

Tokyo 健康ウォーク2021

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
事前申し込み制
ウォーキング
参加申し込み時に予約



東京都がん検診啓発キャラクター
「モシカモくん」

大腸がんの予防のために日々大切な運動習慣
参加して学ぼう大腸がん検診の大切さ

開催期間

2021 **11.14** (日) ~ **23** (火・祝)

〈申込期間〉 2021年10月1日(金)12:00~11月23日(火・祝)13:00



Tokyo健康ウォーク2021は
新型コロナウイルス感染症拡大防止のため
指定のスマートフォンアプリを使用し
期間内に所定のコースを自由に歩行する形で実施します

コース

東京都八王子市内の約**7km**

[起点:南大沢駅(京王相模原線)]

- スタート地点までは公共交通機関をご利用ください
- 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
- 安全のため**8:00~16:00**でのウォーキングを推奨します
- アプリの使用方法やコースの詳細・注意事項は裏面や公式Webサイトでご確認ください

参加
無料

先着
1,000名様
ご同伴者を含め
最大2,000名様

無料
大腸がん
検診

お申し込みの方は、**11月14日(日)**に検査容器の提出が必要です
※提出場所:ガレリア・ユギ(イトーヨーカドー南大沢店)入口店頭スペース
南大沢駅改札を出て正面すぐ
※11月14日以外の提出や郵送による提出はできません
〈申込期間〉2021年10月1日(金)12:00~10月21日(木)

参加記念品

完歩後、クイズとアンケートに答えて

Tokyo健康ウォーク2021
オリジナルグッズなど
素敵な記念品がもらえる!

※参加記念品は2022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

お申し込みは公式Webサイトから [Tokyo健康ウォーク](http://tokyo-kenkowalk.jp/) 🔍 検索



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

新型コロナウイルス感染症の拡大の状況などにより、やむを得ず中止または内容や運営方法に変更が生じる場合があります。あらかじめご了承ください。

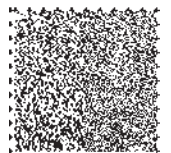
【主催】 東京都 NPO法人ブレイブサークル運営委員会

【後援】 八王子市、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



Tokyo健康ウオーク2021

〈募集要項〉

開催期間
2021年
11月14日(日)～23日(火・祝)

定員
先着 (ご同伴者を含め最大2,000名様)
1,000 名様

参加料
無料

〈申込期間〉 2021年10月1日(金)12:00～11月23日(火・祝)13:00

〈参加資格〉 ・東京都在住、在勤、在学の方(小学生以下は保護者の同伴が必要) ・インターネット申込の利用ができること
・約7kmのウォーキングコースをご自身の責任で歩けること ・FUN RUNNETアプリ(指定のスマートフォンアプリ・iOS/Android対応)が利用できること
・交通ルール、ウォーキングマナー、新型コロナウイルス感染症拡大防止策などを含む「注意事項」ならびに「ウォーキングイベント規約」を遵守できる方

お申し込み受付開始

2021年
10月1日(金)
12:00～

申込
方法



公式Webサイトよりお申し込みください

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

- ・電話やFAXでのお申し込み受付はできません ・必ずウォーキング開始までにお申し込みを完了してください
- ・[e-moshicom(イー・モシコム)]を通じてお申し込みいただけます(無料の会員登録が必要)
- ・通信料等はお申し込み者の負担となります

「大腸がん検診」が無料で受けられます

先着
500
名様

40歳
以上

- ・申込期間は**10月21日(木)締切**、ウォーキング参加申し込み時にお申し込みが必要です
- ・先着500名限定のため、申込期間内でも定員に達している場合はお申し込みできません
- ・11月6日(土)頃に検診機関から大腸がん検診の検査容器を発送しますので、同封の説明書等をお読みになり、各自で便を採取してください
- ・検査容器は**11月14日(日)10:00～13:00(雨天実施/荒天時中止の場合あり)**の指定された時間に、**大腸がん検診 検査容器回収所**で提出します
- ・11月14日以外の提出や郵送による提出はできません
- ・検査結果は提出の約1か月後に登録された住所に送付されます

しっかり準備をして ウォーキングしよう

2021年
11月14日(日)

※大腸がん検診をお申し込みの方は、**11月14日に指定の回収場所にて検査容器の提出をお願いします**

11月23日(火・祝)

※最終日23日(火)のお申し込みは
13:00にて受付終了となります
必ずウォーキング開始までにお申し込みを完了してください

注意
事項

〈ウォーキング前の準備〉

・お手持ちのスマートフォンに「FUN RUNNETアプリ」をあらかじめインストールしてください ・お申し込み後、事務局からコースマップや体調管理表など、参加に必要な情報がメールで案内されますので、必ずご確認ください ・開催期間中(11月14日～11月23日16:00)に、所定のコースをウォーキングしてください ・参加予定日に37.5度以上の発熱の症状がある場合や、咳や倦怠感、息苦しさなどの症状にて体調がすぐれない場合、また参加予定日から2週間以内の期間に、ご自身の周囲で新型コロナウイルスに感染した人や、疑いのある人、海外から帰国された人がいる場合は参加を見合わせてください

〈ウォーキング時〉

・コース内はお手洗いの場所が限られておりますので、事前にお済ませください
・安全のため8:00～16:00のウォーキングを推奨します ・「マスクの着用」「ディスタンスの確保」など新型コロナウイルス感染症の拡大防止策にご協力をお願いします
・ごみは必ずお持ち帰り、食べ歩きはお控えください ・ウォーキング時には「FUN RUNNETアプリ」の起動とGPS設定が必要です ・アプリの設定やコース上での使用方法については、公式Webサイトをご覧ください ・スマートフォンの操作時は安全のため、一般の通行者の妨げにならないよう歩道の端に立ち止まって行ってください ・ウォーキング開始前には、ストレッチなどの事前運動を行ってください
・ご自身の健康状態を管理し、体力に合わせて適宜水分補給を行ってください ・歩行中の不測の事故等には各自十分な注意を払ってください ・コースは一般の方も通行されますので、お互いに配慮して気持ちよく歩きましょう

コース

「南大沢駅(京王相模原線)」を起点とした東京都八王子市内の約7km
坂が多めのコース設定になります
(スタート)南大沢駅 → 富士見台公園 → 永林寺 → (ゴール)南大沢駅

コースマップ



大腸がん検診の 大切さを学び 記念品をもらおう

2021年
12月上旬(予定)

※クイズおよびアンケートの回答期限

参加
記念品

期間中に完歩された方を対象に、お申し込み時にご登録いただいたメールアドレスへ、Web上でお楽しみいただける「大腸がん検診の大切さ」に関するクイズやアンケートをお送りします
アンケートにお答えいただいた方に

Tokyo 健康ウオーク2021 オリジナルグッズなど
素敵な記念品をお送りします

※参加記念品は 2022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

●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。

①参加者は参加予定日の2週間前から検温など健康観察を行い、万全な健康管理のもとにご参加ください。②主催者はコース上の安全を検査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。③申し込み後のキャンセルはできません。④地震、風水害、事件、事故、感染症対策など不測の事態で開催中止になる場合があります。⑤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。⑥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、主催者の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。

〇お申し込み
〇アプリの使用方法やコース詳細など

公式 Web サイトから <http://tokyo-kenkowalk.jp/>

お申し込み
お問い合わせ

Tokyo 健康ウオーク 2021 エントリー事務局 (株式会社アルビズ内)

お問い合わせ **03-6627-6434** (平日 10:00～18:00)
※2021年11月30日(火)まで

電話やFAXでのお申し込み受付はできません

Tokyo健康ウオーク 🔍 検索

