

四季を楽しむ @ 健康を育む

# 東松山市 都市公園マップ

HIGASHIMATSUYAMA  
CITY PARK MAP 114



27 松本町一丁目緑地 22 岩鼻運動公園  
23 下沼公園 16 松風公園  
21 物見山公園 20 唐子中央公園

## ご利用にあたって

### 公園のご利用

- ごみの持ち帰りにご協力ください。
- 草花や樹木、施設を大切にしましょう。
- 危険な行為や他人の迷惑になるような行為はやめましょう。
- 「立ち入り禁止」やサクで囲まれている場所は、危険区域や植物等を保護している所ですので、立ち入らないように注意してください。
- 犬のフンは飼い主が責任をもって持ち帰ってください。また、犬の放し飼いは絶対にしないでください。
- たき火や花火など、火を使うことは原則禁止されています。
- 小さなお子様をお連れの方は、お子様から目を離さないよう注意してください。
- 他の公園利用者の迷惑や管理の支障となることをしてはけません。
- 許可なく物品を販売・配布、張り紙をすることは禁止します。

### 遊具のご利用

- ご自身の体調と相談しながら使用してください。
- 準備運動と整理運動も忘れずに。
- 使用時は公園内の看板の注意事項をよく読んでから使用しましょう。

### 蚊にご注意を!

- 長袖・長ズボンなどを着用し、肌は露出しないようにしましょう。
- 裸足でのサンダル履きは避けましょう。
- 必要に応じて虫よけ剤などを使用しましょう。

指定管理者

(公財) 東松山文化まちづくり公社

〒355-0017 埼玉県東松山市松葉町 1-2-3

TEL 0493-24-6080 FAX 0493-24-9909

受付時間 月曜日～金曜日 8:30～17:15 (祝日及び年末年始を除く)  
土曜日 8:30～12:30

### 踏み板ストレッチ



104 どんぐりやま公園

踏み板に片足をのせてヒザや足首が大きく曲がるように身体を引き寄せることで、足首、ヒザ、股関節の柔軟性を高めます。

### 腹筋台



8 稲荷林公園  
104 どんぐりやま公園  
114 さくら坂公園

パイプの下つま先を掛け、ヒザを曲げて上体を起こすことで腕や腹筋の筋力を高めます。

### ツイストサークル

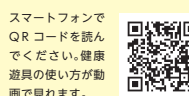


95 川風公園 (高坂駅東口第二地区1号街区公園)

サークルの中に立ち、パイプにつかまってゆっくりと左右に身体をひねることで柔軟性を高めます。

## 楽しくトレーニング! 健康遊具

詳しい使い方は  
こちら!



スマートフォンでQRコードを読み込んでください。健康遊具の使い方が動画で見れます。

※QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

### 背伸ばしステーション



16 松風公園 (高坂丘陵一号公園)

上半身と肩の柔軟性を高めます。準備体操をするような気軽さでお使いいただけます。

### エアロビクスサイクリング



114 さくら坂公園

バーを両手で握り、両足をペダルにのせて前方にこくことで、腰とヒザ、上体の筋力を高めます。

### ぶら下がり



36 諏訪公園

パイプをつかんで両手で握り、背・肩・腕が伸びるように足を落とすことで、腕や肩の柔軟性や筋力を高めます。

### 背伸ばしベンチ



71 箭弓町第一公園 100 大黒部中央公園  
34 諏訪公園 107 高三中央公園  
37 小松原公園 108 仲田町第1公園  
95 川風公園 (高坂駅東口第二地区1号街区公園)

休みながら背筋のストレッチができるタイプのベンチです。座って両手をあげ、上半身を後ろにそらすことで背・肩の柔軟性を高めます。

## 元気に遊ぼう! 子供用遊具



104 どんぐりやま公園 83 折本山公園 16 松風公園 32 ゆすらうめ公園  
33 くりの実公園 114 さくら坂公園 28 上沼公園

## 市街地の癒しスポット

ちょっと寄り道♪

季節の花を  
楽しませよう

フラワー  
カレンダー

- 3月下旬～4月上旬頃 さくら
- 4月下旬頃 ふじ
- 6月上旬～7月上旬頃 あじさい
- 11月下旬～12月中旬頃 もみじ

## ◎ 東松山市都市公園一覧

トイレ P 駐車場 健康遊具 子供用遊具 自販機  
さくら ふじ つつじ あじさい いちよう もみじ 他 その他の花

1 前山公園	松山町二丁目 1248 番 2	🍀🌸🌸	B-2	58 みはらし緑地	旗立台 25 番		B-5
2 材木町第一公園	材木町 4219 番 2	🍀🌸	C-2	59 りんご緑地	白山台 30 番		B-5
3 御茶山町児童公園	御茶山町 12 番	😊	C-3	60 桜山緑地	桜山台 37 番ほか		B-5
4 六反町児童公園	六反町 21 番 1	😊	D-3	61 竹の子緑地	桜山台 41 番ほか		B-5
5 新宿町児童公園	新宿町 21 番	🍀🌸	D-3	62 つつじ緑地	旗立台 37 番ほか		B-5
6 山崎町児童公園	山崎町 11 番	🍀🌸	D-3	63 殿山緑地	殿山町 11 番 1 ほか	🌸	D-1
7 箭弓町第一公園	箭弓町一丁目 5253 番 1	🍀🌸🌸	C-3	64 元宿一丁目緑地	元宿一丁目 41 番 9		C-5
8 稲荷林公園	元宿一丁目 27 番	🍀🌸🌸	C-5	65 元宿二丁目緑地	元宿二丁目 32 番 1		B-5
9 中通公園	元宿二丁目 24 番	🍀🌸	B-4	66 石橋緑地	大字石橋 729 番 17 ほか		B-3
10 西久保公園	元宿一丁目 37 番	🍀🌸	C-5	67 市民の森	大字岩殿 1738 番 1	P	A-5
11 大門公園	元宿二丁目 7 番 2	🍀🌸	B-4	68 砂田第2公園	砂田町 7 番地	🍀🌸🌸	C-2
12 上後原公園	元宿一丁目 4 番	🍀🌸🌸	C-4	69 砂田第1公園	砂田町 4 番地	🌸	C-2
13 前通公園	元宿二丁目 28 番	🍀🌸🌸	C-5	70 神明町二丁目第1街区公園	神明町 2 丁目 4998 番 10	😊	C-3
14 新郷公園	大字新郷 88 番 13	P 🍀🌸🌸	A-3	71 石橋第1街区公園	大字石橋 2201 番ほか	😊	A-3
15 五領町近隣公園	五領町 8 番	P 🍀🌸🌸	D-3	72 美土里町第1街区公園	美土里町 2045 番 4	😊	B-3
16 松風公園 (高坂丘陵一号公園)	松風台 7 番	🍀🌸🌸🌸	B-5	73 まきの木公園	箭弓町三丁目 21	😊🌸	C-3
17 千年谷公園 (高坂丘陵二号公園)	旗立台 1 番	P 🍀🌸🌸🌸	B-5	74 和泉町第一街区公園	和泉町 1639 番 84	😊	C-3
18 五領沼公園	若松町一丁目 1011 番地	P 🍀🌸	C-3	75 東平第一街区公園	大字東平 2160 番 23	😊	D-1
19 駒形公園	大字下唐子 775 番ほか	P 🌸	A-3	76 箭弓町二丁目第一街区公園	箭弓町二丁目 5596 番 8	😊	C-3
20 唐子中央公園	大字下唐子 1169 番地 1 ほか	P 🍀🌸🌸🌸	A-3	77 下青鳥第1街区公園	大字下青鳥二ツ塚 194 番 14	😊	B-3
21 物見山公園	大字岩殿、石坂地内	P 🍀🌸🌸🌸	A-5	78 しんめい広場	神明町二丁目 5026 番地		C-3
22 岩鼻運動公園	大字松山 2681 番ほか	P 🍀🌸	C-2	79 石橋第2街区公園	大字石橋 1420 番 20	😊	A-3
23 下沼公園	本町二丁目 5187 番 1	🍀🌸🌸	C-3	80 松山町三丁目第1街区公園	松山町三丁目 1153 番 14	😊	B-2
24 松風公園 (高坂丘陵一号緑地)	松風台 5 番		B-5	81 上野本第1街区公園	大字上野本 1980 番 6	😊	B-3
25 千年谷公園 (高坂丘陵二号緑地)	旗立台 22 番		B-5	82 市ノ川第1街区公園	大字市ノ川中耕地 635 番 9	😊	B-2
26 ちご沢の森 (高坂丘陵三号緑地)	旗立台 27 番ほか	🌸	B-5	83 折本山公園	あずま町四丁目 6	P 🍀🌸	C-4
27 松本町一丁目緑地	松本町一丁目 4695 番 4	🌸	C-3	84 七清水せせらぎ緑道 (高坂駅東口第二地区2号街区公園)	あずま町二丁目 22-1	😊	C-4
28 上沼公園	本町一丁目 4338 番 1 ほか	🍀🌸🌸	C-2	85 七清水せせらぎ緑道 (高坂駅東口第二地区2号緑地)	あずま町二丁目 22-2		C-4
29 雲っこひろば	松風台 6 番	😊🌸	B-5	86 高坂うらら花公園 (高坂駅東口第二地区30街区公園)	あずま町二丁目 13-6	😊	C-4
30 あんず公園	白山台 18 番ほか	😊	B-5	87 石橋第3街区公園	大字石橋 1815 番 15	😊	B-2
31 かきの木公園	松風台 11 番	😊	B-5	88 市野川近隣公園	美原町三丁目 4 番	P	C-2
32 ゆすらうめ公園	桜山台 9 番	😊	B-5	89 むらさき公園 (市の川1号街区)	美原町二丁目 18 番	😊	C-2
33 くりの実公園	桜山台 30 番	😊	B-5	90 加美町公園 (市の川2号街区)	美原町一丁目 12 番	😊	C-2
34 五領町南児童公園	五領町 20 番ほか	😊🌸	D-3	91 石橋第4街区公園	大字石橋字宿浦 1745 番 10	😊	B-3
35 殿山北公園	殿山町 17 番	😊	D-1	92 川風の散歩道 (高坂駅東口第二地区1号緑地)	あずま町一丁目 1-1		C-4
36 諏訪公園	小松原町 16 番	🍀🌸🌸	C-2	93 七清水せせらぎ緑道 (高坂駅東口第二地区3号緑地)	あずま町三丁目 2-2		C-4
37 小松原公園	小松原町 6 番	🍀🌸🌸🌸	C-2	94 川風の散歩道 (高坂駅東口第二地区4号緑地)	あずま町四丁目 106		D-4
38 なつめ公園	旗立台 31 番	😊	B-5	95 川風公園 (高坂駅東口第二地区1号街区公園)	あずま町一丁目 19	🍀🌸🌸	C-4
39 やまもも公園	白山台 3 番ほか	😊	B-5	96 ばんどう山第1公園	坂東山 9 番地	P	B-4
40 殿山南公園	殿山町 5 番	😊	D-2	97 ばんどう山第2公園	坂東山 13 番地	P	B-4
41 沢口南公園	沢口町 3 番	🍀🌸🌸	C-2	98 ばんどう山緑地	坂東山 8 番地		B-4
42 沢口北公園	沢口町 23 番	🍀🌸🌸	C-1	99 松葉町第1街区公園	松葉町三丁目 3618 番 40	😊	B-2
43 若松町二丁目児童公園	若松町二丁目 11 番 24	😊	C-3	100 日吉町第1街区公園	日吉町 3266 番 9	😊	C-2
44 五領町北児童公園	五領町 12 番 97	😊	D-3	101 向山街区公園	大字上野本 2140 番 3 ほか	😊	C-3
45 幸町第一街区公園	幸町 1949 番 5	😊	B-3	102 松本町二丁目第2街区公園	松本町二丁目 732 番 60	😊	D-2
46 幸町第二街区公園	幸町 1936 番 19	😊	C-3	103 大黒部中央公園	大字宮鼻 1020 番地 3 ほか	🍀🌸🌸	C-5
47 東平松原街区公園	大字東平 1717 番 2	😊🌸	C-1	104 どんぐりやま公園	大字毛塚 763 番地 6 ほか	🍀🌸	C-5
48 松本町二丁目街区公園	松本町二丁目 741 番 6	😊	D-3	105 石橋第5街区公園	大字石橋 1684 番 37	😊	B-2
49 松山町二丁目第一街区公園	松山町二丁目 1217 番 54	😊	B-2	106 市ノ川氷川公園	大字市ノ川 649 番 1	😊	B-2
50 若宮児童公園	大字石橋字若宮 2221 番 32 ほか	😊	A-3	107 高三中央公園	大字高坂字三番町 1026 番地 2 ほか	🍀🌸	C-4
51 本町一丁目第一街区公園	本町一丁目 4646 番 4	😊	C-2	108 市ノ川きじ公園	松山町一丁目 995 番 18		C-2
52 若宮第2街区公園	大字石橋 2239 番 73	😊	A-3	109 仲田町第1公園	仲田町 10	🍀🌸🌸	D-2
53 松本町一丁目街区公園	松本町一丁目 4651 番 37	😊	C-2	110 仲田町第2公園	仲田町 19		D-2
54 若松町一丁目街区公園	若松町一丁目 1046 番 8	😊	C-3	111 滝仲公園	大字石橋字 1132 番 3 ほか	😊	B-3
55 神明町一丁目第1街区公園	神明町一丁目 5059 番 7 ほか	😊	C-3	112 神明スマイル公園	神明町二丁目 1628 番 2		C-3
56 中丸緑地	桜山台 71 番		B-5	113 天王町公園	大字高坂 881 番 7 ほか	🍀🌸🌸	C-4
57 かりん緑地	桜山台 81 番		B-5	114 さくら坂公園	高坂 1	P 🍀🌸🌸	C-4



HIGASHIMATSUYAMA  
CITY PARK MAP 114  
東松山市都市公園マップ



28 上沼公園



14 新郷公園



22 岩鼻運動公園



27 松本町一丁目緑地



18 五領沼公園



67 市民の森



21 物見山公園



17 千年谷公園