



## JR中野駅までひと駅歩く！初めてでも安心の「新中野駅」編

2021.06.18 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] [まち歩き、公園] [区民レポーター]

初夏の陽気が近づく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、体を動かす機会は積極的に確保したい今日このごろ。通勤・通学や日々の移動距離をちょい足し、「ひと駅歩く」ウォーキングを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。今回はウォーキング初心者の方でも安心、東京メトロ丸ノ内線「新中野駅」からのスタート。「JR中野駅」と「新中野駅」は直接路線では繋がっていませんが、距離的にはおよそひと駅分です！

### 【START】新中野駅



1番出口から地上へ。正面に周辺案内図もあるので安心

東京メトロ丸ノ内線「新中野駅」よりスタート！中野区内には多くの路線が通ります。違う路線の駅間は、乗り換えより歩いて移動した方が近い場合も。まさにウォーキングにぴったりの環境なんです。

### セーブポイント① 杉山公園

中野通りの横断歩道を渡ってすぐ、広々とした「杉山公園」でウォーキング装備を整えましょう！



日陰にはベンチ完備。頭上に揺れる緑がいい感じです

ひと駅歩く際に大切なのは、準備をしっかりすること。スニーカーに履き替えたり、軽くストレッチをしたりするだけで、運動のやる気もチャージできます。私 奥山はここで水分もチャージ。



花壇には色とりどりの花が！雨模様の日も鮮やかに咲いています

公園内のベンチとトイレでリフレッシュしたら、親子三体の「杉山地蔵尊」を彫った石碑に旅の無事を祈り、さっそくウォーキング開始です！

★杉山公園について詳しくは[コチラ](#)

## 「Tasting BAR 柴田屋酒店 本店でちょっと1本

中野通りを北上し、モダンなサインと内装が目を引く「柴田屋酒店 本店」前を通ります。自社輸入ワイン・クラフトジン、国内外のクラフトビール、日本酒など豊富な品揃えがあり、試飲して購入できるとあっては寄らずにはられません！





店前の京王バス停留所「杉山公園」からバスでJR中野駅へ行けます

ステイホームのお供の1本、または家族へのお土産の1本を手にしたら、再びウォーキング開始です。

★Tasting BAR 柴田屋酒店 本店について詳しくは[コチラ](#)



雰囲気のある建物がたくさん！人通りも比較的のんびりしています

中野通りをさらに北上。この道は坂道もほとんどなく、平坦で歩きやすいので、初めて通る場合もリラックスしてウォーキングできます。至るところに自然があるのも嬉しいポイント。



ふとしたところに花や緑を発見できます

## セーブポイント② 中央公園

中野通りを1本左に入ると、中野区立桃花小学校に隣接する「中央公園」があります。眺めのいい場所にあるベンチで水分補給したり、靴ひもを結び直したり。ゆっくりと時間が流れる憩いの場所です。トイレ休憩もここで取りましょう。



ケヤキの木が作る適度な日陰が、疲れた足に優しく効きます

公園の人気者、大きなキノコの下に寝そべるゴリラのオブジェに旅の無事を祈り、再びウォーキングを始めます。

★中央公園について詳しくは[コチラ](#)

## こげつどう（虎月堂）でちょっと甘いもの

中野の老舗和菓子屋「こげつどう（虎月堂）」は、ボリュームたっぷりのくりまんじゅう・どらやきなどが並ぶ評判のお店です。昔ながらのたたずまいが食欲をそそり、寄らずにはいられません！





「くりまんじゅう くりもなか」ひらがなの商品名がおいしそう

これとこれは明日のおやつ、こっちはウォーキングのご褒美に…と甘味を手に入れたら、目的地まではあと半分の道のり。どんどん進みましょう！

★こげつどう（虎月堂）について詳しくは[コチラ](#)

### セーブポイント③ 橋場公園

再び中野通りを1本左に入ると、住宅街の中に「橋場公園」があります。ベンチに座って空を見上げれば、ごちんまりとした公園内の木々に囲まれて疲れもほぐれます。



右に見えるのは藤棚。花ざかりの季節が待ち遠しいです

近隣の子もたちはもちろん、通りすがりの大人も一息つけるオアシスのような公園。軽く足のストレッチをしたら、いよいよウォーキング後半戦です。

★橋場公園について詳しくは[コチラ](#)

## 桃園橋跡を歩こう

「桃園橋」と書かれた桃園橋跡が見えたら、そろそろ中野通りの五差路にさしかかります。古くは徳川8代将軍吉宗の時代から残っている橋梁の親柱と欄干ですが、2021年4月から撤去工事が始まっています。



周辺の景色も大きく変わりそう。ぜひ撤去前に足を運んでみてください。

## 南口本通りアーケード街で雨の日も安心！

「南口本通り」の赤いサインが見えたら、ようやくラストスパート！「南口本通りアーケード街」に着いたら、目的地のJR中野駅まではあと5分くらいです。頭上に並ぶお店の看板がちょっとレトロで親しみやすい、地元で愛されている商店街です。



中野通りに面したアーケード街は、どこか懐かしい雰囲気





中野区の木「しい（椎）」が立ち並び、雨や暑さを防ぎます



中野区の花「つツジ」がこんなところに！春から初夏が見頃です

毎年中野区で行われる「アール・ブリュット展」の時期は、アーケード街全体がアートに包まれます。いつも以上に歩くのが楽しくなりますね。

## カルタゴでちょっと地中海料理

アーケードの反対側、中野通りの横道を左に入ったところにあるのは、アラブ・トルコ地中海料理店「カルタゴ」です。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。



青が美しい外観はまさに地中海。店内もとってもおしゃれ

クスクスという粒状のパスタを使った料理が非常に美味しく、野菜も肉も盛りだくさん食べられます。私 奥山はこのラム肉の大ファン。スパイスの染み込んだ味付けがクセになります！お腹が満たされたら、ゴールはもう目前です。

★カルタゴについて詳しくは[コチラ](#)

## 【GOAL】中野駅

JR中央線「中野駅」南口が見えてきました！新中野駅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12～15分程度、寄り道しても20分程度で歩き切ることができます。ウォーキングを始めたばかりの人も、負担なく楽しく歩けるおすすめコースです。



JR中野駅のサイン。南口周辺は夜でも明るく歩きやすいです

今回歩いた新中野駅1番出口からJR中央線「中野駅」南口までのルートは、最短で1.1km、約1,500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2,000歩を軽く超えるので、目標歩数の参考にしてください。春から夏は中野の緑が輝く季節、毎日の運動にはぜひ中野ウォーキングを！





※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。