

# 水辺と丘のあるき道コース

水と緑を心から堪能できる美しい里山あるき。抜群の眺望も楽しめる



歩いて、未病を改善！ 中井町 No.25  
神奈川県・県西地域ウォーキング

「#県西ウォーキング」でSNSに  
写真や感想をアップしよう♪



## アクセス

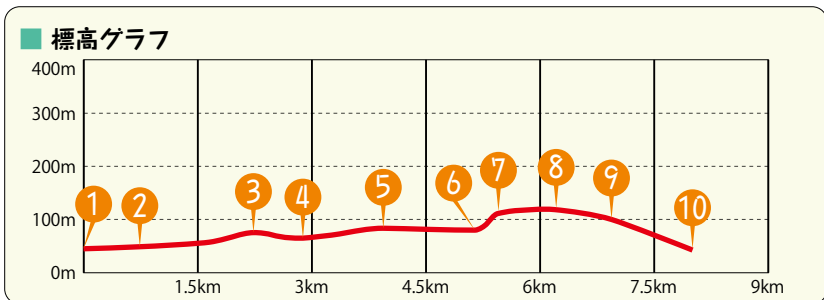
- S スタート** 神奈川中央交通バス〇「下谷」  
小田急小田原線「秦野駅」から約20分  
JR東海道線「二宮駅」から約10分
- G ゴール** 神奈川中央交通バス〇「中井町役場入口」  
小田急小田原線「秦野駅」まで約20分  
JR東海道線「二宮駅」まで約25分

※バスの本数が少ないので事前にご確認ください。  
※コース詳細は中井町ホームページをご参照ください。  
<https://www.town.nakai.kanagawa.jp/>

歩行距離	歩行時間	消費カロリー
8.0km	2時間	349kcal
高低差	歩数	
76.2m	10,458歩	

## コースの魅力

- 【花木】桜(3月下旬~4月初旬)、あじさい(6月)、彼岸花(9月)  
【景観】富士山(4月と9月の日没時にダイヤモンド富士)、相模湾、巖島湿生公園の湿原  
【★選】中井中央公園(関東の富士見百景)



## コースの概要

巖島湿生公園の水辺と中井中央公園の丘をつなぐコース。葛川沿いを歩いた後、巖島湿生公園を経て、丘の登りへ。「萬緑の丘」、「海の風」は展望のベストスポット。中井中央公園を経て、ゴールの中井町役場入口バス停へ。このコースは、巖島湿生公園の湿生植物や野鳥、中井中央公園の丘からの富士山や相模湾の眺め、美しい田園風景などが見どころです。

## 水の恵みを楽しむ・巖島湿生公園

巖島湿生公園は、葛川の河岸段丘の下に広がる湿原。中央の小島に立つ赤い鳥居は巖島神社。地元では弁天さんと言われ親しまれています。湿原内は木道が巡らされ、カササゲやセキショウなどの湿生植物と水辺の生物の観察に適しています。恵まれた自然を求めて様々な鳥が集まり、春はまばゆい水辺の風景が楽しめます。



※歩行距離と歩行時間は、中井町のデータを参照。 ※高低差、標高グラフは、国土地理院の地図データを参照。消費カロリー、歩数は、「成人男性:身長170cm、体重68kg」をモデルに計算。(元となる標高データの精度や計算方法による誤差が含まれています)。 ※各数値は、あくまで目安であり、年齢や体格、歩くスピードなどにより大きく変わることがあります。 ※掲載情報は、令和6年2月現在のものです。



## ウォーキングMAP



- ルールとアドバイス**
- 1 ゴミは必ず持ち帰りましょう
  - 2 植物・鳥・動物・虫などの採取・捕獲は絶対にやめましょう
  - 3 自分に合った歩きやすい靴をはきましょう
  - 4 水分の補給をこまめにしましょう



### 一年中楽しめる、丘に咲く花々

中井中央公園では、春は河津桜、おかめ桜、ソメイヨシノと3種の桜がリレーで咲きます。ほかに園内各所に様々な花が植えられ、一年を通して楽しめます。「海の風」周辺は道端などで彼岸花やコスモスなど四季を通じて花々が楽しめ、富士山と花の競演が見事です。



「未病」を改善すれば、人生はもっと楽しめる。  
「かながわ県西地域」で未病を改善!!



### 里やま直売所

地元の生産者がとれたて野菜を直接販売。いつも旬な野菜が並んでいます。

【住】足柄上郡中井町比奈窪 580 【電】0465-81-9501  
【営】9:00~15:00  
【休】月火水木金(土・日曜日のみ営業)  
【HP】<https://www.town.nakai.kanagawa.jp/>

