

## H 2 3 年度すまいるカレッジ「健康づくり講座」 報告書

講座名	ウォーキング(1) (陶器山コース)	回数	4 - B
日時	平成23年9月20日(火) 9:30～13:50		
場所	泉ヶ丘駅改札口 三原公園 晴美台センター晴美台小 帝塚山大 あまの街道 三都神社 槇塚台分岐 美樹の園 槇塚公園 泉ヶ丘		
講師	すまいるセンター 松弘理事		
参加人数	4名(B 1名 AB 3名) すまいるセンターサポーター6名 計10名		

### 講座概要 & 写真

#### 1)ウォーキング 1回目 陶器山コース

- 9:30 泉ヶ丘駅改札口集合 準備体操後スタート
- 11:50 途中、槇塚台高齢者生活支援住宅「美樹の園」施設見学
- 13:00 プールヴーにて昼食&歓談
- 13:50 解散



・本日のウォーキングは台風12号の影響で本日に振り返られた7/19に予定されていた陶器山コース  
 今回も台風15号の影響で開催が心配されたが、途中雨にあったものの無事終えることが出来た  
 あまの街道、三都神社への山道は悪天候のため足元が悪く、少々苦労した

あまの街道と表記された岩の前で全員記念撮影をする  
 道中、彼岸花など秋を感じる風景を見ながら



三都神社に立ち寄り、小休止したのち、槇塚台方面に向かう

槇塚台1丁の府営住宅を改装した「高齢者生活支援生活 美樹の園」を見学

美樹の園 衣笠様に施設の概要を説明していただいた後、施設を見学

その後、槇塚台レストランにも立ち寄り 本日の手作り弁当は売り切れであった

泉ヶ丘に到着後8人のメンバーでプールヴーに行き、昼食・喫茶、懇親をはかる



#### 2)配布資料

- ・高齢者生活支援住宅 美樹の園 案内書
- ・槇塚台レストランだより 2011年9月号

