



海沿い"ナイスビュー"コース(下松市 笠戸島)

「知っ得」情報!

- ・駐車場：約70台(はなぐり海水浴場)
- ・トイレ：有り シャワー室完備(はなぐり海水浴場)
- ・所在地：下松市 笠戸島

もう少しで「ゴールデンウィーク」到来!

ということで、今回は、家族や友達での「お出掛けお勧めスポット」をご紹介します。

スタート・ゴール地点になる「はなぐり海水浴場」駐車場に車を置き、「けんこう散歩道」のスタートです!!

●「はなぐり海水浴場」●「親水緑地公園」●

今回のスタート地点になる「はなぐり海水浴場」は、笠戸島ハイツの下にある「人工海水浴場」です。

うらかな日差しの中、さわやかな潮風を感じながらウォーキングスタートです!



始めに向かったのは、「親水緑地公園」。道中、打ち寄せる波の動きにあわせて、楽しそうに舞う「小鳥」に出会いました。華麗なステップで私達を歓迎してくれる姿は、とってもしゃべったかったですよ。



景色を楽しみながら歩いていくと、キレイに整備されている「親水緑地公園」にたどり着きました。

「親水緑地公園」は、海に面した公園で、干満で海水が出入りする「潮入りプール」や「砂の広場」があり、子ども達も喜びそうなスポットです。

また、公園には屋根付きのベンチもあり、キレイな景色を眺めながら一息つけます。



園内を歩いていると「海上遊歩道(プロムナード)」が間近に見えてきました。次は、プロムナードに行ってみます!

●海上遊歩道(プロムナード)●

海上遊歩道(プロムナード)は、「はなぐり海水浴場」の南側にある海の上を歩くことができる歩道です。

海岸線に沿って整備されているプロムナードは、全長約300m、突堤が3基あります。

この日は、お天気が良いこともあり、プロムナードを散歩する人や釣りをを楽しむ人をたくさん見かけました。



プロムナードからは、海中が良く見えます。この日は、キレイな模様の「くらげ」が気持ち良さそうに泳いでいて、まるで「水族館」にいるような気持ちになりました。



突堤では、釣りを楽しむ人の横に寄り添っているかわいい「さぎ」(鳥)も発見しました。どうも、釣り人からお魚を頂戴しているようでした。

「さぎ」にとっても釣果が気になるようで、真剣なまなざしで「釣り竿」を見つめていました。



プロムナードの魅力はたくさんあり、歩く方向によって目の前の景色が変わるところもそのひとつです。遠くに見える景色を眺めると、この日は、キレイな「山桜」を見ることができました。(取材時期4月中旬)

●道路沿いウォーキング●

砂浜に打ち寄せる波音が聞こえた頃、プロムナードのゴール地点が見えてきました。ゴール地点にも休憩用のベンチがありましたヨ。

この後、階段を昇って道路沿いに向かいました。



次は、「恐竜」のモニュメントを目指して歩きます!道路沿いも歩道が整備されていて、歩きやすいコースでした。

歩道では、「桜」や「つつじ」など、色々な花が目を楽しませてくれます。桜の木からは、うぐいすのキレイな歌声も聞こえてきました。

うぐいすの歌声を聞きながら遠くに広がる海を眺めて歩くと、「自然の恵み」を全身で感じることができます。桜の木の下にも休憩用の椅子とテーブルがあり、「春のお花見スポット」になりそうです。ちなみに、これからの季節は、「つつじ」が見頃を迎えるようですヨ。



●この他にも●

しばらく歩くと、迫力満点の「恐竜」のモニュメントが見えてきました。

今回は、時間の関係からここでUターンをしましたが、「恐竜」のモニュメント横「国民宿舎大城」も魅力たっぷりのスポットなので、お時間のある方は是非寄ってみてくださいネ。



この他、歩く時の楽しみは、御当地ものを発見すること!

今回は、マンホールやガードレールにある「ひらめ」のイラストの写真を写してきました。かわいい「ひらめ」のイラストがいたるところにありました。



歩き始めて約2時間、「はなぐり海水浴場」に戻ってきました。再び、キレイな砂浜が目前に広がり、私達の疲れを癒してくれました。

心身ともに健康づくりができるこのコースは、これからの季節の「お出掛けお勧めスポット」です!



いかがでしたか?

今回は、当センターが発行している「けんこうウォーキングマップ」の「笠戸島ウォーキングコース」を参考に、この一部を歩いてきました。(マップを御希望の方はこちらへ 083-934-2200)

山口県健康づくりセンターでは、「けんこう散歩道」の取材コースを探しています!「私たちの市町のここがお勧め!」「ここなら健康づくりができるヨ!」など、みなさんの身近な健康スポット情報をお待ちしています!!どしどしお寄せください。

今回は、2時間で5,994歩!



まんぼ