



東京の魅力をめぐるウォーキングイベント 「TOKYO ウォーク 2025」開催決定！

◆区部エリア:10 月 25 日(土)

「歴史と自然を歩く～神宮外苑・新宿ウォーク～」@聖徳記念絵画館前

◆多摩エリア:12 月 6 日(土)

「眺望を楽しむ！多摩トレックコース」@多摩中央公園

(参加募集開始：8 月 27 日(水) 14:00～)

「スポーツで創る、東京の未来」をスローガンに、「スポーツフィールド・東京」の牽引役として様々な事業を展開する公益財団法人 東京都スポーツ文化事業団(渋谷区・千駄ヶ谷)は、「TOKYO ウォーク 2025 (わくわくウォーク)」を 10 月 25 日(土)、12 月 6 日(土)に開催します。

●同時開催プログラムとして、今年初開催となる「TOKYO たてもの巡りウォーク」では、会場周辺にある歴史的建造物や最新の建物、ちょっとオシャレな建物などを、音声ガイドを通してご紹介します。さらに、スタートとゴール地点となる会場では、グルメや物販ブースが勢揃いする「TOKYO ウォークマルシェ」もお楽しみいただけます。

●また、「わくわくウォーク」で 2 コースを完歩された方には、スペシャル特典としてオリジナルメダルをプレゼントいたします。

併せて、スマートフォンを使用し、好きなタイミングでウォーキングを楽しめる「スマホウォーク(全 3 コース)」を 10 月 1 日(水)～12 月 21 日(日)まで実施します。

※イベントの最新情報や申し込み方法は公式 HP をご覧ください。

TOKYO ウォーク 2025

「TOKYO ウォーク」は、東京の名所や魅力等を楽しみながら、普段スポーツに触れる機会の少ない方の健康づくりや、スポーツを通じた交流を気軽に楽しめるウォーキングイベントです。昨年度は、2 回の開催で合計 3,836 の方にご参加いただきました。

主催：公益財団法人東京都スポーツ文化事業団、一般社団法人日本ウォーキング協会

共催：産経新聞社

特別協賛：ライオン株式会社 地図協賛：株式会社ゼンリン 協賛：カルビー株式会社

公式 HP：<https://www.tokyo-walk.jp>



▲公式 HP リンク



【イベント概要】

■ともに歩こう！「わくわくウォーク」(全2回)

各回定員： 4,000 人

参加費： 《事前申込の場合》 1,000 円 (中学生・75 歳以上 500 円、小学生以下無料)

《当日申込の場合》 1,500 円 (中学生・75 歳以上 1,000 円、小学生以下無料)

第 1 回：「歴史と自然を歩く～神宮外苑・新宿ウォーク～」

明治天皇・昭憲皇太后の御聖徳を永く後世に伝えるために造営された明治神宮外苑のシンボルである聖徳記念絵画館の前から、表参道ヒルズ、明治神宮を巡るコースなど、距離別に設定した 3 コースから選択できます。都市の魅力を感じながらも、緑豊かな自然も楽しめる、まちと自然双方の魅力が融合したコースです。

《スタート・ゴール会場》 聖徳記念絵画館前

《距離別コース》

ロングコース： 約 18km (聖徳記念絵画館前～明治神宮～新宿御苑～皇居を巡るコース)

ミドルコース： 約 11km (聖徳記念絵画館前～表参道ヒルズ～新宿御苑～須賀神社を巡るコース)

ショートコース： 約 3 km (聖徳記念絵画館前～明治神宮外苑～南青山三丁目～仙寿院を巡るコース)

《事前申込期間》 8 月 27 日 (水) ～10 月 15 日 (水)

第 2 回：「眺望を楽しむ！多摩トレックコース」

大きな池、見晴らしの良い芝生広場と緑豊かな多摩中央公園から、多摩丘陵パノラマの丘、野津田公園といった、自然を全身で感じながらトレッキングを楽しむコースなど、距離別に設定した 3 コースから選択できます。

《スタート・ゴール会場》 多摩中央公園

《距離別コース》

ロングコース： 約 18km (多摩中央公園～鎌倉街道～多摩丘陵パノラマの丘～永山北公園を巡るコース)

ミドルコース： 約 10km (多摩中央公園～富士山眺望～野津田公園～一本杉公園を巡るコース)

ショートコース： 約 5 km (多摩中央公園～サンリオピューロランド～とちのき公園～豊ヶ丘南公園を巡るコース)

《事前申込期間》 8 月 27 日 (水) ～11 月 26 日 (水)

2 コースを完歩された方にはオリジナルメダルをプレゼント！
今年、マスコットキャラクター「SUSIE」が走ってゴールする姿を描いた、愛らしいデザインです。
※「TOKYO たてもの巡りウォーク」も対象です。



※メダルイメージ



《同時開催プログラム》

音声ガイドを聞きながら巡る「TOKYO たてもの巡りウォーク」

参加費：1,000 円

会場周辺の歴史的な建物、最新の建物、ちょっとオシャレな建物など、音声ガイドを聞きながら東京の建物を巡る新しいウォークです

TOKYO ウォークマルシェ

わくわくウォークのスタート・ゴール会場に、グルメ・物販ブースが勢揃い。ウォーク参加者の応援や、ファミリーで遊びに行こう！



■好きなタイミングでウォーキングを楽しめる「スマホウォーク」

スマートフォンを使って、好きなタイミングでウォーキングが楽しめます。

定員：1 コースあたり 1,000 人

参加費：無料

実施期間(予定)：10 月 1 日（水）～12 月 21 日（日）

〈デフリンピックの舞台へ！歴史・自然・スポーツの風を感じる散歩道

（大井ふ頭中央海浜公園エリア）

スタート：雪が谷大塚駅

コース：約 16.0km（桜坂や池上本門寺を巡る自然と文化の体験コース）

〈TOKYO のレトロを感じる街歩きコース（吉祥寺エリア）

スタート：一橋学園駅

コース：約 12.6km（吉祥寺エリアの街並みを感じる散策コース）

〈古き良き下町を巡るお散歩コース（谷根千エリア）

スタート：日暮里駅

コース：約 10.9km（谷中銀座商店街・上野恩賜公園を巡るのんびりお散歩コース）

2 コース以上完歩された方には、オリジナルピンバッジをプレゼント！

スマホウォークの参加方法など、詳細については公式 HP で公開いたします。



※一部コース・距離等、実施内容に変更が生じる場合がございます。最新の情報は公式 HP をご確認ください。



本事業は、「推しスポーツ Project」の一環です。

「推しスポーツ Project」とは、2025 年に東京で開催される世界陸上・デフリンピックの開催を機に都民が様々なスポーツに親しむ機会を創出し、スポーツの魅力に触れる中で「都民一人ひとりの好みや特性に合ったスポーツの楽しさ（推しスポーツ）」を発見してもらえるよう支援する取組です。



（公財）東京都スポーツ文化事業団とは

東京都スポーツ文化事業団は、都民の皆様のスポーツの普及・振興を図ることを目的として設立されている公益財団法人です。

現在、東京体育館、駒沢オリンピック公園総合運動場、東京武道館及び東京アクアティクスセンターの4つの都立スポーツ施設の運営を担っており、各施設において様々なスポーツイベントを展開しています。

また、東京のスポーツ情報ポータルサイト「SPOPITA」を運営し、都内のスポーツ施設やイベント情報など幅広いコンテンツを発信するとともに、スポーツ国際交流事業、都立スポーツ施設連携促進事業など、東京都と連携した事業も実施しており、都民の皆様のスポーツを通じた豊かな生活を実現するために活動を進めています。

東京で今年開催の「東京 2025 デフリンピック」は、日本初開催で100周年の節目の大会です。当事業団も開催に向けて準備・運営業務を担っておりますので大会の盛り上げにぜひご協力ください。今後も東京都のスポーツ行政の中核を担う団体として、

「スポーツで創る東京の未来」をスローガンに、スポーツが日常に溶け込んだ「スポーツフィールド・東京」の実現を目指し、誰もがスポーツに親しむことができる環境の整備や効果的なスポーツムーブメントの醸成に努めてまいります。

【関連リンク】

- 公式 HP : <https://www.tef.or.jp/index.html>
- 公式 X アカウント (@TokyoSportBC) : <https://twitter.com/TokyoSportBC>
- 公式 Instagram アカウント (tokyosportbc) : <https://www.instagram.com/tokyosportbc/>
- 東京のスポーツ案内サイト「SPOPITA」 <https://spopita.jp>



マスコットキャラクター
「SUSIE（スージー）」

【本件に関する報道関係の方のお問い合わせ先】

（公財）東京都スポーツ文化事業団広報事務局（株式会社サニーサイドアップ内）
担当：渡邊（080-7637-4643）、藤村（080-3438-5671）、神永、田中、島村
Email : tef_pr@ssu.co.jp