

ノルディック・ウォークで  
**陸上探検**  
 追加募集します!

# 水都大阪アンバサダー 大募集

～大阪のまちを探検しよう～

大阪のまちが好き!! だけど、水都大阪ってどんなところだろう...  
 もっと水都大阪のことを知りたい、SNSで水都大阪の魅力を発信したい  
 そんなアナタ!! 水都大阪アンバサダーになって大阪のまちを探検しよう♪



開催日時

2019年10/27日

## 大阪の歴史に触れる 熊野街道・史跡巡りコース



10/27日	午前	午後
	9:30~12:30	14:00~17:00

ここが魅力

1

熊野詣の出発点だった八軒家浜から長堀通まで、  
 熊野街道を歩きます!

かつては京都・伏見から淀川を船で下って、八軒家浜に来ていました。その後熊野詣に行くため、八軒家浜を出発し熊野街道を歩きました。今回の探検では、往時の人が歩いた道を通っていきます。

ここが魅力

2

大阪城や難波宮、太閤下水、越中井...  
 大阪のまちなかにある史跡を巡ります。

大阪一の観光名所で豊臣秀吉が築城した「大阪城」を始め、大化の改新の舞台となった難波宮、秀吉による町づくりにより掘られた「太閤下水」、明智光秀の娘 細川ガラシャの夫、細川忠興の台所があった「越中井」など、歴史の舞台を歩きます。

ここが魅力

3

まちあるきをしながら、全身運動ができる!  
 ノルディック・ウォーキングを体験。

北欧発祥のポールを持ったウォーキングスタイルです。通常のウォーキングに比べて有酸素運動、筋力、柔軟性をバランスよく向上でき、ダイエットにも効果的! インストラクターが教えてくれるので、初めての方も安心して参加できます♪

募集要項

- 応募方法 e-mail・FAX・ホームページのいずれか
- 募集期間 10/5(土)9:00~10/23(水)17:00まで
- 参加費 無料
- 定員 熊野街道・史跡巡りコース(陸上探検)▶各回先着24名まで(計48名)

e-mail: [nigiwaixing@gmail.com](mailto:nigiwaixing@gmail.com)  
 F A X : 06-6809-3300  
<http://www.hiship-project.com>



ホームページはコチラ

e-mail・FAXでご応募の方は下記項目を明記して下さい  
 【件名】水都大阪アンバサダー応募について  
 【本文】①氏名 ②年齢 ③住所 ④電話番号 ⑤e-mail  
 ⑥参加希望人数(1グループ4名まで)  
 ⑦参加希望日と時間(午前・午後)

応募条件▶中学生(13歳)以上の方・水都大阪に興味のある方・終了後にレポートにご協力いただける方・当日はスタッフが広報活動等に使用する写真を撮りますので、顔が写ることにご承諾いただける方 諸注意▶参加者からのお問合せを記録するため、メール・FAX・ホームページでの応募・お問合せとさせていただきます。予めご了承ください。募集期間外のお申込みは受付できません。事務局にメール・FAX・ホームページの応募フォームが到着した順番で受付いたします。定員に達し次第募集を締めぎります。当日は飲み物等をご用意していません。ご自身で準備してください。応募受付後、3日以内に事務局から参加可否のご連絡をします。4日以上経っても返信がない場合は、お手数ですが再度お問合せください。