

## H27年度すまいるカレッジ「健康づくり講座」報告書

<b>講座名</b>	第7回：ウォーキング(3)「さかい利晶の杜」&周辺散策	<b>回数</b>	7/10
<b>日時</b>	平成27年9月29日（火） 9：25～12：20		
<b>場所</b>	百舌鳥古墳群と利晶の杜周辺		
<b>講師</b>	堺観光ボランティア協会ガイド 2名		
<b>参加人数</b>	受講生 19名    サポーター 8名    合計27名		

### 講座概要

9：25 本日のスケジュールの説明

堺観光ボランティア協会ガイド2名の方を紹介

9：35 ストレッチ体操を行い、2組に分かれて出発



堺市市民広場 →→→→



反正天皇陵古墳 →→→→



方違神社 →→→→



けやき通り



→→ 登録有形文化財・旧天王貯水池



→→→→ 三国ヶ丘高校



→→→ 堺市市民広場(小休憩)



→→ 開口神社



→→→→ 山之口商店街



→→ 与謝野晶子生家跡



→→→→ 千利休屋敷跡

→→ さかい利晶の杜

次回のウォーキングの説明を行い解散



今回の講座は、比較的短い工程であったので無理なく歩け、気持ちの良いウォーキングでありました。

朝から晴天に恵まれウォーキング日和で、まさにすまいるカレッジのための空模様でした。

また、ボランティアガイドのお陰で、短距離ながら見学場所は充実していました。

### 配付資料

- ・堺観光ガイドブック
- ・第9回 「観心寺・延命寺ウォーキング」の案内資料