

# Tokyo 健康ウォーク2022

大腸がんの予防のため、  
日々の運動習慣を  
身につけよう。

参加  
無料

40歳以上で  
ご希望の参加者の方は

「大腸がん検診」が  
無料で受けられます。

先着500名様

みんなでウォーク参加  
申し込み時に予約

先着

700  
名様

みんなでウォーク

11.13(日)開催

申し込み期間 9.26(月)10:00~10.14(金)17:00

- 主催者が指定する時間にスタートするウォーキングです。
- 無料大腸がん検診の検査容器提出は11/13(日)のみです。

アプリでウォーク

先着

1,300  
名様

11.14(月)~20(日)開催

申し込み期間 9.26(月)10:00~11.20(日)13:00

- 開催期間中、各自の都合に合わせて自由にあるくウォーキングです。
- 参加にはスマートフォン(指定アプリのダウンロードを含む)が必要です。
- 無料大腸がん検診のお申し込みはできません。

コース

東京都国立市内の約8km [スタート地点:国立駅(JR中央線)]

[スタート]国立駅→谷保天満宮→城山公園→[ゴール]国立駅 ●スタート地点までは公共交通機関をご利用ください。

イベントの詳細は裏面をご確認ください

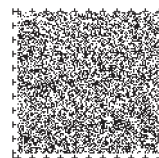
- 【主催】東京都 NPO法人プレイブサークル運営委員会
- 【後援】国立市、公益社団法人東京都医師会、公益社団法人東京都歯科医師会、  
公益社団法人東京都薬剤師会、公益財団法人日本対がん協会
- 【特別協賛】OLYMPUS オリンパス株式会社 栄研化学株式会社
- 【協賛】森永乳業株式会社
- 【協力】NPO法人東京都ウォーキング協会、公益財団法人東京都予防医学協会、東京都保険者協議会、  
株式会社フンテーブル

本事業は、厚生労働省「都道府県健康対策推進事業」の対象事業です。

参加  
記念品

完歩後、動画視聴&アンケートに  
お答えいただいた方に  
Tokyo健康ウォーク2022  
オリジナルグッズなど  
素敵な記念品をプレゼント!

※参加記念品は2023年1月の発送を予定しています。  
※同伴者としてお申し込みの方は、参加記念品の対象になりません。



## 募集要項

### ■参加資格

- 東京都在住、在勤(アルバイトやパートも含む)、在学の方。
- 約8kmのウォーキングコースをご自身の責任で歩ける方。
- 交通ルール、ウォーキングマナー、下記の「ご案内」ならびに「ウォーキングイベント規約・免責範囲」を遵守・同意いただける方。  
※小学生以下の方は、保護者の方にお申込みいただき、当日は一緒にお歩きください。小学生以下の方のみでの参加はご遠慮ください。

### ■ご配慮が必要な方へ(車いす・ベビーカー等を使用される方/聴覚や視覚に障害をお持ちの方)

- 安全面の観点から、おひとりでの参加はお控えください。付き添いの方も申し込みの上、ご参加をお願いします。
- 受付などでは、簡易筆談器等の利用が可能です。申し込み時にご希望をお伝えください。
- コース上、一部迂回していただく場所や道幅が狭い箇所がありますのでお気をつけてお通りください。



## みんなでウォーク ●主催者が指定する時間にスタートするウォーキングです。

開催日

**11.13(日)** [スタート受付] **9:10~13:40** (主催者が指定する時間) [ゴール受付] ~16:00

申し込み  
期間

**9.26(月)10:00~10.14(金)17:00**

ご案内

- イベント1週間ほど前に、事務局からコースマップなど、参加に必要な書類を郵送しますので必ずご確認ください。
- 開催日当日は、事前にお送りのご案内状の時間通りにスタート地点までお越しいただき、コースマップを見ながらお歩きください。

先着  
**700**  
名様

## 「大腸がん検診」が無料で受けられます

「みんなでウォーク」参加申し込み時に予約

**40歳以上** 先着**500**名様 [定員になり次第  
締め切り]

- 40歳以上の希望者は、大腸がん検診(便潜血検査)を無料で受診することができます。
- 事前に検診機関より検査容器を送付しますので、同封の説明書等をお読みになり、各自、便を採取してください。
- 検査容器はウォーキング当日の指定された時間に、スタート直前の検体回収所に提出してください。  
11月13日(日)以外の提出や、郵送による提出はできません。
- 検査結果はウォーキングイベントの約1か月後に登録された住所に送付されます。  
※無料大腸がん検診をお申し込みの場合、ご自宅の住所をご登録ください。(お勤め先の住所でのご登録はご遠慮願います。)



## アプリでウォーク ●開催期間中、各自の都合に合わせて自由にあるくウォーキングです。

開催期間

**11.14(月)~20(日)** [歩行推奨時間] **8:00~16:00**

申し込み  
期間

**9.26(月)10:00~11.20(日)13:00**

ご案内

- 公式サイトからのお申し込みのみとなります。お電話では承れませんので、ご了承ください。
- 参加には専用のスマートフォンアプリ【ALKOO by NAVITIME(スマートフォンアプリ・iOS/Android対応)】をあらかじめダウンロードする必要があります。すでに当アプリをダウンロードしている方は、アプリ内のTokyo健康ウォーク2022バナーからも申し込み可能です。
- アプリの設定やコース上での使用方法については、公式サイト「参加の流れ」をご覧ください。
- 必ずウォーキング開始までに申し込みを完了してください。
- 無料大腸がん検診はお申し込みできません。**

先着  
**1,300**  
名様

### ●お申し込み・お問い合わせ ※通信料・通話料は申込者様のご負担となります。

## 公式サイトからのお申し込み

Tokyo健康ウォーク

検索

<https://tokyo-kenkowalk.jp/>



### みんなでウォークに限り 電話でのお申し込みも可能

**TEL.0570-039-846**

みんなでウォーク申し込み受付電話番号(スポーツエントリ内)(平日10:00~17:30)  
※ガイダンスの後に「1」を押してください。

### お問い合わせ

Tokyo健康ウォーク2022エントリー事務局

**TEL.03-3238-1197(平日10:00~17:30)**

メールアドレス: [info@tkw2022.com](mailto:info@tkw2022.com)

※こちらの電話番号でのお申し込みはできません。

### 新型コロナ ウイルス感染症 対策

●次に該当する方は参加をお控えください。○体調が優れない場合(発熱・咳・咽頭痛・倦怠感・息苦しさ等の症状がある方)。○同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合。○政府からの入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国・地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触があり、待機期間中の場合。●新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため「十分な距離」を確保し、ウォーキングするようご協力をお願いします。ウォーキング中はマスクは不要ですが、十分な距離が取れずに会話するときは必ずマスクの着用をお願いします。

### ウォーキング イベント規約 免責範囲

ウォーキングイベント規約【お申し込みの際は下記の規約に同意の上、ご参加ください。】

●お申し込み後のキャンセルはできません。●雨天の場合も原則開催しますが、地震、風水害、事件、事故、感染症対策など不測の事態で開催が中止になる場合があります。●本イベントを中止する場合は、公式サイトにてご案内します。●申込者数が定員に達した場合は、それ以降の申し込み受付を中止する場合があります。●ご参加中の映像、写真、記事、記録などについては、大腸がん検診の啓発を目的としてテレビ、新聞、雑誌、インターネットなどへ掲載する場合がありますのでご了承ください。●個人情報の取り扱いについて主催者は、個人情報の重要性を認識の上、個人情報の保護に関する法律及び関連法令を遵守しプライバシーポリシー(個人情報保護方針)に基づき、個人情報を取り扱います。参加者へのサービス向上を目的とし、参加通知及び無料大腸がん検診等に利用いたします。また、主催者もしくは委託者からお申し込み内容に関する確認連絡をさせていただくことがあります。

【イベント当日のご参加にあたり】

- イベント開催中、荷物をお預かりすることはできません。貴重品、手荷物等は各自で保管してください。盗難、紛失物等については一切責任を負いません。●係員の指示に従わない場合、参加をお断りすることがあります。●主催者はコース上の安全確保に万全を尽くしますが、歩行中の不測の事故などには各自で十分な注意を払ってください。●ペットの同伴に関してはご遠慮願います。
- お車、自転車での来場はお控えください。

【免責範囲】主催者はコース上の安全を検討しコースを設定していますが、万一事故が発生した場合、主催者は加入している傷害保険の範囲外の責任は負いませんのでご了承ください。