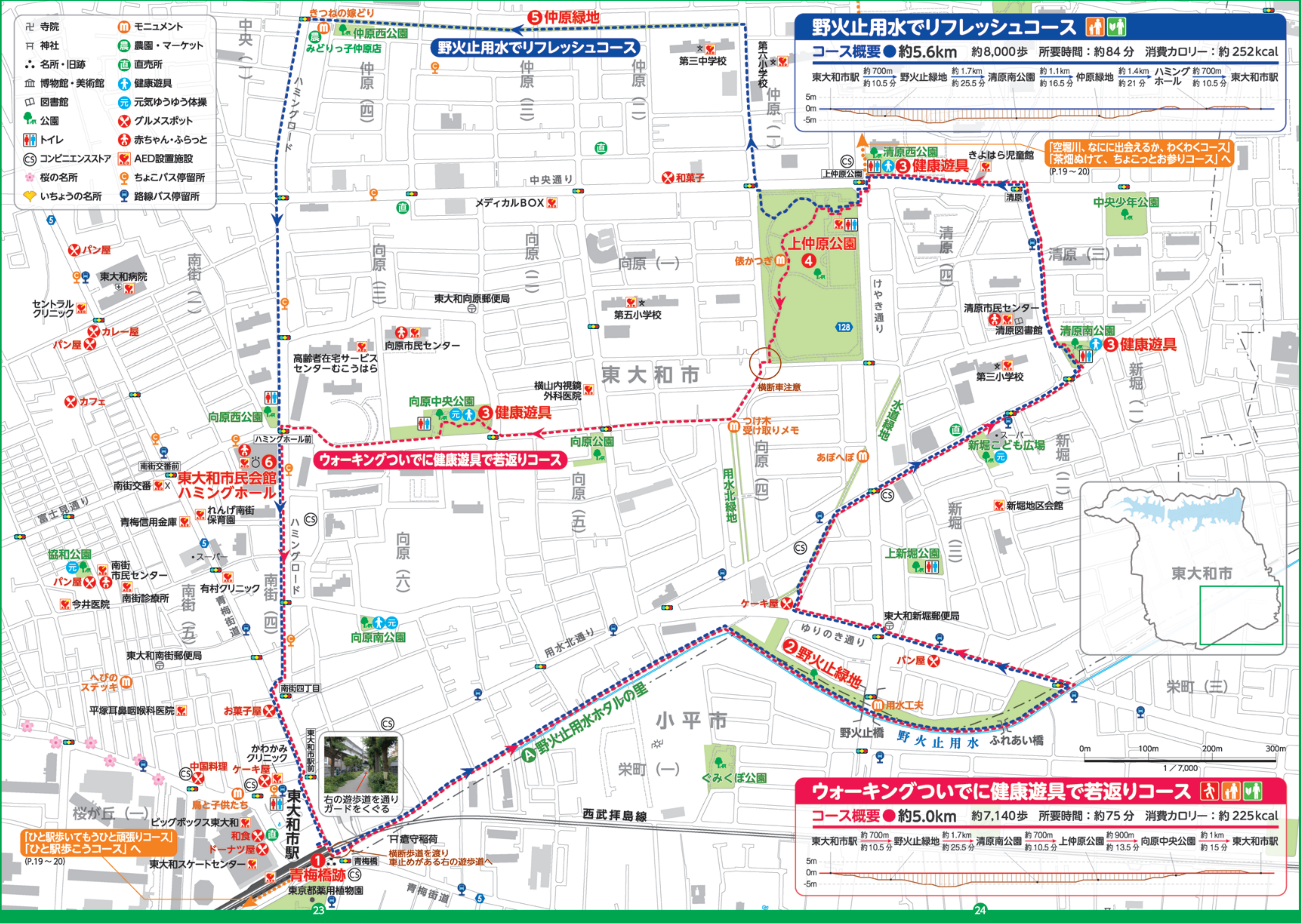
卍 寺院
⛩ 神社
∴ 名所・旧跡
🏛 博物館・美術館
📖 図書館
公園
トイレ
CS コンビニエンスストア
桜の名所
いちょうの名所
Ⓜ モニュメント
農 農園・マーケット
直 直売所
健康遊具
元 元気ゆうゆう体操
グルメスポット
赤ちゃん・ふらっと
AED設置施設
ちょこバス停留所
路線バス停留所
⑤仲原緑地
きつねの嫁どり
仲原西公園
みどりっ子仲原店
野火止用水でリフレッシュコース
中央（二）
仲原（四）
仲原（三）
仲原（二）
第三中学校
第六小学校
ハミングロード
中央通り
和菓子
メディカルBOX
清原西公園
上仲原公園
③健康遊具
きよはら児童館
「空堀川、なにに出会えるか、わくわくコース」「茶畑ぬけて、ちょこっとお参りコース」へ
(P.19～20)
清原
中央少年公園
上仲原公園④
俵かつぎ
向原（一）
向原（二）
向原（三）
清原（四）
清原（三）
けやき通り
東大和向原郵便局
第五小学校
128
清原市民センター
清原図書館
清原南公園
③健康遊具
第三小学校
パン屋
東大和病院
セントラルクリニック
カレー屋
パン屋
南街（一）
高齢者在宅サービスセンターむこうはら
向原市民センター
東大和市
横山内視鏡外科医院
横断車注意
カフェ
向原西公園
向原中央公園
③健康遊具
つけ木受け取りメモ
水道緑地
新堀こども広場
スーパー
新堀（一）
新堀（二）
ハミングホール前
ウォーキングついでに健康遊具で若返りコース
向原公園
あぽへぽ
南街交番前
⑥東大和市民会館ハミングホール
南街交番
富士見通り
れんげ南街保育園
青梅信用金庫
向原（四）
向原（五）
用水北緑地
新堀地区会館
ハミングロード
向原（六）
新堀（三）
協和公園
南街市民センター
スーパー
パン屋
有村クリニック
今井医院
南街診療所
南街（五）
青梅街道
南街（四）
上新堀公園
ケーキ屋
東大和新堀郵便局
ゆりのき通り
向原南公園
用水北通り
②野火止緑地
パン屋
東大和南街郵便局
へびのステッキ
南街四丁目
用水工夫
栄町（三）
平塚耳鼻咽喉科医院
お菓子屋
Ⓐ野火止用水ホタルの里
小平市
野火止橋
野火止用水
ふれあい橋
0m 100m 200m 300m
1／7,000
東大和市
東大和市駅前
かわかみクリニック
中国料理
ケーキ屋
鳥と子供たち
右の遊歩道を通りガードをくぐる
栄町（一）
ぐみくぼ公園
桜が丘（一）
ビッグボックス東大和
和食
ドーナツ屋
東大和市駅
西武拝島線
「ひと駅歩いてもうひと頑張りコース」「ひと駅歩こうコース」へ
(P.19～20)
東大和スケートセンター
①青梅橋跡
青梅橋
横断歩道を渡り車止めがある右の遊歩道へ
愛宕稲荷
東京都薬用植物園
青梅街道
5m
0m
-5m

野火止用水でリフレッシュコース

コース概要●約5.6km　約8,000歩　所要時間：約84分　消費カロリー：約252kcal

東大和市駅 →（約700m 約10.5分）→ 野火止緑地 →（約1.7km 約25.5分）→ 清原南公園 →（約1.1km 約16.5分）→ 仲原緑地 →（約1.4km 約21分）→ ハミングホール →（約700m 約10.5分）→ 東大和市駅

ウォーキングついでに健康遊具で若返りコース

コース概要●約5.0km　約7,140歩　所要時間：約75分　消費カロリー：約225kcal

東大和市駅 →（約700m 約10.5分）→ 野火止緑地 →（約1.7km 約25.5分）→ 清原南公園 →（約700m 約10.5分）→ 上仲原公園 →（約900m 約13.5分）→ 向原中央公園 →（約1km 約15分）→ 東大和市駅