



いたちよ探検隊 in 東京家政大学

このキャラクターも
私たちが考えました

私たちは、東京家政大学の保育学生です。
板橋区の魅力をちょこっとでも発信できればと思い、
「いたちよ公式Instagram」で公園を紹介しています。
ぜひ、投稿を見て、みなさんのお気に入りの場所を
探してみてください！

#いたちよ探検隊



「#itachoco_cool」キャンペーン

Instagramで板橋区の公園に関する写真や動画の
投稿を募集しています。

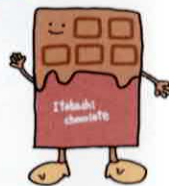
お気に入りの公園やみんなにも教えたい公園の“cool”な
ところなどを「#itachoco_cool」を付けて投稿してください。
“cool”な写真や動画は板橋区のプロモーションに採用されるかも!?
みなさまからのたくさんの投稿をお待ちしています。

〈参加方法〉①公式アカウント=@itachoco_itabashiをフォロー
②「#itachoco_cool」を付けて写真または動画を投稿

みんなが
知っているいたばしの
“cool”なところを
ちょこっと教えて。



いたちよ公式
Instagram



板橋区観光協会Webサイト

まち歩き情報 ライブラリー

ぶらり、いたばし



いたばしのまち歩きが楽しくなるような情報が
詰まったサイトです。「いたばしスイーツ」など
のグルメ特集や、エリア特集も見どころです。
毎月更新されるイベント情報も要チェック。

板橋区へのアクセス



発行：板橋区くらしと観光課
〒173-0004
東京都板橋区板橋二丁目65番6号
(板橋区情報処理センター6階)
☎ 03-3579-2251

協力：板橋区観光協会
東京家政大学

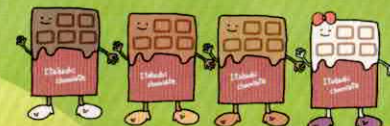
令和6年3月発行



いたばしのいいところをちょこっと

いたちよ ブック

～公園編～



ITA CHOCO BROTHERS



板橋区 マップ



たいけん p3 / 4

- ① 東板橋公園
- ② 板橋公園
- ③ 城北公園
- ④ 見次公園
- ⑤ 氷川つり堀公園

いやし p5

- ⑥ 水車公園
- ⑦ 舟渡水辺公園
- ⑧ 荒川戸田橋緑地
- ⑨ 板橋区平和公園

うんどう p6

- ⑩ 小豆沢公園
- ⑪ 前野公園

しぜん p7 / 8

- ⑫ 赤塚溜池公園
- ⑬ 赤塚植物園
- ⑭ 薬師の泉
- ⑮ 都立浮間公園
- ⑯ 出井の泉公園
- ⑰ 竹の子公園

おもしろ p9 / 10

- ⑱ 紅梅公園
- ⑲ 大谷口児童遊園
- ⑳ 西台公園
- ㉑ 蓮根川緑道

テイクアウト p11 / 12

- ① 下田流
- ② おにぎり鈴丸
- ③ イタリアごはんとおやつcurari
- ④ のぞみジェラート
- ⑤ ミートショップ新井精肉店
- ⑥ サンサンクレール

イートイン p13 / 14

- ⑦ ハングリーヘブン
- ⑧ ブラウンオニオンカレーファクトリー
- ⑨ いわい製麺
- ⑩ たまごの鶴田
- ⑪ Cafe Olive
- ⑫ ロジャースキッチン

板橋区には約400カ所の公園があり、公園やその周辺地域の魅力をもっと知ってほしいという思いから、今回「公園」をテーマにガイドブックを作成しました。

「いたちよこぷく」というタイトルは、いたばしのいいところをちよこっと知ってほしいという意味を込めて、東京家政大学の学生が考案しました。

私たちが本紙で紹介している公園のほかにも、おすすめの公園や様々な情報を「いたちよこ公式インスタグラム」で紹介しています。長く板橋区にお住まいの方も、公園巡りから新たな発見があるかもしれません。

「いたちよこぷく」を通して、公園で充実した時間を過ごしていただけたら幸いです。

アイコンの説明

- 🕒 営業時間
- 🛑 施設休業日
- ☎️ 電話番号
- 🔄 おむつ交換台
- 👤 オストメイト用設備
- ♿️ 障がいのある人が使える設備
- 💳 いたばしPay使えます

※施設の営業時間等は事前にご確認ください。

たいけん



① 東板橋公園 板橋3-50-1 (板橋こども動物園)

時 動物園 10:00～16:30 (12月～2月は16:00まで)
休 動物園 月曜 (祝日の場合は直後の平日) 12/29～1/3他

トイレ ♿ 複合遊具 健康器具

東板橋公園内にある板橋こども動物園にはかわいい動物がたくさん! 年間を通して動物とのふれあいやエサやりなどが体験できます。



ふれあえるよ!



② 板橋公園 大山西町21-1 (板橋交通公園)

時 乗り物の貸出 9:00～16:00
都電・都バスの展示 9:00～15:45
休 交通公園 月曜 (祝日の場合は直後の平日) 12/28～1/4

トイレ 複合遊具

横断歩道や信号機があり楽しく交通ルールを学べます。園内では、ゴーカート・三輪車・自転車を出貸 (無料) しているほか、都電や都バスの展示も行っています。



③ 城北公園 坂下2-19 (城北交通公園)



時 交通公園 9:00～16:00
休 交通公園 月曜 (祝日の場合は直後の平日) 12/28～1/4

トイレ 複合遊具 健康器具



動画はこちら

未就学児を対象に補助付自転車・豆自動車・三輪車を貸出 (無料) しています。蒸気機関車・ミニSL・都バスを展示し、模型電車の運行もしています。

④ 見次公園 前野町4-59-1



時 手漕ぎボート体験 3/20～10/31の土曜・日曜・祝日

トイレ 遊具 健康器具

3人乗りの手漕ぎボート (1隻30分240円) を利用できます。
※冬期休業のため営業期間に注意。



⑤ 氷川つり堀公園 氷川町21-15



時 9:00～16:00 (7月～8月は8:30～16:30)
休 第1、3、5木曜 (祝日の場合は直後の平日) 12/28～1/4

トイレ

園内には和金・タナゴ・クチボソ・ウグイ・フナなどの魚がいて、釣り体験ができます。竿を出貸 (無料) しています。

※魚のお持ち帰りはできません。
※エサは各自でご準備ください。



お魚のレリーフが楽しい



いやし

6 水車公園 四葉1-17-2

時 水田・日本庭園・徳水亭茶室 9:00～16:30

休 12/28～1/4

トイレ

水車公園には古き良き田園風景が残っており、水車小屋内部の構造部分も見学できます。水田では田植えと稲刈りを近隣の小学生が行っています。徳水亭茶室は事前予約(有料)で利用可能です。



8 荒川戸田橋緑地 新河岸1-25-1 (草地広場)



トイレ 遊具

周辺には魚や鳥、昆虫類などを観察できる生物生態園があります。約29,000㎡の広大な芝生では、天気の良い日にピクニックやバーベキュー(要事前許可)を楽しんでみてはいかがでしょうか。



7 舟渡水辺公園 舟渡4-4-1

トイレ 遊具 健康器具

ドラマや映画のロケ地としてたびたび使用されています。みなさんも見覚えがあるかもしれません。



動画はこちら



◀太極拳-雲手

9 板橋区平和公園 常盤台4-3-1

トイレ 複合遊具

園内には、ポーロニヤ絵本館やカフェを併設した中央図書館があります。屋外テラスや広場など公園と一体化しており、快適な空間で過ごせます。園内にある池の形は「へいわ」の文字をかたどっているとカ。



うんどう

10 小豆沢公園 小豆沢3-1 (あずさわスポーツフィールド)

トイレ ♣️ ♿ 複合遊具 健康器具



楕円形の通路「あずさわループ」は公園全体を見渡せる開放的な空間で、ウォーキングやランニングができます。そのほか、テニスコート(要事前予約)や3×3のバスケットコートなどがあり、様々な世代の方がスポーツを楽しめます。



動画はこちら



11 前野公園 前野町5-1-1

時 ポールあそび広場 7:30～17:30 (10月～2月は16:30まで)

トイレ ♣️ ♿ 複合遊具 健康器具

いこいの広場やこどもの池、複合遊具、フェンス付の砂場などがあり、幅広い世代が楽しめます。そのほか、バスケットコート(ハーフ)がある「ポールあそび広場」は、ネットで囲まれているため、のびのびとボール遊びができます。



▲公園内の遊具





動画はこちら

12 赤塚溜池公園 赤塚5-35-27



トイレ 複合遊具

園内には約150本の梅が植えられており、一斉に花をつけた姿は一見の価値あります！隣接して郷土資料館、区立美術館、赤塚城跡公園があり、ゆったりとした時間を過ごせます。



13 赤塚植物園 赤塚5-17-14

時 9:00～16:30 (12月は16:00まで)

休 12/29～1/3

トイレ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪

本園、万葉・薬用園および農業園の3つのエリアで構成されています。敷地内には約600種の植物があり、四季折々に楽しめるのが特徴です。農業園では野菜を鑑賞することもできます。



14 薬師の泉 小豆沢3-7-20

時 9:00～16:30

休 12/28～1/4

トイレ

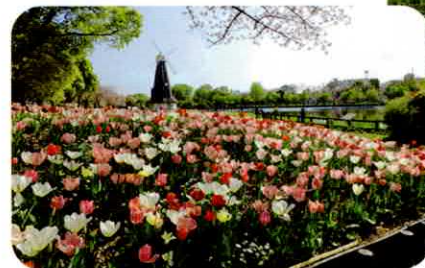
中山道沿いにある、江戸文化のかおりを持って復元された庭園です。庭園内のあふれる木々は四季折々の表情を見せてくれます。また、石畳の園路には、ハート型に見える石があるとか。



15 都立浮間公園 舟渡2-14

トイレ ♪ ♪ ♪ ♪ ♪ 複合遊具 健康器具

公園の面積の約40%を浮間ヶ池が占め、池畔には公園のシンボルとして設置された風車が映えます。また、多くの緑に囲まれた運動施設や遊び場があります。



16 出井の泉公園 泉町24-6

遊具 健康器具

通称「あじさい公園」。公園として整備する際に植えられた約600本のアジサイが斜面一帯に咲き誇る様は圧巻です！アジサイは6月中旬に見頃を迎えます。



17 竹の子公園 大門12-2

トイレ

以前から竹林があった場所に、新たに約13種類の竹を植えて整備した公園です。竹林に差し込む日差しが、幻想的な景色を作り出してくれます。



おもしろ

18 紅梅公園 徳丸8-5-1

トイレ ♪ ♿ 遊具

高台にある、見晴らし抜群の公園です。園内で一段高いところには大きな木があり、夏になるとちょっとした避暑地に。公園内の高低差を利用した長めのローラースライダーは子どもたちに大人気です。



動画はこちら



19 大谷口児童遊園 大谷口北町21-2

(かいじゅう公園)



トイレ ♪ ♿ 複合遊具 健康器具

公園の中心にそびえ立つかいじゅうの姿は、まさに公園の顔！ このほか、幼児も安心して水遊びができる微細ミスト、トイレや水飲み場、園路のバリアフリー化など、公園全体がユニバーサルデザインになっています。



20 西台公園 西台1-23-1

トイレ ♪ ♿ 遊具

起伏のある地形を利用した全長30メートルもあるロングすべり台は子どもにも大人にも大人気！ 森の中にはターザンロープなどのワイルドな遊具があるので、冒険気分でご遊んでみては？

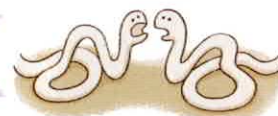


21 蓮根川緑道 蓮根3-3地先

(へび公園)

トイレ ♪ ♿ 遊具

不動の滝に白蛇が水を飲みに来た伝承から、白く大きなへびの遊具が置かれており、ひときわ目を引きまします。白蛇は幸運を運んでくる神の使いという言い伝えがあるので、触ってみるといいことが起こるかも。





公園のお供に テイクアウト

① 下田流 高島平7-26-4

時 7:30～17:00 休 月曜、水曜、金曜
地元で人気のパン屋さん。常にお客さんでにぎわう店には、店主考案のユニークな創作パンが並びます。ずっしりとした見た目のあんバターベーグルは、たっぷりのあんと厚切りバターでボリューム満点。おやつにどうぞ。



あんバターベーグル

板橋の
いっぴん



玉子焼きと塩昆布マヨ

② おにぎり鈴丸 中板橋25-9

時 7:00～14:00頃 (売り切れ次第終了)
休 日曜 ☎ 03-6905-5330
定番の梅、鮭などはもちろん、おにぎり鈴丸ならではの変わり種も楽しみの一つ。一番人気は「板橋のいっぴん」にも選ばれた玉子焼きと塩昆布マヨ。日替わりおにぎりも楽しめます。



③ イタリアごはんとおやつ curari 赤塚2-9-12 香取ビル1F

時 11:00～17:00 休 不定休
☎ 03-4283-0715
おすすめは約500℃の石窯で焼き上げる本格ナポリピッツァ。生地合うよう厳選したトマトソースを使用し、約6種類のモッツアレラチーズをブレンド。ほかでは味わうことができない特別なピッツァをテイクアウトでも楽しめます。



マルゲリータ



④ のぞみジェラート 小豆沢2-28-6

時 13:00～17:00 休 月曜、火曜、木曜(変動あり)
☎ 03-5948-7220
店内で手作りされたジェラートは、素材を生かしたシンプルな味が特徴。定番の6種類に加え、季節の果物を使った限定フレーバーや、日替わりのフレーバーをご用意しています。テイクアウト用のセットもあり、お土産にも最適です。



ジェラート(こだわりいちご・のぞみのミルク)

東武東上線
大山駅長おすすめ



メンチカツ、コロッケ

⑤ ミートショップ 新井精肉店 大山町40-7

時 精肉10:30～20:00 揚げ物11:30～19:00
休 火曜 ☎ 03-3973-0291
昭和11年創業の老舗精肉店。国内産にこだわったお肉と揚げ物が購入できます。定番はコロッケ、メンチカツ。地元の方はもちろん、著名人が差し入れとしても選ぶ人気商品。食べ歩きにもおすすめです。



チーズアボカドサンド

⑥ サンサンクレール 仲宿56-18

時 10:00～19:00 ☎ 03-3964-3396
かわいらしい外観のサンドウィッチ専門店。具材たっぷりのサンドウィッチをお手頃価格で楽しめます。デザート系、惣菜系など種類も豊富。一番人気はフルーツサンド。季節によって果物が変わるこだわりも。



フルーツサンド



#いちぢよ公園_テイクアウト



ハングリーヘブンチーズ

⑦ハングリーヘブン 常盤台4-33-3
アサカビル2F

時 11:00～21:00水曜のみ 11:00～16:00
(L.O.は30分前) ☎03-3937-8929

上板橋の焼肉店発祥のハンバーガー店。ジューシーなお肉と褐色のバンズが自慢のハンバーガーは、10種類以上のソースでカスタム自由! お酒に合うサイドメニューも用意され、ちょい飲みなどでも楽しめます。

⑧ブラウンオニオンカレーファクトリー 高島平5-22-12

時 水曜～日曜 11:00～15:00(L.O.は30分前)

休 月曜、火曜

☎03-5967-1477

玉ねぎをじっくり炒めて作るブラウンオニオンカレーは、濃厚な味わいが特徴です。2種類のカレーと彩り鮮やかな野菜の付け合わせが基本スタイル。トッピングはボリューム満点のチキンかつがおすすすめです。



2種の
カレー チキンかつ

かき揚げうどん

東京家政大学
学生おすすすめ

⑨いわい製麺 清水町5-11

時 11:00～15:00

休 日曜 ☎090-8568-5499

十条の人気店「讃岐うどん いわい」の2号店として2019年にオープン。本格的な讃岐うどんを手軽にいただけます。天ぷらやわかめなどお好みでトッピング可能。日替わりや季節限定のうどんメニューもあります。



たまごライス

⑩たまごの鶴田 常盤台1-61-6

時 11:30～15:00、18:30～22:00
(L.O.は30分前)

休 月曜、第1日曜 ☎050-3703-1231

人気のたまごライスには、店主が直接仕入れたこだわりの卵を使用。2種類ソースとカレー風味のライスでひと味違う卵料理を。ワンプレートでサラダ・たまごライス・おかずをバランスよく味わえます。



⑪Cafe Olive 舟渡1-12-1

時 月曜 11:30～17:00・

火曜～木曜 11:30～17:00、18:00～22:00・

金曜、土曜 11:30～17:00、18:00～23:00

休 日曜、不定休 ☎03-5970-5061

浮間舟渡駅ロータリー前のカフェ。3種類の日替わりランチを提供しており、人気はバスタランチ。デザートのほか、ワインなどのドリンクメニューも充実しています。



日替わりランチ(バスタランチ)



⑫ロジャースキッチン 蓮根1-12-12

時 11:30～15:00、17:00～21:00

休 月曜、火曜 ☎03-6454-5765

スリランカ出身のオーナーによる創作スリランカ料理店。日本人の好みにあわせてアレンジした料理を楽しめます。人気のメニューは、インパクト大の骨付きラムピリヤニ(スパイスとお肉の炊き込みご飯)。



骨付きラムピリヤニ

