市民が紹介する
茂木港周辺コース

距離：4.3km　所要時間：約 70 分
（分速 80m 普通歩行で計算）
消費カロリー：　約 163 kcal
（RWS が装着した 5 名分の平均値）

・茂木の中心地を巡ります。
・長崎の港町・茂木の魅力（歴史・景色・グルメなど）をご紹介できるコースです。
・潮見崎観音から望む天草灘が絶景ポイント！
・車の往来も少なく、初心者向け。ゆっくりと歩けます。

明日の健康は今日の１歩から

① 潮見崎観音から望む天草灘

② 港町茂木の景色がひらける

＜アクセス＞
長崎駅前南口（大波止経由）より長崎バスに乗車。
「北浦」「茂木港」→茂木港前下車、すぐ。
「茂木」「千々」「宮摺」→茂木バス停下車、徒歩 5 分程

店休日：火曜日が多いようです。

【コース情報提供者】(東部)西島妙　岩下美記、山田須美子、嵩下百合子、西尾テル子　原口昭生、金子理恵、石井敏子、小川和子、田中清子、多嘉良智光、水町良雄、本村隆重　平田政秋　(敬称略)
検　証　日　　平成 29 年 1 月 17 日
マップ作成日　平成 29 年 3 月 7 日
マップお披露目平成 29 年 5 月 23 日

トイレ　自動販売機　バス停

― 長崎市健康づくり課　（電話）829-1154 ―