



# クリーン&



クリーン&歴史ウォーク  
キャラクター

# 歴史ウォーク

“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29年11月25日(土)※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〉12:30頃



三吉石塚古墳



牧野古墳



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。

正しい歩き方で元気に！！  
健康ウォーキングレッスンを開催！

・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)

エコール・マミ  
集合説明

清掃活動

三吉石塚古墳

清掃活動

牧野古墳  
健康体操  
クイズ大会

清掃活動

エコール・マミ  
ゴール

コース：約5.5km (所要時間：約3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。

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

## ●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。

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