

- 1 住みよいまちを力を合わせつくりましょう
- 1 きれいな緑と水と空を守りましょう
- 1 働くよこびと心のふれあいを大切にしましょう
- 1 すぐれた教育と文化を育てましょう
- 1 明るいくらしと福祉のまちをきざきましょう

健康へ第1歩

七つのウォーキングコースへ

市民のみなさんが日頃歩いている散歩道として、推薦されたものから、地域バランスなどを考え、「おすすめのウォーキングコース」として無理なく歩ける7コースを紹介します。柔らかな春風の中を、ご家族やお友達と歩かれてはいかがでしょうか。

■①物集女竹林公園コース■



概要 物集女公民館-主池-竹林公園-物集女新配水池-第2回生病院-物集女公民館

おすすめ 竹林のなかを爽やかな気分で、ウォーキングを楽しもう(竹林通り)いろんな竹をみて、リフレッシュしよう(竹林公園)※昼間のコース

延長(歩数) 3.2km(約4,600歩)

所要時間 約40分

推薦 高山秀之さん(物集女町) 岡本洋子さん(寺戸町)

■②物集女車塚古墳コース■



概要 物集女公民館-第2向陽小学校-車塚古墳-第4向陽小学校-石田-物集女公民館

おすすめ 西に西ノ岡丘陵のきれいな山並みをみながら歩こう(第4向陽小学校から石田にかけて)車塚古墳でひと休みして、古代のロマンを感じよう(春・秋石室一般公開)

延長(歩数) 3.2km(約4,600歩)

所要時間 約40分

推薦 土口美代子さん(寺戸町)

■④向日神社コース■



概要 向日神社-西国街道(野辺坂)-梅の木(酒屋)-殿長(コンビニ)-南垣内市営住宅-はり湖池-市役所西別館-向日台-向日神社

おすすめ 向日神社の表参道・裏参道を通るコースで、春はきれいな桜をみながら歩こう、はり湖池でひと休みしてみよう

延長(歩数) 2.8km(約4,000歩)

所要時間 約35分

推薦 高木重子さん(寺戸町) 西村 明さん(寺戸町)

■⑤歴史の道コース■



概要 上植野公民館-桜の径-阪急西向日駅-西国街道(御塔道)-歴史の道(下川原)-イトーピア前-上植野公民館

おすすめ 阪急西向日駅周辺住宅地の桜並木が美しい。古い家並みが立ち並び、当時の西国街道の面影を残している下川原周辺を歩こう

延長(歩数) 2.5km(約3,600歩)

所要時間 約30分

推薦 保坂美都利さん(上植野町)

■⑥大極殿築地跡コース■



概要 鶏冠井公民館-鶏冠井かしの木公園-番田道-堀ノ内-北小路-桜の径-噴水公園-築地跡-鶏冠井公民館

おすすめ 美しい住宅街を歩き、歴史とロマンを味わってください(桜の径)健康づくり器具で遊ぼう(噴水公園)

延長(歩数) 3.0km(約4,300歩)

所要時間 約40分

推薦 藤崎利雄さん(向日町)

■③寺戸東コース■



概要 寺戸コミュニティセンター-蔵ノ町-八ノ坪児童公園-寺戸中学校-飛竜児童公園-寺戸コミュニティセンター

おすすめ 寺戸中学校の前のまっすぐな道をテンポをあげて、歩こう

延長(歩数) 2.5km(約3,600歩)

所要時間 約30分

■⑦東院の道コース■



概要 市民体育館-向陽苑-上植野浄水場-府道伏見向日線交差点-市民体育館

おすすめ 歴史のモニュメントをみながら歩こう(市民温水プール前)東院の道のライトアップが美しい(鬼瓦のモニュメント)テンポをあげて、直線コースを歩こう

延長(歩数) 2.6km(約3,700歩)

所要時間 約30分

推薦 木村啓子さん(寺戸町)