

2023年1月~3月

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!

+3密回避

※新型コロナウイルス感染状況によりコースを中止・変更する場合があります。
さわやかウォーキングホームページで最新情報を確認の上、お住まい及び開催地の自治体等の要請を踏まえ、参加をご検討ください。



どこ行く家康コース

徳川家康や家康に関わる人物ゆかりの地をコース立ち寄り箇所を含むコースです!



- 1/28(土) 東海道線 袋井駅 スタート
- 2/12(日) 東海道線 舞阪駅 スタート
- 2/18(土) 東海道線 静岡駅 スタート
- 3/12(日) 東海道線 豊田町駅 スタート
- 3/19(日) 東海道線 浜松駅 スタート
- 3/21(火・祝) 天竜浜名湖鉄道 西鹿島駅 スタート



名古屋・関西地区でも開催! 詳しくはこちらから

開催日	開催場所	コース種別	開催日	開催場所	コース種別
1/14(土)	身延線 富士宮駅	一般向	2/23(木・祝)	東海道線 掛川駅	家族向 Wポイント
1/15(日)	東海道線(注1) 金谷駅 ▶ KADODE OOIGAWA	一般向	2/25(土)	御殿場線 松田駅 ▶ 上大井駅	健脚向 B特典
1/21(土)	伊豆箱根鉄道(注1) 伊豆長岡駅	一般向	2/26(日)	東海道新幹線 小田原駅	一般向 Wポイント
1/22(日)	東海道線 清水駅	健脚向	3/4(土)	東海道線 焼津駅	一般向
1/28(土)	東海道線 袋井駅	一般向	3/5(日)	東海道線 吉原駅 ▶ 富士駅	一般向
1/29(日)	東海道線(注1) 函南駅 ▶ 伊豆仁田駅	一般向	3/11(土)	東海道線(注1) 島田駅 ▶ 新金谷駅	家族向
2/4(土)	身延線 甲府駅	一般向 Wポイント B特典	3/12(日)	東海道線 豊田町駅 ▶ 磐田駅	一般向
2/5(日)	東海道線 清水駅 ▶ 興津駅	一般向	3/18(土)	伊豆箱根鉄道(注1) 原木駅 ▶ 湯~トピアかなみ	健脚向
2/11(土・祝)	大井川鉄道(注1) 家山駅	一般向	3/19(日)	東海道線 浜松駅	一般向 Wポイント
2/12(日)	東海道線 舞阪駅 ▶ 高塚駅	一般向	3/21(火・祝)	天竜浜名湖鉄道(注1) 西鹿島駅 ▶ 天竜二俣駅	一般向
2/18(土)	東海道線 静岡駅	一般向 Wポイント	3/25(土)	東海道線 藤枝駅	一般向
2/19(日)	東海道線 富士川駅	一般向	3/26(日)	東海道線 菊川駅	一般向

(注1): 私鉄を最寄駅とするコースです。

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8キロ以上15キロ未満で、比較的平坦で標高差及び起伏も少ないコースか、距離が8キロ未満でも多少の起伏のあるコース。
- 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 新幹線、特急、急行列車に乗って参加すると通常のポイントに加え+10ポイント。
- B特典 コース 15pt付与



各コースの立ち寄り箇所等、より詳しい内容はホームページでご確認ください。
各コース開催日の約1週間前からコースマップを公開いたします。

<https://walking.jr-central.co.jp/>

※写真・イラストは全てイメージです。

さわやかウォーキング

検索

さわやかウォーキング参加方法

1. お出かけ前のご準備

- ・新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、お住まい及び開催地の自治体等の要請を踏まえ、参加をご検討ください。
- ・ご自宅で検温し、37.5度以上の場合は参加をご遠慮ください。
- ・健康状態の優れないときは参加をお控えください。



2. JRを利用してスタート駅へお越しください。

さわやかウォーキング専用の駐車場はありません。JRをご利用ください。

※車での参加はご遠慮ください。



3. スタート受付

駅に到着したら、コースマップを受け取り、ウォーキングを開始してください。(コースマップのお渡しは、お一人様1枚限り)

一部のコースでスタート受付時間を拡大します。
受付時間 8:00～12:00



※コースによってスタート受付時間が異なります。
さわやかウォーキングホームページにてご確認ください。

8:30～10:00は混雑しますので、混雑時間帯を避けてお越しください。

4. ウォーキング中

間隔を確保し、大きな声での会話はご遠慮ください。

- ※立ち寄り箇所ですら定める感染症対策に従ってお楽しみください。
- ※歩きながらの飲食、人通りの多い箇所での飲食はご遠慮ください。
- ※コース内の施設ではマナーを守ってご利用ください。



5. ゴール受付

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。



一部のコースでゴール受付時間を拡大します。
受付時間 9:00～15:00



※参加ポイントは、開催当日のみ付与します。会員カード(スマホ版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、参加賞品へのお引換えおよび発送手続きは行いません。

※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。

※参加ポイントに関する詳細は、さわやかウォーキングホームページでご確認ください。

お客様へのお願い

- マスク等を着用するなど、咳エチケットにご協力ください。
- こまめに手洗い及び手指消毒をしてください。(スタート駅・ゴール箇所・一部の立ち寄り箇所に消毒液設置)
- 大人数グループで参加される場合は、密にならないようご注意ください。

スタッフの取り組み

- スタッフは検温・体調チェックを行い、マスク・手袋等を着用します。
- 受付箇所は、こまめに消毒を行います。

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、乗車整理券をお求めください。

※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。

東海道新幹線・在来線の運行情報は、
JR東海ホームページをご覧ください。

東海道新幹線



在来線



※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いください。

※季節の花・富士山・イベント・風景などは、気象状況等によりご覧いただけません。

※このチラシの情報は2022年12月1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する場合がありますのであらかじめご了承ください。

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Twitter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)

JR東海さわやかウォーキング公式Twitter



■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



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歩行者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。

- スマートフォンや携帯電話の画面を見ながらの歩行は大変危険です。自分自身だけでなく、周囲の方も巻き込む事故につながることもありますので、「歩きスマホ」はおやめください。

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。(※新型コロナウイルス感染症対策の観点からも特にご注意ください)
- 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。
- お弁当・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。