

No.10

コース名：盛岡市松園「こもれ日コース」

地域のお宝：松園のまちから見る岩手山（盛岡市松園）

名所や旧跡ではないですが、岩手の宝である岩手山！松園は高い建物が無いので、さまざまな場所から岩手山を見ることができます。天気や時間帯によってもその姿はさまざまな見え方をしてくれます。特にゴール地点である東黒石野公園を少し進んで振り向いて見る岩手山はとてもカッコイイです！ぜひ、自分のお気に入りの岩手山スポットを見つけてみてください！

■コースとお宝紹介者：宮城学院女子大学 小川 茉莉（盛岡市）

♡健康づくりぺっこ情報：岩手山の懐に抱かれて生まれた”わが命”を感じよう。

■コースの距離：2km ■歩行数：2,857歩 ■所要時間：30分

■消費エネルギー：男性 95kcal 女性 79kcal

