

A vibrant, cartoon-style illustration of a garden. In the foreground, there are several plants: a tall, thin stem with small yellow flowers and green leaves on the left; a central stem with large, rounded green leaves; and a single yellow daisy-like flower on the right. A small blue bird is flying in the upper right corner against a bright yellow background. The entire scene is framed by a thick yellow border.

A ウォーキング=気楽・お手軽という感覚で、準備運動をしない人は多いもの。ちょっとしたことで、捻挫や大きなケガにつながることもあるので歩く前にウォーミングアップを心がけましょう。

また、どこまで歩くのか事前に計画を立てるのもいいでしょう。スマホ用アプリ「よどちゃんと健康チャレンジ」(淀川河川公園)を使用すれば、淀川河川敷に設置されたチェックポイントを巡って楽しく運動するとともに、移動距離や消費カロリーを記録することができます。【<https://yodoch.com>】

A 長い時間ウォーキングをすると足に疲労が溜まってきます。ウォーキングのあとはマッサージでケアしてあげましょう。足のマッサージは心臓から遠い順に足の裏→甲→アキレス腱・ふくらはぎ→ふとももの順に行っていきます。この順にマッサージを行うことで、足の血行やリンパの流れが促進されます。足の裏のつばを押す事も効果がありますので、試してみましょう。老廃物を取り除いて次の日に疲れを残さないようにしたいものです。

A ウォーキングにおいて水分補給は特に大切。これを怠ると体の温度が上昇しすぎたり、脱水症状を起こしたりと危険なことだらけ。目安としては、3～4時間の歩行時間で1～1.5リットル程度をこまめに取るようにしよう。

A 休憩時間の取り方で、疲れ具合に大きな差がでるもの。そこで、基本としたいのが1時間に約10分を目安に取ることが望ましい。

A 真夏の炎天下でのウォーキングは行わないのが理想ですが、ウォーキング中には下記の点に気をつけましょう。

- 帽子・日傘などで直射日光を避ける
- こまめな水分の補給をする
- 吸汗性、速乾性にすぐれた素材のものを着用する
- 歩く場所はできるだけ日陰を選ぶ

どれだけ気をつけても具合が悪くなってしまったら

- 日陰で休む
- 水分補給
- 首筋、両脇、太ももの内側を水や濡れタオルで冷やす

などの対処をしましょう。それでも具合の良くならない場合は、病院へ行くなどして対処することが大切です。

主 催

琵琶湖・淀川流域圏再生推進協議会

近畿地方整備局、近畿運輸局、近畿農政局、近畿中国森林管理局、
近畿経済産業局、近畿地方環境事務所、
三重県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、京都市、大阪市、天津市、
独立行政法人水資源機構（オブサパー）

みずべプロムナード Guide Map

みずべ ゆう ほ 遊歩BOOK

水でつなく琵琶湖・淀川流域圏



琵琶湖・淀川流域圏再生推進協議会

淀〜枚方

- 今回の紹介コース
- みずべpromナード
- みずべpromナード(未)
- 代替ルート
- 舟運(既存)
- 舟運(構想)
- 流域ミュージアム案内所



※下水道科学館は、リニューアルに伴い当面の間休館です。

ここが見どころ

Best View



▲江戸時代のたたずまいを残す枚方宿



▲ 春にさくらであい館から360°
桜が満喫できる景色は圧巻。



▲ 枚方大橋の上から眺める淀川の風景はまさに雄大。

おすすめスポット

ちょっと歩き疲れたな。この街の歴史ってどんなだろう？
いろいろな「おすすめスポット」をちょっと紹介！

さくらであい館



木津川、宇治川、桂川の三川合流地点にあり、展望塔からは1.4kmの背割堤の桜など景色を360°満喫できる。館内では、河川と公園、周辺地域の様々な情報を紹介。毎月の定期市(ミュージック&マルシェ)や四季折々の催しも充実。

エジソン碑



偉大な発明王、エジソンが白熱炭素電球発明の際、そのフィラメントに使用した「八幡の竹」。それを記念して建てられたのがこの碑。世界的発明の影に、日本の竹が使用されていたことに驚かされる。

淀川資料館



開館時間 10:00～16:00
休館日 第3土曜日・第3日曜日・祝日、年末年始(12月29日～1月3日)
入館料 無料

市立枚方宿鍵屋資料館



開館時間 9:30～17:00(受付は16:30まで)
休館日 毎週火曜日(祝日の場合は翌日休館) 年末年始
入館料 大人…200円、小中学生…100円

自然をはじめ、歴史、文化、河川整備事業まで、あらゆる角度から淀川を紹介。模型や写真、映像など多彩な展示で、淀川について広く知識を深めることができる。不定期に開催される企画展も必見!

江戸時代、枚方宿で繁盛した船待ちの宿、「鍵屋」の主屋と昭和初期に建てられた豪壮な和風建築である別棟からなる資料館。別棟1階は淀川の舟運、鍵屋の歴史など6種類の展示コーナーがある。鍵屋主屋は市指定有形文化財となっている。

石清水八幡宮



宇佐神宮、鶴岡八幡宮と並び日本三大八幡宮の一つ。徳川家光により造営された社殿は重要文化財に指定されている。造営された(現在の)社殿は、厄除けの神様として、また源氏が氏神と崇め必勝の神様とし広く信仰を集めている。

神應寺

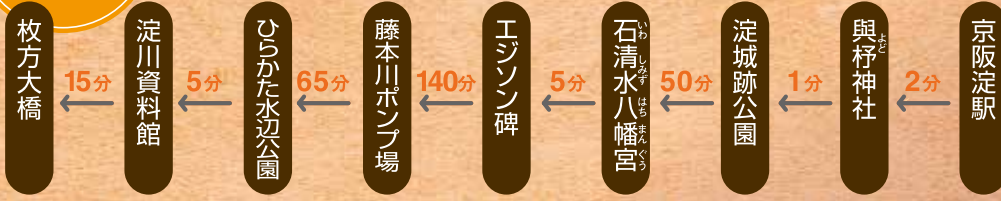


江戸時代の大坂の豪商、淀屋辰五郎の墓があることで有名なお寺。彼は世界に先駆けて先物取引を行い、大坂を「天下の台所」に仕立て上げた人物。淀屋が架けた橋「淀屋橋」として彼の名前は現在も生き続ける。

周辺ガイド

ウォーキングコース

あくまでも目安だよ！
自分のペースで!



★ 星マークの場所で川の情報が手にはいるよ!

流域ミュージアム案内所からのお知らせ

琵琶湖・淀川そのものを水に関わる自然・歴史・文化等について学習・体験できる場所として活用することをコンセプトとしたのが「流域ミュージアム」。今回紹介する淀川～枚方エリアでは、さくらであい館やひらかた水辺公園近くの淀川資料館など(★マークの場所)で、川の自然や歴史・文化に関する様々な情報が手に入る。気軽に訪れてみよう。

凡例

- みずべプロムナード
- 舟運
- う回路
- お弁当スポット
- トイレ
- ビューポイント
- ベンチなど休憩所
- 駐車場 ※の駐車場は土日のみ利用可 2019.3現在

琵琶湖・淀川流域圏の再生



琵琶湖・淀川流域圏再生推進協議会

みずべプロムナード

ネットワーク

琵琶湖・淀川流域圏の再生

琵琶湖・淀川流域圏を健全な姿で次世代に継承するため、「水でつなぐ人・自然・文化」を基本コンセプトに、流域圏のあらゆる関係機関が連携して、「歴史・文化を活かし自然と共生する流域圏・都市圏の再生」の実現を目指しています。具体的には、水辺・水際の動線を確保するためのみずべプロムナードの整備、水辺に棲む生物の生息・生育・繁殖環境を保全・再生するためのワンドやたまりの整備、琵琶湖の生態系を再生するための水質・底質の改善等を行っています。

琵琶湖 淀川 再生

検索

琵琶湖 (京都市)

琵琶湖・淀川流域圏の再生計画 (平成17年3月策定)

新浜田んぼ池

フナ達魚の放流 (滋賀県草津市)

みずべプロムナードの整備

淀川、木津川、桂川、猪名川などの各河川沿いや琵琶湖周辺に、舟運、サイクリング、ウォーキングで水辺をつなぐ「みずべプロムナードネットワーク」を構築しています。そのため、遊歩道、航路等の連続性の点検を行い、河川環境への影響や利用の動向を踏まえた上で、分断されている箇所の計画的な解消を図ることとしています。現在、みずべプロムナードは、ネットワークとして635kmが整備されています。(平成31年3月)

流域ミュージアム案内所

予約なしでお気軽にお越しいただける施設です。
※団体でお越しの場合は、予めご連絡をください。
お気軽に流域の情報をご覧いただける施設です。
見学には事前にご予約が必要な施設です。

凡例

みずべプロムナード (整備済み)
公共交通機関による代替ルート
舟運 (既存)
琵琶湖・淀川流域圏界
船着場 (河川管理用の施設)
船着場 (一般利用も可能な施設)
※一部事前使用の調整が必要な施設も含みます

流域図のプロムナードネットワークのうち、ガイドマップを片手に散策やサイクリング、舟運を楽しんでいただけるルートについて推奨する取り組みを進めています。

ひらかた (歴史街道・淀川水辺) コース
鴨川ルート
淀川 (淀〜枚方) ルート
淀川舟運ルート
猪名川・千里川周辺 園田駅〜蛍池駅 散策ルート
京都八幡木津 自転車道線ルート
木津川上流周辺 笠置〜伊賀上野駅 散策ルート
名張川周辺赤目口〜名張市街地散策ルート
淀川 (淀〜枚方) ルート
瀬田川ぐるりさんぽみち
琵琶湖疏水周辺 大津〜銀閣寺 疏水ルート
白川周辺 北白川〜祇園 散策ルート
白川舟運ルート
ひらかた (歴史街道・淀川水辺) コース
鴨川ルート
淀川 (淀〜枚方) ルート
淀川舟運ルート
猪名川・千里川周辺 園田駅〜蛍池駅 散策ルート
京都八幡木津 自転車道線ルート
木津川上流周辺 笠置〜伊賀上野駅 散策ルート
名張川周辺赤目口〜名張市街地散策ルート

「この地図は、国土地理院長の承認を得て、同院発行の数値地図20000(地図画像)及び数値地図25000(地図画像)を複製したものである。(承認番号 平25情保、第824号)」

流域ミュージアム案内所

流域ミュージアム案内所は、この琵琶湖・淀川流域圏をひとつとしてとらえ、流域のあるがままの姿を“生きた博物館”と見立てる「流域ミュージアム」の理念に賛同し、その拠点としてお互いに連携しながら様々な情報発信に取り組んでいます。

上水
下水
環境
防災
利用

上水道に関する施設や、展示・情報提供を行っている。
下水道に関する施設や、展示・情報提供を行っている。
自然環境や水環境に関する展示・情報提供を行っている。
洪水や浸水、濁水などに対する防災に関する展示・情報提供を行っている。
河川利用に関する情報提供や利用申請管理を行っている。

分野

体験
見学
生物
会議・研修

体験型施設・展示物がある。
施設や史跡の見学ができる。
生物が飼育されていて見ることができる。
会議室や研修室があり、使用できる。

特長

予約なしでお気軽にお越しいただける施設です。

※団体でお越しの場合は、予めご連絡をください。

1 下水道科学館

下水道科学館

大阪市のくらしを支える下水道の役割や、下水道の仕組みと重要など多岐にわたる内容の体験施設により、わかりやすく、楽しみながら学ぶことができます。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 大阪市此花区港見1-2-53

電 話: 06-6466-3170

開館時間: 9:30~17:00(入館は16:30まで)

休 日: 毎週月曜日(月曜日が休日の場合は翌日、年末年始)

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

2 津波・高潮ステーション

津波・高潮ステーション

かつて大阪を襲った高潮や、近い将来起きる大津波を襲うとされている南海トラフ巨大地震とともに、地震、津波発生時の対応等を学ぶ、広く開かれた施設です。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 大阪市東淀川区江之子2-1-64

電 話: 06-6541-7799

開館時間: 10:00~16:00

休 日: 毎週火曜日(火曜日が祝・休日の場合は翌平日)、年末年始

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

3 川の駅 はちけんや

川の駅 はちけんや

淀川舟運の地であり熊野街道の拠点でもあった「川野宿」にちなみ川に寄り添った「観光・交流の拠点」を「熊野街道施設」等があります。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 大阪市中央区北浜東1-2

電 話: 06-6942-0555

開館時間: 10:00~17:00

休 日: 年末年始

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

4 水道記念館

水道記念館

水道100年の歴史、暮らしと水道の関わり等についてわかりやすく紹介しています。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 大阪市東淀川区東島1-3-1

電 話: 06-6324-3191

開館時間: 10:00~16:00

休 日: 平日(春休み・夏休み期間中は閉館)(詳しくは大阪市HPにて、開館日カレンダーをご覧ください)

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

9 地方独立行政法人大阪府立環境農林水産総合研究所 生物多様性センター

地方独立行政法人大阪府立環境農林水産総合研究所 生物多様性センター

大阪の生物多様性に関する調査研究に取り組んでいます。センターでは大阪にすむ生物に関する展示等を通じ、生物多様性に関する情報を発信しています。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 大阪府豊川市木曽野原10-4

電 話: 072-833-2770

開館時間: 9:30~17:00(12月から3月は午後4時まで)(団体予約要)

休 日: 土、日、祝日、年末年始(12/29~1/3)

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

お気軽に流域の情報をご覧いただける施設です。

5 淀川河川公園 守口サービスセンター

淀川河川公園 守口サービスセンター

淀川河川公園について紹介しており、運動施設等の利用申し込み受付等を行っています。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 大阪府守口市外島町7-6

電 話: 06-6993-0684

開館時間: 9:00~17:00

休 日: 無し

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

7 淀川河川公園 島崎サービスセンター

淀川河川公園 島崎サービスセンター

淀川河川公園について紹介しており、運動施設等の利用申し込み受付等を行っています。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 大阪府津守町下町1091

電 話: 077-568-4811

開館時間: 9:30~17:00(入館は16:30まで)

休 日: 水曜日(水曜日が祝日の場合はその翌日または翌々日)、年末年始

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

8 淀川河川公園 太間サービスセンター

淀川河川公園 太間サービスセンター

淀川河川公園について紹介しており、運動施設等の利用申し込み受付等を行っています。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 大阪府津守町太間7-31

電 話: 072-838-0688

開館時間: 9:00~17:00

休 日: 無し

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

15 滋賀県琵琶湖環境科学センター

琵琶湖環境科学センター

琵琶湖や琵琶湖の環境に関する資料の閲覧ができる環境観察館を設けています。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 滋賀県大津市城崎5-34

電 話: 077-525-4800

開館時間: 8:30~17:15(観覧料は月〜水曜日の10時~16時開館)

休 日: 土、日、祝日、年末年始、夏季特別休館期間

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

17 独立行政法人水資源機構 木津川ダム総合管理所

木津川ダム総合管理所

高山ダム、青森ダム、室生ダム、布田ダム、北条川ダムの役割、流域の環境等について、様々な資料等でも情報発信しています。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 三重県名張市下比奈町2811-2

電 話: 0995-64-8961

開館時間: 8:45~17:15

休 日: 土、日、祝日、年末年始

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

10 淀川資料館

淀川資料館

自然・歴史・文化から淀川改修事業まで、淀川をあらゆる角度からわかりやすく紹介しています。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 大阪府大阪市東2-2-13

電 話: 072-846-7131

開館時間: 10:00~16:00(平日は無人運営を行っています)

休 日: 第3土曜日・第3土曜日・第3土曜日・第3土曜日(詳しくはホームページをご覧ください)

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

11 淀川河川公園背割堤サービスセンター (淀川三川合流域さくらであい)

淀川河川公園背割堤サービスセンター (淀川三川合流域さくらであい)

淀川河川公園や淀川三川合流域の環境について紹介しており、会議室等の利用申し込み受付等を行っています。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 大阪府三川町三川町1-1

電 話: 075-633-5120

開館時間: 9:00~17:00

休 日: 年末年始(12月29日~1月3日)

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

12 三栖間門資料館

三栖間門資料館

三栖間門の役割や仕組みについて模型展示等により、わかりやすく紹介しています。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 大阪府吹田市西宮町1-1

電 話: 072-843-2861(休日)

開館時間: 9:00~16:30(団体予約要)

休 日: 月曜日(月曜日が祝日の場合はその翌日)、年末年始(12月29日~1月3日)

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

13 水のめぐみ館 アクア琵琶

水のめぐみ館 アクア琵琶

模型や映像、ゲーム感覚で楽しく学べるクイズ・南たいけん屋等を通して、琵琶湖の環境や琵琶湖・淀川の洪水の歴史、人々の関わり等を学べます。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 滋賀県大津市東津 4-2-2

電 話: 077-546-7348

開館時間: 9:30~16:30

休 日: 年末年始

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

14 琵琶湖疏水記念館

琵琶湖疏水記念館

建設当時の疏水開通の経緯や、工事に開いた人々の苦労など、貴重な資料を展示しています。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 京都市左京区南禅寺町17

電 話: 075-752-2530

開館時間: 9:00~17:00(入館は16:30まで)

休 日: 毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は翌平日)、年末年始(12月29日~1月3日)

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

16 滋賀県立琵琶湖博物館

琵琶湖博物館

「湖と人間」をテーマに、琵琶湖の誕生から現在までの長い歴史や、人と生き物との関わりについて楽しく学べます。また、琵琶湖の自然史の博物館です。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 滋賀県草津市下町1091

電 話: 077-568-4811

開館時間: 9:30~17:00(入館は16:30まで)

休 日: 水曜日(水曜日が祝日の場合はその翌日または翌々日)、年末年始

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

18 独立行政法人水資源機構 日吉ダム管理所

独立行政法人水資源機構 日吉ダム管理所

日吉ダムや水の役割、環境保全の取り組み等について、紹介、情報発信をしています。地域の防災についても学習できます。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 大阪府堺市日吉町中津ヶ谷28

電 話: 0771-72-0171

開館時間: 10:00~15:00

休 日: 土、日、祝日、年末年始

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

6 大阪広域水道企業団水道見学施設 (庭瀬浄水場)

大阪広域水道企業団水道見学施設 (庭瀬浄水場)

安全でおいしい水道水がどのようにつくられているのか見学いただけます。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 大阪府堺市大東区2-30-18

電 話: 06-6902-3215

開館時間: 9:30~12:00(午後の部 13:00~16:00)

休 日: 年末年始(12月29日~1月3日)

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

19 独立行政法人水資源機構 一庫ダム管理所

独立行政法人水資源機構 一庫ダム管理所

一庫ダムの役割、環境保全の取り組みや地域の連携したさまざまな活動について、紹介、情報発信をしています。

分野: 上水, 下水, 環境, 防災, 利用

所 在 地: 兵庫県川西市一庫町4-1

電 話: 072-794-6671

開館時間: 8:45~17:15

休 日: 土、日、祝日、年末年始

特長: 体験型施設

特長: 見学

特長: 生物

特長: 会議・研修

ここに掲載している情報は、平成31年3月時点のものです。 詳細については、各案内所にお問い合わせください。



桂川・宇治川・木津川の三大河川が合流する壮大な風景と城跡や宿場町^{しゆくばまち}といった歴史風情を堪能できるのがこのエリアの魅力。また、この季節、土手沿いの目にも鮮やかな草の緑、可憐な花の黄色、青色などが目を楽しませてくれる。さあ、川べりの春を探しに淀川散歩へでかけよう！

步行距離: 14.5km

ゴルフ地点
周辺図



枚方大橋



船着場

淀川アクア
シアター

淀川

----- みずべプロムナード
 今回のルート



GOAL

みなも かいろう
水面回廊

清流の近くでしか見られない
鳥として有名なのがカワセミ。
しかし意外にも山田池や天野
川、枚方市内で生息が確認さ
れているのだとか。運が良け
れば淀川でカワセミとの貴重
な出会いがあるかも!?

枚方市の鳥
カワセミ



明治十八年
洪水碑

郵便屋の

木南邸

浄念寺

本
陸

くらわんか

じょう や と
常夜燈

淀川資料館

枚方橋跡

そうざつじ
宗左の汁

京阪 枚方市駅

枚方市役所

1 ひらかた水辺公園



24.7haの広大な面積を誇る河川公園。広い芝生広場には所々に木陰があり、散歩や休憩に最適。船着場には月1回の定期船が寄港し、定期市で賑わう。

2 | みなも かい ろう
水面回廊



淀川に近接した運河に整備されている水と歴史のふれあい広場。かつて淀川を航行していた三十石船のミニチュアが置かれ、枚方宿と淀川の関わりに触れることができる。

3 | 宗左の辻



京街道と磐船街道の合流点で、
かつて製油業を営んでいた商人・
角野宗左の屋敷があったことか
ら、宗左の辻と呼ばれる。宗左の
辻の道標は、市の登録文化財と
なっている。

4 | お ちゃ や ご てん あと
御茶屋御殿跡



御茶屋御殿は豊臣秀吉によって建てられ、江戸時代には2代将軍徳川秀忠、3代目将軍徳川家光が訪れました。展望広場から見る淀川の風景はまさに絶景のひとつ。

道中案内

