

2026  
JRヘルシーウォーキング

予約  
不要!

当日参加  
OK!

1pt

NEW コース 25 いつでもウォーク

さっぽろウェルネスコース!

# 札幌苗穂地区の工場・記念館群と イオンモール札幌苗穂ウォーク

企画実施：JR北海道 共催：札幌市

開催駅 苗穂駅～白石駅  
◆スタートとゴールが異なります。

受付時間 9:00～16:00まで

スタート/ゴール 苗穂駅～白石駅  
(注)参加証明受付箇所は白石駅です。

コース距離 (所要時間) 基本コース 約10.5km(2.5時間)

開催期間 2026年4月18日(土)～  
11月8日(日)までの毎日

注 私有地や、農地、漁場等には、絶対に入らないでください。

基本コース 消費カロリー 約595kcal



JRヘルシーウォーキング  
イメージキャラクター「歩(あゆむ)くん」



苗穂駅  
スタート

残り約3km

残り約1km

白石駅  
ゴール

## ご案内

「北海道鉄道技術館」は毎月第2・4土曜日(13:00～16:00)開館 ※都合により臨時休館の場合があります。  
「福山醸造醤油蔵」「雪印メグミルク酪農と乳の歴史館」の工場見学等については予約が必要です。お客様ご自身で見学日時・詳細等をご確認うえご予約をお願いします。

参加証明	お客様記入欄
白石駅	会員番号 必ずご記入ください。
確認日	※ポイント加算は、1コース1回限りです。
<p>・会員番号が空欄の場合、ポイント加算ができません。 ・会員カードをお持ちでないお客様については、イベントウォークにご参加のうえ、会員カードを取得してください。</p>	

※開催地までの交通費、施設見学料、飲食等の費用は自己負担となります。  
※参加中のけがや病気・事故については、弊社(事務局含む)は一切の責任を負わないものとします。  
※万一の場合に備え、マイナ保険証等をご持参ください。  
※参加するにあたり、道路交通法、交通ルール・マナーを遵守してください。  
※コースを示す矢印看板などはありません。また、巡回スタッフもおりません。  
※コース途中で工事や障害等がある場合、お客様の判断により、中止及び回避・迂回等の対応をお願いします。  
※ウォーキングコース周辺では、野生動物がいる場合があります。注意案内などをよく見ながらウォーキングしてください。  
※コース上の各施設では、休日や営業時間の変更がある場合がありますので、ご自身で事前にお調べください。



# 普段のお買物に運動をプラス! ＼はじめよう!/ イオンモールウォーキング

## イオンモールウォーキングとは?

雨でも雪でも、昼夜を  
問わずどなたでも!

**イオンモールをウォーキングコース  
としてご利用いただけます**

楽しいショッピングだけでなく、お客さまの健康的なライフスタイル実現をサポートする取り組みとしてイオンモール館内をウォーキング場として開放する“モールウォーキング”。時間や天候に左右されず、安心・安全・快適なイオンモール館内で気軽にウォーキングを始めてみませんか?

## ＼モールウォーキングが快適な4つのポイント!／

お買物ついでに時間を有効活用!

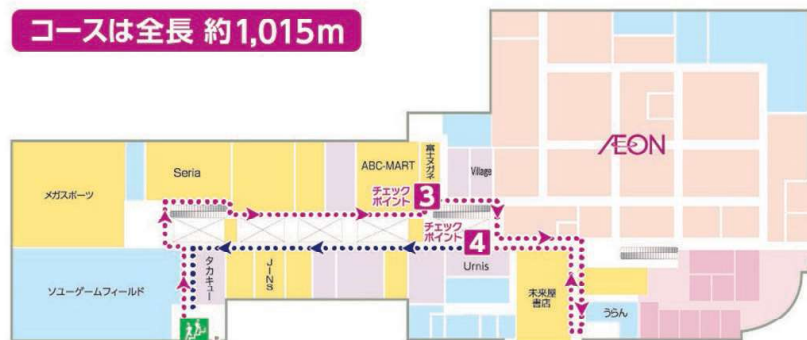
時間や天候に左右されない!

安心の休憩スペース

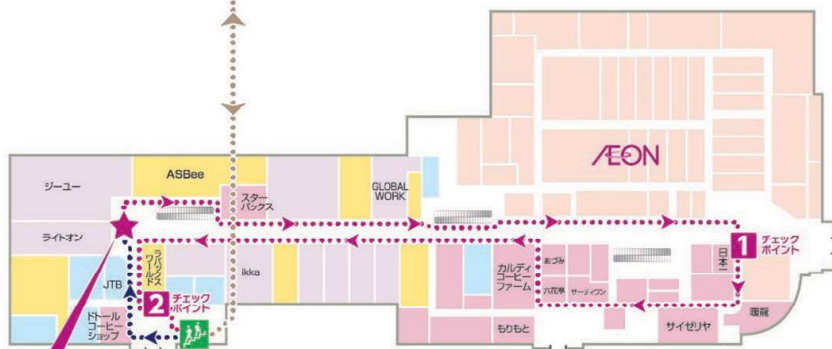
自動販売機・飲食店が充実!

## イオンモール札幌苗穂 ウォーキングコース

2F コースは全長 約1,015m



1F



タッピー

スタート 0 チェックポイント  
ゴール 5 チェックポイント

※「タッピー」は東区のマスコットキャラクターです。