

ウォーキング & サイクリング

KONOSU-YOSHIMI HEALTH UP TOURISM MAP



鴻巣 ← 吉見

Konosu Yoshimi

観光NEWS

鴻巣市産業観光館「ひなの里」

Hina no sato
ひな人形や赤竹、季節の花々で彩られた鴻巣市の観光拠点。観光協会による観光案内や特産品の紹介・販売も行っています。観光情報はじめ、ウォーキング情報等も発信しています。

所 鴻巣市人形1-4-20
図 鴻巣市観光協会 048-540-3333



花と音楽の館かわさと「花久の里」

Kakyu no sato
花と屋敷林に囲まれた旧家のたたずまいが安らぎとつるぎの時間を提供。地元特産の花や農産物の直売のほか、食事処「花音里」では、小麦の産地ならではの手打ちうどんがご賞味いただけます。

所 鴻巣市関新田 343
図 花と音楽の館かわさと 048-569-3811



鴻巣市と吉見町は、埼玉県のほぼ中央にあり、「川幅日本一」の荒川をはさんで隣接した地域です。この地域には、花や緑、史跡、グルメ、イベントなど、「見どころ」と立ち寄りどころなどの観光SPOTがいっぱい!!

今、話題のKONOSU-YOSHIMIの「グルメ&観光スポット」をご紹介します!!

ウォーキングやサイクリングの際に立ち寄ってみてはいかがでしょうか。

元荒川橋づくし

Motoaraka-bridges
元荒川に架かる意匠を凝らしたさまざまな橋梁は一見の価値あり。これらの橋の一部は、土木学会の「日本の近代土木遺産」に選定され、中でも、新佐賀橋は、土木学会の「選定土木遺産」に選定されています。また、「一度は見に行きたい日本の桜名所&名桜700景」に選定された桜が春の元荒川を彩ります。川沿いには遊歩道も整備され、ウォーキングに最適です。

所 鴻巣市吹上地域
図 鴻巣市観光協会 048-540-3333

道の駅 いちごの里よしみ

Ichigo no sato Yoshimi
県内 15 (いちご) 番目の道の駅として親しまれています。地粉うどんや手作りジャム、手作り味噌が人気の「いちごの里物産館」をはじめ、いちごをはじめとした新鮮農産物の直売所のほか、ちびっこ向けの遊具などがあり、家族みんなで楽しめます。

所 吉見町久保田 1737
図 道の駅いちごの里よしみ 0493-53-1530

フレンドシップ・ハイツよしみ

Friendship Heights Yoshimi
体育館やテニスコート、フットサルコート、パーペキューコーナー等を備え、スポーツ合宿や野外活動ができるリゾート宿泊施設。ウォーキングやサイクリングの疲れを癒す展望風呂「御所の湯」での日帰り入浴も大人気です。

所 吉見町黒岩 602
図 フレンドシップ・ハイツよしみ 0493-54-2030

八丁湖公園

Hatchoko park
春は桜が湖畔を彩り、夏は豊かな緑と湖面が涼風を運び、秋は紅葉に彩られ、冬は木漏れ日があたいた八丁湖公園。湖畔の周囲は、散策道やウォーキングコースが整備され、ウォーカーやハイカーに人気のスポット。湖の奥には「黒岩横穴群」もあり、古墳時代の横穴を見ることが出来ます。

所 吉見町黒岩地区内
図 吉見町役場 0493-54-1511

このす川幅グルメ

Konosu Kawahaba-gourmet
川幅日本一にちなんだ「このす川幅グルメ」。中でも「このす川幅うどん」は、埼玉B級ご当地グルメ王決定戦で、2回の準優勝のほか、常に上位に入賞する埼玉を代表するご当地グルメとなっています。

見た目のインパクトと味の良さからテレビ雑誌等でも多数取り上げられています。うどんの原料となる小麦粉は、良質な植物性たんぱく質やパラエチンに富んだビタミン、ミネラル類を含み、エネルギーの補給をはじめ、疲労回復や高血圧予防などに効果があります。

このほかにも、「川幅とんかつ」や「川幅漬」、「川幅鉄火丼」、「川幅パスタ」、「川幅メンチ」、「川幅せんべい」、「川幅どらやき」、「川幅ケーキ」、「川幅ロールケーキ」などなど、アツと驚く川幅グルメをご用意しています。

所 鴻巣市内川幅グルメ取扱店
図 鴻巣市観光協会 048-540-3333

吉見あぶら味噌

Yoshimi Abura miso
あぶら味噌は、米や野菜作りが盛んな吉見町に伝わる「おふくろの味」。この伝統的なあぶら味噌をベースに、季節の野菜や豚肉をふんだんに使った「吉見あぶら味噌」がB級グルメとしてデビューしました。地元産の手作り味噌を使用したあぶら味噌は、雑物かおやき、チンドック、焼きそば、ラーメン、つけめん、ピザなどとして、各店が工夫を凝らした逸品を用意しています。「吉見あぶら味噌」は、ビタミンB群が多く含まれ、代謝機能の働きを高め、疲労回復にとても効果的です。

所 吉見町内あぶら味噌取扱店
図 吉見町商工会 0493-54-6701

梨

Pear
晩夏から秋の果物の代表選手「梨」。幸水や豊水、新高など、種類も豊富で、園主が丹精込めて育てた梨は、みずみずしさや甘さが口中に広がります。一部の農園では「ぶどう」も栽培しており、ジュシーな甘みが人気です。梨は、水分が豊富で、夏の疲れた身体への水分補給として、また、カリウムを比較的多く含むことから、高血圧の予防にも効果があります。

所 鴻巣市常光、馬堂、笠原地区内
図 J.A.鴻巣市 048-541-1680

吉見いちご

Yoshimi Strawberry
冬から春の食卓を彩る真っ赤な「いちご」。吉見町は県内でも有数の生産量を誇り、その豊かな香りとジュシーな甘みが大評判。新鮮な朝採りいちごは、道の駅農産物直売所や県道東松山補川線沿線のいちご直売店でお買い求めいただけるほか、採れたてを味わえる「いちご狩り」も楽しめます。いちごは、ビタミンCがとても豊富な上、ミネラルなどをバランス良く含んでおり、美肌や疲労回復、免疫機能の向上、成人病予防にも効果があるといわれています。

所 吉見町内各所
図 吉見町役場 0493-54-1511

このす川幅グルメ

Konosu Kawahaba-gourmet
川幅日本一にちなんだ「このす川幅グルメ」。中でも「このす川幅うどん」は、埼玉B級ご当地グルメ王決定戦で、2回の準優勝のほか、常に上位に入賞する埼玉を代表するご当地グルメとなっています。

見た目のインパクトと味の良さからテレビ雑誌等でも多数取り上げられています。うどんの原料となる小麦粉は、良質な植物性たんぱく質やパラエチンに富んだビタミン、ミネラル類を含み、エネルギーの補給をはじめ、疲労回復や高血圧予防などに効果があります。

このほかにも、「川幅とんかつ」や「川幅漬」、「川幅鉄火丼」、「川幅パスタ」、「川幅メンチ」、「川幅せんべい」、「川幅どらやき」、「川幅ケーキ」、「川幅ロールケーキ」などなど、アツと驚く川幅グルメをご用意しています。

所 鴻巣市内川幅グルメ取扱店
図 鴻巣市観光協会 048-540-3333

吉見あぶら味噌

Yoshimi Abura miso
あぶら味噌は、米や野菜作りが盛んな吉見町に伝わる「おふくろの味」。この伝統的なあぶら味噌をベースに、季節の野菜や豚肉をふんだんに使った「吉見あぶら味噌」がB級グルメとしてデビューしました。地元産の手作り味噌を使用したあぶら味噌は、雑物かおやき、チンドック、焼きそば、ラーメン、つけめん、ピザなどとして、各店が工夫を凝らした逸品を用意しています。「吉見あぶら味噌」は、ビタミンB群が多く含まれ、代謝機能の働きを高め、疲労回復にとても効果的です。

所 吉見町内あぶら味噌取扱店
図 吉見町商工会 0493-54-6701

梨

Pear
晩夏から秋の果物の代表選手「梨」。幸水や豊水、新高など、種類も豊富で、園主が丹精込めて育てた梨は、みずみずしさや甘さが口中に広がります。一部の農園では「ぶどう」も栽培しており、ジュシーな甘みが人気です。梨は、水分が豊富で、夏の疲れた身体への水分補給として、また、カリウムを比較的多く含むことから、高血圧の予防にも効果があります。

所 鴻巣市常光、馬堂、笠原地区内
図 J.A.鴻巣市 048-541-1680

吉見いちご

Yoshimi Strawberry
冬から春の食卓を彩る真っ赤な「いちご」。吉見町は県内でも有数の生産量を誇り、その豊かな香りとジュシーな甘みが大評判。新鮮な朝採りいちごは、道の駅農産物直売所や県道東松山補川線沿線のいちご直売店でお買い求めいただけるほか、採れたてを味わえる「いちご狩り」も楽しめます。いちごは、ビタミンCがとても豊富な上、ミネラルなどをバランス良く含んでおり、美肌や疲労回復、免疫機能の向上、成人病予防にも効果があるといわれています。

所 吉見町内各所
図 吉見町役場 0493-54-1511



電車利用

JR高崎線普通：上野から49分
上野 大宮 鴻巣 北鴻巣 吹上 熊谷
バス15分
吉見

JR湘南新宿ライン快速：新宿から50分
新宿 池袋 大宮 鴻巣 北鴻巣 吹上 熊谷
バス15分
吉見

東武東上線急行：池袋から56分
池袋 志木 川越 東松山 小川町 寄居
バス10分
吉見

車利用

東北自動車道：加須ICから20分
関越自動車道：東松山ICから20分
圏央道：補川北ICから15分

他にもいろいろな情報満載
<http://www.city.konosu.saitama.jp>
<http://www.town.yoshimi.saitama.jp>

How to ウォーキング

(監修：武蔵丘短期大学 武蔵丘スポーツクラブ)

ウォーキングのためのストレッチング

ウォーキングは、非常に多くの筋を使う全身運動なのですが、臀部、大腿部、下腿部および足部などの下肢のみのストレッチングを実施しがちです。股関節周囲、腹部、腰背部、肩関節周囲も同様に入念なストレッチングを実施しましょう。また、ウォーキング前後にウォーミングアップおよびダウンとしてのみの実施だけではなく、柔軟性向上のためにも、ご自宅などでお風呂上がりのような身体の温まっている状態の時に、入念にストレッチングを実施することをお勧めします。

- ### ストレッチング実施における注意点
- ①身体を少し温めてから行いましょう。
 - ②反動はつげずに静かに行いましょう。
 - ③痛みのない範囲で行いましょう。
 - ④15秒～30秒間行いましょう。
 - ⑤呼吸は止めず、大きな呼吸を心掛けて行いましょう。
 - ⑥正確なフォームを身につけ、常に伸ばしている筋を意識しましょう。
 - ⑦実施中に痛みが生じた場合は中止し、医療機関などの専門家に相談しましょう。

ストレッチング(立位)

ウォーキングの前夜やお出掛けの際など、気軽に実施できるよう様々な種類の中から、立位での種目を紹介します。



ウォーキングのためのトレーニングエクササイズ

ウォーキングは、臀部、大腿部、下腿部および足部のいわゆる下肢の他に、股関節周囲、腹部および腰背部から成る体幹、そして肩関節周囲部というように、非常に多くの筋を使う全身運動です。特に股関節の動きは重要であり、ウォーキングでは股関節の屈曲(大腿部の引上げ)・伸張という動作が繰り返され、屈曲の際には大腰筋などから成る腸腰筋が作用しています。したがって、ウォーキングを継続して楽しむためには、股関節周囲のトレーニングを中心に、下肢、体幹のトレーニングを実施しましょう。

- ### エクササイズ実施における注意点
- ①トレーニング前後には必ずストレッチを実施しましょう。
 - ②実施中に痛みが生じた場合は中止し、医療機関などの専門家に相談しましょう。
 - ③実施中は呼吸を止めず、大きな呼吸を心掛けて実施しましょう。
 - ④正確なフォームを身につけ、常に使っている筋を意識しましょう。
 - ⑤セット間の休息は45～60秒とし、集中して実施しましょう。
 - ⑥回数やセット数に余裕が出てきたら、少しずつ負荷を増やしましょう。

トレーニングエクササイズ



ウォーキング前後の食事

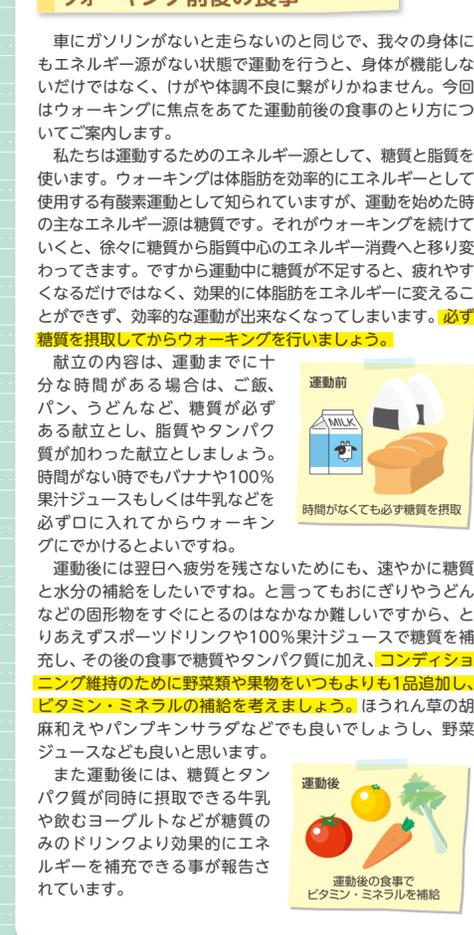
車にガソリンがないと走らないのと同じで、我々の身体にもエネルギー源がない状態で運動を行うと、身体が機能しないだけでなく、けがや体調不良に繋がりがかねません。今回はウォーキングに焦点をあてた運動前後の食事のとりについてご案内します。

私たちは運動するためのエネルギー源として、糖質と脂質を使います。ウォーキングは体脂肪を効率的にエネルギーとして使用する有酸素運動として知られていますが、運動を始めた時の主なエネルギー源は糖質です。それがウォーキングを続けていくと、徐々に糖質から脂質中心のエネルギー消費へと移行変わってきます。ですから運動中に糖質が不足すると、疲れやすくなるだけでなく、効果的に体脂肪をエネルギーに変えることができず、効率的な運動が出来なくなってしまいます。**必ず糖質を摂取してからウォーキングを行いましょう。**

献立の内容は、ウォーキング中に十分な時間がある場合は、ご飯、パン、うどんなど、糖質が必ずある献立とし、脂質やタンパク質が加わった献立としましょう。時間が無い時でもバナナや100%果汁ジュースもしくは牛乳などを必ず口に入れてからウォーキングにでかけるとよいですね。

運動後は翌日へ疲労を残さないためにも、速やかに糖質と水分の補給をしたいですね。と言ってもおにぎりやうどんなどの固形物をすぐにとるのはなかなか難しいですから、とりえずスポーツドリンクや100%果汁ジュースで糖質を補充し、その後の食事で糖質やタンパク質に加え、**コンディション維持のために野菜類や果物をいつもよりも品追加し、ビタミン・ミネラルの補給を考えましょう。**ほうれん草の胡麻和えやパンプキンサラダなどでも良いですし、野菜ジュースなども良いと思います。

また運動後には、糖質とタンパク質が同時に摂取できる牛乳や飲むヨーグルトなどが糖質のみのドリンクより効果的にエネルギーを補充できる事が報告されています。



ウォーキングと水分摂取

最近では昔に比べ、運動前後や運動中において積極的に水分を補給することが定着してきました。ウォーキングはそれほど簡単な取り組みの安全性の高い運動ですが、正しい水分摂取を行わないと、せっかくウォーキングなどの運動を行ってもマイナスの効果を与えかねません。今回はウォーキングを行う上で大切な水分摂取についてご案内します。

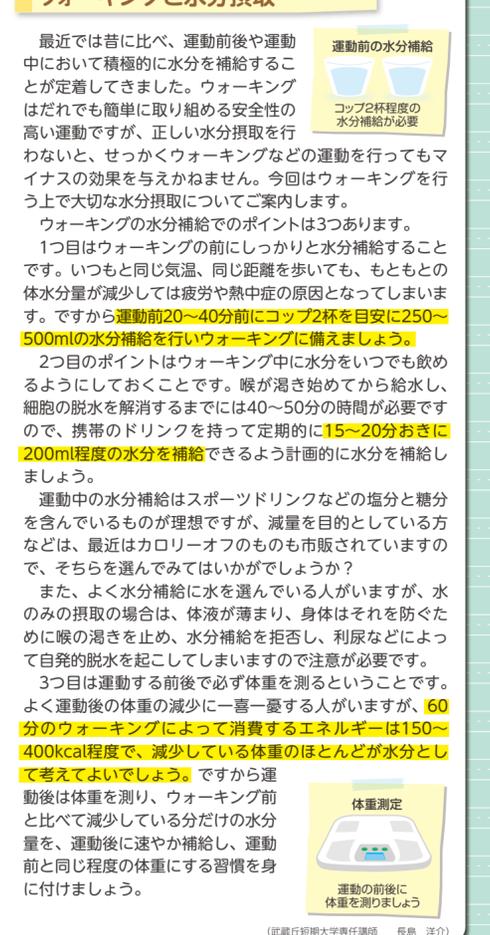
ウォーキングの水分補給でのポイントは3つあります。1つ目はウォーキングの前しっかりと水分補給することです。いつもと同じ気温、同じ距離を歩いても、もともと体水分量が減少しては疲労や熱中症の原因となってしまいます。ですから**運動前20～40分前にコップ2杯を目安に250～500mlの水分補給を行いウォーキングに備えましょう。**

2つ目のポイントはウォーキング中に水分をいつも飲めるようにしておくことです。喉が渇き始めてから給水し、細胞の脱水を解消するまでには40～50分の時間が必要で、6月18日午前2時頃から 安楽寺(吉見観音) **200ml程度の水分を補給**できるように計画的に水分を補給しましょう。

運動中の水分補給はスポーツドリンクなどの塩分と糖分を含んでいるのが理想ですが、減量を目的としている方などは、最近ではカロリーオフのものも市販されていますので、そちらを選んでみてはいかがでしょうか？

また、よく水分補給に水を選んでいる人がいますが、水だけの摂取の場合は、体液が薄まり、身体はそれを防ぐために喉の渇きを止め、水分補給を拒否し、利尿などによって自発的脱水を起こしてしまいますので注意が必要です。

3つ目は運動する前後必ず体重を測るということです。よく運動後の体重の減少に一喜一憂する人がいますが、**60分のウォーキングによって消費するエネルギーは150～400kcal程度で、減少している体重のほとんどが水分として考えてよいでしょう。**ですから運動後は体重を測り、ウォーキング前と比べて減少している分だけの分量を、運動後に速やかに補給し、運動前と同じ程度の体重にする習慣を身に付けましょう。



KONOSU&YOSHIMI Event

- 鴻巣市
鴻巣市役所ほか
- 鴻巣びっくりひなまつり MAP C-3
2月中旬～3月上旬 鴻巣市役所ほか
 - このす花まつり MAP C-3
5月中旬～下旬 ポピー・ハッピー・スクエアほか
 - 鴻巣夏まつり MAP C-3
7月中旬 中山道(人形町～加美町)ほか
 - 川幅日本一このす花火大会 MAP B-3
9月下旬～10月上旬 糠田運動場
 - おどろまつり MAP C-3
10月中旬 中山道(人形町～加美町)ほか
 - コスモスフェスティバル MAP B-2
10月中旬～下旬 コスモスアリーナふきあげ周辺
 - 西の市 MAP C-3
12月4日 鴻神社
- 吉見町
吉見町役所ほか
- さくらまつり MAP A-3 MAP B-4
3月下旬～4月中旬 吉見百穴・さくら聖公園
 - 厄除け朝観音御開帳 MAP A-3
6月18日午前2時頃から 安楽寺(吉見観音)
 - コスモスまつり MAP B-3
10月中旬 道の駅いちごの里よしみ北東側
 - 吉見まつり MAP B-3
11月3日 ふれあい広場・フレスよしみ
 - イルミネーションフェスタ MAP B-3
12月上旬～下旬 フレスよしみ

鴻巣びっくりひなまつり

ひな人形のまち鴻巣ならではのひな祭りイベント。年々高くなるひな壇は、2012年現在、31段、約7メートルの高さで、「10人形で飾る日本一高いピラミッドひな壇」として認定されています。

川幅日本一このす花火大会

川幅日本一の荒川河川敷での総打上数15,000発超の大花火大会。ラストスターメイン「轟轟乱舞」では、正三尺玉2発、二尺玉同時打ち、尺玉300連発が打ち上がり、「1分あたりの尺玉以上の打上数日本一」として認定されています。

コスモスまつり(吉見)

あたり一面のコスモスのパラマで、爽やかな秋の風を感じることができるイベント。熱気球体験やコスモスの摘み取り、枝豆狩り、赤飯やおまんじゅうなどの農産加工品の即売などで賑わいます。

イルミネーションフェスタ

ふるさと吉見をライトアップで飾る世代間交流のイベント。各団体の個性豊かなイルミネーションが幻想的に「フレスよしみ」を彩ります。

Walking COURSE

★川幅日本一 2537 体感 コース
 距離約 15.5 km / 目安所要時間 4 時間 / 目安消費カロリー 812 kcal 5.1
 鴻巣市と吉見町の間の「川幅日本一2537m」を体感するコース。特にポピー（5月）とコスモス（10月）の咲き時がおすすめ。
 鴻巣市産業観光館「ひなの里」WC → 勝願寺 → ふるさと総合緑道休憩施設「愛里集」WC → 川幅日本一の標柱（鴻巣側） → 川幅日本一の標柱（吉見側） → 道の駅「いちこの里よしみ」WC → 吉見コスモス畑 → ポピー・ハッピースクエア → ふるさと総合緑道休憩施設「愛里集」WC → 鴻巣市産業観光館「ひなの里」WC

★中山道鴻巣宿 & 花街道周遊 コース
 距離約 18 km / 目安所要時間 5 時間 / 目安消費カロリー 896 kcal 5.6
 歴史の道モデル地区の中山道鴻巣宿から花街道を周遊するコース。
 鴻巣市産業観光館「ひなの里」WC → 勝願寺 → 鴻巣本陣跡（石碑） → 鴻神社 → 氷川八幡神社 → コスモス畑 → 日本一長い水管橋 → 川幅日本一地点 → 川幅日本一の標柱 → ポピー・ハッピースクエア → ふるさと総合緑道休憩施設「愛里集」WC → 鴻巣市産業観光館「ひなの里」WC

★間の宿吹上 橋づくし散策 コース
 距離約 3.5 km / 目安所要時間 60 分 / 目安消費カロリー 185 kcal 1.2
 造形に富む橋と俳句碑を巡るコース。橋の一部は土木学会の「日本の近代的土木遺産」に選定され、中でも新佐賀橋は、「土木学会選奨土木遺産」に選定されています。
 堀戸環と新宿橋 → 鉄橋 → 洲崎橋 → 橋名橋 → 吹上橋 → 新佐賀橋 → 佐賀橋 → 桜橋 → 新宿橋 → 高砂橋 → 水鳥橋 → 遠所橋 → 筑波橋 → 砂山橋 → 小谷橋 → 元荒川橋 → アサヒ橋

★よしみを語ろう12選周遊(外周) コース
 距離約 26 km / 目安所要時間 7 時間 30 分 / 目安消費カロリー 1354 kcal 8.5
 吉見の観光スポット12選を周遊するコース。
 川幅日本一の標柱（吉見側） → ボンボン山 → フレッシュよしみ → ふれあい広場 → 恩降院（源頼朝館跡） → 八丁湖公園 → 安楽寺（吉見観音） → 吉見百穴 → 松山城跡 → 道の駅いちこの里よしみ → コスモス畑（秋） → さくら堤公園

★よしみ 願いごとの道 コース
 距離約 3.5 km / 目安所要時間 60 分 / 目安消費カロリー 185 kcal 1.2
 岩室観音から吉見観音にかけての道は、昔から吉見観音にお参りするために往來する人々の巡礼路であったといわれており、昔から願いごとが叶うとされる縁起の良いお地蔵様や寺社があります。
 岩室観音 → 龍性院（弁天様） → 北向地蔵 → 八坂神社 → 安楽寺（吉見観音）

健康 HEALTH UP SPOT

さきたま緑道 MAP B-1 ~ B-2
 JR北鴻巣駅前の赤見台近隣公園から武蔵水路に沿って、さきたま古墳公園に至る4.5kmの遊歩道と自転車道からなる緑道です。ウォーキングやサイクリングに合わせて、点在する彫刻50作品も楽しめます。

川里中央公園 MAP C-2
 野球場、グラウンドゴルフ場、テニスコートなどで各種スポーツを楽しむほか、弁天沼ではヘラブナ釣りを楽しめます。また、ドッグラン広場では愛犬との親睦を深めることができます（鴻巣市都市計画課への事前登録が必要です）。

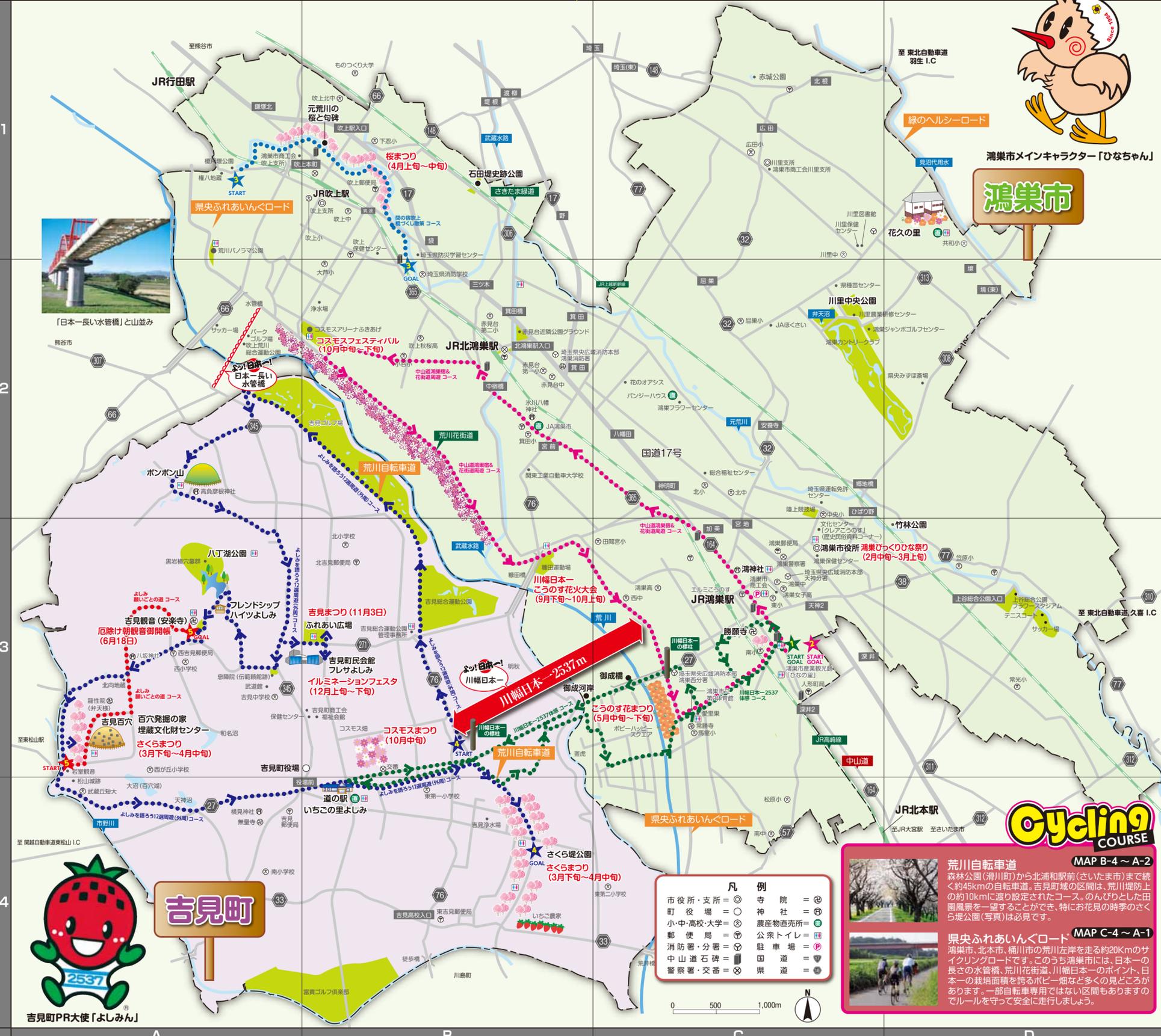
竹林公園 MAP D-3
 約1.3ヘクタールもの竹林に囲まれた公園。さわやかな風に揺れる笹の音、竹林から湧き出るマインスイオン、のどかな田園風景など、身近な緑に、穏やかな時間の流れを感じることができる知る人ぞ知る癒しの空間です。

ボンボン山 MAP A-2
 武蔵野古の高負産根神社境内には、見晴らしの良い岩山があります。中腹に登って足を踏み鳴らすと、「ボンボン」と音がすることから、その愛称がつけられました。遠く赤城、男体、筑波の山々を見渡す望めは絶景です。

ふれあい広場 MAP B-3
 陸上競技場、多目的グラウンド、テニスコートなどで各種スポーツを楽しむことができます。そのほか、ウォーキングやピクニック広場、木製大型遊具などもあり、家族みんなでスポーツやレクリエーションが楽しめます。

さくら堤公園 MAP B-4
 1.8 kmにも及ぶ桜堤は、秋ヶ瀬公園（さいたま市）と森林公園（蒲川町）を結びサイクリングコースとなっており、人気のウォーキング＆サイクリングスポット。桜をはじめ、早春では、菜の花が堤一面を黄色に染めます。

よッ!日本一! 鴻巣市・吉見町 Walking & Cycling マップ



鴻巣市メインキャラクター「ひなちゃん」
鴻巣市



「日本一長い水管橋」と山並み

凡 例	
市役所・支所 = ◎	寺 院 = ⊕
町 役 場 = ○	神 社 = ⊙
小・中・高校・大学 = ⊙	農産物直売所 = ⊕
郵便 局 = ⊕	公衆トイレ = ♀
消防署・分署 = ⊕	駐 車 場 = ♀
中 山 道 石 碑 = ⊕	国 道 = ⊕
警察署・交番 = ⊕	県 道 = ⊕

荒川自転車道 MAP B-4 ~ A-2
 森林公園（滑川町）から北浦和駅前（さいたま市）まで続く約45kmの自転車道。吉見町域の区間は、荒川堤防上の約10kmに渡り設定されたコース。のんびりとした田園風景を一望することができ、特にお花見の時のさくら堤公園（写真）は必見です。

県央ふれあいんくロード MAP C-4 ~ A-1
 鴻巣市、北本市、桶川市の荒川左岸を走る約20kmのサイクリングロードです。このうち鴻巣市には、日本一の長さの水管橋、荒川花街道、川幅日本一のポイント、日本一の栽培面積を誇るポピー畑など多くの見どころがあります。一部自転車専用ではない区間もありますので、ルールを守って安全に走行しましょう。

歴史 History

石田堤史跡公園 MAP B-1

 関東名物の「忍城」を水攻めの際、石田三成が築いた堤の跡地。現在、長さ282mが史跡として残っています。公園内には当時の様子をはる案内板もあり、当時の歴史にふれることができます。映画「のぼうの城」でも紹介されました。
 所 鴻巣市袋26-1 問 鴻巣市観光協会048-540-3333

勝願寺 MAP C-3

 関東十八檀林の1つで、徳川家康ゆかりの寺院。本堂等には英の敵を見ることができ、境内には、丹後辺津主牧野家や関東郡代伊奈氏、真田家に縁の小松屋、初代小諸藩主仙石秀久などの墓所があります。4月には仁王門を彩る桜が、5月上旬には「なんじゃもんじゃ」の花が見ごろとなり、毎年11月14日には、関東三大夜に数えられる「お十夜」が催されます。
 所 鴻巣市本町8-2-31 問 鴻巣市観光協会048-540-3333

鴻神社 MAP C-3

 鴻巣の地名のいわれの一つともされる「このどり伝説」を今に伝える神社。樹齢700年ともいわれる夫婦イチョウや、明治時代に造られた総漕漕りの小さなお宮「三狐稲荷神社」などが見所。毎年12月4日には昔の町が行われます。
 所 鴻巣市本宮町1-9 問 鴻巣市観光協会048-540-3333

吉見観音(安楽寺) MAP A-3

 岩殿山安楽寺は、坂東11番の札所。古くから「吉見観音」の名で親しまれ、毎年6月18日の「厄除け観音御開帳」には、町内はもとより、近隣から大勢の参拝客で賑わいます。最近では「願いごとが叶う寺」としてマスコミからも取り上げられ、吉見町商工会による「願いごとキャンペーン」も実施されています。
 所 吉見町御所374 問 吉見町役場0493-54-1511

吉見百穴(ヒカリゴケ) MAP A-3

 古墳時代末期～終末期にかけて作られた横穴墓群。219個の横穴が確認されており、国指定史跡となっています。構内には国指定天然記念物の「ヒカリゴケ」が自生しています。
 所 吉見町北吉見327 問 吉見町北管理事務所0493-54-4541

埋蔵文化財センター MAP A-3

 吉見百穴構内にあり、吉見町内から出土した土器や石器をはじめとする貴重な埋蔵文化財の展示・公開をしています。はにわつくりをはじめ、古代人の暮らし体験が人気です。
 所 吉見町北吉見321 問 埋蔵文化財センター0493-54-9111