

たまぼん



めざせ
おおとりよくち!

そこで
オニギリ!

特集

ちいさな大旅行

マイクローリズム!
with「多摩部の都立公園周遊マップ」

ちいさな大旅行

マイクロツーリズム！ with「多摩部の都立公園 周遊マップ」

コロナ禍で注目されたマイクロツーリズムは、自宅から1～2時間圏内の「小旅行」のこと。これが実はとっても楽しい！

そして八王子、町田にある多摩部の4つの都立公園は、なだらかな丘陵や、山地の一部で、周辺にも遊べるスポットは沢山！超メジャー高尾山から、超マイナーだけど、静かな自然あふれる「大戸緑地」へは、気持ちいいアップダウン2時間の山道。里山の魅力いっぱい「小宮公園」から、スポーツと花壇のヘルシーパーク「陵南公園」へは、心地よい風の浅川サイクリングロード。歴史の魅力あふれる山城跡「滝山公園」のお隣には、東京で一番広い田んぼが広がる。

さあ行こう！近いけど知らないところへ、都立公園を拠点に、マイクロツーリズム！



都立滝山公園のお隣に広がる「高月たんぼ」。稲刈りの終わった田んぼを、大学2年生が二人旅。「ここが東京!? すごくない!」
広々とした田園風景にトンビが飛んで、シラサギがやってきて、なんだかテレビの旅番組みたい！ここから秋川を渡って JR 五日市線の東秋留駅まで、ゆっくり3時間のハイキングコースを歩きました。

高尾山口から「大戸緑地」

へ行ってみた

草戸峠経由



旅した人

自然大好き
ママ、コウくん4年生 ユウくん1年生



高尾 599 ミュージアム

京王高尾山口駅すぐ。高尾山の自然や歴史の情報を最新技術も駆使して紹介。圧巻の昆虫標本に子供たちも興奮！

四辻

高尾山口駅から15分ほど急な山道を登ると「四辻」。ここからは尾根道が続く。



高尾山が見えた！

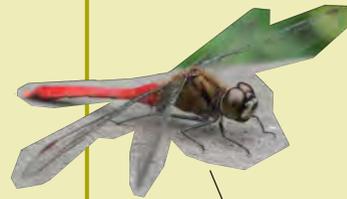
草戸峠

四辻からは1時間弱。ここから谷を降りて大戸緑地方面へ。余裕があれば草戸山へもすぐ。



大戸緑地「段木入（だんぎり）」

新緑、黄葉と四季の変化が美しい段木入は、大戸緑地一番のおすすめスポット。「入」というのは、「入り込んだ奥のところ」という意味で、静かな谷の奥は境川の源流の一つでもある、自然の豊かなところ。小さな池が並ぶ上を、ウッドデッキで歩いて行けば、トンボやカエルも観察できます。さあどこでお弁当にしようか！？



赤トンボが飛んできて、おにぎりを食べる肩にとまった。

ちいさな大旅行
マイクロツーリズム！
with「多摩部の都立公園 周遊マップ」

高尾駅・高尾山口駅 ↔ 大戸緑地 約4.5km



小さな池がウッドデッキでつながる段木入。高尾山とつながる深い自然に、たくさんの生き物がくらしします。

たかおさんぐちえき

たかおえき

TAKAO 599 MUSEUM

かたらいの路

ここから山道

約45分の山道

四辻

草戸峠

草戸山

大地沢青少年センター

おとろくち

高尾山の周りはハイキングコースがいっぱい！

ミシュランで三ツ星を取って以来、日本を代表する人気スポットになった高尾山。新宿から電車で1時間。駅を降りたらすぐ 登山口というアクセスの良さも、人気の理由の一つでしょう。実はその高尾山には、沢山のバリエーションルートがあるのをご存じですか？ 溪流の水音を聞きながら裏高尾の沢沿いに行くのもいい。津久井湖を南に見ながら、草戸山から大戸緑地へのルートも魅力的です。今回は高尾 山口から大戸緑地へ約 2 時間、低山から里山へ、カエルやトンボにもいっぱい会える楽しいルートです。

- インフォメーションセンター
- トイレ
- 水場
- 駐車場
- ビューポイント

「小宮公園→陵南公園」

浅川サイクリングロードで
行ってみた

マイクロ
自転車旅



旅した人

八王子市在勤のフックン、カッシー
職場は近いのに
このサイクリングロード知らなかった！

ちいさな大旅行
マイクロツーリズム！
with「多摩部の都立公園 周遊マップ」



歩いて行く？ 自転車で行く？

自転車好きの人はいつも自転車、歩くのが好きな人はいつも歩くためのコースを探していませんか？たまには逆にするのもいいですよ！行く場所に合わせて決める！今回、ご紹介の3つのコースのうち、自転車旅がおすすめなのが、この浅川サイクリングロードを使う「小宮公園⇄陵南公園 マイクロ自転車旅コース」きついアップダウンはないものの、常に浅川を傍らにして走るコースは変化に富んで解放感もいっぱい！ちょっと市街地に寄り道しておしゃれなカフェへ、逆に北浅川方面へ走れば思わず「ここが東京!？」と叫んでしまう美しい田園風景！こんなに身近でラクラクで、楽しすぎます！



イチョウが最高潮の陵南公園
南浅川は飛び石で渡れます。

周遊マップの
ハイキングルートB
とリンクしています



都立陵南公園
古道橋
至高尾
JR 中央本線
多摩御陵入口
陵南プール
陸東橋
横山橋
東横山橋
陸橋
五月橋
水無瀬橋
横川橋
多賀公園
八王子市役所
コニカミノルタサイエンスドーム
萩原橋
萩原橋
八王子八十八景
レトロなデザインが
あちこちに
鶴巻橋
中野橋
浅川橋
浅川大橋
浅川
八王子
至新宿

クレープ・カレーなどの
人気店が並ぶエリア
ちょっとひと休み

秋イチョウの
黄葉が美しい



訪れる人も、迎える人の心もヘルシーに！
ヘルシーパーク陵南公園の花壇



小宮公園の一番人気はひよどり山の大きな3本コブシ。
黄葉は12月始め。3月末には真っ白な花いっぱい！

川がつくった自然

奥多摩から多摩川、檜原から秋川、高尾山から浅川...
いくつもの川が流れて台地を削り、東京の地形を作りま
した。削り残された丘陵は、川と平行に東西に連なり、
八王子～日野付近では「多摩の横山」として万葉集にも
詠まれています。今でも豊かな自然と歴史の残る、「多
摩の原風景」と呼べる場所です。小宮公園は丘陵の上、
陵南公園は川沿い、水と時間の流れに思い馳せて旅すれ
ば、マイクロツーリズムでも、はるか遠くまで！



夏の小宮公園

八王子 至新宿

りょうなん
こうえん



- 南浅川橋
- 五月橋
- 水無瀬橋
- 多賀公園
- 鶴巻橋
- 萩原橋
- 中野橋
- 浅川大橋

橋の下に木の化石



奥多摩の
山々が見える

こみや
こうえん



「滝山公園・山城と田園の旅」

マイクロ歴史ウォーク

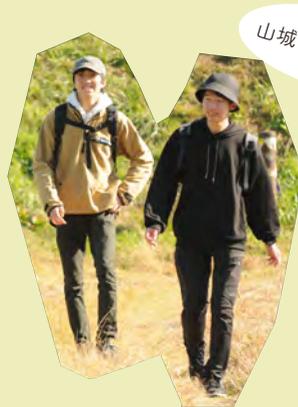


引橋

滝山城址 滝山城址 戦国時代に関東一円を支配した北条氏の城。国の史跡、続日本 100名城、日本遺産の構成文化財になっています。本丸へ渡る引橋（再現）は圧巻。



中の丸からの眺望 滝山城は自然地形を利用した山城。高さ70mの断崖が城壁です。多摩川、秋川の合流点も一望。



山城ってすごい!

旅した人

ボランティアとして各公園で活躍中の大学生
小泉君（左）、高橋君（右）

二の丸の空堀

城内で最も硬い守りとされる二の丸の空堀。武田信玄をここで退けたという伝説もあり。

ちいさな大旅行
マイクロツーリズム!
with「多摩部の都立公園 周遊マップ」

JR 小宮駅 ↔ JR 東秋留駅 約9.5km



高月田んぼから秋川を渡る付近魚道には小魚がいっぱい！



身近なところに幸せがいっぱい！

コロナ禍がなかなか収まらず、心をおもいっきり開放して遊ぶことを、もう何年してないだろう？なんて思ったりしませんか？でも今回、多摩の身近な風景の中には三密もなく、歩いてもらったみなさんは、のびのびはつらつとして、心から「小さな旅」を楽しんでいるようでした。遠い国を旅するのもいいですが、憧ればかり膨らんで、帰るのが嫌になったりして。でも身近な風景の中で見つけたものは、公園も、自然も、街も、お気に入りの店も、店員さんも、そのままあなたの幸せの財産。マイクロツーリズムは幸せを拾う旅。



滝山公園のすぐ西は、東京で一番広い田んぼ「高月田んぼ」。遠くに「多摩の横山」が見えています。

周遊マップの「はまきんぐレートA」とリンクしています



水鳥いっぱい！

多摩川と秋川の合流点が見える！

桜・ヤマツツジ 野の花もいっぱい

住宅街を約2.5km



多摩部の都立公園 周遊マップ

多摩部の4つの都立公園と周辺スポットを、大きな地図と、3つのお勧めコースで紹介しています。今回の「たまぼん」は、その3コースの体験版。陵南公園、小宮公園のサービスセンターで配布しています。

陵南公園

〒193-0824 東京都八王子市長房町 1369

TEL 042-661-0042

P 39 台 (内 2 台 思いやり駐車スペース)

小宮公園

〒192-0043 東京都八王子市暁町 2-41-6

TEL 042-623-1615

P 弁天池駐車場… 10 台

(内 2 台 思いやり駐車スペース)

サービスセンター前駐車場… 20 台

(内 2 台 思いやり駐車スペース)

滝山公園

お問い合わせ：小宮公園サービスセンター

P 公園の駐車場はなし

近隣に八王子市滝山観光駐車場があります

大戸緑地

お問い合わせ：陵南公園サービスセンター

P 10 台 (内 1 台 思いやり駐車スペース)

発行：西武・多摩部の公園パートナーズ
Tel 042-623-1615 (都立小宮公園)
<https://tamaparks.com>

発行日：2022年2月
写真：NPO法人NPO birth
編集製作：西武・多摩部の公園パートナーズ



Seibu Tamabu Partners

西武・多摩部の公園パートナーズ

八王子市・町田市にある4つの都立公園を「きわだつ個性！地域を輝かせる公園づくり」をコンセプトに管理する指定管理者です。西武造園(株)・NPO法人NPO birth・西武緑化管理(株)・(一社)防災教育普及協会からなる共同事業体で、専門性を活かしたパークマネジメントを行なっています。

私たちの取り組みは「令和3年度 第37回都市公園等コンクール」管理運営部門において、国土交通大臣賞を受賞いたしました。

多摩部の都立公園



<https://tamaparks.com/>