

# 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す。  
◎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

- ・トイレは裏面マップに記載してあります。
- ・昼食は道の駅いぶすきをご利用下さい。

### コース上の注意及び特長

- コースの途中には、係員が駐在しております。ご不明な点はお尋ね下さい。
- コースの途中に道が狭くて交通量が多い箇所がありますので、車には十分注意して下さい。

### おすすめ

- 桐野藏(中俣酒造)  
20歳以上の方は試飲ができます。
- 指宿報国神社  
【樹齢300年のアコウの巨木】
- 篤姫ゆかりの地  
観光協会によるおもてなし
- 道の駅いぶすき  
指宿市立指宿商業高校によるお茶のふるまい(11:00~14:00)  
【九州新幹線見学ポイント】  
※天候不良やその他の事由により  
直前に中止を決定する場合がございます。
- 薩摩今泉駅  
指宿市役所による参加者限定ガラポン抽選会

### 【お帰りの列車のご案内】



薩摩  
今泉駅  
の時刻表

主催／谷山駅  
協力／指宿市観光課、指宿市観光協会、桐野藏、道の駅いぶすき

JR九州アプリ  
ダウンロード



iOSの方



Androidの方



