

OSAKA
緑のウォーキングリレー2010

住吉区

第8回 コースマップ

コースDATA

3月6日(日)
集合/沢之町公園
受付/8:45~ START/9:30~
約10km

¥ 500円(中学生以下無料)
☎ 電話またはFAXにて受付。FAX申込の場合の明記事項/郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号・FAX番号をご記入の上、下記までお送りください。
問 (財)大阪市スポーツ・みどり振興協会 スポーツ企画担当
☎ 06-6586-3820 FAX 06-6586-3821
※電話対応は平日の午前9時~午後5時30分まで/FAXは24時間受付

歩く歴史家 北川央の
ここだけのワンポイント



★住吉神社寺跡の話

今年で鎮座1800年を迎える住吉大社は、底筒男命・中筒男命・表筒男命・神功皇后を祭神とし、第一~第四の本殿四棟は全て国宝に指定されていますが、明治維新までは神仏習合で、本社の北に神宮寺の伽藍がありました。この内、西塔一基は、四国八十八ヶ所第十番札所の切幡寺に移築されて現存し、重要文化財に指定されています。また、宝蔵に安置されていた五大菩薩像五幅は、いずれも縦3メートルを超える巨大な絵像ですが、こちらも移されて現在は高野山・普賢院の什物となっており、やはり重要文化財の指定を受けています。



※コースについて/当日の状況により変更する場合があります。

警察署・交番 郵便局 消防署 小・中学校 高等学校 保健福祉センター 病院 市・区役所 神社 寺 区境線 市境線
標準コース トイレ 水辺・水面 公園・緑地・風致地区 特色ある街路樹・緑道

水都大阪への旅でああなたの健康への第1歩を

OSAKAウォーク&クルーズ in 中之島

— 文明開「花」の風によって桜をかなで —

ウォーキングと水上バスクルーズで「水の都・大阪」を満喫していただくイベントです。水と歴史のまち中之島をめぐる、健康な「からだところ」への第一歩を踏み出しましょう! プラスαとして、健康問題を考えていただく「健康ウォーキング講座」も開催します。

○ウォーキング(中之島ゴールデンルートを楽しむ)

中之島の西の端から大阪湾を眺め、東の端から生駒山を望み「海の御堂筋」を満喫しながら、中之島の文化や歴史に触れてウォーキングを楽しめます。

○クルーズ(中之島コース・大川コース)

歴史のまち中之島を角度を変えて、水面からもう一度景色と桜を堪能してください。大川の日本一と言われる水面にきらめく桜を見て心も体も健康になりましょう。



日 3月26日(土)

時 第1回目 10:00スタート/第2回目 11:00スタート/第3回目 13:00スタート
第4回目 14:00スタート/第5回目 15:00スタート

クルーズ ●中之島コース(中之島コースポート~中之島~中之島コースポート)

●大川コース(八軒家浜~大川・毛馬桜之宮公園~八軒家浜)

員 各140名(中之島コース40名・大川コース100名)

¥ 2,500円(乗船代、傷害保険料等含む) 15歳以上

主催/ (財)大阪市スポーツ・みどり振興協会、水辺のまちづくり企画推進委員会
大阪水上バス(株)、(財)大阪21世紀協会、中之島高速鉄道(株)

協力協賛/ 大阪市信用金庫 協賛/ 京阪電気鉄道(株)

協力/ (社)日本ウォーキング協会近畿本部、大阪シークルーズ推進協議会

後援/ 大阪市、大阪商工会議所

官製はがきに①代表者氏名、②住所、③連絡先、④年齢、⑤ご希望スタート時間、⑥ご希望クルーズコース、⑦健康講座希望の有無をご記入ください。
※1枚のはがきで3名までお申込が可能です。その場合、代表者の氏名、参加者全員の氏名・年齢をご記入ください。

3月15日必着(参加者多数の場合は抽選となります)
※締切後、ご案内状等を送付させていただきます。

申込・問合せ先

(財)大阪市スポーツ・みどり振興協会 スポーツ企画担当「ウォーキング」係

T 550-0023 大阪市西区千代崎3-2-1 京セラドーム大阪8階 ☎ 06-6586-3820 FAX 06-6586-3821

同時開催イベント 健康ウォーキング講座

健康とウォーキングのスペシャリストを迎えて講座を開講します。
ウォーキング&クルーズ参加者の希望者のみ無料にてご参加いただけます。

時 1回目 10:00~11:30(午後のウォーキングにご参加可能)
2回目 14:00~15:30(午前のウォーキングにご参加可能)

場 大阪市信用金庫本店大ホール(大阪市中央区北浜)

講師

大阪ガス(株) 健康開発センター
統括産業医 岡田邦夫氏(1回目)



北野病院心臓センター
心臓リハビリテーション指導士 田中希氏(2回目)



(社)日本ウォーキング協会

近畿本部事務局長 稲垣高子氏(1・2回目)

