

健康づくりウォーキングマップ

小倉北区 日明

ウォーキングの際の
注意点など

- ◎交通ルールを守りましょう。無理な横断は危険です。
- ◎こまめな水分補給を行いましょう。
- ◎少しでも体調が悪いと感じた時は、無理をしないようにしましょう。

ウォーキングルート

日明ウォーキングコース

3.6km | 所要時間 約60分

消費カロリー **170kcal**

おにぎり **1個分**

スタート

- 1 日明市民センター
- 2 緑ヶ丘公園
- 3 白ヶ丘公園
- 4 記念公園
- 5 白萩町交差点
- 6 小倉工業高校前交差点
- 7 日明公園

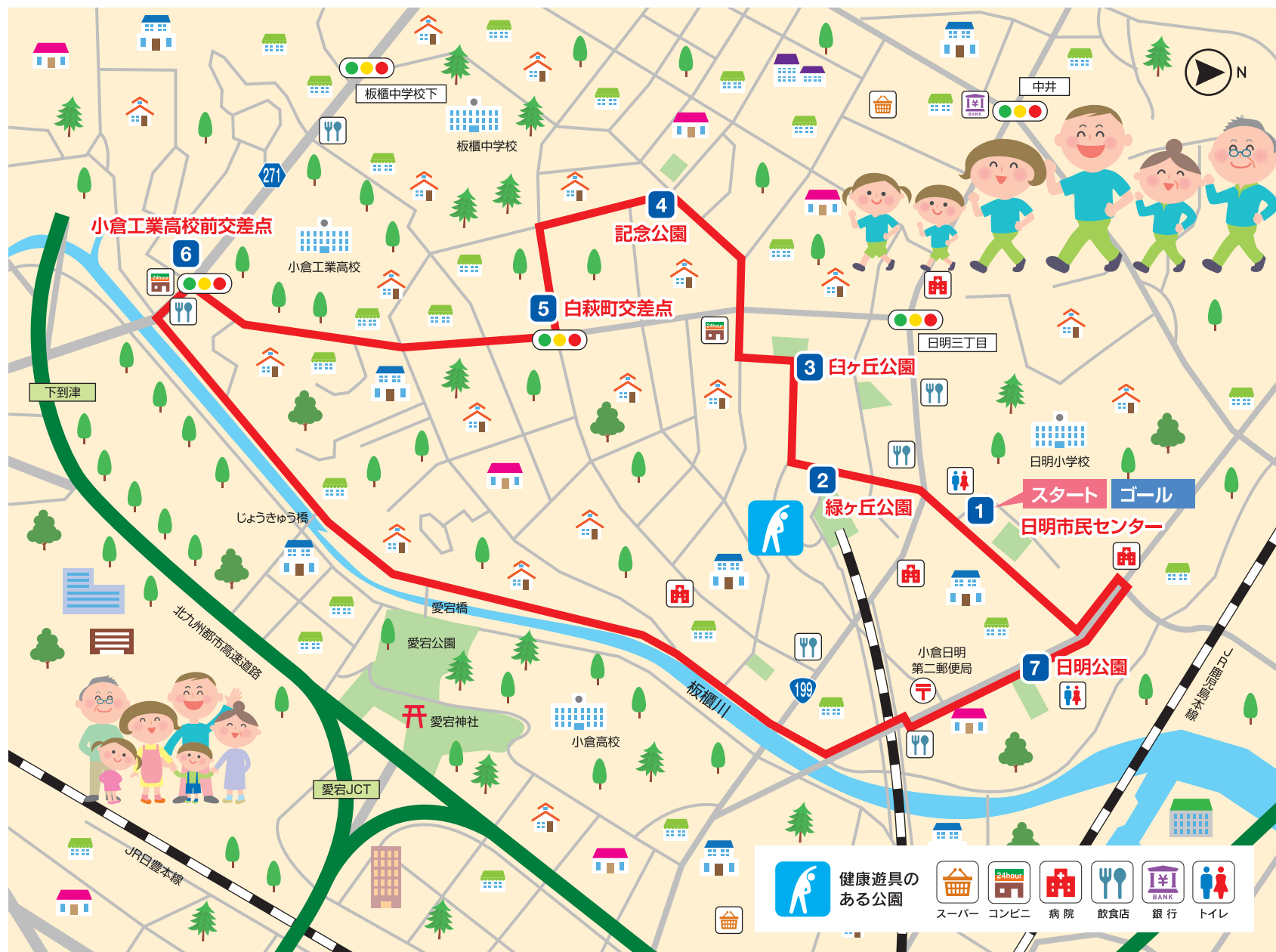
ゴール

日明市民センター

※所要時間・消費カロリーは目安です。



歩道上のこのイラストを目印に
ウォーキングをお楽しみください。



健康道具の
ある公園

- スーパー
- コンビニ
- 病院
- 飲食店
- 銀行
- トイレ