No.２	コース名：まちや紹介

地域のお宝：大慈清水、青龍水　（盛岡市鉈屋町）

昔からの水源でテレビで見たりはしましたが、実際に見たり、水を飲んだりすることが少ない為、歩いて昔ながらの街並みを感じる機会となれば良いと思いました。酒蔵を見るのも機会がないので回ってみたいです。

■コースとお宝紹介者：明治安田生命保険相互会社　まなみ　（盛岡市）

♡健康づくりぺっこ情報：ウォーキング中の水分補給は、ぜひ“大慈清水”か“青龍水”で

■コースの距離：３ｋｍ　■歩行数：4，286 歩　■所要時間：48 分

■消費エネルギー：男性　142kcal　　女性　118kcal

イラスト協力：盛岡大学文学部児童教育学科　／　健康づくりぺっこ情報作成協力：盛岡大学栄養科学部栄養科学科