

新潟県中越大震災20年プロジェクト 震災と復興の歩みをふり返し、よりよい地域へ



防災・健康ウォーク in長岡

越後長岡歴史ウォーク PROGRAM
(旧越後長岡ツデーマーチ)

start-finish
アオーレ長岡

2024
10/12
土



新潟地震から60年
新潟焼山火山災害から50年
新潟・福島豪雨(7.13水害)
及び中越大震災から20年



コース
18km / 10km / 5km

新潟県ウォーキング協会HP▶



※内容は変更する場合があります。
変更内容はHPに随時アップします。ご確認ください。



抽選で... 9月13日までにお申込みの方

YONEX 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



抽選結果は、
当日(10月12日)
フィニッシュ後に
発表します。

(特別販売ブース出展予定)

協賛品

JAグループ新潟
ニッポンエール
新潟県産
ルレクチェエグミ



カバヤ食品(株)
塩分チャージ

※商品は変更になる場合があります。

参加者プレゼント



認定連携

- ・オールジャパンウォーキングカップ認定大会
- ・関東甲信越マーチ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)
[後援] 新潟県、一般社団法人生命保険協会新潟県協会、公益財団法人新潟県保健衛生センター、新潟総合警備保障株式会社
[協力] 長岡市ウォーキングクラブ、公益社団法人中越防災安全推進機構

受付・スタート・フィニッシュ アオーレ長岡

出発式は行いません。スタートシールを受け取った方から順次スタートしていただけます。

コース	受付・スタート	
18kmコース	9:00 ~ 9:30	混雑緩和のため、時間内スタートにご協力をお願いします。
10kmコース	10:00 ~ 10:30	
5kmコース	11:00 ~ 11:30	

フィニッシュ制限時刻は、15:30です。

地震体験車が 体験無料
やってくる!



会場:アオーレ長岡
9:00~16:00
時間は変更になる場合があります
※雨天中止

地震体験車は、地震を疑似体験することで、地震に備える知識等を習得することを目的とした車両です。アオーレ長岡(スタート・フィニッシュ)にあり、ウォーキング参加者優先で参加いただけます。

参加者数 (9月13日までの事前申込み者数)

コース	人数	長岡市	97人	神奈川県	12人	長野県	2人	愛知県	1人	奈良県	1人	
18kmコース	152人	新潟県内	185人	千葉県	8人	富山県	2人	岡山県	1人	福島県	1人	
10kmコース	154人	埼玉県	19人	茨城県	7人	福井県	2人	宮城県	1人			
5kmコース	76人	群馬県	16人	栃木県	4人	福岡県	2人	広島県	1人			
		東京都	14人	石川県	3人	兵庫県	2人	静岡県	1人			
合計	382人	後日、「にいがた健康寿命日本プロジェクト」サイトに参加者名を掲載します。									合計	382人

裏面の注意事項をお読みください。

参加資格

健康な方であれば、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。

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、主催者は傷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。

個人情報取り扱いと、名簿掲載・肖像権等

- 個人情報は大会運営のみに利用します。
- 後日、新潟日報社の「にいがた健康寿命日本一プロジェクト」特設サイト(右下二次元バーコード)に参加者名を掲載します。掲載を希望しない場合は、事務局へお知らせください。すでに、事前申込みの際「掲載を希望しない」を選んでいただいている方は不要です。
- 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。

歩行中の注意

- 必ずスタッフの指示と交通ルールに従ってください。道路幅の狭い場所では、横に広がらずゆっくりと歩いてください。
- ウォーキング中に出たゴミは、お持ち帰りをお願いします。
- ノルディックウォーキングは、周囲の方の安全に配慮しポールをぶつけないように歩行してください。

チェックポイント

- チェックポイントは、開設時間が決まっています。必ず開設時間内に通過してください。(コースマップに記載)
- チェックポイントでは、シールを受け取り、参加パスポートに貼ってください。シールがない場合は、各種認定の対象外となります。(アプリでのチェックインの場合は除く)
- 菓子等の提供はありません。

全コースチェックポイント!

きおくみらい

Kioku Mirai

長岡震災アーカイブセンター「きおくみらい」は、中越大震災の記憶を未来に伝えます。

中越大震災の経験から学んだこと、「震災の記憶」を全国へ、世界へ、そして未来を担う子どもたちへ伝承し続けています。

きおくみらいは中越メモリアル回廊の中核施設として様々な災害に対する震災の記録などを視聴できるシアターなどを完備しています。

10月12日(土)特別開館

新潟県長岡市大手通2-6 フェニックス大手イースト2階 [入館料] 無料 [開館時間] 10:00 - 18:00 土・日・祝日休館



ダウンロードはこちら!

グッピーヘルスケア



にいがたヘルス&スポーツマイレージ事業 新潟県民対象

アオーレ長岡受付付近に、イベントコードがあります。アプリの新潟県タブ『あなたのポイント』の『イベント参加』をタップして、イベントコードを入力してください。

100ポイントが付与されます。※イベントコードは当日に限り有効です。



新潟日報「にいがた健康寿命日本一プロジェクト」
<https://www.niigata-nippo-kenko.com/>

お問い合わせ先・事務局

NPO法人 新潟県ウォーキング協会

本部/新潟市中央区万代3-1-1 新潟日報社読者局ふれあい事業部内
事務局/新潟県上越市高土町1-8-1 エム・コミュニケーション内

TEL : 025-521-2627 (受付時間/平日9:00~17:00)

FAX : 025-520-4151

E-mail : nwa@niigataken.org

ウォーキング参加者 入館料割引特典

● 参加パスポートかゼッケン提示で入館料が割引になります。

開館時間

山本五十六記念館	500円 → 400円	10:00~17:00
河井継之助記念館	200円 → 160円	10:00~17:00
駒形十吉記念美術館	500円 → 400円	10:00~17:00
長岡市郷土史料館	300円 → 無料	9:00~17:00

ぜひ、お立ち寄りください。

※上記金額は大人料金

いざという時の為に!

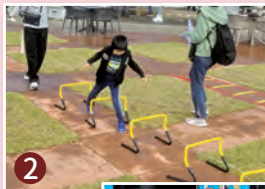
会場:アオーレ長岡 (スタート・フィニッシュ会場)

防災ウォーク 備そなえ

参加無料

9:00~15:30

- 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



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。アオーレ長岡にあります。



新潟日報社は「にいがた元気プラス」の一環として、「目指せ!! 健康寿命日本一、にいがたプロジェクト」に取り組んでいます。県民参加のイベントを開催したり紹介したり、ウォーキングを通じた県民の健康づくりを応援します。