

START

1 日本橋

2 品川

4 神奈川

3 川崎

5 保土ヶ谷

6 戸塚

7 藤沢

8 平塚

9 大磯

10 小田原

11 箱根

12 三島

13 沼津

14 原

15 吉原

16 蒲原

17 由比

18 興津

19 江尻

20 府中

21 鞠子

22 岡部

23 藤枝

24 島田

25 金谷

26 日坂

27 掛川

28 袋井

29 見付

30 浜松

31 舞坂

32 新居

33 白須賀

34 二川

35 吉田

36 御油

37 赤坂

38 藤川

39 岡崎

40 池鯉鮒

41 鳴海

42 宮

43 桑名

44 四日市

45 石薬師

46 庄野

47 亀山

48 関

49 坂下

50 土山

51 水口

52 石部

53 草津

54 大津

55 京都

GOAL

毎日熱んで

東海道五十三次

を歩こう

元気の道は一步ずつ。
継続はちからなりです。
無理なく続けて、
毎日の健康習慣に。

◎飲んだ日は宿場の○をチェックや塗りつぶすなどして、
日本橋から京都を目指しましょう。

※冷蔵庫などに貼り、飲んだ日の記録としてご活用ください。

一カ月目を迎えました。
道中は残り約半分。ぜひ
この後もお続けください。

健康
祈願

東海道五十三次とは

江戸時代に江戸(日本橋)と京都(三条大橋)を結んだ東海道の53(起点、終点を含めると55)宿場のこと。道中は風光明媚な場所や名所旧跡が多く、かの歌川広重が日本橋から旅をしながら描いたと言われる浮世絵は特に有名です。

サントリーウエルネス
お客様センター

通話料無料



0120-333-310

サントリー

受付時間／9時～20時
(年末年始を除く毎日)

※携帯電話からご利用になれます。※電話番号はおかけ間違いのないようご確認ください。

<http://www.suntory-kenko.com/checksheet/>