

# 矢切地区ウォーキングマップ

ウォーキングで立ち寄る公園には、健康遊具があります。ストレッチしてみよう！

## Aコース

### ① 総合福祉会館

約5分 ↓ 350m



館内の施設では様々な健康に関する活動をしています。是非お立ち寄り下さい。

### ② 坂川親水広場

約6分 ↓ 400m

腹筋ベンチ、足つぼロードに従って、まず片足から挑戦してね。



### ③ 江戸川土手

約1分 ↓ 50m



春になると見事に菜の花が満開です！身も心もリフレッシュできますよ。散歩してみてください。

### ④ 矢切スポーツ広場

約15分 ↓ 770m

チームでスポーツ。ちょっとのぞいてみませんか？



### ⑤ 矢切神社

約9分 ↓ 650m



コロナに負けるな、疫病退散！神社会館で転倒予防の教室があります。お立ち寄りください。

### ① 総合福祉会館

ゴール

合計 約 72分、5.7km

## Bコース

### ⑥ 柿の木台体育館

約12分 ↓ 780m

スポーツ施設が充実しています。個人でもグループでも楽しくスポーツができます。



### ⑦ 寺沢公園

約10分 ↓ 500m

腹筋ベンチ、バランス円盤、ぶらぶらストレッチを体験してみてください。



バランス円盤

### ⑧ 三矢小台公園

約4分 ↓ 280m

背伸ばしベンチ、腹筋ベンチがあります。散歩した後に軽くストレッチしてみてください。



### ⑨ 二十世紀公園

約3分 ↓ 220m

ステップ、足のボードを利用して階段を昇り降り！筋力、体力アップ！



### ⑩ 二十世紀が丘市民センター

サークルなど屋内の活動が充実しています。図書館分館が併設しています。



ゴール

合計 約 54分、4.3km

# 矢切地区ウォーキングマップ

## Aコース

約72分 約5.7km



**スタート&ゴール!**  
① 総合福祉会館

おすすめポイント  
③ 江戸川土手

おすすめポイント  
矢切の渡し

おすすめポイント  
野菊の墓文学碑

1時間 12分  
5.7km

② 坂川親水広場

④ 矢切スポーツ広場 野球場

⑤ 矢切神社

野菊の蔵

野菊の墓文学碑

江戸川

松戸市

小羊保育園

ローソン 松戸中矢切店

ちば野菊の里浄水場

Google

## Bコース

約54分 約4.3km

**スタート&ゴール!**  
⑥ 柿の木台体育館

おすすめポイント  
二十世紀梨の発祥の地

おすすめポイント  
月の庭  
月二回ピラティス教室を開催  
詳細はFacebookにて!

バランス円盤

54分  
4.3km

⑦ 寺沢公園

⑧ 三矢小台公園

⑩ 松戸市二十世紀が丘市民センター

⑨ 二十世紀公園

松戸市立柿の木台小

松戸市立大橋小

松戸市二十世紀が丘店

二十世紀が丘丸山町

二十世紀が丘山町

川萩公園

橋の庭

とちのき通り

三矢小台

風谷公園

西松屋 松戸大橋店

京成成田