

# スポーツ アウトドア



## スポーツ

### 100生涯スポーツ月例行事

#### ◆サイクリング 10月9日

(日) (雨天のときは16日(日)) 午前7時30分〜午後4時。JR尼崎駅改札口に集合し、JR篠山口駅でレンタサイクルし、史跡巡りなど約30kmを。

◆小学生4年生以上の人。小学生は保護者同伴で¥1000円、交通費・レンタサイクル代実費(不要)尼崎サイクリング協会松田宅 ☎6411・9621。

#### ◆ハイキング 10月23日(日)

(雨天のときは30日(日)) 午前9時〜午後4時。地下鉄新神戸駅北側改札口に集合し、修法ヶ原(神戸市)など約11kmを。小学生以下の方は保護者同伴で。¥1000円、交通費実費(不要)尼崎野外活動協会中村宅 ☎64331・6350 (午後6時〜9時)。

◆ジョギング 10月23日(日) 午前9時30分〜正午。西武庫公園野外ステーション前に集合し、3〜10kmの自由走などを。¥1000円(不要)尼崎走ろう会大島宅 ☎6481・0685。

#### オリンピックメダリストによる少年柔道教室

10月28日(金)午後6時30分〜8時、ベイコム総合体育館で、リオデジャネイロオリンピックで活躍した、井上康生監督・大野将平選手・松本薫選手・山部佳苗選手による指導を。

◆小学生(不要)スポーツ振興課 ☎6489・6752。見学もできます。

#### レインボースポーツスワール秋の健康フェア

10月28日(金)、ベイコム総合体育館で、青空ヨガや親子ダンスなどを。対象などはクラスにより異なります。①10月7日から電話か直接同館 ☎6481・0201(休月曜日)。

## アウトドア

### 自然と文化の森協会から

◆猪名川自然林で楽しもう  
おいしい木の実をさがして味わおう 10月9日(日)午前9時40分〜正午(雨天中止)。猪名川公

園南入り口に集合。小学生以下の方は保護者同伴で ¥200円(不要)福本宅 ☎090・4030・3833。

◆水辺で楽しもう 藻川の魚を釣ろう 11月6日(日)午前9時40分〜11時40分(雨天中止)。藻川中園橋河川敷に集合。小学生以下の方は保護者同伴で(先)50人 ¥200円(後)10月4日から電話で佐藤宅 ☎70・5651・1123。

### 青少年いこいの家

①ダッチオーブン料理 11月5日〜6日の1泊2日、野外料理を。④40人 ¥一般4000円、4歳児〜小学生3000円、3歳以下2690円  
②ジュニアいきいきアウトドア塾 11月19日〜20日の1泊2日、野外料理作りや火おこし体験などを。④小学生3年〜中学生 ④40人 ¥3000円。

①10月21日(必着) ②11月4日(必着)―までに往復はがきに住所・氏名・電話番号・Eメールアドレス・交通手段・食べ物のアレルギーの有無を書いて同いこいの家(〒666の0224川辺郡猪名川町万善字東山6の1) ☎72・768・0614)。