歩いてみよう さいたま市（大宮）

生活の中で無理なくできること●その2　10分間のはや歩きも効果的

大宮駅周辺ルート 約4.0km（約60分 約180kcal）

バナナ 2.3本分

START 大宮駅 1.7km 氷川神社 0.3km 大宮公園 1.3km 大宮盆栽村 0.7km 土呂駅 GOAL

※このルートのエネルギー消費量は、「健康づくりのための身体活動基準2013」の簡易換算式を用いて体重60kg、時速4kmで算出しています。
※休憩時間、見学時間等は含まれておりません。

このルートは逆回りもオススメ！新しい発見があるかも？

氷川参道

コラム 大宮盆栽美術館

盆栽の名品、優品をはじめ、盆器や、水石と呼ばれる鑑賞石、盆栽が描かれている浮世絵などの絵画作品など、盆栽に関わる各種の歴史・民俗資料等を収集・展示しています。開館：午前9時～午後4時30分（3月～10月）、午前9時～午後4時（11月～2月）
※入館は30分前まで