

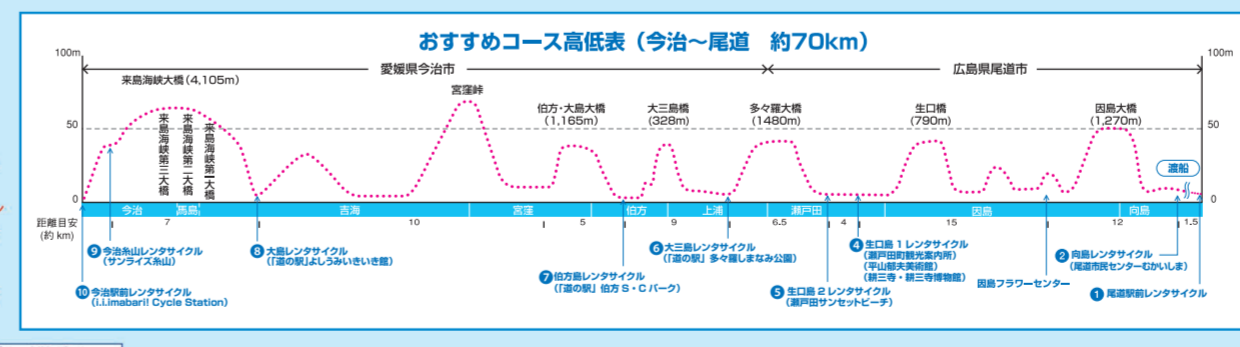


- 凡例**
- ブルーライン (瀬戸内しまなみ海道)
  - ブルーライン (外周コースなど)
  - 安芸灘とびしま海道
  - ゆめしま海道
  - 高速道路
  - 国道
  - 主要地方道・県道
  - 一般道路
  - 幹線
- バス停 (バス停のみの表示)  
市役所または町役場  
市役所または町役場の各支所  
警察署・交番  
総合病院  
福祉センター  
レンタサイクルターミナル  
キャンプ場  
海水浴場  
トイレ  
ビューポイント  
コンビニエンスストア (島内のみ)  
勾配 5%未満  
勾配 10%未満  
勾配 15%未満  
勾配 15%以上

**航路情報**

- 瀬戸内クルージング**  
【快速船】尾道～瀬戸田  
TEL 0848-36-6113
- 芸予汽船**  
【快速船】今治～芸予諸島～因島 (土生)  
TEL 0898-32-6712
- 大三島ブルーライン**  
【快速船】今治～大三島～大浦上島～開聞  
TEL 0898-32-6713
- 今治市せきせん渡船**  
【快速船】フェリー今治～開聞  
TEL 0897-88-2252
- くるしま**  
【フェリー】波止港～来島～小島～馬島  
TEL 0898-41-8425

※地図上へは航路名を番号で表記しています。



**1 尾道市街地周辺図** ■新尾道大橋:546m ■尾道大橋:385m

1 駅前渡船出入口 (尾道駅前)  
2 駅前渡船出入口 (向島)

**2 因島大橋 1,270m** しまなみ海道の橋では唯一、自動車道の下に自転車・歩行者道がある。

3 因島大橋出入口 (向島)  
4 因島大橋出入口 (因島)

**3 生口橋 790m** 鳥が羽を広げようという美しい斜張橋の上を爽快に走ろう。

5 生口橋出入口 (因島)  
6 生口橋出入口 (生口島)

**4 多々羅大橋 1,480m** 国内最長の斜張橋。橋の形状が直線的なので走行が楽。主塔付近で手をたいたいて、「鳴き龍」を共鳴させてみよう。

7 多々羅大橋出入口 (生口島)  
8 多々羅大橋出入口 (大三島)

**5 大三島橋 328m** 大三島橋はしまなみ海道で最初に完成した橋。橋上の自歩道は勾配もゆるく、幅も広く走りやすい。

9 大三島橋出入口 (大三島)  
10 大三島橋出入口 (伯方島)

**6 伯方・大島大橋 1,165m** 途中の無人島 見近島に立ち寄り、静かに潮流の音を聞きながら休憩することができる。

11 伯方・大島大橋出入口 (伯方島)  
12 伯方・大島大橋出入口 (大島)

**7 来島海峡大橋 4,105m** 全長約4kmにも及ぶ世界初の三連吊り橋。日本三大美瀬の一つである来島海峡の絶景を楽しみながら走ろう。橋上では風を受けやすいので、走行注意。

13 来島海峡大橋出入口 (大島)  
14 来島海峡大橋出入口 (今治)

# 瀬戸内しまなみ海道 サイクリングマップ



## しまなみレンタサイクルのご案内

### レンタサイクルターミナル

しまなみレンタサイクルは、広島県、愛媛県内の全てのターミナルで乗捨てが可能です。(※タンDEM自転車を除く)

場所	ターミナル名	ターミナル営業時間	住所	最寄りの島内バス停・港
広島県	尾道 ①尾道駅前レンタサイクル	8:00~19:00 ※(12月~2月)8:00~18:00	尾道市東御所町1-10	JR尾道駅・尾道港
	向島 ②向島レンタサイクル(尾道市民センターむかいしま)	9:00~17:00	尾道市向島町5531-1	尾道学園前バス停・フェリー乗り場
	因島 ③因島レンタサイクル(尾道市営中央駐車場)	9:00~17:00	尾道市因島土生町1899-31	土生港前バス停・土生港
	生口島 ④生口島1レンタサイクル(瀬戸田町観光案内所)	9:00~17:00	尾道市瀬戸田町沢200-5	耕三寺バス停・瀬戸田港
	生口島 ⑤生口島2レンタサイクル(瀬戸田サンセットビーチ)	9:00~17:00	尾道市瀬戸田町垂水1506-15	サンセットビーチ入口バス停
愛媛県	大三島 ⑥大三島レンタサイクル(道の駅「多々羅しまなみ公園」)	9:00~17:00	今治市上浦町井口9180-2	大三島BS・井口港
	伯方島 ⑦伯方島レンタサイクル(道の駅「伯方S・Cパーク」)	9:00~17:00	今治市伯方町叶浦甲1668-1	伯方島BS・木浦(伯方)港
	大島 ⑧大島レンタサイクル(道の駅「ようみいきき館」)	9:00~17:00	今治市吉海町名4520-2	下田水港バス停・下田水港
	今治 ⑨今治系山レンタサイクル(サンライズ系山)	8:00~19:00 ※(12月~2月)8:00~18:00	今治市砂場町2-8-1	展望台入口バス停・今治港
	今治 ⑩今治駅前レンタサイクル(i.i.imabari! Cycle Station)	8:00~19:00 ※(12月~2月)8:00~18:00	今治市北宝来町2丁目甲773-8	今治駅バス停・今治港

【今治市内の乗捨てポイント】  
●指定の旅館・ホテル(貸出しはできませんが、宿泊者のみ乗捨てが可能です。)

※ターミナルは地図上には番号で表記しています。  
※レンタサイクルターミナルは、場所や営業時間などが変更になる場合がありますのでご利用の際はあらかじめご確認ください。  
※①~⑩で借りたレンタサイクルは上記以外へ乗捨てできません。

### レンタサイクルのご利用について

利用料金	貸出料金
大人	1日 3,000円
子ども(小学生以下)	1日 1,000円
電動アシスト自転車	1日 4,000円
E-BIKE	1日 8,000円
タンDEM自転車	1日 4,000円

※Eバイクは①尾道駅前レンタサイクル⑨今治系山レンタサイクル⑩今治駅前レンタサイクルに配置しています。  
※タンDEM自転車は乗捨てできません。また、配置のないターミナルもあります。  
※料金は改定する場合があります。

## 緊急の事故の場合

### 事故が発生した場合

負傷者がいる場合はまず負傷者の救出、救急連絡先へ

しまなみレンタサイクルをご利用の方は尾道事務所まで連絡をお願いします。  
一般社団法人しまなみジャパン TEL.0848-22-3911

病院のご案内について  
最寄りの病院、救急病院のお問合せは、貸出ターミナル(営業時間内)または下記へご連絡ください。

休日・夜間の病院連絡先(音声案内)  
広島県 0120-169901  
愛媛県 0898-32-3300

日本全国AEDマップ  
最寄りのAED設置場所はこちらのHPで検索できます。

## 瀬戸内しまなみ海道 Location Marker

瀬戸内しまなみ海道 Location Markerとは、しまなみ海道サイクリングルートの中で目印となる施設等が少なくないルート上に、各島の地点距離を500m間隔で記した表示板です。警察・消防・レンタサイクル事業者とも連携していますので、緊急時やトラブル発生時の場所を伝える時などに便利です。 ※海側の緑石上、護岸、ガードレール等に設置されています。

## 自転車が故障した場合

### しまなみ島走レスキュー

自転車のパンクや故障などのトラブルに、地元の自転車店やタクシー会社などが修理のお手伝いやタクシーによる搬送など、状況に合わせて対応してくれます。レスキューポイントやレスキュータクシーの詳細はHPでチェック!

tousou-rescue.com しまなみ島走レスキュー 検索

## 自転車チューブが買える自動販売機(24時間365日稼働中)

設置場所	販売チューブ
【今治市】サンライズ系山(今治市砂場町2-8-1)	・700×18~23C 仏式48mm ・700×18~23C 仏式60mm ・700×27~31C 仏式48mm
【大三島】「道の駅」多々羅しまなみ公園(今治市上浦町9180-2)	

## サイクルオアシス

### しまなみサイクルオアシス

サイクリング中に気軽に立ち寄り、休憩や地域住民との交流が図ることができる「おもてなしの場」として、しまなみ沿線の施設を整備されています。 <http://www.cycle-oasis.com/index.html>

### コンビニサイクルオアシス

しまなみ海道沿線のコンビニエンスストアが、コンビニサイクルオアシスとして24時間365日サイクリストの受け入れを行っています。 <https://www.notteru-ehime.jp/cycleoasis>

## コインロッカー・シャワー・温泉情報

### コインロッカー

地域	場所	利用可能時間
広島県	尾道 JR尾道駅	4:30~24:15
	尾道 ONOMICHI U2北隣	終日
	尾道 尾道港海ビル	6:40~19:00
	因島 土生港海ビル1F	6:00~19:00
	因島 尾道市営中央駐車場1F	終日
生口島	瀬戸田港	6:20~21:05
	瀬戸田町観光案内所	9:00~17:00
大三島	瀬戸田サンセットビーチ	終日
	「道の駅」しまなみの駅御島	8:30~17:00
愛媛県	伯方島 「道の駅」伯方S・Cパーク	終日
	大島 「道の駅」ようみいきき館	終日
	今治 サンライズ系山	7:00~20:00
上島 JR今治駅	終日	
上島 岩城島 岩城港	7:00~19:30	

### シャワー

地域	場所	料金	利用可能時間
広島県	尾道 ONOMICHI U2北隣	5分/100円	7:00~21:30
大三島	「道の駅」しまなみの駅御島	30分/200円	8:30~16:30
	サンライズ系山	1回/500円	3月~11月 8:00~19:00 12月~2月 8:00~18:00
今治	今治駅前レンタサイクル	1回/500円	3月~11月 8:00~19:00 12月~2月 8:00~18:00
	今治駅前レンタサイクル	1回/500円	3月~11月 8:00~19:00 12月~2月 8:00~18:00
上島	岩城島 西部海水浴場	3分/100円	7月~8月 8:30~18:00 9月~6月 8:30~17:00
	弓削島 松原海水浴場	3分/100円	7月~8月 8:30~18:00 9月~6月 8:30~17:00
上島	ゆけ海の駅舎「ふらっと」	3分/100円	24H

### 温泉・温浴施設

地域	場所	住所	問い合わせ先
広島県	尾道 尾道みなと館	尾道市久保1-3-36	0848-20-8222
	向島 旅館 河野温泉	尾道市向島町843-6	0848-44-1242
大三島	海洋温泉施設マレグラッパ大三島	今治市大三島町宮浦5902	0897-82-0100
	今治 しまなみ温泉喜助の湯	今治市中日吉町1-2-30	0898-22-0026
愛媛県	海水浴温浴施設・瀬潮	越智郡上島町弓削1907-1	0897-74-0808
	インランドシャワーリゾートフェスタ	越智郡上島町弓削日287	0897-77-2200

## 瀬戸内しまなみ海道情報

### サイクリング推奨ルートは約70km

広島県尾道市と愛媛県今治市の間の瀬戸内海に浮かぶ島々を7つの橋でつなぐルートで、「サイクリストの聖地」として国内外のサイクリストが自転車で島旅を楽しんでいます。

瀬戸内しまなみ海道沿線の観光情報・交通機関等の詳細情報は、一般社団法人しまなみジャパンHPをご覧ください。

## 安全にサイクリングを楽しむために

- SHARE THE ROAD**  
自転車は軽車両! 車道の左側を1列で走行しましょう。  
※注「白道」指定された歩道については、自転車も歩道を通ることができませんが、原則、歩行者優先のため後行して通行してください。
- スピードを抑えて走行**  
島内道路は、地域の方に配慮しスピードを抑えて走行しましょう。
- ヘルメットの着用**  
ご自身の安全のため、ヘルメットを着用しましょう。
- 走行前の自転車チェック**  
タイヤの空気圧やブレーキ、各種ネジの緩みなどを確認しましょう!
- その他**  
地域の方に笑顔であいさつし交流を深めましょう。あいさつすることで、自転車で走行していることを周囲に知らせることにつながります。

## 観光情報のお問合せ

- 一般社団法人尾道観光協会 TEL 0848-36-5495
- 今治地方観光情報センター(今治市) TEL 0898-36-1118
- 上島町観光協会 TEL 0897-72-9277
- 今治市観光課 Facebook
- 一般社団法人因島観光協会 TEL 0845-26-6111

## 一般社団法人しまなみジャパン 尾道事務所

尾道市東御所町1番10号 TEL 0848-22-4073

### しまなみ海道サイクリングムービー配信!

① スマホ無料アプリ COCOAR をダウンロード。  
② アプリを起動し、表紙の橋の写真にカメラをかざす。  
③ 「ピロリ」と認識音がするとムービーが見られるよ!

iPhone用 Android用

## 「瀬戸内しまなみ海道」×台湾「日月潭」

「瀬戸内しまなみ海道サイクリングコース」と台湾の「日月潭サイクリングコース」は、2014年に姉妹自転車道の協定を結びました。この協定と同年に開催された国際サイクリング大会「サイクリングしまなみ」を記念して、重点「道の駅」多々羅しまなみ公園(今治市大三島)内には、「サイクリストの聖地碑」が設置されています。

## ゆめしま海道情報

瀬戸内海のほぼ中央にある愛媛県越智郡上島町の「弓削島」・「佐島」・「生名島」・「岩城島」をつなぐ海道で、瀬戸内しまなみ海道沿線からアクセスが可能です。

※詳細は、上島町観光HPをご覧ください。

## サイクリングを目的に上島町を訪れる場合、上島町への行き帰りの船で自転車料金が無料になる「かみじまサイクルフリー券」がオススメです。(2026.3.31まで)

## 上島町観光ホームページ

場所	ターミナル名	営業時間	住所・連絡先
上島町	弓削 ①せとうち交流館	8:30~17:15	上島町弓削下町1037-2 0897-72-9277
	生名 ②立石港務所	8:30~17:15	上島町生名2111-4 0897-76-2224
岩城島	③岩城観光センター	8:30~17:15	上島町岩城1427-2 0897-75-3277
	魚島 ④魚島観光センター	8:30~17:15	上島町魚島一番耕地1362-1 0897-78-0020

## 安芸灘とびしま海道情報

### サイクリング推奨ルートは約31km

広島県呉市と愛媛県今治市(岡村島)の間の島々をつなぐ7つの橋でつなぐルートで、江戸時代の面影を残す町並み「御手洗」(重要伝統的建造物群保存地区)をはじめとする自然豊かな環境を堪能できます。

安芸灘とびしま海道連携推進協議会  
事務局(呉市東浜市民センター) TEL 0823-68-2211

呉市観光ホームページ  
TEL 0823-25-3309(呉市観光振興課)  
TEL 0823-23-7845(くれ観光情報プラザ)

## サイクリングコース

※所要時間は平均走行時速15kmとした場合の時間です。休憩時間・交通渋滞等の道路事情は含まれていません。

### No.1 ブルーラインコース

難易度: ★★

ポイント  
ブルーラインに沿ってしまなみ海道を走りきる推奨コース。島から島へと橋上のサイクリングを楽しめ、道の駅などをめぐってグルメを満喫できる。

コース  
①尾道港⇨②市民センターむかいしま⇨③因島アメニティ公園しまなみビーチ⇨④瀬戸田サンセットビーチ⇨⑤「道の駅」多々羅しまなみ公園⇨⑥「道の駅」伯方S・Cパーク⇨⑦「道の駅」ようみいきき館⇨⑧サンライズ系山

距離 約70km 所要時間 約5時間

### No.2 村上海賊コース

難易度: ★★

ポイント  
戦国時代、瀬戸内の海原を自在に駆けめぐった村上海賊。日本で唯一の水軍城型資料館や海賊ミュージアムをめぐり、因島水軍城や村上海賊ミュージアムでは村上海賊の武器、遺品、古文書などの歴史資料が展示されており、村上海賊ミュージアムのすぐ近くには、能島村上海賊の本拠地「能島」の周辺をめぐる潮流体験の船もある。

コース  
①尾道港⇨②因島水軍城⇨③「道の駅」多々羅しまなみ公園⇨④村上海賊ミュージアム⇨⑤サンライズ系山

距離 約77km 所要時間 約5時間

### No.3 絶景のマウンテンコース

難易度: ★★

ポイント  
ブルーラインコース(約70km)の走行では物足りない、そんな強者におすすめのチャレンジコース。アップダウンの激しい因島水軍スカイライン、標高約300mの亀老山(きろう山)を上りければ、しまなみ海道屈指の絶景に出会える。

コース  
①尾道港⇨②因島水軍スカイライン⇨③瀬戸田サンセットビーチ⇨④「道の駅」多々羅しまなみ公園⇨⑤「道の駅」伯方S・Cパーク⇨⑥亀老山展望公園⇨⑦サンライズ系山

距離 約85km 所要時間 約6時間

### No.4 よしうみバラ公園コース

難易度: ★

ポイント  
しまなみ海道をちよこつとサイクリングしてみたい人やファミリーにおすすめ。よしうみバラ公園までは、来島海峡大橋を望むのどかで美しい海岸線を走る。バラの見頃は5月中旬~6月上旬、10月中旬~11月上旬。バラ公園からの帰り道、海鮮パーベキューが楽しめる道の駅に立ち寄るのもよし。

コース  
①サンライズ系山⇨②よしうみバラ公園⇨③「道の駅」ようみいきき館⇨④サンライズ系山

距離 約25km 所要時間 約1時間30分

### No.5 生口島周遊コース

難易度: ★

ポイント  
尾道駅から船またはバスで復讐し、アップダウンの少ない生口島外周を巡るコース。途中で美術館や、スイーツを味わえるのも魅力。時間に余裕があれば、多々羅大橋を往復するのもgood!

コース  
①尾道駅前⇨(航路または路線バス)⇨②瀬戸田港⇨③平山都夫美術館⇨④耕三寺⇨⑤瀬戸田サンセットビーチ⇨⑥瀬戸田港⇨⑦瀬戸田港⇨⑧瀬戸田港⇨⑨瀬戸田港⇨⑩瀬戸田港⇨⑪瀬戸田港⇨⑫瀬戸田港⇨⑬瀬戸田港⇨⑭瀬戸田港⇨⑮瀬戸田港⇨⑯瀬戸田港⇨⑰瀬戸田港⇨⑱瀬戸田港⇨⑲瀬戸田港⇨⑳瀬戸田港⇨㉑瀬戸田港⇨㉒瀬戸田港⇨㉓瀬戸田港⇨㉔瀬戸田港⇨㉕瀬戸田港⇨㉖瀬戸田港⇨㉗瀬戸田港⇨㉘瀬戸田港⇨㉙瀬戸田港⇨㉚瀬戸田港⇨㉛瀬戸田港⇨㉜瀬戸田港⇨㉝瀬戸田港⇨㉞瀬戸田港⇨㉟瀬戸田港⇨㊱瀬戸田港⇨㊲瀬戸田港⇨㊳瀬戸田港⇨㊴瀬戸田港⇨㊵瀬戸田港⇨㊶瀬戸田港⇨㊷瀬戸田港⇨㊸瀬戸田港⇨㊹瀬戸田港⇨㊺瀬戸田港⇨㊻瀬戸田港⇨㊼瀬戸田港⇨㊽瀬戸田港⇨㊾瀬戸田港⇨㊿瀬戸田港

距離 約23km 所要時間 約1時間30分

### No.6 ゆめしま海道コース

難易度: ★★

ポイント  
船も乗れる、橋も走れる、トンネルも信号もない「サイクルアイランド」の上島町で、観光地とグルメを満喫できるコース。サイクリングの初心者やあらゆるコースを走破したサイクリストなどどんなにおすす。

コース  
①小瀬港⇨②祥雲寺⇨③西部海水浴場⇨④岩城港⇨⑤スボック公園⇨⑥サウンド波岡田⇨⑦生名港⇨⑧高浜八幡神社⇨⑨防波堤アート(天の花)⇨⑩フェスタ・松原海水浴場⇨⑪弓削港

距離 約31km 所要時間 約2時間

### No.1 ブルーラインコース

難易度: ★★

ポイント  
ブルーラインに沿ってしまなみ海道を走りきる推奨コース。島から島へと橋上のサイクリングを楽しめ、道の駅などをめぐってグルメを満喫できる。

コース  
①尾道港⇨②市民センターむかいしま⇨③因島アメニティ公園しまなみビーチ⇨④瀬戸田サンセットビーチ⇨⑤「道の駅」多々羅しまなみ公園⇨⑥「道の駅」伯方S・Cパーク⇨⑦「道の駅」ようみいきき館⇨⑧サンライズ系山

距離 約70km 所要時間 約5時間

### No.2 村上海賊コース

難易度: ★★

ポイント  
戦国時代、瀬戸内の海原を自在に駆けめぐった村上海賊。日本で唯一の水軍城型資料館や海賊ミュージアムをめぐり、因島水軍城や村上海賊ミュージアムでは村上海賊の武器、遺品、古文書などの歴史資料が展示されており、村上海賊ミュージアムのすぐ近くには、能島村上海賊の本拠地「能島」の周辺をめぐる潮流体験の船もある。

コース  
①尾道港⇨②因島水軍城⇨③「道の駅」多々羅しまなみ公園⇨④村上海賊ミュージアム⇨⑤サンライズ系山

距離 約77km 所要時間 約5時間

### No.3 絶景のマウンテンコース

難易度: ★★

ポイント  
ブルーラインコース(約70km)の走行では物足りない、そんな強者におすすめのチャレンジコース。アップダウンの激しい因島水軍スカイライン、標高約300mの亀老山(きろう山)を上りければ、しまなみ海道屈指の絶景に出会える。

コース  
①尾道港⇨②因島水軍スカイライン⇨③瀬戸田サンセットビーチ⇨④「道の駅」多々羅しまなみ公園⇨⑤「道の駅」伯方S・Cパーク⇨⑥亀老山展望公園⇨⑦サンライズ系山

距離 約85km 所要時間 約6時間

### No.4 よしうみバラ公園コース

難易度: ★

ポイント  
しまなみ海道をちよこつとサイクリングしてみたい人やファミリーにおすすめ。よしうみバラ公園までは、来島海峡大橋を望むのどかで美しい海岸線を走る。バラの見頃は5月中旬~6月上旬、10月中旬~11月上旬。バラ公園からの帰り道、海鮮パーベキューが楽しめる道の駅に立ち寄るのもよし。

コース  
①サンライズ系山⇨②よしうみバラ公園⇨③「道の駅」ようみいきき館⇨④サンライズ系山

距離 約25km 所要時間 約1時間30分

### No.5 生口島周遊コース

難易度: ★

ポイント  
尾道駅から船またはバスで復讐し、アップダウンの少ない生口島外周を巡るコース。途中で美術館や、スイーツを味わえるのも魅力。時間に余裕があれば、多々羅大橋を往復するのもgood!

コース  
①尾道駅前⇨(航路または路線バス)⇨②瀬戸田港⇨③平山都夫美術館⇨④耕三寺⇨⑤瀬戸田サンセットビーチ⇨⑥瀬戸田港⇨⑦瀬戸田港⇨⑧瀬戸田港⇨⑨瀬戸田港⇨⑩瀬戸田港⇨⑪瀬戸田港⇨⑫瀬戸田港⇨⑬瀬戸田港⇨⑭瀬戸田港⇨⑮瀬戸田港⇨⑯瀬戸田港⇨⑰瀬戸田港⇨⑱瀬戸田港⇨⑲瀬戸田港⇨⑳瀬戸田港⇨㉑瀬戸田港⇨㉒瀬戸田港⇨㉓瀬戸田港⇨㉔瀬戸田港⇨㉕瀬戸田港⇨㉖瀬戸田港⇨㉗瀬戸田港⇨㉘瀬戸田港⇨㉙瀬戸田港⇨㉚瀬戸田港⇨㉛瀬戸田港⇨㉜瀬戸田港⇨㉝瀬戸田港⇨㉞瀬戸田港⇨㉟瀬戸田港⇨㊱瀬戸田港⇨㊲瀬戸田港⇨㊳瀬戸田港⇨㊴瀬戸田港⇨㊵瀬戸田港⇨㊶瀬戸田港⇨㊷瀬戸田港⇨㊸瀬戸田港⇨㊹瀬戸田港⇨㊺瀬戸田港⇨㊻瀬戸田港⇨㊼瀬戸田港⇨㊽瀬戸田港⇨㊾瀬戸田港⇨㊿瀬戸田港

距離 約23km 所要時間 約1時間30分

### No.6 ゆめしま海道コース

難易度: ★★

ポイント  
船も乗れる、橋も走れる、トンネルも信号もない「サイクルアイランド」の上島町で、観光地とグルメを満喫できるコース。サイクリングの初心者やあらゆるコースを走破したサイクリストなどどんなにおすす。

コース  
①小瀬港⇨②祥雲寺⇨③西部海水浴場⇨④岩城港⇨⑤スボック公園⇨⑥サウンド波岡田⇨⑦生名港⇨⑧高浜八幡神社⇨⑨防波堤アート(天の花)⇨⑩フェスタ・松原海水浴場⇨⑪弓削港

距離 約31km 所要時間 約2時間