

[目次]

板橋全図 004  
イントロダクション板橋 006

## 1 板橋の二千年を想像しよう<sup>011</sup>

板橋まち物語 [橋本敏行] 012

- 01 | 旧石器時代～古墳時代 014 / 02 | 古代～中世 018
- 03 | 近世 026 / 04 | 近代 032 / 05 | 戦後～現代 038

## 2 地図を持って歩こう<sup>043</sup>

板橋凸凹地形散歩

まちを歩いて板橋のルーツを探る [皆川典久] 044

- 凸凹地形から読み解く、まちの成り立ち 046 /
- 板橋の歴史舞台は、ダイナミックな台地とそのへり 048 /
- 01 | 志村・前野町 050 / 02 | 中台・若木 052 /
- 03 | 徳丸 054 / 04 | 赤塚 056 / 05 | 成増 058

発見!板橋暗渠

見えない川を探る旅 [高山英男・吉村生] 060

- 暗渠って何? 062 /
- 今は暗渠になった板橋生まれ板橋育ちの川たち 063 /
- 板橋の川・昔と今 064 /
- 01 | 前谷津川 066 / 02 | 蓮根川 070 / 03 | 出井川 074

いたばし区界探検・東西南北 [小林政能] 078

- 01 | 東の区界 080 / 02 | 南の区界 082 / 03 | 西の区界 084 /
- 04 | 北の区界 086 / 05 | 町界・石神井川をまたぐ「板橋」 088 /
- 06 | 板橋・練馬・豊島の3区界へGO! 090

## 3 暮らしに触れてみよう<sup>093</sup>

板橋商店街の歩き方 [荒井慎雄] 094

- 板橋の商店街とは? 096 / 01 | 板橋駅・旧宿場地区 098 /
- 02 | 大山地区 102 / 03 | 中板橋・ときわ台・上板橋地区 108 /
- 04 | 赤塚・成増地区 110 / 05 | 志村地区 112 / 06 | 高島平地区 114

板橋団地ツアー [大山顕] 116

- 01 | 高島平団地 118 / 02 | 都営西台アパート 124 /
- 03 | サンシティ 130

高島平ライブ [高島平観光協会(仮)/飯塚裕介] 136

高島平マップ 138 / ぐるり高島平 140 / 高島平の歴史 145 /  
「高島平人」に聞く 148 / 高島平ネオ空間 150 / 高島平マルシェ 152

コラム 板橋の子育て談義 154

コラム クルドサック・ハンティング 160

## 4 板橋の味を知ろう<sup>163</sup>

板橋グルメの世界

[荒井慎雄/刈部山本/高橋法子/塚はなこ/ロザリー] 164

- イントロダクション 166 / 01 | 町中華 168 / 02 | 大衆食堂 172 /
- 03 | カレー 174 / 04 | 本格中華 176 / 05 | 洋食レストラン 178 /
- 06 | ラーメン 180 / 07 | 立ち食い蕎麦 184 / 08 | 惣菜 185 /
- 09 | パン 186 / 10 | スイーツ 188 / 11 | コーヒー・喫茶 190

特別コラム 01 板橋発クラフトビール 194

特別コラム 02 板橋の肉屋 196

特別コラム 03 地域密着型飲食店 200

志村みの早生大根 復活!江戸東京野菜 [麻生怜菜] 204

## 5 板橋のものづくりに触れよう<sup>211</sup>

板橋ものづくりストーリー 212

- 01 | 株式会社タニタ 214 / 02 | 株式会社トブコン 216 /
- 03 | リコーイメージング株式会社 218 / 04 | エスピー食品株式会社 220 /
- 05 | 山芳製菓株式会社 222 / 06 | DIC株式会社 224 /
- 07 | 凸版印刷株式会社 226

板橋のイベント|そのときに行く板橋 228

- 板橋区民まつり/いたばし花火大会 /
- 田遊び(徳丸北野神社・赤塚諏訪神社) / 板橋農業まつり
- 赤塚梅まつり/なかないへそ祭り/成増阿波おどり大会 /
- 志村銀座まつりサンバinシムラ / 板橋エイサー「道じゅね〜」 /
- 板橋Cityマラソン/ハイライフいたばしフェスティバル /
- いたばし産業見本市/イタリア・ポロニーヤ国際絵本原画展

板橋メディア座談会|みんなで考える「板橋らしさ」 240

板橋談義 01 | 荒俣宏、板橋を語る! 荒俣宏×坂本健 248

板橋談義 02 | 板橋の観光を考える 水戸岡鋭治×駒形克己×坂本健 256

参考文献/地図・写真クレジット 262

# 板橋マニア

板橋好きが案内する板橋まちガイド

Itabashi Mania  
A Guide Book By Itabashi Fanatics

