



# むさしの・ガーデン紀行 (東京都)

第3回(2020年)登録  
むさしの・ガーデン紀行連絡協議会

むさしの・ガーデン紀行は、東京都のほぼ真ん中、半径5km円ほどのエリアに広大なスケールで自然が残されているグリーンスポット。小川や雑木林などの自然と、カフェや雑貨店などおしゃれなお店が共存しており、ゆったりとした時間が流れています。

## 東京のオアシス的空間へようこそ

新宿から電車で20分。国分寺崖線(ハケ)と玉川上水が緑のベルトを形成するこの地は、大都会東京に残された貴重な憩いの場です。四季を彩る花や木、川へと流れる湧き水、古くて美しい建物など、魅力的な文化施設も多数。東京を訪れた旅行者も気軽に足を延ばせる距離で、それぞれ自分の目線で観光を楽しむことができます。まさにエコでサステイナブルなマイクロツーリズムです。

### のんびりそぞろ歩く

少しずつ地域を知ることで自分なりの回遊ルートができ、お気に入りのカフェなども見つかります。季節や時間帯によって見えるものも変わるので、歩くたびに新しい出会いや発見があるはずです。

### 自転車であらゆる

遊歩道(サイクリングロード)や自転車推奨道路などの整備も進んでいるので、安全・快適に周遊を楽しめます。JR中央線の高架下にあるレンタサイクル「Suicle」なども利用できます。

### 文学やアニメを楽しむ

太宰治、国木田独歩、武者小路実篤、水木しげるなどにゆかりのあるスポット、また「三鷹の森ジブリ美術館」などが点在。文豪が生きた時代やアニメの世界に思いをはせながら散策してみませんか。

### 自然に親しむ

都心からほど近い場所でありながら、この地域では多様な自然にそこかしこで出会えます。野に咲く草花や野鳥などを散策の友として、心豊かなひとときを楽しむことができます。

## History 水と緑と歴史の回廊

10万年以上前に古多摩川などが武蔵野台地を削ってできた段丘崖が国分寺崖線。その斜面からは豊かな湧き水があふれ、太古から人々が暮らしていました。「むさしの」には、旧石器・縄文時代の遺跡も多く残っています。また江戸初期に造られた上水道「玉川上水」の跡地は、現在遊歩道に。さらにこの地域には調布飛行場など旧日本軍の軍事施設や軍事工場が多く存在したため、それらが大きな公園や大学に姿を変えました。ここは、豊かな自然と、文化と、東京、日本、人類の歴史も感じられる場所です。



### 森の地図スタンプラリー

春と秋に開催し、毎回さまざまなテーマを設定。公園・庭園を中心に、博物館、美術館、大学、飲食店、地域のイベント会場など多彩なスポットをめぐる、スタンプを集めながら出会いや発見を楽しめます。



### 自転車散歩ガイドツアー

地域をゆっくりと回遊する散策ガイドツアーを行っています。おすすめのコースは「ほっこり野川の旅」。この地域の地形、自然、歴史を実感できる小さな旅です。時間やコースは希望によってアレンジOK。



### 多彩なイベント開催

都立神代植物公園の「バラフェスタ」、都立小金井公園の「桜まつり」、都立殿ヶ谷戸庭園の「秋を楽しむ」など、さまざまなイベントが各地で開催されています。今後はマルシェやセミナーも計画中です。



## Area

## 迷うのもまた楽し

半径5km円の中には東京・多摩地域東部の6市(国分寺市・小金井市・府中市・三鷹市・調布市・武蔵野市)があります。武蔵野うどん、深大寺そばなど、このエリアならではの食にも注目してください。明治の文豪・国木田独歩は「武蔵野に散歩する人は、道に迷うことを苦にしてはならない」と書きました。足の赴くままに歩けば、必ず得るものがあるというのです。この言葉は今なおこのエリアを散策する喜びを的確に言い表しています。

一言お願いします!

「ここが東京?」と思うような場所にちこちで出会える、興味の尽きないエリアです。国分寺崖線の斜面からは水が湧くため、冬の朝は霧が立ちます。朝霧に朝日が注ぐ景色は幻想的で、私の一番好きな光景です。



むさしの・ガーデン紀行連絡協議会  
鈴木俊彦さん

詳しくはこちら

coming soon