

駅長おすすめの JR九州 ウォーキング

2026年春編

危険! 交通ルールを守りましょう

- コース中、歩道がある場合は必ず歩道を歩きましょう。
また、歩道の無い道や細い道を通行する場合は、車や自転車などに十分ご注意ください。
- 道路は広がって歩かないようにしましょう。また、横断歩道は急がず安全を確かめて渡りましょう。
- コース周辺にお住まいの方のご迷惑にならないようマナーを守りましょう。

熱中症に注意しましょう

- こまめに水分、適宜塩分を補給しましょう。
- もし、めまいや立ちくらみを感じたら、すぐに涼しい場所で休憩しましょう。



- ◎体調が優れない場合は、ウォーキングを控えましょう。
- ◎けが等に十分注意し、ご自分のペースや体調に合わせたウォーキングを心掛けましょう。
- ◎医師、看護師等は控えておりません。コース途中で気分が悪くなった場合は、無理せずウォーキングを中断しましょう。
- ◎ウォーキング中の負傷等につきましては、責任を負いかねますので、予めご了承ください。

昼食/トイレ等について

・協力店舗でのお食事をぜひお楽しみください!

・トイレの設置箇所は裏面のマップをご覧ください。

コース上の注意及び特長

・コース中に案内用の矢印や係員は配置しておりません。

・期間中1回限り、ゴール受付時にJR九州アプリでチェックインできます。

【お帰りの列車のご案内】



高鍋駅の時刻表

主催/宮崎支社企画運輸課
協力/高鍋町観光協会
高鍋町の協力店舗

JR九州アプリ
ダウンロード



iOSの方



Androidの方



協力店舗

- 1 Glück Crepe ~グルッククレープ~ (営業時間 11:00~18:00) **不定休**
- 2 ベーカリーCafé風々々 (営業時間 8:00~15:00) **定休日:水曜日**
【特典】1000円以上で50円引き
- 3 SUMOMOベーカリー 高鍋店 (営業時間 8:00~19:00) **定休日:なし**
- 4 あまのはら (営業時間 11:00~18:00頃まで) **営業日:3/28~29 4月不定期**
【特典】飲み物50円引き 食べ物100円引き
- 5 栗菓子処 日向利久庵 高鍋本店 (営業時間 9:00~18:00) **定休日:なし**
【特典】こだわりの水出し緑茶とウェルカムスイーツプレゼント
- 6 津久見屋果實店 (営業時間 11:00~16:00) **定休日:水曜**
【特典】500円以上お買い上げでペットボトル500mlお茶プレゼント

*特典を受ける際はコースマップを提示してください。
*特典は記載した店舗のみです。記載のない店舗への問合せはお控えください。

2026年3月28日(土)~4月5日(日)

JR運転士発案！高鍋グルメ満喫&舞鶴公園さくら満喫ウォーク

ドラッグ
ストア
コスモス

上江信号

さくら通り

しんきん通り

2

Washハウス

餃子のくろぎ

1

高鍋町役場

5

高鍋
信用金庫

黒谷信号

中央通信号

東町信号

高鍋町
菖蒲池信号

萩原信号



高鍋駅
スタート

WC

高鍋駅
スタート

WC

丹

舞鶴神社
ゴール

4

WC

たかなべギョーザ



舞鶴神社
ゴール

WC

二の丸文教歴史館

高鍋駅	→	高鍋駅
コース距離	約	8.5 km
所要時間	約	3.0 時間
ゴール受付時間	15:00 まで	

満足度アンケート

アンケートに回答すると抽選で豪華賞品が当たる！



--- ウォーキングコース

WC トイレ設置場所

1 ~ 6 協力店舗(番号は表面の協力店舗一覧の数字と連動しています)