

第22回

クリーン&歴史ウォーク



クリーン&歴史ウォーク
キャラクター

“美しい街づくりに参加しながら…この地の歴史に想いを馳せて！”

内 容：地域美化活動・健康ウォーク

実 施 日：平成27年11月15日（日）※小雨決行（荒天中止）

参加人数：先着100名（予定）

対 象 者：小学生以上（ご家族での参加大歓迎！）

参 加 費：無料（お飲物プレゼント）

集 合：〈場所〉エコール・マミ南館1F ふるさと広場

〈受付〉当日 9:00～

〈出発〉9:30 〈解散〉12:00頃



新山古墳

正しい歩き方で元気に！！
健康ウォーキングレッスン開催！

- ・開始前のストレッチとコースを歩きながらの指導
- ・運動の注意点やポイントなど日ごろのウォーキングに役立つお話
- ・休憩時に健康体操（疲労が出てきた体をほぐす運動指導など）

【講師】 畿央大学健康科学部 理学療法学科助教
松本 大輔（理学療法士）

クイズ大会開催！
この地の歴史についての〇×クイズですので
楽しみながら学べます。



コース：約5km（所要時間：約2.5時間）

●ご注意●

- ・当方にて、資料・ゴミ袋等をご用意いたします。
- ・当日は、歩きやすい靴・服装にてご参加願います。
- ・参加中の事故については、各自の責任で十分注意して下さい。
- ・小学生は保護者の方と一緒にご参加下さい。

●申込方法●

エコール・マミ tel: 0745-55-7770 へ電話申込み
または、北館1Fインフォメーションにてお申込みください。
なお、当日に集合場所のふるさと広場でも直接申込みできます。

主催：クリーン&歴史ウォーク実行委員会
後援：畿央大学、広陵町教育委員会、香芝市教育委員会、
独立行政法人都市再生機構西日本支社

協力：畿央大学学生、広陵古文化会、ふたかみ史遊会
協賛：(株)関西都市居住サービス エコール・マミ営業所