



飯能地元グルメと温泉を楽しむ爽快サイクリング

緑あふれる飯能で、ご当地グルメを堪能し、温泉で疲れを癒すリラックスコースを走ろう



距離	28km
時間	4時間(観光・食事時間含む)
スタート・ゴール	西武池袋線 飯能駅

A 飯能河原のウッドデッキでひと休み♪自転車走行禁止なので、歩いて楽しむ

ぼくに会いに来てね!



古くより林業で栄え、今も豊かな自然にあふれる飯能には、材木を運ぶ職人たちがお弁当として食べていたものが起源と言われる飯能味噌まんじゅうや、良質な水と地粉で作られる武州飯能うどんなど、ご当地グルメもたくさん。そんな飯能のおいしいものを食べ歩き、最後に本格的な温泉に入れば、リフレッシュできること間違いなし! コース上には童話の世界を楽しめる公園や開放感にあふれる飯能河原もあり、リラックス度◎。



- ① 厩戸 / 醇素玄米と無農薬野菜を使った週替わりのお膳(限定20食)が人気のお店。卵や乳製品を使わないスイーツ等の喫茶メニューも豊富 11:00~20:00 休⑥⑦⑧⑨⑩
- ② 飯能河原 / 入間川が大きく蛇行してできた広い河原。春は花見、夏はバーベキューや川遊び、秋は紅葉狩りなど、四季を通じて多くの人々が訪れる人気スポット
- ③ 飯能中央公園 / 世界で唯一の『鉄腕アトム』の銅像が立つ公園。園内には、ソメイヨシノが約400本植えられており、桜の名所としても知られている
- ④ 能仁寺 / 天覧山の麓にある曹洞宗の寺院。境内には桃山時代の造園と推定される名園・池泉鑑賞式蓬萊庭園(飯能市指定文化財)がある 1300(庭園・本堂)
- ⑤ あさひ山展望公園 / 標高200mの展望広場から、飯能市街地や奥秩父山系、遠方には富士山や東京スカイツリーなど、270°の大パノラマが楽しめる公園
- ⑥ あけぼの子どもの森公園 / 北欧の童話の世界をモチーフにした園内には、好奇心を刺激する建造物が点在し、物語の中に迷い込んだよう 9:00~17:00 休⑥
- ⑦ 旧黒須銀行 / 明治42年に黒須銀行営業所として建築された土蔵造りの建物(入間市指定文化財)。公開日のみ内部見学が可能
- ⑧ 宮沢湖温泉 喜楽里 別邸 / 眺めのよい天然温泉の露天風呂や高濃度炭酸泉の内湯、岩盤浴を楽しむ。未就学児の入館不可 1,000(大人)~ 9:00~0:00 休不定休

⑨ サイクルハウスミカミ / 12:00~20:00 休⑥⑦⑧⑨⑩ 第1・3⑥



おすすめグルメ インフォメーション



おまんじゅうの中にあんこ!!

新島田屋

明治7年から続く老舗だんご屋さんのいちばん人気は、ご当地グルメの飯能味噌付まんじゅう(こしあん入りの酒まんじゅうを串に刺して焼き、甘い味噌ダレをつけたもの)。サイクリング中の糖分補給にもピッタリ! 9:00~18:00 休⑥

古久や

江戸時代末期の創業以来、地元の人々に愛され続けている名店では、飯能名物「武州飯能うどん」を堪能! 味の決め手は秩父山地を水源とした良質な水にあり、豚肉たっぷりの肉つゆうどんは絶品 11:00~14:10 休⑥⑦

