

体力UP! ストレス発散!

健康ウォーク

コスモス咲く長寿道を歩こう

その他5コース

秋風に誘われて、智恵の仏「安倍文殊院」と花の寺「おふさ観音」を巡ります。二つの古刹を結ぶルートは古来、延命長寿を願掛けしたことから“長寿道”といわれています。藤原宮跡では、一面に咲き誇るコスモスを楽しみましょう。歩きやすい道のりです。ぜひご参加ください。



- 主 催 大阪ウォーキング連合
- 後 援 一般財団法人 大阪府社会保険協会
- 参 加 資 格 大阪府内の年金事務所(日本年金機構)または全国健康保険協会大阪支部で厚生年金保険・健康保険の適用を受けている事業所に勤務されている方(健康保険組合も含みます)
※ただし、小学生以下は保護者同伴で完歩できる方に限ります。
参加申込書(コピー可)に記載のうえ、当日受付にご提出ください。
【持参されないと有料(500円)になりますのでご注意ください】

●開催日・コース・集合場所・時間

開催日	曜日	行事名	概略コース	距離	集合場所	集合時間	参加費
10月18日	土	コスモス咲く長寿道を歩こう	桜井駅→安倍文殊院→藤原宮跡(コスモス)→おふさ観音→JR/畝傍駅	11km	JR/万葉まほろば線 桜井駅	10:00	無料
11月9日	日	日本最古のダムを見る (水面のある風景)	泉ヶ丘駅→大蓮公園→晴美公園→狭山池→金剛中央公園→近鉄/富田林西口駅	14km	南海/泉北線 泉ヶ丘駅	9:30	300円
11月22日	土	紅葉の長岡京を満喫	長岡京駅→長岡宮跡→向日神社→光明寺→西山公園→走田神社→長岡天満宮→JR/長岡京駅	11km	JR/京都線 長岡京駅	10:00	300円
11月30日	日	春日山原始林から若草山 《山コース》	奈良駅→春日大社→春日若宮神社→若草山→鶯塚古墳→北ゲート→JR/奈良駅 (入山料必要)	17km	JR/大和路線 奈良駅	9:00	300円
12月7日	日	新名神高速はいつ開通? (工事の進捗を見に行こう)	長尾駅→荒坂池→枚方市立北山公園→中の池公園運動広場→京阪枚野駅→阪今池公園→穂谷川沿い→山田池公園→JR/藤阪駅	14km	JR/学研都市線 長尾駅	9:30	300円
12月20日	土	師走の大阪を歩く	森之宮公園→難波宮跡→大手門→大阪城天守閣前→大阪天満宮→大阪アメニティパーク→JR/大阪城公園駅	10km	森之宮公園 (JR/森ノ宮駅)	10:00	300円

●携 行 品 弁当・水筒・雨具のほか歩きやすい服装

○参加費の領収書は発行いたしませんのでご了承ください。
○解散時間は午後2時頃

開催のお問い合わせ先(事前・当日)

大阪ウォーキング連合 電話 072-891-7200

【当日以外のお問い合わせ 電話:平日10時~16時(水曜日を除く)】

メール:owu@osaka-walking.jp

申し込みに関する お問い合わせ先

(一財)大阪府社会保険協会
電話 06-6786-8435

キリトリ線

大阪府社会保険協会「健康ウォーク」 参加申込書(コピー可)

■参加日(○を付けてください)

10/18(土)・11/9(日)・11/22(土)・11/30(日)・12/7(日)・12/20(土)

※注意 10/18(土)分は参加費無料。

その他は参加費300円(通常500円)が必要となります。

参加費は当日、参加申込書と合わせてご持参ください。

ふりがな 氏名(代表者)		男・女	歳	氏 名		男・女	歳
氏 名		男・女	歳	氏 名		男・女	歳
氏 名		男・女	歳	氏 名		男・女	歳
代表者勤務先名称 ※必須	電話番号 ()						
勤 務 先 住 所	〒	—		会員番号(7- -)			
				非会員・不明			

※この申込書にご記入いただきました個人情報は、本事業の運営およびそれに関するご連絡・ご案内以外には使用いたしません。

主 催 大阪ウォーキング連合 後 援 一般財団法人 大阪府社会保険協会