

歩き終わったらステーションに戻り
日本市民スポーツ連盟のパスポート
に認定印を押してもらってください。
(新規のパスポートは1セット200円です)

平日は17時
までに ゴールしてください

神田明神前→東京ガーデンパレス→本郷通り→本郷二→茗岐坂上
茗岐坂下→東京ドームに沿って→青いビル黄色ビル→後楽園橋を渡る
専修大学前→九段下→田安門前→千鳥が淵緑道→千鳥が淵戦没者墓苑
千鳥が淵→イギリス大使館→半蔵門→三宅坂→憲政記念館(WC)
桜田門→和田倉噴水公園→大手門→将門首塚→駿河台下→お茶の水
聖橋渡る→神田明神前→神田明神→日本ウォーキングセンター ゴール

日本市民スポーツ連盟・ウォーキング協会認定コース

C、九段・皇居
コース

距離 10Km

主催 日本市民スポーツ連盟 日本ウォーキング協会
緊急連絡先
協力 山佐時計株式会社 03-5256-7855

コース 説明は裏面にあります。



C、九段・皇居 コース

距離 10Km

Cコースの左回りのコース案内です。右回りをされても結構です。

神田明神前→ 東京ガーデンパレス→ 本郷通り→ 本郷二→ 音岐坂上
音岐坂下→ 東京ドームに沿って→ 青いビル黄色ビル→ 後楽園橋を渡る
専修大学前→ 九段下→ 田安門前→ 千鳥が淵緑道→ 千鳥が淵戦没者墓苑
千鳥が淵→ イギリス大使館→ 半蔵門→ 三宅坂→ 憲政記念館(WC)
桜田門→ 和田倉噴水公園→ 大手門→ 将門首塚→ 駿河台下→ お茶ノ水
聖橋渡る→ 神田明神前→ 神田明神→ 日本ウオーキングセンター ゴール

小石川後楽園

このあたりは水戸藩屋敷跡でした。明治に入り陸軍の工場に多くさかかれていましたが、水戸光圀(黄門)が残した庭園が元のまま残っています。

千鳥ヶ淵公園 一番町2～麴町1-2

半蔵門交差点から千鳥ヶ淵交差点まで 460m 半蔵門沿いに細長く造成された公園です。「麴町小学校校舎跡」「第一東京市立中学校発祥の地」の碑があります。「自由の群像」(菊地一雄作)や「対壘日本人百周年記念」(1897-1997)のメキシコより贈られたモニュメントがある。

千鳥ヶ淵戦没者墓苑

戦没者墓苑は唯一の無名戦士の墓です。墓の本屋は六角堂で地下は六つの部屋に分かれ、24の納骨壺があるといわれています。

千鳥ヶ淵は、濠の形が千鳥に屈折しているとも、千鳥が羽を広げた形に似ているからその名がついたといわれている。

千鳥ヶ淵と半蔵門とは土手で区切られて、別々の濠のようになっているがもともとは続いていたものです。

英国大使館

濠に面した桜並木は、明治31年時の公使アーネスト・サトウより贈られた物です。

憲政記念館 永田町1-1

戦前は陸軍参謀本部がおかれていましたが、戦後、憲政の神様と言われた尾崎行雄を讃えて建設されました。日本憲政の歴史に関する資料が展示されている。

日本水準原点 永田町1-1

国会前庭北地区洋式庭園内にあります。標高を測る基準となる水準原点として、明治24年(1891)に設置されました。

この標高は、海拔24.4140mです。

桜田門

桜田門といえば“桜田門外の変”で暗殺された大老井伊直弼が思い出されます。井伊家の屋敷は尾崎記念公園辺りにありました。桜田門は内桜田門(桔梗門)と外桜田門があり、通常「桜田門」という場合は外桜田門をさします。

大手門

築城の名人藤堂高虎の設計により、1606年建築が始まり後、伊達政宗らの大名により「櫓形門」の形が完成しました。皇居東御苑の東にあり江戸城の正門です。櫓形門は上空より見ると方形の櫓状に配置され二つの門よりなっています。第1の門を「高麗門」、中にはいると石垣と鉄砲狭間に囲まれる、そこから曲がると第2の門がある。石垣の上に土蔵が築かれた門で「渡門櫓」といわれています。大手門から本丸玄関まで三門ありましたが、今は石垣が残るのみです。

ウオーキングマナー五ヶ条

- 1 やあ!お早う 明るい挨拶 さわやかに
- 2 信号で、あわてず あせらず 待つ余裕
- 3 ひろがるな、参加者だけの道じゃない
- 4 自分のゴミ、自分の責任もち帰り
- 5 歩かせて、いただく土地に感謝して



社団法人 日本ウオーキング協会

〒113-8530

東京都文京区湯島1-2-4 神田セントビル

TEL・03-5256-7855 FAX・03-5256-7856