

令和5年度 京田辺市介護予防事業

みんなで歩こうウォーキング



委託先：公益社団法人京田辺市シルバー人材センター

みんなで歩こうウォーキング実施内容

京田辺市の「水辺の散策路」を活用し、【歩くこと】で高齢者の介護予防につなげることを目的として、京田辺市シルバー人材センターの会員が引率役として、皆さんと一緒に歩きます。

【日程とルート】

日程等は別添をご参照ください。

※6月28日～9月4日は休止します。

【雨天の場合】

中止とします。

【記念品について】

参加回数 40回以上の方から抽選で50名の方に記念品をお渡しします。

全日程 80回です。

【ルート及び集合場所】

	ルート名	集合場所
1	馬坂川・防賀川 ふるさとの川ルート	近鉄新田辺駅東口
2	普賢寺川 いっぷくルート	近鉄興戸駅東口
3	普賢寺川 お茶どころルート	近鉄三山木駅
4	虚空蔵谷川 桜並木ルート	JR松井山手駅
5	虚空蔵谷川 歴史ルート	JR大住駅
6	手原川 一休みルート	JR京田辺駅西口
7	天津神川・馬坂川 木津川つつみルート	近鉄新田辺駅西口
8	遠藤川 おんごろどん・神楽ルート	近鉄三山木駅
9	防賀川 市の要ルート	近鉄興戸駅東口
10	普賢寺川 同志社ルート	近鉄興戸駅東口

※集合時間は午前8時45分です。

出発は午前9時からで、どのルートも約2時間程度です。

【持ち物など】

- ・飲料・タオルはご自身でご用意ください。
- ・歩きやすい服装でお越しください。

《連絡先》

公益社団法人京田辺市シルバー人材センター
電話 0774-64-8822

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和5年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
4月1日	土				
4月2日	日				
4月3日	月				
4月4日	火	普賢寺川 いっぷくルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
4月5日	水				
4月6日	木				
4月7日	金	虚空蔵谷川 歴史ルート	JR大住駅	午前8:45	午前9:00
4月8日	土				
4月9日	日				
4月10日	月				
4月11日	火	馬坂川・防賀川 ふるさとの川ルート	近鉄新田辺駅東口	午前8:45	午前9:00
4月12日	水				
4月13日	木				
4月14日	金	遠藤川 おんごろどん・神楽ルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
4月15日	土				
4月16日	日				
4月17日	月				
4月18日	火	防賀川 市の要ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
4月19日	水				
4月20日	木				
4月21日	金	手原川 一休みルート	JR京田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
4月22日	土				
4月23日	日				
4月24日	月				
4月25日	火	虚空蔵谷川 桜並木ルート	JR松井山手駅	午前8:45	午前9:00
4月26日	水				
4月27日	木				
4月28日	金	普賢寺川 同志社ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
4月29日	土				
4月30日	日				

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和5年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
5月1日	月				
5月2日	火	普賢寺川 お茶どころルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
5月3日	水				
5月4日	木				
5月5日	金				
5月6日	土				
5月7日	日				
5月8日	月				
5月9日	火	天津神川・馬坂川 木津川つつみルート	近鉄新田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
5月10日	水				
5月11日	木				
5月12日	金	普賢寺川 いっぷくルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
5月13日	土				
5月14日	日				
5月15日	月				
5月16日	火	虚空蔵谷川 歴史ルート	JR大住駅	午前8:45	午前9:00
5月17日	水				
5月18日	木				
5月19日	金	馬坂川・防賀川 ふるさとの川ルート	近鉄新田辺駅東口	午前8:45	午前9:00
5月20日	土				
5月21日	日				
5月22日	月				
5月23日	火	遠藤川 おんごろどん・神楽ルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
5月24日	水				
5月25日	木				
5月26日	金	防賀川 市の要ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
5月27日	土				
5月28日	日				
5月29日	月				
5月30日	火	手原川 一休みルート	JR京田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
5月31日	水				

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和5年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
6月1日	木				
6月2日	金	虚空蔵谷川 桜並木ルート	JR松井山手駅	午前8:45	午前9:00
6月3日	土				
6月4日	日				
6月5日	月				
6月6日	火	普賢寺川 同志社ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
6月7日	水				
6月8日	木				
6月9日	金	普賢寺川 お茶どころルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
6月10日	土				
6月11日	日				
6月12日	月				
6月13日	火	天津神川・馬坂川 木津川つつみルート	近鉄新田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
6月14日	水				
6月15日	木				
6月16日	金	普賢寺川 いっぷくルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
6月17日	土				
6月18日	日				
6月19日	月				
6月20日	火	虚空蔵谷川 歴史ルート	JR大住駅	午前8:45	午前9:00
6月21日	水				
6月22日	木				
6月23日	金	馬坂川・防賀川 ふるさとの川ルート	近鉄新田辺駅東口	午前8:45	午前9:00
6月24日	土				
6月25日	日				
6月26日	月				
6月27日	火	遠藤川 おんごろどん・神楽ルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
6月28日	水				
6月29日	木				
6月30日	金				

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和5年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
7月1日	土				
7月2日	日				
7月3日	月				
7月4日	火				
7月5日	水				
7月6日	木				
7月7日	金				
7月8日	土				
7月9日	日				
7月10日	月				
7月11日	火				
7月12日	水				
7月13日	木				
7月14日	金				
7月15日	土				
7月16日	日				
7月17日	月				
7月18日	火				
7月19日	水				
7月20日	木				
7月21日	金				
7月22日	土				
7月23日	日				
7月24日	月				
7月25日	火				
7月26日	水				
7月27日	木				
7月28日	金				
7月29日	土				
7月30日	日				
7月31日	月				

休止します。

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和5年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
8月1日	火				
8月2日	水				
8月3日	木				
8月4日	金				
8月5日	土				
8月6日	日				
8月7日	月				
8月8日	火				
8月9日	水				
8月10日	木				
8月11日	金				
8月12日	土				
8月13日	日				
8月14日	月				
8月15日	火				
8月16日	水				
8月17日	木				
8月18日	金				
8月19日	土				
8月20日	日				
8月21日	月				
8月22日	火				
8月23日	水				
8月24日	木				
8月25日	金				
8月26日	土				
8月27日	日				
8月28日	月				
8月29日	火				
8月30日	水				
8月31日	木				

休止します。

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和5年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
9月1日	金				
9月2日	土				
9月3日	日				
9月4日	月				
9月5日	火	防賀川 市の要ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
9月6日	水				
9月7日	木				
9月8日	金	手原川 一休みルート	JR京田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
9月9日	土				
9月10日	日				
9月11日	月				
9月12日	火	虚空蔵谷川 桜並木ルート	JR松井山手駅	午前8:45	午前9:00
9月13日	水				
9月14日	木				
9月15日	金	普賢寺川 同志社ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
9月16日	土				
9月17日	日				
9月18日	月				
9月19日	火	普賢寺川 お茶どころルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
9月20日	水				
9月21日	木				
9月22日	金	天津神川・馬坂川 木津川つつみルート	近鉄新田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
9月23日	土				
9月24日	日				
9月25日	月				
9月26日	火	普賢寺川 いっぷくルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
9月27日	水				
9月28日	木				
9月29日	金	虚空蔵谷川 歴史ルート	JR大住駅	午前8:45	午前9:00
9月30日	土				

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和5年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
10月1日	日				
10月2日	月				
10月3日	火	馬坂川・防賀川 ふるさとの川ルート	近鉄新田辺駅東口	午前8:45	午前9:00
10月4日	水				
10月5日	木				
10月6日	金	遠藤川 おんごろどん・神楽ルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
10月7日	土				
10月8日	日				
10月9日	月				
10月10日	火	防賀川 市の要ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
10月11日	水				
10月12日	木				
10月13日	金	手原川 一休みルート	JR京田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
10月14日	土				
10月15日	日				
10月16日	月				
10月17日	火	虚空蔵谷川 桜並木ルート	JR松井山手駅	午前8:45	午前9:00
10月18日	水				
10月19日	木				
10月20日	金	普賢寺川 同志社ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
10月21日	土				
10月22日	日				
10月23日	月				
10月24日	火	普賢寺川 お茶どころルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
10月25日	水				
10月26日	木				
10月27日	金	天津神川・馬坂川 木津川つつみルート	近鉄新田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
10月28日	土				
10月29日	日				
10月30日	月				
10月31日	火	普賢寺川 いっぷくルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和5年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
11月1日	水				
11月2日	木				
11月3日	金				
11月4日	土				
11月5日	日				
11月6日	月				
11月7日	火	虚空蔵谷川 歴史ルート	JR大住駅	午前8:45	午前9:00
11月8日	水				
11月9日	木				
11月10日	金	馬坂川・防賀川 ふるさとの川ルート	近鉄新田辺駅東口	午前8:45	午前9:00
11月11日	土				
11月12日	日				
11月13日	月				
11月14日	火	遠藤川 おんごろどん・神楽ルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
11月15日	水				
11月16日	木				
11月17日	金	防賀川 市の要ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
11月18日	土				
11月19日	日				
11月20日	月				
11月21日	火	手原川 一休みルート	JR京田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
11月22日	水				
11月23日	木				
11月24日	金	虚空蔵谷川 桜並木ルート	JR松井山手駅	午前8:45	午前9:00
11月25日	土				
11月26日	日				
11月27日	月				
11月28日	火	普賢寺川 同志社ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
11月29日	水				
11月30日	木				

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和5年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
12月1日	金	普賢寺川 お茶どころルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
12月2日	土				
12月3日	日				
12月4日	月				
12月5日	火	天津神川・馬坂川 木津川つつみルート	近鉄新田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
12月6日	水				
12月7日	木				
12月8日	金	普賢寺川 いっぷくルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
12月9日	土				
12月10日	日				
12月11日	月				
12月12日	火	虚空蔵谷川 歴史ルート	JR大住駅	午前8:45	午前9:00
12月13日	水				
12月14日	木				
12月15日	金	馬坂川・防賀川 ふるさとの川ルート	近鉄新田辺駅東口	午前8:45	午前9:00
12月16日	土				
12月17日	日				
12月18日	月				
12月19日	火	遠藤川 おんごろどん・神楽ルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
12月20日	水				
12月21日	木				
12月22日	金	防賀川 市の要ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
12月23日	土				
12月24日	日				
12月25日	月				
12月26日	火	手原川 一休みルート	JR京田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
12月27日	水				
12月28日	木				
12月29日	金				
12月30日	土				
12月31日	日				

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和5年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
1月1日	月				
1月2日	火				
1月3日	水				
1月4日	木				
1月5日	金	虚空蔵谷川 桜並木ルート	JR松井山手駅	午前8:45	午前9:00
1月6日	土				
1月7日	日				
1月8日	月				
1月9日	火	普賢寺川 同志社ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
1月10日	水				
1月11日	木				
1月12日	金	普賢寺川 お茶どころルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
1月13日	土				
1月14日	日				
1月15日	月				
1月16日	火	天津神川・馬坂川 木津川つつみルート	近鉄新田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
1月17日	水				
1月18日	木				
1月19日	金	普賢寺川 いっぷくルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
1月20日	土				
1月21日	日				
1月22日	月				
1月23日	火	虚空蔵谷川 歴史ルート	JR大住駅	午前8:45	午前9:00
1月24日	水				
1月25日	木				
1月26日	金	馬坂川・防賀川 ふるさとの川ルート	近鉄新田辺駅東口	午前8:45	午前9:00
1月27日	土				
1月28日	日				
1月29日	月				
1月30日	火	遠藤川 おんごろどん・神楽ルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
1月31日	水				

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和5年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
2月1日	木				
2月2日	金	防賀川 市の要ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
2月3日	土				
2月4日	日				
2月5日	月				
2月6日	火	手原川 一休みルート	JR京田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
2月7日	水				
2月8日	木				
2月9日	金	虚空蔵谷川 桜並木ルート	JR松井山手駅	午前8:45	午前9:00
2月10日	土				
2月11日	日				
2月12日	月				
2月13日	火	普賢寺川 同志社ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
2月14日	水				
2月15日	木				
2月16日	金	普賢寺川 お茶どころルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
2月17日	土				
2月18日	日				
2月19日	月				
2月20日	火	天津神川・馬坂川 木津川つつみルート	近鉄新田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
2月21日	水				
2月22日	木				
2月23日	金				
2月24日	土				
2月25日	日				
2月26日	月				
2月27日	火	普賢寺川 いっぷくルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
2月28日	水				
2月29日	木				

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和5年度)

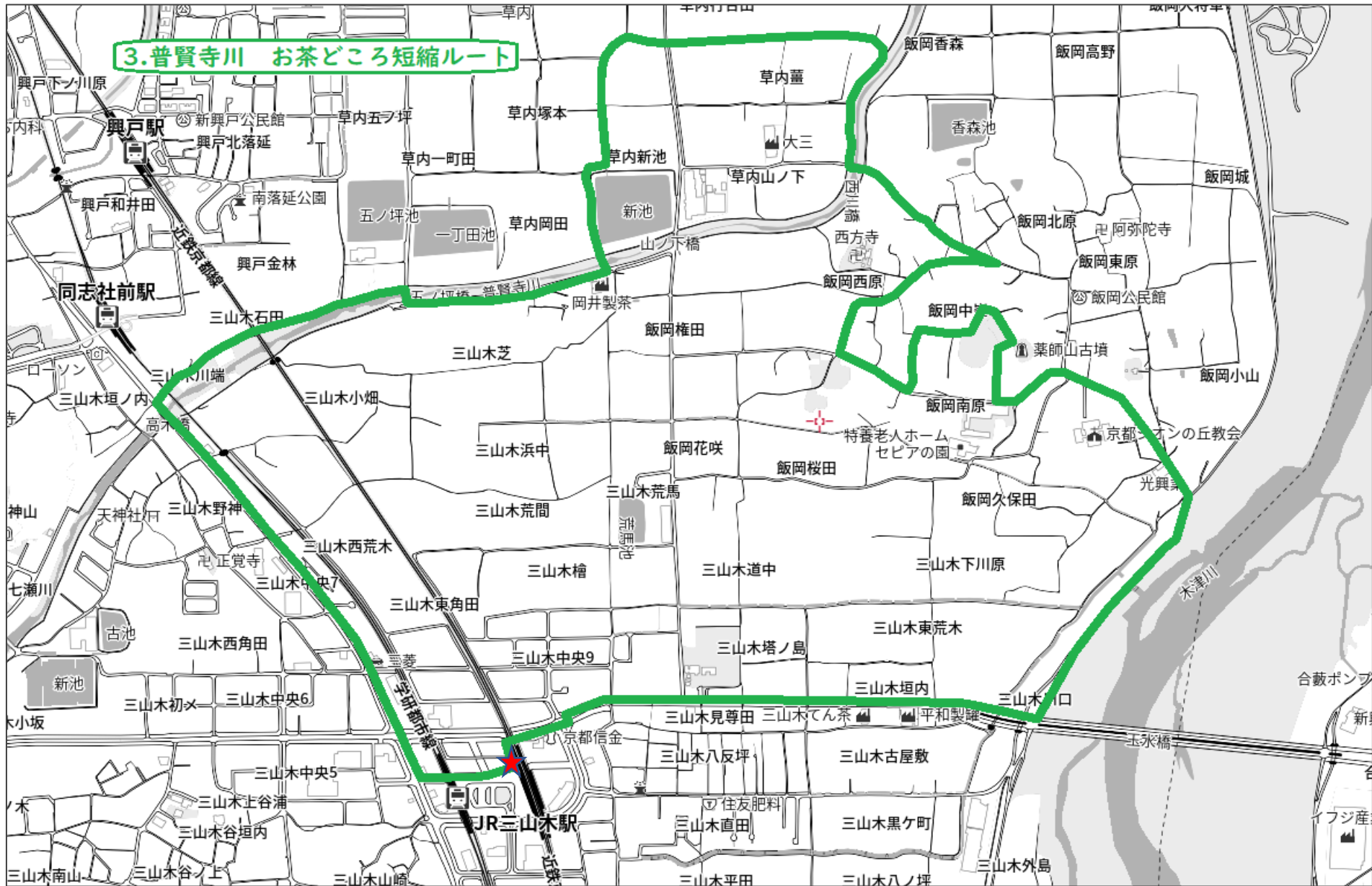
日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
3月1日	金	虚空蔵谷川 歴史ルート	JR大住駅	午前8:45	午前9:00
3月2日	土				
3月3日	日				
3月4日	月				
3月5日	火	馬坂川・防賀川 ふるさとの川ルート	近鉄新田辺駅東口	午前8:45	午前9:00
3月6日	水				
3月7日	木				
3月8日	金	遠藤川 おんごろどん・神楽ルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
3月9日	土				
3月10日	日				
3月11日	月				
3月12日	火	防賀川 市の要ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
3月13日	水				
3月14日	木				
3月15日	金	手原川 一休みルート	JR京田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
3月16日	土				
3月17日	日				
3月18日	月				
3月19日	火	虚空蔵谷川 桜並木ルート	JR松井山手駅	午前8:45	午前9:00
3月20日	水				
3月21日	木				
3月22日	金	普賢寺川 同志社ルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
3月23日	土				
3月24日	日				
3月25日	月				
3月26日	火	普賢寺川 お茶どころルート	近鉄三山木駅	午前8:45	午前9:00
3月27日	水				
3月28日	木				
3月29日	金	天津神川・馬坂川 木津川つつみルート	近鉄新田辺駅西口	午前8:45	午前9:00
3月30日	土				
3月31日	日				

1.馬坂川・防賀川 ふるさとの川ルート

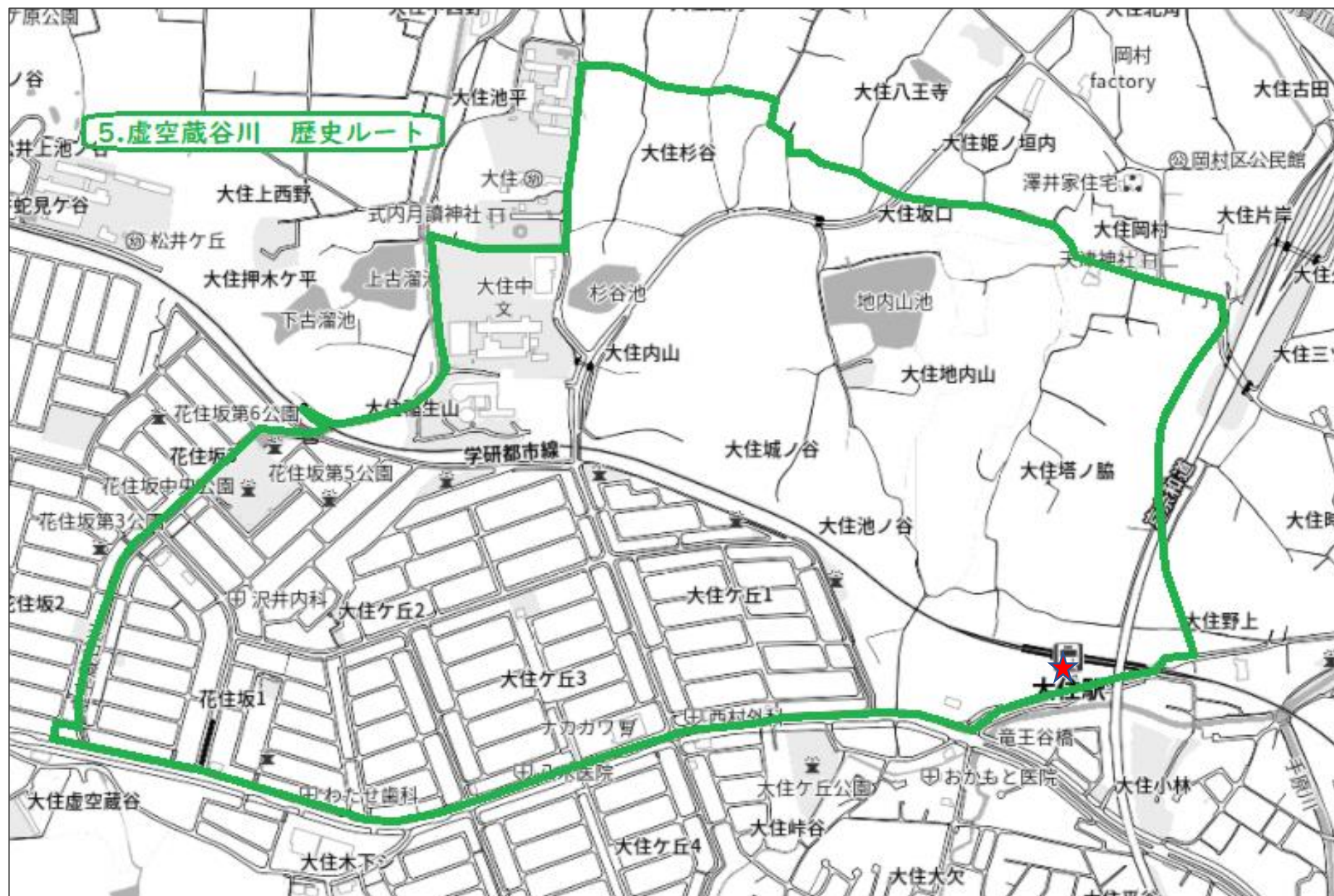




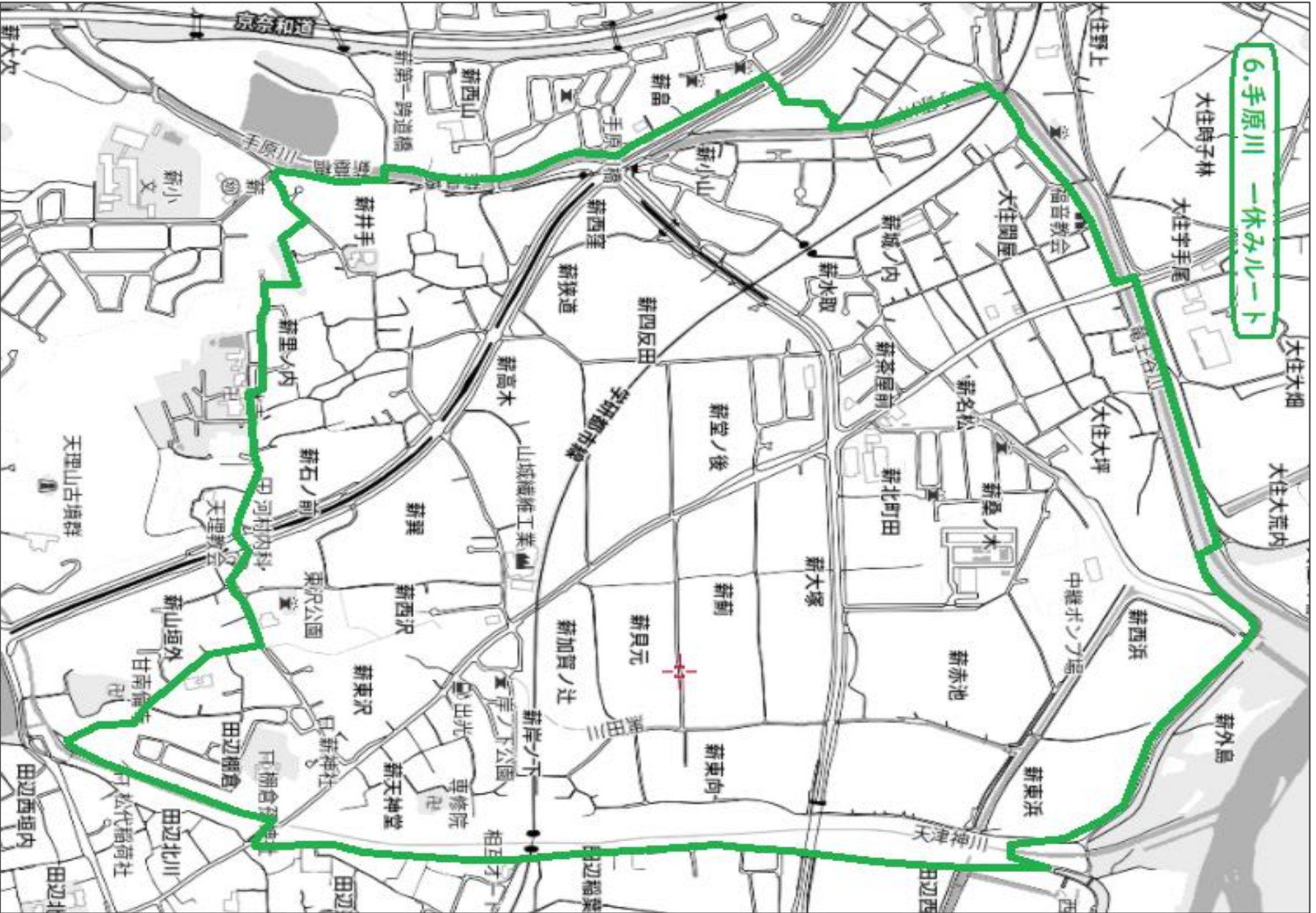
3. 普賢寺川 お茶どころ短縮ルート



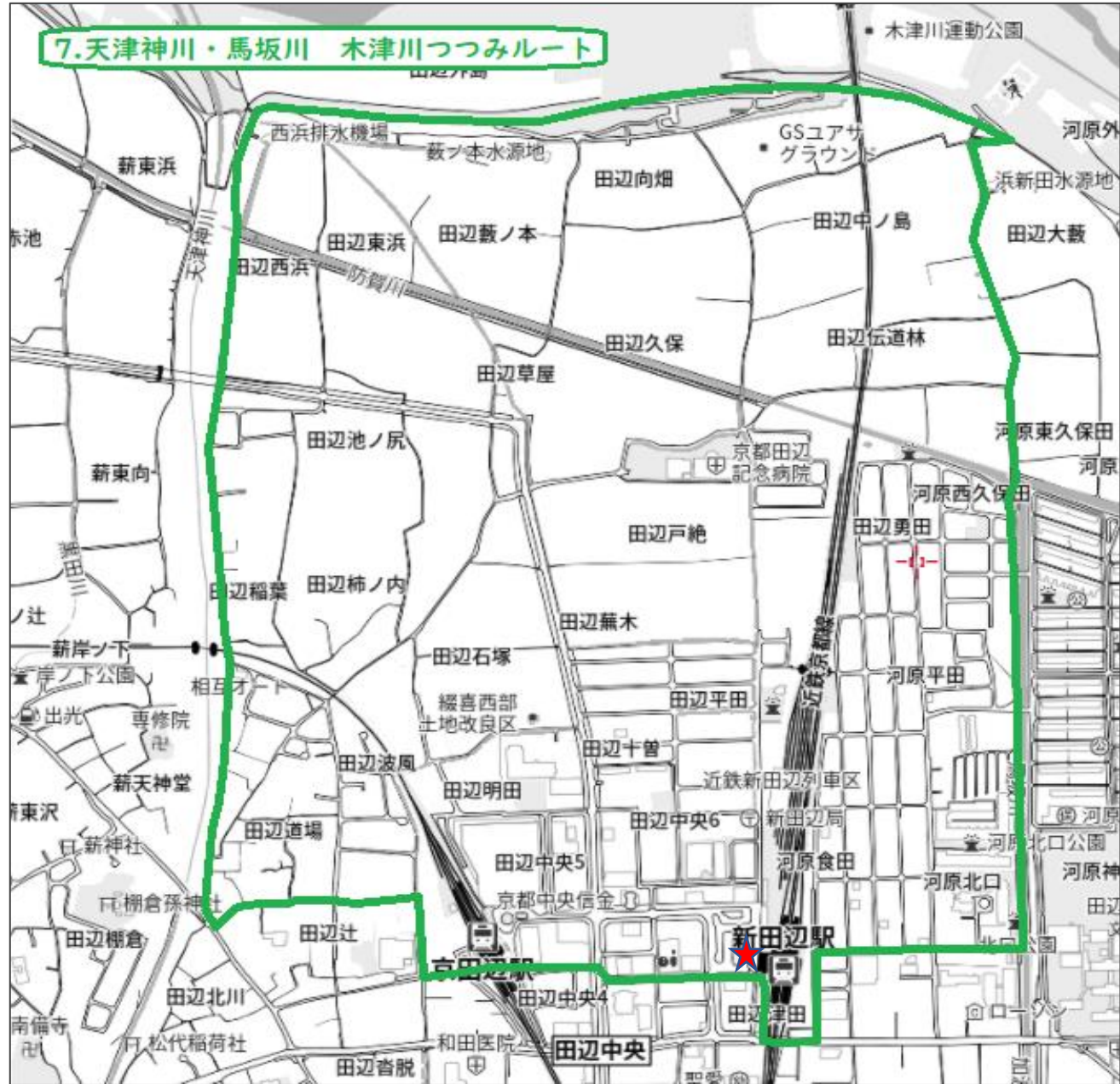




6.手原川 一休みルート

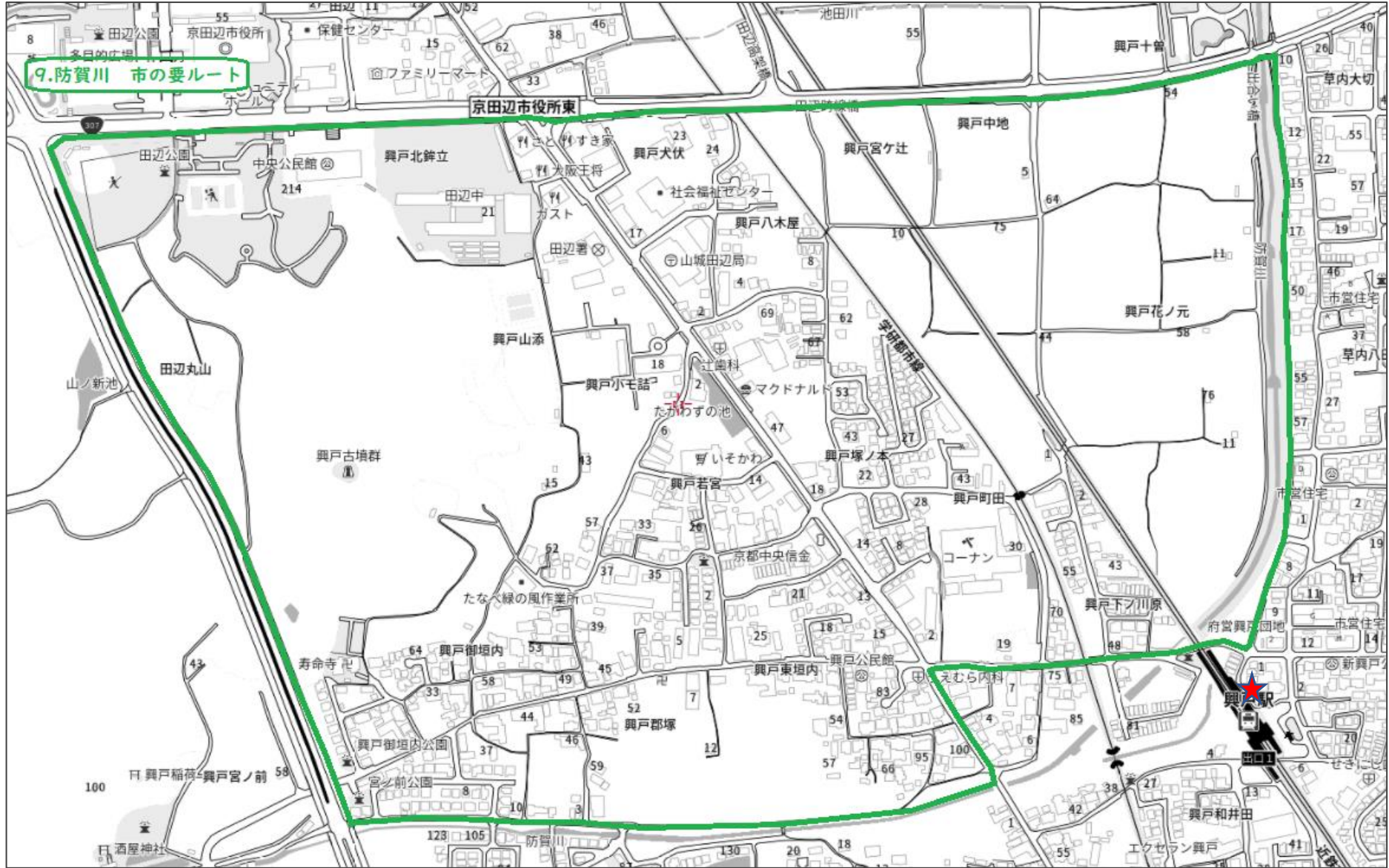


7. 天津神川・馬坂川 木津川つつみルート



8.遠藤川 おんごろどん・神楽ルート





10. 普賢寺川 同志社ルート

