



TOP > 観光スポット > 商店街、ショッピング > JR「中野駅」までひと駅歩く！広々ゆったり歩ける「中野新橋駅」編

シェア

ツイート



JR「中野駅」までひと駅歩く！広々ゆったり歩ける「中野新橋駅」編

2022.01.17 UP JR中央線沿線エリア 東京メトロ丸ノ内線沿線エリア 投稿者：区民レポーター 奥山 行

[グルメ] [カフェ、スイーツ、パン] [レストラン、居酒屋] [観光スポット] [商店街、ショッピング] [神社・仏閣] [まち歩き、公園] [区民レポーター]

並木道で季節の移り変わりを感じる中野からこんにちは！区民レポーターの奥山 行（おくやま ゆき）です。

家で過ごす時間が多くなりがち、体を動かす機会は積極的に取り入れたい今日このごろ。通勤・通学や日々の移動距離をちょい足し、「ひと駅歩く」ウォーキングと一緒に始めてみませんか？

私 奥山の最寄駅かつ中野区の顔、JR「中野駅」を目指して、歩きやすさ、安全性、景色の良さなどを考慮したおすすめルートをご紹介します。今回は広くてきれいなウォーキング向きのまち並み、東京メトロ丸ノ内線「中野新橋駅」からのスタート。新中野駅を経由するルートも楽しいですが、今回はまっすぐJR「中野駅」を目指して歩くコースを選んでみました。

【START】中野新橋駅



1番出口を出て、神田川へ向かって北上。駅周辺は明るくオープンな空間

東京メトロ丸ノ内線「中野新橋駅」よりスタート！丸ノ内線各駅から中野駅に行く場合、電車を乗り継ぐよりも、バスや歩きで移動した方が楽な場合がよくあります。駅を出ると日当たりのいい空間が広がり、駅のガラスが日光にきらめいて素敵！

HATOYA TOKYO 中野新橋駅前店でパンとコーヒーを

駅を出て神田川方面へ歩くとすぐ、「HATOYA TOKYO 中野新橋駅前店」が目に入ります。九州で展開する「はとや菓子舗」グループの中野店舗で、懐かしい甘さともっちりもちの食感が特徴のパンを買って帰りましょう！「きな

「粉もちもちパン」は、きな粉党じゃない人にもおすすめの逸品。口の中で革命が起きます。



モダンな外観とアットホームな店内。パン＆コーヒーの字に誘われます

パンに合う香り高いコーヒーもテイクアウトOK。パンの包みとコーヒーを片手に、さっそくウォーキング開始です！

★HATOYA TOKYO 中野新橋駅前店について詳しくは[コチラ](#)

セーブポイント① やよいポケットパーク

神田川沿いの散歩道には「やよいポケットパーク」があります。ベンチと木陰と川のせせらぎだけがあるシンプルな空間は、ちょっとひと息つきたい時にぴったり。



さんさんと注ぐ太陽の光を浴び、色とりどりの花が咲いています

軽く歩いて一周するもよし、ここでパンを食べてゆっくりするもよし。思い思いにリフレッシュして、再度ウォーキング開始です！

駅名にもなっている「中野新橋」を渡り、さらに北上します。反対側の欄干には、橋の名前が「なかのしんばし」とひらがなで書かれていてかわいい！広い歩道の上、景色を楽しみながら歩きましょう。



橋から見える景色、西と東で違った趣があります

セーブポイント② なかしん広場

中野新橋を渡った反対側の川沿いには「なかしん広場」があります。こちらコンパクトな公園ながら、「やよいポケットパーク」とはまた味わいの違う居心地のよさ。ここでパンを食べるのもいいですね。トイレ休憩が取れるのも魅力です。



トレードマークの桜の木。春は神田川に舞う桜吹雪が美しい！

枝ぶりもよく公園を包み込む桜の木に旅の無事を祈り、どんどん歩いていきましょう。

★なかしん広場について詳しくは[コチラ](#)

パワースポット① 本郷氷川神社

ちょっと西側の坂道へ寄り道すると「本郷氷川神社」があります。敷地内は涼しく静謐（せいひつ）な空気が流れ、疲れやモヤモヤがずっと晴れるよう。ぐるりと一周するだけで、ぐんぐんウォーキングパワーが溜まるのがわかります！



木漏れ日の中で堂々と立つ石造の鳥居。くぐりたい！

力と冒険の神、須佐之男命（すさのおのみこと）に厄払いと体力回復をお願いしたら、再びウォーキングを始めましょう。

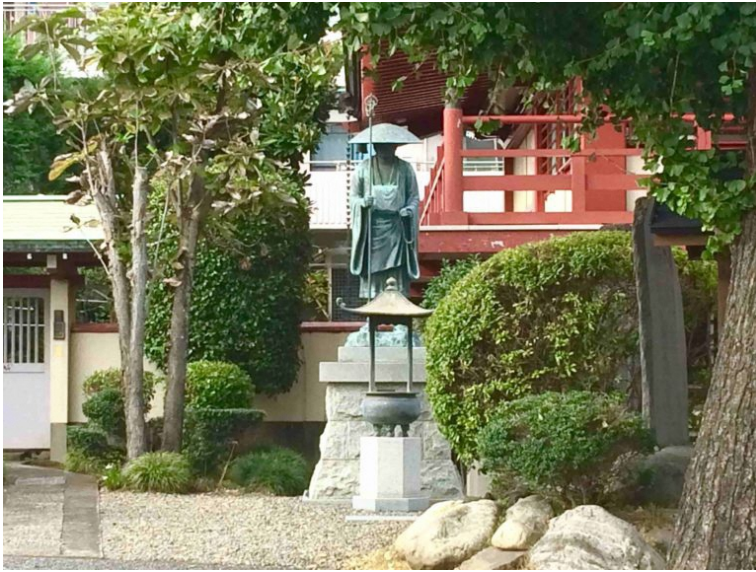
★本郷氷川神社について詳しくは[コチラ](#)

パワースポット② 福寿院

東側へ寄り道すると、「福寿院」があります。広い境内を歩けば歩くほど、心が落ち着いていきます。初めて訪れる方は、人頭蛇身の「宇賀神の像」にぜひご挨拶を！ウォーキングパワーをいただけること間違いなしだと思います。



赤い寺院が美しい！大通りの隣にあるのに、不思議と閑静な境内



本尊の薬師如来像を作ったと伝えられる弘法大師の像も

薬師如来と弘法大師に旅の安全をお願いして、再び歩き始めましょう。

★福寿院について詳しくは[コチラ](#)

パワースポット③五柱五成神社

交差点まで北上し、青梅街道を西へ歩いて行くと「五柱五成神社」があります。「ごしゃいなり」という読みの通り、京都伏見稲荷からの御分霊をお祀りしています。衣・食・住一切を司るとあるため、健康な中野暮らしのためのウォーキングパワーもしっかりチャージできるはず！



右側本殿が五柱五成神社、左側摂社が天五色辨財天。カラフルで力強い！

さまざまな神々が祀られているので、旅の安全をお願いしましょう。もうすぐ全行程の半分です！

★五柱五成神社について詳しくは[コチラ](#)

神宮豆腐 中野総本店でおいしい京がんも

鍋屋横丁の交差点を北上すると、左手に「神宮豆腐 中野総本店」があります。昭和33年から営業する老舗の味をお土産にしましょう。イチオシはずっしり食べごたえのある京がんも！

そのまま飲んでも、温めてもおいしいワンカップサイズの豆乳もおすすめです。ひと手間かけるならほうじ茶ラテにもどうぞ。



白くて四角い、豆腐のような看板がキュート

買った豆腐やがんもの使い道を考えながら、徐々に北西へ向かって進路を取ります。

★神宮豆腐 中野総本店について詳しくは[コチラ](#)

パワースポット④天祖神社

交差点まで北上し、青梅街道を西へ歩いて行くと「天祖神社」があります。天照皇大神を祀る小さな神社で、開かれた境内に地元の人々が気軽に立ち寄っています。子どもたちが元気に遊ぶ穏やかな空間で休憩すれば、減りつつあったウォーキングパワーもすっかり元どおり。



立派な銀杏が木陰を作り、爽やかな風が吹き抜ける境内

狛犬を撫でながら旅の安全をお願いし、さらに北へと歩いていきます。

セーブポイント③ 中野区立いちよう公園

桃園川緑道に突き当たる手前、「中野区立いちよう公園」に寄りましょう。秋になるといちようが色づいて素晴らしい眺めになりますが、緑の葉が茂る季節も過ごしやすい公園です。ここで最後のパンを食べつつ、しっかり水分補給もしましょう。



ひんやりと涼しい木陰にはベンチがあります

ここまで来れば、中野駅までもうひと息！四季折々の自然を楽しめる、桃園川緑道を通して西へ向かいます。



「かみみやばし（上宮橋）」の欄干から桃園川緑道へ入り、西へGO

kurumari（くるまり）でふんわりオムライス

緑道を抜けてすぐ、中野通り手前のビル2階に「kurumari（くるまり）」があります。オムライス通だけではなく、ボードゲーム好きの間でも有名な人気ダイニングバー。「包むオムライス党」の私イチオシのお店です。ゴルゴンゾーラのチーズクリームオムライスは、見た目も味も食後の満足感もバッチリ！



オムライスと3つのビールが輝く赤い旗が目印！

ほかほかのオムライスに前菜をプラスして、中野駅へと家路を急ぎます。ゴールはもうすぐ！

★kurumari（くるまり）について詳しくは[コチラ](#)

【GOAL】中野駅

北へ向かって歩き、ようやくJR中央線「中野駅」南口が見えてきました！中野新橋駅1番出口からここまでは、休憩なしで早歩き～普通に歩くと25～30分程度、寄り道すると45分程度で歩き切ることができます。それなりに距離があり、緩やかですがいくつかの坂道を通るので、ちょっとまとまった量のウォーキングをしたい方はぜひ歩いてみてください。



やっとJR「中野駅」の姿が！まさに実家のような安心感

今回歩いた「中野新橋駅」1番出口から「中野駅」南口までのルートは、約2.1km、約3,000歩を歩くことができます。ご紹介したスポットをすべて回ると約3,500歩は歩けるので、目標歩数の参考にしてください。

中野の地理を足で覚えて、心身の健康も保てるなんて一石二鳥！毎日の運動にはぜひ中野ウォーキングをお試しください。



※問い合わせ先の記載がない記事については、まるっと中野編集部までお問い合わせ下さい。

掲載場所近隣の区民の皆様にご直接お問い合わせすることはご遠慮いただきますよう、お願い申し上げます。

※掲載情報は全て記事取材当時のものです。