

# 練馬區擁有約690處綠意盎然的都會綠洲

## 自然・公園

Nature & Parks

### 都立石神井公園

MAP D-5

為代表練馬區的公園，公園內有石神井池與三寶池兩座大池。春天時，公園內240種櫻花一一綻開，為賞花勝地。三寶池內有被指定為日本國家天然記念物的沼澤植物群落。石神井池則可乘船遊池。週末時有許多家庭遊客前來，非常熱鬧。

地址：石神井町5・石神井台1 電話：03-3996-3950



### 大泉交通公園

MAP A-3

重新植綠後，平交達等正式交通設備的公園，可在公園內搭乘交通工具、學習交通規則。

地址：南大泉6-16-1 電話：03-3924-0996  
開園時間：9:00~17:00 休園日：歲末年初  
票價：免費入園

### 清水山森林 豬牙花群落

MAP D-2

為東京23區內少數擁有豬牙花群落的森林。一到早春時節，森林中的豬牙花齊綻放，非常壯觀。豬牙花的清香地帶為「東京名湯水57選」。※為保護豬牙花自然棲地，僅於花開時對外開放。

地址：大泉町1-6

### 石神井松之風文化公園

MAP C-5

可在大自然中充分體驗與賞玩文化的公園。除網球場等運動設施外，另有開滿繡球花的花木廣場，以及與公園名稱相互呼應、環繞20棵赤松的松林廣場。

地址：石神井台1-33-44  
電話：03-5372-2455  
營業時間：8:00~18:00 (隨季節變更)  
休園日：歲末年初

### 都立大泉中央公園

MAP D-1

耐得住酷暑和光害，擁有巨大噴水池的公園。為帶给孩子們的最佳去處。有田徑場、網球場等運動設施，以及繩技廣場、體育廣場、野鳥森林、網球、網球等設施。

地址：大泉學園町4-3 電話：03-3867-8096



### 四季馨香玫瑰花園

MAP F-3

四季馨香玫瑰花園於2021年5月擴建並重新開放。可在既有的「馨香玫瑰花園」中享受香氣(晚間)，在擴建後的「多彩玫瑰花園」和「馨香草花園」中享受色彩(視覺)和觸感(觸覺)。除玫瑰之外，還種植了各式綠植，是一年四季皆可遊覽的庭園。

地址：光丘5-2-6 電話：03-6904-2061 (園藝諮詢：03-3978-8787) 開園時間：9:00~17:00  
休園日：每週二(若遇逢例假日，則延至隔天平日休園)、歲末年初 票價：免費入園

### 田柄林公園

MAP F-3

每到春天，園內便充滿櫻花馨香。在櫻花季來到之前，可來此搶先賞花會賞櫻花。

地址：田柄5-2

### 小泉牧場

MAP C-3

於1935年開幕，為東京23區內唯一的牧場。目前飼養約25頭乳牛。

地址：大泉學園町2-7-16 電話：03-3922-0087  
營業時間：11:00~18:00(多變)  
休園日：不休息

### 牧野紀念庭園

MAP C-4

整理與規劃世界知名的植物學家，牧野富太郎博士的故居，成為紀念庭園。生長著300多種各式植物。紀念館中展示牧野博士用於研究的器具與日常生活中用品等相關物品。另外，也舉辦各式各樣與牧野博士或植物有關的主題展覽。

地址：東大泉8-34-4 電話：03-6904-0403  
開園時間：9:00~17:00  
休園日：每週二(若遇逢例假日，則延至隔天平日休園)、歲末年初 票價：免費入園

### 武藏岡公園

MAP A-6

有一道池狀的公園，可欣賞美麗景緻。乘船或散步遊客絡繹不絕，非常熱鬧。常有野鳥造訪。如小翠鳥啄木鳥、日本山雀等。

地址：關町3-45-1

### 平成杜鵑公園

MAP H-5

每到春日便會開滿區區杜鵑花的公園。擁有各種杜鵑花，花色也非常多，還可見到「練馬之鏡」等稀有品種的杜鵑花。

地址：練馬17-6

### 稻荷山休憩森林

MAP E-2

為練馬區面積最大的森林，有多種落葉樹，如麻栎、狗樟、野茉莉等。隨季節變化，可欣賞到各式各樣的秋風情。於樹木林的斜坡有一湧泉。

地址：土堂田4-14

### 向山庭園

MAP H-4

和風設施，庭園內有池塘。登記為使用者後，便可租借庭園內的和室或茶室。

地址：向山3-1-21 電話：03-3926-7810  
開園時間：9:00~21:30 (庭園散步開放至17:00止)  
休園日：歲末年初 票價：免費入園

### 都立城北中央公園

MAP J-3

橫跨練馬區與板橋區的公園。有棒球場、自行車道、網球場等設施。週末假日時，會有許多家庭前來，非常熱鬧。另有櫻樹園等各種樹木，可享受森林浴。

地址：冰川台1等 電話：03-3931-3650

### 練馬白山神社的櫻樹公

MAP H-5

此處的櫻樹公高達約19公尺，推測樹齡約900歲。相傳為1083年，源義家(日本平安時代知名武將)為祈求戰勝所供奉之樹。為日本的自然紀念物。

地址：練馬4-2

### 兒童森林

MAP J-4

以「自然×冒險×交流」為設計理念的綠地設施。被大自然所包圍，可參與遊玩，每個季節會舉辦許多有趣活動。

地址：33-2-7 電話：03-5999-6200  
開園時間：9:00~17:00 (3月~9月)  
9:00~16:30 (10月~2月)  
休園日：歲末年初  
票價：免費入園

### 知弘美術館・東京

MAP D-6

展示繪本畫家，岩崎知弘的作品。她的作品多以孩童為主體，繪畫色彩充滿透明感，令人印象深刻。岩崎女士於1974年往生前約20年都在石神井，留下大量作品，館內有重現她畫室的展覽室，以及可親手接觸的繪畫室。

地址：下石神井4-7-2 電話：03-3995-0612 開園時間：10:00~16:00(入館時間至15:30止)  
休園日：每週一(若遇逢例假日，則延至隔天平日休園)、展覽更換期間、冬季休園、  
歲末年初(1月2日起閉館)  
票價：1,200日圓(高中生以下免費)  
※關於資訊、展覽日期、展覽名稱等如有更改，恕不另行通知。

### 練馬文化中心

MAP H-5

舉辦演奏會、話劇等多種活動。除由專業音樂人與交響樂團表演的演奏會外，另有豐富、充滿濃厚文藝氣息。位於練馬區前，交通非常便利。

※目前由於翻修工程預計休館至2024年1月30日(週二)

地址：練馬1-17-37 電話：03-3999-3311  
開園時間：10:00~22:00 休園日：歲末年初  
票價：依活動實際費用

### 石神井城址

MAP C-5

石神井城址於1477年，由豐島泰經(曾位為勘解由左衛門尉)擔任城主時，遭大田道灌率軍攻陷，而成為廢城。位於石神井川與三寶池之間的台地上。原有城堡遺址，城堡中心部分之本城的土製防禦與無水壕溝仍保存至今。

地址：石神井町

### 長命寺山門

MAP E-4

鋪上銅板屋頂的如山式屋頂建築物。於練馬區內現存建築物中算相當古老的，呈現17世紀後半葉的建築樣式。

地址：高野台3-10

### 南藏院鐘樓門

MAP H-5

高約10公尺的巨門。上方為懸掛佛鐘的鐘樓門。位於練馬區內相當罕見的建築物，從建築樣式可推知為江戶時代中期所建。

地址：中村1-15

### 舊內田家民宅

MAP D-5

於2010年，將興建於明治20年代(1887~1897年)初期的民宅移池田史蹟公園復原重建。以作為故鄉文化館的館外展覽設施。擁有茅葺屋頂與日式屋架的外觀，內部有座敷、土間、圍爐裏等居家區域。

地址：石神井町5-13 國立池田史蹟公園內  
休園日：每週一(若遇逢例假日，則延至隔天平日休園)、歲末年初

### 光丘美術館

MAP F-3

位於被種植於宅邸周圍樹林所包圍的靜謐一隅，館藏以日本畫、陶藝品、版畫為主，並設有書藝廊、陶藝教室等設施。

地址：田柄5-27-25 電話：03-3577-7041  
開園時間：10:00~17:00 (入館至16:30止)  
休園日：每週一、三、五、日、歲末年初、展覽更換期間  
票價：500日圓(高中生以下300日圓)

### 栗原遺跡的竪穴式住居遺跡

MAP J-3

於1955年至1956年的挖掘調查中，發現3個開元時代、18間與平安時代的住居。展現奈良時代竪穴式住居的原貌。可了解當時地方的樸素生活。

地址：冰川台17(城北中央公園內)

### 中里鄉土森林

MAP D-2

運用100年前種植在宅邸外圍的樹林所打造的綠地。內有可學習練馬區自然生態的「森林學習樓」，每週日都會有各式各樣的自然生態體驗課程。

地址：大泉町1-51-2 電話：03-3922-3021  
開園時間：9:00~17:00(3月~9月)  
9:00~16:30(10月~2月)  
休園日：每週二(若遇逢例假日，則延至隔天平日休園)、歲末年初  
票價：免費入園

### 都立光丘公園

MAP F-2

面積約60萬平方公里，為練馬區內最大的公園。有綠地廣場、野鳥保護區(週末與例假日不對外開放)等設施，以及棒球場、網球場等運動設施。

地址：光丘4等 電話：03-3977-7638



### 練馬區值得推薦的動畫景點

練馬區長期以來一直是許多電影製片廠、動畫公司及影像相關公司的所在地。誕生了日本第一部劇場用彩色長篇動畫《白蛇傳》等眾多佳作。為喜歡動畫的朋友推薦大泉學園站周邊。

#### 大泉動畫之門

MAP C-4

位於大泉學園站北口。設計孔穎。

#### 大泉學園站北口

MAP C-4

設計孔穎。

※費用、營業時間、定休日若有更改，還請事前確認。

# 充滿鎮富特色的美術館與資料館

## 人文・歷史

Culture & History

### 石神井公園故鄉文化館

MAP D-5

可在此體驗透過快樂地學習練馬區的歷史、傳統文化與自然生態等的設施。還會發佈觀光資訊。

地址：石神井町5-12-16 電話：03-3996-4050 開園時間：9:00~18:00  
會議室使用時間至21:30止 休園日：每週一(若遇逢例假日，則延至隔天平日休園)、臨時休園日、歲末年初 票價：常設展覽免費，特別展覽需另收費

### 石神井公園故鄉文化館分室

MAP C-5

位於石神井松之風文化公園內的展示設施。介紹所有在文學、藝術、學術領域有所貢獻，並與練馬區有關的人文故事。另會舉辦多種活動。

地址：石神井台1-33-44  
石神井松之風文化公園管理棟內  
電話：03-3996-4050 開園時間：9:00~18:00  
休園日：每週一(若遇逢例假日，則延至隔天平日休園)、歲末年初、石神井松之風文化公園管理棟的休園日 票價：免費入園

### 日本大學藝術學部藝術資料館

MAP J-5

資料館。日本大學為眾多人的母校。收藏許多珍貴資料，如照片、電影、話劇、美術、設計稿等。

地址：池田2-42-1 電話：03-5995-8315  
開園時間：9:30~16:30(週六、日、12:00止)  
休園日：每週日、例假日、大學休假期間  
票價：免費入園

### 稻荷山圖書館 昆蟲區

MAP D-2

收集與昆蟲相關圖書，網羅童書至專門用書。在日本國內算是相當罕見的圖書館。約有8,000本藏書，5,000件標本。

地址：大泉町1-3-18 電話：03-3921-4841  
開園時間：9:00~20:00 (週末、例假日至19:00止) 休園日：每週一(每月第一週除外)、整理清潔期間、歲末年初  
票價：免費入園

### 觀藏院曼荼羅美術館

MAP E-5

為慈雲山曼荼羅寺觀藏院的設施之一。以觀藏院兩部院體為中心，展示日本佛畫、泥繪佛畫、梵畫的《曼荼羅》。米拉尼拉族畫、秘密畫等。

地址：南田4-15-24 電話：03-3996-6858  
開園時間：每週六、日 10:00~16:00(入館時間至15:30止) ※需預約  
票價：普通：500日圓(10歲以下300日圓)、大學生及65歲以上：300日圓、高中生以下：免費

### 武藏學園大講堂

MAP I-5

建於1928年，是舊制武藏高等學校的設施。由日本代表性的建築家，佐藤清一所操刀設計。佐藤大師另設計有大隈紀念講堂、日比谷公會堂等。此講堂建築風格也反映出興建當時的流行樣式。

地址：豐上1-1-26-1 電話：03-5984-3712 請先向武藏學園洽詢參訪事宜。

### 長命寺山門

MAP E-4

鋪上銅板屋頂的如山式屋頂建築物。於練馬區內現存建築物中算相當古老的，呈現17世紀後半葉的建築樣式。

地址：高野台3-10

### 南藏院鐘樓門

MAP H-5

高約10公尺的巨門。上方為懸掛佛鐘的鐘樓門。位於練馬區內相當罕見的建築物，從建築樣式可推知為江戶時代中期所建。

地址：中村1-15

### 練馬區立美術館

MAP G-5

收藏7,500多件現代畫家的作品(含掛軸、租借)。展覽期間中也會舉辦展覽分享會或相關活動。

地址：實井1-36-16 電話：03-3577-1821  
開園時間：10:00~18:00(入館至17:30止)  
休園日：每週一(若遇逢例假日，則延至隔天平日休園)、展覽更換期間、歲末年初 票價：依展覽費用有別

### 美術森林綠地

MAP G-5

園內皆為天然苗木，展示32座以動物為主題的雕像，標榜可與動物溝通，可用雙手觸摸，讓想像力恣意奔馳，沒有界限，是一座「幻想動物樂園」。

地址：實井1-36

### 觀藏院曼荼羅美術館

MAP E-5

為慈雲山曼荼羅寺觀藏院的設施之一。以觀藏院兩部院體為中心，展示日本佛畫、泥繪佛畫、梵畫的《曼荼羅》。米拉尼拉族畫、秘密畫等。

地址：南田4-15-24 電話：03-3996-6858  
開園時間：每週六、日 10:00~16:00(入館時間至15:30止) ※需預約  
票價：普通：500日圓(10歲以下300日圓)、大學生及65歲以上：300日圓、高中生以下：免費

### 江戶時代的正能量景點 練馬區富士塚

江戶時代因盛行富士山信仰，在各地都出現仿造富士山的人工迷你富士山(塚)，以便信眾登山參拜，自古至今香火鼎盛。與富士山相同，登上富士塚後，據說也會得到神明保佑。

#### 冰川神社富士塚

MAP H-2

位於島原旁的富士塚，北側高度約3.7公尺、直徑約15公尺。建造時代不明，但周圍石製品約為江戶時代所建造。

地址：北町8-22 冰川神社

#### 下練馬富士塚

MAP E-2

位於澗神社境內內的富士塚，高約6公尺、直徑約16公尺。於登山設置標示合目的石碑等特徵。令人聯想到真正的富士山。相傳建於江戶時代，於每年的7月1日舉辦富士山開山儀式。

地址：北町2-41 澗神社

#### 江古田富士塚

MAP J-5

位於澗神社境內內的富士塚，高約30公尺、直徑約30公尺。直徑約30公尺，為日本重要有形民俗文化財產。每年在1月1日至3月9日的祭典時，才開放一般民眾參觀。

地址：小竹町1-59 澗神社

#### 中里富士塚

MAP D-2

位於八坂神社旁，高約12公尺、直徑30公尺的富士塚。如同真正的富士山，設置一合目、登山時從山腳到山頂里程的十分之一。至山頂的登山道，沿途標示合目的石碑往山頂爬。可見到36石鳥居。

地址：大泉町1-44 八坂神社

### 練馬區官方動畫吉祥物「NERIMARU」

誕生於2011年3月，旨在向全世界宣傳動畫之鄉練馬區！其名字來自練馬的「NERI」和可愛的圓形外觀，在區內舉辦的祭典和活動中很受歡迎。

※費用、營業時間、定休日若有更改，還請事前確認。

# 設有各式各樣的娛樂設施！

## 遊樂設施

Amusement

### 練馬區政府展望前廳(本廳舍20樓)

MAP H-5

位於區政府本廳舍20樓的展望廳可遠眺富士山與東京晴空塔。為練馬區內最佳的觀景地點。練馬區官方動畫吉祥物、NERIMARU為展望前廳的禮賓接待員，除出現於各種觀光導覽介紹單外，也出現於同一拍攝紀念照片的地點。

地址：豐上北6-12-1 電話：03-3993-1111  
開園時間：9:00~18:00  
休園日：每週二、三、日、歲末年初  
票價：免費入園

### 東映動畫博物館

MAP C-3

這裡有與動畫作品相關的珍貴資料的展示。可以觀看影片的大型觸控螢幕、拍照景點、博物館商店和精緻中庭等，大人和孩子都可以盡情享受。

地址：練馬4-15-20 電話：0570-783-980 (電影諮詢專線)

### UNITED CINEMAS 豐島園

MAP H-4

大型電影院，擁有9個放映廳與約1,800個座位。提供滿溢的大眾享受舒適的觀影體驗。可令人盡情享受放鬆的氣氛。引進數位IMAX與數位4DX<sup>®</sup>，提供多種享受電影的方式。

地址：練馬4-15-20 電話：0570-783-980 (電影諮詢專線)

### 東京Cadenza飯店

MAP E-3

日式、西式、中式餐廳、宴會廳、住宿設施一應俱全。附近有光之丘公園，是可以度過悠閒時光的高級飯店。

地址：池袋8-JCITY 電話：03-5372-4411(總機)



## 主要活動・傳統儀式 | 一年四季中的祭典、活動等眾多，仔細確認不要錯過囉！

※根據情況可能會更改或取消活動。

### 4月

第4個週日(有時也會於5月舉辦)

#### 照姬祭

MAP H-5

●都立石神井公園  
●中村橋站商店街與車站前廣場  
由東多連(隊伍)表演阿波舞的祭典，以當地隊伍為中心，另有來自東京都內各地的隊伍。與「北町阿波舞」同為練馬區內的兩大阿波舞活動，相當有名。

9月中旬~10月上旬

### 5月

第2個週六

#### 練馬兒童節

●兒童節(17個區)、厚生文化會館・地區區民館(21館)  
將在上述場地分散舉辦遊戲手作等孩子和父母都可以享受樂趣的活動。

5月中旬~下旬

#### 動畫計劃in大泉

●練馬北口・大泉學園站北口廣場  
於大泉學園站北口廣場的數個會場舉辦研習會、動畫角色秀等活動。當日大泉將徹底染上動畫的繽紛色彩。

### 7月

連六(一)(海洋祭)

#### 夜來祭in光丘公園

●都立光丘公園  
來自鄰近地區的多隻隊伍齊聚一堂，互相競賽，華麗且充滿活力的夜來祭為此祭典的頭頭戲。除舉辦表演活動外，還有許多臨時賣店設置營業。

最後的週六

#### 北町阿波舞

●練馬北口・大泉學園站北口附近  
由東多連(隊伍)表演阿波舞的祭典，有男舞團、女舞團以及友誼舞等，可欣賞充滿躍動的舞蹈表演。

### 8月

第1個週六

#### 納涼水燈之夜

●都立石神井公園・石神井池  
將寫著願望的水燈放到石神井池中的傳統活動，充滿夢幻氣息。始於1950年。

### 9月

第1個週日與前一晚(前夜祭)

#### 中村橋阿波舞

●練馬北口・大泉學園站北口廣場  
由東多連(隊伍)表演阿波舞的祭典，以當地隊伍為中心，另有來自東京都內各地的隊伍。與「北町阿波舞」同為練馬區內的兩大阿波舞活動，相當有名。

9月中旬~10月上旬

#### LOHAS FESTA 東京

●都立光丘公園管理棟廣場  
以「每人的一小塊，成為大大的聲音」為主題，舉辦繪畫、古董、美食的參與和表演活動。此項活動可以在玩樂的過程思考健康永續美好社會，並瞭解環保的重要性。

### 10月

第3個週日

#### 練馬祭

●練馬北口・大泉學園站北口廣場  
為練馬區內最大的祭典祭典，有許多臨時賣店設置營業，販售與練馬區相關的產品或地方特產。此外外台上還上演歌、樂器演奏、舞蹈等表演活動。

10月

#### JA東京青葉農業節

●都立光丘公園管理棟廣場  
舉辦練馬區農產品展銷會，展示當地生產的蔬菜與鮮果等產品。當地的「青葉」。

西之日

#### 酒之市

●練馬大商社(豐上5-18-14)  
石神井大馬路(石神井町3-25-26)  
臨時賣店販售可提升運到的吉祥物品。為告知冬季祭典的季節風情之一，自江戶時代代代相傳至今，為當地的傳統活動。

12月

#### 上旬

#### 練馬拔蘿蔔大賽

●練馬區內的田地  
在限制時間內拔蘿蔔，多者為勝。可親身經歷收割練馬蘿蔔的寶貴體驗。

9、10日

#### 關跳蚤市場

●本立寺(町丁4-16-3)  
有許多臨時賣店設置營業，為始於江戶時代中期的傳統活動，已持續約270年以上。在九日晚會舉辦「萬燈遊行」活動，拿著萬燈(裝飾花朵、燈泡等的長傘)等的民眾徒步遊進。

3月

#### 練馬木蘭半程馬拉松大賽

●都立石神井公園・練馬區內主要幹道  
始於2015年，起點為都立石神井公園，以區內主要幹道為主要路線的半程馬拉松大賽。另外，同時舉辦跑者與加油者皆可參加的有趣活動。



### 東京華納兄弟哈利波特影城

MAP G-4

哈利波特影城能給您體驗到電影史上最成功的作品之一的電影「哈利波特」和「怪獸系列電影」製作的舞台內部，又能隨您走過全部的景點。是一種全新的娛樂場所。

※2023年夏季開幕

在九又四分之三台停著的霍格華茲特快列車(倫敦哈利波特影城)

### TEIYOU大泉

MAP C-3

位於電影與動畫之街，大泉，與東京東映電影片廠鄰鄰。9層樓全部配備數位雷射放映機，具備最新數位電影系統。

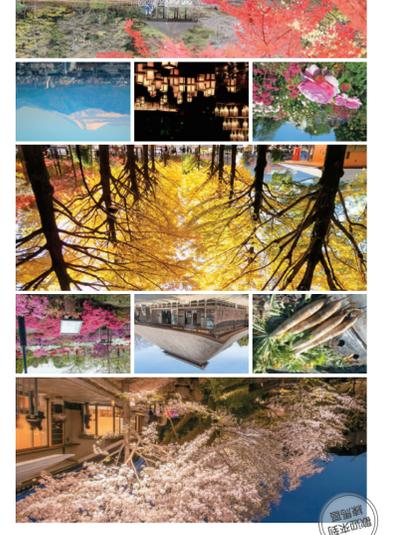
地址：東大泉2-34-1 OZ STUDIO CITY4樓 電話：03-5933-0147

### 療養聖地與天然溫泉 豐島園庭園之湯

MAP H-4

可邊泡湯邊眺望1,200坪(4,000平方公尺)的靜謐日式庭園，除露天湯池、三連噴、溫泉療養池外，另設有美髮等設施。

地址：池田2-1 電話：03-5984-1120  
營業時間：10:00~23:00(最後入館時間為22:00) 休園日：不休息  
票價：平日2,370日圓、週末例假日2,670日圓、特定期2,770日圓  
夜間泡湯(18:00以後)平日1,600日圓、週末及例假日、特定期1,800日圓



# 練馬區

## 團圓真米餅

(新選) 丕中

## 練馬區是個好所在！

### 1 最新區！

是23個區中最新的區。1947年6月1日，考慮到必須在廣闊的板橋區管理手續的區民的便利性而獨立設置。與板橋區可說是兄弟關係。

### 2 現今人口73.91萬人！

是23個區中人口第二多的區！面積48.08平方公里，相當於1,022個東京巨蛋，在23個區中排第一。公園多達691處，為23個區之最。  
※人口數據截至2022年8月1日。東京巨蛋的面積以0.047平方公里計算。

### 3 23區中規模最大的農業地帶！

練馬區充滿無窮自然魅力。擁有23個區中唯一的牧場及東京都內產酒廠(葡萄酒造園)。另有種及多種蔬菜。因此區內的農業大量使用這些蔬菜。

### 活用區內觀光資訊站的「觀光資訊中心」！

### 練馬區內有兩間觀光資訊中心，鄰近練馬站與石神井公園站。中心內有練馬區官方動畫吉祥物「NERIMARU」的周邊商品、以「練馬推薦商品」為首的練馬有名產與傳統手工藝品等，不論是日常使用還是送給國外親友當作禮物皆非常合適。當然還有許多練馬區內的四季不同觀光資訊及活動介紹。不管有什麼問題，都可洽詢工作人員囉！ ©2011 Nerima City Nerimaru

### 練馬觀光資訊中心

MAP H-5

練馬站中央北口步行1分鐘 | 位於Coconeri大樓的3樓，設有提供與練馬區相關的漫畫家資訊、觀光資訊的閱覽區。

地址：練馬1-17-1 Coconeri 3樓  
(連練馬站中央北口)  
電話：03-3991-8101 營業時間：9:00~21:00  
休業日：歲末年初

### 石神井觀光資訊中心

MAP D-4

從石神井公園站中央口驗票口出來即到，還展示與販售石神井公園明信片及地區伴手禮、傳統手工藝品。

地址：石神井町5-28 (石神井公園站中央口)  
電話：03-3923-9200 營業時間：9:00~19:00  
休業日：歲末年初

### 練馬觀光中心

MAP I-5

發行：2023年3月  
練馬觀光中心(一般社團法人練馬區產業振興公社)  
郵遞區號176-0001 練馬區練馬1-17-1 Coconeri 4樓  
TEL：03-4586-1199  
HP：https://www.nerimakankou.jp/

練馬觀光中心官網

