



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117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	11/21:五日市会館一金比羅山	
		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)	15
		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	
	★	64	3/21:東秋留地区(八雲神社・小川桜久保公園)	12
平成 27年度		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)	10
	★	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)	16
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)	11
		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)	13
	★	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)	14
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	5/21 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:東秋留地区(秋川沿いから東秋留橋)	
		112	11/21:増戸地区(大悲願寺)	
		113	1/21:西秋留地区(出雲神社、八雲神社)	
		114	3/21:多西地区(尾崎観音、西多摩霊園)	
令和 7年度		115	5/21:増戸地区(瑞雲寺)	9
		116	6/21:五日市地区(小宮ふるさと自然体験学校、瀬音の湯)	
		117	10/21:コース付近においてクマと思われる動物の鳴き声の情報があつたため中止 (フレア五日市、まいまい坂、ぐみの木峠)	