

10kmコース 非日常体験コース
浦添街歩きとキャンプ・キンザーを巡る
①9:00 ②10:00 ③11:00スタート

普段立ち入ることができない米軍基地のキャンプ・キンザーなどでウォーカーと一緒に歩きながら写真を撮ってきました。10kmという長い道のりでしたが、キャンプ・キンザー内のフードコートで食事ができ、ウォーカーのみなさんは普段なかなか食べられないアメリカンフードを満喫。そのおかげか、みんな、最後まで笑顔満面でゴールしていました！

♡基地内のフードコートで食べ物買って広場で休憩中！♡



キャンプ・キンザー内を歩く！食べる！



OOマン参上！しゅわっち！

ここがスタート！ゴール！だよ！

カーミージー(亀瀬橋)

サンエー浦添 西海岸パルコシティ

キャンプ・キンザー フードコート

屋富祖通り

屋富祖公民館

浦添市美術館

浦添市役所

浦添市

浦添総合病院

浦添グスク・ようどれ館

浦添城跡周辺

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

浦添グスク・ようどれ館

20kmコース 浦添・首里満喫コース
琉球の歴史と国際交流の道

午前9時30分スタート、浦添市から那覇市首里の歴史的な観光スポットを歩きました。前回好評のJICA沖縄施設内のOIC食堂では、特別価格で多国籍な昼食を楽しんでました。自治会や関係者もウォーカーの歩きを一生懸命サポートしています。国際色豊かで常連さんも多く、てだこウォークの人気のうかがえます。また、王もこの丘から町を見下ろしていたであろうそんなロマンを感じます。

Let's walk and have some FUN!!

県内最大級のウォーキングイベント！

第23回 てだこウォーク 2026

スタート ゴール

20kmコース
10kmコース

3kmコース
5kmコース
ナイトコース

3kmコース てだこ発見 わくわくさんぽコース



コースでは、ベビーカーを押している方も多く、野球少年達も最後は元気にゴール！
ようどれ館の桜を眺めながら歩いていたご夫婦は仲睦まじくて印象に残っています

てだこクリーンウォーク 歩いて、拾って、町をきれいに



午後2時スタート。ウォーキングを楽しみながら街の環境美化について考える。こどもたちも一生懸命で、ゴミを拾うその後ろ姿がステキです。カシャ

5kmコース てだこのグスクコース



浦添の歴史文化を辿る
浦添城跡や安波茶橋など高低差の多い道のりでしたが、コース途中に垣間見える桜の花や前田高地からの景色を望み、歴史ガイドの話にも耳を傾けながら歩いていると、あっという間にゴールしていました！

三大夜景を望む“浦添ナイトコース”



浦添城跡の丘から夜景を見ながら歩く
家族連れや高校生、友人同士などナイトコースも多くの世代の方々の参加がありました！
参加者の皆さんは、浦添の三大夜景に感動し、涼しい風が吹く中ナイトウォークを楽しんでいました！
4.5kmのコースでしたが、部活終わりの子どもたちや小さいお子さんもお母さん、お父さんと一緒に最後まで頑張っていました♪

ウォーカーの皆さん、おつかれさまでした！来年もまた会いましょうね！



今年も家族でカップルで友達との参加ありがとうございました！
浦添の素晴らしい食と歴史文化を再発見し、体験できましたか？
新しい始まりの4月です。
体を動かしていつも元気に過ごしてくださいね！

浦添市のインスタグラムでウォーカーの写真を紹介中！



Instagram

浦添市のインスタグラムでウォーカーの写真を紹介中！

浦添市のインスタグラムでウォーカーの写真を紹介中！

浦添市のインスタグラムでウォーカーの写真を紹介中！



体と心をフレンドリーに by 子供ウォーカー



この技をうけてみる!!

