



浅田西から西浦までの間の歩道はカラー舗装され幅も広く、ウォーキング・サイクリングに適した道です。

約250年前に建築された古民家です。

公園には芝生広場があり、「水の館」と名づけられた噴水があります。公園西側の入口から噴水に向かう自然石の通路には、両側に「ハンギングバスケット」が配置されています。また、公園北部には栈橋があり、水上散策が楽しめます。交流館には休憩スペースがありますのでウォーキングの休憩にご利用ください。

赤池・西小学校区コースの特色
 赤池駅を出発し、上納池スポーツ公園を目指して歩いていきます。長距離コースは、野方三ツ池公園を中間地点として折り返します。野方三ツ池公園北部の池に架かる木造の栈橋を渡り、赤池駅まで戻ります。コースの途中に、旧市川家住宅、マスプロ美術館やレトロでんしゃ館があり、見所が充実したコースとなっています。余裕があれば、それらの施設に立ち寄ることができます。

バス停(くるりんばす・名鉄バス日進中央線) すべてくるりんばすは、市役所へ向かいます。市役所では他のコースへ乗り換えができます。(コースによっては乗り換えに時間がかかる場合があります。)

赤池・西小学校区ウォーキングコース

- ①短距離コース 赤池駅 → 上納池スポーツ公園 → 赤池駅
- ②中距離コース 赤池駅 → 上納池スポーツ公園 → 霊鷲院 → 赤池駅
- ③長距離コース 赤池駅 → 野方三ツ池公園 → 赤池駅

コース	距離	歩数	時間 ※1	消費カロリー ※2
①	約2,200m	男性: 約3,200歩 女性: 約4,000歩 子ども: 約6,300歩	約19分から45分	約104kcal ご飯 約2/5杯
②	約4,600m	男性: 約6,600歩 女性: 約8,200歩 子ども: 約13,100歩	約40分から1時間30分	約217kcal ご飯 約4/5杯
③	約6,800m	男性: 約9,700歩 女性: 約12,100歩 子ども: 約19,500歩	約1時間から2時間15分	約321kcal ご飯 約1杯と1/4杯

※所要時間は時速3~7kmで算出しています。
 ※消費カロリーは、体重60kgの人が時速4kmで歩いた場合を想定してMETS法で算出しています。
 参考文献「改訂版『身体活動のメッツ(METS)表』」
 国立健康・栄養研究所
 ※ご飯一杯150g(252kcal)で算出しています。

健:健康遊具があります
 AED:AEDが建物内にあります

このマークは横断歩道です。
 ◎交通ルールを守って歩きましょう。
 ※道幅の縮尺は実際とは異なります。



日進市健康づくり
 マスコットキャラクター「ヘルピー」