

# 八幡浜保内 まちなか散策コース

難易度



消費カロリー  
約174kcal

走行距離: 8.0km  
ぐるっと回って30分



vol.19

NO24 八幡浜保内まちなか散策コース  
■電車 JR松山駅からJR八幡浜駅まで電車で約50分  
JR八幡浜駅から徒歩すぐ  
■車 松山空港から車で約1時間15分(伊予IC、大洲IC 経由)

## ファミリーコース 八幡浜保内まちなか散策コース

愛媛県で最初の銀行や紡績工場ができるなど、明治期の文明開化をリードした保内町から、四国一の規模を誇る魚市場を持つ八幡浜までの町並み散策コース。

難易度 全長: 8.0km

### ① 八幡濱 まちなみミュージアム



海運の町として栄えた八幡浜市内に残る伝統的建造物を「町並みミュージアム」として保存。国の登録有形文化財の建物などを見て歴史を感じよう。  
◎八幡浜市本町・浜の町ほか

### ③ もつきんろーど



全長350mほど続く木製遊歩道が明治時代の隆盛を物語るスポット。旧東洋紡績赤レンガ倉庫や美名瀬橋などが残り、レトロな雰囲気演出している。  
◎八幡浜市保内町川之石(宮内川川沿い)

### 道の駅



### 道の駅 八幡浜みなと「みなと交流館」

八幡浜の海近くにある道の駅。港町散策の情報をここで得て町を歩けば、潮風香る街歩きがぐっと楽しくなる。

◎八幡浜市沖新田1581番地23 ☎0894-21-3710 店舗により異なる 店舗により異なる

『愛媛自転車マルゴト自転車道サイクリングマップ Vol.19』 2016年3月31日 第1版発行 | 監修/愛媛県内サイクリスト | 発行/愛媛県 企画振興部 総合政策課 自転車新文化推進室 ☎089-912-2234

### グルメ・特産品



### café ChueChue(カフェシュチュ) アゴラマルシェ内

「道の駅 八幡浜みなと」内アゴラマルシェにあるカフェ。コーヒー・ハンター川島良彰氏プロデュースのコーヒーのほか、ランチもある。  
◎八幡浜市沖新田1584(八幡浜みなと内)  
☎0894-35-6612 ☎8:00~18:00 〆元日



### パンメゾン

八幡浜市内と松前町にある、テレビでも話題のベーカリー。並んでも買いたい名物の塩パンには、塩メロンパンソフト塩パンもある。  
◎八幡浜市北浜1-8-15 ☎0894-27-0348  
☎6:30~19:00 〆火曜日



### 丸栄商会

#### 太刀魚巻

昭和24年に創業した「丸栄商会」が創業以来職人のこだわりで作り続ける名物。ふわっとやわらかく、ジュシーな味わいはリピーターも多い。  
◎八幡浜市江戸岡1丁目9番5号  
☎0894-22-0236 ☎7:00~20:00 〆不定休



### レストラン北浜

#### 八幡浜ちゃんぽん

長崎ちゃんぽんのようなこってりスープではなく、鶏ガラ・カツオ・昆布などでダシを取ったあっさりスープのちゃんぽん。麺の上には肉野菜炒め。  
◎八幡浜市北浜1丁目1番1号 ☎0894-24-7200  
☎(巻)月~金9:00~18:00(11時までモーニング) 土11:00~20:00 〆日曜日、祝日

### 医療機関

#### 市立八幡浜総合病院

☎0894-22-3211 ☎8:30~11:00(受診料により異なる)  
◎土・日(受診料により異なる)



### アゴラマルシェ

「道の駅 八幡浜みなと」内にあり、旬のフルーツや野菜、魚介、肉類まで八幡浜の食材を豊富に集めた産直市。大きな石窯で焼くパンも人気。  
◎八幡浜市沖新田1584(八幡浜みなと内)  
☎0894-35-6565  
◎産直+物産販売スペース8:30~18時、フードコート9時~17時(16:30オーダーストップ)、石窯・パン工房8時~17時 ◎直売所無休、[フードコート・カフェ・パン屋]元旦



### (株)谷本蒲鋒店

#### 削りかまぼこ

蒸し上がったかまぼこを薄くのばして乾燥させ、さらに薄く削った保存食品。ご飯にふりかけたりおにぎりにまぶしたり、お酒のつまみにもいい。  
◎八幡浜市駅前1番 ☎0894-22-0266  
☎9:00~18:00 〆無休



### トロール市(昭和産直水産)

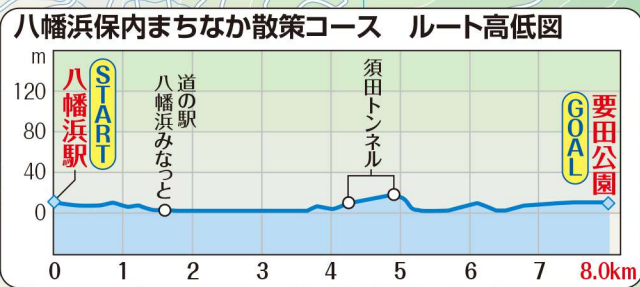
#### 八幡浜トロールバーガー

八幡浜唯一のトロール船を持つ「昭和産直」から誕生したバーガー。サクッと揚げたヨドフグを少しスパイシーなタルタル&カレーソースで。  
◎八幡浜市沖新田1582番3号 ☎0894-24-7711  
☎7:00~16:00(食事は11:00~14:00) 〆土曜日

### レンタサイクル

#### 道の駅 みなとオアシス 八幡浜みなと

☎0894-21-3710 ☎9:00~21:30  
◎年末年始(12月29日~1月3日)



#### 地図凡例

	コースルート		道の駅		宿泊施設
	ルートの危険区間		自転車店		温浴施設
	ルートの上り坂		レンタサイクル		絶景ポイント
	ルートの危険箇所		食事処		キャンプ場
			商店・土産店		駐車場
			トイレ		

スマホアプリで気軽に投稿!  
**愛媛マルゴト自転車道**  
 参加型サイクリングサイト

投稿された情報はFacebookに再発信!  
<https://www.facebook.com/ehimecycling>

マルゴト自転車道全26コースを地図や動画で詳しく紹介!  
<https://ehime-cycling.jp>

写真やオススメの情報を自由に投稿!  
 愛媛マルゴト自転車道 検索

### サイクリングのマナー

- 自転車は車道の左側を走るのが原則
- 歩道は歩行者優先、自転車は徐行
- 交通ルールを守る
- 交差点での一時停止、信号遵守
- ヘルメットを着用
- 「シェア・ザ・ロード」の精神で安全に!\*

\*「シェア・ザ・ロード」とは  
 歩行者・自転車・自動車等がお互いの立場を  
 思いやる気持を基本として道路を安全に共有すること

### ブルーライン

サイクリストを分かりやすく誘導するため車道の左端に青くひかれた「安心ナビ」。走行の目安になるように各起点都市からの距離やルートの方向が明示されています。

## №24 八幡浜保内まちなか散策コース

**METS(メッツ)を用いた消費カロリー算定式**  
 消費カロリー (kcal) = METs × 時間 × 体重 (kg)  
 サイクリングを行った際のおおよその消費カロリーを簡便に算定したものであり、目安です。

**消費カロリー** 6.8METs (16.1km/時 レジスター・ゆっくり、楽な努力)・20 女性平均体重 51.6kg

**出典** 「改訂版「身体活動のメッツ(METS)表」(国立健康・栄養研究所)」「身長・体重の平均値、性・年次×年齢別(厚生統計要覧 平成26年度)」

【この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の2万5千分の1地形図を使用した。(承認番号 平27四使 第31号)】

この区間は、交通量多く、路肩狭い。交通量によっては歩道を走行

名物の「八幡浜ちゃんぽん」は市内50軒以上のお店で味わえる

三好自転車 (9:00~18:00 日曜・祝日休)

竹家旅館

パンメゾン

レストラン北浜

八幡濱まちなかミュージアム

ホテル八幡浜

スーパー

ホテルせと

ポートサイド

みゆん (菓工房後藤)

千丈川

五反田川

江戸岡

八幡浜署

ちゅうちゅう

八幡浜港

フェリー発着所

みなと交流館

アゴラマルシェ

Café Chou Chou

トロール市(昭和水産直売所)

大島へ

別府・白杵へ

市立八幡浜総合病院

岡本ガス倉庫前の三叉路を左折

地鶏のごちそう (いなほ農園の媛っこ地鶏)

道幅狭くなる。途中、突然コンクリートの路肩が現れたりするので注意

信号のない右折。車に注意

道なりに直進。道幅狭くなり、三叉路に見える

トンネル出口側に段差あり

上り方面の路肩狭い。下り側は路肩広く、自転車走行可能

道幅せまい。左折車に注意

谷本蒲鉾店 じゃこ天製造体験工房「できるん」 (9:00~18:00 火曜・年末年始休)

(株)谷本蒲鉾店

八幡浜大神宮

八幡浜駅

丸栄商会