



2022年3月29日

JRに乗って、北海道を歩く。駅スタートのおすすめ45コース

JRヘルシーウォーキング2022 スタート！

北海道内の駅を中心とするウォーキングイベント「JRヘルシーウォーキング」を今年も開催します。今年は「炭鉄港」「ジャパンエコトラック」とのコラボ開催、新青森駅をはじめとする初開催コースなど、様々な見どころをご用意しました。また「選べるプレゼント」には、mont-bellとのコラボ賞品をご用意！

予約なし、無料でご参加いただけるJRヘルシーウォーキングへ、ご家族やお仲間と一緒に、ぜひご参加ください！

JRヘルシーウォーキングとは…

JR北海道の駅を中心に、健康増進を目的とするウォーキングイベントです。例年春から秋にかけて、土・日・祝に開催する「イベントウォーク」、開催期間中お好きな日に参加できる「いつでもウォーク」を実施しています。両ウォークともに、予約なし、参加無料で参加できます。



イメージキャラクター「歩くん」

■今年の見どころポイント

- 「選べるプレゼント」でmont-bell コラボのオリジナルグッズをご用意
- 日本遺産「炭鉄港」とコラボ開催
- 「ジャパンエコトラック」にちなんだコース設定
- 「大人の休日倶楽部」会員へのポイントアップ特典
- 新青森駅、浦幌駅、鶴川駅で初開催

北海道のまちめぐり

こんな景色を再発見！



白老ウォーク



新得ウォーク

ウォーキング風景（一例）



mont-bell コラボグッズ（一例）

■開催期間

○イベントウォーク

2022年4月29日（金祝）～8月28日（日） 計15コース

○いつでもウォーク

2022年4月29日（金祝）～11月13日（日）まで 計30コース



■「選べるプレゼント」で mont-bell とコラボ

年間の獲得ポイントに応じて応募できる「選べるプレゼント」を、今年は mont-bell とコラボ！当イベント限定のオリジナルグッズをご用意しました。



■みどころ・おすすめコースのご紹介

①「炭鉄港」コラボコース

対象コースの中から3コースに参加して、スタンプを集めたお客様の中から抽選で800名様に、「炭鉄港オリジナル記念冊子・ノベルティ」をプレゼント！

「炭鉄港」とは…

空知の「石炭」、室蘭の「鉄鋼」、小樽の「港湾」、そして、それらを繋ぐ「鉄道」を舞台に繰り広げられた、北海道近代化の礎となった歴史・産業遺産の物語が「炭鉄港」です。見るものを圧倒するその産業景観は、これまでにない北海道の新たな魅力として、訪れる人に深い感慨と、新たな価値観をもたらし続けており、令和元年に日本遺産に認定されました。



<対象コース>

イベントウォーク

7月10日(日) 室蘭・母恋～室蘭

いつでもウォーク

石狩沼田、赤平、芦別、栗山、新夕張



<特典> 炭鉄港オリジナル記念冊子・ノベルティ



炭鉄港オリジナル記念冊子



ノベルティ ※写真のうちいずれかをプレゼント

応募方法等の詳細は、空知総合振興局のホームページをご確認ください。



空知総合振興局ホームページ

②「ジャパンエコトラック」コラボコース

トレッキングなど人力による移動手段で自然、歴史、文化、人々との交流を楽しむ新しい旅のスタイルを提案する、「ジャパンエコトラック」。事務局を担う mont-bell と一緒に、ジャパンエコトラックに指定されているオホーツクエリアで、4つのコラボコースを設定しました。

「ジャパンエコトラック」とは…

トレッキング・カヤック・自転車といった人力による移動手段で、日本各地の豊かで多様な自然を体感し、地域の歴史や文化、人々との交流を楽しみながら、旅をする。そんな新しい旅のスタイルが「ジャパンエコトラック」です。

豊かな日本の自然を体験できるジャパンエコトラックのルートが全国に登録され、今後もさらにエリア拡大を予定しています。

「ジャパンエコトラック」の詳細は、専用ホームページをご確認ください。

JAPAN
ECO
TRACK



ジャパンエコトラック
ホームページ

<対象コース>

いつでもウォーク

北浜・浜小清水～浜小清水、北見、女満別、網走



小清水町 (ジャパンエコトラックイメージ)



藻琴山 (ジャパンエコトラックイメージ)

③「大人の休日倶楽部」コラボコース

50歳からの旅と暮らしを応援する、大人の休日倶楽部。おトクな会員限定きっぷ「大人の休日倶楽部パス」でご参加いただいた方へ、対象ウォーク限定でポイントアップ!

<対象コース>

イベントウォーク 6月26日(日) 釧路

<特典> 2ポイントアップ

「大人の休日倶楽部」について、詳細は専用ホームページをご確認ください。



大人の休日倶楽部ホームページ

④「新青森駅」「浦幌駅」「鶴川駅」で初開催

初開催コースとして、イベントウォークでは「新青森駅」、いつでもウォークでは「浦幌駅」「鶴川駅」をご用意しました。新しいウォーキングコースをお楽しみください。

NEW イベントウォーク 7月17日(日) 新青森

北海道新幹線の最南端駅である新青森駅で、世界文化遺産「三内丸山遺跡」をめぐるコースを設定します。北海道新幹線に乗って、青森の縄文風景をお楽しみください!



NEW いつでもウォーク 浦幌

根室本線 浦幌駅で、地域の歴史や自然を感じるコースを設定します。2022年3月より、H100形電気式気動車を投入して快適になった根室本線へ、JRに乗ってお越しください。



NEW いつでもウォーク 鶴川

日高本線 鶴川駅で、地域の自然やお買い物を楽しむコースを設定します。日高本線で運転中のキハ40に乗って、車窓を楽しみながらお越しください。



■開催スケジュール

4～8月の開催スケジュールをお知らせします。なお9月以降の内容は、8月頃にお知らせします。

<イベントウォーク開催スケジュール>

開催日		開催駅	ポイントアップ等
4月29日	(金祝)	手稲	
5月4日	(水祝)	森	2ポイント
5月7日	(土)	大麻～野幌	
5月15日	(日)	旭川	
5月21日	(土)	帯広	2ポイント
5月29日	(日)	登別	
6月12日	(日)	沼ノ端	
6月18日	(土)	富良野	
6月26日	(日)	釧路	2ポイント 大人の休日倶楽部コラボ
7月2日	(土)	千歳～新千歳空港	新千歳空港駅開業30年記念
7月10日	(日)	室蘭・母恋～室蘭	炭鉄港コラボ
7月17日	(日)	NEW 新青森	5ポイント 世界文化遺産
7月31日	(日)	滝川	
8月20日	(土)	深川	
8月28日	(日)	新得	2ポイント



ウォーキング風景（一例）

<いつでもウォーク開催駅>

開催日	開催駅	ポイントアップ等	
4月29日（金祝）～ 11月13日（日）までの毎日 ※一部コースで除外日あり	NEW 浦幌	2ポイント	
	根室	2ポイント	
	北浜・浜小清水～浜小清水	2ポイント	ジヤパ [®] ンエコラックコラホ [®]
	留萌	2ポイント	
	石狩沼田	炭鉄港コラホ [®]	
	稚内	2ポイント	
	北見	2ポイント	ジヤパ [®] ンエコラックコラホ [®]
	女満別	2ポイント	ジヤパ [®] ンエコラックコラホ [®]
	網走	2ポイント	ジヤパ [®] ンエコラックコラホ [®]
	木古内	2ポイント	
	奥津軽いまべつ	2ポイント	
	長万部	2ポイント	
	倶知安		
	ニセコ		
	余市		
	銭函		
	新琴似		
	当別		
	赤平	炭鉄港コラホ [®]	
	芦別	炭鉄港コラホ [®]	
	厚別		
	江別		
	恵庭		
	千歳		
	由仁		
	栗山	炭鉄港コラホ [®]	
	新夕張	炭鉄港コラホ [®]	
	洞爺	世界文化遺産	
白老			
NEW 鷗川			

◆専用ホームページ <https://www.jrhokkaido.co.jp/travel/walking/index.html>

◆JRヘルシーウォーキング事務局 ☎ 011-219-8641(平日 9:00～17:00)



JRヘルシーウォーキングでは、以下の感染症対策を実施します

JRヘルシーウォーキングでは、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、以下の感染症対策を実施します。

○受付スタッフの体調管理・マスクの着用

受付スタッフは検温および体調管理に努め、マスクまたはフェイスシールド等を着用して対応します。

○定期的に消毒

受付テーブルおよび機器類等は、定期的に消毒を行います。また、イベントウォーク時の受付付近にアルコール消毒液を設置します。

○イベントの工夫

イベントウォークのスタート・ゴールにおいて、ソーシャルディスタンスの確保ならびに参加者ご自身でコースマップをお取りいただくなど、可能な限り、接触機会を減らして対応します。

○検温の実施

イベントウォークのスタートにおいて、検温を行います。



イベントウォーク受付時の消毒液設置の様子

JRヘルシーウォーキング実施について

新型コロナウイルス感染症等の影響により、急遽中止や内容の変更をさせていただく場合がございます。JRヘルシーウォーキングホームページにて最新の情報をご確認の上、ご参加ください。

※写真・イラスト等は、すべてイメージです。