

古代生活体験館で
はじめてのチャレンジ!



特集

サイクリングで汗を流そう! 第2弾

爽やかな新緑と雄大な大地が
サイクリングに最適!

古代ロマンに
浸りながら
走ろう!



西都原

～ガイドンスセンターこのはな館(西都市)
レンタサイクルのあるガイドンスセンターこの
はな館を起点に西都原を一周。古墳の点在する
雄大な大地を古代ロマンに思いを馳せながらサイ
クリング。コースの途中には「県立考古博物館」や
「古代生活体験館」があり、休憩がてら西都原の魅
力を存分に楽しめます。

西都原周辺
サイクリングマップ



レンタサイクルも
あるよ!

西都市観光協会WEBサイト



健康づくりに最適!
サイクリング

健康面における自転車利用のメリットとしては、海外の研究機関が、糖尿病をはじめとした生活習慣病のリスクを低減する効果があると報告しています。また、自転車通勤によって労働生産性が向上する可能性も示唆されています。自転車の利活用が、日本人の健康を支える大きな役割を果たすことが期待されています。

出典：国土交通省「GOOD CYCLE JAPAN」ホームページ