

さあ、素晴らしい自然や歴史ロマンと一緒に♪

心身にヘルシー!! ハイキングは、誰もが最も手軽に楽しめるスポーツです。

当日自由参加です!

「東武健康ハイキング」に参加する場合、事前の申し込みは一切必要ありません。
どなたでもお気軽にご参加ください。
ただし、参加費は無料ですが、交通費などは各自負担となります。

「参加証」をご持参ください。

- このパンフレットの左右に付いている「参加証」に必要事項を必ずご記入のうえ、ハイキング当日、切り離してお持ちください。お一人につき1枚ご記入ください。(コピー可)
- 詳しい「コース地図」は、スタート前に配付いたします。
- スタート時に「参加証」を受付に提示し、「受付印」を受けてください。
- ゴールまで紛失しないようお持ちください。なお、参加記念品との引き換えは、お一人様1枚となりますのでご注意ください。

参加方法

- 参加費** 無料 (ただし、交通費、拝観料、有料施設への入館などは各自負担)
- 服装** ハイキングに適した服装。ウォーキングシューズ、帽子など。
- 持ち物** 弁当、雨具、手袋、着替え、保険証の写し、常備薬など。
- 開催条件** 雨天決行 ※台風などの荒天の場合は中止。

※天候その他の理由により、日時・コースなどが変更、または中止になる場合がありますのでご了承ください。
悪天候による実施の有無は、東武スカイツリーライン・伊勢崎線・日光線・東武アーバンパークラインエリアの場合は☎03-5962-0102、東武鉄道お客さまセンター(8:30~10:00)までお問い合わせください。
東上線エリアの場合は☎049-226-2521で、当日の朝、6:00~9:30の間、テブによるご案内をいたします。
なお、中止の場合は各駅に中止のご案内を掲出いたします。
※ハイキングの開催日と、花の開花時期等は、その年の気候の影響等でずれることがありますのでご了承ください。
※コースの設定は、2020年2月現在のものです。開催日の前に、内容・コース・距離等が変更になる場合があります。

※受付場所までは公共交通機関を利用してください。駐車場の
ご用意はありませんのでご了承ください。

※スタート、並びにゴールの受付時間は決まっております。早く
お越しいただいても早めることはできません。

ご参加にあたっての【注意事項】

- 当ハイキングは、速さを競うものではありません。スタートからゴールまで自分のペースで歩いてください。
- コース内に道路を横断する箇所があります。自動車等には十分注意してください。
- 道路歩行時は歩道を通行し、横に広がらず、対向者の妨げにならないようにしてください。
- 歩行中は禁煙をお願いいたします。休憩中でも周囲の方の迷惑にならないように。また、吸殻は必ずお持ち帰りください。

- ゴミは自宅までお持ち帰りください。途中での投げ捨てや、付近のゴミ箱への投棄はおやめください。
- 花や木は、折ったり抜かないでください。
- 遺跡や史跡などの文化財を、壊したり、傷をつけないよう気をつけましょう。
- 個人の敷地には、許可なく立ち入らないようにしてください。
- 当日は駅係員やスタッフの指示に従ってください。指示に従っていただけないお客様は参加をご遠慮いただく場合がございます。

ハイキング当日は…

①下車駅 各回のスタート受付時間に合わせて、電車等でお越しください。車、バイク、自転車等でお越し
いただいても駐車スペースのご用意はありません。

※スタート受付場所は駅前とは限りません。
場所をよくご確認ください。

②スタート受付 早くお越しいただいても、スタート時間を早めることはできません。パンフレットに添付されている「参加証」に必要事項をご記入のうえ、
スタンプの押印をうけてください。



※スタンプが押されていない場合は、ゴール
受付での記念品はお渡しできません。

③ハイキング ご自分のペースで、**マナーを守り**、ケガをしないよう十分注意してハイキングをお楽しみください。

※このパンフレットに記載の「注意事項」をお読みいただき、マナーをお守りください。

④ゴール受付 「参加証」と交換で、参加記念品をプレゼントいたします。
(お一人様1回の参加につき1個限り)
※ゴールが駅前でない場合がありますので、
ご注意ください。

⑤解散 お疲れさまでした。
お気をつけてお帰りください。
またのご参加をお待ちしております。

各回の「難易度」を分かりやすく表示していますので参考にしてください。

街歩きレベル	初心者レベル	一般レベル	健脚レベル
コースのほとんどが市街地の散策。	アップダウンなしまたはゆるやかなアップダウン。	やや急なアップダウンあり。	急なアップダウンあり。

Happy 9 9回参加/完歩された方に 抽選で素敵な記念品プレゼント!!

25回開催中「9回」参加、且つ完歩された方に、抽選で【Happy9オリジナルグッズ】を差しあげます。ファミリーで、カップルで、ぜひチャレンジしてみましょう!

実施方法

- ①本年度最初のハイキングに参加の際に「スタンプカード」を受け取りスタート。
- ②ゴール地点等で「スタンプカード」に押印!!
- ③25回開催中、9回のスタンプが押印されたら抽選でゲット!!

スタンプカードの配付

4/5~4/14開催の「越谷の自然と歴史大満喫ハイキング」から、10/31~11/8開催の「蔵の街とちぎハイキングinとちぎ秋まつり」まで、各回ゴール受付等で配付します。

スタンプカードの押印

参加後、ゴール等で必ずスタンプの押印を受けてください。
※カードを忘れた場合は押印はできません。また、後日の再押印もできません。

Happy9を達成された方は…

6/27(土)開催の「野田市コウノトリの里と里山ハイキング」以降、各回ハイキングでオリジナルグッズをプレゼント。
※プレゼントは抽選となります。



(イメージ)

Happy9オリジナルグッズ
「ステンレスボトル」

※期間設定コースでは、開催期間中、何回ご参加いただいても「スタンプカード」の押印は1回のみとなります。

第388回 越谷の自然と歴史大満喫ハイキング

受付印

●コース／越谷駅(東口)…ガーヤちゃんの蔵屋敷(受付)…元荒川緑道(チュリップ観賞)…しらこぼと橋…八条用水緑道…旧東方村中村家住宅【水曜休館】…越谷レイクタウン(大相模調節池)…越谷市観光協会【水曜休館】…大相模不動尊(大聖寺)…元荒川緑道…越ヶ谷御殿跡…日光街道越ヶ谷宿…ガーヤちゃんの蔵屋敷(ゴール)…越谷駅(東口)

■参加証 ※スタート時に受付印を押印しますので、ゴールでスタッフにお渡しください。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには ①今回が初めて ②何回か参加している					

第389回 日光探勝・パワースポットを巡るハイキング

受付印

●コース／東武日光駅…日光郷土センター(受付)…神橋…憾満ヶ淵…大日橋…日光山輪王寺…日光東照宮…日光二荒山神社…行者堂…滝尾神社…開山堂…東武日光駅(ゴール)

※4/13～4/17まで、コース上で「弥生祭」が開催されます。

■参加証 ※スタート時に受付スタッフにお渡しください。本コースはゴール受付はございません。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには ①今回が初めて ②何回か参加している					

第390回 “春日部探検隊”～藤ときらめき通り散策～

受付印

●コース／春日部駅(東口)…ぶらっとかすかべ(受付)…粕壁宿日光道中みちるべ…古利根公園橋…碓神社…藤花園…大落古利根川の遊歩道散策…ゆりのき橋…ゆりのき通り…ふじ通り(藤棚)…春日部市役所(ゴール)…春日部駅(東口) ※4/26(日)春日部「藤まつり」開催

■参加証 ※スタート時に受付印を押印しますので、ゴールでスタッフにお渡しください。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには ①今回が初めて ②何回か参加している					

第391回 幸運を呼び! 歴代の利根運河
ビリケンさんを巡る春の流山散策

受付印

●コース／TX・流山セントラルパーク駅(受付)…流鉄流山線流山駅…流山市立博物館(初代利根運河ビリケンさん)…コミュニティプラザ(農産物直売所「新鮮食味」併設)…西初石小島の森…中野久木散策の森…カナルファーム「ido」(野菜等販売)…通天閣のお留守番ビリケンさん…運河水辺公園(ゴール)…運河駅

※ゴールの運河水辺公園にて朝市イベント開催中 12:30終了予定

■参加証 ※スタート時に受付印を押印しますので、ゴールでスタッフにお渡しください。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには ①今回が初めて ②何回か参加している					

第392回 渓谷の新緑満喫ハイキング

受付印

●コース／赤城駅…まちなか交流館(受付)…大間々博物館【月曜休館】…岡直三郎商店…常夜灯(5丁目)…長澤茶師堂…大間々駅前観光案内所…はねたき広場…はねたき橋…高津戸峡(遊歩道)…高津戸橋…神明宮…ながめ余興場【火曜休館】…貴船神社…まちなか交流館(ゴール)…赤城駅

■参加証 ※スタート時に受付印を押印しますので、ゴールでスタッフにお渡しください。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには ①今回が初めて ②何回か参加している					

第393回 「国際避暑地」
中禅寺湖畔をめぐるハイキング

受付印

●コース／東武日光駅(東武バス利用)…中禅寺金谷ホテル前…中禅寺湖畔ボートハウス(受付)…西十三番園地…西六番園地…湖畔園地…英国大使館別荘記念公園…イタリア大使館別荘記念公園…栃木県立日光自然博物館(ゴール)…中禅寺温泉…(東武バス利用)…東武日光駅 ※本コースは路線バス(有料)を利用するコースとなります。なお、路線バスにはハイキング以外の方も乗車されますため、満席等により乗車いただけない場合もございます。

■参加証 ※スタート時に受付印を押印しますので、ゴールでスタッフにお渡しください。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには ①今回が初めて ②何回か参加している					

第394回 赤堀花しょうぶハイキング in 伊勢崎2020

受付印

●コース／伊勢崎駅…伊勢崎駅前インフォメーションセンター(受付)…華蔵寺公園…波志江沼環境ふれあい公園…赤堀花しょうぶ園…いせさき明治館【月曜・火曜休館】…伊勢崎神社…旧時報鐘楼…伊勢崎駅(ゴール)

■参加証 ※スタート時に受付スタッフにお渡しください。本コースはゴール受付はございません。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには ①今回が初めて ②何回か参加している					



東武スカイツリーライン・
伊勢崎線・日光線・
東武アーバンパークライン エリア

参加するハイキングの「参加証」に必要な事項を
ご記入のうえ、当日ご持参ください。

お願い!!

受付場所までは公共交通機関を利用してください。駐車場のご用意はありません。

第395回 野田市こうのとりの里と
里山ハイキング

受付印

●コース／運河駅東口(受付)…利根運河…こうのとりの里…ミツ堀里山自然園…梅郷駅東口(ゴール・解散)

■参加証 ※スタート時に受付印を押印しますので、ゴールでスタッフにお渡しください。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには ①今回が初めて ②何回か参加している					

第396回 フルーツフェスタで秋の味覚を満喫!
宮代里山ハイキング

受付印

●コース／東武動物公園駅西口(受付)…コミュニティセンター進修館…笠原小学校…図書館…あずまや橋(屋根付橋)…百間小学校(国有有形文化財・石製滑り台)…郷土資料館(旧加藤家・斎藤家等)…(農のみち)…新しい村(フルーツフェスタ)…(水と緑のふれあいロード)…日本工業大学(工業技術博物館)…東武動物公園駅西口(ゴール・解散)

■参加証 ※スタート時に受付印を押印しますので、ゴールでスタッフにお渡しください。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには ①今回が初めて ②何回か参加している					

第397回 秋の鬼怒川渓谷
～吊り橋と会津西街道ハイキング～

受付印

●コース／鬼怒川温泉駅…鬼怒川・川治温泉観光情報センター(受付)…鬼怒橋岩大吊橋…古釜の滝…日光花いちもんめ…大滞橋…東武ワールドスクウェア…経宗稲荷大明神…鬼怒川・川治温泉観光情報センター(ゴール)…鬼怒川温泉駅

■参加証 ※スタート時に受付印を押印しますので、ゴールでスタッフにお渡しください。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには ①今回が初めて ②何回か参加している					

第398回 「ハートの湖」と渡良瀬遊水地の
自然をめぐるハイキング

受付印

●コース／柳生駅…道の駅かぞわたらせ(受付)…渡良瀬遊水地芝生サッカーグラウンド…まごころ橋…下宮橋北側…中の島…東谷中橋…子ども広場ゾーン…北水門…想い出橋北側…まごころ橋…渡良瀬遊水地芝生サッカーグラウンド…道の駅かぞわたらせ(ゴール)…柳生駅 ※10/4は渡良瀬遊水地芝生サッカーグラウンドを会場にして「渡良瀬遊水地まつり」が開催されます。

■参加証 ※スタート時に受付印を押印しますので、ゴールでスタッフにお渡しください。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには ①今回が初めて ②何回か参加している					

第399回 鹿沼街歩きハイキング

受付印

●コース／新鹿沼駅前(受付)…まちの駅 新・鹿沼宿…今宮神社…御殿山公園…千手山公園…鹿沼市市民情報センター…川上澄生美術館…屋台のまち中央公園…まちなか交流プラザ…新鹿沼駅(ゴール・解散)

■参加証 ※スタート時に受付印を押印しますので、ゴールでスタッフにお渡しください。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには ①今回が初めて ②何回か参加している					

第400回 蘭学の城下町と
獨協の銀杏並木を巡るハイキング

受付印

●コース／壬生駅…蘭学通り…大手門通り…壬生城址公園(受付)…壬生町立歴史民俗資料館…牛塚古墳・車塚古墳…壬生町保健福祉センター…壬生消防署…道の駅みぶ…とちぎわんぱく公園…壬生総合公園…壬生町おもちゃ博物館…獨協銀杏並木…おもちゃのまち駅西口(ゴール・解散)

■参加証 ※スタート時に受付印を押印しますので、ゴールでスタッフにお渡しください。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには ①今回が初めて ②何回か参加している					

第403回 日本遺産認定! 多々良沼白鳥ウォッチハイキング

受付印

●コース／館林駅…館林駅前観光案内所(受付)…製粉ミュージアム…彫刻の小径…多々良沼…浮島弁財天…ガバ沼…群馬県立館林美術館…多々良沼(ゴール)

■参加証 ※スタート時に受付スタッフにお渡しください。本コースはゴール受付はございません。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには					
①今回が初めて ②何回か参加している					

第404回 ファイターズ鎌ヶ谷スタジアムと
自然あふれる公園を巡るハイキング

受付印

●コース／新鎌ヶ谷駅…新鎌ふれあい公園(受付)…栗野地区公園(栗野の森)…市制記念公園…初富稲荷神社…貝柄山公園…ファイターズ鎌ヶ谷スタジアム…藤原市民の森(船橋市)…藤原公園(ゴール)…馬込沢駅

■参加証 ※スタート時に受付印を押印しますので、ゴールでスタッフにお渡しください。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには					
①今回が初めて ②何回か参加している					

第397回 芸術・文化・歴史を巡る
「まなびのみち」ハイキング

受付印

●コース／高坂駅構内(受付)…廃線敷(高坂駅～ばんだう山緑地)…市民の森…岩殿観音…物見山…埼玉ピースミュージアム【月曜休館】…こども動物自然公園【月曜休園】…高坂彫刻プロムナード…高坂駅(ゴール)

■参加証 ※スタート時に受付スタッフにお渡しください。本コースはゴール受付はございません。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには					
①今回が初めて ②何回か参加している					

第398回 寄居十二支守り本尊まいりハイキング

受付印

●コース／寄居駅北口(受付)…天正寺(丑・寅:虚空蔵菩薩)…正龍寺(辰・巳:普賢菩薩)…善導寺(子:千手観音菩薩)…少林寺(卯:文殊菩薩)…放光院(午:勢至菩薩)…浄心寺(酉:不動明王)…正樹院(未・申:大日如来)…西念寺(戌・亥:阿弥陀如来)…寄居駅(ゴール)

■参加証 ※スタート時に受付スタッフにお渡しください。本コースはゴール受付はございません。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには					
①今回が初めて ②何回か参加している					

第399回 長瀬 宝登山 蠟梅ハイキング

受付印

●コース／秩父鉄道・長瀬駅…長瀬町観光案内所(受付)…寶登山神社…表参道…あずまや…寶登山神社奥宮…宝登山山頂(臘梅園)…あずまや…表参道…秩父鉄道・長瀬駅(ゴール)

■参加証 ※スタート時に受付スタッフにお渡しください。本コースはゴール受付はございません。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには					
①今回が初めて ②何回か参加している					

第400回 “カパル”のまち志木
「カッパ像巡り」ハイキング

受付印

●コース／柳瀬川駅(受付)…柳瀬川図書館(カッパ像)…長勝院旗桜(カッパ像)…宝幢寺(カッパ像)…せせらぎの小径(カッパ像)…村山快哉堂ひろば(カッパ像)…いろは親水公園(カッパ像)…田子山富士塚(カッパ像)…志木市商工会前(カッパ像)…志木駅前(カッパ像／ゴール)
※カッパ像24体中23体をご覧いただけます。(1体は保育園内のため不可)

■参加証 ※スタート時に受付スタッフにお渡しください。本コースはゴール受付はございません。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには					
①今回が初めて ②何回か参加している					

第401回 蔵の街とちぎハイキング in とちぎ秋まつり

受付印

●コース／栃木駅…栃木駅観光案内所(受付)…富士見橋…巴波川綱手道…幸来橋…塚田歴史伝説館…横山郷土館…常盤橋・開運橋…栃木病院…例幣使街道…岡田記念館…油伝味噌…とちぎ歌麿館…近龍寺…満福寺…とちぎ山車会館【11/2～8はまつり準備&当日のため休館】…とちぎ蔵の街美術館…とちぎ蔵の街観光館(ゴール)…栃木駅

■参加証 ※スタート時に受付印を押印しますので、ゴールでスタッフにお渡しください。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには					
①今回が初めて ②何回か参加している					

第402回 赤花そば咲く栗橋まちめぐりハイキング

受付印

●コース／南栗橋駅西口(受付)…栗橋文化会館(イリス)「赤花そば栗橋やさしさときめき祭り」…会津見送り稲荷…深廣寺(六角名号塔)…静御前墓所…栗橋駅(ゴール)

■参加証 ※スタート時に受付スタッフにお渡しください。本コースはゴール受付はございません。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには					
①今回が初めて ②何回か参加している					



東武東上線 エリア

参加するハイキングの「参加証」に必要事項をご記入のうえ、当日ご持参ください。

お願い!!

受付場所までは公共交通機関を利用してください。駐車場のご用意はありません。

第393回 古地図で巡る城下町川越ハイキング

受付印

●コース／川越駅…川越駅観光案内所(受付)…川越八幡宮…仙波東照宮…喜多院…松江町(鍵の手の道路)…川越城本丸御殿…三芳野神社…仲之門堀…市役所前(大手門跡)…札の辻…養寿院…一番街…蓮馨寺…川越市駅(ゴール)

■参加証 ※スタート時に受付スタッフにお渡しください。本コースはゴール受付はございません。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには					
①今回が初めて ②何回か参加している					

第394回 長瀬 秋の七草寺めぐりハイキング

受付印

●コース／秩父鉄道・長瀬駅…長瀬町観光案内所(受付)…不動寺(撫子)…真性寺(女郎花)…法善寺(藤袴)…多宝寺(桔梗)…洞昌院(菽)…遍照寺(葛)…道光寺(尾花)…秩父鉄道・樋口駅(ゴール)

■参加証 ※スタート時に受付スタッフにお渡しください。本コースはゴール受付はございません。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには					
①今回が初めて ②何回か参加している					

第395回 秋の里山をめぐる おごせハイキング大会

受付印

●コース／越生駅…越生町中央公民館駐車場(受付)…大高取山分岐…桂木観音…龍穩寺…うめその梅の駅…越生梅林…田代三喜生地…ニューサンピア埼玉おごせ(ゴール)…越生駅

※ゴールからは路線バス(有料)にて越生駅までお帰ください。(所要約15分)
参考:徒歩の場合は約40分となります。

■参加証 ※スタート時に受付印を押印しますので、ゴールでスタッフにお渡しください。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには					
①今回が初めて ②何回か参加している					

第396回 武蔵の小京都めぐり
嵐山町～小川町ハイキング

受付印

●コース／武蔵嵐山駅…嵐山町ステーションプラザ「嵐なび」(受付)…菅谷館跡(埼玉県立嵐山史跡の博物館)…嵐山溪谷バーベキュー場…嵐山溪谷…冠水橋…旧下里分校…埼玉伝統工芸会館「道の駅おがまち」(ゴール)…小川町駅
※ゴールから小川町駅までは約2.5kmとなります。徒歩(約30分)またはバス(有料)をご利用のうえお帰ください。

■参加証 ※スタート時に受付印を押印しますので、ゴールでスタッフにお渡しください。

ご自宅 最寄駅	線	駅	年齢	歳	男・女
東武健康ハイキングには					
①今回が初めて ②何回か参加している					

ご注意

当社は、ご参加する皆様の健康増進のためにハイキングを行なっております。心臓疾患や持病の傷病、ケガ、事故などの一切の責任は負いかねます。

ご参加の皆様におかれましては、自己の責任において健康管理に十分注意し、体の不調や異常を感じたときは参加を見合わせてください。