

田園地域と見沼代用水

③ 緑のヘルシーロード

見沼代用水路沿いの自転車・歩行者・農耕車の専用道路です。サイクリングやジョギングをしながら、水と緑に囲まれた田園空間を楽しんでみてはいかがでしょうか。



山王橋公園

④ 花久の里



⑤ 川里ふるさと館



⑥ かわさと館

平成 26 年にオープンした複合型行政施設です。



パンジーマラソン

トピック

～健康管理編～

健康のために、運動や食事に気を配ることはもちろん大切ですが、健診を受けて自分の体の状態を知ること也很重要です。自分は元気だと思っけていても、知らないうちに病気が進行していることがあります。自覚症状が出てから受診するのではなく、かかりつけ医を持ち、定期的に健診を受けましょう。

コース見どころ

鴻巣の田園地域を白鷺を横目に歩くコースです。花久の里でこのす川幅うどんを食べてみてはいかがでしょうか。

見どころ 初夏の花久の里のバラ・見沼代用水の河川部・田園地帯の野鳥

注意事項 歩道のない部分の歩行・県道の横断

① 川里中央多目的広場



健康運動ひろば

埼玉県種苗センター

② 川里中央公園

遊具もあり、釣り・テニス、大人から子どもまで遊べます。



歩行距離	約9.0 km	時間	2時間14分
歩数	12,857歩 (歩幅70cm)		
消費カロリー	402 kcal	1杯 (150g) 240 kcalとして計算	
消費カロリー	402 kcal	1杯 (150g) 240 kcalとして計算	

・体重60kgの人が歩行速度(分速67m)で歩いた場合

