



## ホッとする秋の一身田寺内町と高田本山専修寺のんびりウォーク 高田本山・寺内町ウォークに参加しよう!



問い合わせ 文化振興課 ☎229-3250 FAX229-3344

**10/21** 日 9:30~10:30 受け付け  
近鉄・高田本山駅前集合

国宝に指定された高田本山専修寺御影堂・如来堂と、古いまち並みが残る一身田寺内町をのんびり歩くイベントです。

専修寺では僧侶による説明を聞きながら国宝建築物を見学し、寺内町の史跡12カ所では、一身田寺内町ほっとガイド会による案内があります。他にも、一身田寺内町観光振興懇話会によるおもてなしプレゼントや「国宝記念メダル」などが当たるイベントもあります。事前の申し込みは不要ですので、気軽にご参加ください。



**コース** 近鉄・高田本山駅→一御田神社→高田本山専修寺→窪田の常夜灯→一身田商店街→一身田寺内町の館→近鉄・高田本山駅(約6km)  
※専修寺での僧侶による説明(全2回)は、受け付け時の申し込み制で各回先着100人です。



第6回吉田沙保里杯

## 津市少年少女レスリング選手権大会



問い合わせ スポーツ振興課 ☎229-3254 FAX229-3247

**11/3** 土祝 12:30~ **11/4** 日 9:30~  
サオリーナメインアリーナ

オリンピック金メダリスト吉田沙保里選手の参加の下、未来のメダリストを目指す高校生までの選手が熱戦を繰り広げます。ぜひ応援に来てください!



少人数制で森林セラピーの奥深さを体験しよう

## 森林セラピストにおまかせ! 秋

問い合わせ 美杉総合支所地域振興課 ☎272-8082 FAX272-1119

**11/18** 日 9:00~15:00  
大洞山石畳コース 他

森と健康のスペシャリストである森林セラピストが、「森林散策と草木染め」や「苔むした石畳コースとコケのインテリア作り」など、自信を持ってお勧めするコースとメニューで、参加者をおもてなしします。各コースの内容については気軽にお問い合わせください。

**定員** 各コース10人

**費用** 3,000円~(保険代、昼食代を含む)

**申し込み** 電話で美杉総合支所地域振興課へ

**申込期間** 10月9日(火)~11月2日(金)



エアソファで瞑想



ネイチャーゲーム



草木染め



深呼吸&ストレッチ