

アンケート Questionnaire

アンケートにご協力願います。

アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で50名様に1,000円分のマナカチャージ券をプレゼントします。

問1 あなたの年齢はおいくつですか。

()歳

問2 スタート駅までの交通手段は何でしたか。(該当するものをすべて選んでください)

①市バス・地下鉄乗り継ぎ ②市バスのみ ③地下鉄のみ ④名鉄電車 ⑤名鉄バス
⑥徒歩・自転車 ⑦その他()

問3 ご利用になった乗車券の種類は何でしたか。

①現金または普通券 ②定期券 ③マナカ(定期外利用) ④TOICA等の交通系ICカード(定期外利用)
⑤ドニチエコきっぷ ⑥一日乗車券 ⑦敬老バス ⑧福祉乗車券 ⑨利用していない
⑩その他()

問4 本ウォーキングイベントを何で知りましたか。(該当するものをすべて選んでください)

①市バス・地下鉄車内のポスター ②駅等に掲出されているポスター ③駅等で配布したチラシ
④交通局ニュース ⑤交通局ウェブサイト ⑥広報なごや ⑦テレビ ⑧ラジオ ⑨新聞
⑩家族・知人から聞いた ⑪敬老バスの交付案内または更新案内に同封のチラシ
⑫その他()

問5 今回のウォーキングに参加したことをきっかけに、今後の市営交通利用はどのように変化しそうですか。

①月()回程度増えそう ②変わらない ③月()回程度減りそう

問6 本ウォーキングイベントの良かった点はどこですか。(該当するものをすべて選んでください)

①人混みに行かなくてよいところ ②距離がちょうどよい ③見どころがよい
④自分の都合に合わせて歩けるところ ⑤問題を解きながら歩けるところ ⑥懸賞 ⑦協賛店の特典
⑧その他()

問7 協賛店舗は利用されましたか。

①利用した ②利用していない

問8 次のうち、参加してみたいウォーキングの距離はどの位ですか。今回の距離は表紙に記載しています。
(該当するものをすべて選んでください)

①5km未満 ②5～6km ③7～8km ④9～10km ⑤10km超

問9 次のうち、抽選プレゼントに応募してみたいと思う賞品はどれですか。
(該当するものをすべて選んでください)

①マナカチャージ券 ②スマートウォッチ ③体組成計 ④ワイヤレスイヤホン
⑤その他()

問10 本ウォーキングイベントが無かったら、どのように過ごしていましたか。

①市バス・地下鉄を利用して他のイベントや買い物などに出かけた
②市バス・地下鉄を利用せず他のイベントや買い物などに出かけた
③出かけずに家にいた ④その他()

問11 その他、本ウォーキングイベントに関してお気づきの点がありましたら、ご自由にお書きください。

以上で終了です。ご協力ありがとうございました。

◎ 協賛情報 ◎

A ベーリング プラント

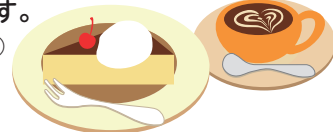
【営業時間】 9:00～18:00

【定休日】 月曜日、第二火曜日

(曜日によって変更する可能性が御座います。
詳細はInstagramにて告知)

私たちは美味しいコーヒー、美味しい
食事、美味しいお菓子が好きな人
の集まりです。私たちが「美味しい!」
と感じるものを、毎日コツコツ作り上
げています。

マナカ:○



特典

1ドリンクオーダーにつき
お茶菓子1つ
プレゼント

特典を受ける際の注意事項

・本コースマップ1枚につき1名が対象となります。 ・特典を受ける場合は、本コースマップの提示が必要です。
・施設・店舗は定休または休業、営業時間が変更となる場合もございます。 ・特典提供期間は協賛施設・店舗によって異なります。
・表示価格は、注記なき場合は税込です。

B AM'PHORA

(アンフォラ)

【営業時間】

水・金・土・日 11:00～21:30(21:00 LO)

月・木 11:00～16:00(15:30 LO)

【定休日】火曜日 ※3/17-19臨時休業

和風タラカル
ボをはじめとし
た、タラコの和
風パスタシリ
ーズは大人
気!また、トマト



特典

パスタ100円引き
(1枚あたり4名様まで)

C ici(イシ)金山 サラダボウル&コーヒー

【営業時間】 8:30～15:00

【定休日】

水曜日・日曜日・不定休

(Instagramにて告知)



こだわりのエスプレッソコーヒーと
無添加サラダボウルのお店です。
挽き立てのコーヒーと無添加サラダ
を是非お試しください。

特典

サラダ・ドリンク全品
100円引き
(モーニング・セットメニュー除く)

【健康づくりコラム】【ウォーキング効果を高めるために】 執筆者のご紹介

皆さんこんにちは。3月からコースの監修をさせていただくことになりまし
た名古屋市立大学大学院理学研究科 高石です。大学では応用生理学、
健康科学を専門としています。
このたび、「健康づくり」の視点からアドバイスをさせていただくことにな
りました。

別途、健康づくりにかかわる情報発信をしていますので
(<https://www.nsc.nagoya-cu.ac.jp/~takaishi/TOKIMEKI/Nagoya-Walk.html>またはQRコード)、こちらをご覧ください。



名古屋市立大学大学院
理学研究科 高石鉄雄教授



注 意 事 項

◎ウォーキングのマナーや交通ルールを守りましょう。

- ・交通ルールを必ず守りましょう。
- ・歩道を横に広がって歩くのは他の歩行者や通行車両の迷惑です。
- ・ゴミは各自でお持ち帰りください。
- ・歩きながらの喫煙は危険です。
- ・自然や動植物、歴史的建造物を大切にしましょう。
- ・住宅街の中を歩く時は、静かに歩きましょう。
- ・こまめに水分補給し、体調管理に気を付けましょう。

※ウォーキング参加中の事故や、参加者が他に与えた
損害等について当局は一切の責任を負いません。



お問い合わせ先

名古屋市交通局乗客誘致推進課

(土・日・祝・年末年始を除く 8:45～17:30)

TEL.052-972-3816

FAX.052-972-3817

2024 春 駅 から 始まる

ヒラメキさんぽ

Hirameki Sanpo

2024
開催期間

3.1

2024

3.31

スタート
瑞穂区役所駅

ゴール
鶴舞駅

問題を解いてうれしいプレゼント!

アンケートに
お答えいただいた方
の中から各コース
抽選で50名様に
1,000円分の
マナカチャージ券を
プレゼント!

春も好きな 時間に楽しく ウォーキング!

約7km・約1時間45分

【健康づくりコラム】

近代末期の歴史に触れる散歩道

今回のコースは、全長約7km、ほぼ平坦で比較的歩
きやすいコースです。標準的な日本人60代男女(
男性:167cm, 67kg;女性154cm, 55kg)に予想さ
れる「歩数」と「歩行分の消費エネルギー」は、それ
ぞれ10,000歩-300kcal、11,000歩-250kcal程度。
メタボ予防に適した運動と言えます。途中にある2つ
の坂道を少し頑張ることで、脚力と心肺機能アップ
に有効なエクササイズウォーキングになります。

名古屋市立大学大学院
理学研究科 高石

「杉原千畝 人道の道」と鶴舞公園の春色を感じるコース

スタート

瑞穂区役所駅

メモリアル
センポ・スギハラ・

〽外交官としての千畝〽
人道の道

〽五中街道〽
人道の道

〽父の転勤と千畝〽
人道の道

〽小学校時代の千畝〽
人道の道

鶴舞公園

ゴール
鶴舞駅

ますます使いやすくなった【敬老バス】で、楽しくお出かけしませんか?



下の問いの回答欄をすべてひらがなで埋めてください。マップ上の★の近くにはヒントになる銘板等があります。



問題
Question

* 参加方法 *



- 市バス・地下鉄に乗ってスタート駅へ。
- スタート駅でコースマップを入手。
スタート駅改札口付近のカatalogラックでコースマップを配架します。
- 開催期間中の自由な日、時間に参加。2日以上に分けてもOK。
日時の指定はなく、ご自身の都合のよい日に参加できます。施設・店舗は期間中でも定休または、休業の場合もございます。ご容赦ください。
- 問題を解きながら、頭とカラダを使ってウォーキングを楽しみましょう。
参加の際は、ボールペン等の筆記用具やバインダーがあると便利です。
なお、駅や施設では筆記用具やバインダーの貸出は行っておりません。
- コースで集めたキーワードを参考に、回答を導きましょう。
- ⑤で導いた回答を書いて応募しましょう。
応募はおひとり様1通に限ります。地下鉄駅等で応募の受付はできません。必ず、指定の応募先まで郵送またはインターネットから応募願います。



応募方法

＜郵送の場合＞

応募欄、回答、裏面のアンケート欄にもれなく記載のうえ、このページのみ切り取り、お持ちの封筒に入れて郵送ください。郵送費はお客様負担になりますのでご了承ください。
なお、地下鉄駅等で応募の受付はできません。必ず、下記応募先まで郵送願います。
応募先：〒460-8508 名古屋市交通局乗客誘致推進課 行（住所不要）
2024年4月1日（月）消印有効

＜インターネットから応募する場合＞

下記URLまたは二次元コードから入力フォームにお入りいただき、応募をお願いします。
応募期限：2024年4月1日（月）
<https://logoform.jp/form/mX9C/512420>



プレゼントに応募しよう！

下の問題に正解し、裏面のアンケートにお答えいただいた方の中から抽選で

50名様に1,000円分の
マナカチャージ券をプレゼント！

●下記の項目に楷書で正確にご記入ください。

お名前	フリガナ		
ご住所	〒	都道 府県	市区 町村
電話番号	() -		

【個人情報の管理】・個人情報は厳重に管理し、本件に関する以外には使用しません。
【当選者の発表】・当選者の発表は景品の発送をもってかえさせていただきます。

回答欄

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

答えは開催期間終了後、交通局ウェブサイトに掲載します。

問 5 千畝は、古渡尋常小学校在学中に、「〇〇〇〇」の成績を修めた。

〈回答〉 1 〇 〇 〇 〇

問 4 父の転勤のたびに新たな環境で生活していたことが、千畝のコミュニケーション能力の向上や、のちの〇〇〇〇〇〇の取得に役立ったと言われている。

〈回答〉 2 〇 〇 〇 〇 〇 〇

問 3 昔、この地にあったものは？
熱田〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

〈回答〉 4 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇

問 2 千畝はビザ発給要件を満たしていない人にも人道、〇〇〇〇〇〇〇〇〇第一と考えて、ビザの発給を決めました。

〈回答〉 3 〇 〇 〇 〇 5 〇 〇 〇 〇

問 1 この広場の名称は、瑞陵高校在校生の提案によるもので、杉原氏が1973年に〇〇〇〇から第五中学校同級生にあてた葉書にも「sempo sugihara」と書かれていた。
※ヒント「ごあいさつ」（愛知県知事）

〈回答〉 6 〇 〇 〇 〇 〇 〇



◎ウォーキング効果を高めるために

- ・名鉄/JRを超える高蔵二線人道橋、男性は1段飛ばしで！
- ・「高蔵」交差点から上り坂が450m続きます。少しキツイかもしれませんが、歩く速さを保ったまま5-6分間頑張りましょう！
- ・「沢上交差点」から「金山駅」までの200mも上り坂。ここは歩幅を少し広げて急ぎ足で一気に上りましょう！

名古屋市立大学大学院
理学研究科 高石



スタート

瑞穂区役所駅
4番出入口出て
Uターン

①センポ・スギハラ・メモリアル
スーパーマーケット

問 2

問 1

②人道の道～外交官としての千畝～

③人道の道～五中街道～

④人道の道～父の転勤と千畝～

⑤人道の道～小学校時代の千畝～

⑥人道の道～父の転勤と千畝～

⑦人道の道～父の転勤と千畝～

⑧人道の道～父の転勤と千畝～

⑨人道の道～父の転勤と千畝～

⑩人道の道～父の転勤と千畝～

⑪人道の道～父の転勤と千畝～

⑫人道の道～父の転勤と千畝～

⑬人道の道～父の転勤と千畝～

⑭人道の道～父の転勤と千畝～

⑮人道の道～父の転勤と千畝～

⑯人道の道～父の転勤と千畝～

⑰人道の道～父の転勤と千畝～

⑱人道の道～父の転勤と千畝～

⑲人道の道～父の転勤と千畝～

⑳人道の道～父の転勤と千畝～

㉑人道の道～父の転勤と千畝～

㉒人道の道～父の転勤と千畝～

㉓人道の道～父の転勤と千畝～

㉔人道の道～父の転勤と千畝～

㉕人道の道～父の転勤と千畝～

㉖人道の道～父の転勤と千畝～

㉗人道の道～父の転勤と千畝～

㉘人道の道～父の転勤と千畝～

㉙人道の道～父の転勤と千畝～

㉚人道の道～父の転勤と千畝～

㉛人道の道～父の転勤と千畝～

㉜人道の道～父の転勤と千畝～

㉝人道の道～父の転勤と千畝～

㉞人道の道～父の転勤と千畝～

㉟人道の道～父の転勤と千畝～

㊱人道の道～父の転勤と千畝～

㊲人道の道～父の転勤と千畝～

㊳人道の道～父の転勤と千畝～

㊴人道の道～父の転勤と千畝～

㊵人道の道～父の転勤と千畝～

㊶人道の道～父の転勤と千畝～

㊷人道の道～父の転勤と千畝～

㊸人道の道～父の転勤と千畝～

㊹人道の道～父の転勤と千畝～

㊺人道の道～父の転勤と千畝～

㊻人道の道～父の転勤と千畝～

㊼人道の道～父の転勤と千畝～

㊽人道の道～父の転勤と千畝～

㊾人道の道～父の転勤と千畝～

㊿人道の道～父の転勤と千畝～