



TOKIWALK~ときわだいらの森をあるこう~ 秋のウォーキングイベントを開催

松戸市では、令和4年に内閣府から選定された「SDGs 未来都市」の取組みの一環として、誰もが気軽に常盤平団地エリアの豊かな緑を楽しめる健康プログラム「TOKIWALK（トキウォーク）~ときわだいらの森を歩こう~」の設置・活用を図っています。

この度、TOKIWALK 活用の輪を広げていくため、どなたでも参加いただけるウォーキングイベントを開催します。

- 開催日時 令和7年9月20日（土）
10時～12時（9時50分集合）

※悪天候の場合は中止

- 集合場所 常盤平団地東集会所
（松戸市常盤平4丁目17）

京成電鉄松戸線五香駅より徒歩9分

※当日、会場内に駐車場のご用意はございませんので、最寄り駅より徒歩でお越しいただくか、車でお越しの場合は会場周辺の一般駐車場をご利用ください。

- 対象 どなたでも可（参加無料）

- 内容 ・歩きたい距離に合わせたグループ分け
・グループごとのウォーキング（約40分程度）
・ウォーキング中に発見した常盤平の見どころ共有 など

※イベント終了後、希望者を対象とした交流会を開催（12時30分頃まで）

- 定員 20名（要申込・先着順）

- 申込方法 専用申込フォームよりお申込みください。

<https://forms.office.com/r/vfenWNVayd>



申込フォーム

- 実施体制 本事業は、千葉大学予防医学センターと松戸市の共同研究の一環として、UR 都市機構の協力を得て実施しています。



望のひろばに設置されたチェックポイント
（歩幅計測プログラム）

【本件に関する問い合わせ先】

〒271-8588 千葉県松戸市根本387番地の5

松戸市総合政策部政策推進課 SDGs 推進担当室

☎047-704-4006 FAX047-366-1204

✉ mcsdgssuisin@city.matsudo.chiba.jp



トキウォーク TOKIWALK

ときわだいらの森をあるこう

秋のウォーキングイベント

TOKIWALK は常盤平を歩いて楽しむ健康プログラムです。



10月25日に開催の
「ときわだいらの森ふれあいフェア」
では、ポールウォーキングで巡る
TOKIWALK イベントを実施します。
詳細は、本イベント当日にご案内いたします。



参加
無料

日時

2025年 **9月20日(土)**

開始 **10:00** - 終了 **12:00**

集合 **9:50** 悪天候の場合は中止

イベント終了後、参加をご希望の方を対象に、
交流会を開催します。(～ 12:30 頃まで)

集合

常盤平団地 **東** 集会所
千葉県松戸市常盤平4丁目17

お申し込みはこちら

団地にお住まいの方は団地自治会
からもお申し込みいただけます。
(定員 20 名・先着順)



- ・歩きたい距離に応じてグループに分かれ、体力に合わせて無理のないペースで常盤平のまちを歩きます。
- ・約 40 分間のウォーキングの後には、各グループで発見した常盤平の見どころを、みんなで楽しく共有します。

早秋の常盤平と一緒に歩いてみませんか？



松戸市 総合政策部 政策推進課
SDGs推進担当室

☎ 047-704-4006



まつど健康マイレージ
5 マイル

まつど健康マイレージ
5 マイル付与の対象です



松戸市



CHIBA
UNIVERSITY



UR 都市機構

常盤平団地エリアを歩いて楽しむ健康プログラムです



常盤平団地は 1960 年に最初の入居が始まりました。それから 60 年以上の時を経て、暮らしに寄り添い育まれた豊かな自然は地域の宝物となっています。TOKIWALKは、この豊かな自然を感じながら、地域を歩くことを楽しむ健康プログラムです。この取組みは、松戸市、千葉大学、UR都市機構との連携により推進しています。



ウォークラリープログラム

チェックポイントを歩いて巡ることで、楽しみながら日々の歩数を増やす健康プログラムです。チェックポイントの二次元コードをLINEアプリで読み取ることでスタンプを取得できます。気軽に1箇所から巡ってみてください。



歩幅計測プログラム

10歩の歩幅を計測し、歩幅を意識するためのプログラムです。二次元コードをアプリで読み取ると計測した歩幅から健康増進に関するメッセージを確認できます。あなたの歩幅を測ってみましょう！



ワークショップ・イベント

TOKIWALKに関連するワークショップやイベントを開催しています。ワークショップには中学生から高齢の方まで幅広い年齢層の方にご参加いただいています。イベントに参加して、みんなで楽しく常盤平エリアを歩きましょう！

【安全上の注意点】

- ・ウォークラリーは、その日の体調に合わせて、無理をせずに歩きましょう！
- ・歩幅計測では、無理をせず、普段通りの歩幅で、測定してください。
- ・マットが濡れていたり、破れている時は使用をお控えください。