

M★WALK
高城地区
コース
13

高城地区満喫コース ～観音池・武家門めぐり～

桜の名所として知られる、自然豊かな観音池公園を周り、二つの資料館と武家門を巡ります。城下町のような風情漂うエリアもあり、旅気分も味わえる約2時間半の長距離コースです。



ウォーキングコース

歩こう！
都城市内15コース

高城地区満喫コース

- 総距離 **9.8km**
- 時間目安 **2時間30分**
- 消費カロリー **480.7kcal**
- おにぎり **2.7個分**



※体重60kgの人が、平常歩毎分75mで歩いた場合を示しています。



その他のスポット



石山観音寺

観音池の名の由来となった寺で、安産の神として崇拝されてきました。薩摩島津家の菩提寺の末寺で門に島津の紋が残る。石段を登りきった山上にあります。

地域の魅力、再発見！

田辺かくれ念仏洞



薩摩藩が一向宗(浄土真宗)の信仰を禁じたため、信者は山中や洞で信仰を続けました。これを「かくれ念仏」といいます。都城には、隠れて祈ったという信仰の歴史を伝える「かくれ念仏洞」が何か所か残っており、「田辺かくれ念仏洞」は、有水地区にあります。

春日神社



この地を拓いた平季基より寄進された藤原頼道が奈良の春日大社を勧請したと伝えられ、のちに島津氏の崇敬を受けました。六月灯は多くの人で賑わいます。

將軍神社



戦に勝ち、飢饉などを免れるとされる「将(勝)軍地蔵」を祀る。鳥居前には鮮やかな衣装を着た神官型の田の神様が祀っており、地域で慕われています。

スタート
高城運動公園
ゴール



山道を歩いている感覚が味わえる



巨大な屋内競技場を建設中(27年11月)



歴史的景観が残り、町歩きが楽しいエリア



上までは勾配の強い坂道



1 観音池公園



ボートや観覧車、グラススキーやリフト、観覧車などの施設が充実。温泉やキャンプ場もあり、年間を通して楽しめる広大な公園。温泉をスタートして帰りに汗を流しても。

2 高城郷土資料館



月山日和城の城跡に建つ。肝付兼重が築いた城で、南北朝時代には南朝方の拠点となりました。その後、戦国時代、庄内の乱まで激戦を繰り返しました。また、昭和10年、陸軍特別大演習の際には、昭和天皇がここで演習をご覧になりました。資料館では高城の歴史や文化について展示。展望台からは都城盆地を一望することができます。

3 旧後藤家商家交流資料館



江戸時代後期から幅広く事業を展開して財をなした後藤家の分家、後藤伊助が建てた、築100年以上の商家。見学ができ、ひな祭りなど季節ごとのイベントも好評です。

4 武家門



江戸時代、高城が島津藩直轄領となり、薩摩から移住した藩士たちが屋敷を建てました。その門が7つ(?)現存しており、凛と構える門が当時をしのばせます。石垣がそのまま残っている路地もあり、風情ある景観が楽しめます。

ウォーキングコラム

10 食塩のとりすぎに注意

食塩のとりすぎがいけないのは、ズバリ血圧の上昇を招くから。

血圧が高いと血管に過度の負担がかかって動脈硬化を促進し、最終的に脳卒中や心臓病といった生死に関わる病気を招きます。また、食塩のとりすぎは胃がんの発症にも関係していることがわかっています。

