

観光いたばし

Itabashi Sightseeing Guide Map

ガイドマップ

いたばし
観光キャラクター

りんりん
ちゃん



観光いたばし / 健康いたばし ガイドマップ

- ### 凡例
- 散策コース**
- 板橋ルート (緑)
 - 常盤台ルート (赤)
 - 志村ルート (紫)
 - 赤塚ルート (青)
 - 高島平歴史ルート (黄)
 - 高島平自然ルート (茶)
- 見どころ (赤丸)
- イベント (黒丸)
- 文庫 (黒丸)
- X 警察署・交通 (黒丸)
- 消防署・出張所 (黒丸)
- 郵便局 (黒丸)
- 官公署 (黒丸)
- 寺 (黒丸)
- 神社 (黒丸)
- 教会 (黒丸)
- 図書館 (黒丸)
- 博物館・美術館 (黒丸)
- 公共施設 (黒丸)
- 銭湯 (黒丸)
- 信号機 (黒丸)
- トイレ (黒丸)
- スーパーマーケット (黒丸)
- コンビニエンスストア (黒丸)
- 桜の見どころ (黒丸)
- パスポート (黒丸)
- バス停 (黒丸)
- 七福神 (黒丸)
- 板橋十景 (黒丸)
- 見どころ (赤丸) 新高井駅 りんりんGO (バス乗車・専用パス付)
- 公共施設 (黒丸) 主な宿泊施設
- JR新幹線
- JR線
- 都営地下鉄
- 地上区間
- 地下区間
- 都営地下鉄
- 東京メトロ
- 首都高速道路
- 国道
- ※散策ルートを中心に掲載しています。

板橋区コミュニティーバス「りんりんGO」 [B-1~B-3]

平成22年3月から「赤塚・四葉・徳丸」周辺で運行を開始。観光・文化施設の集積地である、区立美術館周辺を結ぶ由し、観光・文化施設の賑わいも目指しています。



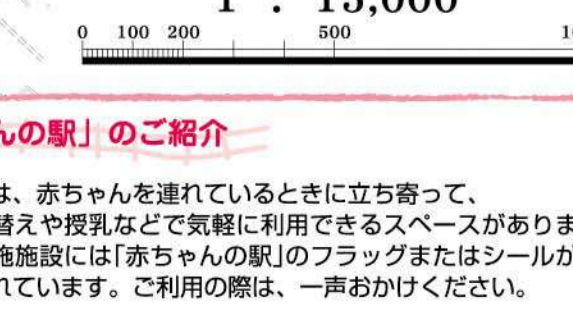
加賀前田家下屋敷跡

加賀前田家下屋敷は、江戸時代の延享7年(1799)2月、五代藩主の前田綱紀が、四代將軍徳川家綱から6万坪を拝領したのが始まりです。その後数回の増築を経て、最終的に総面積は21万7千坪余り(地図に示した範囲)となりました。下屋敷は、前田家の別荘として使用され、参勤交代途中の休息、狩猟、散策などにも利用されました。



「赤ちゃんの駅」ご紹介

区内には、赤ちゃんを連れていっているときに立ち寄って、おむつ替えや授乳など気軽に利用できるスペースがあります。実施施設には「赤ちゃんの駅」のフラッグまたはシールが掲示されています。ご利用の際は、一声おかけください。



※この地図の地名はあくまでも目安としてご覧ください。 地図編纂 東京都板橋区企画課 〒171-22 02 東京(03)671781 (代) 数値地図(国土地院製) 電子国土基盤(地院製)及び官製地図(国土基本情報) 電子国土基盤(地名情報)及び官製地図(国土基本情報) 電子国土基盤(地名情報)を使用した。 (作成年度: 平成27年 03/27)

おすすめ散策ルート

高島平エリア

自然ルート
距離 約6.4km
所要時間 約96分
消費カロリー 約288kcal
歩数 約9,143歩

歴史ルート
距離 約5.6km
所要時間 約90分
消費カロリー 約252kcal
歩数 約8,000歩

赤塚エリア

距離 約6.4km
所要時間 約96分
消費カロリー 約288kcal
歩数 約9,143歩

常盤台エリア
距離 約6.0km
所要時間 約90分
消費カロリー 約270kcal
歩数 約8,571歩

志村エリア

距離 約7.0km
所要時間 約97分
消費カロリー 約315kcal
歩数 約10,000歩

板橋エリア
距離 約4.5km
所要時間 約77分
消費カロリー 約201kcal
歩数 約6,429歩

| 順 | 名所 | 距離 | 所要時間 | 消費カロリー | 歩数 |
|---|-------------|--------|------|--------|----|
| 1 | 西台駅 | 約0.6km | 約9分 | | |
| 1 | 舟渡大橋 | 約1.0km | 約15分 | | |
| 2 | 荒川上手 | 約0.3km | 約4分 | | |
| 3 | リサイクルプラザ | 約1.8km | 約27分 | | |
| 4 | 熱帯環境博物館 | 約0.4km | 約6分 | | |
| 5 | こども動物園 | 約0.6km | 約9分 | | |
| 6 | 高島平団地とげきぎ並木 | 約1.1km | 約17分 | | |
| 7 | 前谷瀬川緑道 | 約0.8km | 約12分 | | |
| 8 | 高島平駅 | 約0.4km | 約6分 | | |

| 順 | 名所 | 距離 | 所要時間 | 消費カロリー | 歩数 |
|----|----------|--------|------|--------|----|
| 1 | 西台駅 | 約0.2km | 約3分 | | |
| 1 | 馬頭観音堂 | 約1.0km | 約15分 | | |
| 2 | 水川神社 | 約0.3km | 約4分 | | |
| 3 | 蓮華寺 | 約0.1km | 約1分 | | |
| 4 | 城北交通公園 | 約0.4km | 約6分 | | |
| 5 | 稲荷神社 | 約0.4km | 約6分 | | |
| 6 | 福宮神社 | 約1.5km | 約23分 | | |
| 7 | 中山道戸田の渡し | 約0.5km | 約7分 | | |
| 8 | 都立浮間公園 | 約0.4km | 約6分 | | |
| 9 | 浮間舟渡駅 | 約0.7km | 約10分 | | |
| 10 | 水庫公園・徳水亭 | 約0.9km | 約14分 | | |
| 11 | 安楽寺 | 約0.1km | 約2分 | | |
| 12 | 旧岩谷家住宅 | 約0.3km | 約4分 | | |
| 13 | 徳丸北野神社 | 約1.4km | 約21分 | | |
| 14 | 東武練馬駅 | 約0.7km | 約10分 | | |

| 順 | 名所 | 距離 | 所要時間 | 消費カロリー | 歩数 |
|----|-----------|--------|------|--------|----|
| 1 | 中板橋駅 | 約0.4km | 約6分 | | |
| 1 | 専修院 | 約0.2km | 約3分 | | |
| 2 | 曹神社 | 約0.4km | 約6分 | | |
| 3 | 大山福地蔵 | 約0.6km | 約9分 | | |
| 4 | 豊歌稲荷神社 | 約0.4km | 約6分 | | |
| 5 | 下板橋と六蔵祠 | 約0.4km | 約6分 | | |
| 6 | 長命寺 | 約0.6km | 約9分 | | |
| 7 | 南常盤台天祖神社 | 約0.2km | 約3分 | | |
| 8 | 平安地蔵 | 約0.6km | 約9分 | | |
| 9 | 粟部八郎 | 約0.2km | 約3分 | | |
| 10 | 旧上板橋村役場跡地 | 約0.0km | 約0分 | | |
| 11 | 安養院 | 約0.5km | 約7分 | | |
| 12 | 御手洗不動 | 約0.8km | 約12分 | | |
| 13 | 龍福寺 | 約0.0km | 約0分 | | |
| 14 | 小豆沢神社 | 約0.8km | 約12分 | | |
| 15 | 戸田橋親社 | 約0.8km | 約12分 | | |
| 16 | 志村一里塚 | 約0.8km | 約12分 | | |
| 17 | 上板橋駅 | 約0.4km | 約6分 | | |

| 順 | 名所 | 距離 | 所要時間 | 消費カロリー | 歩数 |
|----|------------|--------|------|--------|----|
| 1 | 板橋駅 | 約1.0km | 約15分 | | |
| 1 | 近藤勇の墓 | 約1.2km | 約18分 | | |
| 2 | 加賀公園 | 約0.7km | 約10分 | | |
| 3 | 東光寺 | 約0.1km | 約2分 | | |
| 4 | 観音寺 | 約0.0km | 約0分 | | |
| 5 | 平尾宿本陣跡 | 約0.0km | 約0分 | | |
| 6 | 板橋三丁目橋本跡 | 約0.2km | 約3分 | | |
| 7 | いたばし観光センター | 約0.3km | 約4分 | | |
| 8 | 蓮華寺 | 約0.3km | 約4分 | | |
| 9 | 板橋宿本陣跡 | 約0.2km | 約3分 | | |
| 10 | 文殊院 | 約0.1km | 約2分 | | |
| 11 | 中板橋本陣跡 | 約0.2km | 約3分 | | |
| 12 | 板橋 | 約0.3km | 約4分 | | |
| 13 | 緑切寺 | 約0.3km | 約4分 | | |
| 14 | 香清寺 | 約0.2km | 約3分 | | |
| 15 | 日曜寺 | 約0.6km | 約9分 | | |
| 16 | 板橋本町駅 | 約0.4km | 約6分 | | |

※各散策ルートの所要時間・消費カロリー・歩数は目安であり、実際には、歩幅70cm、歩速4km/h、ウォーキング10分/30kcal、体重60kg男性とします。

「各エリアのまちあるきマップ」はこちら

2次元コードで「いたばしまちあるきマップ」をチェック! この2次元コードから、ルートの魅力が詰まった「いたばしまちあるきマップ」のPDFファイルが見られます。

おすすめ散策ルート

整然と区画された住宅地域と産業拠点の性格を持つエリアです。自然ルートと歴史ルートの2種類のルートがあります。

高島平エリア

自然ルート
距離 約6.4km
所要時間 約96分
消費カロリー 約288kcal
歩数 約9,143歩

歴史ルート
距離 約5.6km
所要時間 約90分
消費カロリー 約252kcal
歩数 約8,000歩

赤塚エリア

自然と歴史と文化の里・武蔵野の香りが今なお残るエリアです。

川越街道の宿場町として栄え、鎮守や道中安楽を目的とした「社」が数多く残るエリアです。

志村エリア

崖線に沿った湧水が豊富なところの遺跡や名所・旧跡が点在し、工業地域の顔の併せ持つエリアです。

江戸日本橋から二里半、かつての遺跡や名所・旧跡が点在し、工業地域の顔の併せ持つエリアです。

板橋エリア

江戸日本橋から二里半、かつての遺跡や名所・旧跡が点在し、工業地域の顔の併せ持つエリアです。

板橋七福神

この七福神は熊野神社前に住み、影響と呼ばれていた彫刻師、田中金太郎さんが製作し、昭和12年頃各等に寄進したものとされています。いずれも高さ25cm程度、白木造りの素朴な感じのする福神です。例年元旦から1月7日まで、各寺で開帳されますので、七福神めぐりをしてみてはいかがでしょうか。

| 順 | 名所 | 所要時間 | 消費カロリー | 歩数 |
|---|-----|------|---------|----------|
| 1 | 観音寺 | 約5分 | 約20kcal | 約6,300歩 |
| 2 | 文殊院 | 約12分 | 約48kcal | 約14,400歩 |
| 3 | 長命寺 | 約9分 | 約36kcal | 約10,800歩 |
| 4 | 安楽寺 | 約5分 | 約20kcal | 約6,300歩 |
| 5 | 西光寺 | 約9分 | 約36kcal | 約10,800歩 |
| 6 | 西光寺 | 約9分 | 約36kcal | 約10,800歩 |
| 7 | 龍清寺 | 約5分 | 約20kcal | 約6,300歩 |

板橋七福神ルート例

所要時間 約3時間40分(見学を含む)

西武池袋線板橋駅西口



各エリアのまちあるきマップ

2次元コードで「いたばしまちあるきマップ」をチェック!



健康いたばし

Itabashi Walking Guide Map

ガイドマップ



ちょっと実行、
ずっと健康。

東京都健康づくり推進キャラクター
ケンコウデスカマン

