



10年ウォーク

# 大阪2025 ウォーキング

主催/NPO法人 大阪府ウォーキング協会 協賛/大阪シティ信用金庫

続けられる!ウォーキングで毎日健康!



# Let's Enjoy!

参加費 各500円(★は300円)  
※中学生以下は無料、大人同伴要

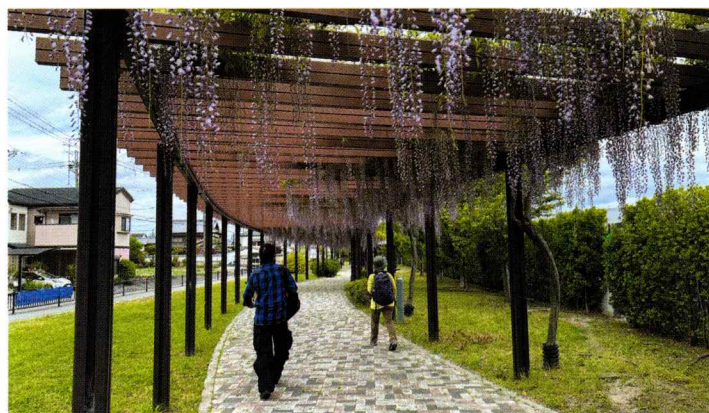
…… 初心者も楽しめるウォーキング ……

## 4月

日	曜	協会名	行事名	距離	最寄駅・集合場所	集合時間	解散場所
2	水	関歩協	★桜を観ながら、八百八橋	10km	JR天満駅・扇町公園	10:00	JR大阪駅前
5	土	大步協	花めぐり⑤ くらんど園地の“水芭蕉・カタクリ”の花	13km	JR河内磐船駅	9:45迄	JR河内磐船駅
5	土	南大阪	三田の春を楽しもう	9km	JR三田駅 駅前キャッピースクエア	9:45	JR三田駅
5	土	オレンジ	難波から斑鳩の里へ聖徳太子往来のみちを歩く②	11km	JR八尾駅	9:30	近鉄古市駅
6	日	河内長野	南河内石川チャレンジウォーク (一斉スタートの自由歩行)	8・19km	南海・近鉄河内長野駅西出口	9:45	近鉄富田林駅 柏原市 リビエールホール
10	木	南大阪	★JR大阪城公園駅～JR大阪城公園駅	11・14km	JR大阪城公園駅 大阪城公園	9:45	JR大阪城公園駅
12	土	関歩協	浅香山のツツジ観賞	12・6km	JR堺市駅・東雲公園	9:45	JR長居駅
12	土	近笑会	川西池田から猪名川沿いに南下	12km	JR川西池田駅 駅前広場	8:45	JR塚口駅
13	日	大步協	花めぐり⑥ 竹の径から長岡天満宮のキリシマツツジへ	10km	JR向日町駅	9:45迄	JR長岡京駅
13	日	近笑会	浪花すみれの大阪大好きや④ 浅香山浄水場のつつじウォーク	10km	JR南田辺駅 長池公園	8:45	JR浅香駅
16	水	関歩協	★咲き誇る野田藤を観にいこう	10km	JR森ノ宮駅・森之宮公園	10:00	JR海老江駅
19	土	大步協	花めぐり⑦ 三大名藤の一つ“野田藤に里”をめぐる	10・8km	JR福島駅	9:45迄	JR大阪駅
20	日	河内長野	浅香山緑道のつつじ観賞ウォーク(ランチタイム有)	9km	JR百舌鳥駅	9:45	JR堺市駅
22	火	近笑会	もう一度飛行機のお腹を見に行こう	10km	阪急曽根駅 萩の寺公園	8:45	阪急三国駅
26	土	南大阪	京都・鳥羽の藤と京の社寺めぐり	13km	JR桂川駅 西口(北側) 久世高田第三公園	9:45	JR稻荷駅
27	日	オレンジ	西国巡礼街道ウォーク	12km	阪急池田駅	9:30	阪急宝塚駅

## 5月

日	曜	協会名	行事名	距離	最寄駅・集合場所	集合時間	解散場所
3	土祝	大步協	北摂の古墳群から1000匹の鯉のぼりへ	13km	JR茨木駅	9:45迄	JR高槻駅
4	日	関歩協	真田幸村の足跡をたどろう	11・8km	JR大阪城公園駅	9:45	JR新今宮駅
4	日	南大阪	摂津市のこいのぼりをみに行こう(大正川)	11km	JR JR総持寺駅 南口 庄一丁目児童遊園	9:45	JR千里丘駅
5	月祝	大步協	水都大阪シリーズ③ “とんぼり” から大阪開港の地へ歩く	10・6km	JR鶴橋駅	9:45迄	JR野田駅
6	火振	近笑会	真田幸村・大阪城を背景に活躍の痕跡をたどる	11km	JR天王寺駅 てんしば	8:45	JR大阪城公園駅
10	土	大步協	花めぐり⑧ 都会の“バラとサツキツツジ”を訪ねて	11・7km	JR弁天町駅北口	9:45迄	JR森ノ宮駅
10	土	オレンジ	街道シリーズ《紀州街道(岸和田編)を散策する》	13km	JR久米田駅	9:30	JR東岸和田駅
14	水	関歩協	八尾空港半周ウォーク	10km	JR久宝寺駅・龍華町東公園	9:45	JR志紀駅
17	土	オレンジ	鶴見緑地公園の花と緑と水辺をめぐるみち	10km	JR放出駅	9:30	JR放出駅
21	水	関歩協	★大阪の8低山を巡ろう(鶴見新山)	10km	JR放出駅・放出駅南公園	10:00	JR京橋駅
22	木	南大阪	★大阪メトロ ドーム前千代崎駅～天王寺駅	10km	大阪メトロ長堀鶴見緑地線 ドーム前千代崎駅 1番出入口 イオンモール前広場	9:45迄	大阪メトロ 天王寺駅
25	日	河内長野	大阪市ぐるり一周ウォーク④ メトロ東三国駅～瑞光4丁目駅	8km	東三国東公園(メトロ東三国駅1番出口)	9:15	メトロ瑞光4丁目駅
25	日	近笑会	浪花すみれの大阪大好きや⑤ 大阪市のバラの名所を訪ねて	10km	JR天満駅 扇町公園	8:45	JR大阪駅
27	火	近笑会	ちん電 細道ラブゲーム	10km	JR天王寺駅 てんしば	8:45	南海住吉大社駅



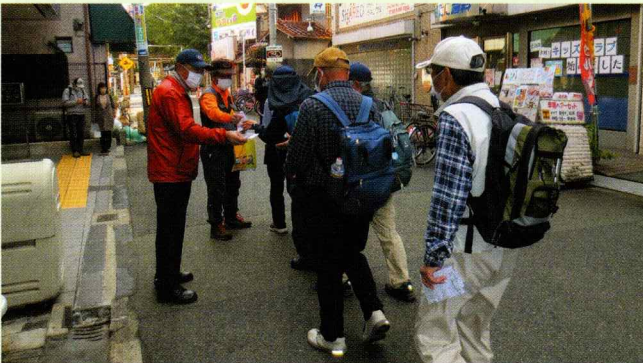
## 4月～6月のスケジュール

※コース・日程は変更となる場合がございます。

6月

日	曜	協会名	行事名	距離	最寄駅・集合場所	集合時間	解散場所
1	日	関歩協	花菖蒲観賞と池田城跡散策	10km	JR北伊丹駅・西猪名公園	9:45	JR川西池田駅
5	木	南大阪	★大阪メトロ 天満橋駅～弁天町駅	10km	大阪メトロ 谷町線 天満橋駅 京阪口18番出入口川の駅 はちけんや	9:45迄	大阪メトロ 弁天町駅
7	土	大歩協	土塔と古墳の町から白鷺公園・西高野街道へ	11・9km	JR百舌鳥駅	9:45迄	JR三国ヶ丘駅
7	土	南大阪	我孫子からあじさいと浅香山緑道散策	13km	JR我孫子駅 西口 山之内北公園	9:45	JR浅香駅
7	土	オレンジ	難波から斑鳩の里へ聖徳太子往来のみちを歩く③	14km	近鉄古市駅	9:30	JR高井田駅
7	土	河内長野	大阪市ぐるり一周ウォーク⑤ メトロだいでう豊里駅～鶴見緑地駅	9km	豊里中央公園(メトロだいでう豊里駅2番出口)	9:15	メトロ鶴見緑地駅
8	日	近笑会	浪花すみれの大阪大好きや⑥ ジャカランダの名所を訪ねて	11km	JR玉造駅 東小橋北公園	8:45	JR長居駅
10	火	近笑会	昔ながらの池田の下町から新しい街キセラ川西	10km	阪急石橋阪大前駅 石橋駅前公園	8:45	阪急川西能勢口駅
11	水	関歩協	★秘密の抜け道、安治川隧道	10km	大阪メトロ 淀屋橋駅・市役所南側	10:00	JR難波駅
14	土	AOWA	AOWAウォーク(1) 住吉っさんからあびこ観音詣で	11・7km	JR長居駅 長居公園	9:30	JR浅香駅
15	日	オレンジ	大阪府唯一の千早赤阪村《緑の棚田めぐり》	8・18km	南海三日月町駅	9:30	近鉄汐ノ宮駅
22	日	大歩協	水都大阪シリーズ④ 今も活躍!市民の足“渡船場”をめぐる	10・5km	JR大正駅	9:45迄	JR長居駅
24	火	近笑会	服部天神は足の守り神	10km	大阪メトロ 江坂駅 江坂公園	8:45	阪急服部天神駅
25	水	関歩協	★法善寺横丁・水かけ不動尊へ	10km	JR森ノ宮駅・森之宮公園	10:00	大阪メトロ 淀屋橋駅
28	土	大歩協	なにわの商店街! 右へ左へブラブラまち歩き	11・7km	JR玉造駅	9:45迄	JR天王寺駅

## 大阪ウォーキングの完歩証を贈呈いたします。



◀各ウォークを完歩されたら  
協会スタッフが参加証をお渡しします。

各ウォークのゴールでお渡しする  
「大阪ウォーキング」の参加証を  
台紙に貼ってください。

**大阪2025 ウォーキング**  
10年ウォーク

続けられるウォーキングで  
目指せ! 10年ウォーク

「参加証貼付台紙」 大阪ウォーキング参加のコースをゴールされた方に参加証を配布しております。

主催 大阪府ウォーキング協会



(参加証イメージ)

参加証12枚貼った台紙を提出していただくと完歩  
証申請カードをお渡しします。必要事項を記入して  
いただき、ウォーク協会員にお渡しください。

※大阪ウォーキング2024の台紙は2025年3月末まで有効です。

開催地に当日午前7時に暴風・大雨等の気象警報が出ている場合は中止といたします。

- ★雨天決行(雨具をご持参ください) ★昼食は各自でご用意ください
- ★天候等その他の理由により途中で中止する可能性があります ★事前お申込み不要です。会場へ直接お越しください。
- ★ウォーキング中のマスク着用につきましては、個人判断とします。

# 未来を創る、 大阪から世界へ

一人ひとりが輝く明日を



三倉 茉奈

三倉 佳奈

※写真はイメージです

信頼で地域とつながる

**city 大阪シティ信用金庫**

本店 〒541-0041 大阪市中央区北浜2-5-4 TEL(06)6201-2881 (代表)

## 10年ウォークとは

ウォーキングは誰もがいつからでもはじめることができる手軽なスポーツです。

「大阪ウォーキング2025」では年間を通じて

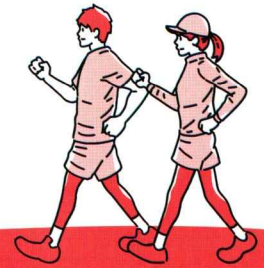
バラエティに富んださまざまなコースを楽しむことができます。

自分に合ったコースをぜひ歩いてみてください。

期間中に12コース歩かれた方にはNPO法人 大阪府ウォーキング協会より

「完歩証」を贈呈いたします。

ウォーキングを10年続けて自分の足で歩ける健康で楽しい人生を送りましょう!



お問い合わせはNPO法人 大阪府ウォーキング協会 加盟各団体までお願いします。

表記	加盟団体名称	電話番号	対応可能時間
AOWA	NPO法人 大阪府ウォーキング協会	06-6314-6264	【月・火・木・金】10:00~16:00
大步協	大阪府歩け歩け協会	06-6809-7006	【月~金】10:00~16:00
関歩協	NPO法人 大阪・関西歩け歩け協会	06-6312-0300	【月・火・木・金】10:00~16:00
南大阪	南大阪歩け歩け協会	06-6941-0373	【月・水・金】10:00~16:00
オレンジ	大阪・オレンジクラブ歩会	090-9865-3135	【月~金】10:00~16:00
近笑会	近畿ウォーキング笑会	090-2191-0629	【月~金】10:00~16:00
河内長野	河内長野歩こう会	080-8326-1962	【月~金】10:00~13:00

※開催日・土日祝の電話のお問い合わせは実施していません。

NPO法人 大阪府ウォーキング協会は健活おおさか推進府民  
会議に参画し、大阪府が推進する『健活10』〈ケンカツテン〉  
を応援しています。

**10 健活10**  
Osaka wellness action

