交通のご案内

※各会場とも、駐車場のご用意はありません。公共交通機関をご利用ください。
※第1回会場・第2回会場の最寄り駅には誘導員がおります。
※受付場所は予定です。変更がある場合は、大会ホームページでお知らせします。

第1回会場 歴史と自然を歩く ～神宮外苑・新宿ウォーク～

スタート・ゴール会場　聖徳記念絵画館前

●JR総武線「信濃町駅」から徒歩3分
●都営地下鉄大江戸線「国立競技場前駅」から徒歩5分

第2回会場 眺望を楽しむ！ 多摩トレックコース

スタート・ゴール会場　多摩中央公園

●京王線・京王相模原線「京王多摩センター駅」から徒歩7分
●小田急線・小田急多摩線「小田急多摩センター駅」から徒歩6分
●多摩モノレール「多摩センター駅」から徒歩6分

スマホウォーク デフリンピックの舞台へ！ 歴史・自然・スポーツの風を感じる散歩道

大井ふ頭中央海浜公園エリア

スタート　雪が谷大塚駅

●東急電鉄池上線「雪が谷大塚駅」西口

スマホウォーク TOKYOのレトロを感じる街歩きコース

吉祥寺エリア

スタート　一橋学園駅

●西武鉄道「一橋学園駅」南口

スマホウォーク 古き良き下町を巡るお散歩コース

谷根千エリア

スタート　日暮里駅

●JR京成電鉄「日暮里駅」西口
●JR山手線・京浜東北線・常磐線・京成本線「日暮里駅」西口

郵送でのお申込について

❶「TOKYOウォーク2025 参加申込用紙」に必要事項を記入し、チラシから切り取る。
❷TOKYOウォーク2025大会事務局宛てに封書で送付
❸大会事務局到着後内容を確認し、参加費のお支払い用の振込先をはがきにて送付いたします。
※期日までにお支払いをいただき、確認後申込完了とさせていただきます。

■TOKYOウォーク2025 参加申込用紙記入例

TOKYO ウォーク 2025 参加申込用紙

氏名	ウォーク　太郎	TEL	090 - ●●×× - ●●××
		生年月日	1959 年 1 月 1 日　満 66 歳
住所	〒×××-△△△△　東京都○○市○○町 ○-×		

日付	会場	コース	金額	備考
10/25	聖徳記念絵画館前	☑ロング □ミドル □ショート □たてもの巡り	1,000 円	
12/6	多摩中央公園	□ロング ☑ミドル □ショート □たてもの巡り	2,000 円	2名で参加*

＊複数名で申込みの場合、別途名前と生年月日を欄外へご記入ください。

郵送先

〒170-0013
東京都豊島区東池袋4-23-13 中川ビル2F
TOKYOウォーク2025事務局
電話番号:03-5427-0600

（キリトリ）

TOKYO ウォーク 2025 参加申込用紙

氏名		TEL	-	-
		生年月日	年　月　日	満　歳
住所				

日付	会場	コース	金額	備考
10/25	聖徳記念絵画館前	□ ロング □ ミドル □ ショート □ たてもの巡り	円	
12/6	多摩中央公園	□ ロング □ ミドル □ ショート □ たてもの巡り	円	

わくわくウォーク

定員　各回4,000人（1会場あたり）
参加費　一般1,000円　中・高校生・75歳以上500円　※小学生以下無料

第1回 歴史と自然を歩く ～神宮外苑・新宿ウォーク～

スタート・ゴール会場　聖徳記念絵画館前
開催日　10月25日(土) ■ 事前申込締切 10月15日(水)

第2回 眺望を楽しむ！ 多摩トレックコース

スタート・ゴール会場　多摩中央公園
開催日　12月6日(土) ■ 事前申込締切 11月26日(水)

TOKYOたてもの巡りウォーク　同時開催

歴史的な建物、最新の建物、ちょっとオシャレな建物など、音声ガイドを聞きながら東京の建物を巡る新しいウォークです。

TOKYOウォークマルシェ　同時開催

スタートゴール会場で、グルメ・物販ブースが勢揃い。
ウォーク参加者の応援や、公園への散歩などファミリーで遊びに行こう！

スマホウォーク

実施期間　令和7年10月1日(水)～12月21日(日)

デフリンピックの舞台へ！ 歴史・自然・スポーツの風を感じる散歩道

スタート　雪が谷大塚駅　大井ふ頭中央海浜公園エリア　距離：約16.0km
コース概要　桜坂や池上本門寺を巡る自然と文化の体験コース

TOKYOのレトロを感じる街歩きコース

スタート　一橋学園駅　吉祥寺エリア　距離：約12.6km
コース概要　吉祥寺エリアの街並みを感じる散策コース

古き良き下町を巡るお散歩コース

スタート　日暮里駅　谷根千エリア　距離：約10.9km
コース概要　谷中銀座商店街・上野恩賜公園を巡るのんびりお散歩コース

問い合わせ
TOKYOウォーク2025事務局
TEL:03-5427-0600　Mail:info@tokyo-walk.jp　受付時間:10:00～17:00(※土日祝・年末年始除く)
※スマホウォーク実施期間中は土日祝日も10:00～17:00で対応いたします

TOKYO ウォーク 2025

ともに歩こう！

わくわくウォーク

みんなでウォーキングを楽しみましょう♪

第1回 **10月25日(土)**
スタート・ゴール会場　聖徳記念絵画館前
事前申込締切日　10月15日(水)

第2回 **12月6日(土)**
スタート・ゴール会場　多摩中央公園
事前申込締切日　11月26日(水)

参加費　事前申込 1,000円　当日申込 1,500円
＊中・高校生・75歳以上500円引き　小学生以下無料
※ただし、小学生以下は、保護者の同伴(有料)をお願いいたします。
小学生以下のお申込みは当日申込のみです。

定員　各回4,000人

2コース完歩した方にはオリジナルメダルをプレゼント！
※1回目の参加者にお配りするパスポートを持ち込みいただくとゴール後にメダルを贈呈します。
※TOKYOたてもの巡りウォークもメダル贈呈の対象となります。

TOKYOたてもの巡りウォーク　同時開催

歴史的な建物、最新の建物、ちょっとオシャレな建物など、音声ガイドを聞きながら東京の建物を巡る新しいウォークです。

参加費　1人 1,000円

TOKYOウォークマルシェ　同時開催

スタートゴール会場に、グルメ・物販ブースが勢揃い。
ウォーク参加者の応援や、公園への散歩などファミリーで遊びに行こう！

(公財)東京都スポーツ文化事業団
マスコットキャラクター

スマホウォーク

JAPAN100で、スマートフォン片手に
自分のペースでウォーキングを楽しめます。

全3コース

期間　10月1日(水)～12月21日(日)
参加費　無料
※参加方法はホームページをご覧ください。

2コース以上完歩された方にはオリジナルピンバッジをプレゼント！

公式ホームページ https://www.tokyo-walk.jp　TOKYO ウォーク 2025　検索

日本市民スポーツ連盟
(IVV-JAPAN)公認大会

問い合わせ **TOKYOウォーク2025事務局**　【TEL】03-5427-0600　【Mail】info@tokyo-walk.jp　【受付時間】10:00～17:00(土日祝・年末年始を除く)
※スマホウォークの実施期間中は土日祝日も10:00～17:00で対応いたします。

主催 公益財団法人 東京都スポーツ文化事業団
一般社団法人 日本ウォーキング協会 JAPAN WALKING ASSOCIATION
共催 産經新聞社
特別協賛 LION
協賛 ZENRIN
協賛 Calbee

わくわくウォーク

ウォーキングマナー 5ヶ条
みんなで守り、気持ちの良い大会にしましょう
1. 明るく元気に歩き、歩く土地に感謝して
2. 広がらない、はみ出さない、参加者だけの道じゃない
3. 「ながらウォーク」はやめましょう
4. 信号はあなたを守る。あわてずあせらず待つ余裕
5. 自分のゴミ、自分の責任持ち帰り

第1回 歴史と自然を歩く ～神宮外苑・新宿ウォーク～

ロングコース……約18km 聖徳記念絵画館前～ 明治神宮 ～ 新宿御苑 ～ 皇居 を巡るコース

ミドルコース……約11km 聖徳記念絵画館前～ 表参道ヒルズ ～ 新宿御苑 ～ 須賀神社 を巡るコース

ショートコース…約3km 聖徳記念絵画館前～ 明治神宮外苑 ～ 南青山三丁目 ～ 仙寿院 を巡るコース

TOKYOたてもの巡りウォーク 受付時間 10:00～10:30

※一部コース、距離が変更になる場合がございます。最新情報は公式HPをご確認ください。

- スタート・ゴール会場：**聖徳記念絵画館前**
- 開催日：**10月25日(土)** ■事前申込締切 **10月15日(水)**
- スタート受付時間：ロング 8:30～9:30　ミドル 9:30～10:30　ショート 10:30～11:30
- ゴール時間：15:30まで

第2回 眺望を楽しむ！多摩トレックコース

ロングコース……約18km 多摩中央公園～ 鎌倉街道 ～ 多摩丘陵パノラマの丘～ 永山北公園 を巡るコース

ミドルコース……約10km 多摩中央公園～ 富士山眺望 ～ 野津田公園 ～ 一本杉公園 を巡るコース

ショートコース…約5km 多摩中央公園～ サンリオピューロランド ～ とちのき公園 ～ 豊ヶ丘南公園 を巡るコース

TOKYOたてもの巡りウォーク 受付時間 10:00～10:30

※一部コース、距離が変更になる場合がございます。最新情報は公式HPをご確認ください。

- スタート・ゴール会場：**多摩中央公園**
- 開催日：**12月6日(土)** ■事前申込締切 **11月26日(水)**
- スタート受付時間：ロング 8:30～9:30　ミドル 9:30～10:30　ショート 10:30～11:30
- ゴール時間：15:30まで

TOKYOウォークマルシェ 同時開催

スタートゴール会場で、グルメ・物産ブースが勢ぞろい。
ウォーク参加者の応援や、公園への散歩など
ファミリーで遊びに行こう！

わくわくウォーク募集要項

事前申込

J-Walkingエントリー 下記URLへアクセス(24時間受付)

▼第1回 10月25日(土)聖徳記念絵画館前
URL:https://jwalking.jp/zenkoku/tw-2025-10/

▼第2回 12月6日(土)多摩中央公園
URL:https://jwalking.jp/zenkoku/tw2025-12/

※参加料のお支払いをもって、受付完了となります。
※参加料と別途、手数料が210円かかります。
4,001円以上の場合5.2%の手数料がかかります。

イーモシコム e-moshicom

第1回 10月25日（土）聖徳記念絵画館前
https://moshicom.com/129722/

第2回 12月6日（土）多摩中央公園
https://moshicom.com/129725/

スポーツエントリー

①電話申込 0570-039-846(平日10:00～17:00)
※電話申込の場合、通信料はお申込み者負担となります。

②インターネット 右のQRコードまたは
下記URLへアクセス(24時間受付)
URL:http://i.spoen.net/101521

※お1人ずつのお申込みとなります。
※参加料のお支払いをもって、受付完了となります。
※参加料と別途、手数料が①は300円以上、②は220円以上かかります。

「参加申込用紙」にて郵送

チラシに記載の「参加申込用紙」を切り取り、事務局に郵送ください。

※申込用紙確認後、事務局より振込先をお伝えいたしますので、お振込みをお願いいたします。
※振込確認後、お申込手続きは完了となります。
※郵送費、振込手数料が別途かかります。

参加費

わくわくウォーク

	大人	中・高校生・75歳以上
事前申込	1,000円	500円
当日申込	1,500円	1,000円

小学生以下 無料

※ただし、小学生以下は、保護者の同伴(有料)をお願いいたします。
小学生以下のお申込みは当日申込のみです。

TOKYOたてもの巡りウォーク 参加費 一人 1,000円

参加資格

・居住地・国籍・年齢・性別など一切問わず、どなたでも参加できます。
・交通ルール、ウォーキングマナーなど「申込規約*」を守れる方
※ただし、小学生以下は保護者の同伴(有料)、介助者の必要な方は介助者の同伴(有料)をお願いします。
＊申込規約については公式HPをご確認ください。

当日申込 小学生以下(参加費無料)は、当日申込のみの取り扱いとなります。

当日、参加されるコースの受付時間内に「当日申込受付カウンター」に直接お越しください。参加費のお支払いは、現金及び電子マネーでのお取り扱いとさせて頂きます。
※電子マネーのチャージはできません。
※小学生以下・中・高校生・75歳以上の方は、受付の際に年齢を確認できる健康保険証(写)等をご提示ください。
※イベントにおける安全確保のため、参加多数となった場合に参加をお断りさせていただく場合がございます。HPや公式SNSでお知らせさせていただきますので、ご確認をお願いいたします。

申込登録の確認

・参加費のご入金が確認された時点で申込完了となります。
・申込完了後、各申込サイトでご入力いただいたメールアドレス宛に、大会開催日の約1週間前までに、大会事務局から参加案内をメールにてお送りさせていただきます(お電話や郵送でのお申込み、会場でのお申込みでメールアドレスをご記入いただいていない方には郵送でご案内をお送りさせていただきます)。
・大会当日は、参加案内を必ず持参ください。この参加案内でスタートの受付を行います。

日本市民スポーツ連盟(IVV-JAPAN)公式大会について

IVVの認定を希望する方は、当日完歩後に会場にてお渡しいたします。

定員

わくわくウォーク 4,000人

定員に達した際はそれ以降のお申込を中止させていただきます。
※スタート会場にお越しいただき、順次ウォーキングをスタートします。

持ち物

・参加案内　・健康保険証(写)
・タオルまたはハンカチ　・飲料
※天候によっては雨具(カッパ推奨)のご用意をお願いいたします。
※水分補給や帽子をかぶる他、暑さ対策や寒さ対策を心がけましょう。

免責範囲

参加者は事前に健康診断を受けるなど、万全な健康管理のもとに参加してください。万一事故が発生した場合、主催者は応急処置以外の責任は負いませんのでご了承ください。
参加者は傷害保険に加入しています。傷害保険料は、参加費に含みます。

＜傷害補償適用範囲＞

- 事前申込の方：イベント当日、本イベント参加のため自宅を出てから指定コースを歩き、自宅に戻るまで
- 当日申込の方：スタート地点から指定コースを歩き、ゴール地点まで

その他

本イベントへの参加に当たっては、以下に掲げる事項のほか、公式HPに掲載する全ての申込規約に同意していただく必要があります。
・参加者は当日配布されるコースMAPを見て、各自の責任においてコースを歩いてください。
・参加者の手荷物預かりのサービスはありません。
・参加に当たっては、交通ルール及びウォーキングマナーを守り、主催者の指示に従ってください。また会場等における拡声器・看板・横断幕やのぼり旗等の使用や、本事業の趣旨と異なる行為はご遠慮ください。万が一、主催者の指示に従っていただけない場合には、参加等をお断りする場合があります。
・イベント中の映像・写真・記事等に関するテレビ・新聞・雑誌・インターネット等への掲載権と肖像権はすべて主催者に属します。
・雨天の場合も原則開催しますが、荒天・地震・事件・事故、新型コロナウイルス感染症等の感染症・疫病流行等、参加者の安全が確保できない可能性がある場合は、本イベントを中止・中断することがあります。
・本イベントを中止する場合は、公式HPにてご案内します。
・荒天・地震・事件・事故、新型コロナウイルス感染症等の感染症・疫病流行等、主催者の責によらない理由でイベントが中止・中断になった場合、参加費の返金は致しかねます。
・申込完了後、自己都合(キャンセル)等による返金は致しかねます。

スマホウォーク募集要項

参加費

無料 ※1人ずつの申込み

参加資格

・居住地、国籍、年齢、性別など一切問わず、どなたでも参加できます。
・JAPAN100の利用登録ができる方
・交通ルール、ウォーキングマナーなど「申込規約*」を守れる方
＊申込規約については公式HPをご確認ください。

実施期間・募集期間

令和7年10月1日(水)～12月21日(日)

※期間内に各自のタイミングで参加できます。
※実施期間中はお申込み完了後、即日の参加が可能となります。

申込方法

下記申込ページよりお申込みください。
https://japan-100.com/tokyowalk2025

JAPAN 100

持ち物

- JAPAN100にアクセスができるモバイル端末
- タオルまたはハンカチ
- 健康保険証(写)
- 飲料など

※天候によっては雨具(カッパ推奨)のご用意をお願いいたします。
※水分補給や帽子をかぶる他、暑さ対策や寒さ対策を心がけましょう。
※スマートフォンの充電は、参加前に十分にしてください。モバイルバッテリーがあるとさらに安心です。
※参加者は、上記の申込方法より参加登録してください。
※参加者はコースMAPを見て、各自の責任においてコースを歩いてください。
なお、スマートフォンを見る際に歩きスマホにならないようご注意ください。

日本市民スポーツ連盟(IVV-JAPAN)公式大会について

IVV認定は完歩時のアンケート画面から申請し、開催期間終了後に日本ウオーキング協会から郵送します。
※後日IVV認定のアンケートフォームにてJAPAN100のユーザーIDの記載をお願いいたします。
※入力に不備、IDの特定ができない、またはスポットのチェックインが未完了の場合認定証のご送付は行えない場合があります。

その他

参加者は事前に健康診断を受けるなど、万全な健康管理のもとに参加してください。
＜傷害補償適用範囲＞ 参加前日までに申込の方：イベント当日、本イベントの参加のため、自宅を出て、指定コースを歩き、自宅に戻るまで。
参加当日に申込の方：申込コースのスタート地点からゴール地点まで。

免責範囲

本イベントへの参加に当たっては、以下に掲げる事項のほか、公式HPに掲載する全ての申込規約に同意していただく必要があります。
・参加されるコース内の全スポットのチェックイン(スタンプ獲得)をしてください。
・夜間など暗い時間帯での参加を見合わせていただき、日の入り(17時前後)までに完歩するよう計画してください。(イベント事務局の受付時間は10:00～17:00です。)
また、交通ルール及びウォーキングマナーを守り、主催者の指示に従ってください。万が一、主催者の指示に従っていただけない場合には、参加をお断りする場合があります。
・荒天時(台風、豪雨、大雪等)の歩行は、転倒や思わぬ事故等による怪我の恐れがありますので、参加をお控えください。
・荒天・地震・事件・事故・新型コロナウイルス感染症等の感染症・疫病流行等、参加者の安全が確保できない可能性がある場合は、本イベントを中止・中断することがあります。
・本イベントを中止する場合は、公式HPにてご案内いたします。
・イベント中の映像・写真・記事等に関するテレビ・新聞・雑誌・インターネット等への掲載権と肖像権はすべて主催者に属します。

イベント主催者プライバシーポリシー

(1)個人情報の取扱いについて
個人情報保護管理者：公益財団法人東京都スポーツ文化事業団　事務局長　　一般社団法人日本ウオーキング協会　事務局長
(2)個人情報の利用目的
本イベントへの申込み、ご案内等の連絡の実施、サービス提供及びイベントの実施・運営に必要な範囲内で利用いたします。
(3)その他
①お預かりした個人情報は、本事業を共同して行う、公益財団法人東京都スポーツ文化事業団及び一般社団法人日本ウオーキング協会と共同利用することがございます。尚、公益財団法人東京都スポーツ文化事業団及び一般社団法人日本ウオーキング協会との間では、協定書を結び、情報管理についての取り交わしを行っており、個人情報の授受は、記録が残るよう安全な形式で行います。
②公益財団法人東京都スポーツ文化事業団及び一般社団法人日本ウオーキング協会は、前項の利用目的の達成に必要な範囲で、お預かりした個人情報を業務委託先に委託することがございます。
③個人情報の開示、訂正、削除等についてご質問・ご相談のある方は、
公益財団法人東京都スポーツ文化事業団お客さま相談窓口(Tel:03-6380-4955)
または、一般社団法人日本ウオーキング協会 (Tel:03-5816-2175)にお問合わせください。