ショートコース 1

ネイチャー発見

生き生きリフレッシュコース

約2.1km　約30分

消費カロリー
男 約140kcal
女 約110kcal

通学路として朝夕賑わう玉造駅周辺、昔からのお店が立ち並ぶ日之出通商店街など活気あふれるところです。昼間や土日にはスポーツを楽しむ人がたくさん集う真田山公園では、四季折々の自然が楽しめます。

スタート！ → JR玉造駅 (約8分) → 三光神社 (約1分) → 真田幸村公之像・史跡 真田の抜け跡 (約3分) → 天王寺スポーツセンター (約1分) → 真田山公園 (約11分) → 日之出通商店街 (約8分) → JR玉造駅 → ゴール！

Map ア なにわ七福神

「なにわ七福神」の一員「寿老人」がまつられていて、毎月7日には多くの参拝者が訪れます。根の部分だけの鳥居跡は貴重な戦跡史料です。

三光神社 さんこうじんじゃ

Map イ 大阪城に通じる道!?

豊臣方・真田軍が大阪城へつながる地下道を掘ったと言われる場所。
戦況の伝達用か、最後を覚悟した逃げ道か、それとも隠し財宝が…。

真田の抜け跡 さなだのぬけあと

Map ウ みんなの遊び場

足を止めると季節の花や虫たちが見えてきます。
余裕があれば園内にあるジョギングコースの側をめぐり距離を稼ぐのもよいでしょう。

真田山公園 さなだやまこうえん

掲載のイラスト、写真、文章の著作権は、(社)天王寺区医師会に帰属します。無断転用を禁じます。