

No.15

コース名：達曽部八幡神社 健脚カモシカコース

地域のお宝：達曽部八幡神社（遠野市宮守町）

旧宮守村では最も格式が高いとされる神社。達曽部小学校の裏山に位置しており、参詣する者を試すかのような心臓破りの長くまっすぐな石段。杉の木に癒されながら、足腰も鍛えられる！このコースでも心も体も健康になること間違いなし！運が良ければカモシカに会えるよ★

■コースとお宝紹介者：遠野市立達曽部小学校 保健委員会（遠野市）

♡健康づくりぺっこ情報：達曽部八幡神社の石段が一番の難所。無理せずマイペースで登り切ろう。

■コースの距離：1.5km ■歩行数：2,143歩 ■所要時間：24分

■消費エネルギー：男性 71kcal 女性 59kcal

