

城西地区

# 丸亀城外回りコース

距離 約 1.9km

城西地区

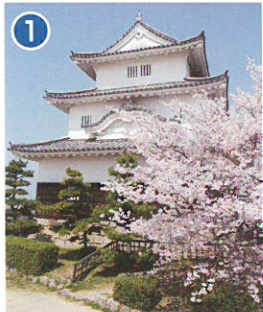
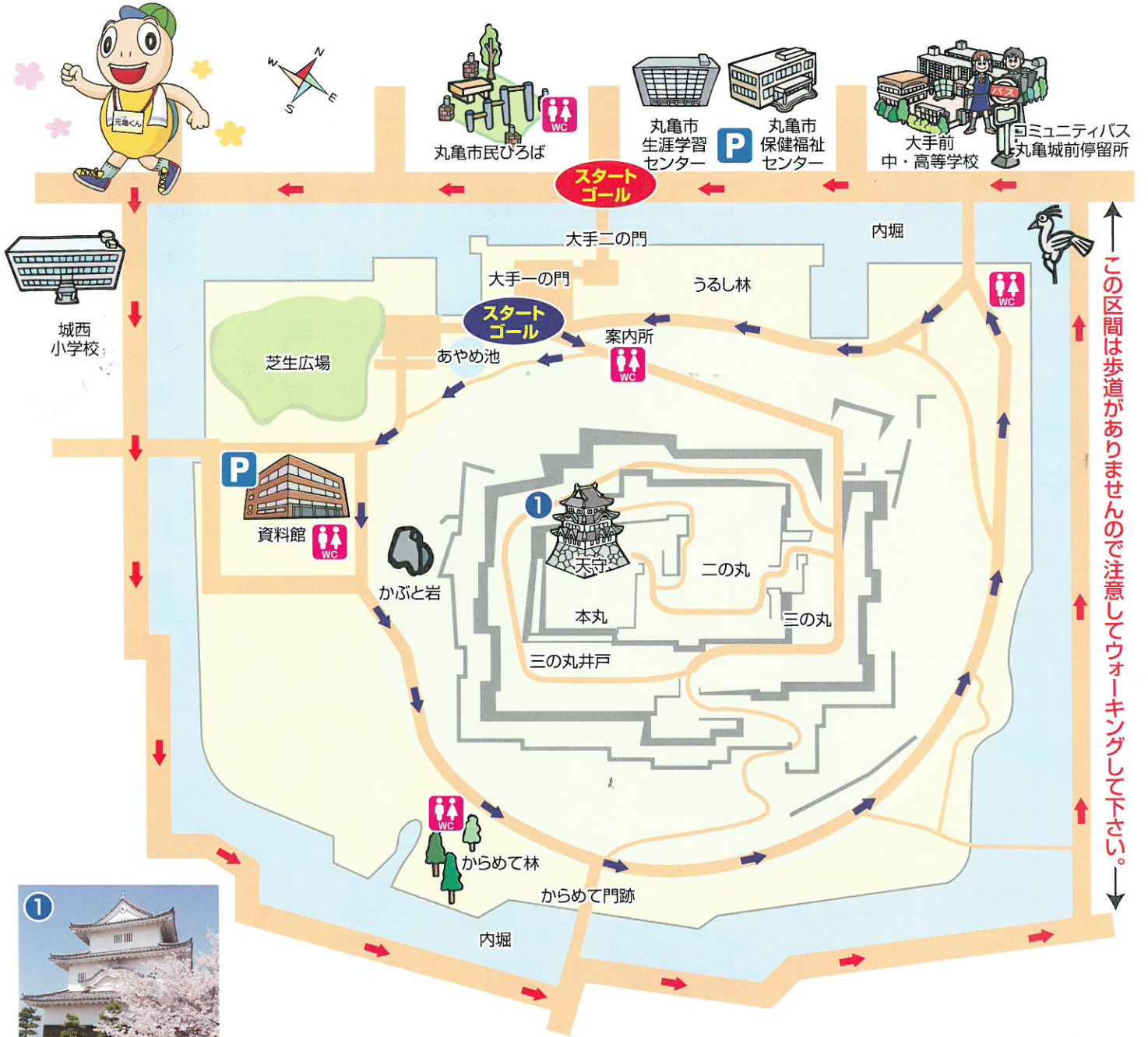
# 丸亀城内回りコース

距離 約 1.3km

丸亀の名所丸亀城は標高66Mの亀山に築かれた平山城。別名亀山城というのはご存知ですか？

石垣の名城として全国的にも有名な丸亀城はウォーキングするには格好のスポット。

そのほか、丸亀市内には多くの自然・文化遺産があります。皆さんも市内の魅力再発見の散策に出かけませんか？



日本一高い石垣、日本一深い井戸、日本一小さな天守閣と、3つの日本一を有する丸亀城です。

## 一口コメント ウォーキングを行う時の注意点②

**体調不良のときは無理をしない**

体調がよくないときや、腰痛、ひざ痛などの症状がある場合は無理をしないように、医師などに相談しましょう。

**体力にあった目標を**

最初からがんばりすぎず、徐々に目標を増やしましょう。

**極端に暑いとき、寒いときは避ける**

