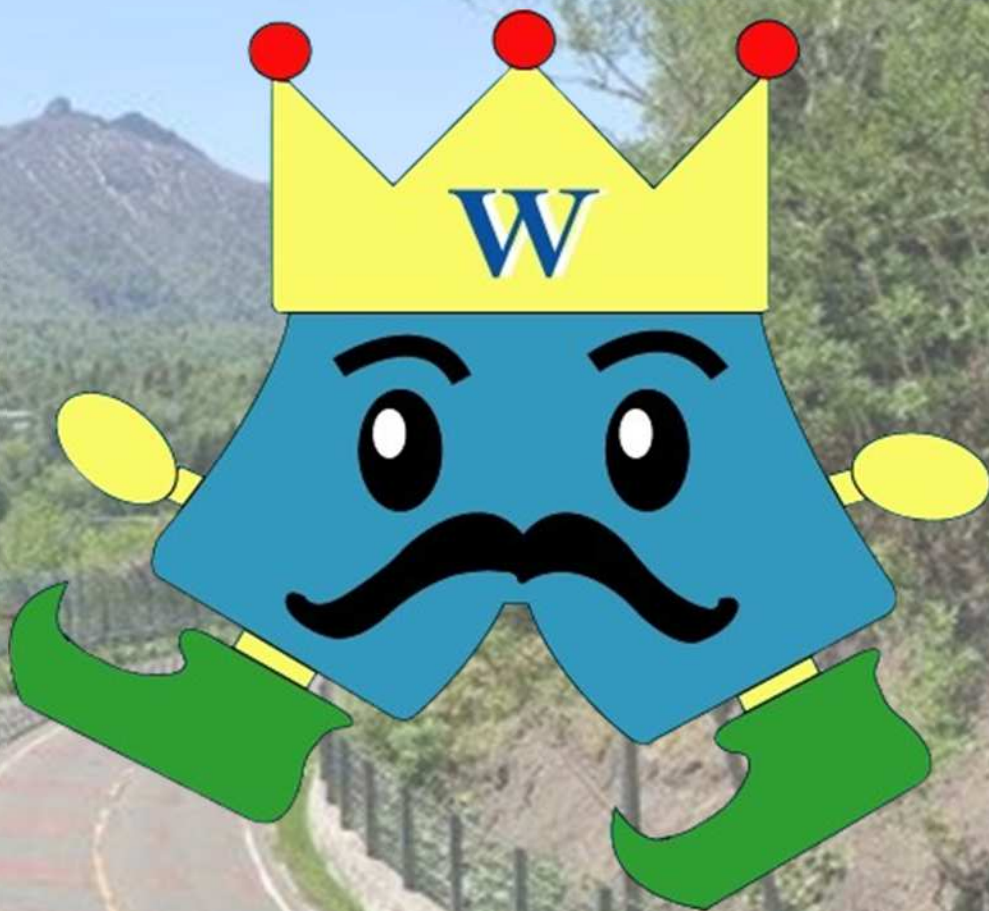


大会WEBプログラム

第
49
回

北海道を歩こう



■主催 札幌市 朝日新聞北海道支社 北海道ウォーキング協会 札幌歩こう会 札幌山岳倶楽部 HTB北海道テレビ放送 日刊スポーツホールディングス 札幌芸術の森(札幌市芸術文化財団) 札幌市スポーツ協会

■後援 日本ウォーキング協会 日本赤十字社札幌市地区本部 北海道理学療法士会 千歳市 支笏湖温泉旅館組合 全日本ノルディック・ウォーク連盟

■支援 陸上自衛隊第11旅団 札幌スポーツ救急委員会 札幌市スポーツ救護赤十字奉仕団 札幌市無線赤十字奉仕団 札幌市理学療法赤十字奉仕団

■協力       

■協力 札幌市立真駒内中学校 札幌カントリー倶楽部 北翔大学 ポロピナイカンパニー

■特別協力 新文化経済振興機構 あめいず村実行委員会

■認定 国際・日本市民スポーツ連盟 ジャパンノルディック・ウォークプレミアリーグ

目次

大会スケジュール	
受付（ゼッケン引換）について	P 1
スタート整列・スタート方法について	
6km（札幌芸術の森クラフト体験）ステンレスで巾着をつくろうコースについて	P 2
6km（コスプレの部）について	P 3
各ポイントの最終到着（通過）時間（予定）	P 4
お楽しみ抽選会	
お帰りのバス運行（6kmご参加の方）	
お帰りのバス運行（10km・33kmご参加の方）	P 5
大会参加中の傷害事故について（大会参加補償規定）	
大会に関するお問い合わせ	
大会役員	P 6
運営役員	P 7
救護・救急役員	P 8
参加者名簿 6 km	P 9
参加者名簿 10 km	
参加者名簿 33 km	P 10～

参加者注意事項

- 大会前は健康診断や医師の指示に従うなど、体調管理を行い各自の責任で参加してください。
- 大会開催の有無については大会ホームページ及びFacebookでお知らせします。
- 必ずゼッケン引換を済ませてから整列してください。スタート時間に遅れた場合は参加できません。
- この大会は順位や記録を競う競歩大会ではありません。マナーを守り、「ごみのポイ捨て」・「歩きタバコ」・「走る」などの行動はせずに、自然との触れ合いを楽しみましょう。
- 22km地点まで先導役員の追い越しは禁止とします。
- 市街地の歩道通行時は、2列歩行とし、他の歩行者への進路を妨げないようにしてください。
また、列は広がらず右側通行を心がけ、無理な追い抜きや車道に出るなどの危険な行為は禁止とします。
- ノルディックポールを使用する場合は、周囲に十分注意しながら歩行してください。
- 16kmポイントで必ず30分以上の休憩を取ってください。
- ゴール後は各自解散となり、10kmと33kmは地下鉄真駒内駅行き無料シャトルバスがご利用可能です。
6kmは路線バス（有料）をご利用ください。
- 10kmと33kmにご参加の方で、札幌芸術の森に入場される方は入場料がかかります。
- 参加中の怪我に対しての補償は「大会参加補償規程」により補償をします。
- 万一、非常事態が発生した場合は、大会スタッフの指示に従ってください。
- 手荷物の預かりは行っておりません。※6km（コスプレの部）を除く。
- 駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

大会スケジュール

- 7時15分：受付（ゼッケン引換）開始
- 8時10分：開会式
- 8時20分：スタート

- スタート会場：真駒内中学校グラウンド
札幌市南区真駒内幸町3丁目
(地下鉄南北線真駒内駅より徒歩3分)

受付（ゼッケン引換）について

- 会場到着後は、事前にメールで送信したゼッケン引換証を準備し、ゼッケン引換・参加賞テントにお越しのうえ、ゼッケン・参加賞をお受け取りください。
- ※ スタート後のお渡しはできません。
- ゼッケンを受取った後、裏面に氏名・血液型・アレルギー等必要事項を記入のうえ、整列してください。
- 更衣室・手荷物預かりはコスプレの部専用となります。

スタート会場周辺地図



スタート会場図



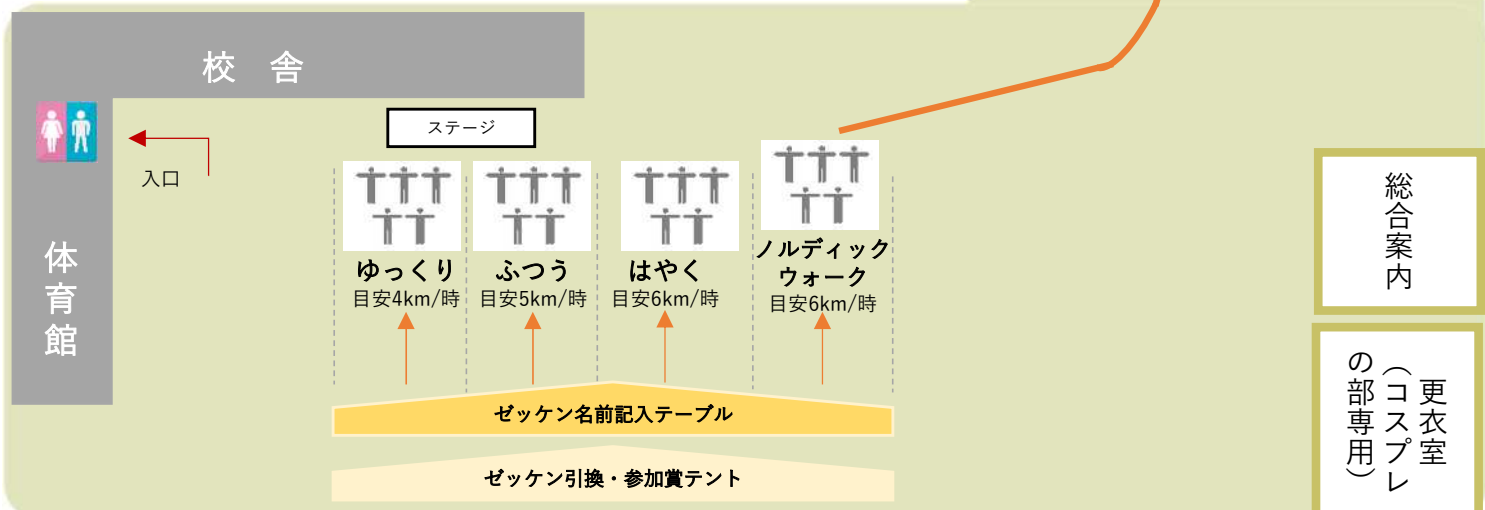
緊急時により迅速な対応ができるよう下記項目のご記入をお願いします。			
フリガナ	性別	生年月日(西暦)	血液型
氏名			
緊急連絡先氏名(本人以外)		電話番号	性別
かかりつけの医療機関	住所		
アレルギー疾患	アレルギー		
その他	※アレルギーに当てはまらない場合は「なし」とご記入ください。		

見本

※ゼッケン裏面

スタート整列・スタート方法について

- 各自の歩行ペースに合わせて整列してください。
- 歩行中の渋滞緩和のため間隔をあけてスタートしますので、大会スタッフの指示に従い、他の列に移動せずそのままお待ちください。
- 「はやく6km/時」「ふつう5km/時」「ノルディックウォークの部」「ゆっくり4km/時」の順番にスタートします。



6km（札幌芸術の森クラフト体験）ステンレスで巾着をつくろうコースについて

【会場図（6kmゴール周辺）】



【クラフト工房】



【作品イメージ】



- ゴール後、各自下記の時間までにクラフト工房にお越しください。
体験時間9:45～12:00（11:30受付終了）
- クラフト工房内のスタッフの指示に従い、体験会場へ移動してください。
- 各自のクラフト体験時間は約30分程度の予定です。
- 芸術の森野外美術館もご利用可能です。

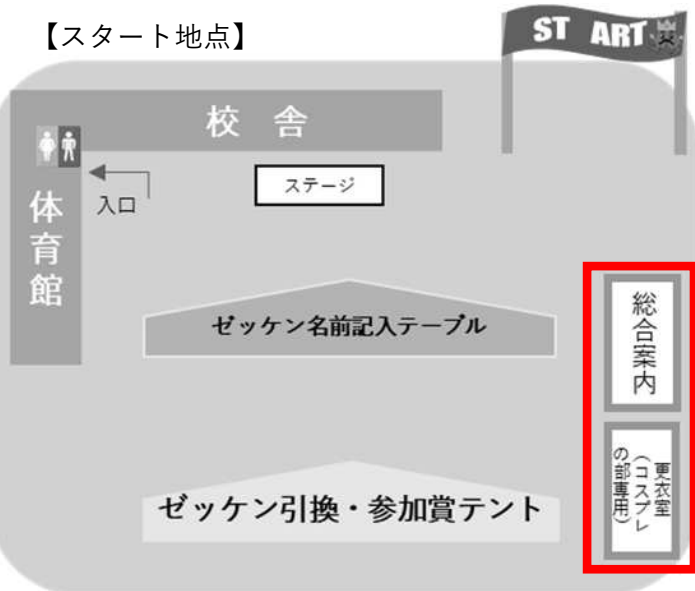
【注意事項】

- 荷物や貴重品等は自己管理となります。
- クラフト体験会場内での食事はできません。
- クラフト工房ロビー内に飲食可能な休憩場所がございますが、共有スペースのため長時間の占有を避けるなど、周囲への配慮をお願いいたします。

6km (コスプレの部) について

- スタート会場のグラウンド及び6kmゴール地点の札幌芸術の森に「*更衣室」がございますのでご利用ください。
*コスプレの部以外の方は利用できません。
- 手荷物預かりを希望の方は「総合案内」へお渡しください。6kmゴールのテントにてお渡しします。
なお、貴重品につきましては自己管理となります。
- 石山緑地 (スタートから約3km) は撮影スポットとなっております。スタッフが誘導しますので、是非撮影等にご利用ください。

【スタート地点】



【ゴール地点】



【石山緑地撮影スポット】



各ポイントの最終到着（通過）時間（予定）

種目	ポイント	最終到着（通過）時間（予定）
6km	6km（札幌芸術の森）	10：15（到着）
10km	10km（真駒内カントリークラブ）	11：30（到着）
33km	10km（真駒内カントリークラブ）	11：00（通過）
	16km（ラルマナイ川）	12：30（到着後30分休憩を取り出発）
	22km（恵庭峠）	14：45（通過）
	27km（オコタン分岐点）	15：50（通過）※
	33km（支笏湖ポロピナイ）	17：00（到着）

※27km ポイントにおいて15：50 までに通過できない方は、日没等による参加者安全確保のため、参加者収容バスに乗車していただきます。

お楽しみ抽選会

各ゴール地点でお渡しする「完歩証」の裏面に、アイコン（▲●★）の記載がある方はご当選となります。該当される方は、完歩証をご提示のうえ「総合案内」までお申し出ください。

お帰りのバス運行（6kmご参加の方）

6kmにご参加の方は、路線バス（有料）をご利用ください。

■バス乗り場MAP



■6km参加者バス時刻表

【芸術の森入口】

行先	地下鉄真駒内駅			
	真102	真106	真107	真108
時間				
10時	23	す45		07
11時		す45		07
12時		す45	32	07
13時		す45	32	12
14時		す45	32	12
15時	8	す45	32	

※「す」は「すずらん公園東口発着」

【芸術の森センター】

行先	地下鉄真駒内駅
	真107
時間	
12時	30
13時	30
14時	30
15時	30

【所要時間（目安）】



お帰りのバス運行（10km・33kmご参加の方）

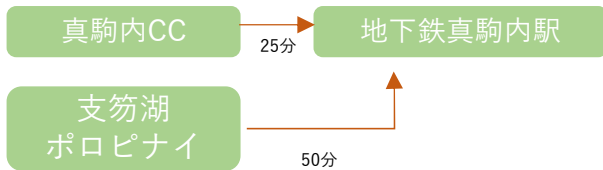
10km・33kmにご参加の方は地下鉄真駒内駅行き無料バスを運行します。また、乗車の際にはゼッケンの提示が必要です。なお、定員となり次第出発しますので、ご協力をお願いします。

■10km参加者バス時刻表

【真駒内CC→地下鉄真駒内駅】

出発予定時刻	
10時	10:15～10:45の間に3便
11時	11:00～12:00の間に4便

【所要時間（目安）】



■33km参加者バス時刻表

【支笏湖ポロピナイ→地下鉄真駒内駅】

出発予定時刻	
時間	地下鉄真駒内駅行
14時	14:00～15:00の間に4便
15時	15:00～16:00の間に4便
16時	16:00～17:00の間に5便
17時	17:00～17:30の間に2便

※予定時間に変更になる場合がございます。

※各ゴール会場には十分な駐車スペースはありませんので、自家用車でのお迎えはご遠慮ください。

※次に乗車される方のために、ごみの持ち帰りにご協力ください。

大会参加中の傷害事故について（大会参加補償規定）

本大会では、参加中の事故に備え、大会参加者補償規程を定めています。万一、怪我等が発生した場合には、「大会事務局」まで必要事項をお知らせください。

●必要事項

①ゼッケンの番号 ②事故発生場所と状況 ③病院名 ④傷病名

●補償規定の内容

大会参加中にケガ、熱中症などの「負傷・疾病」をされた場合、見舞金をお支払いします（会場・コース内の負傷・疾病が対象、駐車場は除く）。ただし、申込者本人以外の不正参加や代理参加等が確認された場合には、当該補償の適用外となります。

死亡見舞金	2,000,000円
後遺障がい見舞金	最高2,000,000円
入院日額見舞金	3,000円（180日程度）
通院日額見舞金	1,500円（90日程度）

※入院・通院の補償は事故の日から180日以内に限られます。

※疾病とは、急性心疾患・急性脳疾患・急性呼吸器疾患・細菌性食中毒・熱中症・低体温症・脱水症をいいます。

なお、見舞金のお支払いは、医師の治療が対象となります。

大会に関するお問い合わせ

〒064-0931 札幌市中央区中島公園1番5号 札幌市中島体育センター内
札幌市スポーツ協会 「北海道を歩こう」事務局
TEL 011-530-5562（9:00～17:00 土・日・祝日は休み）

大会役員

大会役員	
名 誉 大 会 長	秋元 克広（札幌市長）
大 会 長	小澤 香（朝日新聞北海道支社長）
副 大 会 長	小野寺美佳（札幌市スポーツ局長） 桂田 光彦（札幌市スポーツ救護赤十字奉仕団） 寺内 達郎（北海道テレビ放送代表取締役） 野村 秀雄（札幌山岳倶楽部理事） 吉田 昌一（日刊スポーツ新聞東京本社 代表取締役社長） 尾山 眞（札幌歩こう会副理事長） 野口 仁志（札幌市芸術文化財団事務局長） 鈴木 和弥（札幌市スポーツ協会理事長）
大 会 委 員	奥木 貴史 蛭子慶太 橋本 秀利 柴田 幸雄 杉本 淳 笹木 裕介

運営本部

運営本部	
本 部 長	遠藤 誠
副 本 部 長	西田 忠弘 佐川 正人 田畑 智洋 千代 清志 佐賀富由美

運営役員

運営委員

札幌市スポーツ部	高川 恵一 寶地 颯 問谷 健朗	河本 岳裕 横山 智哉 氣屋村公貴	辰田 洋人 宮本 亮 大久保 諭	秋川 直慶 大友 健資 千葉 雄太	錢谷 昌平 井上 楓介	小松 瑞幹 村口 野阿
札幌歩こう会	長畑 昌弘 佐藤 清治 清水 昌子 加藤 眞澄 高橋 克次	奥山ひろみ 鳴海 一彦 千代 清志 辻廣 尚子 伊藤 麗子	高橋 咲良 沢口 泉 岡田 康照 竹山 剛史 渡部 東司	上田 英隆 高田みき子 川岸 礼子 河村 忠浩 伊藤 紀明	田中 道和 青木 誠一 青木 昭子 岸本 淳一	八木 史郎 厚谷 芳久 牧野 光子 平井 幸恵
札幌山岳倶楽部	野村 秀雄 羽賀 正	高木 房吉	杉林 仁止	佐川 正人	佐川 恵子	田所 文夫
全日本ルネック・ウォーク連盟	木内 雅 阿部 広子 林 久則 小松 大晃 澤田 廣志	木内 容美 遠田三恵子 大川 伸二 内木 亨 小原 浩二	金谷 浩克 小山 茂 富樫 周 森井 隆 菅原 敏雄	池端 清美 高田 茂 星 汰一 江川 淳 塚本 勝	川瀬 忍 木戸 紀子 吉田 光太 田中 誠 佐藤 和裕	佐藤 有子 古川 潤樹 安部 正徳 川村 隆敏 岡本 英男
朝日サービス	金兵 寿浩	石村 美樹				
HTB北海道テレビ放送	菅原 朋希					
札幌市スポーツ協会	愛下 貴裕 井川 和樹 福島 桂人 船山 翔太 谷口 茉由	遠藤 誠 藤井 隆裕 川越 大地 新城 亜希 吉川 直輝	重村 浩二 高尾 淳平 細谷 智幸 大聖 陽平 後藤 拓杜	室橋 伸泰 小菅生 涉 大野 貴之 関本 陽介	齋藤 崇幸 佐藤 勇介 上岡 千鶴 菅原 亘利	中野扶早子 公平 怜那 岸上 桃子 佐々木悠亮
陸上自衛隊第11旅団 第18普通科連隊	田中 健一	矢野 史洋				
北翔大学	高橋 光 小野 優貴 千葉 巧弥	高橋 陸 加地 陽明 本吉 遥	浅村 蒼太 三盃 汐里 渡辺 嵩来	岩本 唯良 鈴木 太智 吉川 龍希	内山 敦広 高島 優花	小川 貴大 田中真次郎
新文化経済振興機構	堀口 哲行					

救護・救急役員

救護・救急役員	
救護・救急本部長	桂田 光彦
救護・副本部長	谷口 泓英 太田 誠 工藤 十巳夫
運営事務局長	羽賀 俊夫
バックアップ病院	自衛隊札幌病院
医師	菊地 弘毅 村田 博之 前田 至
看護師	若生よし子 安孫子ゆう子 福田 咲子 波多野純子
理学療法	山本 泰雄 上原 和弘 福田 英一 佐々木 梢
薬剤師	高田 善弘
検査技師	野田さおり
救急指導員（主査）	佐藤 秀明
本部救護所（1班） （ラルマナイ1.6km → ポロピナイ）	（主）平山 聡 日陰喜美雄 杉村 肇 松田 範之
本部救護所（2班）	（主）鈴木 敏雄 後藤ナツキ 百島 敦 加賀谷亮子 鈴木 昇 森木佐智子
真駒内救護所 （真駒内CC入口1.0km → 恵庭峠）	（主）豊田 妙子 小山田直弘 平井 肇 今村 正夫
恵庭峠救護所 （恵庭峠2.2km地点）	（主）高田 統康 山口 和久 山田ますみ 佐々木修司 皆川 裕 松田 範之 松田 展明 佐藤 忠一
移動パトロール （真駒内中学校）	（主）安田 信一 熊谷 久治 成田 信夫 佐々木年昭
無線連絡員 6km地点芸術の森	JM8DAR 後藤 悦朗
道路休憩所	JV8VRY 澤田 俊雄
真駒内CC入口（→3.0km地点）	JJ8AAF 奥村 祐樹 JK8OYX 望月 正昭
1.4km地点	JA8AQB 鈴木 勝博 JL8BPS 白井 律子
中間救急センター （ラルマナイ川1.6km）	JM8kct 本間 義美 JF8IJJ 玉置由利子
2.2km 恵庭峠	JM8IBB 飯田 猛 JI8KXC 塚原 昌子
2.7km地点（オコタン分岐点）	JH8KDD 小林 久人 JM8NSN 小林富美子
3.3地点ゴール（ポロピナイ）	JM8RCE 澤田 丈夫 JM8AMB 一関 大樹 JF8CYG 若林 健裕 JK8SZF 吉岡 裕之
移動車両	1号車JA8PBC 工藤十巳夫 2号車JL8ICZ 今田 功

6km 参加者名簿

No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名
2001	北野 義尚	2016	佐藤 真澄	2031	葛西 典男	2046	古屋 隆	2061	高桑 琉司	3001	高原 鈴華
2002	齋 達	2017	山田 就子	2032	笹川 祐里	2047	増田 弘行	2062	高桑 惇司	3002	原井 けい子
2003	齋 良子	2018	黒沢 裕子	2033	吉田 華也	2048	増田 智也	2063	高桑 涉司	3003	大嶺 さつき
2004	小林 幸子	2019	樋泉 春夫	2034	大場 明日実	2049	寺尾 弘一	2064	高桑 三聖	3004	小林 由季
2005	中川 政美	2020	安孫子 静子	2035	大場 柊輔	2050	竹中 尚志	2065	木林 尚稔	3005	南 圭亮
2006	南 知子	2021	関本 真澄	2036	大場 結衣	2051	竹中 洲亜	2066	秋山 芳宏	3006	野田 ますみ
2007	蔵重 美恵子	2022	関本 順子	2037	小山 一人	2052	イエール 紗知	2067	塚田 篤志	3007	宮崎 貴寛
2008	蔵重 衣南	2023	* * * * *	2038	小山 倫功	2053	風間 桃花	2068	杉村 晶司	3008	中田 悠理
2009	蔵重 美有	2024	* * * * *	2039	大森 恭子	2054	稲垣 実珠	2069	品田 将大	3009	中田 泰理
2010	大橋 いつか	2025	池田 修	2040	リー ウェイジア	2055	名古屋 和輝	2067	品田 理紗	3010	薄田 茉里
2011	大橋 なのは	2026	瀬戸 有紀子	2041	ガオ チー	2056	名古屋 永美歌	2068	高桑 琉司	3011	塚本 百花
2012	大橋 啓一	2027	須藤 利昭	2042	ガオ シェン	2057	名古屋 永輝	2069	高桑 惇司	3012	塚本 あつき
2013	中西 恵理子	2028	須藤 桃代	2043	伊藤 裕子	2058	濱谷 雅英	2070	高桑 涉司	4001	* * * * *
2014	川瀬 富美子	2029	岡林 廣	2044	伊藤 悟	2059	濱谷 莉桜			4002	* * * * *
2015	大西 ひとみ	2030	岡林 展子	2045	中田 雄介	2060	高桑 裕司			4003	高橋 結愛
										4004	佐藤 結愛

10km 参加者名簿

No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名
1001	郡司 忠美	1042	斉藤 直俊	1083	橋本 照夫	1124	本間 悦子	1165	松田 悠孝	1206	工藤 翔太
1002	郡司 憲利	1043	池田 美佳	1084	小田 寛二	1125	喜多尾 利彦	1166	松田 知南	1207	池田 佳織
1003	浅井 勝弘	1044	小林 樹	1085	宮下 ひとみ	1126	民野 真由美	1167	高垣 昌子	1208	川口 碧
1004	佐藤 真知子	1045	田代 恵子	1086	宮下 華摘	1127	民野 知夫	1168	高垣 徳人	1209	川口 翔
1005	佐藤 光保	1046	遠藤 敦	1087	森 友秀	1128	藪田 幸治	1169	森 紅美香	1210	大槻 碧生
1006	沼倉 陽一	1047	遠藤 郁子	1088	森 里恵	1129	花房 愛	1170	平井 京子	1211	久志 雪
1007	沼倉 令子	1048	篠原 姫佳	1089	沼倉 正男	1130	武藤 仁美	1171	井原 亮	1212	久志 杏
1008	村本 麻美子	1049	山下 琳太郎	1090	小林 牧子	1131	浅野 浩司	1172	木村 光廣	1213	川倉 綾子
1009	見上 光雄	1050	鈴木 陽子	1091	渋谷 由佳	1132	阿部 勇治	1173	彦坂 伸子	1214	國生 琴絵
1010	三井 大介	1051	幸坂 美智子	1092	渋谷 亜子	1133	安田 光宏	1174	彦坂 真紘	1215	國生 隆司
1011	近藤 洋子	1052	島谷 惇一	1093	長峰 健一	1134	荒木 結実	1175	大野木 三夫	1216	大川 育美
1012	中森 千景	1053	長濱 衣織	1094	長峰 まさ江	1135	佐渡 昭夫	1176	西田 宙史	1217	石田 紘奈
1013	中野 裕子	1054	長濱 和成	1095	近藤 雅昭	1136	安藤 篤子	1177	稲村 夕生	1218	山本 光子
1014	中野 誉久	1055	大屋 典彦	1096	鈴木 亜希美	1137	池田 夕カ子	1178	山口 登	1219	辻 弥紀
1015	中野 絢葉	1056	大屋 真奈美	1097	柘木 修	1138	久下 剛二	1179	菊川 昭夫	1220	星野 規子
1016	中泉 美江	1057	上谷 直也	1098	柘木 陽子	1139	桑迫 賢二	1180	牧野 純代	1221	大松 由美子
1017	田中 徹	1058	上谷 敬也	1099	佐々木 敏	1140	日景 由利子	1181	村木 実穂	1222	大工原 友美
1018	山本 光子	1059	坂本 江代	1100	塚越 優希	1141	日景 真理子	1182	鈴木 和史	1223	大工原 英晃
1019	田村 睦子	1060	熊谷 哲士	1101	塚越 愛乃恩	1142	吉田 理恵子	1183	鈴木 茂美	1224	石岡 寿生
1020	新海 英子	1061	* * * * *	1102	青山 卓司	1143	竹内 理菜	1184	吉岡 雄一	1225	鈴木 誠
1021	井利 真理子	1062	* * * * *	1103	青木 憲一	1144	竹内 愛梨	1185	田原 貴司	1226	佐々木 慧太
1022	郡司 彰	1063	* * * * *	1104	渡邊 薫	1145	稲田 憲二郎	1186	五十嵐 憲哉	1227	葛西 健二
1023	郡司 和子	1064	土屋 景子	1105	笠井 裕子	1146	西出 奈津美	1187	清水 康自	1228	長谷川 浩太
1024	尾方 由紀子	1065	土屋 楓	1106	斉藤 令子	1147	伊藤 広美	1188	鹿野 忠士	1229	松川 理彦
1025	白倉 敬造	1066	土屋 菜	1107	渡辺 和代	1148	西出 咲希	1189	鹿野 友里	1230	浦田 日出雄
1026	渡邊 伊智子	1067	岩井 ひとみ	1108	工藤 雅巳	1149	西出 実結	1190	鹿野 統也	1231	松井 光一
1027	三田村 秀子	1068	中道 雅克	1109	横澤 定吉	1150	高橋 了	1191	岩本 昌恵	1232	松井 美弥子
1028	石 佳玉	1069	鹿野 治	1110	坂本 栄美子	1151	高橋 柊	1192	岩本 菜奈	1233	山本 道代
1029	ウ イファン	1070	日置 達也	1111	坂本 優幸	1152	高橋 定大	1193	坂本 加寿也	1234	二間瀬 明子
1030	三浦 政志	1071	鈴木 徳子	1112	石田 昭	1153	成田 一彦	1194	坂本 匡子	1235	坂 知明
1031	鷹合 均	1072	山口 徹	1113	諏訪 英敏	1154	安達 卓司	1195	阪野 俊治	1236	菅 洋子
1032	稲井 重樹	1073	表谷 和彦	1114	斉藤 忠清	1155	笠原 政人	1196	林 純一郎	1237	元田 智明
1033	北原 徹也	1074	表谷 敏江	1115	金子 多恵子	1156	石丸 佳奈	1197	林 真美	1238	稲垣 堯士
1034	金光谷 真理子	1075	田中 勝利	1116	森 秀樹	1157	池田 奏恵	1198	林 瑤一郎	1239	稲垣 菜都水
1035	金光谷 乃和	1076	三浦 香織	1117	森 淳樹	1158	池田 弘毅	1199	谷口 春花	1240	瓜田 麻未
1036	金光谷 知緒	1077	小野 晶子	1118	木曾 恵以子	1159	小原 葉子	1200	伊藤 彩香	1241	瓜田 瑚々
1037	志渡 百重	1078	寺下 みゆき	1119	對馬 由美子	1160	丸 昌弘	1201	藤根 淳子	1242	森田 英俊
1038	志渡 亮太	1079	大櫛 隆行	1120	野澤 春花	1161	武田 明子	1202	後藤 一平		
1039	尾張 孝一	1080	大櫛 由理子	1121	野村 広幸	1162	武田 悠汰	1203	後藤 美恵子		
1040	尾張 篤子	1081	大櫛 一歌	1122	立川 恭子	1163	今野 京子	1204	山口 勝然		
1041	鈴木 弘	1082	澤田 一真	1123	高桑 睦津美	1164	松田 竜太	1205	河合 比呂味		

33km 参加者名簿

No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名
1	上杉 昇	51	橋本 泰志	101	阿部 みゆ	151	川口 円	201	木田 美香	251	板山 幹雄
2	只木 靖彦	52	利 由美子	102	新岡 泰子	152	川口 創	202	中沢 朋樹	252	吉田 洋
3	藤田 正和	53	清水 政男	103	大脇 誉次	153	川口 脩	203	安達 恵	253	尾金 佐織
4	栗原 信之	54	新田 喜恵子	104	嶋田 義明	154	川口 凜	204	安達 伸太	254	齊藤 洋子
5	高橋 伸二	55	高橋 和夫	105	斉藤 秀幸	155	川口 杏	205	杉山 昌夫	255	渡部 高幸
6	水野 一博	56	釜沢 秀俊	106	山本 香織	156	佐藤 希実	206	杉山 純枝	256	渡部 三香子
7	阿辺 雅美	57	釜沢 由紀子	107	山本 祐之	157	福島 楓	207	今野 直人	257	片岡 鉄兵
8	山本 幸子	58	伊藤 篤美	108	山崎 裕二	158	中野 辰明	208	今野 和江	258	鈴木 俊一
9	吉田 勝彦	59	佐藤 直人	109	山崎 奈月	159	三浦 千尋	209	萩埜 由香	259	高橋 舞花
10	* * * * *	60	佐藤 香織	110	吉田 浩司	160	土屋 みちる	210	小松 奏子	260	高橋 有里
11	奥村 英生	61	佐藤 葵	111	門脇 美貴	161	永井 清	211	小松 伸介	261	田中 隆文
12	西村 孝行	62	佐藤 行則	112	大岩 奈緒美	162	吉田 博	212	田中 里美	262	山崎 裕
13	澤田 圭一	63	内海 総	113	馬越 利	163	内藤 留美	213	藤沢 一教	263	山崎 理恵
14	金本 泰幸	64	石川 亜由美	114	中島 鉄生	164	吉田 靖史	214	井口 亜由	264	櫻井 睦
15	田組 諭志	65	津田 いづみ	115	早田 史朗	165	板橋 潔	215	井口 舞莉亜	265	三輪 虹太郎
16	関崎 祐司	66	佐々木 義光	116	酒井 美代子	166	本庄 碧	216	佐々木 邦雄	266	高橋 紀之
17	坂下 恵	67	武智 政代	117	佐藤 未希	167	今野 光明	217	藪崎 孝一	267	片岡 樹亨
18	坂下 清秀	68	根本 勝幸	118	佐藤 蒼桜	168	今野 智恵子	218	宮川 ゆう子	268	門田 康広
19	背戸田 美智子	69	久保田 香	119	佐藤 大剛	169	南條 大輔	219	青野 耕三	269	三田 寛
20	木村 丈夫	70	小林 真由美	120	佐藤 翔剛	170	可香谷 賢	220	定塚 真善美	270	小倉 寛絵
21	伊藤 達寛	71	稲葉 武司	121	山陰 唯	171	四方 恒夫	221	定塚 晃	271	阿部 真由美
22	大谷 文昭	72	山崎 一茂	122	古郡 公郎	172	清水川 さやか	222	大藤 久美子	272	佐藤 亨
23	本間 聖利絵	73	菅嶋 真由美	123	岡本 麻紀	173	清水川 太一	223	五十嵐 千秋	273	入井 洋児
24	中原 妃智	74	高橋 良樹	124	金田 いづみ	174	久保 沙織	224	坂田 恵里子	274	浜田 登美子
25	佐藤 絵美	75	高橋 良太郎	125	鉢呂 ツヨシ	175	久保 潤也	225	岡和田 健利	275	山口 敬三
26	鈴木 徹也	76	安田 有紗	126	長谷川 一統	176	久保 諒也	226	上神田 眸美	276	川辺 重則
27	定森 岳人	77	片山 隆一	127	佐藤 英二	177	谷口 恵美子	227	本橋 沙夜	277	鈴木 秀昭
28	田中 友基	78	安ヶ平 智美	128	紺野 百合子	178	船橋 明彦	228	岩城 美雪	278	中山 利之
29	小嶋 守	79	横山 悟	129	田中 悠	179	内藤 邦彦	229	藤橋 和子	279	金野 忍
30	安達 和子	80	常田 勉	130	田中 康晴	180	小山田 弥生	230	奥河 宏信	280	新井 礼乃
31	山本 豊	81	安達 結花	131	田中 美樹	181	中野 嘉久	231	林 寛之	281	新井 有人
32	林 光路	82	佐藤 浩子	132	田中 詩穂	182	近藤 和枝	232	林 かおり	282	小槌 敬
33	林 ゆかり	83	菅原 俊志	133	岡村 孝信	183	佐藤 大輔	233	谷澤 俊一	283	山本 和将
34	林 更紗	84	伊東 由裕	134	岡村 真希	184	中村 英一	234	中川 利典	284	小川 京子
35	斉藤 孝二	85	中西 道岳	135	速水 しのぶ	185	松下 朗典	235	芹川 めぐむ	285	澤田 貴之
36	明石 愛	86	奥村 翔	136	速水 研	186	Wang Shiau Han	236	小笠原 しおり	286	中村 裕治
37	菅原 敦也	87	湯泉 雅恵	137	速水 陸	187	新垣 厚	237	中村 篤司	287	西野 秀昭
38	菅原 百花	88	有吉 毅幸	138	佐々木 律子	188	山本 有紀子	238	伊藤 憲昭	288	吉田 政子
39	菅原 真由美	89	市木 敏弘	139	石間 明子	189	島貫 いず美	239	清水 よしえ	289	四倉 修二
40	間島 利也	90	徳橋 尚子	140	福田 亘洋	190	兎澤 政彦	240	清水 将和	290	綱淵 和博
41	志鳥 暁央	91	高橋 剛	141	松田 朋美	191	森藤 則幸	241	竹中 貢	291	小西 哲也
42	志鳥 美央香	92	伊藤 敦史	142	竹村 純子	192	横山 匡	242	柴田 光芳	292	和谷 遼平
43	小野 達雄	93	竹内 佑介	143	月居 大典	193	三浦 萌	243	仁木 博和	293	鈴木 亮平
44	後藤田 直義	94	横井 宏恵	144	月居 ゆかり	194	長内 知紀	244	田原 祥恵	294	細井 貴道
45	谷口 孝	95	田村 朋弥	145	松浦 祐子	195	牧 直利	245	村端 泰充	295	緑川 猛
46	谷口 頼子	96	岩崎 英城	146	小山田 将一	196	牧 真尋	246	河原 栄	296	濱 孝之
47	馬場 克明	97	新井 謙一	147	小山田 惺矢	197	寺本 一彦	247	大磯 暁	297	小路 雅之
48	高野 美沙	98	木幡 徹	148	小山田 惇斗	198	田中 勝也	248	太田 章	298	西 健治
49	岩谷 光明	99	鷹島 満	149	関 栄造	199	服部 昌毅	249	金安 梓	299	篠島 真
50	橋本 早織	100	阿部 幸雄	150	元島 玉雄	200	佐藤 信行	250	板山 哲也	300	金山 睦

33km 参加者名簿

No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名	No.	氏名
301	柚原 謙一	346	田村 忍	391	沢村 修	436	黒瀬 みどり	481	後 智文	526	竹中 未歩
302	松本 佳久	347	大矢 恵子	392	沢村 紀子	437	長内 香菜子	482	吉田 里菜	527	竹中 皇来
303	野澤 信義	348	守山 徹也	393	古澤 誠	438	佐々木 英喜	483	小田部 萌	528	沼田 空詩
304	中村 富士雄	349	伊藤 守	394	田中 典子	439	永野 絵梨香	484	斉藤 はるか	529	沼田 かおり
305	中村 佳央理	350	松崎 百合枝	395	長谷川 明広	440	加藤 大地	485	杉田 瑞季	530	風間 翔子
306	上村 俊宏	351	大池 芳晴	396	多田 栄二	441	野々垣 真実	486	熊坂 美咲	531	風間 健翔
307	上村 真奈美	352	鈴木 良樹	397	菅原 裕幸	442	前田 光清	487	浅村 武彦	532	永田 桔梗
308	田中 マリナ	353	加藤 裕美	398	齊藤 駿佑	443	山崎 由佳	488	野田 功	533	江本 喜一
309	田中 ジュディス	354	泉本 みなみ	399	佐藤 圭介	444	門馬 久美	489	野田 斗梧	534	長谷川 直美
310	宮崎 洋子	355	鷹合 有裕美	400	松澤 泰雄	445	羽賀 宗博	490	角谷 久美子	535	長谷川 泰人
311	森 優子	356	堀田 愛花	401	大森 聡志	446	近藤 元樹	491	高橋 鉄雄	536	斉藤 修二
312	荻野 基子	357	斉藤 修	402	笹島 幸治	447	近藤 愛子	492	伊藤 真二	537	大坪 宏誠
313	鈴木 昭治	358	加藤 千絵	403	藤瀬 愛子	448	寺田 明美	493	佐藤 碧	538	佐藤 進也
314	白鳥 洋征	359	三浦 由美子	404	伊藤 潮	449	小山 瞳	494	松原 博美	539	西科 淳
315	寶田 秀司	360	三浦 亜希子	405	谷口 和也	450	山川 隆俊	495	佐々木 正弘	540	河野 朱夏
316	渡辺 靖	361	阿部 英明	406	齋藤 大祐	451	香西 陽恵	496	柳沢 舞	541	細貝 一樹
317	坂田 俊範	362	澁谷 敏文	407	松下 好夫	452	遠藤 隆	497	中尾 紀行	542	佐久間 学
318	福居 基	363	鉢呂 延高	408	西潟 雅枝	453	苗代 通栄	498	中尾 早苗	543	若宮 一幹
319	今野 かな子	364	金丸 早苗	409	西潟 利紀	454	白取 優	499	高橋 啓二	544	荒坂 知津子
320	竹内 慎一	365	金丸 武	410	遠藤 真紀子	455	白取 謙一	500	大野 裕昭	545	鎌田 めい
321	角 弘樹	366	速水 聡子	411	渡邊 宏明	456	齊藤 邦子	501	金子 祐太	546	横澤 里栄
322	羽根 康夫	367	速水 尉宏	412	中村 美波	457	近藤 健一郎	502	小川 直久	547	田中 健一
323	片岸 記子	368	渡部 祐	413	久志 樹	458	安東 桃子	503	柴谷 文彦	548	大木 琢磨
324	田中 倫子	369	上田 奈美	414	久志 芽	459	安東 涼太	504	萬年 正行	549	大木 麻衣
325	斉藤 亜希江	370	藁口 賢治	415	宮川 喜代美	460	鈴木 隆人	505	ナム ホチョル		
326	畑内 かおり	371	佐藤 春奈	416	古賀 大輔	461	鈴木 七翔	506	笠松 英雄		
327	齊藤 幸夫	372	高橋 稔季	417	石村 高史	462	梅田 昇英	507	菅井 英子		
328	飯原 愛美	373	相澤 英俊	418	小泉 厚子	463	鳥居 佳子	508	細貝 敏江		
329	小澤 葵	374	小名木 明宏	419	武田 晴子	464	山本 旺汰	509	花田 拓基		
330	柿崎 絵梨子	375	藤川 卓也	420	上杉 尊	465	山陰 梨乃	510	佐藤 謙		
331	水上 清志	376	片岡 直之	421	斉藤 慎平	466	川上 雅広	511	毛内 克知		
332	村井 由理加	377	原 努	422	片岡 拳	467	山崎 未貴	512	阿部 三男		
333	遠藤 忍	378	安達 敏雄	423	山口 美鈴	468	盛本 恵子	513	中西 智香		
334	須藤 阿都子	379	福田 春香	424	真藤 昌信	469	中村 陽子	514	元田 好子		
335	丸山 ひとみ	380	中島 さき	425	竹内 麻子	470	明石 祥吾	515	元田 冴子		
336	滝田 亜紀	381	桜庭 由美子	426	山田 瞳	471	明石 美雪	516	元田 葵		
337	藤山 直樹	382	飯沼 美雪	427	矢田 陽菜乃	472	明石 徹平	517	川村 千佳子		
338	藤山 美佳	383	松浦 宏明	428	和田 将史	473	高野 信太郎	518	清山 幸子		
339	石垣 美由紀	384	矢野 裕也	429	和田 芽依	474	椎木 一好	519	刈田 勇		
340	明 隆之	385	今野 満	430	和田 瑶香	475	黒木 歩夢	520	松井 友季		
341	大沼 佐代子	386	池田 研一	431	藤田 真善美	476	鈴木 颯馬	521	松井 彩春美		
342	樺沢 典史	387	菅原 剛	432	松本 康博	477	西池 敏子	522	松井 葵咲		
343	廣西 さゆり	388	谷地 公憲	433	今野 愛実	478	八森 亜矢	523	寺尾 めぐみ		
344	増田 和子	389	竹内 裕太	434	後藤 龍之介	479	佐藤 知美	524	寺尾 悠		
345	石田 紗代子	390	畑中 梨沙	435	原 壯一郎	480	松島 緑朗	525	寺尾 青		

北海道の明日をつくる、さらっと輝く逸品をお届け。

きらめくストア

KIRA-MAKE STORE

きらめくストアバイヤーの一押し商品

全道各地の生産者さんが手塩にかけた地元の銘品をお届け。
北海道を愛して止まない私たちほくでんが惚れ込んだ逸品をぜひお試しください。



洞爺湖 岡田屋

ひとくちでしあわせを

北海道生どらきやら

ふわふわの生地に、北海道産素材を使った濃厚な生キャラメルを贅沢にサンドした、ひとくちサイズのどら焼きです。5種類のフレーバーが一つのセットになっています。



弟子屈 昇龍軒

厳選素材とモチモチ皮の絶品餃子

よだれ餃子

弟子屈町の名店「昇龍軒」の看板商品であるよだれ餃子をご自宅で手軽に楽しむことができます！皮はもちもち、具材たっぷりの餃子を是非ご賞味あれ。



古平 東しゃこたん漁業協同組合

つぶのコリコリ感とうま味がたまらない

絶品つぶ塩辛 磯福

ご飯のお供にも、お酒のアテにもパッチリなコリコリつぶ塩辛。丁寧な下処理によってつぶのこりこり感を最大限に引き出した逸品です。



帯広 十勝トテッポ工房

贅沢なまでのチョコレートの重厚感

ロイヤルザッハトルテ

チョコレートの重厚感やチョコレート本来の味を楽しむことができる贅沢なケーキ。甘いものが好きな方、チョコレート好きの方にはたまらない至福のスイーツです。

ほくでん“よりすぐり”の道産品販売サイト

きらめくストア

KIRA-MAKE STORE

他にもきらめく商品がいっぱい

商品情報・購入はコチラ

きらめくストア  <https://kira-make.hepc.co.jp/>





好評発売中



モンドセレクション
優秀品質最高金賞
受賞

北海道大雪山 ゆきのみず

山々に抱かれて、やさしく磨かれた。

大雪山の恵みをいただく天然水。



550ml



ウォーキングのお供に

運動を思いきり楽しむための

「アミノバイタル[®]」



カラダを動かすと、たんぱく質から分解されたアミノ酸がエネルギー源として使われてしまいます。



快適な運動のためには、筋肉のエネルギー源となる

BCAAなどを含むアミノ酸サプリメントを、こまめに補給することが重要です



ウォーキングにおすすめ



「アミノバイタル[®] BCAAチャージ」ウォーター

水分
補給

暑さ
対策

に!

翌日に
残したくない
方に!



「アミノバイタル[®] GOLD」

すっきりおいしい
グレープフルーツ味!



500mlの水に溶かして飲む

ハイポトニック飲料

運動時に大切なアミノ酸1500mgと
不足しがちなミネラル、ビタミンが手軽に。

スティックに入った
顆粒タイプ

運動後の
リカバーに
おすすめ



携帯に便利!

ロイシン高配合BCAAを中心とする
9種類の必須アミノ酸4000mgを配合。

解析開始からカウントまで 5秒以内を実現[※]

※20℃環境および小学生～大人モードの初回ショックの場合

POINT 01 オートショックAED

POINT 03 大画面カラー液晶で救助者をサポート

POINT 02 バイリンガル機能

POINT 04 切替スイッチで未就学児へ対応



Prevention



Emergency



Hospital



自動体外式除細動器 AEDベネハート C2オート

販売名：BeneHeart Cシリーズ オートショック
医療機器承認番号：30500BZX00238000
一般の名称：非医療従事者向け自動除細動器
高度管理医療機器 特定保守管理医療機器



製品情報は
こちらQRコードより
ご覧ください



必要だ、といわれたことを、 実現する力。

AKTIOは、そもそもレンタルという発想がなかった
建設機械を「貸し出す」ことから始めました。

そしてそれは、お客様の相談にのりながらニーズに応える
「レンタル+コンサルティング=レンサルティング®」へつながり、
さらに、お客様が必要としている商品が世の中になければ、
「私たちが創る!」「お役に立つ方法を見つける!」と
新商品を開発するところまで、たどり着きました。

お客様の困りごとを解決するために。
私たちAKTIOが全力でサポートします。



見える景色が変わる、よろこびを。

AKTIO
建設機械レンタルのリーディングカンパニー

北海道を歩こう

大会参加者限定 割引キャンペーン



ma sports service

株式会社エムエーススポーツサービス
〒005-0802 札幌市南区川沿2条4丁目1番24号
TEL:011-573-6000 FAX:011-573-6006
営業時間 10:00~18:00 定休日:第2・4土曜日・日曜・祝日

ご来店ですらにお得!

本チラシを店頭にてご提示で、
さらに **5%割引!!**

キャンペーン割引の期限は2026年6月30日までとなっております。

YAHOO! JAPAN ショッピング

ご来店が難しい方はネットからもご購入可能です。価格は通常割引になります。各商品横のQRコードを読み込むとヤフーショップの当店のページに進みます。さらにお得にご購入したい場合は是非ご来店ください!

ノルディック・ウォークポール アグレッシブスタイル



健康維持から体力強化まで **本格的なウォーキングポール**

2段伸縮タイプ



- 素材: (シャフト)アルミ (グリップ)ナイロン (ストラップ)ポリエステル、ナイロン
- 重さ: 約230g/本 ● 原産国: 中国
- 調節範囲: 約85~127cm
- 最短短収納サイズ: 約85cm

商品番号 H-101 ~~¥13,200~~ **20%OFF**

¥10,450 (税込)

HATACHI. AGP アドバンスズーム2 (2本組)

YAHOO! JAPAN

ネット
ショッピング



ノルディック・ウォークポール ディフェンシブスタイル



初心者からシニアまで誰でも **気軽にノルディック・ウォーク!**

2段伸縮タイプ



初心者や足腰などに不安があるかたにオススメ。



各カラー、在庫に限りがございます。

- 素材: (シャフト)アルミ (グリップ)ナイロン (ストラップ)ポリエステル、ナイロン
- 重さ: 約285g/本 ● 原産国: 中国
- 調節範囲: 約85~117cm
- 最短短収納サイズ: 約88cm

マグネットジョイント



幅広ラバーで超安定感



HATACHI. DFPプログレッシブズーム2 (2本組)

YAHOO! JAPAN

ネット
ショッピング



商品番号 H-102 ~~¥11,990~~ **10%OFF**

¥10,780 (税込)

ウォーカーの必需品! ワールドマーチのウォーキングアイテム



大人気の高機能・軽量・冷涼ベスト

ウォーキング・アウトドアの必須アイテム



多機能ポケット: 前面に計6つのポケットを搭載。3つの異なるサイズのポケットでスマホや地図など収納可能。正面と背中に反射テープで、毎晩のウォーキング時も安心! 背中はメッシュ素材でムレにくくいつも快適!

サイズ: S~4L

商品番号 H-201

各カラー・サイズ、在庫に限りがございます。

~~¥9,240~~ **28%OFF**

¥6,600 (税込)

雨のウォーキングに必須の足カバー

防水 足スパッツ

レギュラーサイズ



ここが重要
靴ヒモ部分にカバー付き

商品番号 H-202

レギュラーサイズ (36cm)

~~¥2,200~~ **20%OFF**

¥1,760 (税込)

ロングサイズ (45cm)

~~¥2,750~~ **20%OFF**

¥2,200 (税込)

YAHOO! JAPAN

ネット
ショッピング



ma sports service

株式会社エムエーススポーツサービス

〒005-0802 札幌市南区川沿2条4丁目1番24号
TEL:011-573-6000 FAX:011-573-6006
営業時間 10:00~18:00 定休日:第2・4土曜日・日曜・祝日

おかげさまで発売70周年!!

雪印メグミルク

The taste has been loved in Hokkaido.

ソフト カツゲン



※写真は参考イメージです

ちよい 読み から 楽しむ。

「ちよい読み」とは、1日1記事から、
1日数分から気軽に楽しく新聞を読む方法。
ほんの数分でもいいんです。
続けることで、あなたの毎日は
確実に変わっていきます。



ASAHI SHINBUN

WEB公開中! 様々な楽しみ方や活用法がいっぱい

はじめての天声人語



これさえ読めば「天声人語」がわかる! 様々な読者の楽しみ方も紹介。老若男女におすすめの入門編。

年代別の「ちよい読み」



小学生親子に中高生、シニア世代。各年代にぴったりの新聞活用法を紹介。家族と一緒に使えるツールなんです。

ちよい読み 🔍



毎朝、1つの 発見を。

ニュース
田口 彩夏

ニュース
藤澤 達弥

天気
増田 毅史

スポーツ
五十幡 裕介

MC
土屋 まり

MC
福永 裕梨

イチ モニ!

ichioshi!
morning

月~金 あさ 6:00 土 あさ 6:30 & 9:30

ユメミル、チカラ  HTB



大野 恵



室岡 里美



福地 妃菜美

月~金 3:45~



依田 英将

森 唯菜

ニュース
News



気象予報士
神田 昭一

気象予報士
中川 未来

天気
Weather