

市民が紹介する

鶴の港コース

距離:7.1km 所要時間:約 90 分

(分速 80m 普通歩行で計算)

消費カロリー:217kcal

(女性 3 名の平均値)

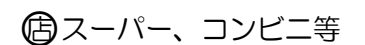
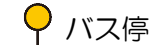
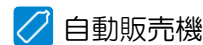
明日の健康は今日の1歩から



稲佐山登山道路の上り口です。車に注意しながらがんばって行こう！



① 西工場 (焼却場)



<アクセス>

長崎駅より長崎バス稲佐行き、稲佐山中腹行きに乗車し「稲佐公園前」バス停で下車 徒歩すぐ。

平成 年 月 日

サポーター確認印



— 長崎市健康づくり課 (電話) 829-1154 —

【コース情報提供者】和泉達子、大町智子