

健康な身体づくり 「歴史を学習しながら、健康ウォーキング」しませんか？

人生 100 年の時代、自分で自分の身の回りのこと、さいごまで なんでもやれると良いですね
まずは足腰をしっかり保つことです。そのため日ごろから歩く努力から、はじめましょう。
時には、地域の歴史を思い浮かべながら歩くと楽しめます。

申し込み先 : azusaruku@gmail.com

参加料金 : 1千円(実施3名以上のとき) 1、2名の時: 一人2千円です、

{ **茂木地区 を歩く** } 終了後希望者は「いけす川正」で昼食(¥900)

A: 「 **交通機関発展前、雲仙への入口、茂木港町へ**
そして明治の面影も尋ね歩きます」

集合地 : 茂木バス停 (長崎行き側)
出発時間 : 10:00 所要時間 10:00~13:00 約9000歩
実施日 : 11月5日(日) 12月6日(水)



あずさるく
QRコード

{ **市内大浦地区を歩く** }

B: 「 **大浦居留地 英国商人リンガーさん一家の盛衰を偲んで歩く** 」

集合地 : みなと公園内ステージ階段付近 所要時間 10:00~13:00
出発時間 : 10:00 歩数約 8000歩
実施日 : 11月3日(金)、20(月) 23(木) 12月2日(土)、7日(木)

長崎で長い期間、貿易・興業し活躍した英国人貿易商人家族が、戦時体制で国外追放、敵扱い。
開戦前から財産没収された史実を現場を歩きながら外国生活の実態を学習します。
最初の入社地、リンガー製茶工場跡、グラバー園 (入園し家族三世代の住居生活確認)、
第二次戦争突入は！この努力・成果が剥奪され、長崎を撤退せざるを得ませんでした。
60歳以上の長崎市内高齢者の方は、イキイキカードなど住所・身分を証明するものあれば
グラバー園の入場料が免除されます。

{ **長崎中央市街地区を歩く** }

C: 「 **龍馬が目覚めた「長崎風頭山の山麓」を歩く** 」

集合地 ; 電停蛍茶屋下車コンビニ前 解散地 ; 長崎浜町アーケード街
出発時間 : 10:00 所要時間 : 10:00~12:30 10,000歩
実施日 ; 11月15日(水)

長崎はキリスト教基盤の街。ポルトガル船入港後、他藩の人材に護られ発展した都市
幕末江戸湾が海外の侵略に無防備だと慌てたが、長崎は 1600年代から対応した都市であった
お城はないが「ながさき」の、防備体制を探しながら歩きます。