

# 歴史古街道団 特別企画“歴史古道で健康ウォーク”

【講師ガイド】 健康ウォーク指導：YoKii（武田）さん

歴史古道ガイド：宮田太郎（団長）TEL090-7002-3431

事前申込不要（当日現地受付）○参加費(保険料・資料代共)：一般 1,000 円 団員 500 円  
(高校生以下無料) ○持ち物等：飲料 敷物 雨具 運動のできる服装と靴

## 古代景観を眺めて“健康ウォーク” 武相国境の「内裏峠(だいらとうげ)」で古代甲州道を探索 ～ウォーカーズトレーナーYoKii(武田)さんと歩く歴史古道～

2023年5月12日(金) 12:30  
集合：京王相模原線「南大沢駅」改札口前  
解散：京王相模原線「多摩境駅」15:30頃

【内容】新緑が美しいこの時期、見晴らしの良い尾根道で体と心のリフレッシュをしましょう！

古代以来、相模原台地から武蔵野台地へと最も短絡的に結んだルートが「古代甲州道」でした。多摩境の小さな峠＝内裏峠を越えるだけでたやすく大栗川に沿って多摩丘陵を越えられたのです。このことを縄文人たちもすでに知っていたからこそ、多摩ニュータウン遺跡の千箇所の遺跡がこの付近において濃密に分布したのではないのでしょうか。

飛鳥時代以降～中世末までは武相国境であった？尾根道をたどり、いにしえの人々が往来した壮大なる時空間に想いを馳せつつ、歴史+古道+展望×運動で元気なカラダ創りの実践を目指す健康ウォークです。

「南大沢駅」改札口前 12:30 集合（**昼食を済ませて**）～内裏峠を越える古代甲州道～尾根緑道の「小山内裏公園草地広場」や隣接の「関東山」で健康指導～尾根緑道・西展望広場～古代の手工業センター遺跡群（多摩境駅西側一帯）～田端環状積石遺構～旧町田街道～札次神社～「多摩境駅」 15:30 頃解散予定



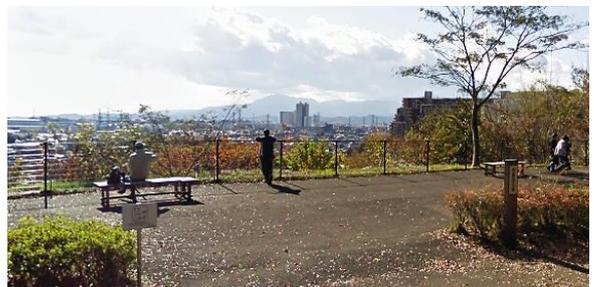
\*天候その他の理由により、日程やコースを変更する場合があります。事前に歴史古街道団のホームページなどでご確認ください。(当日のお問い合わせは、朝7:30まで。電話：090-7002-3431 宮田)  
またご参加の際は、ご自身の体調をご確認の上、お出かけください。



小山内裏公園内 西展望広場方面へ通じる道



小山内裏公園内 芝生広場(Google Map)



小山内裏公園内 尾根緑道 西展望広場(Google Map)



田端環状積石遺構  
(2022/12/22 撮影 武田)



歴史古街道団

本部：東京都多摩市 <http://rekkodan.com/>

