

新横浜公園で遊ぼう



新横浜公園は、サッカー・野球などのスポーツやレクリエーションを楽しめる市内最大の運動公園です。公園をもっと楽しむ方法をご紹介します。

▶それぞれの問合せ先は7ページ下部に掲載しています

新横浜公園は、鶴見川の増水時には遊水地となり、川の水位上昇を抑える役割もあります。園内には、街中ではあまり見られなくなった生き物も生息しています。この豊かな自然環境は、「四季折々のいきもの観察会」や鶴見川流域センター(小机町2081)で学ぶことができます。

[鶴見川流域センター](#) [検索](#)



- 駐輪場
- トイレ
- よこはまウォーキングポイントリーダー
- ランニングコース
- 5,000mコース
- 2,200mコース
- 1,800mコース
- 940mコース

JR 小机駅から徒歩 7分
 JR・市営地下鉄 新横浜駅から徒歩 12分
 駐輪場(無料) 7時~22時
 駐車場(乗用車2時間400円、超過30分ごと100円)
 第1駐車場 P1 7時~22時、427台
 (フットボールパーク分を除く)
 第2駐車場 P2 7時~22時、100台
 第3駐車場 P3 7時30分~22時、136台

一部の施設を360度写真で見ることができます。 [港北 広報](#) [検索](#)
 または二次元コードから

便利なサービス

- しんよこパーク Wi-Fi
時間無制限、無料で高速回線を使うことができます。SSID: shinyokopark
- 電気自動車無料充電スタンド P1
主要メーカーの電気自動車とプラグインハイブリッド自動車を、2時間無料で、同時に4台まで充電できます。
- クロスボット XSPOT



サッカー・バスケットボールのボールや野球のグラブなど、さまざまなスポーツ用品を2時間無料で借りられます。借りるための会員登録は現地です(身分証明書持参)。日時や場所は日により異なりますので、事前に確認してください。

[XSPOT](#) [検索](#)

園内で遊べる10種目以上のスポーツ用品をそろえています。体を動かしてリフレッシュしましょう。



XSPOTスタッフの菅原さん

スポーツ観戦 ①

日産スタジアムは、2002FIFAワールドカップ™やラグビーワールドカップ2019™の決勝戦などが開催される、国内最大の観客収容能力を持つ競技場です。ラグビーとサッカーのワールドカップの決勝戦が同じスタジアムで行われるのは、スタッド・ド・フランスに続き世界で2か所目です。



毎年楽しめるスポーツイベント



サイクルパークフェスティバルの様子

- サッカー J1リーグ (2月~12月頃)
横浜F・マリノスの熱戦を楽しむことができます。
▶詳細は5ページで
- チビリンピック (5月)
小学生のスポーツの祭典です。特に8人制サッカーは、全国から勝ち抜いてきたチームが出場し、レベルの高い試合が繰り広げられます。
- 関東学生陸上競技対校選手権大会 (5月)
オリンピックのメダリストも輩出している大会です。
- サイクルパークフェスティバル (9月)
ビギナー・ファミリー・キッズからレース経験豊富な人まで出場する自転車耐久レースです。

FIFAワールドカップ™ スタジアムツアー

選手になった気分を体験できる、ガイド付きの見学ツアーです。2002FIFAワールドカップで使われたロッカールームやサイン入りユニフォームの展示などが見られます。個人の場合、事前申し込みは不要です。

日時など詳細は [日産スタジアム ツアー](#) [検索](#)

料金 500円、中学生以下250円
 ※未就学児は無料
 トリコロールワン

受付 [TRICOLORE ONE](#) 12



親子で遊ぶ

遊具広場 ②



主な遊具
 ・砂場(砂遊びセットも置いてあります)
 ・3～6歳向け滑り台
 ・6～12歳向け複合遊具(滑り台や雲梯など)

スケボー広場 ③ インラインスケート広場 ④



スケートボードやインラインスケート、BMX(小型の競技用自転車)などの滑走のみのスポーツを無料でできる広場です。

時間 スケボー広場: 9時～22時
 インラインスケート広場: 9時～21時(共に不定休)

バスケットボール広場 ⑤



ハーフコートが8面あり、無料で使うことができる広場です。

時間 9時～21時(不定休)

屋ごはん

スマイル テーブル sMiLe table ⑫



横浜F・マリノスの選手の食事を定食形式で食べられるレストランです。ランチメニューには、小学生以下の子どもが注文できる「お子さまごはんセット」があります。

時間 11時～17時 **休業** 火曜、年末年始

フードコートうさぎ ⑧

うどんやパスタなどを食べることができます。

時間 11時～17時
 (土・日曜、祝日 10時30分～17時)
休業 火曜(祝日の場合は翌日)、年末年始、施設点検日 ※7月・8月は無休

草地広場 ⑥



ピクニック気分を味わえる広場です。

日産ウォーターパーク ⑧



ウォータースライダーや流水プールなどの22種類のプールを楽しむことができます。小学2年生以下の子ども向けの幼児プールもあります。
 ※水着レンタルあり(有料)

日時 9時～21時(日曜、祝日9時～17時(7月・8月は9時～19時30分))
休館 第3火曜(祝日の場合は翌日)、年末年始(1月～3月は第4火曜も休館)、施設点検日 ※7月・8月は無休
料金 1時間500円、延長30分ごと200円(13歳未満は半額)

大人から子どもまで楽しく続けられるスクールも開催

ウォーターパーク教室 [検索](#)

フリーマーケット ①



最大約400店舗が出店するフリーマーケットが、日産スタジアムで月1～2回程度開催されています。

日産スタジアム フリーマーケット [検索](#)

おむつ交換

全てのトイレにおむつ交換台があります。

「ふれあいショップ ばあーす★でい」でおむつを販売

日時 9時～18時30分(火・日曜、祝日9時～17時(7月・8月は9時～18時30分))
休業 日産ウォーターパークと同日

ランニング

コース・場所

●ランニングコース

940～5,000mの4種類のコース(6ページの地図にも掲載)があります。

ランニングマップのダウンロードは

新横浜公園ランニングマップ [検索](#)

または二次元コードから



●トラック個人利用

日産スタジアム①と日産フィールド小机⑦のトラックを無料で使うことができます。事前申し込みは不要です。日時などの詳細は事前に確認してください。

個人利用の受付後、ロッカー(100円)とシャワー(5分100円)を利用可 ※更衣室の利用のみは無料

日産スタジアム トラック個人利用 [検索](#)

受付 日産スタジアム: 一般施設利用者入り口(2階リング通路 柱番号277) ①
 日産フィールド小机: 第1レストハウス ⑨

●スポーツ医科学センター トレーニングルーム ⑧

15歳以上(中学生除く)の利用講習会を受講した人が利用できるランニングマシンがあります。※利用講習会は要予約

時間 9時～20時45分(日曜、祝日9時～16時45分)
休業 日産ウォーターパークと同日
料金 1回1,000円(ロッカー、サウナ、シャワー含む)



スポーツ医科学センタースタッフの中丸さん

ランニングをこれから始める人でも楽しく走れるよう、スポーツ医科学に精通した指導員がサポートします。総合受付の横のライブラリーではランニングの月刊誌などを読むこともできます。お気軽に来館ください。



ランニング用品のレンタル

XSPOTで、ランニングウォッチやシューズ、サングラスなどを2時間無料で借りられます。サプリメントの試飲もできます。

XSPOT [検索](#)

更衣室・ロッカー・シャワー

第2・3レストハウスで使用できます。

時間 9時～21時(1月・2月は9時～17時)
 ※休業日、施設点検日除く
料金 ロッカー100円(貴重品ロッカーは無料)、シャワー5分100円

●第2レストハウス ⑩

休業 第1・5月曜の9時～13時、第3月曜(それぞれ祝日の場合は翌日)、年末年始
設備 貴重品ロッカー男女各6台、シャワー室男女各5か所・車いす用各1か所

●第3レストハウス ⑪

休業 第4月曜(祝日の場合は翌日)、年末年始
設備 更衣室、ロッカー男女各30台、シャワー室男女各5か所・車いす用各1か所

測定・科学的に走る ⑧

スポーツ医科学センターでは、フルマラソンなどの完走や記録向上を目指すランナーを、スポーツ科学でサポートしています。ランニング測定だけを受けるのではなく、スポーツ版人間ドッグも受けることで、目標に合った、より効果的なトレーニングメニューについてアドバイスしてもらうことができます。

●スポーツ版人間ドッグ(要予約)

歩行速度や脚筋力、バランス能力、柔軟性などを測定します。

スポ医科 SPS [検索](#)

料金 17,000円、市内在住か在勤か在学者15,000円
 ※高校生以下か65歳以上か障害者手帳を持っている人は半額

●ランニング測定(要予約)

どのくらいのペースで走ればよいか、普段行っているランニングが自分の体にとってどのような負荷を与えているのか、といったことを客観的に見ることができます。

スポ医科 ランニングレベル [検索](#)

対象 15歳以上(中学生除く)の健康状態に問題のない人
測定方法 ランニングマシンで3分間のランニングを5～6回行い、血中乳酸濃度を測定
料金 6,200円



ランニング測定の様子

ランニング教室

●日産スタジアム・アスレティクスアカデミー

(ランニングコース(RC)) ①
 走り方の基本などを学ぶことができます。(有料)

対象 中学生以上
日時 火曜 18時40分～20時10分
 水曜 17時～18時30分

NSAA [検索](#)

新横浜公園ランニングマナー

- しん 集団走行はやめましょう
- よ 横に広がらず、狭いところは一列で
- こ 混雑時には、常に心にゆとりと思いやりを持って走ります
- は 反時計回りで走ります
- ま 前を見て、「ながら通行」は控えます
- こ ごみは必ず持ち帰りましょう
- う 後ろからの追い抜き・追い越しのときは、一声掛けて
- えん 園路は歩行者優先で

●問合せ XSPOT ☎090-9956-6745 / スポーツ医科学センター ☎477-5050
 fax 477-5052 / sMiLe table ☎620-5440 / 日産ウォーターパーク ☎477-5040
 fax 473-3117 / 日産スタジアム・アスレティクスアカデミー(アカデミー事務局)
 ☎471-8460 fax 471-8461 / フードコートうさぎ ☎473-7105 /
 FIFAワールドカップ™スタジアムツアー(日産スタジアム事業課) ☎477-5008
 fax 477-5002 / フリーマーケット(リサイクル運動市民の会事務局) ☎03-3226-6800
 fax 03-5379-1510 / ふれあいショップ ばあーす★でい ☎476-2487 / その他、日産スタジアム・新横浜公園の全般(日産スタジアム事業課) ☎477-5000 fax 477-5002