

1 迫川河川敷コース

特徴

街中の川を横切る佐沼大橋、錦橋、鹿ヶ城大橋の3本をくぐるコースです。

距離

3,200m

所要時間

約40分

2 長沼コース

特徴

迫町の中央部に位置する周囲約2.4キロメートルの県内最大の湖沼「長沼」を歩くコースです。

距離

10,000m

所要時間

約125分

3 とよま明治村・北上川散策コース

特徴

「江戸、明治、大正、昭和の面影を残す城下町」みやぎの明治村の町並みをめぐりながらウォーキングできるコースです。

距離

3,500m

所要時間

約44分

4 登米森林公園「森林セラピーロード」コース

特徴

美しい自然に恵まれ、四季の移りを楽しむ森林セラピーロードです。その時々コンディションに合わせて選べる8つのコースがあります。

距離

3,000m

所要時間

2時間～3時間

散策期間

4月下旬から10月末まで

5 北上川親水公園コース

特徴

東和町のシンボル北上川の河川敷にある北上川親水公園沿いを歩くコースです。

距離

2,600m

所要時間

約33分

6 石森小学校ぐるりコース

特徴

中田町石森地区の城下町を楽しみながら歩くコースです。

距離

2,100m

所要時間

約26分

7 北上川お鶴明神コース

特徴

錦桜橋から、北上川の堤防内を南に向かって一関街道に沿って歩くコースです。

距離

5,800m

所要時間

約73分

8 豊里水辺の公園コース

特徴

旧北上川河川敷を歩くコースです。涼しい風を受けながら適度な運動を楽しめます。

距離

1,000m

所要時間

約13分

登米市ウォーキングコースマップ

全16コース

9 平筒沼ふれあい公園コース

特徴

平筒沼を一周するコースです。春は桜、夏はハス、秋は紅葉、冬は白鳥などの渡り鳥が見られ、四季折々の美しい風景を楽しみながら歩くことができます。

距離

3,776m

所要時間

約47分

10 大根沢滝不動尊コース
(石越総合運動公園コース)

特徴

石越総合運動公園内を歩くコースと、その周囲、大根沢滝不動尊経由で長根周辺を一周する2コースです。春には桜を見ながら歩くことができ、夏には涼風を感じられます。

大根沢滝不動尊コース

距離

3,300m

所要時間

約41分

石越総合運動公園コース

距離

824m

所要時間

約10分

11 大嶽山興福寺コース

特徴

南方総合支所から大嶽山を目指すコースです。大嶽山は標高41mで、桜やさつき、アジサイ、ななかまど等数多くの草木と鳥たちがさえる自然味あふれる公園です。

距離

7,000m

所要時間

約88分

12 もくもくランド～横山不動尊コース

特徴

もくもくランドから南沢川沿いを歩き、横山不動尊を目指すコースです。

距離

5,800m

所要時間

約73分

13 長沼フートピア公園コース

特徴

長沼の湖畔にオランダ風車「白鳥」をシンボルとする長沼フートピア公園内を歩くコースです。

距離

1,250m

所要時間

約15分

14 長沼ダムコース

特徴

アースダムとしては国内最大級の規模を誇る長沼ダムの周辺を歩くコースです。

堰堤上を歩くコース

距離

2,000m

所要時間

約25分

導水路沿いを歩くコース

距離

6,260m

所要時間

約80分

15 東北新生園コース

特徴

全国に13か所ある国立ハンセン病療養所の一つである「東北新生園」の中を歩くコースです。

距離

3,500m

所要時間

約45分

16 豊里総合運動公園コース

特徴

豊里総合運動公園の管理棟をスタートしてサッカー場、野球場の回りを大きく回り一周するコースです。

距離

627m

所要時間

約7分

※所要時間：速めの歩行での時間となります。

とめウォーキング情報

ウォーキングコースの紹介・ウォーキングイベントの予定などをお知らせしています。

<http://www.city.tome.miyagi.jp/oshirase/kenko/walking.html>