

わくわく歩くるめマップ

1 上の原コース&黒目川コース



ダイヤモンド富士
富士山へ沈む夕日が
ダイヤモンドのように
輝く光景です

黒目川コース

～小山の歴史と四季を感じる水辺の散策路～

距離 約3.0km 時間 約45分
歩数 約4,290歩 カロリー消費量 約135kcal

- スタート 東久留米駅東口
- ↓ 約1.0km 約15分
 - 1 黒目川(弁天堀橋)
 - ↓ 約0.4km 約6分
 - 2 小山台遺跡公園
 - ↓ 約0.4km 約6分
 - 3 大圓寺
 - ↓ 約1.0km 約15分
 - 4 黒目川の桜
 - ↓ 約0.2km 約3分
- ゴール 上落馬橋



4 黒目川の桜



3 大圓寺

東久留米七福神の寿老人・福祿寿が祀られている。開運出世祈願などで信仰をあつめ、石塔や市内最古の庚申塔もある。(境内自由)



2 小山台遺跡公園

縄文時代中期の竪穴住居が発掘された公園。見晴らしがよく、春は桜・秋はどんぐり拾いを楽しめる。



1 黒目川(弁天堀橋)

市の名前の由来となる川。川沿いに遊歩道があり、春の桜・秋は銀杏の観賞を楽しめる。



4 宝泉寺

東久留米七福神の弁天がある。市指定有形民俗文化財の地藏菩薩が祀られている。(境内自由)



3 上の原東公園

上の原地区には複合商業施設や温浴施設などがあり、憩いの場となっている。



1 浄牧院

東久留米七福神の大黒天がある。樹齢400年のカヤの大樹はパワースポットとして親しまれている。(境内自由)



ダイヤモンド富士
富士山へ沈む夕日が
ダイヤモンドのよう
に輝く光景です。



上の原コース

～緑あふれる新たなまちへほのほの散歩～

距離 約4.6km 時間 約1時間9分
歩数 約6,570歩 カロリー消費量 約207kcal

- スタート 東久留米駅東口
- ↓ 約0.6km 約9分
 - 1 浄牧院
 - ↓ 約1.2km 約18分
 - 2 神山堂阪公園
 - ↓ 約0.2km 約3分
 - 3 上の原東公園
 - ↓ 約1.0km 約15分
 - 4 宝泉寺
 - ↓ 約0.6km 約9分
 - 5 平和橋
 - ↓ 約1.0km 約15分
- ゴール 東久留米駅北口

※各コースのカロリー消費量はウォーキング10分=30kcal(体重60kg、歩幅70cmの場合)、時間は時速4km、歩数は1歩=70cmで算出しています。



ちょっと実行、
ずっと健康。
東京健康づくり推進キャラクター
ケンコウデスカマン

コースの特徴	河川	湧水	公園	木・緑地	桜	神社	寺院	ファミリー	凡例	X 交番	救急病院	郵便局	神社	寺院	学校	幼稚園	保育園	トイレ	だれでもトイレ	主なバス停	東京の名湧水57選	水量の多い湧水点	東久留米の名木百選	国登録文化財	主な東久留米市指定文化財
--------	----	----	----	------	---	----	----	-------	----	------	------	-----	----	----	----	-----	-----	-----	---------	-------	-----------	----------	-----------	--------	--------------