

目次

刊行に寄せて 3

はじめに 7

第一章 東京23区探索徒歩の旅 13

- (1) 全体計画 14
- (2) 荒川区 青春時代を訪ねる旅 16
- (3) 大田区 山の手と下町ロケットへの憧れの旅 26
- (4) 葛飾区 故郷葛飾を振り返る想い出の旅 37
- (5) 渋谷区 街の雰囲気の変化を五感と足で味わう旅 50
- (6) 墨田区 新旧思い出を訪ねる楽しい旅 62
- (7) 練馬区 歩き廻って十分練馬を知る旅 79
- (8) まとめ 89

第二章 大月―日野ノンストップ徒歩の旅 101

第三章 神奈川の歴史を訪ねる徒歩の旅 111

- (1) 全体計画 112
- (2) 弥生時代 三浦半島 縄文太郎の旅 115
- (3) 鎌倉時代 鎌倉 北条政子の旅 129
- (4) 江戸時代 箱根 水戸黄門の旅 154
- (5) 明治時代 横浜 赤い靴をはいていた女の子の旅 175
- (6) 昭和時代 川崎 田中角栄の旅 196
- (7) 平成時代〜未来へ 横浜〜川崎 折乃笠の旅 214
- (8) まとめ 224

おわりに 232