

撮影 / 厚谷 晃基さん

作 製 / お互いさまひろお

★「A」が入っている写真は厚谷晃基さんから、「t」が入っているイラストはtoyanさんよりご提供頂きました★



役場保健福祉課 地域包括支援センター ☎2-3370  
社会福祉法人 広尾町社会福祉協議会 ☎2-4110

生活支援体制整備事業



!! 広尾町  
さんぽマップ

撮影 / 厚谷 晃基さん

## はじめに



このマップは、お互いさまひろお(地域の支え合いについて話し合う会)のメンバーとの話し合いから生まれました。



メンバーより『広尾町には、たくさんの散歩コースがある』という散歩に関する多くの声がありました。一方で、『外出が減った』『体力がなくなった』『人と話す機会が減った』という声も聞くようになりました。散歩には、健康づくり・介護予防、見守りや仲間づくりといった支え合いの要素など、良いことがたくさんあります！

だれもが地域で健康に暮らし続けることができるためのマップとなるよう願いを込めてつくりました。皆さん、ぜひご活用ください。



### 目次

P3	本通りコース
P5	神社公園コース
P7	大丸山コース
P9	港コース
P10	旧野塚小学校コース 野塚市街コース

## 大切にしていること

このマップでは、下記のことを大切に作成しました。

### 1 健康や介護予防

散歩には、身体や心を健康に保つ効果があります。さらに、認知症や生活習慣病等の病気を防いだり、介護予防にもおすすめです。

### 2 見守り

散歩を通じて、地域の方へ見守りの目を向けることで、安心して暮らし続けることや、防犯効果を高めることができます。散歩をしながら『できる時に、できること』を無理なくしてみてください。

見守りとは…  
例) ・散歩時に挨拶等の声掛け ・散歩のついでにちょっと様子を見ること  
・いつもの散歩コースで新聞がたまっているお家や、いつも散歩をしている人を見かけなくなった等  
なにか気になることがありましたら、**地域包括支援センター(TEL:2-3370)**にご連絡ください。

### 3 仲間づくり

散歩は1人で自分のペースで歩くのも良いですが、家族や友人を誘って歩くのもおすすめです。運動は、仲間と一緒にやっている人の方が介護予防効果が高いともいわれています。仲間と楽しみながら一緒に歩くことによって、野生動物への対策にもつながります♪森や林に近い場所には、野生動物がいる可能性があるため、散歩する際は気をつけてください。

# 本通りコース



- 😊 初級コース 約1.31km 約20分
- 😊 中級コース 約1.6km 約30分
- 😊 中級コース 約1.7km 約30分 (神社公園からスタート)
- 😓 上級コース 約2.6km 約60分

スタート  
ゴール  
この旗が立っている位置がスタートとゴールだよ!

655m (約10分)

↑えいも方面



3



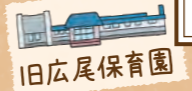
広尾町役場

11~12月頃イチョウ並木が見られるかも?!



イチョウの葉っぱで足を滑らせないように気を付けて

見晴らし



旧広尾保育園



帯広信金



商工会



北海道銀行



日高信金

1.28km (約20分)

955m (約15分)

オスロ通り

本通

1km (約15分)



5月上旬に満開の桜が見られるかも?!

😊 春になったらウグイスのホーホケキョという鳴き声が聞こえてきたら嬉しい気持ちになるよ。

公園内にはベンチ・トイレ有



十勝神社



スタート  
ゴール



1.8km (約30分)

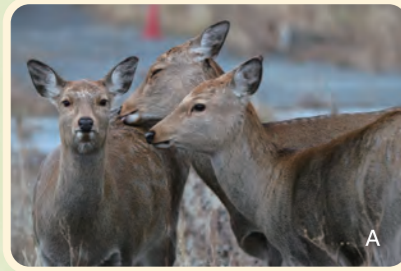


商店街では、写真のシャッターアートが見られるかも?!どこにあるのか探してみよう

4

# 神社公園コース

🟢 初級コース 約410m 約15分  
🟡 上級コース 約1.4km 約40分



5



👍 見晴らしが◎



百十年記念碑

⚠️ 長い坂&砂利道

716m  
(約20分)

👍 5月上旬  
桜の見頃♪

30段の階段があるよ

十勝神社

⚠️ ゆるい坂&砂利道

😊 公園では子供たちが楽しく元気いっぱい遊んでいる姿が見られるかも♪



⚠️ 砂利道

スタート  
ゴール

スタート  
ゴール

スタート  
ゴール

👍 ベンチ・トイレ

WC

6



# 大丸山コース



😊 中級コース 約2km 約60分



広尾サンタランド

👍 季節の花々が見られます

😊 つつじの花がきれい



WC  
P

スタート  
ゴール

WC 306m (約10分)

⚠️ 長い坂

1.75km (約50分)



広尾小学校



保健所  
サンタ薬局

社会福祉協議会  
国民健康保険病院

特別養護老人ホーム  
つつじ苑  
健康管理センター

高齢者生活支援ハウスなごみ  
養護老人ホームかもめ

令和7年に  
つつじ苑移転

👍 ベンチあり



ゆうゆう舎

1.48km (約40分)

760m (約20分)



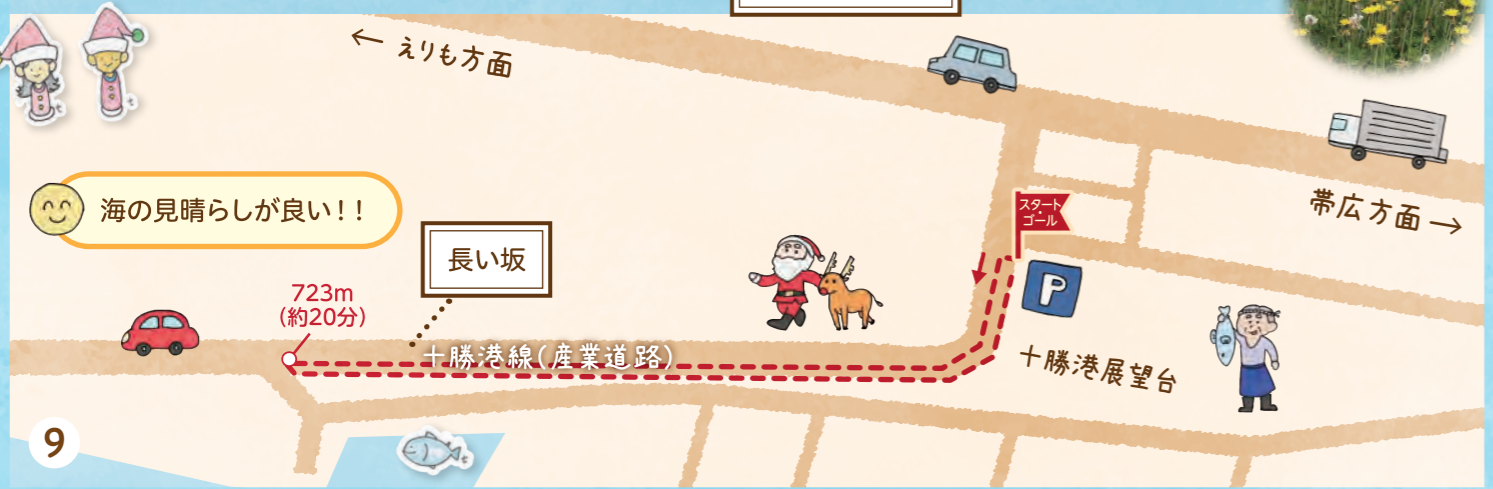
1.04km (約30分)

サンタランドやコースを歩いていると、写真のような季節の小花や木の実が見られるかも?! みつけてみてね!

# 港コース

- 😊 初級コース 約730m 約15分
- 😄 中級コース 約1.4km 約35分
- 😓 上級コース 約1.4km 約40分

⚠️ 黄色の部分は除雪されていない可能性あり



## 旧野塚小学校コース

😊 初級コース 約500m 約15分

広尾町集いの杜は、広尾町産木材をふんだんに使ったカフェ、キッチンスペース等を無料開放しているよ。自由にコーヒー等を飲みながら、ゆっくりくつろぐことも♪毎月イベントも開催予定。詳しくは、広尾町役場農林課 01558-2-0179へ☎

## 野塚市街コース

😊 初級コース 約1km 約20分

季節の花々&山菜が発見できるかも!?