

■交通アクセス■

- ◆電車・バスをご利用の方
 - 京阪本線：枚方市駅北口から
京阪バス出屋敷下車 東へ200m
 - JR学研都市線：長尾駅から
京阪バス出屋敷下車 東へ200m
 - JR学研都市線：藤阪駅から
北西へ700m
- ◆お車をご利用の方
 - 京都方面からは第二京阪道路の
「枚方東IC」出口より約10分
 - 大阪方面からは第二京阪道路の
「枚方学研IC」出口より約15分



駐車料金

車種別	時間	料金
普通車	1時間まで	420円
	1時間～2時間まで	520円
	2時間～3時間まで	620円
	3時間～4時間まで	720円
	4時間～5時間まで	830円
	5時間～6時間まで	930円
大型車	4時間まで	1,030円
	4時間～24時間まで	2,060円

バーベキュー広場のご利用について

- 火を使える時間は 9時～17時までです
- 地面の上で直接火を焚かないでください
- プロパン・カセットコンロは危険なため、使用禁止です
- 灰は灰捨て用ドラム缶に捨ててください
- 食べ残しやその他のゴミはお持ち帰りください
- トイレで鉄板などを洗わないでください
- 運転する方はアルコールを飲まないでください
- テント・ターフは使用できます
(但し、パラソルは風で飛ぶと危険なため使用しないでください)

山田池公園だより

2014年
第6号(冬)



私たちは公園から始まる心とからだの健康づくりを推進しています
<http://parkhealth.jp>



山田池公園ホームページ

← こちらのQRコードからアクセスしてください

※スマートフォンやモバイルからアクセス!



山田池公園facebook

← こちらのQRコードからアクセスしてください

— コインロッカー設置のお知らせ —

南地区パークセンターの更衣室に
コインロッカーを設置しました
1日1回 100円でどなたでもご利用いただけます
利用時間は9時30分から16時30分までです
ジョギングなどで荷物を預けるのにご利用ください

— レンタサイクルのご案内 —

貸出は無料です!
どうぞ、お気軽にご利用ください
貸出時間は 10:00～16:00です
詳しくは、管理事務所までお願いします



冬のおすすめイベント



新春 もちつき

平成27年1月11日(日)
10:00～12:00

昔なつかしい、もちつきを楽しみましょう

参加費:無料
募集人数:先着30家族 ただし、小学生以下の子供を含む家族
場所:実りの里休憩所前広場
※当日先着100名様に「ぜんざい」が振舞われます
◆お問い合わせ 山田池公園パークセンター 072-866-6132

早春の俳句大募集

平成27年2月15日(日)
～3月1日(日)

梅にまつわる俳句を募集いたします
梅林特設掲示板に設置している応募用紙に書いて応募箱に入れてください
◆お問い合わせ 山田池公園パークセンター 072-866-6132

じゃがいもの植え付け体験会

平成27年2月8日(日)
10:00～12:00

親子でじゃがいもの植え付けを体験してみませんか

参加費:無料
募集人数:先着20家族 ただし、小学生以下の子供を含む家族
場所:実りの里 棚田
◆お問い合わせ 山田池公園パークセンター 072-866-6132

山田池 アインちゃん
チャリティマラソン

平成27年2月22日(日)
9:00～14:00

みんなの優しさを集めた
チャリティ防災公園スポーツイベント
◆お問い合わせ
山田池アインちゃんマラソン実行委員会
Tel 072-849-5352



山田池公園 冬のおすすめ



山田池公園

花木園 梅林

スタート

ゴール

SJメイト

地図の印 約250メートルの間にSJメイトを設置しています。また、スタート地点には、スロージョギングについての説明看板を設置しています。

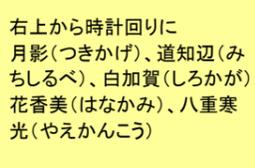


梅見

花木園の梅林には、約20種300本の梅の木があります。花の見頃は2月末から3月上旬です。(気候により期間は前後します)『八重寒紅(やえかんこう)』という品種の開花が一番早く、1月の末頃から咲き始めます。そのあと白梅、しだれ梅と咲いていきます。



右上から時計回りに
月影(つきかげ)、道知辺(みちしるべ)、白加賀(しろかが)、
花香美(はななみ)、八重寒光(やえかんこう)



スロージョギング始めませんか

スロージョギングは、歩くのと同じぐらいの速度で走るだけ。たったそれだけなのに、体力がアップし、体重が減って、アンチエイジングにつながるのです。ちょっとしたコツを覚えるだけで、誰でもできて、膝などの関節に負担が少ないので、無理なく続けることができます。山田池公園には、SJメイトといって、スロージョギングのために、1分間に走った距離を計る路面標を設置しています。(地図参照)



6つのおすすめコースができました

ウォーキングやジョギングのための、6つのモデルコースの地図を用意していますので、ぜひご活用ください。(HPまたは管理事務所に)

- 山田池ほりコース(距離 約2200メートル)
- 北地区周回コース(距離 約2400メートル)
- 公園周回ロングコース(距離 約4000メートル)
- 南地区2kmコース(距離 約2000メートル)
- 南地区1kmコース(距離 約1000メートル)
- 山田池6橋巡りコース(距離 約2400メートル)

トピックス

冬は公園で
バードウォッチング!



オシドリ 冬鳥 45cm
色のきれいなのが♂、地味なのが♀ 多い時は200羽ほどもやってくる

秋から冬にかけて、北の国から渡り鳥が日本に渡ってきて、春には北に帰ります。この季節は山田池公園でも多くの方が撮影や観察に訪れます。山田池公園で冬のあいだに見られるおもな渡り鳥を紹介します。

- ◆水辺で見られる鳥
オシドリ、マガモ、ミコアイサ、カンムリカイツブリ など
- ◆林で見られる鳥
アオバト、シロハラ、ツグミ、ルリビタキ、ジョウビタキ、シメ、イカル など

写真、情報提供: 枚方いきもの調査会



アオバト♂ 冬鳥 33cm
ドングリが好物
オスは肩羽が栗茶色、メスは緑



カンムリカイツブリ 冬鳥 56cm
水面では首が長く白く見える
水に潜る



ミコアイサ 冬鳥 42cm
愛称は「パンダ」 水に潜る



ルリビタキ 冬鳥 14cm
オスは体の上面は青(写真 左)
オスメスとも脇は橙色

公園利用者のご意見コーナー

<その1>
公園で、ジョギングをしたいのですが、上着や荷物を預かってもらえる場所があると良いのですが。

<その2>
公園でコスプレをしたいのですが、着替えができる場所があると良いのですが。

などのご意見がありましたので...

パークセンターの開館時間中で、ボランティアの予定が入っていない日は、パークセンターの更衣室を無料でお使いいただけます。また、1回100円で使えるコインロッカーも設置しました。ご利用の際は、パークセンター窓口へ声をかけてから、お使い下さい。

