

明治神宮外苑 meijijinguaien guide map



新宿区霞ヶ丘町1-1 03-3401-0312 <http://www.meijijinguaien.jp>

2 神宮バッティングドーム

新宿区霞ヶ丘町2-1 03-3478-6800

人気投手とバーチャル対戦。狙えホームラン！
現役の人気プロ野球選手（バーチャル映像）と対戦できる実戦型バッティングセンターです。子供から大人まで自分のレベルにあわせて楽しめるほか、本格的打撃練習にも対応。球の速度、変化球はもちろん、左投げ・右投げなど投手のタイプも選べます。



3 にこここパーク

港区北青山1-7-5 03-3478-0550

山あり滝あり。緑ゆたかな“子供の王国”。



メインのジャングルタワーから木々の中を滑るローラー滑り台等、想像力を刺激する遊具がいっぱい。幼児から高学年まで年齢ごとに楽しめます。また、多目的広場や家族でくつろぐことのできる憩いの空間もあります。
入園料：大人（中学生～）300円
子供（2歳～）100円
（子供の日は、お子様無料）

5 明治神宮外苑アイススケート場

新宿区霞ヶ丘町11-1 03-3403-3458



「競技から初心者まで」、一年中快適スケーティング。

世界フィギュアスケート選手権の会場として使用されたリンクを平成12年にリニューアル。滑走の華麗さと躍動感を十二分に味わえる国際規格サイズの広さと、天井高12mの開放感あふれるスケート場です。



アイスホッケー、ショートトラック、カーリングの利用も可能。「競技から初心者まで」をコンセプトに、楽しいイベントやスクールも常時開催しています。選手育成を目的としたクラブ運営のほか、4歳から大人まで対象のスケート教室を開催しています。基本から教えてくれるのでビギナーでも安心です。

8 明治神宮野球場

新宿区霞ヶ丘町3-1 0180-993-589 www.jingu-stadium.com



日本野球の歴史と共にある、名球場。

学生野球のメッカ神宮球場は、現在東京ヤクルトスワローズのホームグラウンド。シーズン中は、連日多くの観衆が集まります。
●オフシーズン中の一般貸出：12月～2月

1 聖徳記念絵画館

新宿区霞ヶ丘町1-1 壁画展示 03-3401-5179
絵画館学園 03-3401-1177・陶芸教室 03-3478-0022

緑ゆたかな神宮外苑の森に建つ、文化施設。



聖徳記念絵画館（壁画展示）
明治天皇・昭憲皇太后の御偉績を当代一流の画家が描いた日本画・洋画各40枚の壁画（3m×2.7m）を展示。
●開館時間 AM9:00～PM5:00（最終入館PM4:30）
*年末年始10:00～
●無 休 *都合により休館する場合もあり

絵画館学園教室
茶道・いけば花・書道・ペン画・陶芸を学べます。すぐれた講師陣のもと、たくさんの受講生が学んでいます。



●絵画館駐車場 03-3401-0787

4 神宮外苑フットサルクラブ

信濃町コート 新宿区霞ヶ丘町2-3 03-3403-0923
千駄ヶ谷コート 新宿区霞ヶ丘町11-1 03-3403-6022

神宮外苑の森をバックに、ゴールを決めよう。

女性や子どもも楽しめるとあって、国内で約30万人の競技人口を誇るフットサル。神宮外苑のコートでも、多くのチームがプレイを楽しんでいます。信濃町コート、千駄ヶ谷コートともに、会員募集中です。毎月第4日曜には、登録チームを対象としたフットサル月例会大会も開催。毎回、大いに盛り上がっています。ビジターのご利用も可能です。



4A 信濃町コート
各コートをフェンスで区切っているの思いきりプレーできます。コートは、砂入り人工芝。

4B 千駄ヶ谷コート
夜間照明や温水シャワー、休憩室も完備しています。整った環境で楽しくプレイ！

6 軟式球場・テニスコート・室内球技場

軟式・テニス 新宿区霞ヶ丘町2-3 03-3403-0923
室内球技場 新宿区霞ヶ丘町2-4 03-3403-3990



6A 軟式球場
都会の真ん中、緑に囲まれた軟式球場は交通アクセスも万全。時間を気にせず、のびのびプレーが楽しめます。
●天然芝5面、人工芝1面

6B 室内球技場
縦横45mの広さを誇り、野球練習はもちろんのこと、アメフト、ソフトボールなど多目的に利用できます。

6C テニスコート
軟式球場の一角にあります。緑ゆたかな神宮外苑の森のなか、プレイを楽しめるとあって、朝7時から夜11時まで、テニス愛好者が白球を追いかけます。
●ハードコート1面、人工芝コート4面

7 明治神宮外苑テニスクラブ

港区北青山2-1-15 03-3401-0389

歴史と伝統を誇る、クレイコートでプレイ。
昭和32年に会員制クラブとして設立された伝統あるテニスクラブです。
●クレイコート21面、室内コート8面

9 明治神宮外苑ゴルフ練習場

新宿区霞ヶ丘町3-2 03-3401-4359

都心最大級の163打席。



●ボール代割引
土曜 ～AM12:00 20%OFF
日・祝日 ～AM9:00 20%OFF
平日 ～PM3:00 30%OFF
●レディースデー
毎週月曜（祝日を除く）
終日30%OFF

営業時間 AM6:00～PM11:00 *冬期:AM7:00～

ゴルフスクール随時入校可能 専用駐車場有

Meijijingugaien guide map

春夏秋冬が、ベストシーズン。神宮外苑には、楽しいがいっぱい。



- | | | |
|---------------------|-----------------|--------------------|
| 1 水明亭 | 11 鶴鶴 (明治記念館内) | 1 明治神宮外苑之記 |
| 2 熱烈中華食堂 日高屋 | 12 竹游林 (明治記念館内) | 2 御観兵榎 |
| 3 カフェ シェーキーズ | | 3 憲法記念館 (明治記念館) |
| 4 外苑うまや信濃町 | | 4 なんじゃもんじゃの木 |
| 5 外苑パーラー | | 5 葬場殿趾 |
| 6 グリーングレス | | 6 榎太日露国境天測標 |
| 7 シェイクシャック外苑いちよう並木店 | | 7 御鷹の松 |
| 8 ロイヤル ガーデンカフェ | | 8 国立競技場 (旧明治神宮競技場) |
| 9 キハチ 青山本店 | | 9 建国記念文庫 |
| 10 羽衣 (明治記念館内) | | 10 シロマツ |
| | | 11 いちよう並木 |

季節のイベント情報

四季折々の表情をみせる神宮外苑の森では、一年を通して楽しい行事が行われています。

ビアガーデン

5月中旬～9月上旬
神宮外苑の夏の風物詩ともいえるビアガーデン。樹齢100年を超える大木が茂る森に夏の間だけ誕生する、都心のオアシスです。

花火大会

7月～8月の1日
夜空を彩る大輪の花火に思わずため息がもれる夏の一大イベント。ライブなども開催し、夏の夜を盛り上げます。

いちよう祭り

11月中旬～12月上旬
銀杏並木が黄金色に色づく、いちよう祭りの季節。歌や音楽の演奏に模擬店など、毎年多くの人が訪れます。

食事処ガイド

散策途中に、野球観戦の帰りに、スポーツの後に。立ち寄りやすい食事処がたくさんあります。

<h3>1 水明亭</h3> <p>03-3401-7462</p> <p>緑に囲まれた食事処は、創業40年になるチャンポンと皿うどんの店。</p>	<h3>2 熱烈中華食堂 日高屋</h3> <p>03-3405-8521</p> <p>麺類・炒め物・丼物・餃子など豊富な品揃え。お一人さまからご家族連れまで幅広くご利用いただけます。</p>	<h3>3 Cafe Shakey's</h3> <p>03-3796-0522</p> <p>いつでも誰とでも心地よい時間を過ごしていただけるカフェ。ピッツアやバスタ、デリ等色々をご用意しております。</p>	<h3>4 外苑うまや信濃町</h3> <p>03-5771-6331</p> <p>鍋料理・やきとりなど、九州の郷土料理のお店です。おいしいおもてなしで旅人の疲れを癒す和みの空間です。</p>
<h3>5 外苑パーラー</h3> <p>03-5474-2335</p> <p>軟式球場の中にある、オープンテラスのお店。青空の下で飲みほす冷たいビールは最高です。</p>	<h3>6 Green Cress</h3> <p>03-3404-0035</p> <p>神宮球場の隣、ゴルフ練習場内にあるカフェレストラン。グループで座れる大テーブルもあります。</p>	<h3>7 SHAKE SHACK</h3> <p>03-6455-5409</p> <p>100% Angusビーフを使用したハンバーガーなど、NY本場のこだわりの味をいちよう並木に囲まれながらゆったりとお楽しみください。</p>	<h3>8 ロイヤル ガーデンカフェ</h3> <p>03-5414-6170</p> <p>オーガニック食材中心のメニューと、丁寧に焼き上げた自家製パンをお楽しみいただけます。</p>
<h3>9 キハチ 青山本店</h3> <p>03-5785-3641</p> <p>“焼き”をテーマにしたフレンチベースのオリジナル리티あるキハチ料理が楽しめます。</p>	<h3>10 羽衣 (明治記念館内)</h3> <p>03-3746-7729</p> <p>平成18年9月にリニューアルオープン。趣向を凝らした空間で鰻、天麩羅、鉄板焼が味わえます。</p>	<h3>11 鶴鶴 (明治記念館内)</h3> <p>03-3746-7723</p> <p>吹き抜ける風が心地よい。庭園内のビアレストラン。オープン5月から9月中旬。</p>	<h3>12 竹游林 (明治記念館内)</h3> <p>03-3746-7777</p> <p>大きなガラス窓からさしこむ陽の光。開放感あふれる本格中国料理店です。</p>

歴史の散歩道

明治神宮外苑には、明治時代にまつわる史跡が点在しています。マップ片手に史跡散策にでかけましょう。

<h3>1</h3>	<h3>2</h3>	<h3>3</h3>	<h3>4</h3>
<h3>5</h3>	<h3>6</h3>	<h3>7</h3>	<h3>8</h3>
<h3>9</h3>	<h3>10</h3>	<h3>11</h3>	<h3>12</h3>

1 明治神宮外苑之記

明治神宮外苑は、明治天皇・昭憲皇太后の偉業を称えるために造られました。記念碑には造営の由来と施設大要が記されています。

2 御観兵榎

憲法発布観兵式や日露戦没凱旋観兵式などが行われた際、榎の西側に明治天皇の御座所があったことから命名。現在の榎は2代目です。

3 憲法記念館

現在は「明治記念館」として結婚式場などに利用されています。明治22年の帝国憲法制定では、会議場として用いられました。

4 なんじゃもんじゃの木

幕末よりこの付近にあった珍しい樹木で、和名「ひとつばたご」と言います。5月初旬に白い花を咲かせる、明治神宮外苑の名物。

5 葬場殿趾

明治45年の明治天皇御大喪の際、轎車を奉安した位置を記念するために石碑が建立されました。

6 榎太日露国境天測標

日露戦争と条約でカフト北緯50度以南が日本領土と定められました。その国境を表示するために設置された天測標のレプリカ。

7 御鷹の松

江戸幕府三代将軍徳川家光が鷹狩りを行っていたところ、江戸城より愛鷹が飛来。喜んだ家光が命名したという言い伝えが残っています。

8 国立競技場

旧明治神宮競技場。国民体育大会の基、第一回明治神宮競技大会 (大正13年) や、東京オリンピック大会 (昭和39年) の舞台となりました。

9 建国記念文庫

「建国記念の日」を記念して建立されました。移築した奄美大島の高床式穀物倉庫には、国民からの数十万通の制定希望意見書が納められています。