

# 市民が紹介する

## 沖之島1周コース (伊王島地区)

距離:4.5km 所要時間:約 56分

(分速 80m 普通歩行で計算)

消費カロリー:133kcal

(女性 6名の平均値)

①



② 景観の良いところ



海岸一帯の景観のすばらしさ!!

③ 景観の良いところ



- ・長崎港から伊王島港ターミナルまでは船で約20分、乗船往復入浴付980円。
- ・毎年1回バイサイドウォーク大会
- ・島一周伊王島灯台 ※灯台記念館、夕陽ヶ丘展望所から夕陽が美しい。
- ・海岸通りはとても景色が良い。コースの途中には展望公園もあり、ゆっくり休憩もできます。

明日の健康は今日の1歩から



### 【アクセス】

- ・長崎駅より路面電車で正覚寺行きに乗車し、「大波止」電停下車 徒歩4分。
- ・長崎バス「大波止」バス停下車 徒歩4分。
- ・長崎港より伊王島港行きに乗船 (乗船時間:約20分)



トイレ



自動販売機



バス停

スタート・ゴール

※ターミナルにもトイレ・自動販売機有り

平成 年 月 日

サポーター確認印

