

## 「わたしの "あさか時間"」とは？

「わたしの“あさか時間”」は、  
朝霞市民プロモーションミーティングのメンバーが、  
どのように朝霞での日常を謳歌しているかをマップにしたものです。  
いつもの散歩道や、行きつけのお店、四季の楽しみ方などをご紹介。  
他のマップとはひと味ちがう、市民ならではの情報と体験が詰まっています。

子どもといっしょに、愛犬といっしょに、  
また、ひとりで考えごとをしながら・・・。  
メンバーたちが、「朝霞」での時間をどんなふうにご過ごしているのか、  
少しのぞいてみませんか。

朝霞が、好き。朝霞の魅力を、もっともっと知ってほしい。  
その想いが、この冊子を手にとっていただいた方に伝わり、  
朝霞での暮らしをより満喫するためのヒントとなれば嬉しく思います。



\*朝霞市民プロモーションミーティングは、令和4年7月に  
市民の有志により結成されたチームです。  
市民ならではの目線で、市の魅力を発信しています♪

## メンバーにきいてみた！「朝霞ってどんなまち？」

♪♪ **朝霞は** **こんなまち** ♪♪

- トカイナカ (都会の田舎)
- 都市農業が盛ん。まちなかで産直野菜が買えちゃう★
- 「朝霞の森」や「黒目川」といった豊かな自然がある
- 5年後、10年後と益々発展してるまち
- 朝霞駐屯地、自衛隊体育学校もあるすごいまち！
- 子育てや教育に良いまち
- 3つも駅があり交通の便がとても良い！
- ライフワークバランスが叶うまち。豊かな自然が心も豊かに。
- かつては、今以上に広大なニンジン畑がひろがっていたなー
- 彩夏祭や秋のお祭り等、楽しいイベントがたくさんあるところ
- オシャレなカルチャー（文化）に気軽に出会えるところ(\*^^\*)(アサカルチャー、芸術文化、アメリカ文化、ジャズ文化、ヒップホップ文化など)
- 昔ながらの良いところを残し、住みやすいまちづくりを身近に感じられるところ
- 緑豊かな公園や黒目川など、自然と触れ合えるスポットが沢山あるところ！
- 若者も多くて活気がある
- ふと見上げてしまう朝霞の空。毎日、無意識に、いつも見してしまう。



# わたしの“あさか時間”

## VOL. 1 シン朝霞・発見！

紹介してくれるのは・・・



### 朝霞の Jiisan (70代/朝霞市在住45年)

- ・家庭菜園で採れた旬の作物で飲むお酒が大好き
- ・毎週、黒目川散歩と家庭菜園、時々仕事もしてます

詳しくは  
Google  
マイマップで確認！



スタート！

### 1 朝霞台駅北口

駅周辺で飲み物、食べ物が買えます！

徒歩8分



### 2 黒目川周辺

「ぼぼたん」が誕生した黒目川を散策、ぼぼたんに会えるかもしれません。両岸は遊歩道が整備されており、ベンチで休憩もできます。季節により「サクラ」、「あじさい」、「新緑」、「紅葉」が楽しめ、冬は約50種類の野鳥を観察できます。

季節やイベントなどで一日楽しめるいい場所です。



6～7月が見頃♪

徒歩10分

### 3 朝霞市博物館

朝霞の歴史が  
学べる！



朝霞に暮らした人々の歴史や文化を感じられ、各分野ごとにテーマ性の高い展示がされています。パソコンによるクイズ形式の道中双六や土器パズルなど、この展示室は展示を見るだけでなく、楽しみながら学習できる要素も数多く備えています。入館料は無料。

徒歩12分

### 4 城山公園

何時代のお城だったのかな？  
ちょっとひとやすみ・・・

徒歩10分



城山公園は約400年前の戦国時代にあったお城の城跡です。公園内には空堀（からぼり）があったりと、歴史を感じられる場所です。広場やアスレチック遊具もありますが、木々は青々と生い茂っており、公園内を歩いているだけで冒険している気分になります。広場やベンチもあるので、休憩や青空ランチもできます。



### 5 柗塚古墳歴史広場

ひいらぎつか

誰のお墓かな？  
トイレが家形埴輪！



徒歩5分



墳丘部分には入れませんが、県南部で唯一、墳丘が現存する前方後円墳を観察できます。古墳から出土した「家形埴輪」は朝霞市博物館に展示されています。天気が良ければ、荒川低地の先に東京スカイツリーを眺望できます。

### 6 坂の下珈琲

徒歩2分



令和4年4月にオープンしたお店で、柗塚古墳の坂の下にあるので「坂の下珈琲」と名付けられたようです。お店は、居心地の良い雰囲気、コーヒーやケーキだけでなくランチもあります。



ランチもコーヒーもおいしい。  
レトロなプリンが絶品♪



### 7 宮台・柗塚古墳前

バス12分

徒歩25分



市内循環バス(根岸台線、朝霞市役所行き)を利用して朝霞駅東口まで行きます。

バスでもいいし、  
元気があれば徒歩で行くことも。



### 8 朝霞駅東口

お疲れさまでした！



# わたしの“あさか時間”

## VOL. 2 子どもとGO!

～わたしのお気に入りスポット（美味しいもの多め）～

紹介してくれるのは・・・



### 朝霞の新人（40代/朝霞市在住3年）

- ・行く先々で朝霞のオススメを聞いて訪れるのが好き
- ・地域ボランティアで仲間多数

詳しくは  
Googleマイマップで確認！  
朝霞台駅周辺のスポットも  
紹介しています！



### 1 音季菓子処 青柳

ちょっとかわいい金髪店主は、バンクでロックでレゲエな和菓子屋さんでもある。個人がデザインしたお菓子も作ってくれる、夢を叶えてくれるMJさん。今度は私のデザインもお願いしてみよう♪



### 2 ミソラ食堂

白を基調とした  
おしゃれな店内♪



「コンフィとキッシュのワイン食堂」だが・・・“ただいま”のような雰囲気とお値段なのにオシャレな品ばかり。店主のキャラが濃いのに、こんなに美味しい料理作るの！驚。

### 3 食珈茶菓酒すわん

平日は女子で満席になるほど人気♪土日も予約がオススメ。カウンターもあり、一人の時でも入りやすい。朝霞のイベントの「影の立役者」でもある。お店のご夫婦のバランス感が最高。お茶ひとつとっても、健康を気にしている人にはオススメのお店♪



### 4 ほんちょう児童館



中高生特化型の児童館。通常の時間は乳幼児や保護者、小学生も利用。多目的スタジオがあり、中高生がダンスやバンド活動で利用。無料でキレイ、扉は防音で大きな音が出せて最高！

### 5 朝霞市立図書館（本館）

赤ちゃんとママ・パパ向け、乳幼児、子ども向け（お話し会、映画会）、大人向けイベントがあります。近隣の中央公民館のプラネタリウム上映と一緒に休日を過ごしてはいかが？



子どもは児童館、  
わたしは一人の  
静かな時間を楽しむ♪

### 6 広芳直売所

公園、公民館、図書館も近いので遊んだあとに立ち寄れるのも助かります。1つの野菜で2品種あるのも驚き！朝採りの野菜もあり。カラフルな野菜に心がワクワク♪



### 7 あさか新鮮野菜市



市役所からビニール袋にたくさん野菜を詰めてでてる方を目撃！こんなイベントあったんだ！毎月1～2回午前10時30分～開催されます（8、9月休）。

朝霞野菜  
うまい♪





# わたしの“あさか時間”

## VOL. 3 わんことお散歩

紹介してくれるのは・・・



ピーベリー (50代/朝霞市在住30年)

- ・釣りと大谷翔平と晩酌好き
- ・愛娘のラブラドルレトリーパー中心の生活

詳しくは  
Google  
マイマップで確認!

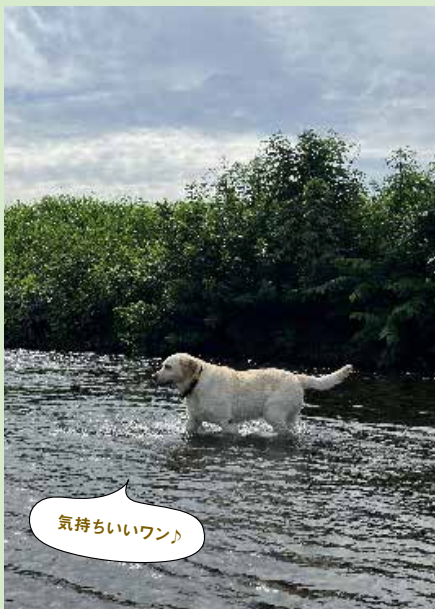


愛犬と一緒においしいコーヒーやお酒、  
ご飯を楽しみながら朝霞を巡る過ごし方です!  
お散歩にぴったりな黒目川沿いですが、  
春には桜並木と菜の花、梅雨の時期には紫陽花が咲き、  
朝霞を代表する景観の1つです。  
四季を感じながら、わんちゃんと一緒に  
朝霞を満喫してみたいかがでしょう♪



### 1 黒目川を満喫

散策もよし。天気が良ければ、川遊び、BBQもできます♪  
たのしそうにお散歩する姿がかわいく、気づけば写真や動画がたくさん・・・



## わんこと一緒に立ち寄れるお店

### 2 栗原倶楽部

美味しい食事とドッグランもあり、わんちゃんも大満足! 私はいつも地元で採れた野菜カレーを食べてます♪



### 3 串焼き <sup>いっこん</sup> 一献朝霞台店

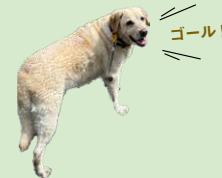


じゅるり...

ビールで乾杯! おすすめはカシラ。美味しい〜♪ 外の席でいただきます! (貴重な一席!!)

### 4 セガフレード・ザネッティ・エスプレッソ北朝霞店

テラスでホッと一息。本格的なエスプレッソがたのしめます。

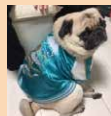




# わたしの“あさか時間”

## VOL. 4 朝霞の秋・紅葉を巡る半日

紹介してくれるのは・・・



**ゆずちゃん** (60代/朝霞市在住3年)  
家族は妻と娘とバグ/毎日ぶらぶら朝霞の良いところ散歩

詳しくは  
Google  
マイマップで確認!



スタート!

### 1 朝霞駅東口

朝霞駅東口のバス乗り場3番でバスに乗る。

バス7分

### 2 東圓寺

徒歩2分

バス停「東円寺」で下車、徒歩3分の「東圓寺」へ向かう。秋はもみじの赤、いちじょうの黄色、常緑樹の緑色。コントラストを満喫。休憩は境内にある東屋で。春は桜がきれい。「竹林の道」も印象的。



### 3 城山通り街路樹散策

徒歩18分



いちじょう並木が美しい

銀杏の並木。黄色が一際輝いている。歩きながら考えた。銀杏の木には、ギンナンがなる木とならない木があるが、なにが違うのだろう。銀杏には、雌木と雄木があり、風で花粉が運ばれることで受粉する。雄木の花粉が風に乗って、遠いところの雌木にまで届くので、近くに雌木が無くても結実するらしい。銀杏の雌雄の見分け方は、昔から色々言われてきたらしいが、どれも決定打には遠く、結局「実がついているのが雌木」というのが確実な方法なんだそう。この銀杏並木には、たぶんほとんどギンナンが落ちていない。雌の木が無いのか、それとも遠いところにある雄の木の花粉でさえ飛んで来ないのか、何かしら寂しい気分で歩いてしまっている。

### 4 石窯パン工房サンメリー朝霞店

徒歩3分



石窯パン工房「サンメリー」のテラスでコーヒーブレイク。パンやお菓子を買おうと、サービスコーヒーがつく。コーヒーを飲みながら、尾崎豊に想いを馳せる。テラス前の「神明坂」は、尾崎が朝霞を去る際、残された両親に向けてのメッセージを歌った曲「坂の下に見えたあの街に」に何度か出てくる「坂」である。

### 5 滝の根公園

徒歩10分

深い山の斜面のような公園は、夏場は日陰が多く涼しいけれど、秋は薄暗く寂しさが際立つ。でも、こんな見つけた。深い常緑樹の隙間から、真っ赤に色付いた紅葉が見える。そして、吊り橋から眼下に眺める朝霞の街が、澄んだ青空の中で輝いている。



市民の憩いの場はとにかく紅葉が美しい

### ゆずちゃんの気になるお店 talking book (おimotoほん)



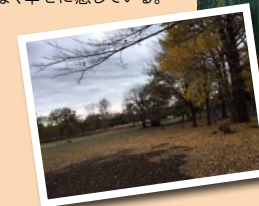
城山通り沿い消防署裏にある「talking book」という名のお店が気にかかる。開店時間を知らずに歩いて何うと閉まっていた、車で通り過ぎると開いている。私とは相性が悪いらしい。が、いつか行ってみたい。

\*芋ようかん、焼き菓子、絵本、古書、コーヒー(テイクアウトのみ)を販売

### 6 紅葉の回廊 青葉台公園～朝霞の森

徒歩13分

街の中心に、駅周辺に、多くの緑がある。朝霞の魅力はこの一点に尽きるだろう。紅葉はもちろん最高に美しいが、春の花と新緑、夏の深い緑、冬はイルミネーションで彩られる。朝霞市民の素晴らしい宝物だ。数年前に新潟からこの地に転居してきたけれども、晩年をこの地で生きていくこと、この上なく幸せに感じている。



市中心部、駅周辺に広がる巨大な「森」。秋の紅葉は一際素晴らしい

### 7 朝霞駅南口



# わたしの“あさか時間”

## VOL. 5 子どもと楽しむ(^.^)あさかの四季

紹介してくれるのは・・・



**晩酌大好き母さん** (40代/朝霞生まれ朝霞育ち生粋の朝霞っ子)  
夫と子ども2人の4人家族/愛車(黒の電動自転車)でどこへでも!

詳しくは  
Google  
マイマップで確認!



# 春 Spring

### 1 朝霞中央公園

朝霞中央公園の桜がとてきれいでのんびりお散歩もできます。毎年同じ場所で写真を撮るバチリ☆もおすすめです! 我が家ではレジャーシートを広げてピクニックを楽しんでいます♪(ベンチもあります)



### 2 むさしの森珈琲 朝霞本町店

むさしの森珈琲は、ランチもカフェタイムも過ごせるいやしの場所。ふわふわのパンケーキはオーダーしてから焼いていて、オドロキの口溶けです♪



# 夏 Summer

### 3 青葉台公園

ブランコやすべり台もあり、ロープタワーが大人気の青葉台公園。夏はじゃぶじゃぶ池で水遊び、土日は夕方の空いている時間をねらってGo! 子どもからの急なリクエストがあっても、着替えなどの足りないものは近くの西松屋で購入できます♪



空いている  
夕方がおススメ!



### 4 ミヤマ珈琲 朝霞本町店

ミヤマ珈琲で食べる夏限定のかき氷は、大きくて“映え”ます! 小学3年生以下はおこさまドリンク1杯無料♪埼玉県のパパママ応援カード提示でソフトクリームももらえてうれしい!

# 秋 Autumn

### 3 青葉台公園

青葉台公園はイチョウの木、もみじなど紅葉がとてきれいで写真を撮るたくさん撮りたくなります!



### 5 朝霞の森

朝霞の森やシンボルロードでは、子どもから大人まで楽しめるいろんなイベントが行われるので要チェック! 近くにコンビニもあるので、お弁当が足りなかった! おかしを落とした! などの困ったことが起きても安心です♪



秋祭りでは  
リースを作ったよ♪



# 冬 Winter



### 6 あさか冬のあかりテラス

シンボルロードを中心としたイルミネーション、「あさか冬のあかりテラス」(12月~1月頃)はとてもおススメ♪イベントではキッチンカーもでていて腹ごしらえもでき、あたたかい飲み物もうれしい。



### 7 ガズル

人気インドカレー店ガズルのスパイスが効いた本格的なカレーで心の中からあったまる! チーズナン、トムヤムクンもおすすめです♪お子様メニューもあるのがうれしい!





朝霞市に越してきて散歩する中、感じたのは坂が多いことです。  
急な坂、長い坂、しんどいなあと感じます。歩くのしんどいです。特に上り坂は、でも坂を上る時、思い出すことがあります。もう十年以上前、母方のおばあちゃんが亡くなって、お葬式の日のことです。母は若い時に体調を崩し車椅子を使っています。親族が集まり、祖母とお別れをしています。母は気丈に振る舞い「おばあちゃん、あつちでもわたし達のこと忘れないでね」と優しく祖母の顔をさすり、こっちは元気にやるからね、と。  
しかし出棺の時間になり「最後のお別れです」の言葉に母は突然祖母の体にすがりつき、「おかあちゃんっ」と叫んで号泣したのです。何度も、何度も。  
そうなのだ、自分にとって祖母は生まれた時からおばあちゃんでも母にとっては「おかあちゃん」なのだ。おばあちゃんじゃないんだよ。。。

### 「めかさんは歩くのしんどい」 (坂道とおかあちゃん編)



めかさん  
(50代/朝霞市  
在住3年)  
お芝居が好き

待合室に向かおうと母を車椅子に乗せると、長い坂があり、うわー歩くのしんどいなあと力を入れて押した瞬間、えっ？と声が出た。軽いのだ。母の体があまりに軽いのだ。途端に涙が溢れ、止まらなくなった。皆が祖母のために泣いている中、ひとりいつのまに小さくなった母の背中を見ながらいつか来るであろうおかあちゃんの「その日」を思っ泣いたのだ。  
振り返ると抜けるような青空へ祖母が昇って行く煙が見え、ほら、ちゃんと押しなさいと言われた気がした。  
朝霞市には坂が多い。  
坂を上るのはしんどいけど時折この日の事を思い出し「さ、頑張る」と歩き出します。  
『何でもない日常の中にも大切な人を思い出す瞬間や場所があるものですね。市内を散歩してみると、ふと誰かを思い出す場所があるかも知れませんか。』



キャラットかすみちゃん  
イラスト: 巫女柴めぐ

## 「わたしの“あさか時間”」 MAP

- …P4～5
- …P6～7
- …P8～9
- …P10～11
- …P12～13



わたしの“あさか時間”  
へのコメントはこちらから

