

ええとご発見ウォーキングMAP



西大寺中学校地域学習センターキャラクター「ダイジくん」

西大寺学区

わっしょい学園コース
岡山芸芸高校
西大寺小学校
西大寺中学校
西大寺幼稚園
西大寺保育園

なつかしの軽便コース
岡山中学校区のええとご発見圏に続く

西大寺ポケットパーク
ウォーキングに疲れたら一休み。近くに西大寺の歴史・文化に関する資料館もあるよ。

西川の桜
桜が見えたら1段下に降りてみよう。桜のアーチになっている道が現れるよ！

花と緑のコース
西大寺緑花公園
百花プラザ

西川ぶらりコース
西大寺観音院
西大寺神社

ウォーキングコースの紹介

(全体)	(西大寺南)
ダイジくんの散歩道 6.8 km	いにしへの西川コース 3.3 km
(西大寺)	てびてび(ちようちよ)コース 4.5 km
わっしょい学園コース 3.5 km	(豊)
なつかしの軽便コース 1.5 km	夕日の散歩道コース 2.6 km
花と緑のコース 1.5 km	自然満喫コース 4.0 km
西川ぶらりコース 2.3 km	(雄神)
	ぶらり歴史コース 2.5 km

ダイチヨウ

大きなイチョウの木が目印だよ。そのまま進むと河本町の古い町並みが見えてくるよ!!

五福通り

観音院の境内から少し北に歩くと、昭和初期の看板建築が並び、写真の撮影が行われるなど、趣のある街並みが見えるよ!

ダイジくんの散歩道

西大寺公民館
西大寺観音院
西大寺神社

自然満喫コース

西井川第1緑地
多目的グラウンド

豊学区

豊保育園
豊小学校
東部クリーンセンター

西大寺南学区

西大寺南小学校
中照寺
宝琳寺

かつての永安橋跡

現在の永安橋の上流側に全橋脚を石造りとし、鋼鉄製の4連アーチの永安橋があったよ。記念碑もあるのでぜひ見つけてみよう!

ダルマガエル生息地

東部クリーンセンターのすぐ近くにあるよ。看板を探してみてね!

てびてび(ちようちよ)コース

緑地公園「四季の森」

夕日の散歩道コース

常夜灯



健康市民おかやま21キャラクター「ももちゃん」

13 水源地の桜

鴨越浄水場の近くにある。雄川橋からも眺めることができる。桜の名所である。



14 豊原角神社

むし歯や歯痛を治す神様。最初、白山権現と呼ばれ「白砂（はくさのお宮）」とも言われていた。これかなまって「歯・具（はくさ）の神様」となった。



15 吉井川からの夕日

夕日が沈む瞬間には水面に太陽が反射し、きれいに輝いて見える。多くの人々が楽しんでいるおすすめのウォーキングコース。



16 ダルマガエル

国の絶滅危惧種に指定されている。カエルマークの場所では、ダルマガエル保護生息地になっており、ボランティアが保護活動をすすめている。



17 健幸プラザ西大寺

大人から子どもまで、温泉やプール、ジムを楽しむことができ、健幸ライフの中心。ウォーキング後のリフレッシュにおすすめ。



18 邑久北新四国霊場

第61～62、65～69番が豊にある。四国の霊土を持ち帰ってその上に堂を建てたと言われている。



○(写) 第68番 本尊：薬師如来
霊場の多くは山南中学校区にある。

19 旧河本町の町並み

江戸時代に始まった高瀬舟の寄港地として栄え、街道沿いには商店がぎっしりと連ねていることから町屋百軒とうたわれていた。



20 河本修省社

明治時代に、当時の繁栄ぶりを反映し、その当時は珍しい2階洋館風建築として建造された。



21 金毘羅宮

高瀬舟の航行の安全を祈って建てられたものと考えられる。



22 西大寺武道館周辺

西大寺の軽井沢だと感じるほど、森林浴を楽しめる。



23 浜倉の榎

清水橋付近にある榎である。このあたりは、江戸時代の西大寺の港で、問屋の倉が立ち並び吉井川の河岸にあるので、通称「浜倉」といった。榎は高瀬舟をつなぐために植えられたもの。



ウォーキングミニ知識 高瀬舟って？
⑫⑬⑭⑮に出てくる高瀬舟は水運が盛んであった江戸時代から明治にかけて用いられた。河本（雄川橋下）、西大寺（観音院の上）、金岡（宝琳寺のあたり）にわたる地区（河岸）を中心に港と商業で栄えた。



旭東中学校区のええとこ発見図に続く

1 西大寺観音院

正式名称は「金陵山西大寺」といい、高野山真言宗別格本山で、本尊は千手観音である。毎年2月に行われる西大寺会陽（はだかまつり）は日本三大奇祭として全国的に有名である。



2 西大寺緑花公園・百花プラザ

西大寺緑花公園は、2009年開催の全国都市緑化おかやまフェアの主会場跡地に整備された公園で、せせらぎや林床花壇、子ども用遊具のほか、多目的広場、はらっぱ広場、体験学習施設百花プラザがある。



3 雄神川神社

神社名の「雄神川」は吉井川の古名をとったものである。地元では「神武様」と呼ばれている。



4 荒鞆宮

悪を懲らしめる強力な神を祭っている。昭和初期までは少年会陽が行われていた。



5 西川

西川は自然の流れではなく田畑に水を引くために作られた。西大寺を「水のまち」と呼ぶにふさわしい景観をつくりだす。



6 西川に架かる橋

西川は西大寺中心部を貫流しているため、大小多くの橋が架かり、中には興味深い命名の由来があるものもある。○豊国橋…豊臣秀吉の軍勢が高松城水攻めから引き上げるときにこの橋を渡った。橋の名を影った親柱は架け替えにより、今は雄神川神社の境内にある。



7 西大寺鉄道

岡山市中心部と西大寺の間を結んでいた鉄道路線、「西鉄」（さいてつ）と略称され、地元民には「けえべん」の愛称で親しまれた。旭東中学校区の遊歩道コースへ続いている。



8 JR西大寺駅前広場

駅の前には歩道・街路灯・ベンチ・噴水などを整備し、シンボルとなるモニュメント「西大寺会陽」が設けられている。



9 中照寺・荒神宮

戦時中には兵士の無事を願って祈願していた。現在はちびっこ広場となり、9月には子どもたちの相撲も行われている。また、荒神宮は、赤ちゃんの夜泣きを防ぐ神様と伝えられている。



10 宝琳寺・儂天満宮

菅原道真が大宰府に配流された際に嵐に遭い、お堂に避難したことから、道真を天満天神として祭った。



11 緑地公園「四季の森」

緑地公園を整備しており、四季の木々や花を楽しむことができる憩いの場。数が少なくなっている昆虫の一つであるジャコウアゲハも見られる。



12 常夜灯

高瀬舟の運行のため吉井川両岸につくられた。荷物を揚げ下ろすための石段も残されており、昭和初期までは川漁の基地として利用されていた。



山南中学校区のええとこ発見図に続く



西大寺の名産品 消費カロリー目安

※体重60kgで計算しています。



いちご 1粒30g
3kcal …… 歩くなら100m



ヤーリー梨 1個300g
120kcal …… 歩くなら4,000m



あたご梨 1個1.2kg
439kcal …… 歩くなら14,600m



笹の葉せんべい 10枚30g
110kcal …… 歩くなら3,700m



ワッフル 1個40g
102kcal …… 歩くなら3,400m



しじみ 10個30g
4kcal …… 歩くなら133m



はぜ 1尾20g
7kcal …… 歩くなら233m



こしあん 100g
155kcal …… 歩くなら5,200m

消費カロリーは？

ウォーキング
ミニ知識

歩行距離 (km) × 体重 (kg) × 2分の1

例えば、体重50kgの人が4kmを歩くと、
100kcal (ごはん60g=お茶碗に軽く半分程度)
を消費したことになります。

【作成団体】

西大寺公民館ええとこ発見図講座生
西大寺学区連合町内会、西大寺南学区連合町内会
雄神学区連合町内会、豊学区連合町内会
西大寺学区愛育委員会、西大寺学区栄養改善協議会
西大寺地区民生児童委員協議会
西大寺南学区愛育委員会、西大寺南学区栄養改善協議会
雄神学区愛育委員会、雄神学区栄養改善協議会
豊学区愛育委員会、豊地区民生児童委員協議会
東区保健センター

【協力団体】

西大寺公民館クラブ講座フォト吉井川有志
岡山県立西大寺高等学校、西大寺会陽奉賛会

おすすめウォーキングルート入り

ええとこ発見図

岡山市西大寺中学校区
(西大寺・西大寺南・雄神・豊学区)



作成者一同の思い

「ええとこ発見図」とは、自分たちの住んでいる地域の
ええとこ (いいところ) を盛り込んだウォーキングマップ
です。地域を何度も歩き、話し合いを重ねる中で、
普段見過ごしていた大切な地域資源を再確認しました。
いろいろな人と知り合い、お互いを認め合うことで、
地域に住む人の「ええとこ (いいところ)」も再発見
しました。この「ええとこ発見図」が、健康づくりに
活用され、地域への愛着や人と人との絆をますます
深めるきっかけになることを願っています。

平成28年3月
健康市民おかやま21 (第2次)