

報道機関 各位

いきいき市民活動情報

市内の（一社）総合型スポーツクラブ てらスポから、お薦めのイベントに関する情報が寄せられました。

については、下記のとおり概要をお知らせしますので、ぜひ、長岡市民の「市民力」や「地域力」を生かした活動を、貴社で取材くださいますようお願いします。

標 題	わしま・てらどまりを歩こう！ 秋を楽しむウオーキングを開催
日 時	10月5日（日）午前9時から 雨天決行（荒天時は中止）
場 所	道の駅良寛の里わしま（長岡市島崎 5713 番地 2）
内 容	1 イベント内容（詳細は別紙チラシのとおり） 秋のわしま・てらどまりを楽しむウオーキングイベント。 年齢を問わず誰でも気軽に参加でき、秋風を感じながら爽快感を味わうことができます。 2 コース ① ゆったり 3 km コース（団体歩行） 良寛の里わしまを中心に、はちすば通りなどを歩くコース。 アトラクションでウオーケラリーも楽しめます。 ② たっぷり 13.5 km コース（自由歩行） 田園風景を楽しみながら、トキと自然の学習館、海岸線などをたっぷり歩くコース。 3 参加費 500 円 ※中学生以下 300 円 4 定 員 100 人 5 申込締切 9 月 30 日（火）
問 い 合 せ	（一社）総合型スポーツクラブ てらスポ 電話 0258-86-6719
情報提供課名	スポーツ振興課 中山 電話0258-32-6117

わしま・てらどまりを歩こう!



秋を楽しむ ウォーキング



コース
1

ゆったり3kmコース

団体
歩行

良寛の里わしまを中心に、
はちすば通りなどを歩くコースです。
アトラクションでウォークラリーも楽しめます。

コース
2

たっぷり13.5kmコース

自由
歩行

田園風景を楽しみながら、
トキと自然の学習館、
海岸線などをたっぷり歩くコースです。

2025.
10/5 日

雨天決行
(荒天時は中止)

お昼に道の駅で長く愛されている
昼食セット(おにぎり・豚汁)をご予約できます。



- 受付開始 8:45～
- 開会式・準備運動・ウォーキング指導 9:00～
- スタート 9:30～

■参加費:500円 ※中学生以下300円

■定員:100名

■申込方法:お電話もしくはQRコードにて

■申込締切:9/30(火)



お申し込みは
こちらから

集
合
場
所

道の駅
良寛の里わしま



主催/問合せ

(一社)総合型スポーツクラブ てらスポ TEL. 0258-86-6719

■共催 道の駅良寛の里わしま、寺泊スポーツ協会 ■協力 わしまコミュニティ協議会、長岡市寺泊地域スポーツ推進委員



〈道の駅 良寛の里わしま〉

当時で築170年の古民家を移築した道の駅。自然の中に生きた良寛さんの心を感じることができます。地元の特産品をはじめ、併設されたスイーツショップ「ひふみ堂」では、手作りにこだわったオリジナルスイーツをお楽しみいただけます。



落ち着いた雰囲気のお休み処



地元産にこだわった野菜や果物



越路産のそば粉を使用した十割そば



ガンジーソフト
わしまブルーベリー

