

第115回 秋のすぎなみ区民歩こう会

歴史と自然が調和する城下町 佐倉を歩く

令和8年

11月1日 日



午前7時10分 杉並区役所前集合
杉並 ⇄ 佐倉 往復バス移動



雨天 決行

定員 200名 (抽選)

事前申し込み制

参加費 3,700円

(バス代金・保険料・消費税含む)



▲9/15～9/30
申込み受付



ひよどり坂



佐倉ふるさと広場



武家屋敷



佐倉城址公園



短いコースと
長いコースの2コースから、
自分に合ったコースが
選べるので安心して
歩けます。

佐倉までの
往復はバス移動なので
ゆったりと、ウォーキングを
楽しみましょう。



佐倉までは
往復バス移動



スタート
佐倉城
大手門跡広場



武家屋敷通り



ひよどり坂



佐倉城址公園

短いコース 約9Km

長いコース 約12Km



岩名運動公園



岩名運動公園



コース分岐
岩名運動公園

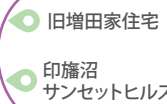


岩名仁王尊



印旛沼
サンセットヒルズ

長いコース



旧増田家住宅
印旛沼
サンセットヒルズ



ゴール
佐倉ふるさと広場



短いコース



岩名仁王尊

後援: 杉並区 主管: すぎなみ区民歩こう会実行委員会

主催: 公益財団法人 杉並区スポーツ振興財団 TEL 03-5305-6161 (平日 8:30-17:15) <https://sports-suginami.org/>

※イラスト内のコース名称は抜粋です。
※写真はイメージです。

募集要項



- 集合 杉並区役所前(中杉通り側) 午前7時10分
解散 杉並区役所前(中杉通り側) 午後4時頃
参加費 3,700円 バス代金・保険料・消費税含む
対象 区内在住・在勤・在学で全行程を歩ける小学4年生以上
(小学生は保護者同伴)
定員 200名(抽選)
歩行スタイル 「歩こう会」スタッフと一緒に、10名程度のグループで歩きます
持ち物 健康保険資格の確認できるもの、弁当、飲料水、雨具、敷物、帽子など
申込方法 杉並区スポーツ振興財団『ご予約サイト』またはハガキより申込み
申込期間 令和8年9月15日(火)～9月30日(水)

WEB申込み

公益財団法人 杉並区スポーツ振興財団『ご予約サイト』より申込み
<https://sports-suginami.resv.jp/>



ハガキ申込み

通常ハガキ(往復ハガキ不可)に下記の内容を明記の上、
下記宛先へ。 ※9月30日(水)必着

- ①「秋のすぎなみ区民歩こう会」
- ②コース名(長い/短い)
- ③代表者
氏名・フリガナ・年齢・性別・郵便番号・住所・電話番号
- ④参加者全員
氏名・フリガナ・年齢・性別(4名まで同時申込み可)

みほん

秋のすぎなみ区民歩こう会
長いコース

(スギナミ タロウ)
杉並 太郎 50歳 男
166-0004 東京都杉並区1-1-1
090-1234-5678
(スギナミ モモコ)
杉並 桃子 50歳 女
(スギナミ ジロウ)
杉並 次郎 40歳 男
(スギナミ アルク)
杉並 歩 30歳 男

短いコース

約9km 所要時間 約4時間(昼食時間含む)

【スタート】大手門跡広場 ➡ 麻賀多神社 ➡ 佐倉武家屋敷 ➡ ひよどり坂 ➡ 佐倉城址公園 ➡ 岩名仁王尊 ➡ 岩名運動公園 ➡ (鹿島川河川敷沿いに歩いて) ➡ 佐倉ふるさと広場 **【短いコースゴール】**

長いコース

約12km 所要時間 約4時間30分(昼食時間含む)

【スタート】大手門跡広場 ➡ 麻賀多神社 ➡ 佐倉武家屋敷 ➡ ひよどり坂 ➡ 佐倉城址公園 ➡ 岩名仁王尊 ➡ 岩名運動公園 (ここまでは短いコースと共通) ➡ 佐倉草ぶえの丘 ➡ 旧増田家住宅 ➡ 印旛沼サンセットヒルズ ➡ 野鳥の森 ➡ 佐倉ふるさと広場 **【長いコースゴール】**

- 注 ベビーカー・車いすの通行ができない箇所があります
注 ポールの使用はご遠慮ください