



健康・防災ウォーク in 長岡

越後長岡歴史ウォーク

にいがたヘルス&スポーツマイレージ



2026.9.23 水・祝

スタート・フィニッシュ

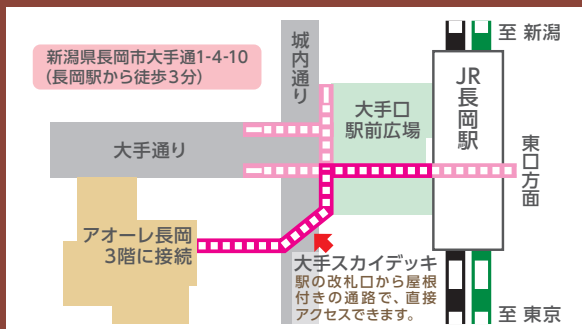
アオーレ長岡

コース

20km / 10km / 5km

コースマップ、注意事項、連絡事項は、随時HPに掲載します。

新潟県ウォーキング協会HP▲



無料駐車場はございません。なるべく公共交通機関をご利用ください。

抽選で..

8/21までにお申込みの方



ヨネックスウォーキングシューズ
2名さまにプレゼント (特別販売ブース出展予定)



イメージ写真

抽選結果は、当日(9/23)
フィニッシュ後に発表します。

協賛品

参加者プレゼント

JAグループ新潟
ニッポンエール
新潟県産ルレクチエグミ



カバヤ食品(株)

塩分チャージタブレット

コースマップ提示で一人各1個お受け取り
ください。(当日8:30~16:00)

イメージ写真

認定連携

- ・オールジャパンウォーキングカップ認定大会
- ・関東甲信越マージングリーグ公式大会
- ・日本市民スポーツ連盟公認大会
- ・にいがたヘルス&スポーツマイレージ (新潟県)

[主催] 一般社団法人日本ウォーキング協会、NPO法人新潟県ウォーキング協会、新潟日报社、NST新潟総合テレビ

[共催] 長岡市、日本市民スポーツ連盟

[協賛] JAグループ新潟、YONEX、カバヤ食品株式会社

※2026.5.8現在

きりとり線 ✂

振替払込請求書兼受領証

00	長野	払込取扱票									
口座記号番号											
0	0	5	6	0	5	6	9	3	7	9	
金額						千 百 十 万 千 百 十 円					
金額						※					
新新潟県ウォーキング協会						料金		備考			
加入者名		住所 〒									
TEL ()											
氏名		性別		年齢		参加コース					
フリガナ		男・女		歳		20km・10km・5km					
フリガナ		男・女		歳		20km・10km・5km					
参加登録費						合計					
大人 1,000円 × 名 = 円						円					
小中学生 500円 × 名 = 円						円					
せっかくウォーク 1,000円 × 名 = 円						円					
裏面の注意事項をお読みください。(ゆうちょ銀行) (承認番号長第 25090 号)						これより下部には何も記入しないでください。					

切り取らないでください。

記載事項を訂正した場合は、その箇所に訂正印を押してください。

口座記号番号	0 0 5 6 0 5 6 9 3 7 9									
加入者名	新新潟県ウォーキング協会									
金額	千 百 十 万 千 百 十 円									
金額	※									
ご依頼人	おなまえ ※									
ご依頼人	様									
料金	(消費税込み) 日 附 印									
備考	円									

この受領証は、大切に保管してください。

健康・防災ウォークin長岡参加費払込用紙

3名以上でお申し込みの場合は、代表者に一括払い込みし、明細はファックス・メール・郵送のいずれかでお知らせください。 ※裏面に記入見本がご覧いただけます

きりとり線 ✂

受付・スタート・フィニッシュ・コース **フィニッシュ制限時刻 15:30**

距離	コース	受付・スタート
20kmコース	アオーレ長岡→吉乃川酒ミュージアム『醸蔵』→道の駅ながおか花火館→山本五十六記念館→河井継之助記念館→アオーレ長岡	9:00～ 9:30
10kmコース	アオーレ長岡→吉乃川酒ミュージアム『醸蔵』→山本五十六記念館→河井継之助記念館→アオーレ長岡	10:00～10:30
5kmコース	アオーレ長岡→山本五十六記念館→河井継之助記念館→アオーレ長岡	10:30～11:00

○出発式は行いません。 指定時間に、順次スタートしていただきます。
○5kmコースのみ10:30～10:40歩き方教室とストレッチを行います。
○荒天(警報・注意報発令時)以外は開催いたしますが、コースを変更する場合があります。
○当日の誘導スタッフ、看板は最小限にさせていただきます。コースはマップをご確認ください。

参加資格

健康であれば、年齢・性別・国籍を問わず、どなたでもご参加いただけます。
※ただし、小学生以下は保護者、体の不自由な方は介助者同伴でご参加ください。

参加費

●事前申し込み

大人	1,000円 (当日 1,500円)
小・中学生	500円 (当日 1,000円)
未就学児	無料

○参加費には、ゼッケン・コースマップ・保険料等が含まれます。
○交通費、宿泊費は各自でご負担ください。
○昼食の手配は受け付けておりません。各自でご用意ください。
○荒天災害等により、大会を中止する場合がございます。その場合参加費は返金しません。
お申込み後、参加を取り消されても参加費は返金できません。

事前申込締切

2026年8月21日(金)まで ※8月22日以降は当日受付になります。

免責事項

参加者は、各自の責任において健康管理をしてください。万一事故が発生した場合主催者は損害保険に加入の範囲内及び現場での応急処置以外の責任は負えません。



新潟県民対象
“にいがたヘルス&スポーツマイレージ事業”
イベントポイント100ポイントがたまります。



お問い合わせ先

NPO法人 新潟県ウォーキング協会 事務局

TEL : 025-521-2627 (受付時間／平日9:00～17:00 8/13～8/16休業)
FAX : 025-520-4151 E-mail : nwa@niigataken.org

参加申込み方法

①インターネット申込み

JwalkingのWEBサイトからお申込みください。

【URL】 <https://jwalking.jp/net>

参加費とは別に、振込手数料が必要です。

WEB申込み
はこちら



②郵便申込み

下記 **払込取扱票** に記入し、**郵便局**からお申込みください。

ゆうちょ銀行または郵便局の窓口の営業時間内であれば、お申し込みとお支払いが同時にできます。 下記の払込用紙に必要事項をご記入の上、参加料を添えてお申し込みください。 ※別途手数料がかかります

持ち物・注意事項

大会当日に必ずお持ちください(飲料・雨具・その他、各自必要と思われるもの)
事前配布物

※大会1週間前を目途に(ゼッケン・コースマップ等)を送ります。

その他

○個人情報は大大会運営の目的のみに利用します。
○主催者が取得した参加者の映像、写真、記事、記録等の肖像権、著作権は主催者に属します。

いざという時の為に

防災ウォーク 備

会場：**アオーレ長岡** (新潟県長岡市大手通1-4-10)

自分の命と自分の財産は、
自らの知恵と自覚で守る。その為に備えておく

体力 知力 気力
が体験・体感できます。



- 1 転倒防止ウォーク
- 2 瓦礫越えウォーク
- 3 1本道バランスウォーク
- 4 風力耐久ウォーク
- 5 速歩に挑戦

健康ブース

体験無料
***ベジチェック**
***血管年齢チェック**

※内容は変更になる場合があります。

ボールウォーキング 展示・販売

ご希望の方に
ボールを使った歩き方
レクチャーします！

※内容は変更になる場合があります。

せがくウォーク!

せっかく長岡へ来ていただいた皆さまへ、花火シアターや歴史館をめぐる観光コースです。

日 時 **2026.9.22(火・休) 14:00集合** ※所要時間 約2時間
参 加 費 1,000円 (入館料、保険料)
集 合 場 所 アオーレ長岡 大型ビジョン前集合

WEB申込み
はこちら



コース(距離 3.3km) _____
アオーレ長岡 ▶ 山本五十六生家 ▶ 山本五十六記念館 ▶ 河井継之助記念館 ▶ 駒形十吉記念美術館 ▶ アオーレ長岡の花火シアター ▶ アオーレ長岡

記入見本

はっきりとした文字で、丁寧に書きください。

払 込 取 扱 票		振替払込請求書兼受領証	
00 長野	口 座 記 号 番 号	金 額	千 百 十 万 千 百 十 円
0 0 5 6 0 5	6 9 3 7 9	3 0 0 0	
新潟県ウォーキング協会		金 額	千 百 十 万 千 百 十 円
〒950-0088 新潟県新潟市中央区万代3-1-1 TEL 025 (521) 2627		3 0 0 0	
フリガナ ニイガタ タロウ	性 別 年 齢	参加コース	参加
代表者 新潟 太郎	◎ 女 60 歳	20km・10km・5km	
フリガナ ニイガタ シロウ	◎ 女 58 歳	20km・10km・5km	参加
参加登録費	合 計	日 附 印	
大 人 1,000円 × 2 名 = 2000円	3000 円		
小中学生 500円 × 名 = 円			
せがくウォーク 1,000円 × 1 名 = 1000円			

この場所には、何も記載しないでください。

(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ときは、引換に預か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

●この受領証は大会終了まで保管しておいてください。