

めざせ健康あきる野21

おすすめコース
の紹介！

ふれあいウォークの軌跡

～あきる野を 楽しく歩いて 健康づくり～



第1回から第114回までの 歴 代 コ ー ス

★がついているコースは、マップを掲載しております。
ページ数をご覧ください。

年度	マップ	回数	会場・コース	ページ
平成 20年度		1	8/21:平井川沿い	
		2	9/21:増戸エリア	
		3	10/21:一の谷小学校付近	
		4	11/21:五日市エリア	
		5	12/21:東秋留周辺	
		6	1/21:尾崎観音付近	
		7	2/21:酒造り資料館	
		8	3/20:オリンピックムーブメント・ふれあいウォーク	
平成 21年度		9	4/21:五日市会館前・小峰公園	
		10	5/21:御堂会館前・羽村草花丘陵自然公園	
		11	6/21:五日市会館前・南沢あじさい山、深沢地区	
		12	7/21:小川会館・屋城、秋川周辺	
		13	8/21:武蔵五日市駅・瀬音の湯	
		14	9/21:東秋留駅北口・二宮周辺	
		15	10/21:尾崎観音・菅生周辺	
		16	11/21:武蔵五日市駅・広徳寺	
		17	12/21:秋川ふれあいセンター、秋留台公園(ウォーキング講習会)	

	マップ	回数	会場・コース	ページ
		18	1/21: 武蔵五日市駅・五日市街道	
		19	2/21: 秋川駅前南口運動広場・西秋留周辺	
		20	3/21: 五日市ファインプラザ・秋川沿い	
平成 22年度		21	4/21: 二宮神社・平井川沿い	
		22	5/21: 十里木駐車場・瀬音の湯	
		23	6/21: 秋川駅前南口運動広場・サマーランドあじさい園	
		24	7/21: 森の下公園・秋川沿い、岩走神社	
		25	8/21: 前田公園・秋留台公園	
		26	9/21: 秋川駅北口・瀬戸岡、菅生周辺	
		27	10/21: 養沢センター・大岳鍾乳洞	
		28	11/21: 武蔵五日市駅・秋川河川公園(いも煮会)	
		29	12/21: 秋川ふれあいセンター、秋留台公園(ウォーキング講習会)	
		30	1/21: 森の下公園・武蔵五日市七福神巡り①	
		31	2/21: 武蔵五日市駅・武蔵五日市七福神巡り②	
		32	3/21: 震災のため中止	
平成 23年度		33	4/21: 武蔵五日市駅・都立小峰公園	
		34	5/21: 武蔵増戸駅・横沢入ウォークラリー	
		35	6/21: 武蔵五日市駅・南沢あじさい山、 (協力: 市民解説員、森林レンジャー)	
		36	7/21 台風で中止(二宮神社、平井川)、 (8/21 は猛暑で休み)	
		37	9/21 台風のため中止(秋川)	
		38	10/21: 秋川駅前南口運動広場・雨武主神社	

	マップ	回数	会場・コース	ページ
		39	11/21:武蔵五日市駅・秋川橋河川公園(いも煮会)	
		40	12/21:秋川ふれあいセンター・秋留台公園 (ウォーキング講習会)	
		41	1/21:雪のため中止(武蔵五日市七福神巡り)	
		42	2/21:あきる野横断(五日市駅～秋川駅)	
		43	3/21:武蔵五日市駅・徳雲院・瀬音の湯	
平成 24年度		44	4/21:武蔵五日市駅・小峰公園 (共催:スポーツ推進課)	
		45	5/21:秋川駅北口・尾崎観音、西多摩霊園	
		46	7/21:五日市会館 (ウォーキングに活かせる食と運動)	
		47	9/21:二宮神社・秋川沿い、雨間公園	
		48	11/21:ミステリーコース(十里木周辺)	
		49	1/21:五日市七福神	
		50	3/21:カタクリの花群生地	
平成 25年度		51	4/21:雨で中止(金比羅山)	
		52	5/21:妙見宮であきる野眺望	
		53	6/9:東京多摩国体あきる野会場を巡ろう	
		54	9/21:養沢川のせせらぎ	
		55	11/21:五日市会館－金比羅山	
		56	1/21:西秋留地区の寺社めぐり	

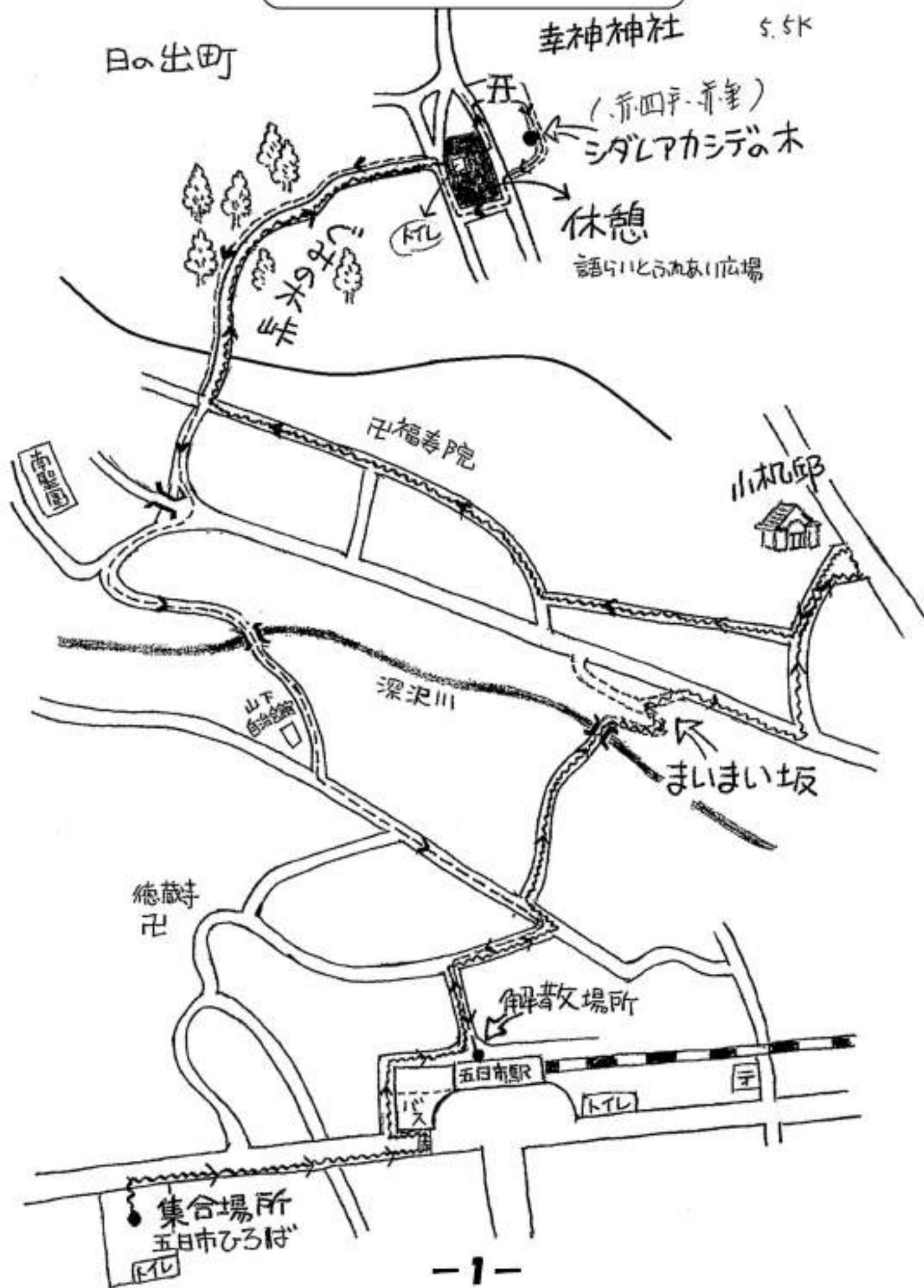
	マップ	回数	会場・コース	ページ
平成 26年度		57	3/21:五日市地区(徳雲院・瀬音の湯)	
		58	4/21:西秋留地区(淵上の石積井戸、近藤醸造)	
	★	59	5/21:雨で中止(多西地区:平井川、中高瀬耕地、小宮神社)	14
		60	6/21:ふれあいウォーク第 60 回ウォーク(雨間立体交差)	
			ふれあいウォーク第 60 回記念 「めざせ健康あきる野21まつり」全体	
		61	9/21:増戸地区(大悲願寺、横沢入り)・延長コース(高尾公園)	
		62	11/21:五日市地区(栗島神社・広徳寺)	
		63	1/25:特別企画 岩崎恭子さんと一緒に歩こう	
平成 27年度	★	64	3/21:東秋留地区(八雲神社・小川桜久保公園)	11
		65	4/21:多西地区(平井川沿い)	
		66	5/21:東秋留地区(福生市多摩川中央公園)	
		67	6/21:西秋留地区(東京サマーランド)	
		68	9/12:祝 あきる野市制施行 20 周年記念 めざせ健康あきる野21 みんなで歩こう!わが街の「味力」発見!?	
	★	69	11/21:五日市地区(まいまい坂、幸神神社)	1
		70	1/21:五日市地区(武蔵五日市七福神巡り)	
		71	3/21:増戸地区(増戸地区神社巡り)	

	マップ	回数	会場・コース	ページ
平成 28年度	★	72	4/21:西秋留地区(秋川のせせらぎと酒造)	9
	★	73	5/21:増戸地区(弁天山)	6
		74	6/21:雨で中止(五日市地区:南沢あじさい山)	
		75	9/21:東秋留地区(秋川沿い遊歩道)	
		76	11/21:多西地区(満地トンネル)	
		77	1/21:五日市地区(ご利益コース)	
		78	3/18:10 周年記念ウォークラリー(増戸コース)	
平成 29年度		79	4/21:東秋留地区(秋川沿い遊歩道))	
		80	5/21:五日市地区(山里フルコース)	
	★	81	6/21:雨で中止(五日市地区:南沢あじさい山)	4
		82	9/21:西秋留地区(川のせせらぎコース)	
		83	11/21:増戸地区(四季自然を感じるコース、大悲願寺・正光寺)	
		84	1/21:秋川～五日市縦断コース	
	★	85	3/21:雨で中止(多西地区:瀬戸岡古墳巡りコース)	15
平成 30年度		86	9/24:増戸地区(四季自然を感じるコース)	
	★	87	11/21:五日市地区(金比羅ウォーク)	2

	マップ	回数	会場・コース	ページ
		88	3/23:秋留台コース①講習会コース②スタンプラリーコース	
令和 元年度		89	4/21:五日市地区(小峰トンネルコース)	
	★	90	5/29:西秋留地区(寶光寺・鹿野大仏)	10
		91	6/21:西秋留地区(ふれあいウォークマップ中級コースの逆回り)	
		92	9/21:瀬戸岡古墳巡りコース	
	★	93	11/21:東秋留地区(神社めぐり)	12
	★	94	1/10:武蔵五日市七福神巡り	3
		95	3/28:新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止(多西地区:大澄山 しっかり歩コース、ゆっくり歩コース)	
令和 2年度		96	4/8:新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止(東秋留地区:花まつりウォーク)	
令和 3年度		97	3/22:雨のため中止(多西地区:公園コース)	
令和 4年度	★	98	5/20:増戸地区(四季自然を感じるコース)	7
		99	9/21:草花地区(展望台コース)	
		100	11/19:五日市地区(自然満喫コース、広徳寺)	
		101	1/20:西秋留地区(出雲神社、大宮神社、八雲神社)	
	★	102	3/22:東秋留地区(カタクリ)	13
令和 5年度		103	5/8:雨のため中止(多西地区:西多摩霊園)	
		104	6/30:西秋留地区(サマーランドあじさい園)	
		105	9/20:暑さのため中止(多西地区:西多摩霊園)	

	マップ	回数	会場・コース	ページ
令和 5年度	★	106	11/22:増戸地区(森の下公園から弁天山コース)	8
		107	1/19:雨(雪)予報のため中止(増戸地区:大悲願寺)	
		108	3/27:多西地区(草花公園から平井川沿いのコース)	
令和 6年度	★	109	5/2:五日市地区(戸倉しろやまテラスから秋川沿い)	5
		110	6/21:雨のため中止(秋川沿いから東秋留橋)	
		111	10/21:秋川沿いから東秋留橋へ	
		112	11/21:森の下公園から大悲願寺へ	
		113	1/21:千代原公園から西秋留地区の寺社仏閣巡り	
		114	3/21:秋留野広場から西多摩霊園へ	

五日市エリア



天狗岩
金比羅神社

表彰式
など

休憩

見晴台

めざせ健康
あきる野へ

金比羅ウォーク!

11月21日

第87回

小水あいウォーク

約4.6km



金比羅山

集合
解散

五市憲法の石碑



開光院

五市会館
五市庁舎

中学校

五市
駅



萩原タケ像

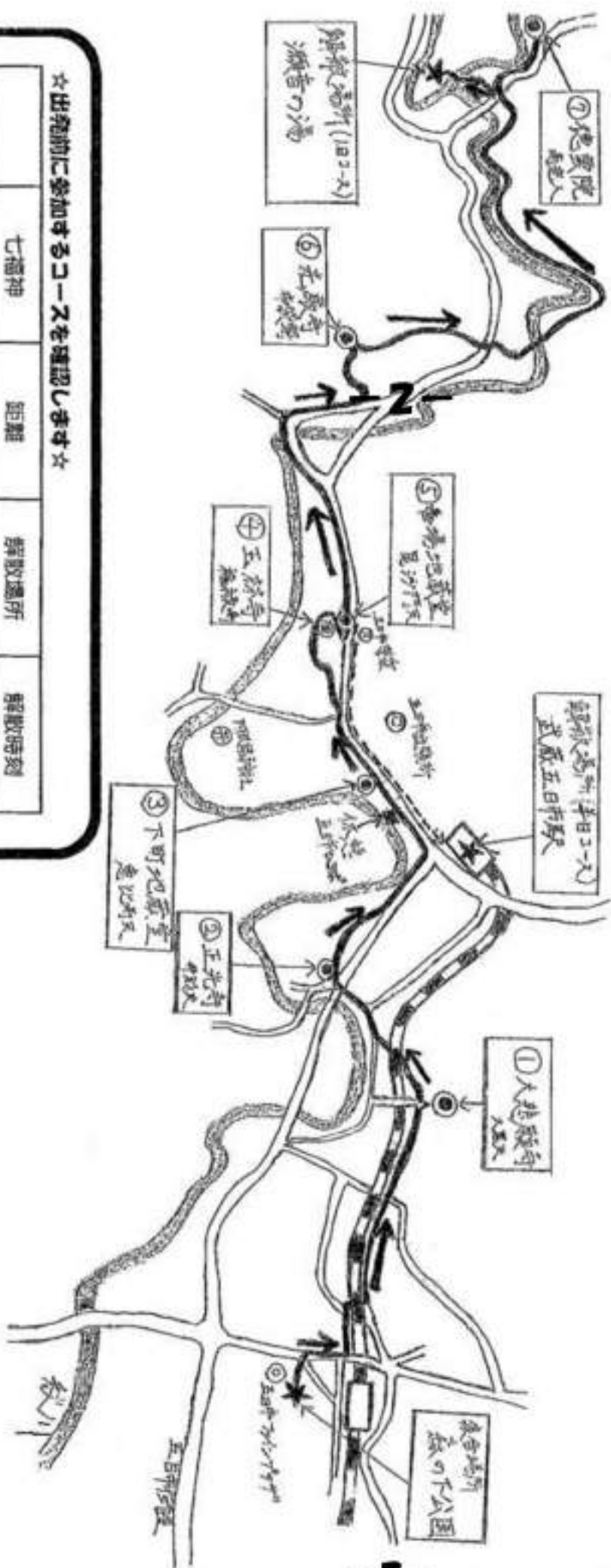
ゆさで健康あそぶ野21

第94回

ふれあいウォーク

武蔵五日市七福神

令和2年
1月10日(金)



☆出発前に参加するコースを確認します☆

	七福神	距離	解散場所	解散時刻
1日コース	①からの全部	約10km	瀬音の淵	15時(予定)
半日コース	①から⑤まで	約5.5km	武蔵五日市駅	12時(予定)

ふれあいウォーク ～南沢おじさい山～

6月21日(水)

スタート 9H

あき野五日市広場

集合 9H40'

10H五日市広場

10H45' 穴澤神社

10H58' 南沢おじさい山

11H50' 出

12H10' 穴澤神社

12H27' 解散 徳成寺解散

11H35' 集合 南沢おじさい山

11H50' 出

深沢山さな
美術館
ziziの
生家だヨ～
山抱の大樹

月へ
表彰
歌!

トイレ

深沢小屋

おじさい山
散策!

穴澤神社

開

自然村

12H10'

穴澤神社

徳成寺解散

ziziが
道案内するヨ～

雙宿神社

開

おた二苑

zizi

山下自治
会館

解散!

五日市
小学校

面武
橋

五日市駅

集合
五日市
ひろば
トイレ