



# さわやかウォーキング

2017年12月9日(土)開催

スタート受付時間 8:30~11:00



## 家族でだんらん歩いて街中散策スポーツ&健康フェスタ

■スタート駅/東海道線 藤枝駅 ■コース距離/約7.5km ■所要時間/約2時間20分

※諸般の事情により、開催および関連イベントが中止になる場合があります。お出かけの前にご確認ください。

### コース順路

距離表示はあくまでも目安です。

ゴール受付時間  
11:00~15:30



※コース順路に記載していない施設等への無断立ち入りはおやめください。

### みどころ

#### 千貴堤・瀬戸染飯伝承館 (開館9:00~)

東海道の名物として広く知られてきた「染飯(そめいい)」や江戸時代に大井川の洪水から領内を守る為に千貫(一貫は1000文)の費用をかけて築いた千貫堤の資料を中心に瀬戸周辺史跡に関する展示が行われています。

#### 岩城山

小高い丘のような山で岩城山緑地公園として市民に親しまれています。山腹には岩城神社が建てられており、岩城神社周辺の雑木林には古墳が分布されています。天正期中には徳川家康が数度に及び田中城攻めを行った際、兵をとどめておく砦として使われていました。

#### 県武道館

##### (スポーツ&健康フェスタ)

スポーツの楽しさと健康の大切さを同時に実感できる県内最大級のイベントです。新しい種類のスポーツの体験をはじめ、健康チェック、体力年齢を測定するコーナーなど、スポーツと健康にまつわるさまざまなイベントが開催されます。

### イベント情報

●県武道館にてスポーツ&健康フェスタ開催 (9:30~15:00)

静岡県累計参加者数  
**200万人**  
達成記念キャンペーン

スタート受付にて先着2,500名様に「しずおか200万人達成記念12月バッジ」をプレゼント!  
(おひとり様1個限り)

※デザインは変更する場合があります。

### 「ぼぼちゃん」がお出迎えします!

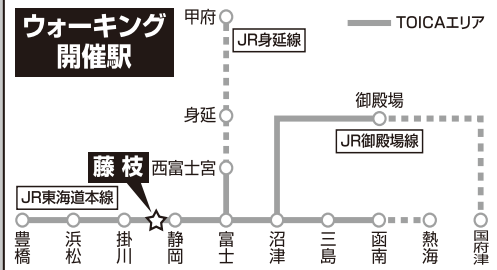
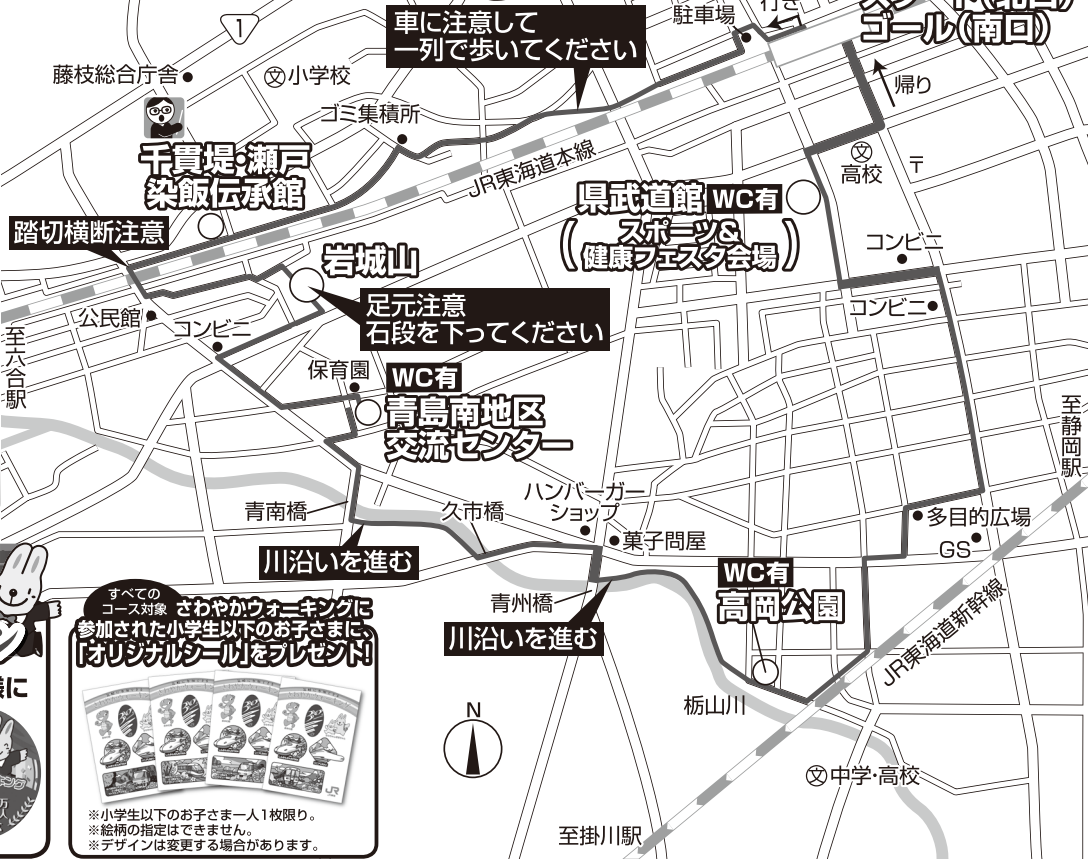
さわやかウォーキングのマスコットキャラクター「ぼぼちゃん」がスタート受付でお出迎えします。

【マスコットキャラクター登場時間】  
①8:30~8:50 ②9:10~9:30  
③9:50~10:10 ④10:30~10:50

※天候、当日の状況などによりイベントを中止する場合がございます。

### 学べるウォーキングのお知らせ

千貴堤・瀬戸染飯伝承館にてボランティアガイドによる説明を予定しています。  
●9:30~11:00 随時



### スタート駅までの列車案内

|                                  |                                       |
|----------------------------------|---------------------------------------|
| 普通 沼津駅 7:17発 静岡駅 8:17発 藤枝駅 8:36着 | 普通 沼津駅 9:32発 静岡駅 10:29発 藤枝駅 10:48着    |
| 普通 豊橋駅 7:11発 浜松駅 7:46発 藤枝駅 8:37着 | 普通 豊橋駅 9:12発 浜松駅 9:51発(乗換) 藤枝駅 10:42着 |

### 藤枝駅発車時刻表

| 浜松・豊橋方面 |    |    |    |    | 時間 | 静岡・沼津方面 |    |    |    |     |    |    |
|---------|----|----|----|----|----|---------|----|----|----|-----|----|----|
| 51      | 41 | 30 | 23 | 11 | 01 | 11      | 02 | 11 | 21 | 32  | 43 | 51 |
| 島田      | 浜松 | 島田 | 浜松 | 島田 | 浜松 |         | 興津 | 三島 | 興津 | 静岡  | 興津 | 熱海 |
| 51      | 41 | 30 | 23 | 11 | 02 | 12      | 02 | 11 | 21 | 32  | 43 | 51 |
| 島田      | 浜松 | 島田 | 浜松 | 島田 | 浜松 |         | 興津 | 静岡 | 興津 | 国府津 | 興津 | 三島 |
| 51      | 41 | 31 | 23 | 12 | 02 | 13      | 02 | 12 | 19 | 33  | 43 | 52 |
| 島田      | 浜松 | 島田 | 浜松 | 島田 | 浜松 |         | 興津 | 三島 | 興津 | 熱海  | 静岡 | 静岡 |
| 50      | 41 | 31 | 22 | 10 | 02 | 14      | 03 | 12 | 21 | 31  | 43 | 52 |
| 島田      | 浜松 | 島田 | 浜松 | 島田 | 浜松 |         | 静岡 | 熱海 | 興津 | 静岡  | 興津 | 熱海 |
| 51      | 42 | 30 | 23 | 10 | 02 | 15      | 02 | 11 | 20 | 31  | 43 | 51 |
| 島田      | 浜松 | 島田 | 浜松 | 島田 | 浜松 |         | 静岡 | 熱海 | 興津 | 三島  | 静岡 | 興津 |
| 49      | 33 | 24 | 10 | 02 | 16 |         | 02 | 12 | 20 | 32  | 44 | 54 |
| 浜松      | 島田 | 浜松 | 島田 | 浜松 |    |         | 熱海 | 熱海 | 興津 | 熱海  | 沼津 | 静岡 |

### 参加にあたっての注意

- さわやかウォーキング専用の駐車場はございません。JRをご利用ください。
- 列車・バス・船等の交通費やコース途中に入る施設の入場料等の実費は各自でお支払いください。
- 健康状態のすぐれないときは参加をご遠慮ください。
- ウォーキングを始める前には各自準備運動を必ず行ってください。
- 記載のコース距離、所要時間はあくまでも目安であり、所要時間には休憩時間や各施設の見学時間等は含まれません。
- 自身の体力や体調等を考慮し、余裕をもってご参加ください。
- お弁当・飲料水等は各自でご用意ください。
- コース、各施設には段差、階段、未舗装の箇所がございますので、あらかじめご了承ください。
- ウォーキングに適した、歩きやすい服装・靴でご参加ください。
- 特に健脚コースに参加される場合には、十分な装備をお願いします。
- ウォーキング中の負傷や参加者が他に与えた損害等については、当社は一切責任を負いません。
- 天候等の理由によりコースを変更する場合がありますのであらかじめご了承ください。
- コース順路に記載の施設等においても、諸事情により立ち寄ることができない場合がございます。
- 季節の花・富士山・イベントなどは気象状況等によりご覧いただけない場合がございます。
- コースの案内看板は、スタート受付終了後順路に沿って撤去いたしますのであらかじめご了承ください。
- トイレの使用について…トイレはWCの記載がある箇所をご利用ください。

### ウォーキングのマナー

- 交通ルールを守りましょう!
- 畑や駐車場などの私有地への無断立ち入りや通り抜け、歩きながらの喫煙や飲酒はおやめください。
- タバコの吸い殻やゴミのポイ捨ては絶対におやめください。ゴミは各自持ち帰り、環境美化にご協力をお願いします。
- コース中には、道幅・歩道が狭い箇所や生活道路が含まれます。横に広がって歩くや通行車両や歩行者のご迷惑となりますのでおやめください。
- 草花や木の実などをとらないでください。動植物を保護し、自然を大切にしましょう。
- コース上の施設ではウォーキング以外のお客様のご利用もあります。マナーを守ってご利用ください。

### お問い合わせ JR東海テレフォンセンター ☎050-3772-3910 (6:00~24:00 年中無休)

※悪天候の場合など、開催を中止させていただく場合がございます。開催の可否については、JR東海テレフォンセンターで開催当日の朝6時からお問い合わせを承ります。

※写真・イラストはイメージです。※このコースマップの情報は平成29年11月1日現在のものです。掲載のコース内容等は変更になる場合がございます。さわやかウォーキングホームページ <http://walking.jr-central.co.jp/>