

すこやかクラブ京都 若手委員会

# 松ヶ崎大黒天から 高野川ウォーキング

さわやかな秋空のもと、国際会館から松ヶ崎大黒天、高野川沿いをウォーキングします。  
歩く習慣を身につけることは、生活習慣病予防、介護予防につながります。  
手軽なウォーキングで『めざせ！健康長寿』

- 開催日時 平成29年11月9日（木） 雨天決行
- 集合時間 午前9時30分（午前9時45分ごろ出発）
- 集合場所 京都国際会館南出口広場（地下鉄国際会館駅 5番出口すぐ）
- コース 国際会館出口広場 → 松ヶ崎大黒天（休憩） → 高野川<sup>うまばし</sup>馬橋  
→ 高野川河川敷 → 出町柳 → 鴨川河川敷 → 丸太町橋【解散】
- 所要時間 約2時間 （約6.5km）



10月26日（木）までに区老連若手委員会へお申込み下さい。

主 催 すこやかクラブ京都（京都市老人クラブ連合会） 若手委員会  
担 当 下京区シルバークラブ連合会 若手委員会



〈 切 り 取 り 〉

申 込 書

平成 年 月 日

「松ヶ崎大黒天から高野川ウォーキング」に申し込みます。

氏 名 男 ・ 女 年齢 歳

住 所

学 区 TEL ー

**集合場所**  
**京都国際会館南出口広場**

**出発順番**

1. 下京区
2. 南区
3. 右京区
4. 西京区
5. 伏見区
6. 北区
7. 上京区
8. 左京区
9. 中京区
10. 東山区
11. 山科区

**解散場所**  
**鴨川 丸太町橋**

**《注意事項》**

☆歩道及び河川敷はかなり狭いので、一般の方を優先に、できるだけ右側を歩いてください。

☆補助器によるウォーキングはできません。（杖は可能ですが、手押し車はご遠慮ください。）

ご協力よろしくお願いします。

…公衆トイレ