

第27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30年4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〉12:30頃



上牧久渡古墳群



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)



●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、
上牧町教育委員会、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
協賛：(株)関西都市居住サービス エコール・マミ営業所