



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

7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
5	土	南大阪	涼をもとめて大川沿いと商店街を歩く	10km	大阪メトロ淀屋橋駅 1号出入口 大阪市役所南側	9:45	大阪メトロ 南森町駅・JR大阪天満宮駅
5	土	オレンジ	美しい日本の歩きたくなるみち500選 《なにわの水路を巡るみち》	13km	JR大阪城公園駅	9:30	JR桜島駅
8	火	近笑会	箕面新駅と萱野三平 48人目の赤穂義士	10km	北急箕面船場阪大前駅 駅前広場	8:45	北急桃山台駅
9	水	関歩協	★紫金山公園・吉志部瓦窯跡を散策	10km	JR岸辺駅	10:00	JR吹田駅
13	日	大歩協	十三のレトロな商店街と淀壁アートをめぐる	6km	JR塚本駅	9:45迄	JR新大阪駅
17	木	南大阪	★JR寺田町駅～JR森ノ宮駅	9km	JR寺田町駅 南出口 大道南公園	9:45	JR森ノ宮駅
20	日	近笑会	浪花すみれの大阪大好きや⑦大阪市の小さな大橋めぐり	10km	JR野江駅 蒲生公園	8:45	JR鶴橋駅
21	月・祝	河内長野	大阪市ぐるり一周ウォーク⑥ メトロ鶴見緑地駅～メトロ新深江駅	8km	メトロ鶴見緑地駅	9:00	メトロ新深江駅
22	火	近笑会	和泉市縦断作戦	10km	南海光明池駅 駅前広場	8:45	JR北信太駅
26	土	関歩協	堺のハスを観に行こう	12・8km	JR堺市駅・東雲公園	9:45	JR三国ヶ丘駅
30	水	関歩協	★大坂の陣ゆかりの地を歩こう	10km	JR大阪城公園駅	10:00	JR天王寺駅

8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	日	関歩協	元茨木川緑地から古社・古寺めぐり	10・7km	JR茨木駅・駅横広場	9:45	JR摂津富田駅
7	木	南大阪	★JR大阪城公園駅～JR放出駅	7km	JR大阪城公園駅 大阪城公園	9:45	JR放出駅
9	土	大歩協	真夏に涼を求めて! 武庫川渓谷と廃線跡トンネルを歩く	7km	JR西宮名塩駅	9:45迄	JR武田尾駅
23	土	南大阪	森林浴道から郡山宿本陣へ	9km	JR茨木駅東口 いばらきスカイバレット	9:45	JR総持寺駅
23	土	河内長野	大阪湾サンセット	7km	西九条西公園(JR西九条駅)	16:45	JR桜島駅
26	火	近笑会	大阪市中央大通を歩こう	11km	JR弁天町駅 市岡元町公園	8:45	JR高井田中央駅
27	水	関歩協	世界遺産の堺市古墳群を歩こう	11km	JR百舌鳥駅「西口」ビクターセンター前広場	9:45	JR三国ヶ丘駅
30	土	近笑会	中河内・柏原市探索ウォーク	10km	JR高井田駅 高井田横穴公園	8:45	JR柏原駅



7月～9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。

9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
6	土	大步協	水都大阪シリーズ⑤ “東横堀川”から“まぼろしの名橋”を歩く	11・6km	JR京橋駅北口	9:45迄	JR大正駅
6	土	オレンジ	難波から斑鳩の里へ聖徳太子往來のみちを歩く④	14km	JR高井田駅	9:30	JR王寺駅
7	日	河内長野	大阪市ぐるり一周ウォーク⑦メトロ今里駅～出戸駅	10km	今里西之口公園(メトロ今里駅5番出口)	9:00	メトロ出戸駅
10	水	関歩協	★とんぼりウォークに集合!	10km	大阪メトロ 淀屋橋駅・市役所南側	10:00	JR野田駅
11	木	南大阪	★大阪メトロ 扇町駅～京橋駅	7km	大阪メトロ 扇町駅 扇町公園	9:45	大阪メトロ 京橋駅
13	土	AOWA	AOWAウォーク(2)紀州街道と熊野街道を歩こう	6・12km	JR天王寺駅中央口 てんしば	9:30	JR南田辺駅
14	日	近笑会	浪花すみれの大阪大好きや⑨ 珍・浪花七福神めぐり	10km	JR森ノ宮駅 森之宮公園	8:45	JR新今宮駅
16	火	近笑会	紀州街道デレクターズカット	10km	南海泉大津駅 東口広場	8:45	南海貝塚駅
20	土	南大阪	北急線の新駅めざし千里の緑道を箕面へ歩こう	10km	北大阪急行 千里中央駅 南出口16番 千里東町公園	9:45	北大阪急行 箕面萱野駅
21	日	大步協	歴史いっぱい!“奈良の世界遺産”をめぐる	10km	JR郡山駅西出口	9:45迄	JR奈良駅
21	日	河内長野	大阪市ぐるり一周ウォーク⑧メトロ長原駅～あびこ駅	9km	長吉東部中央公園(メトロ長原駅2番出口)	9:00	メトロあびこ駅
23	火・祝	近笑会	佐太天神宮を経て京阪本線守口市駅まで	10km	京阪寝屋川市駅 せせらぎ公園	8:45	京阪守口市駅
24	水	関歩協	★大阪の8低山を巡ろう(茶臼山・御勝山・真田山)	10km	JR天王寺駅中央口 てんしば	10:00	JR森ノ宮駅
27	土	大步協	青空の下、伊丹空港で飛行機を見よう!	11・4km	JR北伊丹駅南口	9:45迄	JR伊丹駅
28	日	関歩協	鶴見緑地、大団いウォーク	11・8km	JR鴻池新田駅・寺島公園	9:45	JR野江駅

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。



(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ます。必要事項を記入して
いただき、ウォーク協会にお渡しください。

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 菜奈

三倉 佳奈

※写真はイメージです

信頼で地域とつながる

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おりません。

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

