もみじだより ③
No. 859
令和4(2022)年3月1日

歩いて! 滝道週末ウォーキング まちやまウォーキング
体操して! 公園でラジオ体操
スタンプ集めて! もらっちゃお!

交換は今だけ!

なくなり次第終了です。交換はお早めに!

第28弾 数量限定 コラボ プレミアム缶バッジ

第28弾「直虎ちゃん」&「滝ノ道ゆずる」の激レア缶バッジ

1月に登場した「直虎ちゃん」と滝ノ道ゆずるのプレミアムコラボ缶バッジ第28弾は、話題を呼んで続々交換中!2人仲良く凧揚げを楽しむようすは、見ているだけで清々しい気持ちになれると大評判!空高く舞い上がる凧と同じように、缶バッジ人気もどんどん高まっています。

プレミアムコラボ缶バッジ第28弾は、なくなり次第終了です。交換はお早めに!「滝道週末ウォーキング」や「公園でラジオ体操」にどんどん参加してスタンプを集めよう!

滝ノ道ゆずる缶バッジ スタンプ30個ごと

缶バッジへの交換の際は、必ずスタンプ帳をご持参ください。

スタンプ帳配布及び缶バッジ交換場所

- ラジオ体操実施場所(スタンプ帳配布のみ)
- 市役所(医療保険・年金・介護窓口)
- 総合保健福祉センター
- 箕面公園管理事務所前のスタンプポイント(滝道週末ウォーキング・まちやまウォーキング開催時)

1回の参加でスタンプ2個ゲット!

滝道は最高のウォーキングコース!

せっかく箕面市に住んでいるんだから、滝道を歩かなきゃもったいない!!

滝道週末ウォーキング

みなさんの身近にある滝道は、美しい自然の中で適度な距離を歩ける、最高のウォーキングコース。箕面市では、滝道を気軽に歩いていただけるよう、滝道週末ウォーキングを実施しています。

落石防止ネットの張り替え工事などに伴い、キーワードポイントを瀧安寺山門前に設置しています。ハイキング道を通って箕面大滝へお越しの場合は、箕面大滝前のキーワードポイントもご利用いただけます。

開催日 毎週土曜日(事前申込不要 小学生以下は保護者同伴)

スタンプ押印時間 午前9時30分〜午後4時

スタンプ押印場所 箕面公園管理事務所前のスタンプポイント(箕面公園昆虫館の横)

初めて参加されるかた

滝道を歩いて、瀧安寺山門前の1キーワードポイントで「今週のキーワード」をチェック!

帰りに、箕面公園管理事務所前の2スタンプポイントでキーワードを伝えると、「スタンプ帳」とスタンプ2個がゲットできます!

※2回目以降は、スタンプ帳をお持ちください。

第1日曜日もスタンプ2個ゲットのチャンス!

毎月第1日曜日に「まちやまウォーキング」を開催!
コース上に設けられた3つのクイズに答えると、スタンプポイントでスタンプ2個をプレゼント。ぜひ、ご参加ください!
※滝道週末ウォーキングと同じスタンプ帳をお持ちください。

「まちやまウォーキング」について詳しくは
問メイプルハーツ箕面公園管理事務所 ☎721・3014 FAX721・3140

1回の参加でスタンプ1個ゲット!

たった3分間で行える全身運動

みんな一緒に集まって、楽しく朝の運動を!

公園でラジオ体操

ラジオ体操は、たった3分間で行える全身運動です。ラジオ体操を継続して行うことで、筋力アップや効率のよい有酸素運動ができ、シェイプアップにもつながります。

市内39カ所で実施中!

ラジオ体操実施場所	所在地	日時 ※祝日は実施していません。
新家児童遊園	粟生新家1丁目	月・水・金曜日、午前6時30分
箕面東公園	粟生新家2丁目	毎日、午前6時30分
スギ薬局 箕面東店	粟生外院1丁目	土曜日、午前8時50分
外院の里北公園	粟生外院4丁目	土曜日、午前6時30分
間谷西公園	粟生間谷東6丁目	月〜金曜日、午前6時30分※
粟生南公園	粟生間谷西3丁目	毎日、午前6時30分
石丸朝市開催場所	石丸1丁目	水・金・日曜日、午前9時
西脇遊園	稲2丁目	土・日曜日、午前6時30分
布ヶ池西公園	稲5丁目	月〜金曜日、午前6時30分※
稲ふれあいセンター	稲6丁目	月〜土曜日、午前9時30分※
今宮西公園	今宮4丁目	土曜日、午前7時
小野原南1号公園	小野原東3丁目	毎日、午前6時30分
仁鳥公園	小野原西6丁目	月〜金曜日、午前6時30分※
おひさまルームかやの	萱野1丁目	月曜日、午前11時45分※
総合保健福祉センターアトリウム	萱野5丁目	月〜金曜日、午前8時38分※
総合保健福祉センター中庭	萱野5丁目	水・日曜日、午前6時30分
青松園2号公園	外院3丁目	月〜金曜日、午前7時※
桜南公園	桜5丁目	土・日曜日、午前6時30分
てりは包カフェ	桜井1丁目	火・木曜日、午前11時※
ニューセンパハイツ北側広場	船場西1丁目	火・金曜日、午前8時50分
船場広場	船場東3丁目	月〜金曜日、午前7時※
箕面西公園	新稲3丁目	毎日、午前6時30分
木戸ヶ池緑地	西宿1丁目	火曜日、午後3時
みのおキューズモール キューズステージ周辺	西宿1丁目	水曜日、午後4時30分※
やなぎぶち公園	西宿2丁目	土曜日、午前7時
西宿1号公園	西宿3丁目	水曜日、午前10時30分
滝ヶ花公園	西小路3丁目	月・金曜日、午前7時30分
山手公園	如意谷4丁目	毎日、午前6時30分
白島荘正面玄関前	白島3丁目	火・金・日曜日、午前8時45分
唐池公園	坊島1丁目	月〜金曜日、午前6時30分
新池公園	坊島3丁目	水曜日、午前10時
坊の島公園	坊島4丁目	月〜金曜日、午前6時30分※
牧落八幡大神宮	牧落2丁目	月〜金曜日、午前6時30分※
ナギノ木公園	牧落3丁目	毎日、午前6時30分
そんぽの家S箕面唐池公園駐車場	箕面4丁目	水・金曜日、午前6時30分
芦原公園	箕面5丁目	毎日、午前6時30分
おひさまルームみのお	箕面6丁目	月曜日、午前11時45分※
箕面西北公園	箕面8丁目	月曜日、午前6時30分
瀧安寺前広場	箕面公園2番地内	毎日、午前6時30分

始めてくださるかたも募集中!

公園などで週1回以上定期的にラジオ体操を行い、一般の参加者を受け入れていただけるかた(個人またはグループ)に、ラジオ体操スタートセットを進呈!ラジオ体操を始めるに当たってのご相談は保健スポーツ室(☎724・6998)へ。ご連絡をお待ちしています。

ラジオ体操スタートセット

いつでもラジオ体操ができる「ラジオ体操CD」付き。

問保健スポーツ室 ☎724・6998 FAX724・6010

「みのおポスト」では、もみじだよりの一部を英語、中国語、韓国・朝鮮語で読むことができます。詳しくは国際交流協会(☎727・6912)へ。
THE MINOH POST provides information from"Momiji Dayori" in English, etc. Please contact MAFGA(☎727・6912).
在箕面信息里,可以看到「もみじだより」里的英语版,中文版,韩国,朝鲜语版。详细请同国际交流协会联系(☎727・6912)。
미노오포스트에서,「もみじだより」의일부를 영어 중국어 한국조선어판으로 보실수 있습니다. 자세한 것은 국제교류협회로(☎727・6912).

国際交流協会(MAFGA)ホームページ
mafga.or.jp

【人の動き/2022.2.1現在】 世帯数 62,451(−2)
男66,475(−25) 女72,643(3) 計139,118(−22)
( )内は前月からの増減

編集/箕面FMまちそだて株式会社 発行/箕面市役所
〒562-0003 大阪府箕面市西小路4-6-1 ☎072-723-2121 FAX072-722-7655
市ホームページ:www.city.minoh.lg.jp