

# M.Sさん おすすめ 30分コース

## 「暗渠<sup>あんきょ</sup>※1を歩く、階段と坂のお散歩コース」

- スタート・ゴール: **成増駅**
- 距離: 2km
- 歩数: 約3,100歩

※1 暗渠(あんきょ):地下に水路がある道  
 ※飲食、買物、施設滞在等に要する時間は含まれていません。  
 ※600~700m≒10分≒1,000歩を目安としています。

### 4 パン工房 TIME LINE

自家製天然酵母を使ったハード系のパンが美味しいお店。外はカリカリ、中はモチモチの食感をお楽しみください!



バケット等は  
その場でカット  
してくれます

3分

### 5 コナミ スポーツクラブ

あと少し〜♪と成増駅をめざして歩いていると、大きな絵画が描かれた壁が。「With Me」と手を引く絵に思わず吸い込まれそう!



ゆっくり歩くと  
見どころ  
たくさん!

8分

GOAL

成増駅

START

3分

### 3 菅原神社

階段を上ると、清々しい景色とともに菅原神社に到着。学業成就や商売繁盛等のお参りはいかがでしょうか?お手洗い休憩は、隣のうめの里公園でどうぞ!



すぐ近くに  
なんと80段の  
階段が。挑戦し  
たい方はぜひ!  
上からの景色が  
綺麗です♪

10分

### 2 Café&Gallery PATINA

暗渠を進んでいくと「絵本のまち板橋」の旗を発見!そこには、隠れ家のようなギャラリーが。アーティストとのコラボ展示やランチ提供をしています。通るだけで、可愛い外装に癒されます♪



旗が目印

いたばしPayが  
使える!



3分

### 1 暗渠入口

階段を下りると暗渠の始まり。途中ふと足元を見ると、面白い絵や色のついた個性的なマンホールが見つかるかも?



個性的な  
マンホール  
の例



秋は紅葉も楽しめます♪