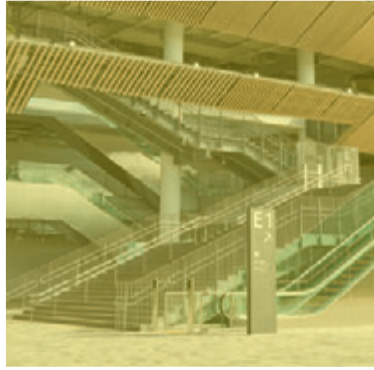
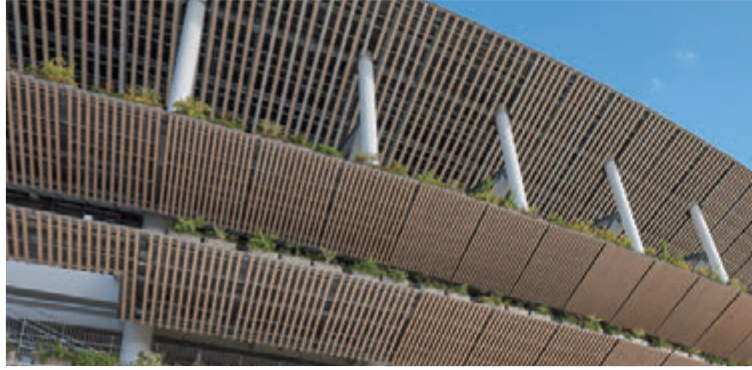


# 東京教育旅行ガイド



Copyright: JAPAN SPORT COUNCIL



©浅草寺

# Meet new Tokyo!

東京で「新しくまなぶ、深くまなぶ」。  
これまでと違う角度で、教育旅行を。  
地域の人々・多様な文化に触れ、  
みんなでつくる東京のミライをのぞいてみよう。



## Contents

教育旅行で東京を訪れる6つの理由	1
東京主要エリアのご紹介	3
学習・見学施設MAP	5
モデルコース	8～15
学習・見学施設紹介	16～23
東京都のSDGsに関する取組	24
自由行動時間のヒント	25

# 教育旅行で 東京を訪れる 6つの理由

## 1 日本の中枢

東京は、政治、経済、文化などにおいて重要な役割を担っています。

## 2 グローバル都市

東京は、多くの人々が交流する都市で、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会のレガシーであるダイバーシティやインクルージョンを推進し、世界をリードするグローバル都市として発展を続けています。

## 3 多彩な探究学習施設

東京は、自然、科学、芸術、防災など様々な分野において、探究活動できる施設が充実しています。

## 4 抜群のアクセス

東京は、公共交通機関が網羅的に発達しているため、広いエリアでスムーズに班別研修ができます。

## 5 未来へつながる歴史

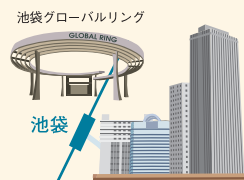
東京では、江戸時代から受け継がれる伝統や歴史を、現代そして未来へとつなげています。

## 6 地球を守る取組

東京は、環境問題に向き合い、サステナブルなまちづくりに向けて、再生可能エネルギーへの対策など、様々な環境保護に対する取組を積極的に行っています。

# 東京主要エリアのご紹介

世界有数の大都市圏である東京は、駅や路線によって街の表情も様々。歴史が息づく文化財を見学したり、最先端の若者カルチャーに触れたり、多彩な学びが、ぎゅっと詰まった東京の魅力を、エリアごとにご紹介します。



## 1 吉祥寺エリア



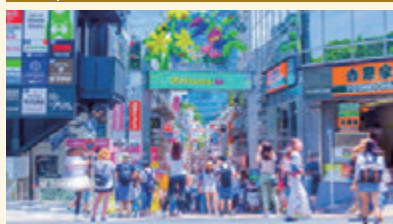
商店街や横丁などの賑わいがあり、緑あふれる井の頭公園もあり、どこか穏やかな空気が流れるこの街は、老若男女問わず人気のスポットです。

## 2 新宿エリア



東京の文化の中心であり、進化を止めない街・新宿。ランドマークは、東京の行政の中心である東京都庁。ショッピングの東口・ビジネスの西口と様々な顔を持つ街です。

## 3 原宿・表参道エリア



お洒落なアイテムが手頃に揃う若者文化の発信地・原宿と、ブランド店が立ち並び大人の雰囲気漂う表参道という、二面性が楽しめるエリアです。

## 4 渋谷エリア



日本のkawaii(かわいい)アイテムがいっぱいの若者の街。待ち合わせ場所の定番「ハチ公」や「スクランブル交差点」も名所の一つです。



※この地図はイメージイラストです。  
各施設の正確な位置関係などは、詳細地図でご確認ください。

## 4 渋谷エリア



日本のkawaii(かわいい)アイテムがいっぱいの若者の街。待ち合わせ場所の定番「ハチ公」や「スクランブル交差点」も名所の一つです。

## 5 六本木エリア



複合商業施設や飲食店が数多く集まるスタイリッシュなこの街は外国人も多く、国際的な雰囲気が漂います。また文化施設が揃うアートの街という一面もあります。

## 6 代官山エリア



街の象徴的存在であるヒルサイドテラスをはじめ、ハイセンスで個性的なショップやレストランが点在しているお洒落な街です。

## 9 上野エリア



美術館・博物館などが集まる文化の香りが漂うエリアや、アメ横商店街や問屋街などの活気あふれるエリアもある魅力的な地域です。

## 10 浅草・墨田・押上エリア



世界一の高さを誇る自立式電波塔「東京スカイツリー®」や大きな赤い提灯のある「雷門」をランドマークに、東京の新旧が交錯するエリアです。

## 11 秋葉原エリア



PC等のデバイスやその周辺機器ならお任せのエリア。また、世界のアニメファンが注目するサブカルチャーの街でもあります。

## 12 丸の内エリア



日本のハブ駅である東京駅をはじめ、周辺の商業施設や飲食店が充実。進化を続ける東京の中心地です。

## 13 お台場エリア



外国人観光客からの人気急上昇しているお台場。ウォーターフロントに開かれたお台場は、今や東京観光に欠かせないスポットとなっています。



## 7 銀座エリア



ロンドンのオックスフォード・ストリート、NYの5番街と並び世界を代表するショッピングストリート。一流の「食」を満喫できるのも魅力です。

## 8 日本橋エリア



東京駅に隣接するこのエリアは、江戸時代から続く商業・金融の中心地です。老舗や名店の味、重要文化財の建築物など歴史が息づいています。

# 学習・見学施設MAP



**小井町市/三鷹市** [P9,14]

武蔵小金井 武蔵境 吉祥寺

JR中央本線

**大島** [P12]

大島町 郷土資料館 大島ふるさと体験館

大島町 伊豆大島 火山博物館

大島 踊り子の里 資料館

貝の博物館 ばれ・らめーる

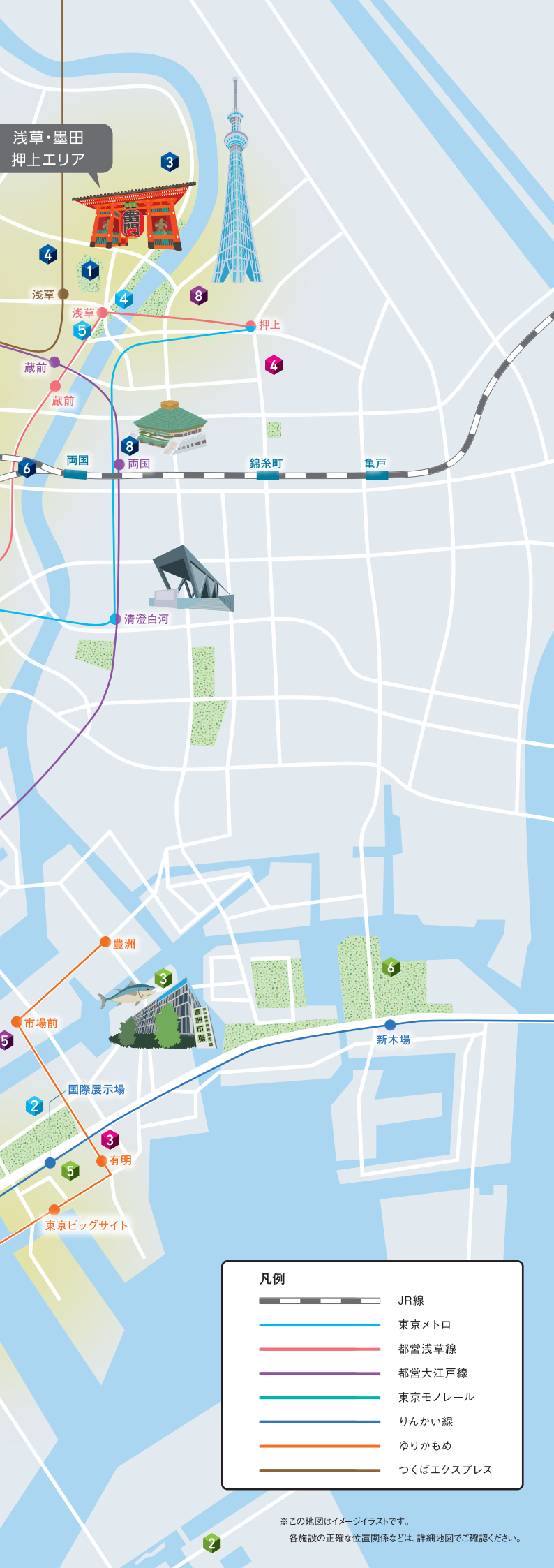
**羽田空港** [P10]

整備場 穴守稲荷 天空橋

京浜急行 東京モノレール

**お台場エリア**

お台場海浜公園 東京テレポート 台場 東京国際クルーズターミナル 青海 テレコムセンター



## 日本の中核を知る東京定番コース

P8

- 1 皇居外苑
- 2 国会議事堂
- 3 日本銀行本店
- 4 東京タワー
- 5 東京都中央卸売市場・豊洲市場
- 6 早稲田大学
- 7 国立科学博物館
- 8 東京スカイツリー®
- 9 国立西洋美術館

## 伝統文化で今と昔を知る江戸歴史コース

P9

- 1 浅草寺
- 2 江戸東京たてもの園
- 3 切子工房おじま
- 4 元祖食品サンプル屋 合羽橋店
- 5 明治神宮
- 6 屋形船
- 7 東京工芸大学 杉並アニメーションミュージアム
- 8 相撲博物館
- 9 染の里おちあい（二葉苑）

## 地球の未来を考える環境・科学コース

P10

- 1 日本科学未来館
- 2 中央防波堤埋立処分場
- 3 水素情報館 東京スイソミル
- 4 第一三共くすりミュージアム
- 5 パナソニックセンター東京
- 6 東京都夢の島熱帯植物館
- 7 印刷博物館
- 8 METoA Ginza
- 9 羽田クロノゲート

## 東京が世界に発信するレガシーコース

P11









- 1 国立競技場
- 2 日本オリンピックミュージアム
- 3 防災体験学習施設「そなエリア東京」
- 4 東京消防庁 本所都民防災教育センター（本所防災館）
- 5 東京消防庁 池袋都民防災教育センター（池袋防災館）
- 6 JICA地球ひろば

## 東京の自然を守る離島コース

P12

- 1 伊豆大島火山博物館
- 2 大島ふるさと体験館
- 3 踊り子の里資料館
- 4 大島町郷土資料館
- 5 貝の博物館 ぱれ・らめーる

### 凡例

-  JR線
-  東京メトロ
-  都営浅草線
-  都営大江戸線
-  東京モノレール
-  りんかい線
-  ゆりかもめ
-  つくばエクスプレス

※この地図はイメージイラストです。  
各施設の正確な位置関係などは、詳細地図でご確認ください。

多様性と環境配慮への取り組みを学ぶ  
SDGs コース

P13

- 1 WATERS takeshiba
- 2 スモールワールズ
- 3 Kawasaki Robostage
- 4 水上バス
- 5 時代屋
- 6 染の里おちあい (二葉苑)
- 7 RED TOKYO TOWER

緑豊かな多摩地域と都心の対比を楽しむ  
多摩コース

P15

- 1 都庁展望室
- 2 深大寺
- 3 国営昭和記念公園
- 4 高尾599ミュージアム
- 5 高尾山
- 6 多摩森林科学園
- 7 浜離宮恩賜庭園

安心・安全な生活の仕組みを学ぶ  
防災学習・社会見学コース

P14

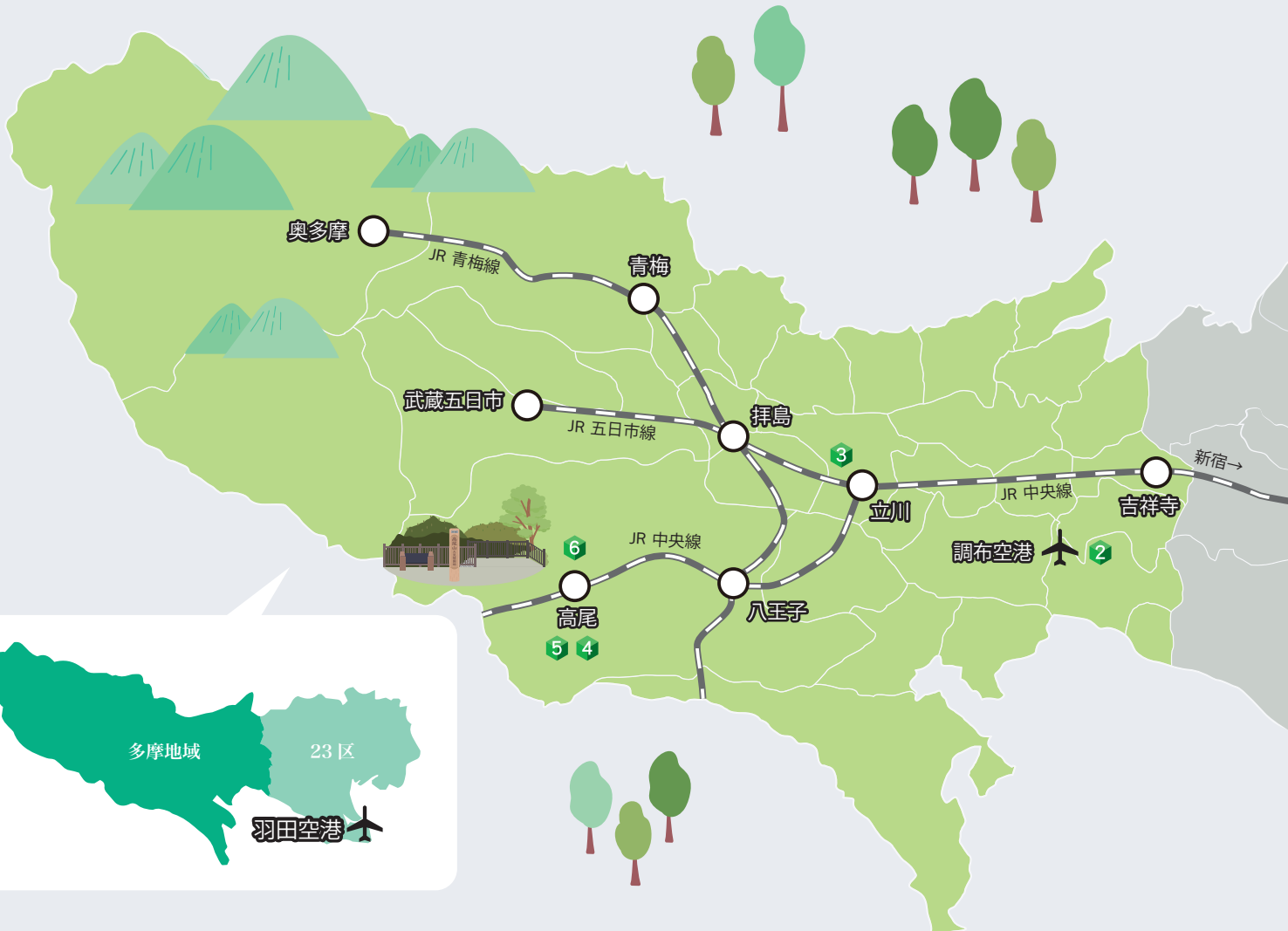
- 1 NTT技術史料館
- 2 サンシャイン60展望台 てんぼうパーク
- 3 東京消防庁 池袋都民防災教育センター(池袋防災館)
- 4 ポリスミュージアム「警察博物館」
- 5 日本銀行本店
- 6 気象科学館
- 7 NHK放送博物館

国営昭和記念公園



高尾山

## 多摩地域





# 東京定番コース



## DAY1

① 11:30

### 皇居外苑

東京を代表する桜の名所



出典：環境省 皇居外苑管理事務所

② 12:30

### 国会議事堂

日本の政治の中心



③ 14:00

### 相撲観戦または相撲博物館

肌で感じる国技の迫力



©日本相撲協会

宿泊先

## DAY2

④ 9:30

### 東京都中央卸売市場 豊洲市場

日本の食を支える卸売市場



⑤ 12:00

### 渋谷・班別研修

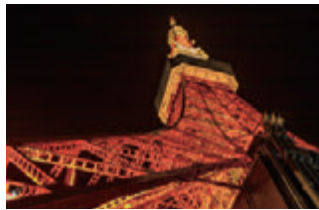
文化・カルチャーの発信地



⑥ 17:00

### 東京タワー

東京のシンボルから東京の景色を楽しもう



宿泊先

## DAY3

⑦ 9:00

### 早稲田大学

1882年創立の歴史ある大学



提供：早稲田大学

⑧ 11:00

### 国立科学博物館

国立唯一の総合科学博物館



画像提供：国立科学博物館

⑨ 12:30

### アメヤ横丁

日本有数の商店街



駅・空港へ

## 探究学習

### ☑ 事前学習

日本の首都、東京は政治や経済をはじめ、多くの分野で中枢を担っています。実際にどんな施設やスポットがあり、そこにはどんな人や物が日本中から集まっているのか、考えてみましょう。

### ☑ 現地学習

日本の政治や経済などの中核を担う各見学先で、その役割について事前学習をもとにインタビューしてみましょう。

### ☑ 事後学習

自分の住んでいる地域の産業について、一つ選んで調べてみましょう。また、その産業は国内外でどのような役割を担っているかも調べてみましょう。

## ☆ 東京を支える地域の担い手

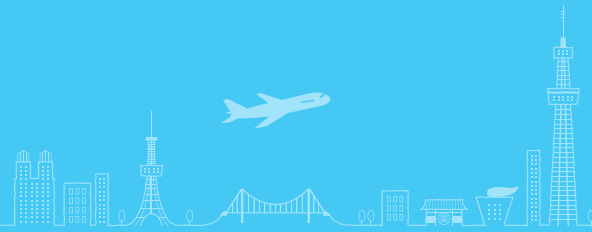
### 東京都中央卸売市場・豊洲市場

衣食住の中で最も重要な、命につながる「食」に興味を持っていただきたいです。私たちは価格の変動をなるべく抑えながら、「安定供給」を第一に心がけています。豊洲市場が皆さんの「食」をどのように支えているかを知っていただくと嬉しいです。



東都水産株式会社  
営業本部長  
高藤 準さん

# 江戸歴史コース



## DAY1

① 11:30

### 浅草寺

都内最古の寺院



©浅草寺

② 14:00

### 江戸切子体験

日本らしい繊細な技術を体験しよう



③ 16:00

### 江戸東京たてもの園

文化的価値の高い歴史的建造物の数々



提供:江戸東京たてもの園

宿泊先

## DAY2

④ 10:00

### 東京スカイツリー®

東京の景色が360度楽しめる電波塔



©TOKYO-SKYTREETOWN

⑤ 12:00

### 築地

食で日本の魅力を感じよう



⑥ 17:00

### 屋形船

江戸時代の文化を体感しよう



宿泊先

## DAY3

⑦ 10:00

### 明治神宮

都心ながら豊かな自然に囲まれた神社



⑧ 11:00

### 原宿、表参道・班別研修

若者文化の発祥地と洗練されたファッションの街



駅・空港へ

## 探究学習

### ☑ 事前学習

江戸時代から伝わる伝統工芸「江戸切子」の特徴や歴史を調べてみましょう。また、伝統を継承する職人の肩に聞いてみたいことなど書き出しておきましょう。

### ☑ 現地学習

江戸切子体験を通じて、世界に一つだけのグラスを作ってみましょう。また、職人の方に、伝統を受け継ぐうえでの工夫や課題を聞いてみましょう。

### ☑ 事後学習

江戸切子のように、自分の住んでいる地域に伝わる伝統や文化について調べてみましょう。また、その伝統を守っていくためにできることや、継承することの大切さを話し合ってみましょう。

## ☆ 東京を支える地域の担い手

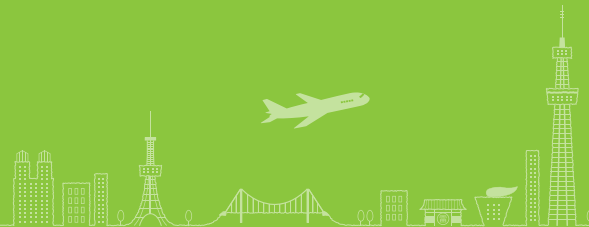
### 切子工房おじま

私たちが江戸時代から続く工芸を守り続けています。その技術と意匠に、職人たちの地道な工夫の積み重ねと、江戸の日常に根差した感性を体感してもらえたら嬉しいです。



切子工房おじま  
尾島英治さん

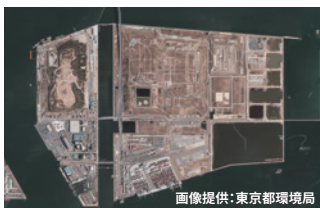
# 環境・科学コース



## DAY1

### ① 11:00 中央防波堤埋立処分場

東京のごみ処理の流れ、ごみの資源化や環境保全の取組などを学ぼう



### ② 13:00 渋谷・班別研修

文化・カルチャーの発信地



宿泊先

## DAY2

### ③ 10:00 日本科学未来館

幅広い知識の宝庫



### ④ 12:00 お台場・班別研修

さまざまな商業施設やレジャースポットが集まったウォーターフロント



### ⑤ 15:00 水素情報館 東京スイソミル

目には見えない水素から、東京の未来を学ぼう



宿泊先

## DAY3

### ⑥ 10:00 東京都夢の島熱帯植物館

1,000種類を超える熱帯植物を育成 大都会で、大自然を満喫しよう



### ⑦ 14:00 パナソニックセンター東京

より良い暮らし、より良い世界の 実現に向けた取組を見に行こう



駅・空港へ

## 探究学習

### ☑ 事前学習

自分の住んでいる地域から廃棄される年間のごみの量や、日本ではどのようなごみの処理方法があるのかを事前に調べ、問題点を整理しておきましょう。

### ☑ 現地学習

東京のごみ問題の現状や課題、及び環境保護に対する取り組み等について聞いてみましょう。

### ☑ 事後学習

自分が住む地域では、ごみを削減するためにどのような取組が行われているのかを調べ、自分の家でもできる取組を考えてみましょう。

## ★ 東京を支える地域の担い手

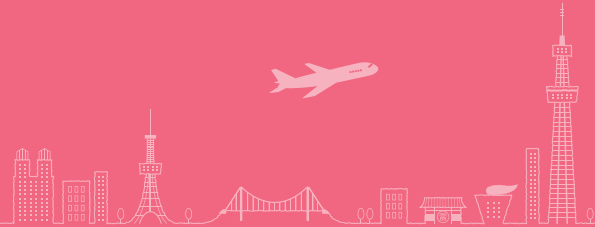
### 水素情報館 東京スイソミル

水素エネルギーは、今後私たちにとってより身近で重要なエネルギーになります。未来を担う皆さんに、水素情報館 東京スイソミルで楽しく水素を学んでもらえたら嬉しいです。



水素情報館 東京スイソミル 統括責任者 越智 元さん

# レガシーコース



## DAY1

① 12:30

### 国立競技場

世界が注目した国際大会のレガシーを体感しよう



② 14:30

### 国立競技場周辺を散策



③ 15:00

### 日本オリンピックミュージアム

様々な角度から歴史ある国際大会を学ぼう



宿泊先

## DAY2

④ 10:00

### JICA地球ひろば

世界が直面する様々な課題や、開発途上国とのつながりを体感しよう



⑤ 15:10

### 浅草寺

都内最古の寺院



⑥ 16:30

### 東京スカイツリー

東京の景色が360度楽しめる電波塔



宿泊先

## DAY3

⑦ 10:00

### 防災体験学習施設 「そなエリア東京」

地震災害後を生き抜く知識を学ぼう



駅・空港へ

## 探究学習

### 事前学習

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会に向けて、受入環境整備や観光資源の開発が進みました。この大会が東京のまちや人に、どのような変化や影響を残したのか、考えてみましょう。

### 現地学習

東京の未来につながる「レガシー（遺産）」とはなんでしょう。スポーツ施設を見学したり、バリアフリーや安全・安心に向けた取組を学習してみたり、世界から多くの人々を受け入れる準備をしてきた東京だからこそ学べることを探してみましょう。

### 事後学習

自分の住んでいる地域の、世界に誇る魅力とは何か、調べてみましょう。また、それを後世につなげるためにはどのような取組が必要なのか、考えてみましょう。

## ★ 東京を支える地域の担い手

### 防災体験学習施設「そなエリア東京」

防災体験ゾーンで地震発生後の自分の住む地域の被害状況を想像してみてください。また、生き残るためにどんなことができるのかを考えるきっかけになると嬉しいです。



東京臨海広域防災公園  
防災体験学習  
「そなエリア東京」  
センター長 施設  
丸山浩司さん

# 島しょコース

## DAY1

- ① 14:15  
竹芝客船ターミナル



- ② 16:00  
大島 地層大切断面

数百回に及ぶ噴火によって  
形成された縞模様が特徴



- ③ 17:00  
サンセットパームライン

大島随一の夕日スポット



宿泊先

## DAY2

- ④ 9:00  
三原山トレッキング

大島のシンボルともいえる山



- ⑤ 13:00  
学校交流



- ⑥ 15:00  
島内サイクリング、  
大島椿のつばきはなびら染体験

大島のシンボルである、椿を知ろう



宿泊先

## DAY3

- ⑦ 10:00  
伊豆大島火山博物館

世界的にも数少ない火山専門の博物館



- ⑧ 17:15  
竹芝客船ターミナル



駅・空港へ

### 探究学習

#### ☑ 事前学習

自分の住んでいる地域が守っている伝統や街の自慢できるところを調べ、まとめた内容を発表できるように資料を作成しておきましょう。

#### ☑ 現地学習

大島高校の生徒たちとお互いの町自慢について発表し合い、意見交換をしてみましょう。

#### ☑ 事後学習

事前学習と現地学習を通じて、自分の住んでいる地域でも守っていきたい魅力をまとめてみましょう。そして、どうして守りたいのか、またどのように守るのかを考えてみましょう。

### ★ 東京を支える地域の担い手

#### 大島

大自然の魅力にあふれた東京の離島「大島」。日本ジオパークにも認定される伊豆大島でサイクリング、海水浴、スポーツ、椿油搾り体験や空一面の星空を観察しに来てください。



一般社団法人  
大島観光協会  
会長  
小池祐広さん

# SDGsコース



## DAY1

### ① 11:10 WATERS takeshiba

東京の新しいウォーターフロント。「竹芝干潟」で環境再生を学ぼう



電車で30分

### ② 14:00 スモールワールズ

アジア最大級のミニチュア「エデュテイメント」



電車で30分

### ③ 16:30 お台場海浜公園

夕陽も美しい、入江を囲む公園



宿泊先

## DAY2

### ④ 10:30 Kawasaki Robostage

最新ロボットのショールームで人とロボットの共存を考えよう



水上バスで移動 (60分)



東京都観光汽船(株)

### ⑤ 13:30 時代屋

「究極のエコバッグ」ともいえる「風呂敷」を体験しよう



### ⑥ 15:00 浅草・班別研修

伝統と活気が融合した東京の文化の拠点



宿泊先

## DAY3

### ⑦ 11:00 染の里おちあい(二葉苑)

新宿・落合で100年以上の歴史を誇る職人技による染色技術を体験しよう



電車で30分

### ⑧ 13:30 RED° TOKYO TOWER

最先端テクノロジーを用いた日本最大規模のesportsパーク



電車で30分

### 17:00 東京駅



駅・空港へ

## 探究学習

### ☑ 事前学習

SDGsとは何か、また日本や世界で行われているSDGsへの取組みにはどのような取組があるのか調べてみましょう。

### ☑ 現地学習

昔からある伝統的な技術や、最先端の技術を知ることができるスポットを訪問し、それらがどのようにSDGsの貢献につながるのか考えてみましょう。

### ☑ 事後学習

事前・現地学習を通じて知った知識を活かし、自分がどのようにSDGsへの取組に貢献できるかを考え、話し合ってみましょう。

## ★ 東京を支える地域の担い手

### 時代屋

時代屋では、再利用の代表例である風呂敷体験や、究極のエコロジーである人力車を提供していますが、日本の伝統的価値観の根底には自然崇拜、再生、再利用があると思います。日本文化を伝えることで、SDGsの推進に貢献したいと思っています。



株式会社時代屋  
日本文化担当  
瀬戸青空さん

# 防災学習・社会見学コース



## DAY1

① 12:30

### NTT技術史料館

現代の生活に欠かせない  
電気通信の歴史・技術を学ぼう



② 15:30

### サンシャイン60展望台

60階の展望台から東京を一望



③ 16:00

### 池袋・班別研修

サブカルチャーや芸術の宝庫



宿泊先

## DAY2

④ 9:30

### 池袋防災館

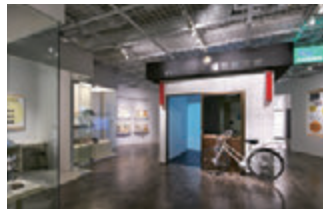
ツアーで防災について体験しよう



⑤ 13:00

### 警察博物館

人々の暮らしを守る警視庁の  
活動や歴史を学ぼう



⑥ 15:00

### 日本銀行本店

日本の中央銀行の役割や業務を知ろう



宿泊先

## DAY3

⑦ 10:00

### 気象科学館

気象や地震、防災知識を知ろう



⑧ 11:45

### NHK放送博物館

放送の進歩・歴史を学ぼう



15:00

### 東京駅



駅・空港へ

## 探究学習

### 事前学習

自分たちの暮らしを守ったり、生活を豊かにしているものにはどのようなものがあるのか考えてみましょう。

### 現地学習

地震などの自然災害について学び、災害時の適切な行動や判断について学びましょう。また現代の生活に欠かせない電気通信などのインフラの歴史を学びましょう。

### 事後学習

当たり前のように守られている日々の暮らしについて見つめ直し、今後も安心・安全に生活するためにはどのような取組が必要なのか、考えてみましょう。

## ★ 東京を支える地域の担い手

### 気象科学館

気象科学館では、気象や地震の観測方法や防災知識について学ぶことができます。気象予報士の資格を持った解説員に質問することもできますので、たくさん学んで楽しんでいってください!



気象科学館  
館長  
はれるん

# 多摩コース



## DAY1

### ① 11:00 都庁展望室

東京のランドマーク、都庁の展望台から東京を一望



### ② 14:00 深大寺

733年に開創した天台宗の古寺



### ③ 15:30 国営昭和記念公園

四季折々の花々やイベントを楽しもう



宿泊先

## DAY2

### ④ 9:00 高尾599ミュージアム

高尾山の動植物や歴史を学ぼう



### ⑤ 10:10 高尾山ハイキング

都心に最も近いハイキングの名所



### ⑥ 14:50 多摩森林科学園

森林や木材産業について学ぼう



提供: 国立研究開発法人 森林研究・整備機構  
森林総合研究所 多摩森林科学園

宿泊先

## DAY3

### ⑦ 10:00 原宿、表参道・班別研修

都心でも緑あふれるスポットを探してみよう



### ⑧ 14:00 浜離宮恩賜庭園

高層ビル群とのコントラストが魅力の江戸時代を代表する大名庭園



写真提供: 公益財団法人東京都公園協会

### 15:30 東京駅



駅・空港へ

## 探究学習

### ☑ 事前学習

多摩地域は東京のどのあたりにある地域なのか、事前に調べ、どのような特徴があるのか調べてみましょう。

### ☑ 現地学習

豊かな自然を見るだけでなく、自然科学や環境学について学べる施設に訪問し、都心部とは異なる自然環境の特徴を学びましょう。

### ☑ 事後学習

日本には自然が豊かな場所がたくさんありますが、今後も自然の豊かさを守っていくためには、どのような取組が必要になるのか考え、話し合ってみましょう。

## ☆ 東京を支える地域の担い手

### 高尾599ミュージアム

高尾山が誇る豊かな生態系・歴史・文化など、世界でも稀有な魅力を独自性ある映像や展示を通じて発信しています。みなさんの新しい発見や驚きに出会うきっかけになれば幸いです。



高尾599ミュージアム  
学芸員 副館長  
小茂田慎也さん



# 日本の中枢を知る東京定番コース

東京といえばここ!と言われるスポットで、日本の中枢を知ることができます。



出典：環境省 皇居外苑管理事務所

## 1 皇居外苑

皇居外苑地区は、黒松の点在する大芝生広場と江戸城の行末を残す濠、城門などの歴史的建造物とが調和し、我が国を代表する公園として親しまれている。

- 📍 千代田区皇居外苑1-1
- 🚇 二重橋前(地下鉄)、東京(JR、地下鉄)
- 🕒 無休(事務所は8:30~17:15、土・日・祝日休館)
- 🆓 無料 📄 パンフレット(英・中・韓)
- 📄 不要 🌐 <https://fng.or.jp/koukyo/access/>



## 4 東京タワー

1958年に開業した総合電波塔。高さ150mと250mの2つの展望台からは、立体感あふれる東京の景色を楽しむことができる。

- 📍 港区芝公園4-2-8
- 🚇 赤羽橋(地下鉄)、神谷町(地下鉄)、御成門(地下鉄)
- 🕒 9:00~22:30 変更の場合あり。HPを要事前確認。
- 🎫 メインデッキ(150m)大人:1,200円、高校生:1,000円、小中学生:700円 幼児(4歳以上):500円
- 🎫 トップデッキツアー(150m&250m)当日 大人:3,000円、高校生:2,800円、小中学生:2,000円、幼児(4歳以上):1,400円
- 🗣️ 英語話者のスタッフが在籍
- 👥 団体割引や、学校団体の割引あり
- ☎️ 03-3433-5111
- 🌐 [www.tokyotower.co.jp](http://www.tokyotower.co.jp)



画像提供：国立科学博物館

## 7 国立科学博物館

日本を代表する国立唯一の総合科学博物館。「日本館」と「地球館」の2つの常設展示がある。フロアごとに展示テーマを設け、恐竜の化石や動物のはく製、科学技術の歩みなどを展示している。

- 📍 台東区上野公園7-20
- 🚇 上野(JR、地下鉄)、鶯谷(JR)、京成上野(京成)
- 🕒 9:00~17:00(入館は閉館時刻の30分前まで)
- 🎫 一般・大学生:630円、高校生(高等専門学校生含む)以下・65歳以上:無料 ※特別展は別途、詳しくはHP参照
- 📄 館内パンフレット(日・英・中・韓・タイ)、音声ガイド、展示情報端末
- 📄 常設展の入館予約は不要、団体の場合、webから手続き
- 🌐 [www.kahaku.go.jp/userguide/access/](http://www.kahaku.go.jp/userguide/access/)



## 2 国会議事堂

日本の国会が開催される建物であり、国の唯一の立法機関として、法律の制定や予算の議決を行う。建物は左右対称形を成しており、正面に向かって左側に衆議院、右側に参議院(旧:貴族院)が配置されている。

- 📍 千代田区永田町1丁目7-1
- 🚇 永田町(地下鉄)、国会議事堂前(地下鉄)
- 🕒 見学時間:平日9:00~16:00
- 🆓 無料 📄 パンフレット(英・中・韓・露・仏・西)
- ☎️ 要電話予約03-5521-7445
- 🌐 <https://visit-chiyoda.tokyo/app/spot/detail/503>



## 5 東京都中央卸売市場・豊洲市場

豊洲市場は、水産卸売場棟のある7街区、水産仲卸売場棟のある6街区、青果棟のある5街区の3つの街区により構成されている。食の安全・安心や効率的な物流、環境対策に加え、地域の活気やにぎわい創出にも取り組んでいる。

- 📍 江東区豊洲6丁目(街区により住所が異なります)
- 🚇 市場前(ゆりかもめ) 🕒 市場の休開市日に準ずる
- 🆓 無料 📄 パンフレット(英・中・韓) 📄 不要
- ☎️ 03-3520-8205 🌐 [www.toyosu-market.or.jp/access/](http://www.toyosu-market.or.jp/access/)



©TOKYO-SKYTREETOWN

## 8 東京スカイツリー®

東京スカイツリー®は世界一高い自立式電波塔。地上350mと450mの2か所の展望台から、東京の絶景を眺める空中散歩が楽しめる。足元の商業施設東京ソラマチ®(約300店舗)や水族館も人気。

- 📍 墨田区押上1-1-2
- 🚇 とうきょうスカイツリー(東武スカイツリーライン)、押上<スカイツリー前>(地下鉄、京成)
- 🕒 10:00~21:00(最終入場20:00) ※年中無休。時期等により変更あり。🎫 天望デッキ&天望回廊セット 大人:3,100円~、中学生(12~17歳):2,350円~、小学生(6~11歳):1,450円~、※団体料金設定あり
- 📄 パンフレット(日・英・繁・簡・韓)、ガイド要相談
- 👥 団体予約あり。10名以上の事前予約には団体料金の適用
- ☎️ 東京スカイツリーコールセンター 0570-55-0634
- 🕒 ※受付時間全日11:00~18:00、一部のIP電話・国際電話は03-6700-4822へおかけください。
- 🌐 <https://www.tokyo-skytree.jp/access/>



出典：日本銀行ホームページより

## 3 日本銀行本店

日本の中央銀行。本店本館(1896年竣工)は日本人建築家による最初の国家的近代建築(国指定重要文化財)。ガイドの解説付き見学ツアー(約1時間)で、2004年まで利用されていた地下金庫も見学できる。

- 📍 中央区日本橋本石町2-1-1
- 🚇 三越前(地下鉄)、東京(JR、地下鉄)、神田(JR、地下鉄)
- 🕒 平日(1)9:30~、(2)11:00~、(3)13:45~、(4)15:15~ ※(3)は火曜のみ
- 🆓 無料 🗣️ 英語(要相談) 📄 予約サイトより要予約(先着順、90日前から原則5日前まで) 03-3277-2815(見学担当直通、月曜日~金曜日の9:30~16:30)
- 🌐 [www.boj.or.jp/about/services/kengaku.htm](http://www.boj.or.jp/about/services/kengaku.htm)



## 6 早稲田大学

国内最高の教育研究水準を誇る大学。キャンパスツアーでは、学生ガイドが歴史的エピソードや学生生活を紹介し、大隈講堂の時計塔など、一般に公開されていない場所も見学することができる。

- 📍 新宿区戸塚町1-104 🚇 早稲田(地下鉄)
- 🕒 キャンパスツアー一日時はHPまたは下記電話番号へお問い合わせ
- 🆓 無料 🗣️ 応相談 📄 HP申し込みフォームより要事前予約
- ☎️ 03-5286-1276
- 🌐 [www.waseda.jp/top/access/waseda-campus](http://www.waseda.jp/top/access/waseda-campus)



©国立西洋美術館

## 9 国立西洋美術館

西洋美術全般を対象とする唯一の国立美術館。「本館」はル・コルビュジエが設計。2016年には世界文化遺産に登録された。2022年4月のリニューアルオープンに伴い、「19世紀ホール」を当面、無料開放している。

- 📍 台東区上野公園7-7 🚇 上野(JR、地下鉄)、京成上野(京成)
- 🕒 開館時間:9:30~17:30(金・土曜日は20:00まで) ※入館は閉館の30分前まで
- 🎫 【常設展】一般:500円、大学生:250円 ※高校生以下及び18歳未満、65歳以上、心身に障害のある方及び付添者1名は無料(入館の際に学生証または年齢の確認できるもの、障害者手帳を要提示) 【企画展】観覧券により異なる 🗣️ 英語
- 📄 【常設展】団体で利用する場合は事前予約が必要
- 📄 【企画展】団体予約は受付しておりません
- ☎️ 050-5541-8600(ハローダイヤル)
- 🌐 [www.nmwa.go.jp/jp/visit/map.html](http://www.nmwa.go.jp/jp/visit/map.html)

# 伝統文化で今と昔を知る江戸歴史コース

江戸から令和までの東京の歴史と技術を目で見て肌で感じることができます。



©浅草寺

## 1 浅草寺

都内最古の寺院で、多くの参拝客や観光客が訪れる浅草寺。参道入り口の「雷門」から「宝蔵門」まで約250m続く「仲見世通り」には、お土産屋やお菓子などを売るお店が多数立ち並び、

- 📍 台東区浅草2-3-1
- 🚶 浅草(地下鉄、東武、つくばエクスプレス)
- 🕒 諸堂:6:00開堂～17:00閉堂(10～3月の開堂時間6:30～)
- 🎫 無料
- 👤 なし 📞 不要
- 🌐 [www.senso-ji.jp](http://www.senso-ji.jp)



提供:江戸東京たてもの園

## 2 江戸東京たてもの園

江戸時代から昭和中期までの現地保存が不可能な文化的価値の高い歴史的建造物30棟を移築復元。建物内部では農家の囲炉裏に火をおこしたりするなど、生活の情景を再現している。

- 📍 小金井市桜町3-7-1
- 🚶 武蔵小金井(JR)、花小金井(西武)
- 🕒 4～9月:9:30～17:30(入園は～17:00)、10～3月:9:30～16:30(入園は～16:00) ¥ 一般:400円(320円)、大学生:320円(250円)、中高生:200円(160円)、65歳以上:200円(160円)
- ※( )は20名以上の団体
- 📄 パンフレット(英・中【繁・簡】・韓) 📞 団体の場合、要電話予約
- ☎ 042-388-3300 🌐 [www.tatemonoen.jp/raien/access.php](http://www.tatemonoen.jp/raien/access.php)



## 3 切子工房おじま

東京の伝統工芸品:江戸切子を製作する工房。一般の方々向けに体験教室を開催。特に小・中学校の生徒さん向けに道具を揃えている。透明な小さめのグラスに、ペンで下書きして、円盤にあててけずり、完成品は箱に入れてお持ち帰りできる。安全に作業できるので、是非チャレンジしよう。

- 📍 台東区浅草4-49-7
- 🚶 浅草(地下鉄、東武、つくばエクスプレス)
- 🕒 9:00～17:00 ¥ 切子体験は大人:4,500円、小中高生:2,700円
- 🗣 英語 📄 要予約
- ☎ 03-4285-9664 🌐 [www.edokiriko.jp/access.html](http://www.edokiriko.jp/access.html)



## 4 元祖食品サンプル屋 合羽橋店

食品サンプルの技術から生まれるユニークで楽しい商品が色々。「蠟(ろう)」を使った昔ながらの食品サンプル製作体験も実施。

- 📍 台東区西浅草3-7-6
- 🚶 浅草(地下鉄、東武、つくばエクスプレス)
- 🕒 10:00～17:30
- 🍷 食品サンプル製作体験(天ぷら&レタス):2,500円
- 👤 なし 📞 要電話予約(日本語対応) ※製作体験は日本語対応のみ(要通訳)
- ☎ 0120-17-1839
- 🌐 [www.ganso-sample.com/shop/kappabashi/](http://www.ganso-sample.com/shop/kappabashi/)



## 5 明治神宮

明治神宮は大正9(1920)年に創建された、明治天皇と皇后の昭憲皇太后が祀られている神社。全国から献木された約10万本の樹木により造成された人工の杜であり、森厳な神気が参拝者を包み込む都会のオアシスである。

- 📍 渋谷区代々木神園町1-1
- 🚶 原宿(JR)、明治神宮前<原宿>(地下鉄)、代々木(JR)、参宮橋(小田急) 🕒 日の出～日の入り(月により異なる)
- 🍷 御苑(清正井)、維持協力金:500円・明治神宮ミュージアム:一般:1,000円、高校生以下:900円
- 📄 パンフレット(英・中・韓)
- 👤 不要 🌐 [www.meijijingu.or.jp](http://www.meijijingu.or.jp)



## 6 屋形船

サムライの時代から続く“屋形船”。最古の歌集「万葉集」でも謳われた隅田川を屋形船で下りながら、最高の天ぷらと夜景をお楽しみに。

- 🍷 おひとり様 11,000円より
- 👤 要相談
- 📄 公式HP(屋形船東京都共同組合)より申し込み
- ☎ 03-5825-5526
- 🌐 <https://www.yakatabune-kumiai.jp/>



## 7 東京工芸大学 杉並アニメーションミュージアム

日本のアニメーション全体を体系づけて学び、体験し、理解しながら楽しめる、日本では初めての施設。ギミックやアフレコの体験をはじめ、「企画展」などアニメを楽しむながら理解できる仕掛けにあふれている。

- 📍 杉並区上荻3-29-5 杉並会館3階
- 🚶 西荻窪(JR)、荻窪(JR、地下鉄)
- 🕒 10:00～18:00(入館は～17:30)
- 🌞 月曜休館(祝日の場合はその翌平日) ¥ 無料 📄 なし
- 📄 団体の場合、公式HPより申し込み
- ☎ FAX.03-3396-1530 🌐 <https://sam.or.jp/access>



©日本相撲協会

## 8 相撲博物館

錦絵や番付、化粧まわしなど相撲に関する資料を収集、保存し、年6回の展示により公開している。

- 📍 墨田区横綱1-3-28 両国国技館1階
- 🚶 両国(JR、地下鉄)
- 🕒 12:30～16:00(入館は～15:30)
- 🌞 土曜・日曜・祝日(一部開館日あり)、年末年始、展示替など臨時で休館する場合があります(東京本場所中は毎日開館)
- ※相撲博物館スケジュールを必ずご確認ください
- 🍷 無料(東京本場所中は大相撲の観覧券が必要)
- 👤 なし 📄 不要
- 🌐 <https://sumo.or.jp/KokugikanSumoMuseum/>



## 9 染の里おちあい(二葉苑)

江戸染色の技法と心を守り続ける伝統的な型染めの染色工房。100年以上の歴史を誇る職人技による染色技術は、国や東京都から伝統工芸の指定を受けている。染色体験・教室なども実施。

- 📍 新宿区上落合2-3-6
- 🚶 中井(地下鉄、西武)
- 🌞 火曜～日曜:11:00～17:00
- 🍷 見学:無料、体験:有料(HP参照) 📄 パンフレット・VTR(英)
- 📄 予約HPより申し込み: <https://reserva.be/futabayoyaku28>
- ☎ 03-3368-8133 🌐 <https://www.ochiai-san.com/>

1,100円～6,600円まで小学生／中学生／高校生など対象教育染色体験の内容を取り揃えています。詳しくはご相談下さい。

# 地球の未来を考える環境・科学コース

1,400万人が住む大都市・東京では、ものの循環の仕組みをリアルに感じることができます。



## 1 日本科学未来館

身近な科学から最新テクノロジーまで、これからの未来をつくる様々な先端科学技術について、展示やトークなどを通して考え、語り合い、体験することができるサイエンス・ミュージアム。

- 📍 江東区青海2-3-6
- 🚶 テレコムセンター(ゆりかもめ)
- 🕒 10:00~17:00(入館券の購入は閉館30分前まで)
- 👤 大人:630円、18歳以下:210円(一部別料金あり)
- 🗨️ パンフレット(英・中(繁・簡)・韓) 📄 団体の場合、要事前予約
- ☎️ 03-3570-9151(代)、03-3570-9188(団体予約)
- 🌐 [www.miraikan.jst.go.jp](http://www.miraikan.jst.go.jp)



画像提供:東京都環境局

## 2 中央防波堤埋立処分場

東京都のごみの最終処分場。大都市におけるごみ処理問題を考えるのに適した施設。車両の手配ができれば、埋立処分場の概要説明後、実際に埋立処分場、粗大ごみ破碎処理施設、不燃ごみ処理施設の見学も可能。

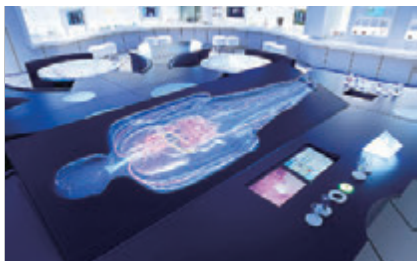
- 📍 江東区海の森2-4-76
- 🚶 東京テレポート(りんかい)、テレコムセンター(ゆりかもめ)
- 🕒 9:00~12:00、13:00~16:30、要車両手配 ¥ 無料
- 🗨️ パンフレット・DVD(英・中、要通訳同行)
- ☎️ 電話連絡の上、申込書を提出 ☎️ 03-3570-2230
- 🌐 [www.tokyokankyo.jp/kengaku/umetate.html](http://www.tokyokankyo.jp/kengaku/umetate.html)



## 3 水素情報館 東京スイソミル

「水素情報館 東京スイソミル」は、目に見えない水素のことや水素社会の将来像を、見て触って体験しながら楽しく学べる総合的な学習施設である。誰でも気軽に新たなエネルギー「水素」に触れることができる。

- 📍 江東区潮見1-3-2
- 🚶 潮見(JR)、辰巳(地下鉄)
- 🕒 9:00~17:00(最終入館16:30) ¥ 無料
- 🗨️ 外国語支援 1階展示室英語併記
- 📄 二次元コード読み込みによる外国語案内あり(中(繁・簡)・英・韓)
- 📄 団体予約についてはホームページより受付
- ☎️ 03-6666-6761 🌐 [www.tokyo-suisomiru.jp](http://www.tokyo-suisomiru.jp)



## 4 第一三共くすりミュージアム

CG映像や体験型ゲームを使って、くすりについて楽しく学べる施設。見て、聞いて、触れながら、くすりの働きやしくみ、創薬の流れ、「くすりの街 日本橋」の歩みなどを知ることができる。

- 📍 中央区日本橋本町3-5-1
- 🚶 三越前(地下鉄)、新日本橋(JR)
- 🕒 10:00~17:30 ¥ 無料
- 🗨️ 音声対応(英・中)
- 📄 団体(11名以上)の場合、要事前連絡
- ☎️ 03-6225-1133 🌐 <https://kusuri-museum.com/>

現在、新型コロナウイルス感染症対策のため、予約制で開館しています。ご来館の際は、ウェブサイトで最新情報をご確認ください。



## 5 パナソニックセンター東京

パナソニックの最新の取組・技術などに触れることができるショールーム。ひらめきをカタチにするミュージアム「AkeruE(アケルエ)」もある。週末にはイベントやワークショップも開催される。

- 📍 江東区有明3-5-1 📄 国際展示場(りんかい)、有明(ゆりかもめ)
- 🕒 10:00~18:00(AkeruE(アケルエ)は最終入場17:00)
- ¥ 入場無料(AkeruEは有料、事前予約制) AkeruE 一般(小学生以上):700円、団体(15名以上、事前予約):300円 📄 なし
- 🗨️ HPの「見学希望申込受付フォーム」から申し込み
- 🌐 <https://holdings.panasonic.jp/corporate/center-tokyo/school/index03.html>
- 🌐 <https://holdings.panasonic.jp/corporate/center-tokyo.html>



## 6 東京都夢の島熱帯植物館

館内は熱帯と亜熱帯(小笠原諸島を含む)の植物を集めたドーム型大温室を中心に、映像ホール、企画展示室、イベントホールなどから構成。温室の熱源は隣接する新江東清掃工場の余熱を利用している。

- 📍 江東区夢の島2-1-2
- 🚶 新木場(JR、地下鉄、りんかい)
- 🕒 9:30~17:00(最終入場16:00)
- ¥ 一般:250円(200円)、中学生:100円(80円)
- ※( )内は20名以上の団体
- 🗨️ パンフレット(英・中・韓) 📄 不要
- 🌐 [www.yumenoshima.jp/botanicalhall](http://www.yumenoshima.jp/botanicalhall)



## 7 印刷博物館

印刷の起源から最新の印刷技術まで、古今東西の印刷関連史資料とともに、コミュニケーションメディアとしての印刷の価値や可能性を紹介している。

- 📍 文京区水道1-3-3 トップラン小石川本社ビル
- 🚶 江戸川橋(地下鉄)、飯田橋(JR、地下鉄)
- 🕒 10:00~18:00(最終入館17:30)
- ¥ 一般:400円(350円)、学生:200円(150円)、高校生:100円(50円)※( )内は20名以上の団体 ※企画展の開館時には入場料が変更になります。詳しくは最新展示情報をご覧ください。 📄 英・中・韓
- 🗨️ 印刷工房・ライブラリーのご利用、または団体の場合、HPの専用ページから申込
- ☎️ 03-5840-2300
- 🌐 [www.printing-museum.org](http://www.printing-museum.org)



## 8 METoA Ginza

三菱電機イベントスクエア「METoA Ginza」(メトアギンザ)は、映像やAR等による楽しい体験型展示を通して、サステナブルな社会の実現に向けた三菱電機グループの最新技術を紹介する施設である。

- 📍 中央区銀座5丁目2番1号「東急プラザ銀座」内
- 🚶 銀座(地下鉄)
- 🕒 2F・3Fイベントスペース・1Fショップ:11:00~19:00、
- 「METoA Cafe & Kitchen」:月~金11:00~23:00(L.O. 22:00) 土日8:30~23:00(L.O. 22:00)
- ¥ 無料 📄 展示物パネル、イベントガイド(英表記あり)
- 🗨️ イベント内容によって受け入れ人数が異なるため、電話にてお問い合わせください ☎️ 03-5537-7411 🌐 <https://metoa.jp/>



## 9 羽田クロノゲート

羽田空港に隣接した、ヤマトグループ最大級の総合物流ターミナル「羽田クロノゲート」。陸海空のスピード輸送ネットワークと高付加価値機能を一体化した総合物流ターミナル。

- 📍 大田区羽田旭町11-1
- 🚶 穴守稲荷(京急)、天空橋(京急、東京モノレール)
- 🕒 予約サイトにてご確認 ¥ 無料 📄 英・中(映像字幕対応のみ)
- 🗨️ HPより要事前予約
- ☎️ 03-6756-7180(団体予約専用)
- 🌐 <https://yamato-hd.co.jp/facilities/haneda-chronogate/>

# 東京が世界に発信するレガシーコース

世界が注目する国際大会が我々に残したものは何か、若い世代が受け継いでいくべきレガシーを学ぶことができます。



Copyright: JAPAN SPORT COUNCIL

## 1 国立競技場

2022年4月より東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会のレガシーを体験することができるスタジアムツアーを行っている。詳細はスタジアムツアー専用サイトよりご確認を。

- 📍 新宿区霞ヶ丘町10-1
- 🚶 外苑前(地下鉄)、国立競技場(地下鉄)、千駄ヶ谷(JR)、信濃町(JR)
- 🕒 10:00~17:00 ※スタジアムツアーは不定期開催のため、実施時間、営業日程はwebサイトをご確認ください
- 💰 大人:1,800円、高校生以下:1,000円
- 📄 展示物に英語表記、英語音声あり
- 🎫 専用サイトにてチケットを事前購入。
- 📅 当日のツアー枠に空きがある場合は、当日券購入可能。
- ☎ 0570-050800(ナビダイヤル)
- 🌐 スタジアムツアー専用サイト:<https://kokuritu-tours.jp/>



©JOC

## 2 日本オリンピックミュージアム

日本のオリンピック・ムーブメントの発信拠点としてJOCが開設しているミュージアムである。館内では様々な展示物や映像などを用いて、オリンピックの価値を体験することができる。

- 📍 新宿区霞ヶ丘町4番2号 JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE 1・2F
- 🚶 外苑前(地下鉄)、国立競技場(地下鉄)、千駄ヶ谷(JR)、信濃町(JR)
- 🕒 10:00~17:00 (最終受付16:30)
- 💰 一般:500円、シニア(65歳以上/要証明書):400円、団体(20名以上/要事前予約)/400円、高校生以下(要学生証)/無料
- 📄 館内の展示はすべて日英併記
- 👥 団体はミュージアムWEBサイトより入館事前予約が必要
- 🌐 <https://japan-olympicmuseum.jp/jp/reopen/group/>
- ☎ 03-6910-5561 🌐 <https://japan-olympicmuseum.jp/>



## 3 防災体験学習施設「そなエリア東京」

タブレットを使い、首都圏で大地震が起きた後の72時間を生き抜くヒントを臨場感たっぷりに学ぶことができる。アニメやワークショップのほか、防災イベントも適宜開催している。

- 📍 江東区有明3-8-35
- 🚶 国際展示場(りんかい)、有明(ゆりかもめ)
- 🕒 9:30~17:00、最終入場16:30
- 💰 無料 🇯🇵 日本語のみ
- 👥 団体(10名以上)の場合、要予約
- ☎ 03-3529-2180
- 🌐 [www.tokyorinkai-koen.jp/access/](http://www.tokyorinkai-koen.jp/access/)



## 4 東京消防庁 本所都民防災教育センター(本所防災館)

防災に関する知識や技術を、楽しみながら学ぶことができる防災体験施設。地震・火災・暴風雨など様々な疑似体験コーナーをインストラクターがツアー方式でご案内。自由見学のコーナーもある。

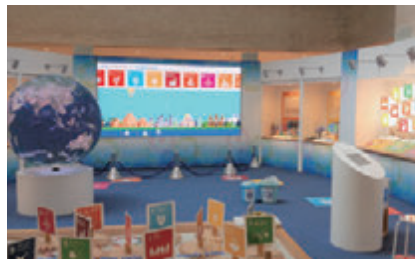
- 📍 墨田区横川4-6-6
- 🚶 錦糸町(JR、地下鉄)、押上(地下鉄、京成、東武スカイツリーライン)
- 🕒 9:00~17:00 💰 無料 🇯🇵 バンフレットに英語表記
- 📄 体験希望の場合、団体は要電話またはWeb予約(一般の方も予約が望ましい) ☎ 03-3621-0119
- 🌐 <https://tokyo-bskan.jp/bskan/honjo/>



## 5 東京消防庁 池袋都民防災教育センター(池袋防災館)

「防災体験をして災害から大切な命を守る」をテーマに防災体験ツアーを実施。ツアーはインストラクターの指導のもと、1時間40分の防災体験ができる。毎週金曜日の夜に、夜間の防災を想定した「ナイトツアー」を開催中である。

- 📍 豊島区西池袋2-37-8 池袋消防署4F 📍 池袋(JR、地下鉄、東武、西武) 🕒 9:00~17:00(毎週金曜日は21:00まで)
- 💰 無料 🇯🇵 インストラクターの防災体験の説明は日本語のみ、バンフレット(英・中・韓) 📄 体験ツアーは要Web予約または電話予約
- ☎ 03-3590-6565 🌐 <https://tokyo-bskan.jp/bskan/ikebukuro/>



## 6 JICA地球ひろば

開発途上国の暮らしの現状や、地球が抱える課題、国際協力の実情などを、見て・聞いて・さわって体験できる展示と、途上国での活動体験談やワークショップを組み合わせたプログラムを実施している。

- 📍 新宿区市谷本村町 10-5(JICA 市ヶ谷ビル内)
- 🚶 市ヶ谷(JR、地下鉄)
- 🕒 体験ゾーン 10:00~18:00
- 📅 休館日は第1・第3日曜日および年末年始(12月29日から1月3日)
- 💰 入場無料 🇯🇵 英語案内可
- 👥 団体訪問は要予約。一般見学は予約不要。
- ☎ 03-3269-9090
- 🌐 [www.jica.go.jp/hiroba/about/map/](http://www.jica.go.jp/hiroba/about/map/)

## 千駄ヶ谷小学校の取組

千駄ヶ谷小学校は2019年、渋谷区観光協会とナビタイムジャパンと連携し、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会に向けて、外国人観光客向けに学校周辺の観光案内マップを作成しました。実際に地域で生活する子どもたちが感じる「千駄ヶ谷の魅力」が盛り込まれ、参加した子どもたちが「観光」に興味を持つ機会となりました。地域を訪れる同世代の生徒にとっても、自分たちの地域について考えるきっかけとなるでしょう。



# 東京の自然を守る離島コース

日常生活と大自然が共存する「ジオパーク」で、東京の新たな魅力を発見することができます。



伊豆大島火山博物館

## 1 伊豆大島火山博物館

三原山をはじめとする世界の火山について、様々な展示やシミュレータカプセルなどで、楽しく学ぶことができます。また、映像ホールでは大島の美しい自然と人々の生活の様子を、迫力ある映画で紹介している。

- 📍 大島町元町字神田屋敷617
- 🚌 火山博物館前バス停下車
- 🕒 9:00～17:00(入館は16:30まで)
- 💰 大島町役場ホームページ内の料金表をご参照ください
- 📞 なし 📧 なし(団体利用の場合は、ご連絡ください)
- ☎ 04992-2-4103
- 🌐 [www.town.oshima.tokyo.jp/soshiki/kankou/kazan-hakubutsukan.html](http://www.town.oshima.tokyo.jp/soshiki/kankou/kazan-hakubutsukan.html)



大島ふるさと体験館

## 2 大島ふるさと体験館

大島の自然体験、文化体験をメインに「田舎でのゆとり休暇を過ごす」施設であり、精油搾り体験、草木染め体験、郷土芸能体験(団体のみ可)ができる。

- 📍 大島町元町字北の山125-4
- 🚌 <バス>大島バス定期路線元町港・岡田港より10～15分ほどバス停「ふるさと体験館入口」で下車 徒歩1分
- <車・バイク>元町港・岡田港より10分ほど 大島空港より2分ほど
- <自転車>元町港・岡田港より25分ほど 大島空港より5分ほど
- <徒歩>元町港・岡田港より45分ほど 大島空港より10分ほど
- 🕒 10:00～16:30 📄 入館無料(体験内容によって体験料あり)
- 📞 対応不可 📧 お電話にてご予約 ☎ 04992-2-3991
- 🌐 <https://island-net.jp/taikenkan/>



踊り子の里資料館

## 3 踊り子の里資料館

踊り子の里資料館には、「旧港屋旅館」と「旧基の丸邸」があり、どちらも明治時代に建てられた建物。当時の趣を感じながら、ゆっくりとご覧を。

- 📍 「旧港屋旅館」大島町波浮港1番地
- 「旧基の丸邸」大島町波浮港7番地
- 🚌 「波浮港」バス停下車
- 🕒 「旧港屋旅館」9:00～16:00
- 「旧基の丸邸」9:00～16:00
- 📄 なし 📞 なし 📧 なし
- ☎ 04992-2-1446(大島町役場観光課)
- 🌐 [www.town.oshima.tokyo.jp/soshiki/kankou/habu-harbor.html](http://www.town.oshima.tokyo.jp/soshiki/kankou/habu-harbor.html)



## 4 大島町郷土資料館

大島の成り立ち、歴史、民族を学ぶことができる資料館。大島の火山活動をはじめ、「海と大島」、「縄文時代の土器・石器」、「婦人の風俗」、「大島の祭り」など、郷土民族資料を約600点展示。

- 📍 大島町元町字地の岡30-5
- 🚌 路線バス:郷土資料館入口下車 徒歩約3分
- 🕒 9:00～16:30
- 💰 大人:200円(140円)、小学生:100円(70円)
- ※( )は15名以上の団体
- 📞 なし 📧 受付なし ☎ 04992-2-3870
- 🌐 [www.izu-oshima.or.jp/work/look/siryu.html](http://www.izu-oshima.or.jp/work/look/siryu.html)



貝の博物館 ぱれ・らめーる

## 5 貝の博物館 ぱれ・らめーる

全国でも珍しい貝のみの博物館。伊豆・小笠原諸島の貝はもちろんのこと、日本および世界各地の美しい貝が4千種、5万点も展示してある。また、貝類の化石、貝類の民芸品等も多数展示してある。

- 📍 大島町差木地字クダッチ(大島町勤労福祉会館内)
- 🚌 「勤労福祉会館前」バス停下車
- 🕒 9:00～17:00 📄 大人:400円、小中学生:200円
- ※20名以上の団体については割引料金が適用されます
- ※料金は変更されることもありますので、事前にご確認ください
- 📞 なし 📧 なし ☎ 04992-4-0501
- 🌐 <https://www.town.oshima.tokyo.jp/palais/>



東京諸島観光連携推進協議会  
「教育旅行・スポーツ合宿事例」  
[www.tokyo-islands.com/corp/](http://www.tokyo-islands.com/corp/)

- 📍 所在地 🚌 交通 🕒 営業・開館時間
- 💰 料金 🌐 外国語対応 📄 予約・申し込み
- ☎ 電話番号 🌐 ホームページ

## 都立大島高校の取組

伊豆大島の都立大島高校には、約380種1,000本以上の椿を高校生たちが管理・運営している、世界にも類を見ない椿園があります。生徒の栽培管理実習や園芸講座など、教育に活用されているほか、椿園の一般公開時には生徒たちもガイドとして活躍しています。島内の企業と協働し、校内で採取した椿の種を使った椿油商品を開発したり、伊豆大島ジオパークと連携して校内で栽培した椿を自然環境に返す環境保全活動に励んだりするなど、地域社会との連携に積極的に取り組んでいます。



地域連携事業



来園者との記念撮影

# 多様性と環境配慮への取組みを学ぶSDGsコース

環境配慮や最先端テクノロジー、伝統文化などの観光誘致に関する東京の多様な取組みを学ぶことができます。



## 1 WATERS takeshiba

浜離宮恩賜庭園を臨む水辺の複合施設。劇団四季の専用劇場やホテル、商業施設、水上バスの船着場を備えている。また、かつて「江戸前」と呼ばれた東京湾の環境再生を試みる干潟が造成されており、環境学習の場としても活用されている。

- 📍 港区海岸1-10-30
- 🚶 浜松町(JR、東京モノレール)、大門(地下鉄)、竹芝(ゆりかもめ)
- 🏠 店舗により異なる
- 💰 無料
- 🌐 <https://waters-takeshiba.jp/>



東京都観光汽船(株)

## 4 水上バス

水上バスに乗り、水辺の景色を眺めながら浅草、両国など隅田川沿いの各エリアやお台場へアクセスすることができます。ルートによっては近未来的なデザインのユニークな水上バスに乗車できる。

- 📍 ルートにより異なる
- 🎫 ルートにより異なる
- 🗣️ 音声ガイド(英)※有料
- 📄 Web予約申込フォームより
- 📞 東京水辺ライン：03-5608-8869
- 🚢 東京都観光汽船 [www.suijobus.co.jp](http://www.suijobus.co.jp)
- 🚢 東京水辺ライン [www.tokyo-park.or.jp/waterbus](http://www.tokyo-park.or.jp/waterbus)



RED TOKYO TOWER

## 7 RED TOKYO TOWER

東京タワーフットタウンに2022年にオープンした日本最大規模のesportsパーク。最先端テクノロジーを搭載した体感型ゲームから、小さい子どもでも楽しめる簡単なゲームまで、幅広いゲームを体験できる。

- 📍 港区芝公園4-2-8 TOKYO TOWERフットタウン内1F、3F～5F
- 🚶 赤羽橋(地下鉄)、神谷町(地下鉄)、御成門(地下鉄)、芝公園(地下鉄)、大門(地下鉄)、浜松町(JR)
- 🕒 10:00～21:00もしくは22:00、年末年始(12/30～1/3)は、11:00～18:00 ※詳細はWebサイトの営業時間をご確認ください。
- 🎫 施設へお問合せ下さい
- 📄 申込側でガイド手配推奨
- 📄 団体専用フォームより日本語で記入 <https://bit.ly/3klBpTg> ※申込・お問い合わせ対応は、平日10:00～19:00、上記は団体向け(20名以上)の案内20名以下及び一般利用でのチケットを希望の際には下記より購入可能 <https://tokyotower.red-brand.jp/tickets/>
- 🌐 <https://tokyotower.red-brand.jp/>



©SMALL WORLDS

## 2 スモールワールズ

アジア最大級の屋内型ミニチュアパーク。SDGs、キャリア教育、STEAM教育、国際理解、最先端テクノロジーの多彩な探究学習プログラムがあり、体験を通じた自主的な学びの場を提供している。

- 📍 江東区有明1丁目3-33 有明物流センター
- 🚶 有明テニスの森(ゆりかもめ)、国際展示場(りんかい線)
- 🕒 9:00～20:00(教育団体特別受入時間)
- 💰 18歳以上2,700円、12～17歳1,900円、4～11歳1,500円、4歳以下無料(団体割引あり)
- 📄 なし(申込側でガイド手配推奨)
- 📄 HPの「団体利用のお申込み」より
- 🌐 <https://smallworlds.jp/>



## 5 時代屋

浅草で人力車や着物体験など様々な文化体験を提供している。「風呂敷でSDGs」コースでは、日本の伝統的な布「風呂敷」を使った包み方などを学び、伝統文化に触れながら気軽にSDGsを実践できる。究極のエコロジー、SDGsな乗り物である人力車の歴史を学び実際に人力車を運転する職業体験もできる。

- 📍 台東区雷門2-3-5
- 🚶 浅草(地下鉄、東武、つくばエクスプレス)
- 🕒 10:00～17:00(この時間以外も応相談)
- 💰 1名で体験の場合11,000円、2名以上の場合5,500円/1人 人力車職業体験個別見積(1グループ5万円程度～)
- 📄 英語講師在籍
- 📄 電話、メール、お問い合わせフォームによる事前申し込み
- 📞 03-3843-0890
- 🌐 <https://jidaiya.biz/>



スモールワールズ



## 3 Kawasaki Robostage

川崎重工業による最新ロボットのショールーム。技術の高さを体感し、人とロボットの共存を考える。プログラミングをして実際に産業用ロボットを動かす体験プログラムもある。産業用ロボットにプログラミングをして動かすことのできる子供向け体験プログラムもある。(事前予約制、参加対象年齢制限あり)

- 📍 港区台場2-3-1 トレドピアお台場1F
- 🚶 お台場海浜公園(ゆりかもめ)、東京テレポート(りんかい線)
- 🕒 平日13:00～18:00、土日祝10:00～18:00
- 💰 無料
- 📄 電話及び問合せフォームから
- 📞 03-6457-2800
- 📄 英語、中国語、韓国語話者のスタッフが在籍※出勤スタッフによって対応可能言語が異なる
- 🌐 <https://kawasakirobotics.com/jp-sp/robostage/>



## 6 染の里おちあい(二葉苑)

江戸染色の技法と心を守り続ける伝統的な型染めの染色工房100年以上の歴史を誇る職人技による染色技術は、国や東京都から伝統工芸の指定を受けている。染色体験・教室なども実施。

- 📍 新宿区上落合2-3-6
- 🚶 中井(地下鉄、西武)
- 🕒 火曜～日曜11:00～17:00
- 💰 見学:無料、体験:有料(HP参照)
- 📄 パンフレット・VTR(英)
- 📄 予約HPより申し込み: <https://reserva.be/futabayoyaku28>
- 📞 03-3368-8133
- 🌐 <https://www.ochiai-san.com/>

1,100円～6,600円まで小学生 / 中学生 / 高校生など対象教育体験の内容を取り揃えています。詳しくはご相談下さい。



時代屋

# 安心・安全な生活の仕組みを学ぶ 防災学習・社会見学コース

日本の首都で暮らしを支えてきたインフラの発展について学べる施設を見学し、社会の仕組みを知ることができます。



## 1 NTT技術史料館

日本を代表する通信企業グループのひとつNTTグループが持つ膨大な技術開発の歴史的資産を展示している博物館。4フロアにわたり貴重な古い電話機や携帯電話の変遷などが展示され、通信技術の進歩を学ぶことができます。

- 📍 武蔵野市緑町3-9-11 NTT武蔵野研究開発センター内
- 🚶 三鷹(JR)、東伏見(西武)
- 🕒 月～金 10:00～17:00完全予約制(団体のみ受付)  
木・金 13:00～17:00予約不要(団体の場合は要予約)
- 🆓 無料 📱 タブレット(日・英)フロアガイド(日・英・中・韓)
- 📞 HPのお問い合わせフォームより ☎️ 0422-59-3311
- 🌐 <https://hct.lab.gvm-jp.groupis-ex.ntt/>



## 4 ポリスミュージアム「警察博物館」

日本警察の始まりから現代までの歴史、現在の警視庁の活動について学べる施設。アニメーション作品や警察官の仕事の疑似体験、白バイ乗車体験なども可能。主な展示には英語表示もある。

- 📍 中央区京橋3丁目5-1
- 🚶 京橋(地下鉄)、銀座一丁目(地下鉄)、宝町(地下鉄)、東京(JR、地下鉄)
- 🕒 9:30～16:00(入館は15:30まで) 🆓 無料
- 📺 展示物(英)、リーフレット(英・中・韓)
- 👥 団体の場合、要事前連絡
- ☎️ 03-3581-4321(警視庁代表)
- 🌐 [www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/about\\_rmpd/welcome/welcome/museum\\_tour.html](http://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/about_rmpd/welcome/welcome/museum_tour.html)



## 7 NHK放送博物館

1956年に世界最初の放送専門ミュージアムとしてオープン。約100年の進歩・発展の歴史を学べる。アナウンサーや気象予報士のスタジオ体験やドラマ、音楽番組、子ども番組などのテーマ別展示も見どころ。

- 📍 港区愛宕2-1-1 🚶 神谷町(地下鉄)、虎ノ門ヒルズ(地下鉄)、虎ノ門(地下鉄)、御成門(地下鉄)
- 🕒 10:00～16:30(入館は16:00まで) 🆓 無料
- 📺 パンフレット(英) 📞 電話 ☎️ 03-5400-6900
- 🌐 [www.nhk.or.jp/museum](http://www.nhk.or.jp/museum)



## 2 サンシャイン60展望台 てんぼうパーク

池袋の「サンシャイン60ビル」の60階に位置する展望台で、2023年にリニューアルオープンした。海拔251mの高さから都心を一望できる。人工芝が敷かれ季節ごとの草花が生けられた緑豊かな空間も特徴。

- 📍 豊島区東池袋3-1サンシャインシティ サンシャイン60ビル 60F
- 🚶 東池袋(地下鉄)、池袋(JR・地下鉄・西武・東武)
- 🕒 11:00～21:00(入場は20:00まで)
- 🎫 高校生以上 700円～1,200円、小学生・中学生 500円～800円  
※時期により異なる(団体料金別途設定)  
<https://sunshinecity.jp/observatory/ticket/group.html>
- 📱 音声ガイド(日・英・中[簡・繁]・韓)※スマートフォンでの、音声ガイドアプリのダウンロードが必要
- 👥 団体申込の場合、電話☎️03-3989-3455(9:30～17:00 土日祝・GW・年末年始は休業)
- ☎️ 03-3989-3457
- 🌐 <https://sunshinecity.jp/observatory/>



出典:日本銀行ホームページより

## 5 日本銀行本店

日本の中央銀行。本店本館(1896年竣工)は日本人建築家による最初の国家的近代建築(国指定重要文化財)。ガイドの解説付き見学ツアー(約1時間)で、2004年まで利用されていた地下金庫も見学できる。

- 📍 中央区日本橋本石町2-1-1
- 🚶 三越前(地下鉄)、東京駅(JR、地下鉄)、神田(JR、地下鉄)
- 🕒 平日(1)9:30～、(2)11:00～、(3)13:45～、(4)15:15～※(3)は火曜のみ
- 🆓 無料 📱 英語(要相談) 📅 予約サイトより要予約(先着順、90日前から原則5日前まで) ☎️ 03-3277-2815(見学担当直通、月曜日～金曜日9:30～16:30)
- 🌐 [www.boj.or.jp/about/services/kengaku.htm](http://www.boj.or.jp/about/services/kengaku.htm)



## 3 東京消防庁 池袋都民防災教育センター(池袋防災館)

「防災体験をして災害から大切な命を守ろう」をテーマに防災体験ツアーを実施。ツアーはインストラクターの指導のもと、1時間40分の防災体験ができる。毎週金曜日の夜に、夜間の防災を想定した「ナイトツアー」を開催中である。

- 📍 豊島区西池袋2-37-8 池袋消防署4F
- 🚶 池袋(JR、地下鉄、東武、西武)
- 🕒 9:00～17:00(毎週金曜日は21:00まで)
- 🆓 無料 📱 インストラクターの防災体験の説明は日本語のみ、パンフレット(英・中・韓) 📅 体験ツアーは要Web予約または電話予約
- ☎️ 03-3590-6565 🌐 <https://tokyo-bskan.jp/bskan/ikebukuro/>



## 6 気象科学館

気象や地震の観測機器や、防災知識について学べる装置、日本の自然を体感できるシアターなどがある。一部英語字幕にも対応。気象予報士の解説員が常駐しており、気象や地震に関する質問をすることもできる。

- 📍 港区虎ノ門3-6-9 気象庁2F
- 🚶 虎ノ門ヒルズ(地下鉄)、神谷町(地下鉄)、虎ノ門(地下鉄)、六本木一丁目(地下鉄)
- 🕒 9:00～20:00
- 🆓 無料
- 📺 一部展示(英) 📅 不要
- ☎️ 03-6758-3900(気象庁総務部総務課広報室)
- 🌐 [www.jma.go.jp/jma/kishou/intro/kagakukan.html](http://www.jma.go.jp/jma/kishou/intro/kagakukan.html)

## NTT技術史料館



## 気象科学館



# 緑豊かな多摩地域と都心の対比を楽しむ多摩コース

都市と自然が緩やかに調和している東京の魅力を感じることができます。



## 1 都庁展望室

都内屈指のランドマークである東京都庁。地上45階202mの展望室からは東京の街並みを一望でき、東京タワー、東京スカイツリーのほか天候によっては富士山も見える。全32スポットを紹介する眺望ガイドアプリは15か国語に対応。

- 📍 新宿区西新宿2-8-1 📍 都庁前(地下鉄)
- 🕒 南展望室:9:30~22:00(入室は閉室の30分前まで)
- ※北展望室は当面休業
- 🎫 無料 📱 ボランティアガイド(10:00~15:00)、パンフレット(英)
- 📖 見学は予約なし ☎ 03-5320-7890(展望室専用案内電話)
- 🌐 [www.yokoso.metro.tokyo.lg.jp](http://www.yokoso.metro.tokyo.lg.jp)



## 2 深大寺

733年に開創した天台宗の古寺。境内には茅葺きの山門や重厚な本堂、東日本最古の国宝仏、釈迦如来像など歴史的な文化財が点在する。毎年3月開催のだるま市は「日本三大だるま市」の1つとされる。

- 📍 調布市深大寺元町5-15-1
- 📍 調布(京王)つつじヶ丘(京王)
- 🕒 9:00~17:00
- 🎫 無料
- ☎ 042-486-5511
- 🌐 [www.jindaiji.or.jp](http://www.jindaiji.or.jp)



## 3 国営昭和記念公園

総面積180haに及ぶ国営公園。春のチューリップや秋のイチョウ並木など四季折々の花や自然が楽しめる。みんなの原っぱ、日本庭園、水鳥の池、花みどり文化センターなど見る場所も多く、1日いても飽きない公園になっている。

- 📍 立川市緑町3173 📍 西立川(JR)
- 🕒 9:30~17:00(11月~2月は16:30まで、時期により異なる)
- 🎫 高校生以上450円、中学生以下無料、65歳以上210円
- 📱 パンフレット(英・中・韓)※イベントなどは基本的には日本語
- 📖 予約不要 ※一部体験学習など要予約(詳しくはHPまで)
- ☎ 042-528-1751
- 🌐 [www.showakinen-koen.jp](http://www.showakinen-koen.jp)



Photo / Tiaji Yamazaki

## 4 高尾599ミュージアム

高尾山の動植物や歴史、登山マナーなどについて学べるミュージアム。時期によって異なる企画展や体験イベントなども開催されている。広々とした芝生広場には水遊び場もあり、人々の憩いの場となっている。

- 📍 八王子市高尾町2435-3 📍 高尾山口(京王)
- 🕒 4~11月は8:00~17:00、12~3月は8:00~16:00
- ※入館は閉館30分前まで
- 🎫 無料(一部有料施設あり)
- 🗣 英語話者のスタッフが常駐、パンフレット(英、中[簡・繁]、韓)
- ☎ 電話・FAX ☎ 042-665-6688
- 🌐 [www.takao599museum.jp](http://www.takao599museum.jp)



## 5 高尾山

標高599m。距離や難易度でハイキングルートが選べ、ケーブルカーやリフトを使えば山頂まで徒歩約40分で到達できる。1000年以上の歴史を持つ薬王院やトリックアート美術館もある。都内の学校の定番遠足スポット。

- 📍 八王子市高尾町 📍 高尾山口(京王)
- 🎫 ケーブルカー・リフトともに中学生以上950円、小学生以下470円 ※往復
- ☎ 042-673-3461(高尾山口観光案内所)
- 🌐 [www.takaotozan.co.jp](http://www.takaotozan.co.jp)



提供:国立研究開発法人 森林研究・整備機構 森林総合研究所 多摩森林科学園

## 6 多摩森林科学園

展示館「森の科学館」には木材標本などが並び、森林や木材産業について学ぶことができる。樹木の見分け方や季節の見どころなどを解説する園内ガイドツアー(10:00)もある。

- 📍 八王子市甘里町1833-81
- 📍 高尾(JR、京王)
- 🕒 9:30~16:00(入場は15:30まで)
- 🎫 大人200円、子供無料(高校生まで)大人300円、子供100円(4月のみ)
- 📱 申込側でガイド手配推奨 📖 不要
- ☎ 042-661-0200
- 🌐 [www.ffpri.affrc.go.jp/tmk/index.html](http://www.ffpri.affrc.go.jp/tmk/index.html)



写真提供:公益財団法人東京都公園協会

## 7 浜離宮恩賜庭園

潮入の池と豊富な自然をもつ江戸時代を代表する徳川将軍家の庭園。潮入の池とは、池の水に海水を取り込み、潮の満ち引きによる池の変化を楽しむもので、現在、都内にある江戸の庭園ではこの庭園が唯一。

- 📍 中央区浜離宮庭園1-1
- 📍 築地市場(地下鉄)、汐留(地下鉄)
- 🕒 9:00~17:00(入園は16:30まで)
- 🎫 大人300円、65歳以上150円、小学生以下無料
- 📱 アプリ、パンフレット
- 📖 原則不要 観光バス3台以上または51名以上でご来園の場合は事前連絡
- ☎ 03-3541-0200
- 🌐 [www.tokyo-park.or.jp/park/format/index028.html](http://www.tokyo-park.or.jp/park/format/index028.html)



高尾山



国営昭和記念公園



## 持続可能な都市・東京

東京都はSDGsの観点を意識した様々な取組を推進することで、持続可能な都市・東京を目指しています。日本は、人口減少による世界に類を見ない少子高齢化に直面しており、世界に先駆けて持続可能な社会を維持するための政策に果敢に取り組まなければなりません。そのため、東京だけでなく、日本中の地域と連携して多くの課題を解決していくほか、世界にもその輪を広げていく形で、課題解決に取り組んでいく必要があります。

次世代を担う生徒の皆さんには、東京での教育旅行を通じて、東京の持続可能な発展や魅力を感じていただくとともに、皆さんが住む地域におけるSDGsの取組を考える機会としていただくことを目指しています。



### 東京都 SDGs TOPIC

都内では、地域の課題を踏まえた特色のあるSDGsの取組を推進している地域があります。例えば、内閣府により「SDGs未来都市」と「自治体SDGsモデル事業」にダブルで選定された豊島区(令和2年度)と墨田区(令和3年度)は、持続可能なまちづくりに向け、率先して取り組んでいる地域です。都内の区市町村における、SDGs達成への多様な取組を事前学習し、その先進性を体感してみるのはいかががでしょうか。見て、体験して、探究することのできる東京で、皆さんをお待ちしております。

### 企業訪問で学ぶサステナビリティ



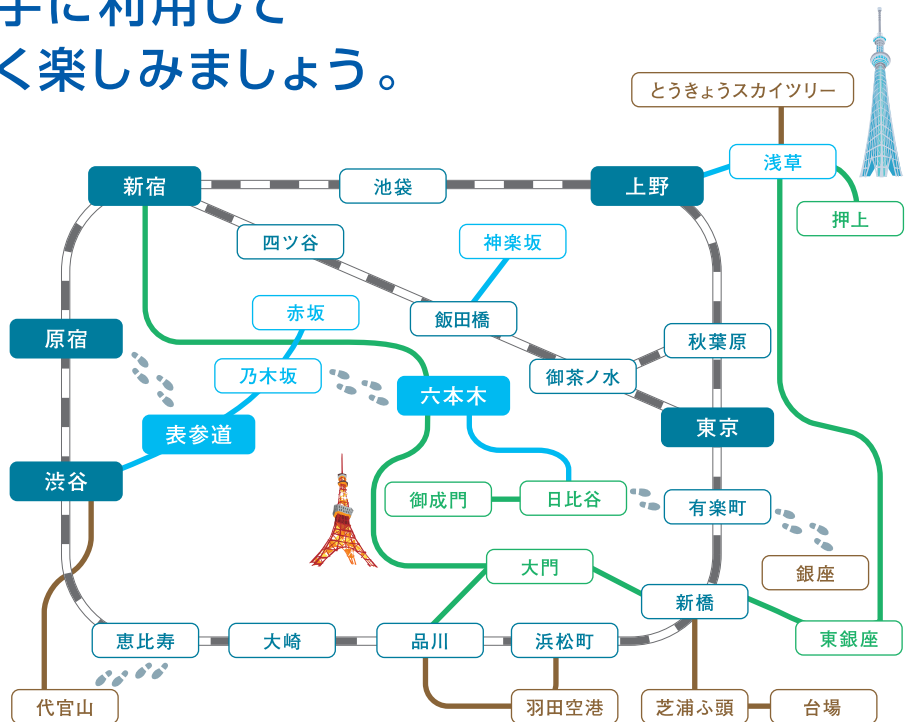
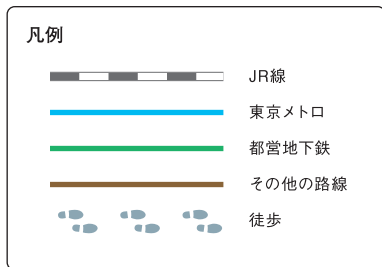
東京には、教育旅行で見学可能な企業が多くあります。SDGsの観点を意識した企業を訪問することで、持続可能な取組を学んで新しい発見をすることができたり、生徒自身の将来設計に大きく影響したりするため教育旅行において企業訪問は人気があります。勢いのある企業が多く存在する東京だからこそできる企業訪問をぜひ体験していただき、持続可能な社会づくりを学んでみましょう。手配の際は学校より直接ご希望の企業にご連絡いただくか、もしくは教育旅行を委託する旅行会社にお問合せください。

# 自由行動時間のヒント



## 公共交通機関を上手に利用して 東京散策を効率良く楽しみましょう。

電車、地下鉄、バスやモノレール、フェリーなど、東京には多くの公共交通機関があります。各事業者では、一日乗り放題になるお得な乗車券も販売されています。



### お得な乗車券

東京にはいくつものお得な乗車券(乗り放題きっぷ)があります。  
お得な乗車券を有効活用して、見どころ満載の東京をめいっぱい満喫しましょう。

お得な乗車券の料金や購入方法は、こちらより各社の公式WEBサイトをご覧ください

<https://www.gotokyo.org/jp/plan/getting-around/ic-card/index.html>



### 水上バス

お台場や浅草などでは、東京湾や隅田川沿いの見どころを、水上バスを利用して巡ることができます。クルーズにはいくつかのルートがありますが、いずれのルートでも東京スカイツリー®、レインボーブリッジ、アサヒグループ本社ビルなど、東京のランドマークの景色を見ることができます。葛西臨海公園からお台場までのルートでは、東京ゲートブリッジや羽田空港に発着する飛行機、東京湾を見ることができるでしょう。

松本零士氏プロデュースの水上バス「ヒミコ」と「ホタルナ」や  
江戸情緒を味わう屋形船で  
清々しい潮風を感じながら川をクルーズ。

東京都観光汽船株式会社

<https://www.suijobus.co.jp>

東京水辺ライン

<https://www.tokyo-park.or.jp/waterbus/>



### 東京トラベルガイド

東京の公式観光ガイドブックである「東京トラベルガイド」には、見逃せない名所・ショッピングエリア、交通情報と観光マップが詰め込まれている1冊で、この多様な都市の様々な側面を十分に楽しむことができます。このガイドブックは、9言語10種類で情報を提供しています。



<https://www.gotokyo.org/book/list/1098/>



## 関連サイト

### 東京教育旅行ガイド

<https://tokyoschooltrips.com/>



### 訪日教育旅行ガイド

<https://education.jnto.go.jp/ja/>



### GO TOKYO 東京の観光公式サイト

<https://www.gotokyo.org/jp/index.html>



### TokyoTokyo

<https://tokyotokyo.jp/ja/home/>



### TAMASHIMA.tokyo 東京の多摩と島の観光サイト

<https://tamashima.tokyo/>



### 東京観光デジタル パンフレットギャラリー

<https://www.gotokyo.org/book/>



### 東京観光情報センター

<https://www.gotokyo.org/jp/plan/tourist-info-center/index.html>



### 東京観光情報センター オンライン観光案内

<https://www.gotokyo.org/jp/plan/online-tourist-guide/index.html>



### 東京観光バリアフリー 情報ガイド

<https://www.sangyo-rodo.metro.tokyo.lg.jp/tourism/accessible/>



### 東京都防災ホームページ

<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/>



### 東京都医療機関・ 薬局案内サービス

<https://www.himawari.metro.tokyo.jp/qc13/qcport/tomintop/>



### 日本政府観光局 訪日観光情報サイト

<https://www.japan.travel/jp/>



**TCVB** 公益財団法人 東京観光財団  
Tokyo Convention & Visitors Bureau

〒162-0801 東京都新宿区山吹町346番地6 日新ビル  
TEL/03-5579-2683 FAX/03-5579-2685

<https://www.tcvb.or.jp/jp/schooltrip@tcvb.or.jp>

本書の全部または一部の無断転載、複写、および複写物の配布を禁じます。  
本書の内容は2023年10月現在に確認した情報に基づくものです。  
掲載施設の情報は予告なく変更される場合がありますので、ご了承ください。