

## 光政・津田地区

### 6.自然豊かな田園コース(外周7.7km、縦1.4km、横1.5km)

#### ㊸半鐘塔 ㊹土手から見える夕日

政田学区を象徴する大きな田の字コースは見晴らしがよく、干拓地につくられた田園風景は圧巻です。「大仕切道」・「小仕切道」と地元で呼ばれている通りに沿って歩けば、一斉に始まる田植えや稲穂豊かな実りの秋など四季の移り変わりを目と肌で感じることができます。張り巡らされた水路では白サギやタガメ・フナなど様々な生き物を見かけます。また自然が多く残る百間川の風景と土手向こうに美しい夕日も見えます。

### 7.花咲く街道コース(1km)

#### ㊺芥南桜

つぼみが色づき始めると遠回りしてでも通りたくなる桜や橘の街道。この周辺ではたくさんのお花を見ることができます。ここは先人への感謝を込めて、地域住民による下草刈りや剪定、薬剤散布などの手入れが行われて時をつないでいる『繋』の道です。

### 8.牛窓往來どれどれ探検コース(2.4km)

#### ㊻堀替橋東詰め → ㊼砂川橋 → ㊽燈籠 → ㊾君津JCT付近

昔、岡山～牛窓間の主要道とされていました。政田学区を横断して開成学区に続きます。街道筋には当時の道標になっていた燈籠や路行く人々を見守ったお地蔵さまや祠などが数多く残り、江戸・明治の時を偲ぶことができます。現在通れなくなった道もありますが、心地よい風に吹かれながら探検に歩いてみるのもよいでしょう。

### 9.江川の四季に癒されるコース(2.5km)

#### ㊿JA上南支所 → ㊽君津沼名前神社 → ㊾津田分園機庫・詰所

春は君津公園の桜を眺めながら、夏は江川の涼しげな水面を追って、秋、黄金色の実り広がる田園の中を歩けば自然を満喫できるでしょう。冬は川に降り立つ鴨たちもまた風情に加わります。毎日変わる自然の風景に誘われて、いつも歩きたくなります。

### 10.潮風薫る湾岸コース(一周2.4km)

#### ㊿横瀬観音 → ㊽四つ手網 → ㊾六番川水の公園 → ㊿土手屋橋 (㊽岡東浄化センター)

九幡湾岸コースから横瀬観音を巡り、六番川水の公園へと続きます。南は児島湾の島々と四つ手網、北は田園が広がっています。春にはたんぼ一面の菜の花やレンゲ、桜やツツジ、秋にはコスモス畑も見どころです。休日にはたくさんの方々がスポーツ愛好者が公園周辺を利用しています。

\* 漱石ロード、牛窓往來には諸説ありますが、今回はウォーキングのしやすさ、安全を考えて編集しています。

上南地域は元禄4年(1691年)に岡山藩主の池田綱政が津田永忠に命じて干拓した沖新田の東半分に位置しています。北に砂川、西に百間川、東に吉井川、南に児島湾と四方を水に囲まれた水の豊かな風光明媚な田園地帯です。



春は さくら 菜の花  
花菖蒲  
ジャコウアゲハ

夏は ほたる 四つ手網  
田植えのあとの水田風景

秋は コスモス畑  
釣り(ハゼ・ママカリ・アミ)  
黄金色に輝く稲穂の風景  
百間川に沈む夕日



冬は 水鳥  
イチゴハウスの明かり  
川霧

巡りゆく四季の表情を楽しみながら、ゆったりとウォーキングを楽しむことができます。

### ～つながろう上南!高めよう健康づくり!～

人口 6828人 高齢化率 30.21 (平成26年)

ウォーキングを運動の一種と考えて健康の維持や増進に役立てましょう。歩く距離と時間を計り運動量や消費カロリーを意識することで、生活習慣病の予防に役立ちます。誰もが気軽にできる運動として、ウォーキングを取り入れましょう!

また、食生活【食事のリズム・適量とバランスのよい献立】で、塩分量にも注目して『減塩』・『低塩』を心がけましょう!

#### 《参考》

消費カロリー(kcal) = 1.05 × 2.5 × 時間 × 体重kg

消費カロリー(kcal) = 距離(km) × 体重kg × 1/2

食塩摂取 一日あたり(成人) (平成27年)

男性 8g 女性 7g



### 地域みんなで

## 健康寿命を延ばしましょう!!

作成者

#### 政田地区安全・安心ネットワーク

愛育委員会 栄養改善協議会 連合町内会

体育協会 コミュニティー協議会

民生委員会 老人クラブ 交通安全対策協議会

#### 開成地区安全・安心ネットワーク

愛育委員会 栄養改善協議会 連合町内会 体育協会

コミュニティー協議会 民生委員会 老人クラブ

金田分館

上南公民館 東区保健センター

### おすすめウォーキングルート入り



## 岡山市上南中学校区 (政田・開成学区)

## 健康



## 感謝

## 希望

### 作成者一同の思い

「ええとこ発見図」とは、自分たちの住んでいる地域のええとこ(いいところ)を盛り込んだウォーキングマップです。地域を何度も歩き、話し合いを重ねる中で、普段見過ごしていた大切な地域資源を再確認しました。いろいろな人と知り合い、お互いを認め合うことで、地域に住む人の「ええとこ(いいところ)」も再発見しました。この「ええとこ発見図」が、健康づくりに活用され、地域への愛着や人と人との絆をますます深めるきっかけになることを願っています。

平成28年3月  
健康市民おかやま21(第2次)

## 金田・九幡地区

### 1. 寺社・史跡をめぐる歴史コース(6.5km)

①上南公民館→②ウォーターパーク宮川→③金田天満宮→④運送会社倉庫→⑤グループホーム→⑥上南町北向き地蔵→⑦牛窓往來石標→⑧金田橋→⑨川北稲荷→⑩松中島観音→⑪砂川合同運(⑧-⑩の運跡)→⑫嘉平橋(上南中学校西)→⑬三間土手→⑭

上南地区では最初に金岡新田として干拓され、沖新田より約20年前の1671年頃に完成しました。南北に長く、東西は短い「糸瓜」のような形の地区です。

### 2. 金田村漱石ロードコース(片道3.5km)

①→②→③→④岸本邸(漱石宿泊邸)→⑤醤油屋さん(案内版あり)→⑥八幡→児島湾(九幡)

明治25年夏目漱石(金之助)が東大生の頃、亡き兄の妻小勝が金田の医師岸本昌平のもとへ再婚した祝いに訪ね、三泊四日逗留しました。その際、九幡の浜で蛤を探り、褌に包んで素裸で帰ったと言われています。

### 3. 史跡を巡る湾岸絶景口マンコース(5.5km)

①沖田神社(拝所) → ②崎様 → ③十番灯籠 → ④最上稲荷神社 → ⑤九幡灯籠 → ⑥旧八幡橋門跡 → ⑦津田永忠記念碑・左源次塚 → ⑧横瀬観音

新田開拓当時より九幡平野を海水の浸水から守っている吉井川堤防、児島湾堤防を歩くコースです。東側に吉井川、キラキラと輝く児島湾の水面、西側に広々とした田園風景を眺めながら、新田開拓の史跡を巡ります。四つ手網、児島湾に浮かぶ鳩島、そして遠くに小豆島、豊島を眺める視界はまさに絶景です。

### 4. ジャコウアゲハ生息地を巡るコース(3.8km)

㊿開成コミュニティハウス→ジャコウアゲハ生息地→㊽八番用水→㊾九幡公園→㊿上九幡集会所→㊽

吉井川堤防の改修工事に伴い、移動を余儀なくされたジャコウアゲハの美しい姿を朝方見ることが出来ます。(4月～10月頃、年4回羽化) また、九幡公園では春に満開の桜が楽しめます。

### 5. 古の沖新田干拓に思いを巡らすコース(2.8km)

㊿→三間土手→㊽三ツ角灯籠→栄町→豊田大悪水→㊾木野山宮(三和町公会堂内)→㊽

三間土手は金岡新田の堤防として造られ、当時は南側が海でした。土手を北上すると右手前方に美しい姿の三ツ角灯籠が見えます。そこから、病氣平癒を祈願するため備中高梁の木野山宮から分社された木野山宮を巡ります。

時間があれば足を延ばしてみよう!  
(プラス2.5km)

㊿ ⇒ ㊽ ⇒ 九幡漁港 ⇒ ㊾

# 光政地区

37 政田民俗資料館・政田コミュニティハウス



民俗資料館には地域の歴史とくらしの資料が収められています。

35 牛窓往來の燈籠



当時を偲ぶ数少ない史跡です。

11 砂川合同堰 (38 一ノ堰跡)



昭和7年コンクリートの「一の堰」が築造され平成12年「二の堰」と統合され合同堰となりました。(砂川から田んぼに水を引くための堰の跡。以前は2つあったが現在は1つになっている。)

# 金田地区

9 川北福荷



寺尾一統の祭神です。

8 金田橋 (背景は芥子山)



平成13年に改修されました。

7 牛窓往來石標



牛窓往來案内の石標です。

10 松中島観音



天平勝宝3年(751年)周防国の藤原崇足嬢が千手観音をこの地に祭り、その後安陸上人により西大寺に本尊が移されました。

2 ウォーターパーク宮川



平成9年に改修され、地元の憩いの場所となっています。

3 金田天満宮



寛文11年(1671年)京都の北野天満宮より勧請され、金岡新田の守護神として祭られています。

# 九幡地区

28 三ッ角灯籠



天保12年(1841年)11月建立(沖新田に8基現存するうちで姿が最も良い灯籠)

18 十番灯籠



寛政6年(1794年)10月に建立(九幡堤防の改修につき、平成27年(2015年)8月に現在地に移設)

24 開成コミュニティハウス



19 最上桐荷神社



寛政8年(1796年)6月に沖新田九幡守護神として創建されました。

20 九幡灯籠

非常に優雅な灯籠で長い年月の間、航行の安全を守り続けた貴重な遺産です。



# 津田地区

40 沼名前神社



福山市鞆の浦の沼名前神社より分神したものです。

47 ファジアーノ政田サッカー場



芝生がきれいに整備されています。

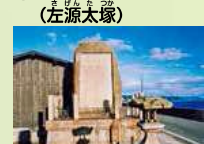
43 六番川水の公園

六番川大樋を復元した公園、遊歩道、体育館やテニスコートなどがあります。



升田から九幡にかけての防衛堤に見られる風物詩になっています。

22 津田永忠記念碑 (左源太塚)



21 旧八幡門跡



九幡漁協同組合の敷地真下に残存しています。

45 神輿入水 (毎年7月)



沼名前神社から祭りの神輿が横樋へ向けて巡幸。江川に神輿が入水します。

46 岡東浄化センター



秋にはコスモス畑が大変きれいです。

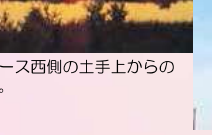


約60本の桜が植えられています。

32 百間川土手から見える夕日



田の字コース西側の土手上からの景色です。



身も心もやすらぐ江川の流れます。



火事や災害を知らせてくれました。

