

第28回

海の京都 2019



海の京都

コースの見所
お得情報もいっぱい
詳しくは中を見てね!

健康

天橋立ツデーウオーク

2019年9月28日(土)・9月29日(日)

27km・19km・12km・6km・ガイドW

23km・10km・6km・ガイドW

- ◇国際・日本市民スポーツ連盟認定大会
- ◇オールジャパンウオーキングカップ京都大会
- ◇近畿マーチングリーグ公式大会
- ◇美しい日本の歩きたくなるみち500選公式大会

スポーツクジ



スポーツ振興くじ助成事業

天橋立ツデーウオーク会場案内図



小学生以下無料

汽船・ケーブルカー等に乗れるコースもあります。

■宮津への交通のご案内■

- 鉄道ご利用の場合 (京都丹後鉄道宮津駅から中央会場は徒歩約10分)
【東京・名古屋方面から】JR京都駅→JR山陰本線→京都丹後鉄道宮福線……約1時間50分
【大阪・姫路・岡山方面から】JR大阪駅→JR福知山線→京都丹後鉄道宮福線……約2時間10分
- 自家用車ご利用の場合 綾部宮津道路宮津天橋立I.C.より約2km(約5分)

※駐車場は「宮津市観光交流センター立体駐車場(宮津市字浜町3006)」をご利用ください。
(参加者無料) 9/28は午前6時～午後11時、9/29は午前7時～午後11時利用可。

【主催】天橋立ツデーウオーク実行委員会／宮津市／一般社団法人日本ウオーキング協会／NPO法人京都府ウオーキング協会

お申込み先

宮津市観光交流センター(天橋立観光協会)

〒626-0012 京都府宮津市字浜町3007番地(道の駅内)
TEL 0772-25-1382 FAX 0772-45-1388
受付時間: 午前9時～午後6時

お問合せ先

宮津市健康福祉部健康・介護課健康増進係

〒626-8501 京都府宮津市字浜町3012番地(ミッブル4階)
TEL 0772-45-1624 FAX 0772-22-8438
E-Mail: k-zousin@city.miyazu.kyoto.jp

第28回 天橋立ツデーウオーク開催要項

開催日 令和元年9月28日(土)・29日(日)

会場(スタート・ゴール) 島崎公園(京都府宮津市宇島崎2007-6)

参加資格

健康な方ならどなたでもご参加いただけます。(ただし、小学生以下は保護者等の同伴が必要です。)

参加費

区分	10km以上のコース ガイド付ウオーク		6 kmコースのみ		
	事前	当日	事前	当日	
大人	18歳以上	1,500円	2,000円	500円	1,000円
	65歳以上の 宮津市民	500円	1,000円	500円	1,000円
小人	中学生・高校生	500円	1,000円	500円	1,000円
	小学生以下	無 料			

- ※1日参加でも2日参加でも料金は同じです。
- ※ガイド付ウオークは事前申込みのみ。当日受付は行いません。
- ※大会当日(9.28)の年齢でお申し込みください。
- ※参加を取り消されても料金はお返しできませんのでご了承ください。

参加申込期間

- 事前申込 令和元年6月20日(木)～8月31日(土)
※9月1日以降は当日申込となります。
- 当日申込 会場で当日受付します。

持ち物

- 健康保険証、雨具、コップ(水筒)など
- ※コース上には湯茶を用意している場所がありますが、紙コップは用意しておりません。
- ※事前申込みをされた方は、
 - ①郵便振替申込みの方……………払込票兼受領証
 - ②インターネット申込みの方……申込み完了メールの写し
 - ③直接申込みの方……………領収書
 を必ずご持参ください。
⇒受付する際に必要となります。

注意事項

- 大会実行委員会では、屋弁当の斡旋を行いません。コース上の飲食店及び、中央会場等の模擬店をご利用ください。
- 当大会において次の認定大会表彰受賞者となられる方は、払込取扱票「備考欄」等で事前に事務局までお知らせください。
 - ・オールジャパンウオーキングカップ
 - ・近畿マーチングリーグ
- 基本的に雨の場合も中止はいたしません。台風、大雨、強風など警報が発令された場合、又は不慮の災害が生じた場合は中止することもあります。天気予報には十分ご注意ください。開催が危惧される場合は実行委員会事務局(宮津市健康・介護課健康増進係 TEL 0772-45-1624)へお問合せください。また、中止する場合などは宮津市ホームページ(<http://www.city.miyazu.kyoto.jp/>)にも情報を掲載しますのでご確認ください。なお、中止の場合でも参加費はお返しできませんのでご了承ください。参加者は万全な健康管理のもとに参加してください。万一、事故が発生した場合、主催者は傷害保険の範囲内及び応急処置以外の責任は負いませんのでご了承ください。

記念品等

- ゼッケン、コースマップ、大会バッジ、大会誌、記念品
- ※すべて当日のお渡しとなります。
- ※小学生以下は、ゼッケン、コースマップ、大会バッジのみとなります。

宿泊斡旋

- 9月27日(金)～9月29日(日)の宿泊の斡旋を行っています。
- 申込方法は右ページをご覧ください。
- 宿泊先が決まり次第、郵送にてお知らせいたします。

種別	宿泊施設の種類の	宿泊料金(1人あたり)
A	1人部屋 民 宿	8,700円～9,300円
B		12,960円
C		18,360円
D	2人部屋 民 宿	8,200円～8,500円
E		10,800円
F		16,200円
G	相部屋 民 宿	8,200円～8,500円

- 宿泊施設の割り振りについて
 - ・参加されるコース、交通手段(送迎の有無)によりこちらで宿泊施設を割り振らせていただきますのでご了承ください。なお、施設定員の都合により、ご希望に添えないことがあります。特に1人部屋につきましては、部屋数に限りがありますので、ご希望に添えない場合があります。
- 宿泊料金について
 - ・上記金額は、基本的に1泊2食付、消費税・サービス料込の料金です。ただし、別途入湯税の必要な施設もありますのでご了承ください。
 - ・9月28日(土)のみの宿泊の場合は、上記宿泊料金より高くなる場合があります。
 - ・宿泊料金は、宿泊施設にて直接お支払いください。(予約金は不要です。)
 - ・宿泊料金のお支払いは現金のみとなります。カードでのお支払いはできません。
 - ・宿泊申込みを取り消される場合は、9月21日(土)までに宮津市観光交流センター(天橋立観光協会)(TEL 0772-25-1382)までご連絡ください。それ以降の取消しはキャンセル料が必要です。
- 送迎について
 - ・送迎の時間・連絡方法等については、個別に宿と調整してください。
 - ・実行委員会では、中央会場～京都丹後鉄道「宮津駅」のシャトルバスのみ運行いたします。(9/28・9/29)
- その他
 - ・夕食の都合がありますので、チェックインのお時間を宿泊施設にご確認ください。
 - ※2人部屋は2人でお申し込みください。3人以上で同一の部屋を希望される場合は、払込取扱票の「備考欄」にその旨をご記入ください。

【事前申込方法】

JTBスポーツステーション
QRコード↓



① 郵便振替でのお申込み

下記の記入例に従い、払込取扱票に記入の上、最寄の郵便局からお申込みください。

② インターネットでのお申込み

JTBスポーツステーション <https://jtbSports.jp> にアクセスしてください。〔天橋立ツーデーウォーク〕で検索)

③ 直接申込み

宮津市観光交流センター(浜町)、または、宮津市役所健康・介護課健康増進係(福祉・教育総合プラザ・ミッブル4階)の窓口へ直接お越しください。

〔記入例〕

00 大阪		払込取扱票	
口座記号番号		金額	
00970-8-202960		2000	
加入者名 天橋立ツーデーウォーク実行委員会		料金 備考	
代表者住所(〒626-8501) 京都府宮津市字柳縄手345-1 TEL 0123-45-6789		コース	
※ご依頼人 橋立太郎 (65歳 男) 9/27(出) 6・12・19・27・ガイドW 橋立花子 (63歳 女) 9/29(日) 6・10・23・ガイドW		宿泊 喫煙 禁煙 交通手段 E E 禁煙 禁煙 禁煙 禁煙 自家用車 自家用車	
参加費 大人 1,500円×1人 = 1,500円 中学生・高校生 500円×1人 = 500円 65歳以上の宮津市民 500円×1人 = 500円 小学生以下 0円×1人 = 0円 6kmのみ 500円×1人 = 500円 合計 2,000円		日附印	

裏面の注意事項をお読みください。(ゆうちょ銀行) (承認番号大第45518号)
これより下部には何も記入しないでください。

振替払込請求書兼受領証

00 大阪		振替払込請求書兼受領証	
口座記号番号		金額	
00970-8-202960		2000	
加入者名 天橋立ツーデーウォーク実行委員会		おなまえ 橋立太郎	
ご依頼人 橋立太郎		日附印	
料金 備考		消費税込	

この受領証は、大切に保管してください。

大会当日(R1.9.28)の年齢をご記入ください。

認定大会受賞者、ノルディック、インターバル希望などは、こちらの備考欄にご記入ください。

宿泊の斡旋を希望される方は記入してください。

※3名以上で申し込まれる場合は、参加者名と必要事項を記入したものを別途FAX等で、宮津市観光交流センター (FAX:0772-45-1388) または実行委員会 (FAX:0772-22-8438 e-mail : k-zousin@city.miyazu.kyoto.jp) までお送りください。
※参加費無料の小学生以下の方についてもお申し込みください。

当日の参加券となりますので、当日必ず受領証をご持参いただき、受付でご提示ください。

払込取扱期間 8月31日(土)まで

事前申込書

00 大阪		払込取扱票	
口座記号番号		金額	
00970-8-202960		2000	
加入者名 天橋立ツーデーウォーク実行委員会		料金 備考	
代表者住所(〒 -) TEL -		コース	
※ご依頼人 橋立太郎 (65歳 男) 9/27(出) 6・12・19・27・ガイドW 橋立花子 (63歳 女) 9/29(日) 6・10・23・ガイドW		宿泊 喫煙 禁煙 交通手段 E E 禁煙 禁煙 自家用車 自家用車	
参加費 大人 1,500円×1人 = 1,500円 中学生・高校生 500円×1人 = 500円 65歳以上の宮津市民 500円×1人 = 500円 小学生以下 0円×1人 = 0円 6kmのみ 500円×1人 = 500円 合計 2,000円		日附印	

裏面の注意事項をお読みください。(ゆうちょ銀行) (承認番号大第45518号)
これより下部には何も記入しないでください。

振替払込請求書兼受領証

00 大阪		振替払込請求書兼受領証	
口座記号番号		金額	
00970-8-202960		2000	
加入者名 天橋立ツーデーウォーク実行委員会		おなまえ 橋立太郎	
ご依頼人 橋立太郎		日附印	
料金 備考		消費税込	

この受領証は、大切に保管してください。

記載事項を訂正した場合は、その箇所に訂正印を押してください。

ウォーキング + α

宮津・天橋立を 満喫しよう!

宮津・天橋立観光のお問合せは

天橋立観光協会

電話 0772-22-8030

掲載しているもののほか、宮津・天橋立を楽しんでいただけるお得なチケット、オプションツアーも多数あります。ウォーキング+宮津・天橋立観光で、旅の計画をしてみてください！

※詳しくは、観光協会ホームページをご覧ください。URL: <http://www.amanohashidate.jp/>



宮津・天橋立エリアで利用できる、お食事クーポン好評発売中！

宮津・天橋立お食事クーポン

特典
内容

- 通常価格より安い(最大415円引き)
- サービスが付いてくる(デザート・飲み物など)
- クーポン特別メニューなどお店により様々

販売
場所

- 天橋立駅観光案内所 営業時間 / 9:00~18:00
- 天橋立観光情報ステーション 営業時間 / 10:00~16:30
- 宮津市観光交流センター 営業時間 / 9:00~18:00



1 クーポン販売所でお食事クーポン購入

2 お食事クーポンメニューから行きたいお店をチェック

3 お食事クーポンを使ってお得なメニューで大満足!!



世界で最も美しい湾クラブ
京都宮津湾・伊根湾クラブ

2016年に「持続可能な環境保全と観光振興」を
推進するNGO「世界で最も美しい湾クラブ」に
加盟。



JAPAN HERITAGE
日本遺産

日本遺産

「荒波を越えた男たちの夢が紡いだ異空間～北前船寄港地・船主集落」
平成30年5月、宮津市では旧三上家住宅など9の構成文化財が認定。

日本遺産

「1300年つづく日本の終活の旅～西国三十三所観音巡礼～」
今年5月に認定。コースにもなっている成相寺は第28番札所です。

(ご注意)

・この用紙は、機械で処理しますので、金額を記入する際は、枠内にはっきりと記入してください。また、本票を汚したり、折り曲げたりしないでください。

・この用紙は、ゆうちょ銀行又は郵便局の払込機能付きATMでもご利用いただけます。

・この払込書を、ゆうちょ銀行又は郵便局の渉外員にお預けになるときは、引換えに預り証を必ずお受け取りください。

・この用紙による、払込料金は、ご依頼様が負担することとなります。
・ご依頼様からご提出いただきました払込書に記載されたおとところ、おなまえ等は、加入者様に通知されます。

・この受領証は、払込みの証拠となるものですから大切に保管してください。

収入印紙

課税相当額以上

貼 付

印

この場所には、何も記載しないでください。

コース紹介

9月28日(土)

コース	受付開始	出発式	スタート
27km 歴史・自然満喫コース 島崎公園 → 盛林寺 → 魚っ知館 → 海洋高校 → 島崎公園	7:00	7:45	8:00
19km 栗田半島コース 島崎公園 → 魚っ知館 → 海洋高校 → 島崎公園	8:00	8:45	9:00
12km ガラシャコース 島崎公園 → カトリック宮津教会 → 盛林寺 → 金引の滝 → 旧三上家住宅 → 島崎公園	9:00	9:45	10:00
6km まちなか散策コース 島崎公園 → カトリック宮津教会 → 金引の滝 → 旧三上家住宅 → 島崎公園	9:00	9:45	10:00

9月29日(日)

コース	受付開始	出発式	スタート
23km 成相寺・阿蘇海健脚コース 島崎公園 → 天橋立 → (ケーブルカー・リフト) → 傘松公園 → 成相寺 → 丹後郷土資料館 → 島崎公園	8:00	8:45	9:00
10km 天橋立松並木コース 島崎公園 → 天橋立 → (ケーブルカー・リフト) → 傘松公園 → (汽船) → 文珠 → 島崎公園	9:00	9:45	10:00
6km 飛龍観歴史散策コース 島崎公園 → 文珠 → (モノレール・リフト) → 天橋立ビューランド → 日吉神社 → 島崎公園	9:00	9:45	10:00



ガイド付ウォーク

定員：各25名

事前申込のみの受付で各25名定員(先着順)としますので、申込状況を実行委員会事務局(宮津市健康増進係)にご確認の上、お申し込みください。両コースともスタート・ゴールは島崎公園です。

【9月28日(土)】細川忠興・ガラシャゆかりの地を巡る

●スタート時刻 9:00 (受付8:00～ 出発式8:45)

●コース 約10km (所要時間 約3時間20分)

明智光秀を主人公としたNHK大河ドラマ「麒麟が来る」が来年放映。宮津は光秀の娘ガラシャ(玉)が細川忠興の妻として入国し、新婚生活を過ごした地です。コースでは八幡山城跡、ガラシャ像、盛林寺などゆかりの地を巡ります。

※傾斜のきつい山道を30分程度歩きます。また、未舗装の土道ですので、天候によってはコース変更する場合があります。

【9月29日(日)】雪舟 天橋立図を歩く

●スタート時刻 9:00 (受付8:00～ 出発式8:45)

●コース 約14km (所要時間 約5時間30分)

雪舟の天橋立図に描かれた智恩寺や籠神社などを巡ります。また、傘松公園から天橋立を眺望していただき、汽船にも乗船します。



八幡山城跡からの風景



健康ウォーキング講座

※別途12km・10km・6kmのいずれかのコースへお申し込みください。

◆インターバル速歩体験講座

日時：9月28日(土) 9時10分～

○脚筋力の増強に効果的で、介護予防に役立つ新しい健康運動法を体験してみてください。

○30分程度の説明の後、講師は、12km(ガラシャコース)を歩きます。

現在、本市で展開している「宮津市健康づくり運動」の一環として、通常のコースウォーキング以外に下記の二つの講座を開講します。

講座の受講を希望される方は、払込取扱票の「備考欄」にインターバル希望又はノルディック希望と記入してください。ノルディックを希望される方はレンタルボールの要(500円)・不要を記入してください。

◆ノルディックウォーキング体験講座 (定員30人)

(レンタルボール有：別途500円)

日時：9月29日(日) 9時10分～

講師：NPO法人 Sports Club RAINBOW

指導者 宮田 和宏氏

- ・JNWA 上級インストラクター
- ・JNFA アドバンスインストラクター
- ・JNWL 公認指導員

○介護予防や生活習慣病予防に効果があることで話題のノルディックウォーキングを体験してみてください。

○30分程度の説明の後、講師は、10km(天橋立松並木コース)を歩きます。

コース内の主な見所・名所

該当コースにご参加の方

無料

このページでご紹介しているものは、汽船やケーブルなど乗り物のほか、普段は有料の施設もありますが、該当コースに参加される方は、全て無料です。
※なお、無料になるのは、入場料や乗車賃で、施設内の有料サービスの利用には別途料金が必要です。
(天橋立ビューランドの有料遊具など)

中央会場では



宮津のキャラクター「ガラシャちゃん」「たあくん」。皆さんをお迎えます

宮津市歴史資料館

(中央会場横のみやつ歴史の館4階)

城下町・港町として賑わった宮津の歴史、暮らし、文化を紹介。休館中の施設ですが、9月28日、9月29日は特別に開館します。

1日目 27km
1日目 19km



魚っ知館(水族館)

海中散歩気分で見学できる大水槽などで、丹後周辺に生息する多数の魚等を展示。

1日目 27km
1日目 12km



盛林寺

天正5年(1577年)に創建の古寺。境内裏には細川ガラシャの元に届けられ、供養されたとされる明智光秀の首塚もあります。

1日目 (9/28)

1日目 12km
1日目 6km

旧三上家住宅



江戸時代の商家で国の重要文化財。北前船で財をなした「元結屋」三上家の邸宅で日本遺産の構成文化財。

1日目 12km
1日目 6km

金引の滝



高さ約40m、幅約20m。日本の滝100選にも選ばれている名瀑です。

1日目 12km
1日目 6km

カトリック宮津教会



明治29年に建築。国内の現役の聖堂では一番古いといわれています。現在修繕工事のため、外観のみ見学可能。また、教会そばの広場では細川ガラシャ像をご覧いただけます。



2日目 23km
2日目 10km



天橋立傘松公園イメージキャラクター「かさぼう」

2日目 (9/29)



2日目は全てのコースで天橋立股のぞきが楽しめるよ!



ケーブルカーで天橋立傘松公園へ

天橋立傘松公園からの天橋立の眺めは「昇龍観」と呼ばれています。ケーブルカーのほか、リフトもあり、どちらに乗りいただいても結構です。公園では「かさぼう」が、皆さんをお出迎えます。

2日目 23km

丹後郷土資料館



光秀・幽斎・忠興連署禁制

京都府北部の歴史・考古・民俗資料を展示。企画展「光秀と幽斎～丹波・丹後の攻防と支配～」を開催中。

2日目 23km



2日目 23km

2日目 10km

天橋立



潮風を感じながら日本三景天橋立(松並木)をウォーキング。

2日目 10km

天橋立観光船



天橋立に沿って運航する観光船。府中～文珠間を12分で結びます。

2日目 23km
2日目 10km



元伊勢籠神社

丹後国一宮。伊勢神宮に奉られる天照大神、豊受大神がこの地から伊勢に移されたという伝承から「元伊勢」と呼ばれる古社。

2日目 6km

モノレールで天橋立ビューランドへ



天橋立ビューランドからの天橋立の眺めは「飛龍観」と呼ばれています。モノレールのほか、リフトもあり、どちらに乗りいただいても結構です。※園内には、観覧車やゴーカーなどの遊具もあります(有料)



ビューランドキャラクター皆さんをお出迎えます!