

START

1 JR王子駅(北口)

2 音無親水公園

3 王子神社

4 王子稻荷神社

5 名主の滝公園

6 ちんちん山児童遊園

7 中央図書館
(赤レンガ図書館)

8 十条野鳥の森緑地

9 地福寺

10 篠原演芸場

11 富士神社

12 JR東十条駅(南口)

GOAL

【ポイント】「王子」の地名の由来である神社や、軍施設の跡など、閑静な住宅街に点在する歴史的スポットがあります。

ウォーキングを行う際の確認事項

① 体調チェック

ひとつでも右の症状があれば、ウォーキングは中止しましょう。

- 平熱より高い発熱
- 咳、のどの痛みなどの風邪の症状
- だるい、息苦しい
- 体が重く感じる、疲れやすい

② 熱中症予防

人は汗をかいて体温上昇を防ぎます。体内の水分が不足すると熱中症になる可能性があります。

- こまめに水分・塩分を補給して休息をとる
- 人がいない場所や息苦しさを感じた場合はマスクを外す
- 高温、多湿、無風や微風、日差しの強い日はウォーキングを行わない

ウォーキングマナー

自分のゴミは持ち帰りましょう

交通ルールは守りましょう

車・自転車に注意して歩きましょう

歩行者同士お互いに譲り合しましょう

王子・十条コース

距離:約3.6km/消費カロリー:約162kcal
歩数:約5,143歩/所要時間:約54分



② 音無親水公園
この付近の石神井川は、かつて「音無川」と呼ばれる景勝地でした。この公園は、桜の名所として知られており、日本の都市公園百景にも選定されています。



③ 王子神社
中世に熊野信仰の拠点となった神社で、「王子」の地名は、この神社に由来しています。8月の祭礼では北区指定無形民俗文化財(民族芸能)の「王子田楽」が奉納されます。



⑤ 名主の滝公園
名主の滝は、落差8mの男滝(おだき)を中心とする4つの滝からなり、かつての王子七龍のうち現存する唯一の滝です。この公園は、これらの滝に加え、桜や紅葉を巡る回遊式庭園となっており、四季折々の自然が楽しめます。

- 凡例
- 公共トイレ
 - 施設内公共トイレ
 - 飲食店
 - コンビニ
 - 公園