

貯まった参加ポイントに応じて 賞品をプレゼント!

- ゴール受付端末にQRコードをかざし、参加ポイント(10pt)を取得
- 貯まった参加ポイントに応じて、参加賞品1点と引換え

※小学生以下の方は各キッズ用賞品と引換えいたします

例えば

100 pt賞 (100ポイントと引換え)

- ・2024年版 踏破賞オリジナルバッジ(ブロンズ)
- ・吸水タオル
- ・シャンプー&コンディショナー ミニセット
- ・キッズ用 オリジナルハンカチ

200 pt賞 (200ポイントと引換え)

- ・2024年版 踏破賞オリジナルバッジ(シルバー)
- ・携帯マグ 200ml
※ブラック・ホワイト・ステンレスのいずれか1つ。色の指定はできません。
- ・キッチン洗剤ギフト
- ・キッズ用 新幹線入浴剤 トレたま

300 pt賞 (300ポイントと引換え)

- ・2024年版 踏破賞オリジナルバッジ(ゴールド)
- ・自動泡ハンドソープ
- ・入浴剤セット
- ・キッズ用 オリジナルランチボックス



詳細はWEBサイトをご確認ください。



※参加ポイントの有効期限は取得日から最大1年6ヶ月間です。さわやかウォーキングの開催がない月が含まれる場合など、有効期間が短くなる場合があります。※踏破賞オリジナルバッジは2024年12月までの限定賞品です。※各pt賞に掲載のいずれかの賞品と引換えが可能です。いずれもなくなり次第終了です。また、製造の都合等により、参加賞品を予告なく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。※写真・イラストは全てイメージです。

お出かけのご案内

特急列車、急行列車、指定席、定員制の列車をご利用の場合は、乗車券の他に特急券、急行券、指定席券、乗車整理券等をお買い求めください。

※列車の運転時刻は、お出かけの際に最新の時刻表でご確認ください。

※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・飲食費等の実費は各自でお支払ください。※季節の花・イベント・風景などは、気象状況等によりご覧いただけない場合があります。※このパンフレットの情報は2024年8月26日現在のものです。※天候やその他の理由によりコースを変更・中止する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

東海道新幹線・在来線の運行情報は、JR東海WEBサイトをご覧ください

東海道新幹線



在来線



さわやかウォーキングは地元の方々のご協力で成り立っているイベントです。
交通ルール、ウォーキングのマナーを守ってください。

- 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。
- 草花や木の実などを取らないでください。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。横に広がって歩くと通行車両や通行人の迷惑となりますのでおやめください。
- 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。
- 「歩きスマホ」は危険ですので、おやめください。スマートフォンや携帯電話は、立ち止まって安全を確認してから操作してください。

交通ルール・マナーを守っていただけない場合や係員の指示に従っていただけない場合などは、参加者とみなさず、参加賞品への引換えおよび次回以降の参加をお断りすることがありますので、あらかじめご了承ください。

さわやかウォーキングにご参加のお客様へ

- 健康状態のすぐれない場合は参加をお控えください。
- 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。ご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。
- コース、各施設には段差、階段、未舗装の箇所があります。スタッフ等による介助や同行はございませんので、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。特に健脚向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。
- 飲料水等は各自でご用意ください。
- 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。

秋のさわやか ウォーキング

参加費
無料

予約
不要

駅が
スタート!

2024年9月~12月

駅からはじまる多彩なコースで、
沿線の秋に出会おう!



東海道新幹線開業60周年記念コース

JR東海沿線の魅力溢れる
全88コース開催!!



高山本線全線開通90周年記念コース



御殿場線90周年記念コース



熊野古道世界遺産登録20周年記念コース



グルメコース

さわやかウォーキングの詳細はこちら
<https://walking.jr-central.co.jp/>

開催日の約1週間前からコースマップ公開
※一部コースを除く



さわやかウォーキングとは

JR東海が主催する、

「参加費無料」「予約不要」「駅がスタート」のウォーキングイベント。

ご家族やパートナー、お友だちを誘って、沿線の多彩なコースを歩いてみませんか？

駅から始まる、風景・歴史・文化めぐり。

見て、知って、感じて、さまざまな魅力にふれる一日へ。

ビギナーから健脚まで、どなたでも気軽にご参加いただけます。

ゴール後の参加ポイントを貯めれば、**素敵な賞品もプレゼント。**

色づき、深まる季節とともに、あなたをお待ちしております。



さわやかウォーキング参加方法

STEP 1

JRに乗ってスタート駅へ直接お越しください。事前の予約や参加費は不要です。

※駐車場はありません。JRなどの公共交通機関でご参加ください。



STEP 2

時間内にスタート駅で受付をして、ウォーキング開始！

受付でコースマップ(お一人様1枚限り)をお渡しいたします。

STEP 3

各スポットを巡り、ゴール！

ゴール受付の端末に「スマートフォン画面」または「会員カードの表面のQRコード」をかざし、参加ポイントを取得してください。



または



JRなどの公共交通機関に乗って、ご自宅までお気をつけてお帰りください。



※参加ポイントは、開催当日のみ付与します。会員カード(WEBアプリ会員証を含む)を忘れた場合、後日ポイントを取得することはできません。

※ゴール受付時間外は参加ポイントの付与や会員カードの新規発行、参加賞品の引換え等の対応は行いません。

※コースによってゴール受付時間が異なります。コースマップにてご確認ください。

※参加賞品の引換えを行わないコースがあります。 ※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

開催について

悪天候その他の事情により開催を中止する場合があります。

開催可否については、JR東海テレフォンセンターで当日朝6時からお問合せを承ります。

また、JR東海さわやかウォーキング公式SNS(X)でも開催・中止情報を随時お知らせいたします。お出かけの前にご確認ください。

JR東海テレフォンセンター

050-3772-3910 (6:00~24:00 年中無休)

※ナビダイヤルにつながった後は「9」を押してください。

JR東海さわやかウォーキング公式SNS(X)

アカウント名:【JR東海公式】JR東海さわやかウォーキング開催情報

ユーザー名:@JRC_SW



東海道新幹線 開業60周年 記念コース

東海道新幹線は2024年10月1日で
開業60周年。

感謝の気持ちを込めて、東海道新幹線を
より楽しめるコースをご用意！

10/26 東海道本線
安城駅 スタート



東海道新幹線

安城で発見!? 新幹線ビュー!!スポットと
秋の田園風景を満喫ウォーキング

普段、ホームの下に隠れて見えない台車の部分も含めて、
新幹線が疾走する姿をお楽しみください！

11/16 東海道新幹線
品川駅 スタート



東海道新幹線

赤穂義士に想いを馳せ
2つの頂を巡る みなトリップ

東京のシンボリックな建造物を巡るコース。「札の辻橋」からは、
走行する新幹線を上から眺めることができます。品川駅では
新幹線開業60周年の駅装飾をご覧ください。

10/12 東海道本線
三河塩津駅 スタート



東海道新幹線

愛知工科大学「AUT祭」と
東海道新幹線が映える沿線スポット巡り

新幹線を間近で見られる場所や市街地から眺められる場所
など、さまざまなビュースポットを巡ります。また、学生による
ステージイベントや模擬店、モノづくり技術の発表で盛り上がる
「AUT祭(大学祭)」を楽しめます。

11/9 東海道本線
名古屋駅 スタート

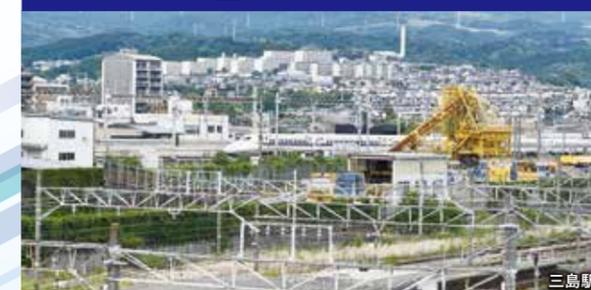


名古屋車両所内

東海道新幹線の車両基地のひとつ
「名古屋車両所」へ行ってみよう！

日々、新幹線車両のメンテナンスを行う名古屋車両所。普段
は見る事ができない場所での新幹線の姿をご覧ください！

11/23 御殿場線
下土狩駅 スタート



三島駅

三島駅90周年記念 新旧三島駅を巡り、
「三島フードフェスティバル」で地元グルメを満喫！

旧東海道本線(下土狩駅)から現東海道本線(三島駅)までの散策
コース。「ミトワみしま」のデッキより三島駅や各路線が見渡せる
上に、運が良ければ富士山も見えるかも!三島駅90周年の
イベントや三島市内ではフードフェスティバルも同時開催!

高山本線 全線開通 90周年 記念コース



2024年10月25日、高山本線は全線開通90周年。
感謝を込めて、対象コースのゴール受付にて
記念スタンプをご用意しました！
スタンプの種類は全部で3種類。コース毎に、
いずれか1つを設置します。対象コースに参加して、
コースマップのスタンプ欄に押印しよう！

記念スタンプを
ご用意！

キハ82系
1968-1990

キハ85系
1989-2023

HC85系
since 2022

9/14 土 高山本線 飛騨小坂駅 スタート



飛騨小坂の滝と自然のめぐみを満喫



からたに滝

御嶽山のふもとに位置する飛騨小坂地域はダイナミックな自然が溢れる秘境！溶岩流が冷えて固まった「巖立峡」や、滝巡りをお楽しみください。

10/6 日 高山本線 岐阜駅 スタート



中山道加納宿の歴史と文化に触れ
D51機関車を見に行こう！



梅林公園D51

国の史跡にも指定されている加納城跡や中山道加納宿のほか、清水緑地公園・梅林公園・野一色公園を散策できるルートです。SL (D51機関車)の展示もぜひご覧ください。

10/27 日 高山本線 美濃太田駅 スタート



木曾川を眺めながら歩き、
歴史と文化を楽しもう



River to Summit

自然豊かな町の中を、木曾川を間近に感じながら散策します。コース途中の「RIVER PORT PARK」では「River to Summit 2024」のイベントが開催され、ミニライブやキッチンスタンドをお楽しみいただけます。

11/9 土 高山本線 上麻生駅 スタート



七宗町制施行70周年記念
飛水峡と日本最古の石博物館を訪ねる



日本最古の石博物館

上麻生駅前には、ローカル線の花形として地域の人々に愛された蒸気機関車C12が展示されています。また、飛騨川から見える飛水峡では、国の天然記念物に指定されている大自然の造形美を満喫できます。

10/12 土 高山本線 下油井駅 スタート



「秋の味覚フェスタ」開催。
白川町の自然と文化を満喫しよう!!



道の駅美濃白川ピアアチュール

道の駅美濃白川では「秋の味覚フェスタ」が開催！「野原城址」では、石碑が立つ山頂から飛騨川に架かる高山本線の鉄橋を見下ろす景色が広がります。

10/19 土 高山本線 飛騨古川駅 スタート



秋の飛騨古川の町並みと飛騨のグルメを満喫
「飛騨市 食と森の祭典」を訪ねる



飛騨市 食と森の祭典会場

飛騨古川の町並みを見下ろす「気多若宮神社」や地元の酒蔵を巡るほか、飛騨のグルメやイベントが盛りだくさんの「飛騨市 食と森の祭典」をお楽しみください。

11/10 日 高山本線 美濃太田駅 スタート



美濃加茂市制施行70周年
「みのかも市民まつり」を満喫



みのかも市民まつり

「ぎふ清流里山公園」を会場に約60店舗が出店する「みのかも市民まつり」。地元のグルメやステージイベントをお楽しみください。

11/23 土祝 高山本線 飛騨金山駅 スタート



もみじ寺と飛騨街道金山宿で酒蔵と筋骨めぐり



玉龍寺

地元で「もみじ寺」と呼ばれ、愛されている玉龍寺。境内には100本以上のモミジが植えられており、見頃を迎える際には美しい景色を生み出します。飛騨街道金山宿内の奥飛騨酒造では試飲も楽しめます。

10/20 日 高山本線 下呂駅 スタート



下呂温泉と謝肉祭 ココロとお腹を満たす旅



謝肉祭 会場

謝肉祭 飛騨牛

特急ひだ1号と3号到着時には歓迎太鼓の演奏のおもてなしがあります。風情ある下呂の街を散策するほか、しらすぎ緑地公園では地元のグルメが集まる謝肉祭を満喫しよう！

10/26 土 高山本線 高山駅 スタート



高山本線の歴史と東山寺院巡りで
高山の魅力発見



櫻山八幡宮

神聖な雰囲気のある櫻山八幡宮や歴史的な寺院が集まる東山寺院群、そして今も江戸時代の風情を残す武家屋敷など、高山の歴史や文化を感じながら歩いてみませんか？

11/24 日 高山本線 那加駅 スタート



イチョウ並木から始まる紅葉ロード
～かかみがはらをおさんぽ～



学びの森プロムナードイチョウ並木

「学びの森プロムナード」は毎年11月下旬に約70本のイチョウが一斉に紅葉する並木道。「蘇原自然公園」でも紅葉のほか、小鳥のさえずりや滝の音を耳にしながら園内の散策をお楽しみください。



御殿場線90周年記念コース

2024年12月1日、御殿場線は90周年を迎えます。

アプリで集められる特製スタンプや、期間限定で運行する「さわやかウォーキング」号など、お出かけをさらに楽しくする企画をご用意。秋の御殿場線をぜひお楽しみください。



9/22 日祝 御殿場線 富士岡駅 スタート

富士山が生んだ奇跡に触れながらリゾート地を求めて



見晴らし台から見た富士山



【臨時列車】
往路：
浜松駅-富士岡駅
復路：
岩波駅-浜松駅

連続勾配区間に位置する富士岡駅。SLが発着していた当時の、水平な待避線を利用した「スイッチバック式」の跡地を見学できます。

10/19 土 御殿場線 岩波駅 スタート

裾野市産業祭と富士のふもと水辺巡り



五竜の滝



【臨時列車】
往路：
浜松駅-岩波駅
復路：
裾野駅-浜松駅

市内商工業者の展示や飲食ブースなどがそろう「裾野市産業祭」、静岡県の天然記念物「五竜の滝」の散策をお楽しみいただけます。

10/20 日 御殿場線 御殿場駅 スタート

ごてんば線まつりと秋の食探訪



秩父宮記念公園



【臨時列車】
往路：
浜松駅-御殿場駅
復路：
御殿場駅-浜松駅

御殿場駅周辺特設会場にて「ごてんば線まつり」を開催。様々なイベントをご用意してお待ちしております。

12/8 日 御殿場線 御殿場駅 スタート

初冬の富士を眺めながら
ウイスキー蒸溜所を訪ねて



キリンディステラリー



【臨時列車】
往路：
浜松駅-御殿場駅
復路：
御殿場駅-浜松駅

富士山の伏流水を利用して、ウイスキーの仕込みからボトリングまでを一貫して行っている蒸溜所に立ち寄ります。

12/21 土 御殿場線 国府津駅 スタート

【JR東海×JR東日本】西湖の海と、曾我の里を散策!
JR東日本国府津車両センターもめぐる満喫コース



国府津海岸



【臨時列車】
往路：
静岡駅-国府津駅
復路：
下曾我駅-静岡駅

当日はJR東日本国府津車両センターを一部開放。御殿場線の歴史や鉄道に関する展示などを予定しています。

御殿場線90周年を記念し、「御殿場線90周年特別ヘッドマーク」を付けて運行します!

ご乗車には、乗車券の他に指定券(530円)が必要です。※指定券は、ご乗車になる日の1ヵ月前の10時から、全国のJRの主な駅の窓口で発売します。

臨時快速 「さわやかウォーキング」号運行 373系・3両編成・全車指定席・快速

ダイヤ等の
詳細はこちら▶

※運行日の1ヵ月前を目途に掲載



御殿場線90周年記念! 駅スタンプアプリ「エキタグ」登場!

「エキタグ」で駅スタンプを復刻! 更に! 期間限定で、御殿場線90周年記念スタンプを記念コースのゴール駅でゲットできます!!



ダウンロードは
こちらから

エキタグとは

駅などに設置されたNFCタグをスマートフォンで読み込むことで、設置された場所のスタンプをアプリ内のデジタルスタンプ帳に収集することができます。駅に設置されたスタンプのほか、期間限定のスタンプやイベントに連動したスタンプなどにも対応しています。



▲NFCタグ

遊び方

- 1 アプリの「タッチする」をタップしてください
- 2 スタンプ設置場所にあるアプリマークにかざしてください
- 3 アプリ内のスタンプ帳に駅スタンプを取得できます

※各駅のスタンプ取得は、1日につき1個です。スタンプ取得の翌日以降、再度、同じ駅のスタンプを取得できます。

※エキタグ復刻は一部の駅です。

熊野古道世界遺産登録20周年記念コース

2024年7月で熊野古道*は世界遺産登録20周年。節目の年を迎えたことを記念して、3コースをご用意!

※紀伊山地の霊場と参詣道

9/23 月振 紀勢本線 新宮駅 スタート

世界遺産のあるまち
新宮のまちなみめぐり



熊野速玉大社

熊野速玉大社・神倉神社・阿須賀神社の3つの世界遺産のほか、新宮城跡や地元商店街を巡り、新宮の街の魅力をたっぷりお楽しみいただけるコースです。

11/30 土 紀勢本線 三瀬谷駅 スタート

三瀬谷の眺望と
熊野古道三瀬坂峠を訪ねて



旧舟木橋

三瀬坂峠を歩き、熊野古道の雰囲気を感じていただくコースです。三瀬谷ダムでは雄大な自然と景色を感じていただけます。※本コースには世界遺産に登録された箇所は含まれません。

12/21 土 紀勢本線 尾鷲駅 スタート

熊野古道の歴史や文化に触れ、
尾鷲港を訪ねる



熊野古道センター

倉庫をリノベーションした「おわせマルシェ」で物販や食事を楽しんでいただき、熊野古道の歴史や自然、文化を体感できる「三重県立熊野古道センター」を巡ります。※本コースには世界遺産に登録された箇所は含まれません。

静岡県東海道歴史資源発掘コース

お寺、神社、宿場町。東海道の歴史資源に触れる4コース!

9/29 日 伊豆箱根鉄道駿豆線 伊豆長岡駅 スタート

下田街道 北条氏ゆかりの地と三嶋大社へ



願成就院

願成就院や伝堀越御所など北条氏ゆかりの地を巡りながら、下田街道で東海道の追分までを歩きます。三嶋大社は伊豆国一宮で伊豆国総社。伊豆の玄関口を堪能してみましょう。

10/5 土 東海道本線 金谷駅 スタート

石畳から続く小夜の中山・日坂宿へ



久延寺

金谷坂と菊川坂の二つの石畳を抜け、中山峠へ。峠を越えると五十三次の宿場、日坂宿があります。その先の「願い事がそのまま叶う」という事八幡宮も参拝しましょう。

10/12 土 東海道本線 高塚駅 スタート

松並木から続く舞坂宿・脇本陣と雁木



脇本陣

今切れの渡しの江戸側に位置する舞坂宿。五十三次で唯一現存する脇本陣や大名たちが船に乗った北雁木など歴史遺構を見ることができます。約700m続く松並木を歩いてみましょう。

11/17 日 東海道本線 富士川駅 スタート

富士川から岩淵・蒲原宿をめぐる



岩淵の一里塚

岩淵宿にあるのは、小休本陣や両側の塚が現存する一里塚。他にも、名産栗の粉餅が有名です。蒲原宿では、当時の町割りや見附など江戸時代を感じるスポットを楽しみましょう。



声優 小野友樹さんによる見所音声ガイドが聞けます!

※写真・イラストは全てイメージです。

グルメコース

9/8日 東海道本線 用宗駅 スタート

静岡のリゾート用宗ウォーク



しらす丼

用宗港では「しずまえなぎさ市」が開催され、飲食・物販のお店が多数出店!用宗の名物が大集合します。

9/28土 東海道本線 豊橋駅 スタート

「うなぎサミット」開催! 豊川(とよがわ)リバーサイドウォークを楽しもう!



リバーサイドウォーク

豊川リバーサイドウォークを歩き、多くのうなぎ店舗が集まる「うなぎサミットinとよはし2024」をお楽しみください。

10/14月祝 東海道本線 静岡駅 スタート

静岡市駿河区の魅力発掘イベント「スルガフェス」を訪ねて



スルガフェス～秋穫祭～

食とワークショップのブースが並ぶ「スルガフェス～秋穫祭～」をお楽しみください。

11/2土 東海道本線 蒲郡駅 スタート

グルメ・深海魚・モノづくり、イベント盛りだくさんの蒲郡へ行こう!!



深海魚まつり

「がまごおり深海魚まつり」や「イチオシ逸品フェス」などのイベントで、地元のグルメを満喫。

11/2土 紀勢本線 津駅 スタート

高虎楽座&地元グルメ満喫 津市まん中ウォーク



高虎楽座

藤堂高虎の歴史に触れた後は、商店街周辺で地元グルメをお楽しみいただけます。

11/3日祝 東海道本線 袋井駅 スタート

愛野公園から見る新幹線と復活 法多山だんご祭り



全国だんごまつり

「全国だんごまつり」が5年ぶりに開催。厄除けだんごをはじめ、全国の名物だんごが集結します。

11/10日 東海道本線 焼津駅 スタート

港町焼津の歴史に触れ、ととフェスを巡り鮮魚グルメを堪能



ガツオおろし焼き

市内水産品を中心とした飲食・物販などの出店やステージイベントをお楽しみください。

11/16土 東海道本線 東刈谷駅 スタート

パンも和菓子もよばりウォーキング



吉野屋

食欲の秋に、刈谷の街を歩きながら、美味しいパンと和菓子でお腹を満たしませんか?

11/17日 東海道本線 熱田駅 スタート

熱田区をぐるりとめぐる「あったか!あつた魅力発見市」



白鳥庭園

「あったか!あつた魅力発見市2024」に立ち寄り、熱田区の食や歴史の魅力を体感しましょう。

社会科見学コース

9/21土 身延線 南甲府駅 スタート

秋の甲斐路歴史散策



南甲府駅舎

南甲府駅は、昭和3年に身延線の前身「富士身延鉄道」の駅として開業。当時のままの社屋が使用されている、歴史を有する建築物です。今回は、そんな駅舎の一部を特別開放。

10/13日 武豊線 武豊駅 スタート

武豊ふれあい山車まつり・みそ蔵・転車台 武豊の歴史を感じるウォーキング



山車まつり

5年振りに11輛の山車が曳き揃えられる「武豊ふれあい山車まつり」、特産のみそ・たまりの歴史を感じる街並みや、旧武豊停車場跡転車台などを巡るコースです。

12/14土 東海道本線 高塚駅 スタート

スズキ歴史館で“ものづくり”について学び、佐鳴湖一周で自然を満喫!



スズキ歴史館

完全予約制のスズキ歴史館を特別開放。往年のスズキ製品や、現在のクルマづくりの様子を見学できます。“ものづくり”にける情熱を学びましょう。

推し旅コース

11/2土 東海道本線 浜松駅 スタート

～浜松開催は初!全国お茶まつりをしよう～ 地元産業を巡り、家康公祭り2024も満喫!



茶畑とfishbowl

全国お茶まつりと家康公祭りが同時開催!浜松城公園にて「第78回全国お茶まつり静岡大会 はままつ茶+」の公式アンバサダーであるアイドルグループ「fishbowl」がライブを行います。さわやかウォーキング受付付近ではメンバーによるお出迎えも。

11/24日 東海道本線 沼津駅 スタート

幻日のヨハネ SUNSHINE in the MIRROR ～ヨハネ達と一緒に、探そうマツの輝き～



「幻日のヨハネ」でヨハネが暮らすマツを巡り、豊かな自然や由緒ある歴史、文化・食に触れるコース。

幻日のヨハネキービジュアル ©PROJECT YOHANE

PICK UP! /

11/3日祝 東海道本線 垂井駅 スタート

南宮山を中心とする関ヶ原合戦に参戦した武将の足跡を巡ろう!



南宮神社

関ヶ原合戦に参戦した武将の陣跡を巡るコース。南宮大社の宝物殿では日本に五振りしかない貴重な刀剣をご覧いただけます(有料)。コース内の朝倉運動公園付近からは東海道新幹線も眺められます。

JR東海グループの駅商業施設で使える共通ポイント



ダウンロードはこちらから▼



9/29日 飯田線 飯田駅 スタート

いい「田」さんぽ

10/19土 飯田線 木ノ下駅 スタート

伊那谷の大自然と伊那松島運輸区を訪ねて

10/26土 身延線 下部温泉駅 スタート

広大な公園で自然につつまれる秋の富士川散策

他社主催コース

JR東日本主催

10/5[±]

スタートゴール 中央本線・塩尻駅
スタート受付 8:30~11:15
コース距離 約8.5km



信濃ワイン地下セラー

塩尻 桔梗ヶ原の芳醇なワインと
太古の平出遺跡を訪ねて

JR東日本主催

10/27^日

スタートゴール 篠ノ井線・明科駅
スタート受付 9:00~11:30
コース距離 約9.5km



三五山トンネル

非日常体験!!
ハロウィン色に染まる。
旧国鉄篠ノ井線廃線敷ウォーク

名鉄主催

11/2[±]

スタートゴール 中央本線・大曾根駅
スタート受付 8:30~12:00
コース距離 約10.9km



青柳総本家

名古屋の面白いがあふれる大曾根の街めぐり
~鉄軌道4事業者が連携~

近鉄主催

12/8^日

スタート 近鉄・益生駅
ゴール 関西本線・桑名駅
スタート受付 8:30~12:00
コース距離 約6.4km



七里の渡跡

ぶらり東海道桑名宿 歴史と和菓子めぐり

開催日・スタート駅



※写真・イラストは全てイメージです。

名古屋・関西・飯田地区 開催コース

9/15(日) スタートゴール 中央本線・坂下駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約10.4km

金運アップ!?!出雲福德神社と
椈の湖そばまつりを訪ねて



9/23(月・振) スタートゴール 紀勢本線・新宮駅
スタート受付 8:50~12:10 コース距離 約5.0km

世界遺産のあるまち 新宮のまちなみめぐり



9/29(日) スタートゴール 飯田線・飯田駅
スタート受付 9:30~12:50 コース距離 約11.0km

いい「田」さんぽ



10/5(土) スタート 飯田線・中井侍駅 ゴール 飯田線・平岡駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約7.4km

秋の天龍村を歩こう!



10/12(土) スタート 東海道本線・三河塩津駅 ゴール 東海道本線・三河三谷駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約9.0km

愛知工科大学「AUT祭」と
東海道新幹線が映える沿線スポット巡り

10/12(土) スタート 高山本線・下油井駅 ゴール 高山本線・白川口駅
スタート受付 8:10~10:40 コース距離 約13.7km

「秋の味覚フェスタ」開催。
白川町の自然と文化を満喫しよう!!



10/13(日) スタートゴール 武豊線・武豊駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約7.0km

武豊ふれあい山車まつり・みそ蔵・転車台
武豊の歴史を感じるウォーキング



10/19(土) スタート 飯田線・木ノ下駅 ゴール 飯田線・伊那松島駅
スタート受付 8:30~11:30 コース距離 約7.0km(一般向)
約3.6km(家族向)

伊那谷の大自然と伊那松島運輸区を訪ねて



10/20(日) スタートゴール 関西本線・四日市駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約5.1km

2つの可動橋と旧みなとまち巡り



10/26(土) スタートゴール 高山本線・高山駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約7.0km

高山本線の歴史と東山寺院巡りで高山の魅力発見



10/27(日) スタート 高山本線・美濃太田駅 ゴール 高山本線・坂祝駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約8.6km

木曾川を眺めながら歩き、歴史と文化を楽しもう



10/27(日) スタートゴール 篠ノ井線・明科駅
スタート受付 9:00~11:30 コース距離 約9.5km

JR東日本主催 非日常体験!! ハロウィン色に染まる。
旧国鉄篠ノ井線廃線敷ウォーク



9/14(土) スタートゴール 高山本線・飛騨小坂駅
スタート受付 8:30~11:15 コース距離 約6.6km

飛騨小坂の滝と自然のめぐみを満喫



9/21(土) スタートゴール 中央本線・木曾福島駅
スタート受付 8:30~11:30 コース距離 約5.3km

宿場町のクラフトフェア「木曾の手仕事市2024」巡り



9/28(土) スタートゴール 東海道本線・豊橋駅
スタート受付 9:00~12:00 コース距離 約6.0km

「うなぎサミット」開催!
豊川(とよがわ)リバーサイドウォークを楽しもう!



10/5(土) スタートゴール 中央本線・塩尻駅
スタート受付 8:30~11:15 コース距離 約8.5km

JR東日本主催 塩尻 桔梗ヶ原の芳醇なワインと
太古の平出遺跡を訪ねて



10/6(日) スタート 高山本線・岐阜駅 ゴール 高山本線・長森駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約9.5km

中山道加納宿の歴史と文化に触れ
D51機関車を見に行こう!

10/12(土) スタート 中央本線・奈良井駅 ゴール 中央本線・藪原駅
スタート受付 8:30~11:30 コース距離 約7.5km

中山道 鳥居峠越えて江戸時代の風情を味わおう



10/13(日) スタートゴール 中央本線・多治見駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約6.5km

美濃焼祭と多治見の地場産業・歴史にふれあう



10/19(土) スタートゴール 高山本線・飛騨古川駅
スタート受付 9:30~11:30 コース距離 約7.5km

秋の飛騨古川の町並みと飛騨のグルメを満喫
「飛騨市 食と森の祭典」を訪ねる



10/20(日) スタートゴール 高山本線・下呂駅
スタート受付 8:00~12:00 コース距離 約7.4km

下呂温泉と謝肉祭 ココロとお腹を満たす旅



10/26(土) スタートゴール 東海道本線・安城駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約10.6km(一般向)
約5.8km(家族向)

安城で発見!? 新幹線ビュー!!スポットと
秋の田園風景を満喫ウォーキング



10/26(土) スタート 関西本線・井田川駅 ゴール 関西本線・亀山駅
スタート受付 8:30~12:10 コース距離 約10.8km

亀山の広大な茶畑を歩く

10/27(日) スタート 飯田線・伊那八幡駅 ゴール 飯田線・天竜峡駅
スタート受付 8:30~12:35 コース距離 約10.2km

地元中学生とコース考案!大好きな飯田を歩こう!



11/2(土) スタートゴール 東海道本線・蒲郡駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約9.1km(一般向)
約6.5km(家族向)

グルメ・深海魚・モノづくり、
イベント盛りだくさんの蒲郡へ行こう!!



11/2(土) スタートゴール 中央本線・大曽根駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約10.9km

名鉄主催 名古屋の面白いがあふれる大曽根の街めぐり
~鉄軌道4事業者が連携~



11/3(日・祝) スタートゴール 東海道本線・垂井駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約7.5km

南宮山を中心とする関ヶ原合戦に参戦した
武将の足跡を巡ろう!

11/3(日・祝) スタートゴール 中央本線・上松駅
スタート受付 8:30~11:30 コース距離 約9.0km

駒ヶ岳神社を巡り、
「ひのきの里の秋まつり」を楽しもう



11/4(月・振) スタートゴール 長良川鉄道・郡上八幡駅
スタート受付 8:30~11:30 コース距離 約7.1km(一般向)
約5.3km(家族向)

清流と名水の城下町といわれている
秋の郡上八幡を散策!



11/9(土) スタート 高山本線・上麻生駅 ゴール 高山本線・下麻生駅
スタート受付 8:45~12:00 コース距離 約6.8km

七宗町制施行70周年記念
飛水峡と日本最古の石博物館を訪ねる

11/10(日) スタートゴール 高山本線・美濃太田駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約9.5km

美濃加茂市制施行70周年「みのかも市民まつり」を満喫



11/16(土) スタート 東海道本線・東刈谷駅 ゴール 東海道本線・刈谷駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約9.6km

パンも和菓子もよくばりウォーキング

11/17(日) スタート 東海道本線・熱田駅 ゴール 東海道本線・金山駅
スタート受付 8:00~12:00 コース距離 約7.8km

熱田区をぐるりとめぐる
「あったか!あつた魅力発見市」



11/23(土・祝) スタートゴール 東海道本線・美濃赤坂駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約5.4km

坂道を登った先に広がる絶景を求めて!

11/24(日) スタート 高山本線・那加駅 ゴール 高山本線・蘇原駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約10.3km

イチョウ並木から始まる紅葉ロード
~かかみがはらをおさんぽ~

11/30(土) スタートゴール 豊橋鉄道渥美線・三河田原駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約7.5km

豊鉄創立100周年記念
田原の街で歴史散策しながら「豊鉄感謝祭」に行ってみよう!



12/7(土) スタート 飯田線・三河一宮駅 ゴール 飯田線・豊川駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約8.7km

豊川の映えスポットとおいしいもの巡り

12/14(土) スタートゴール 京都市営地下鉄東西線・太秦天神川駅
スタート受付 8:30~11:30 コース距離 約8.3km

~歴史をめぐる旅へようこそ~
冬の静寂をまとう花園・御室・太秦を巡る



11/2(土) スタートゴール 紀勢本線・津駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約10.3km

高虎楽座&地元グルメ満喫 津市まん中ウォーク



11/3(日・祝) スタートゴール 中央本線・中津川駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約6.5km

「栗菓子の里」といわれている中津川で
秋の満喫ウォーク



11/4(月・振) スタートゴール 参宮線・田丸駅
スタート受付 9:00~12:00 コース距離 約7.5km

旧熊野街道を巡る秋の田丸ウォーク

11/9(土) スタートゴール 東海道本線・名古屋駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約8.7km

東海道新幹線の車両基地のひとつ
「名古屋車両所」へ行ってみよう!



11/9(土) スタートゴール 飯田線・三河川合駅
スタート受付 8:30~11:30 コース距離 約8.2km

晩秋の奥三河 大島ダムを探検!



11/10(日) スタートゴール 紀勢本線・松阪駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約7.3km

歴史と文化と食にふれ ぶらり松阪 食べ歩き!



11/16(土) スタート 中央本線・武並駅 ゴール 中央本線・恵那駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約10.9km(健脚向)
約8.8km(一般向)

自然満喫!恵那と中山道を歩く



11/17(日) スタートゴール 中央本線・瑞浪駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約6.9km

瑞浪によおきなあた。
農業祭と300年余の歴史ある酒蔵めぐり



11/23(土・祝) スタートゴール 高山本線・飛騨金山駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約9.8km

もみじ寺と飛騨街道金山宿で酒蔵と筋骨めぐり



11/30(土) スタートゴール 紀勢本線・三瀬谷駅
スタート受付 8:40~11:00 コース距離 約12.8km

三瀬谷の眺望と熊野古道三瀬坂峠を訪ねて



12/7(土) スタートゴール 東海道本線・稲沢駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約5.3km

稲沢の古刹「萬徳寺」と中部の貨物輸送動脈の拠点
「JR貨物稲沢駅」

12/8(日) スタート 近鉄・益生駅 ゴール 関西本線・桑名駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約6.4km

近鉄主催 ぶらり東海道桑名宿 歴史と和菓子めぐり



12/21(土) スタートゴール 紀勢本線・尾鷲駅
スタート受付 8:30~12:00 コース距離 約10.0km

熊野古道の歴史や文化に触れ、尾鷲港を訪ねる



静岡・山梨・関東地区 開催コース

9 / 8 日 スタート・ゴール 東海道本線・用宗駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約7.0km

静岡のリゾート用宗ウォーク



9 / 15 日 スタート・ゴール 東海道本線・島田駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約8.5km

島田の文化と伝統を歩く。静居寺と島田蕎まつりを訪ねて

9 / 21 土 スタート・ゴール 身延線・南甲府駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約11.0km

秋の甲斐路歴史散策



9 / 29 日 スタート 伊豆箱根鉄道・伊豆長岡駅 ゴール 東海道本線・三島駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約11.7km

～静岡県東海道歴史資源発掘コース～
下田街道 北条氏ゆかりの地と三嶋大社へ



10 / 12 土 スタート 東海道本線・高塚駅 ゴール 東海道本線・弁天島駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約8.1km

～静岡県東海道歴史資源発掘コース～
松並木から続く舞坂宿・脇本陣と雁木



10 / 14 月・祝 スタート・ゴール 東海道本線・静岡駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約8.0km

静岡市駿河区の魅力発掘イベント
「スルガフェス」を訪ねて



10 / 20 日 スタート 東海道本線・新蒲原駅 ゴール 東海道本線・由比駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約8.0km

旧東海道の街並みと由比街道まつり

10 / 26 土 スタート・ゴール 身延線・下部温泉駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約9.0km

広大な公園で自然につつまれる秋の富士川散策



10 / 27 日 スタート 東海道本線・鷺津駅 ゴール 東海道本線・新居町駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約7.3km

浜名湖の西岸、湖西市の見どころ発見!
うまいら巡りとあらいじゃん(産業まつり)



11 / 2 土 スタート・ゴール 東海道本線・富士駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約8.5km

夢の超特急「0系新幹線」と
富士市産業まつり商工フェアを楽しむ



11 / 4 月・振 スタート・ゴール 東海道本線・掛川駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約7.0km

かけがわ茶エンナーレ2024と
掛川城天守閣開門30周年を堪能



11 / 10 日 スタート 東海道本線・焼津駅 ゴール 焼津漁港・魚(と)フェス会場
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約8.0km

港町焼津の歴史に触れ、ととフェスを巡り鮮魚グルメを堪能

9 / 7 土 スタート 身延線・堅堀駅 ゴール 東海道本線・吉原駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約9.0km

神社めぐりと吉原商店街の散策

9 / 14 土 スタート 東海道本線・三島駅 ゴール 三島商工会議所
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約6.0km

残暑の中、せせらぎに涼しさ感じるみしまのまちなみ



9 / 16 月・祝 スタート・ゴール 東海道本線・藤枝駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約12.0km

サッカーのまち100周年記念
「藤枝総合運動公園サッカー場」内部を散策

9 / 22 日・祝 スタート 御殿場線・富士岡駅 ゴール 御殿場線・岩波駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約8.1km

富士山が生んだ奇跡に触れながらリゾート地を求めて



10 / 5 土 スタート 東海道本線・金谷駅 ゴール 東海道本線・菊川駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約13.2km

～静岡県東海道歴史資源発掘コース～
石畳から続く小夜の中山・日坂宿へ



10 / 13 日 スタート 天竜浜名湖鉄道・掛川駅 ゴール 天竜浜名湖鉄道・桜木駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約6.5km

日本一の大きさを誇る大獅子が舞う
掛川大祭を訪ねて



10 / 19 土 スタート 御殿場線・岩波駅 ゴール 御殿場線・裾野駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約8.5km

裾野市産業祭と富士のふもと水辺巡り

10 / 20 日 スタート・ゴール 御殿場線・御殿場駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約7.0km

ごてんば線まつりと秋の食探訪



10 / 26 土 スタート・ゴール 東海道本線・菊川駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約12.0km

菊川市制20周年!
パワースポットを巡る“ふくふく”コース



11 / 2 土 スタート・ゴール 東海道本線・浜松駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約8.0km

～浜松開催は初! 全国お茶まつりを楽しもう～
地元産業を巡り、家康公祭り2024も満喫!



11 / 3 日・祝 スタート 東海道本線・袋井駅 ゴール 東海道本線・愛野駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約10.0km

愛野公園から見る新幹線と復活 法多山だんご祭り

11 / 9 土 スタート・ゴール 東海道本線・島田駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約12.5km

～島田商業高校生推しスポット～
島田の自然・歴史散策と島田産業まつり

11 / 16 土 スタート・ゴール 東海道新幹線・品川駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約10.0km

赤穂義士に想いを馳せ 2つの頂を巡る みなトリップ



11 / 17 日 スタート 伊豆急行・伊豆急下田駅 ゴール 下田ロープウェイ・新下田駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約6.0km

下田開港170周年!
～ペリー黒船艦隊来航の地を訪ねて～



11 / 23 土・祝 スタート 御殿場線・下土狩駅 ゴール 東海道本線・三島駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約7.0km

三島駅90周年記念 新旧三島駅を巡り、
「三島フードフェスティバル」で地元グルメを満喫!



11 / 30 土 スタート・ゴール 東海道本線・函南駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約6.0km

色付いた木々と仏像群で心が安らぐかなみの秋

12 / 7 土 スタート 東海道本線・清水駅 ゴール ちびまる子ちゃんランド(ツムブラザ)
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約10.0km(一般向)
約6.0km(家族向)

まる子ゆかりの清水めぐりと
ちびまる子ちゃんランド&しみずワクワクまつり



12 / 8 日 スタート・ゴール 御殿場線・御殿場駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約14.0km

初冬の富士を眺めながらウイスキー蒸溜所を訪ねて



12 / 14 土 スタート・ゴール 伊豆箱根鉄道・修善寺駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約11.0km

修善寺のもみじ散策&温泉街の歴史・文化探訪

11 / 17 日 スタート 東海道本線・富士川駅 ゴール 東海道本線・蒲原駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約8.4km

～静岡県東海道歴史資源発掘コース～
富士川から岩淵・蒲原宿をめぐる

11 / 24 日 スタート・ゴール 東海道本線・沼津駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約10.8km

幻日のヨハネ SUNSHINE in the MIRROR
～ヨハネ達と一緒に、探そうヌマズの輝き～

12 / 7 土 スタート 東海道本線・愛野駅 ゴール 東海道本線・袋井駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約13.5km

油山寺の紅葉と袋井商業 袋商ショップ



12 / 8 日 スタート・ゴール 東海道本線・磐田駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約7.0km

みんなで軽トラ市 いわた☆駅前楽市と
中泉・見附の寺社巡り



12 / 14 土 スタート・ゴール 東海道本線・高塚駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約10.5km

スズキ歴史館で「ものづくり」について学び、
佐鳴湖一周で自然を満喫!

12 / 21 土 スタート 御殿場線・国府津駅 ゴール 御殿場線・下曾我駅
スタート受付 8:30～12:00 コース距離 約8.7km

【JR東海×JR東日本】西湘の海と曾我の里を散策!
JR東日本国府津車両センターもめぐる満喫コース



PICK UP! /

9 / 16 月・祝 東海道本線 藤枝駅 スタート



藤枝総合運動公園サッカー場

サッカーのまち100周年記念
「藤枝総合運動公園サッカー場」内部を散策

サッカーのまち100周年を迎える藤枝市。藤枝総合運動公園サッカー場はJリーグチームのホームゲーム会場としても使われています。ピッチの周りや選手のロッカールームなど普段は入れない内部にも潜入できます。

10 / 27 日 東海道本線 鷺津駅 スタート



新居関所

浜名湖の西岸、湖西市の見どころ発見!
うまいら巡りとあらいじゃん(産業まつり)

毎年開催されているあらいじゃん(産業まつり)では、スタンプラリーなど様々なイベントが行われます。是非、お立ち寄りください。

11 / 9 土 東海道本線 島田駅 スタート



島田産業まつり

～島田商業高校生推しスポット～
島田の自然・歴史散策と島田産業まつり

静岡県立島田商業高等学校の生徒が考案した推しスポットを紹介。魅力ある島田市のスポットを巡るコースをお楽しみください。

10 / 26 土 東海道本線 菊川駅 スタート



永寶寺と菊川市20周年ロコマーク

菊川市制20周年!
パワースポットを巡る“ふくふく”コース

永寶寺の境内から下池の対岸までおよそ100メートルに及ぶ、一人乗りのロープウェイ「野猿」があります。池の空の上を宮中散歩してみませんか?

11 / 4 月・振 東海道本線 掛川駅 スタート



掛川城

かけがわ茶エンナーレ2024と
掛川城天守閣開門30周年を堪能

かけがわ茶エンナーレ2024は「茶園(茶を通じたコミュニケーションから生まれる人や地域とのつながり)」を深めながら多種多様なアートの力で魅力・発信をします。

12 / 7 土 東海道本線 清水駅 スタート



ちびまる子ちゃんランド

まる子ゆかりの清水めぐりと
ちびまる子ちゃんランド&しみずワクワクまつり

まんが「ちびまる子ちゃん」の舞台となった清水の町。ゆかりの地を巡ります。ゴールのちびまる子ちゃんランドでは特別パネルで記念撮影スペースを用意します。

コース一覧 凡例



距離が長い(15キロ以上)か、標高差があり起伏に富んだコース。



距離が短い(8キロ未満)か、比較的平坦で標高差及び起伏も少なく、ご家族でお楽しみいただけるコース。



Wポイントコース



参加賞品引換えを行わないコース

※写真・イラストは全てイメージです。