## スタンプ押印欄

※スタンプの押印は1日1回限り

1　2　3

### 参加方法

このスタンプシートをご持参の上「堺 アルフォンス・ミュシャ館」に入館し、**4階**にてスタンプを押印してください。

スタンプ押印後はお好きなルートでウォーキングにお出かけください。
ゴールの設定はありませんのでご自分の体力や体調に合わせてお好きな場所で終了してください。

**何度でもご参加OK**

### 抽選会応募方法

3回目の参加で、スタンプを3つ押印された方は、必要事項を記入の上、応募用紙を2階受付スタッフにお渡しください。
※堺アルフォンス・ミュシャ館には記入場所、筆記用具、ハサミがありませんので、あらかじめご記入、キリトリをお済ませの上ご持参ください。
また、応募時にスタンプ3つの押印確認もさせていただきます。

○感染症等の予防対策は各自でお願いいたします。　○各施設や交通ルールをお守りの上ご参加ください。
○各施設の休館日・営業時間などは各自でお調べください。　○万が一、事件、事故が発生しても一切責任を負いかねます。
○気象状況、感染症の拡大によっては開催を中止する場合があります。

**お問合せ**　堺サンドイッチキャンパス事務局【いきいきライフ阪急阪神】　**06-6373-5377**（10:00～17:00・土日祝除く）

【主催】堺市 健康福祉局 長寿社会部 長寿支援課　【企画運営】阪急阪神ホールディングス株式会社・株式会社いきいきライフ阪急阪神
【共催】堺市 上下水道局　【協力】堺 アルフォンス・ミュシャ館

キリトリ

## 応募用紙

堺 アルフォンス・ミュシャ館には記入場所、筆記用具、ハサミがありませんのであらかじめご記入、キリトリをお済ませの上ご持参ください。また、応募時にスタンプ3つの押印確認もさせていただきます。

**ご希望賞品**

□ A賞　□ B賞　□ C賞　□ D賞　□ E賞

ご希望の賞品をチェックしてください。

**アンケート（○で囲んでください）**

●イベントの前から歩く習慣はありましたか?
**あまりない・週1～2回・週3回以上**

●イベントを通して歩く距離・回数は増えましたか?
**増えた・かわらない・減った**

●今回は誰と歩きましたか?
**ひとり・家族・知人・ペット・その他**

●これからも歩きたいと思いますか
**はい・いいえ**

| | | | |
|---|---|---|---|
| お名前 | フリガナ | 性別 | 男・女 |
| 年齢 | | 電話番号 | |
| 住所 | フリガナ<br>□□□-□□□□ | | |

※応募された応募用紙はお返しできません。　※応募後の賞品の変更はできません。　※当選の権利の他への譲渡、転売等は固くお断り致します。また、換金等にも応じられません。　※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。(8月予定)　※当選に関するお問合せは受け付けておりませんので予めご了承ください。　※ご記入いただいた個人情報は、当選者への商品発送、ご連絡のみに利用し、許可なく第三者に提供されることはありません。

あ・し・たで65歳からの明日をつくる
堺サンドイッチキャンパス

堺市在住65歳以上の方が対象です

参加無料

# 堺 まちなかマンホールウォーク

堺市介護予防「あ・し・た」プロジェクト

# スタンプシート

**2022年6月21日（火）～7月21日（木）**

受付：堺 アルフォンス・ミュシャ館（堺市立文化館）

受付時間/9:30～16:30　※休館日《6/27・7/4・7/11・7/19》の受付対応はありません。

## ウォーキング 3回参加で 抽選プレゼント

裏面の応募用紙でご応募ください。

**A賞**

ホテル阪急レスパイア大阪ペア宿泊券　**2組様**

**B賞**
有名健康機器メーカー体組成計　**3名様**

**C賞**

備蓄水(24本入り)　**3名様**

**D賞**

上下水道防災セット　**5名様**

**E賞**

ミュシャ館オリジナルクリアファイル《夢想》　**5名様**

※画像は全てイメージです。

## ウォーキング おすすめコース

### まちなかコース　ミュシャ館 ⇔ 堺東駅
距離 約1.5km　所要時間 約25分［ゆっくり］約30分［かなりゆっくり］

### 古墳コース　ミュシャ館 ⇔ 三国ヶ丘駅
距離 約2km　所要時間 約33分［ゆっくり］約40分［かなりゆっくり］

### 利晶の杜コース　ミュシャ館 ⇔ さかい利晶の杜
距離 約3.1km　所要時間 約45分［ゆっくり］約60分［かなりゆっくり］

## 01 堺東駅周辺のマンホールMAP

デザインマンホールを探してみましょう!

**夢想（ミュシャ）**
東方への旅行、交流が盛んになった19世紀のフランス。フランス画家の間では、オリエンタリズムが流行したため、胸元にはエジプトやペルシャを思わせるエキゾチックな半円型の飾りが描かれています。

## 02 さかい利晶の杜周辺のマンホールMAP

**市制100周年（南蛮船）**
市政100周年（平成元年）を記念して、南蛮船及び日本一古い木造の灯台（商業の海運貿易の歴史の町・堺をイメージ）をデザインした蓋を作成しました。

## 03 三国ヶ丘駅周辺のマンホールMAP

**世界文化遺産**
「百舌鳥・古市古墳群」の世界文化遺産登録（令和元年）を記念して、「百舌鳥古墳群周遊ナビ」につながるQRコードを付けた蓋を作成しました。

## ご存知ですか？ マンホールカード

マンホールカードは、下水道のことをもっと知って欲しいという広報のためにスタートしました。全国の自治体が発行していますが、その土地に行かないともらえないという特別感から人気を博し今では600種を超えるカードが発行されています。カードは、1人1枚無料でもらえます。

＼堺市でもらえるカードはこちら／

**アルフォンス・ミュシャ作品デザイン**

配布場所
**堺東観光案内所**
9:00〜19:00
（年末年始を除く）

**堺市制100周年記念デザイン**

配布場所
**さかい利晶の杜 1階受付**
9:00〜18:00
休館日:第三火曜日
（祝日の場合は翌日）
※6/21（火）は休館

堺市の**マンホールカード**について詳しくはこちら
https://water.city.sakai.jp/about/kouhou/1522311572373.html

堺市の**デザインマンホール**について詳しくはこちら
https://water.city.sakai.jp/about/kouhou/1615786327826.html

## 堺サンドイッチキャンパス

あ・し・たで 65歳からの 明日をつくる

堺市の介護予防プロジェクト**「堺サンドイッチキャンパス」**では、フレイルを予防する「あるく」「しゃべる」「たべる」を実行するため、多彩なテーマの、本格的な学びの講座を実施しています。楽しみながら得た新しい知識やスキルを「地域の中で」「誰かのために」活かすためのお披露目会も開催。

## イベント・関連施設紹介

堺まちなかマンホールウォーキング開催期間中にエリア周辺で行われているイベントや施設を紹介します。ウォーキングの途中などにぜひお立ち寄りください。

### 上下水道局からのお知らせ

**スマホアプリ「すいりん」を活用しよう!**

スマホアプリ「すいりん」は水道料金などのクレジット決済、ペーパーレス決済、使用水量の履歴確認、各種申込みができる便利なアプリです。是非、ご利用ください。

詳しくは、上下水道局HP

問 上下水道局お客様センター
TEL 0570-02-1132

### 堺 アルフォンス・ミュシャ館

**企画展**　アンニュイの小部屋
アルフォンス・ミュシャと宇野亞喜良
2022年7月31日(日)まで

ミュシャと宇野亞喜良、両者の作品の数々が一堂に会する初めての展覧会です。小さな美術館で"アンニュイ"に酔いしれませんか?

※堺市内在住の65歳以上の方は無料
《公的証明書提示必要（堺市「おでかけ応援カード」でも可）》

### 社交ダンス

**無料体験会**　はじめてのステップ 体験しませんか　対象：堺市在住 65歳以上

日　時：7/27(水)14:00〜16:00　会　場：フェニーチェ堺 大スタジオ
持ち物：動きやすい服装・動きやすい靴　参加費：無料
定　員：50名(先着順)

申込み　二次元コード もしくは TEL 06-6373-5377
堺サンドイッチキャンパス事務局（いきいきライフ阪急阪神）（10:00〜17:00・土日祝除く）