プレスリリース　上田市

令和８年 11 月 13 日

報道機関 各位

スポーツレクリエーション祭 2026「冬の部」「上田の魅力探して GO！～千曲川のせせらぎ映る笑顔の上田 今昔ロゲイニング～」の開催について

下記のとおりスポーツレクリエーション祭 2026「冬の部」『上田の魅力探して GO！～千曲川のせせらぎ映る笑顔の上田 今昔ロゲイニング～』を開催いたします。

日　時：11 月 21 日（土）午前 9 時から 12 時 30 分まで（受付：8 時 30 分～）
※雨天決行となります。
場　所：アリオ上田屋外イベント広場横（TOHO シネマズ入口付近）

参加者：約 200 名　※申込受付は終了しております。

参加費：無料

内　容：アリオ上田を主会場として行うロゲイニング、ニュースポーツの体験
※詳細については、別紙パンフレットをご参照ください。
※悪天候の場合、中止とする場合があります。
当時朝 7 時以降に実行委員会事務局（080-8818-4855）までお問い合わせください。

上田市は「SDGs 未来都市」です。

上田市は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

本件に関する問合せ先
上田市 文化スポーツ観光部スポーツ推進課
課長 清水　（担当者　小山）
TEL 0268-23-5196

スポーツレクリエーション祭２０２６『冬の部』

上田の魅力探してGO！

～千曲川のせせらぎ映る笑顔の上田今昔ロゲイニング～

11月21日(土)
9:00～12:30

参加費無料

集合場所：アリオ上田
屋外イベント広場横

※小雨決行（荒天中止）
中止の場合は、上田市HPにて
お知らせいたします。



上田の魅力を探しに
ご家族・お友達・職場の方と
ぜひご参加ください!!

※事前申し込み
定員　２５０名

申し込み二次元コード

申込期間：10月19日(月)0:00～11月1日(日)23:59
※定員に達し次第、受付を終了します。

申込方法：参加ご希望の方は二次元コードを読み取り、申込受付フォームから申し込みください。
参加申し込みは、１人でもグループ（1チーム2～5人）でも申し込みができます。
１人で申し込みの場合は、主催者側でチームの割り振りを行います。

注意事項：
※中学生以下の方が申し込みする場合は、1チームに必ず保護者1名以上の同伴をお願いします。
※二次元コードでの読み込みが出来ない場合は、上田市役所ホームページより“スポーツレクリエーション祭2026”と検索し、申込受付フォームから申し込みください。

≪上田地域広域連合ふるさと基金運用益活用事業≫
主催：スポーツレクリエーション祭2026実行委員会
上田地域広域連合
共催：上小スポーツ推進委員協議会
東信教育事務所、上田市、東御市
青木村教育委員会、長和町教育委員会
協力：アリオ上田、おやき工房ローマンの会

【　お問合せ　】
スポーツレクリエーション祭2026冬の部担当
上田市　文化スポーツ観光部　スポーツ推進課
TEL ０２６８－２３－５１９６
当日問い合わせ先　０９０－３８９３－５１０９

スポーツレクリエーション祭２０２６冬の部

『上田の魅力探してGO！』

～千曲川のせせらぎ映る笑顔の上田今昔ロゲイニング～



日　　時　令和 8年11月21日(土)　9:00～12:30

会　　場　アリオ上田、上田駅周辺

集合場所　アリオ上田屋外イベント広場横

駐 車 場　アリオ上田立体駐車場　屋上階

持 ち 物　カメラ(スマートフォン等でも可)　筆記用具　飲み物　おやつ(必要な方)　雨具

そ の 他　・交通ルールを守り、気をつけて行動してください。
・イベント中は、グループごとで行動してください。
・ゴミは各自お持ち帰りください。
・小雨決行　ただし、悪天候の場合は中止することがあります。
中止の場合は、上田市HPにてお知らせいたします。

≪スケジュール≫



8:30～	受付開始
9:00～	開会式
9:10～	ルール説明 ・ 作戦会議
9:30～	出発
12:00	ゴール ・ 帰還チェック
	得点集計 ・ 報告
	参加賞プレゼント
	イベント終了



ロゲイニングとは。。。

コンパスと地図を持ち指定されたチェックポイントを回り、いかに多く得点を獲得するかを競います。チームワーク・持久力・戦略・読図力を特徴とする。オーストラリア発祥の野外で楽しむ長距離ナビゲーションスポーツです。

日本では、2002年に菅平高原で開催されたのが最初です。

参加者は、制限時間内に出来るだけ高得点になるようにチェックポイントを回ることを目指します。一般的に、難易度の高いチェックポイントは高得点になっています。フィニッシュ制限時刻に遅刻すると減点になります。

※今回は、スポーツレクリエーション祭２０２６特別ルールで行います。

スポーツレクリエーション祭 2026 冬の部

上田の魅力探してGO!

～千曲川のせせらぎ映る笑顔の上田 今昔ロゲイニング～



東御→
← 坂城
矢出沢川
千曲川
しなの鉄道
北陸新幹線
上田駅
WC
児童遊園地
上田城跡公園 陸上競技場
上田城跡公園 野球場
芝生広場
上田市立 清明小学校
上田市立 第二中学校
上田市役所
上田高校
上田市立美術館 サントミューゼ
アリオ上田店
セブンイレブン
BK
ローソン
ツルヤ
西友 上田東店
イオンスタイル 上田店
ホリデイ
ファミリーマート
70
73
63
55
66
48
60
30
78
32
36
75
45
62
42
52
61
44
35
39
76
72
79
65
41
68
80
50
57
47
71
28

競技時間
令和8年
11月21日(土)
9:30～12:00

N
W
E
S

100m

開催協力 Ario アリオ上田

当日緊急連絡先
090-3893-5109

スポーツレクリエーション祭 2026 冬の部

上田の魅力探してGO!

～上田今昔ロゲイニング～

令和８年11月21日(土)

チェックポイント説明

チェックポイント1,800点 ＋ ニュースポーツ、昔遊び体験 150点 ＋ 忍者と写真50点

合計

当日緊急連絡先
090-3893-5109

得点 28

諏訪神社！上田だけど諏訪
赤いとりいは目立つね。

得点 41

警察署と太郎山！
どちらも市民を見守っています。

得点 50

床屋さんのシンボル
サインポールって言うんだよ。

得点 61


モールウォーキングのスタート地点
（インフォメーションの近くだよ）

得点 68

水神社・・・昔は
水害が多かったのかな？

得点 75

科野大宮社！
「おおみやさん」と呼ばれているよ

得点 30

昔、ここは図書館でした！

得点 42

尼が淵。昔この地は
千曲川だったんだね。

得点 52

日時計。
今何時かわかるかな？

得点 62

笠原製糸所
お蚕さんて知ってるかな？

得点 70


妙光寺（弁財天）水の神様
カメさんがかわいい

得点 76


上田はたばこ産業が
盛んでした（跡地）

得点 32

りんご祭りの
ステキな切り絵です。

得点 44

ソーラーパネル！！
SDGs がここにも

得点 55

稲荷大明神。
伏見稲荷のミニ版みたい。

得点 63

伊勢太神宮！
これは屋根だったのかな？

得点 71

カエルのオブジェ
大きなおなか 割れないでね。

得点 78

平和の灯
いやされるかわいさです

得点 35

上田駅温泉口のモニュメント！
ステキです。

得点 45

昭和天皇が来られたのですね
（上を見てね）

得点 57


城下駅！
別所線 いつまでも

得点 65

階段を下ると
下にも道があるよ。

得点 72

水神宮・・・
水害がおきませんように。

得点 79

赤い鉄橋！シンボルの橋が
復活してよかったです

得点 36

昆沙門堂阯
佐久間象山先生も学んだ寺子屋跡

得点 47

三好神社
いつの世も幸せでありますように

得点 60

清明小学校！！（1959 年発足）
上田市のまん中の小学校

得点 66

サマーウォーズの
マンホールだよ～

得点 73

こぶた屋さん
３つのかわいい鼻

得点 80

小菅先生の碑！
立派な先生でした。

得点 39

上田ガスの球体！
大きいねぇ～～。

得点 48

見上げたらかわいい絵が！
i プラザうえだです。

得点 50

忍者に会えるかな？？

得点 150

体験してみよう！

注意事項等

- 走っても歩いても構いません。交通ルールを守って安全に競技してください。
- 競技中、飲食や施設に立ち寄る等、基本的に自由行動です。
- **順位はつけません。**
- 12時までに上田城跡公園芝生広場本部へお戻りください。（帰還チェックをします。）
- やむを得す途中で棄権する場合、必ず本部に連絡の上、帰還チェックを済ませてから解散してください。
- 困ったことがあった時はピンク色ビブスをきたスタッフに声をかけてください。