

参加者が遵守すべき事項

- 以下の事項に該当する場合は、自主的に参加を見合わせる（参加当日に書面で確認を行う）
 - 体調がよくない場合（例：発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合）
 - 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
 - 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合
- マスクを持参すること（参加受付時や着替え時等のスポーツを行っていない際や会話をする際にはマスクを着用すること）
- こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること
- 他の参加者、主催者スタッフ等との距離（できるだけ2mを目安に（最低1m））を確保すること（障がい者の誘導や介助を行う場合を除く）
- イベント中に大きな声で会話、応援等をしないこと
- 感染防止のために主催者が決めたその他の措置の遵守、主催者の指示に従うこと
- イベント終了後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について報告すること
- イベントの前後のミーティングや懇親会等においても、三つの密を避けること



会場：中島公園自由広場案内

札幌市営地下鉄南北線 幌平橋下車（1番出口）



（キリトリ）

持ち物と服装

- マスク ●マイタオル ●帽子 ●手袋
 - 健康保険証(写) ●雨具 ●飲料水・(昼食)
- マイボトル、マイカップを必ず持参ください。

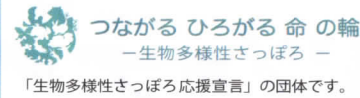
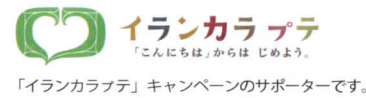
（キリトリ）

参加申込記入例

※フリガナ サツポロ アユム	※フリガナ サツポロ ミホ	※参加料
※おなまえ 札幌 歩	※おなまえ 札幌 美歩	一般(高校生以上) 2,000円 × 2人
※札幌会員No. 中-000	※札幌会員No. 中-000	障がい者2人組 3,000円 × 組
※(〒 064 - 0808)	※(〒 -)	ファミリーコース 1,000円 × 人
※おところ 北海道札幌市 中央区南8条西2丁目5-7	※おところ 同左	ウエルカムW 1,000円 × 1人
市民活動プラザ星園 405号室		※払込金合計 5,000円
※☎(011) 299 - 7978	※☎() -	※該当の欄所を○で囲んでください。
※6/24(土) 30K・10K・5K・2K	※6/24(土) 30K・10K・5K・2K	
※6/25(日) 20K・10K・5K・2K	※6/25(日) 20K・10K・5K・2K	
※6/23(金) ウエルカムウォーク	参加・不参加	

裏面の注意事項をお読みください。(ゆうちょ銀行) (承認番号小第15878号)

この場所には、何も記載しないでください。



- 国際市民スポーツ連盟公認大会 (IVV)
- 日本市民スポーツ連盟公認大会 (IVV-JAPAN)
- オールジャパンウォーキングカップ認定大会 (AJWC)
- 美しい日本の歩きたくなるみち500選
- ジャパンノルディック・ウォークプレミアリーグ認定大会
- 北海道マーチングリーグ公式大会 (HML)

第27回 北の都札幌

2023年
6月24日(土) 25日(日)



2km コースから
30km コースまで!
30km・20km・10km・5km・2km

ツデーウォーク

障がい者も障がいのない人も子供も高齢者も相互理解を
深め、「共生社会」を目指し、みんなで楽しく

ウエルカムウォーク
6月23日(金)
小樽散策

雨天決行

札幌を歩こう!!



会場：中島公園自由広場 (スタート・ゴール)

札幌市営地下鉄南北線 幌平橋駅下車 (1番出口)



お問い合わせ先

TEL FAX 011-299-7978

〒064-0808 札幌市中央区南8条西2丁目5-74 市民活動プラザ星園405号室
第27回 北の都札幌ツデーウォーク実行委員会
http://swa.or.jp/ 札幌歩こう会 検索
E-mail: swa@swa.or.jp

- 主催** NPO法人札幌歩こう会、北海道新聞社、公益財団法人北海道健康づくり財団
- 後援** 厚生労働省北海道厚生局・環境省北海道地方環境事務所・林野庁北海道森林管理局・北海道開発局札幌開発建設部・北海道・北海道教育委員会・札幌市・札幌市教育委員会・石狩川振興財団・札幌市PTA協議会・北海道農業協同組合中央会・札幌商工会議所・札幌市医師会・札幌歯科医師会・JR北海道・札幌市スポーツ協会・北海道観光振興機構・札幌観光協会・日本ウォーキング協会・北海道ウォーキング協会・全日本ノルディックウォーク連盟・日本市民スポーツ連盟・ウインターライフ推進協議会・北海道ユニセフ協会・日本ボーイスカウト北海道連盟・ガールスカウト北海道連盟・全国健康保険協会北海道支部・北海道国民健康保険団体連合会・日本郵便株式会社北海道支社・コープさっぽろ・札幌市老人クラブ連合会・ジェイコム札幌・北海道ろうきん・北洋銀行・北海道銀行・札幌市社会福祉協議会・NHK札幌放送局・HBC北海道放送・STV札幌テレビ放送・HTB北海道テレビ・UHB北海道文化放送・TVHテレビ北海道・札幌大学・札幌国際プラザ・北海道ガス・北海道柔道整復師会・サッポロさとらんど・札幌市公園緑化協会・スミフルジャパン・札幌医科大学・明治安田生命保険相互会社札幌支社・スマイルウォーキング倶楽部・札幌市身体障害者福祉協会・札幌市障がい者スポーツ協会・札幌市手をつなぐ育成会・札幌市精神障害者家族連合会

●住所・氏名は、楷書ではっきりとご記入下さい。
●特に、アパート等の名所は、確実にご記入下さい。
●必ず参加されるコース及び必要事項に○をつけてください。

(ご注意)
・この用紙は、機械で処理しますので、金額を記入する際は、枠内にはっきりと記入してください。また、本票を汚したり、折り曲げたりしないでください。
・この用紙は、ゆうちょ銀行又は郵便局の払込機能付きATMでもご利用いただけます。
・この払込書を、ゆうちょ銀行又は郵便局の渉外員にお預けになる場合は、引換えに預り証を必ずお受け取りください。
・この用紙による、払込料金は、ご依頼人様が負担することとなります。
・ご依頼人様からご提出いただきました払込書に記載されたおところ、おなまえ等は、加入者様に通知されます。
・この受領証は、払込みの証拠となるものですから大切に保管してください。

収入印紙

3万円以上貼付

印

参加者 第27回 北の都札幌 ツーデーウォーク

障がい者も障がいのない人も子供も高齢者も相互理解を深め、
「共生社会」を目指し、みんなで楽しく札幌を歩こう。

参加資格 ①コロナ対策を守れる方 ②国籍・年齢・性別は問いません ③大会のきまりやマナーを守れる方
④小学生以下は保護者、介護を必要とされる方は介助者（パディ制）の同伴をお願いします。（参加費は一般扱いです）

参加費	一般(高校生以上)	障がい者と介助者(パディ制2人1組)	中学生以下	ファミリーコースの保護者
事前申込・振込 5月31日まで	2,000円	3,000円	無料	1,000円
6月1日以降の申込・払込	2,200円	3,300円	無料	1,000円

※コロナ・荒天等・行政指導で中止する場合でも払戻しはしません。※参加費払込後に取り消しされても払戻できませんのでご了承ください。

団体申込 ①3名以上は団体申込とします。 ②代表者が用紙に必要事項を記入しお申込下さい。 参加者一覧は別途 FAX・E-mail(swa@swa.or.jp)・郵便で実行委員会にお送りください。 ③大会誌に団体名を記載します。

参加記念品 ①コース図 ②大会誌 ③完歩証 ④記念品 ⑤参加者証(ワッペン)

申込・払込方法 ①本紙の払込用紙に必要事項記入の上、郵便局から払い込んで下さい。 ②直接・事務局でも受付します。

申込期間 ①大会誌の参加者名簿には5月31日までに申込された方を掲載します。
②6月1日以降も受け付けますが、名簿には掲載されません。また、記念品がなくなる場合もあります。ご了承下さい。

受付	前日受付		当日受付	※ウエルカムウォーク(23日)参加者は現地で受付いたします。 ※当日受付は混みあいますので、前日(23日)受付をご利用ください。
	日時	6月23日(金)	6月24日(土)・25日(日)	
	時間	14:00~17:00	7:30~	
	場所	中島公園自由広場		

手荷物 手荷物は7:30から預かります。ゴール後に必ず取りに来てください。

更衣室 男女別に用意します。(マスク着用・入室は3人以下。会話厳禁をお願いします。)

日程及びコース	日付	コース	受付	出発式	スタート	ゴール	
ファミリーコースは2kmを設定しました。中島公園内で信号はありません。ちいさなお子さんの参加をお待ちしております。	24日(土) 自然と芸術コース	30km	スタート→大通公園→北海道庁→北大南門→北大中央通→北18条門→美香保公園→北24条通→パープルロード→さくらんど通→サッポロさくらんど→モエレ沼公園→ガラスのピラミッド→農畑通線(雁来新川)→サイクリングロード→南大橋→ゴール	7:30	8:15	8:30	最終ゴールは16時です
		10km	スタート→大通公園→北海道庁→北大南門→北大中央通→北18条門→斜め通→西5丁目通→北8条通→創成川通→豊水通→ゴール		8:45	9:00	
		5km	スタート→大通公園(北大通)→西6丁目→大通公園(南大通)→テレビ塔→創成川通→豊水通→ゴール				
		2km	ファミリーコース(中島公園:豊平館・菖蒲池・札幌コンサートホールkitara他)		9:30	10:00	
24日(土)の30km 25日(日)の20・10・5kmコースに階段があります。車椅子単独参加希望の方は、受付に希望コースを申し出て下さい。	25日(日) 川と緑のふれあいコース	20km	スタート→幌平橋→豊平川右岸→白石藻岩通→精進河畔公園→中の島通→ミュンヘン大橋→豊平川右岸→豊平川さけ科学館→五輪大橋→藻南公園→石山緑地→真駒内通→真駒内公園→藻岩上の橋→豊平川左岸→ウォーターガーデン→ゴール	7:30	8:15	8:30	最終ゴールは14時です
		10km	スタート→幌平橋→豊平川右岸→白石藻岩通→精進河畔公園→中の島通→ミュンヘン大橋→豊平川右岸→藻岩上の橋→豊平川左岸→ウォーターガーデン→ゴール		8:45	9:00	
		5km	スタート→札幌コンサートホールkitara・豊平館・菖蒲池→幌平橋→豊平川右岸→南9条橋→豊平川左岸→ゴール				
		2km	ファミリーコース(中島公園:豊平館・菖蒲池・札幌コンサートホールkitara他)		9:30	10:00	

歩行形態 ①ファミリーコースを除き原則自由歩行です。密にならない状態をお願いいたします。
②リーダー・サブリーダー・アンカーは全てのコースに配置されています。

表彰・認定 各コースを完歩された方に認定をいたします。
①国際市民スポーツ連盟認定 ②日本市民スポーツ連盟認定 ③オールジャパンウォーキングカップ認定
④美しい日本の歩きたくなるみち500選 ⑤北海道マーチングリーグ認定(2日間完歩者)
⑥ジャパンノルディック・ウォークプレミアリーグ認定(ノルディック参加者のみ)

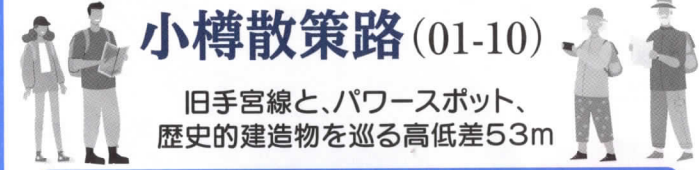
免責範囲 万一事故が発生した場合、主催者が加入している傷害保険の範囲内で補償致します。

個人情報 大会運営及び次回大会案内に関する事項以外、使用いたしません。

肖像権 大会中に撮影した写真などは、報道や大会広告、印刷物の掲載等に利用することがあります。

ウエルカムウォーク

美しい日本の歩きたくなるみち500選
裕次郎とレンガのまち
小樽散策路(01-10)



6月23日(金)12時30分集合

- ◆集合 小樽運河プラザ前(JR小樽駅から徒歩8分)
- ◆参加費 1,000円 ※事前申込者の前日受付も併せて行います。
- ◆歩行距離 10km ※手荷物はお預かりします。
- ◆申込 下記参加申込用紙にご記入下さい。

北海道マーチングリーグ(HML)の紹介

6月10日(土)~11日(日)(北見市)
第36回 でっかいどうオホーツク
北見ツーデーマーチ

9月9日(土)~10日(日)(洞爺湖町)
第36回 北海道ツーデーマーチ

コラボ企画 認定NPO法人
HOKKAIDOしっぽの会
とのコラボ企画があります

※参加費無料の中学生以下の方も申込書へご記入下さい。

参加申込用払込用紙

必要事項を記入し、最寄りのゆうちょ銀行または郵便局からお払込みください。
参加登録証は発行しません。
振替払込請求書兼受領証または、ご利用明細書をもって参加登録証とします。

00	小樽	払込取扱票	
口座記号番号		金額	備考
02740	4	39820	
北の都札幌ツーデーウォーク 実行委員会		料	金
加入者名	※フリガナ ※おなまえ	※参加料	
性別	男・女	一般(高校生以上)	2,000円 × 人
※札幌会員No.	※札幌会員No.	障がい者と介助者2人1組	3,000円 × 組
※(〒)	※(〒)	ファミリーコース	1,000円 × 人
※おところ	※おところ	ウエルカムW	1,000円 × 人
※依頼人・通信欄		※払込金合計	円
※日附印		※該当の欄所を○で囲んでください。	
※6/24(土) 30K・10K・5K・2K		※6/24(土) 30K・10K・5K・2K	
※6/25(日) 20K・10K・5K・2K		※6/25(日) 20K・10K・5K・2K	
※6/23(金) ウエルカムウォーク		参加・不参加	

裏面の注意事項をお読みください。(ゆうちょ銀行) (承認番号小第15878号)
これより下部には何も記入しないでください。

感染症防止対策チェックシート

大会当日、受付に必ず提出して下さい
(行政からの指導に基づくものです。是非ご協力をお願いします。)

記入年月日	年	月	日
①氏名・年齢 (歳)			
②住所(市町村名から)			
③連絡先(TELか携帯番号)			
④大会当日の体温 ℃			
⑤大会参加直前に以下の事項の有無			
(1) 平熱を超える(37.5°)発熱がありましたか	はい・いいえ		
(2) 咳・のどの痛み等、風邪の症状がありましたか	はい・いいえ		
(3) だるさ、息苦しさがありましたか	はい・いいえ		
(4) 臭覚・味覚の異常がありましたか	はい・いいえ		
(5) 体が重く感じる、疲れやすい等がありましたか	あり・なし		
(6) コロナ感染者との濃厚接触の有無	あり・なし		
(7) 過去14日以内に、政府から入国制限、入国後の観測期間を必要とされる国、地域へ渡航又は、当該在住者との濃厚接触がありましたか	あり・なし		

※ありがとうございました。この(チェックシート)は1か月間保存し、その後は廃棄します。

[重要] 当日必ず受領証を受付でご提示ください。
(参加者証等記念品をお渡しします)

振替払込請求書兼受領証

口座記号番号	02740	4
加入者名	北の都札幌ツーデーウォーク 実行委員会	
金額	千	百
おなまえ	※	
ご依頼人	様	
料	金	円
日	附	印

この受領証は、大切に保管してください。