

加古川西部地域

水と緑のウォーキングマップ～もぐもぐてくてく編～

里山の緑や池の水を身近に感じると、なぜか心も体もウキウキします。このマップでは、加古川西部地域の自然や街並み、歴史に触れることができるコースをご紹介します。ウォーキングは、あなたを今までに見たことのない景色へと導いてくれます。また、友人や家族と歩くことでさらに楽しいひと時になることでしょう。さあ、あなたもこのマップと一緒に加古川西部地域へ出かけませんか？

ウォーキングの心得（注意点）

- 動きやすい服装で出かけましょう。
- 適宜水分補給をしましょう。
- 崖や用水路など、危ないところは近づかないようにしましょう。
- 交通量が多いところもあります。車に注意しましょう。
- とっていいのは写真だけ、残していいのは思い出だけ。
- バスの本数が少ないので、時刻を確認しておき、余裕を持って行動しましょう。
- ウォーキングを楽しむ心を忘れないようにしましょう。

①加古川ウェルネスパーク

ウェルネスパークには、音楽ホールや図書館、レストラン、セミナールーム、クッキングスタジオなどの施設がある。それぞれの施設で毎月多くのイベントが開催されている。また、図書館には子どもコーナーも用意されている。さらに、公園や広場、プール、池もあり、子どもでも楽しめるようになっている。また、秋には地区の町内会でコスモス祭りが催される。
※レンタル自転車があります
貸し出し時間 9:30～17:00
レンタル料 1台100円
申し込み 2階事務所受付
ウェルネスパーク営業時間
月曜～土曜 9:30～21:30
日曜・祝日 9:30～18:00
図書館営業時間
月曜～日曜 9:30～20:00
休館日 毎月第1・3火曜日



③神吉山

入山から下山までの時間は約30分。登山しやすいよう整備されている。また、神吉山には地蔵や古墳、石仏がある。木々のなかにはワルシジがまぎれているため注意が必要。北山、中山、行者（ぎょうしゃ）山、小山（やま）山を総称して神吉山と呼ぶ。行者山には行者菩薩（ぼさつ）の石像、中山の山頂には中山記念碑、北山山頂には日露戦争役記念碑がある。それぞれの山の特徴を観察してみてもおもしろい。
※詳しくは「農村景観親愛編」をみてね！



⑤総合体育館

総合体育館ではさまざまなスポーツの大会が行われている。フロアの試合は有料であるがアマチュアの試合は無料で観戦できる。またボルダリングやアスレチックの設備もあり、訪れた人は自由に使用できる。総合体育館の売店では冷たいソフトクリームや揚げたてアツアツのカレーパンなどが販売されている。キッズルームも備えられており、小さなお子様でも楽しめる。
開館時間 9:00～21:00
JR宝殿駅北口からバスで約10分
「加古川運動公園」下車すぐ



⑥大蔵神社（天下原の毘沙門さん）

加古川60選にも選ばれている大蔵神社、通称天下原の毘沙門（びしゃもん）さんは黒岩山の岩肌に掲げられた磨崖仏（まがひぶつ）を本尊としている。毘沙門天は七福神の福徳を司る神様で、他にも武成成、降魔厄除、家内安全、夫婦和合のご利益がある。毘沙門さんの境内では春にはお花見、秋には紅葉が楽しめることができる。各シーズンに訪れる際は是非とも足を運んで頂きたいおすすめスポット。



②宮山

宮山は加古川60選の1つとなっている。3つの古墳が集まって、山が形成されている。初夏に麦、秋には稲穂の田園風景やコスモス畑などが一望できる。山に入ると、ほのかなヒノキの香りと木漏れ日がかとて気持ちいい。
※崩れたたところを工事しているの登るときには気を付けよう。
(2017年8月現在)



④畑谷池

一周15分ほどの大きな池だが、岸まで行けるので池を近く感じることもできる。春には桜がちらほら見えるかもしれない。池の周りは遊歩道になっているので、景色を楽しみながらランニングに汗を流したり、池の生物や野鳥の観察を楽しみながら歩くのも体もリフレッシュ★
※スヌメバチには注意が必要だ。
また池に落ちないように気を付けよう。



⑦神吉八幡神社

宮山の入り口付近に建つこの神吉八幡神社には、歴史的遺産の石灯籠や加古川市指定文化財である祭礼行事の様子が描かれた1820（文政3）年の絵巻物がある。神社のご利益は厄災除け、子宝・安産、地域安全で、参拝すると御朱印をもらうことができる。



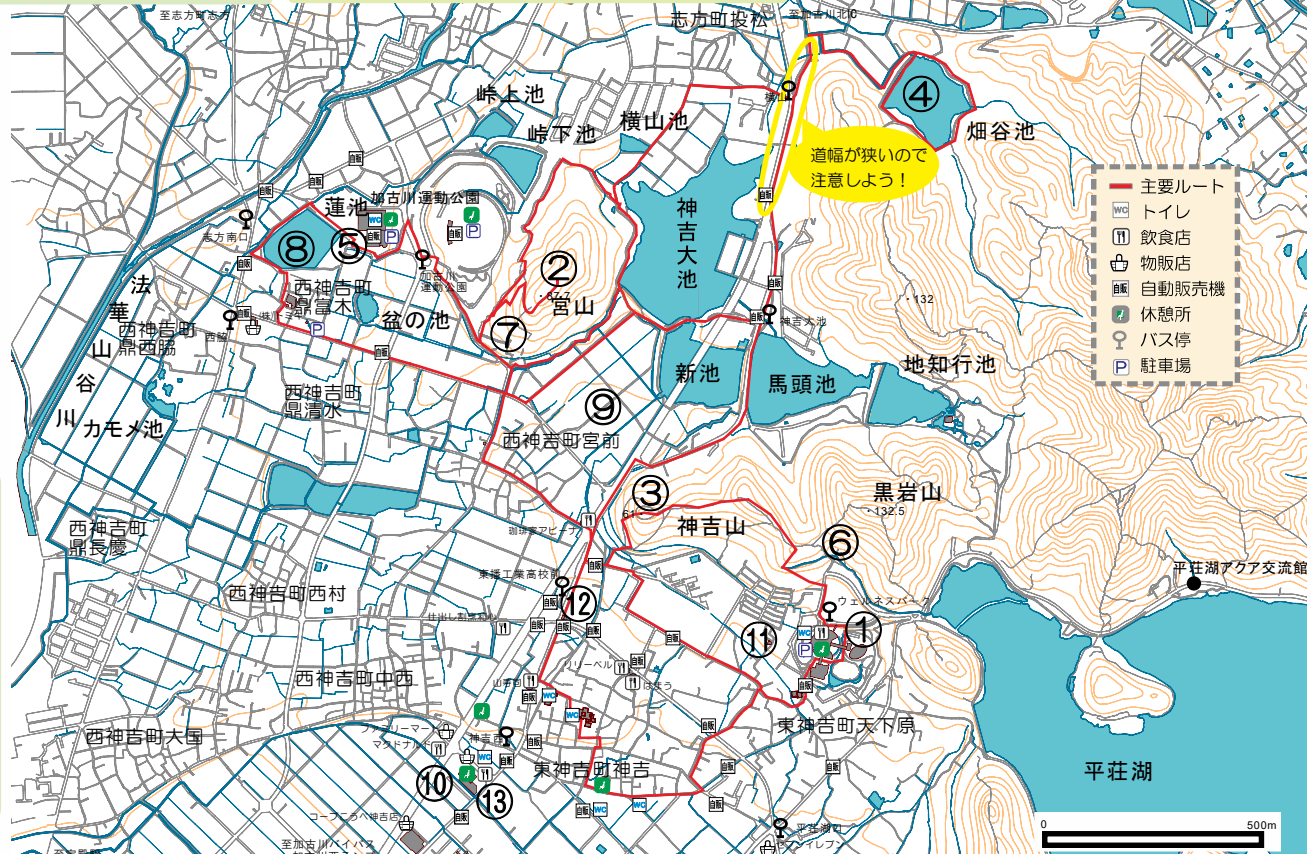
⑧蓮池

毎年秋になると、かいぼり（しゃことり）がおこなわれているため水質が良く、様々な生き物がみられる。かいぼりに参加すれば、池に入れるだけでなく、生き物とも触れ合うことができる。池でとれたエビやアカミミガメ、ナマズなどをその場で調理してもらって、食べることもできるかもしれない。
小エビの調理例



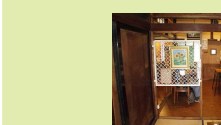
⑨農地

農地によっては、農作物がのびのび育つように、ヘアリーベッチ農法による稲の栽培が行なわれている。年によって景観が移り変わり、また、二毛作や輪作も行われている農地があり、季節によっても夏には麦、秋には稲といったように作物が移り変わる。
ん〜最高!!!



⑪古民家カフェ 満天堂

地域の人の憩いの場所とされているカフェ。隣れ家のような満天堂は、門をくぐれば店主の育てる様々な野菜畑が広がっており、古民家ならではの趣深さと、穏やかな時間の流れを感じられる。日替わりランチには、畑で採れたものや、ふあ〜みんSHOPの野菜が使われている。室内の一角には絵本などがおいてあり、小さなお子様連れの方にもおすすめです。また2017年8月現在にピザ窯を製作中、完成次第焼きたてのピザを楽しめるかもしれない。
●加古川市東神吉町天下原322-3
TEL 050-5593-0532
営業時間 水～土曜日 9時30分～16時



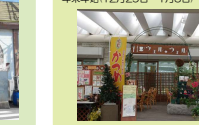
⑫喫茶店 明日香

地元住民の安らぎの場所として利用されている喫茶店。神吉店は創業30年で、明日香の中では2番目に古い。店内は、どこか懐かしいレトロな雰囲気を感じさせている。メニューは、定食、サンドイッチ、デザート、ドリンクなどとても豊富で、目移り必至！何度行っても飽きないお店。
●加古川市東神吉町神吉1224-4
TEL 079-432-7782
営業時間 7時～0時 年中無休



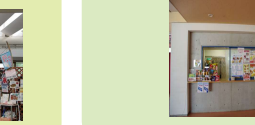
⑬ウェルウェル

加古川ウェルネスパーク内にあるレストラン。おすすめメニューは、ランチ(900円)のふわとろオムライスとブランド(900円)の昔懐かしいポリタン。また加古川名物のかつめ(800円)も。
●加古川市東神吉町天下原370
TEL 079-432-7002
営業時間 9時30分～16時
(14時30分食事ラストオーダー)
15時30分ドリンクラストオーダー
定休日 毎週火曜日
その他 毎月第1、3火曜日
その日の朝・休日の場合は翌日
年末年始(12月29日～1月3日)



⑭総合体育館の売店

加古川市立総合体育館の2階にあり、軽食を販売している。人気メニューはカレーパンで、注文を受けてから揚げられているため、いつもでも揚げたてが食べられる。土日、イベント開催時限定でフライドポテトも。売店前の休憩スペースでは体育館の活気あふれる声を聞きながら食事ができる。また、運動後はソフトクリームで火照った体を冷ますのもよし。
●加古川市西神吉町1010番地
TEL 079-432-3000
営業時間 10:00～16:00
定休日 水曜日



⑮ふあ〜みんSHOPかんき

地元で採れた野菜や果物、地元の特産物を使った商品などが売られている。中でも店内で手作りされているお弁当や、舌触りの良い米粉のシフォンケーキは絶品。お米売り場ではその場で精米してもらえるサービスも。また、店長がその都度イチ押し商品を書き込み、お店入り口のみ二黒板には要チェック！お星時は混み合うのでお土産等の買い物は午前中がおススメ。
●加古川市東神吉町神吉1012-1
TEL 079-434-2201
営業時間：9時～18時まで
定休日：火曜日、お盆、お彼岸、年末年始12月31日～1月5日



⑯喫茶店 あぐりすと

ふあ〜みんSHOPの新鮮な食材やこだわりのコーヒーを扱う喫茶店。おすすめはワンコインで気軽に楽しめるモーニングセット。セットA(350円)はトースト、B(400円)はサンドウィッチ、C(450円)はアーモンドトーストという内容で、これらにサラダ、ゆで卵、フルーツ1点、コーヒーが添えられる。
●ふあ〜みんSHOP神吉に併設
営業時間：8時30分～14時まで
定休日：火曜日

