

日野市

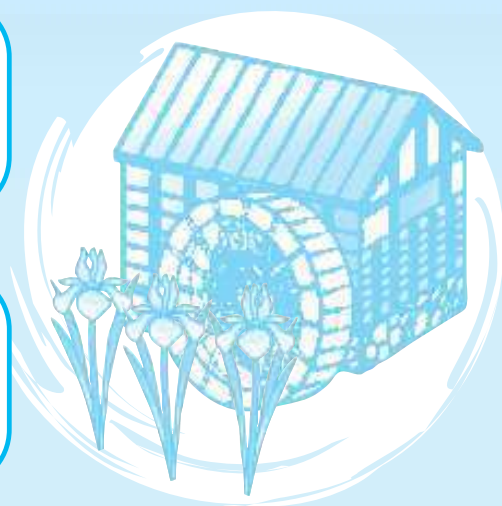
河川編

ウォーキングマップ

HINO City Walking Map

⑤ 浅川を歩こう！コース
～市の鳥カワセミとの出会いを求めて～

⑥ 多摩川を歩こう！コース
～多摩川の魅力あふれる自然にふれる～



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



⑤ 浅川を歩こう!コース

～市の鳥カワセミとの出会いを求めて～



E 石明神社

石田・新井の鎮守。浅川の堰(せき)の近くにあり、堰(せき)の神、水の神であったと考えられます。幼少期の土方歳三が境内で遊んでいたとも言われています。

F 落ち鮎の群れ

©井上鏡郎
10月中旬の朝に堰の上から川を見ると、落ち鮎の群れが見られます。写真の黒い部分が鮎の群れで、数百匹あまりが泳いでいます。

C 向島こども広場

向島こども広場には、ツイストや上半身ストレッチなどの健康遊具があり、ウォーキングの休憩がたお気軽に利用してみてください。

A 市民プール

夏季にオープンする市民プールには子供だけでなく多くの大人も訪れる人気スポットです。閉鎖期間も様々なイベントを実施しています。

B 駒形公園

浅川に沿って広がる公園で、市営のドッグラン「わんパーク」があります。また、かつて洪水への備えとして築かれた信玄堤が復元されています。

D ふれあい橋

市内を代表する富士山ビュースポットで夕暮れ時の風景が綺麗です。形状の美しい吊り橋は映画などの撮影で使用されます。橋の下は子供の魚釣り場が夏場は賑わいます。

約6.6km

季節: 春夏秋冬 | 所要時間: 約1時間40分
距離: 約6.6km | 消費カロリー: 約300kcal
歩数: 約9,430歩 | 難易度: ★☆☆

初級コース

高幡不動駅	約9分	ふれあい橋南詰	約8分	新井橋南詰	約12分	ふれあい橋北詰	約8分	高幡橋北詰	約8分
駒形公園	約17分	一番橋北詰	約17分	向島こども広場	約8分	高幡橋南詰	約15分	高幡不動駅	約0.47km

約8.8km

季節: 春夏秋冬 | 所要時間: 約2時間15分
距離: 約8.8km | 消費カロリー: 約405kcal
歩数: 約12,570歩 | 難易度: ★★☆☆

中級コース

百草園駅	約6分	浅川橋	約21分	新井橋南詰	約12分	ふれあい橋北詰	約14分	高幡橋南詰	約6分	向島こども広場	約15分
一番橋南詰	約9分	豊田児童グラウンド	約0.63km	平山橋北詰	約11分	滝山橋南詰	約20分	長沼橋北詰	約6分	長沼駅	約0.35km

約12.2km

季節: 春夏秋冬 | 所要時間: 約3時間
距離: 約12.2km | 消費カロリー: 約540kcal
歩数: 約17,430歩 | 難易度: ★★★☆☆

上級コース

豊田駅	約8分	中央図書館	約18分	一番橋北詰	約8分	豊田児童グラウンド	約15分		
平山橋北詰	約23分	一番橋南詰	約15分	向島こども広場	約16分	ふれあい橋南詰	約8分	新井橋南詰	約12分
ふれあい橋北詰	約15分	駒形公園	約1.14km	一番橋北詰	約1.23km	中央図書館	約0.5km	豊田駅	約0.82km

- 初級コース: ウォーキングサイン, 誰でもトイレ(民間), 坂道, 喫茶店, 寺院
- 中級コース: ビューポイント, トイレ, 階段, 交番, 神社
- 上級コース: 水遊び, 健康遊具, コンビニ, 消防署(出張所), 郵便局
- 道標: 湧水, ベンチ, スーパー, 学校, バス停
- コース上の信号: 誰でもトイレ(公共), 水飲み場, ガソリンスタンド, 病院, AEDのある施設

※地区センターのトイレは施設閉鎖時のみ利用可能です。
※AED(自動体外式除細動器)は、消防署・交番・学校や市の関連施設などにも設置されています。



G 平山橋

日野市の鳥であるカワセミをモチーフにデザインされた橋です。橋からは富士山が一望できます。

カワセミ

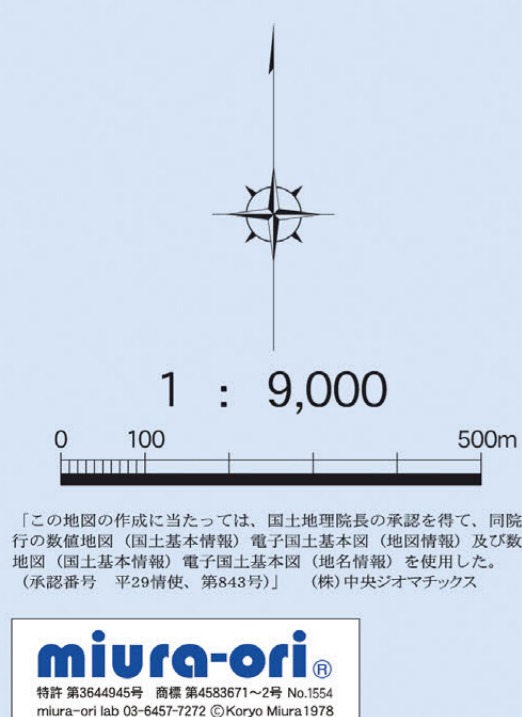
©小林美文
清流を好む鳥で、緑と清流のまちなかに暮らす。鳥の宝石といわれるほど美しい姿をしており、浅川沿いで運が良く姿を見ることが出来ます。

富士山ビューポイント

©小林美文

ウォーキングサイン

路面上にシールが貼付されており、歩く際の距離や時間の目安となります。富士山ビューポイントやカワセミ、健康遊具の場所を示す路面シールなどがありますので楽しく歩けます。



昭島市



① よそう公園 (よそう森場)
周辺の田畑、東光寺遺構(がいせん)の風景と水路は日野の原風景を思い起こさせてくれます。公園の湧き水が流れ込む水路には、水遊びをする子供で賑わいます。



② 水車堀公園の水車
日野の原風景の一部である水車小屋を復元した公園で、水車が趣深く展示されています。またパイプ型すべり台などの遊具も設置されています。



③ 東光寺大橋の碑
東光寺道に沿った日野用水の上堰堤が、東光寺上の台地から下った道路と交差する付近にかけられた橋の変遷を記した碑です。



④ 立日橋
立川と日野を結ぶ橋で、道路橋上を多摩モノレールが走ります。早朝や夕暮れ時にはその美しい風景を写真に収めるために多くの人がカメラを構えています。

⑥ 多摩川を歩こう!コース

~多摩川の魅力あふれる自然にふれる~

季節：春夏秋冬 所要時間：約1時間25分
距離：約5.4km 消費カロリー：約255kcal
歩数：約7,710歩 難易度：☆☆☆

初級コース
日野駅 約19分 水車堀公園 約16分 東光寺グラウンド 約20分
約12km 約1.0km 約1.3km
多摩川鉄橋 約14分 立日橋 約8分 日野橋 約0.5km 甲州街道駅



初級コース	誰でもトイレ(公共)	コンビニ	喫茶店	寺院
中級コース	誰でもトイレ(民間)	スーパー	警察署	神社
上級コース	トイレ	ガソリンスタンド	交番	郵便局
コース上の信号	健康遊具	坂道	学校	バス停
水遊び	ベンチ	階段	病院	AEDのある施設
湧水	水飲み場	区間距離	カワセミポイント	

※地区センターのトイレは施設開館時のみ利用可能です。
※AED(自動体外式除細動器)は、消防署・交番・学校や市の関連施設などにも設置されています。



季節：春夏秋冬 所要時間：約1時間45分
距離：約6.9km 消費カロリー：約315kcal
歩数：約9,860歩 難易度：☆☆☆

中級コース
日野駅 約73分 日野橋 約14分 万願寺渡船場跡 約10分 多摩川グラウンド 約8分 万願寺駅

季節：春夏秋冬 所要時間：約3時間20分
距離：約13.3km 消費カロリー：約600kcal
歩数：約19,000歩 難易度：☆☆☆

上級コース
日野駅 約73分 日野橋 約24分 多摩川グラウンド 約5分 北川原公園 約21分 クリーンセンター 約12分
新井橋 約22分 おちかわ地区広場 約11分 百草橋 約11分 多摩川百草ふれあい広場 約16分 百草園駅



⑩ 落川公園
公園の外周には三方に水路がのびており、ザリガニとりや水遊びが楽しめます。見通しのよい芝生の広場は親子連れでにぎわいます。



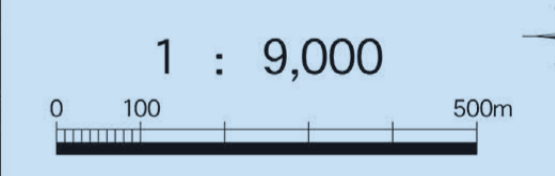
⑥ 万願寺渡船場跡
立川と日野を結んでいた多摩川の渡しとしてかつての日野橋の経営となっていました。大正15年に日野橋の開通により渡しは廃止し、現在は案内板がたっています。



⑦ 北川原公園
下水処理施設の屋根の上を利用して作られた芝生の公園です。高いところにあるために、多摩川やモノレール、富士山などの眺めが楽しめます。



⑤ 日野橋
立川と日野を結ぶ橋で、大正15年に開通されました。夕暮れ時には立日橋と多摩モノレールの美しい風景を写真に収めるため多くの人がカメラを構えています。



靴の選び方

- ◎紐で調節できるもの
- ◎中で指が開くほどの余裕があるもの
- ◎クッション性に優れたもの
- ◎靴底の厚みがあり、つま先から3分の1のところまで簡単に曲がるもの



ウォーキングを続けるコツ

- ◎歩きやすい靴を選びましょう。
- ◎自分のペースで歩きましょう。
- ◎歩いた距離、時間、感想などを記録しましょう。
- ◎この地図を利用して近所の道を歩いてみましょう。意外な発見やお気に入りの場所が見つかります。
- ◎歩き慣れたら、ウォーキングイベントに参加してみましょう。歩く仲間がいることで、よい励みになります。

