



めざせ!

12コース完歩

はすぴいおさんぽマップは
蓮田市内に12コースあります。
歩いた日や時間を記録して
完歩をめざしてみませんか?



● 目安時間は、景色を見て
おしゃべりしながら歩いた
際の時間です。
およそ時速 3.2km。

No.	地区	タイトル	距離 目安時間	歩いた日	かかった時間	新たな発見や、 気になったもの
1	黒浜 地区 1	癒しの西城沼コース	5.0 km 1時間 30分			
2	黒浜 地区 2	黒浜沼と神社を巡るコース	5.8 km 1時間 50分			
3	平野 閩戸 1	綾瀬貝塚と山ノ神沼コース	5.8 km 1時間 50分			
4	黒浜 地区 3	黒浜沼さわやかコース	6.2 km 2時間 00分			
5	黒浜 地区 4	春らんまん! 元荒川パルシーコース	5.8 km 1時間 50分			
6	平野 閩戸 2	四季を感じる平野コース	5.1 km 1時間 35分			
7	平野 閩戸 3	閩戸癒しのヘルシーロード コース	4.8 km 1時間 30分			
8	蓮田 地区 1	駅からサービスエリアコース ～歴史ある神社巡り～	5.2 km 1時間 40分			
9	蓮田 地区 2	もう一つの桜見街道コース	5.1km 1時間 40分			
10	蓮田 地区 3	根ヶ谷戸公園と 電車を楽しむコース	3.1km 1時間 00分			
11	蓮田 地区 4	駅西口-親子ふれあいコース	2.3km 55分			
12	黒浜 地区 5	黒浜貝塚コース	0.8km 15分			



蓮田地区 2

もう一つの桜見街道コース

蓮田駅東口→根ヶ宿公園→慶福寺→瓦葺掛樋跡→
ヘルシーロード→御前橋→蓮田駅東口

5.1km/1時間 40分



- ウォーキングアプリ「ALKOO」をダウンロード
- アプリホーム画面の「コバトン ALKOO マイレージ」のバナーから会員登録
- 歩数でポイントがたまり、抽選にて賞品が当たります

詳細とアプリ
ダウンロードは
こちらから

蓮田市健康づくり推進員作成 令和 7年 2月 第3版発行

はすぴいおさんぽマップを歩いた日や時間を記録できる
記録用紙がこの面の左側にあります。

