

ウォーキングルート出発点までのアクセス



毎日少しの心がけ!



あと、1日15分、  
1,500歩 歩く!

15分で変わる!! スマートな自分を…

スマートみやぎ健民会議

スマートみやぎ健民会議は、宮城県に住むみなさんの健康づくりを後押しするための組織。  
平成28年2月、宮城県が企業・保険者・医療関係団体等と手をつなぎ設立しました。

スマートみやぎ健民会議事務局（宮城県保健福祉部健康推進課）  
〒980-8570 宮城県仙台市青葉区本町 3-8-1  
Tel: 022-211-2623 Fax: 022-211-2697 Email: kensui-k@pref.miyagi.lg.jp  
<http://www.pref.miyagi.jp/site/sumart01/>



宮城県



スマートみやぎ健民会議

©宮城県・旭プロダクション

## WALKING ROUTE

### 街中ぐるりコース (一目千本桜～ 白石川沿い土手コース)

START!

JR東北本線 大河原駅

600m 約9分  
消費カロリー 約27kcal

末広歩道橋

400m 約6分  
消費カロリー 約18kcal

吉祥山 繁昌院

1000m 約15分  
消費カロリー 約45kcal

大河原橋

800m 約12分  
消費カロリー 約36kcal

JR東北本線 大河原駅

GOAL!

所要時間と  
消費エネルギーの目安

体重60kgの人が10分の歩行による  
消費エネルギーは30kcal。

※歩行時のエネルギー消費量を求める  
ためのアメリカスポーツ医学協会  
が提示する式によって、時速4km、  
歩幅70cmの場合。(厚生労働省「健  
康日本21」ウェブサイト)

OOGAWARA  
WALKING  
MAP



大河原町

ウォーキングルートは  
ここ!



2 吉祥山 繁昌院

大河原町役場

尾形橋

末広歩道橋

末広公園

1 尾形安平翁頌徳碑

START!  
GOAL!

白石川

大河原橋

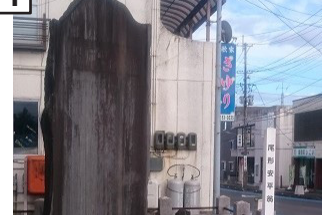
歩道橋



さくらっきー

## HIGHLIGHTS

1



### 尾形安平翁頌徳碑

大河原駅誘致に尽力、自費で開運橋  
(現・尾形橋)を架け町の発展に貢献  
した尾形安平氏をたたえ、明治  
20年に建立されました。

2



### 吉祥山繁昌院

本堂に平安時代作の金箔寄木造りの  
阿弥陀如来座像が祀られています。  
門前の観音像の頬に模様ができて  
はがれ落ち、ハート型になったため  
「出会い観音」と呼ばれています。

## POINT!

一目千本桜を満喫できるコース  
です。桜の開花時期のみならず、  
四季折々の自然を感じながら  
爽快に歩けます。尾形安平翁  
頌徳碑や吉祥山繁昌院などの  
歴史観光スポットや、眺望のよい  
末広歩道橋や大河原橋など、  
コース沿いには見どころが点在  
します。末広橋たもとの公園では  
健康ストレッチもできます。