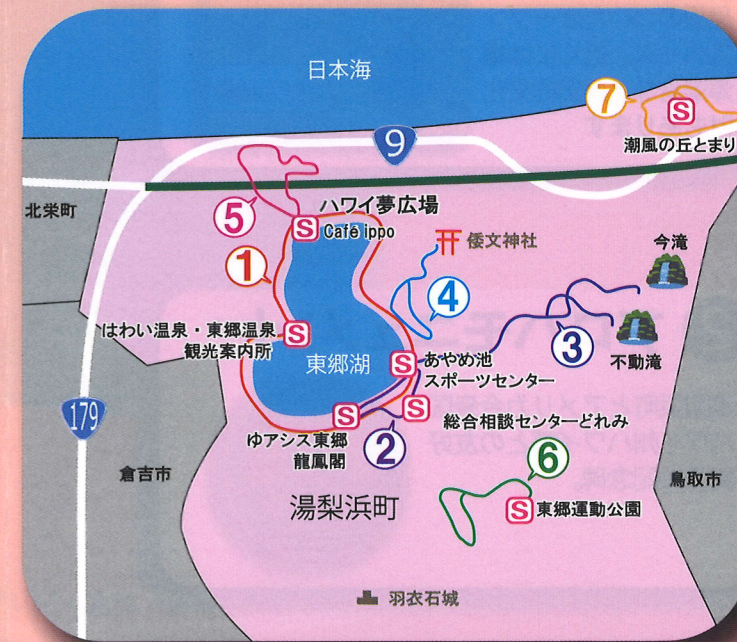


ウォーキングコース



④ 伯耆一ノ宮・参拝の道
鳥居をくぐり長い参道を歩けば、そこは神話の世界

距離：約 4.5 km
所要時間：約 70 分
標高差：約 95m
消費カロリー：約 290k^{cal}

女性の守り神、下照姫命（したてるひめのみこと）などの神々が鎮座する倭文神社を歩くコースです。参道の脇にある大きな岩は、『安産岩』として安産祈願にご利益があるとされています。また、良縁を願う女性たちのパワースポットとしても有名で神聖な空気に包まれながら歩くコースです。

START&GOAL あやめ池スポーツセンター

⑤ 歴史文化を辿る道
前半の登り坂を過ぎれば眺めも良くて足も軽やか

距離：約 6 km
所要時間：約 80 分
標高差：約 105m
消費カロリー：約 320k^{cal}

橋津古墳群や橋津藩倉から歴史を満喫するとともに、北に日本海、南に東郷湖を眺望できる風光明媚なコースです。馬ノ山辺りでは登り坂が続きます。ハワイ風土記館辺りからの眺めはとて素晴らしく、疲れが吹き飛んでいく爽快感があります。川沿いのコースも気持ちよく歩けます。

START&GOAL ハワイ夢広場・Café ippo

⑥ 梨の花の薫る道
出発点で十分な体操をしたくなる手軽な里山コース

距離：約 5 km
所要時間：約 60 分
標高差：約 33m
消費カロリー：約 250k^{cal}

里山の自然の中に、東郷運動公園があります。スポーツ施設が多数あり、ここで十分に運動ができてしまいうそうです。ウォーキングコースは県道 29 号線（三朝東郷線）に出て、道路の反対側の国信・別所地区を歩きます。この辺りは「にほんの里 100 選」に選ばれた梨の果樹園、土蔵や生け垣など日本の原風景が楽しめます。

START&GOAL 東郷運動公園

⑦ 潮風に吹かれる港道
距離は短いアップダウンの激しいコース

距離：約 4.5 km
所要時間：約 60 分
標高差：約 65m
消費カロリー：約 220k^{cal}

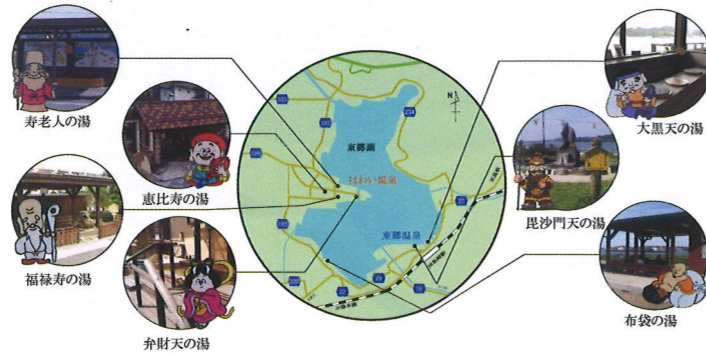
グラウンド・ゴルフ発祥の地、潮風の丘とまりは日本海を一望できる甲亀山に位置し、抜群の景色です。そして鳴り砂を楽しめる石脇海岸辺りは、解放感たっぷりのコースです。

START&GOAL 潮風の丘とまり

ウォーキングの途中にほっと一息

足湯

ゆりはま七福神の足湯巡り



服を着たまま気軽に温泉を楽しむことができる「足湯」。足湯につかることで全身がぼかぼかし、疲労回復やリラックス効果が実感できます。

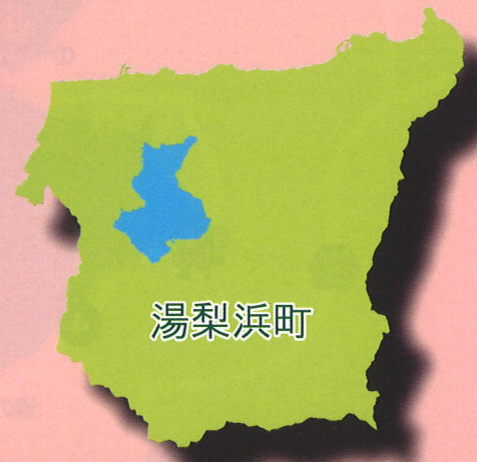
はわい温泉・東郷温泉には七つの足湯施設（七福神の足湯）があります。足湯を楽しむほか、温泉玉子が作れる場所もあります。ウォーキングの合間にちょっと寄り道。足湯で疲れをリセットしましょう！



めぐみのゆ公園

※メンテナンスや清掃のため、ご利用いただけない場合がございます。

ゆりはまウォーキング AR スポットマップ



湯梨浜町

鳥取県

無料アプリ「COCOAR」をインストール！



●スマホのアプリ「COCOAR」を立ち上げて、このパンフレットの表紙にかざしてください。動画コンテンツが楽しめます。

●アプリ「COCOAR」でコースの上の看板やモニュメントなどにかざして動画コンテンツをお楽しみください。



- 「COCOAR」はスターティアラボが運営するアプリです。
- アプリはご利用の機種、環境により作動しない場合があります。
- コンテンツは予告なしに終了、または変更する場合があります。
- アプリの利用、ダウンロードは無料です。（通信費はお客様のご負担となります）

湯梨浜町 産業振興課

〒682-0723 鳥取県東伯郡湯梨浜町久留 19-1
TEL : 0858-35-5382 FAX : 0858-35-5376
E-mail : ysangyo@yurihama.jp
https://www.yurihama.jp

ウォーキングコースは見どころいっぱい！



湯梨浜町 天女キャラクター ゆりおん

① 東郷湖を巡る道
東郷湖を眺めながら、ちょっと頑張って歩いてみよう！

距離：約 12 km
所要時間：約 150 分
標高差：約 50m
消費カロリー：約 540k^{cal}

天女が舞い降りた羽衣伝説が残る東郷湖。山陰八景の一つにも数えられる風光明媚な湖を一周する約 12km のコースです。あやめ池を過ぎて出雲山展望台周辺以外は、ほぼ平坦なコースで途中には見どころも満載。楽しんで歩くことができます。

START&GOAL ゆアシス東郷龍鳳閣、あやめ池スポーツセンター、総合相談センターどれみ、ハワイ夢広場・Café ippo、はわい温泉・東郷温泉観光案内所

② 昭和レトロと出逢う道
旧宿場町の街道。懐かしい昭和の看板や建物を楽しもう！

距離：約 5 km
所要時間：約 60 分
標高差：約 36m
消費カロリー：約 250k^{cal}

JR 松崎駅周辺は、昭和初期からの街並みが今も残っており、懐かしい看板や建物に出逢います。明治時代から続く醤油店や造り酒屋などが並び、まるでタイムマシンによって違う時代を歩くようなコースです。松崎神社などのパワースポットも楽しめます。

START&GOAL ゆアシス東郷龍鳳閣、総合相談センターどれみ

③ 滝めぐりの道
二つの滝を一度に楽しむことができる自然探索コース

距離：約 12 km
所要時間：約 170 分
標高差：約 80m
消費カロリー：約 540k^{cal}

里山を過ぎ、林の中に入ると、木陰も多くひんやりとしてきます。案内板を見落とさなければ、道も整備されていて安心して滝まで到着できます。不動滝は不動明王を祭る社の向こうにある荘厳な滝。今滝はさらに 4km 歩きますが、遊歩道が整備され、景観を楽しめ、滝好きには絶好のコースです。

START&GOAL あやめ池スポーツセンター