

## はじめに

私たちヘルスボランティア協議会では、一人一人の健康づくりのために生活の中に運動を取り入れることをお勧めしています。

中でも、ウォーキングは誰もがそれぞれの年齢や体力に応じて、いつでもどこでも気軽にできる運動です。

このウォーキングマップには、市内各地区の季節ごとに変化する身近な自然、文化、歴史など地域の見どころを盛り込みました。歴史都市高岡の魅力を再発見しながら、ご家族や友人と健康づくりに踏み出す第一歩として活用していただければ幸いです。

終わりに、このマップの作製にあたり、各地域の有識者、郷土史家、古老の方々や博物館などの皆様にご尽力をいただきましたことに厚くお礼申し上げます。

高岡市ヘルスボランティア協議会

会長 河合 博子

### 引用文献一覧

- ・高岡市史
- ・高岡の伝承(高岡市児童文化協会編著)
- ・高岡ものがたり(高岡市立博物館編)
- ・たかおか歴史との出会い(高岡市市制100年記念誌)
- ・みんながつくった開町400年(高岡市開町400年記念事業報告書)
- ・子どもたちの100年とやま(小沢昭巳編著)
- ・富山の絵馬(塩 昭夫著 北日本新聞社)
- ・富山県高岡市の文化財(富山県高岡市の文化財)
- ・富山の歴史ものがたり(富山県小・中学校歴史研究会編)
- ・高岡古城公園ガイド(高岡観光ボランティアガイドやまたちばな)
- ・守山村誌 ・富山県神社誌 ・越中宝鑑
- ・といで観光ネットワーク(高岡市商工会内)
- ・木津の今昔物語(木津校下自治連合会)
- ・戸出町史 ・中田町史 ・福岡町史