

令和7年度諏訪湖 DE ウォーク開催要綱

1 イベント趣旨

期間中に各自諏訪湖周でウォーキングを行っていただき、運動習慣の定着と諏訪湖とのふれあい、諏訪湖の魅力再発見をしていただきます。参加者には参加内容に応じて参加記念品を贈呈します。

2 期 日

令和7年9月1日（月）～10月31日（金） （各自で実施をしていただきます。）

「諏訪湖の日プロジェクト」の協賛企画として参加します。

3 イベント内容

イベント期間中に各自でウォーキングを行っていただくイベントです。参加者には参加内容に応じて参加記念品を差し上げます。

○参加受付期間内に参加申し込みをしていただいた方に、記録用紙をお送りします。

○イベント期間中、ウォーキングを行ったら記録用紙に歩数を記入してください。

○ウォーキングは諏訪湖周を中心に歩いていただくようにお願いします。また、交通安全などに十分注意をしながら行ってください。

○記録用紙提出期間に記録用紙を提出した方には、素敵な参加記念品を差し上げます。

○月間累計歩数の上位ランキングを諏訪市ホームページで公表します。

4 参加資格

国籍、年齢、性別等は一切問いません。

5 定 員 500名

6 参加費 無料

7 申込方法

以下の2つの方法で申込みを受け付けます。

（1）直接申込みの方法

諏訪市役所 3F 地域戦略・男女共同参画課へお越しください。後日郵送にて記録用紙等をお送りいたします。

受付時間は、開庁日の午前8時30分から午後5時15分までです。なお、午後5時15分以降及び閉庁日は直接申込みを受け付けておりませんので、その他の方法でお申込みください。

（2）ながの電子申請サービスによる方法

諏訪市ホームページ (<https://www.city.suwa.lg.jp>) から「諏訪湖 DE ウォーク」と検索していただき、ながの電子申請サービスでお申込みください。後日郵送にて記録用紙等をお送りいた

します。

○受付期間 令和7年7月1日（火）～7月31日（木）

申込み数が定員に達し次第受付を終了とさせていただきます。

8 記録用紙の記入と提出について

（1）記入について

○イベント期間中、ウォーキングを行ったら記録用紙に歩数を記入してください。

（2）提出について

○記録用紙提出期間

令和7年10月31日（金）～11月10日（月）（必着）

○9月分と10月分をまとめて上記期間に記録用紙の提出をお願いいたします。また、あわせてアンケート用紙のご提出もお願いいたします。

○記録用紙は、諏訪市役所 3F 地域戦略・男女共同参画課へ直接提出していただくか、ながの電子申請サービス、郵送（送料はご負担ください。）にてご提出ください。参加記念品は、記録用紙の提出を受け付け次第、11月上旬より順次郵送にてお送りします。

9 参加記念品について

（1）参加記念品について

以下の参加記念品をご用意しております。

①9月分の記録用紙を提出していただいた方に、『クッキー引換券』『原田泰治美術館入館券』を差し上げます。

②10月分の記録用紙を提出していただいた方に、『すわっこランド入館券』を差し上げます。

※9月分と10月分の参加記念品は、記録用紙の提出を受け付け次第、11月上旬より順次郵送にてお送りいたします。

（2）クッキー引換券・原田泰治美術館入館券について

○引換券は、令和8年1月12日（月）までの有効期限となります。原田泰治美術館へお持ちいただくと、クッキーに引き換えることができます。クッキーは、数種類ある中からお好きなものを一つお選びいただけます。また、引換券裏面は原田泰治美術館入館券となっていますので、ぜひ入館して楽しみください

※原田泰治美術館営業時間・・・9時～17時（入館は閉館30分前まで）（休館日：月曜日（祝日は開館））

（3）すわっこランド入館券について

○入館券は、令和8年1月12日（月）までの有効期限となります。諏訪湖周を歩いたあとに、ぜひお立ち寄りください。

※すわっこランド営業時間・・・10時～22時（休館日：毎週木曜日）

10 市ホームページへのランキング掲載について

- 記録用紙を提出期間中に提出していただいた方の中から、月間累計歩数とイベント期間累計歩数の上位ランキングを諏訪市ホームページで公表します。
- ホームページにランキングを掲載する際は、参加者番号（希望により氏名またはニックネーム）と歩数のみ掲載予定です。
- ホームページに掲載しても良いウォーキング中の写真などがありましたら、随時担当課へメールでお送りいただくか、直接お持ちいただく、または記録用紙提出時にご同封ください。

11 免責事項

- 個人で行っていただくイベントであるため、主催者による傷害保険は適用されません。本イベントにおける疾病や事故等に対し、主催者は一切の責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。
- ウォーキングは、各々が十分な体調管理をしたうえで、必要に応じて水分や塩分摂取をしながらそれぞれのペースで無理なく行ってください。体調に少しでも異変を感じた際は直ちに中断してください。また、交通安全には十分注意をして行ってください。

12 今後について

運動習慣の定着と諏訪湖とのふれあい、諏訪湖の魅力再発見を目的に「諏訪湖一周ウォーク」から始まりました「諏訪湖 DE ウォーク」も今年度で 30 回目の節目を迎えました。これまでの開催を通じて、諏訪湖周辺の整備された環境下で歩く機会も定着してきており、諏訪湖周辺の風景や空気感、観光施設等を身近に感じていただくこともできましたので、期間を定めての「諏訪湖 DE ウォーク」は、今年度をもって終了となります。多くの皆様にご参加いただき、誠にありがとうございました。