力に触れられる3つのコースです。
目印になる立札が設置されているので探しながら歩きましょう！
地区公民館に歴史探訪マップが置いてあります。

コース説明

Aコースは早水公園駐車場、Bコースは沖水川市民緑地駐車場、Cコースは祝吉地区公民館からそれぞれスタート。祝吉地区には、数多くの遺跡や神社、石碑などがあります。身近な地区の歴史を学びながら歩きましょう。

【Aコース】
- ●総距離 6.0km
- ●時間目安 1時間半
- ●消費カロリー 311.9kcal
- ●おにぎり 1.9個分

【Bコース】
- ●総距離 6.4km
- ●時間目安 1時間40分
- ●消費カロリー 332.6kcal
- ●おにぎり 2個分

【Cコース】
- ●総距離 6.0km
- ●時間目安 1時間半
- ●消費カロリー 311.9kcal
- ●おにぎり 1.9個分

Aコース

スタート：祝吉地区公民館

	祝吉遺跡	乙戸神社	下川東牧ノ原地下式横穴墓群	旧国道10号線の碑	旧高木原用水路改修記念碑	田の神像
	3	16	1	2	5	4
区間	0.3km	2.0km	3.0km	3.6km	5.0km	5.6km
累計消費	26.0kcal	104.0kcal	155.9kcal	187.1kcal	259.9kcal	291.1kcal
累計時間	約8分	約30分	約45分	約55分	約75分	約85分

ゴール：祝吉地区公民館
ウォーキング距離 約6.0km
カロリー/時間 311.9kcal消費 /約90分

Bコース

スタート：沖水川市民緑地駐車場

	島津稲荷神社	旧高木原用水路改修記念碑	田の神像	祝吉遺跡	動員学徒被爆碑	東原耕地整理記念碑
	15	5	4	3	10	17
区間	0.6km	1.7km	2.0km	2.3km	3.4km	4.0km
累計消費	31.2kcal	88.4kcal	104.0kcal	119.5kcal	176.7kcal	207.9kcal
累計時間	約10分	約25分	約30分	約35分	約50分	約60分

ゴール：沖水川市民緑地駐車場
ウォーキング距離 約6.4km
カロリー/時間 332.6kcal消費 /約100分

Cコース

スタート：早水公園駐車場

	池ノ友遺跡	白山原遺跡	祝吉御所跡	早水神社・沖水古墳	石幢（六地蔵塔）	向原遺跡	年見川遺跡
	9	7	8	13 14	12	18	11
区間	0.3km	0.5km	0.8km	1.4km	1.5km	2.4km	3.7km
累計消費	15.6kcal	26.0kcal	41.6kcal	72.8kcal	78.0kcal	124.7kcal	192.3kcal
累計時間	約5分	約8分	約15分	約20分	約23分	約35分	約55分

ゴール：早水公園駐車場
ウォーキング距離 約6.0km
カロリー/時間 311.9kcal消費 /約90分

コラム ながら運動で健康づくり

ずっと座ったままになっていませんか？座りすぎはがんや心臓病、2型糖尿病などの発症に影響し、寿命の短縮にも繋がることが分かっています。デスクワーク中心の方は30分に1度は立ち上がるなど、体に刺激を与えましょう。他にも、駐車場は遠くに停める、2階・3階までは階段を使う、テレビを見たり家事をしたりしながら出来る運動をするなど、体を動かすチャンスはたくさん転がっています。まずは現在より1日10分多く体を動かし、無理なくできる範囲から健康づくりに取り組みましょう。

地域の資源やイベントを知ろう！

早水公園（はやみずこうえん）

豊富な湧き水を源とした6つの池の周囲に、万葉集に登場する植物を集めた万葉植物園や春には約42万本のあやめが咲き誇るあやめ園（あやめの見頃：4月下旬～5月上旬）、野外ステージを供えた多目的広場などがあります。この池の湧き水は、仁徳天皇の妃となった髪長媛が産湯に使ったと伝えられ、池のほとりには髪長媛を祀る早水神社が鎮座しています。

早水あやめまつり（はやみずあやめまつり）

4月29日
昭和の日

まつりでは、ステージイベント、あやめ音頭などの披露が行われます。毎年約1万3千人の来場者があります。

祝吉御所跡（島津家発祥の地）（いわよしごしょあと）

鎌倉時代（1185年）に、源頼朝のご家人であった惟宗忠久は、この地を中心に広がっていた荘園「島津邸」の役人に任じられ、この地で島津忠久と名乗ったことから島津発祥の地といわれています。