

令和 7 年 3 月 17 日

市政記者クラブ様

緑区区政部地域力推進課

担当：花田・金澤

(電話 625-3871)

緑区クアオルト®健康ウォーキング 新コースの完成式典等を開催します

緑区におけるクアオルト®健康ウォーキングの新コースの完成にあわせて、この度下記のとおり完成式典等を開催しますのでお知らせします。

当日は、参加者の皆様が元気にウォーキングしている様子などを、ご取材いただければ幸いです。

記

1 コース完成式典等の概要

(1) 鳴海地区「宿場町と芭蕉の風薫る鳴海コース」

- ① 日時：令和 7 年 3 月 20 日（木・祝） 午前 8：30～（予定）
- ② 場所：緑生涯学習センター（名古屋市緑区鳴海町字本町 54 番地）
- ③ ウォーキング参加定員：40 名程度
- ④ 来賓：株式会社日本クアオルト研究所 代表取締役 大城孝幸様
- ⑤ 式典の内容：「クアの道」認定証授与、実践指導者認定証授与、コース看板の除幕など
- ⑥ ウォーキング：参加者をグループに分け、健康チェック、ストレッチ体操実施後、順次出発

(2) 有松地区「江戸情緒と絞りのまち日本遺産有松コース」

- ① 日時：令和 7 年 3 月 22 日（土） 午前 8：30～（予定）
- ② 場所：ありまつ公園（名古屋市緑区有松 2505 番地）
- ③ ウォーキング参加定員：40 名程度
- ④ 来賓：株式会社日本クアオルト研究所 代表取締役 大城孝幸様
- ⑤ 式典の内容：「クアの道」認定証授与、実践指導者認定証授与、コース看板の除幕など
- ⑥ ウォーキング：参加者をグループに分け、健康チェック、ストレッチ体操実施後、順次出発

2 今後のウォーキングの開催

月 1～2 回程度（酷暑期除く）、鳴海、有松、大高の 3 地区 4 コースにて開催していく予定です。

【参考】

○新コースの紹介（別添、コースマップ参照）

（1）鳴海地区 「宿場町と芭蕉の風薫る鳴海コース」

旧東海道の江戸から40番目の宿場町として繁栄を極めたまちで、往時の生活感が伝わる小路、松尾芭蕉が通ったと言い伝えのある道や詠んだ句碑を訪れます。

復元された高札場、戦国時代に攻防があった城跡や砦跡、古民家が再生され活用されている「NARUMI 弥生の丘」を巡るほか、荘厳なたたずまいの成海神社では、悠久の歴史の一端にふれることができます。



復元高札場



成海神社

（2）有松地区 「江戸情緒と絞りのまち日本遺産有松コース」

旧東海道に面した日本遺産に認定されたまちなみとそれを取り囲む自然豊かな丘を巡ります。

江戸後期から昭和前期までの様々な時代の建物が建ち並ぶまちなみ、有松天満社の鎮守の森、細根山オアシスの森の竹林のたたずまいが心や体をリフレッシュさせます。



旧東海道のまちなみ



細根山オアシスの森の竹林

○「クアオルト®健康ウォーキング」とは

ドイツのクアオルト（健康保養地）で、自然の地形や風など活用して行われている運動療法を基に考案されたウォーキングです。生活習慣の改善やメンタルヘルスへの効果、認知症予防など、心身に良い効果が期待でき、健康づくりを目指すことができます。

専門のガイドと一緒に、豊かな自然を感じながら、「無理しない」「がんばらない」で適切な運動負荷をかけながら歩きます。

発祥の地ドイツでは、心筋梗塞や狭心症のリハビリ、高血圧の治療法として、公的医療保険の対象にもなっています。

緑区では、このウォーキング要素に加え、地域の歴史文化にもふれることができ、自然を感じながらウォーキングできるコースを設定しています。