

## 2019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>	浅香山公園&大和川公園ウォーキング	<b>回数</b>	2/9
<b>日時</b>	R1年5月7日(火)		
<b>場所</b>	浅香山・大和川公園	<b>距離</b>	5 km
<b>講師</b>		<b>参加人数</b>	28名

### <行程>

JR浅香駅 ～～ 浅香山公園 ～～ 大和川公園(緑道) ～～ 境王子跡 ～～ 方違神社  
 ～～ 堺東駅

### <報告>

今年度1回目のウォーク、日ごろの行いが良かったせいか？朝から快晴に恵まれ、JR浅香駅前に集合、浅香公園で軽く準備体操をした後、大和川沿いの大和川公園に咲き誇っているつつじを眺めながらのウォーキング、公園端を左折して、そのまま南海高野線沿いの道を歩き、境王子跡前石碑場所を見学、小休憩を行い、方違神社までウォーキング、神社内で一同解散となった。そこからは、堺東駅まで帰る一部の方々と一緒に堺東駅前までウォーキングを継続した。

