



「歩く血管」 おへんろ健診  
コンシエールジュ道中記（写真集）

わたしたちは徳島赤十字病院・健診部を  
中心とした健診コンシェルジュのメンバーです！  
「歩く血管」おへんろ健診をはじめると  
あたって、みんなで「おへんろ歩き」を体験して  
きました。あいにく小雨でしたが、ガイドさんも  
一緒に心強いです。それでは、いざ出発っ！





さあ、病院を  
出発ー！



ちとせ橋



直心のガイド  
さんが同行



トイレはコンビニでも  
かりられます



へんろ道への道しるべが  
あちこちにありますが



これも道しるべ

ちょっと休憩～♪



古い道しるべに  
歴史を感じます



静かな住宅地を  
ぬけて行きます



赤い橋が見えました



山門をくぐって

ぬかるんだ山道  
足下に注意して...



第18番札所  
恩山寺に  
到着！



雨でも多くの  
参拝者がいました



手と口を浄め、線香をあげて  
お参りです



弘法大師





恩山寺を  
あとに



牛舎が  
ありました



牛舎の番犬  
くん？に見  
送られて



滑りやすい坂道は  
細心の注意で



なんとも神秘的な竹林！  
身も心も引き締まる感じです



立江の町中に入ると・・・  
目指す立江寺が見えてきました！



田畑のあぜ道  
も歩きへんろ  
道です



工事現場の仮設トイレがおへん  
ろさんに開放されていました



第19番札所  
立江寺に到着！



参拝者がおじぎすると  
ハトもおじぎっ！？  
偶然か、芸達者なの  
か・・・ハットしました  
(笑)



弘法大師



しっかり歩いて、おなかもぺこぺこ  
寺の境内で、当院 栄養課特製  
おへんろ弁当に舌鼓！



立江寺をあとに  
して、病院へ





県道 120 号線沿  
いを病院へ向か  
います



八千代橋の上から  
小松島港が臨めます



小松島駅跡の  
ステーションパ  
ークを過ぎれば



たぬき広場を  
通り...



徳島赤十字病院が  
見えてきました！



ついに病院に到着  
おつかれさまでした～！





元気に病院へ帰ってきました。

みんな意外(笑)に健脚で、同行したガイドさんたちもびっくり。休憩しながら約十五キロの道のりを5時間程度で歩きました。しかし「歩きへんろ体験」はタイムを競うことや全行程を歩ききることが目的ではありません。大切なのは体調にあわせて様子を見ながら歩くことです。コースの途中でも中断できますので遠慮せずにおっしゃって下さい。万全の医療体制のバックアップの下で不安なく歩いていただくのが「歩く血管」おへんろ健診です。