



志和池の先人の偉業、 史跡と田園の パノラマウォークコース

志和池の歴史に触れながら、大淀川沿いとその下に広がる田んぼ道を歩きます。志和池城跡からの眺めや広々とした田園風景など、素晴らしい景色に出会えるコースです。

ウォーキングコース
歩こう！
都城市内15コース

- 志和池の先人の偉業、
史跡と田園のパノラマコース
- 総距離 **5.3km**
 - 時間目安 **1時間20分**
 - 消費カロリー **270.4kcal**
 - おにぎり **1.6個分**

コース説明
志和池地区公民館をスタート。まず、志和池城跡から志和池の地名の由来となった「蓮池」などの史跡を巡ります。坂道が多く、距離の割にはハードなコースですが、堤防、田んぼ道、「どんぐり村」の森と続く変化に富んだコースで、歴史をしのび、季節の風景を楽しみながら歩くことが出来ます。

① 志和池城跡

古来より北郷、北原、伊東氏などの争奪の的となった要衝。庄内の乱では、伊集院氏がたてこもり、壮烈な攻防戦が繰り広げられました。元和元年(1615年)、一國一城令により廃城。現在は本丸跡のみが残っており、城址から眼下を眺めると、かつての城主たちに思いを馳せることができます。



地域の魅力、再発見!

科長神社の六月灯(市指定無形民俗文化財)

再撮影

六月灯Photo 写真提供 お願いします

7月29日の六月灯で奉納される、からくり仕掛け花火が有名。境内に張り巡らせた綱を伝い、花火が火花を吹きながら走りいき、竹鉄砲が音を立て滝花火で終わる様は壮観です。

都城市リサイクルプラザ

資源ごみなどの搬入ができるリサイクル処理棟の隣には地球環境について学習や体験ができる「さいせい館」が。不用品を再生し販売もしています。

どんぐりの森

源流の森づくりを行っている「どんぐり1000年の森をつくる会」による手作りの施設。「どんぐりの森図書館」や「冒険の森」など、自然のなかで遊べます。

② 昔の蓮池(児玉池)

志和池の地名の発祥となった池で、雲林寺の僧が「志の和することこの池のごとくあれ」と言ったことによるといいます。かつては蓮が見事だったそう。

ウォーキングコラム ①

ただ歩くだけで運動になるの? 何歩ぐらい歩くのが理想?

毎日の有酸素運動は減量につながります

ウォーキングは気軽に始められ、体への負担も少ないおすすめの有酸素運動です。生活習慣病予防のためには1日8000~10000歩が理想ですが、まずは1日1500歩増やしてみましょう。これを続けていくと食事の量を減らさずに1年で2~3.5kgの減量ができます。

志和池の先人の偉業、史跡と田園のパノラマウォークコース(志和池地区)