



健康目線で地域をご紹介します
楽しく歩いて健康づくり

健康と観光

九州まち歩き

第1回

みやま市
(福岡)



人生100年時代。最近では認知症のリスクを低減させるという報告もあり、ウォーキングにますます注目が集まっています。ただ、健康のために良いと分かっているのに、歩くだけでは続かないかもしれません。人生を楽しんでい

たら、いつの間にか健康になって寿命も延びている。そんな明日を目指して、九州各地の知らないまちへ元気に出かけましょう！

詳細の
MAPは
こちらから



6 株式会社 八ちゃん堂

冷凍食品のパイオニア「八ちゃん堂」直営の工場直売所。たこ焼きをはじめ全国的に人気の皮むき冷凍ミカン「むかん」の他にも限定品やお買い得品がたくさん。
☎0944(64)6956 八ちゃん堂工場直売所でfacebookもやっています。



3 長田鉱泉場

日本有数の炭酸含有量で、レトロな建物が人気の鉱泉場です。



2 長田の大銀杏

老松神社境内にあり、樹齢400年・高さ27m・幹回り11mと県内最大級です。



1 コガコーラ

約半世紀ぶりに復刻したご当地ドリンク。長田鉱泉ふれあい館で購入できます。

ウォーキングのポイント 【シューズの選び方】

ランニング用とウォーキング用では靴の作りが異なります。必ず専門店でご相談して、歩きやすさや安定性を考慮した疲れにくい靴を選びましょう。



10 タカ食品工業株式会社



創業70年を越える同社は、給食用のジャムやマーガリンをずっと作り続けている企業。「タカベビー」という商品名を聞けば、誰もが懐かしい給食の風景を思い出すはずです。

給食ジャム(学校給食3味セット)は、「道の駅みやま」、タカフーズドットコム(オンラインショップ)にて購入いただけます。

9 株式会社クライミング

メスシリンダーやピーカーといった理化学用ガラス製品や、商業店舗のブランドロゴを板ガラスに彫り込んだものなど様々な用途のガラス製品をつくっている同社は「ガラスのコンビニ」を目指しています。

楽天で購入が可能です。(HP <https://www.rakuten.co.jp/climbing/>)



8 古賀茶業株式会社

あのクルーズトレイン「ななつ星in九州」で提供される八女茶を製造販売している、昭和13年創業の老舗。創業80周年を記念してオープンしたカフェ「こが茶カフェ(KOGACHA)」は、地元の食材を使った美味しいお料理や八女抹茶を使ったスイーツが話題です。

商品の購入方法: 本社ショップ、福岡三越地下2階ショップ、古賀茶業ネットショップ ☎0944(63)2333



7 筒井時正玩具 花火製造所

今では希少な存在となった国産の線香花火メーカー。火薬は宮崎産の松煙、紙は八女市の手すき和紙を使用。その和紙には草木染めを施すなど、職人の手によって一本一本丁寧に仕上げられます。

☎0944(67)0764



今回の舞台は…みやま市

福岡県南部に位置するみやま市は、瀬高町、高田町、山川町が合併し、2007年に発足しました。



マップからは少し外れますが、自然豊かなみやまを満喫したい方には、③から女山史跡森林公園を経由して清水寺へ抜けるコースもおすすめ。神秘的な竹林を抜けた頂の展望台から筑後平野を見下ろすことができ、四季折々のすばらしい景色が堪能できます。



11 岩永源蔵本店

みやま名物の「玉めし」や高級黒毛和牛「尾崎牛」を扱うお肉屋さんです。

☎0944(62)2086



5 清水寺・なで仏

体の痛い所をなで、仏様の同じ所をなでると痛みが取れると言われています。



4 清水寺本坊庭園

室町時代に画僧・雪舟が築庭した庭園で、有数の紅葉スポットです。