



JR「中野駅」までひと駅歩く！線路とアートの「東中野駅」北側ルート編

2021.10.12 UP JR中央線沿線エリア 投稿者：区民レポーター 奥山 行

[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]

自然とアートが仲良く同居す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。

出かける機会が少なくなり、なんとなく体を動かす機会をつかみにくい今日このごろ。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。今回は適度で無理のない運動量が期待できる、JR中央総武線・東京メトロ大江戸線「東中野駅」からのスタート。線路沿いを歩いて移動できるので、「ひと駅歩いてる！」という実感が湧きやすいルートです。

【START】東中野駅



スタート地点のA3番出口。ここから夕陽を浴びて輝く駅ビルが見えます

JR中央総武線・東京メトロ大江戸線「東中野駅」からスタート！駅前には広々として歩きやすく、周辺にはお店がたくさん。ウォーキングしやすい環境が整っています。

「かきもち処 はやしや」でかきもちをゲット

山手通りの角にある「かきもち処 はやしや」を目印に、線路沿いを歩いて行きます。「中野の逸品グランプリ」最優秀逸品賞を受賞するほどのかきもちは、お持たせにも自分用にもぴったりです。私 奥山の推しは、青のりとごまたっぷりの「大月かきもち」。固めの濃い味が好きな方はぜひ！



レトロモダンな文字のサインが目印。店内はかきもちの王国です

帰宅後のおやつ、またはウォーキングのお供を買ったら、そっとカバンにしまって出発します。

★「かきもち処 はやしや」について詳しくは[コチラ](#)

「南インドの味カレーリーフ」でおかずをゲット

「かきもち処 はやしや」のすぐ隣、東中野の老舗「南インドの味カレーリーフ」は、明るい黄色と緑のサインが目印のお店。ランチタイムや夕暮れ時にはスパイスとバターの香りが漂い、自然に足が向いてしまいます。私 奥山の推しカレーは「チキンペッパーカレー」。辛口OKな方はぜひ！ポテトの食感が楽しいです。



写真ぎっしりの賑やかなメニューが食欲をそそります

夕ごはんのおかず、もちもちのナンを包んでもらったら、今度こそ出発です！

★「南インドの味カレーリーフ」について詳しくは[コチラ](#)

「ドーカン」でジェラートをゲット

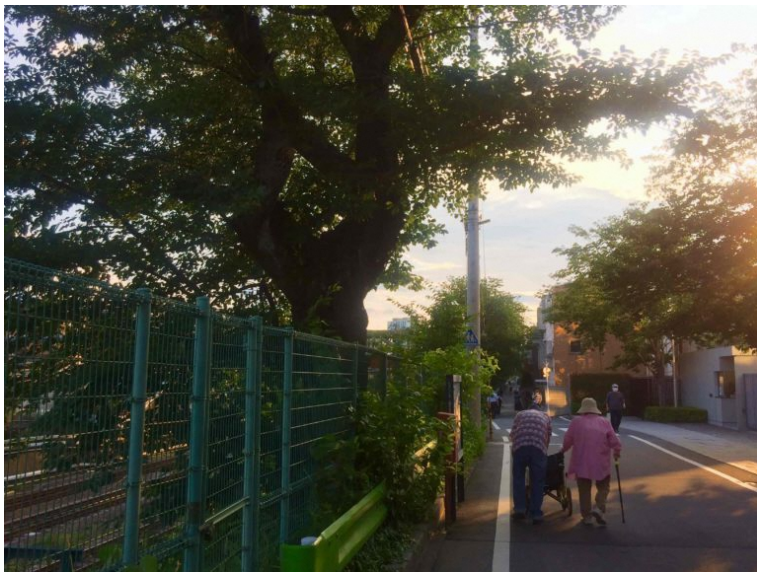
「南インドの味カレーライフ」を出てJRの線路沿いを歩いていくと、コンディトライ（ドイツ語で「お菓子屋さん」の意味）「ドーカン」があります。運動して適度におなかを空かせてから訪れるのがおすすめ。



かわいいコアラのサインと、シンプルで上品な看板が目印

私 奥山は自家製かぼちゃジェラートが大好き！特徴的な形のコーンもサクサクでおいしいです。ウォーキングのお供にジェラート、帰宅後のデザートにモンブランを買ったら、本当に今度こそ出発！後の楽しみをしっかりと確保すれば、足取りも軽くなります。

★「ドーカン」について詳しくは[コチラ](#)



歩行者がのんびり行き交う、自然豊かな道

桜山通りを線路沿いに西へ。日当たりがよく、夕方は美しい西日で道全体がキラキラ輝いて見えます。道を歩く人々も、心なしかゆったりしたペース。中野区の中でも特に好きな道の1つです。

セーブポイント① 中野区立さくら公園

3分の1くらい歩いたら、ちょっと右の道に入ると「中野区立さくら公園」があります。



日なたはポカポカ、木陰はさわやか。オールシーズン快適です

きれいな遊具と砂場が完備されており、子どもたちにも人気の公園です。いつ来てものんびりした雰囲気、ひと休みにはもってこい。晴れた日は抜けるような青空が広がります。



開けた空と行き交う電車…どこか懐かしい気持ちになる景色です

セーブポイント② 中野区立天神公園

半分以上歩いたかな？と思う頃、再び右の道に逸れると「中野区立天神公園」があります。「打越天神北野神社」の境内が公園になっていて、地元の癒しスポットになっています。



清潔に保たれた境内。運がよければかわいい三毛猫に出会えます



線路沿いにも多く咲くアガパンサス。ここでは特に見事な咲きっぷり！

祭神である菅原道真公に旅の無事と学業成就を祈り、再びウォーキングを始めます。



途中で南側に渡ることもできます。電車がこんなに近くに！

電車×ワンダーランド！線路沿いの「アート壁画」

JR「中野駅」北口線路沿いには、知る人ぞ知るアートスポットが広がります。



見慣れた電車とアートが調和し、ここでしか撮れない写真に

線路沿いの落書きを防ぐため、美術学校と協力して行われたプロジェクトだとか。実際に歩くとわかりますが、範囲が非常に広い！割と高い壁なので、不思議なアート世界に迷い込んだような気持ちになれます。



噛めば噛むほど味が出る、まさにするめアート

時々絵が変わっているので、お気に入りを探しながら歩いてみてください。私 奥山の一押しはこの「するめ」でした。ほどよく炙られたするめの乾き具合と、背景の鮮やかなブルーがなんだか夏を感じさせます…おいしそう…！

★「アート壁画」については[コチラ](#)

セーブポイント③ 中野区立天神小公園

「中野区立天神公園」のすぐ近くには「中野区立天神小公園」があります。緑に囲まれた公園内にはベンチが並び、中央には大きな人工芝が敷かれています。



公園入り口は広々としてウェルカムな雰囲気

ここまで来たら、「中野駅」まではあと少し！人工芝の上で足のストレッチをしたら、いよいよラストスパートに入ります。



アート壁画に沿ってまっすぐ歩けば、目的地がちゃんと見えてきます

どんどん歩いていくと、少しずつ駅前の賑やかな音が聞こえてきます。ちょっと疲れてきたかな？と感じる頃、前方に現れるのは中野駅の駅舎。旅の終わりはもうすぐ！

【GOAL】中野駅

ついにJR中央線「中野駅」北口に到着！「東中野駅」からここまで、休憩なしで早歩き～普通に歩くと20～25分程度、寄り道すると30分程度で歩き切ることができます。移り変わる景色を楽しみながら、ウォーキングの達成感を気軽に味わえるコースです。



北口のサイン。駅前周辺に来ると一気に活気あふれる雰囲気

今回歩いた「東中野駅」からJR中央線「中野駅」北口までのルートは、最短で約1.7km、約2,500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3,000歩を軽く超えるので、目標歩数の参考にしてください。歩くだけで爽やかな気分になれる、中野のウォーキングで手軽に季節を感じましょう！



※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迷惑をおかけすることを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。