

令和6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(介護予防事業)実施内容

### ◆目的

市健康福祉部高齢者支援課の介護予防事業の一環として京田辺市の「水辺の散策路」を活用し、市民に対してウォーキングを実施し、高齢者の介護予防につなげることとして、京田辺市シルバー人材センターの会員が引率業務を行うものとする。

### ◆実施日の設定について

実施日については、令和6年4月2日から令和7年3月31日までとし、毎週火曜日及び金曜日とする。

ただし、実施日が祝日にあたる場合は実施しないものとする。

実施日の開始時間は、午前9時からとし、正午には終了するものとする。

※詳細日程は別添のとおり

※雨天の場合は、基本的に中止とし、作業者は集合場所まで出向き、来客者の対応をする。

### ◆参加賞などについて

参加賞は作らず、参加回数40回以上の方の中から抽選で50名に記念品をお渡しする。

※実施回数 82回

## 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。

※7月1日～8月31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 82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6年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
4月1日	月				
4月2日	火	普賢寺川 いっぶくルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
4月3日	水				
4月4日	木				
4月5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6日	土				
4月7日	日				
4月8日	月				
4月9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10日	水				
4月11日	木				
4月12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13日	土				
4月14日	日				
4月15日	月				
4月16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17日	水				
4月18日	木				
4月19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20日	土				
4月21日	日				
4月22日	月				
4月23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24日	水				
4月25日	木				
4月26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27日	土				
4月28日	日				
4月29日	月				
4月30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

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和6年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
5月1日	水				
5月2日	木				
5月3日	金				
5月4日	土				
5月5日	日				
5月6日	月				
5月7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8日	水				
5月9日	木				
5月10日	金	普賢寺川 いっぶくルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
5月11日	土				
5月12日	日				
5月13日	月				
5月14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15日	水				
5月16日	木				
5月17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18日	土				
5月19日	日				
5月20日	月				
5月21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22日	水				
5月23日	木				
5月24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25日	土				
5月26日	日				
5月27日	月				
5月28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29日	水				
5月30日	木				
5月31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

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和6年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
6月1日	土				
6月2日	日				
6月3日	月				
6月4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5日	水				
6月6日	木				
6月7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8日	土				
6月9日	日				
6月10日	月				
6月11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12日	水				
6月13日	木				
6月14日	金	普賢寺川 いっぶくルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
6月15日	土				
6月16日	日				
6月17日	月				
6月18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19日	水				
6月20日	木				
6月21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22日	土				
6月23日	日				
6月24日	月				
6月25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26日	水				
6月27日	木				
6月28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
6月29日	土				
6月30日	日				

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和6年度)

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

休止します。

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和6年度)

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

休止します。



みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和6年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
9月1日	日				
9月2日	月				
9月3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
9月4日	水				
9月5日	木				
9月6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
9月7日	土				
9月8日	日				
9月9日	月				
9月10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
9月11日	水				
9月12日	木				
9月13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
9月14日	土				
9月15日	日				
9月16日	月				
9月17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
9月18日	水				
9月19日	木				
9月20日	金	普賢寺川 いっぶくルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
9月21日	土				
9月22日	日				
9月23日	月				
9月24日	火	虚空蔵谷川 歴史ルート	JR大住駅	午前8:45	午前9:00
9月25日	水				
9月26日	木				
9月27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
9月28日	土				
9月29日	日				
9月30日	月				

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和6年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
10月1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
10月2日	水				
10月3日	木				
10月4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
10月5日	土				
10月6日	日				
10月7日	月				
10月8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
10月9日	水				
10月10日	木				
10月11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
10月12日	土				
10月13日	日				
10月14日	月				
10月15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
10月16日	水				
10月17日	木				
10月18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
10月19日	土				
10月20日	日				
10月21日	月				
10月22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
10月23日	水				
10月24日	木				
10月25日	金	普賢寺川 いっぶくルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
10月26日	土				
10月27日	日				
10月28日	月				
10月29日	火	虚空蔵谷川 歴史ルート	JR大住駅	午前8:45	午前9:00
10月30日	水				
10月31日	木				

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和6年度)

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

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和6年度)

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

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和6年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
1月1日	水				
1月2日	木				
1月3日	金				
1月4日	土				
1月5日	日				
1月6日	月				
1月7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8日	水				
1月9日	木				
1月10日	金	普賢寺川 いっぶくルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
1月11日	土				
1月12日	日				
1月13日	月				
1月14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15日	水				
1月16日	木				
1月17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18日	土				
1月19日	日				
1月20日	月				
1月21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22日	水				
1月23日	木				
1月24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
1月25日	土				
1月26日	日				
1月27日	月				
1月28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
1月29日	水				
1月30日	木				
1月31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

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和6年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
2月1日	土				
2月2日	日				
2月3日	月				
2月4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5日	水				
2月6日	木				
2月7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8日	土				
2月9日	日				
2月10日	月				
2月11日	火				
2月12日	水				
2月13日	木				
2月14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
2月15日	土				
2月16日	日				
2月17日	月				
2月18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19日	水				
2月20日	木				
2月21日	金	虚空蔵谷川 歴史ルート	JR大住駅	午前8:45	午前9:00
2月22日	土				
2月23日	日				
2月24日	月				
2月25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
2月26日	水				
2月27日	木				
2月28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

みんなで歩こうウォーキング 日程表(令和6年度)

日付		ルート	集合場所	集合時間	出発時間
3月1日	土				
3月2日	日				
3月3日	月				
3月4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5日	水				
3月6日	木				
3月7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8日	土				
3月9日	日				
3月10日	月				
3月11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12日	水				
3月13日	木				
3月14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15日	土				
3月16日	日				
3月17日	月				
3月18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19日	水				
3月20日	木				
3月21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22日	土				
3月23日	日				
3月24日	月				
3月25日	火	普賢寺川 いっぶくルート	近鉄興戸駅東口	午前8:45	午前9:00
3月26日	水				
3月27日	木				
3月28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29日	土				
3月30日	日				
3月31日	月				

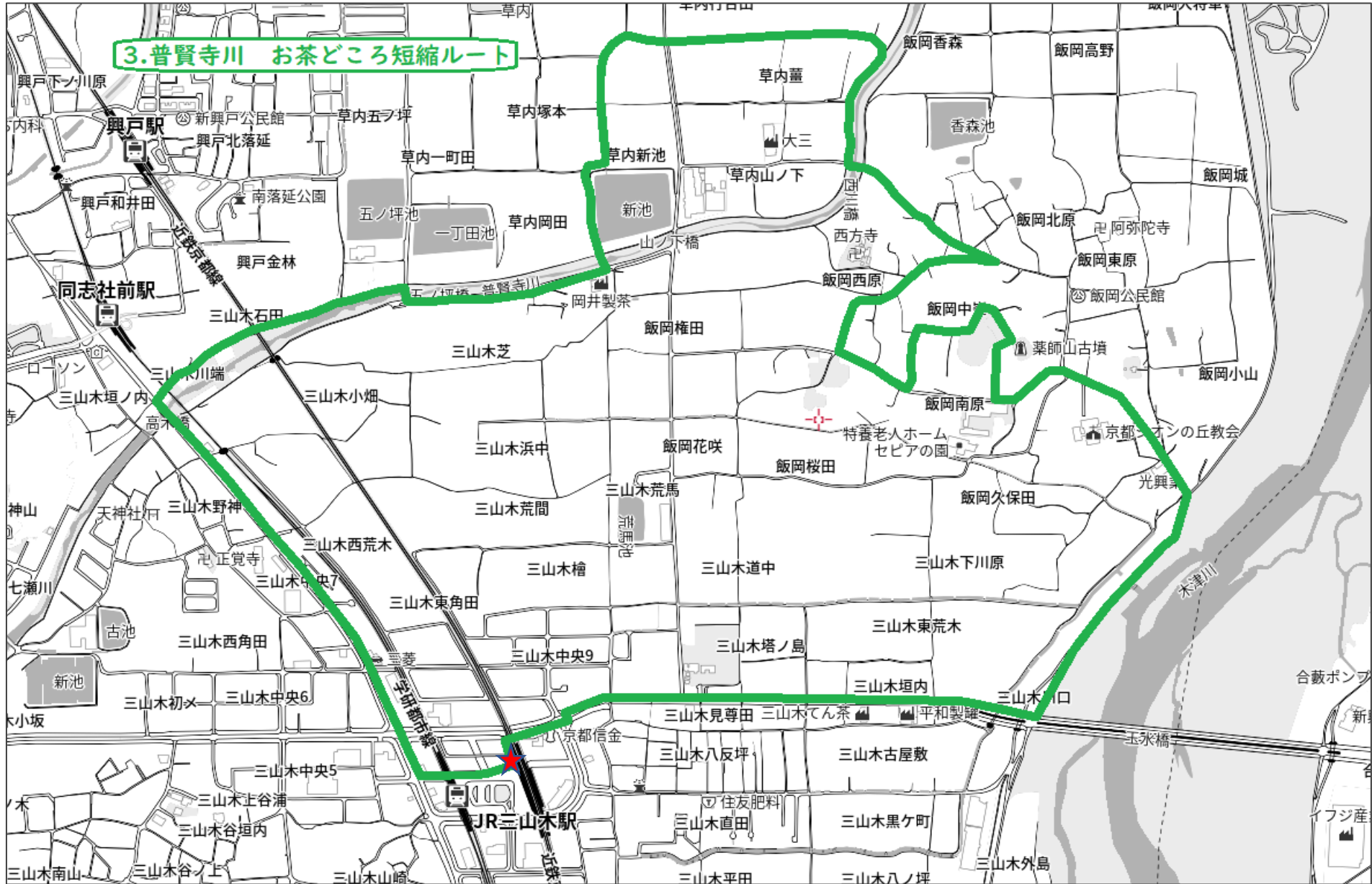


1.馬坂川・防賀川 ふるさとの川ルート





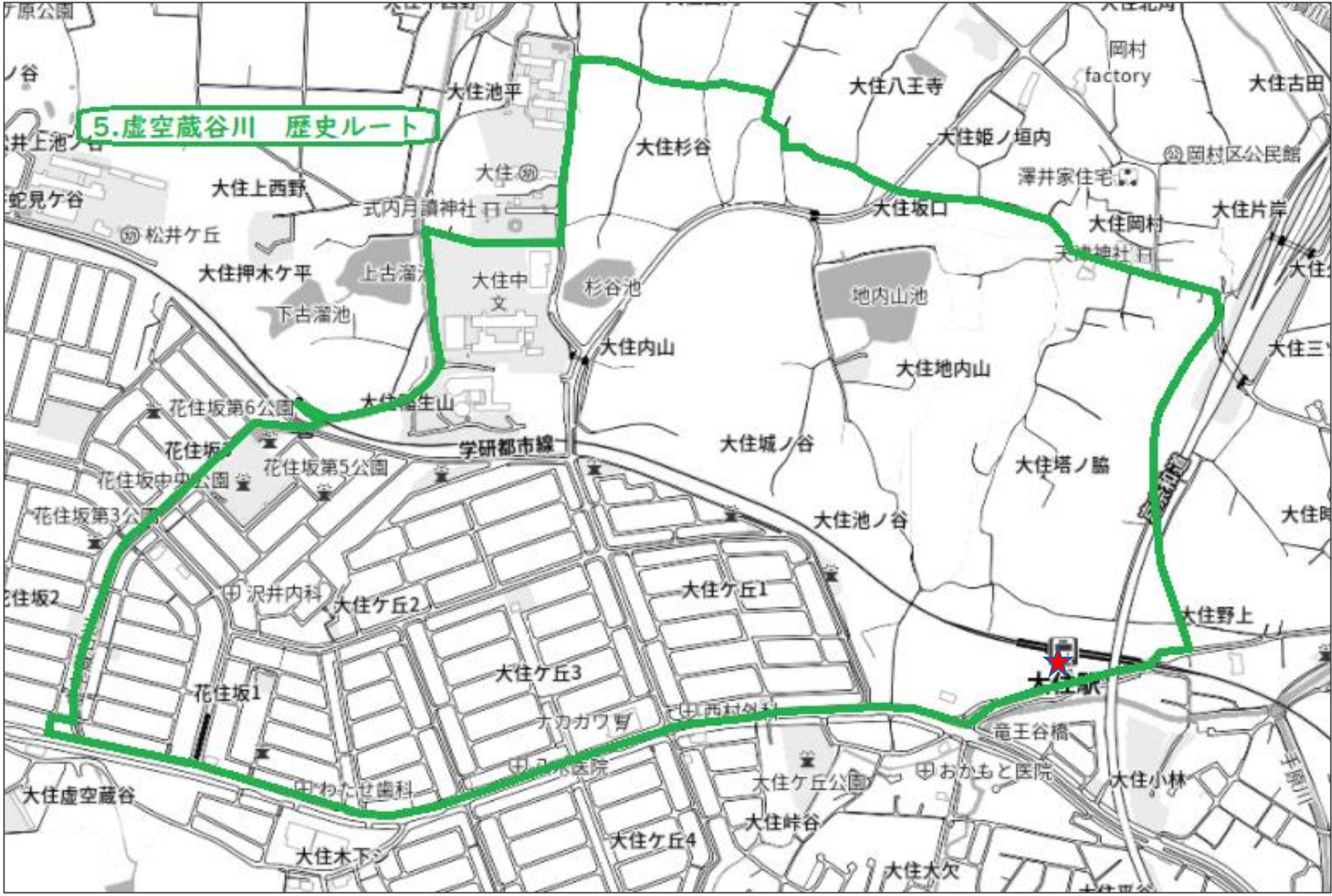
### 3. 普賢寺川 お茶どころ短縮ルート





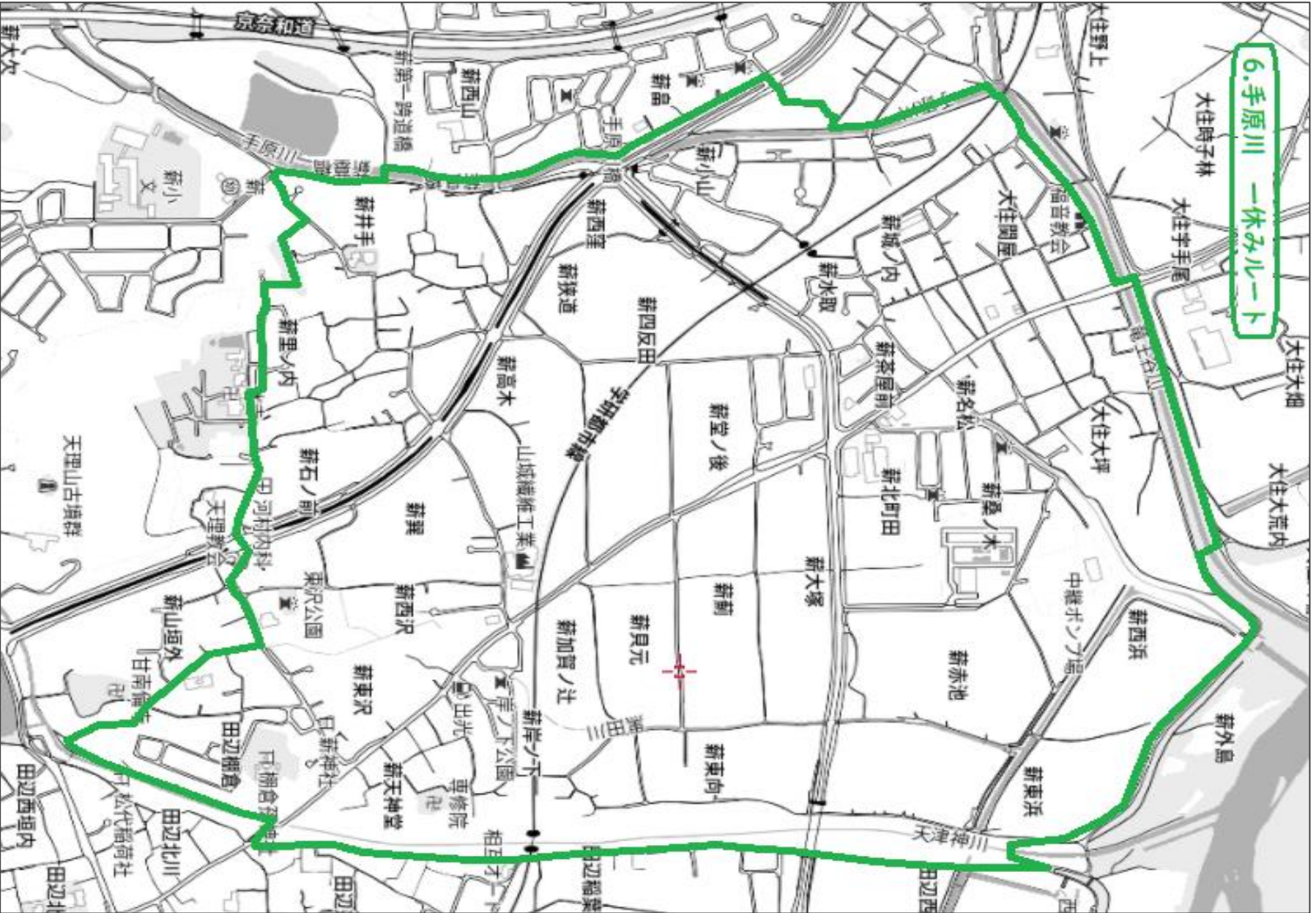


5.虚空蔵谷川 歴史ルート

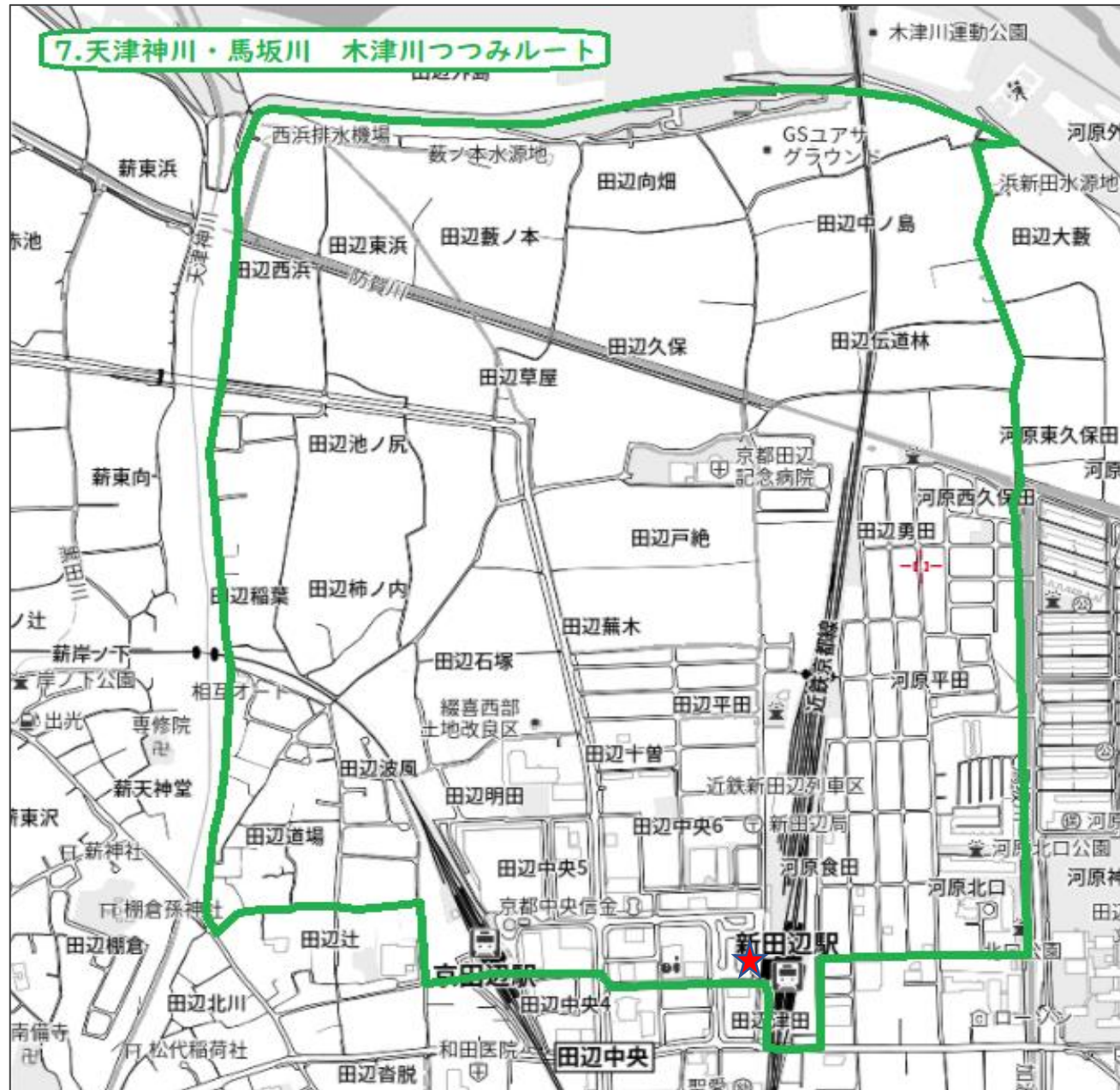




6.手原川 一休みルート

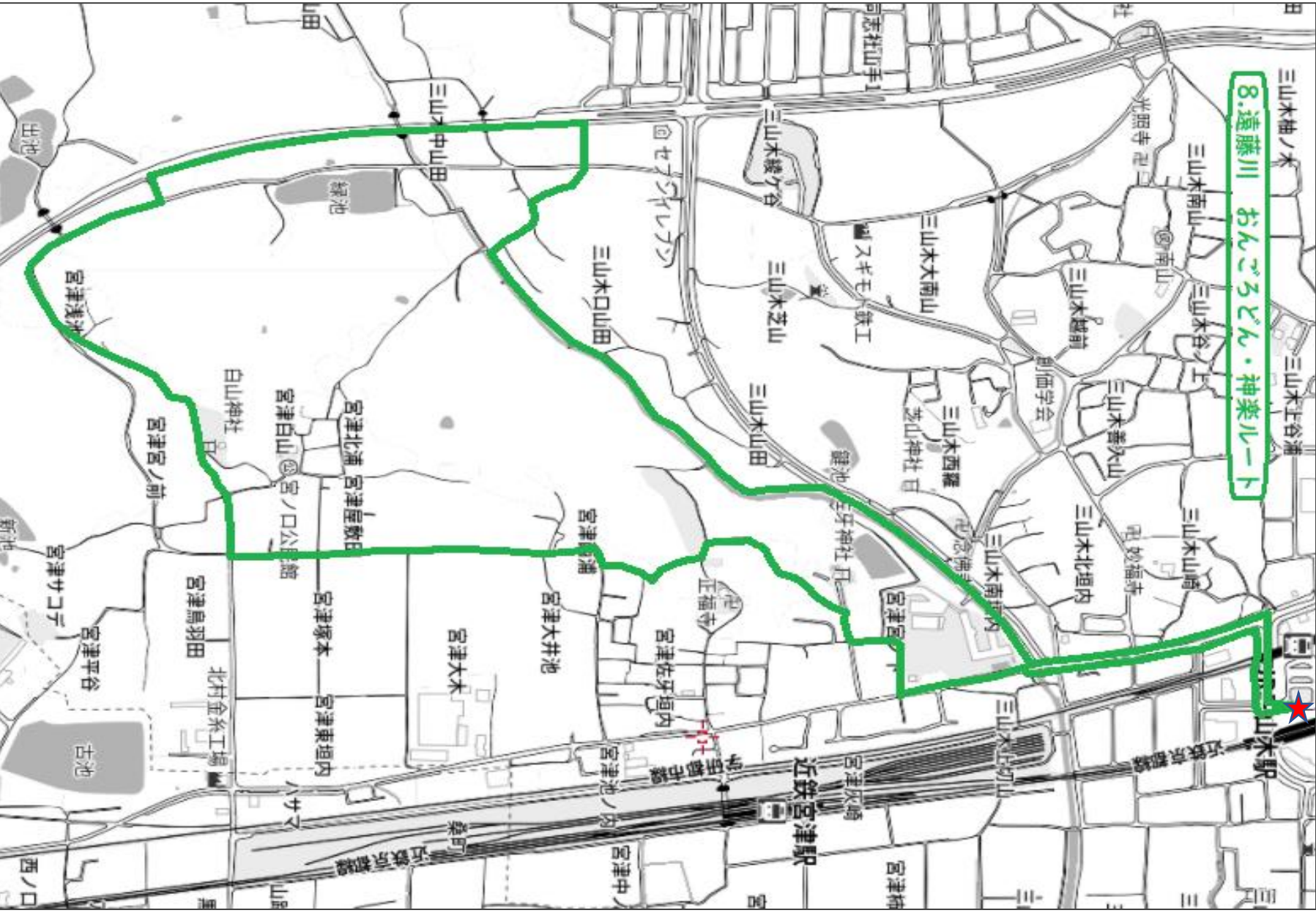


7.天津神川・馬坂川 木津川つつみルート





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

