

2021年8月4日



## JRヘルシーウォーキング秋開催 北海道の秋を歩く 39 コース

JR北海道では、北海道内の駅を中心とするウォーキングイベント「JRヘルシーウォーキング」を開催しています。9～11月までの秋の開催コースでは、参加者数が30万人を達成したことから「30万人達成記念ウォーク」を設定するなど、多くのお客様にお楽しみ頂けるよう様々なコースをご用意しました。

また、「いつでもウォーク」の「洞爺ウォーク」では、7月27日に世界遺産への登録が決定した「北海道・北東北の縄文遺跡群」の「入江貝塚」「高砂貝塚」を巡ることもできます！

ご家族やお仲間をお誘いあわせのうえ、ぜひご参加ください。

### JRヘルシーウォーキングとは…

JR北海道の駅を中心に、健康増進を目的とするウォーキングイベントです。

例年、春から秋にかけて、土・日・祝に開催する「イベントウォーク」、開催期間中お好きな日に参加できる「いつでもウォーク」があります。両ウォークともに、参加料無料・予約不要で参加できます。

### ■イベントウォーク

#### ▼実施期間

2021年11月20日（土）までの土・日・祝 全13回

#### ▼参加方法

- ①専用ホームページやパンフレットから参加するコースを決めよう！
- ②JRに乗って、開催地へ！ ※駐車場・駐輪場はありません。
- ③スタート受付でコースマップを受け取って、ウォーキングスタート！
- ④ウォーキング終了後、ゴール受付でポイントゲット！



JRヘルシーウォーキング  
イメージキャラクター「歩くん」



## ■いつでもウォーク

---

### ▼実施期間

2021年11月19日（金）まで 全26コース

### ▼参加方法

①専用ホームページやパンフレットから参加するコースを決めよう！

②参加コースが決まったら、専用ホームページからコースマップをダウンロード

※コースマップは、イベントウォークでも配付しています。お気軽に受付スタッフへお声掛けください。

※いつでもウォークの各開催駅には、コースマップを設置していませんので、事前のご準備をお願いします。

③JRに乗って開催駅へ！コースマップを忘れずに！

④開催駅到着後、ウォーキングスタート！

※いつでもウォークは、当日の受付はありません。お客様ご自身でコースマップをご確認の上、ウォーキングをお楽しみください。

⑤ウォーキング終了後、開催駅または指定の場所で参加証明を受けよう！

※参加証明を受けたコースマップは、後日参加のイベントウォーク受付スタッフにお渡しください。後日、ポイントが付与されます。

「コースマップ」は、専用ホームページからご覧いただけます！  
※イベントウォークは、各開催日の約1週間前に掲載予定。



## ■みどころ・おすすめコースのご紹介

---

### 北海道新幹線5周年記念コース

北海道新幹線開業5周年を記念して、奥津軽いまべつウォーク（9/26開催）にご参加のお客様へ「北海道新幹線オリジナルグッズ」をプレゼント！

**イベントウォーク** 奥津軽いまべつウォーク／9月26日（日）開催

青森県の無形民俗文化財「荒馬」の資料館見学や、道の駅いまべつへ立ち寄るコースです。北海道新幹線に乗って、ぜひご参加ください！



荒馬の里資料館



北海道新幹線オリジナルグッズ  
「非接触型キーホルダー」

## 「炭鉄港」コラボコース

対象ウォークの中から5コースに参加して、スタンプを集めたお客様の中から抽選で1,000名様に、炭鉄港オリジナル記念冊子をプレゼント！

### <対象ウォーク>

**イベントウォーク** 追分ウォーク（9/19開催）、小樽築港～小樽ウォーク（10/30開催）

**いつでもウォーク** 石狩沼田ウォーク、赤平ウォーク、芦別ウォーク、新夕張ウォーク、栗山ウォーク



道の駅あびら D51 ステーション（9/19 追分ウォーク）



手宮線跡及び附属施設（10/30 小樽築港～小樽ウォーク）



炭鉄港オリジナル記念冊子

応募方法等の詳細は、空知総合振興局のホームページをご確認ください。



空知総合振興局ホームページ

## 30万人達成記念コース

これまでご参加いただいた皆さまへ感謝を込めて、「30万人達成記念コース」では追加ポイントをプレゼント！

### <対象ウォーク>

**イベントウォーク** 9月26日（日）奥津軽いまべつウォーク 特典：5ポイントアップ

**イベントウォーク** 10月23日（土）白老ウォーク 特典：1ポイントアップ

**イベントウォーク** 11月14日（日）北広島ウォーク 特典：1ポイントアップ

**いつでもウォーク** 洞爺ウォーク 特典：2ポイントアップ

※洞爺ウォークのポイントアップは、2021年4月以降にご参加いただいた方すべて対象とします。

## 世界遺産「北海道・北東北の縄文遺跡群」を巡るコース

上期より継続設定している「いつでもウォーク」の「洞爺ウォーク」では、7月27日に世界遺産への登録が決定した「入江貝塚」「高砂貝塚」を巡ることができます。ウォーキングをしながら、縄文時代の暮らしを感じてみてはいかがでしょうか？

<対象ウォーク> **いつでもウォーク** 洞爺ウォーク



入江貝塚

出典：JOMON ARCHIVES（洞爺湖町教育委員会撮影）



高砂貝塚

出典：JOMON ARCHIVES（洞爺湖町教育委員会撮影）

### ■今後の開催計画

9～11月の開催計画をお知らせします。

#### <イベントウォーク開催計画>

開催日		開催駅	ポイントアップ等
9月5日	(日)	五稜郭	1ポイントUP
9月12日	(日)	桑園	
9月19日	(日)	追分	炭鉄港コラボ
9月23日	(木祝)	北見	1ポイントUP
9月26日	(日)	奥津軽いまべつ	5ポイントUP 北海道新幹線5周年記念 30万人記念
10月3日	(日)	伊達紋別	
10月9日	(土)	恵庭	
10月16日	(土)	新得	1ポイントUP
10月23日	(土)	白老	1ポイントUP 30万人記念
10月30日	(土)	小樽築港～小樽	炭鉄港コラボ
11月6日	(土)	札幌	
11月14日	(日)	北広島	1ポイントUP 30万人記念
11月20日	(土)	苗穂	

※8月21日(土)砂川ウォーク、8月28日(土)江別ウォークについては、8月までのパンフレットおよび専用ホームページをご覧ください。

<いつでもウォーク開催計画>

開催日	開催駅	ポイントアップ等
11月19日（金）までの毎日 ※一部コースで除外日あり	根室	1ポイントUP
	厚岸	1ポイントUP
	川湯温泉	1ポイントUP
	清里町	1ポイントUP
	池田	1ポイントUP
	稚内	1ポイントUP
	留萌	1ポイントUP
	石狩沼田	炭鉄港コラボ
	赤平	炭鉄港コラボ
	芦別	炭鉄港コラボ
	上富良野	
	新夕張	炭鉄港コラボ
	栗山	炭鉄港コラボ
	由仁	
	千歳	
	厚別	
	百合が原～篠路	
	八軒～新川	
	余市	
	倶知安	
	ニセコ	
	萩野～白老	
	洞爺	2ポイントUP 30万人記念
	長万部	1ポイントUP
大沼公園	1ポイントUP	
七飯	1ポイントUP	



専用ホームページ : <https://www.jrhokkaido.co.jp/travel/walking/index.html>

～JRヘルシーウォーキングに関するお問い合わせは～

【JRヘルシーウォーキング事務局】 ☎ 011-219-8641 (平日9:00～17:00)

## JRヘルシーウォーキングでは、以下の感染症対策を実施します

JRヘルシーウォーキングでは、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、以下の感染症対策を実施します。

### ○受付スタッフの体調管理・マスクの着用

受付スタッフは検温および体調管理に努め、マスクまたはフェイスシールド等を着用して対応します。

### ○定期的に消毒

受付テーブルおよび機器類等は、定期的に消毒を行います。また、イベントウォーク時の受付付近にアルコール消毒液を設置します。

### ○イベントの工夫

イベントウォークのスタート・ゴールにおいて、ソーシャルディスタンスの確保ならびに参加者ご自身でコースマップをお取りいただくなど、可能な限り、接触機会を減らして対応します。

### ○検温の実施

イベントウォークのスタートにおいて、検温を行います。



イベントウォーク受付時の消毒液設置の様子

## JRヘルシーウォーキング実施について

新型コロナウイルス感染症等の影響により、急遽中止や内容の変更をさせていただく場合がございます。JRヘルシーウォーキングホームページにて最新の情報をご確認の上、ご参加ください。

※写真・イラスト等は、すべてイメージです。