

奥能登の里山里海で癒しと健康を体感！

# クアの道 木の浦コース

全長約2.2km  
(高低差95m)

## コースの特徴

- ケヤキやツバキ、カシワ、エノキなどの樹木が目立つ森の中を歩きます。特にツバキの回廊は長く、長く花を楽しめます。
- アップダウンが多く、眺望が開けるポイントがいくつもあり、気持ちよく歩けます。
- ほとんどが舗装されていませので、足腰に優しく運動負荷は強くなります。

海風を感じながらケヤキやツバキなどの森の中を歩きます。日本海の広々とした眺望もひらけるポイントがいくつもあり、開放的です。海の近くなのに、森の雰囲気にとろけることもできるコースです。



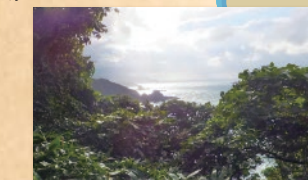
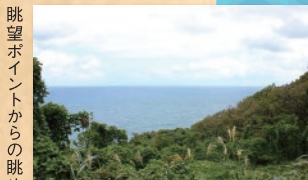
木ノ浦ビレッジ



ツバキの回廊



Let's Walking!



眺望ポイントからの眺め

## アドバイス

- 服装は、少し涼しく感じる位がおすすめ。(運動効果を高めるため)
- 汗ばんできたら、首筋や袖口を開放し(冷気を取り込む)、体表がサラサラの涼しい状態を維持しましょう。
- ⚠ ● 風が強い時に、海沿いのルートを歩く際は注意下さい。荒天時は枝が落ちてきやすいので中止しましょう。
- 風が強い時は、無理に砂浜を歩くのは止め、松林の中のみを歩きましょう。(荒天時は中止を)

眺望ポイント  
七ツ島も望める

カシワ



樺の展望台



お問い合わせ先

● 木ノ浦ビレッジ / ☎0768-86-2014 ● 珠州市観光交流課 / ☎0768-82-7776