



小川町

健康長寿ウォーキングマップ

## ⑮ 八和田神社コース

距離 2.93km 時間 43分 歩数 4,881歩 消費エネルギー 129kcal

### コースのおすすめポイント

地域コミュニティの中心の公民館から出発し、いくつもの史跡名所が見学できるコースです。コースを外れ、時の流れを感じることもできるかもしれません。

#### A 八和田公民館



#### B 八和田神社



ラジオ体操で準備運動！  
さあ、出発！！  
自分のペースで、楽しく、気楽に！



#### C 八和田小学校



## ⑮八和田神社コース

距離 2.93km 時間 43 分 歩数 4,881 歩 消費エネルギー129kcal

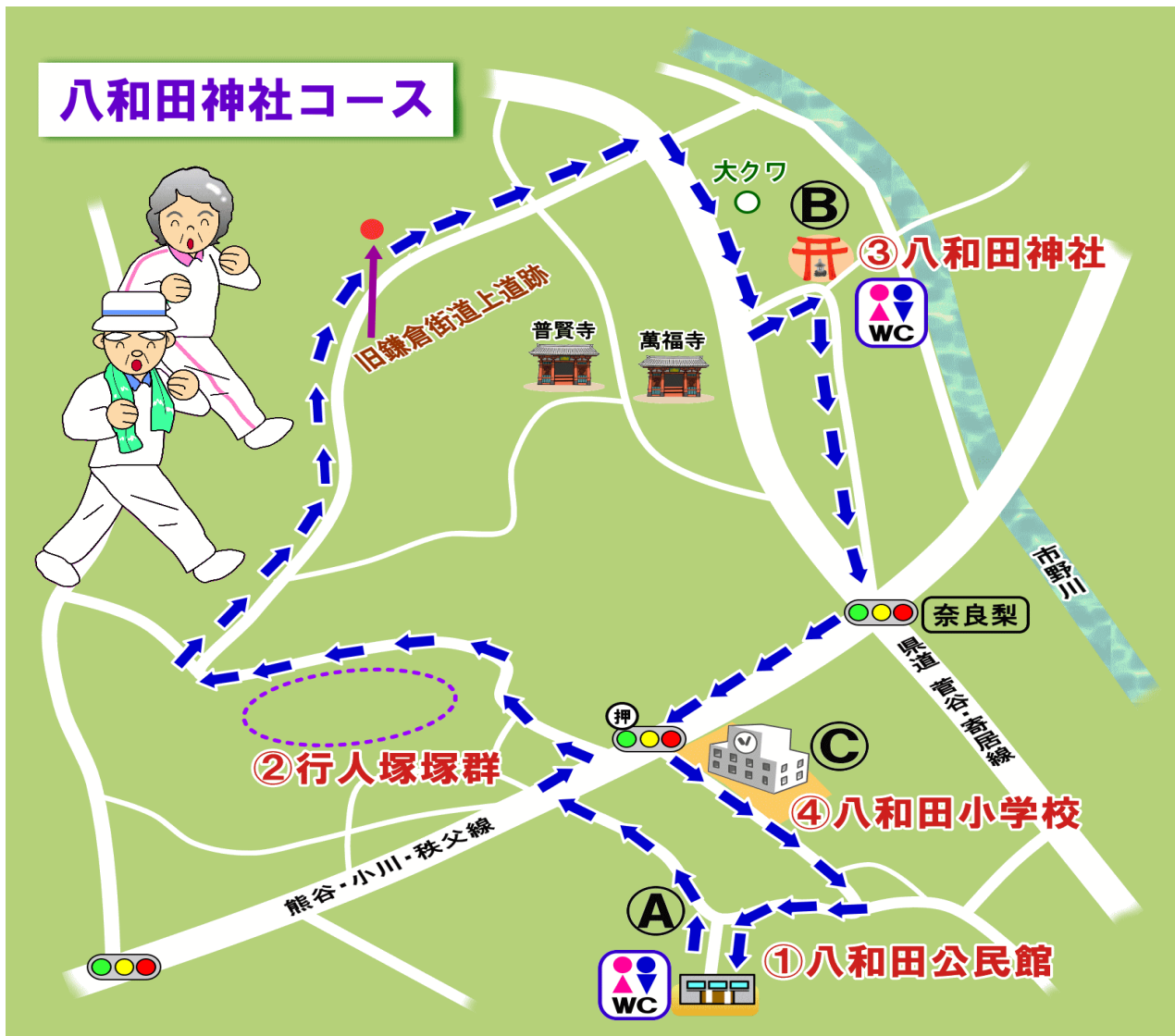
### ①八和田公民館⇒②行人塚塚群⇒③八和田神社⇒④八和田小学校⇒⑤八和田公民館

0.40km
667 歩
6 分

1.45km
2,417 歩
21 分

0.68km
1,133 歩
10 分

0.40km
667 歩
6 分



マップ作成協力 吉野光一氏

10分間歩いて消費するエネルギー

酸素の摂取量

酸素10あたりのエネルギー消費量

6,300ml × 5kcal

⇒おおよそ 30kcal

※消費エネルギー・所要時間は体重 60kg の人が分速

70m (ふつう歩き) で歩いた場合で算出。

※歩数は標準的な1歩 60cm で算出