

健康みちづくり

健康みちづくりのルートは、市内に計23ルートあり、色々な楽しみ方があります。

健みちルート各区版（18ルート）

区単位で日常的に歩くことを楽しむ気軽なウォーキングルート

健みちルート広域版（5ルート）

市内の地域資源を楽しむ歩きごたえのあるルート



健みちルート各区版 神奈川区
水と緑豊かな安らぎのルート（三ツ沢せせらぎ緑道）

健康みちづくり

検索

[URL] <http://www.city.yokohama.lg.jp/doro/plan/kenmichi>

ハマサポベンチ

（横浜サポーターズ寄附金／ふるさと納税）

15万円または20万円の寄附で、皆様からの好きなメッセージを書いたプレート付きのベンチを「健康みちづくり」で整備するルート上のお気に入りの場所に設置させていただきます。皆様の思いをよこはまのみちに残してみませんか？



ハマサポベンチ

検索

[URL] <http://www.city.yokohama.lg.jp/doro/plan/kenmichi/bench.html>

よこはまウォーキングポイント ～楽しく歩く～

よこはまウォーキングポイントは、歩いた歩数に応じてポイントが付与され、ポイントに応じて抽選で商品券等が当たる取組です。スマホアプリでは、健康みちルートのほか、市内100以上のウォーキングコースを楽しめます。

COOL CHOICE ～歩く選択～

COOL CHOICE とは、温室効果ガス排出量の削減を目的に、普段の生活の中で、温暖化対策につながり、快適な生活にもつながる「賢い選択」を促す取組です。

健康みちルートを歩くことも、日々の「移動」について見直し、歩くことを習慣づけるチャンスです。「徒歩」や「公共交通機関」を積極的に利用する選択をしましょう。



横浜市道路局 計画調整部 企画課

〒231-0017 横浜市中区港町2-6 横浜関内ビル8階

【電話】045-671-4086 【FAX】045-651-6527 【メール】do-kenmichi@city.yokohama.jp

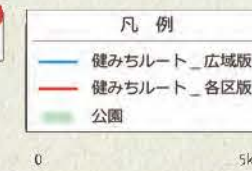
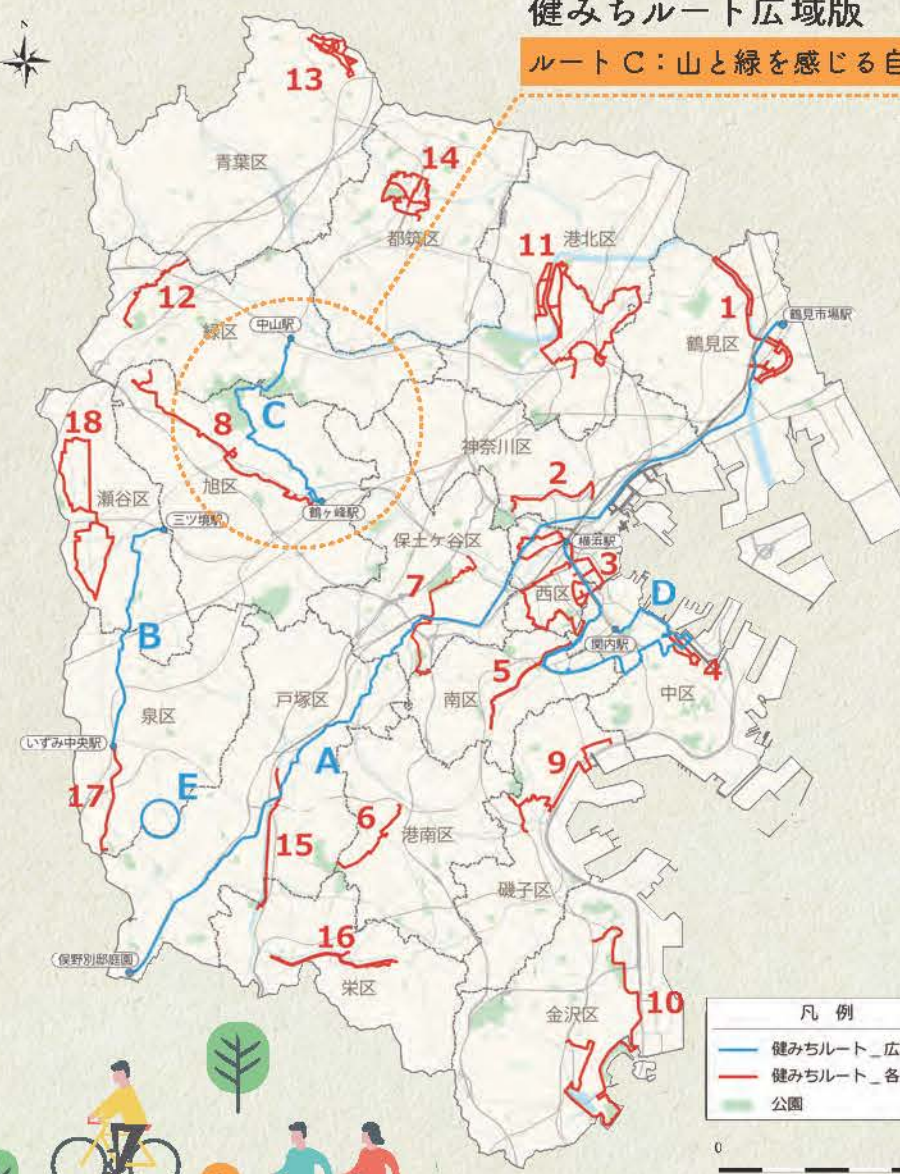
平成30年10月

健康みちづくり 推進事業

健康みちづくり推進事業は健康増進や外出意欲の向上に資する歩行空間を整備することにより、楽しみながら健康づくりに取り組める場を創出するとともに、一人ひとりの健康寿命を延ばし、いきいきと楽しく暮らせる活力ある横浜を創ることを目的とした事業です。

健みちルート広域版

ルートC：山と緑を感じる自然豊かなルート



健康みちづくり: 山と緑を感じる自然豊かなルート

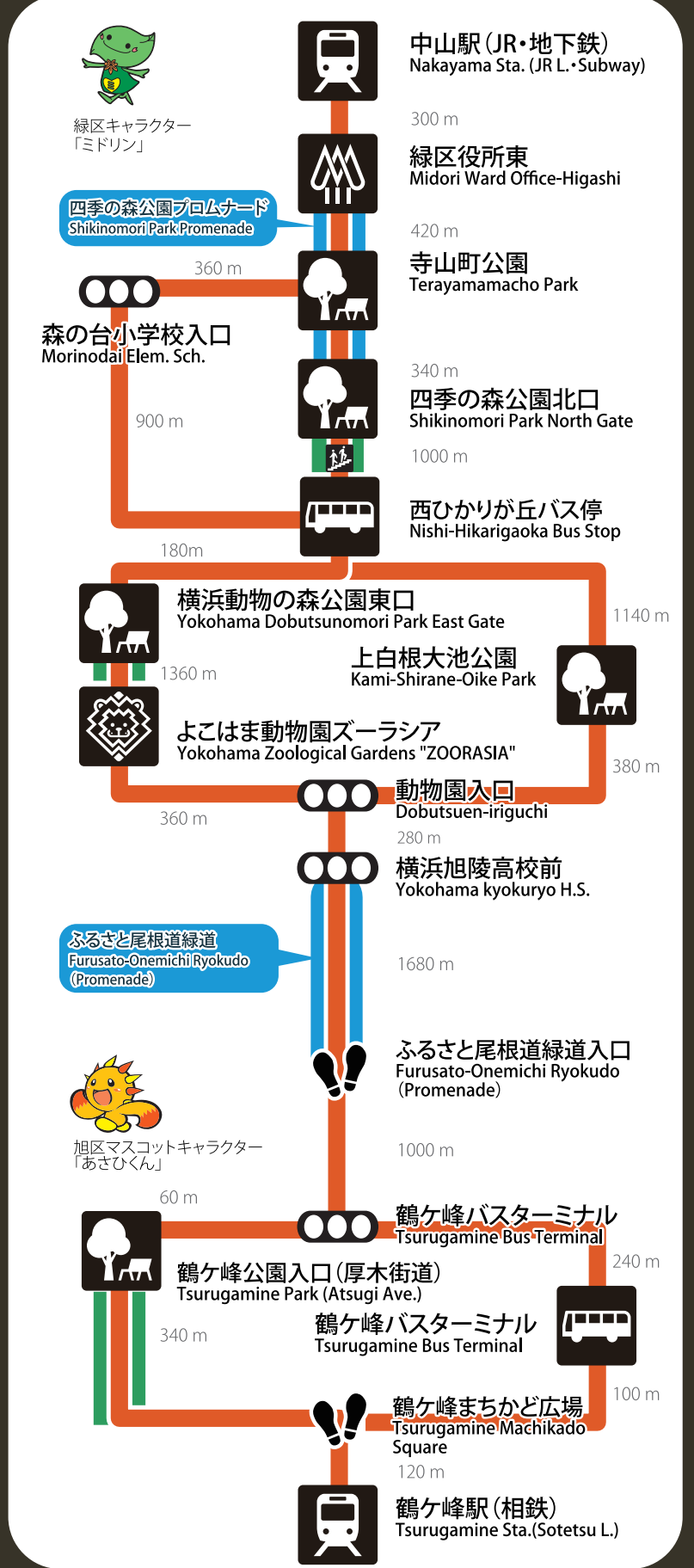
Health Walkway



ルートのコンセプト
 ◇起伏に富んだ多摩丘陵の豊かな自然のなかを歩くみち

ルートの選定理由
 ◇市郊外の住宅地に残る豊かな自然の中を歩くルートで、リフレッシュできるような環境です。
 ◇緑が多いことに加えて高低差も大きく、トレッキング的なルートとして健康づくりができます。
 ◇駅からのアクセスが容易で、途中のズーラシア付近でバスが利用できるなど公共交通機関アクセスもスムーズです。

ルート概要
 ◇中山駅から多摩丘陵のなかの公園・緑地を経由しながら鶴ヶ峰駅に至る起伏に富んだルート。
 区間全体の標高差は65m。起点から終点に向けた累積登坂は140m。
 ・総延長：約7.4km
 ・起点：中山駅 (JR 横浜線・横浜市営地下鉄グリーンライン)
 ・終点：鶴ヶ峰駅 (相鉄線)



見どころ

1 よこはま動物園ズーラシア
 世界の動物と生息環境を展示する人気の動物園で、約100種750点の多様な動物を飼育しています。

2 里山ガーデン
 ズーラシアに隣接する横浜の自然を楽しむ大ガーデンです。里山風景とともに、約1万㎡もの広大な花畑(※)などが広がります。
 (※) 里山ガーデンフェスタ開催期間中のみご覧いただけます。

3 ふるさと尾根道緑道 今宿東公園
 ズーラシアから、旭区の稜線に沿って整備された「ふるさと尾根道緑道」を通ると、きれいな桜並木や眺望を楽しめます。疲れたら、ベンチや今宿東公園などの公園で一休みしながら、自然を感じましょう。

4 四季の森公園プロムナード 寺山町公園
 「四季の森公園プロムナード」では、地域の皆さんが手入れするアジサイの花を楽しむほか、大小さまざまな樹木がアーチのように涼しげな影を落としてくれます。途中の寺山町公園などの公園で休むこともできます。